

- Collins, W. A., & Steinberg, L. (2006). Adolescent development in interpersonal context. In W. Damon & R. M. Lerner (Eds.), *Handbook of child psychology* (6th ed., Vol. 3, pp. 1003-1067). John Wiley & Sons.
- Foshee, V. A., Bauman, K. E., Arriaga, X. B., Helms, R. W., Koch, G. G., & Linder, G. F. (1998). An evaluation of Safe Dates, an adolescent dating violence prevention program. *American Journal of Public Health, 88*(1), 45-50.
- Dank, M., Lachman, P., & Zweig, J. M. (2013). Teen dating violence: A closer look at adolescent romantic relationships.
- Kisner, C., Peters, C., & Taylor, S. A. (2015). Healthy teen relationships.
- Smith-Acuña, S. (2016). Healthy teen relationships: Using values, goals, and community influence.
- DeGue, S., Niolon, P., Estefan, L., Roby, S., & Le, V. (2019). Dating Matters®: Strategies to promote healthy teen relationships.
- *Journal of Adolescence*. (2020). Special issue on adolescent dating violence: Research and practice, 50(3), 1-20.
- American Occupational Therapy Association (AOTA). (2023). Resources for addressing youth dating violence. Retrieved from AOTA website.
- Miller, A. B., & Levenson, R. W. (2021). The role of emotion regulation in the development of psychopathology. *Annual Review of Clinical Psychology, 17*(1), 10.1–10.27.



家庭賦能的實踐經驗分享

蘇韋禎

洛陽醫洛醫院 兒童康復醫學科

家庭賦能作為一種理念和做法，強調將家庭置於康復過程的核心地位，充分發揮家庭在個案功能康復中的積極作用。這種做法認為，家人是患者最親密的支援系統，對患者的

康復至關重要。因此，提高家庭參與度並賦予其權力，不僅能促進患者康復，也有利於整個家庭的健康發展。

在臺灣，職能治療界近年來日益重視家庭賦能這一理念。一些新的趨勢包括：

1. 將家庭納入康復計畫 - 不再僅僅是醫療人員與患者的“二人世界”，而是充分考慮家庭因素，與家人一起制定切合實際的治療目標和方案。
2. 加強家長培訓 - 專業人員傳授家長必要的照護技能，使其能夠在家中為患者提供恰當的支援和訓練，延續康復成果。
3. 建立家庭資源網路 - 建立家庭互助小組，促進資訊和經驗交流，為有需要的家庭提供情感上和實際上的支援。
4. 注重家人心理健康 - 關注照護者的身心需求，給予專業的諮詢和輔導，減輕其壓力負擔。
5. 宣導社區參與 - 呼籲社會各界支持家庭賦能的理念，消除障礙，為患者和家屬創造一個無障礙和友善的環境。

這些新的發展趨勢，有望使家庭在疾病康復中發揮更大作用，達到患者、家庭、醫療機構多方共贏。當然，實現真正意義上的家庭賦能，尚需要相關政策、法規、資源和整個社會觀念的大力支持。

從事兒童康復臨床一線工作已經 20 年了，從 2016 年開始在洛陽伊洛醫院建立全新的兒童康復醫學團隊，秉持著以臺灣理念為框架，融入國內兒童康復特點的治療干預模式。近五年來更是以強化家庭賦能為目標，試圖打造一個擁有最和諧關係的“家文化科室”。

