

培育 AD/HD 孩子

注意力不足/過度活躍症(AD/HD)是指孩子的注意力、活躍程度和自制能力，均與同齡孩子有明顯差異，導致他們在學習、社交和家庭生活上遇上較大困難。有些同學在課堂表現得比較吵鬧，未能遵守課室常規，較難集中和安坐、騷擾同學、未待老師完成問題便搶著回答，或經常欠交家功課等。他們的學習和行為表現往往令父母束手無策。

要幫助有注意力不足/過度活躍症的孩子，須採用多元化的支援模式，主要包括醫療及心理教育兩方面，以提升他們的學習和行為表現。學校的專業人員包括教育心理學家、學校社工和輔導教師等，會因應學生在情緒、社群共處和學習上的需要，共同商討並推行支援，如優化課堂教學、朋輩支援、小組訓練及個別輔導等。

此外，我們鼓勵家長與教師保持緊密溝通和協作，在家中以一致的方法共同幫助孩子。家長可嘗試在家中運用以下策略：

- 於功課時間，盡量減少外在環境的干擾，如：關掉電視、書桌只放置功課及簡單文具。
- 教導孩子運用視覺提示，如：圖卡，作自我提醒。
- 給予簡潔及明確的指示。
- 按孩子能力，把工作分拆成細小步驟，並定下須完成的時間。
- 與孩子訂立具體的獎勵計劃，強化正面行為。

家長欲知更多有關特殊教育支援的資訊，可瀏覽教育局網頁 www.edb.gov.hk/sen 或教育局特殊教育資源中心網頁 www.edb.gov.hk/serc。