

藝起療過動症學童

一位班導師的處遇與成長

Healing ADHD Children with Art: A Teacher's Journey and Growth

魏炎順 | Yen-Shun WEI
國立台中教育大學美術學系教授

賴秀怡 | Hsiu-Yi LAI
台中市崇光國小教師



根據美國（2005, CDC）國家疾管局流行病學調查，約有 7.8% 兒童平均年齡在 4-17 歲時被診斷出來為（ADHD）注意力缺陷過動症。在台灣也有 5-7% 的學齡兒童患有 ADHD，約有二十多萬的小朋友受此病困擾。以現今的台灣教育制度，過動學童是屬於特教情障類學生，但還得回歸主流與一般生相處，在一個近三十位小朋友的編班規模中，平均一位班導師就會遇見二、三個有此症狀的孩子需要處理與面對。因有感於國小教育現場，尤其是低年級導師，首當其衝所面臨的教學困境，激發了本教學構想的產生。過動症學童最主要出現困難適應時期，是在剛進小學的七歲左右，主要表徵有容易分心、過動與衝動之三種特質，由於剛進小學，要自主獨立學習的事物變多，通常這類孩子就變得手忙腳亂、丟三落四，除了需面對外在的責難，還得與內在自我的衝突與混亂相處，可謂企求一日平靜生活都困難重重！我嘗試著運用多年從事兒童藝術教育的專業，結合表達性藝術課程與情緒探索為主題，融入對班上過動孩童進行輔導教育的試驗。教學歷程運用協同團隊老師指導與訪談對象小恩之重要關係人，父母與老師對於小恩接受藝術治療課程之前、後觀感，以評估本實驗課程之教學成效。

折騰父母和老師的馬達小子是怎麼回事？

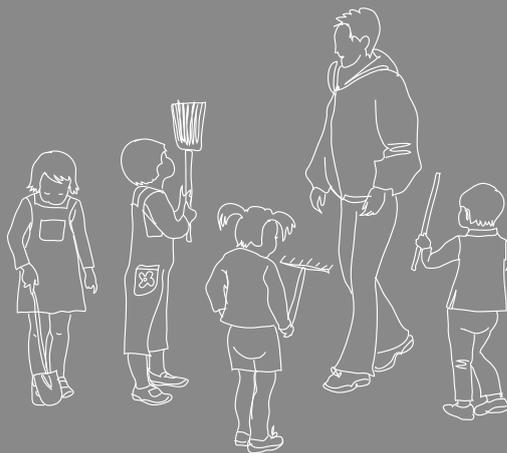
醫學界對於過動症兒童進行較有系統的研究是近三十年以來的事，其中對於此症不斷的更改其名，對於過動症的成因也尚無定論，所引發的各種可能，包括：遺傳、產程缺氧、胎內感染、黃疸過高、頭部損傷等。不過在生物精神醫學的發展下，已有某些證據顯示它是由於大腦細微功能欠佳，以致在神經傳導物質的數量與運作上有所缺陷，特別是在大腦前額部

分。又因這種病變發生在生化生理的分子層面，所以腦波或電腦斷層檢查是無法檢測出來的，醫師只能經由病史、臨床表徵及行為表現來診斷治療。這類孩子由於腦部細微缺損，導致對於自我行為的控制與情緒管理能力較同儕晚熟二年左右。在班級裡，這樣的孩子永遠像一顆停不了的馬達，一刻也不得閒，不是手腳動個不停，玩弄小東西、搖桌椅、發怪聲、自言自語，容易坐不住、四處走動和閒聊；課堂中討論到自己喜歡的事物，無法等待就衝動的發言，常有插話、說錯話，中斷師長教學的情況發生，同時也容易給人無禮的壞印象。

過動孩童的悲傷誰知道？

近來許多研究顯示，ADHD 兒童不僅具有注意力不良、過動及易衝動等特質，其情緒能力也較同儕弱。情緒能力是指正確解讀他人情緒、覺察自己情緒，並以適切方式表達並處理情緒。ADHD 兒童其情緒能力有缺陷，除了與其分心或衝動特質有關之外，也與他們推論心智能力（theory of mind）及情緒、情境辨識能力不足有關。由於情緒上的自我管理能力較差，會呈現出強烈的自我中心，無法解讀別人的心思與需求，做適當的表現與回應，因而常常與同儕發生誤解和衝突；又因其衝動、不加思索的特質，有時甚至生氣起來就直接使用暴力或口不擇言，但常常事後又後悔莫及。在他們的生活中，這樣的災難片，無時無刻不在發生，多次的挫敗經歷，又常常面臨周遭人的閒言閒語，不但嚴重的影響了孩子的自尊，也易產生一種自卑心態，連追求人際關係的和諧，想交一個朋友，都成為遙不可及的奢望。

