

# 親子感覺統合

洪桃美

信義社區大學推薦

美國紐約理工學院心理諮商碩士畢、台北市仁愛國小感覺統合治療師、台灣長信會神學院兼任講師、台北市林森南路禮拜堂、宇宙光輔導中心諮商心理師

## 一、課程設計

### (一) 課程目的：

1. 認知部分：了解感覺統合在孩童學習成就、情緒管理及人際互動等方面上所扮演的角色。
2. 經驗部分：透過一系列親子活動的密集感統訓練，讓孩童可以盡情地享受與父母緊密連結、相互信任的成長喜悅。

### (二) 課程設計理念：

「感覺統合」這個名詞對許多人來說，可以說是非常陌生、甚至是未曾了解的。簡單的說，感覺統合是指把來自內耳前庭平衡感覺、皮膚觸覺、肌肉關節動覺、空間形態視覺以及耳朵聽覺等感受器，所輸入的感覺訊息，在腦幹部附近作初步的收授和整合之後，才能有效地轉送到大腦皮質結構，以提供大腦作為認知與學習的基礎；因此感覺統合發展得越完整的孩童，越能在他們的學習環境及生活領域上，適度地發揮他們的 IQ 能力，來建立正向的人際網絡、穩定的情緒管理、和積極的學習模式。而若是孩子在學校課程和讀寫方面，早已出現似有若無的落差，在交友和維持友誼方面也常有適應上的困難，更可以藉由感覺統合的運動訓練，讓可能處於失序狀態的大腦，成功地統整外界相關訊息的刺激，來改善他們在讀書學習和人際互動上的障礙與困擾，而能順利地適應團體生活和課業學習。

### (三) 課程內容：

堂次	日期	上課時間	課程單元名稱	課程單元內容摘要
第一堂	3/6	（每週六）  早 上 十 點 到 十 一 點 半	前庭刺激（一）	感覺統合概念介紹
第二堂	3/13		前庭刺激（二）	前庭發展對學習的影響
第三堂	3/27		肌肉張力（一）	本體感受 v. s. 動作計劃
第四堂	4/10		肌肉張力（二）	身體圖象 v. s. 左右腦分化發展
第五堂	4/17		精細操作（一）	手部靈巧性 v. s. 觸覺區辨
第六堂	4/24		精細操作（二）	發育期的運用協調 v. s. 知動技巧
第七堂	5/1		眼球追蹤（一）	視覺發展 v. s. 說、聽、讀、寫
第八堂	5/15		眼球追蹤（二）	動眼肌肉 v. s. 訊息傳遞
第九堂	5/22		手眼協調（一）	腦眼協調 v. s. 空間概念
第十堂	5/29		手眼協調（二）	腦手協調 v. s. 創意發展
第十一堂	6/5		神經抑制（一）	生理神經 v. s. 情緒管理
第十二堂	6/12		神經抑制（二）	抑制功能 v. s. 人際關係網

