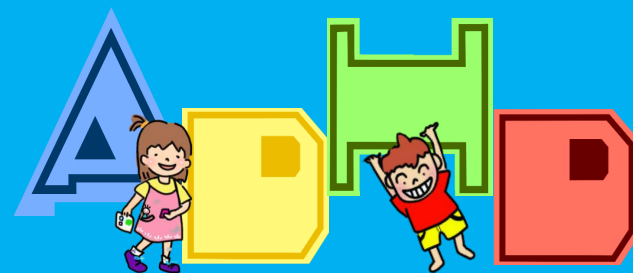


# 第一次 教A蒂H弟 就上手

青少年注意力缺陷過動症 (ADHD)  
知能推廣教材



個別學習支持

5

蔡昆瀛、吳怡慧、鄭麗華、謝佳男、程翊婷  
黃己娥、李金龍、廖聖惠、王怡人、鄭鈺清  
張桂貞、鄭漢蓁、黃琬萱、廖美玲、楊佳樺

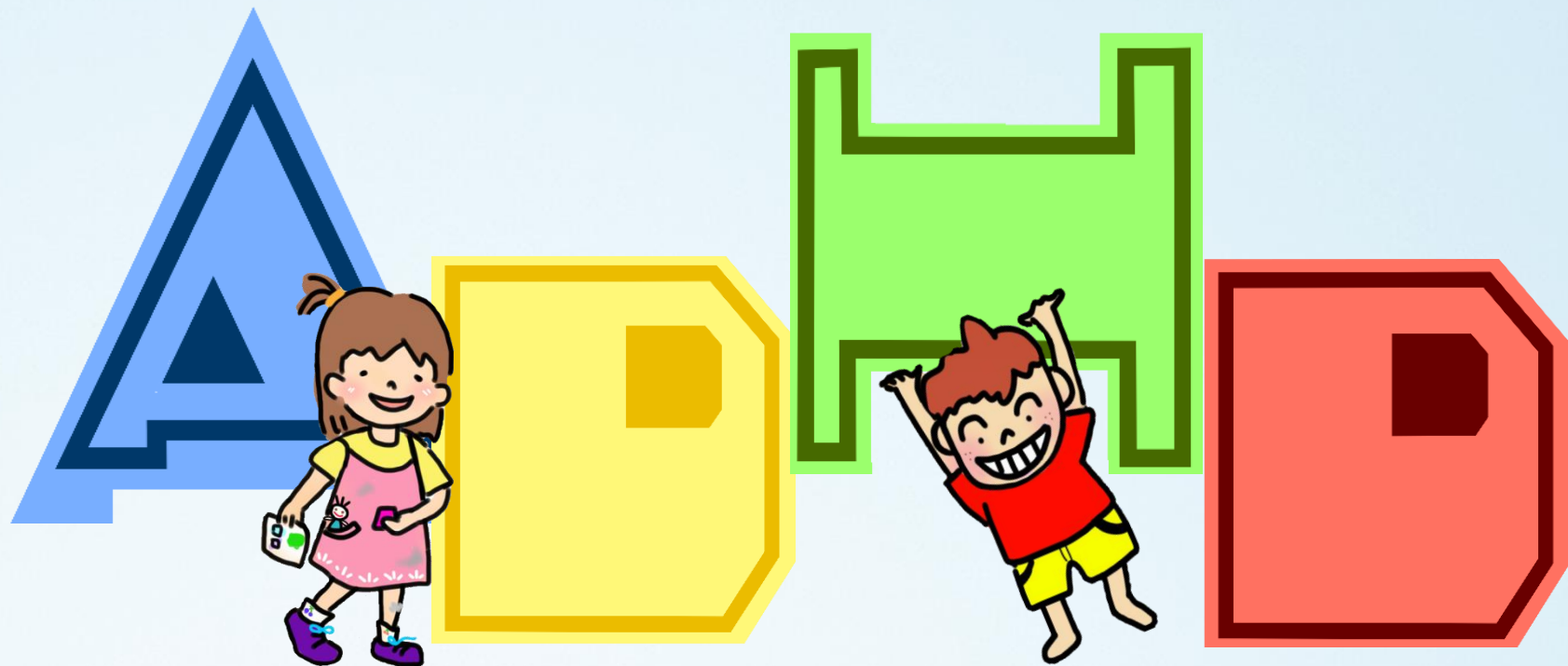


編著

# 第一次教 ADHD 弟就上手

## 一 青少年注意力缺陷過動症 ( ADHD ) 知能推廣教材 ( 共含八冊 )

引 言	使 用 手 冊
模 組 一	認 識 ADHD
模 組 二	教 師 自 我 效 能
模 組 三	生 活 管 理 支 持
模 組 四	團 體 參 與 支 持
✓ 模 組 五	個 別 學 習 支 持
模 組 六	社 會 互 動 支 持
模 組 七	生 涯 發 展 支 持



第一次教A蒂H弟就上手

# [ 個別學習支持 ]

-青少年注意力缺陷過動症 (ADHD) 知能推廣教材-  
教育部國民及學前教育署

# 簡介

說明ADHD學生的學習困境



ADHD特質對學習的影響

學習  
動機

學習  
環境

學習  
歷程

學習  
內容

學習  
評量



動機低落原因



支持策略

# 向度

## 學習動機



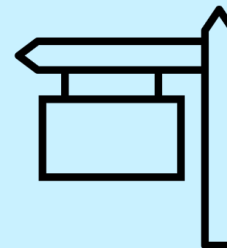
Created by Gan Khoon Lay  
from Noun Project

