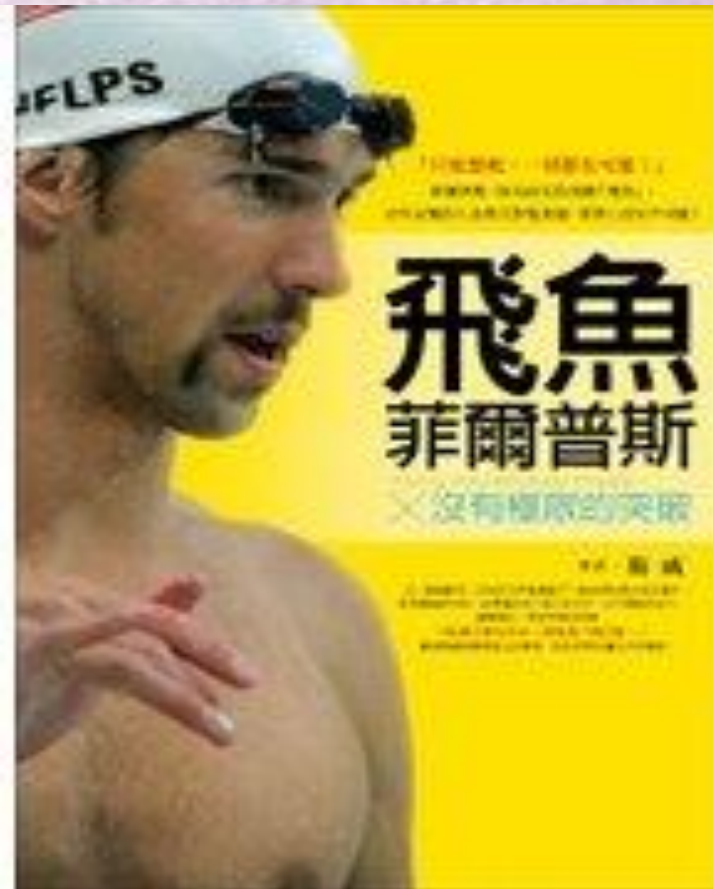


認識注意力不足 過動症



認識注意力不足過動症

• 阿泰的故事

• 故事中的阿泰有什麼問題呢？

答： 忘東忘西（忘記手機、抄聯絡簿）

拉同學裙子、亂搶球、常插隊

太過熱心（幫倒忙、害同學跌倒）

容易和同學吵架、無法專心寫功課

沒禮貌（推人、搶同學東西）

認識注意力不足過動症

我不是故意的……

• 什麼是過動兒呢？

答： 動作比較大、 比較急、 比較粗心、
做事比較衝動、先有行動再有想法、
不專心、愛做夢……

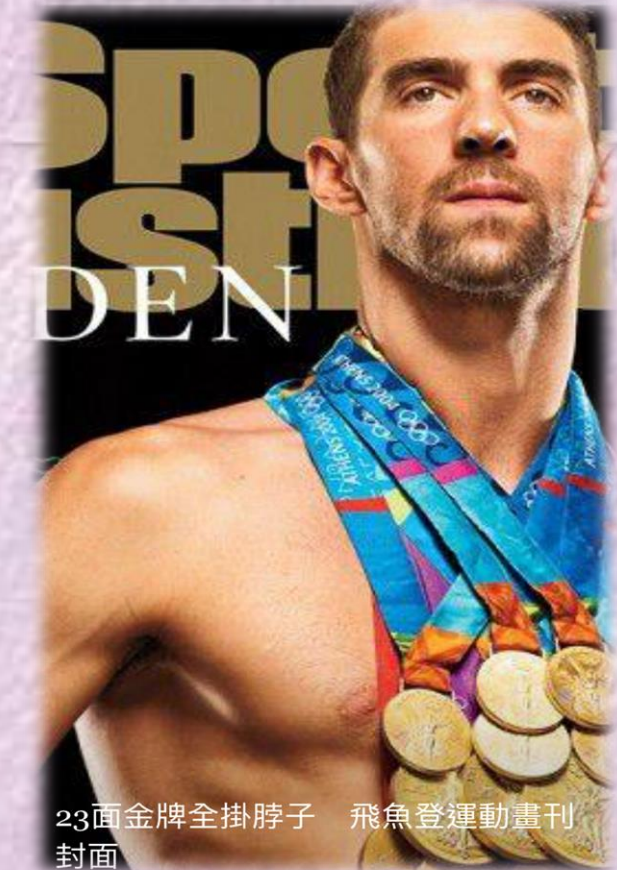


認識注意力不足過動症

• 過動兒的主要特徵？

容易分心、忘東忘西、囉唆，多話，
常打斷別人，且愛爭辯、喜歡到處走動，
靜不下來、做事易拖延，常至最後才動手、
三心兩意，工作普遍都做不久，
人際關係不好.....

