

# 幼儿园心理健康教育的策略

胡婷婷

(江西省南昌县莲塘第二幼儿园 江西 南昌 330200)

**[摘要]** 幼儿园阶段是人一生中最重要的成长阶段, 幼儿的心理健康教育也是十分重要的。所以教师应该关注幼儿的心理健康, 要密切关注他们的心理变化, 让他们能够形成更加健康的心理, 能够在各种学习和活动中保持良好的情绪态度, 提高自身的道德修养和行为品质。

**[关键词]** 幼儿园; 心理健康; 策略

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.05.820

## 一、幼儿园心理健康教育的价值

### 1. 有利于幼儿的心理健康发展

幼儿的心理发展状况影响了幼儿的生理发展状况, 并且也会直接影响幼儿的综合素质。所以在幼儿园阶段, 教师对幼儿展开有效的心理健康教育, 能够为幼儿创造更加良好的学习和生活环境, 帮助他们强化心理素质, 保护他们的心理, 让幼儿能够始终保持一种健康稳定的心理状态, 对他们的成长和发展具有十分重要的作用。

### 2. 有利于幼儿形成健全的人格

幼儿园的学习其实也是幼儿迈入社会化环境的第一步, 他们离开了自己熟悉的环境, 离开了陪伴自己的亲人, 对周围的一切都是很陌生的, 所以他们的情绪会出现比较明显的波动。有的幼儿会哭泣、会自闭, 甚至会出现暴躁的行为, 这就是幼儿出现心理健康问题的前兆。所以教师对幼儿展开心理健康教育, 能够及时关注这些幼儿的心理健康情况, 关注他们的变化, 并且还能够根据幼儿心理成长的规律, 对他们进行有效的引导, 帮助幼儿树立正确的观念, 促使他们能够和其他同伴互相玩耍, 互相沟通, 逐渐养成乐观、开朗、阳光的性格, 有利于让幼儿形成更加健全的人格。

### 3. 有利于幼儿健康快乐的成长

一个良好的心态, 对一个人一生的生活和学习是有着非常重要的作用的。所以说在幼儿园阶段, 教师展开心理健康教育, 可以在孩子心中埋下乐观的种子, 让他们能够在各种环境中更加茁壮地成长。这样一来, 幼儿的人格才会更加完善, 并且能够在遇到各种困难的时候, 保持更加积极乐观的生活态度, 让自己更加快乐、健康地成长。

## 二、幼儿园心理健康教育的实施准则

### 1. 主体性原则

在新课改的教育背景下, 教师应该更加关注幼儿的主体地位, 所有教学活动的开展都应该围绕着幼儿展开。所以说教师要想在幼儿园阶段实施心理健康教育就一定要尊重幼儿, 要切实了解他们的想法, 主动关心他们, 了解他们内心的基本需求, 能够从幼儿的心理角度出发, 进行积极的引导, 促使他们能够保持更加健康的心理。

### 2. 协同性原则

在幼儿园阶段实施心理健康教育并不意味着要停止其他的教育教学活动, 每一项教学活动的开展都应该保持联系性, 不能把任何一个活动割裂开来, 让它们单独存在。所以教师一定要注重多方面的协调和发展, 让其他的教育教学内容能够同心理健康教育保持协同性原则, 促使幼儿能够在各项的教育教学活动中养成一种良好的心理健康状态, 促使各项教学活动之间能够相互渗透, 增强协调性, 让幼儿能够获得更加全面的发展, 提高他们的综合素质。

## 三、幼儿园心理健康教育的策略

### 1. 创造有利于心理健康教育的环境

环境对人的影响是巨大的, 所以教师要想实现高效的心理健康教育, 就一定要创造有效的环境, 潜移默化地影响和熏陶幼儿, 让幼儿能够受到环境的影响, 提升对心理健康教育知识的认知。

