

家园共育背景下幼儿心理健康教育的策略

姚映雪

萍乡市湘东区中心幼儿园

摘要：幼儿是祖国未来的希望，是实现中国梦的重要力量，在幼儿园教育阶段，教师与家长都有责任加强幼儿的心理健康建设，促进幼儿的身心健康发展。为了给国家的未来发展奠定坚实基础，如今心理健康教育已成为幼儿园教育的重要组成部分，要想促进幼儿身心健康发展，家长与教师需要共同合作，采用家园共育方式开展心理健康教育，帮助幼儿树立健康的心理思维，净化幼儿的心灵。具体实施方法应根据每个孩子的个体差异与实际情况定制，确保在给予幼儿足够自由的同时，也能够促进幼儿健康心理的发展。与此同时，家长与教师之间的美好沟通也十分重要，双方都需积极参与、合作，共同努力为孩子营造健康的成长环境。

关键词：家园共育；幼儿；心理健康教育；策略

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6288.2023.11.121

幼儿园教育与家庭教育是幼儿成长过程中最重要的教学场所，通过家园共育，可以更高效地整合两者的优势，为幼儿创设一个良好的心理发展平台。然而，随着幼儿心理健康工作的不断深入，发现很多家长没有及时与幼儿沟通，各种因素的影响导致幼儿心理出现偏差，为了解决这一问题，幼儿园应积极探索家园共育策略，以提高家长对幼儿心理健康教育的重视程度。幼儿园需要带领家长一起参与到幼儿健康心理的培养过程中，通过为幼儿营造一个积极向上的活动氛围，充分发挥家园共育优势，促进幼儿健康心理形成，为幼儿未来的发展奠定坚实基础，帮助每一个孩子健康成长，走向成功。

一、家园共育的内涵

家园共育是一种教育理念，强调家庭以及幼儿园在幼儿教育过程中的密切合作以及共同参与。这种理念认为，家庭与幼儿园是幼儿成长的重要环境，二者应共同承担起促进幼儿全面发展的责任。家园共育旨在通过家庭与幼儿园的努力，实现教育资源的共享以及优势互补，提高幼儿教育的效果与质量。

在家园共育中，家庭与幼儿园是合作伙伴关系，双方平等参与、共同协商、互相支持，共同为幼儿的成长与发展提供最佳环境以及条件。这种合作关系的建立需要家庭以及幼儿园在教育理念、教育目标、教育方法等方面达成共识，同时需要在日常生活中加强沟通交流，及时解决幼儿教育中出现的问题与困难。

家园共育的意义在于，它可以促进幼儿全面和谐发展，提高幼儿教育的效果和质量。通过家庭和幼儿园的努力，可以更好地满足幼儿在成长过程中的各种需求，促进幼儿的身心健康发展。同时，家园共育还可以增强家庭和幼儿园之间的联系和互动，提高家长对幼儿教育的参与度和满意度。

二、幼儿心理健康教育内涵

幼儿心理健康教育是指根据幼儿身心发展特点，运用心理学和教育学的理论与方法，有目的、有计划、有步骤地培养幼儿良好的心理素质，促进幼儿身心全面和谐发展。幼儿心理健康教育包括教育者与受教育者在心理教育上的互动过程，其目标是培养幼儿良好的自我意识、情绪调控能力、社会适应能力等，为幼儿的全面发展奠定基础。幼儿心理健康教育需要关注以下几个方面。

培养幼儿的自我意识。通过引导幼儿认识自己的身体、情感、兴趣爱好等，帮助幼儿树立自信心与自尊心；培养幼儿良好的情绪调控能力，通过教育幼儿如何表达并控制自己的情绪，帮助幼儿学会调节情绪的方法与技巧；培养幼儿的社会适应能力，通过引导幼儿学会与他人相处、合作、分享等，帮助幼儿适应社会生活；关注幼儿的心理健康问题，通过观察并分析幼儿的行为与情绪变化，及时发现并处理幼儿的心理健康问题。

三、家园共育背景下幼儿心理健康教育的必要性

在家园共育背景下，幼儿心理健康教育非常必要。家庭与幼儿园是幼儿成长最重要的两个环境，也是对幼儿心理健康影响最大的两个因素。因此，家庭与幼儿园应密切合作，共同承担起促进幼儿心理健康发展的责任。

首先，家园共育背景下的幼儿心理健康教育是促进幼儿全面发展的必然要求。幼儿期是人生发展的重要阶段，这一阶段的心理健康状况直接影响到一个人的人格与心理健康状况。因此，对幼儿进行心理健康教育至关重要。而家庭与幼儿园是幼儿生活中最重要的两个环境，因此必须加强合作，共同开展幼儿心理健康教育。

其次，家园共育背景下的幼儿心理健康教育可以帮

助幼儿更好地适应社会生活。现在的社会竞争激烈，对人的心理素质要求也越来越高，只有具备健康的心理品质以及良好的社会适应能力，才能更好地适应社会生活，而家庭与幼儿园是幼儿接触社会的最早场所，也是培养幼儿社会适应能力的最好场所。因此，家庭与幼儿园应共同合作，加强对幼儿心理健康教育的重视与投入，提高幼儿心理素质以及心理健康水平。

