

帮孩子跨过 幼小衔接这道坎



步入小学一个月,一年级新生完成了对新校园从陌生到熟悉、从忐忑不安到逐步适应的转变。但在生活自理、人际交往、课堂学习等方面,许多孩子仍面临适配难题。如何帮助新生消解入学焦虑、树立成长自信、快速融入集体,是家校共育的重点课题。本期,三位一线心理教师结合真实育人案例,从集体融入、安全感构建、学习自信培育三个维度,探索科学温暖的幼小衔接育人路径。

用社交支架融入集体

邵阳市双清区东塔小学 陆睿清

开学初期,多数新生快速适应校园、认识同伴,学生林果果却始终显得格格不入。入学后,他常常独自坐在教室后排,将书包反扣在胸前,如同给自己裹上了一层坚硬的盔甲。结合日常观察,我判定该生人际交往能力较弱,存在明显的社交畏难情绪,需要针对性开展引导帮扶。

对于这类孩子,生硬的说教、刻意的撮合不仅收效甚微,反而会加剧其社交焦虑。依据低年级学生具象化、游戏化的认知特点,我手工制作了“心愿树洞”,没想到这小小的道具,成了打开果果社交壁垒的关键钥匙。

课间时分,同学们开展弹珠游戏,林果果总是趴在桌上观望,眼中满是参与的渴望,却始终不敢主动加入。

一次放学后,他悄悄将写有自己名字的纸条塞进树洞。次日,我在树洞中为他准备了专属惊喜:一颗蓝色玻璃球和一张手绘卡片,卡片上画着抱团玩耍的小动物,配文“我们想和你一起玩”。发现惊喜的林果果将卡片收进了铅笔盒。

融入之路并非一帆风顺。弹珠游戏设有“弹珠门票”的参与规则,没有弹珠的林果果屡屡被挡在集体之外。见状,我为他发放了三张“友善卡”,并耐心引导:“如果你想加入游戏,可以把友善卡送给同学;今后收到他人的友善卡,也要主动传递温暖。”随后,林果果主动将卡片递给组长浩浩,顺利加入游戏,成为他融入集体的第一步。

在后续班级开展的“护蛋

行动”中,林果果的鸡蛋被同学无意碰碎,他的情绪瞬间失控。我及时介入,递上“修复卡”引导他正视矛盾:“主动弥补、学会包容就是成长。”在我的引导下,他主动清理现场,犯错的同学也分享零食致歉。

在校运会拔河决赛中,班级人手紧缺,浩浩主动举手提议:“让林果果上!”赛场上,林果果紧握绳索、全身发力。曾经封闭怯懦的他,在那一刻握紧了绳索,也握住了属于自己的成长。

育人启示:针对社交适应困难的学生,教师可依托“心愿树洞”“友善卡”“修复卡”等具象化、低门槛的互动工具,为孩子搭建可感知、可操作的社交支架。柔性的引导方式能有效降低孩子的社交心理门槛,让他们在包容、安全的校园氛围中逐步学会沟通、懂得合作,切实培育集体归属感。

用积极赋义重建安全感

邵阳市双清区东塔小学 肖兴华

幼小衔接阶段,孩子产生入学抵触、适应缓慢的核心原因,多源于校园安全感的缺失。

开学首周,小雨每天入校时都会紧紧攥住妈妈的衣角,迟迟不愿走进教室。面对孩子的入学焦虑,空洞的说教毫无意义,唯有以耐心接纳、温柔赋能的方式,循序渐进地帮她重建校园安全感与归属感。

转机,藏在细节的陪伴中。一节音乐课上,全班同学跟随《找朋友》的旋律欢快互动,唯有小雨不愿参与。我没有强迫她融入集体,而是坐到她身旁,轻声跟唱旋律,以渐进式陪伴的方式,让她在舒适的安全距离内感受集体氛围。久而久之,小雨紧绷的身体逐渐放松,不自觉地踮起脚尖、跟随节奏

