

# THE PARENT LETTER



About Our Kids: A Letter for Parents by the NYU Child Study Center



第六冊，第五期

2008年1月

## 女孩和 ADHD

### 引言

讓我們花片刻時間想像一下患有注意渙散/多動症(Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder, ADHD)的孩子。您想像的是一個男孩嗎？並非只有您才這樣想像。與女孩相比，我們中大多數人容易將男孩想像為更容易被診斷為患有這個病症，其幾率高達3倍。在臨床環境中，對女孩的重視不足，而有些研究人員認為，很多患有 ADHD 的女孩未被注意到，或者沒有得到準確診斷。當前的調查研究發現，儘管 ADHD 的生物基礎在女孩和男孩之間可能不同，但遺傳可能性和環境影響卻類似（Derks 等人, 2007）。隨著我們繼續研究，父母、教師、教育者和心理健康專業人士將更加意識到患有 ADHD 的女生的獨特差異和需求。

### 患有 ADHD 的女生有何表現？

女生可能會在集中注意力方面有各種各樣的困難。有些女生看似不專心，並且難於持續工作或集中精力。她們可能容易「走神」，或者看似心不在焉。她們也可能健忘，並在組織協調方面有困難。其他女生可能看上去像上了發條似的，可能難於排隊，搶話，或者坐不住。很多女生表現出注意力不集中或多動兩種特質。這些年幼女生中的多動特質經常隨著年齡的增長而消退，從而讓她們在青春期顯得心不在焉（Hinshaw 等人, 2006）。對於很多患有 ADHD 的女生，專心完成家庭作業以及善始善終完成任務可能有困難。儘管她們的注意力問題在學校可能比在家裏顯得更嚴重，但她們的父母發現他們的孩子需要不斷刺激或反覆調教。

通常，患有 ADHD 的女生極具創造性以及出類拔萃的動力，特別是在她們尤其感興趣的領域。她們可能能夠參加項目或遊戲，但在進行普通或常規作業時，她們可能變得沮喪和/或心不在焉。

### 未來與女生 ADHD 相關聯的障礙

注意力問題是 ADHD 的一個顯著症狀，但研究證明，經常有其他重要特徵伴隨注意力問題，並且這些特徵會一直持續到青春期中期。與未患 ADHD 的女性同齡人相比，在兒童期確診患有 ADHD 的女生通常有更高程度的心理健康症狀以及較低的學業成績。具體而言，患有 ADHD 的女生更有可能經歷內在化症狀，如抑鬱和焦慮，以及表達負面的自我意見。另外，這些女生還有更多的成癮藥物使用問題和飲食紊亂症狀。當然，社交技巧方面的缺陷以及更多的同齡人關係問題也很普遍。這些附加的壓力因素可能與一項研究結果有關，即患有 ADHD 的女生比男生更有可能因精神問題而入院（Hinshaw 等人, 2006）。

不幸的是，據報告，與未患 ADHD 的女性同齡人相比，患有 ADHD 的女生朋友較少，而與同齡人衝突較多。她們可能更具公然的攻擊性，且可能在社交環境中缺乏有意識的、流暢的給與和索取。Ohan 和 Johnston (2007) 報告，患有 ADHD 的女生缺乏結交新朋友通常所需要的計劃和組織技巧，且因憤怒而導致的衝動行為可能會影響其朋友關係的穩定性。患有 ADHD 的女生難於調控其行為，而這可能會導致與同齡人的社交關係不太和諧。

### 治療

已表明的最有幫助的治療方法包括以經驗為依據的治療（如認知行為療法）與藥療相結合。藥療有助於提高與 ADHD 症狀表現相關的大腦功能。認知行為治療目的在於增加孩子的親社會行為並減少負面行為，同時改善父母和孩子之間的關係。行為干預還可以協助父母制定更有效的方法來處理孩子的注意力分散問題，以及制定策略來使其更加聽從指揮和遵守規矩。孩子可以通過行為管理來在有問題的方面提高技巧，而行為療法可以有效地治療計劃和組織技巧缺陷。

## 利用優勢

很多患有 ADHD 的女孩喜歡與人交往。父母和教師應當鼓勵她們參加那些涉及多種感官的課外活動、俱樂部或體育活動。這可以提供刺激，成為發洩能量的很好方式，有助於增強才能，並讓孩子身臨各種社交環境，從而能夠積累各種人際關係技巧。請記住，患有 ADHD 的女孩通常很有創造性。請尋找每個孩子的個人優勢，並幫助她在這些方面拓展自己的技巧。

