

《注意力不足 / 过动症怎么办》

图书基本信息

《注意力不足 / 过动症怎么办》

内容概要

< 内容简介 >

当青少年或儿童知道他们有注意力不足方面的问题时
(即注意力不足症 简称ADD, 或注意力不足过动症 简称ADHD),
他们会有很多疑问、怀疑、和恐惧。

本书是由一位小儿科医师及一位教育从业者共同撰写、并针对儿童的需求与疑问的一本书。
帮助孩子们认识自己并找到面对注意力不足/过动症的好方法。

本书特色：

本书以儿童易於了解的语言写成，并辅以简单易懂的插画，提供能用於他们的日常生活之实际资讯

。

《注意力不足 / 过动症怎么办》

作者简介

《注意力不足 / 过动症怎麽办》

书籍目录

目录：

前言 给家长与专业人员的话

第一章 什麽是注意力不足/过动症？

第二章 你怎麽知道自己是否有注意力不足/过动症？

第三章 谁会有注意力不足/过动症？

第四章 一个有注意力不足/过动症的人，他的大脑发生了什麽事？

第五章 注意力不足/过动症会让你有什麽感觉？

第六章 处理注意力不足/过动症

第七章 建立支持团队

第八章 一起合作来管理你的行为

第九章 当别人的好朋友

第十章 保持冷静

第十一章 保持专注

第十二章 改进学习和组织技巧

第十三章 照顾自己

第十四章 认识注意力不足/过动症的相关用药 後言 给患有注意力不足/过动症的男孩们和女孩们

《注意力不足 / 过动症怎么办》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:www.tushu000.com