



我的孩子很内向 该怎么改变?

本期解答嘉宾:赵海英 注意力记忆力训练师 国家二级心理咨询师

案例:姐姐妈妈最近很烦恼,因为她觉得姐姐太内向了。

姐姐3岁,每次妈妈带她出去玩,想让她多和其他小朋友一起玩耍,可她就是不愿意,就喜欢自己一个人玩,平时让她跟邻居打个招呼,她也是非常害羞。

有一次,孩子跟奶奶在小区玩,有人提议让在场的几个小家伙每人表演一个节目,其他的孩子有的唱歌,有的跳舞,只有姐姐躲在奶奶身后,不敢上前。邻居大妈对姐姐奶奶说:“你家这孩子不行啊,太内向了,以后没出息啊。”

姐姐妈妈和爸爸都很不解,他们俩夫妻都不是闷的人,孩子怎么会这样呢?有什么好办法让孩子变得开朗一点吗?

我们经常听到有家长说:“我们家孩子就是内向,没办法。”

“孩子这么内向,这可不行的。”

“我家孩子太内向了,没有那些外向的孩子讨人喜欢。”

性格内向的宝宝,比较蔫,有什么事情都憋在心里,不会轻易说出来,当孩子们一起玩耍的时候,内向的孩子常常会

连续体的两端。在实际生活中,这个连续体的两侧我们都会用到。如果我们更倾向于外向的一侧那我们就是外向的人,倾向于内向一侧就是内向的人。同样,也会有人正好处在这个连续体的中间,也就是他的偏向各占50%。并不是说内向的人在所有时间所有场合都内向,在某些时间和某些场合他同样可以表现得很有外向,只是大多数时间和场合表现为内向罢了。两个性格各有优劣,却没有好坏之分,所以,觉得内向的孩子就没有出息是不科学的。

美国一本畅销书叫做《安静,内向性格的竞争力》,作者苏珊·凯恩列举了许多内向的成功人士。

比如比尔·盖茨。凯恩说他是一个“安静,有点书生气”的内向者。

比如巴菲特。内向性格使他更睿智、谨慎,善于发现和应对警示信息。

即便在演艺圈这样需要常常暴露在聚光灯下的工作,也有不少内向者表现卓越。

比如闷不做声,独自坐飞机去伦敦喂鸽子的梁朝伟。

比如《哈利·波特》的女主角艾玛·沃特森。

内向或者外向是一个人天生的气质。它们就像血型一样,并不需要被改变。

美国科罗拉多英才中心经过30年对社会英才的研究发现,内向型性格的英才在外向型性格英才的3倍;IQ越高的人,内向型的倾向就越强烈。

较之性格外向的孩子,内向的宝宝具有多有成功者必备的特质,如:更强的专注力。内向的孩子更倾向于关注自己的内心,因此拥有更强的专注力;敏锐的洞察力。内向的孩子一般洞察力很敏锐,能够觉察到很多外向个性的人观察不到的

细节;深思熟虑。他们习惯从多角度考虑一个问题,这样的孩子想问题比较周到,他们经过深思熟虑之后提出的看法,准确度也较高。

在家庭中为孩子创造更适宜的人际关系

内向孩子是家庭观念很强的一类人——他们希望同家里人保持良好的关系。

家庭生活关系是内向孩子适应人际关系的训练场。在家里,孩子观察成人的交往方式,向你学习处世之道,牢固而积极的家庭关系能使内向的孩子相信,与人交往是一件值得花费精力的事。

不同气质类型的父母、子女、兄弟姐妹间的相处也全然不同:

内向家长与内向孩子

一个内向的家长很容易和一个内向的孩子分享一些简单的乐趣,如慵懒地消磨一些时光,他们很容易合拍,但弊端是两人闷在一起,要打起精神出门都可能困难,生活可能就一成不变,生活圈子也扩大不了。还会存在的问题是,有些内向家长想起自己的成长经历,其中他感受到被孤立的感觉会让他担心自己的内向孩子,并要求他们去作出改变,变得更外向。

外向家长与外向孩子

外向家长和外向孩子在一起,喜欢不停地行动,他们玩得卖力,工作也卖力,他们喜欢周围有人围绕,喜欢人群和群体,他们通常都有很强的竞争意识。可能会有问题的部分在于外向者有时会过度行动,从而体会到生活更丰富的方面。过多的行动有时也令人身心俱疲,外向家长可能在中年时遇到情绪或身体问题,而一个由外向家长抚养长大的外向孩子

可能过于依赖外在的赞同而缺乏个体意识。

内向家长与外向孩子

在内向家长眼中,他们的外向孩子过分活跃、声量大、要求多、聒噪、缺乏深度、令人难以招架,渴望更多安静时光和默契的家长可能会有被孩子榨干了的感觉,但内向家长可以给外向孩子以信任,懂得听取他们的想法,让他们保有自己的隐私。

