



臨床反思：多動症（ADHD）兒童青少年接受作業治療（OT）是否“有用”？

徐再偉

兒童青少年作業治療師
臺灣新北市 以撒兒童中心

理論基礎和方法

這是在職業生涯 25 年中經常被問及的話題。作業治療專業是依循理論介入，以孩子的特殊需求為基礎，主要關注的是功能性表現。個人常用的理論及參考架構包括人類職能模型（MOHO）和促進社會參與的參考架構，通過綜合評估孩子在家庭、學校、社區和社會等職能情境中的特殊需求，再針對孩子的角色和職能表現制定介入計畫。在符合循證作業治療和以職能為導向的介入下，孩子在職能情境中的各項角色和表現當然會有明

顯的進展！根據 DSM-5 的診斷軸主要考慮孩子在情境中的行為表現，隨著負面行為的下降，評估結果自然也會不同。

個性化介入計畫

但正如前面所述，作業治療專業側重于孩子的表現而非診斷，所以在我的經驗中，每次遇到孩子症狀減輕時，我會陪伴孩子和家長們一起慶祝，但仍然根據孩子的內在價值觀和興趣，設計讓孩子更能勝任角色和環境的介入計畫。期待以職能為導向的陪伴孩子成長，不論在青春期還是成年，都能經歷一個富含意義、平和和喜悅的人生。

行為表現調節

以衝動-過動為例，我們會優先考慮衝動-過動對孩子的功能性表現產生的影響，而不僅僅是學習“衝動控制課程”或“感覺整合”來調節一天的活動量需求。例如，由於衝動控制不良導致孩子無法耐心等待，在學校系統中，作業治療師可以通過跨專業整合模式和職能諮詢，建議老師們將課程結構化，提供更明確的指導，或將孩子的座位調整到後排，減少干擾以促進正面互動。另外，作業治療師可以在課堂中增加多元感官的注意力刺激，例如在教授國字時配合實際書寫，安裝窗簾減少外界刺激，確保教室講台除了課程內容外不放置其他會導致分心的物品。只要作業治療師以職能為導向的介入，運用臨床推理和活動分析，再加上一點想像力，就可以發現源源不絕的好方法。

情感和認知技能提升

若作業治療師與孩子建立了治療性關係，可以教導放鬆技巧和自我覺察，幫助孩子主動控制衝動，提升情緒調節技能，並因此更加瞭解自己的歸因、價值和興趣，進而探索想要勝任的職能角色和環境。再配合作業治療師主持的遊戲團體，從中體驗希望、普遍人類情境、利他主義、模仿他人行為、人際學習、發展社交和情感釋放，就能看到孩子因逐漸提升的自主、效能和人際關係建立能力，實現了孩子期待的職能角色獨立和職能環境的掌控。

案例分享

以雲夢（化名）為例，他是一位三年級小學男生，常因與同齡人互動而有情緒波動，影響了學校生活表現。在建立關係時，職能治療師首先分享了“治療師-學生”之間不變的關係，傳達了無條件的愛和接納，並告知了安全守則以確保安全，並承諾陪伴孩子一同面對失敗。正因為這種積極的關係，減少了衝動和干擾行為。接著，通過團體活動演練肌

肉放鬆技巧和深呼吸，體會主動放鬆所帶來的效能感。再通過遊戲團體讓孩子逐漸發現自己最舒適的同伴關係，並通過觀察同齡人的表現和變化，開始體驗希望、普遍人類情境的感覺，學習他人的情緒調節和互動技巧。經過幾次成功的經驗駕馭後，在作業治療師和老師的鼓勵下，孩子開始嘗試在班級上、下課期間使用學到的放鬆技巧和人際互動技巧，並逐漸與老師和同學建立心目中想要的人際關係。

家庭參與的重要性

在與家庭和兒童青少年一起工作時，家庭的參與和支持對於治療的成功至關重要。作業治療師可以通過與家長建立緊密的合作關係，提供支持、教育和資源，幫助他們理解多動症（ADHD）的特點和如何在日常生活中支持孩子。家庭成員可以參與治療過程，學習如何與孩子建立有效的溝通和情緒調節技巧，並在家庭環境中創建支援孩子學習和發展的積極氛圍。通過家庭的積極參與，孩子在作業治療中的成效可以得到進一步的加強，同時也促進了家庭整體的和諧和成長。



回到標題“多動症（ADHD）兒童青少年接受作業治療（OT）是否有用？”

結論

如果按照文中所述，作業治療師是依照孩子的內在價值觀和興趣，設計讓孩子更能勝任角色和環境的介入計畫，期待以職能為導向的陪伴孩子成長，不論在青春期還是成年，都能經歷一個富含意義、平和和喜悅的人生。那答案不就顯而易見了嗎？

*** **

簡介

在作業治療（OT）中探討多動症（ADHD）兒童青少年的臨床效果。

作業治療的理論基礎

- 採用人類職能模型（MOHO）和促進社會參與的參考架構。
- 依據孩子在各種情境中的特殊需求，制定個性化的介入計畫。

面向職能表現的介入策略

- 注重孩子的功能性表現，而非診斷。
- 設計針對性的介入計畫，以提升孩子在不同情境中的角色表現。

家庭參與的重要性

- 家庭的參與和支持對治療成功至關重要。
- 作業治療師與家長建立合作關係，提供支援和資源。

結論

- 作業治療師依據孩子的內在價值觀和興趣，設計個性化的介入計畫。
- 家庭的積極參與進一步加強了治療的效果。

結語

- 期待以職能為導向，陪伴孩子成長，創造豐富而有意義的人生。



家庭賦能在兒童作業治療中的實踐與展望

竇菲菲

f219feifei@163.com

中國康復研究中心作業治療

背景

感謝編輯邀請我分享有關家庭賦能的研學經驗，我感到十分榮幸。我想分享的是關於家庭賦能的學習歷程，這一經歷讓我逐漸意識到其深層意義，並對我的專業發展以及工作產生了深遠影響。

我對於家庭賦能的理解源自於個人的教養經歷以及在作為兒童作業治療師服務物件家庭