

服務學習對於過動症孩子的情緒控制、專注力及人際交往影響之個案研究

吳善揮

香港大學教育學院
博士研究生

摘要

注意力不足過動症(以下簡稱之為過動症)的孩子一般都有著衝動、欠缺專心、情緒控制失調等問題。因此，現時不少學者都嘗試研究以不同的方法，來協助過動症孩子改善此等症狀，以利他們在學校順利學習以及與他人相處。由是之故，筆者邀請了一名過動症孩子參與服務學習，嘗試藉此改善他的過動症徵狀，而本文則透過深度訪談、學生反思日誌和教師觀察的方式探究當中的成效，研究結果發現服務學習能夠有效改善他的情緒控制問題、加強他做事的專注度、以及促進他與同儕之間的關係。

關鍵字：服務學習、同儕關係、情緒控制、專注力不足、注意力不足過動症

通訊作者：吳善揮
Email: ngsinfai@gmail.com

壹、前言

一、研究背景

過動症之全名為「注意力不足過動症」，它是兒童和青少年常見的精神疾病，它不但會為患者個體的學業、群體生活等帶來重大的壓力和衝擊(商志雄、高淑芬，2010)，更會造成家庭、社會沉重的財政負擔，成為了社會的公共衛生問題(Polanczyk, de Lima, Horta, Biederman & Rohde, 2007)。當中，過動症孩子都會具有以下特徵，包括：過動、分心及注意力不足、需求注意的行為、學習障礙、衝動、情緒困擾、反社會行為、人際關係欠佳(周正修、陳錫洲、陳永煌、羅慶徽，2007)。雖然過動症孩子的行為會為其個人成長造成一定的困難，可是只要我們能夠盡早對他們進行適當的輔導，那麼過動症孩子長期學習成就低落的情況便可以得到改善；同時，他們亦能夠因此而避免出現負面的自我形象、以及反社會之行為(鄭瑩妮，2007)。由是觀之，教師及輔導人員應及早開展過動症孩子的輔導工作，那麼他們便可以舒緩過動症的症狀、以及改善由此而產生的偏差行為，使他們也可以成為一個人見人愛的孩子。

自香港政府在各級學校全面實施融合教育政策後，不少教師也曾在教育現場接觸到過動症的學生。當然，筆者也曾在任教的學校教導過過動症的學生，而在教學和相處的過程中，筆者發現只要我們願意與他們溝通，並為他們制定不同的學習或行為管理計劃，那麼他們也能夠約束自己的偏差行為，並提升自身的課堂學習參與度。在這樣的背景下，筆者發現所任教之國中融合班的一名過動症學生也有一些行為問題，例如：未能控制自己的情緒、未能專注於課堂學習、與人相交的態度欠佳等。因此，筆者便邀請了這一名過動症孩子參與服務學習的活動，以圖藉此協助他改善因過動症而產生的行為問題，並且讓他可以在學校裡健康快樂地成長。

二、研究目的

本文旨在分享筆者以服務學習協助一名過動症孩子改善行為問題之研究成果及相關的實施經驗，以供特教同仁在協助過動症學生時作為參考。當中的研究目的如下：

1. 探討服務學習活動對於過動症孩子的情緒失調控制問題有何影響。
2. 探討服務學習活動對於過動症孩子的專注力不足問題有何影響。
3. 探討服務學習對於過動症孩子與同儕的交往有何影響。

貳、文獻回顧

一、過動症孩子所面對的問題

過動症孩子一般皆有專注力不足的問題。與同齡的孩子比較，過動症孩子的專注力相對較欠集中、短暫，經常因為外界的刺激而分心；同時，他們做事

亦較欠組織和條理，對事情細微的地方較欠洞察力，並且經常出現疏忽的表現(香港教育局，2014)。而專注力不足對於過動症孩子的學習所產生之具體影響，包括：做功課較粗心大意、無法按指示完成功課、不願意做功課、學習無法持續專注、經常忘記應該做的事等(陳素秋、臧汝芬、黃武達、楊斐適、黃榮貴、莊奇容，2009)。另外，過動症孩子亦會因為不專心而產生不同的干擾行為(王立志，2011)。正因如此，過動症學生一般都會因此而欠缺學習動機，進而造成低學業成就的問題(陳侑浩、陸瑞玲，2011)。同時，多項研究及文獻亦顯示過動症的徵狀與過動症學生的低學業成就問題具有密切的關係(Raggi & Chronis, 2006)。由是觀之，過動症孩子普遍都存有專注力不足的問題，而他們亦因此而遭遇著不同的學習困難，並使他們未能夠取得更佳的學業成績。

過動症孩子未能夠有效地調控自己較強的情緒。過動症孩子因為腦部功能的缺陷及不足的問題，使到他們較難控制自己的情緒及行為(陳亭君、潘倩玉，2010)。同時，徐儷瑜(2011)亦指出過動症孩子經常出現生氣、擔憂、失望等負面情緒，並且出現調控這些負面情緒的困難。再者，過動症孩子的情緒起落很大而且變化不斷，而最令人擔憂的，就是他們的情緒表現有時會變得過分極端，一時極為興奮，一時又極為低落，若他們正處於極為憤怒的狀態，他們也是無法抑制由此而產生的不理性行為(陳惠芳、蔡玉蓉，2005)。另一方面，Ramirez, Rosén, Deffenbacher, Hurst, Nicoletta, Rosencranz & Smith(1997)的研究則發現過動症學生在處於憤怒狀態時，會以較不當的方式作表達。而吳善揮(2013)的個案對象(一名過動症孩子)經常因為情緒問題而破壞課堂秩序，甚至出現異常的行為舉止，其更曾因憤怒的關係而大力推撞老師，使老師差點兒在地上跌倒。由此可見，過動症孩子因為腦部天生的缺陷而使他們較難調控自己的情緒，也使他們的情緒經常變得極端化，最終他們亦因此而出現異常的外在行為。

