一本關心兒童培育、升學、親子的專題雜誌

適合0-12歲幼兒至兒童之父母

學前&親子

SuperPARENTS

www.eugenegroup.com.hk

056 2020 JAN HK$35

學校專訪

海濱方方樂趣幼稚兒園

英華小學

加拿大國際學校

名人專訪

著名作曲人林慕德

自創語言教學法

兒童專題

5色蔬果食譜

偏食唔使怕

嘉諾撒聖心私小 面試過程曝光

感統活動 全面啟發寶寶潛能

外傭虐兒 家長點預防？

家長太強勢 孩子冇 Say ？

家庭飼養寵物 3 大常見問題

3 大特色親子餐廳 放電食嘢一次

自製卡通造型點心過肥年

熱爆學界 刺激躲避盤

8 頁兒童專區

幼兒專題

9型人格

BB培育大法

9 772411 778014

幼聯 CECES | BGCA 香港小童群益會 | 全人發展中心 | 世界幼兒教育聯會 香港分會 | 香港家庭計劃指導會 The Family Planning Association of Hong Kong

推薦刊物

荷花 Super Parents《學前&親子》

短問短答 398個湊B之謎

人氣新書

撰文・Billie Chan
攝影・麥國明、胡世榮
模特兒・Keira、林長治、Hilary

9型人格 BB培育大法

想了解自己的小朋友卻無從入手？小孩哭鬧卻不知道原因？近年不少家長利用九型人格分析孩子的性格，希望找出最適合小朋友的管教方式。今期我們請來兩位九型人格專家，詳細講解九型人格是甚麼，又是如何體現在小朋友的培育上；並請來兩位教養專家，針對性地分析怎樣的教養方式才最適合該型號的小朋友，讓家長直面小朋友的需要，找出最好的相處模式。

資料提供・親子教育顧問Jacob

簡易測試
快速測出孩子性格

這是一個快速版的心理測驗，家長可根據以下指示，找出小朋友屬於九型人格中的哪類型：請在甲、乙組中找出一個最合適描述孩子的段落，不要過份分析句子內容，亦不要期望整段文字都能恰當地及完全地描述小朋友的整個性格傾向，只要選擇最近似的段落便可以了，結果將會是小朋友最有可能的性格。

甲組

A 獨立和進取
- 人生是要靠自己努力去爭取的
- 不喜歡投閒置散，希望能成就大事
- 不會主動去對質，亦不會讓人主宰
- 傾向努力工作及投入遊玩

B 安靜及習慣與自己相處的人
- 在社交場合裏，不會吸引人注意
- 要擔任領導或如其他人一樣充滿競爭性，令我不安
- 人們認為我是個喜歡夢想的人
- 對自己不用常常保持活躍而感到滿足

