

瞭解「氣質」有助於您 - 成為「成功的父母」

林妙娟

俗話說：「生子易，養子難啊！」「一樣米，養百樣人。」相信為人父母者均能體驗出這兩句話的真實性。我們亦常聽到有些父母的抱怨：「同樣是我生的孩子，為什麼不一樣？」「在同樣的環境下，我用同樣的教養方法，為什麼姊姊乖巧，妹妹頑強？」「當然我們也常發現一些現象如：「為什麼王家的親子關係很好？」「李先生是個善於社交，而且事業很成功，但他卻未能與其孩子們建立良好的親子關係，是何原因？」「奇怪！小華的媽媽是個老師，但他卻是個調皮搗蛋的孩子。」以上這些疑惑，可能是在於「氣質」這個關係詞上的緣故。



氣質是天生的

何謂氣質？

氣質是天生的，是受個體內外刺激所產生的反應方式，是與生俱來表現於生活上的一種「行為方式」，是有個別差異，但也常受後天成熟、學習、環境及與他人互動等因素交互影響著。氣質無好壞之分，最重要的是要去瞭解，方能調適出一種適應雙方的融洽相處關係之方式。

氣質之分項

氣質之分項一般分為九項：

一、活動量

活動量大的小孩，睡眠少，總是動個不停，精力永遠充沛。活動性小的小孩，則相反並伴有慢動作之特性。

二、規律性

有規律性的小孩，對於日常作息時間很有規律。無規律性小孩，則反之。

三、趨避性

趨避性是指小孩，對於所接觸的「第一次」人、事、物或情境，所表現出來的「接受」或「退縮」的態度。亦即怕陌生或不怕陌生之意。

四、適應性

是指小孩對於新的人、事、物或環境能適應良好，不會有不愉快的情緒。

五、反應閾

是指引起一個人某種反應所需要的刺激量。反應遲鈍的人通常即為反應閾高的人，如晚上睡覺燈光之強弱，對他無影響。

六、情緒本質

有的人之表情天生具有很友善、快樂、和悅，即所謂的「滿面春風」。有的人則看起來是拒人於千里之外，欠他錢似的，即所謂的「苦瓜臉」。

七、反應強度

是指接受刺激所表現的反應強度大小。

八、分神力

就是注意力分散大小。

九、堅持度

是指對於正在操作之事，雖遭遇困難仍堅持做下去的程度。

如何根據氣質特性教養？

一、活動量

對活動量高的小孩，父母應給予機會發洩其旺盛之精力。對活動量低的小孩，讓他有充分時間去逐漸改善，並給予一個觀念：雖然動作慢，但份內之事仍應做完，或可提早以得充裕時間進行。

二、規律性

有規律性的小孩，父母不用擔心。不規律的小孩，父母應隨年齡之增長，逐漸訓練之，並持之以恆，一定能改善。

三、趨避性

對趨避性弱（接納型）的小孩，應提示他：「凡事三思而後行」。對於趨避性強（退縮型）的小孩，父母應有耐心，並以漸進或藉他物之方式引導改善，終有一天他會產生興趣，進而接納的。

四、適應性

適應性高的孩子，父母很愉快，適應低的孩子，父母是痛苦的，對這類型孩子，父母應給予孩子機會去適應，並常須堅持貫徹的原則，則孩子必能改善。

五、反應閾

反應閾高的孩子，看似無問題，但父母也不能忽視他，並應想辦法誘導他的敏感度之增強。對於反應閾低的小孩，父母應採接納的態度，並利用時機以不理會，或訓練的方式，讓孩子適應。

六、分神力

對於分神力高的小孩，首要改善其影響他的刺激環境。分神力低的小孩，雖是處事過於專心，對周遭環境之變化無感覺，也常忘了或耽誤其他該做的事，父母應常藉機會提示他訓練引導。

七、情緒本質與表達強度

不管好的或壞的情緒表達方式，父母須加以瞭解、諒解，才不致有溝通困難，或忽略其本意。父母亦應藉機引導孩子因應不同情況，表達適當的情緒。

八、堅持度與注意力

堅持度高者，通常兼有高注意力；此類小孩受社會之評價高，對其學業有幫助，但其缺點是個性太固執，因之如能改善，則更有助於正常發展。對於堅持度低的小孩，父母不用太

擔心或給予壓力，可訓練其以「不拘形式、方法，祇要看成果」之彈性規則，則孩子一樣有成就的。

結論

瞭解孩子的「氣質」，給予「因材施教」，可幫助：

- 一、建立良好的親子關係：良好的親子關係是為建立適當的教養方法之起步，是為增進瞭解孩子的橋樑，是為關心孩子最佳表現方法，更是為減少孩子問題行為的最佳良藥。
- 二、幫助孩子的「社會化」順利：孩子一出生首先接觸的社會是家庭，對其「社會化」起步的重要影響人物是父母。為人父母者，若能瞭解孩子之「氣質」，較能引導孩子「社會化」之正常路徑。
- 三、促進智力之發展：智力是多方面的，可分為：記憶、理解、創造、學習、操作 等等。而每個孩子所擁有的智力方向均不一樣，若能知道孩子之活動量是屬於較大的氣質特性，並給予孩子充分的發洩其精力，並因而得到刺激的機會，那麼將有助於孩子在創造、學習、操作、理解方面的發展。