## 學習環境



Created by Adrien Coquet  
from Noun Project

## 學習歷程



Created by IYIKON  
from Noun Project

## 學習內容



Created by Icon 54  
from Noun Project

## 學習評量



Created by Fahmihorizon  
from Noun Project

# 學習動機

低落  
原因



Created by Llisole  
from Noun Project

支持  
策略



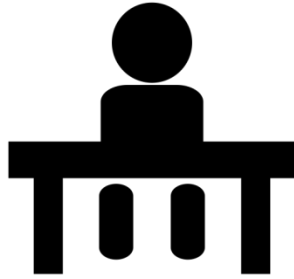
Created by Becris  
from Noun Project

# 挑戰破解



Created by Bart Laubsch  
from Noun Project

# 學習動機低落原因



Created by Fahmihorizon  
from Noun Project

個人

ADHD  
特質

能力

情緒



Created by Cullen Mertens  
from Noun Project

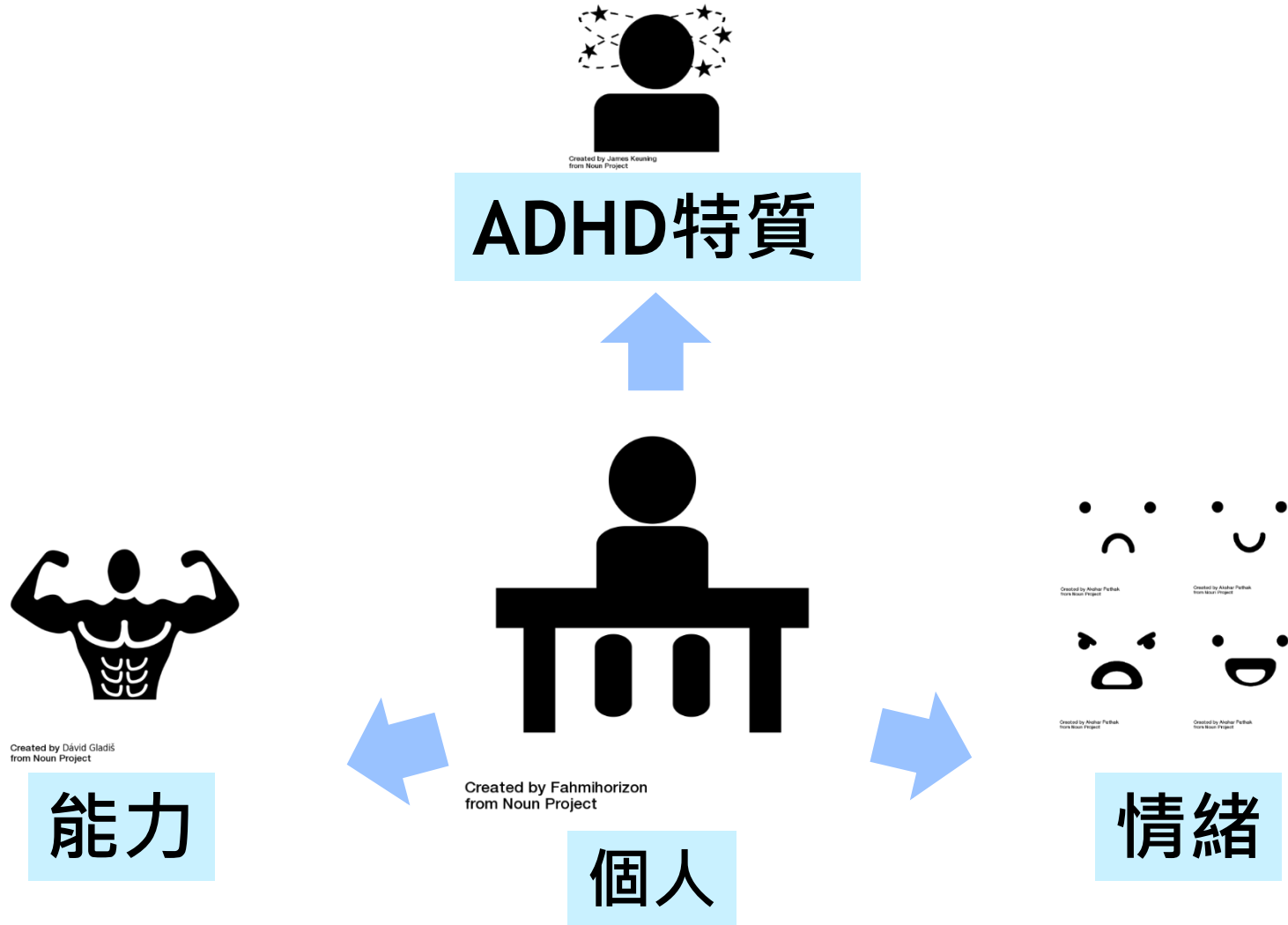
環境

家庭

老師



# 動機低落原因 - 個人



# A蒂H弟三大特質

## 注意力缺陷

- 粗心大意，常不注意細節，易出錯
- 無法在工作或遊戲活動中維持專注力
- 心不在焉，不留心別人的說話
- 無法集中精神聽從指示或完成指令
- 無法自己安排或籌劃工作和活動
- 逃避、抗拒須專心進行的工作
- 常遺失物品
- 易被外界吸引而容易分心
- 常忘記每天該做的事



# A蒂H弟三大特質

## 過動



- 坐不住
- 要求坐著時會離開座位
- 不該坐立不安的場合，會爬上下或跑來跑去
- 無法安靜的參與遊戲或玩耍
- 總是動個不停或好像「身上裝了馬達」
- 話太多

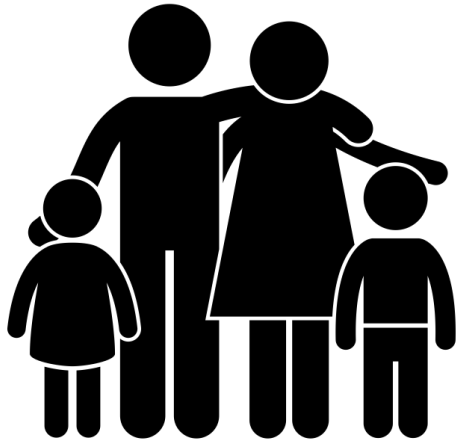
## A蒂H弟三大特質



### 衝動

- 別人問題還沒問完就搶著回答
- 在需要輪候進行的活動中無法安靜等候，常插隊
- 插嘴，打斷別人（譬如打斷別人的談話或遊戲）

# 動機低落原因 - 環境



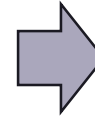
Created by Gan Khoon Lay  
from Noun Project

家庭



Created by Cullen Mertens  
from Noun Project

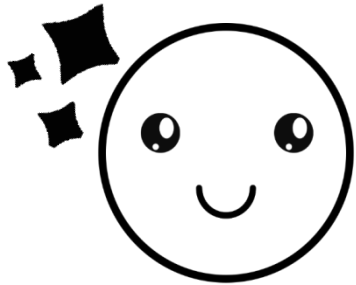
環境



Created by Gan Khoon Lay  
from Noun Project

學校

# 動機支持策略



Created by Michael Hourigan  
from Noun Project

合理的期待



Created by Postcat  
from Noun Project

適時的鼓勵



Created by Gregor Cresnar  
from Noun Project

建立成就感



Created by Thomas' designs  
from Noun Project

以正向語言規範行為

# 情境急救包



Created by Ruslan Dezn  
from Noun Project

# 情境一

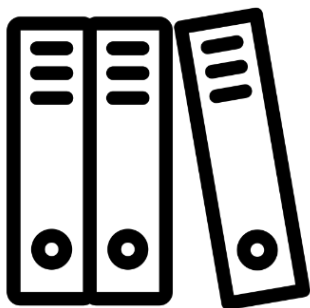


Created by Llisole  
from Noun Project

## 學業成就不穩定



# 急救包一



Created by andriwidodo  
from Noun Project

拿手科目



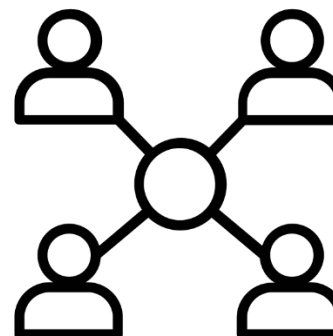
Created by Christopher Holm-Hansen  
from Noun Project