## 二、教學方法

### (一)課程進行方式：

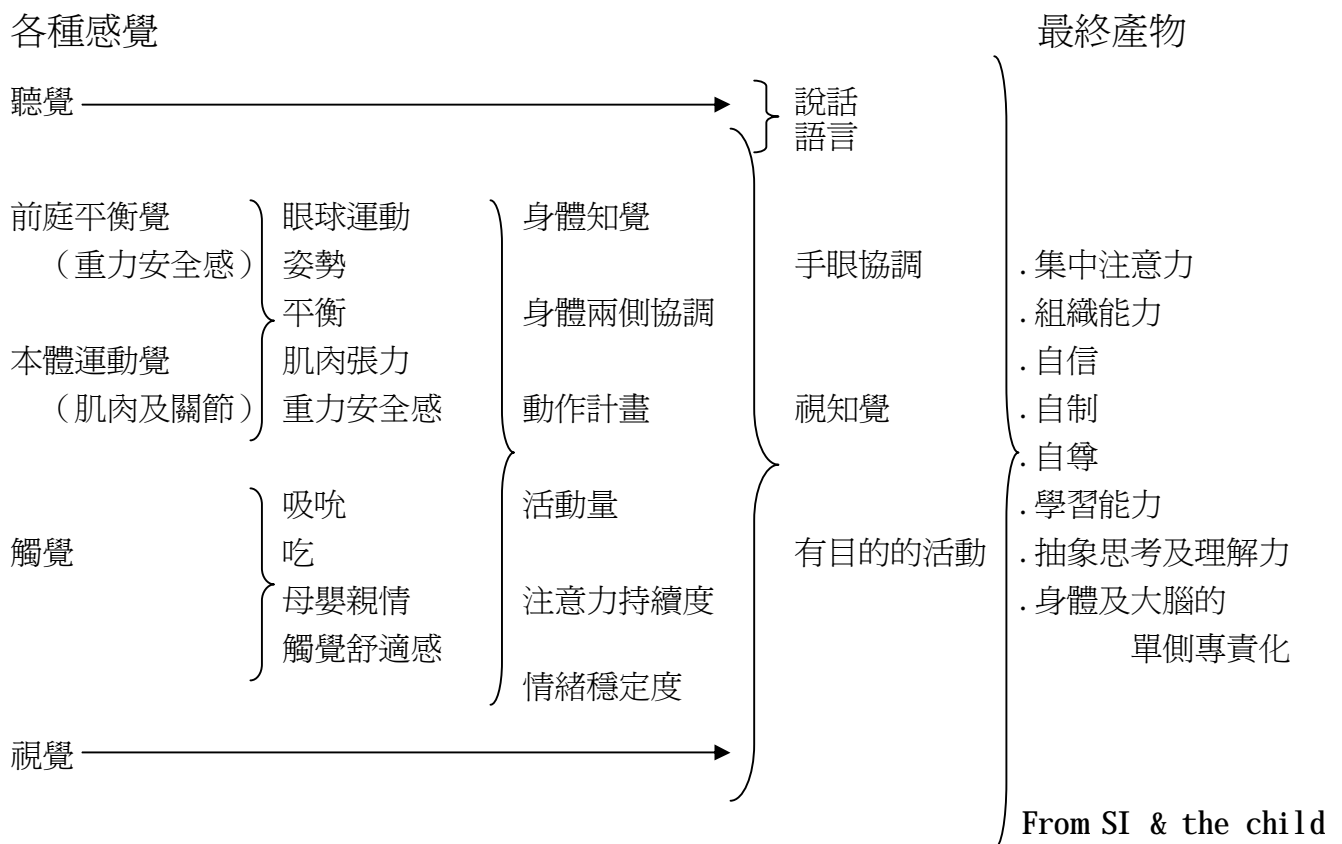
1. 1/5 時間教師主題講授及示範動作。
2. 4/5 時間家長帶領小朋友實際操作感覺統合的訓練項目。
3. 週一至週五由家長在家依家庭作業複習活動內容。

### (二)教材教案：

#### 第一部分：感覺統合失調

1. 一般本體覺整合異常，沒有良好的身體形象，在直接用身體執行事物時，常出現判斷錯誤的現象。
2. 觸覺異常，有非常敏感（觸覺防禦）及非常不警覺的兩種極端現象。前者的小朋友常會有極端敏感的人際關係，因為他不習慣於一般人與人之間的接觸；而後者的小朋友，則又呈現慵懶的個性，很難去激起當事人對事物的動機。
3. 特殊本體覺的整合異常所導致的動力不安全感、平衡能力差、反應的準確度差等等。
4. 視覺與本體覺的協調障礙所導致的視空間協調障礙，使得小朋友在執行精細、準確的細動作方面有特別的困難。
5. 動作計劃的障礙，這是由週邊到中樞的整合功能障礙。例如：小朋友對於聽到的口語指令，在進行執行的過程中發生執行錯誤、紊亂、沒有效率等現象。

#### 第二部分：各種感覺輸入的整合路徑



#### 第三部分：幼稚園生之家庭作業部分

信義社區大學 (93 春) 感覺統合教案紀錄表

學童姓名：\_\_\_\_\_

家長姓名：\_\_\_\_\_

適用對象：幼稚園生- (1)

諮商心理師/感覺統合治療師洪桃美 提供

日期		3/8	3/9	3/10	3/11	3/12	3/15	3/16	3/17	3/18	3/19	3/22	3/23	3/24	3/25	3/26
編號&項目																
1	對牆推球 【趴】 【站】 【坐】	50 50 50					75 80 80					100 100 100				
2	對接球 【趴】 【站】 【坐】	20 30 XXXX x					35 50 XXXX x					50 70 XXXX x				
3	左右拍球	(This section is crossed out with a large X)														
4	過腳拍球															
5	運球 【走】 【跑】 【上籃】															
6	翻跟斗	20					25					30				
7	仰臥起坐	20					25					30				
8	手固定撐地	30 秒					45 秒					60 秒				
9	青蛙跳	20					25					30				
10	滾香腸	2 趟					2 趟					2 趟				
11	小狗走路	1 趟					2 趟					2 趟				
12	手走路	各 25					各 30					各 40				
13	擺盪	XXXX x					XXXX x					XXXX x				
14	旋轉	各 20					各 20					各 20				
15	腳底按摩	XXXX x					XXXX x					XXXX x				
16	跳繩	XXXX x					XXXX x					XXXX x				
17	跑操場	1 圈					1 圈					2 圈				
建議事項 及 問題溝通		※請務必在上課時帶來給洪老師檢查。 若每天很認真做完被指定的項目，老師將給『一點』， 每集滿『三點』，將得到『一個抽洞』。														