例如, 教师可以精心布置班级环境, 可以选取一些表示高兴、快乐的图片, 比如笑脸以及一些活泼外向的动画人物形象, 比如孙悟空、喜洋洋等, 粘贴在墙上, 也可以用一些暖色调的颜色作为主要的背景墙, 比如黄色、粉红色等等, 尽可能

地为幼儿创设一个轻松愉悦的班级环境。此外, 教师还应该营造一种和谐互动的班级氛围。可以结合教学内容或者节日特征, 开展各种有趣的小活动, 充分调动幼儿的积极性, 和他们实现有效的互动。这样一来, 就能够不断拉近自己与幼儿之间、幼儿与幼儿之间的距离, 能够促使他们互相沟通与交流, 共同营造一个和谐的班级气氛。通过良好环境的创造, 对幼儿产生潜移默化的影响, 能够让幼儿形成良好的情绪态度, 保持积极乐观的心态, 以此达到心理健康教育的目的。

### 2. 在集体教育活动中渗透心理健康教育

#### (1) 在教学内容中拓展延伸心理健康教育知识

不同的教学内容中其实涵盖了不同的心理健康教育知识, 因此教师一定要对一些教学内容进行拓展和延伸, 要充分挖掘其中所蕴藏着的教育资源, 结合多元化的教学活动, 对幼儿展开不同程度的心理健康教育, 丰富幼儿的认知和体验, 让幼儿能够更好地吸收和内化这些心理健康知识。

#### (2) 通过教师的言行帮助幼儿形成健康的心理

教师在幼儿的学习和生活中扮演着十分重要的角色, 他们的言行举止对幼儿的行为和习惯形成具有十分重要的作用。因此, 教师要想在幼儿园的教学活动中进行有效的心理健康教育, 就一定要注重自身言行举止的规范化和标准化。教师不能停止学习的步伐, 要不断丰富自身的心理健康教育知识, 选修与心理健康教育相关的专业, 切实提升自己的业务能力。并且在上课之前, 教师应该积极调整自己的情绪, 要保证自己拥有一个乐观的心态, 脸上挂满笑容, 这样才能够对幼儿形成正向的引导, 能够和他们进行互相交流, 参与各种有效的活动。让幼儿能够在游戏活动中, 感受到教师的积极情绪, 模仿教师解决困难的乐观态度, 让他们无意识地模仿和学习, 将老师作为自己的学习榜样, 实现有效教育的目标。

#### (3) 在多元互动中培养幼儿人际交往能力

教师要想切实提高对幼儿进行心理健康教育的实效, 就应该注重培养幼儿的人际交往能力, 让他们能够更好地适应社会的发展变化。对此, 幼儿教师就应该在集体性的教学活动中采取多样化的教学手段, 加强师生之间、生生之间的有效互动。

## 四、结语

综上所述, 幼儿教师一定不能忽视对幼儿的心理健康教育, 要明白心理健康教育是幼儿园教学的主要内容, 也是新时代背景下幼儿园教育的必然趋势。所以教师一定要明白心理健康教育对幼儿的成长和发展具有十分重要的作用, 要采取有效的措施让教育更加科学合理地展开, 从不同的角度出发, 制定不同的心理健康教育方案, 让幼儿尽可能地获得更好的发展, 让他们能够拥有乐观的态度, 能够在逆境中奋力拼搏, 昂扬斗志, 乘风破浪, 让自己的人生更加精彩, 充满无限可能。

## 参考文献

- [1] 何苗. 幼儿园开展心理健康教育的具体策略分析[J]. 当代家庭教育, 2019(15): 31.
- [2] 田甜. 幼儿园教师的幼儿心理健康教育观调查[D]. 华中师范大学, 2019.
- [3] 蒋薇娜. 探究心理健康教育在幼儿园教学中的渗透[J]. 情感读本, 2019(12): 5.
- [4] 李艳丽, 乔丽红, 李静. 关于在幼儿园建设中突出心理健康教育的探索与研究[J]. 现代职业教育, 2019(11): 108-109.