

# 家园合作，缓解幼儿入园焦虑

陆晓芳

(高邮市卸甲镇龙奔幼儿园 江苏 扬州 225600)

**[摘要]** 幼儿教育作为孩子成长的基础，做好相关管理工作具有现实意义。幼儿初入幼儿园，刚离开爸爸妈妈的怀抱，处于陌生的环境中，会出现不同的焦虑情况。文中分析入园焦虑的成因，探讨幼儿园中利用家园合作缓解焦虑的措施。

**[关键词]** 入园焦虑；家园合作；实施策略

幼儿教育对孩子的健康成长而言具有重要的促进作用，但是对于新入园的孩子来说，他们要离开爸爸妈妈温暖的怀抱，要离开爷爷奶奶慈祥的呵护，他们要到陌生的幼儿园，与陌生的老师和小朋友相处，他们有可能会产生不同程度的心理焦虑，具体表现为哭喊吵闹不止，拒绝入园，攻击他人等现象。入园焦虑既不利于幼儿的身心发展，也不能让家长安心工作，还会让教师无法正常组织孩子们展开学习活动。

## 1 幼儿入园焦虑问题的形成原因

### 1.1 环境陌生感

幼儿在入园之前长期处于家庭环境，与父母、亲人之间已经形成了信任的关系，而幼儿在初期进入幼儿园之后，对教师还有其他同学有一定的陌生感，环境氛围也很陌生，具有不确定性的特点，这样很容易导致其出现不安以及恐惧的心理，在长时间熟悉教师、环境和其他学生以后，才能逐渐的消除恐惧感。

### 1.2 缺乏自理能力

一般情况下幼儿在家庭中受到家长的照顾，尚未形成自理的能力，甚至没有掌握“吃喝拉撒”的自理技能，这就导致幼儿在进入集体生活中以后，不能自主产生相关的生活行为，难以适应到新的环境中，这样很容易导致幼儿出现心理负担，甚至会有焦虑的现象。

### 1.3 缺乏集体生活能力

目前有很多幼儿来自于独生子女家庭，进入幼儿园之前，家长将其作为中心，幼儿形成了以自我为中心的思想，而进入幼儿园以后，生活在幼儿数量较多的集体环境中，教师每天不仅要进行多名幼儿的教育，还要安排生活和教学工作，很难满足每一名幼儿的需求，这就导致幼儿的身心需求不能得到满足，难以适应到集体生活中，出现焦虑的现象。

### 1.4 家长的影响

部分家长担心幼儿园教师不能更好地照顾幼儿，亦或是害怕幼儿不能适应到幼儿园的学习和生活中，将幼儿送到幼儿园之后，没有立即离开，在幼儿放学之前提前接走，甚至会出现旷课的现象，在此情况下，教师很难有充足的时间和幼儿进行沟通交流，难以建立良好的关系。部分家长甚至会认为幼儿可以不去幼儿园，在这种行为的影响下，很容易导致幼儿在进入幼儿园之后出现焦虑的现象，哭闹的问题更加严重。

## 2 家园合作缓解幼儿入园焦虑的措施

### 2.1 教师与家长展开有效沟通交流

幼儿教师经常与其他老师在场的情况下与家长交流；如果幼儿没有出现状况，幼儿教师不会与家长进行交流；幼儿教师很少与家长交流幼儿的人际关系、心理健康状况和孩子在校外的状况；幼儿教师在与家长交流时更注重幼儿的学习情况，而不为幼儿制定学习目标和成长目标；沟通后孩子的情况没有得到改善。家长和老师作为孩子的共同教育者，一定要加强沟通交流。

首先，教师要将孩子在幼儿园内的表现，通过图片或者语言表达的形式传递给父母。有些孩子仅仅是在离开父母的一刹那表现出哭闹，等到父母离开后，他们就会开心地投入到教师组织的各种游戏活动中，但是孩子家长的思想依然停留在孩子的哭闹表现上。所以幼儿教师要将孩子在幼儿园内的良好表现及时告知孩子父母，让父母安心。而且由于幼儿园内通常都是两个教师看护二十多个孩子，很多家长也会担心教师是否有足够的精力看护好

孩子，所以教师一定要将自己温馨有爱的一面展示给孩子父母，让孩子家长放心。

其次，教师可以与幼儿父母积极探讨缓解幼儿入园焦虑的良好策略。如，家长们可以让与孩子熟悉的小伙伴一起上幼儿园，如果孩子们能够与熟悉的好朋友一起上幼儿园，那么就会在很大程度上缓解孩子的恐惧感；如家长可以提前带领孩子参观幼儿园，让孩子熟悉幼儿园内的环境特点，从而降低孩子的陌生感与恐惧感；如家长在面对孩子的哭闹时，要温柔而坚定的告诉孩子：“爸爸妈妈非常爱你，妈妈会在你放学时去接你，宝宝是一个非常勇敢的小朋友，幼儿园里的老师会像妈妈一样保护你。”家长要积极向孩子灌输幼儿园内好的一面，让孩子产生亲切感等。当家长们掌握了适合自己孩子的缓解入园焦虑的策略，那么孩子们就会更快地适应幼儿园生活。

### 2.2 精心创设温馨舒适幼儿园环境

幼儿之所以会产生入园焦虑，就是因为他们不熟悉幼儿园的环境。如果教师能够创设安全、优美以及舒适的活动室环境，那么就能在很大程度上缓解孩子的入园焦虑。

首先，教师可以与孩子家长商量，让家长与孩子照一张全家福，让家长多拍几张孩子的照片。然后教师再把这些照片挂在教室显眼的位置，这样，幼儿一进教室，就会看见自己与爸爸妈妈的合影，就会看见自己在不同地点所照的照片，孩子们对幼儿园的好感就会与日俱增。因为这些照片，会让孩子们认为，爸爸妈妈依然陪在自己身边。

其次，教师要创设丰富多彩的活动区角。如小女孩大部分都非常喜欢洋娃娃，那么教师可以创设娃娃家的活动区域，并在该活动区域内多放置一些洋娃娃、小衣服、小桌子等。如男孩子的动手意愿比较强烈，那么教师可以在手工区域内放置多姿多彩的活动材料，可以是各种类型的积木玩具，可以是生活中的可供二次利用的废旧材料等。孩子们置身于精彩有趣的区域活动中，他们就会暂时忘却陌生与恐惧。

再次，教师要给予孩子足够的关爱。教师对孩子的态度同样是幼儿园环境的重要组成部分。孩子虽然年龄小，但是孩子的内心是非常敏感的，他们能够清晰地判断出教师对自己的态度，如果教师比较严厉，那么他们的眼神中就会多出一份恐惧，如果教师比较温暖有爱，那么他们就会想要急切地拥抱教师。所以教师一定要用亲切的态度以及温和的语言来打动孩子的内心，从而做好孩子成长过程中的护航者。

## 结语

总之，近年来幼儿入园焦虑问题受到家长和学校的广泛重视，应采用合理措施尽早消除幼儿的入园焦虑心理，在学校、家庭的相互合作之下，做出正确的指导，为幼儿营造良好的环境氛围，使其更好地融入幼儿园的生活与学习。

## 参考文献

- [1] 侯跃. 探讨缓解小班幼儿入园焦虑的策略[J]. 中国校外教育, 2018(33): 151.
- [2] 刘博春. 浅谈幼儿入园焦虑缓解对策[J]. 中国校外教育, 2018(19): 46-47.
- [3] 李思玮. 影响幼儿入园焦虑的家庭因素及对策[J]. 电脑迷, 2018(07): 165.