學齡階段的 ADHD 兒童，除了本身主要症狀困擾



之外，即不專注、過動、衝動，還有認知能力的缺陷、語言障礙、學業低成就、情緒困擾、社會不適應和動作障礙等問題。由於過動兒專注力差，易分心，加上學習上的障礙，導致功課常會有明顯落後的現象，長期在學業上表現不佳，也會導致孩子低的自我概念，缺乏自信心，也讓 ADHD 的孩童參與學習與遵守班規的意願更加低落，形成一種惡性循環。在心理層面上，由於本身能力發展的不足，如做事缺乏條理、無法立即遵從指令、無時間感、拖拉、對挫折的容忍力低，沒耐性、心直口快說錯話、感統能力不佳等，常導致面臨生活表現不如同儕的窘境，孩子因此容易陷入一種低自尊、厭世及負面情緒的心理狀態。通常 ADHD 的孩子會產生自信心低落的問題，肇因於長年的聽到別人對他們極為負面的評價，這些使得孩子在成長過程中產生了情緒困擾、偏差行為及人際互動的障礙，進而影響其生活適應及心理的健康。如果孩子在學齡時期沒有得到適度的教育與引導，則會因長期的自信心低落、憤世嫉俗、不滿、委屈、挫折感等情緒，演變成為尋求逃避的自傷成癮行為或是形成一種反社會偏差性格等，這對整個社會來說，都將是一種更沉重的負擔。

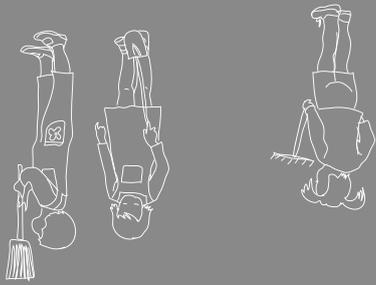
孩子的希望之光 — 是你、是我

目前對於過動症孩童的療育方式，主要有藥物治療和整合性療法；藥物治療以利他能與畢達思等中樞興奮劑最為常用，而整合性療法；如心理諮商、行為策略教導、創造性的教學或特殊教育等。而對於過動症兒童的輔導，在現階段仍屬弱勢族群，在學校得通過市府鑑定，才有機會得到較多的資源班教育輔助；在醫院方面，排隊等待接受療育者甚多，治療師資與

團隊往往相當缺乏，孩子能排到的療育時數實屬不足。所以身為過動症孩童的父母與導師，若能扮演其生活重要支持角色，主動提供適性的教學策略與生活上的種種協助、引導、照顧與包容，對孩子的成長與助益是最為顯著的。父母、老師平日可透過與孩子一起參與活動的方式，協助孩子提升其專注力、控制自我衝動及人際互動技巧的訓練，提升孩子生活能力與正向情緒感。可嘗試的活動有連連看、勞作、串珠、玩積木、看故事書、角色扮演遊戲、下棋或打撲克牌等有規則且需要輪流的遊戲，在遊戲中訓練耐性。並且同時介入必要的相關輔導措施，如精神科醫師的固定會診、安排醫院兒童中心療育課程等，方可有效的避免孩子陷於不可自拔的無助感。使他們提早獲得更多的協助與發展，促使其能更平順的成長，並能秉持更健康與快樂的心靈，融入未來的社會生活。

