

分心不是妳的錯

黃啓芳

「准考證寄來了，放在櫥櫃。」父親門碰一聲關上，女兒又把自己鎖在房裡。近幾年只要在家，她幾乎把自己關在房裡。不跟家人說話，吃飯時也總在三分鐘內迅速解決，轉身又躲進房裡。惹得父親暴跳如雷，父女關係緊張無比。

女兒從小是個過動兒，除了睡覺之外她總是在沙發上爬，上爬下。話尤其多，可以持續講五個小時。現在竟然從大三起都沒有跟父親好好坐下來講過話，父親感嘆：「妳可以花五個小時的車程回家，卻不願



她作嘔，不敢去上課。由於沒有實際解剖過大體，人大體解剖實習課當然過不了關。父親不懂大體有什麼好怕的，還是不能原諒女兒課業上的重修，憤怒讓已岌可危的父女關係降到冰點。

幾天後，從Line收到女兒傳來「您和我都有ADHD」，附上一大堆有關ADHD的訊息：中文名稱「注意力不足過動症」，特徵是衝動、分心、過動。男女老少、各種人種、社會地位、教育程度、智商都有。有許多人和家庭不知道小孩的問題在哪裡？只知道小孩不笨，也很用功，但是在學業成就不好，行為開始畏縮，自信心日漸低下，全家雞飛狗跳。

它不是學習、閱讀上有障礙或智能不

花二分鐘跟父母講話。」女兒講話聲音大又急躁，父母親會糾正，女兒像頭失控的獸直接勃然大怒地嗆回去，把自己關進城堡，拒絕溝通。

幸賴現代科技之賜，有手機、簡訊、Line 通訊器材和軟體，父親只能用它們來當溝通橋樑，告訴她父母親該對她說的話。

通常父親寫了很多則，每則長長的文字，她只回一字「喔」或三個字「知道了」大部分是「已讀不回」，氣得父親跳腳、抗議。但又奈何？畢竟女兒是前世的情人。

這學期的成績單來了，有二科沒過好？」父親哀求地說。他從母親那裡聽來



足，而是被迫分心，使他們的聰明使不出來，導致學習、工作、人際關係長期處於失敗中。其成因疑似腦部功能不足，使他們無法專心。嚴重需投以藥物，輔以良好親職功能、學校教學、社會支持，強調他們的優勢，減少污名化，給予整合性治療，才能讓他們的人生由黑白變彩色。

閱讀這一連串的訊息雖如同晴天霹靂，但也如溺水者抓到救命繩索，多年來的困惑逐漸清晰，為什麼小時候甜美的天使，長大會如刺蝟般尖銳傷人，父親終於明白在面對醫學院繁重的課業，女兒壓力有多大，不捨的心油然而生，寫道：「多麼鉅大，不是你的錯，親愛的女兒讓我們一起克服它！」

父親諒解的按出簡訊。



黃啓芳

男，46年次，臺南鹽水人。中國文化大學法學碩士、輔仁大學法律系、臺南師專畢業。曾任國小教師、法務部科長、獲臺北縣國小教師寫字比賽第三名、全國書法比賽二代組甲等。著有《一枝草一點露》，現從事文創工作。

得感言

藉由這次得獎出版品的流通讓更多人認識

「注意力不足過動症」ADHD，鼓勵患者尋求專業協助，改善學習和人際關係，讓他們的人生由黑白變彩色。

醫院把ADHD的門診放在精神科，讓患者、家人卻步，呼籲醫院三思，患者不理會他人眼光，找人幫忙最要緊，人生不等人。

把這個獎獻給所有勇於面對，並試著走出ADHD困境的人，祝福您們。



方群

評審評語

親子關係向來是最稀鬆平常卻也最難妥善處理的問題，然而從彼此對立到相互諒解，解決困境並學習成長，這也是不分長幼所必須勇於承擔的使命。本篇以誠摯的態度處理親子間的衝突與和解，內容平實卻也真切動人。