

資優生的心理健康

李水源

在經濟起飛，社會變遷下，人與人之間相處，有形的距離雖近，而無形的距離卻拉遠了。同時，又處於都市化、擁擠、忙碌、競爭生活中的人們，常常會引起情緒緊張，甚至心理上也有不健康的現象發生。因此，如何能自我調適是為首要，否則在調適不良的情形下，往往會產生自卑，自我放棄，或循不正當的方式發展而有行為偏差等問題。且現今的父母給予孩子們的快樂，常常是建立在「錢」的基礎上，然而事實上，快樂之源並非來自「錢」。我們能利用「自然」，跟「自然」結合，始能獲得真正快樂，所以，父母給予孩子們的獎賞儘量是來自「自然」，其次，每天忙於事業奔波的雙薪家庭的父母，與孩子也無較多時間的相處，對孩子的管教，只在於課業成績高下；欠缺生活上細節之了解與關懷，久而久之，造成孩子心靈上的孤獨。

資優生長大成資優成人是一條漫長道路，能否繼續出類拔萃，斐然有成，健全

(本文作者為臺北市立師範學院特教系副教授)

的人格應為樞紐所在。由於管教方式不同或家庭結構不一的緣故，資優孩子發現問題欲尋求答案時，不是沒有標準答案，就是根本找不到回答的「聲音」，而資優生又較普通孩子有自我主張，易養成獨立、不依賴別人的性格。「孩子」就是孩子，每天都記著自己是資優孩子，家長也常以家有「資優生」為光榮，時時只想到以「資優」為先，而把「孩子」擺在後面，這是不健康的。因此，要有心理健康，便是家長、老師、孩子本身都要有共識，淡化「資優」二字，「資優」家長記住他仍然還是孩子，「孩子」二字比資優重要，那家長管教子女的態度才會正確。「資優」老師不要因他是資優而忽略了學生的角色。同學們也要設法忘掉「資優」二字，隨時警惕自己只是個孩子，要愛父母，聽從父母的話。提醒自己只是學生，要接受老師的教導。如經常將「資優」二字記在心頭，覺得自己高人一等，對老師、父母的話產生懷疑感，將來走入社會後，不相信任何人，人際關係也搞不好，雖資優能力強亦得不到別人的喜歡。

資優生所展現的能力對心理偏差有極大的影響，資優孩子反應快，口才好，懂得字彙多，懂得人的心理也較一般孩子深入，具有敏銳的觀察力，導致易察言觀色，以應付人際關係，造成領導力強。在父母的心中，資優孩子是家裡的「班長」，領導弟妹，當他在校時，也是個「班長」，領導同學，別忘了，他總有被人領導的一天。因此，資優生「被領導」能力的訓練，服從別人領導心態之培養是很重要的，在成長過程中，從小如沒有訓練與他人合作，被人領導的經驗，長大成人後，極易產生不服氣的態度。由於從小時候起，家長就讓他指揮別人，領導別人，隨時認為自己很行，如此，一點一滴的累積，反而使他的領導能力之訓練有了偏差，資優生的聰明傑出，一旦因自己當不成班長，不能再領導同學時，加上不服人的心理下，極易走入歧途。資優生處處比人強，時時幫助人，但一定要有此一心態，那就是資優生總有需要別人幫助你的時候，肯定這個事實或許你需要幫助的機會較少，不要瞧不起需要你幫助的人。幫助他人應發自內心，以驕傲及非我不行之心態待人，長大成人後也是個可怕之人。

就家庭氣氛來說，對資優生的影響也非常大，資優生在學習過程上，加速、加深、加廣，還可以再加二字——「加長」。學習時間的加長，從學校延伸到家庭，由於各個家庭的個別差異太大，在課本中很少談及「加長」，也較無制度存在。資優

生無時無刻都在充滿學習活力與創造思考能力，需要休息的時間又少，課餘、課本之外，經常有許多問題出現時，求助對象便是父母。因此，資優生家長要能親代師職，履行教師部分之責，懂得處理技巧的家長會耐心地回答孩子，且尊重他的好奇心與持續性。鼓勵家有資優孩子的家長，必須在親子間擁有一個共同學習的空間或角落，在書房，或在客房安排一個可讓孩子看書、討論的地方，教授自己在家裡佈置一間溫馨的和室小房間，放置二個書櫥，架上經常有二三十本書，每個月更換數本，讓孩子隨時自行閱讀，遇有問題，兄弟姊妹間也會互相研討，在那溫馨小房間內，喝喝茶、聊聊天，是與孩子雙向溝通的地方，對子女之影響甚大。對資優孩子而言，從小時候起，孩子想什麼就讓他學，以此觀念來輔導孩子，家長陪伴著孩子，隨時提供資料，相互研究，雖費時較多，卻是親子間情感之流露。孩子想購買課外讀物之類的書籍是件好事，父母應多加鼓勵，並隨時請教老師有關購書問題。父母親有能力陪伴孩子學習，也是件不易做到之事。「家庭會議」是另一可行的方式，孩子有許多心理問題，親子契約包括懲罰、獎勵，此契約能訓練孩子自我管理，自我設定，是建立在行為上、學習上的默契。父母親可利用星期日上午舉行家庭會議，全家人坐在一起，輪流擔任主席，允許孩子們可以充分發言，說出心理的話。從日常生活的一道菜到課業學習都

