

促進團體中學習成長的策略



○ 職能治療 T
Occupational Therapy

兒童復健治療

中山醫療大樓三樓

(02)26723456 轉

3301、3306

BMFDBEB04

當您有機會陪同孩子一起上團體治療課程時，身為家長的您可以怎麼做？可以促進孩子在團體中學習成長的更好！

1. **配合治療師的活動，治療師和家長的要求一致：**治療師設計團體活動，但仍會針對小朋友能力而有不同之要求，請家長配合治療師的要求，勿與他人比較（例如：為什麼某某某就可以坐在地上，為什麼我的小孩不能像某某某一樣厲害）。
2. **若小朋友哭鬧不願執行，告訴他「要做什么」而不是「不要做什么」：**孩子不願模仿就肢體協助帶著他做，讓小朋友慢慢瞭解上課時所應遵行的事項。對於「焦躁不安」的孩子，帶著他做幾次之後，他就會瞭解其實上課沒那麼可怕，然後慢慢的就可以自己配合。家長先試著轉移焦點，選擇性的忽略孩子的哭鬧，不要把焦點放在哭的行為上，一直抱著他說你不要哭，他會哭得更厲害，或是將來會習慣動不動就用哭來逃避上課。
3. **完成目標才給予增強物：**治療師對孩子以所要求，若孩子可主動或在模仿下完成該指令，就會給予增強（如拍手、說你好棒）；若孩子無法配合，

這時請家長或其他治療師肢體協助孩子完成該指令，再給予增強。切勿在孩子未完成指令或哭鬧表示拒絕時急著安撫。對「故意」哭鬧的小孩有所要求是必須的，此時態度應堅持嚴肅，你當然要讓孩子知道你愛他，但絕不是在他哭鬧耍賴的時候。老師與家長的微笑讚賞也是治療工具，是增強物，要乖乖的小孩才可以得到。

4. **在等待的過程中，請家長配合以口語描述情境：**在團體活動中，多少會出現需要孩子等待的時候，孩子很容易會開始亂跑、不耐煩、或是出現自我刺激行為。這時候請家長在一旁以口語講述當時情形給孩子聽，例如：某某在做什麼、那張卡片是什麼，並帶著孩子眼睛看老師或示範的同學，「注意上課狀況」是等待時間要學習的功課，等到換他上來時也可以更快的進入狀況。
5. **配合上課流程，勿擅自從事其他活動：**治療師設計的活動皆有其目標，請家長配合活動內容進行引導，勿擅自帶著孩子在旁邊坐其他活動，或自己聊天而讓孩子陷入發呆或自我刺激，造成孩子注意力更加混淆。

6. **孩子不會口語表達怎麼辦：**若您的孩子還不會適切的使用口語做表達，可參照語言治療師之建議，提供不同程度的提示，例如口語提示（問他：「現在要做什麼？」）、等待（有些孩子無法馬上說出來）、視覺提示（指圖卡請他描述）、複述（直接講一遍正確的讓他模仿說）、肢體協助（使用肢體語言如點頭、揮手等）。
7. **孩子能自己做的，就放手讓他自己做：**團體中有許多機會可以訓練孩子的獨立自主能力，例如：自己搬椅子、自己收拾玩具、自己拿餐具進食、自己丟垃圾，若孩子有能力自己做，就放手讓他自己做，若孩子無法自己完成，則肢體協助帶著他做，勿直接代為完成而剝奪了孩子學習的機會。
8. **有問題馬上問：**活動中對於自己孩子的目標、或是治療師引導的方式有不瞭解的地方，請馬上提問；若擔心影響課程進行，其他在現場協助的治療師也都可到您身旁私下為您做解答。

行為改變技術

分析「目的-行為-結果」

孩子會用「行為」來達到他的「目的」，目的達到，便繼續用這個「行為」來達到這個「目的」。大人則要更聰明的，利用改變「結果」來塑造我們希望的「行為」。

一、洞察孩子的技倆（想想孩子為何一直出現偏差行為？）

例如 1：不想坐好（目的）-哭（行為）-他可以起來奔跑（結果）

例如 2：想玩玩具（目的）-直接起來（行為）-可以先玩（結果）

例如 3：想要抱抱（目的）-哭（行為）-媽媽抱他（結果）

例如 4：因被限制想報復讓大人生氣（目的）-大哭大鬧拳打腳踢（行為）-媽媽生氣了（結果）

二、善用大人的智慧（想想大人要如何應對這些偏差行為？）

例如 1：孩子想先起來玩（目的）-哭（行為）-被限制在位子上（結果）。

站在孩子的角度看，因為沒有達到目的，於是孩子改變行為。

例如 2：想先起來玩（目的）-坐好（行為）-治療師先叫他出來玩（結果）。

孩子因坐好而達到目的，以後會繼續坐好。

三、風險

大人不夠堅持，會造成反效果。例如：孩子想先起來玩，他開始運用「哭」這項武器，大人知道他的陰謀，限制他在位子上坐好，孩子繼續哭，大人顯得焦慮，一直叫他不要再哭了，孩子感受到大人的焦慮，繼續哭了 10 分鐘，大人耳朵受不了，終於讓他起身去玩，孩子馬上不哭，大人耳朵得到安靜，孩子學到了：「下次一定要哭得夠久，才會達到目的」。於是孩子哭的耐力從 10 分鐘、20 分鐘…進步到 2、3 小時。所以家長要善用行為改變技術，常常利用分析「目的-行為-結果」的方法來了解及處理孩子的偏差行為。