轻点。

美术课上的一次小意外,让小雨实现了自我突破。课堂创作时,她发现自己忘带彩纸,瞬间委屈落泪。我没有急着为她提供材料,而是耐心引导她主动求助同伴。犹豫片刻后,小雨终于鼓起勇气向同桌求助,得到了同学的热心分享。

当天,她完成了一只略显稚嫩的纸青蛙作品,脸上绽放出入学以来最灿烂的笑容。我抓住这次成长契机,在全班面前肯定她的勇敢与进步,让她收获了集体认可。

为持续强化小雨的校园归属感,我每天清晨在校门口准时迎接她,同时为她布置力所能及的班级小任务——打理教室绿萝。每次完成任务后,我都会给予真诚的正向反

馈:“有你的用心打理,教室变得更整洁温馨了!”

一次次被需要、被肯定、被鼓励,让小雨彻底褪去怯懦、建立信任。如今的她,不再依恋家长、抗拒入校,每天主动跑进教室,眼神里的胆怯彻底消散,取而代之的是从容、自信与笃定。

育人启示:面对存在入学焦虑、安全感缺失的新生,可采用“渐进式参与+积极赋义”双重育人方法。一方面,尊重孩子的适应节奏,允许其在安全距离内观察、感受校园生活;另一方面,通过布置适宜的小任务、常态化正向激励,让孩子在被需要、被认可的体验中重新认知校园、接纳集体,逐步构建稳定的情绪安全感与校园归属感。

心理 周刊

湖南日报心理工作室编辑出版

主持单位:邵阳市颜芬数字

教研工作室

用情感联结找回学习自信

邵阳市双清区志成学校 向汪

学习适应与自信培育,是幼小衔接工作的核心难点。

学生浩浩便是典型案例。晨读课上,他常将课本高高立起,遮挡整张脸,刻意躲避老师提问和同学关注。

一次写字课上,有同学举手说:“老师,浩浩把‘火’字涂成了红色!”被当众点名的浩浩瞬间紧张,用力攥紧水彩笔,笔尖甚至戳破了作业本纸页,眼眶瞬间通红,陷入了“我做错了、我不够好”的自我否定情绪中。

我没有批评指责他,而是温柔解读字形、共情他的内心:“你看‘火’字,上面两点像跳动的火苗,温暖又热烈;一撇一捺像关火后剩下的小火星,虽小却很很有劲儿。”

听完解读,浩浩慢慢抬起头,小声说道:“老师,我想给火苗画上热气,妈妈做饭的热气,会让我觉得特别安心。”这一刻,孩子封闭的内心终于有了松动。

次日的作业本上,浩浩书写的“火”字上方,多了一圈稚嫩可爱的热气线条。更让人欣喜的是,他的字迹变得工整挺拔、干净利落,这是他第一次坦然接纳自己的书写、正视自己的学习。

为进一步帮助他突破自我、建立学习自信,我在班级开展“汉字故事树”创意实践活动,让孩子们结合生活感悟解读汉字、分享想法。活动初期,浩浩站在展板前,迟迟不敢下笔。我全程耐心陪伴、静静等待。

良久,他终于写下自己的感悟:“人靠在树木旁,就是‘休’。”我当众朗读他的文字,得到全班认可后,羞涩的浩浩主动站起身,大声补充道:“就像爸爸下班靠在树下休息,疲惫就消失了。”

彼时的他,即便脸颊泛红,也始终抬头挺胸、从容表达,彻底战胜了当众发言的恐惧。

临近放学,我看到浩浩主动和同桌分享汉字乐趣。曾经躲在书本后、沉默自卑的浩浩,借着汉字教学的温情载体,慢慢学会表达、敢于分享,成长为自信开朗的少年。

育人启示:针对学习畏难、自我否定的学生,切忌单一说教、刻板纠错。教师可将学科知识与孩子的生活经历、情感体验深度联结,以共情式育人打开孩子封闭的内心。同时,通过低门槛、趣味性的课堂创意活动,为学生搭建展示自我的平台,让孩子在持续的正向反馈中逐步建立稳定的学习自信与自我认同感。



扫码查看详情