



第一单元

学前儿童心理健康教育概述

知识目标

掌握学前儿童心理健康的标准；
掌握学前儿童心理健康教育的概念；
掌握学前儿童心理健康教育的意义；
理解学前儿童心理健康教育环境创设的内容。

技能目标

能够根据幼儿园的实际情况创设心理健康教育环境。

素养目标

通过学习,让学生端正学习态度,激发学习兴趣,积极融入学习之中；
通过学习,让学生学会调整自己的心理健康状态,在未来的工作中运用基本原理提升自己的工作能力。





引导案例

在日常生活中,总是有一些儿童不爱去幼儿园,在每天父母将其送到幼儿园时会哭闹。此类儿童胆小、怕生,不爱与同伴一起玩耍,不爱说话,没自信;学什么东西都是三分钟热度,不能坚持,遇到困难就往回缩;自制力差,常丢三落四,做事情没有计划性,没有目标和时间观念。还有一些儿童从小娇生惯养,养成了一些不良习惯,时常有一些不良行为;因过度赏识教育的影响而变得虚荣,自尊心极强,只能听表扬的话和好话,听不得半点儿批评的话,容不得别人说半句不好,受不得一点儿挫折。有的家长认为这些都是小毛病,孩子年龄小,长大了就会改好,但真的是这样吗?

学前儿童心理健康教育是学前儿童健康教育不可或缺的一部分。教育部颁布的《幼儿园教育指导纲要(试行)》强调身体健康与心理健康是密切相关的,心理健康教育是学前儿童健康教育的重要组成部分。实施心理健康教育,使儿童具有健康的心理素质,是人发展的需要,也是社会发展的需要。

《幼儿园教育指导纲要(试行)》明确指出:“幼儿园必须把保护幼儿的生命和促进幼儿的健康放在工作的首位。树立正确的健康观念,在重视幼儿身体健康的同时,要高度重视幼儿的心理健康。”儿童心理健康教育作为培养儿童身心健康的重要组成部分日益受到社会各界的重视。



资料

《幼儿园教育指导纲要(试行)》

模块一 健康教育的内涵

一、健康

不同时代及不同国家的经济、文化、卫生法规、保健要求的不同导致人们对健康的理解不同。在比较长的一段时期里,人们对健康的理解仅仅是指身体的无病状态,即只要身体(组织、器官、细胞)没有疾病,就称为健康。

1948年,世界卫生组织(World Health Organization, WHO)将健康定义为:身体、心理和社会适应的完满状态,而不仅仅指没有疾病或虚弱现象。随着自然科学和社会科学的迅速发展,人与环境的关系、心理与生理的关系的重要性逐渐被人们认识。各种社会事件可通过人的心理反映到机体上,引起心理、生理方面的种种变化,进而影响健康,引起疾病。

生物学已不能很好地解释所有资料和现象,随着医学模式从传统的生物学模式向生物-心理-社会医学模式的转变,健康的含义发生了相应的改变。1989年,世界卫生组织将健康的概念调整为躯体健康、心理健康、社会适应良好和道德健康。1992年,世界卫生组织发布了健康的新概念:一





个人只有在躯体健康、心理健康、社会适应良好和道德健康四方面都健全,才算是完全健康的人。

世界卫生组织关于健康的这一定义把人的健康从生物学的意义上扩展到了精神和社会关系(社会相互影响的质量)两个方面的健康状态,把人的身心、家庭和社会生活的健康状态均包括在内。

二、健康教育

1981年,世界卫生组织提出的健康教育的定义为:帮助并鼓励人们有达到健康状态的愿望,知道怎样做才能达到这样的目的,每个人都尽力做好本身或集体应做的努力,并知道在必要时如何寻求适当的帮助。

1988年,第十三届世界健康教育大会提出的健康教育的定义为:一门研究传播健康知识和技术、影响个体和群体行为、消除危险因素、预防疾病、促进健康的科学。

2009年3月8日至12日,世界卫生组织在印度孟买召开了第十四届世界烟草及健康会议,将健康教育定义为:通过系统的、有计划的社会行动和学习经验的综合帮助人们获得控制健康和健康相关行为的决定因素,以及控制影响个人和他人健康的环境条件的能力。

随着健康教育定义的不断补充和完善,人们可以清晰地看到,健康教育是教育活动,是有目的、有计划、有组织、有评价的教育活动,关系到人们的知识、态度和行为的改变。健康教育可引导人们提高自我保健能力,形成健康行为,改正不良习惯,消除危险因素,防止疾病,最终促进人类健康发展。

模块二 学前儿童心理健康教育的内涵

一、学前儿童健康

《3—6岁儿童学习与发展指南》对健康的定义是:人在身体、心理和社会适应方面的良好状态。由此,学前儿童健康是指学前儿童的各个器官生长发育正常,能较好地抵抗各种疾病;性格开朗,无心理障碍,对环境有较好的适应能力。

二、学前儿童心理健康

心理健康是指个人心理方面的良好状态。个人的认知能力、情感表达、行为表现等方面都应该维持在一个正常且平衡的状态下,使个人对自己及对环境的调试能够达到最高效能,进而获得快乐、满足,产生合乎社会文化要求的行为。

学前儿童心理健康是指儿童的生理、心理和社会适应方面处于相互协调的和谐状态,表现为学前儿童人格发展正常,具有强烈的求知欲,无任何心理障碍,在合理的需要与愿望得到满足后,其情绪方面所表现出来的稳定或平静状态。

