

幼儿教育中幼儿自信心的培养策略分析

刘亚茹

(内蒙古赤峰市喀喇沁旗王爷府蒙古族学校中心幼儿园 内蒙古 赤峰 024421)

[摘要] 自信心在人们的学习以及生活中具有重要的作用, 当一个人拥有自信心时, 就会敢于去面对学习以及生活中的各种挑战, 不断激励自己取得进步, 从而提高学生的学习能力以及生活能力。对于学生来说, 其自信心的形成不是一蹴而就的, 而是需要从小培养, 教师以及家长在学生的学习以及生活中不断对幼儿进行鼓励, 从而循序渐进的培养起学生的自信心。因此, 在幼儿教育中培养幼儿的自信心具有至关重要的作用。本文针对幼儿教育中幼儿自信心的培养策略进行简单分析。

[关键词] 幼儿教育; 幼儿自信心; 培养策略

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6261.2020.06.1087

引言

幼儿阶段是人类性格与各种生活习惯形成的关键时期, 并且幼儿阶段的孩子具有很强的可塑性, 家长以及教师应提高对幼儿教育的重视程度, 抓住幼儿的特点对幼儿进行全面培养。在对幼儿进行教育时, 要全面培养幼儿的综合素质, 采用科学的措施提高幼儿的自信心, 从而帮助幼儿形成良好的性格, 当学生在面对学习以及生活中的困难时, 就会采用积极、乐观的心态去面对。从我国目前情况来看, 多数幼儿在成长的过程中都缺乏与人沟通, 导致幼儿养成了孤僻、胆怯、的性格特点, 影响了幼儿的发展。因此, 幼儿教师应对幼儿教育中培养幼儿自信心的策略进行深层次的研究, 保证幼儿能够形成良好的性格特点, 从而快乐的成长。

1 造成我国多数幼儿在成长的过程中缺乏自信心的主要原因

1.1 幼儿自身能力对自信心的影响

每个人的身体以及心理的发展状况都具有一定的不同, 有的幼儿发育的较快, 其身体各方面的能力都比较强, 而有一些学生发育的就比较慢, 身体的个性活动能力都比较弱。当教师在教学过程中组织幼儿参加某些活动时, 其他的小朋友就能轻松完成教师布置的任务, 而身体行动能力弱的幼儿就无法完成任务, 久而久之, 就会对幼儿的发展产生不良影响, 不仅会降低幼儿参加活动的积极性, 还会使幼儿形成胆怯、自卑等心理状态, 降低了幼儿的自信心。

1.2 同伴之间的友谊对自信心的影响

幼儿时期的孩子已经具有一定的交友能力, 学生会根据自己的喜好选择自己的好朋友, 在同伴之间进行自己喜欢的游戏活动。当某一个幼儿没有被别人先选中参加游戏时, 幼儿就会产生一种自卑感, 认为自己某些地方做的不够好, 从而对自己产生怀疑, 降低了自己自信心。久而久之, 幼儿就会产生自闭的心理状态, 不愿意与他人交往。

1.3 家庭关系对幼儿自信心的影响

由于幼儿的年龄比较小, 在生活中总喜欢模仿家长的语言以及行为, 家长在生活中的言行会对幼儿产生深刻的影响。当家长在生活中经常比较自信, 面对任何事情的时候都会用积极乐观的心态去面对时, 幼儿也会形成一种乐观、自信的心理状态。反之, 当家长在生活中总是吵架, 忧心忡忡的去面对生活中的各种问题, 幼儿也会养成悲观的性格特点^[1]。据统计, 多数比较自卑、不爱说话的幼儿在生活中都有一个不够幸福、美满的家庭。

1.4 别人的评价对幼儿自信心的影响

多数教师以及家长在幼儿的成长过程中都会对幼儿进行一些评价, 有鼓励的也有批评的, 当幼儿听到不同评价时, 就会在心里产生不同的想法。比如: 幼儿通过自己的努力完成一件任务后, 有些家长会这样评价孩子, “你真棒, 这么难的任务都能完成, ” 幼儿在听到家长的评价后就会感觉自己非常厉害, 从而树立起自己的自信心, 还有部分家长会这样评价“你怎么这么慢才完成, ××家的孩子早就完成了, 而且比你做的还好, ” 当幼儿听到此类评价时, 就会打击幼儿的积极性与自信心, 当学生再参加此类任务时, 就会持有一种抵触心态, 阻碍了幼儿的发展。