學生興趣



Created by sumhi\_icon  
from Noun Project

易見成效

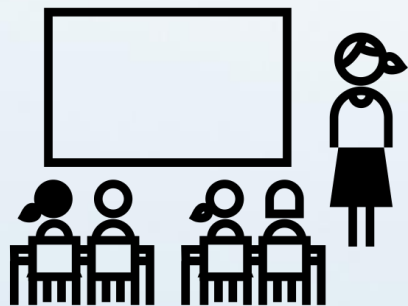


Created by Vectors Market  
from Noun Project

相關資源

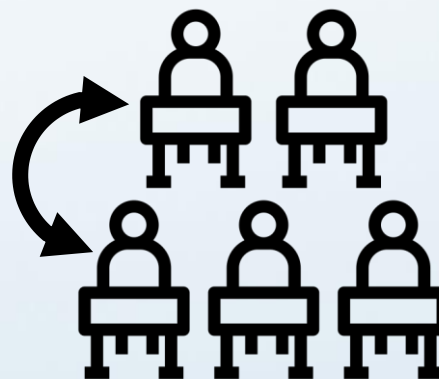
# 學習環境

## 教室 環境規劃



Created by Piotrek Chuchla  
from Noun Project

## 座位 調整



Created by Massupa Kaewgahya  
from Noun Project

# 挑戰破解

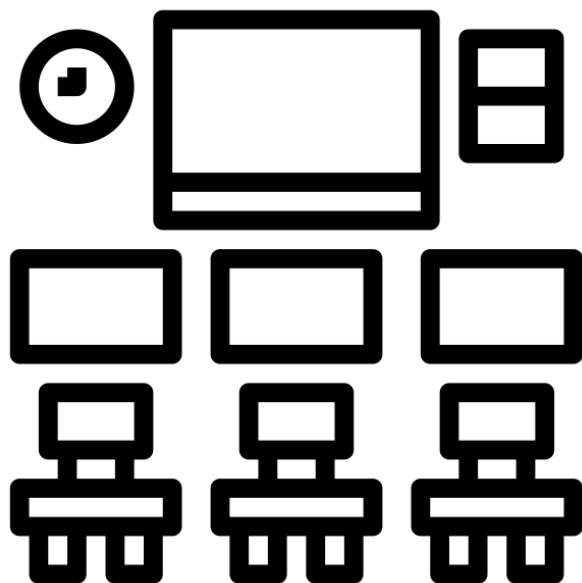


Created by Bart Laubsch  
from Noun Project

# 教室環境規畫

結構性

一致性



安全性

Created by Becris  
from Noun Project

# 座位調整



Created by Creative Stall  
from Noun Project

## 建議

- 1 遠離分心源
- 2 安排個性穩定鄰座

## 不建議

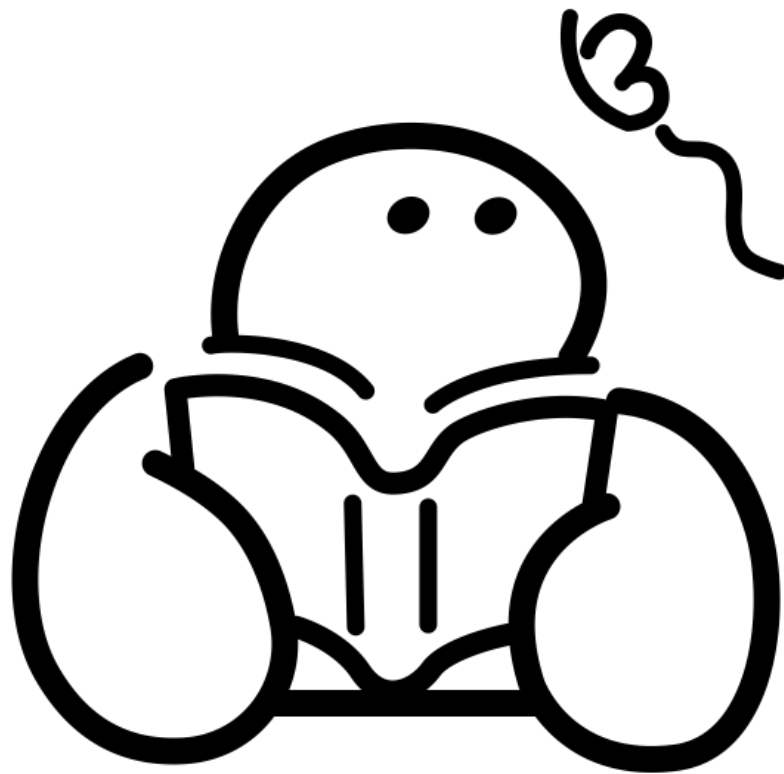
- 教室座位的四周
- 1 靠窗
  - 2 角落
  - 3 接近門口

# 情境急救包



Created by Ruslan Dezn  
from Noun Project

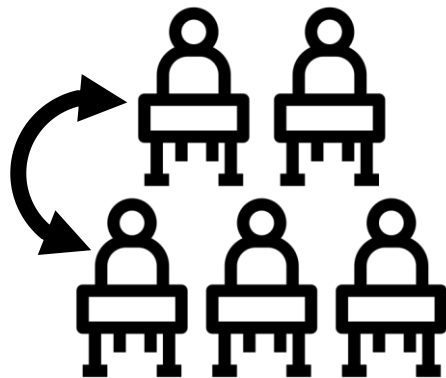
## 情境二



Created by davidyu  
from Noun Project

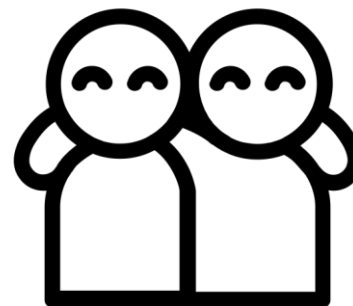
# 上課老是分心

## 急救包二



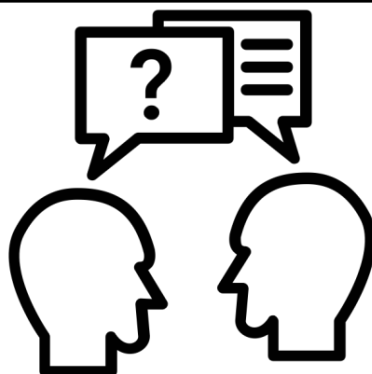
Created by Massupa Kaewgahya  
from Noun Project

### 座位調整



Created by Martyn Jasinski  
from Noun Project

### 同儕提醒



Created by Vectors Market  
from Noun Project

### 上課提問



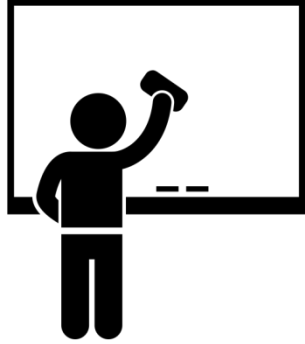
Created by glyph.faisalovers  
from Noun Project

### 老師走動教學

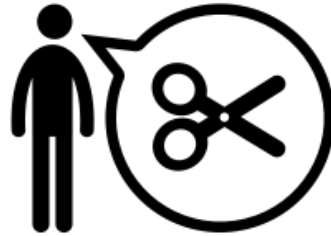
第一次教A蒂H弟就上手







Created by Gan Khoun Lay  
from Noun Project



指派任務 - 小幫手

多樣化



Created by romzicon  
from Noun Project



Created by romzicon  
from Noun Project



Created by romzicon  
from Noun Project



Created by romzicon  
from Noun Project

多感官

運用多媒體課程設計

# 學習歷程

學習  
策略



Created by faisalovers  
from Noun Project

支持  
策略



Created by Gan Khoo Lay  
from Noun Project

線索  
提示



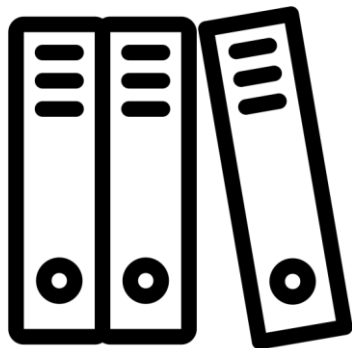
Created by darwis  
from Noun Project

# 挑戰破解



Created by Bart Laubsch  
from Noun Project

# 學習策略



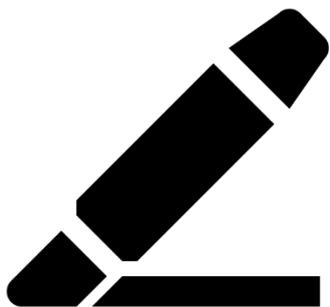
Created by andriwidodo  
from Noun Project

資料整理



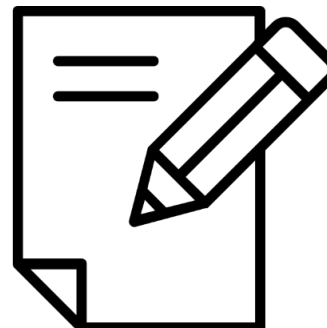
Created by Delwar Hossain  
from Noun Project

