

性格和适合度



每个人生来都有一种接近和体验世界的独特方式——也称为“性格”。性格是我们性格的一部分，是生物和环境因素共同作用的结果。每个孩子都有独特的性格，甚至在生命的最初几个月，父母就可能开始看到它的出现！

父母也有自己的性格。父母的性格与孩子的性格“契合”或配合的程度会影响他们关系的质量，并影响孩子的健康发展。当父母理解了自己和孩子的性格是如何共同作用的，就可以调整他们的教育方法来满足孩子的需求。

性格没有对错和好坏。

的确，有些人的性格比其他人更容易控制。一个紧张、反应激烈的孩子可能比一个放松、灵活的孩子更难安抚。一个非常害羞和慢热的孩子可能在早上去学校的时候需要更多的时间和支持。父母能做的最重要的事情就是让孩子知道他们是被爱的，被接受的。通过了解性格，父母可以了解他们独特的孩子，并使用支持健康发展的照顾方法。

性格是我们体验世界的方式。

性格有九个组成部分，简述如下。思考这些构成可以让父母了解孩子的性格。问自己这些同样的问题，可以帮助父母了解自己的性格。

1. 孩子有多活跃？有些孩子不注重行动。他们是“观察者”，乐于安静地玩耍。其他的孩子是“行动者和影响者”，他们似乎总是在匍匐，在爬行，在跑跳。这些孩子喜欢移动，并不“坏”或“失控”，但可能需要大量的监督。
2. 孩子有多容易分心？这指的是孩子在一项活动中保持注意力的难易程度。例如，如果你能在换尿布时给你的宝宝一个摇铃，他迅速就安静下来，可能在容易分散注意力。如果一个孩子在你试图分散注意力的时候还继续哭闹，她可能很容易专注于一项任务。。

3. 孩子的情感强度如何？儿童的情感强度各不相同。有些孩子紧张，反应过度——当他们高兴时，他们会表现出快乐，当他们沮丧时，他们会哭泣。其他孩子的情绪反应不那么强烈。
4. 孩子有相当规律的生物模式吗？这一部分指的是儿童的睡眠、饮食和如厕模式的规律性或可预测性。这些活动在每天大约相同的时间还是不同的时间发生？
5. 孩子对感官输入有多敏感？一些孩子对感官刺激反应强烈，如衣服上的标签、袜子上的接缝、光或声音，或者食物的质地。这些孩子可能感觉起点低。不受这种感觉输入束缚的儿童有更高的感觉起点。
6. 孩子如何接触新的人、地方和活动？有些孩子“慢热”，在他们不知道的人或情况下表现的谨慎。“主动型”儿童带着兴奋的心情接近新的人和环境。
7. 孩子对改变的适应能力如何？孩子们在如何应对和容忍日常变化（比如一件新夹克）和更大的变化（比如搬到新房子）方面存在差异。有些孩子容易适应变化，而另一些孩子则觉得改变很难。
8. 孩子的坚持性如何？具有高度坚持性的儿童通常会不断尝试，并且在面临挑战时表现出较少的挫败感，例如为拼图块找到合适的空间。举例来说，坚持程度较低的孩子可能会更快放弃，或者在拼图游戏中更快变得沮丧。
9. 孩子通常的心情是怎样的？这个构成指的是孩子的典型情绪是倾向于挑剔和消极，还是满足和积极。

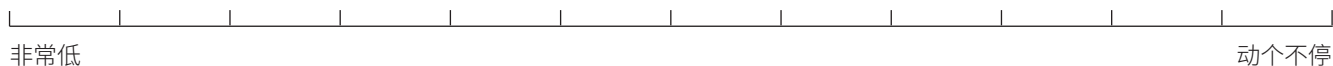
欲了解更多信息，请参阅 2 个月访视时给父母建议的[性格](#)一文。这个评估工具在第 18 个月和第 24 个月的访视中也可能有用。

理解性格:我和我的孩子

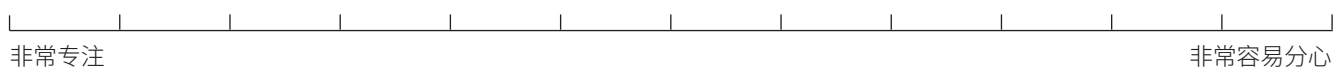
使用第 1-2 页上的定义,父母可以在下面的线上打 **X**,表示他们将如何描述孩子的性格。父母可以再看一遍问题,在每一行画一个 **O**,表示他们将如何描述自己的性格。

完成后,父母和 HealthySteps 专家可以注意到父母和孩子的重叠区域(或“适合度”)以及父母和孩子相距较远的区域。这些性格上的差异会给父母带来挑战吗?在这种情况下,父母对如何最好地支持孩子有疑问吗?制定一个考虑到孩子性格的育儿计划可以培养孩子的健康发展和亲子关系。

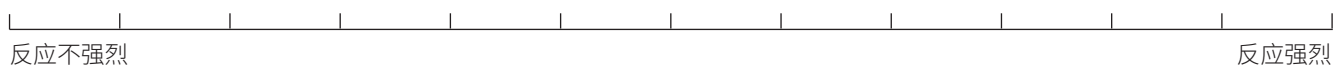
活动水平



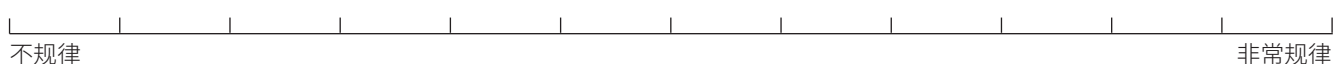
注意力分散



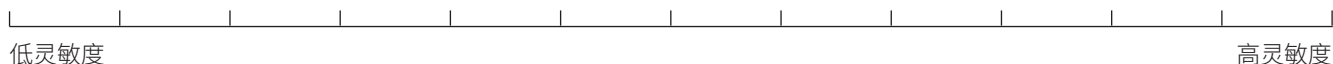
情绪反应的强度



生物钟的规律性



感觉起点



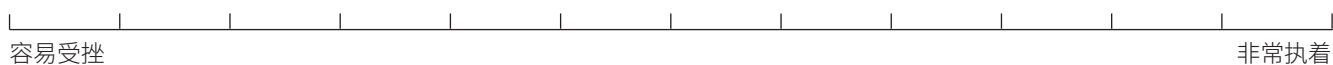
接近新的人、地方、情况



对变化的适应性



坚持性



情绪