可以談，約一小時半左右的家庭會議裡，喝老人茶、嗑瓜子，親子間是多麼愉快，每人發言權平等，也產生對父母的信任感，家庭氣氛也為之改善。親子情感之交流是如此的自然，子女主動與父母交換意見，雙向溝通的方式可使孩子們心理健康。若是孩子發洩管道堵塞，會造成有苦無處訴，有問題時無人可商量，「預防勝於治療」，應先在家裡成立「輔導室」，資優孩子主動做起，父母同時主動加以配合，一定要建立親子間溝通之管道，否則，家長不易也無法及早發現資優孩子的偏差。

了解資優生的心理特質，幫助家長增進對資優孩子之了解，學生亦可透過認識這些特質的徵候，了解自我及如何針對問題，解決困難。資優的心理特質有下列十一項：

1. **自卑性**：資優孩子較一般孩子懂得自卑，較早察覺自卑，且多類別與性質，有自卑心理時也較嚴重。父母親往往不知道資優孩子比一般孩子有自卑性，不論各位家長經濟能力如何，任何兩家絕對都有好壞高下之分，因此如何讓資優孩子面對此一事實做適當的解釋，是一項重要的事。
2. **不耐性**：資優孩子從小好動，學習能力很強，父母要疏導此一不耐性，同時，父母親之反應亦要積極地滿足孩子，避免不耐性。
3. **無聊性**：資優孩子做事快，又省時，

故在課業方面須加速、加廣、加深，在其無事可做、無聊時，父母親應儘量找些事情來填補，如此做他才會健康。同學們在課餘時，也要主動找事做（無事找事做），減少其無聊的時候，這也就是課程須加深、加廣之原因所在。

4. **控制性**：資優孩子領導別人，指揮別人做這做那，從小也要訓練他被人指揮，接受別人領導的雅量。在控制別人的時候也有被別人領導的心態、習慣與雅量。
5. **競爭性**：同意資優孩子可以做「比較」，比贏比輸都要能接受，比贏不驕傲，比輸不氣餒，比是過程，心理要正常健康，不要產生批評，避免無情的諷刺語氣，要有合理的正常心理來解釋比的結果。
6. **幻想性**：資優孩子會做白日夢，想些不可能之事，遙不可及之事，想些會使自己產生挫折感之事，資優生有能力幻想，幻想是要合理的，是好的。當產生幻想問題時，父母要設法化解，不是去阻礙它，因此，同學們要將幻想合理化，不要踰越程度，花費太多時間，否則將來只會想而不會做。
7. **孤僻性**：資優孩子喜歡獨來獨往，不依賴別人，不喜歡別人之參與，這也是孤僻之起點，同時，也不喜歡父母的參與，其實也是好的現象，養成獨

立性，然而獨立性有偏差後，易造成排斥別人的心理。資優孩子之成就雖願讓人欣賞，但常不願他人之參與，久而久之，養成孤芳自賞的心理。

8. **固執性**：無可否認的資優生想事情較周延，總覺得自己的答案較一般孩子為對，經常可以擇善固執，當有一天他的答案是錯的或不周延時，因其習慣如此也會造成擇惡固執之情形。因此，父母親有責任化解孩子之固執，教他如何想，教他對自己的答案，對自己所想的要如何客觀，讓孩子能夠自我判斷，能找出答案對的理由，一味地堅持自己的想法與說法，那固執性會傷害到他自己。當他能力不及時，要能接受現實，面對現實，訓練自己在固執當中如何保持彈性，必要時需加以修正。

9. **過敏性**：資優生思想敏銳，觀察也敏銳，尤其對人際關係直接反應亦非常敏感，父母親之爭執，不愉快，不要在資優孩子面前呈現，因為父母之動作，講話內容，他會作更深入的推演，影響親子間之關係，扭曲對父母的孝順心，崇拜心理，長大後，對人際關係上會減少「愛」，增加「恨」與「不滿」，因此，孩子無法控制自己的敏感性時，家長宜及時幫助他。

10. **抗逆性**：由於資優孩子早熟，常有與別人不同的動作，就算服從命令也會有幾秒鐘的遲疑，這是叛逆性的心

理，當他問「為什麼」時，家長、老師要給孩子合理滿足的理由，不然心理的不服氣、不願意，久而久之，接受別人命令的意願亦低，化解其叛逆性最簡單的方式，就是經常告訴他「為什麼」，對老師、家長的見解不甚了解，不願接受時，同學們無妨用坦然，自然的語氣來溝通，來找答案，如此一來有益心理健康。

11. **過動性**：家長、學生將過動性的精力，期待移轉到其他興趣方面，如蒐集物品、打球、彈琴等，家長對資優孩子之期待高，養成孩子對自己的想法亦有高期待，設定的目標亦高，如何在期待與能力間，取得平衡點是極為重要的。

在孩子成長過程中，最重要的是孩子是否真正快樂，家長、老師如何能讓孩子快樂的成長，不快樂就是不健康，對家長、對老師，同樣地家長、老師對你們來說，今天是個最好溝通的場合，教授願聽聽你們這群資優孩子心中是否有困擾、懷疑，對未來有何期許。家長對子女如有不了解之處，亦願為大家說明。