

## 临床反思：多动症（ADHD）儿童青少年接受作业治疗（OT）是否“有用”？

徐再伟

儿童青少年作业治疗师  
台湾新北市 以撒儿童中心

### 理论基础和方法

这是我在职业生涯 25 年中经常被问及的话题。作业治疗专业是依循理论介入，以孩子的特殊需求为基础，主要关注的是功能性表现。个人常用的理论及参考架构包括人类职能模型（MOHO）和促进社会参与的参考架构，通过综合评估孩子在家庭、学校、社区和社会等职能情境中的特殊需求，再针对孩子的角色和职能表现制定介入计划。在符合循证作业治疗和以职能为导向的介入下，孩子在职能情境中的各项角色和表现当然会有明显的进展！根据 DSM-5 的诊断轴主要考虑孩子在情境中的行为表现，随着负面行为的下降，评估结果自然也会不同。

### 个性化介入计划

但正如前面所述，作业治疗专业侧重于孩子的表现而非诊断，所以在我的经验中，每次遇到孩子症状减轻时，我会陪伴孩子和家长们一起庆祝，但仍然根据孩子的内在价值观和兴趣，设计让孩子更能胜任角色和环境的介入计划。期待以职能为导向的陪伴孩子成长，不论在青春期还是成年，都能经历一个富含意义、平和和喜悦的人生。

### 行为表现调节

以冲动-过动为例，我们会优先考虑冲动-过动对孩子的功能性表现产生的影响，而不仅仅是学习“冲动控制课程”或“感觉整合”来调节一天的活动量需求。例如，由于冲动控制不良导致孩子无法耐心等待，在学校系统中，作业治疗师可以通过跨专业整合模式和职能咨询，建议老师们将课程结构化，提供更明确的指导，或将孩子的座位调整到后排，减少干扰以促进正面互动。另外，作业治疗师可以在课堂中增加多元感官的注意力刺激，例如在教授国字时配合实际书写，安装窗帘减少外界刺激，确保教室讲台除了课程内容外不放置其他会导致分心的物品。只要作业治疗师以职能为导向的介入，运用临床推理和活动分析，再加上一点想象力，就可以发现源源不绝的好方法。

## 情感和认知技能提升

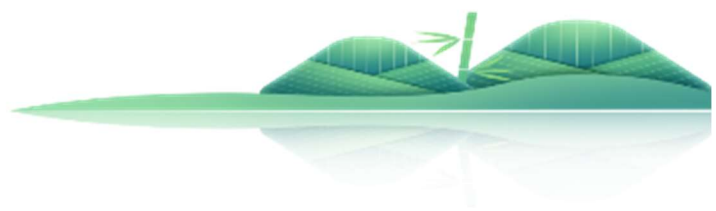
若作业治疗师与孩子建立了治疗性关系，可以教导放松技巧和自我觉察，帮助孩子主动控制冲动，提升情绪调节技能，并因此更加了解自己的归因、价值和兴趣，进而探索想要胜任的职能角色和环境。再配合作业治疗师主持的游戏团体，从中体验希望、普遍人类情境、利他主义、模仿他人行为、人际学习、发展社交和情感释放，就能看到孩子因逐渐提升的自主、效能和人际关系建立能力，实现了孩子期待的职能角色独立和职能环境的掌控。

## 案例分享

以云梦（化名）为例，他是一位三年级小学男生，常因与同龄人互动而有情绪波动，影响了学校生活表现。在建立关系时，职能治疗师首先分享了“治疗师-学生”之间不变的关系，传达了无条件的爱和接纳，并告知了安全守则以确保安全，并承诺陪伴孩子一同面对失败。正因为这种积极的关系，减少了冲动和干扰行为。接着，通过团体活动演练肌肉放松技巧和深呼吸，体会主动放松所带来的效能感。再通过游戏团体让孩子逐渐发现自己最舒适的同伴关系，并通过观察同龄人的表现和变化，开始体验希望、普遍人类情境的感觉，学习他人的情绪调节和互动技巧。经过几次成功的经验驾驭后，在作业治疗师和老师的鼓励下，孩子开始尝试在班级上、下课期间使用学到的放松技巧和人际互动技巧，并逐渐与老师和同学建立心目中想要的人际关系。

## 家庭参与的重要性

在与家庭和儿童青少年一起工作时，家庭的参与和支持对于治疗的成功至关重要。作业治疗师可以通过与家长建立紧密的合作关系，提供支持、教育和资源，帮助他们理解多动症（ADHD）的特点和如何在日常生活中支持孩子。家庭成员可以参与治疗过程，学习如何与孩子建立有效的沟通和情绪调节技巧，并在家庭环境中创建支持孩子学习和发展的积极氛围。通过家庭的积极参与，孩子在作业治疗中的成效可以得到进一步的加强，同时也促进了家庭整体的和谐和成长。



回到标题“多动症（ADHD）儿童青少年接受作业治疗（OT）是否有用？”

## 结论

如果按照文中所述，作业治疗师是依照孩子的内在价值观和兴趣，设计让孩子更能胜任角色和环境的介入计划，期待以职能为导向的陪伴孩子成长，不论在青春期还是成年，都能经历一个富含意义、平和和喜悦的人生。那答案不就显而易见了吗？

\*\*\* \*\*

## 简介

在作业治疗（OT）中探讨多动症（ADHD）儿童青少年的临床效果。

### 作业治疗的理论基础

- 采用人类职能模型（MOHO）和促进社会参与的参考架构。
- 依据孩子在各种情境中的特殊需求，制定个性化的介入计划。

### 面向职能表现的介入策略

- 注重孩子的功能性表现，而非诊断。
- 设计针对性的介入计划，以提升孩子在不同情境中的角色表现。

### 家庭参与的重要性

- 家庭的参与和支持对治疗成功至关重要。
- 作业治疗师与家长建立合作关系，提供支持和资源。

## 结论

- 作业治疗师依据孩子的内在价值观和兴趣，设计个性化的介入计划。
- 家庭的积极参与进一步加强了治疗的效果。

## 结语

- 期待以职能为导向，陪伴孩子成长，创造丰富而有意义的人生。

