

升小後同學面目全非，如何協助小朋友適應？



資料來源：心理學家李偉堂博士

小朋友在幼稚園期間，由N班到K3也有四年的時間，他們也會認識到一些朋友，有他們的朋友圈子。但K3暑假過後，升到小學卻突然完全不一樣了，或者可能有一兩位同學是同校升小，但亦可能在不同班別，因而造成憂慮及不快。

當然，有些小朋友升上小一認識新朋友便忘記了幼稚園的好同學，但有部分可能因為他的社交能力，真的相對比較需要時間栽培，所以他會比較關心以前幼稚園的小朋友。

家長可以保留幼稚園小朋友的聯絡方法，尤其現在大多都有些幼稚園家長群組。當小朋友9月開學了，他有機會發現到不像幼稚園時，有幾個朋友跟他玩和聊天，他便會開始萌生了，不喜歡上學的想法。這時候家長可以幫忙聯誼一下，譬如家長可以和相熟的小朋友媽媽說：「我的兒子很想念你的兒子。」



讓這兩位小朋友之間還有聯誼，屬於一個過渡期。升上小學後，經過長一點時間，他們也會認識新朋友。但在過渡階段，我們也想讓他知道幼稚園的好朋友，其實你也是能找到他們的，他不是消失了。直至他在小學認識了新的朋友，這些他便會慢慢放開了。

但是如果除了剛才所說朋友的分離，令他或多或少會有不同的焦慮。例如小朋友真的很不想上學，令媽媽很煩擾，甚至回來後會哭，或者是不願換校服。畢竟小一入學後，他的世界完全改變了，很熟悉的老師、環境和比較輕鬆的上課模式，上小學後便截然不同。

通常小朋友放學後跟你說：「我今天很想念你！」這句說話其實是魔術語，魔術語在哪裡？很多家長不知道的便會直接回答：「我也很想念你。」但是他不明白小朋友放學的時候跟你說：「我很想念你。」其實已經說明他今天應該有些困難出現了。

上學其實很忙碌的，每個課堂要聽課，又要做堂課，小息時也要玩，然後就是吃午餐，節目是很充實的。35分鐘後又轉另一位老師，又要學新東西了，其實沒有空間讓他坐著放空，想起爸媽。但是當不順利的時間一出現，他第一時間便會想起爸媽，因為爸媽才是他最強大的後盾。



所以如果小朋友一放學便很主動地說：「我今天很想念你。」家長應問他：「在做甚麼事情時最想念我？」那我們便比較容易知道他面對甚麼的時候，可能小息沒有朋友陪伴的時候？上課時老師問問題不懂得回答的時候？他聽不懂的時候？這令我們更清楚知道怎樣幫助他。