信義社區大學 (93 春) 感覺統合教案紀錄表

學童姓名：\_\_\_\_\_

家長姓名：\_\_\_\_\_

適用對象：幼稚園生- (5)

諮商心理師/感覺統合治療師 洪桃美提供

日期		5/31	6/1	6/2	6/3	6/4	6/7	6/8	6/9	6/10	6/11					
編號&項目																
1	對牆推球 【趴】 【站】 【坐】	250 50 XXXX x					250 50 XXXXX									300 XXXX XXXX

2	對接球 【趴】 100 【站】 xxxx 【坐】 xxxx						100 xxxx xxxx									100 xxxx xxxx
3	左右拍球	各 50					各 50									各 50
4	過腳拍球	Xxxx					Xxxx									Xxxx
5	運球 【走】 1 圈 【跑】 2 圈 【上籃】 xxxx						2 圈 2 圈 xxxx									2 圈 2 圈 xxxx
6	翻跟斗	40					40									40
7	仰臥起坐	40					40									40
8	手固定撐地	100 秒					100 秒									100 秒
9	青蛙跳	40					40									40
10	滾香腸	3 趟					3 趟									3 趟
11	小狗走路	4 趟					4 趟									4 趟
12	手走路	各 75					各 75									各 75
13	單腳跳	各 40					各 45									各 50
14	旋轉	各 20					各 20									各 20
15	腳底按摩	Xxxx					Xxxx									Xxxx
16	跳繩	xxxx					xxxx									xxxx
17	跑操場	3 圈					3 圈									3 圈
建議事項 及 問題溝通		※親愛的小朋友及家長，對於每週的運動作業，你們都如期完成了嗎？ 如果答案是肯定的，就表示你們的恆心與毅力，是令人佩服的； 透過這個成功經驗，相信未來無論碰到何種困難，你們都能憑著 『永不放棄』的信念，來迎接挑戰！在此獻上最真誠的祝福！														

#### 第四部分：小學生之家庭作業部分

信義社區大學（93 春）感覺統合教案紀錄表

學童姓名：\_\_\_\_\_

家長姓名：\_\_\_\_\_

適用對象：國小學生 - (1)

諮商心理師/感覺統合治療師洪桃美 提供

編號&項目	日期															
		3/8	3/9	3/10	3/11	3/12	3/15	3/16	3/17	3/18	3/19	3/22	3/23	3/24	3/25	3/26
1 對牆推球 【趴】 100 【站】 100 【坐】 xxxx						150 150 xxxx						200 200 xxxx				
2 對接球 【趴】 30 【站】 50 【坐】 xxxx						50 75 xxxx						70 100 xxxx				
3 左右拍球	各 30					各 40						各 50				
4 過腳拍球	xxxx					xxxx						xxxx				
5 運球 【走】 1 圈 【跑】 xxxx 【上籃】 xxxx						1 圈 xxxx xxxx						2 圈 1 圈 xxxx				
6 翻跟斗	20					25						30				
7 仰臥起坐	20					25						30				
8 手固定撐地	30 秒					45 秒						60 秒				
9 青蛙跳	20					25						30				

10	包餃子	20					25					30			
11	小狗走路	1 趟					2 趟					2 趟			
12	手走路	各 30					各 40					各 50			
13	擺盪	Xxxx					xxxx					xxxx			
14	旋轉	各 20					各 20					各 20			
15	腳底按摩	xxxx					xxxx					xxxx			
16	跳繩											xxxx			
17	跑操場	1 圈					1 圈					2 圈			
建議事項 及 問題溝通		※請務必在上課時帶來給洪老師檢查。 若每天很認真做完被指定的項目，老師將給『一點』， 每集滿『三點』，將得到『一個抽洞』。													

