

# 幼儿心理健康问题成因分析及对策

李秀华

(山东省泰安市宁阳县酒店镇中心幼儿园 271402)

**[摘要]**根据资料显示,现在,我们国家的幼儿存在着一些心理问题。像是好动、喜欢发脾气、会说谎话等。在性格和情绪上也都有所体现:在与小朋友玩闹时任性自私、在生活中娇气懒惰等;也有很多不良习惯,会经常挖鼻孔、咬衣服等;在学习上不集中注意力、反应较为迟钝等,以上不良行为对孩子的心理健康发展十分不利。因此,在幼儿成长时期要注意到对于孩子们心理健康的培养。儿童出生之后的第一个环境是家庭。长大一些这个大环境就变成了学校。所以学校对孩子的影响是不可忽视的,希望学校和教师们可以有所考量。

**[关键词]**幼儿;心理健康;成因

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-627X.2021.07.082

## 一、幼儿的心理健康教育问题研究意义

### 1. 保障幼儿身体的健康

身体健康和心理健康都是人身体的重要组成部分。两者之间相互依存,缺一不可。身体健康是心理健康的前提条件,心理健康又是身体健康的重要基础。马克思也说过“拥有良好的心情会比吃药更能解除人身上的痛苦”,这也佐证了心理健康可以影响人的身体健康。

### 2. 促进幼儿的智力发展

在孩子感到心理压力时,就会出现注意力不集中、心情烦闷、思维迟钝、情绪紧张等不良状况。严重影响孩子的智力发展。经过科学验证,孩子如果心理健康就能够从学习中获得满足感,轻松愉快的学习可以促进孩子的体脑发展,养成良好的学习习惯,继而取得优秀的成绩。心理健康也在一定的程度上影响着人的事业成功与否,要想取得事业的成功不光要靠才华,还需要和谐的人际关系,坚持不懈的毅力等因素。而这些很大程度上都取决于你有没有一个很好地心理素质。

### 3. 培养幼儿性格的形成

大量研究表明,3~5岁是儿童心理发展的重要时段,其中,4岁时儿童心理发展进入到关键期,主要特点是获得对错误信念的认知;五岁左右时儿童逐渐地可以对错误的认识发展到对更深层错误的认知,这个时候幼儿逐渐开始对自己或他人的想法、愿望有感觉,进行谈论,并且开始与他人分享这些信息;他们开始形成同情心,知道什么可能会让人伤心,什么可以用来安慰人。继而逐渐形成自己的个性特征。所以,心理健康教育的开展,对孩子塑造理想形象有着重要的意义,有助于幼儿养成健全的人格,成为一个健康发展的人。

### 4. 提高孩子的个人素质

在时代不断发展的大前提下,社会所需的人才也有了更高的标准,对人才素质的要求也逐渐提高。要求新时代的人才能够拥有关爱他人、关心家庭、关注社会、保护自然的责任意识。说明了新时代人才不但要拥有强健的身体素质,还要有健康的心理素质,这样才能成为对社会有用的人。

## 二、实施幼儿心理健康教育的具体措施

### 1. 关注幼儿心里的声音

孩子们的心里简简单单,他们把自己所有的情绪都表现在

了脸上,从来都不会掩盖自己的内心世界。教师应该给予每个孩子足够的关注和交流。读懂他们的内心才能够引导幼儿养成健康的心里。

例如在进行自由活动的时候,教师将孩子都放在自己的视线范围内,时刻关注孩子。有的小朋友在搭积木,有的小朋友在画画,还有的小朋友在跳格子。这时老师应该多融入幼儿,在游戏中与之建立良好的师生关系,教师可以挑选孩子感兴趣的话题来和孩子进行交谈。聆听孩子的内心世界,在不经意间给予孩子正确的引导。只有走进他们的内心世界,分享他们的喜悦,分散化解他们的忧愁,才能创造充满爱的健康成长环境。

### 2. 宽容尊重幼儿

马克思曾经说过一句话:“最健康的尊重是建立在当之无愧的来自他人的尊重之上的。”教师应该在与孩子相处时,尊重每一个孩子,与孩子做朋友,与小朋友形成亦师亦友的关系,改变学生听命于教师的传统现象。由于孩子的年龄特点,他们往往十分调皮、随心所欲、不遵守规则。因此,有的幼儿会被看作是“多动症儿童”。秉持着以人为本的教学理论,教师需要具有“移情”于学生的能力,能够站在幼儿的角度上,以他们的思维方式看待他们的一些行为。

例如在学习儿歌的时候,有的小朋友不配合大声的吵吵嚷嚷,这个时候教师应该做到心平气和,不能急躁。要学会理解学生,和蔼的进行询问:“你真聪明,是不是老师教的儿歌,你一听就会了呀?”做到尊重宽容学生,和蔼可亲的与学生交谈,了解学生发生这种行为的原因。然后根据原因教师再对学生进行朋友式的交谈,以温柔的方式对其进行正确的引导。教师要用一颗宽容之心对待小朋友的各种心理行为,让幼儿能够在学习的过程中敢想、敢说、勇于创造。对待幼儿淘气行为教育过程中,要坚持耐心疏导,以鼓励评价为主,尽量不用批评性较强的消极评价,以免使幼儿产生压力和负面情绪,致使不良心理的产生。

