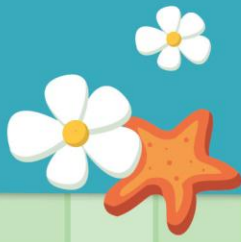


S.K.I.P

Strategies with Kids | Information for Parents



THAI.TEMPERAMENT 2013

พื้นฐานอารมณ์

ท่านไม่สามารถเปลี่ยนแปลงพื้นฐานอารมณ์ของลูกของท่าน
ดังนั้นการทำความเข้าใจว่าทำไมลูกของท่านมีพฤติกรรมอย่างนั้น ดีกว่าการพยายามเปลี่ยนแปลงมัน

ทารกทุกคนมีความแตกต่างกันเช่นเดียวกับผู้ใหญ่

บางคนแก้ไขปัญหาได้ง่ายและสุขุมเยือกเย็นมาตั้งแต่กำเนิด

ในขณะที่คนอื่นมีอาการตื่นตัวและกระฉับกระฉ่ง

บางคนมีลักษณะเป็นปกติในนิสัยใจคอของเขามาตั้งแต่แรก

ในขณะที่คนอื่นมีนิสัยการหลับนอนและขับถ่ายที่ไม่เป็นปกติที่ทำให้การตอบสนองความต้องการของ
เขายากยิ่งขึ้น

อุปนิสัยเหล่านี้เริ่มแสดงออกตั้งแต่สองสามสัปดาห์แรกและเชื่อมโยงไปสู่พื้นฐานทางอารมณ์บางประ
เภท พื้นฐานทางอารมณ์ไม่มีมาโดยกำเนิด

ไม่ใช่เป็นผลมาจากวิธีการดูแลเลี้ยงดูของพ่อแม่หรือผู้ใหญ่คนอื่นที่ให้การเลี้ยงดู

“บุคลิกภาพของเด็กแตกต่างกัน จึงจำเป็นต้องใช้วิธีการปฏิบัติต่างกัน”

“พื้นฐานอารมณ์ที่แตกต่างกันสามารถเห็นได้ชัดเจนถ้าท่านมีลูกมากกว่าหนึ่งคน”

ประเภทของพื้นฐานอารมณ์

พื้นฐานอารมณ์แบ่งออกเป็นประเภทต่างๆ ได้ 3 ประเภท –
เด็กบางคนมีลักษณะผสมมากกว่าหนึ่งประเภท

1. ง่ายหรือยืดหยุ่น

ในช่วงที่ยังเป็นทารก เด็กที่มีพื้นฐานทางอารมณ์ง่ายๆ ก็ง่ายต่อการดูแล เด็กเหล่านี้มีนิสัยสงบเงียบ ร่าเริง นอนและกินสม่ำเสมอ และไม่มีอารมณ์เสี้ง่ายๆ
เมื่อเขาโตขึ้นเขาต้องการโอกาสพูดคุยเรื่องราวต่างๆ
เนื่องจากเขาอาจไม่ชอบการเรียกร้องหรือร้องขอเอาสิ่งของ หรือพูดคุยเกี่ยวกับความรู้สึกของตนเอง
ท่านอาจยังต้องคอยเอาใจใส่อยู่ห่างๆ ดูด้วยว่าเขาทราบที่ท่านอยู่ใกล้ๆ เพื่อเขาต้องการท่าน

2. อยู่ไม่เป็นสุข

เด็กที่ปราดเปรี้ยวและคล่องแคล่ว มักมีนิสัยขี้บ่น นอนและกินไม่สม่ำเสมอ
เขาอาจเกิดความหวาดกลัวผู้คนหน้าใหม่และสถานที่ใหม่ เมื่อมีเสียงดังก็บ่น
และตอบโต้อย่างรุนแรงกับสิ่งต่างๆ
เด็กเหล่านี้ต้องการใช้พลังงานมากและต้องการให้บอกล่วงหน้านานๆ ว่าจะมีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้น

3. รอบคอบ

เด็กเหล่านี้มีแนวโน้มไปในทางขี้อายเมื่ออยู่ในสถานการณ์ใหม่
แต่ก็เริ่มดีขึ้นเมื่อเกิดความคุ้นเคยกับสถานการณ์ใหม่นั้นแล้ว
ดังนั้นจึงจำเป็นต้องเคร่งครัดกับกิจวัตรประจำวันที่กำหนดไว้ให้เขาและให้เวลาเขามากๆ
เพื่อสร้างความคุ้นเคยกับสถานการณ์และผู้คนใหม่ๆ



S.K.I.P

skip.org.nz
facebook.com/SKIPcommunity

พื้นฐานอารมณ์ของลูกของท่าน

การทำความเข้าใจกับพื้นฐานอารมณ์ของลูกของท่าน จะช่วยท่านได้ดังนี้ :

- อธิบายว่าทำไมลูกของท่านอาจต้องประพฤติตัวอย่างใดอย่างหนึ่ง
- คาดหวังว่าลูกของท่านจะตอบสนองต่อเหตุการณ์หรือสถานการณ์บางอย่าง อย่างไร
- พุดจาสื่อสารกับลูกของท่าน
- ทราบวิธีการลงโทษที่มีประสิทธิภาพ
- สร้างความสัมพันธ์ในทางที่ดีกับลูกของท่าน