学前儿童心理健康应表现为个体的整个心理活动和心理特征的相对稳定、相互协调、充分发展,



资料

《中国儿童发展纲要(2021—2030年)》





并与客观环境相一致。学前儿童心理健康主要有以下重要标准。

（一）智力发展正常

智力活动是心理活动的认知功能,是心理健康的主要标准。智力发展正常是指与正常的生理发展,特别是与大脑的正常发育相协调的各种能力的发展正常,一般包括认知能力、语言能力和社会能力等。智力发展正常的儿童应该表现出与其年龄段相符合的行为和能力。例如,能够认知周围事物,有数的概念;能够进行简单的日常生活自理,即自己穿衣、吃饭等;能够用语言与他人进行交流,表达自己的意愿或想法;能够较客观地了解和评价他人,与同伴合作等。

（二）情绪反应适度

情绪会影响学前儿童多方面的发展,情绪对心理活动常常起到推动或阻碍的作用。学前儿童只有情绪健康、稳定才能对外界反应适度。情绪健康、稳定是指学前儿童能够对不同的外界刺激做出相应的情绪反应和身体行为,且其反应和行为具有一定的控制性和稳定性。情绪健康、稳定的学前儿童不会无缘无故感到不满意、痛苦、恐惧,也不会无缘无故从某一极端的情绪状态迅速转向另一极端的情绪状态。心理健康的学前儿童能够经常保持愉快、开朗、自信、满足的心情,能够合理地发泄消极情绪,保持与周围环境的动态平衡。心理健康的学前儿童能够体验基本的情绪,表现出相应的反应和行为,不会表现出对外界事物的淡漠、无动于衷,或过度焦虑和恐惧。

（三）人际关系和谐

和谐的人际关系是保障学前儿童心理健康的重要条件。人际关系和谐是指儿童在一定的情境下能够表现出亲社会行为,在现实生活中会扮演不同的角色。学前儿童的人际关系虽然简单,且其人际交往的技能较差,但是心理健康的学前儿童愿意与人交往,能与同伴友好相处,能通过交往获得信任和尊重。心理健康的学前儿童的具体表现为有良好的亲子关系、同伴关系、师生关系,有一定的人际交往能力,会分享,会合作,会保护自己和别人。心理不健康的学前儿童则常表现出孤独、高傲、不合群、争执、攻击性、交往不良等心理与行为特征。

知识拓展

儿童6岁前社会性发展的指标^①

儿童6岁前社会性发展的指标如表1-1所示。

表1-1 儿童6岁前社会性发展的指标

序号	行为项目	期望年龄		
		年	月	周
1	对微笑和谈话有反应			6

^① 庞建萍,柳倩.学前儿童健康教育[M].上海,华东师范大学出版社,2008:147-149.





续表

序号	行为项目	期望年龄		
		年	月	周
2	认识母亲			12
3	对父亲表现出兴趣			14
4	不认生			16
5	怕生、避开陌生人			32
6	对“再见”有反应			40
7	对禁止的词有反应			52
8	玩拍手游戏			52
9	挥动手表示“再见”			52
10	对陌生人不再羞怯	1	3	
11	喜爱模仿成人的活动	1	3	
12	喜欢把另一儿童看作一件物体而不是人	1	6	
13	单独玩	1	6	
14	为成人(父亲)拿东西(拖鞋等)	1	6	
15	表现出个人私有的最初观念	1	6	
16	希望参与做家务事	1	9	
17	对别的儿童很感兴趣并注视他们	2		
18	开始做平行游戏(坐在同伴旁边玩,但各玩各的)	2		
19	依赖成人	2		
20	在陌生人面前羞怯	2		
21	不好交际,缺乏社交兴趣	2	3	
22	有仪式般的行为	2	6	
23	骄横、任性	2	6	
24	开始抑制成人的影响,想要独立	2	6	
25	固执,难管理	2	6	
26	与同龄儿童相冲突	2	6	





续表

序 号	行为项目	期望年龄		
		年	月	周
27	拒绝与同伴玩玩具,忽视同伴的要求	2	6	
28	开始接受建议	3		
29	能理解和妈妈在一起时称为“我们”	3		
30	喜欢重新过婴儿的生活	3		
31	在幼儿园中能够离开母亲而独立生活	3		
32	倾向于和成人建立社会性关系	3		
33	显露出“我、他”的模仿倾向	3		
34	开始与同伴建立较亲密的友谊,对待小组成员有区别	3	6	
35	过分自信、自负	4		
36	对同伴有明显的偏爱	4		
37	尝试引起人们的注意,卖弄自己	4		
38	有服从合作的倾向,有讨人喜欢的愿望	5		
39	寻求别人的认同,避免成人的非难	5		
40	特别喜爱同龄的儿童	5		
41	对年幼的弟弟(妹妹)表现出保护、照管	5		
42	对父母和他人的情绪、面部表情很敏感	6		
43	有和父亲在一起并做一件事的强烈愿望(特别是男孩)	6		
44	在与同伴一起活动时争当“第一”	6		
45	指挥、逗弄年幼的弟弟(妹妹)	6		
46	在社会性游戏中有很好的“扮演”能力	6		

(四) 动作发展正常

动作发展与脑的形态及功能的发育有密切的关系。学前儿童躯体大动作和手指精细动作的发展水平处于正常范围是心理健康的基本条件。儿童动作发展的规律与身体发育的规律类似,表现为自上而下、自中心到边缘、由整体到部分、从无意识到有意识等。





