研究家庭教育中幼儿心理健康的引导核心思路分析

侯宪芳

（山东省东营市河口区实验幼儿园西湖印象分园　山东　东营　257200）

［摘　要］从当前幼儿心理健康的状况分析幼儿心理问题产生的原因，提出家长应转变观念，关注身体健康的同时关注幼儿的心理健康，把心理健康摆在重要的位置。家庭应与幼儿园合作共同促进幼儿心理健康。

［关键词］心理健康；个案追踪；问题儿童

我们在研究方面要滞后于西方，心理健康还存在着一个被了解被认识被接受被重视的过程。而幼儿心理健康在整个心理健康中更处于濒临遗忘的角落。因此，我们有必要探究一下幼儿心理健康的相关问题。幼儿的心理健康是指其合理的需要与愿望得到满足之后，情绪与社会化等方面所表现出来良好的心理状态。良好的心理状态主要表现为：幼儿对自己感到满意，情绪活泼愉快，能适应周围环境，人际关系友好和谐，个人的聪明才智得到充分的施展与发挥，幼儿期的心理是孩子性格形成的关键，孩子性格特征的优劣，直接影响孩子今后的健康成长与对待未来的态度。随着独生子女的增加，儿童存在心理问题的情况日趋严重，但是家长针对孩子情况也只存在于自己教育不好孩子、现在的孩子难带这一观点，而缺乏对他们心理健康的重视。

一、产生儿童心理行为问题的原因

1.问题家庭给子女带来了严重的心理问题

“问题家庭”是相对于“和谐家庭”而言的，它是在家庭关系的处理上存在着这样或那样的不和谐因素。主要有这么几种：一是家庭不和睦，父母关系紧张“大吵三六九，小吵天天有。”生活在这样家庭中的幼儿大部分会成为家长的出气对象；二是父母不完整，或是父母离异，把子女当作“皮球”任意踢来踢去；或是父母一方早逝，家庭经济负担重，一天到晚为生计而奔波，无暇顾及子女。这样的家庭环境中成长起来的孩子往往没有安全感，容易产生压抑、烦躁、自卑、孤僻、冷漠、仇视等 变态心理，有的甚至走上犯罪道路。

2.父母顾了事业难顾家庭，缺少与子女的沟通交流，久而久之使子女的内心世界封闭起来

随着生活的节奏加快，竞争意识更加突出，危机感更加强烈，特别大城市，父母的工作压力大，为了工作为了事业，他们把子女托付给爷爷奶奶或者是保姆，自己平时无暇顾孩子，累了一天，回家也没有精力或体力和孩子在一起沟通交流，一起聊天做事，使子女与父母之间容易产生“陌生感”和“距离感”，使孩子们在心灵深处形成一个不愿轻易向人开启的自我封闭的世界。有心理学家指出，如果家长对孩子冷淡，将造成孩子自卑、焦虑、退缩、反抗、适应困难。

3. 家庭教育缺乏科学性、民主性，方法简单

亲子关系紧张目前的家长，重视让孩子赢在起跑线，补习班、乐器各种兴趣班频繁出现，学习压力压得孩子透不过气来，而且家长们重视孩子的物质生活，却忽略了他们的精神生活，自己省吃俭用，满足孩子的各种物质要求，却忽略了孩子最需要的是家长的关心、爱和陪伴。有的家长信奉“棍棒下出孝子”，对孩子严厉有加，宽容不足。有的家长简单粗暴，一见问题便予以一顿斥责，或火冒三丈地责骂一通，孩子未弄清道理就会产生抵触情绪，使得亲子关系紧张。

二、培养健康儿童的对策

1. 家长对儿童心理健康引起重视

很多家长并不愿承认孩子在心理方面存在问题，他们的想法是认为孩子性格内向，不合群等，寄希望于老师，希望老师能改变孩子的性格，而决不愿意带自己的孩子去看心理医生。家长应该逐渐认识儿童的心理健康，利用传媒如杂志、电视、学校网站等，了解什么是儿童心理健康。孩子的有些异常行为应引起家长的重视，家长应知道家庭是孩子人生中一所永不毕业的学校，父母是孩子的第一任老师，教育好子女是父母的天职。教育家马卡连柯告诉我们：“你们生育教养子女，不仅是为了父母的愉快，在你们家庭里，在你们影响下，成长着未来的公民，未来的事业家，未来的战士。”翻译家傅雷提醒我们：“爸爸不为儿子烦心，为谁烦心？爸爸不帮助孩子，谁帮助孩子？儿子有苦恼不向爸爸求救，向谁求救？”并且要想方设法创造条件为子女提供与小伙伴交往的时间和空间。放学路上少接送，让子女与其他小朋友结伴而行；周末和节假日让子女邀请小伙伴来家玩，鼓励子女利用空闲时间与同学小伙伴进行电话交流，或主动到四邻八舍走动。通过串门，扩大交往的范围，学会与各种人交往的经验，消除一个人独处的寂寞。

2. 要创造亲密、和谐温暖的家庭环境

家庭生活环境，直接关系到孩子身心健康。家庭居室整洁明亮，父母言行庄重得体，家庭成员亲密和谐，家庭氛围团结向上，温暖的家庭气氛，孩子的个性就会得到良好的发展，人际关系的适应能力就比较强；反之，压抑的、焦虑的家庭环境，会给孩子的心理带来极为不利的影响。特别是那些残缺的家庭，往往给孩子造成难以愈合的心理创伤。有一位心理学家说：“父母离异给子女留下的创伤仅次于死亡”。在实践中我们看到，有些孩子思想变坏，学习成绩下降，甚至走上违法犯罪的道路，往往是由于父母离异，缺乏管教而造成的。

3. 对孩子的教育要尊重科学，讲究方法

恶语申斥或讥笑奚落，简单粗暴或打骂体罚，使孩子经常处于紧张而苦闷的状态，对孩子的身心健康都是非常有害的。父母应当热爱孩子，尊重孩子的人格，不随便刺伤他们幼小的心灵，孩子就会精神愉快，情绪饱满地学习和生活。培养孩子应以培养愉快的情绪、活泼开朗的性格为中心目标，孩子得到这个法宝，将终身受用不尽。

4. 做好幼儿的心理个案追踪

首先，家庭与学校应联手，形成合力，建立“家园联系薄”；其次，可以到社会上或学校的心理咨询室，进行心理测试，构建“学生心理档案”，把学生的家庭情况、人际关系、学习态度、学习动机、情绪意志、个性品质一一记载下来。再次，平时应根据幼儿的个别差异，做好个别心理辅导。

结束语

我相信，只要把握好教育思路，勤于学习，不断的探索总结，将理论学习不断地运用到实际中去，在发现问题解决问题的同时，时时刻刻地用自己的爱和真诚鼓励幼儿，我们下一代一定会健康的茁壮成长。

参考文献

[1]付文.幼儿园心理健康教育的意义及其实现路径分析[C].教师教育论坛（第六辑）.广西写作学会教学研究专业委员会，2019：41-43.

[2]彭迎萍.促进幼儿心理健康的家庭教育策略[J].甘肃教育，2019（12）：43.

[3]金蓓蕾.试论如何发挥家庭教育在幼儿健康心理形成中的作用[J].文化创新比较研究，2017，1（35）：92-93.

[4]任静，杨梅先，程家明.家庭教育中幼儿心理健康的引导[J].齐齐哈尔医学院学报，2015，36（14）：2124-2125.

[5]袁韦霞.研究家庭教育中幼儿心理健康的引导[J].成功（教育），2012（18）：266.