

# 优化幼儿园环境，缓解幼儿新入园分离焦虑

方影

江西省新余市蓓蕾幼儿园

**[摘要]** 幼儿新入园出现分离焦虑的现象非常普遍，一旦幼儿离开熟悉的环境，会觉得非常害怕，若是教师也无法合理处理好幼儿的焦虑情绪，将会给幼儿的健康成长产生较大的影响。为了可以给幼儿营造出健康的成长环境，教师就需要优化幼儿园环境，帮助幼儿缓解分离焦虑，从而在轻松的环境中健康快乐成长。

**[关键词]** 幼儿园；优化环境；分离焦虑；缓解策略

**【DOI】** 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.09.981

新入园的幼儿从熟悉的家庭环境进入到幼儿园这一新的环境中，会产生不适应的现象，由于幼儿所处的环境出现了改变，产生了不均衡的状态。为了让幼儿重新回到均衡状态，就需要对幼儿园的环境进行优化，给幼儿提供有效的帮助，缓解幼儿新入园的分离焦虑。

## 一、创设宽松的环境

自由宽松的环境可以让幼儿健康成长。幼儿园想要创设出宽松的环境，作为教师需要放下威严的态度，避免始终保持权威的形象，要保持真诚的态度和平等的地位对待幼儿，充分尊重幼儿，与幼儿平等展开对话。教师要耐心聆听孩子内心的声音，听从孩子的想法，让幼儿变成幼儿园活动的主体，从而帮助幼儿缓解分离焦虑。只有在宽松的环境中，幼儿才能勇敢表达出自己的看法，敢于做自己想做的事情。当孩子无意犯错时，教师也要宽容对待孩子的错误。教师在对待孩子时，要保持一视同仁的态度，保持公平公正的态度看待每一个孩子，教师还要保持欣赏的眼光来看孩子，善于挖掘孩子身上的闪光点，运用鼓励的言语、有爱的动作、赞扬的目光，让孩子在心理上体会到成功的感受，进而良好地缓解幼儿的分离焦虑。

## 二、满足幼儿的发展需求

幼儿园的环境设计就是要为幼儿的发展需求提供服务。由于幼儿园是幼儿成长的乐园，是幼儿成长的重要过渡时期。幼儿需要在这里学会如何与同伴进行交往，学会如何建立起自己的人际交往关系，掌握好社会生存能力。作为幼儿园的教师，为了更好地帮助幼儿缓解分离焦虑，在优化幼儿园环境的同时充分满足幼儿发展的实际需求。

例如幼儿园组织“特色篮球”活动当中，能够看到优化幼儿园环境的效果。在活动中先设计出一个主题式的海报当作宣传。将“特色篮球”当作主题背景墙，设计成为幼儿能够擦拭的“涂鸦墙”，每一个幼儿画出自己心中的“篮球”。当然，也可以与自己的父母一同画出篮球。最终选择最具特色的亲子篮球画作当作主题海报的封面，展开大力宣传。幼儿园的环境布置可以促使幼儿主动参与进来，自然地带着幼儿进入到活动情境中。之后，在幼儿园中展开游戏材料的布置，将较为特殊的材料设计为亲子活动的工具，如梯子、轮胎、瓶子等，给幼儿园展开亲子活动提供道具辅助。

幼儿和父母在材料的助力下能够进行技能的锻炼，营造出和谐的亲子活动氛围。除去活动的宣传以及材料外，还要有适宜的场地。幼儿教师要在幼儿园当中设计比赛场所。如投篮、运球等比赛，让幼儿利用小比赛得到小奖品，提高幼儿参加的热情。从而可以了解到，幼儿园的环境可以给幼儿的成长带来良好的机会，能够让幼儿更主动地参与到活动中去。有了游戏环境的支持，营造出理想的游戏氛围。幼儿参与热情高涨，可以更有效地缓解幼儿的分离焦虑，为幼儿更好地适应幼儿园的生活带来较大的好处。