知识拓展

学前儿童大动作和精细动作发展时间^①

学前儿童大动作和精细动作发展时间如表 1-2 所示。

表 1-2 学前儿童大动作和精细动作发展时间

年龄/岁	大动作发展	精细动作发展
2~3	走路更有节奏;由疾走转变为跑;做跃起、向前跳和接物动作时仍显得僵硬;能边走边推小车,但经常把握不住方向	能做简单的穿衣和脱衣动作,会拉开和拉上他的衣服拉链;能成功地用小勺吃饭
3~4	能双脚交替上楼梯,但下楼梯时需要用单脚引导;当做向上、向前跳跃时,上身显得较灵活;有点儿依靠上身做扔物和接物的动作,仍然需要依靠胸部才能接住一个球;能双手扶把踩三轮小童车	会扣上和解开衣服的大扣子;已学会自己吃饭;会使用剪刀;会模仿画出垂直的线段和圆圈;开始会画人,但画出的是蝌蚪式的人
4~5	能双脚交替下楼梯;能跑得很稳;能用单脚飞快地跳跃;能依靠躯体的转动和改变双脚的重心去扔球;仅依靠双手就能接住球;能飞快地踩三轮童车,将方向把握得很稳	能用剪刀按直线剪东西,能模仿画出矩形、十字形,会写拼音字母
5~6	奔跑的速度越来越快;飞跑时也能跑得很稳;能做真正的跳跃运动;表现出成熟的扔物和接物动作模式;能踩带有训练轮子的自行车	会系鞋带,能画出人体的六个部分(头、躯干、双手和双脚);能模仿写出数字和简单的字

(五) 性格特征良好

性格是指人对客观现实的稳定的态度及与之相适应的习惯化的行为方式。儿童的性格一旦形成就会呈现出相对稳定性。性格特征良好是指儿童在对客观现实的态度和日常的行为方式中表现出积极、稳定的心理特征。心理健康的儿童的具体表现为对新鲜事物感到好奇,勤奋好学;具有一定的自我意识,寻求独立;开朗、热情、大方,尊重他人,乐于助人等。心理不健康的儿童则常表现出胆怯、冷漠、固执、自卑等不良的性格特征。

^① 方富熹,方格,林佩芬. 幼儿认知发展与教育[M]. 北京:北京师范大学出版社,2003:61.(有改动)





（六）没有严重的心理问题

学前儿童由于发育不完善很容易出现一些心理问题。学前儿童的心理问题往往通过各种行为表现出来,如吮吸手指、口吃、多动等。因此,心理健康的学前儿童应没有上述这些行为表现和其他严重的心理问题。

三、学前儿童健康教育

学前儿童健康教育是健康教育的基础组成部分,是对学前儿童,尤其是对3~6岁的学前儿童,进行的有目的、有计划、有组织的健康教育,以提高学前儿童的健康认知,改善学前儿童的健康态度,培养学前儿童的健康行为,维护和促进以学前儿童健康为核心的教育活动。学前儿童健康教育的关键是使学前儿童形成健康的行为。

四、学前儿童心理健康教育

学前儿童心理健康教育是根据学前儿童的心理发展特点,有目的、有计划、有组织地开展以改善和提高学前儿童心理认知、培养学前儿童的心理健康行为为核心的一系列教育活动。学前儿童心理健康教育是系统的、完善的心理素质启蒙教育,在幼儿园教育中占有重要地位。对学前儿童进行心理健康教育可以使其受到良好的心理健康培养,使学前儿童逐步形成健康的心理和良好的心理素质。学前儿童心理健康教育的目的是提高学前儿童的心理素质而不是解决心理问题。因此,对所有儿童进行心理健康教育而不只是针对有心理问题的儿童就显得尤为重要。

学前儿童心理健康教育包括指导和帮助学前儿童以健康、积极的心态去面对生活及生活中的人和事;以合理、正确的方式去解决生活中发生的事;学会调整自己的心态,化解自己的不良情绪;用正确的方式进行社会交往,学会合作、分享;逐步建立自信、乐观、积极向上的生活、学习态度,形成良好的心理品质等实践活动。

学前阶段是儿童语言、思维发展的关键时期,也是儿童性格、情绪、意志、社会行为的发展和良好行为习惯的养成的重要阶段。学前儿童心理发育极不成熟,可塑性大,自我调节和控制水平较低,很容易受外界环境的影响,容易受到不良因素的伤害。因此,对学前儿童进行心理健康教育具有重要意义。

（一）有助于学前儿童形成健康的心理品质

学前儿童对周围环境的刺激比较敏感,当受到不良环境因素刺激时就很容易形成行为问题和不良习惯。学前儿童心理健康教育重在预防,即为学前儿童创设有利的条件,控制和消除各种不利因素。对学前儿童实施心理保健可以将学前儿童的行为问题、心理障碍消灭在萌芽状态,帮助学前儿童形成健康的心理品质。

（二）有助于学前儿童形成健全的人格

心理健康教育的根本目的在于使学前儿童形成良好的心理素质,促进儿童身心全面、和谐发展和素质全面进步。对学前儿童进行心理健康教育有利于促进其在认知、情感、意志和个性等方面的正常





发展,有利于培养其健全的人格,使其对社会具有良好的适应能力。

(三) 有助于学前儿童形成良好的行为习惯

学前儿童强烈的求知欲使他们对周围的世界充满好奇,喜欢参加各种活动,而心理健康教育与日常生活、活动密切相关。因此,根据学前儿童心理发展的特点和规律,有目的地实施安全知识、自我保护、生活习惯、规则意识等心理健康教育有助于学前儿童形成良好的行为习惯。

(四) 有助于矫正学前儿童的心理问题

对学前儿童进行心理健康教育的一项重要内容是对学前儿童的心理问题进行矫正。学前儿童年龄小,生活阅历浅,因而在受到不良影响后很容易产生心理问题。学前儿童心理健康教育可以帮助学前儿童矫正和解决这些心理问题,促进其心理健康发展。

(五) 有助于学前儿童形成高级情感

学前儿童心理健康教育在本质上是培养学前儿童的文明行为、遵守社会公德的行为和与他人友好相处的行为,而这些行为正是学前儿童高级情感的萌芽。在学前儿童心理健康教育过程中,改变不良习惯、学习自我服务技能等需要意志努力,此时学前儿童会表现出意志感;在关心公共环境卫生、遵守规则时,学前儿童会表现出责任感、公德感;在与同伴友好相处时,学前儿童会感受到友情。因此,学前儿童心理健康教育有助于学前儿童形成高级情感。

