

Taking charge of ADHD:

The complete, authoritative
guide for parents (3rd Edition)

如何 养育 多动症 孩子

【美】Russell A. Barkley
王思睿等 译 著

给父母的
权威完全指导



中国轻工业出版社 | 全国百佳图书出版单位

Taking charge of ADHD:

The complete, authoritative guide for parents (3rd Edition)

如何养育多动症孩子

——给父母的权威完全指导

【美】Russell A. Barkley 著

王思睿 等 译

图书在版编目(CIP)数据

如何养育多动症孩子: 给父母的权威完全指导/
(美) 巴克利 (Barkley, R. A.) 著; 王思睿等译. —北京:
中国轻工业出版社, 2016.5
ISBN 978-7-5184-0796-5

I. ①如… II. ①巴… ②王… III. ①儿童多动
症—家庭教育 IV. ①R748②G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第311349号

版权声明

Copyright © 2013 The Guilford Press.
A Division of Guilford Publications, Inc.

总策划: 石铁

策划编辑: 戴婕

责任编辑: 戴婕

责任终审: 杜文勇

责任监印: 刘志颖

出版发行: 中国轻工业出版社(北京东长安街6号, 邮编: 100740)

印刷: 三河市鑫金马印装有限公司

经销: 各地新华书店

版次: 2016年5月第1版第1次印刷

开本: 710×1000 1/16 印张: 26.00

字数: 280千字

书号: ISBN 978-7-5184-0796-5 定价: 66.00元

著作权合同登记 图字: 01-2015-2071

读者服务部邮购热线电话: 400-698-1619 010-65125990 传真: 010-65262933

发行电话: 010-65128898 传真: 010-85113293

网址: <http://www.wqedu.com>

电子信箱: wanjianedu1998@aliyun.com

如发现图书残缺请直接与我社读者服务部(邮购)联系调换
151368Y2X101ZYW

译者序

很多年前，当我还是个在门诊实习的学生时，有一个小男孩给我留下了深刻的印象。他的母亲对医生说，这个孩子从小就调皮捣蛋。这个小男孩1岁多能走之后，就喜欢到处攀爬，不怕危险，经常摔得头破血流；他也不怕陌生人，到亲戚朋友家做客，随便开别人的抽屉、柜子，到处乱翻；他7岁上学之后，做作业不专心，不停地做小动作，上课经常插话，还经常和同学发生冲突，老师或者同学常来家里告状……

我穿着白大褂，坐在门诊室的角落里看着这个似乎已经被儿子整得焦头烂额的母亲，想到了多年之前，也有一位母亲带着自己的孩子去北京协和医院看病。当时诊室里坐着的是个上了年纪的女医生。这位母亲说，自己的孩子虽然是个女孩，可是从小就特别闹，特别淘气，家里的东西不知道拆坏了多少。医生问，那她的注意力呢，能不能管住自己。母亲说这些都还好。最后，经过其他检查，医生说，这个孩子一切正常，就是活泼了些而已。

第二个案例里的小孩就是我自己。无论是长大之后在实习中看到的那个小男孩的案例，还是我小时候自己的经历，都让我对儿童多动症*（Attention-Deficit Hyperactivity Disorder，简称为多动症）有着特殊的兴趣。因此，当我拿到这本书并阅读之后，我发现这的确是一本如英文原版封面上所说的给父母的权威完全指导手册。本书的作者 Barkley 博士也是在多动症治疗和科研领域从业多年的专家。

这本书的确“权威”。作者从对多动症的定义入手，更新了人们对儿童

* 儿童多动症，简称多动症，又称注意缺陷多动障碍。——译者注

多动症的认知，即多动症不但表现在孩子多动、注意力不集中，更重要的是他们缺乏一种对自己的管理，尤其是在他们身上缺乏一种指向未来的时间感，让他们无法为了长期目标而努力，似乎被困在了“当下”这个时间点上。这种定义，这种观点，是一种新的理念，而作者所阐述的这种理念是建立在大量且坚实的科学研究基础之上的，所以它权威。

