

專題：觸覺防禦

(觸覺防禦的本質、對 ADHD 和學習的影響、如何訓練改善)

感覺運動統合訓練師 彭郁婷老師 撰文
鄭信雄醫師 校閱

100.06.22

一、觸覺系統

觸覺系統是個體在母體內最先發展的感覺系統，也是最基本、影響力最大的感覺系統。由於觸覺系統和神經系統源自胚胎期的外胚層，兩者合作密切。長大後觸覺牽引著全身的腦神經整體，不似聽覺或視覺有其特定範圍，因此在個體發展過程中，觸覺系統無時無刻接受外界觸摸、按壓、冷熱、疼痛以及皮膚上汗毛拂動等刺激，可說是個體探索環境時最重要的媒介，不但影響情緒的平衡，同時搭配前庭及本體感覺，控制個體動作和認知能力的發展。

個體對於觸覺刺激的反應能力，可以分為兩種：1.防禦性觸覺；2.識別性觸覺，兩者的反應能力取得適當的平衡時，觸覺系統得以發揮最佳的效能。

- 1.防禦性觸覺。大腦在自然界億萬年的演進過程中，學會了在面臨危險時，形成一套神經反應的方式：先引發注意力分散掃描，並準備迎戰或逃離。這是單純保護自己免受傷害和找到食物的自然反應，對動物幾億年來能生存，自然很重要。
- 2.識別性觸覺。協助身體精密辨識哪個部位正在被碰觸，所碰觸的物體、形狀、質地、溫度……等訊息，使個體能夠冷靜判斷外在刺激的意義、具危險性或是助益性，進而做出適當的行為反應，這在人類生存和文明創作上很重要。

若兩者的反應能力調節失調，個體的中樞神經系統對調節與解讀碰觸皮膚、毛髮的觸覺刺激就會出現障礙，即所謂觸覺敏感(防禦過當)或觸覺遲鈍。

二、觸覺防禦

觸覺防禦孩童的基本問題在於感覺防禦太過當：身體五官的眼睛視覺、耳朵聽覺、嘴巴講話和吃食物、和手腳肌膚活動跟書寫的感覺太過敏銳又不靈巧，主要是大腦中樞神經前額葉的抑制和調節功能有困難和失常(Disinhibition)。腦神經系統因防禦性觸覺過度敏銳，隨時處於警覺和緊張的狀態，導致全身感覺都過度敏銳，因此最明顯的是對於輕微或正常人能接受的有形或無形的碰觸感到不舒服，而在情緒和行為上容易出現強烈的防禦性憎惡，帶來逃避或立刻回擊的反應。

〈對生活層面的影響〉

觸覺防禦會反應在各個感官層面，除了皮膚，眼睛、上下嘴唇、鼻子嗅覺，及舌尖味蕾等感官也常常會有過度敏感和不靈敏的現象，例如孩童可能對光、聲音、或某些嚼感的食物敏感，形成小小年紀出門都要帶太陽眼鏡、常用手摀耳、挑食、偏食等現象。

生活上，孩童會逃避或特別偏愛碰觸某些特定質感的物品，例如避免穿粗糙質料的衣服，對於衣服的標籤、鬆緊帶及車邊特別敏感，或相反地偏愛某特定款式質料的衣服。此外，孩童會拒絕某些一般日常的生活自理或家長協助處理的動作，例如洗頭、洗澡、剪指甲、剪頭髮；對於可能弄髒身體的繪畫顏料也會加以排斥，例如：指畫、漿糊或黏土。

矛盾的是，我們又會看到這些孩童常到處碰觸不停，或喜歡摟抱、捱靠在親人及玩偶身上，這是由於他們需要額外重觸重壓之觸覺刺激以獲得愉快的感覺，也許有安撫平時接受輕觸所產生的不安感，更可能是自我尋求平靜及促進識別性觸覺發展的方法，但效果不大。因此我們可瞭解，觸覺和五官運作上的通則—過度和不足都是有問題或失常，只在觸覺和感覺上可有可無、個性上適當伸縮性或可調節性的情況下，才是正常或最適宜生存。此外，這些動作容易讓旁人覺得不合時宜或不雅觀，以為是孩童故意的，是爸媽教養錯誤或過度寵溺。其實這是觸覺防禦嚴重的孩童，不由自主產生的結果。他們需要被了解和接納，責備會增加師長和孩童間相處不良和信任上的惡性循環，經適當善意的半忽視和教導接納自己的過度敏感和安排調解講道歉的話，經適當期間改善敏感的訓練而獲得改進。

