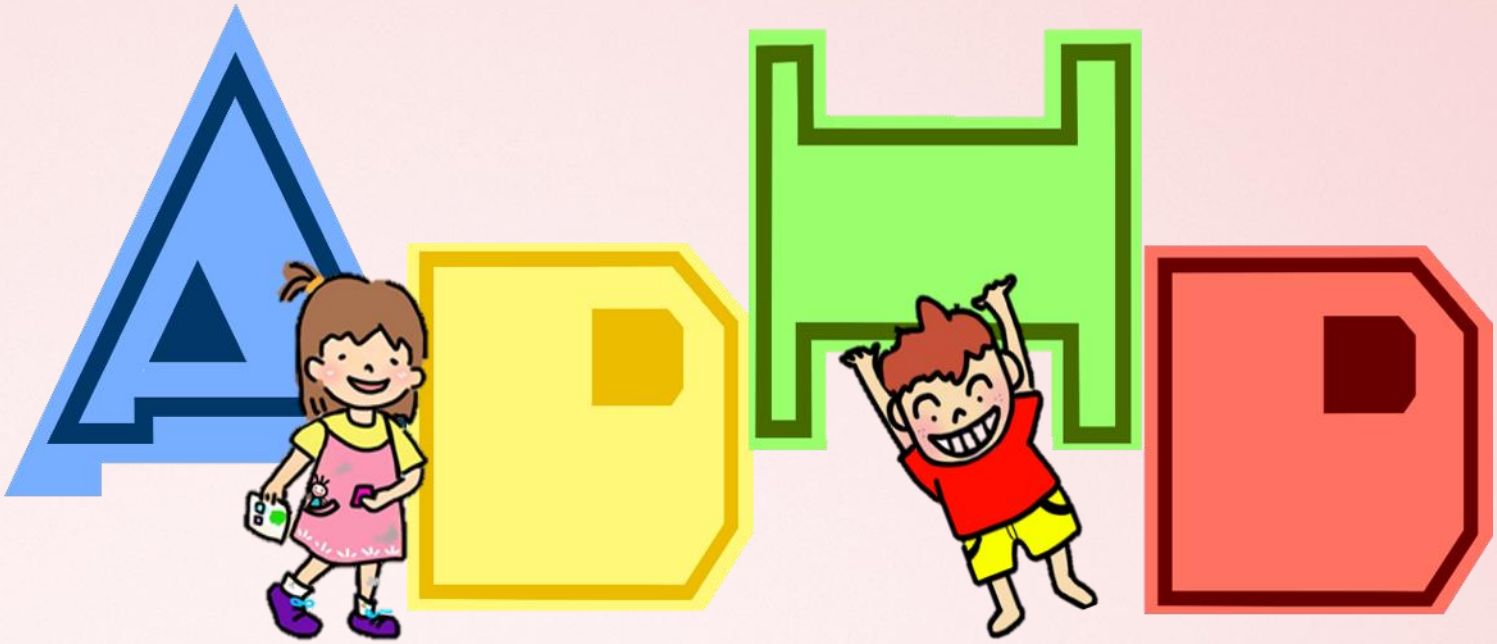


A蒂H弟上學趣 種子版

[生涯發展支持]

-兒童注意力缺陷過動症（ADHD）知能推廣教材-

教育部國民及學前教育署

模組簡介

說明ADHD學生
在生涯發展過程中容易發生的挑戰

協助普教教師找到學生
需求

引導學生自我接納

引導學生自我肯定

學生得以有更適合的生涯發展

向度

自我概念



Created by Gan Khoon Lay
from Noun Project

優勢能力



Created by Chameleon Design
from Noun Project

自我決策



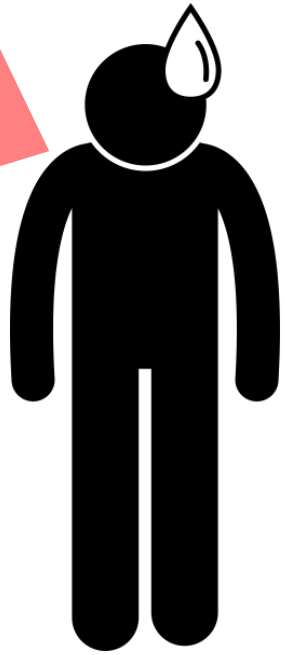
Created by TukTuk Design
from Noun Project



