**孩子不是「不好」，只是「還沒準備好」，父母的安定，將是孩子最沉穩的依靠**2020.08.27by 王佑筠

**是期待，期待孩子在知識面的成長**

你開始購入協助孩子學習時需要的書籍與文具，你或許會想著注音符號的書寫你是相當有把握，但你仍忍不住在手心寫下「ㄅ」，確認一下筆順是否與現在的教學一致。你期待，孩子即將在知識面踏上新的領域，而你也期待自己是孩子能放心檢索的地圖。

**是盼望，盼望孩子在社交面的拓展**

新學期的分班已經確立，你聽說剛上小學一年級的孩子，會想要去找幼稚園同班、小學也同校的朋友一起玩，所以你嘗試探聽幼稚園的同學是否有同班；你想著新的班級是否也有友善的同學；你觀察社區已經上小學的小朋友們，都在玩什麼遊戲。你盼望，孩子即將在社交面開啟嶄新的連結，而你也盼望自己是孩子不離不棄的夥伴。

**是規劃，規劃孩子在生活面的獨立**

小學一年級，彷彿是一個新的身份認同。你看過許多教養書，常以「學齡前」、「學齡後」做為區分，而小一就是一個明確的分水嶺。你猜想著，小一了，要自己睡覺嗎？於是你一邊摺棉被，一邊整理出一個可以獨立睡覺的位置。小一了，要自己整理書包嗎？於是你一邊清出書桌的空間，一邊在牆上貼上便利貼，寫著要放在書包的東西，寫著回家要做的事情。你規劃，孩子即將在生活面脫下稚氣的外衣，而你也規劃自己是孩子最堅強的後盾。

**是擔心，擔心孩子適應時面對挫敗**

僅管孩子會熟練的說「ㄅ，爸爸的ㄅ」，但孩子的ㄆ還有ㄡ還是會搞混，ㄢ跟ㄤ還是分不清楚，你不禁擔心孩子能否跟上學校的速度。僅管孩子在開學前，跟同齡孩子打成一片，但是當你聽到孩子被告狀時，不禁擔心孩子能否遵守遊戲的規則。你擔心，孩子可能在適應期需要迎向風雨，而你也擔心孩子是否知道，你是他隨時可以停靠的港灣。

也或許是等待，等待孩子在心靈面的成熟；也或許是未知，未知孩子如何解決生活難題。各種感受，盡是父母愛的別稱，而我試著用「心態」（mindset）去承接這些感受。

心態由史丹佛大學心理學教授卡蘿‧杜維克（Carol S. Dweck）博士所提出，她研究出擁有「定型心態」的人，相信成果只能二分為成功或失敗，她比喻『在定型心態下，你不是一個在製品，你是成品。成品必須保護自己，成品只會悲嘆、歸咎，就是不會設法掌控情況』。而擁有「成長心態」的人，則相信藉由努力、持續累積經驗、整合他人的幫助，可以不斷的改變與成長。**其核心概念是「還沒」（not yet），不是做不到，只是還沒做到。**

  善待孩子與自己，也許開學的前夕，文具仍不齊全，房間仍亂成一團，別急著論定誰的懶惰與貪玩，我們現在知道並非只有「準備好了」與「沒準備好」。面對挫折與不足，請試著保持溫暖與接納，**或許我們可以輕聲的安撫孩子與自己「慢慢來，只是『not yet』」。**

**你可以相信，你的安定，將是孩子最沉穩的依靠。**（原文由作者王佑筠臨床心理師和[心理師的媽寶研究室](https://www.facebook.com/motherbabypsychologist/)粉絲頁授權）<https://www.parenting.com.tw/article/5087243-/>