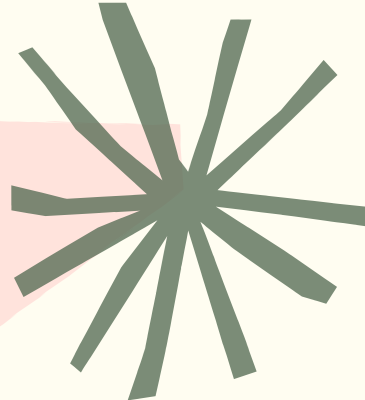
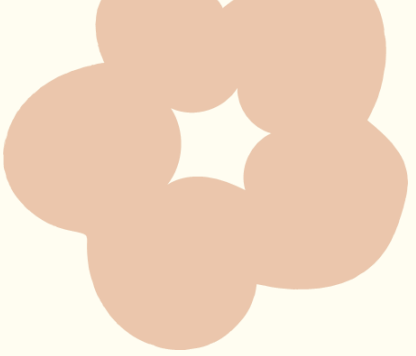




征服搗蛋鬼！

三軍總醫院精神醫學部

鄭云筑 職能治療師



鄭云筑

職能治療師



學歷 | 國立臺灣大學職能治療學系 學士

經歷 | 普洛邦職能治療所 長照職能治療師

松原復健科診所 兼任小兒職能治療師

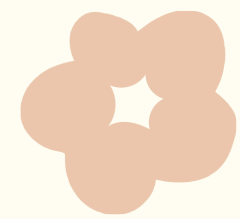
永康復健科診所 專任小兒職能治療師

現任 | 三軍總醫院 衛福部嚴重情緒行為身心障礙者精神醫療就醫障礙改善計畫

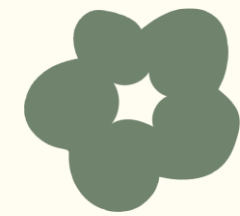
專任職能治療師



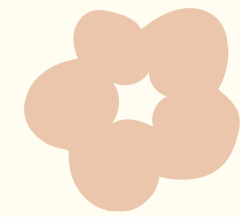
OUTLINE



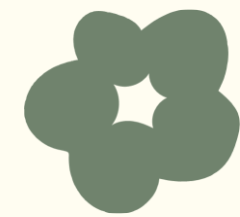
什麼是情緒行為障礙



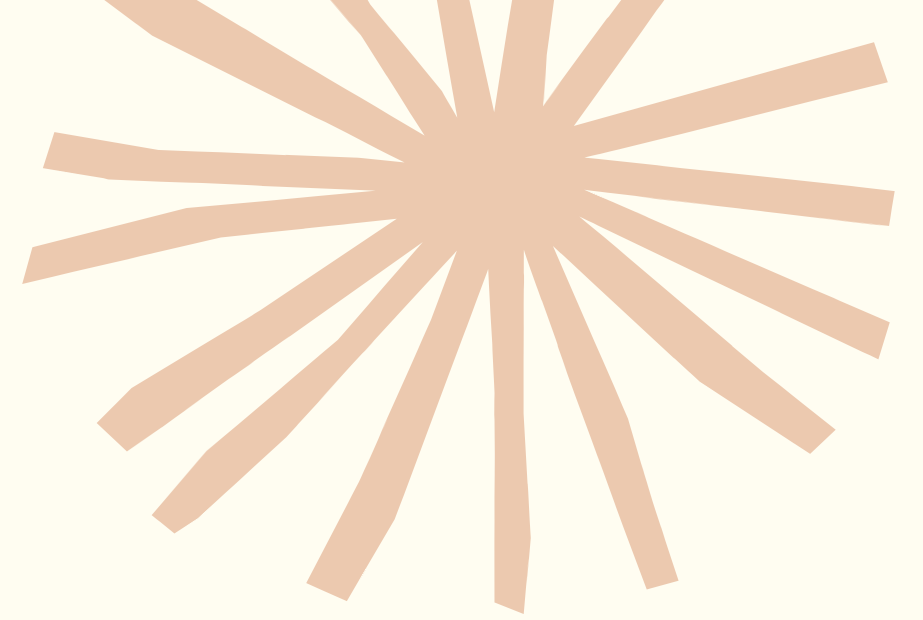
面對情緒的處遇



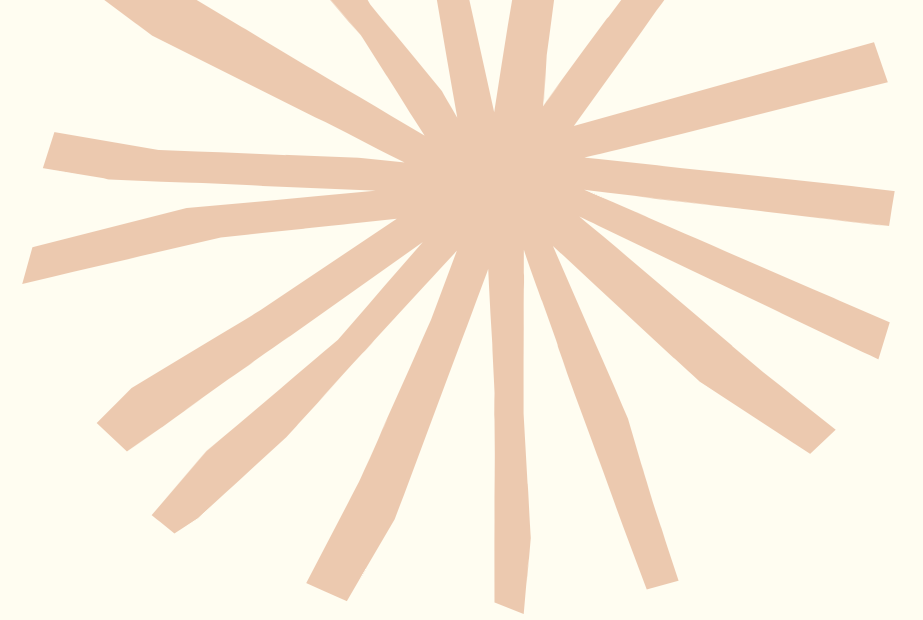
ADHD的困境



職能治療的角色與策略



指導情緒困擾學生的 困境？



什麼是 情緒行為障礙？

情緒行為障礙 (Emotional Behavioral Disorder)

