



ProjectTEACH

您孩子的心理健康： 学龄儿童的心理健康

孩子们在 6 到 12 岁之间变化很快。当您带孩子去看初级保健医生时，您问的问题会因孩子的年龄而大不相同。

随着年龄的增长，孩子们会运用他们在人生最初五年所掌握的基本技能来拓展他们的世界。教育工作者表示，在 9 岁左右，孩子们从“学习阅读”转变为“阅读以学习”。想象的游戏变得更加复杂。有更深入的故事情节，以及对完成任务的力量和能力的关注。孩子们还会学习桌游、电子游戏或户外游戏的复杂规则。

如需详细了解儿童在这一年龄阶段所达到的社会和情感发育里程碑，请参阅 [《五至十岁儿童家长指南》\(Guide for Parents of Five to Ten Year-Olds\)](#) 或者 [《十至十二岁儿童家长指南》\(Guide for Parents of Ten to Twelve Year-Olds\)](#) 手册。

初级保健看诊前需要厘清的问题 — 6 至 12 岁

带孩子去看初级保健医生之前，花点时间想想他们的心理健康和身体健康状况。某些心理健康问题在学龄儿童中更为常见。例如：

- 学龄期抑郁的孩子存在很多身体问题，比如胃痛或头痛。
- 注意缺陷多动障碍 (ADHD) 患儿可能很难抗拒其他孩子学会控制的正常诱惑。
- 在这个年龄阶段，阅读、写作和数学技能很重要，所以学习问题会变得很明显。

在这个年龄阶段，孩子们待在教室里的时间比他们幼时要多得多。所以，您可能会从您孩子的老师那里听到这些问题。在这个年龄阶段，父母的部分职责是在学校和医生之间架起一座桥梁。如果您的孩子在任何这些方面有困难，请告诉您的医生。

为准备孩子的初级保健看诊，请问自己以下问题：

- 您的孩子看起来快乐吗？
- 您的孩子有很多烦恼吗？
- 您的孩子看书吗？他们看什么书？
- 您的孩子存在疼痛问题吗？
- 您的孩子睡得怎么样？
- 您的孩子在饮食方面怎么样？
- 您的孩子感到沮丧时，他们会怎么做？他们如何应对限制？
- 您的孩子有最好的朋友吗？他们会一起做什么？
- 老师担心您的孩子吗？老师担心您孩子的注意力吗？
- 您是否对孩子的学习或行为有所担忧，但老师告诉您不用担心？

总结

请记住，这些问题没有错误答案，也没有任何答案可以保证一定存在问题。但如果您的回答让您有所顾虑，那就把它看作是一个问更多问题的机会。与您的医生一起讨论。您最了解自己的孩子。如果您有疑虑，医生会帮助您弄清楚是否真的需要担心。

如需更多信息，请访问 ProjectTEACHny.org