香港中文大學
The Chinese University of Hong Kong

家庭如何協助專注不足/過度活躍症的子女成長：多元家庭小組的貢獻

香港中文大學
社會工作學系
馬麗莊教授

演講目的

- 分享我們的研究發現
  - 孩子長大成才的有利家庭及其他社會因素(譬如社會支援)，讓他們長大後發揮才能
    - 投身社會工作

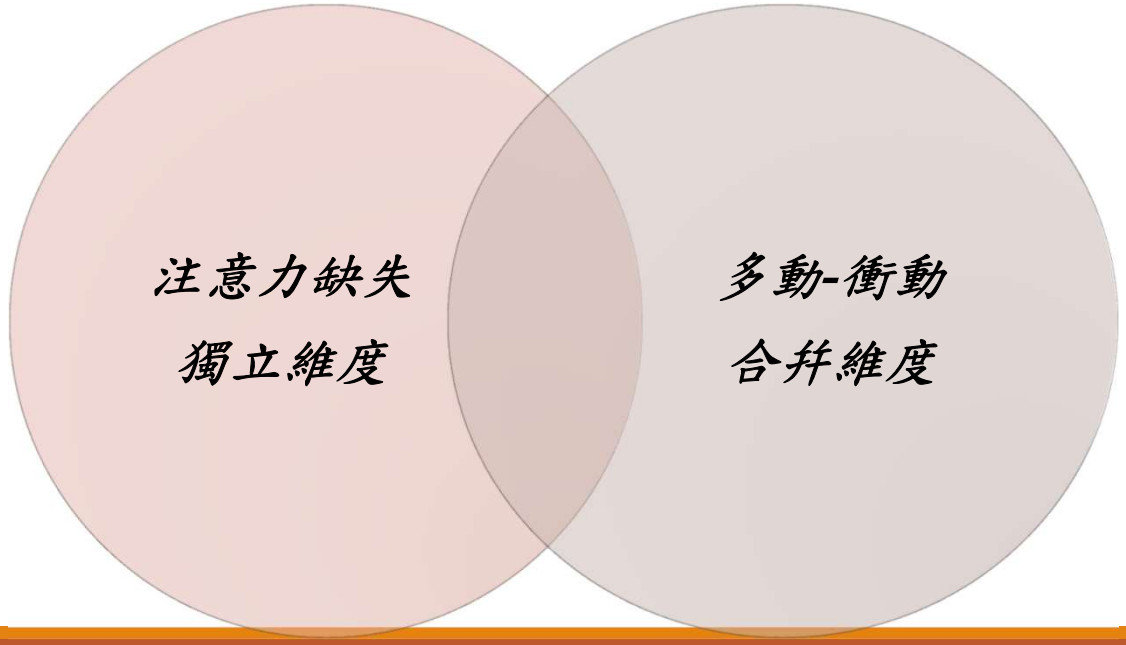
內容大綱

- 不同文化背景下的專注力失調及過渡活躍症(ADHD),ADHD孩子成長的不利因素,父母在管教上面對的挑戰和困難
- 主流服務的貢獻和局限
- 現今社會的要求
- 成才的有利因素:進化心理學的啓迪
- 多元家庭小组的成效

