

Child Development

大標／100%自信心養成術

前言／「自信滿滿的小孩，看起來陽光又健康，為何我的寶寶卻內向害羞，總是不夠大方呢？」本期帶你從心理發展的角度出發，一同認識寶寶自信心發展，及如何透過訓練和活動的帶領，讓寶寶變得更有自信。充滿信心的孩子，在同儕的相處、課業的學習、心靈成長上，都會有很不錯的表現，但自信心的建立也不可操之過急，家長可得一步步循序漸進，培養有自信的孩子。

採訪／陳韻如

諮詢／慈惠醫專幼保科專任講師 邱庄利

Topic 1 各時期心理發展過程

孩子成長的過程中，每個時期心理發展不同，並且有一些學術上的文獻研究，而其中兩個目前較為常被引用的理論觀點，分別是「Erikson 社會心理發展的八個階段」和「Freud 的五大性心理發展期」。透過這兩個理論觀點的敘述，可以了解生理是如何影響心理，而影響的程度和發展結果又有何不同。

了解孩子大致的心理與生理發展情形，有助於父母在對的時間給予孩子最適當的輔助，以達到事半功倍的效果。

Erikson 社會心理發展的八個階段

階段 (大約年齡)	社會心理危機	重要的人際 關係焦點	社會心理形式	有利的發展 結果
出生到 1 歲	信任或懷疑	母親或母親 的替代者	獲得、回報	驅力和希望
2 歲	自動自發或 害羞和懷疑	父母	放手、抓握	自制和意志 力
3 歲到 5 歲	積極性或 罪惡感	家庭	認真、敷衍	方向和目的
6 歲到青春 期	勤勉或自卑	鄰居、學校	競爭、合作	方法和能力
青年期	自我認同或自 我否認，認同的 擴大	同儕團體和 圈外；領導的 模仿對象	肯定或否定自 我；享受自我	奉獻和忠貞
成年期前期	親密、團結或孤 立	友誼、性、競 爭、合作等的 夥伴	失去自我和從 別人中發現自 我	親合和愛
成年期中期	有創作能力或	分工和享受	創建、照顧	生產和照顧