

讀懂情緒障礙學生的心- 認識情緒障礙學生特徵與 其輔導策略

王心怡 博士/兼任助理教授
臨床心理師督導
2023/08/28

Shin-Yi Wang, PhD/ supervisor of clinical psychologist 2023/08/28

1

臨床心理與學校諮商的訓練與經驗

目前工作:

- 臨床心理師督導、臨床教師: 草屯療養院 **兒童青少年精神科**
- 教育部 國教署 教師支持中心 教師團體&個別諮商 特約臨床心理師

學術/訓練背景:

- 教育部立助理教授、國立暨南大學 諮商心理與人力資源發展學系所助理教授(兼任)
- 加拿大 亞伯達大學 教育心理學院 博士
- 加拿大 多倫多大學 **“兒童/青少年及家庭治療進階理論與臨床實務”** 研究所文憑課程結業
- 美國國家心理衛生學院 神經心理學實驗室 訪問學者
- 美國 伊利諾大學 復健學 碩士 (復健心理領域)
- 國立 政治大學 心理學 學士
- 美國丹佛早療模式 (The Early Start Denver Model, ESDM) 認證治療師



其他臨床經歷:

- 台中醫院 兒童發展聯合評估中心 臨床心理師 & 兒童發展中心 臨床心理師/組長
- 中國醫藥大學附設醫院 兒童醫學部 臨床心理師/督導
- 加拿大 多倫多復健醫院(Toronto Rehabilitation Institute)
- 加拿大 日內瓦自閉症中心(Geneva Centre for Autism)
- 加拿大 漢克-戴爾克斯治療中心(Hicks-Dellcrest Centre)
- 台中市教育局 特殊教育資源中心
- 振興復健醫學中心 復健科



Shin-Yi Wang, PhD/ supervisor of clinical psychologist 2023/08/28

2

研習主題大綱

根據台灣和美國近年的流行病學調查顯示，約莫5~7.5%的學生患有情緒障礙，這群學生學生受到顯著負面情緒的長時間影響，經常導致了學習上的表現與其學習潛能上的顯著落差、老師同學相處等人際困擾，亦可能合併著生理症狀干擾，本次研習期待達到下面的研習目標：

- 1、增進學校教師認了解情緒障礙學生的類別、主要困擾和影響與辨識之，
- 2、增進學校教師了解和運用班級中的介入/管理策略，
- 3、幫助學校教師瞭解並運用醫療和社會資源來共同促進情緒障礙學生的改善效果

Shin-Yi Wang, PhD/ supervisor of clinical psychologist 2023/08/28

3

請問在您教學/帶班經驗中較常遇到的學生心理困擾主要有哪些？

問題種類-

較常遇到的學生心理困擾	學習動機與成就低落	情緒低落焦慮	人際關係問題、師長	人際關係問題、同儕	異性情感交往	親子互動問題	身心症狀(主要為心理因素導致的身體症狀)	注意力缺陷或過動問題	行為規範問題	自殘自殺意念	奇特思考或行為	解離相關症狀
-------------	-----------	--------	-----------	-----------	--------	--------	----------------------	------------	--------	--------	---------	--------

Shin-Yi Wang, PhD/ supervisor of clinical psychologist
2023/08/28

4

學校輔導個案轉介心理諮商服務- 主要問題類別&統計

- 學校輔導三級處遇個案轉介心理服務主要問題類別&統計(以2015教育部學生輔導諮商中心南投區學校申請心理服務為例)

主要轉介問題	學習動機與成就低落	情緒低落焦慮	人際關係問題師長	人際關係問題同儕	異性情感交往	親子互動問題	身心症狀 (主要為心理因素導致的身體症狀)	注意力缺陷過動問題	行為規範問題	自殘自殺意念	奇特思考或行為	解離相關症狀
出現於個案	★★★	★★★	★★	★★	★★	★★	★★	★	★	★★★	★★	★