過動孩子經常因為情緒控制的問題而遭遇社交困難。過動症孩子的自制能力較弱，他們做事時通常沒有考慮事情的後果及其嚴重性，並因此而經常打擾到其他人(香港教育局，2014)。蔡明富(2009)指出過動症孩子容易出現衝動的行為和生氣的情緒，因此他們較容易於各種情境中出現攻擊行為，再加上他們大多欠缺應有的社會技巧，這都致使他們的人際關係欠佳。蔡政杰、黃凱琳(2013)也指出由於過動症孩子欠缺控制情緒、辨識他人情緒的能力，致使他們無法真確地理解人與環境之間的關係，結果造成社交互動的障礙，最終致使他們不受同儕的歡迎，並大大妨礙了他們的自我發展。Da Fonseca, Segulier, Santos, Poinso, & Deruelle(2009)的研究指出過動症患者不但未能夠透過他人臉部表情來辨識他人的情緒變化，而且亦未能透過不同的線索去推斷他人的情緒為何。Alessandri(1992)的研究亦發現過動症孩子與他人合作的能力較弱，未能專注參與群體的不同活動。括言之，過動症孩子因為情緒調控能力較弱而經常出現異常的舉動，而這些異常的舉動都使到他們不受同儕的喜愛，再加上他們未能夠有效地與他人合作，最終影響到他們的人際關係發展。

二、 及早介入輔導過動症孩子的重要性

教師及輔導人員的及早介入能夠有助過動症孩子朝著正面的方向成長。事實上，過動症孩子能否在兒童發展階段得到應有的治療或幫助，對他們未來將

會造成巨大的影響(羅慎禹、潘倩玉, 2015)。可是, 由於家長對過動症缺乏應有的認識, 所以許多過動症孩子往往都會因此而耽誤了輔導及治療的最佳時機, 最終使到他們陷入更為艱難的困境(鍾佳玟、林雪蓉、趙國玉、史麗珠、吳玉鳳, 2016)。因此, 對於過動症孩子和其家長而言, 孩子過動症的徵狀愈早被發現, 他們便能夠愈早得到適當的教養及輔導, 那麼他們便不會被社會大眾貼上頑劣、惡霸等負面標籤, 從而減少他們出現自我形象負面的問題(葉鈺潔、陳振明、葉靖雲、江秋樺, 2016)。當然, 及早為過動症孩子提供治療及輔導, 不但有助舒緩及改善他們的學習及行為問題, 而且更可避免他們日後出現反社會的傾向、以及相關的犯罪行為(蔣世家, 2014)。而最重要的, 就是實證研究亦支持藥物治療與行為管理計劃, 對改善過動症學生的學術表現具有一定的成效(Loe & Feldman, 2007)。簡言之, 若過動症孩子能夠及早得到適當的輔導及幫助, 那麼他們的不適應行為便可以得以減少, 最終有助他們朝著正面的方向成長。

三、改善過動症孩子症狀的相關輔導研究

近年, 不同的學者都嘗試以不同的輔導方法作為介入, 以協助舒緩過動症孩子的症狀, 當中筆者嘗試整理及舉例如下:

在改善注意力不足方面, 徐庭蘭、許芷苑(2009)嘗試以團體黏土活動作為介入方法, 以改善個案對象持續性注意力不足的問題, 結果發現此項作法能夠有助個案對象增進整體的注意力行為。江慧雯(2015)的研究發現, 創造性舞蹈能夠激發過動症孩子的想象力, 使他們的身體得到開發, 進而加強他們的專注力。徐庭蘭、康恩昕(2006)的研究則發現團體音樂治療能夠協助過動症孩子改善分心、離座和缺乏耐性等行為。鄭胤序、李姿瑩(2010)的研究指出武術訓練方案能夠有助過動症孩子改善不專注的行為。由此可見, 學者嘗試以體藝活動作為改善過動症孩子專注力不足問題的輔導方法, 當中取得一定的成效。

在加強情緒控制及社交能力方面, 蔡政杰、黃凱琳(2013)以身心動作教育課程, 試圖教授過動症學生放鬆身體, 以減少他們發生衝動行為的頻次, 結果發現這項作法不但具有一定的效用, 而且更有助過動症孩子的人際關係互動。蕭瓊華(2015)綜述不同學者的研究, 發現瑜伽能夠提升過動症孩子的情緒控制能力, 並減少他們受負面情緒困擾的機會, 大大改善了他們的人際關係。許玉芳(2013)以遊戲治療的方式輔導個案對象(一名過動症孩子), 結果發現遊戲治療能夠讓該名過動症孩子的情緒變得穩定, 並且使其更願意拓展自身的人際關係。郭婷婷、曾雯琦(2014)以團體的形式對過動症孩子實施柔道訓練, 結果發現這項作法不但能夠穩定研究對象的情緒, 而且更有助其學會與他人的相處之道。由此觀之, 學者們都嘗試以不同的靜態、動態活動, 讓過動症孩子學會放鬆緊張的心情、以及調控自己的情緒; 而這樣的作法能夠為他們與人相交開創了有利的條件, 從而促進了他們的人際關係發展。

四、服務學習的教育功能

在搜集中文文獻資料時，筆者發現服務學習未曾被應用在身心障礙學生的身上，以改善他們的情緒或行為問題，這或許是因為身心障礙學生也需要別人的支援所致。因此，筆者嘗試整合與服務學習相關的研究成果，並分析當中的教育功能，以說明服務學習如何為學生帶來不同方面的改變，而筆者相信這樣能夠為服務學習如何應用於過動症學生的身上帶來一些啟示。

服務學習能夠有助加強孩子與人交往的能力。李婧慧(2015)曾實施甘美朗服務學習課程，即由學生教授新移民演奏樂器甘美朗，結果發現學生不但從中得到當小老師的成就感，而且更培養出他們互助與合群的精神。另外，莊念青(2015)所實施的服務學習課程，要求學生擔任小老師，教授小學學童英語，結果發現學生在團隊協作之中學會溝通，並以同理心對待團隊成員。此外，相關的研究亦指出服務學習能夠提升參與者的自我概念，並有助他們提升包容不同意見的能力(Morgan & Streb, 2001)。同時，Simons & Cleary(2006)的研究指出參與服務學習的學生不但能夠建立起正向的情緒智商，而且更能夠發展出與人交往的能力。由是觀之，若我們讓不同類型的學生參與服務學習，那麼他們便能夠從團體合作的過程之中，掌握與他人溝通的方法，從中培養出尊重他人、包容異見的特質。而最重要的，就是他們能夠明白情緒穩定之重要性，並從中建立起正確的待人接物態度。

