

2026 家長選課指南

雙北專注力・感統 選課指南

給正在為孩子的專注力、情緒與感統煩惱的爸媽——
在報名任何課程之前，先花十分鐘看懂這個市場，把每一分
錢花對地方。

六大類型 × 對症清單 × 諮詢九問 × 決策框架

這不是廣告，是一份幫你少走冤枉路的工具。

看懂機構怎麼分、孩子適合哪一種、諮詢時該問什麼、怎麼判斷值不值得。

市場很大，但選對機構的資訊，一直很少

雙北是全台兒童專注力與感統服務最密集的地區——健保復健診所超過 250 間、自費職能治療所約 50-55 間，再加上腦波評估、感統中心與綜合發展機構。選擇多，反而讓爸媽更難決定。

更麻煩的是，這個市場最大的痛點是「看不清楚」：有的評估報告要另外加購、有的費用不公開、有的療程總價根本估不出來。很多爸媽是被「品牌名稱」或「朋友推薦」帶著走，而不是從孩子真正的困擾出發。

這份指南想幫你把順序調回來：先看懂機構怎麼分類，再依孩子的狀況對症，帶著準備去諮詢，最後用一套簡單的標準判斷值不值得。讀完，你不需要再猶豫——你會知道下一步該做什麼。

Part 1

先看懂：六大機構類型一次搞懂

市場上的機構，依「主要服務核心」可分成六大類。搞懂它們的差別，是選對的第一步。

1 醫療評估治療型

以醫師診斷、處方、健保申報為核心。需要醫師開立處方或轉介單。

適合：已有或需要正式診斷（如疑似 ADHD），希望在醫師監督下進行。

2 前額葉／神經科學訓練型

以腦波／神經回饋為核心，有客觀的課前後測數據，不依賴醫師處方。

適合：注意力不足、衝動控制困難、執行功能薄弱、情緒調節困難。

3 職能治療主導型

由持照職能治療師（OT）主導評估與訓練，通常無需醫師轉介。

適合：觸覺敏感、前庭失衡、本體覺不足、書寫困難。

4 感統教育課程型

以感統器材活動為主，師資不限 OT 執照，偏教育導向。

適合：想先從感統基礎活動入手、建立身體協調與情緒穩定的孩子。

5 執行功能／認知發展訓練型

以認知能力、行為訓練為主，無腦波工具、也非感統器材課程。

適合：學習準備度不足、閱讀理解偏弱、需要建立學習策略。

6 體適能／動作發展型

以身體動作、體能遊戲為主，感統多為附屬的包裝概念。

適合：想增加運動量與大肌肉活動、對訓練強度要求不高的家庭。

一句話分辨

需要醫師處方 → 類型 1；訓練核心是腦波且有客觀數據 → 類型 2；主要由 OT 執行 → 類型 3；其餘依課程核心是感統器材、認知訓練，還是體能遊戲來判斷。

對症：依孩子的困擾，找對類型

選課最常見的錯誤，是被機構名稱吸引，而不是從孩子的需求出發。先勾出最符合孩子狀況的項目（可複選），再對照建議的優先類型。

孩子的主要困擾	建議優先類型
觸覺敏感（不喜歡被觸碰、對材質挑剔、怕人群）	職能治療主導型
前庭失衡（容易暈、怕盪鞦韆爬高、不喜歡移動）	職能治療主導型
本體覺不足（動作笨拙、常跌倒、力道控制差）	職能治療主導型
書寫困難（握筆異常、寫字太輕或太重、字跡潦草）	職能治療主導型
注意力不足（上課分心、作業拖很久、常失神）	前額葉／神經科學訓練型
衝動控制困難（想到就做、插嘴、等不了）	前額葉／神經科學訓練型
執行功能薄弱（無法計畫、忘記步驟、切換困難）	前額葉／神經科學型・認知訓練型
情緒調節困難（因小事崩潰、情緒激烈、恢復慢）	前額葉／神經科學訓練型
疑似或確診 ADHD（合併注意力、衝動、過動）	醫療評估型＋前額葉／神經科學型（建議先就醫）
語言發展遲緩（詞彙少、句子短、說話不清）	職能治療主導型（含語言）
學習準備度不足（入學跟不上、閱讀理解弱）	執行功能／認知訓練型

