

從兒童專注力訓練需求 探討國民小學教育改革政策的缺口

林麗玲

社團法人專注力訓練推廣協會秘書長

一、前言

從 2001 年國民中小學九年一貫課程綱要，到 2019 年開始在各教育階段依年級逐年正式實施的十二年國民基本教育課綱（108 課綱），政府與學者專家們在這將近二十年裡，不斷改革修訂教育政策與推行方案，都是希望幫助臺灣孩子能有好的學習與發展。

社團法人專注力訓練推廣協會所推廣的兒童專注力訓練課程，乃自德國（Lauth & Schlotke, 2009）引進臺灣經過在地化改良，以幫助孩子進行提升專心度訓練，也已有 19 年。早期來求助的小孩多是經醫師診斷有注意力缺失症 ADHD 的孩子，近幾年來大幅增加的卻是醫生診斷沒有 ADHD 但生活學習上卻很不專心的孩子。像這樣並沒有生理上障礙，卻呈現學習狀態不良的孩子來求助專注力訓練的現象，呈現逐年遞增的趨勢。

從專注力訓練需求面來看，教育改革一路施行，不專心的孩子有增無減；這些孩子多是高主見、高好奇心、高活動力、愛說話或不說話、愛表現、愛管事、不相信自己、不相信老師、不相信別人的孩子居多，這樣三高三愛三不的孩子在體制內學校教室裡與老師對峙、甚至拒絕學習，才來尋求專注力訓練的幫助，而後才又逐漸調適轉變，再回到學校生活。

看教改的理念、目標、方向及課綱內容，是教育專家們精心擘劃的良方，在這樣有好的框架、有完整的內容、有專職合格的學校教師執行、孩童也沒有生理障礙，但是孩子卻呈現無法好好地學習的狀況，不禁令人好奇：這中間到底出了什麼問題？執行上有什麼阻礙？缺口在哪裡？怎麼做才能讓情況變好？

二、以系統觀點蒐集現況資料

隨著教育改革不斷在進行，孩童因為專注力不足造成諸多困擾的現象，依然還是父母及老師們燙手的議題。孩子的表現如果影響到在校生活，班導師就可能建議家長帶孩子到醫院掛號兒童心智科就診評估，或尋求諮商心理師、職能治療師的協助，又或者到復健科接受訓練，或來參加協會舉辦的兒童專注力訓練。

林家興教授指出，專注力並非有無，而是多少；我們每個人都有專注的能力，只是多少的問題，以及在該專注的時候能否專注，期待孩子事事專心，時時注意，我想是不切實際的。如何幫助孩子選擇性地注意，以及注意在重要的事情上，才是我們要關心的地方（林家興，2013）。系統化地逐一探查影響孩子專心的原因，這是首先要進行的重要工作，我們認為，孩子目前有狀況，可能是孩子的生活系統裡發生了足以影響孩子行為的原由，可能是某人、某事、某地、某物。

（一）瞭解孩子的日常活動場域

「不專心」是童年階段最常見的發展障礙，嚴重影響課堂學習成效，例如：上課不專心、不聽從老師指令、干擾老師教課、干擾其他同學課堂學習、無法完成回家功課、學業成就落後、情緒暴衝等，哪些反應是在哪個場域裡發生？是在什麼時間點發生？各場域裡有些什麼人會影響孩子？