大家好我是A蒂H弟

無法”先停下來想想”
而常常惹麻煩

雖然知道規則及後果
但仍重複犯錯



想專心 卻無法專心

Created by Gan Khoon Lay
from Noun Project

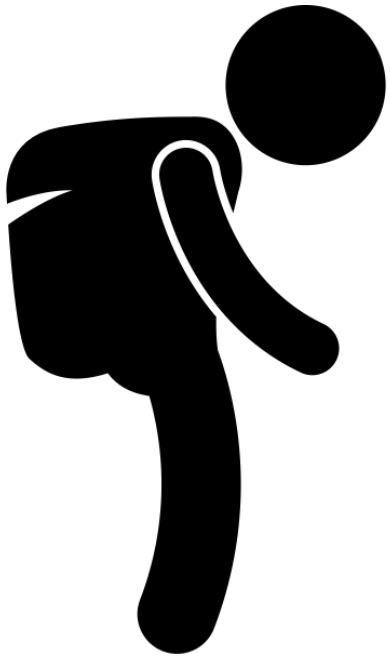
這些都是我生下來就帶著的**挑戰**



Created by Mahmure Alp
from Noun Project

這些挑戰困擾著我

想到自己我常常覺得**很煩惱**



Created by Gan Khoon Lay
from Noun Project

無法專注　事情常常做不好

覺得自己**一無是處**



Created by Gan Khoon Lay
from Noun Project

覺得自己**比不上別人**
乾脆什麼都不要做好了



Created by Luis Prado
from Noun Project

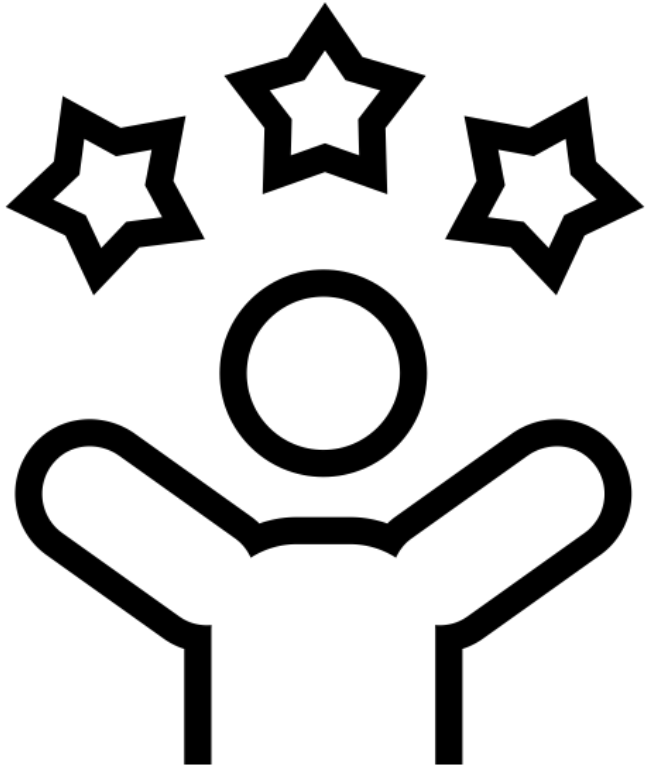
對未來**沒有任何期待**
不曉得自己可以往哪條路走



Created by William J. Salvador
from Noun Project

故事有沒有可能改寫

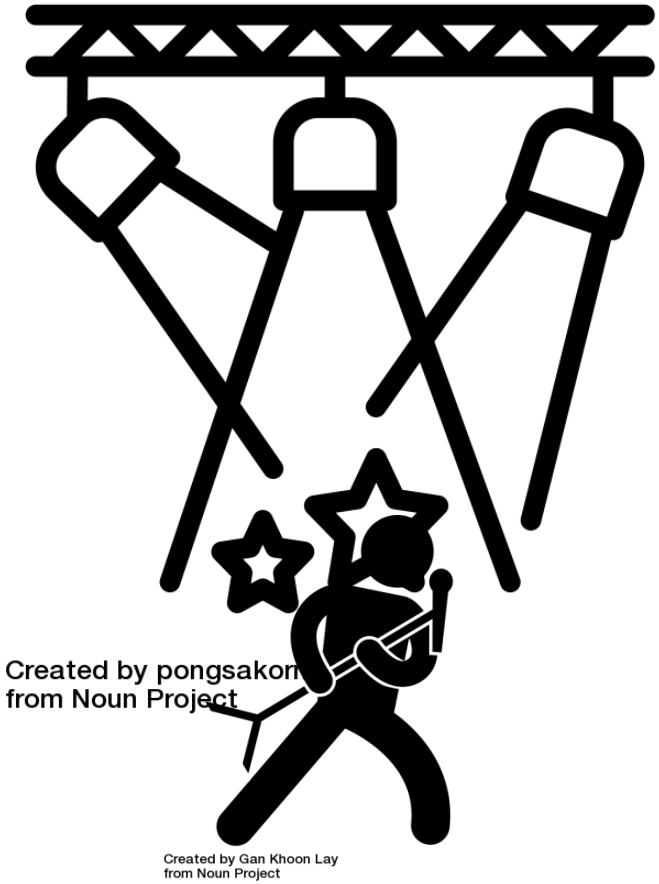
一起來幫ADHD學生**找到出路**



Created by Oksana Latysheva
from Noun Project

幫助他 認識自己 為自己做決定

看見自己的亮點



「放對位置，就是人才」

讓ADHD的學生有做**最好的自己**的權利

提供事前支持 減少事後補錯
才是好方法



自我概念

自我覺察



Created by darwis
from Noun Project

自我接納



Created by Gan Khoon Lay
from Noun Project

A蒂H弟上學趣

挑戰破解



Created by Bart Laubsch
from Noun Project

A蒂H弟上學趣

挑戰一



Created by Gan Khoon Lay
from Noun Project

Created by Gan Khoon Lay
from Noun Project

我不知道自己怎麼了 想做好卻做不到
自己又做錯了好生氣，
同組的小明看著我笑，氣死我了!

