

做自己的主人—— 矯治過動兒問題行為的教學研究歷程

王鳳慈
桃園市會稽國小

程鈺雄
國立台東師範學院

摘要

此論文乃以行動研究的方式，說明教師(研究者)如何矯治剛入學的「注意力缺陷過動症」(ADHD)學童問題行為的歷程。教師為了解此學童，進行的歷程分為兩部分：先經由不斷的與 ADHD 學童接觸、談話，深入探索學童內心的想法與疑問；再與家長、導師、甚至是此學童的醫生相互聯絡，以求多了解此學童的生理、家庭教育情形、普通班學習狀況。透過多面向的了解，再給予問題行為的矯治策略。

教師藉由行為改變技術—正負增強、代幣制度的運用，逐步改正學童的問題行為，甚至進行補救教學。在這歷程中，教師不斷的思考與修正，成功矯治學童行為，對學童有其助益，並與學童建立起深厚情感；但對教師而言，卻有更多的啟發與想法，因此更受其惠。

教師根據矯治學童行為的整個歷程中，最後提供了數點教學與行政上建議，以作為參考。

關鍵字：注意力缺陷過動症、行為改變技術、問題行為、行動研究

壹、緒論

記得某一廠牌的電池廣告詞嗎：「○○電池，渾身是勁！」此時，畫面還出現了一個可愛的電池娃娃，正動個不停。假如，現實生活裡，也有這麼動個不停的兒童，

是要讚美他的活潑，還是要厭惡他的搗蛋呢？

小邦(假名)是一位剛入學不久的小一新鮮人。入學第一天，小邦的媽媽就告訴小邦級任老師：「我們家小邦是個過動兒，可能要麻煩老師您多費心了。」此後，

不管課餘、上課亦或是放學時間，小邦就如脫韁野馬似的在校園裡玩耍，尤以攀爬高度頗大的遊樂器材為甚，完全不考慮自身的安全。級任老師為擔心他的安全，也就常因小邦而耽誤了教學工作，此外，小邦就如教室遊魂般的四處「周遊列國」。為了小邦的「放浪不羈」之行為，級任老師始終困擾不已，最後，小邦的級任老師為顧全小邦與班上同學的學習品質，而將小邦轉介至資源班。

貳、研究動機與問題假設

一、研究動機

每個孩子都有其特點與氣質，對其他小朋友而言，小邦的確是個「與眾不同」的同學；對老師而言，亦是讓老師又愛又恨的小毛頭。小邦不自主的動個不停與毫無規矩紀律的行為，讓老師傷透了腦筋。一方面，小邦的不安定不但會影響其自身的學習，且也干擾到其他同學上課；二方面，若小邦一直維持目前的行為，相信未來在人際關係、人格發展、自身能力的發展，勢必會造成相當大的負面影響。最重要的是，小邦相當有藝術天份，假若能利用他的長處，並補強其不足，未來小邦的能力必會大放異彩；三方面，小邦如此的問題行為，著實為該班的導師造成莫大的困擾，假若不給予小邦與該班導師適當的協助，不但對於該班導師而言是教學上的困擾，且對於小邦的同學以及小邦本身，也是一種學習上的傷害與不足，因此為本研究動機之一。

此外，對於剛踏入實際的特殊教育工作的筆者自身來說，如小邦這類過動兒童，對筆者而言是一項新的嘗試與挑戰。筆者也期望自己經過真實的紀錄與實踐，更了解過動兒童的屬性與相關知識，進而幫助小邦也做為筆者自身的教學實驗的對

象，而此為本研究動機之二。而筆者所採取紀錄的方式，是以質的教學研究方式來說明研究歷程，並呈現出結果。

二、問題假設

一般剛入學的兒童，會產生不適應的情形：警如有不安全感、哭泣、手足無措…等情形；也有些兒童會因環境改變而更加的吸引他們的注意，變得富有好奇心，因此探索自身週遭的世界比任何大人或老師的耳提面命都來得重要。起初，筆者以為小邦的脫序行為只是為了吸引其導師或家長的注意，但事實並非如此，小邦的脫序行為實際是主要起因於患有過動症，至於環境上的不熟悉，只是佔其小部分原因。

由筆者所觀察，其脫序行為常於上課時走動，更或者在教室外遊蕩、發出怪聲、神態自若的在黑板上塗鴉、搖晃桌椅、拿取同學物品、利用鉛筆或桌椅製造各種聲響、發呆、觸碰其他同學；下課時，常追打同學、咬同學或老師的手、破壞班上如佈告欄等公物。這種種的脫序行為，即使在口頭告誡之後，也未減緩其發生之頻率；其作業單或聯絡簿的習寫，常有現象包括字體大小不一、字體過大、字體過小、空白、塗鴉、作業單或簿本只見其殘骸…等狀況。