長期行為或情緒異常

非智能或感官疾病引起

精神性疾患

情感性疾患

ADHD

成因

遺傳

環境壓力

家庭背景

心理創傷

學業

- 低成就

社會

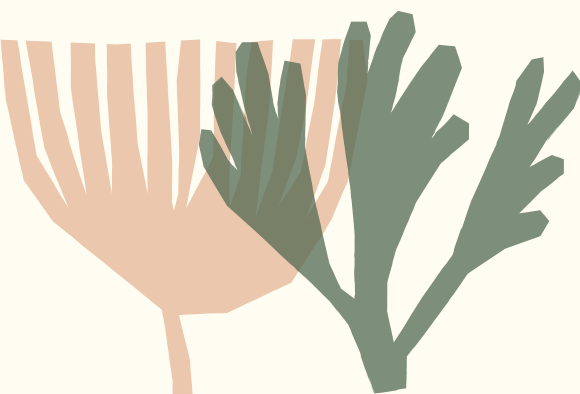
- 不能遵守常規
- 不能扮演該有的角色
或負責任

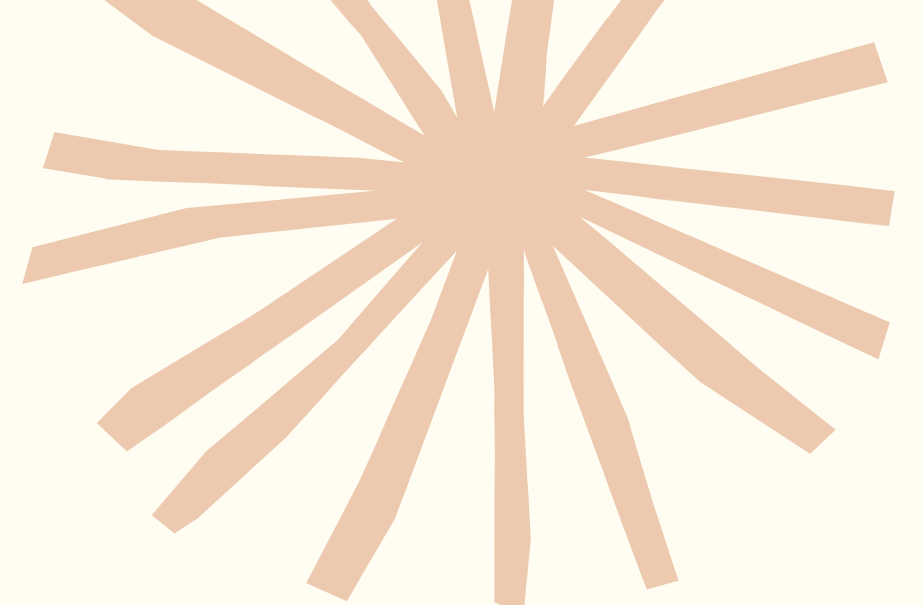
人際

- 與教師或同儕不能建立
或維持適當的人際關係