不同文化背景下的ADHD

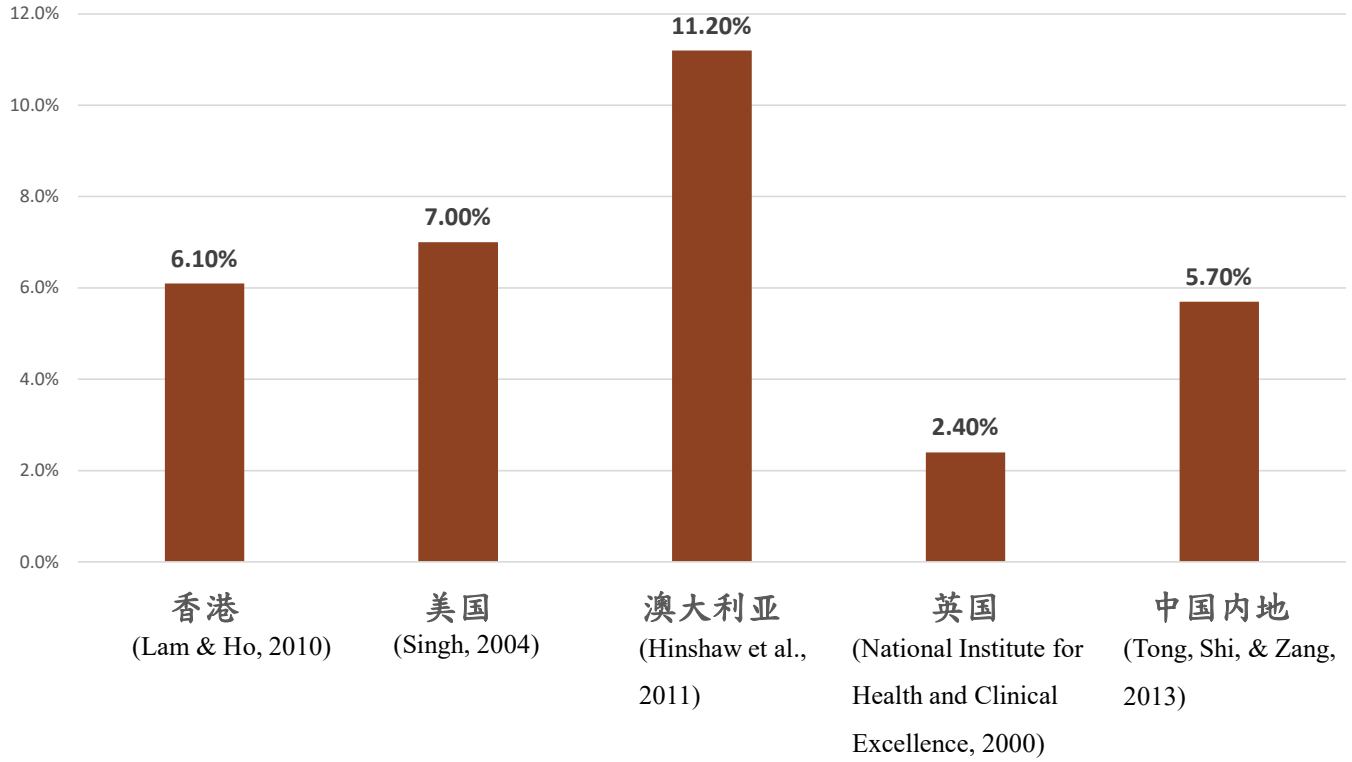
ADHD的症狀分類：《精神障礙診斷和統計手冊：第五版》

雙因素/維度模型



(APA, 2013)

ADHD的發病率


12.0%
10.0%
8.0%
6.0%
4.0%
2.0%
0.0%
6.10%
7.00%
11.20%
2.40%
5.70%
香港
(Lam & Ho, 2010)
美国
(Singh, 2004)
澳大利亚
(Hinshaw et al., 2011)
英国
(National Institute for Health and Clinical Excellence, 2000)
中国内地
(Tong, Shi, & Zang, 2013)

文化背景因素非常重要

- 爲ADHD的表現提供重要的風險因素和保護因素，幷給這些行爲賦予意義(Canino & Alegria, 2008)
  - 跟瑞典、西班牙、伊朗和香港的兒童相比，香港兒童的執行功能更差 (Thorell et al., 2013)
  - 與女孩相比，男孩的執行功能更差；但伊朗的情況不同，伊朗的父母評價女孩的執行功能更差，
- 塑造ADHD兒童、父母和社會的的應對(coping)和反應 (e.g., Singh, 2011; Wan et al., 2017)
- 影響社會資源（如衛生保健和社會服務）在幫助和管理上的分配

社會文化因素

- 不利的成長環境
  - 虐兒
  - 家庭貧困
  - 父母濫用藥物
  - 父母的精神健康問題，比如產後抑鬱
  - 父母的專注力失調及過渡活躍症
  - 嚴厲的教養方法
  - 學業壓力

(Richards, 2013)

ADHD對兒童的不利影響

注意力缺陷

- 執行功能受損
- 羞怯，社會退縮，學習困難，學業不良

衝動和過度活躍

- 不良同輩關係和社交困難
- 意外受傷、破壞行爲、攻擊行爲、自控力弱，行爲問題

被誤解

- 被誤認爲是個壞小孩

後果

自我

- 情緒調節能力差，自我傷害或者侵略行爲

學校

- 被社交孤立
- 學業不良

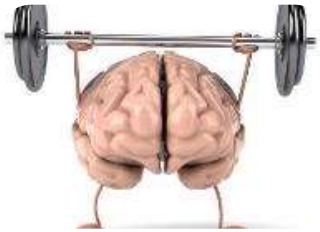
家庭

- 家庭成員之間的衝突和壓力

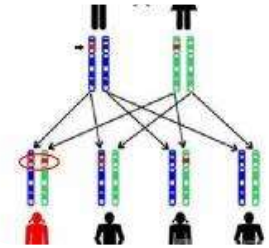
(Chronis, Jones & Raggi, 2006)

