

儿童注意力 训练手册

ERTONG ZHUYILI
XUNLIAN SHOUCHE

(德) 劳特 (Lauth, G.W.)

(德) 施洛特克 (Schlottke, P.F.)

著

杨文丽

叶静月

译



四川大学出版社

ISBN 7-309-06885-5
9 787309 068855 >
定价: 25.00元

儿童注意力 训练手册

ERTONG ZHUYILI
XUNLIAN SHOUCHE

(德) 劳特 (Lauth, G.W.)

(德) 施洛特克 (Schlottke, P.F.)

著

杨文丽 译
叶静月



四川大学出版社

责任编辑 / 王 玮

封面设计 / 米茄设计工作室

责任印制 / 杨丽贤

责任校对 / 朱兰双

Training mit aufmerksamkeitsaestorten Kindern
by Gerhard W.Lauth and Peter F.Schlottke
Copyright @ 1993 Beltz Verlag, Weinheim und Basel
Through AGECO Culture Development Inc
国际简体中文版授权/AGECO INC www.ageco.com.cn
本书译稿引用自张老师文化事业股份有限公司
四川省版权局著作权合同登记图进字21-2006-043号

版权所有·侵权必究

此书无本社防伪标识一律不准销售

图书在版编目 (CIP) 数据

儿童注意力训练手册 / (德) 劳特 (Lauth, G.W.),
(德) 施洛特克 (Schlottke, P.F.) 著; 杨文丽, 叶静
月译. - 成都: 四川大学出版社, 2005.10
ISBN 7-5614-3279-8

I. 儿... II. ①劳...②施...③杨...④叶...
III. 小儿疾病: 多动症-诊疗
IV. R748

中国版本图书馆CIP数据核字 (2005) 第124132号

心理咨询系列丛书 (教育辅导系列)

书 名 儿童注意力训练手册

著 者 (德) 劳特 (Lauth, G.W.)
(德) 施洛特克 (Schlottke, P.F.)
出 版 四川大学出版社
地 址 成都市一环路南一段24号 (610065)
发 行 四川大学出版社
印 刷 华西医科大学印刷厂
成品尺寸 170mm × 220mm
印 张 24.25
字 数 242千字
版 次 2006年6月第1版
印 次 2006年6月第1次
印 数 0 001-5 000册
定 价 45.00元

作者简介

Lauth是德国Dortmund大学心理学教授、儿童青少年行为治疗专家，Schlottke则是德国Tübingen大学心理学教授、注意力训练权威之一，两人在儿童的专注力议题上皆有深入的研究。


作者以行为治疗为依据，整合各家理论与近二十年的实践经验，编写出此训练手册，每一单元皆有清楚具体的目标与步骤，同时提供良好的亲师合作计划，方便读者自行运用于儿童团体训练中，是一本对实际工作者极为实用且辅导效果显著的工具书。

译者简介

杨文丽，德国曼哈姆大学心理学硕士、合格心理咨询师，曾任中国台湾地区“教育部”家庭教育中心研究员、淡江大学心理辅导老师；现任台北市张老师儿童辅导特聘讲师。

叶静月，中国台湾东吴大学德文系学士，德国班贝格大学硕士，主修德国文学及语言学，兼修英国文学及语言学、大众传播。



- 
- ◆ 男人其实很忧郁
 - ◆ 女人的压力处方
 - ◆ 界线对谈
 - ◆ 为婚姻立界线
 - ◆ 心理治疗入门
 - ◆ 儿童故事治疗
 - ◆ 理情行为治疗
 - ◆ 游戏治疗 101
 - ◆ 儿童与青少年焦点解决短期心理咨询
 - ◆ 儿童注意力训练手册
 - ◆ 儿童注意力训练父母手册
 - ◆ 人际沟通分析——TA治疗的理论与实务
 - ◆ 团体辅导工作概论