〈對人際關係的影響〉

由於觸覺防禦的孩童只能由他們做主動觸碰，而不能是被碰觸的一方，因此在面對排隊、坐車或遊戲等可能發生非預期有形或無形碰觸的情境時，他們會感到很大的壓力，時時擔心「別人會不會碰到我、打我而使我難堪」。他們可能會抱怨：「他一直在旁邊弄我」、「他一直靠我很近」，或「我不想和他坐在一起」。觀察後會發現—孩童排隊時總是歪到隊伍外面，或是當別人僅是想幫他揮去衣服上的灰塵，他卻認為別人要打自己而未等到別人的手碰到時，就先出手打對方。這些對於有形或無形的碰觸，所引起情緒上的煩躁不安，迫使孩童立即採取戰或跑的反應，「戰」是我們看到孩童採取防禦性的罵人、打人或推人的動作；「跑」是孩童會躲開預期中的碰觸，或與人有碰觸的機會。

另外，觸覺防禦的孩童會避免被摸臉或擁抱、排隊時會與人保持較長的距離、天熱時仍穿著長袖衣服，或吃東西時動作很小心翼翼。這類孩童會給予他人似乎很拘謹、有禮貌的印象，其實這些都是源於他們對於一般無害的碰觸過於敏感，而期望減少與人事物的碰觸所致，因此我們可能會看到觸覺防禦的孩童常喜歡獨自一個人玩，學習時則需要較寬敞的個人空間；年齡較大的學童或學生通常坐在教室的角落，或在人群中都站在邊緣，與他人交換意見和討論學習都有困難。

此外，有些觸覺防禦的敏感孩童常也伴隨身手不靈巧的現象（運用障礙），這是防禦性觸覺和識別性觸覺的不平衡，常常導致遊戲時缺乏同理心和細膩接近，或破壞遊戲常規；與同學玩不起來，難以融入群體，發展良好的人際關係，予人此孩童個性暴躁、孤僻、愛搞破壞及不合群等印象。真正的問題是身體五官上有過度敏感和不靈巧的現象，不是故意如此或不合作，可透過適當的感覺運動統合訓練而加以改善。

〈對學習層面的影響〉

腦神經中樞神經依心智注意的重點，把眾多感覺做輕重緩急的處理，是個體對專注於認知學習和執行綜合判斷很重要的程序。孩童若身體學習五官系統調節失常，易因各感官過度敏感抑制調節不下來，而導致上課好動、分心、衝動和沒有安全感。

1. 好動、衝動、分心和學校恐懼症

學校老師和家長大多數所看到學生適應欠佳的行為和情緒，跟觸覺敏感（防禦）和一部份帶有五官不靈巧的行為結果，有很大的相關。這些孩童常有下列情況：好動、衝動（講話不停、口語暴力和動手動腳）和嚴重分心（玩手、玩鉛筆、眼睛飄瞄不定），眼手協調不良的粗心、抄寫跳行跳字，不聽話或寫功課時間很長。這些欠佳行為或現象的背後來源，是這些孩童藉活動身體來產生腦內嗎啡（Endomorphine）來獲得愉悅感，也是在不知不覺中藉由活動對內耳平衡三對半規管的刺激、抑制和調節，來協助增強在大腦前額葉的五官身體形象和管理情緒（衝動、暴躁、激怒、易哭）和專注力腦神經通路的不足。這個原理和部位，也是觸覺防禦的原理和訓練改善的原則。只是在上課中，這些不由自主的好動、分心和衝動等行為，容易讓老師和同學感到憎惡或不喜歡，常被認為學童是故意搗蛋或不合作；加上課堂內活動量有限，產生的改善調整微乎其微，因此如何進行有效的訓練成為重要課題。臨床上要達到有效的改善，除了需要老師的接納和包容外，運用課前課後、或課間的休息時間，給與大量的跑跳活動是很重要的。特別是透過老師和家長協調幫助，避免被貼標籤，找幾個愛心小朋友的瞭解跟善意陪伴和私下受獎下，一起打球、跑操場數圈到出汗等，持之以恆，對整個學期的情緒行為和每一節上課的穩定專注，都很有幫助。