再次，家园共育背景下的幼儿心理健康教育可以帮助家长更好地了解以及教育孩子。家长是孩子的第一任老师，也是孩子最亲密的人，家长的教育方式与态度对孩子的心理健康发展有着重要的影响；幼儿园是专业的教育机构，具有专业的教育理念以及教育方法。因此，家庭与幼儿园应密切合作，互相支持，共同开展幼儿心理健康教育，帮助家长更好地了解并教育孩子。

最后，家园共育背景下的幼儿心理健康教育可以促进家庭和幼儿园之间的联系和互动。通过开展幼儿心理健康教育，家庭和幼儿园可以更好地了解彼此的教育理念和教育方法，从而更好地协调和配合，为幼儿提供更好的教育服务。同时，也可以提高家长对幼儿园教育的参与度和满意度，增强家庭和幼儿园之间的联系和互动。

四、家园共育背景下幼儿心理健康教育的主要策略

（一）提高家长和教师对幼儿心理健康教育的认识

家长与教师是幼儿成长过程中的重要引导者与支持者，他们的教育理念及态度对幼儿心理健康发展有着深远的影响。因此，提高家长与教师对幼儿心理健康教育的认识非常重要。对于家长而言，需要了解幼儿心理健康的基本概念、特点与发展规律，认识到幼儿心理健康的重要性，以及如何与孩子建立良好的关系，促进孩子的心理健康发展。同时，家长还需要了解幼儿园的教育理念及方法，积极参与幼儿园的教育活动，与幼儿园合作共同促进幼儿全面发展。对于教师而言，他们需要了解幼儿心理健康教育的理论及方法，掌握幼儿心理发展的规律和特点，能够识别并解决幼儿的心理问题。了解如何与家长合作，共同促进幼儿心理健康发展，并与家长建立良好的沟通合作关系。教师还需积极参与幼儿园的教育活动，为幼儿提供良好的教育环境与支持。

为提高家长与教师对幼儿心理健康教育的认识，可以通过组织培训以及教育课程，向家长以及教师介绍幼儿心理健康的基本知识以及教育方法，提高他们对幼儿心理健康教育的认识及掌握程度。建立家园共育平台，为家长以及教师提供交流以及合作的平台，促进双方之

间的沟通互动。邀请专家学者举办公开课或讲座，向家长以及教师介绍最新幼儿心理健康教育理念及方法，提高他们的专业素养以及教育水平。

（二）创设和谐、温馨、自由的心理健康教育氛围

为促进幼儿的心理健康发展，家长与教师需要在家庭以及幼儿园中创设和谐、温馨、自由的心理健康教育氛围。

在家庭中，家长需要多与孩子沟通、交流，了解孩子的情感需求及心理变化，并给予孩子足够的关爱，鼓励孩子表达自己的想法与感受，培养孩子的自主性以及自信心。家庭成员之间需要建立和谐的关系，营造一个温馨的家庭氛围，通过组织家庭活动、分享家庭经历等方式增强家庭成员之间的互动与联系。此外，家长还需关注孩子的情感需求，了解孩子的兴趣爱好，尊重孩子的个性与差异，给予孩子适当的支持与帮助。

在幼儿园中，教师需要多与幼儿沟通、交流，了解幼儿的需求以及心理变化，并给予幼儿足够的支持。创设有利于幼儿心理健康发展的环境，例如通过游戏、音乐、绘画等方式来帮助幼儿释放情绪和压力。同时，教师还可以组织一些有益的户外活动或者参观活动增强幼儿的体验与认知。教师需要关注幼儿的心理变化，了解幼儿的需求，及时发现并处理幼儿的心理健康问题，确保幼儿的心理健康得到有效保障。

（三）融入心理健康教育至幼儿的一日生活之中

一日生活是幼儿心理健康教育的重要途径之一。因此，家庭与幼儿园应将心理健康教育融入幼儿的一日生活之中。在家庭中，家长可以通过日常生活中的小事引导孩子积极向上的情绪与行为习惯，起床时教孩子如何正确穿衣服、刷牙等生活习惯；吃饭时教孩子如何正确使用筷子、勺子等餐具；睡觉时教孩子如何正确入睡等。同时，家长还应注重与孩子的情感交流互动，例如在孩子做游戏时可以一起参与并给予鼓励与支持等。在幼儿园中，教师可将心理健康教育融入幼儿的日常活动中。例如通过讲故事、做游戏、手工制作等方式引导幼儿积极向上的情绪与行为习惯；通过设置各种有趣的课程活动激发幼儿的兴趣以及好奇心等。同时教师还应该注重观察幼儿的情感变化以及行为表现，并及时给予关注和支持，例如，当发现某个孩子出现情绪波动或者行为异常时，可以及时与孩子进行沟通，并给予适当的帮助以及支持等。此外，教师还可以通过组织小组活动、合作游戏等活动培养幼儿的合作意识以及社交能力，帮助幼儿学会与人相处、合作与分享。