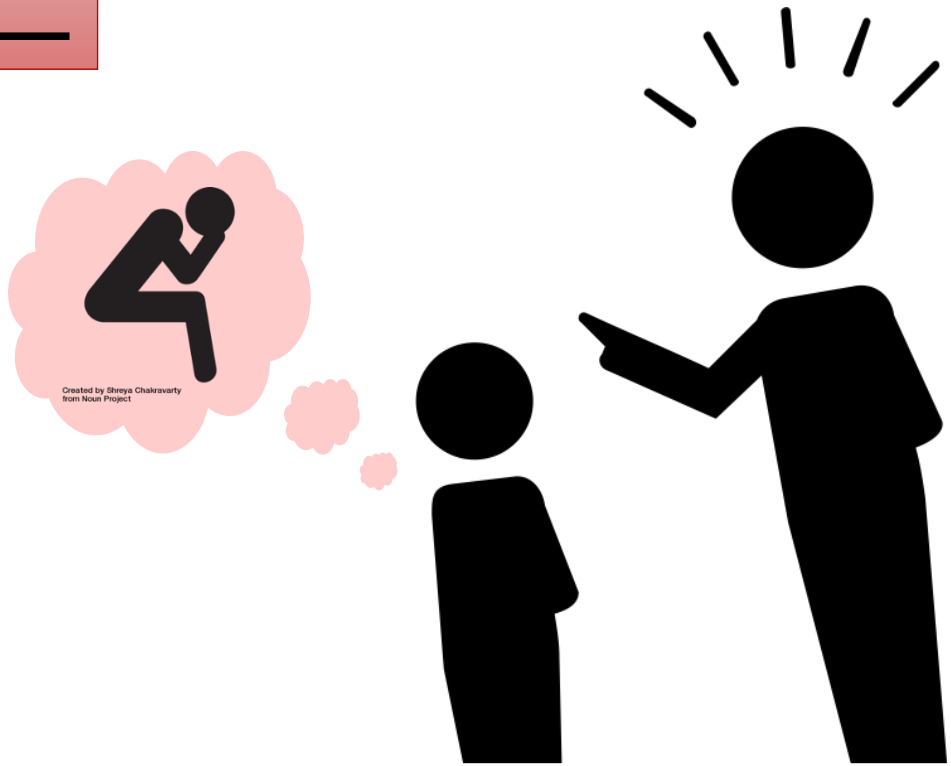
需求一



Created by Gan Khoon Lay
from Noun Project

我需要 **自我覺察** 認識自己的特質

挑戰二



Created by abdul karim
from Noun Project

在班上常常被同學告狀，又被普教教師叫去責難
我覺得自己**一無是處**，什麼都做不好
分配工作時我**乾脆擺爛**!

需求二





我需要學會 **接納自己**

情境急救包



Created by Ruslan Dezign
from Noun Project

A蒂H弟上學趣

情境一

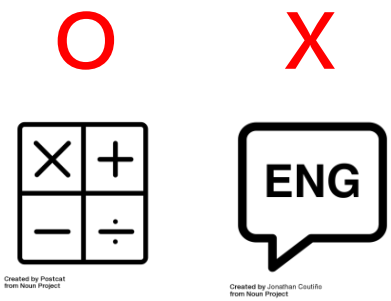
不夠瞭解自己的特質，對自己**重複犯的錯生氣**，甚至遷怒他人。



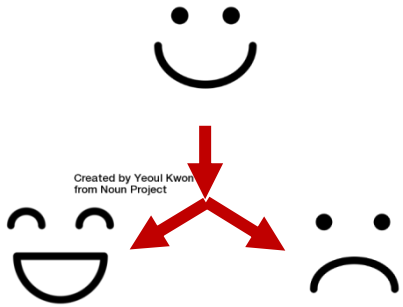
Created by Deemak Daksina S
from Noun Project