這樣的以家庭為中心的文化理念都包含了哪些具體工作呢？請容我娓娓道來：

一、將家庭納入康復計畫：

- 以家庭為中心的標準化會談

二、加強家長培訓：

- 一對一的親子同訓課

- 入戶家庭指導
- 家庭公益培訓課
- 家長技能實操大賽

三、建立家庭資源網路：

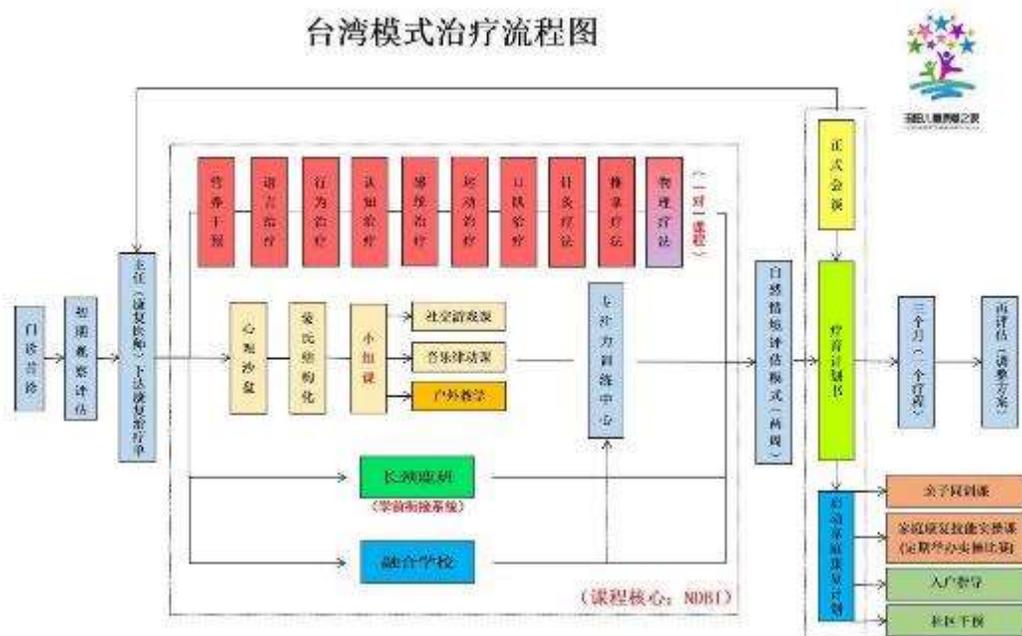
- 家長聊天會
- 家長公開課

四、注重家人心理健康：

- 家長成長會
- 螢火傳遞（家長療愈課）

五、宣導社區參與：

- 社區干預



接下來就以上的工作詳述其內容：

1. 以家庭為中心的標準化會談

標準化會談：

- 初衷：無評估不干預，無會談不治療。
- 具體內容：由醫生、評估老師和孩子所有照顧者組成，持續 40 分鐘至 1 小時的三方會談。從評估師客觀描述孩子為期兩周的自然情景下的能力評估行為表

現、評估結果和接下來三個月詳細的個別化干預計畫開始；到醫生明確疾病診斷，提出有針對性的治療方案和詳細的居家落實細節；再到與家長耐心答疑，給予家長對孩子干預全面客觀理性的康復理念。

- 體會：從能力評估到教學目標制定，再到明確診斷，客觀認識診斷，完善的干預理念講解，讓家長發自內心認可，提高康復干預的依從性。
- 對家庭的益處：讓所有帶養者對孩子現階段能力有明確一致的認識，統一對孩子康復干預的科學認知，從而設定短期內合理目標，並且所有帶養者分工合作，助力孩子康復干預路。



2. 一對一的親子同訓課

- 初衷：

美國兒科協會（AAP）指出：早期、密集和家庭參與的干預模式，才是有效的干預模式，父母培訓有助於提高有**特殊醫療需求**兒童的能力水準，孩子的進步離不開父母的辛苦付出。

家庭干預的作用不容小覷，為了孩子們的進步，我們呼籲家長們行動起來，讓好的干預方法適用於家長，應用於生活。

- 具體內容：

(1) 配置：

- 獨立的“親子同訓”教室
- 資深的教學老師一對一指導
- 貼近生活、方便居家操作的教具
- 增進親子感情的遊戲活動

(2) 主要目標：

家長進入課堂觀摩並實操；在老師的教學引導下直觀瞭解 OT（作業治療）及

ABA（應用行為分析）在教學及親子關係上的運用

(3) 課堂流程：

- ① 關注孩子：進入課堂後，家長與帶課老師瞭解孩子上課情況及學習內容，並學習 ABA 的基礎原理和概念，搭建親子關係。
- ② 目標設定：通過家長的回饋和老師的觀察，共同制定干預目標。
- ③ 指導操作：根據每個孩子的性格特點，設計適合他們的學習方法及行為干預方式；家長瞭解实操中的注意事項。
- ④ 家庭作業記錄與視頻回饋：使用簡單的記錄方式記錄孩子在家中的學習內容和完成率，並回饋在家庭聯繫時出現的問題。