小邦的種種脫序行為，造成他無法安靜學習，也影響了班上同學的學習與老師的教學。一旦日子久了，不但小邦的學業因而落後，也會對其人際關係造成影響。因此，當前必須解決的，似乎就是訓練小邦準時回教室上課，並且於課堂中，能減少離開座位次數，而聽從老師指導。由於筆者第一次接觸這類的學生，該如何幫助小邦達到此目標，成為此研究的主要問題。因此，筆者決定利用行為改變技術的正負增強等方式，嘗試是否可以減緩小邦目前出現的脫序行為達 60%。

參、研究方法與程序

一、研究對象：

主角即小邦，配角即與其學習環境週遭之同學與老師。

二、使用工具：

PPVT、WISC-III、TONI 測驗、父母用兒童活動量量表、教師用兒童活動量量表、計時器、雪花片、各式教學教具、玩具拼圖、圖畫書、繪畫用具(圖畫紙、彩虹筆…等)。

三、研究程序：

(一)教學前：

1. 了解小邦的智力情形與文化刺激與否，以及其學習起點行為。

2. 與小邦的級任老師與母親晤談，以其了解其脫序行為的嚴重情形。

3. 與小邦的醫生晤談，了解其目前的問題。並做適當的協調以達到協助小邦行為改正為目的。

4. 與小邦建立良好師生關係，作為日

後教學之準備。

5. 觀察小邦未接受行為改變技術時的上課情形、下課後與同儕互動之狀況。

(二)教學中：

1. 利用行為改變技術加以介入，以改正其上課時不良行為。

2. 獎勵方式：畫圖一次、擁抱、加雪花片、玩積木。

3. 負增強方式：剝奪畫圖、玩積木時間。

(三)教學後：

將行為改變技術撤銷，觀察小邦行為是否已塑造良好。

四、個案能力現況：

1. PPVT 分數為 102，百分等級 55，因而並無文化刺激不足等問題。

2. WISC-III 智商指數為 78，百分等級為 7。

3. TONI 測驗分數 94，百分等級 34。

4. 父母用、教師用兒童活動量量表分析：

選項 評量者	從不 如此(a)	很少 如此(b)	有時候如此 (c)	常常 如此(d)	總是 如此(e)	總分(f)
父母	0	6	5	3	13	77
老師	4	1	8	12	7	81

總分(f) = (a) × 0 + (b) × 1 + (c) × 2 + (d) × 3 + (e) × 4

兩者量表分數所呈現，皆是屬於偏高的情形。

5. 個案持有過動症證明，並曾經有半年的感覺統合治療。

肆、研究時間：

90 年 9 月 7 日～91 年 1 月 18 日。

伍、研究過程

一、教學前(90 年 9 月 7 日～90 年 10 月 5 日)

當筆者知道有這樣一位「與眾不同」

的孩子時，便與另一位老師一同與小邦的級任老師溝通，以了解小邦的狀況。第一眼看到小邦，就看到他在學校遊樂區裡玩耍，看他身手之敏捷，爬高攀低似乎不是難事。小邦的媽媽卻憂心忡忡的說：「我就是怕他這樣爬來爬去的，真不曉得要是摔下來怎麼辦？」這時，天真的小邦正好跑到媽媽的面前並說：「媽，你看我摔下來都不會痛喔！」此時，筆者便知道，要讓小邦安靜下來，似乎是一件相當棘手的事情。

由於另一位老師和筆者都急於想了解小邦的過去，便主動與小邦的媽媽聯絡。原來，在就讀幼稚園時，小邦就常於上課中擅自亂跑，甚至是獨自玩耍，嚴重影響老師上課，小邦媽媽見不對勁，便帶至桃療就診，醫師開了「中樞神經興奮劑」^(註一)讓小邦服用，並且讓小邦在桃療做了半年的「感統治療」，但由於小邦媽媽過於忙碌，目前無法再帶小邦至桃療，所以只要有點時間，小邦媽媽會自行帶著小邦做「滑板運動」。服藥的情形也因小邦產生氣喘的副作用未能持續下去^(註二)。

「感統治療」對於小邦而言，似乎發揮了許多的療效，小邦變得比較安靜，做事情也比較沉穩，寫字時也不會歪七扭八的^(註三)。但是，由於「感統治療」與服藥的中斷，小邦的狂野行為似乎變本加厲了。

在了解小邦的過去之後，筆者連忙的替小邦做了智力測驗，以了解小邦的智力發展與文化刺激足夠與否。結果，小邦的智力與文化刺激一如筆者所想的，是個相當不錯的孩子，但由於小邦是過動兒，本身的部分才能可能因自我的無法控制，而在制式化的測驗中被埋沒了，因此筆者相信小邦的能力絕不是僅僅如此。此外，在測驗與平常交談的同時，筆者發現小邦有其專注的時候，每當讓他做畫時，他的專注神情就與平時的態度迥異，這不禁讓筆者驚訝，因為過動兒的過動行為，是一種