2 在幼儿教育培养幼儿自信心的有效策略

2.1 教师在对幼儿进行教育的时候要尊重幼儿

尊重在人们的生活至关重要, 但是, 多数家长以及教师都忽视了对幼儿的尊重, 降低了幼儿的自信心, 因此, 幼儿教师在对幼儿进行教育时, 应充分尊重幼儿的想法。由于幼儿的年龄比较小, 对生活中的事物充满了好奇心, 当幼儿针对生活以及学习中的现象进行提问时, 教师应学会站在幼儿的角度去思考问题, 认真倾听以及回答幼儿的问题, 保护幼儿的自尊心以及求知欲, 从而才能激发起学生的学习兴趣, 培养起幼儿的自信心^[2]。除此之外, 教师在于幼儿相处的时候, 应保持一种平等的态度, 当教师为幼儿解答问题时, 可以选择蹲下来, 和幼儿的身高持平, 为幼儿讲解问题、讨论幼儿感兴趣的话题, 能有效拉近教师与幼儿之间的距离, 让幼儿把教师当成朋友相处, 从而才能慢慢培养其幼儿的自信心。

2.2 教师以及家长在幼儿的成长过程中应对幼儿进行适当的鼓励

任何人在生活以及工作中都喜欢听到别人的鼓励, 当人们听到别人鼓励的时候, 就会增强自己的自信心。教师以及家长在对幼儿进行教育的时候, 可以对幼儿进行适当的鼓励, 既可以选择语言上的鼓励, 也可以选择物质上的鼓励。比如: 当幼儿在进行美术创作的过程中, 教师会发现每一个幼儿的想法都会不同, 不仅创作的作品形状不同, 其配色也存在一定的不同, 有些幼儿就会和别人的作品进行比较, 当幼儿觉得别人的作品比较优秀时, 就会产生一定的自卑心理。此时, 教师就应及时发现幼儿的心理变化, 适当地对幼儿进行一些鼓励, 比如, 教师可以说“老师看了大家的作品之后, 觉得每个人的作品都非常棒, 你们每个人都是一名小艺术家” 幼儿听到教师的鼓励之后, 就会重拾自己的自信心。除此之外, 当幼儿在学习以及生活上做错事情的时候, 很多家长以及教师都会对幼儿采取语言上的批评, 就会让幼儿产生一定的恐惧心理, 为了避免幼儿出现这样的情况, 教师以及家长可以将严厉的批评转化为适当的鼓励, 向学生讲明其中的道理, 并鼓励幼儿下次做这件事情的时候认真一点, 就会做得更好, 既能让幼儿认识到自己得错误, 还不会打击到幼儿的自信心^[3]。

结语:

综上所述, 拥有自信心的学生无论在学习过程中还是在以后的工作中都会有出色的表现, 当其面临生活中的困难时, 也会采用乐观的心态去面对, 由此可以看出, 自信心在学生的成长过程中具有重要的作用。教师以及家长对幼儿进行教育的时候, 应从多个角度, 采取不同的方法培养幼儿的自信心, 在教育过程中应注意自己的言行举止, 防止伤害到幼儿的自信心, 打击幼儿的积极性, 对幼儿的健康成长起到一定的阻碍作用。

参考文献

- [1] 张诗玥. 幼儿教育中幼儿自信心的培养策略分析[J]. 新教育时代电子杂志(教师版), 2020, 000(001): 17.
- [2] 武晶. 幼儿教育中幼儿自信心的培养策略分析[J]. 新教育时代电子杂志(教师版), 2020, 000(002): 3.
- [3] 高倩颖. 幼儿教育中幼儿自信心的培养策略[J]. 国家通用语言文字教学与研究, 2020, 000(002): 120.