模块三 学前儿童心理健康教育环境的创设

《幼儿园教育指导纲要(试行)》指出:“环境是重要的教育资源,应通过环境的创设和利用,有效地促进幼儿的发展。”“幼儿园应为幼儿提供健康、丰富的生活和活动环境,满足他们多方面发展的需要,使他们在快乐的童年生活中获得有益于身心发展的经验。”可见,活动环境是儿童身心健康发展的重要保证,良好的活动环境在学前儿童心理健康教育活动中能够起到潜移默化的隐性教育作用,有利于有计划、有目的、有组织的教学活动的进行。因此,创设良好的环境对学前儿童心理健康教育的实施是必要条件。

一、学前儿童心理健康教育环境创设的原则

创设与教育相适应的良好环境可为学前儿童提供活动和表现能力的机会与条件。在创设环境时,幼儿园既要考虑环境对儿童身心健康的直接作用,又要使环境有益于对儿童进行教育活动。

(一) 环境的目标意识要明确

环境要为教育服务,渗透教育意图。在幼儿园创设的心理环境要以儿童为基础,各年龄班的环境要符合儿童的心理接受水平,要注重面向全体儿童进行教育。因此,幼儿园中每件物品的摆设,每种材料和每幅画的出现,都要考虑其是否符合儿童的心理发展特点,对心理健康教育有哪些具体的作





用,是否会对儿童产生某种刺激,是否会影响学前儿童心理健康教育目标的实现。

(二) 创设多层次的心理健康教育环境

学前儿童心理健康教育是以学前儿童心理学理论为基础,运用心理健康教育的方法、技术和手段,以达到培养儿童良好的心理素质为根本目的的教育活动。此类教育活动的主体是全体儿童,但是每个儿童的心理发展是有差异的,不同年龄、不同个性的儿童的心理发展的速度、兴趣、爱好和学习特点是不同的。所以,学前儿童心理健康教育又要注重个别差异。同理,环境创设也要有一定的层次,为具有不同能力水平和不同特点的学前儿童提供材料。

(三) 师生共同参与心理环境创设

学前儿童心理健康教育是由师生共同参与、相互影响的动态过程。要想进行积极的互动,教师就需要创造一个宽松、令人愉快的氛围,并突出儿童的主体地位;扮演观察者、支持者和引导者的角色。在幼儿园环境创设过程中,教师要以儿童为中心,引导儿童参与到环境创设的过程中来,参与布置活动室、寝室、洗手间等。例如,教师指导儿童收集材料、按照要求投放材料;确定环境创设的主题,在洗手间布置节约用水标志等。在对室内进行精心布置的同时,教师可以有意识地对儿童进行心理健康教育,缓解儿童的压力,满足儿童主动学习的需求。

二、学前儿童心理健康教育环境创设的内容

幼儿园的环境创设对学前儿童的心理健康教育有重要的影响。幼儿园心理健康教育环境主要包括幼儿园物质环境、幼儿园精神环境和社会环境。

(一) 幼儿园物质环境

幼儿园物质环境是影响儿童心理健康的一个主要方面,它包括自然环境、人工设施和游戏环境。

1. 自然环境

(1) 空气。阳光、空气、花草树木等都是保证儿童身心健康发展的自然环境因素。其中,空气质量的好坏是影响儿童心理健康发展的一个重要因素。例如,雾霾天气可使儿童产生心理压抑的感觉;污染严重的空气中含有二氧化硫、二氧化氮、飘尘等有害物质,儿童吸入一定量的这些物质会感到身心疲惫,易暴躁、抑郁等。长时期吸入污染严重的空气会导致儿童缺氧,影响儿童的智力活动。例如,受到汽车尾气严重污染的空气,其中的铅会在儿童体内蓄积,可导致儿童患神经衰弱综合征。

(2) 噪声。如果儿童长时间在噪声中活动,其主观听觉就会遭到损害,可使其中枢神经的调节功能发生紊乱,导致全身性多系统症状,如肠胃功能紊乱、心跳加快、血压波动、慢性疲劳和易产生烦躁情绪等。

(3) 光线。光线的强弱对儿童的影响不可忽视。幼儿园室内的光线如果太弱,长时间光照不足,儿童整日生活在阴暗、潮湿的环境中,其情绪就会受到影响,这对儿童的心理健康发展会产生不良影响。因此,幼儿园的活动室要选择向阳、光照好的房间。

2. 人工设施

(1) 活动空间。活动空间是影响儿童心理健康的一个重要因素。物品密度过高的活动室可能会





使儿童活动受阻,活动展开不够充分,儿童的社会交往因而不能很好地进行,使相互间的攻击性行为增多。同时,教师会因为活动室活动场地小而减少儿童的活动,使儿童不主动参与活动的比率提高。因此,幼儿园要创设宽敞、宽松的活动空间,增加儿童心理和身体的活动空间。教师和儿童都应该在保持心情愉悦的情况下与对方建立开放、平等、和谐、温馨的关系。只有在这种关系下,教师和儿童才能开展积极的互动。如果始终处于一种狭窄、压抑的环境中,儿童就会产生消极情绪,进而无法表达自己的想法和意见。

(2) 儿童化的设施。幼儿园设施环境要有儿童化的特点。造型独特的建筑设计能令儿童赏心悦目、心旷神怡。在这样的环境中,儿童能够自由地游戏、学习,能够在美好、和谐、健康的环境中潜移默化地感受生活,提高心理健康水平。

