

探讨幼儿心理健康教育问题

杜鹃

(东营区胜利第二实验幼儿园 山东 东营 257000)

[摘要] 儿童的心理健康问题在现代社会的发展中日益增多,教育界也愈加重视此方面的问题,然而,国内关于儿童的心理健康教育依旧处在发展的初期,特别是幼儿园教育教学中应有效开展心理健康教育,以推动孩子健康成长和发展。为此,文章主要分析了幼儿心理健康教育的存在的问题以及幼儿心理健康教育的若干有效措施。

[关键词] 幼儿;心理健康;教育;发展

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-627X.2021.07.723

所谓的心理健康即个体在一系列环境中都维持的一种良好、积极、持续的心理效能状态^[1]。基于如此的状态下,个体跟环境相适应,生命具备活力且可以对自身潜力进行有效挖掘。当前时期,大中小学生的心理健康问题被社会高度重视,一些学校组织了心理健康教育工作,像是设置了心理咨询室、开设心理健康教育课等。然而,国内的心理健康教育依旧处于发展初期,特别是关于幼儿的心理健康教育状态基本是空白的,社会对幼儿的教育常常重视生命安全和身体健康,而不重视幼儿的心理健康问题。幼儿时期的心理健康、人格培养等会对其终身形成深远影响。幼儿处在发展身心的萌芽阶段或基础阶段,当今问题幼儿持续增多,这促使教育工作者、社会对幼儿的心理健康教育问题进行反思。

一、幼儿心理健康教育存在的问题

(一) 忽视幼儿心理健康教育问题

随着社会教育的发展和进步,教育体系中的幼儿教育业已变成非常重要的一个组成部分,当前业已受到社会、家长的肯定。当前时期的幼儿教育中开展知识教育、开发智力等是最为重要的组成部分,幼儿教师非常关注幼儿的学习、发展,而往往不重视心理健康教育问题,大都感觉孩子比较小,勿需开展心理健康教育。实际上,幼儿心理健康工作的开展,不但可以促进幼儿的健康成长和发展,而且能够培养孩子良好的道德品质和意志。尽管不少幼儿园设置了心理健康教育课,可是逐步形式化,一般都是对存在性格内向、行为怪异现象的幼儿进行针对性教育,难以凸显心理健康教育的重要价值。

(二) 幼儿教师的综合素质不高

在现实生活中,我们往往看到或听到关于幼儿园虐童的报道,这激起了社会的高度关注,导致这种情况的关键因素在于幼儿教师的综合素质比较低。当今,不少幼儿园认为幼儿教育工作的内容仅仅是一些基础知识,幼儿教师不具备专业教学资格即可上岗。实际上,幼儿教师不但应具备丰富的理论知识,而且应具备良好的职业道德素养,这样才可以更好地推动幼儿的发展和进步。然而,在实际教学中很多幼儿教师的学历水平比较低,相当一部分都是中专毕业生,他们的综合素质不高,教学也缺少耐心,从而阻碍了幼儿的健康成长和发展。

(三) 幼儿心理健康教育的模式和内容单一化

当前时期,幼儿园在开展心理健康教育时往往应用单一化的教学模式,这跟孩子的实际需求相悖,难以提升教学质量和效率。并且,幼儿心理健康教育的开展只是限制在教学课堂上,往往忽视游戏活动教学、情境教学等,从而使孩子丧失学习兴趣,最终导致心理健康教育课的效果较差。

二、幼儿心理健康问题与影响因素分析

幼儿成长阶段如果在经历了一定的挫折与创伤之后没有及时进行有效的处理和化解,则会导致幼儿内心压抑痛苦,心底积压负面情绪,而在其成长过程中如果再次遇到挫伤,隐性的负面情绪则会被激发,还会导致心理方面的疾病。而幼儿心理健康问题常见的表现主要有:胆小怯懦、任性自私、焦虑、自卑、冷漠、孤独、多动、不合群、不能适应人际交往、容易发生攻击性行为等多种心理状态以及外部显性的行为表现。通过相关调查研究分析发现,导致幼儿心理健康问题的主要影响因素包括以下两大方面:

