

# 如何帮助家长摆脱幼小衔接的焦虑

张苏婧

盐城市开发区幼儿园 江苏盐城 224200

**摘要:**家庭教育是学校教育、社会教育并存的教育主体,这是父母对自己的子女的具体表现,是家庭传统继承和发展的基础,家长的教育焦虑往往是由家庭教育认知问题引起的。本文分析家长教育的焦虑、引起社会焦虑的原因,提高政府家庭教育培训的强度,社会上普及家庭教育,促进家长个人持续学习等建议。

**关键词:**幼小衔接;家庭教育;教育焦虑

众所周知,幼儿园和小学的过渡期是儿童心理发展的重要过渡期,在一定程度上可以帮助儿童从幼儿园顺利进入小学,适应小学生活,幼儿园和小学的连接可以帮助多个利益相关者在合作的基础上,让儿童良好地适应小学生活。学前教育作为小学教育稳定过渡的教育活动,从微观上看,这是所有孩子身心和谐发展的基础,也是对家庭幸福感的预测。从中观来看,这是符合国家优质教育要求的必然选择。从宏观的角度来看,它是人类个体实现“超我”的唯一方法。但是现在我国的许多家长都在幼小衔接时处于焦虑状态,这些问题必须引起高度的重视和解决。

## 一、家长对幼小衔接感到焦虑的原因分析

### (一) 幼儿园的“小学”教育导致家长对幼小衔接感到不安

在教育内容上,许多幼儿园大班采取小学为主的教学方式,在一定程度上开设了大量的“特色”课程,一些幼儿园开设了兴趣班和特长班。例如,数学、识字、画画、跳舞等教育内容以“小学”为主,给孩子们提供玩具的材料不足,孩子们自由活动、玩游戏的时间不足,幼儿园给孩子们做作业,剥夺孩子们的很多课外时间,增加了孩子和家庭的额外负担。在行为规范上,儿童的言行、姿势等行为规范要参照小学生的标准,要求更加严格和细致。例如,上课时认真听课,不允许上课打架,教师处于绝对的权威地位,对违反纪律的孩子们严惩不贷。在评价上,有些幼儿园会给孩子们进行笔试或口试,甚至还有详细的评分标准,考试在学期末或不定期进行,成绩作为孩子们评价的主要依据。将评价方法“初等化”,幼儿园邀请小学教师给班级教师和家长讲课,这种活动加强了大班学生对小学生活的理解,帮助他们更好地适应小学生活。但是,这是因为孩子没有从心里对小学生的

渴望,所以衔接活动流于表面,无法触及衔接活动的本质,因为孩子们有100种语言表达方式和100种问题的视角,他们关心的事和关心的事不同于成人。由于儿童心理发育不完善,语言表达能力不完善,成人在向儿童传达逻辑抽象的思想和行为时,可能不能准确地理解儿童。

### (二) 因其他因素而导致焦虑

儿童的准备程度,父母、家庭和社区的支持以及学龄儿童的良好学前教育体系。即家长、社区、幼儿园、小学和孩子都是影响影响儿童幼小衔接的重要因素。研究表明,家长对幼儿园的幼小衔接参与主要受到以下因素的影响:家庭社会经济状况、家长对幼小衔接的观念和体验、家长的自我效能感、学校和教师对家长的合作态度、孩子们对父母的参与态度等。

幼儿从幼儿园上小学是他们人生的一个重要转折点,面对环境的变化、学习方式的变化等情况,孩子们难免出现紧张、焦虑等情绪,甚至出现行动问题,因此儿童帮助孩子做好连接准备具有重要意义,幼儿园、小学、家长在幼儿园的小学教育过程中是重要的力量。

每当大班毕业时,很多家长都会关心幼小衔接问题,他们会不由自主地陷入“对童年关系的不安感”。上小学后,孩子们会面临学习时间、身体适应、人际关系、学习环境、学习内容等各种变化。他们非常重视这一过渡期,但由此产生的过度焦虑,不仅对他们的身心健康有害,而且会不知不觉地将焦虑传达给孩子们,造成负面情绪,甚至对孩子们适应学校会成为障碍。除了幼儿园的学习外,一些家长为了给孩子们进行课外辅导,选择了“兴趣班”,申请“特长班”和“实验班”,这就是“兴趣”学习。事实上,孩子们提前掌握了更多的知识和能力,促进“小学化”渗透到孩子们的园外生活中。家长的焦虑主要有以下几点:

