



幼小銜接 家長感壓力？

家長愛錫子女，每當子女出現轉變，由一個階段轉到另一階段，家長都會感到很憂心，其中由幼稚園升至小學，便令家長擔心不已。家長只要多了解學校的理念，以及了解孩子的想法，便能與孩子同行，將問題一一解開了。

家長壓力大

根據香港教育大學在 2021 年的研究指出 92.8% 受訪家長對子女升小一感壓力，53.5% 更有不同程度的焦慮，可見幼小銜接已成為家長生活壓力之一。筆者亦常常遇到家長對子女升小的不同憂慮和疑問，壓力程度比子女所面對的更為嚴重。

成長關鍵期

幼稚園是成長的關鍵期，小學是鞏固學習的基石。子女從幼稚園升上小一是他們人生第一次轉變學校環境和學習模式，家長同樣抱着期待又緊張的心情面對。聯合國教科文組織早在 90 年代就提出「Readiness」的概念，認為幼稚園升上小學，無論是家長、學校和孩子都要準備就緒，才可以順利接軌。筆者就幼小銜接與各位分享一些實用錦囊，協助家長們亦能與子女喜迎幼小銜接。

為子女升小憂心

小學生活相比幼稚園生活有不同轉變：課堂時間、教學模式、功課數量、師生相處模式改變等，因此家長為子女所擔憂的事絕不能忽略。以往曾有升小家長向我訴苦，原因是小學未有如幼稚園般緊密地溝通子女在校內的情況，子女上學後讓他會感到焦慮不安。

及早了解理念

因此你們為子女選擇小學時，應了解所選小學的教學模式並認同其教學理念。家長可透過學校通訊、活動和家長講座等認識學校的文化和理念，盡早了解以作出配合。家長若透徹了解小學教學理念和模式，焦慮情緒定得以舒緩。

了解子女想法

家長亦要明白子女升小之後的感受也很關鍵，千萬不要認為



每個孩子穿上校服踏入校門，便會長大成為小學生。建議多與子女傾談，聆聽他們校園生活遇到的人和事，明白內心的感受，就更易於幫助子女適應新階段。

要有同理心

我們要注意幫助不是指導，是和子女一起理解學校的規則，建立作息和學習流程，讓他們有參與和決定的權利。我們以同理心陪伴子女經歷初上小學的階段，除了協助他們更快適應外，家長亦更能貼切地明白子女幼小銜接時的焦慮。

參與其中 樂在其中

幼稚園與小學雖是兩個截然不同的學習階段，但近年幼稚園、小學、大學研究和教育機構等都積極投入資源支援幼小銜接的需要。筆者鼓勵家長吸收各方面的資訊，如學校家長會、在讀學生家長、畢業生家長或相關新聞等，幼小銜接路上有着眾多同行者和各方面支援家長。在面對問題和壓力的時候，適時尋求校方或專業人士支援。幼小銜接是每位家長必然面對的階段，我們應保持參與其中，樂在其中的心，過程中身為家長和子女定必有所成長和得着。☺

多了解聆聽

幼稚園生活始終與小學生活不同，家長擔心孩子是否能夠適應亦非常正常。其實，家長只要事前多了解孩子就讀的學校的辦學理念，以同理心多聆聽孩子的想法，這樣便能清楚知道他們在學校所發生的事，釋除心中疑慮。