泛情境的模式，那麼小邦相當程度專注的行為，該如何解釋呢？這時，筆者心底不禁打了個問號了，小邦真的是過動兒嗎？倘若他真的是，為何會有這種情形出現呢？

為了解小邦真正的就醫情形以及共謀幫助小邦的對策，便與小邦的主治醫師與治療師聯絡，原來小邦的情形是屬於「單純性過動症」^(註四)，簡單的說，也就是小邦仍有其專注力的時候，但小邦的過動情形十分嚴重，於課堂上不僅無法上課，也干擾到老師教學，甚至引起同組同學的不滿，於是筆者與另一位老師便詢問醫師是否能让小邦繼續服藥，在經過溝通之下，醫師建議不但讓小邦服藥^(註五)，最好能讓小邦繼續「感統治療」。

所謂「服藥」的功效，並不是指服藥後可治療小邦的過動情形，而是經由服藥後，可減緩小邦的過動次數，讓小邦在藥效的作用下，可從事各種學習性以及團體性的活動，以達到知識性與團體性學習效果。而這也才是藥物存在的主要目的。因此，藥物的使用是治標，在藥效作用下教導小邦如何與他人相處，才是治本（洪麗瑜，民87）。

讓小邦開始繼續服藥並不是這麼順利的，由於小邦有過服藥後產生氣喘的副作用紀錄，因此小邦媽媽似乎不願再讓小邦服藥，但基於服藥後小邦才能安靜學習的因素，筆者與另一位老師想辦法與小邦媽媽溝通，並且向小邦媽媽說明藥物，即「中樞神經興奮劑」並不是只有一種，假若小邦服藥後身體不適，是可以與醫生洽談的。若服藥後產生一些不適應的症狀，只要家長適時告知醫生，醫生通常會適時的變換藥物，直到適合患者本身體質為止。經過與小邦媽媽和醫生雙方溝通後，小邦終於又開始服藥了。並且確定了藥效作用與結束的時間^(註六)，以切實掌握可授課的

時間，讓小邦得到最好的學習效果。

為了解小邦平時上課狀況，筆者特地抽了一個星期的早上第三節課，觀察小邦的上課狀況。筆者之所以挑選每一天的第三節課作為觀察，是因為早上七點多小邦服藥過後，可維持約三~四個小時的安定，而這三個小時中，小邦的級任老師可易對小邦從事教學活動，但約於10點多左右，藥性會漸漸失去，小邦的專注學習效率就會開始下滑，甚至恢復其狂野本性，

小邦無法在教室學習知識，因此必須將此時段抽離至資源班上課，除了訓練其專注力、上課秩序外，更加強其學業上的不足。就觀察的結果，小邦的上課專心注意情形頗糟，其情況約不到5分鐘就站起來，漠視上課應遵守的秩序，干擾其他同學上課，要不然就是望著窗外發呆。在一整節課中，不專心的時間比率佔其八成左右(見表一)，使得級任老師往往進行第三節課教學時，就快要舉白旗投降。

表1 安靜坐在位置上與離開座位之紀錄情形

日期	9/24	9/25	9/26	9/27	10/2
該節課程 分鐘 (共一節課)	(生活課程)	(生活課程)	(語文領域)	(生活課程)	(綜合課程)
0~5	x	x	x	○	○
5~10	x	x	x	x	x
10~15	○	x	○	x	x
15~20	x	○	x	x	x
20~25	x	x	○	x	○
25~30	x	x	x	x	x
30~35	x	○	x	x	x
35~40	x	x	x	x	x

註：每5分鐘做以下記號

○ 安靜坐在位置上 x 離開座位

二、教學中(90年10月8日~90年12月31日)

(一)教學策略：

由於小邦的過動行為影響到自身的學習成效，因此對於小邦的教學策略，不但要考慮的是行為上的塑造，更是要給予課業上的補強。因此，筆者的教學策略分成兩部分進行：

1. 行為塑造—建立上課規範

由於小邦自我控制力很差，上課時不

知道要回到教室上課，有時候會到操場或遊樂器材區玩到忘我，甚至跑出校園，而跑出校園的理由是因為想媽媽的關係^(註七)

；此外，上課頻頻作勢的行為也干擾到老師以及其他同學的上課。因此，筆者急欲建立小邦上課時應遵守的規範。在參閱了相關的書籍後，發現要讓類似小邦這樣的孩子遵守規範，必定要明確的告知小邦哪些是應遵守的規範，而不是以模擬兩可的話語來告誡他(張蓓莉，民81)。對小邦這類的孩子而言，諸如「你要乖，這樣才是

好孩子！」、「不可以隨便亂跑」…等等這些話語，對他而言都過於抽象。「乖」的定義是什麼？他並不清楚；什麼叫「隨便亂跑」？什麼時間內才叫「隨便亂跑」，像這些指令對他而言都太過抽象了，因此，明確的告訴他應遵守的規範，是矯正他行為的第一步。