此外，觸覺防禦的孩童喜歡固著於熟悉的環境中，對於外界的新刺激適應力差，不喜歡接觸新的事物，容易給人個性固執、不配合或難相處的印象。他們可能會因為重新編班、換老師或不滿意分組結果，而有害怕、拒絕上學的情況。永春文教基金會曾對五所國小全校學童和全省幼稚園進行抽樣常模，分別做統計分析研究，發現**患有拒學症或學校恐懼症的學童同時有感覺生理上的過度敏感（觸覺防禦）和笨手笨腳不靈巧（運用障礙）現象**。分離焦慮是孩童敏感表現或解釋的表面現象；雖然減敏的行為治療，對一部份拒學症學童也有幫助，但若沒有改善基本生理上的過度敏感和不靈巧時，未來進入社會後，在克服生理壓力上仍會有很大的困難。對觸覺防禦或感覺生理過度敏感和笨拙小孩，可從感統訓練做基本治療改善。

2. 大腦中身體形象不精緻或身體概念不良、動作計畫能力不良(運用障礙)

如常常受傷但不自知、知道被摸但不知道被摸何處、無法單靠觸覺分辨事物，或常不知道自己遺失東西，進而影響做事的效率，也就是缺乏精確區辨能力，及模糊的身體形象，讓觸覺防禦的孩童同時也存有部分識別性觸覺遲鈍的現象，使原本較易於觸類旁通的潛能，受限於生理上手眼協調或口語上的不靈巧，而無法充份發揮。

不靈巧學童的腦中身體形象不精緻，手眼協調能力弱，常摔跤且自助能力差，要想像、組織及操作出一連串的身體動作有困難（如學騎腳踏車，或抄黑板寫功課）、精細動作控制不佳而影響進食、穿衣、寫字等功能，而顯得其做事容易拖拉且笨手笨腳，整體學習能力也比同儕慢。做功課和交作業，或聽懂和執行師長們的交待，有嚴重的困難。在高中或大學時期，以及進入社會就業後，由於動作計畫和組織能力差，常常只能做低階工作，更談不上需要細膩地實驗和寫報告、撰寫企劃書、獲得升遷的機會，故常因無所發揮而有懷才不遇之嘆。

〈對情緒、衝動及自我概念的影響〉

一般人會因順向毛髮輕觸或重觸按摩而穩定情緒，當觸覺過於敏感就可能產生情緒障礙。嬰兒出生後，觸覺刺激是穩定其情緒的最主要來源。依據哈洛(1959)利用猴子做的研究，出生6-12小時的小猴子與母猴分開後，同時提供小猴子兩隻「代理母猴」：一隻是由鐵絲做的，身上有奶瓶可哺乳；另一隻是絨布做的，沒有餵食功能。研究結果發現：當小猴子肚子餓的時候，會去找「鐵絲媽媽」，但是只要肚子不餓，多半會挨在「絨布媽媽」的懷抱裡；如果讓小猴子單獨和「鐵絲媽媽」或「絨布媽媽」生活，則發現與絨布媽媽生活的小猴子較有安全感，能較主動去探索環境，也比較不會依戀媽媽；而跟鐵絲媽媽生活的小猴子在情緒上，明顯出現暴力、不安、易怒的行為。此研究顯示擁抱、愛撫等觸覺刺激可以幫助個體發展大腦的情緒穩定功能。

觸覺防禦的孩童在情緒上容易多愁善感、情緒起伏大，一旦情緒過度興奮，或莫名地感到憤怒，便很難讓情緒緩和下來，父母親常需要提供特別多的安撫以穩定其情緒。若遇到嚴格、不會鼓勵的家長，孩童常因受到師長責罵跟同學嘲笑，無處獲得安慰而導致自尊心和自信心都發展低落。有時看到觸覺防禦的孩童藉由咬自己的衣服、咬指甲，咬鉛筆尋求口腔刺激，就是藉此咀嚼力量，欲得到安定、滿足的作用。

在學校環境中，對一些情緒衝動或口頭暴力的學童，由於他們很難改過來或一再觸犯，問題最難解決。這是美國精神科醫學會有關精神科診斷和統計手冊上，屬於注意力不足好動症候群(ADHD)。這症候群中包括好動、衝動和分心；「好動」會隨年齡的增長而改善，但衝動和分心則改善不多，會以遮蓋和變形的方式表現，導致學校功課、婚姻和職場就業難有成就。

三、觸覺防禦的成因

1. 可能成因：

- (1)體質遺傳；
- (2)胎兒在過多的羊水保護中難有機會與胎盤內壁接觸，缺少觸覺刺激；
- (3)胎兒出生前後發生缺氧的情況，導致觸覺神經核受到傷害；
- (4)剖腹生產之胎兒沒有經歷子宮的收縮和產道的擠壓，缺乏最原始的觸覺和本體覺的學習機會；