(一) 幼儿园因素

当前大部分幼儿园普遍存在师资队伍整体素质水平不均衡,教师流动性比较高,专业素质能力较差,缺乏专业科学系统化的幼儿教育知识基础,无法为幼儿提供正确科学的心理教育引导等现实问题。幼儿园普遍缺乏高素质专业化的心理健康辅导教师,有的幼教常常会使用一些负面吓唬的语言表达管教幼儿,以实现让幼儿乖乖听话的目的。而这样的教学行为显然非常容易导致幼儿产生心理健康问题,甚至加剧幼儿紧张心理。幼儿园心理健康教育工作比较常见的问题主要集中于:忽视幼儿心理正常发展的规律,片面认为心理健康教育等同于心理治疗,因此面对幼儿真的发生心理障碍时,才会求助于心理咨询室。有的幼儿园将心理健康教育与思想品德教育混为一谈,用品德教育替代心理健康教育,也有一些幼儿园忽视幼儿心理发展的独特性,直接以成人心理健康教育的方式方法用于幼儿心理健康教育,还有部分小型幼儿园其幼儿教育还停留在看护幼儿的发展阶段,并未落实心理健康教育工作^[1]。

(二) 家庭因素

家庭作为幼儿第一时间以及长期接触的重要成长环境,对于幼儿的心理发展有重要的影响作用。父母作为孩子的第一任老师,与幼儿朝夕相处,常见的影响幼儿心理健康问题的家庭因素主要表现在:第一,父母自身的心理以及行为方式会对幼儿的心理健康产生影响,幼儿成长过程中常常会通过模仿来学习体验,从而形成自己独特的心理状态以及性格,家庭中父母与其他成员时幼儿最为直接的模仿对象,如果家庭成员自身行为和心理健康状态失衡,必然会对幼儿的心理健康造成不利影响。第二,父母教育孩子时使用的态度与方法也会直接影响孩子的心理健康,比如过度溺爱或放纵,都会导致幼儿形成自私任性、懒惰嫉妒等心理问题。最后,家庭氛围也会对幼儿的心理健康造成影响,和睦友爱的家庭氛围有助于幼儿心理健康的良好发展。

三、幼儿心理健康教育的有效措施

（一）建构现代化的幼儿心理健康教育理念

为了推动幼儿心理健康教育的正常进行，教师需要建构现代化的心理健康教育理念，只有如此，才可以塑造孩子健康积极的心理品质和素质。世界卫生组织对心理健康的定义比较标准，即确保心理、身体、社会适应状况的良好。为此，教师应提升对现代化心理健康教育理念的认知，把握幼儿心理健康的指标，即幼儿具备协调化的身体动作、可以正常认知生活中的知识或事物、具备健康积极的生活态度、性格活泼开朗，以及可以在集体活动中融入等，这样才可以奠定孩子健康发展和成长的良好基础。

（二）注重幼儿的个性化心理健康教育指导

在幼儿心理健康教育工作中，教师需要重视孩子的个性化心理健康教育指导。孩子的生理与心理发展在不同的年龄段都存在相应的区别，受到生活环境、遗传等因素的制约^[2]，孩子的身心健康程度存在不同之处。为此，教师需要结合孩子身心健康的不同实施个性化的心理健康教育指导。这需要教师在平时的幼儿教育工作中仔细地把握所有孩子的心理健康现状，从一定程度上掌握孩子的心理发展动态，教师在跟幼儿开展互动沟通时应关注孩子表现的行为或心理状态，结合孩子的具体现状实施有效的心理健康教育。像是幼儿园在组织小组合作画画时，可能有的幼儿不合群、躲在一边或某个角落，即跟其它的伙伴保持较大的距离。针对类似问题，教师能够首先跟孩子进行互动沟通，把握孩子的性格特征，再实施个性化的心理健康教育指导，最后引导孩子在小组合作画画中融入。与此同时，家庭是孩子成长的关键场所，家长非常了解幼儿的身心健康状况，仅仅缺乏合理有效的教育手段或方法。为此，教师应注重跟家长的紧密协作，构建有效的交流沟通渠道，一起对孩子进行个性化的心理健康教育指导。当家长发现孩子存在异常行为或心理表现时能够直接联系教师，让教师把握幼儿在家庭中的心理健康情况，如此一来，教师能够对孩子的心理健康状况进行综合地把握，且给所有的幼儿制作一份心理健康资料，而家长能够结合这一份资料把握幼儿在幼儿园的心理状况，从而建构了家校互动交流的有效方式。