班導師與小恩的邂逅……

去年有機會擔任小一新生班導師，一次要照顧二十九個剛從幼稚園畢業的懵懂小一生，工作真的相當辛勞與紊亂。本班就收到了三位過動症和一位亞斯伯格兒童，都是學齡前未檢出的案例，他們不只無法專心學習，在課堂中經常玩弄小東西、發出怪聲，上課離座、四處亂逛或幾個人突然開心的玩成一團、同學告狀連連；戶外教學課更是恐怖，直接帶著全班到處亂跑，不聽教師指令排隊，也不大理會班規和管教。此外本班還收到七位新住民子女，需要較多的生活指導與照顧，這種加諸在一個班導師身上的工作壓力與痛苦，真是執教十幾年來，面臨到最大挑戰的黃金組合，我也曾經經歷一段工作情緒的低潮，一度感覺真的是教不下去了，而尋求校方更換更安靜的教室及輔



導室認輔援助，並積極與家長們溝通孩子的學習問題，分別就醫，情況才日漸改善。

在這個班級裡，有三個不同程度的過動症兒童，其中有兩位經醫師診斷，確認是過動症中度患者，建議需配合服藥，另一位應屬於輕度，但家長無力就醫。兩位症狀較嚴重的兒童，其中一位（匿名小江）有較好的社經地位與家庭背景，服藥之後，學習行為有明顯的改善，變得比較專注與守規了，學業和人際關係也漸有進步；但一旦藥物失去時效，則又顯得故態復萌。另一位匿名小恩，則來自一個單親的破碎家庭，母親在他三歲時就離開了，現由父親負責照顧，但因父親本身長期失業、中度聽障、也不太會照顧自己和小孩。小恩從小都是由祖母一手帶大的，還有一位姊姊大他兩歲，與他同住。很不幸於二年前，祖母驟逝，小恩的家庭開始陷入更大的混亂。媽媽體恤孩子無人照料，週末會回來看望，但平日因工作關係（上夜班），晚上也沒辦法陪伴小孩。小恩平時生活起居就缺乏大人的照料與關注，以致常遲到、沒吃早餐、衣衫不整、鉛筆盒裡沒有文具等。由於原生家庭功能不彰，因此小恩在學校的學習狀況一直很多，又由於母親擔心用藥的副作用，所以堅持不肯服用。對小恩來說，既沒有藥物提供來協助他，家庭功能又失調，只能依靠在校的導師、認輔老師及安親班老師的接力幫忙了。所幸，這學期（二上）剛通過了市府的特殊兒童鑑定，讓小恩下學期有機會進入資源班學習，可望得到更多的補救教學與協助。但這半年來，小恩的家庭紛擾不斷，父母雖已離異，但常為了經濟、個性不合、孩子教養等問題爭吵，孩子沒辦法得到妥善的關照，多次勸導家長，仍不見改善。由於家庭的紛擾不安，我發現小恩在這學期的學習表現更差，出現比一年級下學期更多的不當行為和暴躁情緒，如經常在上課中故意大聲說話、唱歌、發怪聲、離開座位、屢勸不聽。一遇到不如意事，如沒收手邊玩具，馬上坐在地板嚎啕大哭，踢桌椅、發脾氣地鬧，企圖吸引注意等退化行為，同時也嚴重顯現出其內心的焦慮與不安。但特別的是，長久以來，當小恩在上美勞課時，卻能表現得特別專注、安靜且認真。小恩經常喜歡畫好一個小圖，就急著拿來和老師分享一下，再回去繼續創作，常常這樣的往返許多遍，可見他對於藝術創作活動非常感

興趣。有鑑於此，以及在個人教學生涯中，常使用藝術教學的魔力來激發各類較需要關注孩子的成功經驗，於是想設計一套針對有情緒困擾問題的孩子，教導關於「情緒」與「藝術」學習的課程，運用融入多元、趣味的藝術課程題材與媒材，幫助孩子練習表達自己內在的聲音與情緒，讓孩子能夠透過藝術的力量，喜歡學習、樂在學習、進而能學會抒發、調解自我情緒，同時也期待透過藝術活動的結構式操作過程，訓練兒童學習專注與耐性，內化出一個小小藝術家的氣質與涵養。

