

# 幼儿园心理健康教育实施的策略研究

赖清

(江西省上犹县城区第三幼儿园 江西 上犹 341208)

**[摘要]**近些年,随着素质教育理念的提出,心理健康教育工作已逐渐成为各阶段教育教学工作的核心内容之一,各大教育学者纷纷加入到关于幼儿阶段的心理健康教育之中。但结合目前我国幼儿园教学工作的发展现状来看,许多发生在幼儿身上的心理健康问题并未得到足够的重视,从而频频造成各类儿童心理问题的发生,甚至演变出一系列的恶性事故,由此带来的社会性问题以为我们敲响了警钟,加强对幼儿心理健康的教育工作迫在眉睫。因此,本文将从在幼儿园实施心理健康教育的重要性入手,着重分析幼儿的一些常见心理问题,并对此提出一些实施心理健康教育的策略与方法,希望可以为广大幼儿教师提供一些帮助。

**[关键词]** 幼儿园; 心理健康教育; 策略

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-627X.2021.05.1742

## 一、在幼儿园实施心理健康的重要性

目前,随着我国社会主义经济的快速发展,广大国民的生活质量与水平较之以往有着十分显著地提升,所以许多家长想尽办法为孩子提供更好的生活条件与环境,但这也造成许多孩子的品行以及心理方面发生了一定的变异或扭曲。同时,由于幼儿正处于身心发展的初级阶段,所以其在可塑性方面有着明显的优势。因此,从幼儿时期加强对孩子的心理健康教育工作就显得尤为重要,其具体表现为以下几个方面。其一是心理健康教育的开展有助于促进幼儿的身体健康。其二是心理健康教育内容有助于幼儿智育的全面发展。其三是有效的心理健康教育有利于幼儿良好个人性格的养成。其四是有助于提升幼儿的个人素质,使其更快地融入幼儿园生活。

## 二、幼儿普遍存在的几种心理问题

根据相关调查研究可知,大部分幼儿普遍存在一些心理健康问题,有轻有重,并在一定程度上影响着其快速且健康的发展,本文将大致归结为行为表现问题、情绪表达问题以及社会适应性等三个内容。

### (一) 个人行为表现问题

首先是许多幼儿普遍存在的多动行为。具体表现为:并不能长时期地将注意力放在某项事物或是学习之中,且个人活动较多。其次是经常性的咬手指甲。最后是厌食问题。通常表现为食欲不高,且进食量远低于正常水平。

### (二) 情绪表达问题

在与多位一线教师的沟通中可以得出,许多幼儿的情绪表达问题主要体现在以下几个方面。一是幼儿情绪的不稳定性。二是脾气的不确定性。很多幼儿可能受到来自家庭的影响,在园生活和学习时,表现出性格相对偏执,且十分容易通过发脾气的方式宣泄自身的不满情绪,如大喊大叫、哭闹以及摔打东西的行为。其三是分离焦虑。部分幼儿一旦与家长分开,独自在校学习,会表现得十分胆小、无所适从。

### (三) 社会适应性问题

目前,影响着幼儿在园生活以及学习质量的主要原因就是社会适应性问题。对于一些幼儿,尤其是刚刚入园的幼儿,通常会表现得相对自闭和胆怯,如不敢主动地与教师或其他幼儿进行交往。有的幼儿则表现出相对孤僻且在日常在园生活中表现出一定的攻击性。如为了玩具或食物等发生争抢现象。

## 三、幼儿园心理健康教育实施的策略研究

### (一) 注重营造良好的教育氛围

著名的儿童心理学家皮亚杰曾说到“儿童的思维在与环境的相互作用中发展起来的”。因此,通过营造良好的教育氛围,不仅有助于幼儿心理健康教育工作的顺利开展,还能显著地提高教育工作的效率与质量,为幼儿今后的健康成长打下良好的基础。首先,幼儿园方面应尽可能地为幼儿提供一个良好的物质环境。比如,园方应提高在教学方面的硬件投入,为学生的学习、生活提供保障。再比如,在设计教师布局时,应特

别注意墙面、书桌以及其他设施的颜色组成。其次,幼儿应加强与幼儿的情感沟通,了解其心理变化以及个性发展需求,并基于此调整教学的内容与目标。最后,幼师可以充分发挥游戏活动的优势,营造出轻松且活跃教学氛围,并通过各类游戏的开展,矫治幼儿社会适应性问题,从而更好地融入到校园生活之中。

### (二) 开设专业的心理健康教育课程

首先,幼儿园方面应提高对幼儿心理健康问题的重视程度,并相应地开设专门用于开展幼儿心理健康教育的课程。其次,幼师应时刻关注幼儿的心理发展以及状态,并将其记录成册,在根据记录的内容,分析幼儿的心理特征以及存在的心理健康问题,随后开展有针对性的教育教学工作。再次,幼儿园方面应加强与专业心理咨询机构或组织的合作,邀请或聘请一些专业性较高的心理辅导人员开展心理健康教育工作,充分发挥心理健康学的优势,帮助幼儿消除一些影响其健康发展的心理问题与障碍。最后,幼师可以适当开展个别教学。针对不同幼儿间存在的个体差异,如发展情况不同、心理问题不同等,若是仅仅进行集体性的教学工作往往难以取得令人满意的效果,所以针对不同学生存在的不同心理问题开展个别教学工作就显得尤为重要。

### 结束语

综上所述,现代幼儿教育事业的发展,应以推动幼儿全面发展为基础,重点关注幼儿的心理健康问题,找出问题的症结所在,并及时予以解决和矫治,为幼儿今后的快速成长打下良好的心理基础。因此,作为一名优秀的幼儿教师,我们理应明确自身的职责所在,不断地提高自身的专业能力,正视幼儿的心理健康问题,结合自身的教学经验,通过营造良好的教学氛围、开设专业的心理健康教育课程等方式,真正意义上实现实施幼儿心理健康教育工作的目标。

### 参考文献

- [1] 欧湘绮. 幼儿心理健康教育的渗透途径及策略——以幼儿园教学活动为例[J]. 新智慧, 2021(2): 104-105.
- [2] 陈美秀. 幼儿园心理健康教育实施策略研究[J]. 互动软件, 2021(1): 117, 122. DOI: 10.12277/j.1672-7924.202101073.
- [3] 林秀明. 幼儿园心理健康教育机制的策略研究[J]. 年轻人, 2020(9): 222. DOI: 10.12214/j.1672-3872.2020.09.210.
- [4] 伍灶卿. 重视心理健康教育促进幼儿心理发展——幼儿园开展心理健康教育的具体策略[J]. 教育界, 2020(24): 76-77. DOI: 10.3969/j.issn.1674-9510.2020.24.043.
- [5] 郭铁成, 陈金辉. 例谈幼儿园心理健康教育活动课实施策略[J]. 陕西学前师范学院学报, 2019, 35(8): 34-38. DOI: 10.11995/j.issn.2095-770X.2019.08.007.