



发现孩子 天生气质

揭开天赋密码
实现因材施教

张黛眉/著 薛慧莹/图

每一个独特的生命，都需要独特的养育。
帮助孩子做最好的自己！



中央编译出版社
Central Compilation & Translation Press



每一个独特的生命 都需要独特的养育

发现孩子 天生气质

揭开天赋密码
实现因材施教

张黛盾/著 薛慧莹/图



中央编译出版社
Central Compilation & Translation Press

图书在版编目 (CIP) 数据

发现孩子天生气质：揭开天赋密码 实现因材施教 /

张黛眉著；薛慧莹图. — 北京：中央编译出版社，2016.1

ISBN 978-7-5117-2733-6

I. ①发… II. ①张… ②薛… III. ①家庭教育

IV. ① G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 154939 号

版权所有 © 张黛眉

本书版权经由天下杂志股份有限公司授权
青豆书坊 (北京) 文化发展有限公司出版简体版权，
委任安伯文化事业有限公司代理授权
非经书面同意，不得以任何形式任意重制、转载。

发现孩子天生气质

出 版 人：刘明清

出版统筹：贾宇琰

责任编辑：廖晓莹

特约编辑：陈朝阳

出版发行：中央编译出版社

地 址：北京西城区车公庄大街乙 5 号鸿儒大厦 B 座 (100044)

电 话：(010) 52612345 (总编室) (010) 52612341 (编辑室)
(010) 52612316 (发行部) (010) 52612317 (网络销售)
(010) 52612346 (馆配部) (010) 55626985 (读者服务部)

传 真：(010) 66515838

经 销：全国新华书店

印 刷：北京中科印刷有限公司

开 本：889 毫米 × 1194 毫米 1/32

字 数：90 千字

印 张：7.75

版 次：2016 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

定 价：35.00 元

网 址：www.cctphome.com 邮 箱：cctp@cctphome.com

新浪微博：@ 中央编译出版社 微 信：中央编译出版社 (ID:cctphome)

淘宝店铺：中央编译出版社直销店 (<http://shop108367160.taobao.com>) (010) 52612349

凡有印装质量问题，本社负责调换。电话：(010) 55626985

前言

认识独一无二的家庭新成员

孩子是独立的个体，一出生，就有独一无二的天生气质，他会用独特的反应方式，与身边的人进行互动。我们要像认识新朋友一样，通过观察来了解这样一个小人。麻雀虽小，五脏俱全，这个小朋友，来到世间的时间不算长，但他也有自己的个性和脾气。

想要了解这个闯入我们生活的新朋友，首要的秘诀是：请记得常常蹲下来或是坐下来，以和他们接近的高度和他们说话。这是进入孩子世界的第一步。当我们和孩子在同样的高度时，才能知道孩子眼中的世界是个什么样子。

好几次，当我想引导孩子观看某个景物孩子却一直找不到时，我就会蹲下来从孩子的高度看过去。结果我发现，孩子看到的世界和成人看到的有很大不同。带着孩子逛街时，大人们看到的是五花八门、琳琅满目的商品，孩子们看到的却是大人的腿、和自己高度相仿的小朋友，或是街上的猫狗。

在物理的世界里，孩子受限于他的高度，看事情的角度和大人明显不同。在心理的世界里，孩子也会因为年纪和个性的原因，看事物的观点与成人迥然相异。如果我们能常常蹲下来或是坐下来和他们聊一聊，听听他们的想法和感觉，才能放下那些自认为理所当然的想法，给孩子一个比较合理的环境和应有的尊重。

学龄前是幼儿身心发展最快速的阶段，父母会花很多时间和体力照顾孩子的日常生活、衣食住行。大多数的父母总是忙于应付孩子外在的行为，例如，何时断奶？何时不再用尿布？吃饭如何不拖拖拉拉挑三拣四？如何早睡？几点起床才不耽搁去上学？其实，在这些日常生活的背后，父母的个性、价值观及人生态度才是深深影响一切的关键所在。如果父母能花一点时间了解一下幼儿成长中的各种现象，就能给孩子多一点的时间成长和改变；如果父母能花一点时间了解孩子的气质，就能给孩子多一点空间做自己；如果父母能花一点时间回想自己的童年，就会发现那些过去与父母之间尚未解决的情结，是如何复制在自己与孩子之间。

希望这本书能帮助大家，从新的角度更贴近我们这个亲密的家人，学会从孩子的角度了解他们，进而创造美好和谐的亲子关系。

推荐序

因材施教，从了解气质开始

根据《现代汉语词典》的解释，“因材施教”是指“针对学习的人的能力、性格、志趣等具体情况施行不同的教育”。孔夫子在两千多年前提出的这个教育概念，其观点竟与现代心理学及教育学主张“尊重个别差异”的人本理念不谋而合，先人的智慧真叫人不得不佩服。