表達性藝術治療

表達性藝術治療為結合「藝術」與「心理」治療兩大領域的心理衛生專業，其基礎理論認為個體在藝術活動過程中，無論是行為或意念的呈現，均傳達出個體的需求、認知、行為與情緒反應，經由對藝品的直觀、欣賞、分享、討論，其認知、情緒與行為將得以統整、提昇與改善。透過適當繪畫、塑造等藝術媒材，表達視覺心象（visual images），呈現出內在壓抑的思想與情感，並藉由表達藝術的經驗，探索個人問題及潛能。Rogers（1993）將表達性藝術治療定義為「多元的藝術；如動作、素描、繪畫、雕塑、音樂、寫作、聲音以及即興創作，在一個許可的情境中經驗並表達感覺」。表達性藝術治療提供一種非口語的溝通管道，透過藝術的方式來進行心靈內在的探索和自我的療癒，在治療師的引導下，參與者藉由創作探索深層的自我，過程中藉著投射、轉化和昇華等心理機制，得到自我統整和情感的抒發，使人們擁有更好的心理衛生與社會的適應。

本課程設計目的與教學

本課程設計目標為協助過動症學童學習認識情緒、自我察覺、自我觀照，以得到自我的統整與情緒的調節能力。透過多元藝術活動教學方式，結合適當情緒媒材，準確捕捉內心感覺將之具體化外現，依照Kramer「藝術即治療」觀點，從事創造性美術過程本

身就具有「自療」的功效。使用教材來源主要參考美國露西亞·卡帕席恩（Lucia Capacchione, Ph.D.）所著的《玩多元藝術解放壓力》之部分章節內容，融入趣味性活動並加以改編。

【課程一】我的身體；我的心：自我內、外感覺的覺察練習。

先自創一張人形圖，對應自己身體的各部位感受，運用直覺選色，塗抹該區，表達出自己身體現在的感覺，珍視自己身體，並學習與之對話。接著使用情緒圖卡，介紹生氣、難過、害怕、快樂四種情緒，並讓學童自由分享其日常生活經驗與情緒表達。最後用直覺選色，塗抹四種情緒臉譜，使用媒材為粉蠟筆，易於直覺的表現。

【課程二】捏出一個生氣的我：運用紙黏土表達生氣情緒。

討論令人生氣的人、事、物，用雙手搓、揉、捏，進行紙黏土自由塑形，捏出一個正在生氣的自己，創作平靜之後，說一說，你下次生氣時，會怎麼處理這些事呢？

【課程三】給他抱抱，不要怕：克服恐懼情緒。

先給一張害怕的小孩子圖，與孩子討論他在怕什麼？接著請運用巧思，將雜誌、色紙、碎布、木棒、毛線、彩筆等多元媒材，自由重組、拼貼出讓小男孩覺得安全的溫馨畫面。

【課程四】如來神掌，真得意：能體驗好玩、喜悅與開心。

聆聽一段大衛與黛安娜·阿肯史東 Om Shanli 平安誦，營造遊戲與喜悅氣氛後，使用水彩筆將顏料塗滿左手掌，自由蓋印在圖畫紙上，創作出有趣、自由、美麗的手掌蓋印畫。之後，遊戲並互相分享創作後的感覺。

【課程五】吹動幸福進行式：尋找生活中的美好，擁抱愛與幸福。

傾聽一段 Under The Blue Sky 音樂，營造幸福與溫暖氛圍。親自調配粉紅泡泡水，先玩吹泡泡遊戲。接著畫下一件讓我最開心的人或事，在創作過程中，敘說自己的珍貴回憶，最後在畫紙上玩吹泡泡烙印遊戲，吹動自己的幸福時光。

心想飛了嗎？一起來探索「我」的藝術吧！



單元一：「我的身體，我的心」

這是小恩第一堂課的作品，由於我和小恩是親近的師生關係，已建立了一年半的情感，所以邀請小恩來上藝術課時，他非常開心的馬上答應！上課前，老師先告知會錄音和拍作品，但不會拍人，小恩聽了很平靜，沒有擔憂。課程進行第一部分，引導小恩閉上眼睛、靜心體驗身體感覺，小恩說他的頭痛痛，選擇黑色，手臂很癢，選藍色，並提到每天都有很多蚊子來咬他，所以很癢。肚子感覺很舒服，也是藍的，兩種不同的感受卻選了相同色，表示小恩並不善於用色彩表達自我。接下來是腿，小恩覺得左腳又髒又痛，昨天跑步受傷，讓他特別在意腳的痛，還翻開他的傷痕給老師看，頭部的痛與腳上的傷，小恩能一致使用黑色來表達他的不舒服，這也顯示出他最關注的生活事件，並且希望有人能傾訴與理解。