“ท่านต้องพยายามใช้วิธีการที่แตกต่างกันไปสำหรับเด็กแต่ละคน”

“ดิฉันจำเป็นต้องพร้อมสำหรับการเปลี่ยนแปลงวิธีการในการปฏิบัติตัวของดิฉัน”

“ลูกชายของดิฉันมีพื้นฐานทางอารมณ์ที่สุดโต่งและค่อนข้างรุนแรง

เขามักไม่ปฏิบัติตามคำแนะนำดังนั้นดิฉันจึงต้องคิดให้ดีก่อนที่จะขอให้เขาทำหรือไม่ให้ทำในสิ่งหนึ่งสิ่งใด บางครั้งดิฉันคิดอยู่เหมือนกันนะ ว่าดิฉันควรปล่อยให้คราวนี้ผ่านไปก่อน ได้หรือเปล่า?”



S.K.I.P

skip.org.nz

facebook.com/SKIPcommunity

การทำความเข้าใจที่ดีกว่า

หากท่านไม่เข้าใจพื้นฐานทางอารมณ์ของลูกของท่าน

ท่านอาจตำหนิเขาในการแสดงพฤติกรรมที่มาจากพื้นฐานทางอารมณ์ของเขา

สิ่งเหล่านี้อาจทำให้เกิดความขัดแย้งอย่างหนักและทำให้พัฒนาการของลูกของท่านไปสู่พฤติกรรมที่สุดโต้งมากยิ่งขึ้น

ท่านอาจเริ่มโทษตัวเองว่าเป็นผู้ทำลูกมีพฤติกรรมดังกล่าว

แทนที่จะทำความเข้าใจว่ามันเป็นเช่นนั้นเอง

“พื้นฐานทางอารมณ์ของลูกคนแรกของดิฉันทำให้ดิฉันโกรธมาก

ดิฉันใช้อารมณ์มากจนไม่สามารถใช้เหตุผลและเป้าหมาย ส่วน แจ็ค เป็นคนที่เรียบร้อยและน่ารัก และใครๆ ก็ชอบ”

“ถ้าดิฉันหันมามองดูถึงการโต้ตอบของดิฉัน

ดิฉันก็เห็นว่าพื้นฐานทางอารมณ์ของดิฉันเองก็มีผลต่อสิ่งที่เกิดขึ้นด้วยเหมือนกัน”

“ดิฉันทราบว่าดิฉันไม่สามารถเปลี่ยนแปลงพื้นฐานทางอารมณ์ของลูกของดิฉันได้”



S.K.I.P

skip.org.nz

facebook.com/SKIPcommunity

การบรรลุเป้าประสงค์

ลองคิดถึงพื้นฐานทางอารมณ์ของลูกของท่านและการที่ท่านจะต้องคอยดูแลในฐานะที่เป็นพ่อแม่ของเขายิ่งพื้นฐานทางอารมณ์ของลูกของท่านเข้ากันได้ดีกับวิธีการดูแลของท่านก็ยิ่งทำให้เกิดผลที่ดีตามมาด้วย

พื้นฐานทางอารมณ์ของท่านจะมีอิทธิพลต่อการดูแลของท่านด้วยเช่นเดียวกัน

พื้นฐานทางอารมณ์ที่แตกต่างกันสามารถเห็นได้ชัดเจนถ้าท่านมีลูกมากกว่าหนึ่งคน

บ่อยครั้งที่วิธีการดูแลลูกที่เหมาะสมสำหรับลูกคนหนึ่งจะใช้ไม่ได้กับอีกคนหนึ่ง

และท่านจะต้องใช้วิธีการที่แตกต่างกันอย่างสิ้นเชิง

เด็กคนหนึ่งอาจต้องการระเบียบกฎเกณฑ์มากกว่าพี่ชายน้องสาวหรือพี่สาวน้องชายของเขา

ในขณะที่ลูกอีกคนหนึ่งอาจต้องการตัดสินใจด้วยตนเอง

การค้นพบวิธีการที่เหมาะสมกับพื้นฐานทางอารมณ์ของลูกของท่านจะช่วยให้คุณพบวิธีในการลงโทษลูกของท่านที่มีประสิทธิภาพ

และจะช่วยให้คุณตัดสินใจว่าประเด็นใดที่ท่านต้องมีความชัดเจนและเด็ดขาดและประเด็นใดที่ท่านสามารถปล่อยวาง

“คาดหวังว่าลูกของท่านจะตอบสนองอย่างไร”

“หาวิธีการที่เหมาะสมสำหรับพื้นฐานทางอารมณ์ของลูกของท่าน”



S.K.I.P

skip.org.nz

facebook.com/SKIPcommunity

Skip ให้ความช่วยเหลือพ่อแม่และผู้เลี้ยงดูเด็กในการเลี้ยงดูเด็กๆ ด้วยวิธีการที่ถูกต้อง

For more information go to:

www.skip.org.nz

Email: info@skip.org.nz

Phone: 04 916 3300

For more information on support for parents, go to:

www.familyservices.govt.nz/directory



S.K.I.P

skip.org.nz
facebook.com/SKIPcommunity