都是你一直吵我，
我才一直做錯，
你走開啦！！

策略一



找出擅長及不擅長的科目



找出自己的情緒分水嶺



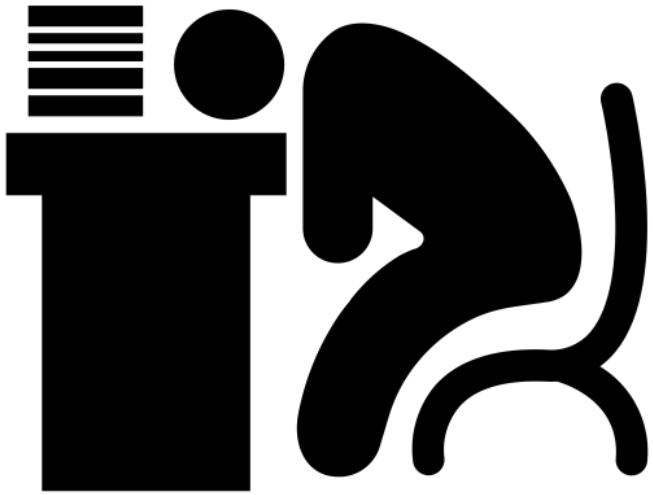
引導學生找出挫折感來源



暫停手邊工作，試著冷靜

情境二

因為常被同學告狀，或被普教教師責難，所以覺得自己一無是處，什麼都做不好。



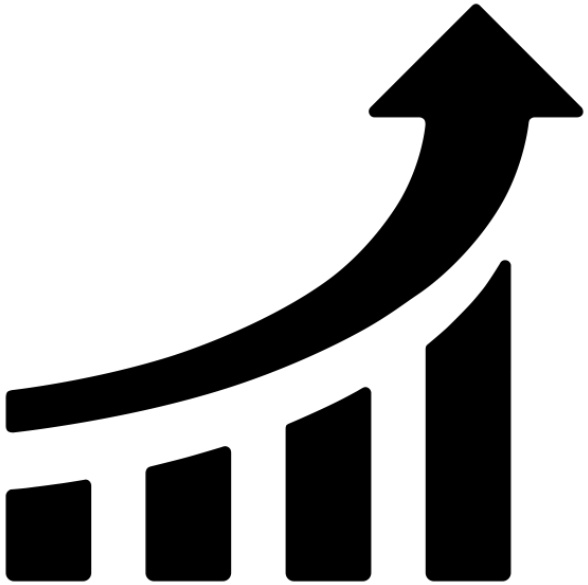
Created by Karthik Srinivas
from Noun Project