(5)非母乳餵養或出生後缺乏摟抱、輕拍；

(6)過度保護，不讓幼兒四處爬行、跑跳、碰摸，加上電視與遊戲機成為主要玩具，大幅度減少各種感覺刺激輸入機會，使孩童錯過觸覺探索的黃金期，也因此影響其發展視知覺及三度空間的概念。

2.生理基礎：神經系統上的失常。觸覺防禦的孩童很少被剝奪觸覺發展所需要的碰觸和擁抱，但他們確實在壓抑和調整觸覺活動的神經機能有缺陷，以至於對外界的觸覺刺激之辨識能力不足，防禦性觸覺又太多。

四、如何治療觸覺防禦的孩童？生理方面依其重要性分述如下：

1.實施大量「密集式感覺運動統合訓練」

地球上動植物的成長和演化，都受到地心引力的左右。人類從胎兒、幼兒、學童到成人的讀書和文明發展，跟低等動物發展到高等動物的發展過程一樣，都受到地心引力的強烈主導和影響。我們內耳前庭平衡器官的三對半規管，加上橢圓囊和球狀囊，是讓人類身體中適應地心引力和反抗地心引力的主角。讓人類胎兒從腦幹發展到小腦半球、再進展到大腦半球和厚厚的大腦皮質，從幼兒翻身到爬行、學走路到跑跳，進步到讀書寫字的專注和靈巧來創造文明，都是受到前庭平衡器官主導成功反抗地心引力的成果。這中間如果有腦神經發展上稍許延遲或不盡恰當，都會造成好動、衝動、分心、讀書寫字跟學習上的困難，情緒上的障礙，和大腦皮質聰明發揮在讀書和長大就業上的失常。我們訓練改善有這些困難或適應欠佳的學童，就從補充前庭平衡器官發展管控不盡恰當的腦神經前額葉、即理性情緒大腦皮質上神經通路的不足，和身體形象的不精緻方向著手。這是學童行為上過度敏感和協調不靈巧的原因所在。在腦神經系統上，前庭平衡器官掌理眼睛視覺、耳朵聽覺、嘴巴講話、手腳身軀上肌肉和全身皮質觸覺上，所有的方向感、力道感、和輕重感；而本體感受器官（筋肉關節動覺）可以刺激、抑制和調節前庭平衡器官的影響力，改善大腦前額葉理性統合的神經通路和達到大腦身體形象精緻。我們**利用手腳和頸背感覺和運動的本體感受器之統合活動，改善大腦中的神經通路和有精緻身形象，達到改善敏感情緒和協調不靈巧，來發揮聰明才智。**

實際協助觸覺防禦的孩童時，引導他們重新經歷嬰幼兒期四到八個月時的「俯臥伸張」或爬與匍匐姿勢。這個姿勢是低等動物發展到高等動物的重要生存條件，如青蛙、蜥蜴、蛇、魚等動物，都是透過這種姿勢維持專注、找到食物且避免被敵人吃掉，這是動物生存幾億年的道理。孩童重新經歷強力收縮頸背肌肉的俯臥伸張姿勢，能提供內耳前庭系統較強烈刺激、抑制、和調節三對半規管平衡系統對身體所有器官的方向感、力道感和輕重感，以產生大腦中精緻的身體形象和皮膚觸覺的不過度敏感。

同時透過「俯臥伸張」姿勢，刺激前庭平衡系統穩定大腦前額葉視覺神經平順閱讀和抄寫不跳行不跳字、改善分心增進專注力，及眼手和身軀協調靈巧度，進而發展大腦高度組織執行能力及良好的情緒管理，是奠定學業、事業成就和擁有良好人際關係的重要基礎。

依據鄭信雄醫師和葉子成醫師等人(1996)在台北榮總的研究，好動分心的孩童透過三個月「俯臥伸張」姿勢的密集式感覺運動統合訓練，在功能性磁振造影誘發性血氧濃度圖 (fMRI BOLD TEST) 的結果中，顯示前額皮質區、內額葉、扣帶迴和尾狀核，皆出現高血氧濃度，接近正常的孩童，代表大腦前額葉理性大腦神經通路的永久改善。和好動衝動分心或其它適應欠佳孩童在此區神經通路的蒼白缺欠，統計上達到有義意的差別。此結果代表**密集式感覺運動統合訓練能提升孩童前額葉「識別性觸覺」的區辨能力，增加專注，手眼協調的靈巧和動作執行，同時抑制原始低層次保護性「防禦性觸覺」的過度敏感，協助孩童能更正確分辨外來訊息，進而做出符合時宜的理性行為反應。**這項運動是孩童好動、衝動和分心和其背後的觸覺防禦的改善訓練，是最快最強有力的方法。