接著是進行情緒臉譜認識，小恩對於高興、生氣、傷心和害怕四種情緒能很快辨識，接著是由小恩分享其生活經驗與情緒的感覺配色。首先高興，小恩聯想是光明的太陽，黃，周末可玩電動是最開心的事；生氣，紅，不能玩電動時最生氣；傷心，橘，爺爺常愛叫他「烏龜」，讓他傷心。害怕，藍，最怕黑，一個人睡覺，會想到恐怖畫面。這是一堂身體感覺與自我情緒辨識的概念課程，重點著重在與孩子談論他自己，藉由題材引發孩子邊創作與分享，不但氣氛融洽，一下子就瞭解小恩內心世界的許多事，這是我們相識一年半以來，最大不同的體驗與認識。



單元二：「捏出一個生氣的我」

第二堂課，藉由紙黏土可以揉、搓、捶、塑形等特性，來表達內在憤怒的情緒，首先小恩分享生活中最令他生氣的事情是姊姊常常霸占著電腦，不給他玩，他在一旁氣得頭髮都豎直了呢！老師建議他，為何不跟姊姊討論公平的輪流時間呢？小恩瞪大眼睛看老師，若有所思的樣子，好像沒聽過這點子似的。接著，小恩看見老師拿出兩包紙黏土，便迫不及待的想玩，一開始是開心的、天馬行空的大玩創意，先是捏出一條蛇，又捏出一坨便便，最後老師提醒他，要做一個生氣的小恩，而且是立體的喔！小恩問：可以做幽靈嗎？老師說可以。最後小恩完成了一隻頭髮豎直的生氣幽靈來代表自己，形態富有動感且傳神。最後，小恩又做了一個超級大大愛心，說要送給老師，好感動ㄟ！原來小恩也會主動想要表達感謝，讓老師覺得很窩心。以後仍會努力地對他好的。



單元三：「給他抱抱，不要怕」

第三堂課討論主題為「害怕」，是屬於負面情緒課程，所以採單獨教學，以減少學生的防衛心理。小恩多次提到不敢一個人睡覺、怕黑，所以每天都要等到爸爸睡覺才能睡。討論恐懼感之後，老師取出一張害怕的小孩備用圖（取自 <http://mypaper.pchome.com.tw>），一起剪下貼上，請小恩幫幫這個小男孩，用藝術媒材讓畫面亮起來，幫他趕走害怕。小恩聽了有些興奮，就積極開工囉！多元的藝術媒材有冰棒條、剪刀、白膠、雜誌、蠟筆、彩色筆、毛線、彩色膠帶、保麗龍膠、軟棉花、瓦楞紙等，供小恩自由選擇與組合，讓小小藝術家自己腦力激盪一下，發揮創造力。作品完成後，老師和小恩討論他的畫和想法。小恩說，要先做一個「家」給他，顯示出家是小恩最重要的安全來源。接著說要開黃燈，黃燈可以給他溫暖，還做了一排梯子，爬上去拉一下，電燈才會亮，真是細心、體貼的孩子。兩條銀白色膠帶是捕蚊燈，小恩曾提到家裡有許多蚊子咬他，這應是小恩自我生活的投射，希望能解決蚊子的困擾。接著在外頭畫了太陽，陽光綻放出暖暖的黃橘色光線，還用了金色膠帶加強陽光亮度，能夠結合多元媒材來表現溫暖和光線，是很有創意的表現！最後，小恩問可以加雲嗎？小恩不但在作品屋內、外融入助人的熱情，還顯示對於自然界觀察的用心，讓作品更有層次、變化與美感。





單元四：「如來神掌，真得意」

第四堂課是讓孩子體驗遊戲和愉快的正向情緒，所以這次加入了另一位夥伴小強（班上輕度過動症小朋友）與小恩一同上課，希望藉由師生與同儕互動，營造快樂、遊戲與陪伴的氣氛。由於之前放了四天兒童節連假，小恩的心散亂了不少，在班上顯得急躁、坐不住、滿嘴說的都是電腦打怪的事。到了星期四，進入藝術課程第四次了，剛開始老師要小恩閉上眼睛，靜心聆聽一段心靈音樂「平安誦」，小恩顯得很急躁，一直說閉眼睛，就是閉著眼睛卡在廁所裡，叫做畢加索……，然後不斷自言自語與狂笑。接著又一直嚷著音樂好難聽！老師問小恩，那你喜歡什麼音樂呢？小恩說是一種打電動時蹦蹦的歌。想來，由於小恩這幾天瘋狂的玩電動，整個大腦完全沉浸在那虛擬世界，無法回神學習。

