

<<我ADHD，就讀柏克萊>>

图书基本信息

书名：<<我ADHD，就讀柏克萊>>

13位ISBN编号：9789866151118

10位ISBN编号：9866151115

出版时间：2011-6-28

出版公司：智富出版有限公司

作者：布莱克·泰勒 Blake e. s. Tayler

页数：272

译者：李美華

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：<http://www.tushu007.com>

<<我ADHD，就讀柏克萊>>

前言

代序與導讀 對正在與ADHD奮戰的青少年，及渴望找到方法瞭解這些青少年的父母親而言，本書《我ADHD，就讀柏克萊》是最好的禮物。

最令我感動的是，布萊克以一個青少年的身份分享生命裡這些心碎、起伏的故事時，展現出來的勇氣和脆弱。

我相信，無論是誰，只要能將他的建言和得到的教訓深深記在心底，他的一生將可以避免多走許多冤枉路。

本書最可貴的部分，就在於這書本的出版。

一個曾經被編入特教班的ADHD孩童，如今成為一位有教養、能寫書的青少年作家，這件事情本身就證明了ADHD是一種天賦。

在《我ADHD，就讀柏克萊》中，布萊克闡述自己曾經遭受排擠、霸凌的經驗，但是，現在的他已經走出陰影，成為風雲人物。

書中頁頁燃燒著克服心痛的勇氣，以及自我提升的力量。

他努力改變自己、追求進步的故事，足以激勵所有的年輕人和父母親，無論他們是否受到ADHD的困擾。

布萊克的書能夠幫助你，將ADHD的特質導向優勢，只要你徹底明白它們的運作方式。

他可以讓你瞭解，衝動是如何被強烈的好奇心挑起，例如，他提到，他會砸玻璃是為了想看到破碎的過程，玩火是為了觀賞火焰，和外公玩火箭則是因為喜歡看到東西飛上天空。

從這個觀點切入的話，我們就會發現，當我們過度聚焦或嚴厲看待孩子探索所造成的失敗結果時，往往會忽略了他們一開始的好奇心和創造力。

我猜想，為了滿足對這個世界運作模式的強烈好奇心，愛迪生和愛因斯坦青少年時一定也犯下不少類似的錯誤！

布萊克用心地陪你走過他的各種困境，你會發現，面對以死記背誦為主的考試時，你的好奇心、適應力和多元領域的興趣會受到多麼嚴厲的摧殘。

在這本書裡，有一項關於霸凌的建議特別引起我的注意，得到我的認同，那就是，布萊克鼓勵青少年要尋求大人的協助。

如果你是青少年或他們的父母，正在翻閱這本書，僅僅聽進這項建議就可以讓你將傷害降到最低，就值得你將這本書買下來，放到你的書架上。

我知道，或許在某個地方，某個青少年讀到這一段時會說：「遜咖！

」假如你也是這種反應，一定要改變想法，不要被你從小就被灌輸的偏激英雄主義所挾持。

雖然大多數專家都鼓勵父母親和孩子尋求外在的協助，但是，還是有人會不斷慫恿你說，就算你是青少年，也要服膺美國的獨立精神，遵守單打獨鬥的遊戲規則！

這種觀念衍生出許多不必要的困擾。

學校如果發生霸凌事件，一定要通報老師。

大家才能密切注意它的發展，阻止它再度發生。

道理就是這麼簡單。

父母一定要和學校合作，私下協助孩子。

如同許多其他作品，布萊克的故事裡也有一位醒目的女主角，就是大力支持他的母親，娜汀。

與布萊克和娜汀會面時，我可以從她散發的溫暖力量中感受到她對孩子的愛與奉獻。

她曾經面臨許多家人、親友和師長的質疑、挑戰。

每當努力為布萊克的行為辯護時，她常遭受指控，說她為布萊克找藉口。

但是，她的堅持終於得到回報。

她是故事中的女主角，也是ADHD孩子的需要——一個全心相挺的支持者。

如果你是正在閱讀這本書的父母，切記，你也可以扮演這個協助孩子改變現實生活的角色。