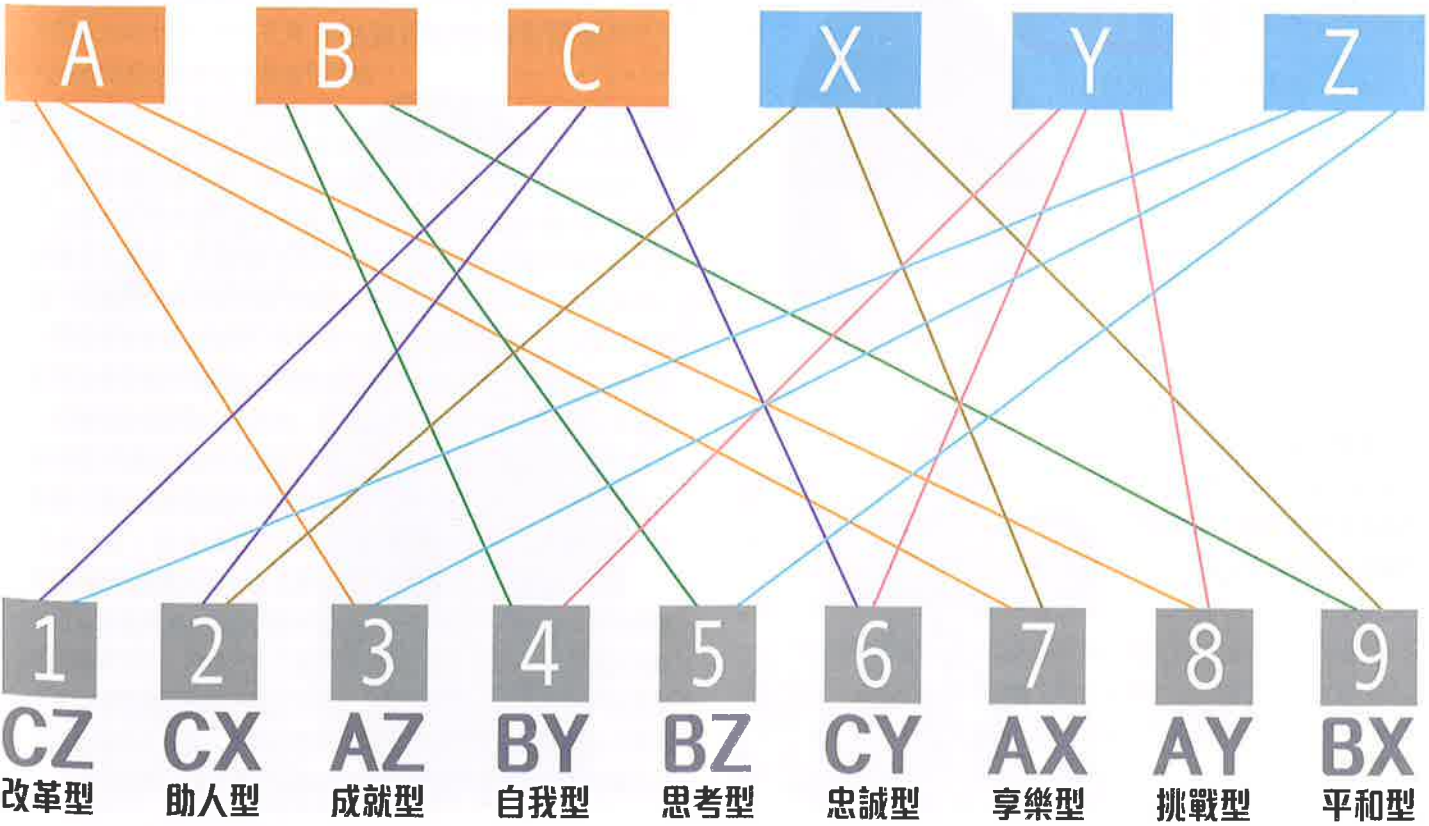
C 我傾向奉獻自己
- 不能持守自己的承諾或完成別人對我的期望時，會十分難過
- 期望別人知道我常在他們身邊，並完成我認為對他們最好的事
- 無論別人知道與否，我常會為了別人的利益而犧牲自己的權利
- 為了工作或事務，對自己沒有足夠的照顧
- 尚有時間剩下，我才會放鬆和休息

乙組

X 積極及正面形象
- 喜歡和人在一起及幫助人家找到快樂
- 享受與人分享自己
- 維持樂觀與正面背後有其他意思，就是將自己應處理的問題擱置一旁

Y 對很多事物都有強烈反應
- 人們通常很容易知道我對某些事情的反應
- 對人可以很謹慎，但對揭示秘密者更加敏銳
- 當有事情令我不安不順利時，我期望別人如我一樣立刻起動
- 不想別人告訴我應如何做，我需要為自己作決定

Z 傾向自我控制及富邏輯性
- 對處理感受時有不太舒服感覺
- 很有效率，甚至有點完美，並寧願單獨工作
- 當有問題發生或人際衝突，我嘗試不將自己個人感受帶進處境
- 有些人會說我太冷漠和抽離
- 不希望自己的情緒影響了對重要事情的焦點



資料提供：親子教育顧問Jacob、生命種子家庭教育及輔導中心創辦人Natalie

9型人格逐個睇

有些孩子的表面行為看似相似，但其實他們的內在動機卻不一樣，家長需要先了解孩子的動機才能了解他們所思所想及需要。接下來，四位專家將分析各型號的性格特徵，以及針對性的教養方法。