(3) 教育化的墙饰。幼儿园活动室内的墙壁要根据儿童的年龄特点装饰。在装饰的过程中,幼儿园要结合儿童心理健康教育理念,使环境创设具有美化和教育化的特点。例如,在幼儿园小班可以布置一些“幼儿园是我家”的墙饰、在洗手间布置“我会做”的墙饰等,这对消除儿童的入园焦虑、养成良好的行为习惯等都具有一定的教育作用。

3. 游戏环境

在幼儿园的各个活动区,教师应根据儿童的需要、兴趣、经验和能力为其提供丰富的游戏材料,满足儿童主动学习的需要,让儿童能找到适合自身发展水平的游戏情境。同时,教师要耐心引导,鼓励儿童在环境对话中使用和操作材料,亲身体验,获得经验。教师还要根据儿童各发展阶段与环境的联系不断投放相关的活动材料,以满足儿童探索、操作的需要;让儿童在新鲜、自由、宽松、和谐、安全的环境中接受教育;让儿童兴趣持久、情绪高涨,能够适应环境的变化,促进儿童心理健康向高层次发展。

(二) 幼儿园精神环境

《幼儿园教育指导纲要(试行)》指出:“教师的态度和管理方式应有助于形成安全、温馨的心理环境,言行举止应成为幼儿学习的良好榜样。”也就是说,教师应以关怀、接纳、尊重的态度与儿童交往。幼儿园作为一个小的生态系统,其精神环境可直接影响学前儿童的身心发育和行为发展。

幼儿园的精神环境主要体现在幼儿园的氛围和人际关系等方面。幼儿园的精神环境虽然是无形的,但是实实在在地存在,并影响儿童的身心发育和健康。幼儿园的精神环境比物质环境更为重要、复杂,它直接影响儿童的认知、情感和个性的发展,与学前儿童社会适应性行为形成的关系更为密切。创设健康的幼儿园精神环境有益于儿童产生和形成健康的行为与生活方式。幼儿园的精神环境主要包括师生关系和同伴关系。

1. 师生关系

师生关系,顾名思义,就是幼儿园教师与儿童之间的关系。师生关系是一种很特殊的关系,它融合了父子情、母子情和朋友情。幼儿园的社会职能主要是靠教师来完成的,各种人际关系的建立与维护都离不开教师。所以,教师是幼儿园人际关系的核心要素。一名优秀的幼儿教师除应具有较高的教学水平外,还需要了解儿童的心理发展规律,能够与儿童建立良好的师生关系。教师与儿童的关系





是幼儿园中最基本的人际关系之一。教师与儿童的关系不融洽、紧张是直接导致学前儿童心理问题的重要原因。

在幼儿园中建立良好的师生关系,创设健康的心理环境是十分重要的。在创设良好的师生关系的过程中,教师要做到以下几点:

(1) 尊重、热爱儿童。儿童是一个独立、和谐、不断成长的个体,具有独立的人格和个性。因此,教师要充分尊重儿童的人格和个性,与儿童建立良好的师生关系和朋友关系,注意自己的言行,在任何情况下都不说侮辱儿童人格的话,并让儿童充分展示自己的个性。有的教师认为儿童小,不懂事,会时常随口说“你傻啊”“有病啊”“你能做好什么”“笨蛋”等话语,并且不认为这些是侮辱儿童人格的语言,但事实上这些语言会对儿童的人格发展产生不良影响。因此,教师要提高自身的职业修养,在与儿童谈话时要沉着、冷静,并使用文明语言。即便在儿童违反了纪律时,教师也要以儿童的语言讲道理、说事实,不挖苦、不打击,在儿童能够理解的前提下进行说服教育。

热爱儿童不只是简单的说说、抱抱,而是要从自己的内心激起这种意愿。儿童的年龄特点决定了其生活、学习等方面都离不开教师的帮助和悉心照料。教师要无微不至地关心和体贴儿童,尊重儿童的情感,重视儿童的情感表达。教师要体察儿童的情感活动,并予以反馈,给予儿童温柔的情感,使儿童真正体会到朋友式的师生关系。

(2) 恪守师德,言传身教。在师生关系中,教师起主导作用,教师要以自身的人格魅力来教育和影响儿童。教师在儿童心目中有着崇高的形象,是整个社会精神文明的传播者。因此,教师要恪守师德、严于律己,处处为儿童做榜样。在日常生活中,一件小事就能对儿童起到无声的教育作用。因此,教师可以在无形中赢得儿童的尊重和信赖。例如,教师悉心照顾生病的儿童、帮助摔倒的儿童上药、在师幼活动中表现得十分有担当等,都可以为儿童树立无声的榜样。

幼儿教师的职业特点决定了幼儿教师要“上知天文,下知地理,博古通今”。只有这样,幼儿教师才能在教学过程中思路开阔、得心应手,赢得儿童的喜爱。因此,幼儿教师要在知识领域方面努力完善自己,提高理论知识素养和教学水平;在师德修养方面要培养热情、大方、真诚、活泼、乐观的个性修养,以激发儿童发展积极向上的行为,促进儿童形成良好的心理品质。

(3) 满足需要,分享快乐。满足儿童的合理需要有益于儿童健康人格的建构。儿童对世界充满好奇的特点决定了其总是在积极地探索新鲜事物。但是,这在成人眼里有些就是淘气、捣乱的行为表现,甚至有时还会被视为无理取闹。对此,教师要正确对待儿童的合理要求,并尽量予以满足,如开展挖蚯蚓、拔萝卜、养蝌蚪等活动,使儿童在探索和学习的过程中加深对自然界的了解。在这一过程中,教师可通过适当的教学激发儿童对美好生活的向往、对自然的热爱和对生命的珍惜。同时,教师还可以与儿童共同分享成功的喜悦和探索的快乐。