聽重點-聽到、聽完、複述



Created by Yasin Masukor  
from Noun Project

畫重點



Created by Creative Stall  
from Noun Project

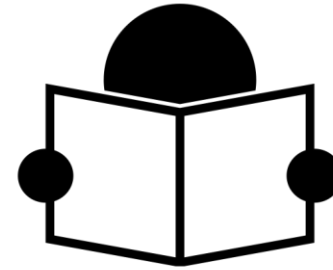
做筆記

# 學習策略



Created by Gan Khoon Lay  
from Noun Project

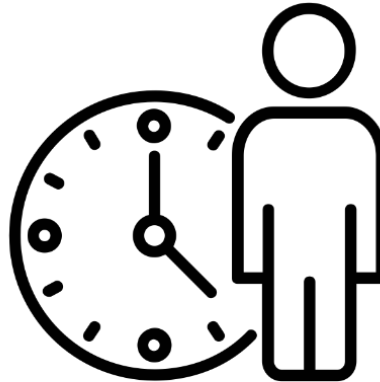
## 考試技巧



Created by Fahmihorizon  
from Noun Project

## 讀書計畫

## 分段完成



Created by Vectors Market  
from Noun Project

## 時間管理

## 科目交替

# 學習策略



Created by Alexis Lilly  
from Noun Project

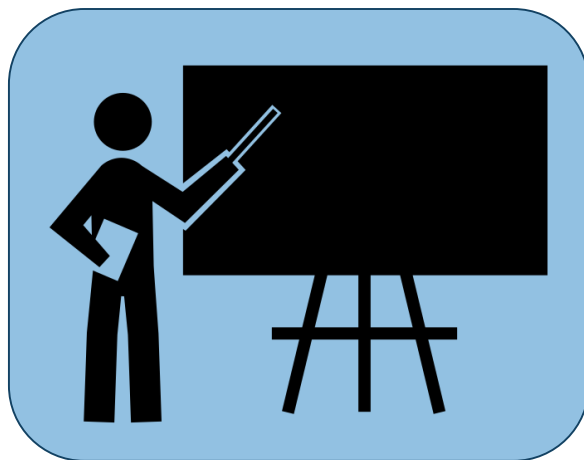
## 自我監控



Created by Bonegolem  
from Noun Project

## 瞭解自己學習風格

# 支持策略



喘息空間

講重點

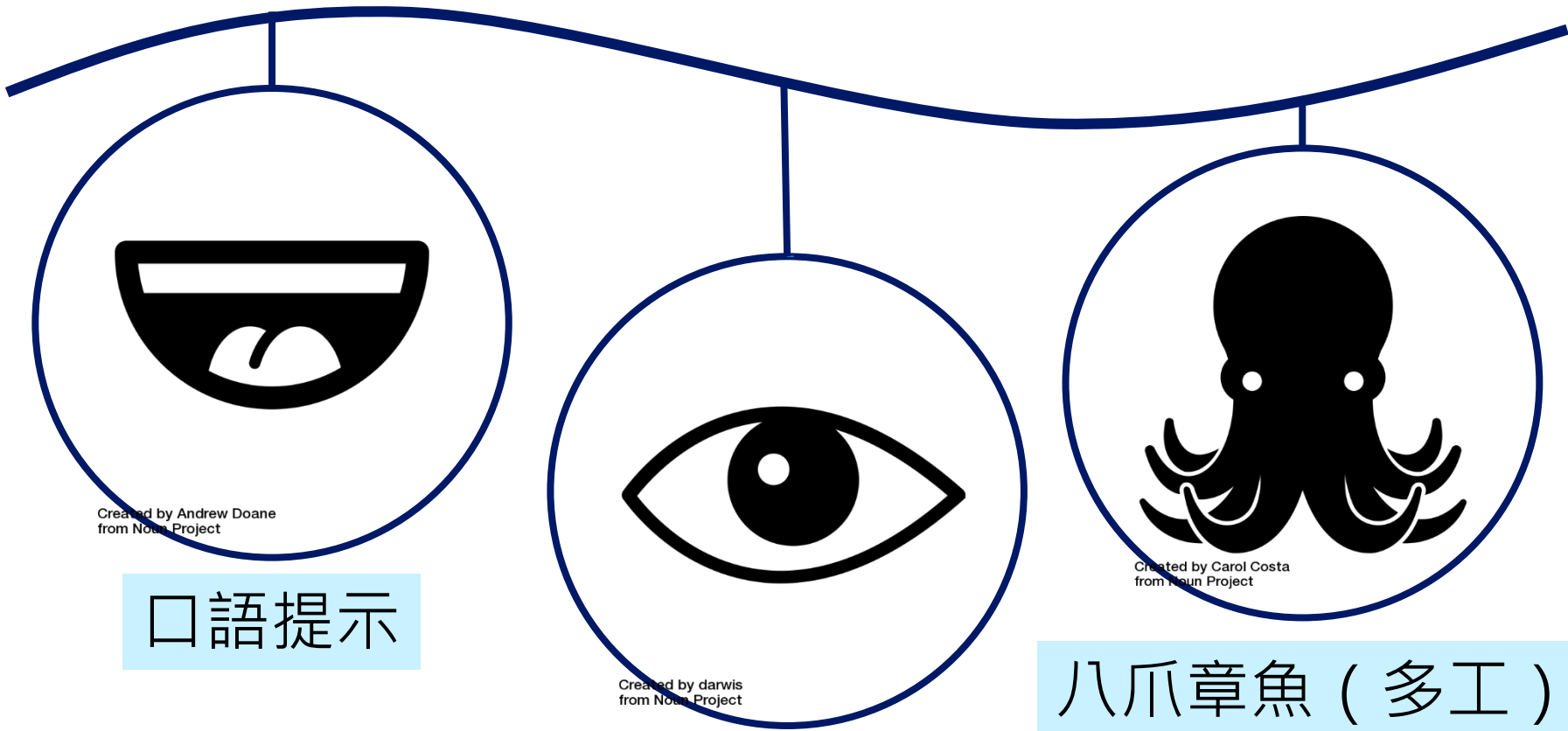
多元操作活動

動靜態活動比例

Created by Juan Pablo Bravo  
from Noun Project

因應學生學習風格

# 線索提示



Created by Andrew Doane  
from Noun Project

口語提示

Created by darwis  
from Noun Project

視覺提示

Created by Carol Costa  
from Noun Project

八爪章魚 (多工)



# 情境急救包



Created by Ruslan Dezin  
from Noun Project

## 情境三



Created by davidyu  
from Noun Project

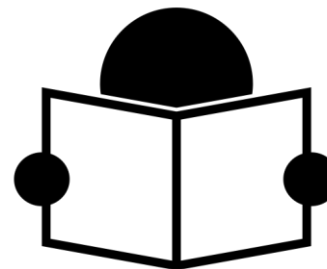
# 讀書時瞎忙，不得其法

# 急救包三



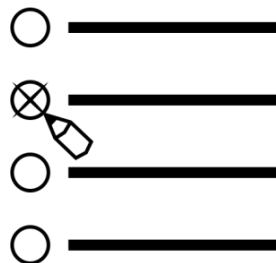
Created by Ralf Schmitzer  
from Noun Project

## 清空桌面



Created by Fahmihorizon  
from Noun Project

## 讀書計畫



Created by Aenne Briemann  
from Noun Project

## 一次只做一件事



Created by Massupa Kaewgahya  
from Noun Project

## 各科學習策略

第一次教A蒂H弟就上手

# 學習內容

簡  
化



Created by corpus delicti  
from Noun Project

減  
量



Created by corpus delicti  
from Noun Project

分  
解



Created by corpus delicti  
from Noun Project

替  
代



Created by corpus delicti  
from Noun Project

加  
深



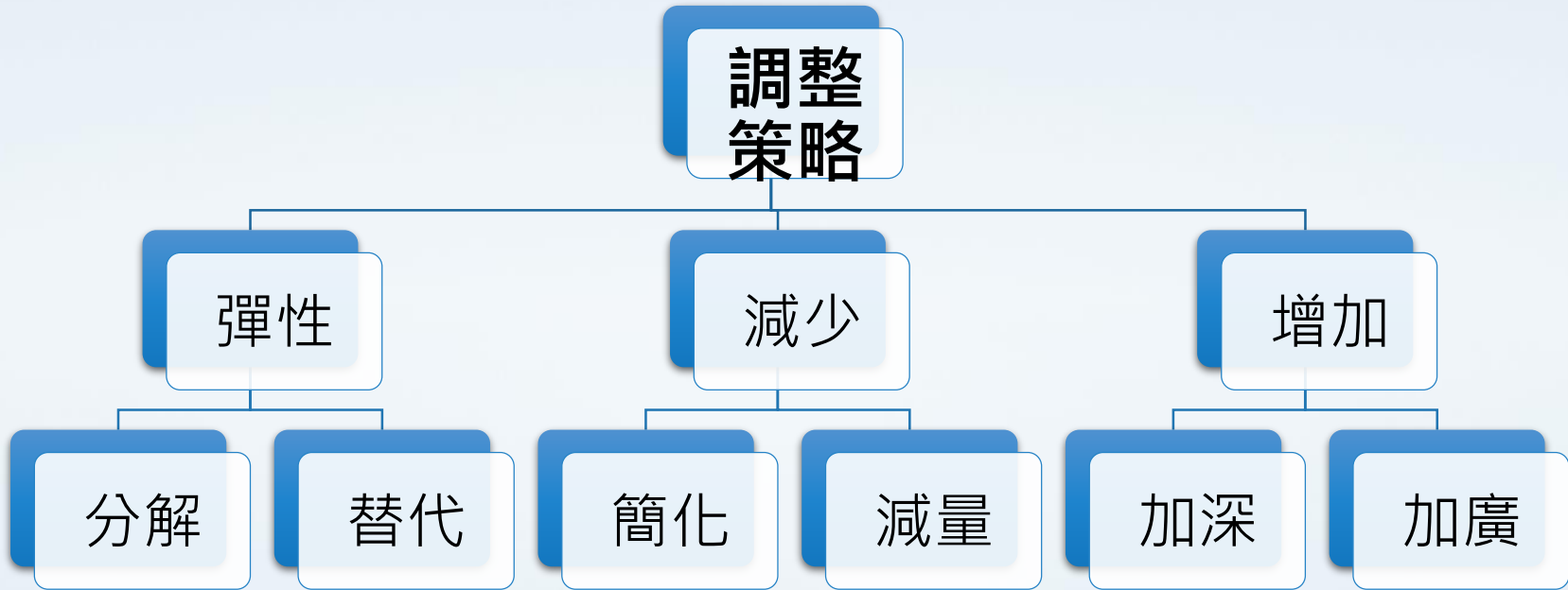
Created by corpus delicti  
from Noun Project