*鐘響了，該回教室囉！

起初，筆者擔心小邦可能下課時間四處亂跑，更或者是做出一些危險的動作，會間接傷害到自己，因此，只要下課時間，就會抽空去看小邦，並與他談天說地，期望與他建立良好師生關係，但這只是筆者塑造小邦行為的動機之一；另一動機是為了等待上課鐘響，以引導小邦回教室上課。為了讓他上課準時回到教室，我便在上課鐘響後，告知他：「只要聽到鐘聲響，就要回教室上課」。一開始，小邦並不怎麼願意，我常常必須在告知他後，還須要連哄帶騙的帶他進教室上課。而此時小邦就會問：「為什麼要回教室上課？」「不上課不可以嗎？」「為什麼要有鐘聲？」「鐘聲怎麼傳出聲音的？」^(註八)很顯然的，小邦並不了解到學校是要做什麼，對於學校這環境他完全不熟悉。甚至，小邦會問：「上課了就會怎麼樣？會跟爸爸一樣聰明嗎？」^(註八)於是每當他問這些問題，我就必須開始試著說服他，讓他信服，並且讓他知道可以信任我。如果時間允許，筆者就會在下課時間，把小邦帶至資源班，讓他玩他最喜歡的積木，作為上課鐘響後準時回教室的獎勵。這麼做的重點在於，必須讓他知道，自己若能準時回教室上課，不但可以玩積木，更是個老師喜歡的乖孩子。

剛開始，小邦總是在我告知他應該回去上課後，賴皮似的拖延回教室上課的時間，可是漸漸地，小邦瞭解這個遊戲規則後，只要稍加提醒，譬如在打鐘後，告知

他已經上課的事實，他必定會在鐘聲響後幾分鐘內自動的回教室上課。

但是，以小邦的情況而言，可以說學校作息時間的觀念未建立。老師不可能永遠的提醒他，而這類的孩子，假若讓他去做下一件事情，適時的給予時間讓他有心理準備是很重要的（張蓓莉，民81）。因此，筆者就改變提醒的方式，便在上課前一至二分鐘，便告知他快要上課的事實，好讓他有心理準備，並且教他分辨上下課鐘響的差別；此外，筆者在此時發現小邦的精神相當差，常常有黑眼圈的出現，問其原因：「全家人都睡了，我都睡不著，可是我很累」、「我不敢睡，因為有無頭的鬼來追我」^(註九)。筆者推測，睡不著之因應是藥物作用的關係，而做惡夢的問題之因，應是對於環境的不熟悉與恐慌。經過不斷的「話家常」，讓小邦漸漸減低上學的不適應，終於，他可以慢慢進入狀況了，之前的賴皮似的行為減少了許多，生理上的黑眼圈也消失無蹤。

每天的第三節課，就是小邦到資源班的時間，而這也是他最高興的時間，一則是因為在這裡有他喜歡的玩具；二則他不必回到那令他惶恐的教室。教室對他而言，是陌生的環境，而同學對他來說，也是不足以讓他信任的。因此，他常會在下課時間就跑來問：「我可以上來了嗎？」但為了建立他的規矩，除了下課以及應上來報到的時間之外，我絕不讓他在資源班多待一秒，好讓他能漸漸融入與班上同學的互動，增進人際關係。

*完成作業或指令—立即增強

當他來到資源班，筆者就會很明確的告訴他：「只要你做好一件我所交付的作業或指令，我就會給你獎勵。」獎勵方式如加雪花片^(註十)、擁抱10秒鐘，或者是畫圖一次^(註十一)，並與社會性的增強如口頭讚美交互運用。但是，這時間也是藥物漸漸失

效的時段，因此在行為塑造上比較吃力些。不過，筆者之所以選此時段，第一是因為藥效作用的時間正好讓他在班級裡學習主要科目，如語文或數學領域，以免落後進度；第二，抽離學生至資源班本應是選取對學生學習影響不大的學習節數（見表一）；第三，趁此時間在藥效並未完全退去之前，可以藉此加強訓練小邦的克制自我衝動的能力。筆者所交付小邦的作業或指令，通常可讓小邦花約五分鐘的時間完成，每當完成後，就立即給予增強，通常以加雪花片和口頭讚美的方式居多。一開始，小邦常常於一節課中，坐不住或動來動去的、敲桌子，更或者直接揉掉作業單，這些不安的情形通常持續 25 分鐘，因此常只做完一項目作業。但為了讓他熟悉遊戲規則，筆者就先放寬獎勵的限制，只要他做完一項目作業，就給予擁抱 10 秒或畫圖一次。至於，筆者之所以選擇擁抱 10 秒，是因為筆者發現小邦喜歡被擁抱的感覺，而這感覺不但增加他的安全感，也減少了他好動的頻律；再加上小邦喜歡畫圖，只要讓他畫圖，他就完全沒有躁動的情形出現，因此選擇此兩種作為增強的方式。

施行的初期，要讓小邦做完一件作業，幾乎要利用擁抱的方式誘導他，待小邦瞭解資源班榮譽制度後，筆者就以加花片的方式增強其適當行為，直到一節課結束後，筆者即明確的告訴他這節課表現的如何，再給予最後的擁抱^(註十二)。

