**亲爱的家长：**

**您好！**

研究表明，小学低年级的孩子，天真、活泼、好动，对新鲜事物感到好奇。他们对直观形象的图画比较感兴趣，富于想象，善于模仿，表现欲强。但是他们年龄小，自制力差，学习时明显受心理因素支配，学习积极性或许很高，但学习持续时间较短。此外，他们喜欢交朋友但朋友关系很不稳定；自我评价几乎完全依赖老师，容易看到自己的优点却不易看到自己的缺点；较多地评价他人却不善于客观地评价自己。基于这一时期孩子的心理发展特点，我们的这套心理健康教育教材提供了一些实用的方法指导。

第一，帮助学生适应新环境、新集体和新的学习生活，树立纪律意识、时间意识和规则意识。从幼儿园步入小学，是儿童身心发展的一个重要转折期。帮助儿童转变对自己身份的认识，树立起小学生的身份意识，才能让孩子快乐地融入小学生活，从心里接纳学校，喜欢上学。

第二，引导学生初步感受学习知识的乐趣，重点是学习习惯的培养与训练；进而逐步培养学生的学习能力，激发学习兴趣和探究精神。学习是小学生的主要任务，对于一年级的学生，更重要的是学习动机和学习积极性的引导；对二年级的学生可进行学习方法指导，激发他们的学习兴趣，养成良好的学习习惯，提高学习成效；三年级则是小学的一个转折点，要从不同角度引导学生去寻找学习的快乐。

第三，培养学生礼貌友好的交往品质，乐于与老师、同学交往，在谦让、友善的交往中感受友情；培养自主参与各种活动的能力，以及开朗、合群、自立的健康人格；树立集体意识。

第四，帮助学生了解自我，认识自我，建立正确的角色意识。一年级的学生知道自己的姓名、爱好与性格能刚好地让他人了解自己，建立良好的人际关系，适应校园生活；二年级的学生能较全面地认识自己的外貌特征，并初步认识自己一些较为内在的特质；三年级学生则能够认识自己的唯一性和独特性。

第五，引导学生在学习生活中感受解决困难的快乐，学会体验情绪并表达自己的情绪。 现在的小学生在家长的精心呵护下生活，往往娇气、任性、依赖、脆弱，遇到困难退缩、放弃比较常见。培养学生敢于面对困难、迎难而上、有始有终、坚持不懈的精神刻不容缓。而情绪是人对客观事物的态度体验，是人的需要是否得到满足的反映，随个体对社会环境的逐渐适应而发展。小学生受认知水平所限，自身的情绪发展还不完全，对他人情绪的认识和体验能力不够，常常不能做出适当的反应，因而需要通过各种活动提高学生识别、判断他人情绪、表达自我情绪的能力。

我们在此希望您可以放下手机，给孩子高质量的陪伴；重视孩子的感受，不要认为孩子还小不懂事而总是忽略孩子说的话；尽量创造条件给予孩子固定的学习地方，也可以尝试和孩子协商建立可行的“积分制”；接纳孩子的负面情绪，允许孩子按自己的节奏“整装出发”；以身作则，给孩子树立正确的榜样……以此给孩子构建一个可靠温暖的家庭港湾，配合学校、社会，共同呵护孩子的身心健康成长。

祝您心想事成！

福建教育出版社文教编辑部

2023年5月16日