加  
廣



Created by corpus delicti  
from Noun Project

# 學習內容



Created by corpus delicti from Noun Project



Created by corpus delicti from Noun Project



Created by corpus delicti from Noun Project



Created by corpus delicti from Noun Project



Created by corpus delicti from Noun Project



Created by corpus delicti from Noun Project

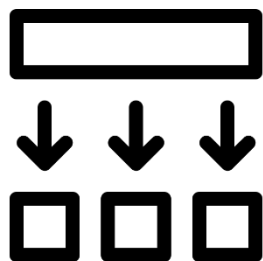
# 挑戰破解



Created by Bart Laubsch  
from Noun Project

# 學習內容調整—彈性

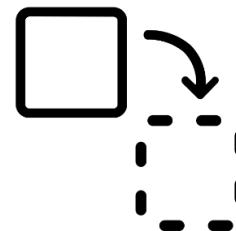
分解



Created by Arthur Shlain  
from Noun Project

細分學習目標

替代

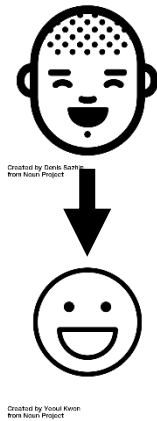


Created by Joshua Weber  
from Noun Project

調整學習方式

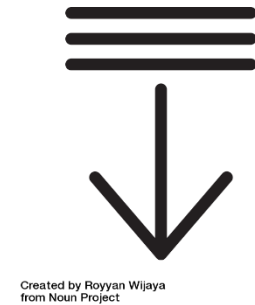
## 學習內容調整—減少

簡化



降低學習難度

減量



減少學習內容



## 學習內容調整—增加

加深



Created by YuguDesign  
from Noun Project

加深學習難度

加廣



Created by Dev Patel  
from Noun Project

增加學習廣度

# 情境急救包



Created by Ruslan Dezin  
from Noun Project

## 情境四

八年級的A蒂看到今天數學老師出了三頁的講義習題，下星期一要交。A蒂嘴巴唸唸有詞：「怎麼這麼多？」回到家想寫功課，寫到一半就卡住了，還看到進階題，頭搔破了也想不出來，就發了一頓脾氣.....

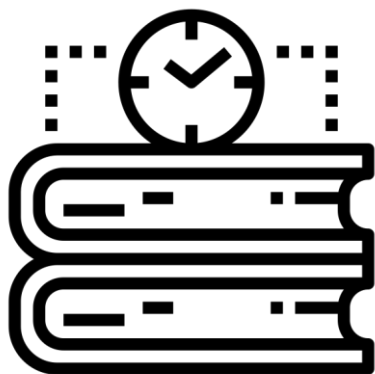


Created by junichi hayama  
from Noun Project



Created by Llisole  
from Noun Project

## 急救包四



Created by Becris  
from Noun Project

估算寫作業時間



Created by Russell Shaw  
from Noun Project

安排分段分時完成

先寫基本題



可只做基本題

Created by junichi hayama  
from Noun Project

# 學習評量

多元  
形式



彈性  
調整



適切  
標準

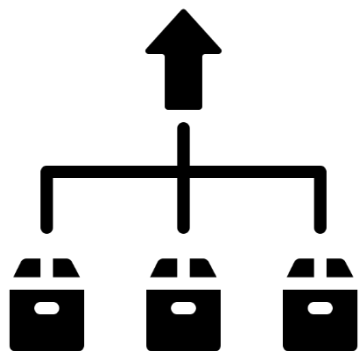


# 挑戰破解



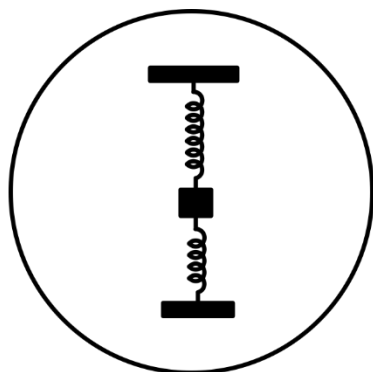
Created by Bart Laubsch  
from Noun Project

# 學習評量



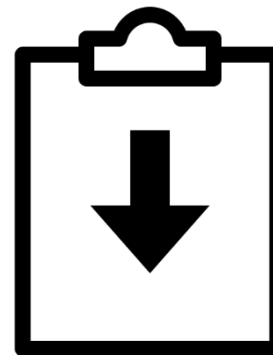
Created by Locad from Noun Project

多元形式  
評量



Created by Chameleon Design from Noun Project

彈性調整



Created by unlimicon from Noun Project

適切  
評量標準

延長作業繳交時間

調整作業內容

# 情境急救包



Created by Ruslan Dezn  
from Noun Project



## 情境五

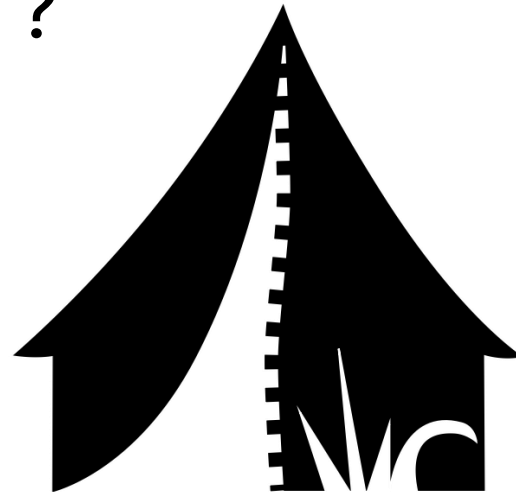
A蒂每次上童軍課的時候，總是坐不住。還沒聽完老師的問題，就等不及插嘴回答。這學期要去隔宿露營，老師在教全班如何搭帳篷，A蒂繞來走去，似乎很有興趣的樣子，但不是搞錯步驟，就是做到一半分神與同學聊天。活動在即，老師要考「搭帳篷」，身為老師的你，要如何協助他呢？



Created by Gan Khoon Lay  
from Noun Project



Created by Gan Khoon Lay  
from Noun Project



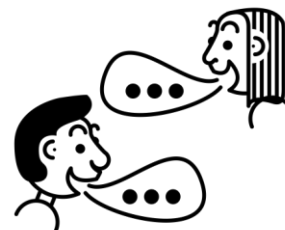
Created by SPJDR  
from Noun Project

## 急救包五



Created by Fahmihorizon  
from Noun Project

### 提供練習機會



Created by athanagore x  
from Noun Project

### 教導步驟口訣



Created by Maxim Basinski  
from Noun Project

### 多元形式評量



Created by Takao Umehara  
from Noun Project

### 調整評量標準

第一次教A蒂H弟就上手

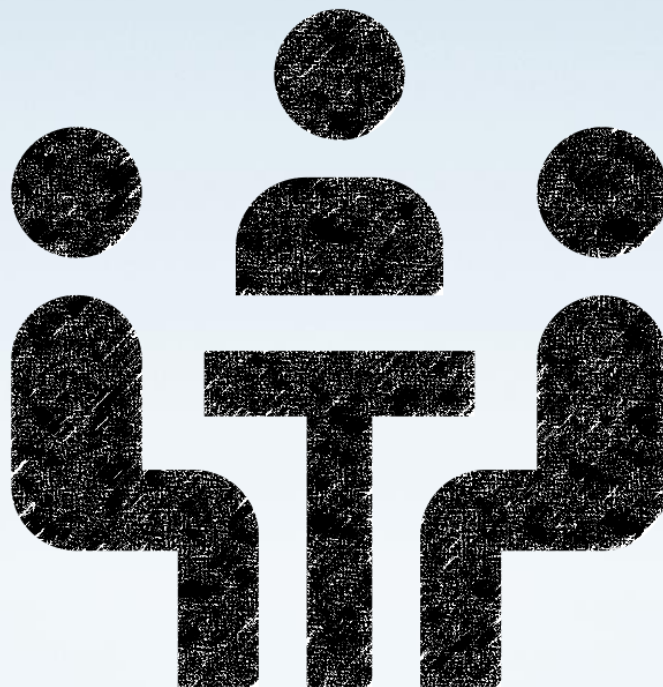
# 團隊合作揪感心



# 理解接納改變來

# 延伸思考

1. 安排同儕協助時，有哪些小撇步可讓雙方都感覺受益？
2. 幫ADHD學生的作業減量或有作業繳文的彈性時，有哪些小撇步可避免讓班上同學覺得不公平？
3. 不同科的學習方式與學習策略不同時，請依科目整理出有效的學習策略。
4. 動機常決定ADHD學生的學習成就，試分享實務中提升學生學習動機的方法。



