



孩子常被說愛打人、不合群？醫揭背後原因：不一定是教養問題

Apr 03, 2026

兒童節將至，許多家長忙著準備禮物，但也有不少家庭正面臨孩子在人際互動上的困擾：容易生氣、無法排隊、排斥他人靠近，甚至出現推人或打人的行為...等，常被貼上「不合群」「過動」等標籤。臺北市立萬芳醫院復健醫學部職能治療組指出，孩子出現這些行為並非故意調皮，背後可能與「觸覺敏感」與「感覺需求高」等生理特質有關，透過個別化的職能治療介入，這類孩子的狀況多能獲得顯著改善。

三歲的辰辰（化名）入讀幼兒園半年多，經常無法乖乖排隊，只要同學輕微碰觸就情緒激動，甚至引發肢體衝突；玩玩具時也因他人靠近而生氣，對團體生活造成影響，起初家長認為只是個性活潑或脾氣較大，但經過適應期後仍未改善，在老師建議下就醫評估，才發現問題並非單純行為偏差，而是感覺調節功能需要專業協助。

職能治療組技術組長劉妍廷指出，「觸覺敏感」的孩子就像體內裝有過於靈敏的警報器，日常輕微碰觸對他們而言可能如同撞擊般不適，因此容易出現抗拒、閃躲或情緒爆發；而「感覺需求高」的孩子，則需要透過跳躍、翻滾、碰觸等活動來獲得足夠刺激，以維持身體與情緒穩定。這類孩子常被誤解為不配合，其實他們正自發性地尋求感覺刺激以維持穩定，若未提供適當感覺刺激，就容易在團體中產生衝突。

針對辰辰的狀況，治療團隊設計了專屬「感覺餐」運動計畫，透過跳床、前滾翻等前庭覺活動，搭配手撐地板、攀爬繩等本體覺訓練，幫助孩子穩定情緒與行為。劉妍廷分享，當辰辰在治療室第一次成功與同儕和平共玩時，臉上露出開心笑容，彷彿在說「原來我也可以被喜歡」，過去在學校較孤單的他，現在透過治療建立正向經驗帶回學校，慢慢擴展人際關係，也為未來銜接小學階段奠定良好基礎。

值得注意的是，近年兒童職能治療需求呈現增加趨勢。劉妍廷分析，隨著國健署篩檢制度推與早期療育觀念普及，許多感覺調節或發展疑似遲緩的孩子能更早被發現，及早接受評估與療育服務。她強調，早療不應被視為負面標籤，而是協助孩子發展的重要資源，若能在學齡前及早介入，有助降低未來在人際關係、注意力及學習動機上的困難，避免因反覆挫折形成惡性循環。

劉妍廷建議，若孩子在進入幼兒園一學期後，仍持續出現人際互動困難、排斥他人碰觸或情緒反應過大的情形，家長可儘早就醫評估，尋求復健醫學部



醫師門診，由專業團隊透過標準化工具釐清問題並提供適切介入。在兒童節前夕，除了物質禮物，理解孩子的特質與需求，並在關鍵時刻給予正確支持，才是最珍貴的成長禮物。