第1型人格 改革型

親子教育顧問Jacob直言這型孩子對自己的要求十分高，是個很有原則的小朋友，也會十分強烈地要求做到某件事，如果做不到的話心情會很差，更會對自己感到十分生氣。這型孩子對自己學了的東西十分執着，在做事方面是個完美主義者。如果做得不對，他們會受良心責備，所以一定要做對的事。另外，他們給予自己十分多的壓力，做事正確是他們的原則。若認為某些事情是不對的，他們也會直斥其非，如別人打完噴嚏沒有洗手按電梯便會當面罵對方，即使別人只是一兩個用詞不當，也會受當面糾正。這型小朋友對自己的要求也十分高，一首歌曲如最後的音符彈錯，他們都會重頭再來。

例子：認為有椅背的一定要稱呼為椅不能叫凳，並因此和老師爭執。

教養小貼士：給予時間發揮

教養專家Natalie認為這些人格有可能呈現在所有小朋友身上，如果他們較為極端的話，則可能成為第一型。小朋友在3歲開始便懂得分是非黑白，對他們來說事情只有對與不對，而第一型的小朋友便是把這些觀念看得很重的小孩。在這型的小朋友十分執着於一些事情的時候，Natalie指家長必須給予小朋友大量的時間發揮，讓他們說明甚麼是黑，為甚麼是白，以及其行為的理據。因為那是小朋友的原則和信念，如果沒有充足的空間和時間，小朋友會覺得很委屈。

在這類小朋友的認知裏，他們是對的而你們是錯的，他們可能認為家長是在用大人的身份逼他們就範。在小朋友充分說明自己的意思後，家長可耐心向小朋友說明一些不同的、例外的情況，例如稱呼的變換有時可令事物變得更親切，讓小朋友明白這世界上是有一些灰色地帶的，而且不只有非黑即白的情況，這可令小朋友日後的處事更為靈活。

第2型人格 助人型

Jacob指這型的小朋友覺得自己要付出多點才會有人愛錫，在他們付出的同時，很多時候會疏忽了自己的需要。很多時候他們都選擇先顧及其他人的需要，認為自己付出了就能獲得好的回應，希望別人感激他們。因此如果沒有好的回應或是被人忽略的時候，他們就會覺得很失落和委屈。他們會十分高調地對別人好，但受到委屈的時候，因怕別人不高興所以很少表達，很多時候都會把情緒收在心裏。

例子：常常幫助別人，就算是自己很喜歡的糖果，只要別人喜歡就會讓給人。

教養小貼士：平衡傾向 正確對待孩子

Natalie表示在教養這類小朋友的時候，家長應有兩項考慮：一是如何平衡小朋友的傾向，二是反思平日自己如何對待小朋友。這類小朋友不斷的在尋求他人認同以及自我的認同，家長可先認同小朋友這些行為的出發點，其後引導他們說出自己內心的想法。這型的小朋友大多不會輕易分享自己的想法，所以家長要多作引導，問問小朋友是為了甚麼而這樣做，並問問小朋友自己會否也希望得到幫助，或是很捨不得把東西給別人，例如自己很喜歡吃的糖果。如果小朋友說出自己原本的想法，家長可嘗試多給點認同，並告訴小朋友，他們不一定要犧牲自己才能獲得他人的認同，家長一樣愛他，且有時大家分享會比全讓給一人更令人高興。

第二，家長應反思平日自己的教養方式，若小朋友平日在家長前做些討好他人的行為時，家長過份地稱讚他們，可能會令小朋友傾向討好他人。同時，在小朋友做些為了自己的事，如很喜歡的事物真的不想分享時，家長不應過份否定他們。家長的評價對小朋友來說十分重要，有時可能為了逃避家長的評價，而做出有違自己想法的事情，家長應試着體諒小朋友有時有些愛好是不能割捨的。