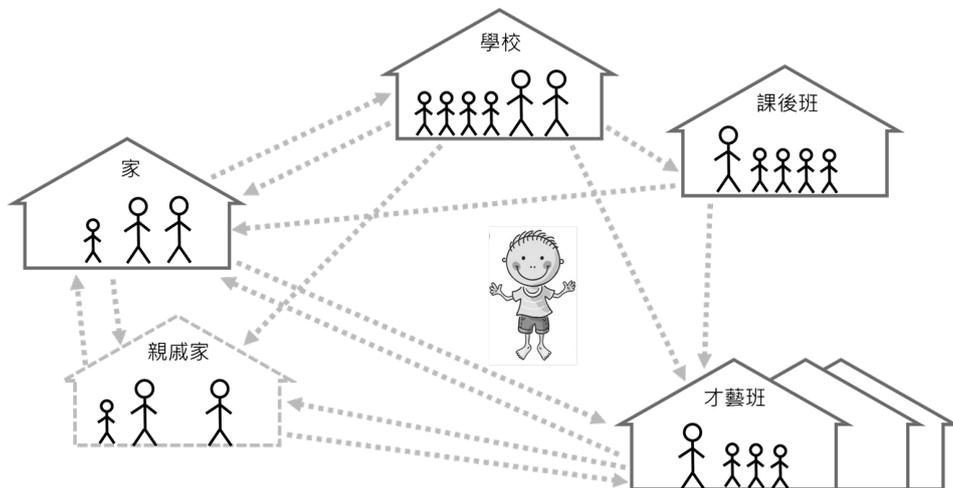


圖 1 小學孩童的日常活動場域

（二）瞭解孩子的日常生活作息

小學生的生活作息因年級而不同，一二年級生一週裡除了週二是整天在學校，其他四天是讀上午半天，中午 12 點放學，然後就回家或到某個家長安排的地方，可能是祖父母家或到安親班寫功課，直到爸媽下班來接回家。

三四年級生一週裡除了週三週五是上午半天，其他三天是整天在學校；五六年級生則是週三上午半天，其他四天是整天在學校。

表 1 小學低年級學童日常週間時間分布

單位：小時

低年級學童	週一	週二	週三	週四	週五	小計
停留學校時間	4.5	8.5	4.5	4.5	4.5	26.5
停留課後班時間	6~7	2.5~3	6~7	6~7	6~7	31
停留家裡時間	3.5~4	3.5~4	3.5~4	3.5~4	3.5~4	20
睡眠時間	8~9	8~9	8~9	8~9	8~9	42.5

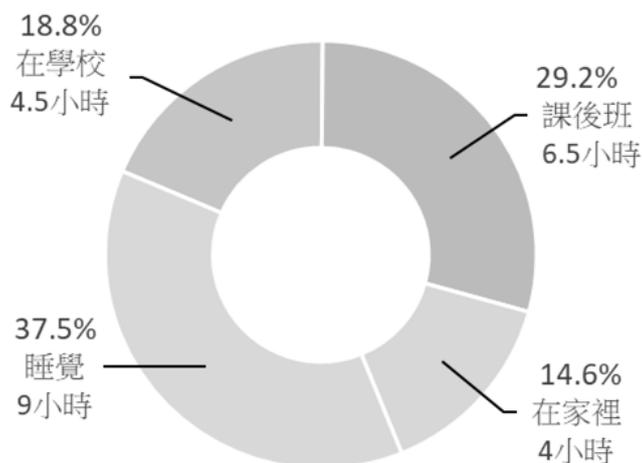


圖 2 小學低年級一天作息時間（週一、三、四、五上學半天）

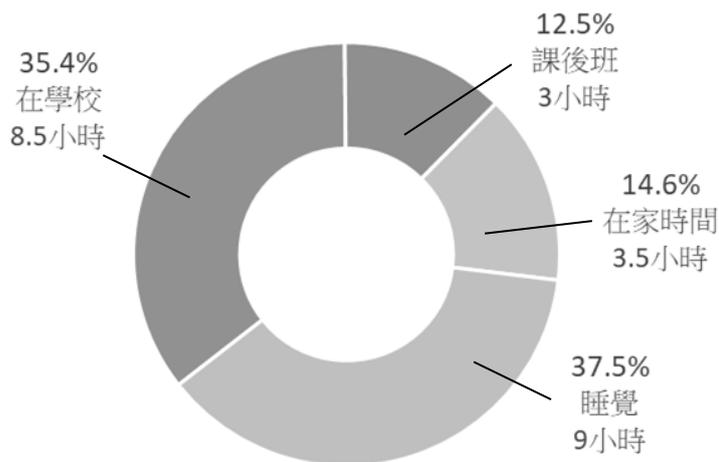


圖 3 小學生全天上學的作息時間

（三）與孩子的主要照顧者晤談

孩子為何會發生不專心現象，除了孩子生理因素之外，大多是因為孩子的生活環境系統發生狀況所致，因此讓孩子的生活環境系統調整到讓孩子能夠專心的狀態，不專心現象就自然迎刃而解。孩子的主要照顧者是最貼近孩子生活的人，通常是媽媽，也是能提供最接近真實狀況的人。