但是，小邦並不是每次都能安靜地坐在位子上完成我所交付的作業。假若當天他心情較浮動，更或者家裡發生了事情，譬如父母鬥嘴、與弟弟爭吵…等，小邦依然會有坐不住的情形出現—扭來扭去、椅子坐一半、以跪姿撐在椅子上、直接靠在我身上、裝鬼臉、故意寫怪字、變成軟趴趴動物躺在墊子上…等等；如果情況嚴重時，就會產生攻擊行為，譬如打老師、咬

老師的手、用力敲打桌子、摔椅子…等。這時候，筆者通常給予警告，警告次數大多二次，只要再犯，筆者就會毫不客氣的拿掉他應有的雪花片，直到他恢復應有的規矩為止。

在塑造行為的過程中，筆者發現小邦善良乖巧的一面：有時候，他知道自己不乖，他會勇敢說出來，並說自己的不對；他也知道哪些老師對他好，甚至會親自畫圖送給老師；在學校拿到的糖果和餅乾，小邦會拼了命的「保護」那些食物，就是為了拿回家給弟弟品嚐^(註十三)。這些都讓筆者心疼不已。

2. 補救教學

給予小邦的作業或功課，通常是為了補強他在班上因好動而缺少所學的東西，其教材內容仍忠於原班的課本教材。筆者發現，每當問及認知性問題時，小邦幾乎可以正確回答。而此類的問題，是小邦為接受藥物治療前所學習的內容；此外，只要必須習寫的作業，就常會有字形錯誤的現象產生。因此，相信小邦的學習型態是口語型(oral)學習，視覺上的學習反而較弱。為加強小邦視覺上的學習，大多以作業單的習寫為主要項目。

作業單的習寫除了加強應有的課業能力外，也間接訓練自我克制過動的能力，因此行為塑造與補救教學都盡量同時進行。

不過，筆者發現適時的讓小邦活動，也未嘗不可。主要是因為此時間的小邦已漸漸無法克制自我行為，倒不如從事一些動態性的活動讓小邦操作學習，因此，當小邦的行為過於好動時，採取負增強的方式反而引起反效果，因而是做一些知動訓練，讓小邦在學習課業時，也消耗了部分的精力，使小邦在下一節課來臨時，能夠緩和情緒。

(二)筆者自我修正：

學校通常會舉行一、二次的大型活動，就在闖關活動的那天，對小邦而言可說是一個陌生、盛大的場合，因此即使小邦吃了藥，仍然躁動不安。來到學校幫忙的家長，對於小邦已無招架之力，頻頻表示已達到忍耐小邦狂野的限度。筆者趁著闖關活動的空檔，一直陪伴在小邦的身邊，此時就有其他家長問我：「他是那位班上過動兒嗎？」我心想，這事傳的可真快，我也沒有隱瞞的必要，便回答了是。沒想到小邦笑笑還伴隨滑稽的動作說：「你才是呢？」雖然乍聽之下很好笑，但是這不免告訴我：「小邦其實知道自己很難控制自己，知道自己是過動兒。更或許，小邦把過動兒三個字認定為不乖的象徵了」。在闖關結束後，小邦的級任老師問小邦：「小邦，你闖關成功了，好棒喔！高不高興啊？」沒想到小邦的回答竟是：「不高興，因為我不乖都亂跑。」筆者因為闖關活動的關係，了解到小邦能夠有自我反省的思考能力，但又對小邦產生許多不捨。筆者也相信，小邦並不喜歡「過動兒」這三個字，畢竟，此三個字對小邦的負面影響並不小。

每當筆者與其他老師討論到小邦時，常忘記考慮到小邦存在於現場，且於小邦產生錯誤行為時，又被冠上「又過動了」。經過此事件，筆者深知自身的言語不當對小邦的傷害。因此，筆者深刻覺知：盡量不要將小邦所犯的過錯與「過動兒」三個字連結。對於小邦的行為，盡量以提示、警告或增強的方式處理；此外，只要小邦行為得當，即以誇張的讚美以提昇其自信心與良好的自我概念，以減少其先前所受的傷害。此後，小邦的神情有了轉變，變得較安定，而與同學也又密切的互動。

在補救教學上，筆者發現單一的作業單習寫並不是小邦所喜愛的學習方式。每當要求小邦動手習寫，就如打仗般一樣艱

難，常非得威脅兼利誘。經過一段時間，自深知小邦是聽覺學習型的孩子，即使為訓練其視覺上的學習能力，並不能只是侷限於習寫此項工作。因此，將學習內容以卡片、教具、電腦輔助教學(CAI)或結合其他的動態活動，依然可以加強他的學習成效。

經過約 2 個月的相處，與小邦的師生關係不錯，甚至小邦還告訴筆者：「我有兩個媽媽，一個是家裡的媽媽，另一個是你。」^(註十四)在一連串的行為塑造中，他漸漸地能安靜地上課，也能夠體會老師對他要求與勸導，這讓筆者很感動。重點是，雖然不斷的給予小邦學習的機會，但小邦給予筆者的卻是更多的省思與學習。

