



育兒心得

大家好，我是上高 4B 胡立知家長，胡振東 Toni。很高興又能夠與大家見面，不知道上一次介紹的書《是且主義》大家覺得如何呢？當中經常提到的「接納」，我認為其實是我們育兒中最重要的心態。

心理社會發展理論，又名「人生八階」，說明人的一生會按年齡分成 8 個階段，而每個階段都有一個「主要任務」需要完成，成功的話就能得到成長與發展。當中第二階段－幼兒期（2-3 歲）及第三階段－學齡前兒童期（4-6 歲），就是剛好我們小孩的年紀了。幼兒期的主題就是「自主」對「羞愧懷疑」（autonomy vs. shame and doubt）。獲得父母接納的話，就能提升自主能力，同時開始向外探索，學習由父母為自己決定變成為獨立個體，行為可以適應社會的秩序及規範。相反，如果父母有負面回應：例如阻止，甚至嘲笑，則孩子會產生羞恥感以及懷疑自己，亦會降低了孩子的意志力。

而在學齡前兒童期，主題就是「自動自覺」對「退縮愧疚」（initiative vs. guilt）。獲得父母接納的話，就能使孩子產生自動自覺的責任感，亦令孩子可以勇於嘗試，明白達到目的的重要性。相反，如果父母有負面回應，例如責備或者太多限制，則會使孩子有罪疚感，甚至產生無價值感。

那麼如何接納呢？父母可以多理解一些孩子的想法以及所需，而不是用大人的標準、眼界或能力去衡量。容許小朋友以他們自己的方式完成自己的，不要缺乏耐性或過度呵護地幫孩子完成屬於他本來要完成的事，在滿足基本安全的情況下給予充份的自由。每個人都有自己要行的路，有屬於自己的責任要負上，即使孩子亦不例外。早點接納孩子與自己不同，日後「與孩同行」的路反而會豁然開朗。

上高 4B
胡立知家長
2024 年 5 月 10 日