外向家长与内向孩子

当外向家长遇到内向孩子时,他们可能会怀疑孩子出了问题。他们还会觉得孩子慢得像蜗牛一样,妨碍了自己的事情,他们会不耐烦。内向孩子深度的好奇心和他们棘手的提问也会让外向家长感到不自在。外向家长通常风风火火地“为孩子”做了很多事,但如果他们不调整自己的做法去适应孩子的步调,孩子很可能会觉得父母对自己要说的话不感兴趣而变得情绪消沉。

给父母们的建议

1. 孩子与父母相同或不同的个性都会给家庭生活增添趣味,试着让自己享受这一点。
2. 珍惜家里的每个人,让他们彼此合作,为家庭做一些力所能及的“贡献”,比如完成一些他们各自喜欢做的家务等等。
3. 父母间关系的紧密程度是其他家庭关系建立的基础,孩子以父母为榜样学习与人和睦相处,学习关心他人的行为、相互尊重以及解决问题。父母可以通过安排夜晚外出约会或周末的二人世界来保持你们成年人之间的健康关系。你们在处理分歧时,也不一定都要避着孩子,值得注意的是,内向孩子对冲突很警觉,看到父母既能正视矛盾,又能享受彼此的陪伴,这会让他们迅速找回安全感。



一个人看蚂蚁,或做手工,如果有陌生小朋友加入,内向的孩子会显得很拘谨。

很多妈妈都会觉得性格内向的宝宝不会有出息,真的是这样的吗?

内向≠没出息

内向是一种与生俱来的气质,由一个人的基因构成决定。它也是一种在内心深处不喜欢待在人多、嘈杂等外界刺激过多的环境中的性格特征。

不过,性格的整体是一个连续体,内向和外向处在这个

孩子的教育一直备受每个家庭的关注,孩子面临各式各样的信息冲击和学习挑战,似乎变得越来越难教了。如果您在教育孩子的过程当中遇到一些棘手的难题,欢迎您给我们来信,我们有专业的心理咨询师为您解答。

投稿邮箱:

sqwbbaby@126.com

投稿请备注“心理课堂”

顺势而为 欲擒故纵

我儿子上小学三年级时一度学习成绩下滑,学习兴趣淡漠。屡屡出现不按时完成作业被老师批评的现象,我决定严厉管教他。一次,我抓住了他数学考试不及格的把柄,准备“发难”,我拿着他那错误满篇的数学试卷和几乎篇篇都有叉的作业本,严厉地板着脸向他历数他本学期学习的劣迹。不时假以恫吓与威胁:“将来考不上大学,你就流浪街头……”孩子蜷缩在床边,

一声不吭,露出丝丝桀骜不驯的目光,他的无反应、无表示、无话语的“三无政策”让我一时束手无策。我知道,这样硬逼他学习肯定是行不通的,我想到了三十年前发生我自己身上的一件事情。

我家比邻,有一个正规的足球场。我很快就喜欢上了踢球。放学后,把作业放到一旁,直接奔向足球场,尽兴方归。这样的日子持续了一段时间,我的学习成绩每况愈下。然而父亲并不责

怪我,他有时还兴致勃勃地来到球场看我踢球,指点我的技术动作。我全然不知,在我踢球的快乐中,潜伏着父亲的心机。他早已与老师联手做好了套,等着我往里面钻。

一天,学校成立足球队,贴出了招募队员的告示。一看告示,我傻眼了,第一条就是要求“学习成绩优良”。显然我不够格。我不敢报名。老师找我谈话说,报名期限是一个月,你有没有信心在这一个月之内,把学习成绩搞上去。我听到此话,得知加入校队尚存一线希望,喜出望外,当即说,有信心。从那一刻起,我暂停踢球,全力以赴地攻

学习。我知道,以我的球技,加入校队没有问题,关键是学习成绩的硬指标。经过努力,一个月下来,我的学习成绩明显地提高,达到“优良”。我赶上了最后一天报名,成为校队的一员。不久,我还当上了班长。

眼前我与孩子所发生的,不就是30年前那一幕的再现吗?我为何不效法父亲,顺势而为呢?想到此,我住手了,把气氛缓和了下来。我记起儿子曾说过想参加学校的科技小组,因为学校要组织科技小组的同学参加少年宫的四驱车比赛。我当时认为儿子学习一直不好,再迷恋上四驱车就更麻烦了,所以没有同

意。现在我想,儿子不是爱玩车模吗?那就让他玩好了,玩车模反而可以带动他的学习积极性,同样可以玩出名堂。

后来,儿子为了达到学校对参赛队员的“要求”,发奋努力,学习的自觉性空前提高,不再需要我这个当父亲的多说半句。由此我想,凡事都不可抗拒,逆之而为,事倍功半;顺之而为,事半功倍。

湖北 李久兰

智慧父母