生活

- 不能自理生活作息、
維持個人清潔或衛生
- 無法執行滿足個人所需
之活動





什麼是ADHD？

神
經
發
展
障
礙

Attention

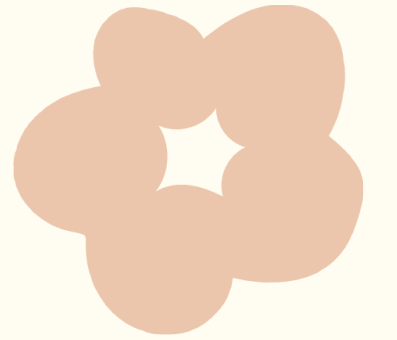
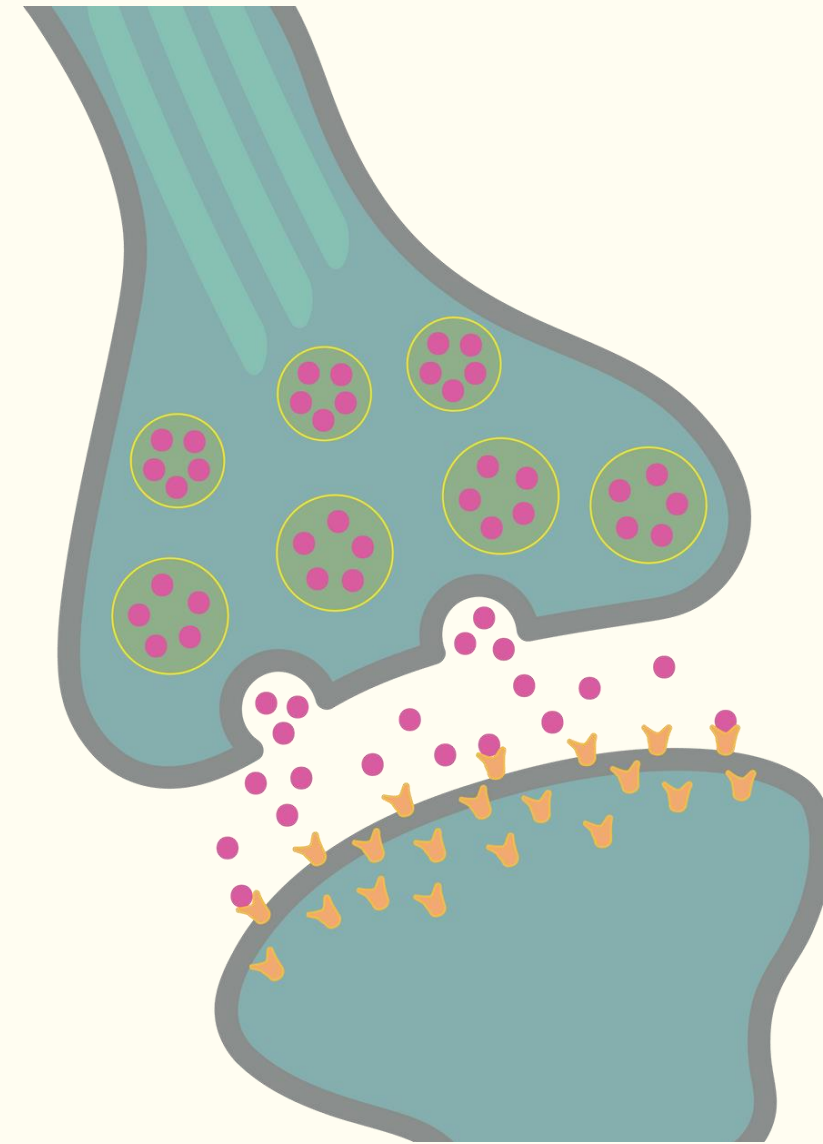
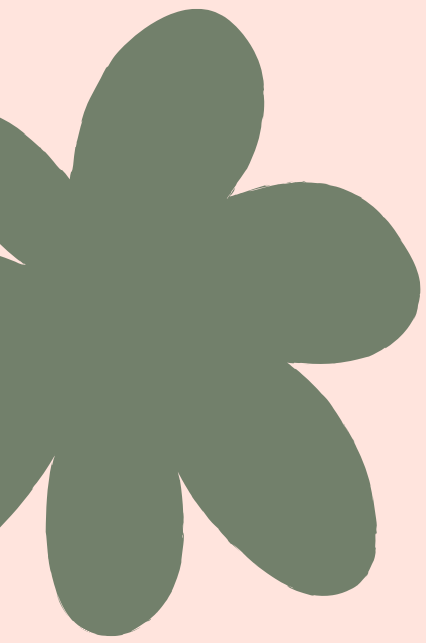
Deficit

