

谈如何开展学前阶段幼儿心理健康教育

孙亭亭

(吉林省德惠市大青咀镇中心小学 130318)

[摘要]在幼儿教育阶段,教师有目的、有步骤地提高幼儿的心理素质,保证他们的心理健康是非常关键的。心理健康教育是一个师幼共同参与、相互影响的动态过程。因此,能否为幼儿创设健康的心理环境,在一定程度上关系到幼儿健康教育的成败,而教师健全的人格、积极的态度、良好的行为,又会直接影响幼儿的心理健康水平。

[关键词]幼儿;心理健康;发展水平

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.04.725

在幼儿心理健康教育实施过程中,幼儿园应该重视为幼儿创造轻松、良好的教育氛围。要明确幼儿心理问题的形成都有其特定的背景和原因,解决问题也需要摸清问题成因,有针对性地问题根源入手,进行科学引导,才能解决幼儿存在的根本性问题和影响幼儿成长的心理健康因素,从而提高幼儿健康教育的水平。

一、创造轻松的环境,营造良好的教育氛围

心理健康教育是一个师幼共同参与、相互影响的动态过程。因此,能否为幼儿创设健康的心理环境,在一定程度上关系到幼儿健康教育的成败,而教师健全的人格、积极的态度、良好的行为,又会直接影响幼儿的心理健康水平。

我园在幼儿心理健康教育实施过程中,十分重视为幼儿创造轻松、良好的教育氛围。首先,让教师和幼儿之间建立一种平等的伙伴关系,要求教师要蹲下身来和幼儿讲话,尊重他们的人格,倾听他们的苦恼,分享他们的快乐,了解他们的兴趣,关注他们的需要。创造一切机会,让幼儿快乐地、自觉自愿地完成力所能及的事情。幼儿没有了顾虑,没有了压力,就能充分感受自己的价值,就会有话敢说、敢讲,遇事敢想、敢做;其次,教师要用自己的一言一行、一举一动给幼儿树立典范,并用自身愉快的情绪引导幼儿的心理变化,让幼儿意识到自己生活在一个和谐、温馨的群体中,意识到自己在这个群体中角色的特殊性,从而随时调控自己,保持积极愉快的情绪及良好的心境;再次,在发现幼儿出现心理问题时,不能急于求成。心理问题的形成都有其特定的背景和原因,解决问题也需要摸清问题成因,有针对性地问题根源入手,进行科学引导。如,在一次美术教学活动中,教师观察到有一位幼儿拿着笔不敢画画,根据平时的了解,这位幼儿性格比较内向,而且缺乏自信,遇事担心自己干不好。这时,教师不但没有责怪他,反而蹲在他旁边抚摸他的头,用信任的语气鼓励他说:“你想怎么画就怎么画,老师相信你一定能把自己的妈妈画得很漂亮。”在教师的鼓励与赏识下,这位小朋友心情放松了,他按时完成了自己的第一幅美术作品——《心中的好妈妈》,画面上妈妈的头发画得很长很长,而且还戴着一顶美丽的帽子。课后他说:“我最喜欢妈妈的长头发,漂亮极了。”教师正是利用这一机会,及时引导他走出了自卑的心理误区。

二、采用多种方法,有针对性地进行教育

幼儿处于心智发展期,总会有这样那样的问题,那么怎样有针对性地解决幼儿身心发展中的问题呢?一是有目的、有计划、有组织地通过幼儿主体性活动的方式,每周专门开展一到两节幼儿心理健康教育课程,丰富幼儿心理健康知识,调节和维护幼儿心理健康。二是有针对性地设计心理健康课。例如:为了让幼儿认知情绪,了解情绪对人的心理健康的作用,我们

为中班设计了“有趣的表情”心理健康课,幼儿通过看图、讨论、表演、交流、猜想等方式了解了“生气”“高兴”“疑问”等情绪的不同表现和作用,懂得了要用恰当的方式表达自己的情绪。为了加深幼儿的印象,教师在教室还布置了心情墙,把表示脸部三种不同表情的牌子分别放在三个小桶里,让幼儿入园时在自己的照片前插上相应的表情牌,既为幼儿提供了一个观察别人和敞开心扉的渠道,也便于教师随时掌握幼儿的情绪变化,使幼儿每天能有一个积极的心理状态。

三、根据幼儿的个体差异,设计不同的活动内容

幼儿来自不同的家庭,有着不同的成长环境,有的幼儿喜欢一个人玩,不愿与人主动交流;有的幼儿不能独自入睡、缺乏安全感;有的幼儿喜欢跟别的同伴争抢玩具、不能经受挫折、言行容易过激等。针对这些问题,教师及时制定了相应的心理健康教育计划,每月安排不同的心理健康教育主题和教育场景。例如:有“幼儿园里朋友多”“关心我的朋友”“温暖的大家庭”“我长大了”“对人有礼貌”等。让幼儿亲自感受集体的温暖,懂得尊重他人就是尊重自己的道理,从而达到引导、教育幼儿的目的。又如:我们针对小班幼儿不敢或不愿与别人交流的情况设计了“我是小主人”的角色游戏。在活动室里布置了“客厅”,让幼儿主动地招呼客人,介绍自己,为客人表演节目,帮助小班幼儿克服心理障碍。活动后,幼儿都希望自己家里有人来做客,自己能像小主人一样热情大方待客,不再害羞。

为了培养幼儿良好的心理素质,我们还在周五下午放学后安排了大、中、小班幼儿开展“赞美时刻”活动。教师和小朋友一起互相赞美别人的优点,然后评出进步之星,并将其照片公布在信息窗里,鼓励幼儿相互促进,也在无形中强化了幼儿的积极情绪。

四、结语

综上所述,不论是在哪一阶段的教学过程中,学生心理健康教育都是至关重要的。幼儿在学前阶段的教育主要是起到启蒙的作用,教师除了教给幼儿一些简单的学科知识,更要注重幼儿的心理健康发展。

参考文献

- [1]陈西君.关注幼儿心理健康,多途径开展幼儿心理健康教育[J].现代交际.2018(02)
- [2]冯金.幼儿心理健康教育问题研究[J].现代交际.2015(12)
- [3]王艳红.浅谈幼儿心理健康教育[J].新校园(中旬).2018(11)
- [4]张冬文.浅谈幼儿心理健康教育的途径与方法[J].考试周刊.2019(70)