

閣下如欲對專注力不足/過度活躍症有進一步的認識，歡迎參考以下網址：

衛生署兒童體能智力測驗服務  
<https://www.dhcas.gov.hk/tc/adhd.html>

教育局：融合教育及特殊教育資訊網站  
<http://sense.edb.gov.hk/tc/index.html>

World Health Organization  
[https://applications.emro.who.int/docs/EMRPUB\\_leaflet\\_2019\\_mnh\\_214\\_en.pdf](https://applications.emro.who.int/docs/EMRPUB_leaflet_2019_mnh_214_en.pdf)

American Academy of Pediatrics  
<http://www.aap.org/healthtopics/adhd.cfm>

American Psychological Association  
<http://www.apa.org/topics/topicadhd.html>

Children and Adults with Attention Deficit/  
Hyperactivity Disorder (CHADD)  
<http://www.chadd.org>

Attention Deficit Disorder Association  
<http://www.add.org>

Centres for Disease Control and Prevention  
<https://www.cdc.gov/ncbddd/adhd/data.html>



專注不足/過度活躍症(香港)協會  
Hong Kong Association For AD/HD



認識我們  
加入我們  
支持我們

電郵：info@adhd.org.hk

網址：http://www.adhd.org.hk

電話：6356 4053



建設融和社會，需要你的了解和關愛

## 甚麼是《專注力不足/過度活躍症》？

這是一種腦部神經發展障礙的醫學診斷名稱。據統計，大約有5-8%的兒童患有此症，男孩子的比例較多，約有六成患者病徵會持續到成年期。

患者因腦部一些功能發展比較緩慢，其中包括專注、組織、計劃、執行及抑制衝動等，以致患者在生活的不同範疇上都遇到困難，因而影響學習、自理及社交的表現。但患者未必能得到別人的諒解，甚至會被批評為「懶散」、「話唔聽」、「無時停」、「刻意對抗」或是「壞孩子」。

## 患者一般有以下徵狀：

### 1. 專注力弱

- 容易分心
- 難於聽從指令和難以集中精神
- 時常不能自發地完成任務
- 不留意細節，常犯不小心的錯誤
- 未能留心別人的說話
- 常常遺失書本、文具及其他物件

### 2. 過份活躍

- 常常「郁身郁勢」
- 難以安靜地坐著或玩耍
- 說話過多

### 3. 衝動

- 在遊戲或其他活動時不能安靜地輪候
- 做事不經思考
- 經常打斷別人的說話或活動



## 《專注力不足/過度活躍症》兒童面對的困難

由於患者在不同的場合(包括家庭和學校)都會出現以上徵狀，所以患者通常在學習和社交上都會有明顯的困難。

專注力不足/過度活躍的孩子，與生俱來就較難與人融洽相處，因為當他們感到被不公平或不合理看待時，往往會大聲尖叫、掉東西和跺腳；玩遊戲時又因表現衝動而不遵守規則，甚至對其他兒童做成干擾。結果他們常被處罰，又經歷被嘲笑和孤立隔離等痛苦。久而久之，孩子變得具攻擊性，使用難聽的話或威嚇唔反罵對方，並容易捲入爭執之中。這種成長經驗會對孩子造成不同的負面影響，如情緒性恐懼、逃避、憂鬱和暴力傾向等，社會亦可能需要付上沉重的代價呢！