## 資源

### 書籍

*ADHD: Attention-Deficit Hyperactivity Disorder in Children and Adults* (ADHD：兒童和成人注意渙散/多動症)，Paul H. Wender (醫學博士) 著。Oxford University Press, 2002。

*Straight Talk about Psychiatric Medications for Kids* (有關兒童精神類治療藥物的直言不諱)，Timothy E. Wilens (醫學博士) 著。New York: The Guilford Press, 1999。

*Taking Charge of ADHD* (管理 ADHD)，Russell A. Barkley (哲學博士) 著。New York: The Guilford Press, 2000。

### 網站

[www.Chadd.org](http://www.Chadd.org)

<http://www.nimh.nih.gov/health/topics/attention-deficit-hyperactivity-disorder-adhd/index.shtml>

[www.aboutourkids.org](http://www.aboutourkids.org)

## 參考

Bauermeister, J.J., Shrout, P.E., Chavez, L., Rubio-Stipec, M., Ramirez, R., Padilla, L., Anderson, A., Garcia, P., & Canino, G. (2007). *Journal of Child Psychology and Psychiatry* (兒童心理學和精神病學雜誌)，48(8), 831-839。

Derks, E.M., Dolan, C.V., Hidziak, J.J., Neale, M.C., & Boomsma, D.I. (2007). Assessment and Etiology of Attention Deficit Hyperactivity Disorder and Oppositional Defiant Disorder in boys and girls (男孩與女孩注意渙散/多動症和對立違抗性障礙的評估和病因)。 *Behavioral Genetics* (行為遺傳學)，37, 559-566。

Hinshaw, S.P., Owens, E.B., Sami, N., & Fargeon, S. (2006)。Prospective follow-up of girls with Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder into adolescence: Evidence for continuing cross-domain impairment (對患有注意渙散缺陷/多動症的女孩進行青春期預期跟蹤：持續性跨域損害的證據)。 *Journal of Consulting and Clinical Psychology* (諮詢和臨床心理學雜誌)，74(3), 489-499。

Lahey, B.B., Hartug, C.M., Loney, J., Pelham, W.E., Chronis, A.M., & Lee, S.S. (2007)。Are there sex differences in the predictive validity of DSM-IV among younger children? (DSM-IV 在年幼兒童中的預期有效性是否有性別差異?) *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology* (臨床兒童和青少年心理學雜誌)，36(2), 113-126。

Ohan, J.L., & Johnston, C. (2007)。What is the social impact of ADHD in girls? A multi-method assessment (ADHD 在女孩中有何社會影響？多方法評估)。 *Journal of Abnormal Child Psychology* (異常兒童心理學雜誌)，35, 239-250。

由心理學博士、紐約大學兒童研究中心學習與學業成績學院博士後柯爾斯滕·沙爾瑪 (Kirsten Sharma) 撰寫。如需諮詢，請撥打(212) 263-6622。

## 關於紐約大學兒童研究中心

紐約大學兒童研究中心致力於研究、預防和治療兒童及青少年的精神障礙。中心為有各種障礙（其中包括焦慮、抑鬱、注意渙散/多動症(ADHD)、學習或注意力困難、孤獨症、飲食紊亂以及與創傷和壓力相關的症狀）的兒童和青少年提供評估和治療。

我們免費為特定症狀和年齡段人群提供若干治療研究。要瞭解您的孩子是否適合其中某項研究，請致電(212) 263-8916 或瀏覽 <http://www.aboutourkids.org/professionals/research>。

如您或您的孩子需要緊急協助，請致電 1-800-LIFENET (1-800-543-3638)，心理健康專業人士每週 7 天、每天 24 小時隨時恭候，這是紐約市心理健康協會的一個項目。中心以數種語言提供幫助：西班牙語：1-877-298-3373，中文：1-877-990-8585。如使用其他語言，可要求提供譯員。

如欲瞭解兒童心理健康和子女養育問題等方面的詳細資訊、準則及實用建議，請訪問紐約大學兒童研究中心的網站：[AboutOurKids.org](http://AboutOurKids.org)。

ABOUTOURKIDS.ORG

Giving Children Back Their Childhood

NYU Child Study Center · 577 First Avenue · New York, NY 10016 · 212 263 6622