

力缺损多动障碍患儿与顽皮儿有哪些不同?如何区分注意力缺损多动障碍患儿与顽皮儿?注意力缺损多动障碍
学校障碍有不同吗?为什么孩子玩游戏时可以长时间集中注意力,但学校时就不行?注意力缺损多少障碍与自控能力
系是什么?注意力缺损多少障碍是一种大脑疾病吗?注意力缺损多少障碍的病因是什么?注意力缺损多少障碍患儿是
特殊的大脑结构?孕期出现异常可以导致注意力缺损多动障碍吗?注意力缺损多少障碍的患病率是多少?注意力缺损
障碍有性别差异吗?注意力缺损多少障碍可以遗传吗?注意力缺损多少障碍可以不治而愈吗?家长如何判断孩子是否患
注意力缺损多动障碍?家长在带孩子问诊前应该做哪些准备?专业诊断是怎样进行的?谁是患有注意力缺损多动障碍
的儿童?注意力缺损多动障碍就是多动症吗?注意力缺损多动障碍分几种亚类型?注意力缺损多动障碍会影响孩
子的一生吗?注意力缺损多动障碍的六大行为表现是什么?注意力缺损多动障碍的六大行为表现有什么
不同?如何区分注意力缺损多动障碍患儿与品行障碍患儿?注意力缺损多动障碍的六大行为表现有什么
游戏时可以长时间集中注意力,但学校时就不行?注意力缺损多少障碍与自控能力的关系是什么?注意力缺损多
一种大脑疾病吗?注意力缺损多少障碍的病因是什么?注意力缺损多少障碍患儿是否有特殊的大脑结构?孕期出现
以导致注意力缺损多动障碍吗?注意力缺损多少障碍的患病率是多少?注意力缺损多少障碍有性别差异吗?注意
障碍可以遗传吗?注意力缺损多少障碍可以不治而愈吗?家长如何判断孩子是否患有注意力缺损多动障碍?家
问诊前应该做哪些准备?专业诊断是怎样进行的?谁是患有注意力缺损多动障碍的儿童?注意力缺损多动障
吗?注意力缺损多动障碍分几种亚类型?注意力缺损多动障碍是虚构的神话吗?注意力缺损多动障碍会影响孩
?注意力缺损多动障碍的六大行为表现是什么?注意力缺损多动障碍的六大行为表现有什么不同?如何区分
障碍患儿与品行障碍患儿?注意力缺损多动障碍与学校障碍有不同吗?为什么孩子玩游戏时可以长时间
学校时就不行?注意力缺损多少障碍与自控能力的关系是什么?注意力缺损多少障碍是一种大脑疾病吗?
障碍的病因是什么?注意力缺损多少障碍患儿是否有特殊的大脑结构?孕期出现异常可以导致注意
力缺损多少障碍的患病率是多少?注意力缺损多少障碍有性别差异吗?注意力缺损多少障碍可以不治而愈
障碍可以不治而愈吗?家长如何判断孩子是否患有注意力缺损多动障碍?家长在带孩子问诊前应该做哪些
是怎样进行的?谁是患有注意力缺损多动障碍的儿童?注意力缺损多动障碍就是多动症吗?注意力缺损多
类型?注意力缺损多动障碍是虚构的神话吗?注意力缺损多动障碍会影响孩子的一生吗?注意力缺损多
表现是什么?

刘翔平◎编 著



儿童注意力障碍

100问



北京师范大学出版集团
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP
北京师范大学出版社

刘翔平◎编 著



儿童注意力障碍

100问

Ertong Zhuyili Zhang' ai
100 Wen



北京师范大学出版集团
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP
北京师范大学出版社

图书在版编目(CIP) 数据

儿童注意力障碍100问/刘翔平编著. —北京:北京师范大学出版社, 2011.8

ISBN 978-7-303-12070-3

I. ①儿… II. ①刘… III. ①儿童-注意-能力培养-问答 IV. ①B844.1-44

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第016397号

营销中心电话 010-58802181 58808006
北师大出版社高等教育分社网 <http://gaojiao.bnup.com.cn>
电子信箱 beishida168@126.com