● 體會：

經過這幾年的親子同訓課堂的開展，越來越多的家長朋友們掌握了關鍵的訓練技巧，並在老師的一對一指導下，找到了適合自己和孩子的相處模式。這不僅幫助家長更清楚地瞭解孩子的行為表現和特點，分析問題的原因，也讓家長和孩子的相處更加和諧。此外，家長在漫長的干預道路上找到了方向，孩子在科學有效的干預下穩步進步。看到越來越多孩子和家長的笑臉，我們感到無比欣慰！

● 對家庭的益處：

- 改善親子關係，增進親子感情
- 幫助家長更好地觀察和瞭解孩子，提升孩子與家長間的配合度
- 提升家長的專業实操能力，糾正錯誤操作，避免走彎路
- 開放思維，學習並創新有助於提升孩子能力的小遊戲
- 家長與老師共同分析並解決問題
- 將生活中的教學無處不在，注重教學內容的功能性，並將課堂學習內容泛化到日常生活中
- 督促居家遊戲，高效陪伴孩子

3. 入戶家庭指導

- 初衷：更多地瞭解孩子在家的狀態以及家長在家遇到的實際難題。截至目前，我們共指導了 60 個家庭，提供在家訓練思路，解決居家干預難題。入戶指導包含以下內容：居家能力測試、居家生活指導、學業指導、社區融合、家長心理疏解、居家計畫制定、家庭訓練实操示範等，從多方面給家長提供幫助。



入戶家庭指導對**家庭賦能**來說意義重大。通過這種方式，**醫療從業人員**能夠從根源上幫助家長，使他們受益。家長可以學到如何在**居家的自然情景**當中給孩子合理安排任務，讓孩子多參與家庭實踐活動，掌握帶養技巧，並正確面對孩子的各種情況。



4. 家長公益課

- 初衷：

- (1) 提供支援和知識：幫助家長更好地瞭解特殊兒童的特點、需求和相關干預方法，提升他們照顧和教育孩子的能力，減少無助感和焦慮。
- (2) 增強應對能力：讓家長學會應對孩子成長過程中面臨的各種挑戰和困難，提高心理韌性和應對技巧。
- (3) 促進家庭和諧：通過課程使家長之間能交流經驗、互相支持，營造積極的家庭氛圍，有利於孩子的成長和發展。
- (4) 建立資源網路：為家長搭建交流平臺，分享資源和資訊，共同探索更好的養育途徑和解決問題的辦法。
- (5) 提高社會認知：讓更多人關注特殊兒童群體及其家庭，提升社會對他們的理解和接納程度。
- (6) 改善孩子預後：當家長具備更專業的知識和技能後，有助於改善特殊兒童的成長環境和發展結果。