1. 家长们认为孩子们的学习内容不足, 进度跟不上, 担心会影响到他们的自信心。家长们对孩子是否应该提前学习小学内容很感兴趣。“发现优点”策略可以降低家长的焦虑感, 这是积极沟通的重要前提。教师突出了孩子在学习和生活中的优势, 让家长体验良好的感情体验, 更客观地评价孩子。沟通效果的关键在于通过这种沟通教师可以明确地对家长进行指导, 甚至要制定“个性化”的行动计划, 关注孩子的个人需求。例如对于孩子迟到的习惯, 老师可以以班级现有的注册活动为基础, 为孩子提供日常的反馈、奖励等机制。家长对孩子不能识字的焦虑, 可以让孩子在家一起参与阅读的活动, 也可在常见的环境中如电视、大门等处粘贴对应的文字, 或者引导孩子们在日常生活中不经意地观察周围的文字。

家长们注意小学的学习内容, 担心是否需要“提前学习”, 这是因为家长普遍缺乏正确的教育观念, 孩子们“不提前学习就赶不上学习进度, 影响了自信心”。因此, 家长给孩子报各种“幼小衔接班”, 这种所谓的“幼小衔接”课程设定和教学方法脱离了孩子们的年龄特征, 灌输知识会增加孩子们的负担, 会让孩子们失去学习兴趣。

2. 孩子们的拖延和缺乏积极性影响了他们的学习积极性, 父母们对孩子们的拖延和缺乏积极性感到焦虑, 其实这是孩子们学习积极性不足的表现。孩子有自主选择的能力, 孩子缺乏积极性的常见原因是家长安排太多, 孩子自主选择的机会太少。

3. 孩子们行事缺乏计划和组织。计划性作为重要的学习品质之一, 计划可以让孩子们更加有条理地做事, 帮助孩子们在小学甚至未来的成长。

4. 孩子们的活动积极, 注意力不集中, 影响学习效果。通过孩子们的日常行为, 家长们感到不安和焦虑。幼儿如果能持续参与并专注于感兴趣的的活动或学习, 这对幼儿今后的学习意义极大。

5. 幼儿丢三落四和计划不足会影响他们的学习效率。有的家长一整天都给孩子找东西, 孩子们的玩具到处都是, 把家里弄得乱七八糟, 把事情弄得乱七八糟。有的孩子每天放学回家, 他们不知道自己在忙什么, 他们喝水、打球、画画, 他们总是到上床睡觉了才认为自己还有未完成的任务。

## 二、如何帮助家长摆脱幼小衔接的焦虑

因此, 我们对如何帮助家长摆脱幼小衔接的焦虑提出如下建议:

(一) 营造良好的学习氛围, 为孩子们提供学习环境和榜样

好的家庭学习氛围会在不知不觉中感化, 提高他们的学习兴趣, 家长是孩子们的第一位老师。他们的一举一动, 每一句话的行为都会给孩子们在不自觉中产生感化的影响。家长要营造一种喜欢读书的家庭氛围, 每天晚上安排一个亲子阅读时间, 让孩子们选择自己喜欢的画册。家长和孩子们一起观察图片, 阅读课文, 家长可以听取孩子们关于故事的说明, 提出有关故事的问题, 提高孩子的阅读能力。在玩具和家庭用品上贴上标签, 让孩子们在任何时候何地都觉得有趣。可以营造一个阅读汉字的文本环境, 当孩子们经常看到秩序井然的环境时, 他们自然会有一种舒适感, 孩子们看到周围的大人井井有条的优点, 也会产生有计划的有意识。父母经常把孩子的玩具堆在角落里, 孩子们也会学会把玩具扔到各处。如果父母能把玩具分类保管的话, 孩子们就学会把自己的玩具分类整理。

