

## 兒童職能治療知多少??~常見學齡前兒童家長 Q&A

文 / 曾怡真

義大醫院復健科職能治療師

兒童職能治療是早期療育團隊不可或缺的一員，與孩童的日常生活發展息息相關；職能治療著重孩童的全面性發展，強調以個案（家庭）為中心，重視孩童在真實生活情境中面臨的種種問題，盡可能營造愉快的氣氛，以遊戲為媒介，藉由玩的過程來培養孩子的各項能力，達到治療的目的。

臨床兒童職能治療師經常遇到家長有許多疑問，茲將常見的問題整理如下：

1. 「幼稚園老師告訴我，我的孩子學習跟不上別人，但是我認為在家裡他表現得很棒，怎麼可能有問題!!!」  
「隔壁小明兩歲就會認數字 1-100 了，小美畫畫好漂亮，小楷會講很多英文單字，我的小孩都三歲了還不會，是不是有問題？」

當老師提出孩子在校學習有狀況時，有些家長可能會拒絕面對問題，認為老師不夠理解孩子，不喜歡孩子，所以才會亂貼標籤，進而造成親師關係惡化。反之，認為「孩子不能輸在起跑點上」的直升機父母，時常處在比較與不安的心態，希望孩子多才多藝，使得孩子喪失童年的本質，缺乏遊戲的能力，也可能引起親子關係之間的緊張。

如果擔心孩子能力是否真不如人，發展上是否真有問題，建議家長可以帶孩童至各大醫院的兒童發展聯合評估中心進行全面性的發展篩檢，透過專業評估，了解孩童是否有發展遲緩的現象。若孩子確實發展落後，則可盡快就近接受相關復健治療與早期療育，及早發現，及早治療，方能達到最佳療效。至於評估結果與一般兒童發展無異的兒童，父母則不必過度緊張，因孩子的發展里程碑並沒有精確的時間點，並不會在某一天必然出現，個體差異性原就存在，不需要「人比人氣死人」，別急著補習各項才藝課程，讓孩子能夠適性發展愉快學習，引發主動學習動機與培養興趣，才是最重要的。

2. 不一樣，又怎樣？左撇子行不行？  
「我的孩子慣用手是左手，我不知道要怎麼教他寫字、拿筷子，到底要不要改？」

根據統計，全球左撇子人數約佔總人口數的 10%，在台灣的比例可能更少，然而生活中多數設施都是依右撇子做設計，對於慣用手為左手的人生活上容易造成不便，也因此許多家長萌生要更改孩子慣用手的念頭。

慣用手的發展主要與大腦的分化有關，也就是大腦側化的概念；慣用手為左手

的人，右側大腦則較為發達。孩童出生後隨著大腦逐漸分化，2歲左右逐漸開始出現主要使用手，約3-4歲才會發展出較明確的慣用手。慣用手的產生是自然而然發生的，並非仰賴後天「糾正」所得，如果硬要變更孩子的慣用手，反而會造成大腦混淆，產生寫字左右相反、動作不協調、空間概念不佳、情緒行為問題等狀況。

「左撇子、右撇子一樣好」，建議家長可以讓孩子的慣用手順勢自然發展，不需要特別調整，以免影響大腦發育。對於4-5歲尚未建立慣用手的孩童，則可接受專業職能治療師評估檢查，以利精細動作發展。

### 3. 玩具到底要不要給?要怎麼選?

「媽媽說：剪刀太危險了，所以我都收起來不讓小花玩；小花都會拿筆在家裡到處亂畫，弄得亂七八糟，我乾脆不給她筆，免得很難整理。」

「玩具家裡有很多啊，我都讓她自己玩，我沒時間陪她玩。」

當兒童要學習技能時，必須透過一段時間的重複練習，累積足夠的經驗，才能順利習得某能力；俗話說，「工欲善其事，必先利其器」，練習前當然要先提供合適的工具，而孩子的工具就是「玩具」。