- 具體內容：

- (1) 特殊兒童的類型與特點：介紹常見特殊兒童類別，如自閉症、智力障礙、腦癱、多動症、抽動症、緘默症等的典型特徵。
- (2) 兒童發展知識：包括特殊兒童運動發育、腦發育、各階段可能出現的問題及應對。
- (3) 康復訓練方法：如語言訓練、認知訓練、感統訓練、社交技能、結構化訓練、中醫推拿、針灸、物理因數治療等的基本原理和操作方法。
- (4) 教育策略：適合特殊兒童的教育理念、個別化教育計畫制定。
- (5) 心理支持與調適：家長自身心理調適方法，應對壓力、焦慮和情緒管理技巧，如 Nucalm 放鬆訓練、瑜伽、按摩等。
- (6) 家庭干預技巧：日常生活中如何進行有效的干預和引導。
- (7) 社會政策與權益保障：特殊兒童及其家庭可享受的政策福利，如殘聯補助、醫保報銷、基金支持等。
- (8) 營養與健康管理：特殊兒童的營養需求、飲食注意事項等。
- (9) 行為管理：處理特殊兒童問題行為的策略和方法。
- (10) 親子關係培養：增進親子情感連接、有效溝通的方法。
- (11) 未來規劃與就業指導：特殊兒童成年後的發展方向、就業途徑等。
- (12) 安全與急救知識：特殊兒童日常生活中的安全注意事項及緊急情況應對，如突然被異物卡住如何處理。

- 體會：

組織與舉辦特殊兒童家長公益課是一段充滿溫暖和收穫的經歷。在課堂上，我們深刻感受到了家長們的熱情。課程內容豐富且實用，使家長們對孩子的特殊狀況有了更深入的理解，並學到了許多應對困難的具體方法和策略。

在與其他家長交流的過程中，我感受到了彼此支持和鼓勵的力量，不再覺得自己是獨自面對這些挑戰。同時，也意識到家長持續學習和成長對於幫助孩子進步的重要性。

- 對家庭的益處：

- (1) 培養更強的同理心：讓家庭成員對他人的困難和差異有更深刻的理解和包容，變得更加善良和富有同情心。
- (2) 促進家庭團結：面對特殊兒童的情況，往往會促使家人更加緊密地團結在一起，共同為孩子努力，增強家庭的凝聚力。
- (3) 讓人更加珍惜：使家人更懂得珍惜生活中的點滴進步和美好時刻，對幸福有更獨特的感悟。
- (4) 激發內在力量：促使家長不斷挖掘自身潛力，變得更加堅強、勇敢和有韌性。
- (5) 豐富人生體驗：帶來不同的生活經歷和情感體驗，讓家庭的人生更加豐富多樣。
- (6) 教會耐心和堅持：在照顧和引導特殊兒童的過程中，家庭成員會逐漸學會極大的耐心和堅持不懈的品質。
- (7) 帶來獨特的愛與歡樂：特殊兒童也會以他們獨特的方式表達愛和帶來快樂，給家庭帶來別樣的溫暖。



5. 家長技能實操大賽

- 初衷：以賽促教，將為家庭賦能的理念落實到底。
- 具體內容：護理團隊宣傳組織，治療團隊全力動員，家長自行準備與孩子互動教學的內容，醫師、護士長、治療師長等評委，為父母在干預路上學到並用到自己孩子康復上的專業干預技巧點評打分，並給予豐厚的獎品，以此鼓勵，強化父母教學的動力。
- 體會：家長在教學中，體會到老師教學的不易，也體會到了孩子點滴進步後的成就感，從而更加強化家長配合老師，以快樂、適度和專業的方式與孩子進行溝通

訓練，實施家庭干預的信心。

- 對家庭的益處：借由家長實操比賽的形式，將家長在親子同訓課、公開課以及與老師溝通中學到的專業的實操技術應用于發展孩子社交溝通、生活自理等功能性日常技能教學上，為家長賦能，為孩子康復干預助力。



6. 家長嘜嗌會

- 初衷：加強家長與治療師之間的溝通管道，強化家長與治療師之間教學目標及手法的一致性。
- 具體內容：
 1. 分享教學實操小知識
 2. 分享居家教學注意事項
 3. 家長代表分享干預的心路歷程，緩解家長焦慮情緒
 4. 家長提問，彼此討論，家長彼此間鼓勵
 5. 家長喘息活動，組織家長參與手工製作、茶花會活動、看電影、唱歌等活動
 6. 成功案例分享：通過真實案例給家長帶來信心和啟發，如新來的小朋友從無呼名、眼神、安坐、輪流、等待、模仿、語言等，經過個訓到集體到融合，現在成功進入小學學習並且能很好的和小朋友一起交流玩耍。
- 體會：
 1. 家長代表講述自己的帶娃歷程，克服每階段的焦慮，家長更能有共鳴，相互鼓勵，相互扶持。
 2. 講解科學實用的干預理念，引導家長正確看待譜系孩子，進行家庭內部合作，為家庭干預賦能。
 3. 家長帶動家長，針對性解決不同時期的焦慮情緒，安撫家長心態，讓家長感受到干預路上不孤單。
- 對家庭的益處：
 1. 家庭關係得到改善
 2. 孩子進步穩定，家長焦慮程度降低