協會訓練案曾經有個小學二年級女生的媽媽說，女兒的學校老師沒有說什麼，但是被安親班老師一直講孩子很不專心、不遵守規定、不配合、不聽老師的話。其他來參加訓練的一二年級孩子，歷年來也是有類似現象，上學半天放學後有七個小時待在安親班，與安親班老師相處的時間佔一天的 29.2%，時間比學校老師還長，顯而可知，安親班裡的人事物及場域，對低年級孩子的影響頗大。

三四年級學生的情況則因人而異，有的孩子是在安親班有狀況，有的是安親班+學校都有狀況，有的是與家長互動不良，也有小孩是學校+安親班+家裡三邊都不如意；五六年級則與三四年級類似。

三、教育政策執行效益不彰的缺口

教改政策制定到執行，主要場域是以體制內學校為主，由學校老師在學校裡執行，孩子放學後又到另一個課後場域學習，這個課後環境裡的人事物與學校並沒有銜接機制，課後環境的師資程度參差不齊，或根本不具備教學資格，有的甚至以不當的方式管教孩子，例如直接給孩子抄作業答案，這些種種令人憂心的事例層出不窮。

尤其是小學一年級學童剛從幼兒園轉移到小學，生活作息及學習方式產生巨幅改變，對孩子的衝擊很大，進小學第一年正是訓練孩子養成專心好行為習慣的重要時期，不論是各科課業學習、遵守及執行常規、人際互動、口語溝通、自我管理...等各方面，都需要予以教導正確觀念，並指導其操作技術及練習，這些學習是小學一年級班導師的重要工作。

但是，如表 1 呈現的情況，目前實際狀況是：孩子停留在課後班的時間比停留學校的時間還要多，課後照顧班功能優劣，相對就很重要，直接影響孩子小學生活調適的成效。依據專注力協會輔導兒童專注力訓練的資料彙總，參加訓練的孩子狀態大多是小學生活調適不良、對挫折採取逃避反應、缺乏學習動機，甚至拒絕學習、自信心低落、生氣大人不瞭解他、不相信大人說的話、人際互動技巧不良、容易情緒化反應他人對他的評價。而且很一致的情況是，孩子遭受的對待多是以負向態度來管教，例如：責罵、取笑、權威規定、比較、評價。這些種種

情況，對孩子的學習成效不但沒有幫助，甚至抹煞埋沒了有主見、有天分的孩子。

孩子的課後時光在哪裡度過？受教方式是否與教育主軸矛盾牴觸？在探討教改成效時，不容再忽視，小學課後班時間已經形成教改的大缺口。

四、兒童課後照顧現況與建議

目前臺灣實際上從事兒童課後照顧的老師有下列五大管道：

1. 教育部補助小學自辦或委託專業單位在校內教室辦理課後照顧班，老師是由校內老師或外聘人員來擔任課後照顧老師。
2. 幼兒園兼辦國民小學兒童課後照顧的老師。
3. 私人合法立案兒童課後照顧中心的老師。
4. 私人以短期補習班立案，以補習名目做課後照顧的老師。
5. 私人家教式做課後輔導的老師。

以上老師第一、二、三項人員有的有規定要參加「兒童課後照顧服務人員 180 小時職前訓練」方能執行工作，其中第一項小學開設的課後班老師則不一定要參加 180 小時職前訓練，而第四、五項從事人員數量最多，尤其是第四項的老師，許多是沒有登錄故難以估算，也就是黑牌的課後安親班老師。

據教育部統計 107 學年全臺灣有 2,631 所公私立小學，學生數 115.8 萬人，其中約 1,340 所小學分布在都市區，都市父母較大比例會因工作而讓小孩到課後班，一所小學的周圍略佔有 5~10 家在做兒童課後照顧工作。這些體制外的老師，直接跟小孩互動，可以影響小孩的時間比學校老師還長，而這些從業老師很多是沒有經過教育專業訓練的高中高職大專畢業生，他們可能會以自己被罵長大的經驗方式來帶孩子，是令人擔憂的、也是亟需想辦法提升的第一線教育工作人員。