Hyperactivity

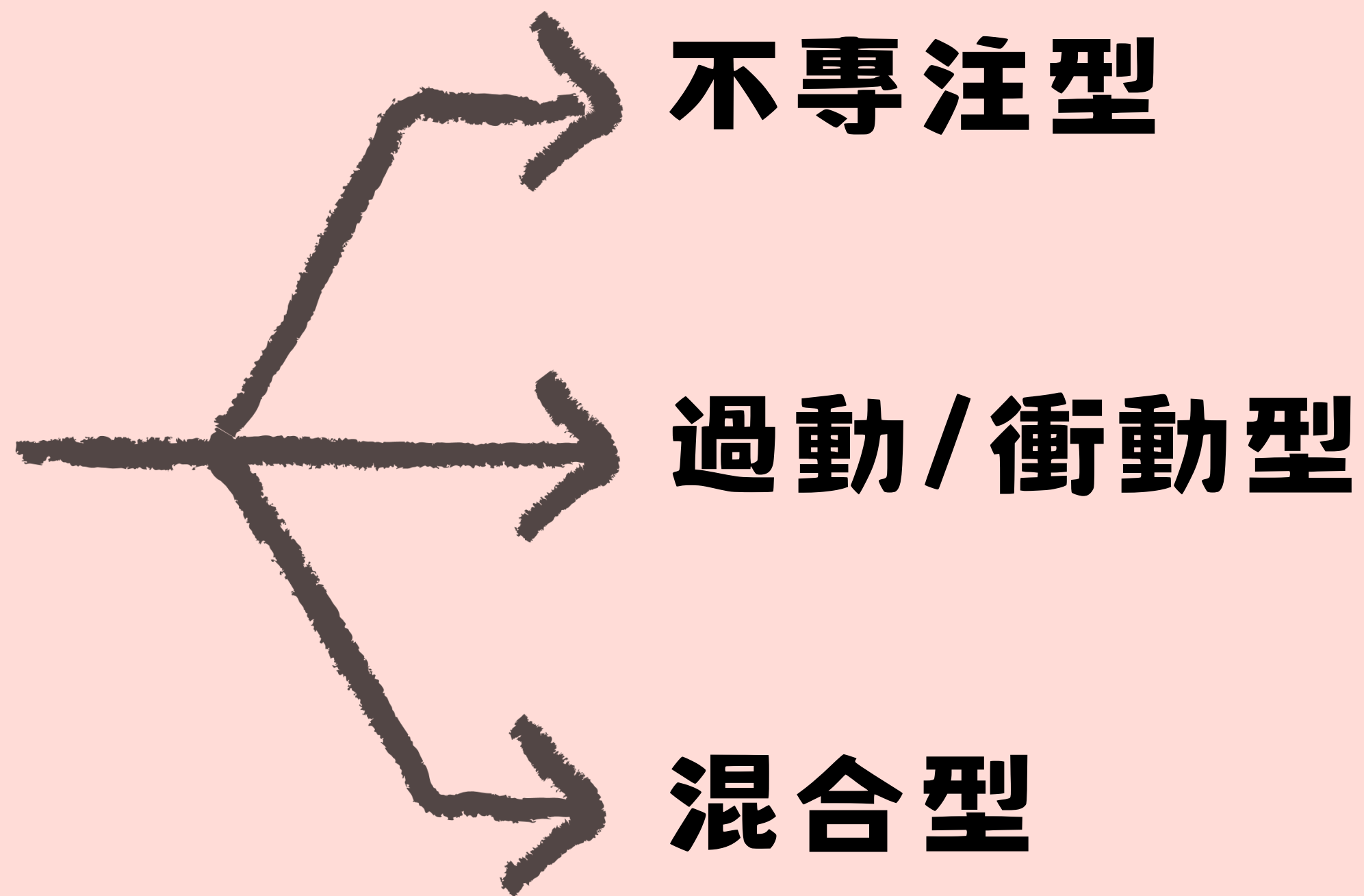
Disorder

* 資料來源: **症**《DSM-5精神疾病診斷準則手冊》

成因



症狀分類



* 資料來源：《DSM-5精神疾病診斷準則手冊》

類

症狀持續6個月以上
12歲以前就有數種症狀
症狀明顯干擾學業 / 社交 / 工作品質

* 資料來源：《DSM-5精神疾病診斷準則手冊》

不專注



- 容易粗心
- 難以維持注意力
- 對話時心不在焉
- 無法遵從指示完成責任
- 組織困難
- 逃避需要持久心力的工作
- 常弄丟東西
- 易受外在刺激而分心
- 常忘東忘西

過動／衝動



- 手腳不停地動,在座位上蠕動
- 在該安坐時離席
- 在不能跑/爬的地方跑/爬
- 經常處於活躍狀態
- 多話
- 問題還沒問完就回答
- 難以等待排序
- 經常打斷或干擾別人

