

# 《過動媽咪vs. 蜜蜂兒子》

## 图书基本信息

书名：《過動媽咪vs. 蜜蜂兒子》

13位ISBN编号：9789866126178

10位ISBN编号：986612617X

出版时间：2011-10-5

出版社：智园

作者：凯萨琳·艾利生 Katherine. Ellison

译者：王若英

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《過動媽咪vs. 蜜蜂兒子》

## 内容概要

专家推荐：

王意中心理治疗所所长/临床心理师 王意中

随光舞动（过动儿）的妈咪 许钰玲

我的ADD是好玩的这种，你的是无聊的那种！

大儿子巴兹十二岁成年礼那年，

凯萨琳被告知母子俩都有注意力不足症，

一段刺激荒谬、有笑有泪的寻求冷静专注之旅，就此展开。

凯萨琳·艾利生是个普立兹奖得主，除了自己是ADD患者外，同时也是一位过动儿的母亲，本书是她於大儿子巴兹（Buzz）被诊断患有注意力不足症之後，母子两人一起积极地面对问题、寻找答案，建立更亲密坚实的亲子关系。

在许多受欢迎的文学作品中，总少不了为了孩子勇敢迎战、牺牲自我的母亲，但凯萨琳说的故事却截然不同。她和她的十二岁大儿子在被诊断有ADD之後，她发现自己的教养方式可能让母子俩剩下三条路可走：他去上寄宿学校、她放弃母亲的责任，或是两人合作一起解决问题；於是，他们决定一起寻找答案。

现代儿童被诊断出患有注意力及行为问题的现象，已日趋白热化，为了找到最好的方式帮助孩子，家长和教育者都陷入茫然的追寻。这本书除了是一位过动母亲的心路历程外，也检视现今过动症医疗的困境和突破，以及患者和其亲友所面临的问题。不但富含各种实用见解，而且充满令人捧腹大笑的趣味且诚实坦率，令人一读上瘾。

内文试阅：

咖啡危机

九月的浓雾笼罩在金门大桥上，我开着我那被撞得坑坑巴巴的棕色普锐斯（Prius）油电混合车往南疾驶，旁边坐着大儿子，後座还有一个小儿子。

该死、该死、真该死！我又迟到了！

我紧急转弯，还好没错过通往二八号公路的出口，然後加足马力往矽谷方向冲去。儿子们今天又因为什麼「教师发展日」不用去学校上课，我打算把他们送到爸妈家之後，先和朋友喝杯咖啡，然後再去跟某位要我帮忙拟演讲稿的创投家碰面。可是我太晚出门了，等会儿一定没时间跟老爸、老妈好好打声招呼，他们免不了会赏我几个白眼，然後又是摇头、又是叹息。

啊！为了仲裁这对兄弟的争吵，我把头转开，结果差点撞上前面的车。我们家经常是吵来吵去的，除了我先生杰克，他总是气定神闲、不愠不火，而我们母子三人则是属於喜怒无常、很难伺候的那一种。尤其是刚满十二岁的大儿子，巴兹，他完全验证了以前在我成长过程中，老妈常幸灾乐祸碎碎念的那句诅咒：「总有一天啊，你会有个跟你一样的儿子。」一个爱找麻烦的讨厌鬼，这就是她的意思，一个永远急急忙忙、不肯接受「不行」的人。

除了这点，当然还有很多别的事情被我妈说中。三年前，巴兹（这是我帮他取的小名，因为他对我的影响就像被电流一样给「叭滋」地电到一样）被诊断出罹患「注意力不足/过动症」（ADHD），顺道附带「对立性反抗症」（ODD）。前者表示他有注意力不集中及自我控制不良的问题；後者则表示他是个讨人厌的家伙。

重点是我有个被诊断有精神问题的小孩，而我也被证明了是这个问题的一部分，就叫它「诊断性嫉妒障碍症」（diagnosis envy disorder）吧。但巴兹後来出现的状况，让我想到应该跟Y博士确定一下，他是我从二十几岁就开始看的精神科医师，我想问问他，我在临床诊断上是不是也可能有注意力不集中的问题。他说他是这麼认为的，果然如此。

透过这个名称复杂拗口的新疾病，重新检视我们的生活之後，总算可以解释我家长久以来的混乱，但到目前为止，我们并没有做什麼来改善这种情况。不过，我也不是没试过，就像最近，我鼓励家里的每个人都要服用鱼油，就连四平八稳的杰克也不例外。因为研究显示，鱼油对大脑的健康情绪的安定很有帮助。