情緒障礙主要類別

情緒行為障礙，

- ◆精神性疾患、
- ◆情感性疾患
- ◆焦慮性疾患
- ◆畏懼性疾患、
- ◆注意力缺陷
- ◆有其他持續性

➢ **精神性疾患**：思覺失調症（原稱精神分裂症），主要特徵：正性症狀(如:妄想、幻覺、混亂言語/行為)或僵直動作和負性症狀(如:缺乏情感、邏輯思考困難或難以做決定及退縮等)，症狀初發較常出現在青少年中或晚期；

➢ **情感性疾患 Mood disorder**：以持續而明顯的情緒低落、暴躁或起伏、失去動力/興趣為主要特徵，如：憂鬱症（重度或輕度/沮喪症 Major depressive disorder or dysthymia）、躁

➢ **焦慮性疾患 Anxiety disorder**：以持續而明顯的過度或強烈擔心/害怕為主要特徵，如：分離性焦慮、廣泛性焦慮症、恐慌

➢ **行為疾患 Behavior disorder**：以持續而明顯的不專心、衝動、抗拒或違反規定為主要特徵，如：**注意力缺陷過動疾患**（ADHD）、對立反抗（Oppositional-defiant disorder）、違規行為障礙（conduct disorder）、..，症狀初發之中位數年齡為11歲

Shin-Yi
2023/08

6

<https://create.kahoot.it/kahoots/my-kahoots>

青少年常見的心理疾患

青少年常見的情緒困擾與偏差行為-

根據美國在2011年針對青少年的訪談研究報告發現約有近半數的青少年(13-18歲)符合了情感疾患、焦慮疾患、行為疾患、物質使用疾患或飲食疾患診斷，每4到五位青少年中會有一位(20-18%)終生中有功能嚴重受損或低落。 請問青少年最常見的心理疾患為何？

- A.情感疾患、
- B.焦慮疾患、
- C.行為疾患、
- D.物質使用疾患
- E.思覺失調症
- F.其他: _____.

Shin-Yi
2023/08/28

7

摘自 Child and Youth Mental Disorders: Prevalence and Evidence-Based Interventions By Children's Health Policy Centre, SFU (2014). <https://childhealthpolicy.ca/wp-content/uploads/2015/12/2015-10-05-Waddell-et-al-Report-2014.06.16-werrata.pdf>

兒童與青少年常見的情緒困擾與偏差行為

Table 1. Prevalence of Mental Disorders in Children and Youth

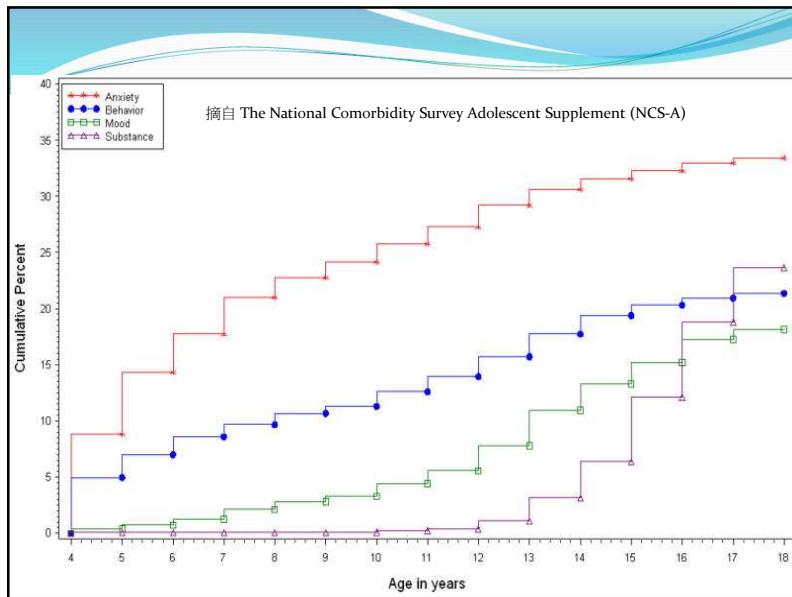
Disorder	Estimated Prevalence (%)	Age (Years)	Estimated Population Affected* BC	Canada
Any Anxiety Disorder	3.8	4-17	25,300	204,400
Generalized Anxiety Disorder	0.7	4-17	4,700	37,700
Posttraumatic Stress Disorder	0.5	4-17	3,300	26,900
Obsessive-Compulsive Disorder	0.4	4-17	2,700	21,500
Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder	2.5	4-17	16,600	134,500
Any Substance Use Disorder	2.4	11-17	8,400	66,400
Alcohol Abuse or Dependence	1.4	11-17	4,900	38,800
Marijuana Abuse or Dependence	1.2	11-17	4,200	33,200
Conduct Disorder	2.1	4-17	14,000	113,000
Major Depressive Disorder	1.6	4-17	10,600	86,100
Any Autism Spectrum Disorder	0.6	4-17	4,000	32,300
Bipolar Disorder	0.6	11-17	2,100	16,600
Any Eating Disorder	0.2	11-17	700	5,500
Schizophrenia**	0.1	11-17	300	2,800
Any Disorder***	12.6	4-17	83,700	677,900