信義社區大學（93 春）感覺統合教案紀錄表

學童姓名：\_\_\_\_\_

家長姓名：\_\_\_\_\_

適用對象：國小學生- (5)

諮商心理師/感覺統合治療師 洪桃美提供

日期		5/31	6/1	6/2	6/3	6/4	6/7	6/8	6/9	6/10	6/11				
編號&項目															
1	對牆推球 【臥】 【站】 【坐】	350 xxxx xxxx					400 xxxx xxxx								400 xxxx xxxx
2	對接球 【臥】 【站】 【坐】	100 xxxx xxxx					100 xxxx xxxx								100 xxxx xxxx
3	左右拍球	xxxx					xxxx								Xxxx
4	過腳拍球	各 50					各 50								各 50
5	運球 【走】 【跑】 【投籃】	xxxx 3 圈 5 分鐘					xxxx 3 圈 5 分鐘								Xxxx 3 圈 5 分鐘
6	翻跟斗	40					40								40
7	仰臥起坐	40					40								40
8	手固定撐地	90 秒					90 秒								90 秒
9	青蛙跳	40					40								40
10	包餃子	40					40								40
11	小狗走路	Xxxx					Xxxx								Xxxx
12	手走路	各 75					各 75								各 75
13	單腳跳	各 50					各 50								各 50
14	旋轉	各 20					各 20								各 20
15	腳底按摩	xxxx					xxxx								xxxx
16	跳繩	120					130								150
17	跑操場	2 圈					2 圈								2 圈
建議事項 及 問題溝通		※親愛的小朋友及家長，對於每週的運動作業，你們都如期完成了嗎？ 如果答案是肯定的，就表示你們的恆心與毅力，是令人佩服的； 透過這個成功經驗，相信未來無論碰到何種困難，你們都能憑著 『永不放棄』的信念，來迎接挑戰！在此獻上最真誠的祝福！													

(三)教學技巧：

1. 主題性講授：易懂、易學、易操作。
2. 雙管齊下：結合課堂與家裡的反覆訓練，串連於孩童的學業成就與 EQ 管理。
3. 實際參與：做中學、學中變、變中樂。
4. 家庭作業：密集訓練，效果明顯。(週六在課堂中學，週一至週五在家訓練)
5. 符合市場需求：生得少、保護過度、刺激缺乏、忍受挫折力差、成就性不足。

#### (四)學習要求：

1. 一個孩童配一個大人。
2. 孩童年齡介於 2 歲半至 10 歲之間。
3. 欲藉由感覺統合訓練來提昇孩童的學習成就、EQ 管理及人際關係者。

#### (五)學習評量

1. 課程參與：50%
2. 家庭作業：30%
3. 孩童的感覺統合進步狀況：20%

### 三、班級經營

#### (一)班級經營之理念

1. 省錢易學：一顆籃球、一小片牆壁、一長方形床墊。
2. 小學問大刺激：頸背肌肉強烈收縮訓練，帶來學習平順與情緒穩定等在視覺追蹤、大小肌肉運作、手眼協調、觸覺反應、生理神經抑制之各方面的統整。
3. 親子同樂：每天給孩子 30 分鐘，擴張彼此身心靈上的信靠與溫暖關係。

#### (二)班級經營之做法

1. 示範教學：課堂中「堅持」、「不放棄」的管教原則與態度，給家長另一思考空間。
2. 大團體效應：大家都在熱烈地「做運動」，參與動機易被激發。
3. 獎懲分明：獎賞—擔任「小老師」、當眾表揚及「抽抽樂」制；懲罰—團體公約。

### 四、課程成果

#### (一)基本資料：

No.	家長姓名	學童姓名	班別/年齡	No.	家長姓名	學童姓名	班別/年齡
1	郭哲旭	郭家好	大班	22	林佳蓉	蔣懿亮	小二
2	洪淑如	龍威佳	2 歲 8 月			蔣懿寵	小班
3	王桂蘭	高聖普	小一	23	林榮敏	沈筱娟	小班
		高聖雅	小班	24	陳明麗	趙宣雅	3 歲
4	梁懿華	陳韋志	小四	25	陳怡靜	李維祐	大班
		陳韋翰	小二	26	孫玉玲	林葵蓉	小班
5	蘇俊源	蘇書賢	2 歲 7 月	27	黃齡玉	郭芝妤	小班
6	梁春錦	蘇晏儀	小二	28	陳主恩	楊丁儼	小班
		蘇尹瑄	中班	29	歐美娟	胡啓榮	4 歲
7	曾芸華	蔡茗芫	小班	30	黃李秀	嵇安杰	小三
8	林庭竹	湯皓承	大班	31	呂雅惠	林伯桓	小班
9	趙玉玲		小二	32	王肅媚	翁偉盛	小四
			大班			翁偉凱	小一
10	張景虹	王家玉	小三	33	顏秋佩	杜欣翰	小二
		王家馨	小一	34	劉克治	劉尙宇	小二