資料提供：親子教育顧問Jacob、教養專家Natalie、
臨床心理學博士國際九型人格協會（美國總會）認證導師培訓師林家進博士

第3型人格 成就型

親子教育顧問Jacob表示顧名思義，這類小朋友認為只要有成就就能有快樂，他們在任何時候都一定要贏，想自己成為眾人的焦點。前者是以助人為樂，後者是要自己話事做出眾的一位。他們希望別人的目光放在自己身上，因此很多時候都會主動提出自己的意見，希望別人跟隨自己。他們抓人眼球的方式不一定來自好的方面，這類小朋友不太能接受失敗，他們會否定無法令自己成為焦點的事。例如是會找藉口逃避不參與，或是失敗以後為自己找藉口。他們寧願隱瞞自己的失敗也要讓人覺得自己是最厲害最好的，這類小朋友會隱惡揚善，會在有意無意間突出自己成功的經驗。

例子： 小朋友說：「因為我叻，所以老師只給了我一人貼紙。」，實際上，全班都有得到貼紙。

教養小貼士：多給予關注

教養專家Natalie指由於開始有競爭出現，這型的小朋友在幼兒高班和初小階段會有很多。他們的行為很可能是由家長造成，若家長平日對小朋友的關注不多，只在較極端的情況，如獲得100分的時候、比賽輸了的時候才給予反應的話，小朋友會慢慢地變得在意希望自己成為焦點。一些家長在成功的時候才誇張地讚賞孩子，在失敗的時候卻狠狠地罵他們，會讓他們開始害怕並逃避失敗。如果平日家長可多與小朋友聊天，偶爾就關注小朋友的話，這種情況會有所緩和。此外，家長讓小朋友多嘗試不同的經驗後，可試着讓小朋友明白勝負是十分平常的事。家長不用過份地在這些極端情況下給予小朋友反應，應讓小朋友把成功和失敗視作學習的過程，如此一來他們便可學會接受。

第4型人格 自我型

Jacob表示這類小朋友很多時候都很有藝術細胞，而且感覺較為敏銳。很多時候他們會較為自我，不想和別人一樣，故意地想要成為不一般的個體。和成就型不同，焦點不一定要在他們身上，有時他們甚至討厭成為焦點，焦點在身上時，他們會覺得那種與眾不同很不真實。很多時候他們都是依着自己的感覺而走，看起來比較自我。他們其實較為害羞，經常表現得若即若離，很想要別人的關心，但又不想要過份關注。家長可能要多猜測他們的想法才能懂他們。他們同樣追求完美，但他們追求的是意境和美感上的完美，是較為主觀的難以量度，這令人感到他們較喜歡獨處，也較為情緒化和敏感。這類小朋友很有才華，同時也十分細心，會留意到他人的需要，默不作聲看似不經意地伸出援手。

九型人格導師培訓師林家進博士則認為這型的小朋友情緒波動較強，而這些表現的深層原因，是因為他們覺得父母不明白自己。他們很容易會把別人的一點疏忽放得很大，因此想要追回別人對他們的好，想把自己塑造成另類的個體，所以才會開始有不一般的行為。家長在明白他們感受的同時，也不能對他們太好，因為小朋友會覺得你為何突然轉變。

例子： 孩子畫畫班上畫了第一筆便停了下來，也不說話，直到老師問是不是覺得畫得不好想要換一張畫紙時，小朋友才點頭。

教養小貼士：需要較慢生活節奏

Natalie認為這型的小朋友需要較慢的生活節奏，因為他們的思想較為敏銳，家長需給予小朋友時間思考。由於他們對細節會比較講究，太快的生活節奏會令小朋友覺得喘不過氣來。另外，雖然小朋友較喜歡獨處，但亦不必逼他們從眾。即使小朋友喜歡獨處，總有些他們較喜歡的人，家長可觀察小朋友喜歡和哪幾個小朋友玩，並試着撮合他們，或是讓他們做些合作性的任務。

讓這型的小朋友建立較正面的社交經驗，讓他們明白社交的美好之處，他們會發現不獨處其實也並不可怕，這樣小朋友才能更主動地融入社交生活。而家長和小朋友相處時，也要貫徹慢的原則，由於這型的小朋友較為敏感，每句說話都要三思而後行。有時家長因緊張小朋友而用了較重的語氣，但在小朋友眼中，特別是這類對各種生活上的信息，都會較為敏感的孩子便會十分在意，因此家長應適當地調整自己的語氣。