出版发行:北京师范大学出版社 www.bnup.com.cn
北京新街口外大街19号
邮政编码:100875

印刷:北京京师印务有限公司

经销:全国新华书店

开本:170 mm × 230 mm

印张:12.75

字数:163千字

版次:2011年8月第1版

印次:2011年8月第1次印刷

定价:26.00元

策划编辑:齐琳 责任编辑:齐琳
美术编辑:毛佳 装帧设计:李尘工作室
责任校对:李茵 责任印制:李啸

版权所有 侵权必究

反盗版、侵权举报电话:010-5880697

北京读者服务部电话:010-58808104

外埠邮购电话:010-58808083

本书如有印装质量问题,请与印制管理部联系调换。

印制管理部电话:010-58800825

假如刹车失灵

如果一辆汽车的刹车和油门同时失灵,这辆汽车会怎么样呢?它时而会冲动、跌跌撞撞、超速或失控,时而会熄火、失去了前进的动力,一句话,这辆车根本无法上路。如果某个儿童具有注意力缺损多动障碍,那么其行为表现就类似这辆汽车,他的大脑自我监控和自我调节能力出现障碍,这个大脑就不能根据环境的要求调整自己的行为,而是完全受环境刺激特点的摆布和影响,也就是失去了大脑的调节性,如果刺激新鲜好玩,这个大脑就冲动、沉迷、速度快,但不准确,因为抑制功能落后,就像一辆刹车功能落后的汽车。而一旦外界刺激单调、枯燥,如遇到知识记忆和抄写等任务,这个大脑就处于熄火状态,表现出唤醒不足,大脑一点儿也不兴奋,而是昏昏欲睡。所以,确切地说,注意力缺损多动障碍甚至不是如这个疾病的名称那样是注意力的问题,而是注意力后面的大脑的自我调节能力落后。

在进化过程中,大脑逐渐发展了一个超级高级的功能,即自我调节能力,这个功能位于前额叶,能根据环境的变化调整自身的状态。如果外界刺激单调,它就会给自己能量,给自身的神经加油,让自己兴奋一些,以完成枯燥的任务。如果外界刺激过于有趣、节奏过快,大脑就会自动减少供给能量,适当抑制一下自己的反应强度。这种自我调节的功能如果出现落后,就是众所周知的注意力缺损多动障碍,从前也叫做多动症。

记得有一天,一个年轻的母亲来到我的咨询室,一见面就滔滔不绝地对我说起了孩子的学习情况:“我的这个孩子就是不写作业,只有你盯着他他才写,即便你在他面前坐着,如果一不小心,他的笔又停了,东张西望。如果你不在他面前督促,他一个字都不写,就是坐在那儿发呆。打骂和奖励的方法都用过了,

可就是不管用。这孩子不笨，做自己喜欢的事情也很主动，可就是写作业这件事那么困难。我真是无计可施了。我就这么一个男孩，如果他这样下去很难完成学业，恐怕小学都毕不了业。”严重的注意力缺损多动障碍可以导致学习的瘫痪，或者说意志瘫痪。因为孩子已经变得不知发动自己的行为了，一点点自我管理的企图都没有。

目前，就科学发展而言，还没有一种单一的特别有效的方法可以在短期内完全使注意力缺损多动障碍消除，但有两种方法是有效的，第一个是医学的药物干预，证据显示中枢神经系统的刺激类药物，如利他林、专注达是有效的；第二个是认知—行为训练，尤其是这两种方法结合起来使用时，效果是最好的。药物干预的优点是见效快，而且能有效地管理课堂行为。但不足是有副作用和停药后的反弹。而认知—行为训练的优点是具有长久的效果，没有副作用，可以有效提高儿童的学习策略和注意力能力，提高儿童的学习能力，但不足是见效慢，不易迁移到课堂听讲上和纪律控制上。家长可以根据孩子的情况选择不同的矫正方法，根据我们的经验，我们建议，如果孩子课堂上多动、冲动，妨碍别人听讲，有破坏课堂纪律的行为，则服药效果较好；如果只是学习马虎、作业拖拉、学习效率低下，则参加认知—行为训练效果较好。

注意力障碍是一个十分复杂的问题，各种矫正方法都可以尝试。我本人主张要淡化注意力障碍的症状，家长不要与孩子们的学习自觉性做斗争，即不要把目标放在孩子学会自觉学习上，否则家长会非常生气，而且这种斗争将会是徒劳的，家长要把主要精力放在帮助儿童有效地学习、提高学习成绩上。例如，改善儿童写作业的速度和准确性，提高阅读能力、时间感的管理，以增加他们的自信心。