服務學習能夠讓不同年齡的學生學會關懷他人的處境。陳美玲(2016)所實施的志工服務活動，要求學生前往日本仙台協助三一一震災的災民，結果發現參與的學生能夠親身體察和感受災民的苦況。另外，吳玉鈴(2013)的研究發現服務學習課程能夠讓學習者從服務之中聆聽自我的內在聲音，並從中察覺自我與他人生命處境的差異，進而培養出關懷、感性的能力。此外，陳勇祥(2014)的研究也指出服務學習可以建立起學生的情意感受能力。再者，Seifer(1998)亦指出服務學習能夠使學生更理解社會、政治、經濟及文化的不同變化，從而加強他們作為公民的素養，即提升體察他人處境的能力。由此可見，如果教師嘗試讓不同類型的學生參與服務學習，那麼他們也可以從中培養出複雜的情意感受能力，並體察到他人的情緒變化及處境。當然，他們也可以從服務他人的過程中，學會以他者的角度思考，從而主動關懷他人的不幸。

服務學習能夠提升學生的專注力。鄭博真(2012)的研究顯示，在實施服務學習課程的過程裡，學生都能夠掌握傾聽別人的技巧，並促進了他們與他人的有效溝通。另外，陳勇祥(2014)的研究發現，服務學習課程能夠使參與的資優學生發展出自主學習、解決問題等能力。此外，吳善揮(2016)所實施的服務學習課程，發現學生能夠從服務的過程之中加深對受助對象的認識。括言之，不同種類的學生在參加服務學習的時候，可以從傾聽他人、解決問題、留意他人需要的環節裡，培養出較高的專注力，進而提升他們的學習能力，這是因為他們需要集中精神，才能夠完成服務學習的不同任務。

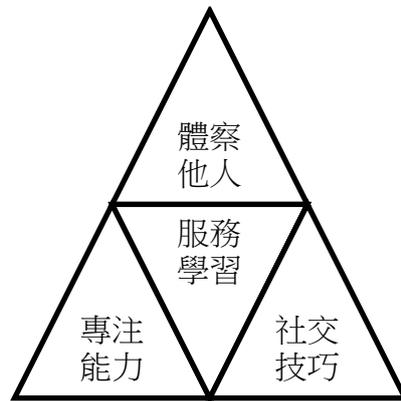


圖 1 服務學習課程(過動症學生)之理論架構圖

參、研究設計與實施

一、研究樣本

本研究之訪談對象為一名特教男學生，其於主流學校就讀國中三年級，他的特殊教育需要類別為過動症和讀寫障礙。他的學業成績未算理想、上課之時也較不專心，蓋因他的專注力不足，容易受外界的干擾而分心。他也欠缺應有的耐性，致使其做事比較馬虎。雖然他沒有明顯的情緒及行為問題，可是他有時候也會出現較強的情緒反應，例如：在不開心的時候罵人。他曾服用醫生的藥物以舒緩過動症的症狀，可是其後因為影響到食慾的關係，於國中二年級開始停止服藥。由於筆者曾擔任其國中一年級的國文科老師，所以他與筆者之間存有良好的師生互動。自國中二年級開始，他便參加由筆者所舉辦的服務學習課程，服務社區內的長者和小學學童。而他亦參與了「關愛社區學院計劃」及「貧窮家庭小孩閱讀計劃」的所有培訓、服務活動、以及反思工作坊。為便本文的析述、以及保障受訪對象的隱私，以下將稱呼受訪對象為 A 同學。

二、研究問題

1. 服務學習活動對於過動症孩子的情緒失調控制問題產生何等影響？
2. 服務學習活動對於過動症孩子的專注力不足問題產生何等影響？
3. 服務學習對於過動症孩子與同儕的交往產生何等影響？

三、研究工具

(一) 半結構式訪談

本研究主要採用半結構式訪談來蒐集資料。當中的作法，就是研究者先向受訪者提問一連串的結構性問題，之後再以開放式的問題作提問，以獲取更全面的資料；而這種訪談方式的好處在於能夠使訪談聚焦於研究問題之上，同時受訪者也能夠按需要自由地表達自己的看法(王文科、王智弘，2011)。為使訪

談內容可以更貼近研究問題，研究者與受訪者按照以下的訪談問題進行相關的討論：

1. 過動症孩子如何看待服務學習對其情緒控制能力的影響？
2. 過動症孩子如何看待服務學習對其專注力的影響？
3. 過動症孩子如何看待服務學習對其社交表現的影響？
4. 過動症孩子如何看待服務學習的實施成效？

為提升本研究的信實度，筆者在徵得受訪者的同意後，使用錄音機作為工具記錄整個訪談的過程。在訪談完結後，筆者便把訪談內容轉化為文字稿，之後再按主題進行分類及歸納。同時，為了避免誤解受訪對象的看法，筆者將完整的錄音內容文字稿交付受訪者閱覽，並請其對誤解之處作出指正。另外，為了加強研究內容分析的客觀度，筆者邀請了具質性研究經驗、教育碩士學歷的中學教師共同參與分析的過程。

(二) 學生反思日誌

反思活動之所以是服務學習課程中的重要一環，就是因為其能夠把服務與學習進行有機的連結，並推動學生深思服務經歷的意義及價值 (Bringle & Hatcher, 1999)。為了促進研究對象的反思，以讓其可以了解自身的轉變，並從經驗反思中有所成長，因此，筆者設置了學生反思日誌，以供研究對象於每次服務學習活動後填寫，以記錄他們的學習心得或感受。而最重要的，就是筆者也可以透過閱覽研究對象的反思日誌，以了解服務學習活動的實施成效。