接著，老師準備兩枝水彩筆，請他們兩人猜拳，贏的先選，結果小恩猜輸了，想賴皮，老師嚴肅說：「不行！」他馬上就能遵守規則。老師引導上課流程，用小強的左手掌來示範塗抹，小強覺得

很癢，一直叫著：「老師，好癢喔！」然後一直笑，小恩在旁邊看得開心的咯咯笑！並迫不及待地躍躍欲試。小恩將手也塗滿黃色，蓋了兩下，滿意的說要和小強比漂亮！老師提醒他們是要玩藝術的，不是要比賽的，每個人有自己的風格，不能比，小恩能明白，就安靜的創作，不再想挑戰同學。接著小恩有一個新奇的發現，告訴老師，透明杯子變成紫色耶！老師問：為何會變紫呢？小恩聰明的回答是紅加藍，老師讚美他很棒！之後，小恩先完成作品，老師教他使用吹風機將作品烘乾，小恩第一次自己親手操作，顯得聽話又小心，模樣真可愛，這也是本課程體驗設計的一環，除加強其生活能力，也可訓練專注，寓教於樂。老師為鼓勵兩個小朋友學習很用心，頒給小餅乾各一份！小強開心的接受，小恩卻很浮躁說：「又是這種餅乾！」老師說：「你抱怨是不想要嗎？」小恩趕快改變態度，不敢再抱怨。過動小朋友，由於衝動、喜歡追求新奇，常會出現過度的要求，藉機教導他們知足與感恩的觀念很重要。



單元五：「吹動幸福進行式」

最後一堂課，這次的主題是與孩子透過對談、遊戲、音樂聆聽，讓他感受溫暖情緒與自己擁有的幸福。老師先指導小恩、小強一起製作粉紅色泡泡水，並給一大一小的吸管，請他們邊吹泡泡邊分享發現。他們開心的玩著，小恩說泡泡裡有彩虹！小強說泡泡是一隻百變怪獸！小恩能做細微觀察，而小強則是個有豐富想像力的孩子。接著探討生活中最令他們高興和懷念的事？小恩告訴老師：「打電動、和媽媽吃大餐。」老師問小恩何時可和媽咪聚餐呢？小恩回答：每星期六晚上可和媽媽去麥當勞，小恩最喜歡吃的是薯條。老師請小恩把聚餐情形畫下來，搭配粉彩著色，表現柔和與溫馨感，最後在畫面上吹粉紅色泡泡，讓泡泡印自然落在畫面上，結合遊戲與創作元素，由於吹泡泡效果不易掌控，使得每個泡泡圈的作品更令人期待，小恩十分專注的一直吹一直練習，最後還發明用吸管畫心型泡泡的創舉，由於相當有成就感，還要求要幫隔壁小強畫愛心泡泡！但老師制止他，不能畫別人的作品，除非對方同意，小恩問：「那我教他嗎？」老師說可以，小恩便開心的當起小老師囉！小恩這次上課顯得更為沉著、專注而認真，且更懂得分享與尊重他人！老師和他一起討論畫作，發現小恩特別關注場地的硬體設備，如緊急照明燈、遊樂區等；餐桌上的薯條和一個打扮非常正式、美麗、穿著高跟鞋的媽媽，顯示出在家人中，媽媽是最獨特而尊貴的重要角色。對於天花板的電燈造型、緊急照明燈也都觀察入微，顯示小恩對環境感知是切割的、細部的觀察，其體驗事物的方式，顯然與一般人有所差異。「薯條」是小恩一直強調最喜愛的食物，餐桌上也只畫薯條一種食物，同時在班上黏土課中，小恩仍鍾愛他的薯條主題，創作出一棵有趣的薯條樹筆筒，或許是因為小恩周末才有機會與母親相聚，薯條對他來說，特別具有對母親的珍惜與懷念的意象，也代表著他生活中最幸福的時刻。





