彰化縣新港國小 特教專刊 中華民國 108 年 12 月

報乎你知 第 116 期

發行人：陳曉琪
發行單位：輔導室

新聞快遞

從一個人到全班挺他！宜蘭公正國小拍出過動人生獲獎

文：聯合新聞網 2019-11-14

宜蘭縣羅東鎮公正國小教師高菁霞,帶領的班級中有一名過動症學童小杰， 從幼稚園就無法配合團體生活，升上國小後與身邊同學更是格格不入。「和過動症的同學一起上課會不會影響到自己的孩子？」面對疑慮，高菁霞用教育化解，串連班級學生與家長，連結起學習教室與醫院，努力讓學生與家長了解這個特別的孩子，去認識障礙、尊重多元。

也因此，這名學生從單獨一個人，變成全班挺他，全班友善、同理心，同學相助，體諒小杰不是故意的，主動幫助。而高菁霞不但當導師，還當導演，把兩年來小杰與同學互動與改變，拍成紀錄片，讓小杰媽媽能了解小杰在班上情況，讓她與醫師因更清楚，更能幫到小杰，小杰因此大幅進步與改善。

高菁霞還發現，小杰音感很好、語言天分，發掘專才，鼓勵孩子參加比賽，展現優勢才能，小杰更有自信。為了讓更多人了解過動症，高菁霞將 2 年來紀錄影片剪輯，取名《最接近天堂的小孩》，參加廣青文教基金會辦理的「圓缺之間」身心障礙者影展徵選活動，獲得特別獎。

公正國小從本月 11 日起到 22 日,連續兩周辦理特殊教育宣導系列活動，即藉由這部得獎影片等，讓更多的人了解身心障礙的孩子，活動還有講座、學障體驗、愛心義賣、繪本分享、坐地排球賽的肢障體驗等多項。

同時，在家長會長林宜靜等多人支持，愛心義賣集合眾人愛心，包括北海道烘焙坊老闆贊助杯子蛋糕、美庄喜餅老闆李嘉元相挺，提供商品義賣，還有特教班親師生、志工媽媽們合製愛的點心，所得盈餘將捐特教相關活動經費。

公正國小校長簡信斌表示，希望藉由特教周活動宣導，讓學子在真實的體驗中認識身心障礙者，實際了解身心障礙者生活上的不便，進而能對身心障礙同學互相幫助，互助合作，營造校園和諧氣氛。

資訊交流

ADHD 過來人 幼教工作者吳迺慧：學會與過動共處，比追求停藥更重要

文：親子天下　2019-11-07

7 年級生的吳迺慧，在當年 ADHD（注意力不足過動症）一詞還不為人知時，在老師和家長的理解下，就評估後確診，也因為老師的溫暖關懷，使她立志從事幼教幫助和她一樣的孩子，她從自身的經驗分享，無論孩子或家長，與 ADHD 特質共處是一輩子的功課。

「小朋友早安！」一大早，吳迺慧就精神抖擻的迎接幼兒園孩子進校門，接著講故事、玩桌遊、吃點心，拉開一整天幼兒園生活的序幕。事實上，為了從汐止通車到基隆上班，吳迺慧每天必須清晨 5 點起床，才趕得及服務早上進校的小朋友，問她不累嗎？她開朗的說：「不會啦！因為我不需要睡太多。」

這句話並非客套，今年 36 歲的吳迺慧，在小一就確診 ADHD（注意力不足過動症），一直以來都睡得很少、精力十足，只要小憩一下體力就可以維持很久，「每天大約睡 6 小時左右就夠，即使假日我也睡不過早上 7 點。」吳迺慧學生時期的午休時間，總是瞪著眼睛無聊的趴在桌上等鐘聲響，在更小的時候，爸媽和保母總是不解，這個小娃為何與別人不同，午覺睡 10 分鐘就夠，好像永遠不會累。對現在的吳迺慧來說，ADHD 的好體力特質，讓她的幼教工作更得心應手。

小學老師暖心理解 立志當助人者

當幼兒園教保員除了要有絕佳耐性，還要有細心且隨機應變的能力，是對精神力和體力都吃重的工作。吳迺慧坦承，一開始上班時，的確因為 ADHD 忘東忘西的特質，工作上遇到許多挑戰，甚至讓她陷入憂鬱低潮，靠著醫生和諮商師專業的協助，配合用藥，現在已上軌道。

