

如何进行幼儿心理健康教育

张 玉

(内蒙古鄂尔多斯市康巴什区第五幼儿园 内蒙古 鄂尔多斯 017000)

[摘要] 现在生活水平提高了, 幼儿的身体健康也得到重视, 但却往往忽视幼儿的心理健康问题。对幼儿进行心理健康教育, 不仅仅是幼儿园的责任, 也是家庭的社会的责任。作为一名幼儿教师, 更要体会到健康的心理不仅是幼儿智力发展, 健康成长的需要, 更是幼儿将来生存和发展所必需的素质。幼儿素质的提高, 首先是心理素质的提高, 因此对幼儿进行心理健康教育, 是基础教育的基础, 是人格完善的必要条件, 是素质教育的重中之重, 我认为作为幼儿教师应重点做好以下几方面的工作。

[关键词] 幼儿心理健康; 教育; 自信心; 尊重

下面结合我的一点教育经验, 谈一谈幼儿园, 家庭、社会如何为幼儿园创设良好的心理健康教育的环境, 对幼儿进行心理健康教育的培养和维护。在教学中教师要重视对幼儿进行初步的心理健康教育, 而幼儿教师要发挥其在幼儿心理健康教育中的作用。

第一, 作为幼儿教师应加强自我的心理卫生保健, 提高自身的心理素质, 以健康的人格影响儿童。如教师性格古怪, 脾气暴躁, 性情多变, 偏执偏激等, 都可能造成幼儿心理上的紧张, 不利于幼儿的心理健康。可以说, 幼儿教师的健康人格是维护和增进幼儿心理健康的保证。

第二, 注意教师言行对幼儿人格发展潜移默化的影响。对于幼小的儿童来说, 教师尤其要注意自己的一言一行, 因为, 一次不经意的谈话, 一个不小心的失误都会影响儿童人格发展的重要因素。

第三, 注意在幼儿园的一日生活中渗透心理健康教育。幼儿教师应该从幼儿早晨入园的那一刻起即开始为他们营造一种温暖、关爱、民主的心理气氛。这要求教师要无条件地爱孩子, 无论美亦或丑, 无论聪明亦或愚钝, 充分地接纳和尊重幼儿, 切忌偏爱。

第四, 幼儿的心理健康教育要密切配合幼儿社会性的培养与教育进行。在幼儿园里, 让幼儿学会与别人友好相处, 养成合作性行为, 能为幼儿今后适应社会生活打下良好的基础。

在幼儿园, 教师是对幼儿进行心理健康教育的主体, 教师是一个引导者、支持者、合作者, 教师的一言一行都会对幼儿的心理产生深刻的影响, 教师的态度、情绪的好坏, 直接影响着孩子的心理变化, 若教师心情好, 相应地对孩子更关爱, 更有耐心, 给孩子的感觉是老师关心, 疼爱他们, 他们也喜欢老师, 给孩子的影响是积极向上的。若教师的情绪不好, 表现得脾气暴躁, 对孩子没有耐心, 动不动就发脾气, 孩子从心理上感到老师很可怕, 老师很讨厌他们, 从而孩子也从心理上、行为上疏远老师, 给孩子的影响是一种消极的、冷漠的, 从而影响孩子友好人际关系的建立。

目前幼儿心理健康教育还未引起足够重视, 特别是家庭教育, 总以为孩子年龄小, 还不懂事, 谈不上有什么心理问题, 殊不知, 当前由于独生子女的急剧增多和家庭结构的变化, 特别是不少家长片面地重视知识教育而忽略了非智力因素的培养, 致使目前幼儿身上出现了许多心理健康问题如: 自私、胆怯、独立性差、娇惯、耐挫力差、自我保护意识不够、交往能力、自我表现能力差, 做事缺乏坚持性等等, 这些已严重影响幼儿心理素质和健全人格的发展。