序 言

为ADHD儿童加油

吴佑佑

注意力缺失/多动症（ADHD）儿童占学龄男孩的5%~10%（女孩的比例约是男孩的四分之一），一般小学每班约有2~3个多动儿，情况不可说不严重。

多动症的主要症状是：注意力不集中、活动量过大及容易冲动，并从中衍生出许多生活学习与人际互动上的问题。国内外的研究报告皆指出，注意力缺失/多动症的儿童早期因症状的影响，容易表现出冲动、身体动个不停、在强烈好奇心驱使下不怕危险、易怒等行为模式，常需要家人时刻不离身地关注照顾；因为无法专心，有些儿童也有语言发展落后的情形，使得父母与孩子常处于紧张的状态。孩子往往被误以为故意不听话，父母则被指责为管教不当。到了学龄期，因注意力缺失儿童的学习表现不佳常无法独立完成作业，进而出现书写困难、阅读困难、活动量大、易冲动的情形，使得孩子不自主地无法遵守上课的规矩；无法等待、挫折容忍度低、话多易与人冲突，也容易造成团体生活中人际互动的困扰，让老师认为不易管教。

进入青春期后，症状会有明显的改善，但孩子长期在这种负面回馈的环境下成长，伴随较低自我价值感、缺乏自信、人际关系不佳，仍有约四成的孩子持续被多动症的症状困扰，对孩子及其周围的人造成许多不便。虽然多动症不是什么重大疾病，但

对个人的学习、人格成长、人际互动等都有深远的影响。长大成人后，出现忧郁症、焦虑症、行为异常障碍症等的比例也都较一般人高。

从事儿童青少年精神科医师工作十余年来，一般的社会资源虽日益增加，其实仍相当不足，就以对多动儿的治疗来看，各地医疗机构所能提供的服务，除诊断及药物治疗外，只有少数医院可进行行为治疗和个别基因型团体心理治疗。在临床上，往往仅能提供正确的信息给家长和学校老师，希望有助于家长和老师理解多动症是生理性的疾病。孩子以行为表现此疾病的症状，行为本身大多没有故意或不敬的意思，孩子是无法控制而非不合作；医师希望通过正确的知识促进彼此了解，更进一步改善互动关系。

但家长和老师除了愿意了解孩子的问题外，更多时候希望自己能有好方法来协助孩子，改善他们的注意力缺失及多动症状，并提高孩子的生活与学习品质。目前关于多动儿的书籍，大致可分为几类：（1）认识多动症：介绍多动儿的行为表现，或从医学观点、药物治疗方面作介绍；（2）教养性书籍：以行为治疗为主，提供父母正确的行为治疗知识、原则与方法，如何评估其行为，给予正向增强等；（3）教师手册：讨论教室管理、教学技巧等。除德国作者外，大部分的书籍都是从美国、日本翻译而来，在技巧上多以这两国文化背景为主。这些书籍提供父母、老师及临床工作者许多研究信息，发挥正面的功效。

《儿童注意力训练手册》翻译自德文，则让我们有机会多了解另一文化中对多动儿的处理方式。本书分两部分，作者在第一部分除了介绍多动儿的症状、诊断标准外，还列举目前有关多动症的神经生理研究，对多动症症状之形成及其神经心理学的推论也有详细的介绍，解答了许多人对多动症是生理或心理疾病的疑惑。对父母、专业人员而言，这些介绍都十分详细且专业，读者必须耐心阅读并加以求证；其中的第4章，家长或老师若觉得过于艰深，可先

略过。

在占本书四分之三篇幅的第二部分中，作者从评估多动儿的现状谈起，介绍如何正确评估再进行训练与矫治。所介绍的行为评估方式以“生理—心理—社会环境”三向度进行，并考虑到孩子表现的方式、问题的形式；在不同情境下，可能有不同的表现症状对学习产生影响；曾使用过的治疗方式及成效、儿童的生理因素、本身改变的动机、对父母及师长生活压力的评估等。其涵盖层面相当周全，主要是先分析孩子的行为问题，再进行技巧教养及成效评估。在第11章、第12章中，作者提供父母指导儿童课业学习的方法；另外，多动的儿童因冲动问题在人际互动上常造成冲突，又因其注意力缺失对观察他人情绪及表情的能力较不足，在社交技巧上显得笨拙。因此，作者在第13章强调培养社交技巧。学校课堂中的行为处理，药物治疗的种类、效果、作用、副作用，以及治疗模式成效的评估，这本训练手册也都有提及，内容十分完整。

