

# 家园共育背景下提升幼儿心理健康教育有效性的策略

何佳

新疆生产建设兵团第一师塔里木第一幼儿园

**摘要：**幼儿期是一个人身体和心理发育的关键时期，要保证幼儿的身体和心理都可以得到健康的发展，就要为幼儿提供一个健康的生长环境。教师们要从幼儿心理健康抓起，建立幼儿园教育与家庭教育合作的平台，采用家园合作教育的方式，为幼儿的健康成长创造一个良好的教育环境并打下坚实的基础。文章从家园共育的角度出发，对如何促进幼儿心理健康成长进行探讨和分析。

**关键词：**家园共育；幼儿心理健康；有效途径

**【DOI】** 10.12252/j.issn.2096-6261.2025.01.125

## 引言

儿童早期是个体品质和人格形成的重要和关键的时期，对个体将来的发展起到了重要的作用。幼儿园担负着儿童启蒙教育的主要职责，要让儿童在一个健康的、幸福的、充满活力的学习环境中成长，持续地提高儿童的知识和心理认识。要把家庭教育与幼儿园教育结合起来，使其形成一个有效的教育合力，从而使幼儿的身心健康发展得到最大程度的保障。

### 一、家园共育促进幼儿心理健康教育的重要性

由于我们传统的教育观念，不少家长和幼儿园教师都会更加重视知识和成绩的教育，因此忽视对于幼儿心理状态的关注，缺乏对幼儿良好的行为习惯、品德兴趣、爱好等一些非智力方向的培养。正是由于家长和幼儿园对于儿童心理健康状况的忽视，导致很多幼儿从小就出现了心理健康问题，例如对于有些困难的事情会胆怯、没有自我保护意识、过于依赖别人缺乏独立能力，这些问题都会影响到幼儿全面的成长，阻碍幼儿健全人格的形成，而家长和幼儿园是陪伴幼儿时间最长的两个主体，因此帮助幼儿获得自我保护、自我调节的基本技能，纠正幼儿不良的习惯、情绪、和态度，培养孩子们形成有利于心理健康的行为习惯，做到及时预防、矫正幼儿出现的心理障碍和异常的行为都成为了家长和幼儿园的责任。家长要和幼儿园多进行沟通全面地掌握幼儿的心理健康状况，并根据幼儿的不同特性，有针对性地开展心理健康教育，既要达到心理矫正也要达到预防作用，真正的提高幼儿的心理健康素质。通过家园合作的方式开展心理健康教育工作，不仅能够帮助幼儿园的工作顺利开展，还能够拓宽心理健康教育工作的渠道，推动幼儿园心理健康教育工作的顺利开展，为幼儿提供一个良好的生长环境，提高幼儿的心理素质。特别是幼儿正处于身心发展的关键时期，通过使用家园共育模式也能够守

护幼儿的心理健康，促进幼儿正常成长。将家园共育的育人模式与幼儿教育工作相衔接，对促进幼儿身心健康发展有极大帮助。教育工作者要以幼儿的内心实际需求和个性发展规律为基准，借助科学的心理教育方法和手段，确保幼儿心理健康教育工作有序实施。

## 二、幼儿的常见心理问题

### （一）好动行为

人们普遍以为，孩子的好动只是一种顽皮的行为，是孩子幼年时期不能自我控制的一种正常行为，其实不然；孩子的性格过于活泼好动也是孩子的一种心理问题。活泼的孩子往往很难集中注意力，而且很可能会产生很大的情感变化，不能很好地控制自己的注意力，所以会显得很活跃，这是一种心理问题，而且比较普遍，有这个问题的孩子一般都会有很大的情绪起伏，好动，很难自我约束，极具破坏力。

### （二）焦虑的心态

焦虑是儿童出现的一种反常的心理状态，焦虑心理主要体现在：对自己没有自信，很难表达自己，很难与别人进行沟通，不愿意分享自己的东西，不愿意将自己的想法告诉别人，总是担心自己不确定的东西，在一些鸡毛蒜皮的小事上给自己压力。

### （三）侵略性

有的孩子会表现出强烈的侵略性，这种异常的心理状态经常伴随着焦虑，相比于动嘴说话，孩子更喜欢动手做事情，它通过袭击、破坏和恶作剧来实现，例如为了凸显自己，经常给别人起外号，这样的孩子会产生这样的心理问题，一般都和他们的成长环境有很大的关系。