这本书也的确“完全”。从对多动症的新定义到对多动症发病的大脑层面的机制阐述，从对多动症的评估诊断到对家长的指导意见，从对多动症的药物治疗方案到“家庭—学校—医疗机构”联动的综合系统，本书可以说是做了全面细致的说明。作为译者来说，让我感觉到最可贵的是，作者 Barkley 博士不但关注了孩子，同时也关注了家长，Barkley 博士关注的是家长本身作为一个“人”在经历孩子病痛、帮助孩子克服障碍的过程中自己所体验到的喜怒哀乐，而不是仅仅关注患病的孩子，仅仅将家长当作帮助孩子治疗和复原的“工具”。

正是以上种种原因，让这本《如何养育多动症孩子》（在此，我们仍旧沿用读者熟悉的“多动症”这一术语）不但权威而且完全，同时充满着作者 Barkley 博士对孩子和家长的浓浓的真挚关怀。

本书的翻译分工如下：童颖与刘潇负责翻译第二章，吴慧中与吴晶负责翻译第三章，刘艺媛与谢丽菁负责翻译第八章，潘亚丽与徐菁媛负责翻译第九章，张晶与刘冰负责翻译第十一章，常振宇与李泊负责翻译第十五章，孔夏丽与刘莎莎负责翻译第十八章，孙梦与张恩瑞负责翻译第十九章，其他章节由本人翻译。在翻译过程中，我们努力做到尽自己最大能力将本书以其准确的原貌呈现给广大读者。尽管如此，由于译者的水平有限，还望广大读者批评指正。同时感谢万千心理的戴婕编辑在本书出版过程中给予的大力支持和宝贵意见。在此，感谢所有帮助过我们的人。

王思睿

2015年3月于中国科学院心理研究所

序 言

孩子比成年人更加活跃，更加生机勃勃，更难保持自己的注意力，也更加冲动。在听从指示与完成工作方面，孩子比成年人的问题更多，对此无须大惊小怪。因此，当家长们抱怨自己的孩子难以保持注意力、难以控制自己的行为，或者难以抑制自己的冲动时，其他人可能想都不想就对家长们说，这些问题对于孩子来说实在是再平常不过的了，这就是孩子的天性，家长没什么可担忧的。如果哪个孩子的行为问题让人觉得似乎有点过分了，即便是用要求孩子的标准看也有些过分了，那么这种情况也许是因为孩子还有点不成熟，随着他不断长大，问题可能会逐渐消失。

很多时候，这种论调是正确的——但是，有些时候，这种论调就不对了。在一些情况下，孩子的注意广度过窄，活跃水平过高，对冲动控制的能力太差，导致他在这些方面的行为表现即便对于他那个年龄段而言，也显得非常极端。对于绝大多数人来说，我们的周围都会有这样的孩子——这个孩子在完成学校课业时有困难，无法和邻居家孩子和谐相处，如果没有家长的监督，就不能完成家务，这些也会成为家庭冲突的导火索。

如果这些方面的行为问题变得非常严重，严重到损害了一个孩子正常的适应功能时，而且这些问题很可能无法随着孩子年龄的增长而自行消退，那么，我们就不能说这是正常情况了。如果你的孩子就是这样的，那么对问题轻描淡写或单纯希望孩子的成长和成熟能带走问题不但是是一种谬误，也会对孩子的心理和社会幸福感造成潜在的伤害。这样做的危害还可能波及孩子的未来，影响到你和其他家庭成员，因为你们才是每天要面对这样

一个孩子的人。

如果孩子注意力方面存在问题，如过度活跃、抑制能力缺失，并且这些问题达到了一定的严重程度，那么孩子就可能患上了一种发展性能力缺失的疾病，称为注意缺陷多动障碍，或者多动症（Attention-deficit/hyperactivity disorder）。本书就是关于多动症的一本书。这本书就是写给家中有多动症孩子的家长，以及其他愿意更多了解这种障碍及其管理方法的人们。本书的目的是帮助家长在照料多动症孩子的过程中掌握主动权，因为患有多动症的孩子通常对成人的照料有着巨大的需求，通过掌握主动权的方式，家长可以确保整个家庭的健康，无论是在家庭的整体层面还是在家庭的个体层面。

