

ASD與ADHD共病的教養秘訣

第10-12章

特教組：特教宣導月刊 114 年 4 月

發行人：簡慶郎

編輯指導：李聲謙、黃心韻

編輯教師：陳榆婕

化解ASD與ADHD共病的困惑

與共病孩子相處的訣竅

人際社交方面的教養原則

1.協助安排組員

對孩子來說，**自行選組難度很高**，孩子如果長期處在弱勢狀態下，很容易在社交上產生**挫敗或是無力感**，若是課堂上需要分組，老師**協助決定組員**的方式，可以免去分組帶來的困擾與尷尬

雖孩子未來也需要參與團體，但孩子的**學習需要時間**，讓孩子有較為友善的團體經驗，對穩定情緒也有一定的幫助

2.優先以固定組別或固定同儕為主

面對共病的孩子，可先判斷孩子哪一個特質比較明顯或是強勢

當ASD特質明顯

減少替換同組同儕的頻率，班上若有兩三個同儕願意和自己相處，ASD特質的孩子相對容易滿足

ASD對於同儕選擇較為嚴格，有自己的標準，且頻率過高的同儕替換可能導致ASD時常需處於適應狀態，加深其焦慮

當ADHD特質明顯

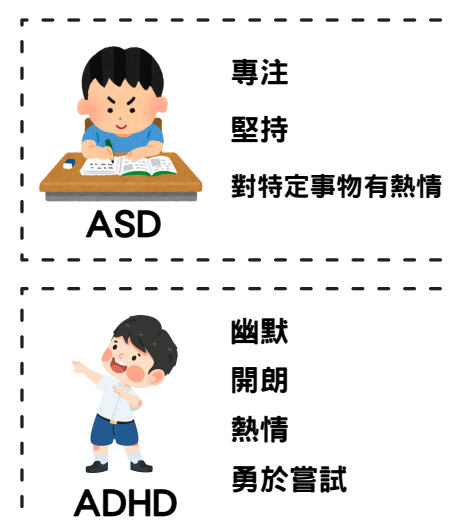
以**固定組別**方式，優先建立穩定的人際互動關係

ADHD人際需求比較高，如果有機會與其他同儕互動，他們會是樂意的，但可以優先協助孩子建立較為穩定的人際關係

3.善用正向特質、找出優勢能力

讓孩子能夠**看到自己的正向特質**，

避免總是讓孩子自己或是同儕只**看到障礙的限制或是缺點**等，比較負向的一面，會讓孩子更加的討厭自己或是缺乏自信，進而減少與他人互動的動機



4.對於人際互動是存在需求的

ASD與ADHD共病的孩子依然對於人際互動存在需求，只是**他們往往不知道如何與他人互動，或是出現衝動行為**，導致在人際上懊惱的結局，**別因孩子的冷漠與疏離就認定他在我們之間劃上界線**



ASD並**不是不想與他人互動**，只是他們可能是有困難的。他們**依然會在意別人的想法與感受**，只是不知如何表達。



ADHD在開啟話題方面相對容易一些，但**關鍵在於接下來的互動**，ADHD較常因為過動、衝動導致同學們之間的誤會，進而導致社交困境。

5.教導被拒絕

一般人被拒絕，多少都會隱藏不愉快的情緒，在學校情境也時常遇到孩子被拒絕的情況

ASD受限於對事物的二分，當被拒絕時，負面經驗容易被放大，解讀成對方拒絕整個人，伴隨ASD的固執，更讓自己陷入負面情緒

ADHD面對拒絕依然會傷心、生氣，只是相比ASD較容易從情緒中切換出來

我們可以如何做？

1. 教導孩子，我們是拒絕事而非拒絕人
2. 每個人都有不同的喜好，在有限的時間一定需要做出取捨時，拒絕是難免的事

面對固著因子的教養原則

- 堅持是比較理性的，而固著是比較不合理的，固著往往會帶來較為負面的影響，導致學習、生活、人際陷入困境
舉例來說：今天有兩部電梯可以搭乘
堅持：孩子習慣搭乘A電梯，如果A電梯可以搭乘，那就選擇A電梯，如果電梯維修無法搭乘，則可改乘B電梯或走上樓
固著：孩子習慣搭乘A電梯，如果電梯維修無法搭乘，仍執著非得搭乘A電梯不可，導致無法順利上樓
- 若今天孩子有固著性，可以重新幫孩子建立一個新的認知系統，讓孩子以較為合理的方式來解釋或看待生活周遭的事物

1.提供二選一的選項

對於共病的孩子可以提供有限的選擇範圍，同時也可以練習聚焦，比較兩兩的相同與差異，最後做出決定

- 對於ASD的孩子，在範圍有限的狀況下，減少不必要的刺激或是資訊輸入，可降低選擇焦慮
- 對於ADHD的孩子，在有限的範圍做選擇，可降低天馬行空或是注意力分散的情形

2.避免在爭議點上環繞、跳開說理模式

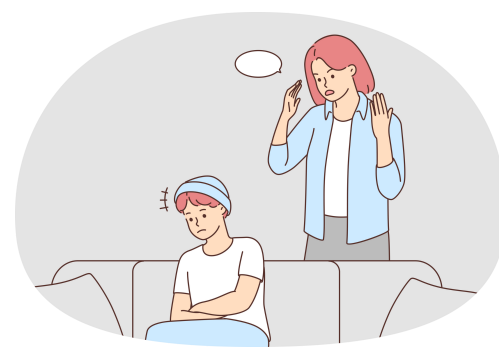
ASD與ADHD共病的孩子

- ASD固著特質強烈，很容易陷入侷限的觀點，選擇性接收你說的話，對於敏感字眼過度專注，而由於他們固著的特質，若是越想要解釋可能會越描越黑，甚至引發衝突，他們可能會以為被命令、威脅或是指責
- ADHD的衝動與容易分心的特質，無法明確的覺察出他人所描述的內容，或是良好的掌握說話的內容→「爭辯」對於共病的孩子而言，情況只會更加惡化，有理說不清

若真的需要說道理
時間點很重要！！



- 1.孩子主動詢問，他具有動機，接受度較高
- 2.孩子情緒平穩且自己的情緒也相對穩定
- 3.當與孩子進行輕鬆有趣的活動時，說道理容易被接受
- 4.透過影片或是戲劇，將道理藏於其中



3.優先進行結構化

結構化的概念包括時間的結構、課程內容的結構等，

我們可以把課程內容有條理地呈現，包含視覺線索提示、建立時間表和建立工作順序等

- ASD較難以接受變化  結構化可以透過預期增加確定感，並減少焦慮
- ADHD的行事風格較容易混亂  結構化可以增加目標性，減少分心帶來的焦慮

4.列出孩子的敏感來源

我們必須對孩子的整體特質有所掌握，了解孩子容易引爆的觸發點是什麼，才能在互動過程中全身而退

- ASD的情緒引爆點，相對較複雜，我們可以條列出孩子的敏感來源，包含視覺刺激(如:光線)、聽覺刺激(如:音量、音頻)或是特殊氣味等
- ADHD的爆發點，往往來自當下的直接刺激，如:直接挑釁、動作碰觸等



5.臨時變動的因應

- ASD對於事情的順序有既定的模式，若是發生改變與原先預期不同時，就可能出現強烈情緒反應，在校園裡時常出現臨時的變動，如：臨時調課、換教室、代課老師等

若學生較難以接受改變，建議在當下，允許他做一些自己想做的事，事情的內容以靜態為原則