突然，巴兹开始在座位上不安份扭动起来，一边用力拉扯他的道奇队球帽，一边喊着：「我要喝咖啡！」

「喔，巴兹，」我立刻回说：「你知道咖啡对你不好。」

## 《過動媽咪vs. 蜜蜂兒子》

「我要喝咖啡！」

他从来不喝咖啡的，好吧，我承认给他喝过一次或两次。但咖啡到底会不会阻碍发育啊？

「咖啡或可乐！」他怒吼着。

我让巴兹坐在前座以免对後座的弟弟，今年才九岁的麦克斯，造成任何身体上的伤害。有时这方法行得通，但如果他真的抓狂的话，他就会开始往後座丢东西，或者突然把椅背放下，故意撞击麦克斯的膝盖。会是现在吗？我的心脏不安膨胀着，好像压迫到我的肺了。

「这两种饮料对你都没好处，而且你也知道我们现在不能停车。」我不假思索的脱口而出，同时变换车道，超越一辆开得较慢的车。我的口气真是平静得不得了啊，给自己掌声鼓励鼓励！

「我们现在在高速公路上。」我又说。

「咖啡！」巴兹吼道。

碰！我的大脑天旋地转，当初果然不该给他喝可乐的。到底是什麼时候的事啊？可以确定的，孩子们的庆生会上一定会出现可乐；况且小孩过了三岁以後，父母基本上就管不动了。可是这也不能当藉口，因为我自己就好几次用汽水贿赂他，要他表现好一点。还有，当然啦，我也曾经在他面前喝健怡可乐……，我真是个糟糕的母亲！可是万一他真的需要呢？我自己就绝对需要来上一罐。这会不会是他想用来集中注意力的方法？还是说，他只是存心想再一次惹恼我？

喔，老天，不管我中途有没有停车，我绝对不可能准时了。好极了，第一次跟新客户开会就迟到。我什麼事都做不好！还有，我干嘛一定要跟彼特约在今天见面啊？我应该利用这段时间，把我那本關於塑胶污染的新书企划写好，我答应经纪人上个月就要交稿。就在这年秋天，美国参与了两场战争、面临全球经济危机，正进行历史性的总统大选。在巴兹生气的关上收音机的前一刻，我听到的新闻是本周股市又下挫了三百点。对退休基金来说损失还真不小啊！但我又何必操这个心，因为此时此刻漂浮在大海中的塑胶垃圾，正不断释放丙二酚（bisphenol-A）什麼鬼的，进入我们的食物链，而喜马拉雅山的冰河也在不断消融，威胁几亿的亚洲人将来无水可用，更别说加州的积雪已经……。

但巴兹依然故我地吵着说：「我要喝咖啡！」

我爱巴兹、也爱麦克斯，这份爱强烈到连我也常常被自己吓到。因为有了他们，我才能成为一个更好的人。为了他们，现在的我对自己最大的期许，就是能为他们兄弟俩树立行为典范。

「闭嘴！闭嘴！闭嘴！」我咆哮着。

「妈妈，」坐在後座的麦克斯突然细着声音说：「鱼油好像没效?。」

\*\*\*\*\*

当我还在墨西哥市的时候，我曾经跟着一小群同事，一起到当时的美国大使约翰·奈得罗庞特（John Negroponte）的公馆，享用一顿优雅的午餐。席间谈到了美国对古巴采取的强硬政策，此时《休士顿纪事报》（Houston Chronicle）的记者道得利·阿尔萨斯（Dudley Althaus），问了一个我永远无法忘怀的脱轨问题。

「为什麼你们不用爱来感化他们？」当时阿尔萨斯建议美国结束对古巴的经济制裁，改以援助，藉此让古巴人民接受民主制度。

可惜，阿尔萨斯的理想终究无法改变美国的外交政策，我甚至连奈得罗庞特的回答都不记得，如果真的有的话。但二十年过後，我揣想是不是可以用这样的策略，来感化巴兹。

就这样，又是一个他放学回来，而我在写作间工作的下午。再一次的，他因为弄丢钥匙而敲打客厅的窗户，而我当然不会听见，直到他用力过猛把窗户敲破，碎玻璃弄得整个客厅都是。跟以前一样，我急忙冲向大门，脉搏激烈的跳动着，心里想着：不会又来了吧？他受伤了吗？需要送急诊吗？不会又搞得大家一坐下来，就弄得手上、屁股上都是玻璃碎片吧！为什麼他就是不肯按门铃呢？或者走到後面来叫门？这次换玻璃又要花我多少钱？

但这次我深呼吸，在抵达大门前的路上，事先把这些问题想过一遍，也平复了自己的思绪，刚好赶上听见巴兹喃喃的说着些什麼。

「我真是个白痴！」

我刚好赶上对他说：「不！不！你不是！」

我在学习，学着在咆哮前先三思，只是很缓慢。有时我可以做到完全不失控。当巴兹崩溃的时候，我尽可能不跟着一起沦陷，反而会跑向微波炉，温热我老姊珍从科罗拉多寄来的草药颈枕，她还附上一则意味深长的建言，建议我在处理巴兹的感觉时，应该试着重新架构我们之间的矛盾，因为现在是由我们两人一起对抗巴兹的愤怒。