* These estimates represent the expected rather than the actual number of children and youth affected by mental disorders in BC and Canada, based on our meta-analysis of disorder prevalence in other countries.

** The prevalence estimate for schizophrenia is drawn from a previous review, since schizophrenia was not assessed in the surveys included in this review.

Shin-Yi Wang, PhD/ supervisor of clinical psychologist 2023/08/28

8



台灣流行病學研究

根據2020年出版的台灣流行病學資料，在3、5、7年級抽樣學生中，符合DSM5特定診斷標準依比例(終生盛行率)高低如下：

- 任何一種形式的焦慮症 15.2%
 - 特定恐懼症 8.7%
 - 分離焦慮 4.4%
 - 社交焦慮 3.8%
- 噩夢疾患 8.9%
- 妥瑞氏症 2.6%
- 對立反抗疾患 2%
- 憂鬱症 1.7%
- 任何形式睡眠疾患 12%
- 注意力不足過動疾患 10.1%

摘自 Prevalence of DSM-5 mental disorders in a nationally representative sample of children in Taiwan: methodology and main findings
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8061245/>

Shin-Yi Wang, PhD / supervisor of clinical psychologist 2023/08/28

10

情緒障礙vs其他障礙之學生

根據美國教育部特殊教育資料，在6-21歲特殊學生中，情緒障礙學生

- 比例約在5-7.1%之間
- 其中有60%可以完成高中學位(32%沒有)
- 其中有12%需要另外分開上課
- 男生約占其中的72%

摘自 OSEP Fast Facts: Children Identified With Emotional Disturbance

<https://sites.ed.gov/idea/osep-fast-facts-children-IDed-Emotional-Disturbance-20>

Shin-Yi Wang, PhD / supervisor of clinical psychologist 2023/08/28

11

有「焦慮情緒」不代表「焦慮症」！要符合6項症狀才算數！【心理學】↓維思維 2:47~4:20

不只開學症候群！青少年焦慮 開學恐加劇

青少年常見的心理疾患

青少年常見的情緒困擾與偏差行為-

- 焦慮性疾患 anxiety disorder** (比例最高，約31.9%): 分離性焦慮、廣泛焦慮、恐慌疾患、強迫性疾患、創傷後壓力性疾患(PTSD)、**畏懼性疾患**...，症狀初發之中位數年齡為6歲；8.3%終生中有功能嚴重受損或低落

摘自 The National Comorbidity Survey Adolescent Supplement (NCS-A)

- 一生中有罹患任何形式的焦慮性疾患的比率約是估計約有16.6%，
- 在兒童和青少年的焦慮性疾患或合併焦慮性疾患發生率為所有精神心理中較高的，9-17歲之間為13%，青年為8.7%，
- 但臨床或實際接觸家長或孩子時，這些人的焦慮症狀常無法正確描述或被低估

Shin-Yi Wang, PhD / supervisor of clinical psychologist 2023/08/28

12

廣泛性焦慮的診斷標準

對於學業、工作，**過度地**擔心及焦慮，且自己很難控制。若是在焦慮與擔憂的心情伴隨下，至少在六個月的時間內擔憂的時間比不擔憂時長；或是出現下列症狀的三項以上

- 1. 感覺不耐煩、浮躁或是不能保持安靜
- 2. 容易感覺疲憊、很累
- 3. 難以保持專心注意，或是內心平靜
- 4. 容易生氣、發怒
- 5. 肌肉容易緊張、僵硬
- 6. 難以入睡或是睡不安寧，難以保持睡眠

