

功能性卫衣设计对多动症儿童行为干预效果

沈晓洁

新昌县茹笙电子商务有限公司 浙江绍兴 312599

摘要：本文分析功能性卫衣干预多动症儿童行为的方法跟效果，多动症儿童在学习和社交环境中面对不少考验，常规干预手段有一定不足，功能性卫衣作为创新辅助工具，融合了舒适性、感官刺激跟情绪调节功能，意在凭借衣物设计加强幼儿注意力、情感及行为管理能力。说明功能性卫衣设计要素及特征，分析它怎样凭借触觉刺激增强专注力，帮助自我调节机制以及促进情绪管理，文章还探究设计和实行时需注意的问题，借助实证研究说明功能性卫衣对多动症儿童行为可能带来改良作用。

关键词：功能性卫衣；情绪调节；多动症儿童；行为干预

引言

多动症（ADHD）属于儿童群体中较为常见的神经行为障碍，特点为注意力不容易集中、冲动明显以及活动量过大，给孩子的学习、交往以及日常表现带来不少难题^[1]，常规的解决方式包含药物跟行为疗法，但有时可能伴随不良反应或效果不理想。

1. 功能性卫衣的概述

1.1 功能性卫衣的定义与特点

功能性卫衣借助详细设计以及技术应用加强穿着者舒适度跟实用性，区别于普通服装，融入更多创新点，这类服装在面料、结构设计以及附加特性上都比传统服装更具有实用价值，譬如抗菌、透气、防水和保温功能均有体现，现代功能性卫衣的设计考虑了人体工程学，贴合人体自然运动与造型，增强穿着舒适度、改良穿着体验^[2]。

功能性卫衣不只体现在物理性能的加强，还能满足特定环境的需求，儿童特别是多动症儿童，这类服装设计注重舒适性，同样融入一些干预或调节功能，比如加入减轻焦虑或给出触觉刺激的设计，帮助幼儿在情绪波动或注意力不集中时获得感官反馈，然后起到行为调节的效果。

1.2 功能性卫衣的应用领域

功能性卫衣的用途十分大量，不只包含运动员跟老年人，还含有有特殊心理或生理需求的孩子，伴随个性化需求的提升以及心理干预技术的进步，这类卫衣逐步进入特殊教育范围，特别是为多动症儿童带来帮助，这类卫衣除了具备常规衣物的基本防护功能，还能借助设计创新协助孩子更好

地解决日常生活中的焦虑与情绪波动问题，继而起到行为调节的作用^[3]。

多动症儿童这一人群使用功能性卫衣显得尤为重要，多动症儿童一般有冲动控制问题和注意力不集中的特点，常规方法多依赖药物或者心理辅导，而功能性卫衣可以借助瞬间情绪反馈或触觉干预，帮助孩子平复心情、加强自我约束力、减少不适行为。

1.3 针对特殊群体的设计理念

功能性卫衣设计思路与特殊群体联系紧密，设计师一般依据目标群体特点定制方案，多动症患儿的卫衣设计除了注重舒适性，还需融入感官刺激和情绪调节功能，帮助他们在心理波动时找到自我调适方法，比如设计师为了保证儿童穿起来更自在跟舒适，可能选择用柔软透气的布料，有些设计还可能借助增加衣服重量或带来轻微贴身感等方式增进缓解焦虑与不安的效果^[4]。

功能性卫衣设计时，需考虑儿童心理发展特点，多动症孩子一般过于好动或比较难专心，设计师可凭借视觉吸引孩子，同样添加简单互动元素，帮助孩子集中注意力，或者带领他们学会自我调节，比如卫衣可配触摸标签、拉链或者按钮等要素，这类设计不光能吸引孩子注意，又能减少不当举止，还能激发感官反应，达到行为带领的目的。详细的设计思路与特点见表 1。

2. 多动症儿童的行为特点与需求

2.1 多动症的临床表现

多动症（Attention Deficit Hyperactivity Disorder, ADHD）

是一种儿童常见的神经行为障碍，特征是注意力不容易集中、过度活跃以及冲动控制能力较弱，患有多动症的孩子一般比较难保持安静，表现为身体频繁活动、打扰他人以及难以专注于任务。ADHD 按照不同临床表现可分为注意

力缺陷型、过度活跃 - 冲动型以及混合型三种，患有多动症的儿童不光在学术研究上可能面对考验，还在社交互动以及情感管理方面遇到困难，这需要他们接受专门的教育与行为辅导^[5]。

