



發行單位：財團法人臺灣省天主教會新竹教區附設苗栗縣私立聖家啟智中心 承辦
苗栗縣兒童發展早期療育中港溪地區個案管理中心

地址：350 苗栗縣竹南鎮自由街 97 號

電話：037-460142 傳真：037-481476

網址：<http://www.hfhc.org.tw>

發行人：張桂蓮 主任

個管員：徐嘉莉、陳盈樺、呂華安

苗栗郵局許可證
苗栗字第 449 號

雜誌

中華郵政苗栗
雜字第 23 號

小孩好動、愛講話，是不是過動兒啊？

醫師：懷疑孩子是過動兒前，大人可以做的 10 件事

作者：李佳燕 家庭醫師

從前，孩子不乖教不聽、打不改，我們都會感慨無奈地說：「沒辦法，就是生到這種調皮搗蛋的小孩！」如今，隨著醫療的發展，藥物的發明，這群孩子被歸類為可能是罹患了「注意力不足過動症」。

因此，像流行病一般，現在四處都聽到誰家小孩有過動症，搞得阿公阿嬤、爸爸媽媽、老師們，大家都很緊張，孩子好動、愛講話、成績不理想、上課不愛聽、功課總是寫不完、老是在學校惹事生非...，都很容易聯想到：我家的孩子是不是過動兒？就算你自己不擔心，親友鄰居、老師、其他家長也會好心好意地提醒你：「是不是帶去給醫師看一下，比較放心一點？」

身為孩子最親近的大人，如果孩子有好動、無法專心等行為時，我們除了擔心，可以先協助孩子做某些生活的調整。

1. 請盡量讓孩子每天睡飽。
2. 想想看，孩子的活動量足夠嗎？
3. 反省孩子的飲食。
4. 上課無法專心，親師溝通更形重要。



針對好動孩子的 6 個小撇步

1. 上課時，請盡量找機會讓坐不住、無法專心的孩子，起來活動。
2. 下課時，請一定要到操場去玩耍跑跳，千萬不要處罰這些孩子不准下課，孩子沒有下課，下堂課更無法專心上課！
3. 放學後，請讓孩子參加運動型的社團與才藝班，如溜直排輪、跆拳道、跳舞、踢足球等。
4. 如果要寫功課，請分段進行，例如寫十五分鐘，出去玩二十分鐘再回來繼續寫。
5. 要教導孩子不要與同學拳打腳踢，不是用嘴巴勸導，而是要實地演練。
6. 最重要的是，請看到孩子的亮點。孩子需要誇獎讚美，請公開誇獎孩子的好，讓他對自己有信心，在學校、在家裡，有存在的價值感，讓他以自己為榮，他會表現得越來越令人刮目相看。

《原刊載於 BabyHome 寶貝家庭親子網》

活動公告

啾愛媽咪 | LOVE YOU 園遊會

親愛的家長，您好：

五月是溫馨的季節，也是充滿感恩的季節。本中心此次特別與啊囉哈幼兒園一起合作辦理了一場母親節感恩饗宴，當天有充滿音樂的歡樂律動，也有各式各樣的美味點心義賣，更有歡樂無限的闖關遊戲，歡迎各位家長可以當天帶著各位的小寶貝共襄盛舉唷～

時間	活動地點	報名截止日期	備註
106/05/13 (六) 08:30-11:00	新南國小	106/05/08(一)	1. 闖關遊戲都備有精美小禮唷~~ 2. 活動當天每戶報名家庭都提供1份精美餐盒。 3. 名額有限，請盡快報名唷！

活動公告

繪本行動車

親愛的家長，您好：

服務內容包括多元整合性並同時示範家長居家指導孩子的方法。歡迎您報名參加，攜手陪伴孩子成長起飛！

時間	內容/方向	活動地點	報名截止日期	名額
106/05/19(五) 10:00-12:00	講師示範說故事技巧及活動帶領。	南庄東河國小附設幼兒園(預定)	106/05/15(一)	十組家庭 (額滿為止)

活動公告

家庭親職示範

我家孩子時常會動手打人怎麼辦？我家孩子時常互有莫名的堅持該如何處理？我家孩子晚上都不睡覺怎麼辦？我家孩子只要一生氣就尖叫大哭大鬧怎麼辦？我該怎麼陪孩子玩？我該怎麼讓孩子好好聽話？????????????

親愛的家長：

在陪伴孩子的過程中，總是會有許多的問號，總是會有許多的徬徨無助，讓家長感到束手無策，故本中心今年度提供了家庭親職示範活動，由專業人員親自到家中指導家長如何教養孩子，在兒童日常生活情境中示範親子互動技巧，並且引導家長如何運用家中的環境、素材來與孩子進行互動，營造更好的親子關係。

- 參加對象：0~6歲發展遲緩兒童之家庭或對兒童發展有疑慮之家庭
- 報名電話：▶ 037-460142 分機 114~117 洽社工（名額有限，請盡快報名唷～）