以目前課後照顧業的生存條件，一位課後班老師一個班要帶 12~30 個孩子，師生比例並不比小學老師輕鬆，在工作重、空間小、壓力大、工作時間長、薪資少、能力不足等等不良條件之下，老師沒有錢沒有時間再進修讓自己成長，直接影響帶班品質、影響孩子的成長。教育的正向力量愈強，教育效果愈好；教育的正向力量愈普遍，教育影響力愈深遠（吳清山，2016）。以協會訓練師資的經驗，將一位擁有 200 多個孩子的安親班主任訓練好，她可以帶動麾下老師擁有正向態度，老師也能採取正向教導方式，讓孩子們在她的補習班越來越好。

針對目前教育政策上的漏洞，建議：對策一，從體制外努力彌補，可透過民間單位或大學推廣教育中心訓練提升課後班老師的素質，讓課後班老師不再製造不專心小孩，且除了看顧孩子寫功課之外，也能透過生活常規活動，訓練小孩成為有自信又主動積極自我管理的孩子。對策二，增強小學辦理校內課後班的功能及效益，讓教育政策一貫執行。對策三，從教育政策改革來解決問題，廢除低年級週一二四半天班，調整低年級在校時數與中年級一致。

五、結語

九年一貫新課程總綱（教育部，2001）在培養具備人本情懷、統整能力、民主素養、本土與國際意識，以及能進行終身學習之健全國民。

108 課綱總綱（教育部，2014）是以「成就每一個孩子---適性揚才、終身學習」為願景，以「自發」、「互動」及「共好」為理念，強調學生是自發主動的學習者，學校教育應善誘學生的學習動機與熱情，引導學生妥善開展與自我、與他人、與社會、與自然的各種互動能力，協助學生應用及實踐所學、體驗生命意義，願意致力社會、自然與文化的永續發展，共同謀求彼此的互惠與共好。

上述兩個教育政策的理念與目標，若能夠確實施行，對孩子的學習及發展也應該頗多裨益。根據內政部主計處統計，2019年12月臺灣總人口數2360.3萬人，其中7~12歲小學孩童有120.7萬人，學童發生不專心的困擾其實是會影響到整個家庭及生活重要關係人，約略以三倍人數計算，孩子不專心將導致約362.2萬人的生活受到影響。

表2 臺灣2019年12月6~12歲孩童人口數

單位：人

小學兒童					
7歲	8歲	9歲	10歲	11歲	12歲
237,288	200,725	169,071	195,206	199,082	205,973
1207345 人					

資料來源：內政部主計處

一個小孩有狀況全家跟著累，所以「專注力」這個議題才會如此備受矚目，孩子出現不專心、容易分心，這是一個現象、一個警訊，需要被關心的是：孩子的周遭發生什麼事，才致使孩子出現這個現象；要探討的是什麼原因、怎麼解決，而不是急忙幫孩子貼上標籤。教育改革亦是如此，多年以來，因為教改效益不彰而備受議論與質疑，如果改革方向及規劃架構是良好的，那麼就要進一部探討其內容與執行流程哪裡出了問題，找到缺口、改善修正、將缺口彌平、或捨棄、或再造改革....，教育有繼往開來的使命，需要不斷探討改進，方能往目標邁進並

達成使命。

教育，不論是狹義的學校教育、制度化教育；或是廣義的社會待人處事各方面，例如家教、禮儀等文明與社會的教育；或是從其他任何管道而獲得非正式的教育，如博物館、圖書館、網際網路，以及生活中的經驗；或是其他一些新的實驗教育等等；不侷限、不設限，任何管道都有可以實踐教育使命的路徑。

參考文獻

- 教育部（2014）。十二年國民基本教育課程綱要總綱。臺北，教育部。
- 教育部（2003）。國民中小學九年一貫課程綱要總綱。臺北，教育部。
- 林家興（2013）。專注力並非有無，而是多少。載於楊文麗著，專注力訓練自己來（頁6-8）。臺北：張老師文化。
- 吳清山（2016）。教育的正向力量。臺北：高等教育文化。
- Gerhard W. Lauth, & Peter F. Schlotke. (2009). *Training mit aufmerksamkeitsgestörten kindern*. Germany : Beltz Verlag.