策略二



Created by Mundo
from Noun Project

引導發掘優勢能力，指派擔任適合的班級幹部，或科目小幫手。



Created by Adam Stevenson
from Noun Project

建立班級獎懲制度，並設計自我表現紀錄表，指導學生紀錄自己的進步。

優勢能力

優點發掘與深耕



Created by Arafat Uddin
from Noun Project

換個角度看行為



Created by Gan Khoon Lay
from Noun Project

A蒂H弟上學趣

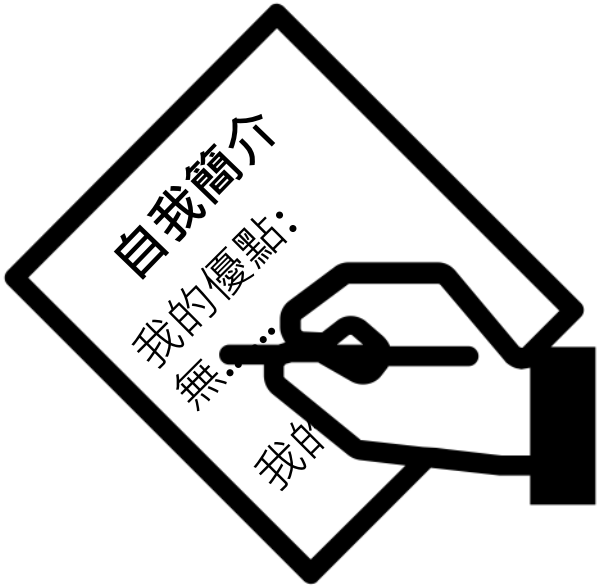
挑戰破解



Created by Bart Laubsch
from Noun Project

A蒂H弟上學趣

挑戰三



Created by Musavvir Ahmed
from Noun Project

覺得自己比不上別人，我**沒有任何優點**

A蒂H弟上學趣

需求三



Created by anbileru adaleru
from Noun Project

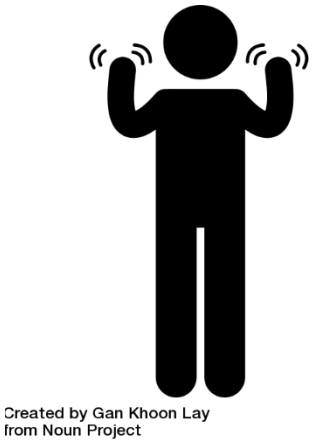
我需要學會 看見自己的優勢

發掘優勢 1

優點發掘與深耕



學生做什麼事的時候最專注



從學生願意做的開始



多元培養興趣

發掘優勢 2

換個角度看行為

對於相關特質賦予正向意義

- 動來動去

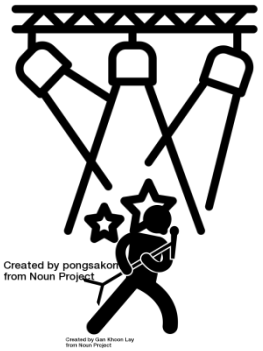


- 愛做白日夢



- 愛講話





提供可以發揮的舞台

情境急救包

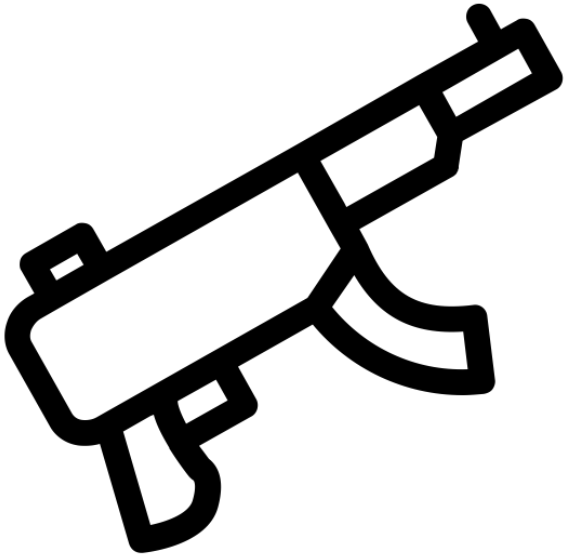


Created by Ruslan Dezign
from Noun Project

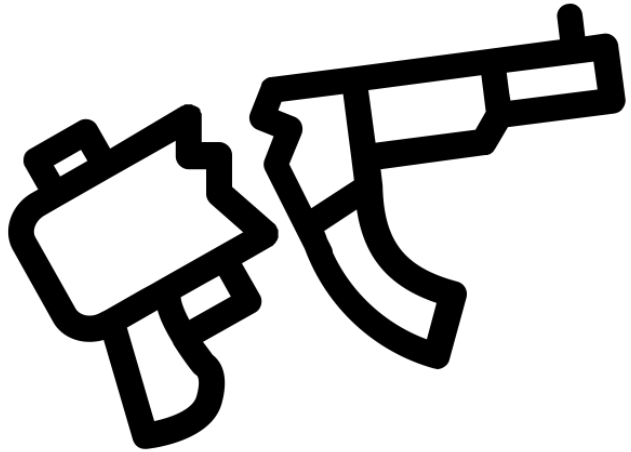
A蒂H弟上學趣

情境三

