



媒體報導

日期：2012年2月8日(星期三)
資料來源：Classroom Magazine Online World - 家長專區 - 親子關係
標題：因材施教－孩子氣質知多少(下)
參考網址：<http://www.classroom.com.hk/parents/read.aspx?aid=125>

註冊臨床心理學家 許子穎

上期分享了五種孩子的氣質，今期會介紹餘下的四種氣質，以幫助父母了解子女的特點和適當的管教方法。(上期文章可按此瀏覽)

敏感度 (Sensitivity)

敏感度高的孩子遇到一點點刺激便會引發強烈情緒反應。例如，一些孩子玩耍時稍微弄痛了便會大哭起來；而敏感度低的孩子則可能已經擦傷流血，但卻不當作一回事，繼續跑跳追逐！對於敏感的孩子，父母如不能適時關懷或經常否定他們的感受，孩子容易感到更沮喪，長遠影響自信及情緒發展。至於敏感度低的孩子，他們較少主動告訴父母他們有任何需要和問題，因此父母更應該提高對孩子的注意和關懷，多點溝通及了解孩子的情况。

情緒本質 (Mood)

有些小朋友自出母胎便笑容滿臉，常常在一種喜悅的狀態；另一些小孩則較少表現出快樂的表情，甚至乎經常哭鬧。樂天派的小孩一般較易相處，但父母可能需要適量地提高孩子的危機意識及教導孩子認真處事的態度。相反，悲觀型的小孩可能會令父母很苦惱，因為每當在耐心開導下仍無法疏導孩子的憂慮或愁緒時，父母容易變得暴躁和激動，但這往往對事情沒有幫助，亦只會加強孩子的負面情緒。面對這類孩子，父母實在需要更加多的耐性，自小開始引導孩子看事物美好的一面。可以多借助一些鼓勵性和正面的故事書或影片，並盡量安排孩子與性格較樂觀的友伴一起，從而提升孩子的正面情緒。

注意力分散度 (Distractibility)

注意力分散度就是指孩子的專注能力。專注力強的孩子能持續注意力一段較長的時間，並且對手頭以外的事情好像毫不關心；相反專注力弱的孩子，總會發現週遭的聲響，甚至乎被自己的白日夢所吸引，以致無法專心完成手上的活動。透過環境的配合，孩子就能克服專注力差異所帶來的困難。例如父母盡可能在需要專心工作的時候預備一個安靜的環境給孩子，把分散孩子心神的物件移開。另外，每次跟孩子說話時要確保有眼神接觸，指令亦需簡潔和清晰。

堅持度 (Persistence)

堅持度是指孩子在面對困難、挫折和挑戰時的反應。堅持度低的小孩在遇到困難時傾向放棄和沮





喪；相反，堅持度高的孩子則傾向屢敗屢試，努力克服阻礙向目標進發。不過，凡事有利有弊，堅持度高的孩子相對來說比較固執和有主見，有時候也會令父母相當頭痛！父母與這類孩子相處時應避免直接和單向的指令，應多提供選擇及商量的機會。另一方面，在教養堅持度低的孩子時，父母除了需多作鼓勵外，可能還需要身體力行給予多些指引和示範，以建立孩子的信心和恒心。

以上是心理學家在研究兒童性格時常用的一些指標，但每個小朋友都是獨一無二並且複雜的個體，其實難以簡化地定性為某一類人。父母認識這些氣質類型並不是為了把孩子們互相比較，而是要按著孩子的本性，設定合理的期望，並因應他們的特點來教養他們，幫助他們成長，發揮潛能。

- 完 -