三、教學後（91 年 1 月 1 日～91 年 1 月 18 日）

小邦的補救教學持續進行著，但其行為模式漸趨改善，因而對小邦行為的塑造，並不再予以刻意的強調。現在，每當上課鐘聲響起，小邦會自動的回到教室或者至資源班上課；課堂上對於老師所給予的指令，大多予以遵守。但並不總是都安穩的坐在位置上，有時候，小邦會因當時發生的某件事情，往往無法控制自己，此時若老師適當提醒或再度立即增強，大多會達到老師的要求。但假若當天的課程活潑，亦或者是突然有另一項事物更吸引他的目光，小邦就不願意回到原來的座位上安靜上課更或者接受老師的指令；假若老師限制了他喜歡的事物，他會採取完全的不合作態度加以對抗，諸如，拳打腳踢、作勢要咬你…等；並說：「你是壞人！」基於此，於是給予小邦條件性的限制，譬如「給你 2 分鐘做完某件事」、「做完了作業就玩你喜歡的拼圖」…等，以減緩他的抗拒心態，並能夠多少加強小邦的學業。

直至今日為止，大部分時間的小邦都

是非常遵守規矩的，譬如：從事動態活動、聽故事、寫習作或作業單、抄寫聯絡簿…等。只是小邦的衝動或過動行為並不能完全消除，畢竟這是需要長時間的訓練，此種自我克制行為的訓練，除了老師、家長、醫生的幫助下之外，更有待小邦自我身心的發展的成熟，才能順利的克制自己衝動的行為；此外，衝動或過動行為的減緩也有待其生理發展之成熟。

相較於學期初的狂野小邦，現在的小邦可說是非常的紳士了呢！期初不安於室的時間至少高達30分鐘以上，但對於現在的他，除了突發狀況外，譬如沒吃藥、班級活動頻繁，小邦在資源班時至少能維持20~25分鐘之內皆能聽從老師的指令；原班級的導師也稱讚小邦的行為大大改善。

陸、結論與建議

當然，小邦的行為塑造並不因此結束，只是小邦已漸漸融入班級，其問題行為已減緩許多；筆者常見到小邦與其他同學產生良性互動，問其是否有如以前做惡夢的經驗，其答案都是否定的。因而對於其所屬的班級與學校皆不在存有惶恐的心理，對此一研究問題，終於可以畫下句點了。

經過這一研究，不斷的思考、反省、執行、再反省、再執行，筆者有以下幾項歸納或建議：

一、教學上建議：

1. 建立明確的規範：仔細說明哪些是可以做的，哪些是不能做的。
2. 增進人際關係：除了在活動中讓他學會等待外，還要告知其原因與後果。別以為學生年紀小聽不懂，其實，他真的能了解。
3. 養成自我反省的能力：每當做完一

件事後，即可提醒學生此做法的對與錯。立即的自我反省，可以讓他清楚了解自己所做行為的對與錯。

4. 運用「分散學習」：將複雜的指令或作業分段，使之逐步漸進完成。

5. 擅用優勢以加強弱勢：觀察學生的優勢，以優勢的能力加強弱勢。譬如利用口語聽覺的方式加強視覺上的學習；或以優美圖案加入文字教學。

6. 訓練專注力：此可於動態或靜態學習中加以訓練。

7. 減少不必要的刺激：教室環境以簡單為宜，安排學生座位以最少可能干擾的環境為佳，最好位置是在老師伸手可及的範圍。

8. 適時給予發洩機會：協助老師處理雜務、幫同學義務服務、以及知動訓練…等。

9. 多與原班級導師或家長溝通：此項應是最重要的，目的在於了解學生平常的生活型態，此外，也可經由多方聯絡而找到能幫助過動兒的任何蛛絲馬跡。

10. 多提昇過動學生的自我概念：過動學生的心靈大多是受挫的，以誇大讚美的方式，建立其自信，進而培養人際互動。

二、行政上建議

1. 有效的資源的分享：筆者處理此個案期間，除了自身遇到問題請教其他資深老師或自行查詢資料外，在學校行政上很少有人主動給予任何幫助，形成有如單打獨鬥的狀況，此外相關性資料的找尋與分享的頻率極少，忽視程度可見一斑。筆者認為，行政上的援助也是減輕特殊教育教師負擔的重要因素。即使是些許的資源的分享、相關資料的提供等，不但會使教師在知識、教學方面受益，也讓學生受惠。

2. 獲取校護的協助：校護工作通常紀錄學生之生理狀況、維護學校環境、健康

諮詢與宣導、緊急救護、其他有關學校衛生工作之事項。有此可知，校護可提供的幫助：紀錄過動學生的生理狀況、提供用藥資訊、協助教師幫過動兒服藥…等（劉永健，民 84）。筆者於此期間，除了未幫過動兒服藥外（由導師協助）大多數事情都是由特殊班其他資深老師透過與醫師和家長溝通，才了解其狀況。因此，透過校護的幫助，也應可減輕特教老師的壓力與工作量。