海外及香港如何治療ADHD？

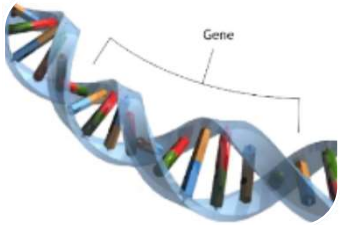
生物醫學視角下的ADHD



- 兒童早期神經發育障礙(Asherson et al., 2005)



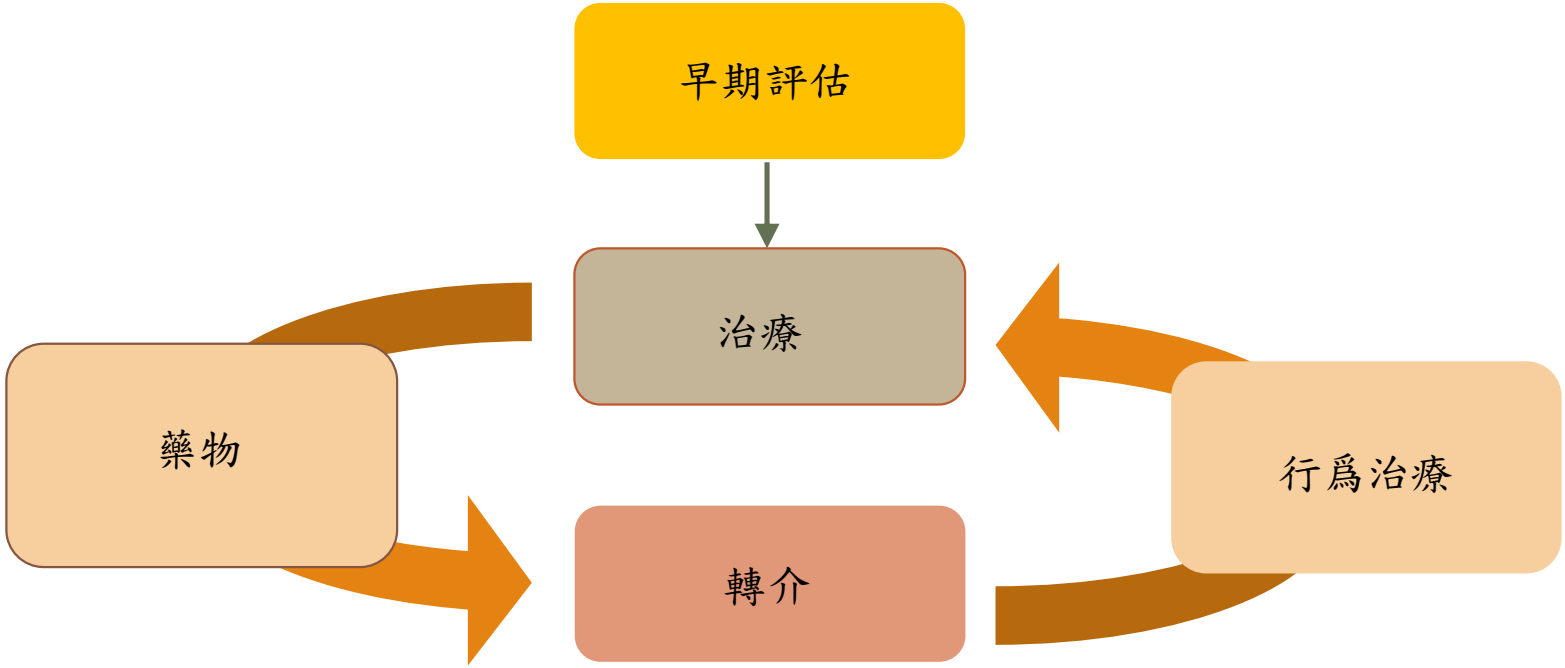
- 高度遺傳性(Thapar et al., 1995)



- 與基因有關(Asherson et al., 2005)