这是一本工具书，提供临床工作者在面对注意力缺失/多动症儿童时的许多新知识，对父母与老师也提供了许多好方法，有助于我们更加了解ADHD儿童，一起为他们加油。

前 言

接纳他，帮助他

本书是与德国约300名有学习障碍与注意力缺失的儿童及其家长、老师共同投入治疗工作所结出的丰美果实。

“注意力缺失/多动症”（ADHD）是一个影响个人发展和学校教育的问题：ADHD儿童与他们的父母承受许多痛苦，老师和校方也感到无助，往往将他们转介到特殊机构（如精神疗养院、特殊学校），但实际成效不佳。

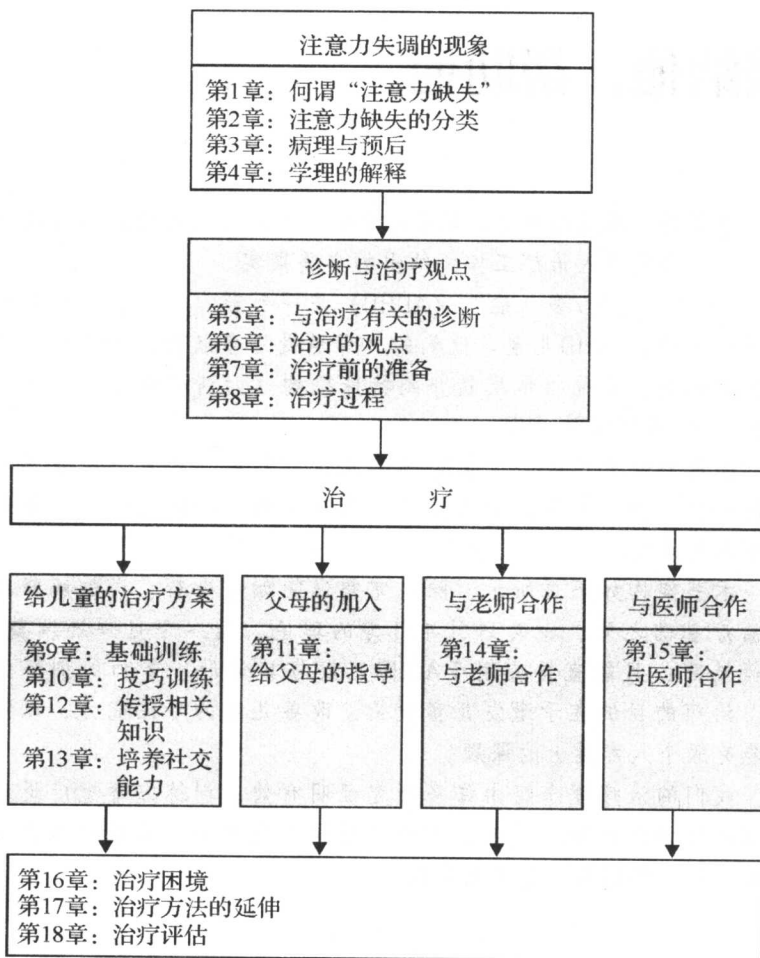
注意力缺失可能会严重影响到儿童的发展、教育、课业学习以及社会行为。因此，必须及早察觉其注意力的缺失情形，并进行不同的处理。

本书架构如下页所示，除了完整说明如何诊断、详细解释各个治疗基础之外，也谈到引导行为的理论，是一个可弹性调整、实行性高，且能直接应用于ADHD儿童与其父母、老师的训练方案。治疗的目的在于激发儿童成长，改善儿童的专注能力，以便更能克服个人发展上的课题。