2. 提供大量觸覺刺激

- (1)用充氣式的大龍球或捲起的棉被對全身皮膚做深部觸壓，有抑制神經興奮的效果，感覺上很舒服，代表對大腦的統合或重新組合良好。
- (2)用不同材質的織物幫幼童做全身按摩或刷身體，範圍為背部、腕部、頭皮、顏面部、口腔周圍、四肢等部位的皮膚，避免頸部到臀部之間的部分。
- (3)透過擁抱、按摩或適度擺盪，刺激大腦感受。
- (4)以遊戲方式進行大量的觸覺刺激。例如：玩水、玩泥土、抓癢、塗顏料，或以吹風機、吸塵器對皮膚做適度刺激。
- (5)提供有阻力性的活動。例如：「捍麵」遊戲、讓孩童從球池或裹緊的棉被中（不包含頭部）掙脫出來。另設計需要用力或出力的手部功能活動，如剪有厚度的紙、擦大範圍的黑板、做橡皮擦擦拭的動作，也可以穿著加重的背心進行活動。
- (6)訓練觸覺區別能力。蒙上孩童的眼睛，讓兒童用手腳觸摸物品並說出物品的名字。

3. 多與大自然接觸。訓練原則為肢體動作較多的室外遊戲，時間：30 分鐘以上

- (1)家中：滑板、前後側翻滾、搖呼啦圈。
- (2)學校、公園：頭朝下俯臥溜滑梯、盪鞦韆、翹翹板、旋轉、攀爬、騎車、踢球、滾桶、吊單槓、玩沙、草坪上裸足跑跳。
- (3)遊樂場所：雲霄飛車、咖啡杯、健行、登山、旅遊。

五、如何面對觸覺防禦的孩童？心理方面分述數點如下：

1. 覺察父母的教養方式

相較於一般孩童，父母的教養態度對於觸覺防禦的孩童影響更大。觸覺防禦孩童的父母尤需檢視：自己的防禦性觸覺是否也過於旺盛？是否常與他人比較，面對挫折時常不想替這個難養的孩童負責？或常重複上一代對自己的責備：「你看你又」、「你就不能」、「你這樣別人會怎麼看你！」。觸覺防禦孩童容易受到父母的情緒影響，如果父母能正面看待自己的敏感，孩童將可以從父母處得到自信，擁有健康的自我形象；反之，父母若無

法接納自己的敏感，孩童也會間接受到影響而不喜歡自己。因此父母必須設法保持冷靜、溫和及樂觀，如此才能穩定孩童的情緒，且減低生理上的壓力反應。

敏感的父／母一方常會扮演主要教養孩童、決策者或保護者的角色，讓另一方覺得無法插手。對此情形應鼓勵父母雙方皆能參與孩童的教養引導，讓不那麼敏感的父／母，提供教導冒險、熱誠等特質學習。而若父／母任何一方的焦慮程度大於本身所能承受之範圍時，也應尋求醫療專業之協助。

2.減敏，逐步改善

以密集式感覺運動統合訓練治療觸覺防禦孩童不像打針吃藥，可以立即見效，需要有足夠的時間及耐心，搭配師長及父母的觀察及回饋，成效才會逐漸顯現。期間父母佐以漸進的方式的陪伴孩童，例如怕草的孩童，先在生活中常看到少量的草、葉，逐步縮短跟草地的距離，再短時間帶到草地上（最好有同儕）。而不是一昧鼓吹要求什麼都要碰，或把孩童脫了鞋襪硬帶到草坪上。當孩童出現緊張、有心跳加速、呼吸急促等現象時，教導孩童做深呼吸緩解這些交感神經的作用。

3.讓孩童自己來

父母要改變「我做得比你快／比你快」的想法，讓孩童知道的事情要自己做、自己想辦法，也不要擔心孩童做不好的話會添麻煩。另外，觸覺防禦的症狀有部份是遺傳自父母，故爸媽們也要注意自己是否在孩童還沒有嘗試前，就在旁邊大叫「不准跑，小心摔跤！」、「不要玩沙子，把衣服弄髒了！」，以避免孩童只要想要做什麼事時，就想起了「不許」與「不要」。因此鼓勵孩童嘗試新事物，是父母的重要工作，時時觀察及把握孩童好奇心出現的時機，並適時激發好勝心讓其自己動手做，父母輔以協助即可。