香港的主流服務

跟從國際主流治療方式，即興奮劑藥物和行爲治療(So, Leung & Hung, 2008)



短片1：多動症孩子的心聲

貢獻和局限性

- 生物醫學和認知行爲治療模式有其貢獻
  (Chronis et al., So et al., 2008; Chan et al., 2010)

但是：

- 只有症狀緩解
- 側重個人層面和綫性因果關係
- 忽視社會心理因素在症狀的發展和維持上的影響

服務空白

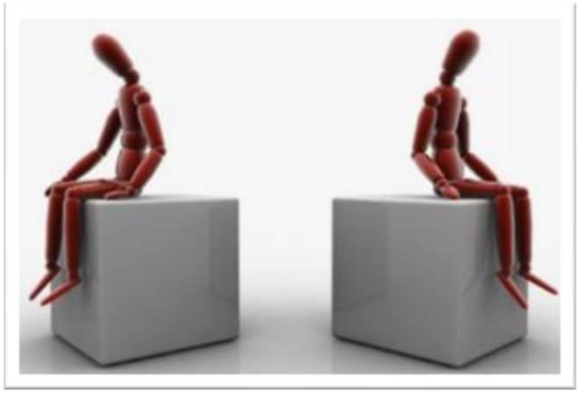
家庭的社會心理服務需求

父母沒有積極參與
(Ma & Lai, 2014)

忽視兒童和家庭成員
的發展性需求

問題視角

香港的家庭



高質量的家庭時光有限

- 超長工作時間

(Lau, Ma, Wan & Lai, 2013)

社會網絡缺失

- 缺乏來自擴大家庭的支持
- 薄弱的鄰里關係
- 强烈的社會污名化 (Mak & Kwok, 2010)
- 責怪父母(Ma & Lai, 2014)

環境壓力

- 經濟困難
- 父母的雙重角色: 工作和家庭
- 擁擠的居住條件
- 競爭性和學業導向的教育系統

(Hsiao & Wan, 2001)