整個過程的進行，對筆者而言是相當繁瑣的，為了要了解小邦的活動情形，幾乎沒有什麼休息的時間，為的就是希望能夠更清楚了解小邦的活動模式；此外，為找尋幫助小邦的方法，除了請教其他資深特教教師外，也從書籍上找尋相關的知識。這過程對初執教鞭的我而言，雖然頗為辛苦，但亦是嘗試、是經驗，更是一種可遇不可求的學習。經過這一次的研究與反思，未來再面對如小邦這類的孩子時，相信自身有更多的信心與經歷來幫助此類的學生。

謝辭

感謝老師們與教授於筆者撰稿期間給予的建議與幫助！

註解

註一：醫生常開立的藥物分為中樞神經興奮劑、抗憂鬱劑、一種控制血壓的藥物（宋維村、侯育銘，民 85）；其中以興奮劑的效果最好（洪儷瑜，民 87）。

興奮劑的效果在於增加中樞神經傳導物質，可改善 ADHD 因缺乏此物質所造成的問題（洪儷瑜，民 87）。中樞神經興奮劑之種類通常包含 Ritalin、Dxedrine、Cylert。這類藥物通常是醫師的首要選

擇。對於注意力不集中、衝動、過動皆有效，並且可減輕其攻擊行為。其副作用極輕微，包括食慾減退、失眠、體重減輕（宋維村、侯育銘，民 85）。

抗憂鬱劑是醫師的第二選擇，其中以 Tofranil 與 Tryptanol 較常使用。此藥物較適用於併有憂鬱及焦慮的 ADHD，然而這些均需服藥 2~4 週才見藥效（林淑芬，1998），其副作用有口乾、便秘、鎮定，並對心臟血管有非常輕微的影響（宋維村、侯育銘，民 85）。

控制血壓的藥物為 Clonidine，用於對前兩者藥物效果不加時使用，對於 ADHD 併有妥瑞氏症（Tourett Syndrome）也具有效果，但此藥物不適用於併有憂鬱症的 ADHD（林淑芬，民 87）。

註二：小邦母親表示，在小邦就讀幼稚園時，曾有給予服藥的動作。不過，因為小邦的氣喘，讓她對藥物的信任度產生質疑，並且因害怕藥物對小邦有極大副作用，因而作罷。

註三：小邦媽媽表示，由於當時（九月初）工作繁忙，因此中斷了從事感統治療的動作，發現小邦因沒有感統治療，而顯得過動很多。即使自己有帶小邦做一些簡單的動作，但時間頻率都不長。

