

Obsah:

Předmluva.....	7
Úvod	11
1. Syndrom poruchy pozornosti s hyperaktivitou /ADHD/ - vymezení pojmu	13
1.1. Současná terminologie – ADHD/ADD, hyperkinetický syndrom.....	14
1.2. Subtypy ADHD.....	16
1.3. Diagnostika syndromu ADHD	20
1.4. Možnosti ovlivnění syndromu ADHD – opatření výchovná, režimová a terapeutická (neléková a léková a terapie).....	23
2. Typické projevy ADHD a jejich přetrvávání do dospělosti	30
2.1. Rizikové faktory pro vývoj ADHD.....	31
2.2. Jak se liší ADHD v dětství a v dospělosti	34
2.2.1. Porucha pozornosti	36
2.2.2. Porucha aktivity – motorická hyperaktivita	46
2.2.3. Impulzivita	54
2.2.4. Další projevy související se syndromem ADHD.....	66
2.2.4.a Poruchy paměti	66
2.2.4.b Poruchy myšlení, řeči a komunikace	70
2.2.4.c Percepčně motorické poruchy	79
2.2.4.d Poruchy exekutivních funkcí.....	83
2.2.4.e Emoční poruchy a přidružené poruchy chování	86
2.3. Shrnutí	95
3. Obtíže související se syndromem ADHD.....	97
3. 1. Specifické poruchy učení v dospívání a dospělosti	97
3. 2. Psychické poruchy	102
4. Sociálně psychologické aspekty ADHD u dospívajících a dospělých.....	105

5. Co dělat, když máme problémy	114
5.1. s pozorností	114
5.2. s pamětí	115
5.3. s dochvilností	120
5.4. s dodržováním termínů, časů	121
5.5. s dokončováním činností	123
5.6. s unavitelností	124
5.7. s udržením pořádku	125
5.8. s chaosem	127
5.9. se zbrklostí	130
5.10. s učením	131
5.11. s emoční nevyrovnaností	132
5.12. s udržením přátelského nebo partnerského vztahu	144
5.13. se sebekázní a s vůlí	145
6. Jak si uchovat duševní zdraví?	149
7. Kde hledat pomoc – jaké máme možnosti?	150
8. Má hyperaktivita i svá pozitiva?	151
Závěr	152
Použitá literatura	153
Seznam použitých zkratk	155