ADHD對家庭的不利影響

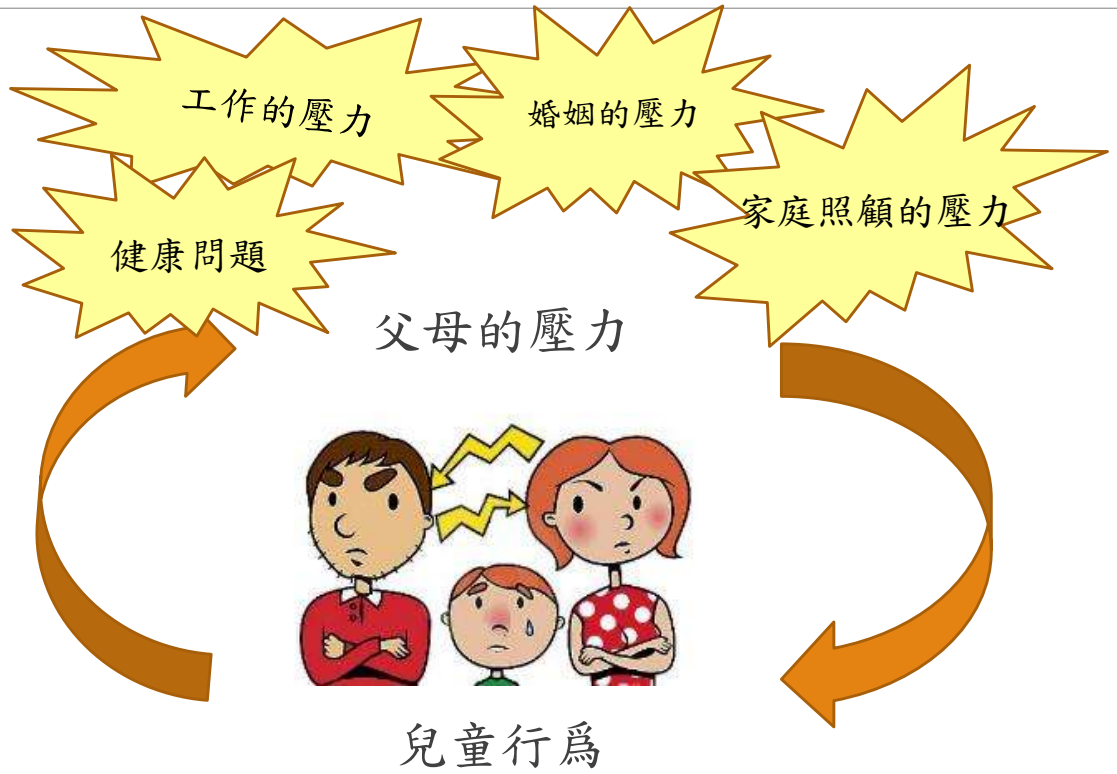
- 監督孩子寫作業和改錯佔據了父母的時間和精力
- 家庭生活圍繞症狀開展

- 兒童和其他家庭成員欠缺滿足發展性需求的時間和能量
- 家庭互動受限制
- 限制了家庭在應對上的選擇和可能性

- 父母感覺無能爲力、孤立無援
- 被苛責
- 被社交孤立和排擠
- 親職效能更低

(Eisler, 2005; Ma & Lai, 2014)