孩子同時有多個困擾怎麼辦？

優先處理「影響學習和生活最嚴重」的那一個。不需要一次解決所有問題——找一家能針對**主要困擾**提供具體方案的機構，比找一家「什麼都做」的機構更有效。

準備：諮詢前，先做這一件事

帶著準備去諮詢，和隨便走進去問，得到的資訊完全不同。而其中最多爸媽忽略、卻最重要的，是「先記錄孩子的基線」。

為什麼基線最重要？

沒有基線，就沒有比較；沒有比較，就無法判斷課程到底有沒有效。花一週記錄下面幾項，你之後才有辦法客觀地看出孩子的進步。

觀察項目	怎麼記錄	紀錄範例
靜坐時間	計時孩子能不離座坐幾分鐘	做作業平均 5 分鐘就要站起來
情緒爆發頻率	記錄一週大情緒事件次數	這週 5 次大哭／3 次丟東西
指令遵從次數	交代一件事要提醒幾次才做	收書包平均要叫 4 次
任務完成度	一件事從開始到完成中途打岔幾次	寫一頁作業中途跑開 3 次
睡眠品質	入睡時間與睡眠中斷頻率	每天 11 點才睡，常半夜醒

諮詢時記得帶的資料

如果孩子有醫療文件	如果沒有醫療文件
☒ ADHD 或其他診斷證明書 ☒ 醫院評估報告 ☒ 學校老師觀察紀錄 ☒ 之前在其他機構的訓練紀錄	☒ 寫下孩子三個最困擾你的具體行為 ☒ 記錄每個行為的頻率（每天幾次） ☒ 孩子的出生年月日（計算發展年齡） ☒ 目前就讀年級／就學狀況

提示：具體的行為描述（例如「寫作業每 5 分鐘離座一次」），比「感覺哪裡怪怪的」有用十倍。

提問：諮詢時一定要問的九個問題

把這九個問題存在手機裡帶去諮詢。它們對應的，正是這個市場最容易踩雷的地方。

關於費用 最多人沒問清楚

Q1 評估費用多少？評估報告包含在費用內嗎？

部分機構評估費與書面報告分開計費。確認：評估費多少、報告是否另計、由誰執行。

Q2 課程費用怎麼算？有沒有點數到期問題？

確認計費方式（按堂／點數／套課／期制）、點數效期、停課處理。若為期制，問清楚期中退出政策。

Q3 上3個月、6個月，總費用大概多少？有沒有看不到的額外費用？

請對方幫你估算總價。這一題能快速測出機構的費用透明度。

關於師資 影響訓練效果最大的單一因素

Q4 帶我孩子的老師，在這裡做多久了？

直接問出師資穩定性。回答是否具體，看得出機構重不重視這件事。

Q5 如果帶課老師異動，會提前幾週通知我？

好的機構有明確的異動通知流程。「到時候再說」不是理想答案。

關於進步確認 最關鍵的一組

Q6 課程開始前，你們用什麼工具評估我的孩子？

評估層次由弱到強：主觀觀察 → 標準化量表 → 腦波（QEEG）評估。工具層次決定你之後能得到的進步確認層次。

Q7 上完一期，你們怎麼讓我知道孩子有進步？

四個層次：① 老師說有進步 ② 家長觀察到改變 ③ 量表前後分數 ④ 腦波前後測比對。問清楚能提供到哪一層。

Q8 大概上幾堂課，可以看到初步改善？

能給出「約 8-15 堂情緒穩定、20-30 堂靜坐延長」這種具體說明的，比「每個孩子不一樣」更值得信任。

關於適配性

Q9 你們服務過跟我孩子狀況類似的案例嗎？結果如何？

不需要具體個案，但可問「大概比例」或「常見的改善方向」，判斷機構是否熟悉你孩子的問題類型。

決策：四個判斷標準

諮詢結束後，用這四個標準評分。如果一家機構在前兩項都拿到「是」，基本可以放心報名。

- 1 **費用結構透明**——問清楚後，沒有說不清楚的費用項目。是 → 誠信度高，不會意外追加。
- 2 **能說明具體的進步確認方式**——不只是「家長自己感覺」。是 → 有客觀基準判斷要不要繼續。
- 3 **課程針對孩子的主要困擾**——而非「通用課程」。是 → 訓練方向與需求對齊，效率高。
- 4 **有低門檻的體驗入口**——體驗課、免費問卷或免費諮詢。是 → 能在承諾長期課程前先評估適合性。