11	廖雯麗	廖信智	中班	35	丁佳芬	尹思淮	小五
12	楊宛怡	林誼綸	小一	36	詹素鳳	李明席	中班
		林勁甫	大班	37	蘇俊強	蘇祐仙	小二
13	許靜修	蔡馥璟	幼幼班			蘇昶融	小一
14	陳德鴻	陳宣甫	小二	38	陳麗珍	王 祈	中班
		陳宣如	小班	39	黃好姍	林聖惠	小三
15	曾逸婷	葉家嘉	中班	40	吳桂英	舒韋涵	小一
16	孫智明	周亭伶	小二			舒羿涵	4 歲
17	簡彩信	謝文翊	小一			林季憬	2 歲 8 月
18	黃偉益	黃彥翔	小班	41	陳秀桃	李鈞睿	小三
19	殷千雅	蔣 哲	小班			李家睿	小一
20	莊淑女	林廣琦	中班	42	何仙文	馬義程	小二
		林廣玟	3 歲	43	陳麗琦	賴雋元	小二
21	林惠美	于清華	小三				
		于喬安	小一				
結構分析				出缺席狀況			
一. 家長總數：43 人 二. 學童總數：58 人 三. 學童性別：男 33 人，女 25 人 四. 班別結構 a) 小學生：28 人 b) 幼稚園：22 人 c) 未就學：8 人 五. 學童感覺統合發展狀態評估 a) 良好：15% b) 普通：20% c) 較差：45% d) 差：20% 六 區域分布：學童橫跨台北縣市及基隆地區				一. 未就學及幼稚園學童，因年紀較小，易因生病或天氣因素而缺席，故平均出席率約為 80%。 二. 小學生之整體課程平均出席率約為 90%。 三. 課程要求每一位學童至少需有一位家長陪同出席並參與課程。			

## (二) 課程衍生成果：

	家長	孩童
大團體	覺察孩童的共通性與個別差異	小型社會的競爭、支持、與互動練習
小團體	心得交流、情緒支持、彼此觀摩	可以交到朋友，特別是獨生子女

## (三) 教學經驗分析：

1. 接納教師教學理念之家長：能貫徹執行項目，孩童之進步明顯可見。
2. 當作娛樂活動者：順應孩童的情緒，可做、可不做，效果不明顯。
3. 特殊兒童：家長積極、正向，效能佳。

## (四) 學習成效分析：

	常態孩童	感覺統合問題孩童	特殊孩童
學業部分	發揮潛能，突破瓶頸	寫字變快、成績有進步	能自行握筆、不懼學
情緒部分	正面迎擊挑戰，積極思想	鬧脾氣頻率變少，講道理	能掌控自己的身體功能
人際部分	網絡擴張，魅力型	可以交到朋友，快樂	願意接納別人的邀請

## (五)班級經營成效分析

1. 小班經營到大爆滿：口耳相傳，競相報名。
2. 小花錢、大滿貫：家長、小孩滿載而歸。

## (六)照片彙編



大滾筒



大龍球重壓



小狗走路



趴著對接球



腳上牆壁



網上蹲站

## 五、總結

「感覺統合」在時下社會雖已是一個時髦名詞，但是許多的家長仍不甚明白其代表的意義，其實「生活面中處處可見感覺統合」，譬如「削蘋果」、「擦桌子」、「繫鞋帶」、「扣鈕扣」，運用的便是感覺統合中的「精細操作」及「手眼協調」；「掃地」、「搬東西」、「摺衣物」、「整理書桌」，則必須統整「空間辨識」及「肌肉關節動覺」兩大機能。社經地位提昇後，家家戶戶孩子生得少，成就要求卻是高標準，物慾充斥卻又保護過度，知識水平高、管教卻又假手他人（長輩、保母、佣人...），如此環境造成孩子的相對正向刺激未升反降，而導致「感覺統合」因應時勢而生。本課程成功之處即是協助家長搭上此時代列車，重拾童年趣玩（騎馬打仗、跳橡皮筋、彈珠、跳房子、草皮遊戲...），刺激孩子的大腦前庭平衡系統。