

幼儿园到小学过渡期儿童心理适应性研究

徐鑫磊

东营市莒州路幼儿园

摘要：本文旨在研究幼儿园到小学过渡期儿童的心理适应性，并深入分析其背景、目的、方法、结论和结语。首先，文章介绍了研究背景，指出了幼儿园到小学过渡期对儿童心理适应性的重要性和挑战。其次，通过采用定量和定性研究方法，对幼儿园到小学过渡期儿童的心理适应性进行深入研究。最后，总结了研究结果，阐明了儿童心理适应性对幼儿园到小学过渡的影响，并提出了相应的建议和展望。本研究旨在为促进幼儿园到小学过渡期儿童心理适应性提供理论与实践的指导，对于推动学前教育的发展具有一定的指导意义。

关键词：幼儿园；小学过渡期；儿童心理适应性；研究

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2024.02.013

引言

幼儿园到小学的过渡期是儿童成长过程中的一个重要转折点，这一时期的儿童面临着从游戏为主的学习环境向正式学术学习环境的转变。这种转变不仅仅是物理环境和学习方式的变化，更是对儿童心理适应性的一次重大考验。儿童在这一过渡期的心理适应性直接关系到他们未来的学习动机、学业成就以及社会情感发展。因此，深入研究幼儿园到小学过渡期儿童的心理适应性，对于促进儿童的全面发展具有重要的理论和实践意义。

一、幼儿园到小学过渡期儿童心理适应性的重要性

（一）幼儿园到小学过渡期的定义

幼儿园到小学的过渡期是指儿童从以游戏为主要活动形式的幼儿园环境，转向以正式课程和学术学习为主的小学环境的过程。这一时期通常发生在儿童5至7岁之间，是儿童发展过程中一个关键的转折点。在这一阶段，儿童不仅要适应新的学习环境和教学方式，还要面对新的社交群体和行为规范，这对他们的心理健康和社会适应能力提出了新的挑战。

（二）儿童心理适应性的内涵

心理适应性是指个体在面对环境变化时，能够有效调整自己的心理状态和行为模式，以适应新环境的能力。对于幼儿园到小学过渡期的儿童而言，心理适应性涉及多个层面，包括情绪调节、自我认知、人际关系建立以及学习动机等方面。儿童在这一时期的适应性不仅影响他们当前的学习和生活，更对其长期的心理发展和社会功能产生深远影响。

二、幼儿园到小学过渡期儿童心理适应性的挑战与影响因素分析

（一）过渡期的挑战与压力

幼儿园到小学的过渡期是儿童发展过程中的一个重

要阶段，这一时期的挑战与压力对儿童的心理适应性产生了深远的影响。在这一阶段，儿童不仅要面对物理环境的变化，如从幼儿园到小学的校园布局、教室设施等的改变，还要适应教育环境的根本性转变，包括教学方法、学习内容的深度与广度、以及课堂纪律和行为规范的严格要求。这些变化对儿童来说是一个巨大的挑战，需要他们在心理和行为上做出相应的调整。

首先，环境变化对儿童产生了显著的影响。幼儿园通常提供一个温馨、自由的环境，强调游戏和探索，而小学环境则更加正式和结构化，强调规则和学术学习。这种从非正式到正式的学习环境转变，要求儿童快速适应新的社会结构和行为规范。他们需要学会如何在课堂上保持专注，如何与更多的同龄人互动，以及如何在更严格的时间框架内管理自己的行为。这些新的要求可能会让儿童感到不适应，甚至产生焦虑和压力。

其次，角色转换是过渡期的另一个重要挑战。在幼儿园，儿童通常是班级中的“大孩子”，享受着相对较高的自主性和自由度。然而，进入小学后，他们成了“小孩子”，需要重新建立自己在新集体中的地位。这种角色的转变可能会让儿童感到困惑和不安，他们需要重新学习如何在新的社会阶层中定位自己，如何与新的同伴建立关系，以及如何在教师面前表现自己。

学习要求的提高也是过渡期的一个主要压力源。幼儿园的学习内容通常以游戏和探索为主，而小学则开始强调基础知识的学习和技能的培养。儿童需要适应更加系统的课程设置，包括阅读、写作、数学等学科的学习。这种从游戏到学习的转变，不仅要求儿童在认知上做出调整，还要求他们在情感和动机上做出相应的适应。学习内容的难度增加和学习时间的延长可能会让儿童感到压力，影响他们的学习兴趣和自我效能感。