Created by Gregor Cresnar  
from Noun Project

# 小組共創時間

## 針對學生的需求 找到好點子



**讀懂心**    **用好招**



**有事做**    **少出錯**



**早規劃**    **輕鬆過**



# [ 個別學習支持 ]

## 附 錄

### 投影片 1

本教材於電腦投影播放時，請以PDF閱讀軟體之全螢幕模式播放，即可如同PPT簡報檔以跳頁方式呈現，請查閱所使用閱讀軟體之設定方式。

### 投影片 2

- 一、目的：說明第三主題—如何為ADHD學生提供學習支持的架構。
- 二、參考說明：從自身以及其周遭環境來談ADHD學生學習狀況，並提供教師常使用的教學策略、學習策略以及可進行的評量調整。

### 投影片 3

- 一、目的：說明學習支持的架構。
- 二、參考說明：ADHD學生在學習上會遇到很多的困難，本模組試從「學習動機」、「學習環境」、「學習歷程」、「學習內容」、「學習評量」五大向度討論如何協助ADHD學生。

### 投影片 4

- 一、目的：簡要說明學習動機的向度。
- 二、參考說明：學習動機部分包括說明學習動機低落的原因與支持策略兩個面向。

### 投影片 6

- 一、目的：讓教師瞭解學習動機低落的原因。
- 二、參考說明：ADHD學生學習動機低落的可能原因，可從學生本身和環境兩方面來說明。



## 投影片 7

一、目的：讓教師瞭解ADHD學習動機低落的原因之一 - 個人因素。

二、參考說明：

- 1.從個人因素來看，大家還記得ADHD學生有哪些特質嗎？（先看下一張投影片—ADHD學生的特質），請大家依據特質來勾選，哪些特質會影響學習，並說出原因。
- 2.能力：ADHD學生，能力程度不一，有的孩子聰明，有的孩子能力普通，但再加上ADHD特質影響學習，常被認為懶惰、故意不學、專心就能學好了。
- 3.ADHD學生易因其特質，而常處於挨罵的狀況，一天、二天、一個禮拜、一個月，長期下來，情緒影響甚大。

## 投影片 8

一、目的：讓教師瞭解ADHD特質—注意力影響學習動機。

二、參考說明：

1.請大家想一想，這些注意力缺陷的特質，哪些與學習有關？為什麼？

(1)粗心大意，常不注意細節，易出錯，例：寫字少一點多一撇、運算時符號看錯、寫錯。

(2)無法在工作或遊戲活動中維持專注力，例：意興闌珊，玩到一半不玩、搞不清楚遊戲規則。

(3)心不在焉，不留心別人的說話，例：沒聽到教師交待的事項、解題只聽一半。

(4)無法集中精神聽從指示或完成指令，例：事情有步驟，只聽到其中兩步驟。

(5)無法自己安排或籌劃工作和活動，例：總是等著教師才要開始學習。

(6) 逃避、抗拒須專心進行的工作，例：拒絕或草草了事稍有難度或要花時間的任務。

(7) 常遺失物品，例：沒帶作業回家、沒帶課本來學校。

(8) 易被外界吸引而容易分心，例：上課時看窗外，教室外面有幾個教師走過，

(9) 常忘記每天該做的事，例：沒有簽聯絡簿、忘記帶學用品。

2. 種子講師一邊解釋各項特質對學習的影響，一般詢問大家是否會影響學習，並做小結（注意力缺陷是會影響學生學習的）。

### 投影片 9

一、目的：讓教師瞭解ADHD特質—過動影響學習動機。

二、參考說明：

1. ADHD學生的其中一項特質是過動，我們來看看這些特質會不會影響學習？為什麼？

(1) 坐不住、要求坐著時會離開座位、不該坐立不安的場合，會爬上爬落或跑來跑去。例：靜態活動學習不易完整學習。

(2) 無法安靜的參與遊戲或玩耍。總是動個不停或好像「身上裝了馬達」。例：可能教師糾正，學習易中斷。

(3) 話太多，例：與同學聊天，忘了正在上課。

### 投影片 10

一、目的：讓教師瞭解ADHD特質—衝動影響學習動機。

二、參考說明：

1. ADHD學生的其中一項特質是衝動，我們來看看這些特質會不會影響學習？為什麼？
- 2.別人問題還沒問完就搶著回答、在需要輪流進行的活動中無法安靜等候，常插隊、插嘴，打斷別人（譬如打斷別人的談話或遊戲）。例：無法聽完問題而誤解意思，答錯→生氣→與人發生衝突。
- 3.種子講師一邊解釋各項特質對學習的影響，一般詢問大家是否會影響學習，並做小結（衝動特質是會影響學生學習的）。
- 4.種子講師一邊解釋各項特質對學習的影響，一般詢問大家是否會影響學習，並做小結（過動特質是會影響學生學習的）點選圖片，超連結至第7張投影片。

#### 投影片 11

- 一、目的：讓教師瞭解ADHD學生動機低落的原因之一是環境。
- 二、參考說明：ADHD學生因為ADHD的關係，對其學習已有不利之影響，若家庭與學校環境能提供良好的支持，對於ADHD學生學習動有重大的影響，身為教師的你，讓我們用以下的支持策略協助ADHD學生的學習。

#### 投影片 12

- 一、目的：詳細說明如何運用動機支持策略。
- 二、參考說明：
  - 1.合理的期待、適時的鼓勵、建立成就感：當一個音樂教師遇到一個肢障生時，我們可能會很快速調整該生在課堂上的教學與評量方式。例如：印筆記給他、考直笛變成考唱歌.....。但當我們遇到ADHD學生時，似乎在評量上的彈性就少了很多，有一

個很重要的原因在於：「他應該做得到」。我們也相信ADHD學生做得到，但不要期待他一步到位，若能如此，十步到位也可。請給予ADHD學生適當的合理的期待，依據學生的能力，製造機會，適時鼓勵、建立他的成就感，並引領他逐步前進。請種子講師自行舉例，分享親身輔導個案的故事。

2.以正向語言規範行為：說話的溫度是影響學生與你之間關係的重要影響因素之一。請種子講師自行舉例「以正向語言」與ADHD學生互動的正反例。

#### 投影片 14

一、目的：說明教師可能的疑惑—學業成就不穩定。

二、參考說明：ADHD學生的學業成就不穩定，高低起伏大。當ADHD學生到國高中時期，要提升其學習意願，較不容易。除了因ADHD學生基礎能力不足，受本身ADHD特質影響之外，國高中課程的難度提高，學習速度加快……等因素，也讓ADHD學生學習動機與成就更雪上加霜。但學習是一輩子的事情，做現階段可以做的事情，例如：維持ADHD學生持續學習不放棄，長期下來，ADHD學生的基本能力和態度是會累積與進步的。因為教師長期的陪伴，對ADHD學生是會產生重大影響的。

#### 投影片 15

一、目的：說明教師可能的疑惑—學生每科都不好，不知從何著手。

二、參考說明：學習是一長遠的過程，不易速效，或是快速見到效果。即使是一般的孩子，也需要持續努力，才能夠維持中等以上的學習成果。ADHD學生更是如此。在國高中的教學現場，會看到已經沒有學習動機的ADHD學生，在惡性循環之下，讓師生心有餘而力不足的情況，時有所聞。但學習是國高中學生生活的重心，是需

要更多的支持與努力。因此，在提供ADHD學生學習支持時，請教師先瞭解ADHD學生的各項能力狀況，分析其優弱勢能力，然後：

1.從ADHD學生拿手的科目開始—有時，ADHD學生不見得每一科都差，通常會有一兩個科目是相較起來比較好的科目，從這些科目著手，會讓ADHD學生較有動力學習，且能持續較強的動機，維持較長的時間學習。

2.從易見效的開始—有些ADHD學生有其優勢能力，有時只是因為某些小原因，而成績不佳。從其優勢能力著手，可以事半功倍。例如：有些ADHD學生記憶力佳，只要老師協助提供一些支持的策略，ADHD學生容易從社會科等需要記憶力的科目中得到成就感。

3.從教師的專長或ADHD學生的興趣開始—有時，ADHD學生低成就又低動機，可以先從教師的專長或是ADHD學生的興趣來帶領ADHD的學生。這個專長可能不是學科，但目的是讓ADHD學生對於學習重新產生動機。例如：畫畫、作菜等。ADHD的學生可能因為喜歡作菜，而願意去讀英文……等。