還沒搞清楚一切就**以為自己懂了**，什麼都想參一腳。有特定興趣卻用在不適當的地方，例如：**對科學有興趣卻拆了同學的玩具**

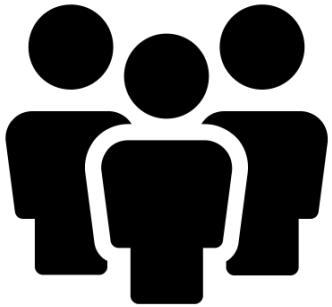


Created by Wira
from Noun Project



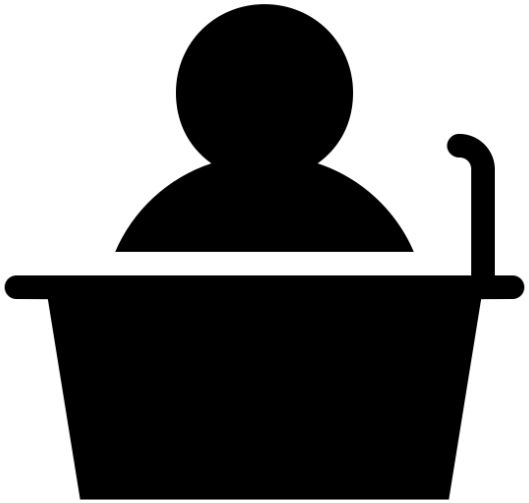
Created by Wira
from Noun Project

策略三



Created by Mello
from Noun Project

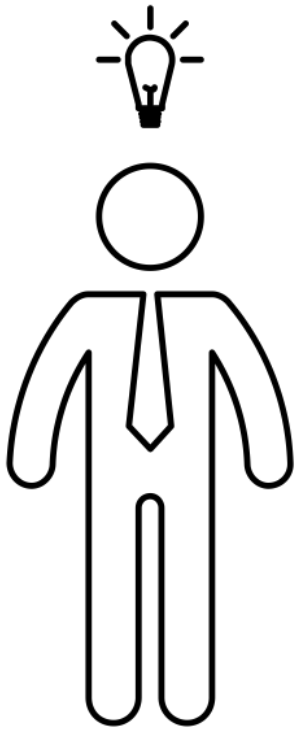
分組時介入，為學生安排能**發揮其專長及優點**的工作。



Created by romzicon
from Noun Project

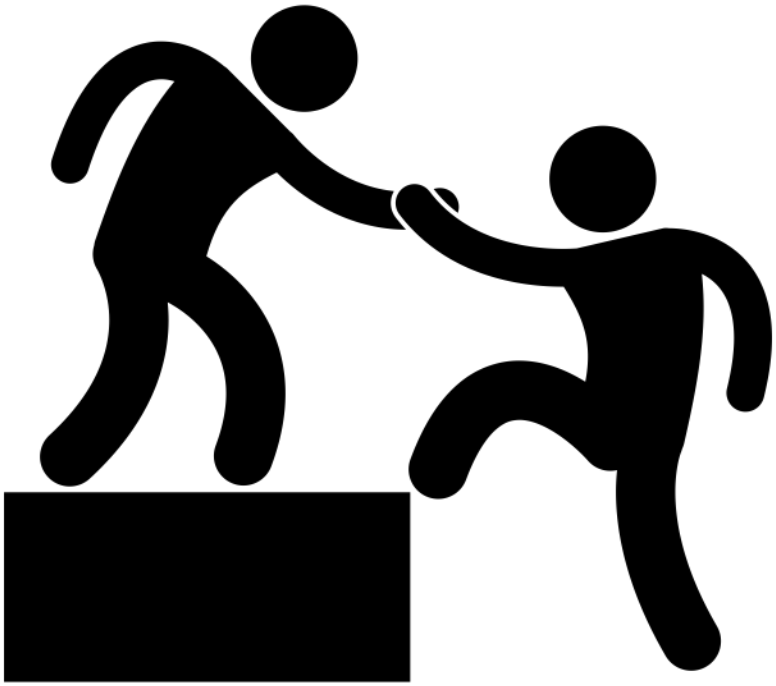
利用班級朝會時間讓學生上台**分享其興趣或研究**，鼓勵參加校內外比賽

A蒂H弟上學趣



Created by Lluisa Iborra
from Noun Project

其他好方法分享



Created by Gan Khoon Lay
from Noun Project

出現困難徵兆
請留意他可能**需要幫忙**

A蒂H弟上學趣

常常覺得**無聊**
行為表現**懶散**

他在學習時
顯得很**容易放棄**
、缺乏動機



他態度很消極，
做事情前常常
懷疑自己做得到

容易被激怒
事件過後表現極度**沮喪**

當要分享自己的優點時，
他有**說不出來**的情形



Created by Gan Khoon Lay
from Noun Project

幫他找出亮點

找亮點檢核表



Created by Ralf Schmitzer
from Noun Project

- 他做_____的時候

最**樂在其中**	最**全神貫注**
超級**點子王**	有無限創意
超強**包容力**	不與人計較
班級**開心果**	坦白無心機
敏銳**觀察力**	能看到細節
勇敢**冒險王**	大膽行動派