別讓獵人殞落，他可能會是一顆閃耀的明日之星！

在五次藝術課程結束後，我根據教學內容、實施情境與圖像作品進行輔導與藝術團隊教師討論與分析，所得以上成果分享。記得剛開始上課時，小恩因有些不習慣，而表現得被動、不善表達，但漸漸隨著時光與互動的成長，小恩的表現一次比一次熟悉而自然，起先老師得設計許多話題來引導他分享，漸漸地，到後來小恩常會開懷地笑、熱情地參與課程，並且滔滔不絕地說著他的心事、知覺和感受。感覺小恩比之前更加的懂得表露自己的喜、怒、哀、樂，放下更多的防衛，經常主動前往與班導師互動，師生的關係實在熱絡、融洽不少，老師也藉由課程的設計與引導，更容易了解與認識小恩的內心世界。在班級中，老師對於小恩來說，已像是對母親形象般的依賴與信任，或許這是本實驗課程最大的收穫，藉由此歷程，我們彼此也都得到更多的體驗與成長。根據課程效果評估，即分別針對小恩之重要關係人，有母親、英文老師、資源班老師、讀經老師和安親班導師，分別做了課程實施前、後測的觀察訪談，其結果均一致顯示此課程確有協助小恩在學習方面，態度較佳、情緒表現較穩定，且在人際部分，也顯得更懂得如何與別人互動和自我調適。陸雅青（1995）指出，對於 ADHD 兒童，其主要及次要病癥，均可藉由藝術治療的活動加以改善之；如不注意、易分心性、易衝動性、人際關係障礙及低自我概念等，藝術治療具有一種非語言溝通的特質，它能提供 ADHD 兒童另一種表達的管道，而藝術創作的過程更是一種自發、自控的行為，能使該症狀兒童舒緩其高漲的情緒。

雖然過動症小朋友在童年階段，由於大腦發展晚熟的緣故，自我身體的掌控力明顯不足，才會延伸

出擾人或種種脫序的行為，然而，倘若社會大眾對於過動兒童能給予更多的包容、理解與讚賞，運用不同的眼光來看待他們，將會發覺他們往往擁有不錯的天分足以發展，如視覺空間、創造力、藝術、運動天分等。自從 Thomas Hartmann 在 1993 年提出了「獵人與農夫」的人格特質概念後，讓我們得到更多的理解，他認為當今社會、學校所希求的是安分守規的農夫型孩子，而這群過動兒則是屬於獵人型的，想要讓一個獵人去當農夫，自然是很不容易的！2005 年 Edward Hallowell 博士更在《*Delivered from Distraction*》書中提到：過動不是一種「疾病」或「失調」，它是某種「特質」，若是讓這些特質傷害了過動兒的生活，那才是真正的「失調」，若能開發出過動兒的天賦，有時其特質反而會成為一種助力。就像 2012 倫敦奧運會上，有「美國飛魚」之稱的菲爾普斯先生，在體壇游泳項目繼續發光發熱，個人在游泳比賽中蟬聯三屆奧運三冠王，個人共得十八面金牌，光榮的締造了奧運史上的奇蹟，上屆獲得單屆最多金牌紀錄，這屆則是拿下三冠王的殊榮，除了震撼全世界，也挑戰全人類的極限，更為過動兒成功適性發展提供了一個正向、令人鼓舞的好例子。或許當我們面臨到這樣問題的孩子，不免憂悲苦惱，但我們又如何知道，只要用心栽培、永不放棄，放對了位置，這群另類的孩子，將來不會是下一位曠世奇才？

■ 延伸閱讀

- Stanley I. Greenspan & M. D. Jacob Greenspan: 過動不需藥 (*Overcoming ADHD*) (張明玲譯, 2011)。台北: 智園。
- Bruce L. Moon: 以畫為鏡: 存在藝術治療 (丁凡譯, 2011)。台北: 張老師文化。
- Jeffrey Bernstein: 10 天內, 培養專注力小孩 (陳昭如譯, 2008)。台北: 城邦文化。
- Lucia Capacchione: 玩多元藝術解放壓力 (沈文玉譯, 2008)。台北: 生命潛能文化。
- 曾惠青 (2008): 多元潛能引導藝術教案設計。台北: 藝術家。