此外，社会期望的增加也是过渡期的一个重要挑战。在幼儿园阶段，社会对儿童的期望主要集中在他们的幸福感和基本社会技能的发展上。然而，进入小学后，社会对儿童的期望迅速转变为学术成就和行为表现。家长和教师可能会对儿童的学习成绩和课堂表现提出更高的要求，这种期望的压力可能会对儿童产生负面影响，导致他们在心理上感到不堪重负。

在应对这些挑战时，儿童的心理适应性显得尤为重要。心理适应性涉及儿童如何理解和应对过渡期的变化，如何调整自己的行为和情感以适应新环境。一个好的心理适应性可以帮助儿童更有效地应对过渡期的压力，减少可能出现的心理问题，如焦虑、抑郁和行为问题。因此，了解过渡期的挑战与压力，以及如何通过教育干预和社会支持来提高儿童的心理适应性，对于促进儿童的健康发展具有重要意义。

（二）影响儿童心理适应性的因素

影响儿童心理适应性的因素是多维度的，包括但不限于个体因素、家庭因素、学校因素和社会文化因素。个体因素：儿童的气质、先前的学习经验、自我效能感等个体特征对其心理适应性有显著影响。例如，具有积极气质的儿童可能更容易适应新环境，而高自我效能感的儿童在面对挑战时更有韧性。家庭因素：家庭环境的稳定性、父母的教育态度和期望、亲子关系的质量等都对儿童的心理适应性产生重要影响。一个支持性和开放性的家庭环境能够为儿童提供必要的情感支持和资源，帮助他们更好地应对过渡期的挑战。学校因素：教师的教学方式、同伴关系、学校文化和氛围等学校因素对儿童的心理适应性同样至关重要。一个包容和支持性的学校环境能够促进儿童的积极适应。社会文化因素：社会经济地位、教育政策、文化价值观等社会文化因素也在一定程度上影响儿童的心理适应性。例如，社会对教育的重视程度和对儿童的期望水平可能会对儿童产生额外的压力。

三、研究结果与讨论

（一）幼儿园到小学过渡期儿童心理适应性研究结果

在情绪波动方面，研究结果表明，儿童在过渡期初期往往会出现情绪不稳定的现象。这种情绪波动可能源于对新环境的不确定感、对未知的恐惧以及对旧环境的怀念。儿童在幼儿园阶段已经形成的安全感和归属感在新环境中可能会受到挑战，从而导致他们在情绪表达上

出现波动，如易怒、焦虑或抑郁等。

学习动机的下降是另一个显著的适应性问题。在幼儿园阶段，学习通常是通过游戏和探索活动进行的，而小学阶段则更加注重系统的学科知识和技能的培养。这种转变可能会导致一些儿童感到学习压力增大，对学习失去兴趣，从而影响他们的学习动机和成就。此外，小学的学习环境可能更加强调成绩和竞争，这可能会对那些在幼儿园阶段没有形成良好学习习惯的儿童产生负面影响。

同伴关系的建立困难也是过渡期儿童面临的一个主要挑战。在幼儿园，儿童的社交圈相对较小，社交规则也较为简单。然而，进入小学后，儿童需要与更多的同龄人互动，建立新的友谊。这一过程中，他们可能会遇到如何与他人沟通、如何解决冲突以及如何融入集体等问题。对于那些社交技能较弱或在幼儿园阶段没有充分发展同伴关系的儿童来说，这一挑战尤为突出。

家庭环境的稳定性和父母的支持程度也被发现与儿童的心理适应性密切相关。家庭作为儿童最初的社会化场所，其提供的安全感、支持性和鼓励性对儿童的心理适应性具有重要影响。父母的教育态度、沟通模式和亲子互动的质量，不仅能够影响儿童的自尊和自我效能感，还能够为他们提供应对新环境的心理资源和策略。

学校环境的支持性，尤其是教师的敏感性和同伴接纳度，对儿童的积极适应起到了重要作用。教师的教学风格、对学生个体差异的理解和尊重，以及对儿童情感需求的响应，都能够显著影响儿童在学校的适应过程。同伴接纳度则涉及儿童在新集体中的归属感和社会地位，这对于他们的社会适应和学业成就同样至关重要。

（二）结果讨论与解释

个体差异在儿童心理适应性中的作用是多方面的。首先，儿童的气质特征，如情绪稳定性、活跃度和反应强度，为他们如何响应过渡期的压力和挑战设定了基础。例如，那些具有较高情绪稳定性的儿童可能更能有效地管理自己的情绪，从而在面对新环境时保持更加积极的态度。此外，自我调节能力的强弱直接影响儿童在新环境中的行为表现和学习效果。自我调节能力较强的儿童能够更好地控制自己的行为，遵守规则，以及在面对挫折时保持坚持。因此，早期教育中对自我调节能力的培养显得尤为重要，它为儿童在过渡期的适应提供了必要的心理工具。