教师在活动中要具有高度稳定和健康的的情绪,能够将自己的不良情绪排解掉,不能反复无常,让儿童无所适从。教师要理解和宽容儿童的一些行为,帮助儿童在活动中克服困难、应对挫折、解决问题。

(4) 交流沟通,支持鼓励。教与学的互动是在师生的交流中产生的。要建立良好的师生关系,其





中重要的一点是教师应主动与儿童沟通。在师生关系中,教师通常处于主导地位。教师要主动关心儿童、亲近儿童,缩短与儿童之间的距离。例如,若教师能够准确地叫出儿童的姓名或乳名,儿童就会感到亲切和愉悦,进而对教师产生信任和依赖。

教师应该对儿童在活动中的表现采取支持性的态度和行为,如支持、认可、赞同和接纳,使儿童的人际关系在积极的氛围中得以构建。教师的支持行为表现为教师对儿童的可接近性、可靠性和稳定性。例如,教师在与儿童的活动中能够主动与儿童交谈,态度亲切、自然,使儿童愿意和喜欢与教师接触,愿意与教师说心里话,促进儿童心理健康发展。教师的支持还表现在其对儿童的评价是公平、合理、恰如其分的,不带有嘲讽的意味。例如,小明拿着水杯要喝水,这时,花花推门进来,但没有看见门后的小明,于是碰到了小明,使小明打碎了水杯。在这种情况下,教师在听到声音之后不应随意地批评小明,而要调查清楚事情的经过后再进行处理。

(5) 发挥创造力,培养自信。教师要为儿童提供发挥创造力的机会,激发儿童的好奇心,鼓励儿童提出问题和想法,使儿童感到自己能够有所作为。在各领域的教学中,教师要善于发现儿童具有创造性的表现,对儿童有创造性的表现做出积极的反应。在活动中,教师要善于运用肢体语言,如眼神、手势、体态、动作等对儿童表示肯定,使儿童感到安全和受到认可。这些都会给儿童带来心理上的安慰,从而调动儿童积极的认知情绪,培养儿童的自信心。

(6) 平等相处,缩短差异。幼儿园的教师与儿童接触频繁,关系密切,教师的心理素质、情绪状态、言行举止对幼儿园创设有益于儿童健康的心理社会环境影响很大。教师应以平等的地位参与儿童的活动,在活动中与儿童平等相处,如共同分配角色、讨论问题等。教师在与儿童交流时,要缩短与儿童之间的距离,蹲下来与儿童说话,保持视线接触;在讲课时,教师可用与儿童一样的椅子进行教学,这样可以大大缩短与儿童之间的差距,构建一种平等、和谐、健康的师生关系,促进儿童心理健康的发展。

2. 同伴关系

同伴关系是年龄相仿的儿童之间在交往过程中建立的一种人际关系。良好的同伴关系是儿童心理健康发展的重要精神环境因素,也是儿童良好社会行为形成的重要因素。良好的同伴关系体现在儿童喜欢与同伴交往,在交往中能感知和理解同伴的情感,具有合作、共享、谦让、同情、助人、宽容等亲社会行为,会用礼貌的语言、表情、动作等简单交际技能进行交往,能自己解决与同伴的矛盾。

在指导儿童建立良好的同伴关系的过程中,教师要做到以下几点:

(1) 为儿童创设自由的交往环境。人际关系是在人际交往的过程中形成的,儿童之间的同伴关系也是在人际交往中建立、形成和发展的。在幼儿园活动中,教师要为儿童创设自由活动的时间和空间,尊重儿童的自主权,让儿童按照自己的意愿选择同伴。在这种交往环境中,儿童有事可做,有话可说,交往自然,因而容易形成良好的同伴关系。

(2) 培养儿童的亲社会行为。亲社会行为可以使儿童之间的交往更顺畅、频繁、密切,使儿童之间的感情不断加深,并可以构建一个上进、宽松的人际环境。例如,教师可组织儿童一起绘画、共同完成比赛、一起过生日等,引导儿童体验共享、合作活动带来的喜悦。儿童在得到团体中其他儿童的赞





同和认可时,将更愿意遵守群体的规范,取得群体的认可,并逐步将这些行为内化为自己的内在需要。在交往过程中,引导儿童站在他人或游戏角色的角度感知和理解他人的情感,可以帮助儿童摆脱以自我为中心的不良认知,加速其亲社会行为的形成。

(3) 教给儿童初步的人际交往技能。教师要教给儿童恰当地运用人际交往的技能,这样可以促进儿童之间的顺利交往,有利于良好关系的形成。例如,教师可教给儿童用商量的口气与人交流,这样一般能得到同样友好的回复;在请求他人帮助时要面带微笑,这样一般可以如愿以偿;用玩具、食物招待客人,客人就会对主人报以感谢等。教师可通过教学活动、游戏活动、故事表演、情境讲述等教给儿童这些人际交往技能,让儿童能够将其应用于日常生活中。

(三) 社会环境

学前儿童心理健康教育环境的创设离不开社会群体。社会背景不同,儿童的心理发展轨迹也不同。教师要了解儿童所处的社会环境,尽可能地改善社会环境对儿童心理发展的影响,为给儿童创设积极、健康的心理健康教育环境而努力。影响儿童心理健康发展的社会环境主要包括家庭环境和社区文化环境。

1. 家庭环境

家庭对儿童心理健康的影响是巨大、深远的。儿童最早、最深刻的体验往往是在家庭中获得的。家庭是儿童成长的第一环境,家庭的结构、人际关系、伦理观念、活动方式等将直接影响儿童的心理健康。家庭教育具有随意性、随机性、亲情性、持久性、丰富性等特点。因此,创设融洽、和谐的家庭环境,正确运用家庭教育方法,使儿童养成积极向上的态度和行为,对儿童心理健康发展至关重要。