情緒問題

低挫折忍受

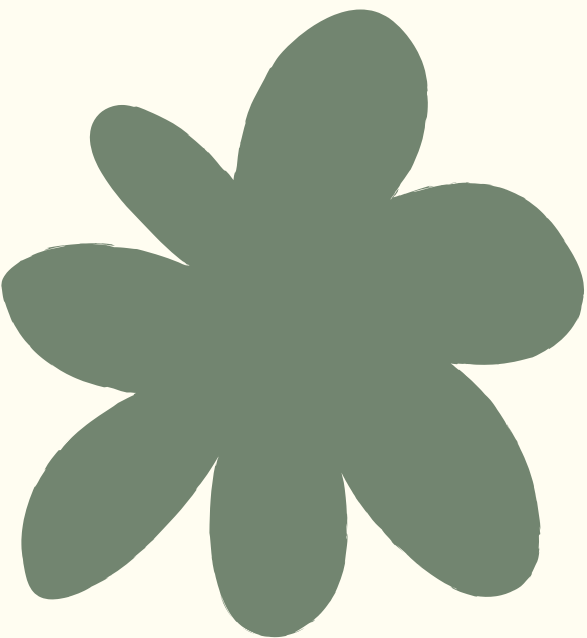
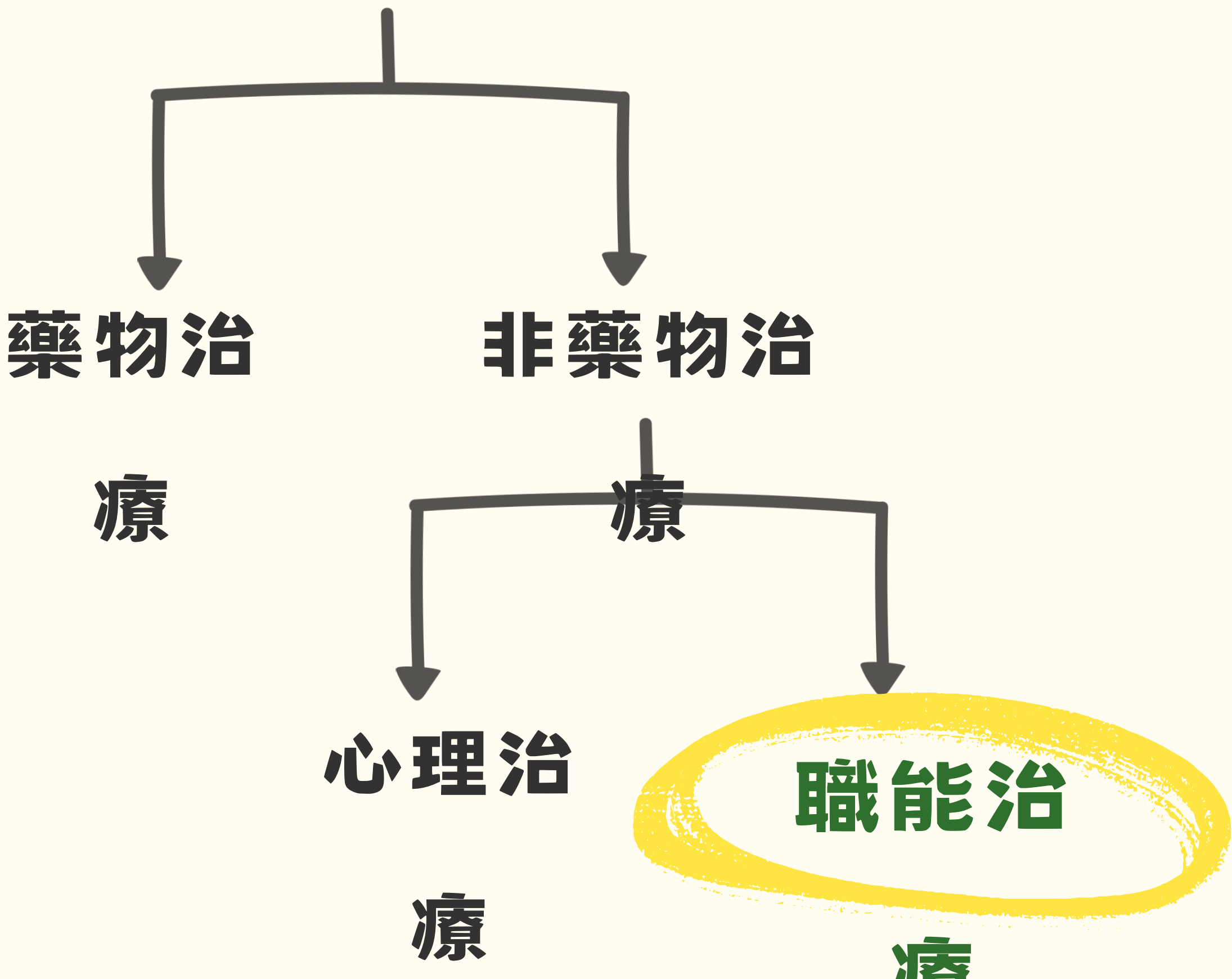
社交障礙