ADHD兒童及其父母的壓力



親子互動情況

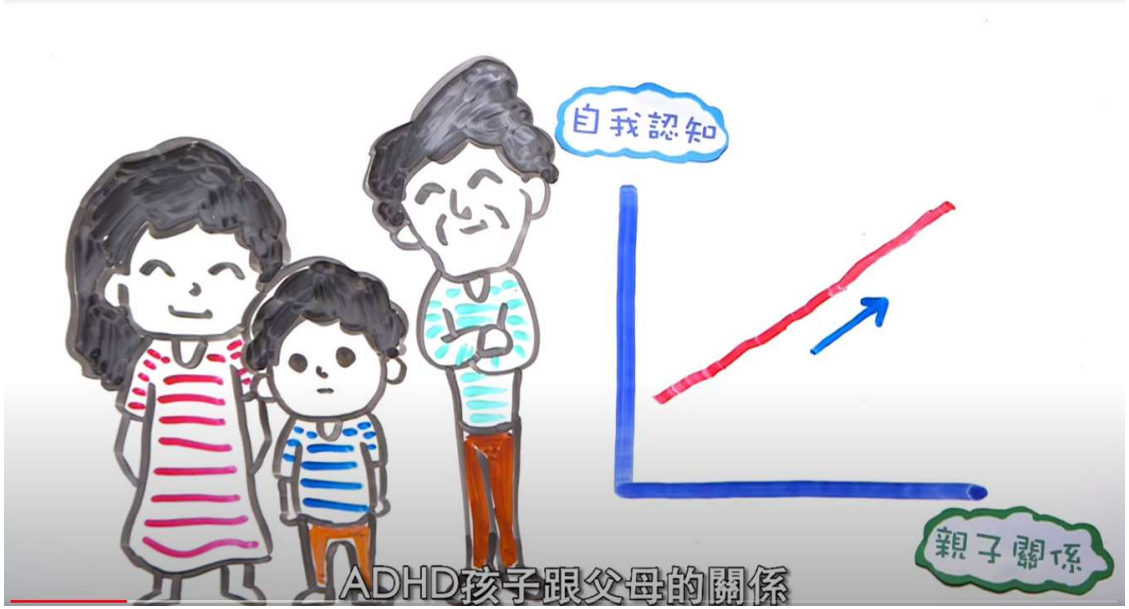
- 父母對ADHD的誤解
- 父或母的ADHD 或抑鬱

ADHD兒童的父母傾向于用嚴厲和控制的育兒技巧

兒童忤逆

- 玩樂時間的良好關係
- 在學習上父母和兒童之間的困難或衝突

短片2：親子關係對多動症孩子的幫助



第二部分

現今社會對青年人的要求

後現代社會的特色

香港

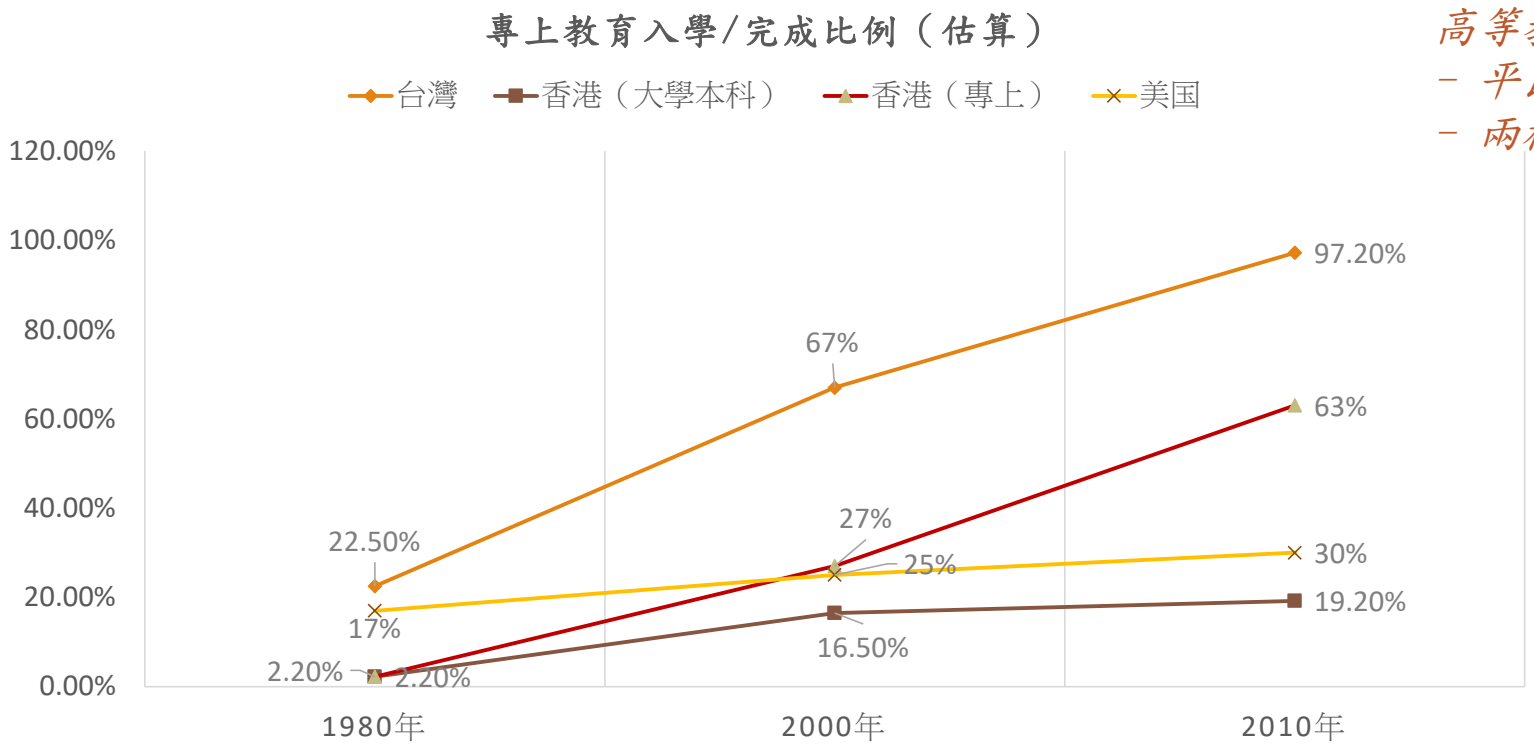
現今社會的特色

重視個人努力

學歷非唯一保證

競爭全球化

大學文憑不再是就業保證



高等教育的普及

- *平民化*
- *兩極分化*

時人雋語

學歷是铜牌
能力是銀牌
人脈是金牌
思維是皇牌

ADHD在現今社會：青少年的成長挑戰

ADHD與其他病症

- 一項六年的追蹤研究發現：隨年紀愈長，患有ADHD的孩子(從8至13歲)自我形象愈下降，抑鬱症狀愈多（Hoza et al., 2010）

ADHD與低自信心

- 追蹤研究發現(從8至13歲）：ADHD與低自信相關（Edbom et al., 2006）
- 年長而用藥相對沒有用藥的的年青人有較低的社交自信

ADHD與低職業決策自我效能感

- 一項跨國研究發現：患有ADHD的華人青少年比西方青少年尋找未來的職業路向更困難（Norvilitis et al., 2010）

學歷？ 思維？

ADHD

能力？ 人脈？

現今社會對青年人的要求

- 西安大略大學 (Western University) 教授 James E. Côté 進行十年的大學畢業生追蹤研究

- 畢業十年後事業較成功人士

  更懂發展自己的軟實力

軟實力

- 自我效能感
- 人際關係
- 解決問題能力

第三部分

多元家庭治療

采用多元家庭治療的原因

實證爲本

具成本效益

與對問題的理解一致

多元家庭治療

多元家庭治療是一種將受同樣病痛影響的若干家庭聚集在一起的療愈方法

(Gelin, Cook-Darzens & Hendrick, 2017; p. 2)