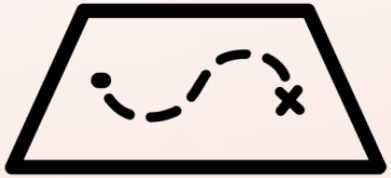
生涯自我決策

自我決策



Created by Fajar Wahyu Pribadi
from Noun Project

生涯規劃



Created by Adrien Coquet
from Noun Project

A蒂H弟上學趣

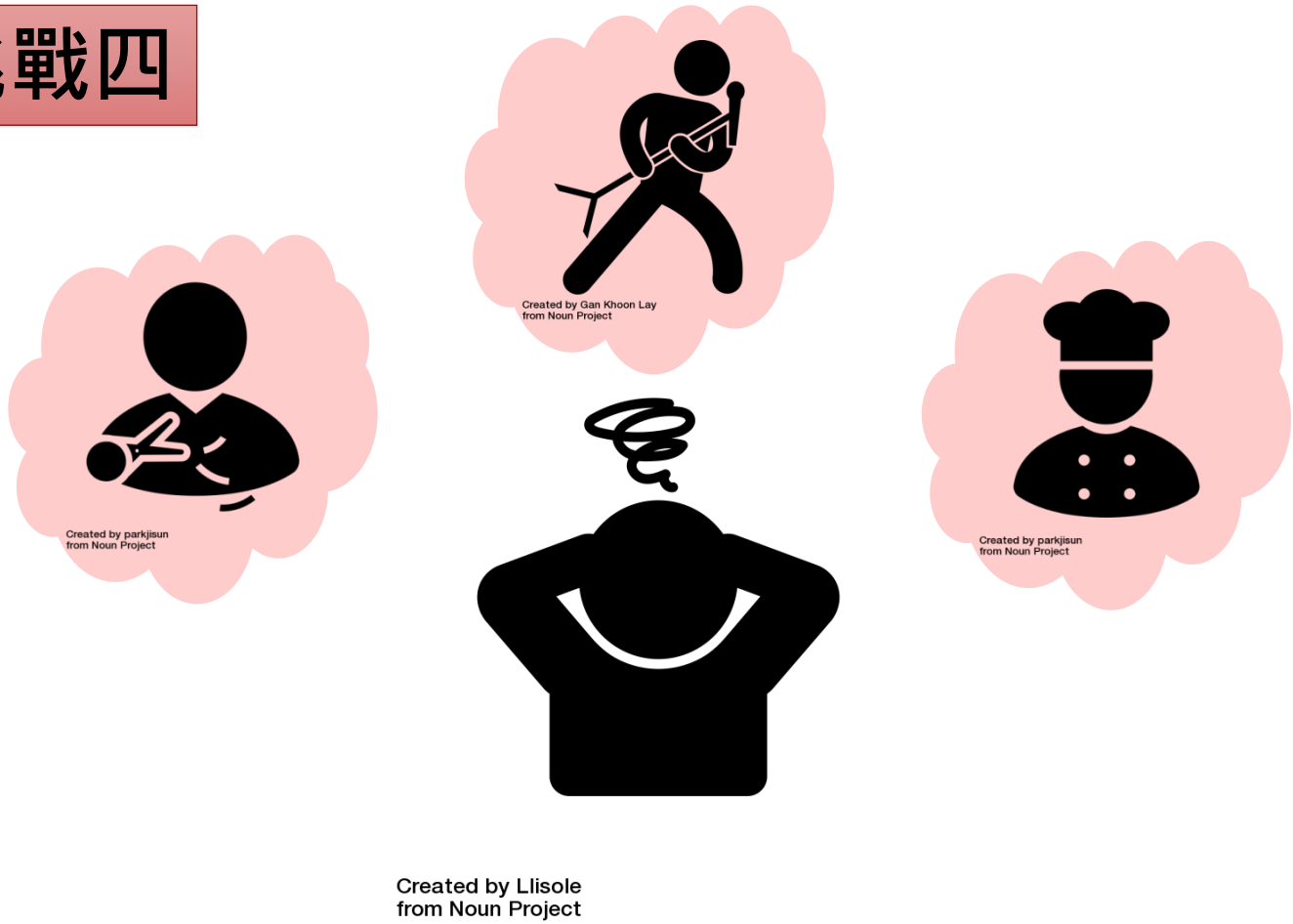
挑戰破解



Created by Bart Laubsch
from Noun Project

A蒂H弟上學趣

挑戰四

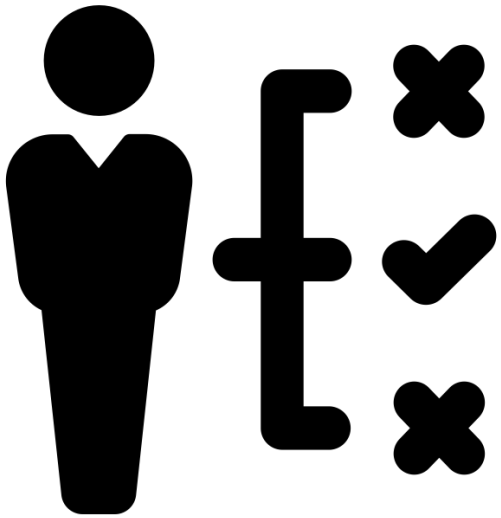


什麼都想做　可是我無法持續　什麼都做不好

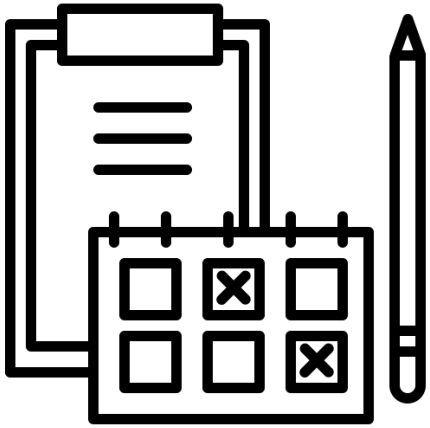
我好迷惘長大以後到底可以做什麼

A蒂H弟上學趣

需求四



Created by Gregor Cresnar
from Noun Project



Created by Maria Kislitsina
from Noun Project

我需要學會 決策能力與規劃技巧

情境急救包



Created by Ruslan Dezign
from Noun Project

A蒂H弟上學趣

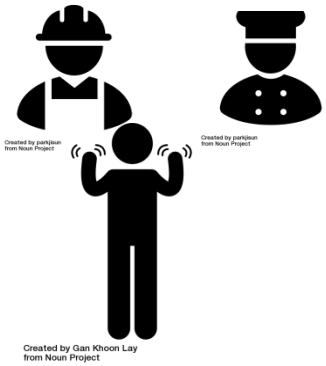
自我決策

設計課程**教導探究自我**，發展興趣與專長



Created by Rflor from Noun Project

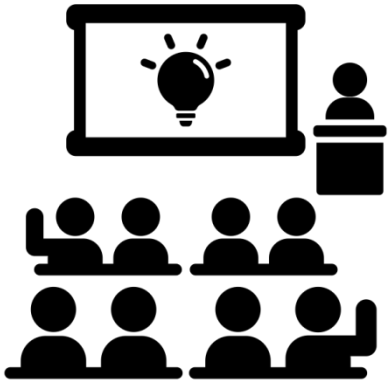
覺察與瞭解自己**有權決定**



Created by Gan Khoon Lay from Noun Project

① 自我的發展

② 自己的興趣與志向



Created by Llisole from Noun Project

運用**技藝學習探索活動**，增加自我探索機會

A蒂H弟上學趣

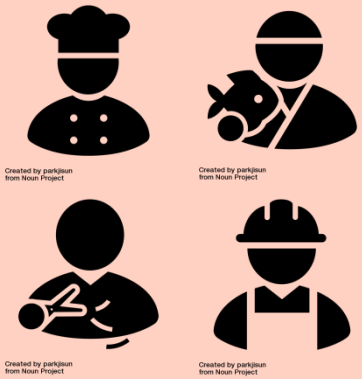
生涯規劃 1



Created by Gan Khoon Lay
from Noun Project

訂立自己的目標-

期待以後做什麼 變成什麼樣的人



