

好動/過動簡易量表



以下狀況，你的孩子有幾項？

1. 注意力不集中

- 無法持續注意力，很難專心做完一件事
- 粗心、不注意細節，例如考試、寫功課常出錯
- 心不在焉，對別人的話左耳進、右耳出，像在做白日夢
- 交代的事無法完成
- 做事、活動時缺乏組織條理，常一片混亂
- 健忘、丟三落四
- 容易受外界無關的刺激而分心，例如上課時看到教室外有一隻小鳥飛過、寫功課時聽到隔壁鄰居的電話鈴聲
- 常逃避、排斥需要專心的工作，如寫功課。
- 常忘記每天該做的事



2. 過動

- 手腳經常扭動不安、站立不安
- 在該坐著的場合（如教室）坐不住
- 在不該亂動的場合爬上爬下、亂跑
- 很難安靜地玩遊戲或

從事其他活動

- 動個不停，好像上了發條，永遠不會累
- 多話

3. 衝動

- 常在問題還沒問完時就搶著回答
- 無法耐心等待
- 常插嘴、干擾別人

如果家長發現孩子有以上症狀 6 項以上，且在 7 歲前就出現、持續半年以上，並在兩個以上不同場合出現（如學校、家中、安親班），造成明顯困擾，就該留意是否為過動症。

資料來源：美國精神醫學會《精神疾病診斷與統計手冊》第四版

註：本評量僅供父母初步觀察及參考，如要確定是否為過動症，必須由兒童心智（精神）科醫師進一步檢查及診斷。（更多內容，請上天下網路書店 <http://www.cwbook.com.tw>）