在这个领域中，对家长的指导类书籍已经出版了许多。其中绝大部分还是不错的，在我的临床工作中，我会向家长推荐一些书籍。那么，为什么我还要写这本书？答案是，目前市面上的书籍在向家长宣传关于多动症的前沿知识方面还远远不够，更重要的是，这本书更大的价值体现在为饱受这种障碍困扰的人们提供帮助。写给家长看的绝大部分书籍都成功地做到了向家长们传递多年来在临床领域积累的针对多动症孩子及其家庭治疗方法的信息，但这些书籍未能做到的是，将这些多动症治疗方法与当前最新的科学发现结合起来。自从本书的第一版出版之后，已经过去了20年，这期间关于多动症研究的发展是令人瞩目的。然而，在绝大多数关于多动症的书籍里，作者提供的结论和建议都是源自自己的临床经验，而这些内容通常是不正确的。例如，在过去10年间，对于多动症的分子遗传学研究以非常迅猛的速度在向前发展，并且时至今日也一直保持着这样迅猛的势头。至少，在分子遗传学领域已经鉴别出7条与多动症存在着确定关系的基因，研究者预计，在接下来的几年时间里，还会有很多其他的基因能够被鉴别出来。科学家已经对人类所有的染色体进行了地毯式搜索，希望能够找到与多动症患病风险相关的基因，结果发现，似乎至少有25~40个位点与这种障碍相关。脑成像的研究同样提示我们，多动症与一些脑区相

关，研究甚至将这些脑区的部分活动与一些风险基因联系在了一起。科学研究在大步向前推进，各种研究成果也迅速累积了起来。

这些研究发现对于家长而言具有重要的应用价值。这些研究成果不断对本书之前版本所倡导的结论提供了支持，那就是，多动症在很大程度上是一种由生物因素引发的障碍，多动症有着证据确凿的基因 / 遗传学基础。这些发现同时也为未来十年对多动症的诊断与治疗指明了方向，因为这意味着，对多动症使用基因检测手段最终可能成为现实。由此，针对这种疾病就可能研发出更加安全且更加有效的药物治疗方案。对于家长们来说，他们需要知晓这些研究的进展，从而能够对多动症有更加深入的了解，也能够更加科学地应对那些不理智的批评声音：有些人坚持认为，多动症的病因是父母教养不称职、糟糕的饮食，或者看电视过多。

例如，在过去几十年间，临床专业人员对多动症有着各种各样的错误观念：多动症是父母养育不当造成的；在进入青少年期之后，孩子身上的多动症最终会自动痊愈；使用兴奋剂作为多动症药物治疗方案只对儿童起效（对年纪大一些的青少年或成年人无效），而且药物只应当在上学期服用；避免饮食中的食物添加剂和蔗糖对多动症孩子是有好处的——以上种种其实都没有科学发现与文献作为支持证据。最近，有些作者声称，导致多动症的原因是玩电子游戏过度、看电视过度，或者现代文化加快了生活节奏。但是，现在我们了解到，很多患有多动症的孩子都是在遗传上具备了某条基因才会出现问题，对于这样的孩子来说，即便成长为青少年，他们中许多人的问题也不会随之自动消失，而无论是孩子、青少年还是成人，多动症药物都是能够日常服用的，此外，在饮食结构中去掉蔗糖对于绝大多数患有多动症的病人来说收效甚微。我们还知道，多动症并不是由玩电子游戏、看电视和现代快节奏的生活所致。仅仅 40 年的研究，就给我们的认识带来了如此翻天覆地的变化！事实上，在过去 10 年时间里，一些令人兴奋、甚至有些是深刻的改变业已发生，就在我写作本书的同时，改变仍在继续。这些改变带来的不仅是对多动症病因更好的理解，而且还有对多