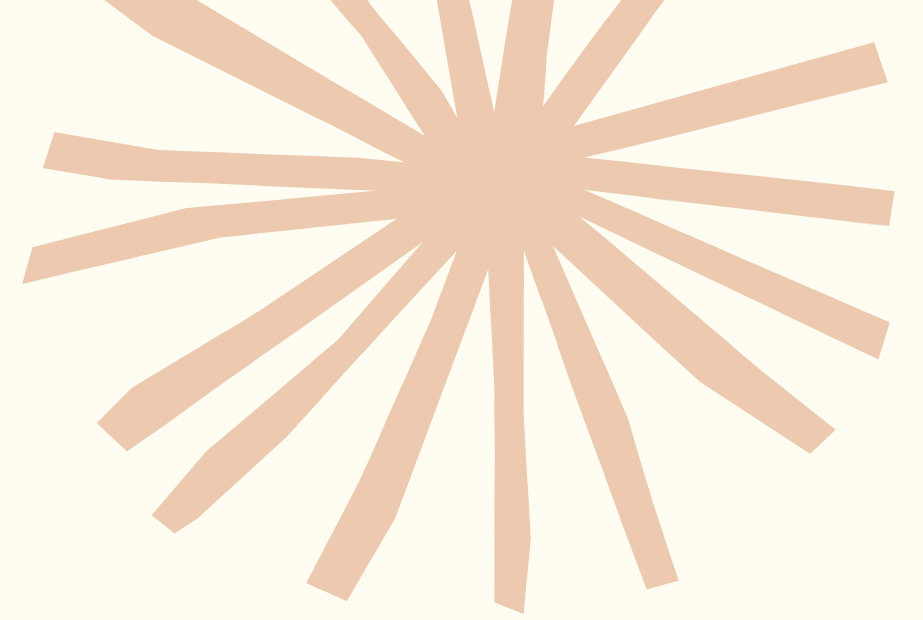
對立反抗

情緒障礙

* 資料來源：《DSM-5精神疾病診斷準則手冊》

治療方式





OT怎麼做？

職能治療常用原則

01	02	03
明確 具體	小目標	正增強

問題一、 注意力不集中





排除干擾物

e.g. 維持桌面整潔



視覺化行程表

e.g. 自製清單、日程表

e.g. 手指方向、做記號

e.g. 手指方向、做記號



減少需專注的時間

e.g. 把任務切小塊、
降低難度



問題二、 過動 / 衝動





簡單明確指令

e.g. 字要寫整齊

→ 字請寫在格子裡

請不要用鉛筆以外的筆寫

→ 請用鉛筆寫



提供適當的運動時間

提供結構化的運動(e.g. 跑操場、跳繩)