意見交流

小學的吳迺慧整天坐在教室相當苦悶，上學對她而言備感辛苦，尤其小五碰上前青春期的情緒起伏，她常落入無端的心情低落之中，但爸媽卻無法理解。

有一天，吳迺慧感覺自己心情差透了，被爸媽硬是拖去學校，就板著一張臉進教室，沒想到當時的導師孫庭玉看到她什麼也沒說，而是蹲下來，給她一個長長的擁抱。

「那一刻，我真實感受到，就算覺得自己什麼都做不好，依然值得被愛。」

即使經過多年，吳迺慧仍記得孫庭玉那個溫暖的擁抱，而且給她日後帶來莫大的力量。這個擁抱，把卡在低點的吳迺慧，暖暖接了起來。「那天回家立刻跟媽媽說，我以後要跟孫老師一樣，幫助跟我一樣的小孩。」吳迺慧至今清楚記得那天發生的事，那一刻起，想要從事教學、幼教的種子，在她心裡長了芽。

如今，當吳迺慧在教學現場看到有跟自己一樣特質的小孩，總是會特別留意。「我比較有敏感度，重點是先觀察孩子一段時間，」吳迺慧認為，即使與自己幼時相比，現在大家對 ADHD 較有概念，但第一時間家長難以接受，這是人之常情。「有些老師即使看出來也選擇不說，怕引起親師的衝突，我通常會委婉提醒家長孩子可能有 ADHD 特質。」她遇到的家長幾乎都不會帶孩子去評估，覺得老師小題大作、甚至反感，「我不會在意，家長只要心裡對 ADHD 留下印象，以後孩子如果真的遇到困難，至少他們會朝這個方向去試試看，對小朋友來說就差很多了。」吳迺慧平靜的說。

耐心引導 給孩子有限制的自由

在吳迺慧幼兒園和小學的年代，一般大眾普遍對 ADHD 沒概念，當時她就讀國北教大附設實驗小學的小一導師劉玉慧敏感度高，老師提醒吳媽媽：「迺慧可能有過動的問題，也

116 有獎徵答

一、公正國小所拍攝的記錄片，片名是什麼？
□圓缺之間　□最接近天堂的小孩

二、吳迺慧現在擔任何種工作？
□幼兒園教保員　□國小老師

年　班　姓名：

家長簽名：

許可以帶去醫院評估。」

由於吳迺慧的外婆是心理學教授，全家對於孩子接受評估接受度較高，小一就確診為 ADHD。吳迺慧回憶小時候很皮，但確診後，爸媽不再使用任何體罰，生活上也改用較有彈性的規範，「對比同齡 ADHD 的孩子，我很幸運有家人和學校的支持。」

吳迺慧認為，因為早期確診和被理解，讓她求學和長大後的人際關係較為自信、順遂有所關聯，吳迺慧感念的說：「現在跟劉玉慧、孫庭玉兩位老師還有聯絡，非常謝謝她們的用心。」也因此，吳迺慧對於教學現場的 ADHD 孩子無法視而不見，「即使家長不認為是問題，仍會特別理解這些小朋友，帶在身邊引導。」如果發現有 ADHD 特質的孩子躁動、坐不住，她會適時安排些可以離開座位的事情，像是當小幫手、去教室外拿東西，或是找機會讓他們動一動；手作課和講故事時，讓這些孩子坐在離她最近的地方，分心時即時提醒、抓回小朋友的注意力。

她分享，有些人認為 ADHD 孩子會不由自主分心，所以要給予最大自由，要跑要跳都可以，不應該限制。

「我不這麼認為，對 ADHD 來說，在固定範圍的自由，會比較有方向。」吳迺慧以自己為例，如果像自由工作者的完全彈性，反而會讓她亂了套。「ADHD 的自律性比較差，對突發狀況的應變也較慢，完全自由可能會突然腦中一片空白，不知道如何安排。

115 期「有獎徵答」解答篇：
一、國內首間兒童特殊兒童視覺中心在哪裡？
□彰化基督教醫院　■林口長庚紀念醫院
二、如果孩子易分心，要讓孩子遠離 3C 產品。
■對　□不對