家庭环境作为儿童成长的摇篮，对其心理适应性的

影响不容忽视。父母的教育态度，包括他们对教育的价值观、期望水平以及对儿童学习的支持方式，都在无形中塑造了儿童的学习动机和自尊心。家庭沟通模式的质量，尤其是父母与儿童之间的开放性、互信性以及情感交流的频率和深度，对儿童的社会情感发展和心理适应性有着直接的影响。亲子关系的稳定性和安全性为儿童提供了必要的心理支持，帮助他们在面对过渡期的不确定性时保持内在的安全感。因此，家长和教育工作者应当共同努力，通过提供一致性的支持和积极的反馈，来增强家庭环境的适应性支持作用。

学校环境的支持性是促进儿童心理适应性的另一个关键因素。教师在这一过程中扮演着至关重要的角色。他们的教学方式、对学生个体差异的敏感性以及对学生情感需求的响应，都在很大程度上决定了儿童在学校的适应体验。教师应当采取包容性的教育策略，认识到每个儿童的独特性，并提供个性化的支持。此外，同伴接纳度也是影响儿童学校适应的重要因素。同伴关系为儿童提供了社会化的机会，帮助他们学习合作、共享和解决冲突的技能。学校应当创造一个积极的同伴文化，鼓励儿童之间的正面互动和支持，从而促进他们的社会融入和心理适应。

四、心理适应性促进策略与实践

（一）心理适应性促进的重要策略

为了促进儿童在过渡期的心理适应性，研究提出了几项重要的策略：

个体化支持策略：考虑到每个儿童的气质、能力和需求都有所不同，个体化的支持策略能够更好地满足儿童的个性化需求。这包括为儿童提供个性化的学习计划、情感支持以及行为指导。

家庭参与策略：家庭是儿童心理发展的第一环境。通过提高家长的教育意识，鼓励家长参与儿童的教育过程，可以有效地提升儿童的心理适应性。这包括家长教育工作坊、家庭作业辅导以及亲子活动的组织。

学校环境适应策略：创造一个支持性和包容性的学校环境对于儿童的心理适应至关重要。这涉及教师的专业发展、同伴支持系统的建立，以及适应性课程的设计。

社会资源联动策略：利用社区资源，如儿童心理健康服务、社会服务机构等，为儿童及其家庭提供额外的支持和资源。

（二）实践案例分享

案例一：某小学实施了一项名为“桥梁计划”的过渡期适应项目。该项目通过组织幼儿园大班儿童参观小学、参与小学课堂活动，以及与小学生进行互动，帮助儿童提前熟悉小学环境。此外，项目还包括家长会议和家庭作业辅导，以增强家庭的支持作用。实践结果显示，参与“桥梁计划”的儿童在过渡期的心理适应性显著提高。

案例二：另一个实践案例是“家庭伙伴计划”，该计划旨在通过定期的家庭访问和家长工作坊，提高家长的教育参与度和教育能力。家长在专业人员的指导下学习如何支持儿童的学习和发展，以及如何有效地与儿童沟通。结果显示，参与计划的家庭中，儿童的学业成绩和情感健康状况均有所提升。

结语

本研究不仅为理解幼儿园到小学过渡期儿童心理适应性提供了新的视角，也为促进儿童在这一关键时期的心理健康提供了实用的策略。未来的研究应当在本研究的基础上，进一步探索不同社会文化背景下儿童心理适应性的差异，以及如何通过政策和实践的改进，为所有儿童提供平等的适应机会。通过持续的研究和实践，我们可以更好地支持儿童在这一重要过渡期的发展，为他们的未来学习和生活打下坚实的基础。

参考文献

- [1] 崔虎林. 幼小衔接中儿童心理的适应性研究[J]. 甘肃教育研究, 2023(10): 142-145.
- [2] 马白花. 谈小学一年级新生入学过渡期教育[J]. 新课程, 2020(16): 36-37.
- [3] 栾恺. 基于儿童心理的儿童医疗空间适应性研究[D]. 河北工程大学, 2018.
- [4] 朱静, 邓李梅. 幼小过渡期彰显幼儿入学准备的策略[J]. 教育与教学研究, 2014, 28(02): 122-125.
- [5] 荆学洁. “四心”，让孩子“走”好过渡期[J]. 山东教育, 2012(27): 12-14.
- [6] 张天宝. 论“幼—小”过渡期教育的三种模式[J]. 普教研究, 1995(05): 51-52.
- [7] 旷习模, 杨小微. “幼—小”过渡期教育模式的探讨——小学教育整体结构改革实验报告之一[J]. 教育研究与实验, 1985(01): 49-55+48.