多动症本质更加丰富且更加科学的掌握，这一切迅速改变了我们对这种障碍的看法。

例如，过去 10 年的科学研究已经发现，多动症最主要的症状可能不是注意力的问题，而是自我约束的问题：对自我概念的发展能够让我们在更广阔的社会行为范畴内约束自己的行为。那么，多动症这个名字现在看起来可能都是不正确的，虽然出于各种法律原因，时至今日我们仍在沿用这个术语。由于人们深入了解到，这种疾病会让孩子在尝试应对日常生活中的各种挑战时举步维艰又困难重重，疾病导致他们在成长过程中难以应对来自家庭、学校和社会的对自我约束越来越高的要求，那么再给这种障碍贴上注意缺陷的标签，实则是对它的一种轻视。同时，将这种障碍称为一种注意缺陷，也难以说明这种障碍的本质：它实际上是以各种各样的方式破坏了一个人对自己负责的能力以及对他人负责的能力。例如，我自己的研究以及后续他人的研究结果都显示，患有多动症的儿童和成人在涉及时间的行为管理上存在着缺陷。他们不能像其他人一样使用时间知觉来指导自己的行为，因此，他们就不能有效地管理自己的时间，无法在最后期限内完成行为和任务，也缺乏对未来的管理，这些都是其他人所具备的能力。即便是短到 10 ~ 20 秒这样的时间间隔，他们也不擅长管理。对于多动症孩子来说，他们好像逃离了时间，他们永远不能像其他人一样，随着年龄的增长，逐渐掌握有效使用时间的能力。

我们也毫不惊奇地看到，即便多动症会造成种种伤害，很多人还是对这种障碍的严重性持怀疑态度。所有人都偶尔会有注意力涣散的时候，孩子尤其如此。于是，有些人会觉得，解决冲动与急躁，那只是决心与意志力的问题。真的是这样吗？教师、亲戚、邻居以及其他入也许曾经试图这样宽慰过你。他们并不理解你的处境：对于你的孩子来说，他的行为举止确有一些方面存在着本质性且显著的问题。在许多电视节目和纸媒传播的故事中，这些问题被描绘成了一种传奇式的故事，多动症仅仅是用来给那些爱冒险的孩子贴上了神经病理学诊断标签，特别是对男孩子——他们就

好像汤姆·索亚与哈克·费恩的现代生活版。有些非主流宗教团体曾经质疑过多动症这种障碍是否是真实存在的，并对多动症的药物治疗进行了猛烈抨击。如果能够对科学文献进行深入的了解，你就会清楚地发现，上述观点相当荒谬，但是关于多动症这样或那样的未经科学证实的言论还是会存在，家长们还是会继续周期性地被这些言论所侵扰。对于所有这些误解，本书都会加以回应，相关内容见关于多动症本质及其成因的章节。

与那些广为流传但实则谬误的观点相反，现在的我相信，这种被称为多动症的现象是一种存在于儿童身上的能力紊乱，它会导致儿童无法使用指向时间和未来的自我控制能力对此时此刻的情境做出即时行为反应。换句话说，多动症孩子最终无法使用基于时间、过去和未来的判断力来做出相应的适当行为。在这些孩子身上无法发展出来一种能力，他们无法把对此时此地的注意力转移到人生中接下来和未来要发生的事情上。当所有孩子都在关注当下时，行为冲动是合理的。孩子只是简单地想做当下对他们来说有趣或者有意思的事情，远离那些在当时看来无法获得奖赏的事情，他们是将自己当下的即时满足感尽可能地最大化。从孩子的角度看，永远只有“现在”，没有过去和未来。但是，当我们希望孩子能够把注意力放在还未发生的事情上时，当我们希望孩子的行为能够为未来打下良好基础时，只关注“现在”就是问题了。做规划、做计划，以及确定目标导向，这些能力对我们人类来说至关重要，与这种能力直接相关的是我们能在多大程度上控制住自己的冲动。它能让我们挣脱当前的束缚并着眼于未来。以上观点极大地深化了我们对多动症症状和随之伴发的其他问题的理解，让我们明白了为什么患有多动症的人和他人的行为方式是不同的，为我们提供了尊重他们的基础，并且让我们更加深入地了解多动症是如何损害孩子们的日常生活的。诚然，我最初写作本书的主要目的是帮助多动症孩子的家长们，对本书进行修订的关键目的在于为读者带来最新的关于多动症的观念。我相信，相对于其他观点，这些观念更加接近与多动症有关的科学事实。