短片3：多動症與多元家庭小組

多元家庭治療

- 每組4至7個家庭
- 每周末在大學校園舉行以促進參加者出席

4 小時 心理教育講座

32 小時 4個全天的活動

6 小時 2次重聚

共計42小時，3個月完成

- 總共完成了12組

多元家庭治療的小組活動

(Ma, Lai & Wan, 2016)

1.破冰(如拋球)

2. 家庭之間的活動（如聚餐）

3. 家庭內部的活動（如魔法森林）

4. 解難活動（如飛蛋安樂窩）

5. 其它給兄弟姐妹的活動以及父母的分享會

多元家庭治療
對父親和母親不同的影響

多元家庭治療對父親和母親的影響

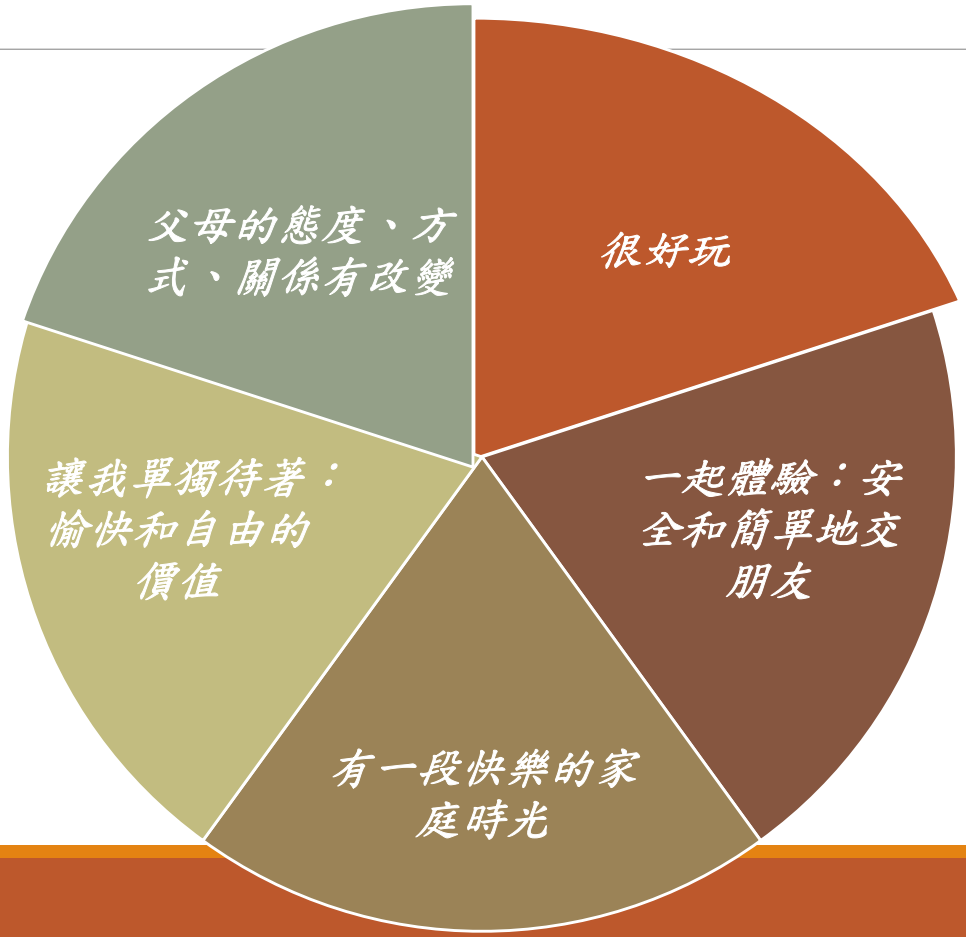
母親

- 母親的評分中，親職效能感獲得提升

父親

- 父親的評分中，父子/父女關係有所改善

兒童對多元家庭治療的主觀體驗



第四部分

教養孩子成才，迎接未來：父母之道

進化視野的啓迪

過渡活躍

身手敏捷 ，及早發現週邊環境的威脅和機會

專注不足

快速審視形勢

衝動

迅速應對危機或險境

1
WMFR