Created by parkjisun from Noun Project

Created by parkjisun from Noun Project

Created by parkjisun from Noun Project

Created by parkjisun from Noun Project

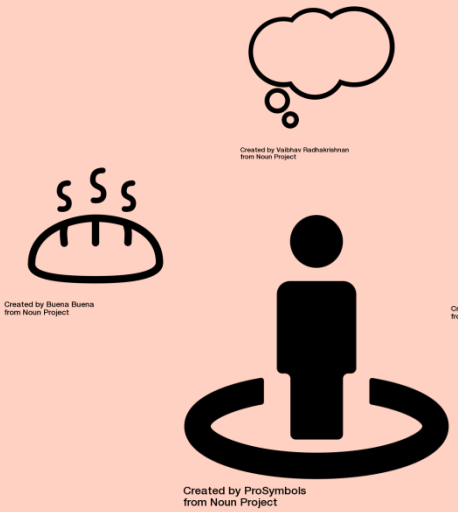
認識
職業類別



Created by Adrien Coquet
from Noun Project

建立正確的
職業價值觀

生涯規劃 2

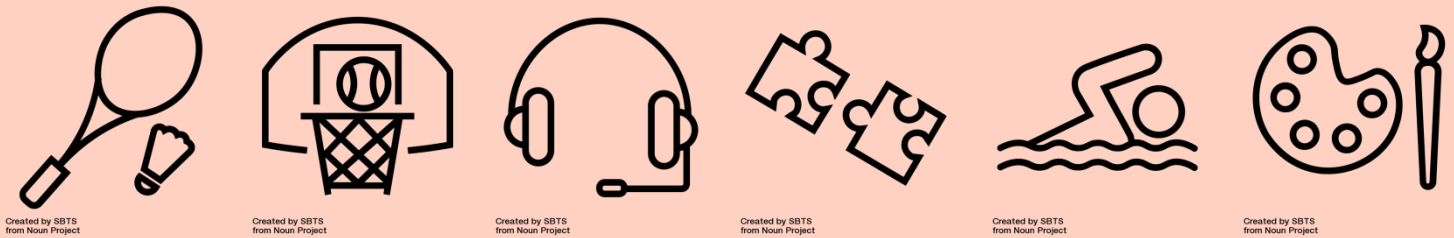


知道如何作決定
找到適合自己的位置

①發展對職業世界的認識

②自己想做的事與能做的事

③維持基本生活需求



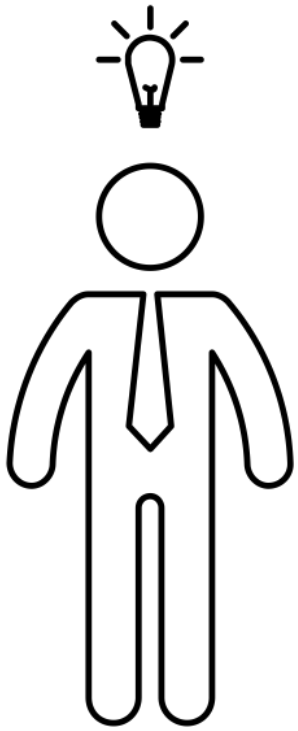
休閒生活規劃

A蒂H弟上學趣



提供事前支持 減少事後補錯

針對學生的需求 找到好點子



Created by Lluisa Iborra
from Noun Project

其他好方法分享

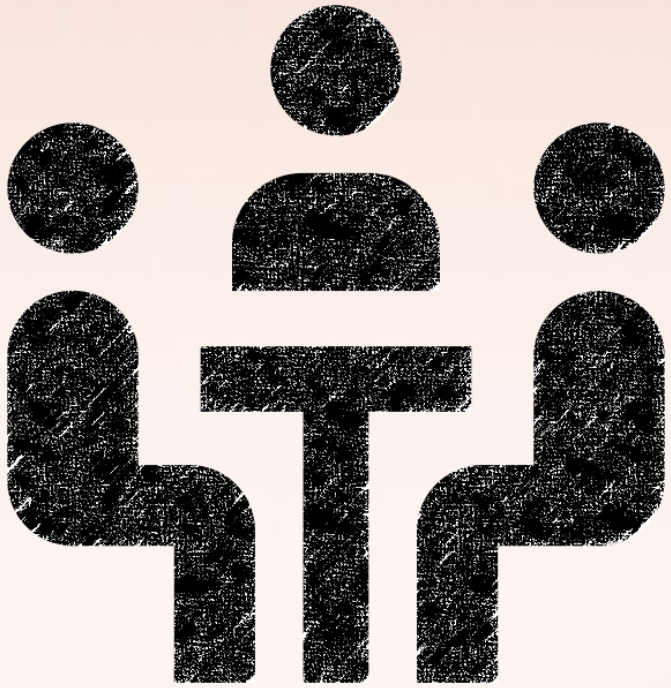
延伸思考

1. ADHD學生在「自我覺察」、「自我接納」中遇到的挑戰可能有哪些？

2. ADHD學生還未認識接納自己前，可能面對新的挑戰還是有容易放棄的情形，你可以怎麼做？

3. 思考您如果要幫助班上ADHD學生「發揮優勢」時，可能會遇到的挑戰是什麼?

4. 當遇到了上述的挑戰，您預計怎麼解決?



小組共創時間

針對學生的需求 找到好點子

A蒂H弟上學趣

教材名稱：A蒂H弟上學趣－兒童注意力缺陷過動症(ADHD)
知能推廣教材種子版

發行人：邱乾國　　**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

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、鄭渼蓁、麥雅嵐、黃琬萱、廖美玲

執行編輯：楊勝傑

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

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

2018年3月