“因材施教”不只是教育，也是教养子女千古不变的真理。遗憾的是，孔夫子运用自如的教育原理，并没有在古籍上留下结构化的知识体系。对于多数父母而言，相信真理不是难事，但要真正落实在教育和教养的具体实践中，就没有那么容易。生命的奥妙无人能够参透。即使由同一对父母所生，每个孩子都有他与生俱来、独一无二的特质；唯有真正了解孩子是什么样的“材”，以及不同“材”的孩子该如何用不同的方式来施教，“因材施教”才能发挥提纲挈领的功能，不至于沦为空洞的口号。

还好，在一九五六年，美国纽约大学的两位发展心理

学者开始针对这个课题进行长期研究，后来并提出了“天生气质”的观点。这个周全且实用的理论填补了“因材施教”的内涵，让我们能够按照这个线索探究个别差异。了解孩子的气质，等于掌握了教养的先机。在黛眉的这本新书中，她以轻松的文字贴切地介绍了气质的基本概念，并详细列出了“气质”概念在孩子成长几个重要领域的运用方式。这对于为人父母者，将带来莫大的帮助。因此，当她提出希望我向读者推荐这本书时，我毫不迟疑就答应了。

黛眉是我台湾大学的学妹，读书时她就是有名的学霸，对于学理的钻研与贯通自然不在话下。研究生毕业后，她全心投入临床心理实务工作，对于儿童青少年的心理辅导与治疗有着丰厚的积累；而陪伴自己家里那一对个性迥异的宝贝成长，更让她展现出结合理论与实务的功力。十几年前因缘际会，我邀请她将“儿童气质”的概念介绍给幼儿教育界。我俩第一场连手的讲座，她的表现就让我惊喜连连，使我深深觉得儿童的气质评价以及亲子教育工作不只是黛眉的专业，更是最能体现她热情洋溢生命的所在。

这本书，这个人，我都全心推荐！

杨俐容

台湾著名亲子作家

园长们的推荐

教养孩子最大的难题在于，不想让孩子背上过重的负担而压抑了创造力，又不愿因为太娇惯溺爱而助长蛮横跋扈的态度。到底要怎么样做才能恰到好处？相信这是许多新手父母心中深深的苦恼。我曾经在黛眉老师的讲座中，听到一种对于幼儿心智的解读，也就是本书中所谓的“气质”说。黛眉老师从几个简单的现象切入，运用科学的分析，引导家长和老师理解孩子的个别差异，从而让成人能够顺应幼儿与生俱来的特质进行沟通。如此一来，亲子之间将不会发生彼此伤心又劳力的“主权争夺战”，成人可以用更轻松而有效的方式完成教养任务，幼儿也有机会成为自由且自律的人。就算不为教育下一代，任何人阅读本书也都有益于认识自我，而这，正是活出幸福人生的关键之一。

阳光宝贝幼儿园创办人 陈世玲

尊重“个别差异”是幼儿教育中极重要的精神与特质，而“个别差异”教育与学习的执行原则，就是“因材施教”。

我们投身幼教事业近二十年，许多老师、父母强调学习就是认知、才艺等，唯此马首是瞻。殊不知孩子需要的其实很简单，被了解、被肯定和被关怀就能满足他们，如是，则他们的学习能力自然会蓬勃发展。黛眉老师的这本书，正是一帖解决的良方。书中不仅有理论解说、技巧说明，还有案例实务分享，对父母和幼教老师而言，都十分实用。尊重，不是只谈表面，而是彼此深入互动，了解，甚至冲突之后，仍会站在对方的立场来思考，这才是尊重的深层含意。了解、接纳、情感交流、爱与愿意，正是这本书教给父母和幼教老师教育孩子专业而有效的快捷方式。

新北市私立成长幼儿园园长 郑世仪

台北市“法务部”附设员工子女幼儿园园长 陈丽宽

当我还是孩子时，我希望大人可以了解我！

当我还是青少年时，我希望大人可以懂我！

当我还是成人时，我希望别人可以体谅我！

当我已经是父母时，我希望我懂我的孩子！

你期望他人可以理解你，但别忘了，你也要好好搞懂自己啊！

森堡幼儿园所长 曾含香



目 录

前言 / 1

推荐序 / 3

园长们的推荐 / 5

第 1 章 你了解你的孩子吗？

气质是什么？ 3

原来，气质是这么回事 8

彻底了解孩子气质的方法 12

第 2 章 九大气质向度

1 活动量：好动小猴还是安静小猫 22

2 规律性：定时器还是太随性 38

3 趋避性：主动好奇还是害羞退缩 50

4 适应度：慢慢摸索还是速速调适 66

5 反应强度：淡定哥还是失控妹 76

6 情绪本质：开心果还是板脸族.....	104
7 坚持度：坚持到底还是墙头小草.....	112
8 注意力分散度：专注三小时还是三秒钟	126
9 反应阈：风吹草动还是不动如山.....	136