最重要的單一判斷標準

如果一家機構能清楚回答「你們如何讓我知道孩子有在進步」，而且答案**不只是「老師說感覺有進步」**——這家就值得認真考慮。這個問題，篩掉了市場上超過八成的機構。

各機構的最低門檻入門方式

每家機構的第一步不一樣。以下整理最低門檻的進入方式，讓你不必一次做大決定，可以先體驗再決定。（費用以各機構公開資訊為準，實際請以官方為準）

機構	最低門檻入口	費用
永春專注力學院	線上腦效能問卷 或 一對一諮詢	問卷免費・體驗課 \$2,500
安安優腦職能治療所	電話／LINE 預約諮詢	評估 \$990 (OT) 或 \$3,000 (院長)
啟端感覺統合	預約評估	評估 \$2,600 (60-90 分鐘)
KidPro 醫學×教育	體驗課	體驗課 \$500 (限平日)
天才領袖	預約評估	評估 \$2,800
奇威專注力教育中心	預約評估諮詢	評估 \$4,500-\$6,000 (依老師)
劉氏教育	視聽動能力檢測評估	檢測評估 \$1,200
振芝心身醫學診所	醫師門診	健保 \$300／自費 \$500
童伴心理治療所	預約評估	專注力衡鑑 \$2,800 起
易思腦	門市體驗方案	體驗方案 \$1,000-\$4,000

市場正在往哪裡走？

正在崛起：神經科學整合型機構——腦波評估＋動作訓練的結合，正成為高端市場的服務標準。

正面臨壓力：純感統器材體驗型——沒有評估工具、沒有進步數據的機構，正在失去「有資訊」的家長。

換句話說：**能不能拿出客觀的進步數據，正在成為分辨機構的關鍵。**

這份指南，由永春專注力學院整理提供

我們把判斷標準攤開來寫，是因為相信：當家長有能力判斷，好的機構才會被看見。以下是永春如何回應指南裡的每一個標準。

永春專注力學院・台北市大同區（近捷運中山站）

透明定價 × 完整科學根據

- ✓ **費用完全透明**——不是估不出來的療程，每一項清楚標價。
- ✓ **乾式 DSI-24 腦波（QEEG）評估**——免導電膠、免剃髮，搭配美國 FDA 認證常模資料庫。
- ✓ **臺北榮總 fMRI 醫學驗證背景**——以鄭信雄醫師研究成果為方法論基礎。
- ✓ **課後免費後測**——用腦波前後測比對呈現變化，市場少見。
- ✓ **低門檻入口**——免費線上腦效能問卷，或一對一諮詢，先了解再決定。

第一堂體驗課

\$2,500

腦波課程 10 堂

\$25,000

前額葉強化課

點數制 \$200 起

預約諮詢，先聊聊孩子的狀況

LINE 免費預約諮詢 | 02-2550-2243 | qeeg.com.tw

把這份指南，傳給需要的朋友

你身邊， 一定有一位 正在為孩子煩惱的爸媽

選錯機構，浪費的是金錢；更可惜的，是孩子等不起的時間。

如果這份指南幫你把方向看清楚了，也把它轉給那位還在焦慮的朋友——
少一位爸媽走冤枉路，就是它最大的意義。

想進一步了解孩子的專注力狀況？

永春專注力學院 | LINE 免費預約諮詢 | 02-2550-2243 | qeeg.com.tw

風險揭露：非醫療課程不得宣稱治療效果；感統課程不等同職能治療；專注力課程不等同 ADHD 治療；腦波訓練成效因兒童個體差異而異。
疑似 ADHD 建議先取得醫師診斷，再規劃非醫療體系訓練。本指南之機構資訊整理自各機構公開資料，實際費用與方案請以各機構官方公告為準。