每隔一段時間就要有可以動的時間

X 不能下課



使用冷靜區、冷靜小物

e.g. 紓壓球、等待卡

問題三、 情緒及行為問題



情緒問題

憂鬱、焦慮、情緒波動大

- 學習辨識情緒
- 增加情緒表達能力
- 建立紓壓方式



挫折容忍度不佳

遇到挑戰容易失控、放棄、自責

- 降低挑戰難度
- 分段目標



對立反抗行為

對父母、師長的規則無法遵守

- 以非批評的言語畫界線
- 給予控制權

社交問題

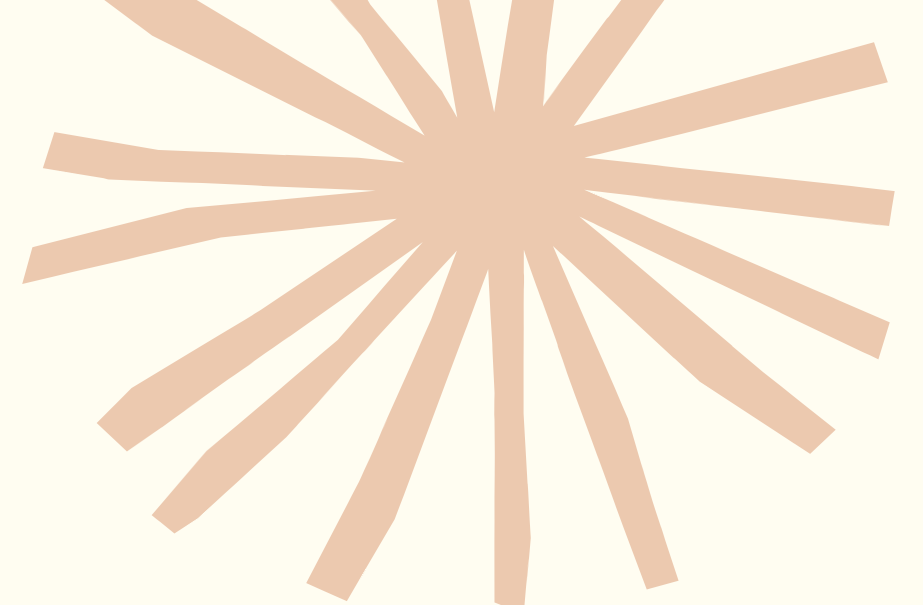
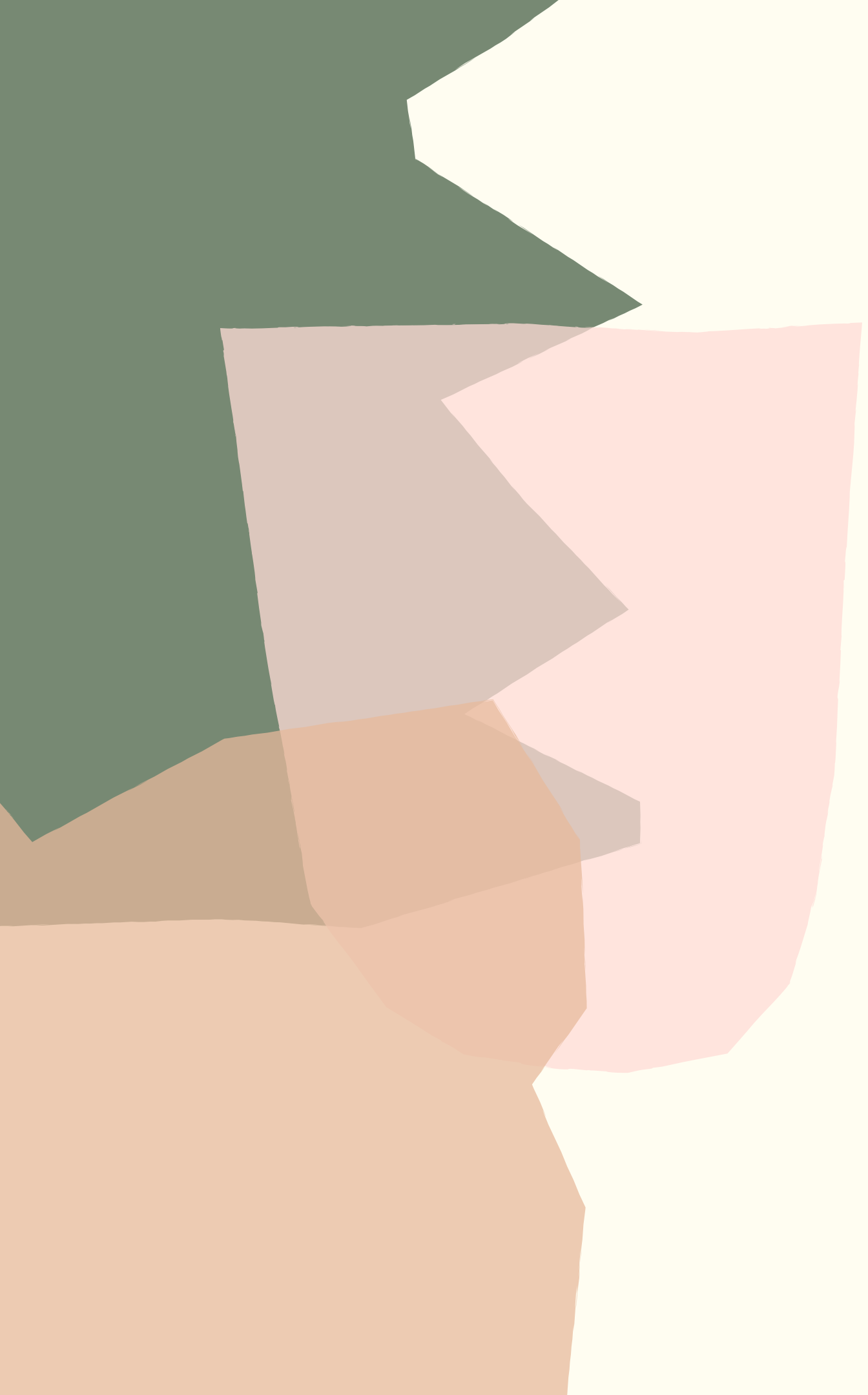
社交遭孤立、對社交關係敏感

- **模擬不同的社交情境**
- **教導如何應對批評和拒絕**
- **練習團體合作**



**維持親師溝通！
老師們辛苦了！**





Q&A



感謝您的聆聽！

yunchu1202@gmail.com