### （四）人际交往能力差

幼儿与他人的关系较差，包括与自己的父母、亲戚和老师、同班同学与陌生人间的感情很差。一般来说，和家人关系不好的孩子，很可能会和别人发生矛盾，或

者是和别人接触比较少。这类孩子很少信任人，总是认为对方说的话对自己不利，很难和对方交流，这是一种常见的心理问题。

### 三、家园共育探究幼儿园心理健康教育的现状

#### （一）对幼儿心理健康问题的重视程度不足

我们在上文中也提到很多家长 and 幼儿园老师都持有传统的教学观念，幼儿园更加注重孩子的升学率，家长抱有不能让孩子输在起跑线上的想法，将教育的重点都放在了对幼儿基础知识和生存技能的培养上，没有过多关注幼儿的性格习惯，心理健康状态等方面，有部分家长甚至认为教育都是要老师去做的并没有认识到关注幼儿的心理健康问题也是自己的责任。一提到幼儿教育，很多人首先想到的就是学校教育，而家庭教育对孩子的心理健康也起着很大的作用。许多儿童在生活中会出现过度依赖大人的现象，而这些现象的形成与家长的教育方式有关。如今，许多儿童都是家里的独生女，被许多家庭照顾得无微不至，有的还存着拔苗助长的心态，他们希望幼儿在童年时代就可以学习到很多的知识，过高的期望会给幼儿带来较大的心理压力，使他们很难产生自信心，还有的父母对孩子过于溺爱。使儿童形成比较不良的行为习惯，这是儿童心理健康教育中应重视的问题。

#### （二）教师的专业素养不够

各地区经济发展水平的差异也导致了教育水平的分配不均衡，我们虽然一直在提倡要关注幼儿的心理健康状态，但是部分地区的幼儿园教师并没有经过专业的心理技能培训，并没有充足的关于幼儿心理健康知识的理论去支撑心理健康辅导工作不能针对性地提出合理科学的策略，教育发展的有效途径。

### 四、家园共育促进幼儿心理健康成长的有效途径

#### （一）营造良好的成长环境

健康的成长环境是促进幼儿心理健康发展的基础，只有在充满爱和快乐的成长环境中幼儿才能充分地发挥自己的潜能形成健全的人格和正确的三观，家长和教师都要将幼儿放到教育的主体上，要注意因材施教，更有针对性地调整教学需求，让不同性格、学习能力、生活能力不同的幼儿都有被关注到的机会，都能在自己的道路上不断地提高，建立自信心。教师要充分利用课余时间去学习有关心理健康方面的专业知识，并通过微信、家长会入园活动等方式与家长积极地进行交流，在家长会上向家长介绍典型的幼儿心理问题的案例，让家长进行学习，积极地与家长开展交流活动，转变家长对于儿童心理健康教育上的观念，促进家长和幼儿园之间的联系，真正的注重幼儿的心理健康教育。幼儿园要建立良

好的基础设施，创设良好的教学环境，提高孩子们在幼儿园的生活质量，这些工作都能为开展家园共育的心理健康教学工作做好铺垫。

#### （二）时刻关注幼儿的心理健康教育

渗透幼儿的心理健康教育不能只在课堂上，教师要及时地观察孩子一天在幼儿园中的表现，包括上课时的状态和下课时与同学之间的友好相处，及时发现问题解决问题，家长也要在家中注意观察孩子在行为习惯上有没有不当之处，要及时地对其进行心理矫正，家长要和教师做到通力合作达到24小时关注幼儿心理健康教育的模式，要时刻让幼儿保持良好的心理状态。

#### （三）促进家园教育目标的统一化

家长和教师的工作观点可能会出现不一致的现象，而教育目标的统一决定家园共育是否能够顺利地进行，教师应该多和家长沟通，积极地向家长普及幼儿心理健康状况对幼儿成长的影响，提高家长对于幼儿心理健康状况的关注度，幼儿教师还可以在实践过程中将发现的幼儿心理问题整理，及时的通知家长，在与家长沟通商量之后共同探索解决的办法，教师和家长应树立正确的家园共育和心理健康教育观念，以此为指引，携手创设良好的育人环境，开设心理健康课程，开拓信息化沟通渠道，借此帮助幼儿塑造健康心理，夯实健康成长的基础。例如教师可以对幼儿的心理健康问题进行分析并制成清晰的表格，通过班级微信群或者钉钉群的方式发给家长再与家长进行沟通，教师进行实践监督幼儿心理状况将幼儿每天的心理状况及时通知家长，家长也要在家中做好家庭教育，只有做到教师和家长的合作才能真正地促进家园教育的发展。

#### （四）利用信息技术提高对幼儿心理健康教育的效果

信息技术已经深入我们生活中的方方面面，因此将互联网媒体用在家园共育促进幼儿心理健康的教学实践中是非常重要的，我们应该利用好互联网这个工具实现幼儿心理健康教学的多样化，丰富教学模式，例如幼儿园可以通过丰富的网络资源给幼儿们播放关于心理健康的视频，老师还可以提前在网络上找好课件给孩子们播放，也可以利用互联网平台举办家园共育下的幼儿心理健康状态活动，可以利用心理评估或者趣味心理小测试的方式，增进亲子之间的关系。在寒暑假期间家长也可以和教师及时的沟通给孩子们播放有关幼儿心理健康状况的动画小视频在家中为孩子进行家庭心理教育，利用互联网平台对幼儿进行心理健康教育能够提高心理健康有效性和质量。