另一个促使我写作本书的理由是，我看到了家长们的需求，他们需要以科学的方式寻找所需的信息，或以科学的方式寻求专业人士的帮助。如果家长希望做到以科学的方式应对，那么他们既要有求知的心，同时也要保持批判的眼光，去追寻但又不放弃质疑任何信息背后的原理。因此，本书的另一个目标是给家长提供一些工具，帮助他们很好地获取信息，同时又能对自己听到或读到的所有内容提出问题——包括家长们在本书中所看到的内容。这需要一种既有乐观主义又充满求知欲的批判精神，相对于本书的最初版本，现在的新版本对这种精神的要求更甚。我们现在正经历着现代文明，可谓是信息爆炸的时代，起到推波助澜作用的则是日益普及的个人电脑，尤其是大规模发展的互联网。任何拥有能够上网的电脑或智能手机的家庭现在都能连接到信息高速路上。然而，不幸的是，你从信息高速路上获得的信息常常不是最准确的信息。原因在于，这些信息既没有同行审查机制，也没有经过评审，这些信息大都是为了推销某些产品，或者为了促销某些药物，或者服务于某些政治观点。起到误导作用的还不止网站，有些博客和聊天室同样会误导人们。在这里每个人都能相当轻率地甩出自己的观点和意见，且毫无相关领域的研究资质，也没有相关的科学信息作为这些观点的支持证据。就我个人阅读这类博客和聊天室信息的经验而言，其中绝大多数都是缺乏科学性的观点或是错误观点。因此，当你看到一些信息时，无论你是在当地图书馆、书店看到的，还是在网上看到的，请时刻记得不要放松你的批判精神。

但是，也不要放弃自己的求知欲。在养育多动症儿童的过程中，你需要各种各样的信息。用事实武装自己的头脑是成为“有执行力的家长”的第一步，成为有执行力的家长意味着在孩子的养育过程中，你拥有别人不具备的最终决策权，无论是医生、心理学家、护士、社工还是教育工作者都不具备最终决策权。对于你来说，这些专业人士只能提供他们所擅长领域的一些建议。没有人——我是说，没有任何一个人——像你一样了解你的孩子。本书的核心信条就是，你就是对孩子负责的专家和教育者。本书

接下来的每一章都遵从着这一信条，赋予你承担起这种责任的力量，让你从对孩子教养失控的痛苦泥沼中走出来——也许，你现在就身在泥沼之中。简而言之，这本书将告诉你如何做决策以及什么时候你该做决策。但是，本书绝不应该也不能替你做决策，你的孩子你做主。做主的不应该是任何一本书或者任何其他人。

本书所提供的指导建议源于我的临床工作和研究工作，在过去 35 年中，数千个家庭的多动症孩子曾与我接触。这本书的内容也源于我的个人经历与体验：我一直在提升自我的旅途上不断前行着，努力成为一个更好的人，一个父亲、丈夫、科学家、教师、督导以及临床专家。在这本书中，没有一条结论来源于单一的案例。没有任何一本书塑造了我的观点。这里也没有灵光一闪式的洞察力。取而代之的是，随着在工作中不断接触新的家庭、阅读新的数据以及进行新的教学，对于那些核心原则的重要性的认识在我心中是日益增长的。这些原则与我教给家长的管理技巧不同，与我传递给家长的关于多动症最新的信息及治疗方案不同，这些原则的来源是大量的案例、家庭和问题领域。对于家有多动症孩子的家长，这些原则能够帮助你形成所有行动的基础。