DSM5：在孩子身上只需有一項

創傷後壓力症候群

到底什麼是PTSD 創傷後壓力症候群？【心理】（#CC字幕）|維思維 0:48~5:10

創傷後壓力症候群（post-traumatic stress disorder；PTSD），指人在遭遇或對抗重大壓力後，其心理狀態產生失調之後遺症。

- 流行病率：
 - 在美國有將近40%年輕女性和13%男性有經歷性侵相關創傷事件，85%年輕人有目睹暴力和66%有經歷過暴力事件
 - 68%的青年在16歲以前曾遇到至少一件的創傷事件，其中有13.4%的人會發展出PTSD，一生中有9.8%有焦慮疾患，12.1%有憂鬱疾患，和19.2%有破壞行為疾患

PTSD的主要症狀

- PTSD的主要症狀包括（以下摘自台北市社區心理衛生中心）
- 創痛太深的情節，選擇遺忘，甚至失去記憶。
 - 不問世事，對重要活動失去興趣。
 - 不想見人，自我封閉，社交退縮。
 - 情感侷限，無喜無愛，有如失魂落魄。
 - 對未來（事業、婚姻、小孩、壽命等）悲觀，失去盼望。
 - 3. **神經過敏：**
 - 難以入睡或熟睡。
 - 暴躁易怒。
 - 無法專注，心神不寧。
 - 如臨深淵，如履薄冰；風聲鶴唳，草木皆兵；怕東怕西。
 - 有如驚弓之鳥，容易嚇一大跳。
1. **「驚」驗重現：**
 - 心驚的畫面歷歷在目，不時浮現，聲音或氣味揮之不去。
 - 反覆做惡夢。
 - 錯覺「回到當時」（flashback），情緒或行動反應強烈，如身歷其境。
 2. **逃避或麻木：**
 - 被人、事、物、時、地勾起回憶，觸景傷情，睹物思人，造成身體或心理上的痛苦。
 - 對於和那件悲劇相關的人、事、時、地、物敬而遠之，退避三舍。
 - 往事不堪回首，故意避而不談，甚至想搬家轉行，遠離傷心地。

青少年常見的心理疾患

四位媽媽分享他們小孩因為憂鬱症自殺的故事

什麼是憂鬱症？3分鐘動畫告訴你

- 情感疾患mood disorder（約14.3%）：**憂鬱症**（重度或輕度/沮喪症Major depressive disorder or dysthymia）、躁鬱症、躁症..，症狀初發之中位數年齡為13歲；11.2%終生中有功能嚴重受損或低落 摘自 The National Comorbidity Survey Adolescent Supplement (NCS-A)
- 憂鬱症流行病率：
 - 一生中有罹患憂鬱症的比率約是估計約有8-12%，
 - Birmaher et al (1996)在美國的兒青憂鬱症流行率報告為兒童（2.5%）&青少年8.3%，
 - NIMH(1996)報告在9-16歲間的盛行率為6%；
 - 青年中女生憂鬱症比率（12.7%）高於男生（4.6%），
 - 憂鬱兒青（尤其是青年的憂鬱男生或合併行為疾患和藥物／酒癮濫用）有較高比率可能做出自殺嘗試；
 - 有重鬱症的青年中有7%會在成年早期做出自殺。

憂鬱症的診斷標準

憂鬱在兒童和青少年未必以難過的表現出現，在青少年常見的樣貌是**煩躁irritability**

DSM-4-TR 在兩個星期內出現五種症狀以上，而且至少第一項與第二項出現其中之一，即可懷疑有憂鬱症。

- ✓ 1. 一天當中大部份的時間都有憂鬱的情緒，而且每一天都是如此；在**兒童或青少年可為易怒**的心情。
- ✓ 2. 對有趣或好玩的事物失去了興趣，整天如此、天天如此
- 3. **胃口**減弱，造成發育不良或是明顯地**體重**減輕或增加
- 4. 失眠或是整天**沈睡**不醒、嗜睡的現象
- 5. 生理、心理**遲鈍**或是脾氣**暴躁**的現象
- 6. 每天都有**疲憊**和精力不足的現象
- 7. 覺得自己一無是處、**沒有價值**，或是有歉疚感、**自責**與罪惡感
- 8. 感到無法**集中精神**、**無法思考**、**無法做決定**
- 9. **死亡**的想法不斷湧現，或是有實行自殺的**計畫與嘗試**