2. 社区文化环境

社区文化环境是指儿童所处的社会结构、社会风俗和习惯、信仰和价值观念、行为规范、生活方式、文化传统等因素的形成和变动。

社区人员文化程度的高低、社区治安状况的优劣等都会对儿童行为习惯的养成、安全感的确立产生很大的影响。社区和幼儿园周围的一些不良环境对儿童的心理健康教育环境的构建会起到反作用。因此,幼儿园应密切与社区的联系、合作,争取社区的支持,与社区一起开展有益于社会精神文明建设的活动和文化教育活动,共同参与儿童心理健康社会环境的创设。



思政之声



引导学生树立正确的世界观,将积极的心态融入学习之中,端正学习态度,激发学习兴趣,懂得只有不断学习来充实自己,才能在未来的工作岗位上发挥自己的才能;积极创设健康的心理环境,学会自我控制,学会社会交往的技巧,培养亲社会行为。





实践活动 >>

实践项目一 我的世界

活动名称:我的世界。

活动班级:中班。

设计意图:每个人都有属于自己的内心世界,幼儿也不例外。幼儿不仅有满足自身生理需求的需要,还有获得来自不同方面的爱的需要。本活动以此为主题,旨在向大家呈现一个幼儿的世界。

活动目标:

- (1) 让幼儿了解和认识自己的生活,知道自己需要来自不同方面的关心和爱。
- (2) 使幼儿能讲出自己想象的世界。

活动准备:玩具娃娃、幼儿用书《我的世界》、白纸、水彩笔。

活动过程:

1. 情境导入

(1) 教师拿出玩具娃娃,并以玩具娃娃的口吻说:“小朋友们好,我很想给大家讲讲《我的世界》的故事,你们想听吗?”教师以此引入主题。

(2) 教师和幼儿一起讨论故事里的小朋友的世界。

教师:小朋友的世界里都有谁?(鸟、太阳、玩具熊、家人、小朋友)

教师:小朋友在他的世界里快乐吗?

教师:你们希望自己的世界里有谁呢?

教师小结:每个人都有一个属于自己的世界,每天都有很多有趣的事情发生在我们的世界里。在自己的世界里,我们可以想象很多美好的事情。

2. 画画、讲讲我的世界

(1) 画《我的世界》。教师给每个幼儿发放一张白纸和水彩笔,让幼儿画一幅《我的世界》。

(2) 讲故事。教师在幼儿画完之后对幼儿的作品进行展览,并让个别幼儿上台讲讲《我的世界》的故事。

实践项目二 甜甜的糖果

活动名称:甜甜的糖果。

活动班级:中班。

活动目标:

- (1) 使幼儿体验“馋”的感觉,引导幼儿抵制糖果的诱惑,体验延迟满足带来的收获。
- (2) 帮助幼儿初步建立自我控制意识。

活动准备:糖果若干、礼品盒、盘子、小熊头饰若干、透明的玻璃小瓶若干、多媒体课件、挂满糖果的装饰树、用于扮演大象伯伯的道具。





活动过程：

1. 情境导入

教师向幼儿展示甜甜的糖果,使幼儿体验到“馋”的感觉。

(1) 教师让幼儿戴上小熊头饰,以熊妈妈的身份导入活动情境。

教师:亲爱的熊宝宝们,大家好,熊妈妈今天给你们带来了好吃的东西!猜猜看会是什么呢?

(2) 教师倒出糖果,放在鼻子前闻一闻,引发幼儿吃糖果的欲望。

教师:啊,好多甜甜的糖果啊!熊宝宝们,看到这些五颜六色的糖果,你们有什么感觉呢?

(辅助提问:嘴巴有什么感觉?有没有流口水?)

教师小结:熊妈妈告诉你们,这种感觉叫作“馋”。

(3) 教师把糖果分给幼儿,让幼儿感知糖果五颜六色的包装,请幼儿把糖果放到鼻子前闻一闻,进一步激起幼儿吃糖果的欲望。

教师:熊宝宝们馋了吗?熊妈妈送给每位宝宝一颗糖果,好不好?

2. 了解、学习自我调节的方法

在对幼儿提出明确的要求后,教师要观察幼儿第一次延迟满足的情况,了解幼儿的心理,引导幼儿初步抵制诱惑。

(1) 教师:糖果好吃吗?你们还想不想吃?熊妈妈这里还有许多呢。(教师把糖果放在盘子里)每位熊宝宝都可以来拿一颗。接下来熊妈妈要告诉熊宝宝们一个秘密。

教师:拿到糖果后你可以吃掉它,也可以不吃。如果你不吃,等一会儿熊妈妈就再送给你一颗。如果你吃掉了,熊妈妈就不能再送给你了。熊宝宝们听懂了吗?快来拿一颗吧!

(2) 教师:你吃掉糖果了吗?你真是个小馋猫。你没有吃掉糖果,为什么?(先让幼儿回答没有吃掉糖果的原因,不要着急告诉他们答案)

教师:你想到熊妈妈还会给你一颗糖果就忍住馋,不让自己吃。这是个好办法!(同伴经验分享)

(3) 教师给忍住没有吃掉糖果的幼儿再发一颗糖果,使幼儿享受到延迟满足的收获。

教师:现在宝宝们可以吃掉手中的糖果了。

3. 情境表演

教师可通过情境渲染培养幼儿有意识地克制“馋”的行为,再次抵制诱惑。

(1) 教师请出扮演大象伯伯的教师。

教师:大象伯伯来家里做客了,熊宝宝们想把糖果送给大象伯伯吗?熊妈妈再分给你们几颗,我们一起送给大象伯伯吧!