一些家长把孩子送到我这里进行评估，我在本书中提供的信息和建议与我在工作中给这些家长提供的信息相似。这些建议是从大范围的科学研究中抽取的，大致相当于 20 ~ 25 次临床咨询或治疗的内容。即便如此，你可能也无法从本书中获得你希望看到的所有内容。本书无法将多动症领域数千篇科学文献一网打尽。即便多动症是儿童心理学领域被研究最多的课题，对于我和我的同事们这样的临床科学家来说，至今仍有许多未揭开的谜团。在一些公众和教育机构眼中，多动症还是一个被误解且充满着各种争议的问题。

本书的目的是，依靠当前对多动症科学而准确的了解，拨开多动症的重重迷雾，去伪存真。如我上面所说，确实有一些特定的问题现在没有科学证据，或者没有确定的科学证据。对此，我们的研究将会继续进行。与

此同时，每一个多动症病例都是独一无二的。我必须让读者基于自己孩子生活的环境以及自己家庭所处的独特环境来为自己量身定做适合的信息与建议。当你对如何处理自己孩子的某些具体问题仍心存疑问时，我强烈建议你寻求所在社区的专业人士的帮助，寻找那些真正了解多动症的专业人士，看看他们是否能够为你提供帮助。

你在本书中将会看到关于多动症你应当知道的那些内容，并且能够看到为了把孩子养育成一个具有良好适应功能的成人，你和孩子的生活将要做出哪些改变。写作这些内容的目的是让你成为有执行力的家长，培养你的科学求知欲，并且教会你以原则为核心的行为。虽然本书所呈现的内容与我 35 年来临床工作接触到的许多人相关，但是，本书中所表达的观点完全全是我个人的观点，本书中一些章节的合作者，也是被特别指派的。

我在此要特别感谢我的太太和我的儿子，感谢他们对我一贯的支持，以及对本书的特别支持。正如米尔顿曾经说的，“那些只能站着等待的人，他们也是有价值的”，对于一个作者的家庭来说，尤其如此。

我要再次对吉尔福特出版社的 Kitty Moore、Seymour Weingarten 以及 Bob Matloff 表达我的谢意，感谢他们对本书的支持，让这本书从初稿到定稿，直到出版，感谢他们对本书原版本和修订版的支持。在吉尔福特“大家庭”里，我要特别感谢 Christine Benton 对本书编辑和策划的巨大投入，她不断的鼓励让我能够以最有效的方式说出我想要说的以及我需要说的。本书能够面市，主要得益于她的工作。

最后，我要感谢的是在为孩子寻求帮助时与我分享经历的那些多动症孩子家长。本书中你将学到的很多内容是他们教会我的。我所能希望的是，我可以继续从他们的经验中汲取养分，造福本书的读者与他们的孩子。

目 录

引言 多动症孩子家长指导原则	1
----------------	---

第一部分

了解多动症

第一章 什么是多动症	25
第二章 “我的孩子到底怎么了？” ——自我控制的匮乏	69
第三章 是什么引起了多动症	93
第四章 该有怎样的预期 ——多动症的真面目	129
第五章 多动症孩子的家庭环境	151

第二部分

负起责任：如何成为有执行力的成功家长

第六章 决定让你的孩子去做多动症评估	165
第七章 为评估做准备	175
第八章 如何面对多动症诊断	191

第九章	抚养多动症孩子的十四条指导原则	199
第十章	给父母的话	
	——如何照顾好你自己	213

第三部分

管理多动症孩子的生活：在家和学校该如何做

第十一章	八个步骤帮助改善孩子的行为	227
第十二章	在家管理孩子	
	——解决问题的艺术	261
第十三章	如何帮助孩子处理与同伴之间的问题	269
第十四章	顺利度过青春期	281
第十五章	顺利走入校园	
	——管理孩子的教育	307
第十六章	在学校和家庭中加强教育	
	——从幼儿园到高中的成功方法	327
第十七章	对孩子的学校表现保持合理的预期	351