(三) 教師觀察

為了讓研究者深入掌握研究對象的改變，筆者於本研究的過程之中實施了教師觀察紀錄，以記錄研究對象於服務學習過程的行為表現及轉變。當中的實際作法，就是在每次研究對象參與服務學習活動的過程裡，筆者都會觀察其實際的表現及態度，並將相關的觀察書寫在紀錄冊之中，以供自身進行教學反思。

四、 服務學習的內容與實施

(一) 服務學習活動的設計理念

自2014-2015年度開始，筆者便開始於任教學校裡，為學生舉辦服務學習活動，以讓學生可以從中培養出關愛他人的精神。在2015-2016年度，筆者舉辦了「關愛社區學院計劃」及「貧窮家庭小孩閱讀計劃」，當中的主要目標，就是讓參與的學生擔任小老師，引領社區人士(長者及小童)參加不同的活動，一方面讓他們感受到社區的關愛，而另一方面也可以讓同學加深對社會現況的認識。當然，服務學習的內容必須與學習相關，以使學生可以從服務之中反思所學(Butin, 2003)。因此，這兩項計劃不但只強調「服務」，而且更著重學生從志工活動中「學習」的部分，而筆者希望參與學生能夠透過這兩項有意義之服務學習活動，達到以下的學習目標，包括：學會關懷社會中的弱勢團體、培養服

務他人的精神、提升與他人溝通的能力。另外，筆者希望學生可以從服務活動之中，學會反思自己的生命歷程，從而做到熱愛自己生命的目標。

(二) 服務學習活動的內容

「關愛社區學院計劃」主要的服務目標，就是讓社區內的長者感受到他人的關愛，並讓他們可以走出社區，於人生之中留下美好的回憶；而「貧窮家庭小孩閱讀計劃」則旨在提升貧窮家庭小學學童對閱讀的興趣，並訓練他們基本的閱讀技巧。以下為主要的實施內容：

表 1

關愛社區學院計劃

活動	內容
長者 café	學生透過與長者一起吃下午茶的過程，以促進彼此的了解，並讓他們藉此關心長者的需要。
長者智能電話班	學生擔任小老師，教授長者使用智能電話，以加強他們在日常生活之中應用科技的能力。
長者電腦班	學生擔任小老師，教導長者使用電腦的基本技巧，並教授他們使用最新的網絡平台，如：臉書、Youtube 等。
長者音樂會	學生和教師擔任表演者，為長者獻唱不同年代的時代曲。
獨居長者導賞團	學生負責組織旅行並擔任領隊，帶領獨居長者離開所屬社區，參觀區外不同的風景和地標。

表 2

貧窮家庭小孩閱讀計劃

活動	內容
作品共讀	學生擔任小老師的角色，帶領參與學童閱讀指定的文學作品。
閱讀活動	學生負責主持閱讀活動，並帶領學童參與其中，包括：戲劇表演、繪畫、唱歌等。
圖畫書創作	學生擔任小老師的角色，教導學童創作繪本、文章，以使他們可以完成文章，並結集成書出版。

(三) 服務學習的進行方式

首先，在服務學習活動開始前，參與同學需要參加志工培訓，以使他們能夠掌握服務學習的內容，當中的內容包括：介紹服務學習的理念、簡介服務活動的內容、照顧長者和學童的技巧。若學生需要擔任服務學習活動的小老師，那麼他們便需要參加小老師教學工作坊，以掌握不同的教學技巧、以及基本的演說技巧。另外，在活動結束後，學生志工需要參與反思工作坊，一方面與同

學分享自己的得著，另一方面則可以對自己的服務表現進行省思，以讓自己可以取得更大的進步。在推動服務學習活動時，筆者與學校所屬社區的老人中心合作，以借助老人中心社福人員照顧老人家的經驗，提升學生志工的學習效益。同時，筆者亦與香港一家志願機構合作，共同為弱勢孩子舉辦閱讀計劃，以加深學生對不同年齡層的弱勢者之了解。

肆、研究結果與討論

整體而言，我們可以從訪談結果之中，發現同學 A 能夠從服務學習之中獲益。當中，我們可以從提升情緒控制能力、加強做事專注力、以及改善人際關係這三個面向作出分析及討論。

一、研究資料分析

(一) 提升情緒控制能力

同學 A 認為自己從前是一個頑皮的孩子，可是自從他透過服務學習活動擔任小老師的角色後，他開始重視自己在別人心目中的形象，並因此而適時抑制自己較強的情緒，以免因為較強的情緒反應，而讓服務對象對自己留下壞印象。

「擔任小老師能夠讓我學習控制較強的情緒反應，因為我需要作為一個好的榜樣，不可以教壞小朋友。另外，我也想在老人家面前保持良好的形象，不想他們認為我只是一個貪玩的學生，更不想因為我較強的情緒反應而對校譽造成負面影響。」(訪談)

「他(學生 A)本來正在和同學嬉戲，可是當他看到老人家在看著他的時候，他便立刻停下來，不再與同學大吵大鬧，可見他學會了顧及自己的志工身分及形象，表現實在值得讚賞。」(觀察)

從同學 A 的回答之中，我們可以知道在服務學習的過程中，別人的讚賞和信任都能夠有效地減少同學 A 產生較強的情緒反應。這是因為同學 A 可以從中獲得成功感，並感受到他人的重視，以及得到別人的認同。而他亦希望藉著往後更好的表現，以得到師長更多的信任。

「我也不想辜負老師對我的期望，因為老師想我們表現出成熟的一面。當長者和老師讚賞我的時候，我便會想自己再做好一點，希望於未來可以為老師分擔更多工作…我也想藉著自己良好和成熟的表現，獲得老師更多的信任。」(訪談)

「今天，老師讚賞我表現認真，而且更說我有了很大的進步，我真是很開心。希望我下一次可以做得更好。」(日誌)

