

兒童注意力缺乏症

Children and Attention Deficit Disorders

注意力缺乏症(英文簡稱ADD)及注意力缺乏性過動症(ADHD)，都是描寫在學齡兒童中常見的一種行為異常病症。具有這種病症的兒童，注意力難以集中，行為衝動。後者更難坐定，難專注於某事，及異常好動。

什麼是 ADD, ADHD ?

ADD及ADHD均屬於行為異常的疾病，可減低學童的專注能力，所以會影響學習。有些患者可能同時也有學習能力障礙問題，但ADD及ADHD並非就是學習殘障症。後者是因神經系統本身的問題而影響兒童的學習能力。

ADD及ADHD不容易診斷，因為兒童是在整體的生活方面受到影響，包括家庭，學校，朋友關係，課外團體活動等，很難找出確定的徵兆。

下面所提供的資料是有關ADD及ADHD可能帶給兒童的一些情緒、學校和家庭問題。如果你需要詳細資料，可以接觸從事注意力缺乏症研究或提供有關服務的機構和互助小組。

ADD, ADHD 對情緒方面的影響？

你的孩子會因ADD及ADHD而常有不同的情緒反應。這些反應會使孩子及你都感到苦惱。也許這是因為他們在經歷多年的挫折與失敗的經驗之後，而產生這些情緒困擾和其他方面的問題。

以下是一些情緒反應的例子：

- **攻擊性或暴力行為**

挫敗感可導至他們在家或在外做出一些攻擊性行為。

- **退縮，焦躁和情緒低落**

孩子可能變得內向，並試圖逃避未完成的作業，或情緒上顯得焦躁及憂鬱。

- **自卑感**

經常的挫敗使他們逐漸失去自信心。

- **心理症狀**

也許因孩子把情緒壓抑，而有頭疼，胃疼，背疼或手腿疼等現象。

對團體生活的影響

由於 ADD 及 ADHD 難診斷，找不到孩子的問題根源，你會對孩子的異常行為表現感到迷惑。同樣，學校老師可能因為不知道孩子的潛在問題，所以不會去查察他們的異常行為或破壞行為的原因。

在課室或友群之中，孩子常常會用下列方法來掩飾其困境：

- 變成班上小丑或班上小霸王，或者
- 拒絕參加正常活動，尤其是一些他們沒有把握做好的活動。

對家庭的影響

整個家庭都會因為 ADD 或 ADHD 問題而受到影響。作為父母的你可能會感到很憤怒，並有罪疚感，並懷疑是否可以在早些時候去防止問題發生，或者應該早些注意到這些問題。其兄弟姊妹們也可能會因不認識 ADD 及 ADHD 而感到困惑，亦可能由於不明白所發生事情的原因而覺得憤怒及憂慮。

**加拿大心理衛生協會
編印系列小冊子之一**