## 三、创设幼儿被爱环境

### （一）做好准备工作

1. 召开新生家长会。幼儿园在每一年的七月份，召开下一学期的新生家长会。由幼儿园的园长亲自为家长介绍幼儿园的教育理念、目标，获得家长的认同和肯定。并且要与家长一同探讨幼儿的心理特征、教育方法、新入园幼儿可能出现的各种行为与解决方法，为教师与家长未来更好地合作夯实基础。让教师与家长了解：家长和幼儿园的任务，不是禁止孩子哭闹，而是要帮助幼儿缓解分离焦虑，促使他们更快速适应幼儿园生活。并且，邀请幼儿家长在幼儿新入园之前科学展开育儿，运用自身的良好言行举止给予幼儿影响，让孩子在上幼儿园之前做好心理准备。除去新生家长会，还能结合实际情况召开班级家长会和小班年级的家长会，对幼儿入园期间的实际情况及时与家长沟通，为家长介绍幼儿园的具体保教情况。另外，给家长介绍缓解幼儿分离焦虑的方式，如家长将幼儿交给教师后尽快离开，在孩子面前表扬教师，表扬孩子每天的情况，家长要相信教师能够一同努力帮助幼儿渡过新入园的阶段，良好缓解幼儿的分离焦虑。

2. 开学前家访。幼儿园开学前，新的小班教师都要去进行家访，了解幼儿所在家庭的教育环境与幼儿的个性特点，与家长展开交流，做好调查问卷，仔细记录特殊的情况，为开学保育工作做足准备。通过家访，幼儿能够对教师产生好的印象，有效对幼儿的分离焦虑展开缓解。

3. 开学前开展亲子活动。幼儿园展开新的小班亲子活动，邀请家长带领孩子到幼儿园当中参与到亲子活动中。通过教师带着幼儿做游戏、玩玩具、到幼儿园的各个区域进行仔细观察，让幼儿开始更喜欢老师，感受到幼儿园是充满趣

味的地方，让幼儿充满向往。亲子活动可以让幼儿入园之后的适应期变短，家长们也很认同亲子活动，每天按时带着孩子到幼儿园，了解教师的保育工作，了解孩子的适应情况，让孩子认识伙伴，熟悉幼儿园的环境，到真正入园时就能够把孩子放心交给教师。

### （二）完善教育技巧

新入园，教师不要给孩子提出过多的要求。受环境与人际关系的改变，幼儿会觉得很难适应，若是刚入园就让幼儿听讲要坐好、喝水排队、吃饭不偏食等，会让幼儿立马觉得不自在，不喜欢上幼儿园。这时候，幼儿教师努力关爱每一个孩子，尽量满足孩子的要求，让幼儿真正感受到幼儿园和自己的家一般，教师如同自己的妈妈一般，逐步减轻幼儿内心的恐惧，让幼儿更快速适应幼儿园的要求，缓解分离焦虑。在刚开始入园的前两周时间，对哭闹非常严重的幼儿，尝试让孩子回到家中午睡，缩短孩子离开家人的时间，让孩子有一个过渡的时期，减轻分离的焦虑，逐步适应幼儿园的生活。另外，刚开始进入幼儿园中，教师安排幼儿参与到各种充满趣味性的游戏中，比如带着头饰来模仿动作；玩捉迷藏、老鹰捉小鸡等游戏。教师需要不断变化游戏的种类，让幼儿在游戏当中体会到开心快乐，忘了回家。部分教师认为刚入园的孩子很难组织，任由幼儿自己玩耍，幼儿想家的情绪更加严重，由于刚进入幼儿园当中的幼儿自主性不强，无法掌握基本的独立玩耍的技能，所以这样的做法并不可取。