我们的治疗理念经由许多研究证明有效，训练方案也广泛应用于心理治疗诊所、医院、学校以及辅助机构中，希望这本内容更加丰富的修订版对您有所帮助。

Gerhard W. Lauth
Peter F. Schlottko

本书架构



注: 灰色栏为阅读的第一选择。白色栏内的章节提供个别情况应用的诊断与训练知识。

目 录

PART | 注意力失调的现象

第 1 章 何谓“注意力缺失”

- 1.1 特征 / 2
- 1.2 问题情境 / 4
- 1.3 伴随而来的问题 / 5

第 2 章 注意力缺失的分类

- 2.1 名词演进史 / 8
- 2.2 诊断标准 / 9
- 2.3 注意力缺失的亚型 / 13

第 3 章 病理与预后

- 3.1 注意力缺失的普及率 / 15
- 3.2 长期演变与预后 / 20

第 4 章 学理的解释

- 4.1 注意力缺失的说明 / 27
- 4.2 整合的理论 / 48
- 4.3 诊断与治疗的结论 / 55
- 4.4 治疗的准则 / 56

PART II 诊断与治疗观点

第 5 章 与治疗有关的诊断

- 5.1 定向诊断：对父母、老师的调查 / 58
- 5.2 对儿童的研究 / 73
- 5.3 日常生活的观察 / 75
- 5.4 诊断与治疗计划 / 78

第 6 章 治疗的观点

- 6.1 治疗儿童的基础 / 84
- 6.2 父母的合作基础 / 90
- 6.3 治疗计划的细节 / 93

第 7 章 治疗前的准备

- 7.1 与儿童建立关系 / 99
- 7.2 与儿童的约定 / 100
- 7.3 空间上的配备 / 100
- 7.4 训练团体的组合 / 101

第 8 章 治疗过程

- 8.1 认知的示范 / 103
- 8.2 行为演练 / 106
- 8.3 操作性增强 / 107

第 9 章 基础训练

- 9.1 目标与概述 / 108
- 9.2 操作性增强的运用 / 109
- 9.3 基础训练 / 113

第 10 章 技巧训练

- 10.1 目标与概述 / 217
- 10.2 操作性增强物 / 218
- 10.3 信号卡：一种行为组织的技巧 / 222
- 10.4 技巧训练 / 234

第 11 章 给父母的指导

- 11.1 提供父母有关诊断和治疗的信息 / 294
- 11.2 改善亲子关系 / 296
- 11.3 步骤上的协助 / 298
- 11.4 减轻当前的情境困扰 / 300
- 11.5 减轻结构性困扰 / 307

第 12 章 传授相关知识

- 12.1 概述 / 309
- 12.2 治疗目标与题目范例 / 312

第 13 章 培养社交能力

- 13.1 注意力缺失儿童的社交技巧 / 316
- 13.2 治疗内容与诊断 / 321
- 13.3 治疗目标与任务范例 / 321

第 14 章 与老师合作

- 14.1 合作目标 / 330
- 14.2 与老师和学校的关系 / 331
- 14.3 采取措施 / 331
- 14.4 教师训练基本方案 / 336
- 14.5 提供老师注意力缺失的资料 / 336

4 目 录

第 15 章 与医师合作

- 15.1 合作基础 / 341
- 15.2 合作目标及可能性 / 342
- 15.3 药物 / 342
- 15.4 混合治疗 / 351

第 16 章 治疗困境

- 16.1 挑衅与攻击 / 354
- 16.2 没兴趣和无聊 / 356
- 16.3 治疗进度不理想 / 356
- 16.4 父母不合作 / 357
- 16.5 日常生活中缺少进步 / 358

第 17 章 治疗方法的延伸

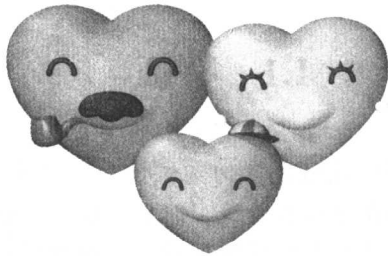
- 17.1 学龄前儿童 / 359
- 17.2 高年级儿童 / 360
- 17.3 青少年 / 361