第四部分

多动症的药物治疗

第十八章	经批准的有效药物	
	——兴奋剂类和非兴奋剂类	361
第十九章	其他药物	
	——抗抑郁药和抗高血压药	389
	对家长的支持服务	397

引言

多动症孩子家长指导原则

“帮帮我，我正失去自己的孩子！”

20 多年前，大约是 1990 年，一群家长和专业人士正在为给多动症孩子争取特殊教育服务而付出着巨大的努力，我是其中一员。正当我全神贯注地与联邦和州政府周旋期间，我学到了深刻的人生一课——这一课让人明白了，为了孩子的学业成就，一个人所要承担的艰巨任务，这正是本书所倡导的。

最好的临床医生说，他们从一些病人身上学到的东西和病人从他们身上学到的东西同样丰富，而前提条件只能是，病人能够听从医嘱，遵从医嘱，并且服从医嘱。我所学到的特殊一课发生在若干年前一个忙碌的清晨，我当时在一家治疗多动症的诊所执业，教会我这一课的是一位聪慧的母亲，她可能没有意识到自己的家庭所面对的进退维谷的情况对我的影响有多大，或者她可能没有意识到，通过她的启迪，我的行医执业发生了改变，而接下来会有多少家庭因此受益。这次经历带给我的震撼直达我内心深处。它所带来的神奇效果持续了数日，并且由此带给了我人生中的重要一课。

那天早上我见到了这位母亲和她 8 岁的孩子，我称呼这个孩子为史蒂

夫，他们在约好的上午9点之前就到了。我肯定我当时是手忙脚乱地带着一些记录和资料走进诊所的，很可能还为了自己的迟到而向他们道歉。在迅速地扫了一眼带有他们基本个人信息的表格之后（这些信息我们通常在预约见面前通过邮件已经掌握了），我满以为这位母亲会发出老生常谈式的抱怨：关于现在孩子的情况，关于现在家里的情况。在问出常规的第一个问题之后——这个问题要么是“孩子让您最忧心的部分是什么”，要么是“是什么问题让您今天来到了我们的诊所”——通常情况下，家长会立刻开始述说孩子在学校数不清的问题；接下来，便是述说孩子在家里同样数不清的各种肆意妄为的负面行为。对于我们临床医生而言，这已经像条件反射一样了，在家长说出上面这些内容之前，我们几乎就已经幻觉似的听到这一连串公式化的陈述了。事实上，在这样的预期指引下，我已经在纸上以“学校问题”和“家庭问题”写好开头了。

但这位母亲的反应让我大吃一惊，始料未及，以致无言以对。我肯定，我的嘴一定是因为惊讶而合不上了。她说的并不是我所预期的：“我家孩子在学校一塌糊涂”，“我家孩子就要被停学了”，又或者“我家孩子从来不听我的话”。恰恰相反，她说的是：“帮帮我。我正失去自己的孩子。”

在目瞪口呆之中，我说的是：“请您再说一次？”而她仅仅是把刚才的话又重复了一遍。“帮帮我。我正失去自己的孩子。”她到底是什么意思？我这样问自己。这是怎样的一种我见所未见、闻所未闻的家长类型？“我知道了，”我说，同时用一种了然于胸并富有同情的眼光看向她，“你正在和你的前夫争夺孩子的抚养权。”

临床医生的一时失态可以通过将会谈向前推进而很快粉饰过去，但是她让人始料未及的反应使我两次目瞪口呆，随即有点乱了方寸，彻底手足无措了。我对她所能做的反应就是——“不，”我努力让自己恢复镇静，“抱歉，我觉得我无法理解你所说的话。”显而易见，这是事实。她这种表现让我在记录板上无从下笔。

随后，她的眼泪夺眶而出，这进一步加剧了我的尴尬与不适。她接着