### （五）完善家园沟通的机制，提高家园沟通的效率

家长和教师进行充分的沟通，是促进家园共育下幼儿心理健康教育顺利进行的基础保障，因此家园之间必须建立完善高效的家园沟通体系，营造良好的家园共育氛围，教师可以通过微信群、钉钉群、腾讯会议等多种方式与家长取得联系。教师可以在幼儿园举办亲子活动、幼儿家长进校园等活动来促进家园之间的联系，家长们要积极配合教师的工作，积极地参加幼儿园组织的亲子活动，既能加强与幼儿园之间的沟通，还能够增进与孩子之间的感情。

### （六）普及幼儿心理健康教育，提高教师的专业素养

重视幼儿心理健康教育，加强幼儿心理问题调节，能帮助幼儿形成积极向上、乐观开朗的心态，这对幼儿身心健康发展具有良好的作用。心理健康教育就是要帮助儿童们解决在成长过程中遇到的问题，开展心理健康教育要符合儿童的身心发展的需要，这说明教师要有针对性地在儿童的不同年龄阶段设置不同的心理健康教育目标，针对不同幼儿的心理发展特点，教师们要进行合理的引导，心理健康教育的目标要适应时代的要求，培养幼儿们情绪调节的能力、良好的行为习惯、健康的人际关系，让幼儿们参与心理健康活动的热情得到大大的提升，基于此，针对幼儿情绪态度和能力等方面的培养，教师们要格外重视，以这几个方面为活动目标的核心。教师要树立重视心理健康教育的观念要具备专业的心理健康教育的理论知识和教育技能。

例如，教师要明确的掌握心理健康的含义，加强渗透心理健康的教育目标和内容，熟练地掌握实施的途径和方法，学校要多组织关于心理健康教育的研讨会，聘请专业的儿童心理健康教育专家培训幼儿教师，让教师在关心幼儿心理健康的过程具有一定的专业技能，目标是实施的纲领，学校和老师要通力合作，根据教学内容和实际情况制定切实可行的心理健康教育活动的目标。学校要定期开展课题组成员研讨会，讨论分析教学活动中产生的问题，每学期课题组的成员收集关于幼儿心理健康教育的典型案例，教师要及时到对幼儿心理健康教育的教案进行设计，并反思自己在工作中出现的问题，探求更加合理科学的方法。

### （七）开展家长进课堂活动，提高家庭对于心理健康教育的重视程度

幼儿园的教师都进行过专业化的教育培训，但是很多家长并不具备专业的心理健康辅导的能力，很多家长都是被动地接受幼儿园教师布置的任务，完成小程序上的心理健康状况打卡情况，并没有主动地去探索辅导幼

儿心理健康教育的新方法，这样的习惯会降低家长在家园合作过程中的参与度，很多情况下家长都是一个工具人的角色，充当孩子在家这段时间的监督人，久而久之就会让家长忽视对幼儿的心理健康教育辅导，因此幼儿园要帮助家长提高关心孩子心理健康的教育理念，开展家长进课堂的活动，提高家长对于心理健康教育的专业技能，邀请家长进学校、进课堂也是一种丰富家园互动模式的方法。

例如，如果有的孩子家长是交警、医生、消防员等与知识宣传相关的职业可以邀请这些家长进入到课堂中去给孩子们普及医疗知识、健康知识和交通、消防安全知识，这样的模式会让家长去转换角色，真正地参与到提高幼儿心理健康水平的活动中去，认识到幼儿心理健康教育的重要性。在活动进行的过程中，教师也可以帮助家长录制小视频，将家长与幼儿的亲子教育活动做成纪录片发到班级群或者学校公众号上展示给学生家长看，这种方式能够提高家长的参与度，对于促进家园合作共同提高幼儿心理健康教育有着良好的作用。教师和家长都要时刻关注幼儿的心理健康教育，将幼儿的心理健康教育渗透到幼儿生活的方方面面，促进幼儿在健康的成长环境和心理状况的全面发展。

### 结语

近几年来，我们的国家越来越重视幼儿的心理健康教育，只有家庭教育学校教育紧密联系，建立统一的目标，才能真正地保障家园工作的顺利进行，家长和教师要充分沟通，发挥自己各自的优势开展丰富的家园共育活动，将幼儿心理健康状况教育变得更加高效，促进幼儿的身心健康发展。我们提出了营造良好的成长环境、促进家园教育目标的统一化、利用好信息技术、完善家园沟通机制等几种有效途径，希望本文能对教育工作者起到借鉴和帮助作用。

### 参考文献

- [1] 孟晓. 家园共育背景下提升幼儿心理健康教育有效性的策略[J]. 教师, 2023, (02): 87-89.
- [2] 张燕. 家园共育对促进幼儿心理健康发展的重要作用及发展对策[J]. 新课程, 2021, (52): 232.
- [3] 施天宇; 朱巧云. 走进你的“心”——探析幼儿心理健康教育的有效方法[J]. 好家长, 2022(34): 76-77.
- [4] 沈舒娜. 合作对话, 尊重赋能——浅谈家园合作中的幼儿心理健康教育[J]. 当代家庭教育, 2021(31): 31-32.
- [5] 郭飞燕. 论家园共育背景下幼儿心理健康教育的实施路径[J]. 基础教育论坛, 2023(17): 95-96.