### （三）加强家园互动

幼儿园教育当中家长属于比较重要的一项资源。幼儿园的环境创设和布置有利于家园间更好地展开合作和联系。首先，设置家园联系栏。经过调查和家长零距离之间的接触，掌握孩子的需求，紧抓孩子关心的问题来安排栏目，让每一名家长各取所需。如爱心小站，专门提出一些家园育儿当中出现的难题；还比如亲亲宝贝，给家长介绍亲近孩子的小妙招。还比如温馨贴士，结合天气和日常的实际情况，提示家长在育儿当中的注意事项。主题乐园主要是为孩子展示有关班级主题有关的内容、幼儿在课堂中的语言，让家长及时了解孩子在班级主题活动当中的进程。其次，设置走廊亲子乐园。幼儿园的走廊一直以来都是漂亮的风景，幼儿园把走廊开辟成为“亲子活动乐园”，能够呈现出幼儿的作品，还能结合班级主题活动设置小问题，让家长带领孩子找到问题答案。在这样的互动当中，不断巩固以及拓展幼儿的知识经验。如在“蔬果娃娃”这样的主题活动中，幼儿园把幼儿带来的各式各样的蔬菜和水果展开分类，悬挂在走廊中的“亲子活动乐园”当中，设置出“这些蔬菜的叶子有怎样的不同？大家是否认识这些蔬菜和水果？”等问题，让家长带领孩子找寻答案，把答案记录在纸上，贴在对应的位置上。这样一来，更好地帮助幼儿缓解分离焦虑。

## 四、优化人际交往环境

好的同伴关系能够帮助幼儿养成自信、活泼的性格，有助于推动幼儿心智与社会化的发展。幼儿在同伴交往中获取的交往能力与自信心等都为将来的人际交往能力打下了基础。首先，教师要营造出平等的交往氛围，提高幼儿的交往自信心。教师对待每一位幼儿的态度和方式都将对幼儿的判断产生影响。和谐的同伴关系建立在和谐的师幼关系基础上。教师要平等对待每一个孩子，为孩子提供正确的价值判断，让孩子在同伴中被尊重，建立起幼儿的自尊心和自信心。其次，教师要给幼儿营造出积极主动交往的环境，为幼儿提供更多的交往机会，让幼儿掌握交往的方法，解决同伴之间的冲突，学会同伴之间相互帮助以及相互合作。如新幼儿入园时，教师向幼儿介绍自己，并且拥抱幼儿，为幼儿做好示范，再让幼儿模仿，帮助幼儿之间减轻陌生感，体会到同伴之间良好友谊的感受。此外，通过角色游戏、分组交流等活动，让幼儿与同伴进行相互模仿、学习、评价中一同成长，幼儿在集体活动当中，认识自我、了解他人，遵守游戏规则，调节自己的行为，建立起互相帮助、团结友爱、相互信任的同伴关系，更好地减轻幼儿的分离焦虑。

总而言之，新入园的小班幼儿的分离焦虑关系到幼儿一生的健康成长，教师要充分认识到自身责任的重大，探索更多有效的策略缓解新入园幼儿的分离焦虑。教师和家长要一同努力，给幼儿营造出更健康、更生态的成长环境，缓解幼儿分离焦虑，帮助幼儿逐步迈出自己的小圈，认识更大更广的世界。

### 参考文献

- [1]张怡欣. 幼儿入园分离焦虑的影响因素和缓解对策探析[J]. 基础教育参考, 2021(09): 68-71.
  - [2]竹茜茜. 新入园幼儿分离焦虑的影响及对策研究[J]. 新课程, 2020(39): 103.
  - [3]王晓云. 小班幼儿新入园分离焦虑探究[J]. 知识文库, 2020(11): 85+87.
  - [4]杨博. 新入园幼儿分离焦虑成因与对策探析[J]. 成才之路, 2020(11): 100-101.
  - [5]高敏. 巧用绘本有效缓解幼儿入园分离焦虑[J]. 科学咨询(教育科研), 2018(06): 168.
  - [6]朱桑丽. 新入园幼儿分离焦虑原因和对策的研究[J]. 小学科学(教师版), 2018(02): 79.
  - [7]王会领. 以梯度入园缓解新入园幼儿的分离焦虑[J]. 广西教育, 2016(45): 40+42.
  - [8]王丹丹. 建立良好师幼依恋, 缓解幼儿入园分离焦虑[J]. 教育导刊(下半月), 2014(08): 67-69.
  - [9]曹俊芳. 悠悠转型记——新入园幼儿分离焦虑缓解策略初探[J]. 启迪与智慧(教育), 2012(07): 95.
- 基金项目：江西省教育科学规划课题一般课题，《缓解小班幼儿新入园分离焦虑的实践研究》。编号：20PTYB123