### (二) 引导家长树立正确的教育观念

首先家长要了解和尊重孩子的身心发育特点, 儿童的学习主要以直接感知经验为主, 游戏和日常生活是主要的学习方式。因此, 培养孩子们引导认知、思考、表达和创造的学习方式是入学最重要的准备。父母在入学前要知道准备什么, 上课准备不是让孩子们提前学习小学课程, 而是进行感性的体验, 提高学习能力, 养成学习习惯, 调节情绪, 为小学学习打下基础。

### (三) 引导孩子学习制定计划并实施计划

养成制定计划的习惯, 不仅可以提高孩子的学习效率, 还可以培养良好的能力和习惯。一开始父母和孩子可以一起制定计划, 在制定计划的过程中, 家长们应该和孩子们讨论或征求意见, 尊重孩子的意见和建议。例如放假期间, 家长和孩子们讨论一天的日程, 先做什么, 然后孩子们喜欢做什么。在孩子们有一定的计划能力的时候, 家长们可以尽可能地让孩子独立制定计划。

孩子们虽然已经制定了计划, 但是不能按照计划执行任务, 因此家长的检查和监督特别重要。计划结束后, 让孩子回顾自己的过程和心理感受。如果计划还没有结束的话, 为什么会这样呢? 做什么? 自己整理解决方案, 这样的讨论让孩子们认识到计划的重要性, 学习合理的计划。养成习惯的关键是坚持, 孩子们的计划与效果密切相关, 如果意识到有, 就习惯于制定计划并付诸实施。

### (四) 家长训练孩子们注意力的各种方法

在游戏活动中, 儿童的集中力和稳定性比较强。孩子们的注意力可以通过游戏来训练, 父母也可以培养孩子专心学习。读书不仅是从大班开始, 孩子出生后从卡片到玩具书、画册, 家长们可以根据孩子们的年龄选择适合阅读的资料, 而且阅读的过程可以提高孩子们的语言敏感度, 对以后的学习也有帮助。

当孩子们专注于玩游戏时，大人们不能随意干扰或干预。有时父母看起来经常和孩子沟通，但实际上是对孩子们注意力的干扰，所以当孩子们专心玩的时候，父母在他们不玩的时候，要营造一种安静的氛围，他们总是问“你在干什么？”或者不能问“吃水果”，家长要学会适当地无视。

#### （五）给予幼儿空间和时间，给他们自己选择的机会

家长们可以根据自己的特点和能力来扩展孩子们自由的活动空间。例如，他们可以给孩子们一个娱乐空间，这个空间里的玩具包括谁被邀请到他的游戏空间，由孩子们安装和储存。因为很多家长都不知道孩子小时候应该怎么安排自己的时间，安排孩子的时间，结果误以为孩子顺从，自律性下降。父母可以给孩子们一天一天的自由支配时间，没有危险的话，孩子可以做自己想做的事情。不看电视，画画，不做无聊的事。他最终还是去找家长给家长提了建议，孩子们可以长期学习和学习合理安排游戏。

### 三、结论

幼小衔接阶段的过渡阶段是学前教育的最后阶段，对整个学前教育的效果起着重要的作用，为小学的顺利

过渡奠定了基础。如果没有科学合理的幼小衔接措施，将无法确保儿童五大领域充分发展，也不能保证儿童的身体、智力、道德、审美全面发展。但是家长在孩子幼小衔接时存在的焦虑通常需要将各种方法和手段有机地结合起来，才能很好地引导这个问题可以解决。

#### 参考文献：

- [1] 陈华仔. 中国家长“教育焦虑症”现象解读 [J]. 国家教育行政学院学报, 2014(2): 18-23.
- [2] 孙蕾. 家庭环境对儿童入学准备的影响 [D]. 长春: 东北师范大学, 2007: 75-78.
- [3] 孙齐云, 胡定蔚. 幼小衔接工作初探 [N]. 安徽教育报, 2000-08-02(3).
- [4] 王后玉. 家庭教育在幼小衔接中的角色定位 [J]. 教育导刊, 2012(2): 83-85.
- [5] 钱志亮, 丁攀攀. 《儿童入学成熟水平诊断量表》的研制 [J]. 学前教育研究, 2010(2): 41-45.