现在的幼儿大多是独生子女, 家庭物质条件优越, 爷爷奶奶关爱备至, 父母心疼不已, 可是, 长辈的溺爱, 缺少玩伴, 家长期望值太高, 结果反而导致不少幼儿也出现了心理问题, 因此培养幼儿的心理健康除了教师发挥的作用还有遵循幼儿心理健康的原则, 在对幼儿实施心理健康教育时, 必须以发展的观点看待幼儿的心理及其问题。幼儿也有他们自己的尊严、意志及人格, 任何轻视他人人格的言行都可能引起他们的反感甚至对抗。

幼儿正处于性格形成初期, 也是打基础的时期, 因此要让孩

子摆在家庭中的地位, 家庭成员对他的态度, 尤其是把他摆在什么位置上, 让他担当什么角色, 都对他的性格形成起了巨大作用。以孩子为核心, 娇生惯养, 要啥给啥, 说啥是啥, 把孩子惯得不像样子, 这样娇惯的孩子, 大都任性, 自我中心、自私、无礼, 缺乏独立性, 怯懦等。这样一些不良的性格特点一旦稳定下来, 就会变成习惯化了的行为方式, 将来一旦失去家庭的保护, 父母的仗恃, 就会变得胆小、畏缩, 人际关系紧张, 势必在心理上遭受更多的冲突与创伤。

俗话说: “不怕做不好, 只怕想不到”, 幼儿心理健康教育从实实在在的小事做起, 引导幼儿行为、疏导幼儿心理, 让不良心理夭折在萌芽期, 使每位幼儿都健康快乐的成长, 3-6岁的幼儿, 情绪情感正处于迅速发展之中, 如何发展积极情感, 避免消极情感是幼儿心理健康教育的一个重要课题。其次爱是心理健康的营养素, 亲人及教师对幼儿的爱是心理健康中最宝贵的营养素, 只有沐浴在爱的甘霖下的幼儿才会有安全感, 才能适应各样的环境, 学会与他人交往, 形成活泼开朗的性格。那么该如何开展对幼儿心理健康的教育呢?

(一) 走近幼儿, 聆听心声。

蒙台梭利认为: 教育幼儿就是要了解幼儿, 我认为要了解幼儿就必须走近幼儿, 仔细倾听幼儿的心声。人们常用“六月的天, 娃娃的脸”来形容幼儿, 因为幼儿的心地是十分纯真的, 他们从不掩饰自己的内心世界, 喜怒哀乐都会写在他们的小脸上。

(二) 尊重幼儿, 多些宽容。

马斯洛有一句著名论断: “最健康的自尊是建立在当之无愧的来自他人的尊重之上。”尊重幼儿是让教师放弃长者的身份, 改变幼儿听命于教师的现象, 以宽容之心对待每一位幼儿。

(三) 培养自信心, 是心理健康的基础。

自信心是做任何事成功的基础, 自信心对一个孩子来说是极其重要的: 一个没有自信心的孩子在学习和生活上不会快乐的, 在与同伴和成人相处时也会有困难。在活动中我总针对不同个体制订不同任务, 如能力较低的幼儿, 我会为他们制订一些简单易完成的事情, 简单易完成的事让幼儿从成功中体验自己的力量、能力, 尝试成功的喜悦, 从而不断增强自己的自信心。

最后, 不要无视孩子的独立愿望, 幼儿在心理发展上有个自我中心时期, 三岁就可表现出独立的愿望。虽然他们本领不大, 但往往这要自己来, 那要自己干, 显得不太听话了。常听有的父母说: “真气人, 才三、四岁的孩子就有主意了, 就不听话了!” 其实, 这正是孩子心理发展的一个明显标志, 是独立性开始发展的表现。有人称这时为孩子的“第一个反抗期”。这时孩子要求独立, 有时不太听话, 正是儿童心理发展的客观规律, 只宜因势利导, 切不可违背规律硬是要治服孩子的“强劲”。否则, 不仅影响孩子的心理健康, 甚至会留下精神创伤, 等长大后人易罹患某些心理疾病。

参考文献

- [1] 董卫华. 家庭中如何进行幼儿的心理健康教育[J]. 科技咨询导报, 2007(26): 208.
- [2] 李玲利. 浅谈新时期如何进行幼儿心理健康教育[J]. 课程教育研究, 2017(40): 180.