

# 情緒障礙

## 經復健科醫師檢視

### ◆ 何謂情緒障礙？

嚴重情緒障礙的定義一指長期內在情緒或外在行為反應顯著異常，嚴重影響生活適應者；其障礙並非因智能、感官或健康等因素直接造成之結果。情緒障礙之症狀包括精神性疾患、情感性疾患、畏懼性疾患、焦慮性疾患、注意力缺陷過動症或有其他持續性之情緒或行為問題者。或在生活中有顯著異於社會常態之行為或異於同年齡學生之發展，已妨礙到自己或他人之學習、情緒及生活型態。

### ◆ 嚴重情緒障礙的認定標準為：

1. 有顯著的行為異常的問題。
2. 其症狀顯現在認知方面、動作方面、情緒方面、生理方面……等的障礙。
3. 常出現違反社會規範的行為。

研究發現接近九成的青少年有時候會不喜歡自己，即使是適應良好的青少年，也常會在一日之間情緒起伏大且混亂，或有些青少年會有突然的憤怒現象，但不代表他們患有憂鬱症，因為青少年在宣洩情緒的方式上也常常超出成人的理解範圍與期待。所以要判斷孩子是屬於正常的情緒變化，還是已經達到憂鬱症的程度，尤其需要成人提高警覺。



林新醫院  
臺中市南屯區惠中路三段36號  
電話：04-2258-6688#1751



烏日林新醫院  
臺中市烏日區榮和路168號  
電話：04-2338-8766#1751

## ◆ 分類

1. 人際關係問題：無法與同學或教師建立並維持良好的人際關係，經常與同學打架、發生口角、攻擊老師、濫發脾氣、不與同學來往、任意指責或批評同學等。
2. 行為規範問題：違規犯過或反社會的行為，如無故遲到、缺席、逃學、說謊、偷竊、易怒、破壞行為、考試作弊、不守規定或傷害別人等。
3. 憂鬱情緒問題：經常出現不快樂或沮喪的情緒，如對活動不感興趣、傷害自己、愁眉苦臉、悲觀、對自己的事漠不關心、情緒低潮或畏縮等。
4. 焦慮情緒問題：因過度焦慮而導致身體明顯的不適應症狀、恐懼反應或強迫性行為，如容易緊張、亂動、易因焦慮引起生理反應（嘔吐、頭昏）、坐立不安、重覆同一動作、情緒激動、動作過度誇張、過度恐懼反應等。
5. 偏畸習癖：如經常吸吮姆指、咬指甲、作異性打扮、沉迷色情書刊影片、吸食藥物、強力膠、嗜異味物品、煙癮或過分偏食等。

## ◆ 我孩子有情緒障礙該要怎麼辦？

1. 初步篩選：老師或父母如果擔心孩子有適應問題時可以提出轉介，到醫院復健科做社交計量表、人格測驗、或是適應問題等評量工作，可以藉此發現適應困難或疑似情障的學生。
2. 篩選與轉介：由初步篩選而來。
3. 轉介前介入：醫院內的治療師應提供輔導，若孩子的適應情形能有所改善，則可回去校園請學校老師加強輔導即可。若沒有辦法有效的改善或控制問題，則可能需要其他的介入方式，應再做初步的鑑定。
4. 初步鑑定：利用評量工具，再核對問題的描述，並收集鑑定基準所需要的資料。如果孩子的問題很明顯，或者已經有醫生的診斷，則可以直接進入鑑定。
5. 鑑定：疑似情障的孩子，應該進行個別化的評量與診斷，收集孩子在行為或情緒異常的表現。採用多元資料，包括老師、父母、同學、以及專家的觀察，還要考慮年齡、性別、文化等可能因素，來做綜合的判斷。

## ◆ 如何幫助情緒障礙的小朋友

嚴重情緒障礙學生的行為輔導與矯治主要有下列幾種方式：

### ➤ 從藥物或食物控制方面

1. 專科醫師會視實際需要給予處方。
2. 食物營養要均衡，並避免高熱量食物及碳酸性飲料

### ➤ 從心理層面發掘及調整

著重親子關係的調整與早期經驗的發掘。實施遊戲治療、音樂治療、沐浴治療、藝術治療，使其心情安定，情緒穩定。

### ➤ 教育原理的運用

1. 運用行為改變技術。
2. 集中注意力訓練:注意力集中，有助於學習活動。
3. 正過度依賴:依賴是怕做錯的心理，將事情分解說明或利用分組作業方式來增加其信心。
4. 改善消極被動:豐富教材、多用媒體、家長參與...等技巧。
5. 增加自我控制力:學習放鬆、學習分解事件，逐步完成練習對自己的行為作自我反省與評鑑。

### ➤ 改善教學情境

1. 教學情境設計儘量減少不必要的刺激，教室空間也不宜過大，教材內容要增加與日常生活密切連結。
2. 善用教學媒體：利用教學媒體作為學習工具，從而使教學情境活潑，增加學習動機。