小班幼儿入园分离焦虑的探究

黄品秀

(四川省德阳市旌阳区第一幼儿园 四川 德阳 618000)

[摘要] 幼儿园生活是孩子成长过程中一个关键转折期。幼儿从一个相对熟悉、自由、宽松的家庭环境中一下过渡到陌生且有一定规则的集体环境中, 犹如是“第二次断奶期”, 极易产生不确定感和不可控制感, 自然加深他们入园的不适与焦虑感, 除表现为哭闹、拒绝、发脾气, 食欲变化和睡眠结构紊乱、排便习惯改变等也十分常见。本文就幼儿入园时表现的分离焦虑剖析原因, 从而找到解决的办法。

[关键词] 分离焦虑; 幼儿园; 家庭; 能力培养; 家园合作

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6261.2020.06.1088

又是一年开学时, 每年的新生入园, 总会有一段不适应期。因为新入学的孩子中总免不了会有几个哭闹的, 人们形象的比喻这种现象为: “九月哭潮”。有的幼儿一开始高高兴兴地上幼儿园, 对新环境表现出极大的兴趣和好奇, 而随着新鲜感的消失, 他们开始想家, 开始哭闹; 有的孩子一入园就表现为大哭大闹, 不肯上幼儿园; 有的孩子则整天眼泪汪汪, 神经质地自言自语“我要回家, 我要妈妈”, 还有的孩子甚至会表现出生理上的种种不适。

第一、焦虑产生的原因

1、环境方面的因素

幼儿从家庭迈入幼儿园, 环境有了巨大的改变, 被称为“心理断奶期”。

首先, 生活环境产生了巨大变化。由孩子熟悉的家、小区, 突然进入到陌生的幼儿园。即使有的孩子会有很强的新鲜感, 但这也很快会过去。很多幼儿在家里已经习惯了有爸爸妈妈或爷爷奶奶贴身照顾的生活方式, 面对许多需要幼儿独立完成的幼儿园的一日生活安排活动难免会表现出排斥和恐慌。

其次, 人际交往环境的改变。幼儿在入园前多和父母家人生活在一起。而因为家庭教育方式的不同, 有的幼儿在入园前从未接触过同龄的孩子, 有的甚至只接触过家里的亲人。而越是这些疏于与人交往的孩子在入幼儿园后, 面对陌生的老师和

小朋友，他们就表现出害怕和孤独，自然而然地就越发的想自己的爸爸妈妈。

2、部分幼儿缺乏生活自理能力。面对老师提出的要求他们感觉很吃力。幼儿园中教师要求幼儿具备一定的独立和自理能力，包括：自己吃饭、自己穿脱衣裤、自己上床睡觉、能控制大小便、自主游戏、遵守规则等等。这些要求因为幼儿自身能力的限制都有可使幼儿感到是一种挑战和压力。

3、家庭方面的因素。

幼儿出现的焦虑程度各有不同，这与家庭教育方式有很大关系。根据我的观察，父母性格开朗，乐于与人交往，注重对孩子能力培养的幼儿出现的分离焦虑大都容易缓解，甚至没有表现。一部分幼儿家长会主动提前帮助幼儿熟悉幼儿园，帮助他们熟悉幼儿园生活，这样的孩子在幼儿园就表现得适应。而那些被爷爷奶奶看管的孩子，加上老人对孩子心疼得很，越是娇生惯养的，越哭闹得厉害。

第二、家园互动，共同缓解幼儿的分离焦虑。

通过对幼儿产生分离焦虑的原因分析，我们不难看出，家庭在分离焦虑现象中起着举足轻重的作用。因此，作为教师应该和家长密切沟通，只有家园的通力合作才能帮助幼儿轻松入园。

首先，面对新入学的幼儿，教师应做到以下几点：

(一) 真诚与家长沟通，了解幼儿情况。

对于刚入园的新生，教师应做好全面的家访工作。教师应友好地跟幼儿的父母交流，与家长做好沟通，取得家长的配合。家长对幼儿园、对教师的信任、支持与配合是帮助幼儿消除分离焦虑的重要方式。就拿我们班来说，这个学期有个叫吴昊的小朋友，开学的几天总是哭闹，他的妈妈又总是不放心，本来孩子已经慢慢适应了，她找你各种借口，中午把孩子接回家，被她一搅和，下午上学时又哭起来，要回家。发现这个现象，我及时和他妈妈沟通，希望她配合幼儿园的工作，利用下班时间经常和她交流孩子在幼儿园的收获和进步。经过一段时间的尝试，孩子也很快适应了幼儿园的生活。