同學 A 指出擔任小老師的角色，讓他可以在教導服務對象—小朋友的過程之中，感染到他們的童真、以及歡樂，進而使他得以舒緩內心的壓力，並避免出現較強的情緒反應。

「我覺得教授小朋友閱讀最能夠影響到我。因為我一方面可以藉此了解他們，而另一方面小朋友永遠都掛著笑臉，使我可以從他們的身上找回從前那個擁有童真的自己。而最重要的，就是就讀中三的我一直承受著極大的學習壓力，例如：參加全港性系統評估、應付學校的測驗和考試、做功課等。和充滿童真的小朋友接觸，使我可以釋放出自己內心深處的學習壓力，我想這都有助我平定自己較強的情緒反應。」(訪談)

「今天，我和小朋友玩了很多不同的遊戲，我真的很開心，而且每一個人也很投入，每一個人也大聲地笑，所以我覺得活動很有意義，也很好玩。」(日誌)

同學 A 表示服務學習使他立志要當老師，而這個志向使他更加明白到情緒控制的重要性，並使他願意為著這個志向而在情緒控制方面多加努力。

「我在服務學習的過程之中主要擔當小老師的角色，教導長者和小朋友去學習新知識。因此，我日後也想當老師…我想這些服務學習活動能夠培養出我作為老師的特質，例如：不可以鬧情緒或發脾氣，使我在日後懂得如何與學生相處。」(訪談)

「如果遇到小朋友不專心聽講，又或者走來走去，他能夠有耐性地作出提醒，而不會有不耐煩或生氣的表現。」(觀察)

同學 A 認為他從服務學習的過程之中學會了責任感，明白到凡事都不能夠只按照自己的喜好和心情而行，也要顧及他人的需要和感受。

「雖然長者智能電話班是在公眾假期舉行，這使我不願意回到學校擔任小老師；但是因為我不希望自己失信於老師、也不希望負責的同學得不到支援，所以我還是堅持信守承諾，回來學校進行服務……這訓練出我的責任感，讓我學會了不要這麼自我，即不能夠只看自己的心情辦事。」(訪談)

「雖然我(筆者)知道他(同學 A)一向不願意畫畫，因為他曾告訴我他沒有藝術天分，可是他卻願意細心地與那個孩子一起畫畫，並慢慢地填上顏色，從中可見他能夠明白自己作為小老師的責任，即不會因為自己的喜好而拒絕執行教學任務。」(觀察)

同學 A 學會在遇到困難的時候，適時向師長請教解難之法，而不再以鬧情緒作為表達之方法，可見其在情緒控制方面有所進步。

「在教導小朋友寫作文的時候，我有很多東西也不會…但是我學會了在有需要的時候向老師請教，那麼我的困難便會得到解決，而我又不會因為有困難而感到不開心，也不會因心煩而發脾氣。」(日誌)

「同學 A 真的長大了，雖然他不懂得解答小孩子的有關故事的問題，可是他學會向我求教，之後再回去把正確的答案教導孩子。」(觀察)

同學 A 指出他在參與服務學習，學習到控制自己的強烈情緒，並且讓他的性格也徹底改變，可見本次服務學習活動對其情緒控制的改變具有真實成效。

「多謝你(筆者)的出現，在你的出現後，我的性格也變了，由頑皮的我變到現在可以控制自己的情緒，而這是由我開始參加老人計劃時開始改變自己的性格的。」(日誌)

(二) 加強做事專注力

同學 A 認為服務學習加深了他對弱勢長者的認識，並激發了他服務弱勢社群的心。而最重要的，就是這顆服務他人的熱心，使他在服務時變得更專注，以使那些弱勢者能夠從中感受到他的愛。

「長者 café 讓我可以明白到長者的生活習慣和生活情況…由於我很同情他們孤苦無依的處境，所以我有耐性地照顧他們，專心地聽他們說自己的故事和經歷，當我看到他們開心的時候，我也覺得很開心。」(訪談)

「同學 A 有耐性地回答長者有關智能電話的問題，雖然那名長者不斷重複地要求他再說一遍，可是他也沒有表現出不耐煩的表情，還是一次又一次地再作說明和示範。」(觀察)

同學 A 為了能夠有效地引導貧窮家庭兒童學習，他會預先複習活動當天的故事內容，以加強自己解答小朋友問題的信心。而事實上，他能夠自主自覺地預習活動所教授的內容，可見其專注力能夠從中得到加強。

「為了不讓小朋友覺得我什麼都不會，所以我預先閱讀了老師將要教授的故事，並請教了老師一些問題。哈哈，所以小朋友問我有關故事的內容，我也能夠解答。」(日誌)

同學 A 指出服務長者的過程能夠有效地提升他的專注力，這是因為長者的行動都比較緩慢，他需要放慢做事的速度，以遷就長者的習慣和特性。同時，他也需要學會集中精神服務長者，以免在過程中發生任何意外。

「在參加長者旅行時，志工都需要為長者倒茶、洗碗筷，而我也從中學會要專注，以免把東西摔壞、把茶倒翻了。另外，我在扶長者的時候也學會要了有耐性，專心地帶著他們慢慢地走，以免長者跌倒受傷。」(訪談)

「同學 A 能夠主動地扶著老人家過馬路，平常跳上跳下的他竟然可以慢慢地走路，簡直是判若兩人。」(觀察)

同學 A 表示擔任小老師(特別是教學部分)有助培養他的專注力，這是因為他需要抓緊時間，並集中所有的精神，向學員講解清楚所有的教學內容，以免妨礙其他教學環節的實施。

「在我為他們講解的時候，我變得更專心，因為我不能夠在講解的時候，說了其他沒有關係的內容，以免影響到活動的進度，而且時間也很緊湊，老師也不容許我說一些沒有關係的話…我自己也不想說太多廢話，因為這實在浪費了寶貴時間。」(訪談)

「他(同學 A)很專心地為小朋友講解故事的內容，雖然那些小朋友不斷問東問西，可是他總是說：『請讓我先講完故事，然後再讓你們問問題』。之後便把焦點聚焦在故事內容的講解之上。可見他能夠避免干擾，並專注在教學任務之上。」(觀察)