本书的写作部分是基于他们的咨询实践，在近四年的为中小學生进行心理咨询的服务中，我深深体验到了这一障碍的普遍性和严重性，同时，也深深地感受到注意力障碍儿童的家长为此付出的努力和代价。有些儿童可以得到帮助，但还有些严重的障碍儿童，是我们无能为力的。我想借此书的传播，为我国的广大家长和教育工作者了解此障碍的原因和教育对策，尽一点微薄之力。

参与本书整理的有我的博士研究生和硕士研究生，他们是金颖、张功、李开强、兰彦婷、余雪、张微。在此表示感谢。

刘翔平

目录

一 知识篇

1. 谁是患有注意力缺损多动障碍的儿童? 3
2. 注意力缺损多动障碍就是多动症吗? 4
3. 注意力缺损多动障碍分几种亚类型? 5
4. 注意力缺损多动障碍是虚构的神话吗? 7
5. 注意力缺损多动障碍会影响孩子的一生吗? 9
6. 注意力缺损多动障碍的六大行为表现是什么? 10
7. 注意力缺损多动障碍患儿与顽皮儿童有哪些不同? 14
8. 如何区分注意力缺损多动障碍患儿与品行障碍患儿? 16
9. 注意力缺损多动障碍与学习障碍有不同吗? 18
10. 为什么孩子玩游戏时可以长时间集中注意力,但学习时就不行? 20
11. 注意力缺损多动障碍与自控能力的关系是什么? 22
12. 注意力缺损多动障碍是一种大脑疾病吗? 25
13. 注意力缺损多动障碍的病因是什么? 26
14. 注意力缺损多动障碍患儿是否有特殊的大脑结构? 28
15. 孕期出现异常可以导致注意力缺损多动障碍吗? 30
16. 注意力缺损多动障碍的患病率是多少? 31
17. 注意力缺损多动障碍有性别差异吗? 32
18. 注意力缺损多动障碍可以遗传吗? 33
19. 注意力缺损多动障碍可以不治而愈吗? 35
20. 家长如何判断孩子是否患有注意力缺损多动障碍? 37
21. 家长在带孩子问诊前应该做哪些准备? 41
22. 专业诊断是怎样进行的? 44

二 发展篇

- | | |
|-----------------------------------|----|
| 23. 婴幼儿会有注意力缺损多动障碍吗? | 51 |
| 24. 注意力缺损多动障碍与微量元素铅有关系吗? | 52 |
| 25. 父母吸烟饮酒与注意力缺损多动障碍有关吗? | 53 |
| 26. 家长如何培养婴儿的注意力? | 54 |
| 27. 婴儿注意力培养的游戏有哪些? | 55 |
| 28. 培养幼儿注意力应遵循的原则有哪些? | 56 |
| 29. 培养幼儿注意力的小游戏有哪些? | 58 |
| 30. 家长如何通过讲故事培养幼儿注意力? | 59 |
| 31. 如何培养幼儿良好的行为习惯? | 60 |
| 32. 儿童的注意力问题青春期后会自动消失吗? | 61 |
| 33. 家长应该如何教育青春期的患有注意力缺损多动障碍的孩子? | 62 |
| 34. 父母应如何帮助注意力缺损多动障碍患儿建立起良好的行为习惯? | 63 |
| 35. 什么是正面的和负面的沟通方式? | 64 |

三 行为认知篇

- | | |
|------------------------------------|----|
| 36. 你了解孩子的听知觉能力吗? | 67 |
| 37. 听知觉落后主要表现在哪几个方面? | 68 |
| 38. 如何提高儿童的听觉能力? | 69 |
| 39. 你了解视知觉学习能力的落后吗? | 72 |
| 40. 视知觉能力主要包括哪几个方面? | 73 |
| 41. 如何通过训练提高儿童的视知觉能力? | 74 |
| 42. 提高阅读能力对于克服注意力缺损多动障碍有帮助吗? | 76 |
| 43. 注意力缺损多动障碍患儿进行数学学习时常表现出来的困难有哪些? | 78 |
| 44. 家长如何帮助数学学习困难的注意力缺损多动障碍患儿? | 79 |
| 45. 如何培养注意力缺损多动障碍患儿的方位感? | 81 |
| 46. 如何提升注意力缺损多动障碍患儿的平衡能力? | 82 |
| 47. 如何培养注意力缺损多动障碍患儿的时间感觉? | 83 |
| 48. 如何培养注意力缺损多动障碍患儿的坐姿? | 84 |
| 49. 如何培养注意力缺损多动障碍患儿手眼协调的能力? | 85 |
| 50. 你知道什么是行为矫正法吗? | 86 |
| 51. 如何为注意力缺损多动障碍患儿制定奖励? | 87 |

