

宝宝不愿上幼儿园 爸妈对症出招才能帮上忙

“我不去幼儿园，我不去幼儿园！”总会有不愿意上学的宝宝哭闹着不愿意离开父母，尤其首次上幼儿园的宝贝们。还有的宝宝将情绪藏在心里，表现为焦虑、情绪不稳定、寡言少语、寝食难安，甚至身体不适等症状。儿科专家表示，宝宝上幼儿园之前，家长们应该先给他们上一门生活课。

宝宝不愿意上幼儿园的三大原因

“对于初入幼儿园的小朋友来说，去幼儿园是他们面临人生的一次重要的挑战。”专家表示，面对一个非常陌生的环境，做着不熟悉的事情，再加上离开了父母，失去了感情的依托，很多宝宝难免会出现焦虑情绪。有些孩子表现为情绪不稳定、哭闹，还有一些表现为寡言少语、寝食难安，甚至还有些会表现出身体不适等症状，让家长手足无措的。导致宝宝不愿意上幼儿园的原因主要有3个：

一、与内向性格有关

外向型宝宝能很快与其他小朋友玩到一块去，而内向型的宝宝社交能力较差，不敢主动参与到集体活动中，对集体生活不适应而出现恐惧、害怕、大哭大闹等。

二、与环境适应力有关

有些孩子在家的时候是衣来伸手、饭来张口，生活技能差，再加上环境转变时宝宝对陌生环境的一种本能的不安全感与不适应，因此容易产生了焦虑情绪。

三、与家庭教养方式有关

太过于依恋亲密抚养者的宝宝在与依恋对象分离时，会因过度担忧与依恋对象再也不能相见而表现出焦虑行为。还有些父母在宝宝做错事时会恐吓他们“再调皮的话就送到幼儿园让老师去管教”，会让他们觉得幼儿园是一个很恐怖的地方。



让宝宝喜欢上幼儿园的五个方法

专家表示，在了解了宝宝初入园时出现分离性焦虑的原因后，可以采取有针对性的措施，来帮助其尽快适应幼儿园的生活：

一、培养孩子生活自理的能力

上幼儿园之前，家长要有意识地培养孩子在固定时间、固定地点自己吃饭、自己尿尿等各种生活自理的能力，并将其作息时间尽可能地调整到与幼儿园作息相一致。

二、与宝宝一起准备上学用品

家长可以和孩子一起购置上学书包、文具、衣服等，以增强他们对上幼儿园的期待。还可以提前带孩子快乐地参观一下要去的幼儿园，消除他们对环境的陌生感。

三、培养孩子的社交能力

家长要多鼓励孩子多与其他小朋友一起玩耍，性格内向更需要这样的鼓励。另外，也要教宝宝在幼儿园一定要敢于表达，如还不会自己尿尿、身体不舒服时要告诉老师。

四、多给正面引导

上幼儿园之前，父母可以向宝宝描述幼儿园的趣事，如上幼儿园可以认识新朋友，可以跟老师一起学习本领，可以参加各种有趣的活动等，让宝宝对上幼儿园充满期待。宝宝从幼儿园回来后，爸妈也应引导宝宝讲一些幼儿园里发生的趣事，尽量不要问孩子是不是受委屈了、有没有想妈妈之类的话，这会让他们觉得自己受了很大的委屈。

五、加强与老师的联系

家长应加强与老师的联系，一方面可以告诉老师宝宝的习惯、爱好、性格等，以便老师尽早了解自己的孩子，另一方面也可以从老师那里了解到孩子在幼儿园的情况。（林恒华）