4.相關資源—有時，ADHD學生有興趣的，可能不是教師的專長，運用相關資源來協助，也是一個重要的方法。例如：校內的志工、退休教師……。

### 投影片 16

一、目的：說明教室環境規劃和座位調整二大向度的內容重點。

二、參考說明：於教學前，瞭解學生的狀況，並對教室環境進行規劃與座位調整，將有助於教師的教學生與學生的學習。

### 投影片 18

一、目的：說明教室環境規劃原則。

二、參考說明：

1.良好的教室環境規劃，對於一般孩子的學習及教師教學即很有幫助，因此，這些規劃非並僅只針對ADHD學生。

2.因應ADHD易分心、不易專注等特質，有以下之建議：

(1) 安全、整潔、井然有序：讓ADHD學生在教室環境中感到乾淨、整齊、安全及舒適。

(2) 具結構與組織性：不同的角落功能與教室活動、作業以及測驗的指示都應該清楚且一致。

(3) 教室規則明確，並同時視覺呈現，讓學生能夠清楚地教室行為規則及期望。

### 投影片 19

一、目的：說明座位調整原則。

二、參考說明：ADHD的學生易受干擾而分心，在座位安排上建議：

1.遠離分心源：有些ADHD的學生容易因一點聲響而分心，此時不建議安排靠窗位置。

2.安排個性穩定的鄰座同學：有些ADHD的學生，若旁邊安排穩定的鄰座同學有助於ADHD上課能夠更加專注，也讓教師上課更加順利。

3.不建議教室角落四周的位置：例如靠窗、接近門口、最後一列或角落。

### 投影片 21

一、目的：說明ADHD學生上課常見的挑戰。

二、參考說明：ADHD的學生在學習時，經常呈現上課老是分心的狀況。

### 投影片 22

一、目的：說明ADHD上課常見的挑戰 - 上課易分心。

二、參考說明：即使已經調整教室環境與座位，仍然會看到ADHD學生上課老是分心的狀況，教師還可以：

- 1.座位調整：安排ADHD學生於教室較前排偏中間的位置，避免教室四周邊緣的位置。
- 2.同儕提醒：安排和善小天使，適時提醒及協助ADHD學生，有助於穩定其情緒並專注於學習。
- 3.上課提問：講述教學的時間稍長，學生就易分心，提出問題，讓學生思考，並請學生回答問題，可讓ADHD學生警醒。
- 4.教師走動教學：教師邊上課，邊走動，可讓學生拉回注意力，保持警醒狀態，自然會較專心。

### 投影片 23

一、目的：說明ADHD上課常見的挑戰 - 上課易分心。

二、參考說明：即使已經調整教室環境與座位，仍然會看到ADHD學生上課老是分心的狀況，教師還可以：

- 5.設計小任務：例如，幫忙示範、擦黑板、準備教具等，可讓ADHD學生回神。
- 6.運用多媒體教學：多感官的教學刺激來源，可吸引學生的學習興趣，進而達到減少ADHD分心頻率，提升學習效率。

## 投影片 24

- 一、目的：說明學習歷程的向度。
- 二、參考說明：說明學習歷程包括學習策略、支持策略與線索提示三大向度。

## 投影片 26

- 一、目的：說明可教導ADHD學生的學習策略。
- 二、參考說明：

當ADHD學生有動機進行學習時，教導學習策略可有效提升學生學習的成效。並不是每一個孩子都需要重新訓練所有的學習策略。請教師先觀察並分析ADHD學生目前缺乏且必要學習的學習策略，並與學生討論後，再教導他。

(1)資料整理—ADHD學生經常遺失學用品，作業常常未帶未交，教師常要安排小天使提醒。若能訓練ADHD學生整理資料，有助於提昇其學習效率與人際關係。學習資料的整理，包括有：整理書包、抽屜、整理考卷、作業等。以繳交作業為例，常見到ADHD學生功課在家寫完，卻無法準時繳交，或是漏東漏西，教導他把所有的作業放在一個L夾或直接用長尾夾夾在聯絡簿上，可減少他未交作業的情況。

(2)聽重點—上課時，不論是學習內容或是交待作業事項的訊息很多，ADHD學生不見得是沒有能力，但話只聽一半或是沒聽到是很常發生的情形。因此，教導學生聽到、聽完整然後複述，會是一個減少師生衝突及促進其學習效率的重要方法。

(3)畫重點—許多ADHD學生在閱讀學習時，經常沒有耐心或有跳行跳字的情況，亦無法找出核心重點內容及關鍵字句，需教導他們讀標題、劃重點，有助於消化與整理所學。



(4)做筆記—提醒ADHD學生在上課時或課後整理重點做筆記，不僅可以提升其專心度，也能促進其學習。

### 投影片 27

一、目的：說明可教導ADHD學生的學習策略。

二、參考說明：

當ADHD學生有動機進行學習時，教導學習策略可有效提升ADHD學生學習的成效。並不是每一個孩子都需要重新訓練所有的學習策略。請教師先觀察並分析ADHD學生目前缺乏且必要學習的學習策略，並與ADHD學生討論後，再教導他。

(1)考試技巧：不同的ADHD學生在考試時遇到的問題不同，有的孩子寫得很快，題目沒有看清楚就作答；有的分心恍神，回神時已來不及作答；教師需要陪伴學生共同討論可能的原因，協助他找到適合他的考試技巧。例如對於寫得很快，題目沒看清楚就作答的孩子，可以請他在讀題時在題目上逐字畫線，並圈出關鍵字，降低他的讀題速度，看清楚題目再作答。

(2)讀書計畫：協助ADHD學生養成有計畫讀書的習慣，並依據每次學習的範圍做好規劃，這樣的能力隨著學生的年紀增加，成為是必要的策略與能力。教師可依學生實際狀況陪伴學生訂定讀書計畫並執行。

(3)時間管理：因為ADHD學生的特質，持續一段長時間學習，是不容易的事情。但是，讓ADHD學生學習，「分段完成」、「交替不同科目」、「少量多餐」等策略的交替運用下，有助於其增進學習效率。

## 投影片 28

一、目的：說明可教導ADHD學生學習策略。

二、參考說明：

1.當ADHD學生有動機進行學習時，教導學習策略可有效提升學生學習的成效。並不是每一個ADHD學生都需要重新訓練所有的學習策略。請教師先觀察並分析ADHD學生目前缺乏且必要學習的學習策略，並與學生討論後，再教導他。

(1)自我監控：從認知心理學的角度來看，ADHD學生必須評估在學習時自己的效能，如回答「我的目標是什麼？」、「我知道自己現在正在做什麼嗎？」透過自我監控的方式提升自己的學習效率。

(2)瞭解自己學習風格：雖然從小到大每個人都在學習，但每個人擅長的學習方式不同，也就是說，在學習的過程中，每個人獲取和和理解知識的方法也不同，這就是學習風格與偏好的差異。教師可觀察與協助ADHD學生瞭解自己的學習風格，來增進學習的效能，進而促進學習動機。

2.請講者自行舉例實際輔導個案。

三、參考書目

何麗玉(2009)：自我監控訓練對注意力缺陷兒童輔導成效之研究。國立臺中教育大學特殊教育學系碩士論文，未出版。

## 投影片 29

一、目的：說明可協助ADHD學生學習的支持策略。

二、參考說明：教師在教學前要瞭解ADHD學生的學習風格及ADHD對學生學習的影

響，方能夠瞭解要運用哪些教學策略於教學時，例如：

- 1.一節45或50分鐘的課，ADHD學生很難持續專注，因此，在教學活動中「喘息空間」（如指派任務，或允許短時間的站立或走動）、「動靜態活動比例」（動靜交替的課程設計，讓ADHD學生不至於因為長時間的靜態課程而分心或煩躁）、「多元操作活動」（活動轉換時安排小任務，例如：請學生協助收教具，設計多種操作活動以維持學生注意力）皆可提昇ADHD學生的學習效果。
- 2.ADHD學生較沒有耐心，所以，在交待事情時，要「講重點」，讓學生能夠完整接收到訊息。

### 投影片 30

一、目的：說明教師在教學時可以運用的線索提示。

二、參考說明：教師在教學前要瞭解ADHD學生的學習風格及ADHD特質對學生學習的影響，方能夠瞭解要運用哪些教學策略於教學時。可於上課時，依學生學習狀況提供各項的線索提示。

- 1.口語提示—上課時，以提問方式進行課程，對於許多ADHD學生是有很有效的，藉由這些口語提示，會讓ADHD學生更投入於課程學習。
- 2.視覺提示—因應不同學習風格的學生，有的孩子對於口語提示較有反應，有些孩子對於視覺的提醒較敏銳，於課堂教學時適時運用圖表等視覺提示，能事半功倍之效。
- 3.八爪章魚（多工）—教師可一面講課，一面走到ADHD學生旁邊，幫他指出現在的進度，既不需要打斷教學，同學也不會被其干擾，又能夠提醒ADHD學生現在的上課進度。