52. 如何对注意力缺损多动障碍患儿制定惩罚?	89
53. 父母应如何帮助注意力缺损多动障碍患儿建立起良好的行为习惯?	91
54. 家长如何对注意力缺损多动障碍患儿进行表扬?	92
55. 家长应当如何对注意力缺损多动障碍患儿进行批评?	94
56. 家长如何对孩子实施有效的行为管理?	96
57. 家长如何运用行为矫正八步法?	100
58. 父母如何根据注意力缺损多动障碍患儿的特点有效督促孩子学习?	111
59. 注意力缺损多动障碍患儿不听大人的话该怎么办?	113
60. 家长如何提高自身的家庭教育能力?	114
61. 注意力缺损多动障碍患儿该如何从自身做起管理好自己?	116

四 情绪与社会技能篇

62. 注意力缺损多动障碍患儿会产生哪些不合理的信念?	119
63. 注意力缺损多动障碍患儿常见的情绪问题有哪些?	121
64. 家长应该如何帮助注意力缺损多动障碍患儿调控自己的情绪?	123
65. 如何教会注意力缺损多动障碍患儿控制愤怒情绪?	125
66. 家长如何帮助注意力缺损多动障碍患儿进行情绪自我监控训练?	128
67. 为什么注意力缺损多动障碍患儿的人际关系较差,缺少知心朋友?	130
68. 如何通过社会技能训练改善注意力缺损多动障碍患儿的人际关系?	131
69. 家长如何提高注意力缺损多动障碍患儿的社会交往技能技巧?	133
70. 家长怎样帮助注意力缺损多动障碍患儿将学习到的社会技能迁移到学校和家庭中?	135
71. 如何帮助注意力缺损多动障碍患儿改善伙伴关系?	137
72. 家长如何帮助注意力缺损多动障碍患儿提高自控能力?	139
73. 如何在家庭中帮助注意力缺损多动障碍患儿建立积极的伙伴交往?	143
74. 如何培养注意力缺损多动障碍患儿的合作能力?	145
75. 如何培养注意力缺损多动障碍患儿的移情能力?	147
76. 如何通过社团活动提高注意力缺损多动障碍患儿的社交技能?	149
77. 如何帮助注意力缺损多动障碍患儿应对小伙伴的取笑?	150
78. 家长如何从学校获得帮助以改善注意力缺损多动障碍患儿的状况?	151

五 家长与家庭环境篇

79. 家长应该如何改变对注意力缺损多动障碍患儿的态度? 157
80. 在面对注意力缺损多动障碍患儿的情绪困扰时,家长如何控制消极情绪? 159
81. 面对管教压力问题时,家长应该如何做? 160
82. 什么是亲子关系的恶性循环? 161
83. 亲子关系主要分为哪几种类型? 163
84. 家长如何与注意力缺损多动障碍患儿建立良好的亲子关系? 164
85. 父母角色对注意力缺损多动障碍患儿的成长有哪些影响? 165
86. 接纳和积极对注意力缺损多动障碍患儿管教的重要意义是什么? 167
87. 注意力缺损多动障碍患儿能够像常人一样取得成功吗? 169
88. 家庭环境对改变注意力缺损多动障碍患儿状况的重要作用是什么? 170
89. 注意力缺损多动障碍患儿需要什么样的家庭物理环境? 171
90. 妨碍儿童注意力的家庭类型是什么? 173
91. 如何塑造促进儿童注意力发展的学习型家庭? 174
92. 如何通过学习方式提高注意力缺损多动障碍患儿的学习成绩? 176
93. 如何通过将学习游戏化改进注意力缺损多动障碍患儿的注意力? 177
94. 家长如何为注意力缺损多动障碍患儿选择一个适合的学校环境? 178
95. 注意力缺损多动障碍患儿是否更容易网络成瘾? 180
96. 如何预防和矫正注意力缺损多动障碍患儿网络成瘾问题? 181
97. 药物可能有效治疗注意力缺损多动障碍吗,药物治疗注意力缺损多动障碍的原理是什么? 183
98. 药物治疗对有些注意力缺损多动障碍患儿效果不理想是什么原因? 185
99. 药物治疗对注意力缺损多动障碍患儿能起到哪些积极作用,副作用又有哪些? 187
100. 如何判断注意力缺损多动障碍患儿是否需要服药? 190

