

สารบัญ

1. สมาธิ...สิ่งสำคัญในการเรียนรู้.....	1
2. ทำไมลูกจึงไม่มีสมาธิ?.....	5
3. มารู้จักโรคสมาธิบกพร่องกันเถอะ.....	8
4. ปัญหาที่พบบ่อยร่วมกับ ADHD.....	12
5. อาการของโรคสมาธิบกพร่อง.....	16
6. ลูกเป็นโรคสมาธิบกพร่องหรือเปล่า?.....	26
7. เมื่อคุณพาลูกมาพบแพทย์.....	31
8. จะช่วยลูกอย่างไรดี?.....	40
9. ลดสิ่งกระตุ้น.....	46
10. เพิ่มสมาธิ.....	50
11. ฝึกการควบคุมตนเอง.....	56
12. แก้ปัญหาการเรียนของลูก.....	65
13. แก้ไขพฤติกรรมของลูก.....	71
14. คุณครูคือคนสำคัญ.....	78
15. ฝึกทักษะทางสังคม.....	89
16. กิจกรรมนอกหลักสูตร.....	93
17. ยา...ช่วยให้สมาธิดีขึ้นจริงหรือ?.....	98
18. คุณเองก็ต้องการความช่วยเหลือ.....	105
19. ช่วยลูกสร้างความรักและนับถือตนเอง.....	110
20. เมื่อลูกโตขึ้น.....	122
21. ตอบคำถามยอดฮิต.....	125
บทส่งท้าย.....	139
เอกสารอ้างอิง.....	141