第 18 章 治疗评估

- 18.1 基础训练和技巧训练的治疗成效 / 363
- 18.2 小学生的技巧训练 / 366
- 18.3 治疗组和控制组儿童的比较 / 368
- 18.4 形式评估与可行性 / 370
- 18.5 对三位儿童做单独评估 / 372
- 18.6 长期成效的研究 / 373
- 18.7 结论 / 374

第一部分

注意力失调的现象



1 何谓“注意力缺失”

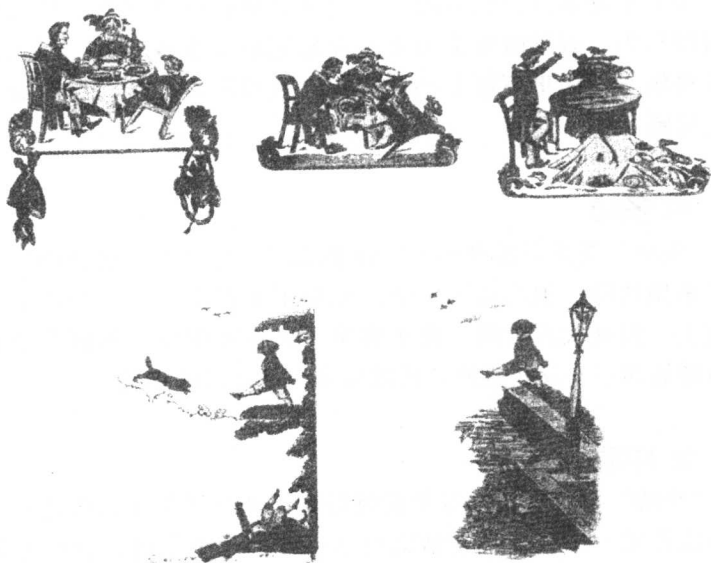
早在18世纪前后，儿童不专心、注意力容易转移、肢体多动等，对家长、老师以及医生而言已是个问题行为了。1845年，德国法兰克福的神经科医师海利希·霍夫曼（Heinrich Hoffmann）曾描述坐立不安的菲利浦和汉斯的个案，让人了解这类儿童及其家长所遭遇的问题。

1.1 特征

有注意力缺失问题的儿童经常匆匆忙忙、马马虎虎、错误百出、处理不好事情（如在进行听读练习时）。这类儿童的行为往往缺乏计划、考虑不周，没事先想好便行动，因此常感觉动作太快，并简化解答问题的过程（如在课堂中插话，不照解题步骤进行，无法等待，不注意听讲）。他们很难专注地完成一件事，总是对新事物感到好奇并且快速转移目标，无法持续地掌握行动的目的。

有些注意力缺失的儿童如同上了发条，随时随地都会行动，他们无法安静地坐一段时间，也经常因躁动而导致内在冲突。

不专注、多动、冲动 注意力缺失的主要症状是不专注、多动、冲动。和同龄的孩子比较，在临床上界定的注意力缺失儿童身上，很容易看到这些主要症状，但有其规则，并且更频繁、更明显。



图表 1.1 1845 年，法兰克福的神经科医师海利希·霍夫曼在他使用的教材《邈邈彼得》这本图画故事书中，有儿童不安、躁动及不顺服情形的描述，并强调这类行为的影响

这三个症状可能一同出现或分别出现。例如，有些孩子可能明显不专注但没有多动或冲动，有些孩子则有明显的多动与冲动，却没有不专注的典型症状，这些都区分为不同的失调类型（亚型）。

■ 不专注

“不专注”指注意力不集中在固定方向与目标。例如，儿童无法注视单一事物且只能短暂停留在目标物上，他们很快就会对身边的事物失去兴趣，转而寻找下一个更有趣的事物，所以无法完成任务。