## 《過動媽咪vs. 蜜蜂兒子》

作家东尼·墨里森 (Toni Morrison) 曾说过，母亲所能给孩子的最好礼物，就是为他照亮前方。我想到自己过去老是心有旁鹜，让巴兹的前方一片黑暗，所以我现在要格外关心他，散发最灿烂的光芒！我比以前更常拥抱巴兹，尽管他的肢体语言一开始反应出来的，是要我离他远一点。

当我带他去吃比萨时，也不会趁这段时间拷问他功课做得如何。当巴兹要求我买小袋鼠给他时，我放下正在读的最新ADD研究报告，陪他一起坐在电脑前找小袋鼠的照片（心中默禱可以找到一些像是卫生署明文禁止把小袋鼠当做宠物之类的规范）。当他要求我送中国菜到学校给他当午餐时，我吞回想叫他小皇帝的冲动，对他说：「午餐真的是个问题对不对？让我们来想想看可以怎么做。」

但该来的还是来了，有一天巴兹说班尼的妈妈，每天中午都会送热腾腾的午餐到学校去。一开始我不肯相信，即使是马林郡这种地方的妈妈也不可能！但即便如此，接下来的那个星期五，趁着巴兹要留下来参加网球赛的机会，我出其不意的带着汉堡和奶昔出现，当初他坚持不肯参加，我却极力鼓励，因此我希望这些食物可以强化他的意愿。我把袋子摆在另一个袋子旁，就放在学校柜台上。我发现那个袋子上写着「班尼·波兰斯基」。

「今天情况特殊！」我告诉柜台人员，想必他对犹太妈妈有一些刻板印象。结果，剩下的网球季中，每逢星期五都是特殊情况。

# 《過動媽咪vs. 蜜蜂兒子》

## 作者简介

凯萨琳·艾利生 (Katherine Ellison)

曾任驻外记者、写作顾问，并于1986年因撰写菲律宾马可仕政权贪污系列报导，获得普立兹新闻奖；著有四本着作。现居住在加州旧金山湾区，专职写作。

译者：王若英

东吴大学英文系毕业，曾旅居美国东西两岸体验阳光普照及零下二十度的极端生活。

以阅读喂养灵魂、以手作充实生命。曾译有《你听见花开的声音吗？》、《六十种找到奇蹟的方法》及《世界恐怖小说选1&2》等书，现为自由译者。

# 《過動媽咪vs. 蜜蜂兒子》

## 書籍目錄

推荐序1

推荐序2

前言 请你了解我！

第一部 过动家族

第一章：这不是我的问题

当我重新回顾家族历史，这才发现不安於室的过动因子，早已存在我的家族血液之中。

第二章：没有其他的选项吗

药丸就在我的掌心中，就像一杯苦涩的鸡尾酒，我们还没打算把它塞进巴兹嘴里，这场利他能之战胜负未决.....

第三章：这就是你的ADD

有人贴切的将注意力不足过动症形容为「难以开启的礼物（天赋）」，但我始终相信巴兹有一天会开启他的天赋。

第四章：麦克斯，巴兹不是坏人

我试着用各种方式排解兄弟俩的冲突，他们手足之间充满了矛盾情结：我越在意巴兹，麦克斯就越爱惹他；我越是赞美麦克斯，巴兹脾气就越坏。

第二部 找寻力量

第五章：每件事都删不得

这是神圣的一年，我誓言要专注於寻找解答的一年，而现在已经过了七个月，我的行事历上却还充斥着各种杂事。

第六章：如果学校没有问题.....

像巴兹这样的孩子是教育的「矿工的金丝雀」，具有警示作用；虽然他们受到不良教育制度的限制，却是指引未来教育改革的明灯。

第七章：我的ADD是好玩的那种

我从没想过让他在大庭广众下承认这个标签，但他却是一副没啥大不了的表情，轻轻的笑说：「嗨，我叫巴兹，我有ADD。」

第三部 通电与禅修

第八章：他不会再打弟弟了吗

我们都希望给巴兹一个不吃药的暑假，於是神经反馈法和它的小电极，就成了帮我们抵挡化身博士变回坏蛋的终极武器！

第九章：静不下来不会死

我盘腿坐着一会後，又变换了姿势，在座垫上扭来扭去，还不时偷瞄手表。亲爱的上帝或佛祖啊！请让我静下来，我不要成为笑柄。

第四部 继续尝试

第十章：妈，你已经说了八百遍

有人问达赖喇嘛当初是如何学会慈悲时，他和蔼的回答：「每个人真正的慈悲导师，就是自己的母亲。」

第十一章：没错，继续尝试！

我问巴兹想替这份书稿写些什麼话，他咕哝了几句。「什麼？」我听不清楚。

「继续尝试！」他大声的回答。

後记 ADHD的其他相关疗法

## 《過動媽咪vs. 蜜蜂兒子》

### 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.tushu111.com](http://www.tushu111.com)