Shin-Yi Wang, PhD/ supervisor of clinical psychologist 2023/08/28

17

<https://create.kahoot.it/kahoots/my-kahoots>

青少年常見的心理疾患

青少年常見的情緒困擾與偏差行為-

- 行為疾患 behavior disorder (約19.1%): **注意力缺陷過動疾患 (ADHD)**、**對立反抗 (Oppositional-defiant disorder)**、**違規行為障礙 (conduct disorder)**、..，症狀初發之中位數年齡為11歲；9.6%終生中有功能嚴重受損或低落
- ADHD主要症狀包含不專注、衝動、過動、低學業成就、行為問題，此症又分為注意力缺陷型、過動衝動型、綜合型。
- 流行病率：學童中有ADHD比率估計約有3-18%，約70% ADHD有合併其他疾患（如：憂鬱症，違規行為障礙 (CD) 和對立性反抗性異常 (ODD)），通常症狀應該在小學前即出現，但多數在進入小學後才會被發現與診斷。

Shin-Yi Wang, PhD/ supervisor of clinical psychologist 2023/08/28 The National Comorbidity Survey Adolescent Supplement (NCS-A) 18

ADHD診斷準則(DSM-IV)-1

甲：A或B 有一成立，

ADHD teen experience

A**注意力缺失**的症狀(要有6項以上，且持續6個月以上)

- (1) 對學校作業、功課或其他活動經常無法留意細節或粗心犯錯。
- (2) 維持注意力在作業或遊戲活動中經常有困難。
- (3) 跟他說話時，常常沒在聽。
- (4) 對指定的事經常無法堅持到底，對學校作業、家事或工作中的責任事項也常無法完成。（並非因為反抗行為或不了解命令的內容）
- (5) 對他安排工作與活動常有困難。
- (6) 對需要持續專心從事的工作（如學校或家庭作業）常會逃避、厭惡或做得不甘願。
- (7) 常弄丟工作或活動所需的物品（如玩具、作業本、鉛筆、書或工具等）
- (8) 經常受到外來刺激的吸引，而注意力缺失。
- (9) 在日常活動中經常健忘、疏忽。

Shin-Yi Wang, PhD/ supervisor of clinical psychologist 2023/08/28

19

ADHD診斷準則(DSM-IV)-2

過動—衝動的症狀(要有6項以上，且持續6個月以上)

- **過動**(1) 經常在座位上動手動腳或不安份的蠕動。
- (2) 經常在教室或其他需要坐好的場合中離開座位。
- (3) 常常不顧場合過份的跑跳攀爬。（在青少年或成人，可能僅為不情願待在此情境中的主觀感受）
- (4) 常常不能安靜地玩遊戲或從事休閒活動。
- (5) 常常處在「蓄勢待發」的狀態或是動起來像是有馬達驅動一樣。
- (6) 話經常說得太多。
- **衝動**(7) 常常問題還沒聽完就衝口說出答案。
- (8) 常有困難排隊等候。
- (9) 經常打斷或打擾別人（例如打斷別人的談話或進行的遊戲）。

Shin-Yi Wang, PhD/ supervisor of clinical psychologist 2023/08/28

20

ADHD診斷準則(DSM-IV)-3

- 乙、某些過動-衝動或注意力不集中的症狀，會在7歲前就出現。
- 丙、某些症狀在大於或等於2種情境下出現；如：學校、工作或家裡。
- 丁、上列症狀必需有明顯證據造成社交、學習或就業的障礙。
- 戊、需排除有廣泛性發展障礙、精神分裂症或其他精神異常及情緒障礙(如：情緒異常，焦慮，分離情緒異常)。

● 思覺失調症 (精神病)