一般來說，選擇玩具時應該要考量幾項因素。「安全性」是首要考量因素，應選擇材質安全牢固，不易被破壞的玩具，也需注意是否有檢驗合格的安全標章，同時考慮玩具本身是否容易清潔，以避免對孩童造成傷害。第二、玩具貴在「精」，不在「多」，可選擇有多用途的玩具，以避免家裡有堆積如山的情形發生。第三、依年齡做選擇，需考量孩子的年齡與現階段發展狀況，以避免買到不適用的玩具。第四、「天然的最好」，除了賣場的商品之外，天然的素材與大自然的場地都是很好的選擇，也可以讓孩子體驗自己動手做的玩具，更是樂趣無窮。第五、「青菜蘿蔔都要吃—平衡選擇」，孩子的發展有多個面向，所以包括大動作、精細動作、認知發展、社會情緒等各方面的玩具都要均衡提供。而不只著重在單一面向，才能讓孩子全面發展。最後，也是最重要的，盡可能提供「親子共玩」的時間，孩子的學習是需要引導的，透過父母陪伴一起玩耍，不但可以讓孩子學到適當的玩法，能正確的遊戲，更可以培養親子間的親密關係，何樂而不為？

### 4. 上課上課，乖乖坐椅子才叫上課?

「家裡長輩說，來復健不是應該好好認真做治療嗎？怎麼覺得來都在玩？要玩回家玩就好了！」

「玩」是孩子的天性，遊戲是兒童時期最重要的大事之一，更可以將遊戲說成是孩子的職業。遊戲的功能並不如表面上所見讓孩子快樂而已，經由遊戲過程的反覆練習，更能幫助身體神經骨骼肌肉等系統發育成熟，也能經由和他人共同遊戲的經驗中，學習人際關係與社交互動技巧，並了解所處環境的社會文化背景與規範。對學齡前兒童來說，遊戲和學習兩者關係密不可分，也就是「玩中學，學中玩」的

概念。

在兒童職能治療室中，治療師經由專業審慎評估孩童能力後，歸納分析孩子的問題，爾後將治療目標融入遊戲活動中，透過新奇有趣的活動設計，提升孩童參與的主動性，並依照孩子的進步情形逐步調整活動難度，讓孩子「心甘情願」接受治療，才能夠發揮治療的最大功效。

任何在治療室的活動都是經過精心設計的，讓孩子玩的有目的，玩得有意義，如果家長有任何問題，務必要向治療師提問，更希望家長能夠將在治療室的活動帶回家，變成孩子生活的一部分，如此一來必能收事半功倍之效。

#### 5. 小孩都怕老師??

「安安在家都不聽話，只要不順他的意就大哭大鬧，但是在學校老師卻說他表現得很好，怎麼會這樣？」

常聽到家長為孩子的行為情緒問題所擾，每天周旋在與孩子的戰爭裡疲於奔命，最後的結果往往是家長發脾氣(請注意:孩子是很容易模仿的!!)，小孩繼續哭泣，卻得不到預期的效果，無法真正改善問題。

建議家長先試著耐住自己的性子，不要急著責備小孩，能夠同理孩子的行為，找出問題行為背後的真正原因，因為孩子大哭大鬧的原因有很多，可能是身體不適、環境不適應、遇到挫折、不知如何表達、自信心不足、焦慮緊張等等原因；等到確定問題癥結所在後，再決定如何進一步處理。

與孩子溝通討論時，態度要堅定一致、但不兇不大吼，用簡單明確的話語，讓孩子清楚了解自己的問題所在。更重要的是告訴孩子正確的作法，也可以訂定行為規範(注意:規範不可過多，挑2-3個最困擾的行為即可)才不會讓問題行為一再發生。

此外，全家人站在「同一陣線」更是重要，如果家人間面對問題行為的態度不一致，很容易導致孩子「選邊站」，屆時問題就會更加複雜。建議家庭成員間應多做溝通，用一致的原則、相同的方式、正向的態度與孩子相處，才不會讓孩子無所適從。

六歲以前是兒童發展的黃金期，如果有任何關於兒童發展的疑問，歡迎到兒童發展聯合評估中心尋求協助，讓我們一起幫助孩子順利、平安、健康長大。

參考書目：

1. Case-Smith, Jane, & O'Brien, Jane Clifford. (2010). *Occupational therapy for children* (6th ed.). Maryland Heights, Mo.: Mosby/Elsevier.
2. 吳幸玲. (民 100). 兒童遊戲與發展. 臺北市: 揚智文化.