資料提供：九型人格導師培訓師林家進博士、
香港青年協會家長全動網單位主任（註冊社工）凌婉君

第5型人格 思考型

九型人格導師培訓師林家進博士表示，這型的小朋友很多時候都不會給出太多的反應，他們在情感上的表露較低。同時他們不喜歡與人相處，且都喜歡看一些較為深奧、專業、成人領域的東西，如甲骨文。由於他們本身的敏感度較低，很多時都被人誤以為是亞氏保加症患者。事實上，小朋友只是在自己不感興趣的事上，不喜歡或是會懶得給別人反應，這讓周遭的人感覺他們比較冷漠和抽離。通常這類小朋友在學校的成績較差，且較為喜歡科學或是地理等學科，很多都是人們俗稱的「宅男」或「宅女」。但原因只是小朋友的喜好和學校學的東西太不一樣，家長如果逼這型的小朋友去學些不喜歡的事物，只會令小朋友感到不愉快。林博士強調若是讓這型的小朋友好好發展其興趣和專長的話，將來很有可能成為專家。

例子： 小朋友在學校成績很差，也很少朋友，在家中跟父母的話題也不多，但在小學時已研究甲骨文，和小朋友談他們感興趣的事時會滔滔不絕，而談其他事情時卻顯得興趣缺缺，較為沉默。

教養小貼士：鼓勵孩子投入發展

註冊社工凌婉君提醒，如果小朋友喜歡某興趣，家長應多鼓勵小朋友投入，讓小朋友發展自己的專長。在投入一項興趣之餘，家長可試着從中發掘小朋友其他的興趣，小朋友在成功學會一樣事物時，自然對自己的學習能力更有信心，更願意接觸和學習其他事物。同時，家長可試着為小朋友尋找其他展現自己能力的機會，讓小朋友的自信心得以提升。這些機會可盡量加入和他人合作的成份，讓小朋友以自己的專長幫助其他人，或合作完成相關任務，在這類的社交中獲得成功感後，小朋友將更樂意和他人社交。由於這型的小朋友較少機會與人合作，家長可安排他們參加不同的群體活動，以增強其社交技巧。

第6型人格 忠誠型

林博士指這型的小朋友經常會感到焦慮，因為他們感到焦慮，所以會有很高的專注性和警覺性。他們經常感到懷疑，個性上較為敏感，而且需要大量的安全感，其實這一切就是源自他們內心對事物的恐懼。同時，這些小朋友總是不敢走得太前，也不敢走得太後，因為他們害怕自己成為焦點，即使在學習上也是如此態度。在嬰兒時期，這型的小朋友會顯得較難照顧，因為他們需要大量的安全感，所以會經常哭鬧。但較矛盾的是，若給太多的關注，這型的小朋友較易成為十分依賴父母的「裙腳仔」，無法獨自面對社會的磨練；若總是鼓勵小朋友一直試着向前衝，則可能讓他們演變成一個很衝動的人，在任何事上的處理方式都會較為激烈。林博士認為照顧這型的孩子就像學習踏單車般，一開始要扶着他們，但適時要放手。

例子： 孩子在學校的成績普普通通，容易感到焦慮，經常哭鬧。

教養小貼士：焦慮因缺乏安全感

凌姑娘表示容易感到焦慮的小朋友，大部份都是因為沒有安全感，在小朋友感到焦慮的時候，家長應該耐心聆聽，仔細了解小朋友焦慮的原因。如果小朋友開始哭喊，家長盡量不要刻意阻止或是鼓勵小朋友，可給予他們個人空間，以及哭喊的時間，讓小朋友先把情緒盡情發洩。情緒發洩完畢，家長可鼓勵並教會小朋友以語言表達自己的感受，但不能強迫以免小朋友感到受壓。其表達的語言不一定是說話，小朋友也可以圖畫或是文字來表達，目的是讓小朋友抒發自己的情緒，以及讓父母知道問題的根源。

