

## 青春期過動症檢測單

以下檢測表格及結果僅供參考

題目	完全 不會	有一 兩次	有時 候是	經常 如此
1.在家、在學校，對於沒有興趣的工作容易分心				
2.看書時候容易分心，除非是非常有興趣的書				
3.聽演講或是聽老師講話的時候，容易分心				
4.容易發脾氣，但是來的快去的也快				
5.講話不加思考就脫口而出，但是事後往往後悔				
6.做事衝動，導致結果通常很糟				
7.在團體當中不容易與人相處				
8.情緒起伏很快而且很大				
9.愛插嘴、愛打斷別人說話				
10.不會安排做事的先後順序，以致經常一團混亂				
11.容易感到沮喪				
12.精力充沛，立刻就可以去做一些什麼活動				
13.喜歡走來走去，不喜歡坐著				
14.常常會同時做很多事情，結果一團糟				
15.即使是坐著，頭或是手腳還是會動來動去				
16.團體遊戲中，常常等不及輪到自己				
17.房間裡面常常雜亂無章，東西散亂				
18.覺得自己的思考組織像乒乓球一樣跳躍著停不下來				
19.愛做白日夢，而且好像停不下來				
20.對於自己組織能力不好，會感到懊惱				

完全不會=0分；有一兩次=1分；有時候是=3分；經常如此=5分

**70 分以上代表有成人過動症**

**50-69 分代表中度過動症**

**35-49 分代表輕微過動症**

**25-34 分代表過動症邊緣**

**0-24 分代表不像有過動症**

美國過動症協會製作，彩虹天使教育網翻譯，2008