表 1 功能性卫衣设计理念与特点

设计要素	目标与功能	设计例子 / 实施方式
舒适性	确保儿童穿着时的舒适感，避免束缚或不适	采用透气、柔软、弹性适中的面料，保证穿着舒适且适应儿童活动的自由度
感官刺激	通过触觉刺激帮助儿童集中注意力或调节情绪	设计中加入可调节的压迫感，增加衣物重量或设计触觉元素，如凸起的标签或图案
情绪调节功能	帮助儿童管理焦虑、紧张等情绪波动，增强自我调节能力	使用具有轻微压迫感或柔和触感的设计元素，提供稳定情绪的支持
互动设计	激发儿童的感官反应，分散不良行为或冲动，增强专注力	衣物配有多触觉的标签、拉链、按钮等元素，帮助儿童保持注意力和自我控制
心理发展特点	设计需符合儿童的心理发展需求，确保其能够有效使用衣物的功能	采用视觉上吸引儿童的元素，颜色鲜艳且设计简单，易于儿童理解和操作

除此之外，多动症儿童还常伴随情绪问题，比如焦虑、抑郁、低自尊等，他们日常生活中可能表现出不遵守规则、情绪波动大，且容易跟他人起冲突，上述行为问题一般让他们跟家人、同学及教师的关系变得紧张，同样也会让他们的社会适应能力受到不利牵连。

2.2 多动症儿童的心理和生理需求

患有多动症的儿童在生理以及心理上有独有需求，这一些需求体现在情绪管理以及身体和感觉体验上，多动症儿童因神经系统发展有差异，注意力集中能力较弱，容易表现出过分好动或烦躁的行为，他们的运动协调能力和自我控制也面对一定困难，这常让日常行为表现低于同龄人。

心理需求方面，多动症儿童一般缺乏情绪调节能力，容易感到焦虑、挫败，且情绪波动较大，面对上述情况，他们需要更多的帮助跟关心，这类孩子遇到考验时，可能出现过激情绪反应或比较难控制冲动行为，为了更好地满足患者的心理和生理需求，除了传统的药物治疗方式，功能性设计的衣物，譬如功能性卫衣，也被视为一种有效的辅助手段，借助触觉刺激、压力感知或情绪反馈机制，帮助他们自我调节，然后增强行为表现。

2.3 行为干预的现有方法与局限性

目前针对多动症儿童的行为干预借助药物治疗、行为疗法跟环境干预等方式开展，药物治疗一般囊括使用刺激类药物，如哌甲酯以及安非他命类药物，此类药物可以有效缓解多动症的重点症状，如注意力不集中跟过度活跃，药物治疗可能伴随一定的副作用，如失眠、食欲减退等，这限制了

它在部分孩子中的推广使用。

行为疗法的重点是利用正向激励、行为训练以及父母教育等手段，帮助孩子改正不良习惯，这一种方法一般需要较长时间的跟进，效果因患儿个体差异而有所不同，执行时遇到的难题含有环境不稳定或父母配合不够，可能限制实际成果。再加上已有干预方法一般较为单一，没能全面顾及孩子个性化需求，特别是情绪与行为的调节。

3. 功能性卫衣对多动症儿童的干预作用

3.1 通过触觉与感官刺激改善注意力

功能性卫衣把触觉和感官刺激元素加进设计，能为多动症儿童给予情绪波动或注意力分散时的自我调控方式，譬如，部分功能性卫衣设计添加可调压力带或手感特别的布料，孩子穿上后，轻微压迫感或柔软材质会带来更多感官反馈。这一感官刺激可以带领孩子把注意力放在衣服的知觉上，减少对外界刺激反应过大，增强专注力跟自我调节能力。

3.2 自我调节机制的支持与增强

多动症儿童大多遇到冲动控制跟自我调节能力不足的情况，功能性卫衣的设计凭借给出即时且非侵入性的调节方式，帮助孩子更好地解决情绪变化，卫衣上的温控、压力感知或振动功能图案，可以根据孩子的身体与情绪状态发生变化，带来舒缓或者刺激的感官体验。孩子情绪不稳或表现为焦虑、易怒时，设计卫衣可凭借给予安抚感跟压力反馈，帮助孩子恢复平静，减少冲动行为。

3.3 舒适性与情绪管理的关系

舒适性是功能性卫衣设计的核心，特别是针对多动症

儿童，穿着舒服能有效缓解生理上的不适，帮助稳定情绪，这类儿童常因身体难受或焦虑不安，容易出现情绪起伏，表现为活动量大或情绪不稳等症状，所以卫衣的面料、剪裁和结构设计都需要顾及儿童的舒适度，减少穿着时的不便与不适。功能性卫衣选用柔软、透气且弹性适中的材质，可以带来良好的穿着感受，帮助孩子更轻松地集中注意力，保持心情平稳，减轻身体不适引发的焦虑感。

