

论新入园小班幼儿分离焦虑的对策

欧阳陈

(江西省九江市彭泽县第二幼儿园 江西 九江 332700)

[摘要]在幼儿园开学之初,新入园的小班幼儿正处在从家庭到幼儿园的适应、过渡阶段,幼儿总会有哭闹的现象,这是幼儿分离焦虑的一种信号。当幼儿出现分离的时候,如果得不到及时有效的处理,就会严重影响幼儿的健康成长。怎样缓解幼儿的分离焦虑、安定幼儿的情绪成为幼儿园教师工作的主要任务。通过收集和整理大量的有关资料,研究新入园小班幼儿分离焦虑的表现和危害,总结出影响幼儿分离焦虑的多种因素,并针对这些因素提出了消除新入园小班幼儿分离焦虑的对策。

[关键词]幼儿;新入园;分离焦虑;对策

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6288.2021.05.809

幼儿新入园时,不管是环境、心理还是生理都发生了巨大的变化,要实现从家庭到幼儿园的顺利过渡需要一个过程,在这个过程中,幼儿各方面发展还不成熟,他们无法排除自己内心的焦虑与恐惧,因此家长和老师都不应该是旁观者,而是要积极采取措施减少或者缓解幼儿的分离焦虑,让幼儿尽快的适应幼儿园的生活。

一、家长做好入园前的准备,有利于幼儿尽快的适应幼儿园生活

1、培养幼儿良好的生活习惯,提高幼儿的独立生活能力

家长平时要培养幼儿良好的生活习惯,教给幼儿基本的生活技能。比如:早上按时起床、晚上按时睡觉、中午养成午休的习惯、要专心进食、不挑食、安静睡觉、安静等待、听从指示等。家长应该鼓励孩子多与别人交往,学会与别人分享与合作。此外,家长应该有意识的提高幼儿的生活自理能力。在平时的生活中要求孩子学会自己吃饭、穿衣服和脱衣服、自己洗手、喝水等日常生活技能。鼓励孩子当遇到自己无法完成的事情时,主动请求成年人的帮助。只有让幼儿在入园前养成良好的生活习惯和技能,幼儿在入园的时候才能很快的适应幼儿园的生活,减少幼儿新入园时的分离焦虑,从而尽快的适应幼儿园。

2、扩大幼儿的人际交往圈,增强幼儿人际交往的能力

为了让幼儿的尽快适应幼儿园的集体生活,家长要有意识的扩大幼儿的人际交往圈,增强幼儿人际交往的能力。家长应鼓励孩子花费一定的时间和精力去和同龄人聊天、游戏、出游,绝不能借口文化学习重要而忽视孩子在这方面的实践机会。当孩子出现与其他小朋友玩耍的愿望时,要给予积极的鼓励;当孩子表现出对与他人交往的恐惧感和厌恶感时,要耐心细致地与孩子交流,帮助他缓解紧张感,并为孩子创造交往的条件。无论如何都不能以保持家庭的整洁、安宁为由将孩子的朋友拒之门外。

二、充分发挥幼儿园的积极作用,缓解幼儿的分离焦虑

幼儿从温馨的家来到陌生的幼儿园,很容易产生紧张、焦虑的情绪,为了缓解幼儿新入园时的紧张情绪,幼儿园应根据幼儿的年龄特征,精心布置幼儿园。温馨、舒适、亲切的家庭式环境能有效缓解幼儿的焦虑和不安,而充满童趣的环境布置能转移幼儿的注意力。教师可以根据新入园幼儿的年龄特点、兴趣爱好和需要,精心布置活动室和各个区角,营造温馨、快乐的氛围。教师可以将幼儿的照片、喜欢的卡通形象做成教室墙饰的一部分,或是将幼儿其他熟悉或喜爱的玩具、物品放到区角,让幼儿在教室中找到熟悉感和归属感。幼儿在这种温馨、舒适的环境中感觉到了家一样的温暖,就是情不自禁的参与到活动中,暂时忘记了与家人分离的不愉快,并逐渐喜欢上幼儿园。