附录

- 北京翔平中小学生心理教育培训学校简介 193
- 成功案例介绍 194



知识篇

❖ 1. 谁是患有注意力缺损多动障碍的儿童？

贝贝是个10岁男孩，上四年级。据他父母说，从5岁开始，贝贝就表现出严重的注意力问题，感觉他经常在做白日梦。无论是在家里还是在学校，在那些需要注意力集中的任务上，贝贝经常不能完全投入。据他的老师反映，贝贝经常会忘记任务要求，特别是当这些任务需要分步骤完成时，更是如此。写作业时，父母在旁边不断督促，但贝贝还是效率很低，有时写一个字就要花5分钟时间，甚至字只写了一半就开始走神儿。这严重影响了他的学习成绩。父母和老师都认为其实贝贝智商并不低，在注意力集中的情况下，他能和其他儿童做得一样好。

小明是个小学三年级男孩，平时学习成绩不错。但最令家长和老师头疼的问题是，小明在学校里很难参加集体活动，经常会和同学发生冲突。平时在玩游戏的过程中，不管别人是否欢迎他，他就突然闯入。还经常把他人传递的信息理解为具有攻击性的，与同学的摩擦不断，时间久了，班里的同学都不喜欢他。在上课时，他也坐不住，腿和脚老在桌子底下乱动，身体像装了马达一样，一刻也停不下来，而且经常不等老师说完话就插嘴。小明的父母平时对他要求很严格，试过很多办法管教孩子，但是效果都不尽如人意。小明自己也很苦恼，他也想让自己能够安静下来认真听课，与同学和睦相处，但他觉得老是控制不住自己。

像贝贝和小明这样的孩子临床上就被诊断为注意力缺损多动障碍(ADHD)。这是一组以注意力缺损、多动、冲动、唤醒不足、角色管理失控为主要表现特征的行为—情绪综合征候群，是儿童期常见的心理障碍之一。注意力缺损多动障碍症状通常发病于儿童早期，一般是7岁以前，并且该症状随着以后的发展一直持续。

❖ 2. 注意力缺损多动障碍就是多动症吗？

注意力缺损多动障碍有三个核心症状，即注意力缺损、冲动和以多动为核心的障碍。现在有些人把这种障碍称作注意力障碍(ADD)，而在注意力缺损多动障碍研究的早期，曾叫做多动症。直到今天，人们提起注意力缺损多动障碍就想起多动症。其实无论是多动症抑或注意力障碍都不能概括注意力缺损多动障碍的全部。因为有些注意力有问题的孩子并没有明显的多动行为，而有些孩子不但注意力缺损还同时伴有多动、冲动等症状。如果要对这三个概念仔细进行研究的话，我们就会发现，多动症这个概念仅仅概括了注意力缺损多动障碍的一种类型，即多动冲动为主型。而注意力障碍即 ADD，这个概念表示的是注意力缺损为主型的注意力障碍，是注意力缺损多动障碍一个亚类型。由此可见，注意力障碍和多动症都只不过是注意力缺损多动障碍这个大概概念下的子概念，二者是包含与被包含的关系。



◆ 3. 注意力缺损多动障碍分几种亚类型？

注意力缺损多动障碍可分为三种亚类型：注意力缺损为主型、多动冲动为主型和混合型。

★注意力缺损为主型

前面提到的贝贝就是这种类型的典型。这种类型的儿童并没有明显的多动和冲动行为，因此他们上课从不捣乱，从不违反纪律，但是他们仍然不能够集中注意力听课、做作业，因为他们总是控制不住地做白日梦，胡思乱想。所以家长和老师总是反映“他好像从来没有听我说话”“他做事情的时候总是走神儿”，所以这类儿童最主要的问题就是：注意力缺损。