從以下的回答之中，我們可以知道同學 A 從服務學習之中，提升了他的做事的專注度，更讓他能夠在關鍵的時期(由國中升讀高中)集中精神，為自己制訂清晰的未來發展路向。從中我們可以看到同學 A 能夠把從服務學習中所培養出來的專注力，遷移至日常生活及做事之上。

「如果十分是滿分，從前的我會給自己的專心度三分，而現在我會給自己的專心度七分。在參加服務學習之前，我會浪費很多時間，並且不能夠集中精神為自己的未來發展作出規劃，但是在參加了服務學習後，我就改變了不少，我能夠就未來的升學及發展作出較清晰的規劃。」(訪談)

以下的回答反映出同學 A 能夠學會專注地觀察別人，並把觀察所得直接應用在相同的情況之上，可見他的專注力能夠從中得以加強。

「我知道他(同學 A)有很多字詞也不懂寫，也不知道如何引導小孩子寫一篇文章，但是他會主動舉手請我去教小孩子，然後靜靜地看著我如何一步一步地教導小孩子…之後，他又運用我教導小孩子的方法，教導另一位孩子完成文章創作…」(觀察)

(三) 改善人際關係

同學 A 認為服務學習使他掌握到正確的待人處事態度，並且懂得顧及他人的感受。這是因為服務學習讓他明白到志工的责任，即為服務對象帶來快樂和溫暖，而非讓他們感到難受。這都有助其改善與他人的關係。

「從前，我待人處事的態度不太好，例如：別人在問我問題的時候，如果我不想回答，我便會直接忽略他人，不顧他人的感受。但參加了服務學習後，縱使我遇到不願意回答的問題，我也會嘗試盡力回答，因為我不想他人感到難堪。」(訪談)

「老人家和小朋友問我問題，我也會盡量解答他們。現在，若我不懂回答，我也會請其他同學代為解答。因為我害怕如果他們的問題得不到回答，那麼他們便會感到不開心。如果他們因此而感到不開心，我也會感到不開心，因為這是我造成的結果…」(訪談)

「我覺得我今天盡了當志工的责任，協助小朋友很開心地完成他們的畫作，看到小朋友開心的樣子，我也感到很開心。」(日誌)

「今天，他(同學 A)展現了成熟的一面，主動帶小朋友去洗手間…他和小朋友打成一片，而小朋友也很喜愛和他玩，他們一起玩老鷹捉小雞的畫面真是很溫馨…我想他就是小朋友的開心果。」(觀察)

同學 A 指出服務學習為他提供了與他人合作的機會，使他從中了解到團體合作的重要性。同時，由於彼此相處的時間增加了不少，也使到他對同學有更深入的了解，進而讓他和同學的關係變得更親密。可見，這有助其在日後與他人合作。

「我覺得我和同學的關係變得更親密。因為我需要和不同的同學合作，一起為長者和小朋友舉辦活動，使我們多了機會見面和了解大家，關係亦自然變得更親密。而在活動的過程中，同學們都會支持我的工作，使我感到很開心，並且更願意和他們相交。」(訪談)

「我和小朋友、同學一起演戲劇，使到我學會團隊的精神，並且明白到人與人之間是需要有默契的。」(訪談)

「他(同學 A)和小朋友一起扮演故事的主角…由於他說話不太流利，所以小朋友主要負責說對白，而他則主要負責做動作，我覺得他能夠與小朋友互相合作真是太好了。」(觀察)

同學 A 指出服務學習讓他有勇氣結識陌生的人，這是因為他需要服務那些不認識的人。筆者相信這有助他日後在陌生的環境裡開拓人際關係。

「從前，我不敢和同學接觸和談天，但服務學習便為我提供了一個交友的機會，讓我能夠結交到更多的朋友。而我也會害怕與陌生人結交，並且會主動地和不認識的人聊天。」(訪談)

「今天，我認識了很多不同的小學生、校外義工，他們都對我很熱情，我們都成為了朋友。」(日誌)

「今天是活動的第一天…在活動開始前，他主動地向小朋友介紹自己，並告訴他們今天的活動流程，雖然他說話有些結結巴巴的，可是他能夠勇於在人前發言，在我的眼裡已經是很棒了…」(觀察)

二、綜合討論

(一) 服務學習與情緒控制

綜合不同的文獻資料，過動症學生一般都較難控制自己過強的情緒，並對他們的成長及發展產生負面的影響(陳亭君、潘倩玉，2010；徐儷瑜，2011；陳惠芳、蔡玉蓉，2005)。而本次研究則發現，研究對象能從服務學習過程之中獲得受助者的認同，繼而為了維持自己的正面形象而更自覺地控制較強的情緒。這種自我意識不但有助研究對象加強情緒控制的能力，而且亦能夠讓研究對象持續地維持較穩定的情緒。在情緒穩定的基礎下，這必定有利研究對象在不同方面的發展。因此，如何進一步針對過動症學生的特質，發展長期而持續的服務學習課程，以提升他們的情緒控制能力，便是我們需要思考的問題。

(二) 服務學習與提升專注力

一般而言，過動症學生經常出現專注力不集中的情況，包括：1. 無法注意事情的細節，經常在學校方面粗心犯錯；2. 難以維持於學習活動之注意力；3. 與人交談時顯得分心；4. 未能聽從指令完成指定任務；5. 欠缺組織能力；6. 經常遺失個人物品；7. 容易受到外在環境的刺激而分心；8. 忘記日常活動(林建平，2006)。而本次研究的個案對象亦有類似的徵狀，然而在參加了長期而持續的服務學習課程後，他自然習慣了常規性地完成指定的服務任務，這種「服務←→目標」的模式提升了研究對象參與活動的專注力，並且使其能夠將高度集中的注意力遷移至日常生活之中。故此，如何規劃長期而具系統性的服務學習課程，以培養出過動症學生高度集中的專注力，便是後續研究者需要思考的問題。