三、加强家园交流合作,缩短幼儿的分离焦虑

要实现幼儿由家庭到幼儿园的顺利过渡,不是某一方面做好了就可以了,而是要家庭与幼儿园的密切配和,做好提前的准备。家长和老师要相互交流,让老师了解幼儿在家的习惯与爱好,让家长了解幼儿在幼儿园的行为表现,只有家园携手,才能让幼儿减少焦虑感,尽快适应幼儿园的生活。

1、老师主动加强与家长交流,全面了解幼儿的习惯和爱好

为了让幼儿尽快的适应幼儿园的生活,老师应该主动与

家长交流,全面了解幼儿的习惯与爱好。老师与家长交流的方式主要有家访和开家长会两种方式。为了能全面的了解幼儿,老师可以在幼儿入园前进行家访,在家访中向家长了解幼儿的饮食习惯、睡眠习惯、家庭情况社会交往能力、自理能力和性格品质等,并在家访时做好记录,做到对幼儿的习惯和爱好心中有数。为了让家长配合幼儿园的教育,在幼儿入园后,可以召开新生家长会,一方面向家长介绍幼儿的教育目标、教育内容、教育形式、幼儿的作息制度和生活常规等。另一方面,向家长汇报幼儿在幼儿园的情况,让家长消除对幼儿园的不信任感,从而积极的配合幼儿的工作,携手帮助幼儿顺利度过适应期。

2、家园携手,提前让幼儿感受到上幼儿园的樂趣

幼儿园开学之前,幼儿园和家长应该有意识的提前让幼儿感受幼儿园丰富多彩的环境和快乐有趣的生活,令幼儿产生喜欢上幼儿园的情感。例如幼儿园可以安排家长在开学前带幼儿参观幼儿园,让孩子逐渐了解幼儿园的生活常规。家长可以让幼儿参与幼儿园的活动,让幼儿在活动中感受到老师的和蔼可亲,感受到与小伙伴玩耍的快乐和有趣。在老师和家长的共同努力下,孩子们逐渐熟悉幼儿园的常规要求,熟悉幼儿园的老师和小朋友,熟悉幼儿园的环境,孩子们新入园的时候就不会感到紧张和孤独,他们会因为自己有新的伙伴而感到高兴,他们会发现幼儿园里有很多有趣的事情可以做,上幼儿园是一件很快乐的事情。这时候与父母暂时的分离不再使他们感到焦虑不安,分离焦虑的问题也自然得到缓解。

结束语

小班幼儿新入园的分离焦虑是幼儿心理方面的问题,要有效的缓解幼儿新入园时的分离焦虑,减少幼儿的痛苦,不是幼儿教师付出努力就可以了,需要家庭、老师甚至社会共同关注、共同努力,才能使我们可爱的孩子们减少了痛苦的煎熬,使他们更好、更快的适应了新的环境,让我们用温暖的手牵着孩子们迈出踏上社会的人生第一步。

参考文献

- [1] 朴永馨. 特殊教育辞典[M]. 北京: 华夏出版社. 2006: 326-327.
- [2] 陈会昌. 中国学前教育百科全书·心理发展卷[M]. 沈阳: 沈阳出版社. 1995: 177.
- [3] 黄志敏. 小班幼儿新入园分离焦虑研究[D]. 广西师范大学, 2007: 11.
- [4] 黄志敏. 小班幼儿新入园分离焦虑研究[D]. 广西师范大学, 2007: 13.
- [5] 张慧编译. 减轻孩子的分离焦虑[J]. 幼儿教育, 2004(8): 5.
- [6] 姜永杰. 心理学视野中的幼儿入园适应探析[J]. 幼儿教育, 2006(7-8): 22.
- [7] 郝克明, 汪明. 独生子女群体与教育改革·我国独生子女状况研究报告[J]. 教育研究, 2009, (02).
- [8] 卢月红. 如何消除孩子初入幼儿园时的焦虑[J]. 山东教育, 2003, (18).
- [9] 吴海霞. 母亲教养方式、母子依恋与小班幼儿入园适应的关系研究[D]. 首都师范大学, 2009.
- [10] 罗增让. 儿童分离焦虑的发展变化研究[J]. 心理发展与教育, 2002(4): 65.