3. 家長與老師之間配合度提高
4. 有效地促進了家庭賦能



7. 家長公開課

在科室裡我們會定期開展家長公開課程，目的是讓家長及時看到孩子的進步和改變，也能讓家長對老師和課程有更多的瞭解，同時感受老師的專業和用心。截至目前我們共開展家長公開課 15 次，每一次的精心準備都獲得家長的好評。通過展示能讓更多的家長瞭解專業內容，掌握教學方法，感受課程的趣味性和課堂的歡快，讓孩子們在玩中學，學中玩。對於孩子的意義在於，讓每個孩子都有展示自己的機會。

目前公開課的內容包括：老師展示、課間操展示、個別班級風采展示、親子遊戲互動、實踐活動、家長溝通回饋。





體會：公開課讓更多的家長通過活動瞭解孩子、瞭解老師、瞭解學校，讓更多的小朋友在這個大家庭裡快樂學習、開心成長。



8. 家長成長會

- 初衷：教育是一場永無止境的修行，最好的教育就是一群人同頻共振的迴響。因為“愛”，我們把目光關注一個方向，一次私享會的會面，一場深入的育兒交

流，彼此增進溝通與信任，繼續並肩攜手同行。

- 具體內容：成長會時間是每週或兩週一次，每個月會提前定好每週主題，例如育兒技巧及育兒學習、誇獎孩子的一百種方法、家長怎麼控制情緒、正向教育、怎麼正面和孩子說。每次開始前會有家長簽到表，每一次結束後，會有專門的作業記錄本。

目前的育兒學習小技巧有：小情緒，小舉動，慢慢來；當遇到哭鬧時，放下自己的成見，思考一下孩子為什麼哭鬧，換位思考；誇獎孩子的一百種方法等，學習如何更好的教養孩子；如何正面與孩子說話，家長怎麼管理自己的情緒等。

- 體會：親子教育的真諦在於家長的自我提升與成長。孩子的成長，無疑需要引導和陪伴，但更重要的是，他們需要一個榜樣，而這個榜樣，就是他們的父母。那麼，如何成為孩子的好榜樣呢？真正的關鍵在於，我們是否願意持續不斷地自我提升和成長。
- 對家庭的益處：在親子教育的過程中，家長的自我提升和成長不僅能為孩子樹立一個好榜樣，還能為孩子創造一個更加和諧、積極的家庭環境。當家長在努力提升自己時，他們的心態會更加開放，情緒會更加穩定，這些都會直接影響到與孩子的互動。在這樣的家庭環境中長大的孩子，更容易形成健康的人格和良好的社交能力。





9. 螢火傳遞（家長療愈）

- 初衷：爸爸媽媽是家庭的核心，父母的心情也時刻影響著孩子的心情，愛自己才能更好地愛孩子。我們想利用這樣的活動，讓家長朋友們在繁忙之中擁有輕鬆、愉快、休閒的時光。

圖示含義：綠色是希望大家心情輕鬆平和，心形代表著守護：守護孩子、守護家庭，也守護我們自己；左下方的小缺口為螢火蟲留著一條飛向天空的路；寓意著我們不僅要守護孩子，也要給他飛翔的力量。希望我們能像螢火蟲一樣，雖然螢光微弱，卻發光發亮給人希望！我們將這樣的光傳遞下去，傳遞給我們身邊的每一個人！