★多动冲动为主型

这类儿童在注意力缺损多动障碍患儿中所占的比例相对较小。小明就是这种类型的典型。这一类型与前一类型的不同点是，仿佛精力十分旺盛，总是不分场合地不停地动；做事缺乏耐心，不能够等待与忍耐；而且常常伴有情绪上的不稳定，容易生气、发脾气。这类儿童经常在课堂中做小动作、捣乱，打扰周围的同学，经常未经允许就脱口回答问题，不能在团体游戏中遵守规则。因此这类儿童的同伴关系可能会很差，还极为容易被不了解注意力缺损多动障碍的教师看做是品行障碍、缺乏教养。

★混合型

顾名思义，这类儿童同时具有多动冲动和注意力缺损两种症状，二者在他们身上是兼而有之的。他们可能有时表面上看起来非常安静，有时又会显得特别兴奋，总是动个不停。他们在特殊的场合可能并不显得十分多动和冲动。比如，有位母亲带着他的儿子前来咨询，一开始，那个孩子可能有点认生，呆呆地坐在那里一言不发，问题要问好几遍他才能够听清楚，而他的母亲也说他没有听力和智力上的问题。二十几分钟过后，他开始变得兴奋，并一发不可收拾，他开始在咨询室里来回走动，不断地去拨弄花的叶子或者翻动书架里的书，甚至还把窗帘拽下来。他的母亲说他在家经常这样，做作业的时候要么不停乱动、无法坚持，要么安安静静却不见他动笔。

❖ 4. 注意力缺损多动障碍是虚构的神话吗？

对很多人而言，认识注意力缺损多动障碍比认识视觉障碍、听觉障碍，甚至智力障碍都困难得多。因为注意力对人而言仿佛是飘忽不定的一个概念，看不见摸不着，更无法看到注意力背后的那些脑神经机制。人们只知道一个人做事情需要注意力集中，可注意力集中难道不是靠意志力的吗？难道注意力也会出现“障碍”吗？



人们对此颇为怀疑，甚至有人认为这只是医生的危言耸听而已。孩子在小的时候可不就是不专心、好动和冲动的吗？于是，一般的人对待患有注意力缺损多动障碍的儿童的反应表现为：一开始，大人会忽视他们的多动、冲动和干扰行为，认为这只是儿童发展中的正常现象；如果次数多了，或者孩子稍大一些仍然没有好转的话，家长就会开始严加管教；当“孺子不可教”时，家长就会认为这个孩子太过任性不听话，或者被溺爱惯了，缺乏意志力，或者干脆认为这个孩子故意和家长对着干。而周围的人则一概会认为这个孩子缺乏应有的家教，甚至是道德品质有问题，应该多一些管教、纪律和限制，

甚至是必要的惩罚。而他们的父母则被认为是纵容孩子的“罪魁祸首”。可是等家长真的多了一些管教、纪律和限制，甚至惩罚之后，却仍然无济于事的时候，他们开始相信孩子也许是真的有点问题，才会去寻找专业人士的帮助。

其实，注意力缺损多动障碍在学术研究上也经历了和普通人对它的认识一样的过程。早在 1845 年，德国法兰克福的神经科医师霍夫曼(Heinrich Hoffmann)就曾表述坐立不安的菲利普和汉斯的个案，让人了解这类儿童及其家长所遭遇的问题。这类儿童经常匆匆忙忙、马马虎虎、错误百出、处理不好事情。他们往往行为缺乏计划、考虑不周，没有事前想好就行动，因此常常感觉动作太快，并简化解答问题的过程(如在课堂中插话、不按照解题步骤进行、无法等待、不注意听讲)。他们很难专注地完成一件事，总是对新事物感到好奇并且快速转移目标，无法持续地掌握行动的目的。他们如同上了发条，随时随地都会行动，他们无法安静地坐一段时间，也经常因躁动而导致内在冲突。英国医生斯蒂尔(George Still)于 1902 年首先把多动描述为一种障碍，他认为这些儿童的行为是意志缺乏和道德控制缺乏导致的。在随后的六七十年间，该障碍的名称历经了多次变更，包括轻微脑损伤、轻微脑功能异常、多动症等。后来人们的研究焦点慢慢从活动的程度转到注意力的本质以及不同的亚类型的时候，这种症状才正式命名为：注意力缺损多动障碍，英文名叫做 Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder(ADHD)。