第3章 教养有技巧，孩子更开心

亲子关系	143
行为与管教	154
培养自信心	165
手足关系	173
交朋友	183
准备入园（学）.....	210
选择适合的才艺班	224
为孩子规划未来	230



第 1 章 你了解你的孩子吗？

气质是什么？

原来，气质是这么回事

彻底了解孩子气质的方法

气质是什么？

如果你有机会带孩子去公园玩，不妨坐在一旁仔细观察。你会发现，每个孩子不只外表不一样，穿着打扮不一样，面对相同情况的行为反应，也有很大的不同。有的孩子跑跑跳跳、爬上爬下动个不停；有的孩子动作斯文，慢条斯理，或是喜欢静静坐在一旁看别人玩；有的孩子不顾大人的叮咛，不断尝试危险的玩法；也有的孩子正好相反，尽管有父母的鼓励，仍不敢试一试往上爬。孩子这种与生俱来，对内在或外在刺激的反应模式，我们称之为“气质”，也可以说是孩子与生俱来的性格特质。

20 世纪 60 年代，美国的两位心理学家亚历山大·托马斯（Alexander Thomas）和史黛拉·却斯（Stella Chess）曾以数百位纽约儿童为对象，进行了长期的追踪研究，提出从九个向度来描述气质的概念。他们发现，从婴儿出生不久之后就可以观察到这些性格气质表现，而且随着孩子的成长，这些表现维持着相当的

稳定性。

气质使每一个人在与外在环境互动时，产生自己的行为风格。气质也会影响别人对自己的反应方式。例如有些孩子天生反应强度比较强，不论高兴或是生气，都会明显地表现出来，这样大家比较容易知道他的情绪和需求，从而予以回应。相反的，反应强度弱的孩子，别人常常会忽略他的感受和需要。外向的孩子常常会主动和别人交谈，比较容易交到朋友；而内向的孩子，看到人就躲，减少了与人互动的机会。因此，孩子的天生气质，再加上它所引发的反应，会带给孩子相当不同的生命经验，对孩子人生的影响相当深远。

孩子真的是一张白纸吗？

每个妈妈多多少少都曾经在心里想象过自己的孩子未来的样子：“我希望儿子将来是一个有教养的小绅士。”“我一定要把女儿打扮成小公主一样。”“我希望儿子可以当篮球选手，在运动场上八面威风。”“我希望女儿强悍一点，学会保护自己才不会被别人欺负。”

将自己的期待或是人生未完成的梦想，投射在自己孩子的身上，是人之常情，不过这也往往是失望和亲子冲突的起点。因为孩子并不是一张白纸，从受孕的



那一刻起，他就带着从父亲和母亲身上遗传的一组独特的基因，有着独一无二的个性和能力。这些天生的特质，有些部分不是后天的教养能够完全扭转和改变的。期待生个白雪公主的妈妈，后来才发现自己的女儿原来骨子里是个侠女；希望儿子像个英勇战士的爸爸，最后也不得不为家里那个小心谨慎的小绅士调整自己的期待。相反的，父母必须把自己变成一张白纸，这样才能完全和无条件地接纳孩子最原本的样子。

孩子的气质是与生俱来的，其中有很大的一部分来自于遗传，也有些来自于母亲怀孕和生产过程的影响。在母亲怀孕时，胎儿的气质其实已经悄悄形成。怀孕期间的突发状况，例如，母体感染流行性感冒，或心情极度紧张忧郁，长期酗酒或药物滥用，也可能影响胎儿的气质。

比较敏锐的父母，在孩子还在襁褓中时，就可以觉察到孩子独特的反应方式。尤其是已经有过一个孩子的父母，会发现第二个孩子和第一个孩子有某些方面的反应是不同的，例如比较爱哭或比较容易被逗笑，每天睡醒的时间有规律的还是很难预测。等孩子渐渐长大，我们和孩子相处的时间更久了，就会慢慢发现孩子的某些个性比较像母亲、父亲，或是家里的其他亲人。近年来许多关于人类遗传的研究都发现，遗传在性

格中扮演的角色不容忽视，这和我们过去认为个性完全是后天环境造成的观念大不相同。

如果有机会，爸爸妈妈可以问问自己的父母，自己小时候是个怎样的小孩，好不好带？是乖巧顺从还是调皮捣蛋？相信从父母的描述中，不难找到气质遗传的蛛丝马迹。