

# 性格



## 我的宝宝有什么样的性格？

每个孩子生来都有自己看待世界的方式。这有时被称为他们的性格。了解性格相当重要，因为它塑造了孩子的行为和发展。例如，你的孩子可能难以适应变化。了解这一点将有助于你在接送孩子时给予更多的支持。你可以创建一个令人欣慰的告别例行程序（比如一首特别的歌和拥抱）。

## 性格没有对错

孩子的性格不是自己选的。而是与生俱来的。这就是为什么务必要接受他们是谁。然而，有些性格比其他的更容易控制。一个紧张、敏感的孩子可能比一个更放松、更灵活的孩子更难安抚。一个害羞的孩子可能需要更多的支持，才能在加入一群孩子时感到舒服。目标是通过培养优势和在需要时提供支持来帮助你的孩子茁壮成长。当你注意到你孩子的性格时，你可以帮助孩子适应、学习，并对这个世界感到更加自信。

## 九个性格领域中的五个：

- **社交能力。**这意味着你的孩子通常对新事物的反应方式。有的孩子“慢热。”他们需要时间和值得信任的照顾者的支持，才能在新的环境中感到舒适。“很高兴见到你”孩子们热切地接近新的人和环境。他们通过微笑、轻声细语、交谈和直视他人的眼睛来与他人交流。
- **应对变化。**孩子们在生活中面临许多变化。这包括小变化，比如一件新夹克，也包括大变化，比如搬到一个新家。一些孩子发现任何改变都相当困难，甚至对最小的改变都会做出反应。即使是瓶子上的新奶嘴或盘子里的新食物，开始也会有难度。其他孩子比较容易适应。
- **活动水平。**有些孩子不注重行动。他们是“观察者”，乐于安静地玩耍。这些孩子更喜欢通过看或听来了解这个世界。其他的



孩子是“行动者和影响者”，他们总是忙个不停。他们喜欢伸出手，爬行，探索。这些孩子并不“坏”、“野”，也没有“失控”。但他们可能需要大量的看管和指引。

- **情绪强度和反应。**有些孩子情绪紧张。其他人则不那么紧张，倾向于安静和不太哭闹。他们比一般人睡得多，可能会更快地适应日程。作为“大反应”的孩子，会用大的声音和动作告诉世界他们的感受。他们强烈地表达自己的感情。他们会高兴地尖叫或愤怒地叫喊。他们也可能对诸如 t 恤上令人发痒的标签这种小事做出强烈反应。
- **挫折承受力。**“容易沮丧”的孩子一旦事情没有按照他们的方式发展，就会变得非常沮丧。他们难以等待，面对挑战时可能会很快放弃。在他们崩溃时，要让他们知道你理解他们的感受。说：“拼图很难！当一块块拼图不匹配时，你会非常生气。”再指导他们思考解决方案。



## 别忘了你自己

记住你也有性格。如果你的性格与你的宝宝不同，你可能需要改变你的方法来创造一个“良好的契合”。这种良好的契合已被证明有助于宝宝的健康发育。例如，你可能喜欢安静的阅读，并希望与你的孩子分享这一活动。但如果他们的活跃程度高，你会发现积极的玩耍总是更受欢迎。一个改变可能看起来像是在演故事，而不是坐着阅读。如果你对孩子的性格感到不安，和你的 HealthySteps 专家谈谈。

扫描以获取更多信息

