

# 小学注意力缺陷多动症学生伴随式支持策略的实践研究

桑俊杰

江阴市特殊教育中心校 江苏江阴 214400

**摘要:**为了更好地满足小学注意力缺陷多动症(ADHD)学生的特殊需求,促进其全面健康发展,文章深入分析了ADHD对小学生学习和生活的广泛影响,探索了行之有效的个别化支持策略。研究从课堂内嵌入式支持、课外个别化训练以及多情境泛化强化三个维度展开,分别提出个性化学习任务、小组合作学习、形成性评价激励,注意力强化训练、社交技能训练、亲子互动辅导,班级环境调适、同伴互助辅导、亲师协同配合等具体举措。通过个案研究与行动研究相结合的方式,阐释了个别化支持策略的可行性与有效性。研究表明,在家校社会协同努力下,长期、系统、动态地实施个别化支持,能够有效促进ADHD学生在学业、行为与社交等方面的进步,为其全面发展奠定坚实基础。

**关键词:**小学;注意力缺陷多动症;伴随式支持策略

## 引言

随着融合教育理念的深入推进,越来越多的ADHD儿童进入普通小学就读。然而,相关研究表明,普通学校的教师缺乏足够的知识储备和实践经验来有效应对ADHD儿童的特殊需求。教学方式单一、缺乏针对性,师生互动不足,缺乏对ADHD儿童的个别化指导和系统支持,导致ADHD儿童学业表现不佳,并出现适应不良、自我概念低等问题。这一问题制约了ADHD儿童的全面发展,也影响了学校的教育质量和效益。因此亟需探索行之有效的支持策略,为ADHD儿童营造适合的教育环境,帮助其获得良好的学习体验和发展机会。

## 一、注意力缺陷多动症对小学生的影响

注意力缺陷多动症(ADHD)对小学生的学习和生活产生广泛而深刻的影响。ADHD儿童因注意力不集中、过度活跃冲动等核心症状,在学业表现、课堂参与和同伴交往等方面常常遇到困难。具体来说,ADHD会导致儿童难以专注课堂教学,完成作业质量低下,学习效率不高,学业成绩往往不尽如人意。此外,多动冲动倾向使他们易与同学发生矛盾,不善于遵守课堂纪律,容易成为“问题学生”。长此以往,ADHD儿童逐渐失去学习

兴趣,自信心受挫,并可能因适应不良而产生抑郁、焦虑等情绪困扰。可见,ADHD若得不到及时干预,势必影响患儿全面发展,制约其学业进步和身心健康<sup>[1]</sup>。

## 二、个案分析

以小明(化名)为例,小明是一名小学三年级男生,多动冲动,上课时难以保持安静,经常离座游荡或打扰他人,作业潦草马虎,学习成绩位于中下游。人际交往方面,小明容易卷入同学间的肢体冲突,难以维系友谊。经家长和任课教师填写Conners量表,小明多动指数和品行问题指数均超过临界值。随后,对小明展开了每周2次、每次45分钟的个案干预。内容包括注意力训练游戏、情绪管理指导、同伴交往技巧练习等。连续8周共16次干预后,小明上课离座次数显著减少,作业完成质量提升,与同学发生冲突的频率也大幅降低。Conners量表多动和品行问题指数均回落至正常范围。

## 三、小学注意力缺陷多动症学生伴随式支持策略

### (一)课堂内嵌入式支持

#### 1.个性化学习任务

小学注意力缺陷多动症学生的课堂内嵌入式支持应着眼于提供个性化的学习任务,以提升学生专注力与参与度。具体而言,教师应根据ADHD学生的能力水平、兴趣爱好等特点,精心设计富有吸引力且难度适中的学习活动。譬如,对于感官敏锐的学生,可提供丰富的视听材料;对于肢体协调性较强的学生,可安排动手操作任务。个性化任务的难度应略低于学生的实际水平,给予他们较高的成功率,从而增强自信心。同时,任务呈现方式要突出重点,减少细节,如使用醒目的颜色、图

**课题来源:**本文为江苏省教育科学规划(重点)课题《小学ADHD学生伴随式支持策略的实践研究》(C-b/2021/02/89)研究成果。

**作者简介:**桑俊杰(1996),男,汉族,江苏南京人,本科,中学小学二级教师,研究方向:孤独症教育。

形标识等,引导学生快速聚焦。在任务完成过程中,教师应循序渐进,及时给予积极反馈,必要时提供适当提示与指导。对于质量合格的作业,可给予物质或精神奖励。值得注意的是,个性化任务应定期调整,避免因重复而失去新鲜感。