(三) 服務學習與社群發展

過動症孩子經常因為衝動的性格特質，而出現攻擊或破壞等外在行為，這不但使他們成為了校園裡不受歡迎的人，而且更經常被其他同學拒絕往來，嚴重影響到他們的社交發展(黃瑋苓，2004)。而本研究的個案對象的性格亦較衝動，偶爾出現較魯莽的行為，雖然這樣未使到他被同儕排斥，但是長遠而言亦會影響到他的正常社交發展。而他在參與本次服務學習課程後，能夠透過與不同陌生人(服務對象、其他參與服務學習的同學)的接觸過程，掌握應有的溝通技巧和態度，這有利其於未來主動與他人主動建立社交關係。因此，香港教育局亦應支援學校推動以過動症學生需要為本的服務學習課程，以進一步協助過動症學生改善不同的社交問題，使他們在未來可以有更好的發展。

伍、結論與建議

一、 結論

本研究發現服務學習對於研究對象(一名過動症孩子)有以下的助益：

(一) 提升控制情緒的能力

研究對象能夠從服務他人的過程之中，獲得他人的認同、信任、以及成就感。而最重要的，就是研究對象能因此而對自己有更高的要求，希望自己能變得更成熟，以使自己可以在服務學習活動之中承擔更大的責任。同時，研究對象亦因為擔任小老師的過程而受到啟發，希望自己在長大後成為一位老師，而他亦明白到當老師的首要條件，就是要好好控制自己的情緒，以為小朋友立下好榜樣。筆者相信這個志向有利其情緒控制能力的長遠發展。

(二) 提升做事的專注度

研究對象能夠從教導長者、學童的過程中，提升了自己的做事專注度，以使自己能夠於時限之內完成教學任務。同時，研究對象亦因為需要遷就長者行動較緩慢的特性，而學會放慢自己的做事和行動速度，這都有助其從中培養出較高的專注力。另外，研究對象亦能夠把從中培養出來的專注力，遷移至自身升學及就業的規劃之中，可見服務學習能有效地提升他做事的專注度。

(三) 促進社交發展

研究對象需要在服務學習活動的過程之中，接觸不同的陌生人(素未謀面的服務對象)，並從互相了解的過程之中加深對服務對象的認識，進而一步一步地與服務對象建立互信的關係，這樣的經驗有助研究對象掌握開拓人際關係的方法及技巧。另外，研究對象亦能夠從服務學習活動之中，拉近與同儕的關係，並從中豐富了他的社交生活。

二、 建議

(一) 建構以小老師為本的服務學習課程

研究對象之所以能夠加強情緒控制能力，就是因為其從擔任小老師的過程之中獲益。因此，筆者建議學校可以設置以小老師為本的服務學習課程，例如：「學長功課輔導計劃」、「手工藝班」等，當中由曾接受訓練的小老師(過動症孩子)教導學弟、學妹，以使他們可以從中獲得滿足感，並有助他們加強情緒控制的能力。

(二) 發展以愛護長者為主題的服務學習課程

由於過動症孩子個性都比較衝動，所以他們做事往往沒有想到後果。而本研究則發現個案對象能夠從服務長者的過程之中，減少衝動的行為，並配合長者的特性，集中專注力照顧他們。因此，筆者建議學校可與社區合作，讓過動症孩子走出課室，服務社區內有需要的長者，一方面可以帶動社區的關愛氣氛；而另一方面，此項作法亦能夠利用長者「慢」的特性，帶動他們減慢做事速度，並加強他們在做事過程之中的專注力。

(三) 提供行政支援

事實上，教師設計並實施服務學習課程都需要花費大量的工作時間，若在人力資源缺乏的情況下強行推動，那麼校內教師便會產生抗拒感，進而使服務學習課程的成效大打折扣。因此，筆者建議學校應為輔導組教師提供行政支援，例如：增聘教學助理等，以讓他們可以騰出更多時間設計課程內容，並加強他們實施服務學習課程的動機。

參考文獻

中文部分

- 王文科、王智弘(2011)。教育研究法。臺北：五南。
- 王立志(2011)。資優注意力缺陷過動症學生特質與處遇。資優教育季刊，119，35-42。
- 江慧雯(2015)。創造性舞蹈對注意力缺陷過動症學童專注力之影響。舞蹈教育，13，178-198。
- 吳玉鈴(2013)。自我認識與他者關懷－服務學習與經驗轉換學習進路初探。關渡通識學刊，9，1-21。
- 吳善揮(2013)。愛的破冰之旅－教導注意力缺陷過動症孩子的實務分享。桃竹區特殊教育，23，23-27。
- 吳善揮(2016)。學校聯合社區推動服務學習之探究－以全港抓子歷者比賽為例。臺灣教育評論月刊，5(5)，49-56。
- 李婧慧(2015)。「學習→服務→再學習」的循環－北藝大的甘美朗服務學習課程。關渡音樂學刊，22，101-112。
- 周正修、陳錫洲、陳永煌、羅慶徽(2007)。注意力不足過動症的診斷與治療。基層醫學，22(9)，304-310。
- 林建平(2006)。注意力缺陷過動症兒童的診斷與處遇。特殊教育季刊，101，1-8。
- 香港教育局(2014)。全校參與模式融合教育運作指南。香港：教育局。
- 徐庭蘭、康恩昕(2006)。團體音樂活動應用於注意力缺陷過動症幼兒注意力行為影響之研究。藝術學報，79，253-274。
- 徐庭蘭、許芷菀(2009)。黏土活動對注意力缺陷過動症幼兒持續性注意力行為歷程分析。幼兒教育，294，35-56。
- 徐儷瑜(2011)。注意力缺陷過動症兒童的情緒能力探討。應用心理研究，49，65-87。
- 商志雄、高淑芬(2010)。注意力不足過動症。臺灣醫學，14(4)，395-400。
- 莊念青(2015)。服務學習－士林高商應外科「口語訓練」之課程設計與學生學習成效。中等教育，66(4)，135-155。
- 許玉芳(2013)。注意力缺失過動症兒童遊戲治療之個案研究。諮商與輔導，333，6-10。
- 郭婷婷、曾雯琦(2014)。運用柔道運動輔助注意力缺陷過動症兒童治療－案例分析。源遠護理，8(2)，56-62。
- 陳侑浩、陸瑞玲(2011)。應用行為治療於一位注意力不足過動症個案之護理經驗。精神衛生護理雜誌，6(1)，56-65。
- 陳亭君、潘倩玉(2010)。運動或動作訓練對改善注意力缺陷過動症學童徵狀之相關研究。中華體育季刊，24(3)，64-72。
- 陳勇祥(2014)。資優學生服務學習課程之設計與實施。資優教育季刊，131，21-28。
- 陳美玲(2016)。二〇一五海外體驗學習活動－日本仙台志工服務行。遠東通識教育學報，10(1)，51-68。
- 陳素秋、臧汝芬、黃武達、楊斐適、黃榮貴、莊奇容(2009)。注意力缺陷過動症及相關磁振頻譜檢查。台灣應用輻射與同位素雜誌，5(1)，613-622。