## 患者的特質與長處

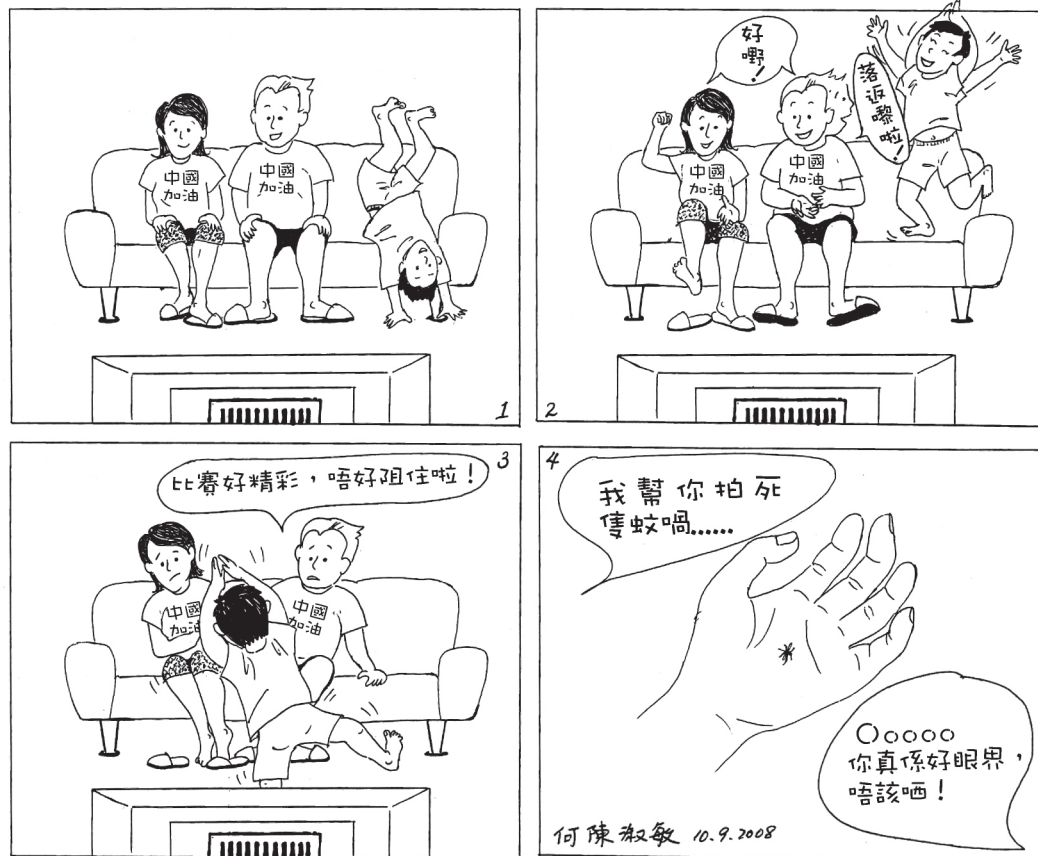
在另一方面，專注力不足/過度活躍的兒童，同時亦具有天賦正向的優勢特質，他們對學習感興趣的事物有高自發性和對情境有高的敏銳度；他們想像力豐富、具創意、有彈性、愛冒險和喜歡發掘新事物，這些都是許多需要創意的職業所重視和要求的先決條件。在體能上，他們也具有展現肢體與表情的天賦優勢，是好些專業領域所需要具備的能力，如演員、舞蹈員和運動員等；在2008年奧運中奪取了八枚金牌的游泳健將菲比斯，在兒時也被診斷患上專注力不足/過度活躍症。

每個孩子都是寶，  
欣賞勉勵更美好。



## 細「蚊」仔睇奧運

編、圖：何陳淑敏



## 共建和諧社會，需要你的關與愛

其實，每一位孩子的成長，都需要成年人的關心與扶助。如果成年人缺乏正確認知，將無法給予專注力不足/過度活躍孩子正確的回應，從而影響孩子的性格與成長。就如一般孩子，專注力不足/過度活躍的兒童，也有忠誠、善良和可愛的一面。只要我們能放下既有的觀念，嘗試去接近、聆聽和感受他們的內心，必定能幫助這些孩子融入社會，並與其他人建立良好合作的關係。

作為社會的一份子，期望你能對孩子付出多一分的了解、關愛、支持和鼓勵，這個世界將因你變得更加精彩，生活更趨和諧！

(以上內容節錄於張老師文化/兒童注意力訓練父母手冊Ferhard W. Lauth & Peter F. Schlotzke & Kerstin Naumann 著)