家長的鼓勵可讓小朋友明白父母一直都在身邊，自己不用過份焦慮。家長切忌因小朋友焦慮，而過份地為其解決過多的問題，不然小朋友容易變得依賴，家長應給予他們自行解決問題的機會。父母可以支持和鼓勵，一步一步為其重建安全感，如撕包裝紙等小事可讓其自行嘗試。

資料提供：九型人格導師培訓師林家進博士、註冊社工凌婉君、親子教育顧問Jacob、教養專家Natalie

第7型人格 享樂型

九型人格導師培訓師林家進博士直言這類小朋友性格比較古靈精怪，很多時候他們的思想都較為反傳統，讓大多數父母都較難理解他們的想法。這些小朋友很多時都是自己的感受行先，只要自我感覺良好，自己感到舒服便可以。和藝術型孩子一樣，他們的行為都比較獨特，但他們更多的是往古靈精怪的方向發展。有時這些小朋友會不願意上學，除非他們覺得好玩才會上學。雖然看似較為獨特，事實上他們的創造力會較強，只是大部份家長都不能理解，只覺得小朋友不循規蹈矩，忽視了他們的創造力。這型的孩子需要較多的空間，讀書時的局限性，只會令小朋友越發討厭。

例子：小朋友一邊跳舞一邊讀書，覺得這樣才能專注。

教養小貼士：容易分心因兩種因素

註冊社工凌婉君指小朋友容易分心，可分為外界和內界的因素，但為加強小朋友的專注力，內外都要配合。外界方面，家長應在學習環境上盡量減少容易令小朋友分心的物品，讓外在環境變得固定、簡單。如玩具或是雜物等先盡量清理，讓小朋友試着習慣處在一個較為安靜的環境中工作，習慣安靜地做一件事情的感覺。而內界方面，則是小朋友自身的因素，凌姑娘認為如果小朋友只是喜歡以古靈精怪的方式工作，而那種方式本質上無傷大雅，讓小朋友以喜歡的方式工作也可以。此外，家長也可投其所好，讓小朋友做自己喜歡做的事，讓小朋友嘗試對一項喜歡的事物投入，在其學會如何投入以後，就會明白專注是怎麼一回事。即使面對其他事物，也開始學懂投入的方式。

第8型人格 挑戰型

親子教育顧問Jacob說很多人分不清成就型和挑戰型小朋友，而最大分別就是挑戰型小朋友要話事，但卻未必要成為焦點。他們最大的特色是遇強越強，且十分容易圈地自劃區分敵我。在他們的眼中這世界是弱肉強食的，他們認為惟有強者才能控制，他們不需要稱讚，因為他們覺得能控制事情的人才是有足夠權力的。雖然要聽他們的話，如果在他們的圈子裏，他們是會盡其全力保護對方。同時，他們有遇強越強的特色，即使再難的事情都要試着去做。他們不怕權威，喜歡挑戰難駕馭的事物，即使遇到挫折或是困難也不會感到氣餒。他們會見義勇為，但破壞力亦較強。林博士補充，若父母小時候經常打罵小朋友，在他們的世界觀裏從沒獲得過勝利，他們可能形成反社會的性格，甚至將來欺凌弱小。

例子：當老師責罵自己的朋友時，小朋友會去指罵老師。

教養小貼士：適當地給予權力

教養專家Natalie直言這類小朋友看似十分難搞，但他們只是相信自己所做的事，且會採取行動，如果好好相處的話，他們會是很好的小幫手。其實他們想要的只是權力，如小朋友會自己尋找可以給予權力的地方，他們可能會在不當的地方實施。因此家長可試着在日常生活中合理的地方，為小朋友安排正式的權力，讓他們得到滿足，可以是一些和自身相關的地方，如吃甚麼茶點或去甚麼地方玩，若小朋友感到滿足，他們強出頭或是劃分領域的情況也會較為緩和。此外，有時小朋友使用的方法過激，如推開正在吵架中不對的一方等，Natalie強調家長應先肯定小朋友的正義心腸和想法，同時教導小朋友如何調整他們所使用的方法。如以說話調解、先分開兩人等，由於這型的小朋友容易忽略他人的感受，家長可多從一些能了解和考慮其他人感受的方向教導小朋友。