(二) 亲切的态度对待幼儿，帮助幼儿适应环境的变化。

教师要用亲切的态度，温和的语言，温暖的爱抚来打动孩子的心，引起孩子愉快的情绪，尽快让孩子把对家长的依恋转移到自己身上来。

带领幼儿参观幼儿园的环境，并给幼儿做细心的讲解。当孩子在日常生活出现困难时，教师及时的出现，帮助幼儿解决困难，并教会他一些生活技能和常识。在我们班，有个叫滴滴的小姑娘，性格很内向胆小，不喜欢说话，在活动中，我也有意识的安排性格活泼的小朋友和她一起玩，在大家的带动下，她也开始变得爱笑，并且能很自然地和小朋友相处。正如《幼儿园教育指导纲要》中所说的：教师应关注幼儿在活动中的表现和反应，敏感地察觉他们的需要，及时以适当的方式应答，形成合作探究式的师生互动。

(三) 组织生动多样的活动，吸引幼儿融入集体活动。

幼儿初入园，面对幼儿园的生活心怀恐慌的同时，其实也是有很大憧憬的。这时教师如能组织各种形式的趣味游戏活动、或是提供有趣的图书、新颖的玩具就能很好的吸引幼儿的注意力，慢慢地让他们喜欢上幼儿园的生活。在开学初，我带领幼儿玩他们平时最期待来幼儿园玩的滑梯、沙池、平衡木、独木桥、钻山洞等等。组织幼儿玩吹泡泡、滚纸球的游戏等，那些正在哭闹的孩子被大家欢乐的笑声吸引，忘了哭，慢慢的有的孩子情不自禁地参与到活动中来。

(四) 积极鼓励幼儿，关注幼儿的点滴进步。

《幼儿园教育指导纲要》中指出：面向全体幼儿，热爱幼儿，坚持积极鼓励、启发诱导的正面教育。在一日活动中教师要善于发现幼儿的点滴进步，并及时给予表扬。正如莎士比亚曾说过：“赞美是照在人心灵上的阳光，没有阳光，我们就不能生活。”教师对学生的表扬与鼓励，能帮助幼儿树立解决困难的信心，也能促进孩子良好性格的形成。

(五) 耐心对待幼儿入园过程，帮助幼儿逐步适应。

教师对于幼儿的心理适应过程应该有充足的耐心。对于小班幼儿来说，突然面对一个完全陌生的生活环境，用完全不同的生活方式生活，不是一天、一周就能适应的。因此，幼儿教师给予充分的耐心，采用循序渐进的方式，让幼儿逐步适应幼儿园的生活。这学期班上有个特别能闹的小女孩粘粘，每次妈妈走都要哭，哭得是撕心裂肺的。我采取和家长沟通的方式，家长尽量能在安抚好一会儿之后离开，并且在离园时尽早来接。慢慢地，经过了两个星期，这个孩子慢慢地适应了入园的分离，开始能主动参与活动，在幼儿园也找到了自己的好朋友，偶尔还会很开心地和老师分享他的收获和快乐，看到她的进步我们都很欣慰。

第三、教师指导家长用科学的方法帮助幼儿适应入园生活。

(一) 家长通过讲故事等方法帮助幼儿了解幼儿园的生活方式。

(二) 家长应培养和训练幼儿独立生活的能力和意识。当幼儿具备了一定的生活自理能力的时候，面对独立处理问题的时候就能避免很多不必要的恐慌和不安了。

(三) 家长应及时了解幼儿在园的表现，并与幼儿积极交流在园的生活，鼓励幼儿快乐地、主动地上幼儿园。家长应耐心倾听幼儿的反馈，对幼儿的进步和收获给予肯定和鼓励。

(四) 家长应调试克服自身的分离焦虑，给予幼儿积极的暗示。坚持每天送幼儿到园。家长应克服对幼儿的溺爱，给予教师充分的信任，有充足的定力。

总之，家园协同作战，“九月哭潮”很快过去，孩子们都能顺利入园，不当“九月哭宝”。

沙盘游戏在小学生积极心理品质教育中的应用

张国超

(河北省涿州市三义小学 河北 涿州 072750)