- 陳惠芳、蔡玉蓉(2005)。注意力缺陷過動症兒童之環境影響因素研究。《*幼兒保育研究集刊*》，1(1)，123-139。
- 黃瑋苓(2004)。班級中的寶貝—注意力缺陷過動症兒童。《*屏師特殊教育*》，8，10-17。
- 葉鈺澂、陳振明、葉靖雲、江秋樺(2016)。一名注意力缺陷過動症大專生家庭壓力與調適敘事研究。《*惠明特殊教育學刊*》，3，71-100。
- 蔡明富(2009)。注意力缺陷過動症學生社會技巧之研究：以普通班教師觀點。《*東臺灣特殊教育學報*》，11，183-206。
- 蔡政杰、黃凱琳(2013)。身心動作教育對注意力缺陷過動症兒童衝動行為與人際關係影響之個案研究。《*國北教大體育*》，7，149-158。
- 蔣世家(2014)。淺談過動症與青少年犯罪。《*家庭教育雙月刊*》，47，32-38。
- 鄭胤序、李姿瑩(2010)。武術訓練對國小注意力缺陷過動症兒童上課不專注行為之影響。《*臺北市立教育大學學報：教育類*》，41(1)，91-132。
- 鄭博真(2102)。服務學習課程實施歷程與成效之研究：以某科技大學為例。《*國立虎尾科技大學學報*》，30(4)，79-97。
- 鄭瑩妮(2007)。團體治療應用於注意力不足過動症兒童。《*諮商與輔導*》，261，12-16。
- 蕭瓊華(2015)。一起來瑜伽！瑜伽對ADHD學生的影響。《*臺灣教育評論月刊*》，4(11)，132-135。
- 鍾佳玘、林雪蓉、趙國玉、史麗珠、吳玉鳳(2016)。一般民眾對注意力不足過動症知識之初探。《*澄清醫護管理雜誌*》，12(1)，22-29。
- 羅慎禹、潘倩玉(2015)。運動介入對注意力缺失過動症學生之成效性研究探析。《*高師大體育*》，13，94-109。

英文部分

- Alessandri, S. M. (1992). Attention, play, and social behavior in ADHD preschoolers. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 20(3), 289-302.
- Bringle, R. G., & Hatcher, J. A. (1999). Reflection in service-learning: Making meaning of experience. *Educational Horizons*, 7(4), 179-185.
- Butin, D. W. (2003). Of What use is it? Multiple conceptualizations of service learning within education. *Teachers College Record*, 105(9), 1674-1692.
- Da Fonseca, D., Seguíer, V., Santos, A., Poinso, F., & Deruelle, C. (2009). Emotion understanding in children with ADHD. *Child Psychiatry and Human Development*, 40(1), 111-121.
- Loe, I. M., & Feldman, H. M. (2007). Academic and educational outcomes of children with ADHD. *Journal of Pediatric Psychology*, 32(6), 643-654.
- Morgan, W., & Streb, M. (2001). Building citizenship: How student voice in service-learning develops civic values. *Social Science Quarterly*, 82(1), 154-169.
- Polanczyk, G., de Lima, M. S., Horta, B. L., Biederman, J., & Rohde, L. A. (2007). The worldwide prevalence of ADHD: A systematic review and meta-regression Analysis. *American Journal of Psychiatry*, 164(6), 942-948.
- Raggi, V. L., & Chronis, A. M. (2006). Interventions to address the academic impairment of children and adolescents with ADHD. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 9(2), 85-111.
- Ramirez, C. A., Rosén, L. A., Deffenbacher, J. L., Hurst, H., Nicoletta, C., Rosencranz, T., & Smith, K. (1997). Anger and anger expression in adults with high ADHD symptoms. *Journal of Attention Disorders*, 2(2), 115-128.

- Simons, L., & Cleary, B. (2006). The influence of service learning on students' personal and social development. *College Teaching*, 54(4), 307-319.
- Seifer, S. D. (1998). Service-learning: Community-campus partnerships for health professions education. *Academic Medicine*, 73(3), 273-7.

The Case Study of Service Learning for Children Suffer from ADHD Regarding to the Impacts of Emotional Control, Concentration and Interpersonal Relationships

Ng Sin Fai Eric

Doctoral Student,

University of Hong Kong, Faculty of Education

Abstract

Attention Deficit Hyperactivity Disorder (hereinafter referred as Attention Deficit Disorder) is generally defined as the children who have the symptoms of impulse, lack of concentration, emotional control disorders and other mental problems. Nowadays, many scholars have tried to find different ways to help the children improving the symptoms in order to facilitate their learning in school, and able to interact with others effectively. Obviously, author has invited a teenager who suffers from Attention Deficit Disorder to participate in service learning, improving his hyperactivity symptoms via this testing. This study is conducted by in-depth interview, reflective journal and teacher's observation in order to investigate the effectiveness of service learning. The result reveals service learning can bring many positive effects, encompassing with the emotional control, increase his concentration as well as maintain the relationship with his acquaintances effectively.

Keywords: Service learning, emotional control, Attention Deficit Hyperactivity Disorder, hyperactivity