4.如何吸引孩童的注意力？

對於觸覺防禦的孩童容易衝動、分心，等現象，可給予觸覺刺激以拉回其注意力。例如摸頭、拍拍肩膀，或邊拍手邊提醒孩童要注意的事項。有些孩童眼神會飄渺不定，父母可以先扶著孩童的頭，溫和地要求：「看著我」，並經常提問：「我剛才說什麼？」請其覆述一遍，再逐步減少動作方面的提醒，從兩隻手、一隻手摸著頭，再到扶著肩、僅是拉著手，拉衣服，直到無需身體接觸，孩童就能專注地和大人說話。

5.尊重孩童的不同，取得信任，並建立其自信心

父母需要釐清對孩子的期望，親子間多討論，父母可將觀察到的進步回饋給孩子，並給予鼓勵。此外，細心的觀察並找到孩童的優勢學習管道，協助孩童逐漸往擅長的才能去發揮，建立解決問題的自信。

六、如何面對情緒失控的孩童？

1. 重重的擁抱。提供重觸重壓的實在的觸碰，避免輕拍，可以幫助一個人安定。
2. 避開「人多吵雜」的環境。利用忽視或隔離的方式，減少刺激，也削弱孩童在大庭廣眾下哭鬧的行為。對較小的孩童可以使用搔癢引起發笑、帶到外面走一走、吃點東西轉移注意力，再協助孩童在情緒穩定時將規矩內化。
3. 檢視自己，避免嘮叨與嘲諷漫罵。提供簡單和明確的指令，可以協助孩童安定，並逐步執行父母或師長的要求。責罵只會讓當下的情況更難堪，並讓孩童降低自信與自尊，尤其避免用愛來威脅孩童：「你再這樣，爸爸/媽媽就不愛你了...」。在孩童進步之前，大人需先穩定自己的情緒，並在觀念及行為上做調整，大人先進步才能引領孩童的進步。
4. 寬容看待孩童的困難。情緒不安有兩種情形，一種是感冒、火氣大所致，讓孩童吃飽、喝足、睡夠，或尋求醫師的治療，很快就可以改善。另一種是從小長期情緒上的不安定，緣於感覺過分敏銳或笨拙所致，積極接受感覺運動訓練會逐漸改善。如能瞭解和接納孩童「生理上有困難，而不是心理上的作對」，當孩童有契合環境的表現、良好的行為或控制住情緒的情境時，給予即時且具體的讚美，就能促進情緒穩定。
5. 維持前後一致但有點伸縮性的態度。無法預料的處罰會讓觸覺防禦的孩童更焦慮，保持安靜、堅定、前後一致的態度，是改善孩童以哭鬧當作討價還價的工具情況的必要措施。

永春從訓練治療感覺運動統合失常學童30年的經驗指出，觸覺防禦即多重感官在腦神經生理過度敏感和抑制困難，產生好動、衝動、和分心的現象。改善孩童前額葉理性大腦抑制力的神經通道，而產生專注和靈巧（手眼協調動作和情緒控制更具伸縮性）的訓練，同步改善衝動和分心的問題。

每次診斷和訓練孩童當中，我們也會瞭解和診斷家長的配合度，及在家中帶動孩童做運動的能力。臨床上會一再看到很嘮叨、每次罵孩童的不對、被小孩吃定不配合的媽媽；也有平時不太理會，但當孩童有困難或不高興就打罵的爸爸。這些都代表笨手笨腳的家長，不會運用稱讚或其它策略（如延遲滿足策略中的週末獎賞）來帶動孩子。這些現象都指出孩童的敏感或不靈巧，遺傳來自父母，只是表現的方式和輕重不一樣。家長需學會抑制自己的衝動，若想一再糾正孩童的舉止，則容易因不專注和不靈巧的孩童做不到，而陷入互相討厭的惡性循環。最好的方法是家長走開，讓雙方冷靜下來。一小時後或第二天，家長有了接納和體諒孩童的困難的心態後，以有效教育的角度及和平體諒的口氣，用暗示、提醒、催眠的口語，告知運動讓孩童衝動話或分心的減少，家長很高興，表達家長態度的改變。孩童會很敏感感受到家長的改變，而積極幫助自己。

家長如能透過「密集式感覺運動統合訓練」協助孩子改善其生理上的困難，同步體察及調整自己的教養策略，接納並包容孩子的改變，相信很快地會達到「親子雙贏」的成果。