（三）实现幼儿心理健康教育方式的多元化拓展

心理健康教育旨在让孩子可以形成乐观积极的生活态度、在碰到难题时具备良好的心态，即实现孩子生活适应能力的提升。这就要求教师实现幼儿心理健康教育方式的拓展。幼儿阶段的孩子身心恰恰处在迅速发育的重要阶段，教师组织幼儿做一些游戏，不但可以锻炼其身体，而且可以推动孩子大脑的发育，从而推动幼儿形成健康的心理机能。因此，教师能够在游戏教学法中渗透心理健康教育，在游戏活动中幼儿的四肢和大脑体现协调性，这样可以推动孩子更好地发展智力以及形成健康的心理。例如教师能够组织孩子玩投篮游戏，为了让篮球投中，幼儿会开动脑筋思索：“我要站得近一些呢还是远一些呢？”“我要不要跟其它小朋友合作或寻求他们的帮助呢？”“我要用多大的力气才可以做到呢？”等等。总之，结合游戏活动教学法，不但可以锻炼幼儿的思维能力和身体协调性，而且能够推动幼儿身心健康发展。此外，心理健康教育的终极目标在于让孩子适应社会活动以及形成健康积极的生活

方式，幼儿阶段的孩子具备多姿多彩的生活，教师需要以幼儿的生活为视角开展心理健康教育，从而持续增强幼儿适应生活的技能，促使孩子以健康的心态面对生活中的挫折或困难。当面对幼儿心理健康问题时，教师及家长应当树立正确的观念，积极寻求专业资源的干预和帮助，加强与心理咨询师之间的协同合作，及时针对幼儿的情况进行专业的观察与引导，有助于帮助解决一些难以发现的特殊问题，必要时可通过其他专业措施，有效保障幼儿心理健康发展。

（四）注重幼儿心理健康教育跟其它课程的统一

幼儿园教育阶段，教师应当在教育教学中积极为幼儿营造良好温暖的氛围和环境，提升幼儿的安全感，教师在教育教学过程中，应当积极融合心理健康教育目标于日常教育教学的各项目标之中，结合幼儿成长的特点与规律，及时观察并捕捉幼儿日常行为表现的情况，积极推动心理健康教育的合理渗透和融合，加强对于幼儿在生活管理中自理能力以及团队协作能力的培养，促进幼儿与同伴之间的和谐互动，提升幼儿人际交往能力，在开展强规则的游戏活动中引导幼儿积极面对困难和挫折，培养幼儿坚强的意志品德。

在幼儿心理健康教育中，教师需要注重跟其它课程的统一，结合教学知识有针对性地渗透心理健康教育，尤为为综合地开展心理健康教育工作。这需要教师在其它课程的教学中进一步挖掘有关心理健康教育的素材，然后在教学中开展心理健康教育。例如，教师在语言教学中，能够结合教材内容让孩子表演某个小故事，也可以让孩子讲出自己在在家听过或看过的影视片段内容等，如此可以很好地锻炼学生敢说敢言的勇气和胆量，当孩子讲完故事之后，教师再给予奖励或激励，可以让孩子提升大大自信心。

（五）建立良好的师幼、同伴、亲子关系

幼儿教师应当积极促进师生关系的良好发展以及幼儿与幼儿之间的和谐关系建立。同时家长也应当重视幼儿心理健康成长，日常生活中多多创造机会，促进幼儿与其他同伴之间的交往互动，营造良好和谐的成长环境与生活氛围，以身作则，保持健康积极向上的人格，建立平等、民主、尊重、和谐的亲子关系，让幼儿在乐观愉快的环境中健康成长。

四、结论

综上所述，幼儿心理健康教育是幼儿时期教育的基础且重要的教育组成部分，幼儿的心理健康教育是需要广大教育工作者和家长们共同教育的一项实践活动，教师应该树立现代化的心理健康教育理念，了解孩子们的个性化差异，针对性地进行心理健康教育，发挥自身的引导作用，和家长进行有效地交流沟通对孩子在家中和幼儿园的表现整合归纳，建立详细的日常生活资料，并且还可以通过游戏活动和其他课程进行渗透幼儿心理健康教育，以及拓展多元化的心理健康教育途径等，这样才能够推动幼儿心理健康教育工作的有效开展。

参考文献

- [1]张越嫦. 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]. 课程教育研究, 2019(02).
- [2]杨钦芳. 运用现代教育技术促进幼儿心理健康教育工作[J]. 中国教育技术装备, 2016(13).