天生我才必有用:認識孩子的才能

藝術

體育

舞蹈

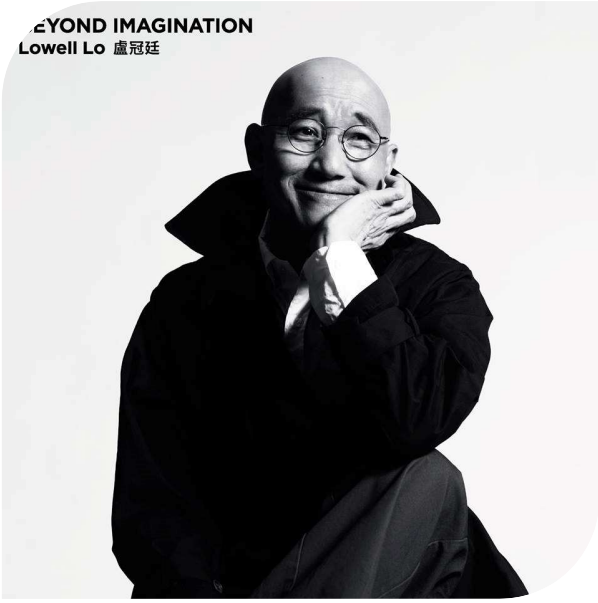
擁有不同的才能

發掘孩子的才能

菲比斯的故事

盧冠廷的故事

香港音樂家、歌手、词曲作家和演员



《大话西游》配樂《一生所爱》

词：唐書琛 （盧冠廷妻子）

曲：盧冠廷

子女终身受用的禮物

親子關係

自我效能感

適應能力

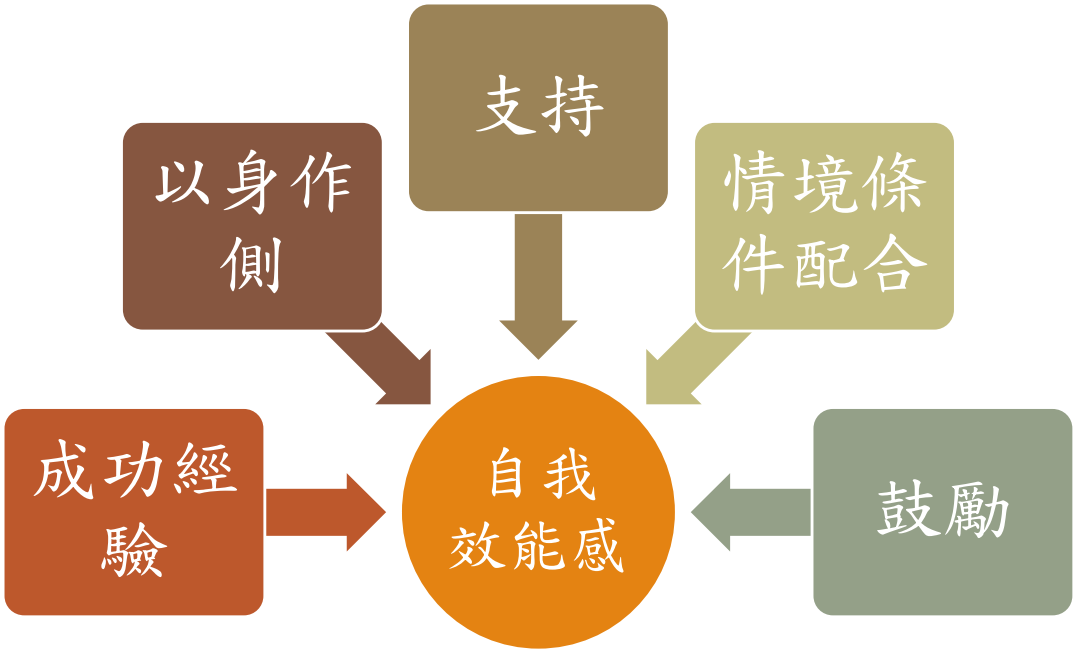
社交能力

（哈佛大學，2015）

父母扶助子女建立自我效能感的途徑

從小培養

日常生活入手



親職協奏

夫婦互相扶持，互相鼓勵

父親積極參予，增强子女自我能力

良好親子關係

父母協助子女

尋找

良師

益友

開拓視野：接觸新事物和知識

認識世界發展...

一切從「家」開始

鳴謝

香港研究資助委員會(Research Grants Council, RGC)對本研究的資金支持。(RGC Ref. No. CUHK449012)

香港中文大學知識轉移基金及社創基金的支持

過度活躍症(香港) 協會

謝謝