3.4 对冲动行为的抑制作用

多动症儿童常表现出强烈的冲动性行为，同样缺乏对自身行为的控制能力，功能性卫衣经过专门设计，譬如加入压迫感或者稳定触觉反馈等，可以帮助孩子更有效地实行自我管理，缓解浮躁情绪，借助身体感官的刺激，孩子神经系统获得温和回馈，让神经反应减缓冲动行为。这一类设计不但可以增进孩子对自身行为的了解，还有益于他们在冲动行为发生前认识跟管理自己的举止，减少过度活跃、突然的动作跟情绪反应，改良了社交跟学习环境。

3.5 改善社交行为与适应性

多动症儿童一般会在社交场合遇到一些适应方面的困难，这一些孩子会因为过于好动、注意力不集中或者冲动等行为比较难跟别人好好相处，功能性卫衣帮助幼儿更好地管理情绪以及行为，给予舒适感跟情绪平稳的效果，继而增强他们的社交表现。比如卫衣上带有感官刺激的设计，能让孩子社交时情绪更平稳，减少焦虑或紧张，助力沟通时心情放松、注意力集中。

3.6 促进学习环境中的行为表现

在学校以及学习环境里，多动症儿童面对的最大难题是保持注意力和适当行为，功能性卫衣借助给出合适的感官刺激以及情绪管理帮助，能有效改良儿童在课堂或学习场合的行为表现，比如某些设计能凭借给予可调节的压力感帮助儿童缓解焦虑，增强专注力；其他设计则借助触觉反馈让儿童保持冷静，减少课堂上多余的动作或干扰。

4. 功能性卫衣设计的具体实施与评估

4.1 设计要素与功能性特点

功能性卫衣设计需要围绕目标人群的详细需求展开细致规划，尤其适合多动症儿童，此类卫衣的设计要点囊括舒适性、感官反馈、情绪调节以及行为干预功能等，舒适性是基础，面料应选择透气良好、柔软且富有弹性的材质，这样才能保证孩子穿着时不会感到不适。感官反馈设计十分重要，比如加入带温控、压力感或振动等功能的部件，给出柔

和的感官刺激，孩子感受到衣物的反应后，情绪可以得到安抚，专注力也会增加，情绪调节功能是设计中的重点，可以凭借调节衣服温度、压迫感或使用缓解焦虑的设计来帮助孩子稳定情绪，减少冲动行为。

4.2 设计实施中的注意事项

功能性卫衣设计实行时需特别留意幼儿个性差异与安全性问题，设计阶段应注重幼儿舒适度和活动性，确保卫衣各项功能不妨碍自由活动，特别是多动症儿童，容易产生焦虑或不安情绪，衣服设计应尽量避免引发身体不适或过度刺激的因子。卫衣里的各种功能性部件，譬如压力带、振动设备或温度控制设计，都必须保证对孩子们是安全的，所使用的材质需要凭借相关安全检测，保证不会给皮肤或健康带来不良反应，除了上述所说，设计阶段要合理考虑复杂程度，过于繁复可能让孩子不容易方便使用，致使实际效果打折扣。所以设计师要尽可能让衣服的作用跟操作简便性融为一体，切忌用过多可调节部件，防止给孩子带来混乱或不便。

总结

本文凭借研究功能性卫衣对多动症患儿行为的干预效果，显示这类衣物增进患儿注意力、情绪管理及行为控制的潜力，功能性卫衣借助触觉以及感官刺激增强孩子专注力，靠着自我调节机制维持情绪平稳，给予舒适穿着感受，减少多动症儿童不良行为与冲动反应的发生。设计实行时，需特别关注儿童个性化需求、安全性跟舒适性等问题，验证干预效果要靠着实验设计跟长期跟踪研究，功能性卫衣可融合传统方法，帮助多动症儿童实现更全面的行为改良。

参考文献：

- [1] 葛英颖, 吴曼迪. 下肢残障人群的功能性服装优化设计 [J]. 纺织报告, 2025, 44(10):71-73.
- [2] 刁杰. 功能性滑雪服装设计研究 [J]. 丝网印刷, 2025, (16):41-43.
- [3] 闫旭. 体育赛事功能性服装设计研究 [J]. 化纤与纺织技术, 2025, 54(08):171-173.
- [4] 毛茜子, 徐律, 张依云, 等. 心理疗愈功能性服装私人定制创新研究——基于个性化需求与情感体验空间的构建 [J]. 现代丝绸科学与技术, 2025, 40(03):30-36.
- [5] 王越, 葛小伟. 色彩心理学在功能性服装设计中的应用 [J]. 西部皮革, 2025, 47(09):87-89.

作者简介：沈晓洁（1982.05-）女，汉族，浙江省嵊州人，本科，研究方向：服装设计创新与产业发展。