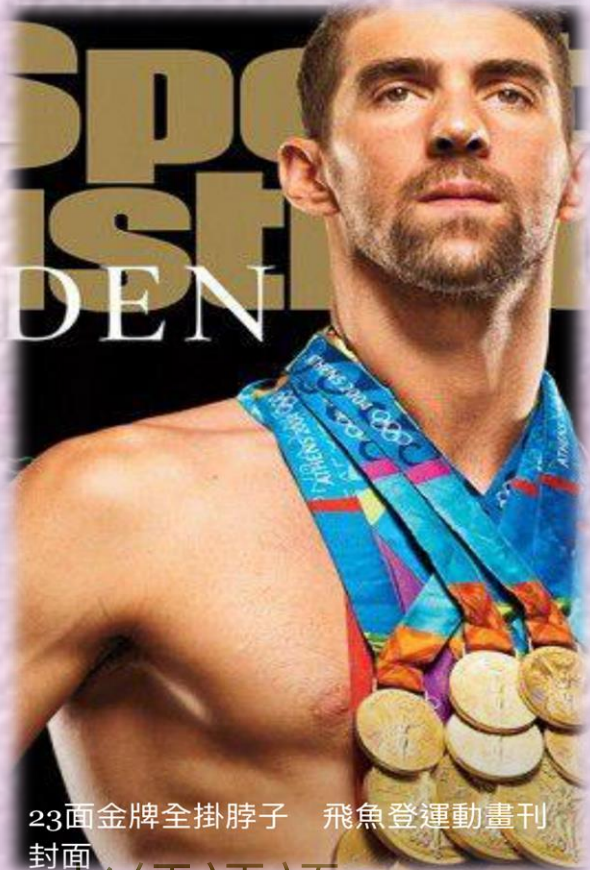
認識注意力不足過動症



23面金牌全掛脖子 飛魚登運動畫刊封面

- 2004奧運榮獲 6金、2銅。
- 2008奧運榮獲 8金。(WR)
- 2012奧運榮獲 4金、2銀。
- 2016奧運榮獲 5金、1銀。
- $6 + 8 + 4 + 5 = 23$ (WR)
- $23 + 2 + 2 + 1 = 28$ (WR)
- 個人100、200蝶泳、400混合泳世界紀錄保持人

認識注意力缺陷過動症



23面金牌全掛脖子 飛魚登運動畫刊封面

姓名：麥克·菲爾普斯

外號：飛魚、水怪、水神

事蹟：奧運獎牌記錄保持人

注意力缺陷過動症

老師評語：

永遠靜不下來，坐不住，不能專心，喜歡癡癡地笑，且愛鬧同學引起注意。

認識注意力不足過動症



姓名：吳沁婕 外號：昆蟲老師

事蹟：著有「我的過動人生」、「昆蟲老師上課了」、「為什麼一定要一樣」等書。

注意力缺陷過動症

認識注意力不足過動症

昆蟲老師的求學生活：

國小時就是父母、老師眼中的麻煩人物。

高中讀到被留級，

考上台大後，差點被二一（退學）

一直到二十歲才知道自己患有ADHD.....

認識注意力不足過動症

昆蟲老師的特徵：

房間、抽屜亂七八糟 上課動個不停

粗心，考試常因粗心而答錯

忘東忘西（作業、書包、用具.....忘了帶）

功課常常寫不完 容易分心

自我控制力不佳 喜歡問問題

上課時，常因無聊而搗蛋

遲到、曠課 做事拖拖拉拉

認識注意力不足過動症

昆蟲老師的特徵：

正義感

善良

樂觀

有想法

熱情

創意

堅持夢想

活潑

充滿活力

行動力

運動神經好

會畫畫

認識注意力不足過動症

昆蟲老師的特徵：

姓名：快樂過動兒

螺絲少一邊，鞋子少穿一隻，總是忘東忘西，發條鬆了，時間觀念有點差，做事沒有效率，遇到熱愛的事情就像拿著火箭筒充滿幹勁。滿肚子的問號對這個世界充滿好奇，有很多不切實際的浪漫想法，頭上開了一朵玫瑰花，總是開心的笑著、唱著歌~



認識注意力不足過動症

• 過動兒的出現率？

- 每一百個人中大約有3~7個人

問題：

華興國小共有200個小朋友，請問大約有多少過動兒？

$$3 \times 2 = 6$$

$$7 \times 2 = 14$$

A：大約有6~14個小朋友

認識注意力不足過動症

• 造成過動的原因？

大腦皮質發展遲緩

神經傳導物質

「多巴胺」、「正腎上腺素」

分泌不足

注意力無法集中、無法控制行為

認識注意力不足過動症

•換個角度想想看：

一輛跑車行駛在直線跑道上，他的速度有多快？

一輛跑車開到時速100公里要多少時間？

認識注意力不足過動症

用正向的角度來看待 過動兒的特徵：

警覺性高

勇於冒險

活潑有活力

富有想像力

有想法

直率不做假

對品質要求完美

行動力

不拘小節

正義感

認識注意力不足過動症

• 如何協助過動兒？

ANS 發現優點、接納缺點

提醒（想清楚、動作慢一點）

不專心（深呼吸、從一數到十）

檢查聯絡簿、提醒交作業

找他一起玩

當他的朋友

問題與討論

ADD HEAD

宣導結束