資料提供：九型人格導師培訓師林家進博士、註冊社工凌婉君

第9型人格 平和型

九型人格導師培訓師林家進博士表示這型的孩子的焦慮性較弱，他們的警覺性較低，故專注力也較低，因此較容易分心。但他們的分心和心散並不一樣，他們較為善忘，可能現在玩A玩具，但很快就會忘了A玩具，轉而去玩B玩具，而並非一心二用。家長可能覺得這型的孩子較容易照顧，因為任何事情只要為他們安排就好，很多時候他們都不會有異議，好像甚麼都可以。他們不容易發脾氣，也較易哋，只因為他們可能當下遺忘了自己想要的事情，但事實上他們也是有自己的要求。家長不應當小朋友真的甚麼都沒有要求，久而久之，小朋友會覺得大家並不在意他們的立場，認為自己只是個可有可無的人，因此便開始呈現懶散的狀態。小朋友只是不擅長表達自己的想法，或是有時較為善忘。但林博士相信這型的小孩可以成為最好的領袖，因為他們很會包容他人的立場之餘，亦不容易放棄自己的立場，同時他們也不容易感到害怕。

例子：小朋友不容易發脾氣，易哋，容易分心，而且較為善忘，好像較為隨性，甚麼都可以。

教養小貼士：需耐心聆聽孩子心聲

註冊社工凌婉君表示，面對這型的孩子，家長需耐心聆聽他們的心聲。家長可多表達自己的關心，以及對小朋友的關愛，親切的交流可給予孩子的幫助非常大。在家長給予賞識的時候，小朋友能感受到父母對自己的關心，自然減少對於表達的恐懼，更敢於表達自己的想法。要讓孩子表達自己的想法，是需要有一定的練習，並要從孩子年紀很小便開始，跟他們進行更多的交流，也有一定的幫助。

其次，想要小朋友多表達自己的想法，家長可嘗試豐富孩子的生活體驗，帶他們到處遊玩。小朋友有更多可與人分享的內容時，自然更主動地和他人表達，這亦有助增強他們的詞彙表達。最後是家長的身教問題，有些父母自己也甚少說話，這很難要求孩子多說話。許多時家長說話，會成為小朋友的模仿對象，如果家長在小朋友面前聊天也是以十分簡短的說話，如「哦！哦！」等交流說話，小朋友也會學習模仿常說短句。小朋友的表達能力往往與家長說話多寡有關，有些小朋友較文靜，其父母也是比較文靜的，所以父母平日不能敷衍說話。

3位家長測試個案

究竟九型人格測試準不準確？相信很多家長都有這個疑問，以下我們找來3位家長試玩這個九型人格的測驗，測試她們的孩子屬哪類型人格，並自評看測試是否準確。

先享樂 後學習

家長個案：Carol（育有一名8歲女兒）

測試結果：第七型享樂型　準確度：準確✓✓

「經測試後，我女兒屬於享樂型，我覺得測驗結果還蠻準確的。因為女兒放學回家後，很多時候都不會做功課，每次都會先行休息，我要費盡心思才能叫她去學習。每次她都會先做自己想要做的事情，如果不是一定要做從來都不會做。」

做事不肯按部就班

家長個案：李太（育有一名7歲兒子）

測試結果：第七型享樂型　準確度：非常準確✓✓✓

「我的小朋友是享樂型孩子，這算是很符合他的個性，因為他是觀察力與想像力比較強的小朋友，喜歡自己設計物件，當有靈感時便會要求立即動手做。例如畫畫，他不會按老師的一模一樣畫，一定要有所修改，不肯按部就班，所以到現在也未曾去正式上過繪畫興趣班。他的確是事事自己感受行先，如不喜歡哪位老師，便提出過不想上課。」

性格慢熱不會太快有反應

家長個案：Queenie（育有一名2歲半兒子）

測試結果：第五型思考型　準確度：頗準確✓

「我的小朋友屬思考型，我覺得專家說的前半段都十分符合兒子的個性。因為兒子算是慢熱型的孩子，的確對周遭的人和事不會太快有反應，但在他對環境熟悉以後，他又會和其他人玩在一起，非常投入。」SP