- 特徵為**思考**、**情緒**
- 解構的思考**，其
- 錯誤的**知覺與注意**
- 缺乏**情緒表達**或
- 動作與行為**的問題
- 患有思覺失調症的人常進入奇怪的信



DSM-5 的思覺失調症診斷準則

- 下列症狀至少有兩個或兩個以上且持續至少一個月；(1)、(2)、或(3)中至少有一個：
 - (1) 妄想
 - (2) 幻覺
 - (3) 解構的語言
 - (4) 解構或僵直的行為
 - (5) 負性症狀（無動機或情緒表達少）
- 發病後，工作、人際關係或自我照顧功能下降。
- 有病徵的時期至少持續六個月；或者，在前驅期或殘餘期，負性症狀或是至少兩種符合上述(1)至(4)的症狀以較不嚴重的形式呈現。

表 9.1 思覺失調症主要症狀摘要

正性症狀	負性症狀	解構的症狀
妄想、幻覺	無動機、失樂症狀、無社會性、 鈍化的情感、貧語症	解構的語言、解構的行為

情緒障礙學生/三級個案 心理處遇

- 處遇焦點
 - 個案評估與診斷
 - 個案輔導/諮商治療
 - 家庭與老師輔導/諮商治療
 - 家庭與老師資源連結/統合
 - 醫療&社會資源轉介與連結
 - 教育/輔導/心理人員自我照料與支持-紓壓與情緒/壓力因應與支持

如何幫助/輔導情緒障礙的學生

- 早期篩檢/發現，並協助早期接受有效的治療與介入
- 建立支持、信任、同理的師生關係
- 架構支持聯結網絡
- 學校-老師-家長-治療人員的合作
- 共病/自殺檢測與預防
- 用藥資訊及促進服藥遵從度、參與治療
- 觀察期情緒行為穩定與追蹤進展變化
- 其他資源連結
- 其他搭配的輔導或引導重點
 - 提供和引導孩子發展和從事一些活動(行為活化&轉移專注)
 - 適度地肯定其表現、引導孩子看到自己的優點
 - 支持鼓勵學生練習放鬆方法
 - 對焦慮的學生也要漸進和適度的引導去因應(而不要讓他用迴避的方式處理她的擔憂或害怕)

Shin-Yi Wang, PhD/ supervisor of clinical psychologist
2023/08/28

26

教學場域中對情障學生的介入技巧

- 與學生和重要他人建立連結/好關係
- 了解學生的特質與優缺點，並幫助他們從優點開始瞭解自己
- 透過優勢能力協助學生自我肯定與獲得肯定
- 了解分析學生情緒行為誘發的前因或主要因子
- 確認和幫助學生設定改善目標，一次一小步
- 提供誘因與動機
- 提醒與引導
- 結合資源共同幫助孩子
- 立即與有效的鼓勵和增強

9 Effective Teaching Strategies for Students With Emotional and Behavioral Disorders

Shin-Yi Wang, PhD/ supervisor of clinical psychologist 2023/08/28

34

讀懂情緒障礙學生的心

回顧與總結：

情緒障礙學生經常有較嚴重的情緒行為困擾及變化起伏，除了需要輔導和心理人員和老師們的專業&用心及合作支持，以提供下列焦點的介入：

- 個案評估與診斷
- 個案輔導/諮商治療
- 家庭與老師輔導/諮商治療
- 家庭與老師資源連結/統合
- 醫療&社會資源轉介與連結
- 輔導/心理人員/老師的自我照料與支持-紓壓與情緒/壓力因應與支持

也期待這些有較大危機與困難的學生能平安快樂地學習成長~



Shin-Yi Wang, PhD/ supervisor of clinical psychologist
2023/08/28

35

讀懂情緒障礙學生的心

謝謝凝聽！

回饋 & 問題與討論



進一步詢問請掃描上方加LINE 或
email: psy.wangshinyi@gmail.com

溫馨提醒

著作權 ©	2023年	王心怡	版權所有・不得任意轉載
版權聲明	發表年份	作者	版權所有

Shin-Yi Wang, PhD/ supervisor of clinical psychologist 2023/08/28

36