註四：根據診斷及統計手冊第四版的標準，注意力缺陷/過動症分為四個類型（洪儷瑜，民 87）：

(1) 不專注型

(2) 過動及衝動型

(3) 綜合型，即結合前兩類型。

(4) 未特定型，顯著出現第 (1) 類或第 (2) 類型的症狀，但未達注意力缺陷/過動症的標準。

小邦應屬於第 (2) 類型。

ADHD 的典型症狀，通常分歸納於以下六類（林淑芬，民 87）：

(1) 活動量過大：總是坐立不安、動

來動去、在學校無法好好坐在位子上，經常在教室內走動，這些情形均不分場合、地點而發生，且無法聽從大人的要求而停止。

(2)注意力無法集中：易分心，持續力不佳，常常事情做一半就又注意到其他事。

(3)衝動：有想要什麼就非得得到的特性。與同儕從事活動時，無耐心等待輪流。

(4)學習出現困難：有忘記的情形發生，在區分相似符號或聲音上常有困難，長期面對這些困難又得不到稱讚時，往往自我放棄。

(5)協調困難：有經常跌跤或平衡感不佳的情況，或是手眼協調不佳的狀況。

(6)情緒困擾：受挫容忍度比一般兒童低，也常因人際關係的危機造成自信心低落或負面評價。

註五：小邦有服藥後氣喘、身體不適的情形出現，醫師表示那是藥物的副作用，不過，假若有身體不適的情形，可以更換藥物治療。

註六：小邦的藥物大約一個小時左右後產生作用，作用時間約 3~4 個小時。也就是藥物漸漸消失的時間，是每天課程的第三節。

註七：在開學初期未服藥時，小邦導師曾說：「小邦有次未告知我就擅自回家，當時我整個校園都找不到人，急得如熱鍋上螞蟻，後來通知家長才知道小邦回家去了。」

註八：小邦問筆者：

小邦：「為什麼要回教室上課？」

筆者：「因為你要學很多的知識啊！」

小邦：「不上課不可以嗎？」

筆者：「不上課就無法變成聰明的小邦了！」

小邦：「上課了就會怎麼樣？會跟爸爸

一樣聰明嗎？」

筆者：「是啊！會跟爸爸一樣聰明喔！爸爸也希望小邦變得很聰明。」

小邦：「為什麼要有鐘聲？」

筆者：「有鐘聲就可以告訴你什麼時候要上課？什麼時候要下課！」

小邦：「鐘聲怎麼傳出聲音的？」

筆者：「學校裡有裝設喇叭啊，透過喇叭我們可以聽到鐘聲。」

註九：筆者見小邦明顯出現黑眼圈，便問：

筆者：「你昨天有沒有睡覺？」

小邦：「沒有，全家人都睡了，我都睡不著，可是我很累」

筆者：「媽媽知不知道你沒睡？」

小邦：「不知道，我還看到媽媽已經睡著了，可是我一直看天花板。」

隔天筆者又問：「你昨天睡了嗎？」

小邦：「我不敢睡，因為有無頭的鬼來追我。我不敢把眼睛閉起來，所以就沒睡。」

註十：即「代幣制度」的形式，在班上建立榮譽榜，每做完一件指令或作業，給予一雪花片。集滿十個雪花片，可換一個磁鐵娃娃，集滿了五個磁鐵娃娃，可換取三樣文具。

註十一：小邦最喜愛他人擁抱，而擁抱後小邦的過動行為會減緩許多；畫圖是小邦最愛從事的行為，也是他的專長，但常為了作畫，而忽略應學的課業，因此用此方式增強他應做的行為。

註十二：此擁抱代表該節的整體表現良好與否，因此表現良好，最後擁抱的時間就會拉長。

註十三：小邦為了保護這些食物不讓其他同學吃，而與其他同學產生衝突。

註十四：小邦：「王老師，你有小寶寶嗎？」

筆者：「沒有，你要當我的兒子嗎？」

小邦：「嗯！我有二個媽媽，一個是家

裡的媽媽，另一個是你。」

參考書目

一、中文部份

- 洪儷瑜(民87): ADHD學生的教育與輔導。台北: 心理。
- 張蓓莉(民81): 「過動行為初核表」之編製及行為改變技術之應用示範。國立台灣師範大學特殊教育中心。
- 楊坤堂(民88): 注意力不足過動異常: 診斷與處遇。台北: 五南。
- 許天威(民89): 行為改變之理論與應用。彰化: 品高。
- 王文科(民88): 教育研究法。台北: 五南。
- 宋維村、侯育銘(民85): 過動兒的認識與治療。台北: 正中。
- 瑪麗福特著、何善欣譯(民87): 不聽話的孩子—過動兒的撫育與成長。台北: 商周。
- 成虹飛(民79): 行動研究的書寫與閱讀—困境與可能性(丫美與阿花的對話錄), 教師天地, 105期, 頁40~47。
- 張鈿富(民79): 行動研究的概念與執行, 教師天地, 105期, 頁9~12。
- 張景媛(民79): 進行行動研究應注意的問

- 題, 教師天地, 105期, 頁13~16。
- 何月照(民79): 『變』—對我行動研究的影響, 教師天地, 105期, 頁48~54。
- 劉永健(民84): 學校護士對過動兒提供的服務, 國小特殊教育, 18期, 頁44-46。
- 徐儷瑜、沈君傑(民85): 過動兒的行為治療, 國防醫學, 五期, 頁399~403
- 董媛卿(民82): 動手動腳, 卻不動腦—過動兒的教學建議, 國教之友, 1期, 頁29~41
- 徐志成(民82): 過動兒的補救教學策略之探討, 特教園丁, 二期, 頁27~29。
- 林淑芬(民87): 兒童及青少年之精神疾患—注意力缺陷障礙(ADHD, 過動兒), 台北藥師公會會刊, 1期, 頁49~56。
- 曾美惠(民83): 認識感覺統合—一套解釋神經系統與兒童學習、行為問題間之關係的理論, 健康世界, 105期, 頁17~21。
- 楊百嘉(民85): 感覺統合訓練是什麼?, 中化藥訊, 30期, 頁11~12。

一、英文部份

- Ayres, A. (1979). *Sensory Integration and the Child*. Los Angel: Western Psychological Services.

Be a Yourself Master
-----A Teaching Research Progress of Modifying the ADHD Student
with Behavior Disorder

Feng-Tzu Wang

Abstract

This article was done by action research to show a teaching progress how the teacher (the researcher) could modify a first-grade student with ADHD in the primary school. To truly understand this student, the teacher had divided the process into two parts. First, the teacher would often meet the ADHD student by touching, talking, exploring the student's inner mind, thoughts, and problems, etc. After discussing with the parents, a guiding teacher, and a doctor, the researcher realized more what about the physiology, a condition of family education, and learning condition in the normal class. By multi-understanding, the teacher would try modification strategies again.

The teacher used behavior modification technique to modify the student with behavior disorder gradually, such as positive reinforcement, negative reinforcement, and token method and even remedial instruction. During the progress, the teacher made it helpful to modify the student's behavior successfully and establish the close relationship between each other. As far as the teacher was concerned, she had more edifications and thoughts so as to get many advantages.

According to modifying student's behavior progress, the teacher would offer some suggestions in teaching and administration.

Keywords: ADHD, Behavior Modification Technique, Behavior Disorder, Action Research

做自己的主人—矯治過動兒問題行為的教學研究歷程