當你為他或她挺身而出時，盡量設法，讓對方看到孩子誇張可笑行為後面的寬宏大量！

做為導讀本書的心理學家，在你開始和布萊克一起踏上他的生命旅程之前，我想再提出一點你可

<<我ADHD，就讀柏克萊>>

能會忽略或困惑的地方，加以說明。

如果你也是一位正在和ADHD苦戰的青少年，或許你會質疑：「我連作業單都找不到了，他怎麼可能寫得出這本書？」

」書中提到一段重要的內容是，布萊克的ADHD藥物治療十分成功，而且他從五歲就開始服藥。

這說明了，藥物可以有效控制症狀。

但是，除了醫療，ADHD的孩子還需要支持與輔導，只有症狀的抒解並不夠。

如同布萊克的故事指出，即使他在課業方面表現出色，ADHD依然會強烈影響他的社交生活、情緒、他對整個世界運作的認知，以及對自己的認識。

布萊克的故事顯示，ADHD孩子的父母或家人不需要再為了孩子是否應該用藥而產生爭執，影響彼此的感情。

但是，成功用藥只是故事的開始，不是故事的結束。

布萊克的故事鼓勵父母、老師和ADHD孩子本身，都要致力於全人的發展。

診斷和醫療通常只能幫助孩子適應學校教育，記憶課業或遵守指令。

就算這些症狀都已經得到藥物控制，孩子本身依然會有情緒，依然必須在這將不同視為不聽話的世界裡求生，依然需要找到生命的方向。

在這些方面，藥物完全派不上用場。

一定要問自己：「我的孩子有哪些強項？」

」找出ADHD孩子的才能。

不要老是忙著幫他收拾善後，從現在開始，做點有用的，協助他們發現、長養自己的優勢能力吧！

拉娜·何諾斯韋伯博士（Lara Honos-Webb, Ph.D.），著有《發掘過動兒的天賦》（The Gift of ADHD）。

<<我ADHD，就讀柏克萊>>

內容概要

布萊克·泰勒自5歲起由醫師確定為罹患過動症，經過與家人的共同努力，終於進入柏克萊大學就讀，並成為學校的風雲人物。

「請你閱讀我的故事，如果在裡面看見你自己的影子，你和家人必須站出來，為ADHD小孩爭取所需要的協助。

」布萊克·泰勒說。

<<我ADHD，就讀柏克萊>>

作者簡介

布萊克·泰勒（Blake e.s.Taylor），五歲，第一次被診斷出ADHD，開始服藥。一個曾經被編入特教班的ADHD孩童，如今成為一位有教養、能寫書的青少年作家，現在的他已經走出陰影，進入加州柏克萊大學，並受邀到學校演講自己的人生經歷，成為風雲人物。

李美華，台大外文系畢業，美國俄亥俄州立大學教育輔導碩士。

幸運的文字和親職教育工作者。

在家人和朋友的包容支持下，可以選擇喜歡的工作、喜歡的生活方式，選擇做自己。

<<我ADHD，就讀柏克萊>>

编辑推荐

布萊克·泰勒的《我ADHD，就讀柏克萊》從第一頁開始就令人驚嘆：這樣一個曾經像暴風似的男孩（現在已經長成青年），如何能夠如此清晰透徹地自我剖析，寫出這部極具啟發又深入的作品？《我ADHD，就讀柏克萊》以略帶詼諧且嚴肅的語氣，訴說一個融合了個人生活、困境、衝突與現實社會的故事，同時也提供非常實用的資訊，有助於因應和克服ADHD可能具備的破壞傾向，以及可能產生的障礙。

更重要的是，《我ADHD，就讀柏克萊》沒有用質疑或嘲弄的態度給ADHD貼標籤，而是採取人性的角度去剖析它的存在。

無論男女老少，所有關心ADHD、心智疾病及其治療和處置的人，或是認為ADHD值得羞恥的人，都必須閱讀《我ADHD，就讀柏克萊》。

<<我ADHD，就讀柏克萊>>

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:<http://www.tushu007.com>