

- ★ 孩子尚未完成一件工作時，不要指派新工作。
- ★ 盡量安排一些活動，讓孩子發洩過剩的體力，減少不當的行為。
- ★ 忽視孩子不適當的行為，並分散其注意力，以免增強不良行為。



相處之道

- ★ 了解他們的過動行為並非故意造成，並給予接納及包容。
- ★ 主動和他們做朋友。

如欲進一步查詢，請聯絡
教育暨青年局教育心理輔導暨特殊教育中心
地址：美蘭街31號二樓
電話：2840 1010
網址：www.dsej.gov.mo
電子郵箱：cappee@dsej.gov.mo

辦公時間：
星期一至四：上午九時至一時，下午二時三十分至五時四十五分
星期五：上午九時至一時，下午二時三十分至五時三十分

參考資料：
http://www.smes.tyc.edu.tw/~s1751/new_page_34.htm
香港教育署(2001)《認識及幫助有特殊教育需要的學生-教學指引》
香港聖公會小學輔導服務處(2003)《專注力不足及過度活躍症》
孔繁鐘孔繁錦編譯(2001)《DSMIV 精神疾病診斷準則手冊》
合記圖書出版社

認識 專注力不足 及過度活躍症 的同學



定義

專注力不足及過度活躍是指個人的專注力、活動量、及自我控制的能力，與同年齡的同學比較，出現顯著差異，導致學習及社交適應方面出現困難。

專注力不足及過度活躍的常見特徵

注意力難集中

- ★ 不留心聽講。
- ★ 逃避或拒絕需要持久專注的事。
- ★ 經常不能完成指定工作。
- ★ 做事欠缺條理。
- ★ 經常受外界干擾而分散注意力。

活動量過多

- ★ 會不斷地活動、很難停下來。
- ★ 無法安靜地參與活動。
- ★ 精力旺盛，經常到處走動。
- ★ 多言。

控制衝動力弱

- ★ 常常打斷別人的談話或活動。
- ★ 突然出手碰人。
- ★ 興趣較局限性，玩法單調及重覆。



教學策略及原則

- ★ 教室的佈置越簡單越好，以減少令學生分心的干擾。
- ★ 座位的安排要遠離窗戶或門，盡量靠近教師。
- ★ 盡量使用具體的視覺、聽覺和觸覺教材，幫助學生集中注意力。
- ★ 給予明確的提示，幫助學生辨別重要的訊息。
- ★ 指令簡單化，一次只提一件事。
- ★ 與學生共同制定明確的教室規則及賞罰標準，並設定適當的目標讓學生達成，獎勵學生適當的行為，忽視不適當的行為，對於傷害的行為，立即阻止或暫時隔離。
- ★ 增加學生參與課堂活動的機會，(例如：回答問題或到黑板寫字)。
- ★ 當發現學生注意力分散時，可以走到學生的旁邊，把手放在他/她的手臂上提醒他/她注意。



家長教導原則

- ★ 提供有規律的生活作息。
- ★ 與孩子說話時，要望著他/她的眼睛。
- ★ 盡量安排他們在寧靜的環境下學習。
- ★ 多鼓勵，少責備。
- ★ 當要求孩子做任何事的時候，要確認他/她是否有注意聆聽及觀看。