每次開始前的理念介紹：



● 具體內容：

時間：每月一次，選一周

時長：30分鐘——1小時

每一期不同的主題，以家長放鬆為主。治療師和護理配合完成活動，大家各自分工，比如：鼓勵家長的話、暖場：介紹活動（螢火蟲活動）、滿意度調查：攝影及照片收集：活動內容的討論選定、活動遊戲範本敲定，活動流程討論。

比如第一期：

○ 活動一：音樂遊戲+遊戲目的（放鬆）

傳遞螢火，傳遞希望，是我們與孩子愛的傳遞、是老師與家長之間愛的傳遞，也是我們在坐每個人愛的傳遞。

○ 活動二：抽信封 10-15 個（相互彼此瞭解的）

信封內容

1、介紹自己（姓名、工作、家鄉特色）

2、介紹另一半

3、感動的事

○ 活動三：放鬆活動（按摩）+音樂（輕音樂）

活動遊戲範本：

遊戲一：真心話大冒險\抽紙條回答問題

遊戲二：急速傳遞（傳遞 A4 紙）

遊戲三：音樂律動

遊戲四：瑜伽

遊戲五：音樂按摩遊戲（聽指令按摩前面的人）

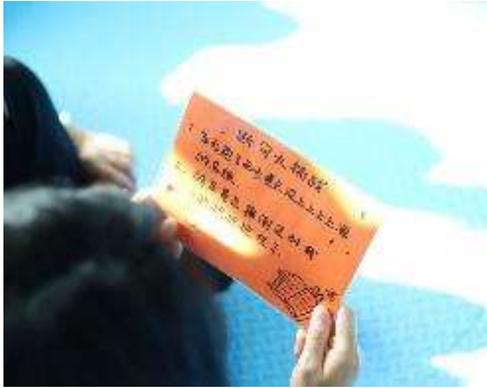
● 體會：

家長們所背負的壓力太大了早已忘了甚麼是生活甚麼是自我，所以我們在課程設計過程中不斷強調：不談孩子！只想自己！在療愈的課程安排裡，我們發現家長更

容易出現自然的笑容和那種發自內心的開心愉悅的感受，這樣能夠解放自我的時刻真的太需要了。

● 對家庭的益處：

心靈的療愈能夠讓我們更正向的看待面臨的壓力，當家長們開始意識到要懂得愛自己對自己好後才能在內心更充滿力量的狀態下去面對所有的挑戰，這對於整個家庭來說都是很受益的。



送給家長暖心的賀卡



讀書會



10. 社區干預



- 初衷：通過豐富的生活場景的轉換訓練，在自然情景中快速地建立生活技能。
- 具體內容：每週的社區干預都會設定不同的主題內容，例如：公車、地鐵、超市、商場、公園等孩子生活中最常出現的使用場景。在每次進行社區干預前會先制定好本次干預的具體目標及專案流程，過程中也有詳細的關於孩子重點行為的記錄，老師們在孩子身邊觀察孩子並在適當的時機輔助或是退輔助，最終的目標就是期待孩子能夠獨立完成整個專案流程。
- 體會：孩子在社區干預(自然情境)的過程中整個狀態會更放鬆，更容易出現我們所期待的表現，這是在治療室裡較難出現的狀態，所以這樣的教學模式確實非常自然有效。
- 對家庭的益處：在每次社區干預之前治療師們需要提前做一項非常重要的準備工作，事先與教學場景的相關工作人員做溝通，先告知她們將會有特需兒童到他們的工作場景中，請她們能夠包容理解並在必要時提供協助。這些年下來幾乎無一例外，所有的相關工作人員在得知他們室特需兒童後都表示願意全力配合並提供協助，讓這些孩子及其家庭能夠受到平等的對待並無後顧之憂地享受當下，這無形中也在實踐社會參與的歷程，也是非常合理又自然的方式，使被協助的家庭及提供協助的社會人士都感覺

到更自信和從容，為患者和家屬創造一個無障礙和友善的環境。這應該就是社會參與的真正價值體現。

