

關於「共享式注意力」的問題

文：黃奕偉臨床心理師

共享式注意力是一種「注意共同焦點」的行為表現，發生於「人際之間」。這個概念不同於「注意力不足過動症」（ADHD）的問題，但共享式注意力和ADHD的注意力問題，從外觀乍看之間，都看似有注意力的問題。

要提升共享式注意力的表現，主要有三個重點：一、要有增強物（具有強化良好行為發生的作用）：如果焦點本身就有吸引人的效果，那當然最好，代表這個焦點本身就有增強的效果。也可用額外的獎勵方式，提醒孩子注意共同焦點。二、跟孩子距離焦點遠近有關：孩子距離焦點越近，當然吸引孩子注意力的效果越好。反之，距離焦點越遠，孩子越容易注意到其他東西去，變成專注的對象在其他事物了。三、跟現場人數多寡有關：如果現場人數越少，越有機會拉住孩子的注意力，如果人數越多，孩子的注意力就越容易跑掉，所以，一對一的效果，常常最有機會抓住ASD的注意力，但ASD卻又不能始終只是在個別化的學習情境，因為人際互動也是他們的一大問題。

共享式注意力會是一個長期性的問題。在自閉症光譜中，越接近典型自閉症的ASD，常常共享式注意力會越差；越接近亞斯伯格症的ASD，問題相對會輕微些，甚至沒有這方面的問題。但不管如何，前述提到的三個重點都可以請各位家長多加注意。

如果您的孩子有共享式注意力的問題，而您又有機會陪同孩子學習的話，可以在孩子旁邊給予適度的口頭提醒，例如：「上課眼睛看哪裡？」、「上課眼睛看老師」、「上課耳朵要聽誰的話？」，來協助孩子將眼神對向老師，強化孩子對團體焦點的認識與經驗，這也是家長在旁陪同孩子學習的可貴之處。