（四）利用信息技术促进教育发展

随着信息技术的迅速发展，家长与教师可以利用各种信息化手段促进幼儿心理健康教育的开展。

1. 利用网络平台建立家园共育平台

通过建立网络平台，例如班级网站、微信公众号等，家长与教师可以方便地进行交流以及互动。在这个平台上，家长与教师可以分享幼儿心理健康教育的心得、经验以及方法，共同探讨如何更好地促进幼儿心理健康发展。同时，还可以在平台上发布通知、公告以及活动信息等，方便家长了解幼儿园的教育活动及安排。

2. 利用心理测评软件对幼儿进行心理测评

心理测评软件是一种基于心理测量学的计算机程序，可以用来对幼儿进行心理评估与测试。通过使用心理测评软件，家长与教师可以了解幼儿的心理特点及需求，为制定个性化的心理健康教育方案提供依据。同时，心理测评软件还可以帮助家长与教师及时发现幼儿存在的心理问题，为尽早采取干预措施提供支持。

3. 利用多媒体技术制作心理健康教育课件

多媒体技术可将文字、图片、音频、视频等多种信息形式结合起来，制作出生动、形象、有趣的心理健康教育课件。通过使用多媒体技术，家长与教师可以提高教学效果与质量，激发幼儿的学习兴趣与好奇心。例如，可以利用动画、图片等形象地展示心理健康教育的内容，帮助幼儿更好地理解并掌握知识。

4. 利用智能终端设备进行个性化教学

智能终端设备如平板电脑、智能手机等具有便携、交互性强的特点，可以方便进行个性化教学。家长和教师可以根据幼儿的特点与需求，利用智能终端设备为幼儿定制个性化的教学方案。例如，可以利用智能终端设备上的应用程序进行一对一的教学辅导，为幼儿提供更加贴心的教学服务。

（五）开展亲子活动，认知幼儿心理健康教育

亲子活动是促进家园共育以及认知幼儿心理健康教育的重要途径之一。通过开展各种亲子活动，可以让家长更好地了解孩子的心理状况与学习特点，为孩子提供更加有针对性的教育支持，同时也可以促进家长与孩子之间的情感交流以及互动合作，更好地推动孩子心理健康发展。

例如，可以组织户外探险活动，让家长与孩子一起探索大自然的奥秘，感受大自然的美丽与神奇，增加亲子之间的互动与沟通，培养孩子的探索精神与勇气。另

外，可以安排手工制作活动，让家长与孩子一起制作手工艺品，培养孩子的创造力以及想象力，提高孩子的动手能力以及创造力，增强亲子之间的合作与互动。进行亲子游戏活动，让家长与孩子一起参与游戏互动，增加亲子之间的沟通与互动，促进孩子身体的健康发展，增强亲子之间的情感交流与互动合作。通过这些亲子活动，可以让家长更加深入地了解孩子的内心世界以及学习特点，为孩子提供更加全面以及有效的教育支持，同时增加亲子之间的情感交流和互动合作，更好地促进孩子的心理健康发展。

结束语

综上所述，幼儿期是孩子们心理发展的关键时期，心理健康教育作为幼儿园教育的重要组成部分，对于孩子们树立健全人格、形成良好品质具有至关重要的作用。心理健康不仅影响孩子们的成长与发展，还对幼儿的未来发展产生深远影响，因此，幼儿园教师肩负着不可忽视的责任，需要充分认识到心理健康教育的重要性。家园共育模式是一种积极有效的方法，可以帮助家长与教师共同参与到幼儿健康心理的塑造过程中。通过各种策略的运用，引导幼儿在丰富多样的校园活动以及家庭活动中形成积极健康的心理态度，不仅有助于幼儿在今后的全面发展，还可以为他们的未来奠定坚实的基础。

参考文献

- [1] 张慧. 基于家园共育的幼儿心理健康教育有效性策略研究[J]. 开封文化艺术职业学院学报, 2020(06): 143-144.
- [2] 杨萍, 王梦. 积极心理学视角下幼儿心理健康教育指导读本的意义探究[J]. 昭通学院学报, 2020(02): 121-124.
- [3] 康米, 黄容蓉. 浅析家园共育背景下幼儿心理健康教育的构建路径[J]. 教育现代化, 2019, 6(34): 12-13.
- [4] 李颖璐. 浅析家园共育理念下幼儿健康教育的实施路径[J]. 天天爱科学(教学研究), 2022(11): 27-28.
- [5] 童朝芳. 呵护健康助力成长——让幼儿园心理健康教育落地生根[J]. 家教世界, 2021(21): 59-60.
- [6] 李赛. 信息技术支持下家园共育促进幼儿心理健康的探讨[J]. 白城师范学院学报, 2021(03): 123-128.