## 2. 小组合作学习

在课堂内支持注意力缺陷多动症(ADHD)学生时,小组合作学习是一种行之有效的策略。该模式通过精心设计的小组任务,引导学生积极互动、协同探究,在集体智慧的碰撞中实现知识内化。对于ADHD学生而言,合作学习提供了展现自我、建立友谊的平台,有助于提升社交技能、自信心与归属感。教师应根据ADHD学生的特点,在异质编组时为其匹配性格互补、能力各异的小组成员,并明确角色分工。在合作过程中,教师应巡回指导,给予适时反馈,调解可能出现的冲突。小组内应形成明确的奖惩机制,褒扬积极行为,规约干扰言行。值得注意的是,小组成员应定期轮换,让ADHD学生接触不同的思维方式与交往风格。同时,小组目标要具体、短期、可评估,便于及时检视进展,体验成就感<sup>[2]</sup>。

## 3. 形成性评价激励

形成性评价激励是对小学注意力缺陷多动症(ADHD)学生提供课堂伴随式支持的有效策略之一。针对ADHD学生对激励高度敏感的特点,教师可在课堂教学过程中适时给予积极、具体的评价性反馈。例如,当ADHD学生能专注于课堂10分钟时,教师即刻给予口头表扬“今天小明上课很专注,老师为你骄傲!”。这种即时性的正面反馈能有效强化ADHD学生的良好行为,提高其参与课堂的动机。此外,形成性评价还包括对学生学习过程的动态评估与指导。老师需密切关注ADHD学生的学习进展,根据其特点调整教学方式与节奏,并给予个性化的学习建议。通过持续的形成性评价与激励,能帮助ADHD学生树立自信,纠正问题行为,逐步适应普通班级的学习生活,促进其全面发展。

## (二) 课外个别化训练

### 1. 注意力强化训练

注意力强化训练是课外针对ADHD学生开展的个别化训练之一,旨在提升学生的注意力水平。训练内容涵盖视觉、听觉等感官刺激下的注意力,以及短时记忆、反应速度等认知能力。具体而言,可采用连线、找不同、记忆卡片等游戏化训练形式,设置由易到难的梯度任务<sup>[3]</sup>。例如,让学生在1分钟内快速圈出两幅图中的不同之处,并逐步增加图片复杂度;或播放一串数字,要求学

生倒背如流,并逐步加长数字位数。在训练过程中,教师需根据学生特点进行耐心指导,适时给予鼓励性反馈,提高学生参与度。同时,训练宜循序渐进、持之以恒,每次10~15分钟,每周3~5次。通过系统科学的注意力强化训练,能够有效改善ADHD学生注意广度、注意稳定性等维度的注意力缺陷问题,为其课堂学习及生活适应奠定基础。

### 2. 社交技能训练

ADHD学生常表现出社交互动的困难,如难以遵守社交规则、控制冲动行为、解读他人情绪等。针对这些问题,可通过角色扮演、社会故事、团体游戏等形式,教授和强化恰当的社交行为。例如,通过角色扮演练习与同伴友好相处的方式,如轮流发言、倾听对方、适度让步等;利用社会故事引导学生学习基本社交礼仪,如打招呼、道歉、分享等;开展合作性游戏以提升学生的团队意识和协作能力。在训练过程中,教师应提供明确的行为指导,及时纠正不当行为,并积极强化学生的良好表现。通过持续、系统的社交技能训练,能够显著改善ADHD学生的人际交往能力,帮助其更好地融入集体、建立友谊,进而为学业和生活的全面发展奠定基础。

### 3. 亲子互动辅导

亲子互动辅导是小学注意力缺陷多动症学生课外个别化训练中不可或缺的一环。众所周知,ADHD学生的许多问题行为,如多动冲动、难以遵守规则等,常常源于家庭教养方式的不当。为扭转这一不利局面,学校有必要定期为ADHD学生家长提供系统的亲子互动辅导,旨在帮助家长树立积极教养理念,掌握有效管教技能,与孩子建立良性互动关系。具体而言,学校可通过多元化形式开展亲子互动辅导。定期举办家长培训讲座,帮助家长掌握行之有效的家庭管理技巧。组织形式多样的亲子互动活动,如亲子游戏、角色扮演等,在轻松愉悦的氛围中引导家长学习与孩子平等对话、积极倾听的沟通艺术,增进彼此了解与信任。针对问题突出的个案家庭,学校还应提供“一对一”辅导,深入分析亲子互动模式中存在的困难,提供有针对性的改进建议,帮助纠正养育偏差。

## (三) 多情境泛化强化

### 1. 班级环境调适

为帮助ADHD学生更好地适应并融入班级学习生活,教师应针对性地调整班级环境,最大限度减少对学生注意力的干扰,营造有利于其学习和行为表现的氛围<sup>[4]</sup>。具体而言,教师可从以下几方面入手进行班级环境调