【摘要】教育部《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》中指出：中小学心理健康教育的主要任务，一是对全体学生开展心理健康教育，培养学生健全的人格和良好的个性心理品质。二是对少数有心理困扰或心理障碍的学生，给予科学有效的心理咨询和辅导，使他们尽快摆脱障碍，提高心理健康水平。我校充分发挥所拥有的专业心理辅导人员和心理咨询室等心理辅导设备，结合学校的实际情况选择沙盘游戏作为培养小学生积极心理品质的重要途径。

【关键词】沙盘游戏；小学生；积极；心理；品质教育；应用

【DOI】 10.12252/j.issn.2096-6261.2020.06.1089

我校充分发挥我校所拥有的专业心理辅导人员和心理咨询室等心理辅导设备，开展优化小学生心理生活、培养积极心理品质系列活动，结合学校的实际情况选择沙盘游戏作为优化小学生心理生活的重要途径，因为在中小学的心理咨询室中，沙盘游戏设备常常是其中必不可少的工具，它是一种行之有效且深受中小学生学习喜欢的心理辅导方法。

本文将首先系统介绍沙盘游戏的基本理论，然后介绍沙盘游戏在小学积极心理品质教育中的应用。

一、沙盘游戏简介

沙盘游戏(Sandplay Therapy)是由瑞士分析心理学家荣格·卡尔于20世纪五六十年代创建的一种心理治疗方法。在这种方法中，心理求助者利用小玩具在盛有沙子的沙箱中按照自己的意愿制作一个场景，以此展现其潜意识中的心理冲突。沙盘游戏分为个体沙盘游戏和团体沙盘游戏两个类型。所谓个体沙盘游戏即一个心理咨询师面对一个求助者，利用沙盘游戏解决求助者的心理问题。团体沙盘游戏疗法则是一个团队共同使用一个沙箱和一套沙具，按照一定的规则，进行沙盘游戏。

二、沙盘游戏在小学生积极心理品质教育中的应用

(一) 沙盘游戏可以用于对低年级学生心理辅导

低年级的学生刚进入新环境，容易产生适应不良。与此同时，低年级的学生语言表达能力尚不高，他们不能很好的用语言表达出自己的观点和情绪体验，也不能很好的与人交流。对于这些学生，言语面谈式咨询就会显得较为困难，而沙盘游戏法则不需要语言交流，正好适合对他们心理问题的解决。

(二) 沙盘游戏可以治疗注意缺陷、多动等心理行为问题

注意缺陷、多动属于认知与行为问题的一种类型，常出现在幼儿和小学生低年

级学生中，主要表现为注意困难、刺激过多、多动、冲动性、容易激怒以及无法容忍满足的延迟等。运用沙盘游戏疗法能帮助注意缺陷幼儿或学生将注意力集中于一种可具体感知到的、自我主导的活动，从而使他们的注意力集中于具体的物件和活动。

(三) 沙盘游戏适用于攻击性行为的矫治

情感宣泄是矫治攻击性行为的重要方法。沙盘为此类幼儿或学生提供了一个表达的机会，可以让他们在意象的空间里将其愤怒、攻击性的行为和情感物化地演示出来，以替代性活动耗散其攻击性心理能量，并从沙盘所建构的故事情境中习得与人相处的适应性行为。

(四) 沙盘游戏可以缓解焦虑、紧张、抑郁等情绪问题

学习和考试焦虑是当前学校心理咨询的主要课题之一。沙盘游戏疗法是一种集认知重构、情绪表达、感觉统合、心理动力等于一体的心理临床方法。通过玩沙子、沙具模型，可以宣泄自己的消极情绪，让个体得到放松。

三、沙盘游戏在我校心理健康教育工作中的应用

(一) 将沙盘游戏与班主任工作相结合，培养小学生积极心理品质

对全体学生开展心理健康教育，培养学生健全的人格和良好的个性心理品质。基于这一原则同时也根据我校自身的实际情况，如果进行个别辅导的话，心理健康教育老师资源不够，所以我校首先对班主任进行心理健康教育及沙盘游戏操作的培训，将沙盘游戏与班主任工作整合，比如心理健康教师协助班主任带领学生在咨询室通过团体沙盘游戏的形式开展主题课程。

以促进学生之间交流为目的——“我不认识的他(她)”，以培养学生集体主义为目的——“我们的班集体”，以培养学生表达能力为目的主题——“今天我