

妥善處理孩子間的爭執

你先打我的ㄟ

你居然打我!



孩子間即使是小衝突，老師都不能置之不理，否則容易變成欺負弱小或打架。

★衝突原因大多是(被)誤解
老師可以協助衝突的雙方增進彼此了解。

★衝突是學習人際關係的機會
老師可以與孩子討論發生人際衝突時適當的對應方式。

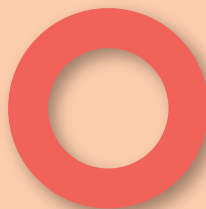
★讓ADHD孩子為班上服務是讓他們融入班上群體的好方法，如幫老師發資料、管理佈告欄等。

多讚美、少責備

讚美



「這些你會了，再來學新的…」，讓孩子學習更難的課程，這樣孩子反而有負面情緒。

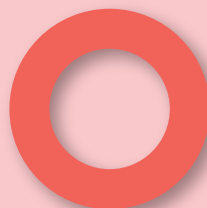


讓孩子完成任務後，可以做喜歡的事，如運動或遊戲，使孩子獲得鼓勵或酬賞。

責備



避免使用負面或激將式語言刺激孩子，或是責備後又取悅孩子，令孩子無法建立適切是非觀念。



以正向語言並解釋理由，且允許孩子有冷靜情緒的時間，讓孩子能消化情緒、反省理解。

參考資料：
申文淑(譯)(2016)。圖解ADHD:有效提升孩子專注力(原作者:市川宏伸)。臺北市:新手父母，城邦文化。

給老師的 ADHD 指導守則

衛生福利部

台師大社區諮商中心



學習

★在課堂上無法安定，如一直動個不停，無法安靜地坐在位子上。
原因:過動、衝動。

★有些科目難以學會，如拿手的和不拿手的科目成績落差極大。
原因:注意力不足、學習障礙。

人際關係 與溝通

★無法融入群體生活，在人際上受挫折。
原因:沒辦法忍耐，行為較衝動，使他人與他保持距離。

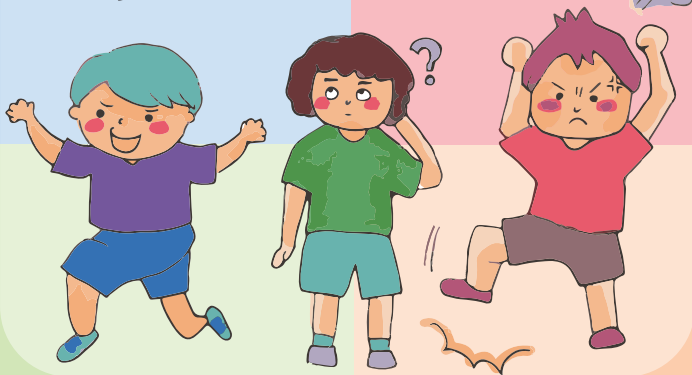
★說話內容跳躍，無法充分理解話語的意思。
原因:常受情緒狀態、注意力不集中等影響，且在需要組織語言表達內容時較有困難。

情緒行為

★被責罵時會加倍暴怒。如動不動暴跳如雷。
原因:行為衝動、反抗性強。

★在家或在外都經常受傷。
原因:無法控制自己的行動，如無視危險，跑來跑去。

ADHD的訊號

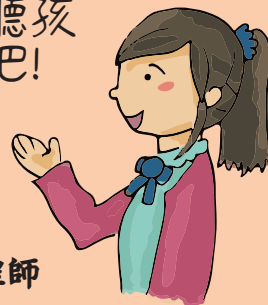


看見 ADHD

ADHD的孩子並非故意，他們本身也很苦惱。

請用心觀察孩子發出的「訊號」，耐心傾聽孩子內心的「聲音」吧!

撰文及美編:黃立雯心理師



創造專心的學習環境

將座位安排在前方正中間

若安排孩子坐在教室後方、靠窗位置，容易分心。

講課時使用道具

授課時多使用卡片或道具，有助於讓孩子將注意力投注在課程內容上。

盡量減少須攜帶物品

若每天都須攜帶很多東西上學，易使孩子混亂。

活用黑板

盡量將上課內容畫或寫在黑板上，在擦黑板前，問學生都看清楚沒了沒。

減少會使孩子分心的陳設

減少會分散孩子注意力、較無關學習的物品擺設或海報，避免孩子受影響分心。