适：第一，合理布置座位。将ADHD学生安排在靠近教师、远离门窗等干扰源的位置，以便于教师的监督指导和学生的专注学习。第二，精简环境布置。移除教室内与教学无关的装饰物，减少对ADHD学生注意力的分散。第三，创设结构化流程。在教室内设置明确的区域划分，如学习区、游戏区、储物区等，并通过视觉提示（如标识牌、颜色标记）加以区分，帮助ADHD学生形成清晰的时空概念，调节和组织自己的行为。第四，提供感官刺激帮助。可在座位上提供坐垫、减压球等触觉刺激物品，或允许ADHD学生使用解压玩具等，以缓解其多动冲动症状，帮助其保持专注。通过上述环境调适策略，能够为ADHD学生营造更加适宜的班级学习氛围，帮助其更好地参与课堂学习，规范行为表现，进而促进良好学习习惯的形成和学业能力的提升。

### 2. 同伴互助辅导

同伴互助辅导是在多情境下强化小学注意力缺陷多动症学生干预效果的重要举措。通过发挥同伴的榜样示范和互帮互助作用，ADHD学生能在更加自然、轻松的氛围中习得良好行为，强化课堂和课外情境中的训练效果。具体而言，教师可精心挑选性格友善、学习和行为表现较好的学生，与ADHD学生结成“学习伙伴”。在此过程中，教师需向普通学生说明ADHD学生的特点和需求，引导其耐心帮助，给予积极反馈，成为良好行为的示范者。例如，当ADHD学生出现课堂违纪行为时，学习伙伴可第一时间提醒纠正；当其专注听讲或按时完成作业时，学习伙伴应给予称赞鼓励。通过同伴互助辅导，不仅能在多种情境中强化ADHD学生行为干预效果，更能促进班级融合，让ADHD学生体验到来自同伴的理解与支持，提升自我效能感，最终实现全面发展。

### 3. 亲师协同配合

亲师协同配合是强化小学注意力缺陷多动症（ADHD）学生干预效果的关键举措。只有家校形成合力，在多种情境中保持对ADHD学生一致、连贯的行为管理，才能最大限度地实现干预目标。为此，学校应建立畅通的家校沟通渠道，定期向家长通报学生在校表现，提供科学管教建议。教师可在家访、电话、家校联络簿等形式的沟通中，具体说明学生的进步与不足，引导家长给予持续关注。同时，教师需积极倾听家长的反馈，了解学生在家庭中的情绪和行为表现，以便调整个性化的干预计划。例如，当家长反映学生在家难以专注完成作业时，教师可提供视觉提示卡、番茄钟等辅助工具的建议。当学生在家频繁发脾气时，教师应与家长探讨可

能的诱因，提供情绪管理的策略指导。此外，亲师协同配合还应体现在对ADHD学生的行为表现保持一致的奖惩原则。教师与家长应在沟通中明确界定期望行为，采取相同的强化手段，及时认可学生的进步。对于亟需矫正的问题行为，双方也要在执行惩罚尺度上达成共识，避免迁就放纵。唯有家校同向用力，在生活和学习各个场景中形成行为塑造的合力，才能真正巩固干预成果，助力ADHD学生的健康成长。

### 四、实践成效反思

在对小学注意力缺陷多动症学生开展伴随式支持策略的过程中，研究团队获得了宝贵的实践经验与深刻反思。以小明为例，经过为期一学期的个性化学习任务设置、小组合作学习、形成性评价激励等课堂嵌入式支持，其作业完成质量显著提升，上课专注时间明显延长，与同学的互动更加频繁而友好。通过每周两次、每次45分钟的课后个别化注意力强化训练和社交技能训练，小明的注意广度和稳定性得到提升，在与同伴相处时表现出更多亲社会行为，在班级“我最喜爱的同学”评选中获得较高票数。此外，研究者与小明父母通过面谈、家访、微信群、亲子日记等形式保持密切沟通，帮助家长学习积极教养理念和管教策略，显著改善了小明在家庭中的行为表现。

### 结束语

总之，通过行之有效的嵌入式课堂支持、个别化课外训练以及多情境泛化强化等举措，一定程度上促进了ADHD学生在学业、行为和社交等方面的进步，为推进融合教育实践积累了宝贵经验。展望未来，个别化支持策略还需进一步扩大规模、深化内涵，动态调整优化以适应不同ADHD学生的独特需求。唯有家校社会协同努力，持之以恒地实施个别化支持，方能最大限度地造福每一位特殊儿童，让他们在融合教育的沃土中茁壮成长、全面发展，绽放最美丽的人生之花。

### 参考文献

- [1] 郭阳. 基于元分析的小学一年级多动倾向学生干预训练[D]. 导师：赵建新. 云南师范大学, 2024.
- [2] 桑柯. 小学高年级多动倾向学生的团辅干预及效果[D]. 导师：赵建新. 云南师范大学, 2023.
- [3] 雷国旺. 小学一年级多动倾向学生的干预研究[D]. 导师：赵建新. 云南师范大学, 2023.
- [4] 高翠仙. 医教结合背景下小学ADHD学生支持策略研究[D]. 导师：孙振东. 西南大学, 2022.