### 投影片 32

- 一、目的：說明ADHD讀書時的可能狀況—不得其法。
- 二、參考說明：常見ADHD的學生想要讀書，但成效不彰。仔細觀察其讀書情形，一下子找筆，一下子找講義，一下子看國文，一下子做數學，很忙碌，卻不得其法。

### 投影片 33

- 一、目的：說明ADHD讀書時的可能狀況—不得其法。
- 二、參考說明：
  - 1.桌面清空：在讀書面，請ADHD學生把桌面清空，避免分心。
  - 2.安排讀書計畫：確認今天要完成的事項→確認每項任務的步驟→預估每項任務的時間。
  - 3.一次只做一件事：請ADHD學生安排好當天的讀書計畫後，一次只進行一個任務，並且桌上只放該項任務所需的物品。
  - 4.各科學習策略：不同科目的學習策略不同，寫作業與準備考試的方式也不同。例如：背注釋，可能要教ADHD的學生先理解意思，然後試著自己說出該注釋的意思，然後再多唸讀該注釋後，並練習生難字詞，最後自己測試是否熟練。

### 投影片 34

- 一、目的：說明學習內容的向度。
- 二、參考說明：說明學習內容的六大向度—簡化、減量、分解、替代、加深、加廣。

### 投影片 35

一、目的：說明學習內容的向度。

二、參考說明：ADHD學生的個別差異甚大，因應學生的特質與個別學習狀況，學習內容的調整可分為三大向度，六種方法。分別是學習內容彈性調整、減少與增加；內容彈性調整分為分解、替代，內容減少分為簡化與減量；內容增加部分為加深與加廣，亦適用於雙重特殊需求學生。

### 投影片 37

一、目的：瞭解教師在教學時可以運用的學習內容調整—彈性策略。

二、參考說明：

分解是指將學習重點細分為數個小目標，再逐步學習，可以在同一階段或不同階段分開學習。替代是指原來的目標適用，但需在教學措施上進行調整。ADHD學生因為注意力、衝動或過動問題，在學習的效率與結果上常會令他們感到挫折。教師在教學時，可做許多的彈性調整。例如：上音樂課時，一般學生一節課學四個音的指法，可讓ADHD學生兩個兩個音學。或者數學課時，對於能精熟內容的同學，解題時只需要三個步驟，但若教導ADHD學生時，將步驟細分為五個步驟有助於其學習了解，則彈性調整之。

### 投影片 38

一、目的：瞭解教師在教學時可以運用的學習內容調整—減少策略。

二、參考說明：簡化表示降低學習重點的難度，保留最基本的內容，以適合ADHD學生的程度。減量表示減少學習重點的部份內容。學習的內容與難度，隨著年級漸增

而變多變難，若ADHD學生因學習的動機、能力、態度與方法等原因，尚未能因應現階段的學習內容與難度，教師可在學習內容與學習難度上做些調整，讓ADHD也能夠紮實學習。

### 投影片 39

- 一、目的：瞭解教師在教學時可以運用的學習內容調整—增加策略。
- 二、參考說明：加深是指加深學習重點的難度。加廣意指增加學習重點的廣度及多元化。許多人以為ADHD學生因為有注意力、衝動過動問題，學習內容只能簡化或減量。其實，ADHD學生的個別差異甚大，有些ADHD學生能力並不差，對於有挑戰性的任務動機高，適時依學生情況給予加深加廣，有助其學習，同樣原則亦適用於伴隨高智商、甚至資優之雙重特殊需求學生。

### 投影片 41

- 一、目的：舉例說明學習內容調整的可能問題情境。
- 二、參考說明：如PPT上的文字說明。

### 投影片 42

- 一、目的：解決情境四—ADHD常遇到的寫作業問題。
- 二、參考說明：ADHD學生的能力有很大的個別差異，有的孩子有良好的學習能力，但做事無章法，就需要教導他先估算寫作業所需的時間，確定繳交日期，安排分段完成，讓ADHD的學生不會覺得一下子要全部作完而沒有耐心完成。以情境四為例，數學作業常有基本題和進階段，基本題較簡單，完成速度較快，且有成就感。進階

題需要把基本題的觀念搞懂後，比較有可能完成。但相較之下，進階題要花費的心力與時間較多。因此，分段分時完成的作業完成度會較高。但若遇到能力無法達成的ADHD的學生，教師可以彈性調整，讓ADHD的學生可只做基本題。

#### 投影片 43

- 一、目的：說明學習評量的向度。
- 二、參考說明：學習評量分為多元形式評量、彈性調整與訂定適切評量標準三大向度。

#### 投影片 45

- 一、目的：介紹ADHD學生的學習評量調整方式。
- 二、參考說明：
  - 1.多元評量：每一個ADHD學生的能力、興趣與學習習慣不同，回到學習評量的目的，在於瞭解學生的學習情況，是否學到了？學到了多少？因此，運用多元評量的方式，瞭解學生學習的情況，以利後續的教學與輔導。多元形式評量的方式有很多，包括：口頭、紙筆、操作、檔案、報告……等方式。
  - 2.彈性調整：若ADHD學生經由一些調整方式即能夠有相關於或接近於一般學生的表現，或許他就能夠穩定學習或願意學習，教師不妨可以嘗試看看，例如：延長作業繳交時間，調整作業的內容。有時，減少抄寫的作業，以強調了解學習內容的作業，更能引起ADHD學生的學習動機，並提升其學習表現。
  - 3.適切評量標準：在仔細觀察與評量學生的狀況後，若教師發現ADHD學生的能力有限，嘗試了各種方法，例如：修正教學方式、請同學、家長協助、教師額外加強……，

若ADHD學生的學習表現仍難以達到一般學生的水準，教師可考慮降低評量標準。

#### 投影片 47

目的：說明可做評量調整的問題情境。

#### 投影片 48

一、目的：說明評量調整的可能策略。

二、參考說明：就本例子來說，ADHD的學生經常無法耐心等待教師講解完，就分神或做其他的事情去了。如果能夠讓ADHD的學生，以自然的方式，多練習幾次，例如：安排ADHD學生做教師考試時的小幫手，讓他能夠自然多幾次參與的機會，達到練習的效果。並把ADHD學生當考試小幫手的任務，作為其評量方式之一。有時，過多的步驟，對於ADHD的學生來說，可能太複雜，提供一些口訣步驟，有助於ADHD學生能夠更流暢完成任務。若獨立搭帳篷，對某些ADHD學生有困難完成，教師可以讓全班知道搭帳篷可以有獨立完成和小組完成方式來完成任務，選擇任何一種皆算有完成任務，亦屬多元評量的方式之一。而不同的任務，完成不同的步驟，可以有不同的分數，即分基礎級、進階級和專業級等不同的任務，可依ADHD的學生的程度，挑戰不同的級數。



**教材名稱：**第一次教A蒂H弟就上手－青少年注意力缺陷過動症(ADHD) 知能推廣教材 \_ 個別學習支持模組

**發行人：**彭富源

**發行單位：**教育部國民及學前教育署

**總編輯：**蔡昆瀛

**副總編輯：**吳怡慧

**執行編輯：**楊佳樺

**編著者：**蔡昆瀛、吳怡慧、鄭麗華、謝佳男、程翊婷、  
黃己娥、李金龍、廖聖惠、王怡人、鄭鈺清、  
張桂貞、鄭泮蓁、黃琬萱、廖美玲、楊佳樺

**人物繪圖：**黃琬萱

**美術編輯 / 視覺設計：**陳家琳

**助理編輯：**莊萱琳、林晏廷、  
許瑋欣

**編製單位：**臺北市立大學

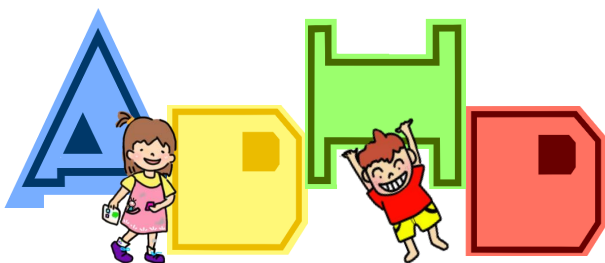


# 教育部國民及學前教育署

注意力缺陷過動症(ADHD)知能推廣計畫

歡迎推廣與分享，引用請註明出處

2019年5月



第一次教A蒂H弟就上手

# 個別學習支持

青少年注意力缺陷過動症（ADHD）知能推廣教材