### 3. 给予幼儿自信

在课堂上发言的经常是一些学习优秀的学生,他们积极的展现自己。但是有的小朋友在课堂上默默无闻,不主动回答问题,只能充当积极表现的优秀生的陪衬,甚至是被当做“反面

人物”。教师应该知道每一个幼儿在成长过程中都是渴望被关注的。他们也一样想在课堂上积极表现自己，他们也想获得老师的称赞，获得同学的掌声。所以，教师应该毫不吝啬的对幼儿进行鼓励表扬，经常性的给予学生积极正面的语言，比如：“你真棒，继续加油哦”“你唱的歌可真好听”“你真是太聪明了”……让幼儿在教师的赞美中发现自身的闪光点，获得自信的力量。

幼儿在行为上是最容易受到教师的行为语言暗示。比如在画画的时候，许许多多的小朋友都画出了各种各样的东西。有个幼儿只画了一条线，愁眉苦脸。教师应该进行鼓励和引导：“挺好的，这是蚯蚓，弯弯曲曲很像。”这时孩子立马在下方画上了爪子，说：“我要画龙”，然后他又画上了太阳和蓝天说：“我喜欢龙。”教师的鼓励消除了孩子的自卑感，激发了孩子的创造兴趣，勇敢大胆地说出了自己的想法。所以，教师在平时要关注幼儿的心理状态，发现问题及时进行鼓励引导，增强幼儿的勇气与信心。

教师还应该注意，对于培养幼儿的自信心来说成功才是成功之母。每个幼儿的个性能力都各不相同，为了让每一位幼儿都能够获得自信，教师需要做到因材施教，根据不同的幼儿设置不同的任务。为能力较低的幼儿设置一些比较简单容易完成的事情，让幼儿能够获得成功的喜悦，并且肯定自己的能力获得自信心，以实现未来更高的成就。

#### 4. 设置教育游戏

##### (1) 集体游戏。

在幼儿园一日活动中，游戏是必不可少的一项。如果将心理健康教育融入于游戏，就可以获得除游戏本身的教育作用外，发挥出增效的作用。游戏是教育儿童的有效途径。在这个全新的年代，大多数家庭都是只有一个孩子。作为独生子女，他们与其他人缺乏交流沟通，主要特点是以自我为中心。这时候游戏就是可以改变孩子的最直接有效的办法。让幼儿在游戏中成长，在游戏中得到美好品格。

教师可以设置一些集体游戏，比如“谁是小小歌唱家”，教师组织学生几个人为一组，组成小小合唱团。在这场游戏里互相比试较量，并且又与队友之间团结协作，可以培养幼儿的人际交往能力。类似的集体游戏还有很多，教师可以自己构想。适当的集体游戏可以促进儿童合群行为的发展。还有助于幼儿的团队精神、与人交往、合作互助的能力的培养。对形成良好的道德品质都有着极其重要的作用。

##### (2) 智力游戏。

游戏的有效运用可以促进儿童的多方面发展。智力游戏可以促进儿童认知能力的发展。具有创造性的游戏能够满足幼儿在成长中的需求。在教师的正确引导下，形成独立自主分析问题的能力。

例如：在“小猪遇到大灰狼”的游戏中，教师选择几个小

朋友，给每个人安排一个角色，按照老师给的剧本进行简单的演绎，让幼儿选择小猪应该选择用什么建造自己的房子。有的小朋友说“用茅草”，有的小朋友说“用木棍”，教师这时播放“三只小猪”的部分片断，让幼儿观看茅草和木棍搭的房子结不结实。在教师的引导下，让孩子学会具体问题具体分析。并且通过“三只小猪的故事”告诉幼儿要知道偷懒是不对的，勤劳才是我们应该学习的品格。

#### 5. 举办亲子活动

在幼儿进入到幼儿园后，父母与幼儿相处的时间变少。但是父母的陪伴是幼儿成长中不可缺少的重要一项，亲子关系的变化极容易使幼儿出现各种问题。在幼儿园中适当的组织亲子活动，不仅可以预防亲子问题，还可以使幼儿心理健康发展。例如在亲子活动中，设置“父子骑马”“两人三足”等父母与孩子之间的游戏，能够有效促进孩子与父母之间的情感交流。还可以根据节日举办相应的活动，比如在感恩节时，举办“感恩父母”的活动，播放相关小动画，让幼儿懂得父母的辛苦，再布置小任务“回家后对爸爸妈妈说你们辛苦了”。通过增进幼儿与父母的感情，使幼儿体会到来自家庭的“爱”，在“爱”中茁壮成长。

父母是孩子的第一任教师，对孩子的教育不应该只是停留在身体是否健康，而忽略了心理健康的发展。很多家长都意识不到这个问题，教师应该在平时多于家长进行沟通交谈，倡导家长与孩子多增进交流，积极参与幼儿园所举办的亲子游戏，给孩子一个快乐且充满爱的童年，有助于幼儿心理的健康发展。

### 三、结语

关注幼儿心理的健康发展，促进幼儿健全的人格的形成，需要广大教育工作者的努力探究，耐心的对待孩子，多关注他们，走进他们的世界，聆听他们的心声，并且利用行之有效的的方式方法，去发现，去塑造。心理素质教育的开展是时代发展的标志，是促进幼儿人格健全发展的关键，是教师需要面对的重要问题。作为教师，要用爱点亮孩子心中的那盏灯，照亮他们前行的路。用心去关注孩子的成长过程，让教育的花朵开得更加越来越美。

#### 参考文献

- [1]石建群.浅谈幼儿心理健康教育的重要性、影响因素及实施办法[J].大众文艺:教育理论,2012年19期.
- [2]沈悦.3~5岁儿童心理理论的发展及其社会行为的影响[J].幼儿教育,2011,(10).
- [3]苏璞琦.从一次调查看家庭对儿童心理健康的影响[J].中华少年,2011,(10).
- [4]苏邦杰.儿童心理学视角下的有效课堂提问[J].福建教育研究,2011,(9).