

家有小学新生 家长也要做“幼小衔接”



还有一段时间就要开学了，在各学段的新生中，从幼儿园升入小学的孩子面临的挑战尤其大，因为从幼儿园到小学，无论是学习方法、学校环境和日常作息习惯，都会发生很大的改变。对于一些刚进幼儿园时曾经有过适应问题的孩子，家长就更是担心了。广州市妇女儿童医疗中心心理科主任医师查彩慧博士提醒，家有小学新生的家长，在开学前就要开始关注孩子，在帮助孩子适应的同时，自己也要做好做“一年级小学生父母”的准备。

1. 做好做“一年级小学生”父母的准备。

查彩慧表示，小学新生的家长首先自己要做好做“一年级小学生父母”的准备。

她举例说，最近可能有不少小学新生家庭里的家长与孩子都在准备学习用品，有的家

庭可能出现类似情况：家长认为女孩子要买粉红色的书包，但是孩子坚持要买蓝色的；或者家长坚持要买质量好的，孩子坚持要买自己喜欢的款式；又或者孩子选了一个价位高，

但是家长觉得性价比不高……如果家长坚持，孩子就会生闷气，甚至发脾气。

“家长应该让挑选的过程保持轻松愉快。其实随着孩子长大，他们对于独立的诉求会

越来越强烈。6岁—7岁正是人的第二个生理逆反期。”查彩慧表示，家长要了解孩子成长的特点，学会应对多种意见分歧，减少各种冲突。

2. 营造良好的亲子关系和家庭氛围。

查彩慧介绍，家长应该营造良好的亲子关系和家庭氛围，从准备学习用品开始，就应该让孩子积极参与，使他们提前进入小学生的角色，给小

学生活一个良好的开端。比如，家长可以跟孩子一起协商，列出一份物品清单；要尊重孩子的意见，即使孩子的意见从大人的角度看看不合理，家

长也不宜直接否定或者拒绝孩子，可以用“妈妈认为……”“我觉得……”“如果你坚持……”等语句开头与孩子讨论，让孩子通过亲身实践和经

历，确认家长的判断可能更好，无形中增加了家长在孩子心中的权威感，也便于今后长期的有效管理。

3. 保持积极的心态与孩子共同迎接新生活。

家长的积极心态，可以引导孩子对小学生活有美好的向往。比如，买回了新书包，晚上在家试背书包时，不妨和孩子说：“祝贺你成为一名小学

生啦”“读了书，你很快可以自己读故事了”“你长大了，是个大孩子了”“你的学校真大呀，很漂亮”等。千万不要用类似“你上课不认真，老师

会罚站的”“再调皮，老师会骂人的”等话语来吓唬孩子。

查彩慧还表示，这届小学新生很幸运，教育部出台的“双减”政策，如果家长能够

认真执行，孩子和家长都会长期获益。

4. 提前调整日常生活习惯，最好与学校一致。

幼儿园的课程安排时间短，课间活动时间多，多以游戏等轻松的方式学习。小学的

学习节奏加快，每节课时间长、课间短，而且有一定的学习任务，对纪律有明确的要

求。查彩慧提醒，家长要在开学前参考小学的作息，逐步调整孩子的作息，保障充足

的睡眠，让孩子以饱满的精力迎接新的挑战。

5. 提前熟悉学校环境。

家长可以了解本社区是否有和孩子相熟的同龄人即将升读同一所小学或进入同一班级。在开学前的晚餐前

后，可以约上孩子的同学一起玩耍、增进感情；也可以散步到学校周围，跟孩子在校门口讨论学校的教室、操

场、篮球架、老师等，让孩子提前了解熟悉学校和老师。

6. 留意观察孩子的情绪和心态。

查彩慧提醒，家长可以学习一些心理学的小常识，一旦孩子开学后出现情绪变化，可以及时察觉和应对。比如，有的孩子写字写不好，被老师批评或者感受到读书的压力时，容易产生挫败感，经常会出现“很想回到幼儿园，不想上学了”的

想法，有时还会睡眠不安，比如在睡眠中大声喊“我不想当小学生”等。这时，家长要理解孩子面临的暂时困难，多多鼓励孩子，告诉孩子，“写得多了，就会写得好了。先休息几分钟，休息后会写得更好”等。

家长还应该注意的，

孩子“幼小衔接”的困难未必在一入学就出现。查彩慧指出，有些孩子开学时很开心，到1—2周后才出现不适应的情况，而国庆节长假后这类问题会明显增多，家长应该多加留意。

(伍仟)