(2) 教师和“大象伯伯”来到幼儿当中,引导幼儿数一数有几颗糖果,认识糖果包装的颜色。与幼儿交流,让幼儿大胆地把自己为什么不吃糖果的想法告诉别人,在分享、交流的过程中让每个幼儿学习同伴,达到克制自己欲望的目的。对能始终克制自己欲望的幼儿,教师可用夸赞的语气说:“哇,你真不错!”“多可爱的孩子呀,把自己的糖果留给大象伯伯吃,大象伯伯肯定很喜欢你!”对克制不住自己欲望的个别幼儿,教师可委婉地说:“大象伯伯也很喜欢你,请你下次把糖果带给他好吗?”





(3) 教师分发透明的玻璃小瓶。

教师:熊妈妈准备了许多小瓶子,我们把五颜六色的糖果都放进瓶子里,再送给大象伯伯,好吗?

(4) 教师组织幼儿把装有糖果的瓶子送给“大象伯伯”。

4. 讲故事

教师:熊宝宝们,现在熊妈妈要给你们讲一个关于糖果树的故事,你们想不想听?

教师出示多媒体课件,幼儿听故事《糖果树》。

教师提问:

(1) 小咩咩有没有把糖果吃掉?

(2) 那小咩咩是怎样忍住馋,让心里的小鸟变乖的?它是怎样对小鸟说的?(让幼儿学学小羊的话)

(3) 故事里的小咩咩可真棒呀!熊宝宝们,你们能不能和它一样忍住馋,让心里的小鸟变得很乖呢?那我再送你们一颗糖果,你们会不会把它吃掉呢?你们想把它怎么样呢?(教师分发糖果)

活动延伸:教师对幼儿进行表扬和鼓励,向幼儿展示结满糖果的糖果树,引导幼儿享受延迟满足的收获。

教师:熊宝宝们都忍住了馋,真是一群有耐心的好孩子!现在请大家关上小门,两手蒙住眼睛。变变变,原来我们忍住了馋,一颗糖果真的长成糖果树了!树上结出了这么多的糖果啊,我们带上这些好吃的糖果去和幼儿园的其他小朋友一起分享吧!

附:故事《糖果树》

山羊妈妈有个女儿叫小咩咩。小咩咩很馋,最爱流口水。

“妈妈,馋是什么?”小咩咩问。

妈妈说:“馋是一只小鸟,住在你心里。”

小咩咩说:“小鸟不乖,老想吃东西!”

妈妈说:“你应该让它乖起来!”

小咩咩问妈妈:“我能吗?”

妈妈说:“试试看!”

有一天,妈妈带小咩咩去散步,中途捡到了一颗糖果。小咩咩非常想吃这颗糖果,口水都流出来了。但是她拍着肚子说:“小鸟,小鸟,乖一些!咱们把糖果种上吧!”

小咩咩忍着馋,把糖果种在了土里。

过了几天,土里钻出一棵绿芽,又肥又嫩。小咩咩又馋得流口水,她多么想吃绿芽哟!可是她忍着馋,拍着肚子说:“小鸟,小鸟,乖一些!咱们让绿芽长成糖果树吧!”

不久,绿芽长成了糖果树,青枝绿叶,美丽极了。小咩咩想吃树枝和树叶,可她拍着肚子说:“小鸟,小鸟,乖一些!咱们让糖果树结果吧!”

小雨滴滴嗒,糖果树开花啦。阳光照亮亮,糖果树结果啦。秋风吹来,糖果树的果子成熟啦,小咩咩数了数,糖果有很多很多呢!





妈妈问小咩咩：“宝贝儿，你心里的小鸟乖不乖呀？”

小咩咩说：“乖！乖！小鸟听我的话！它不让我流口水啦，妈妈！糖果树，多好的一棵糖果树啊！”

实践项目三 你先过吧

活动名称：你先过吧。

活动班级：中班。

活动目标：

- (1) 使幼儿懂得谦让、互相帮助是一件快乐的事。
- (2) 使幼儿在讨论中明白分享同样是一件快乐的事。

活动准备：故事图片《山羊过桥》、幼儿园平衡木一个、欢快的音乐。

活动过程：

1. 听音乐做律动

以游戏的方式引出活动主题，激发幼儿对活动的兴趣。

教师：听着欢快的音乐，你的心情怎么样？

教师：现在我们来做“过独木桥”的游戏吧！瞧，这里有一个独木桥，现在我们分两组进行游戏，看哪组小朋友能顺利过桥，而且一个都不会掉下来。

幼儿开始游戏，等游戏结束后教师进行点评。

2. 看图听故事

教师引导幼儿了解在朋友相处时要懂得谦让的道理。

(1) 教师出示图片，讲述故事《山羊过桥》。

教师：有两只小山羊，它们要过独木桥，我们来看看它们是怎样过桥的吧。（教师讲述故事）

(2) 在幼儿听完故事后，教师提问。

教师：小山羊是怎样过桥的？最后的结果是什么？

教师：我们来想一想，它们要怎样过桥才不会掉下去，并能顺利地到达对岸呢？

教师小结：小白羊和小黑羊通过互相谦让才顺利地过了桥。所以，我们在今后做事情的过程中一定要学会互相谦让。这样，我们才能把事情更加顺利地做好。

3. 教师和幼儿讨论如何与好朋友分享

教师：故事中的两只小山羊成了好朋友，你有好朋友吗？他是谁？你为什么喜欢和他做朋友呢？

教师：小朋友能说一说与朋友分享有什么感受吗？在遇到事情时，谦让同伴有什么感受？

教师小结：有朋友才有快乐，多替他人着想，懂得礼貌、谦让，我们自然会交到很多好朋友。

实践项目四 烟

活动名称：烟。

活动班级：大班。

设计意图：宽容是一个比较抽象的概念，幼儿不容易理解，然而很多幼儿可以在无意中表现





出宽容。图画书《烟》的叙事视角是儿童式的、烂漫的,当人们从幼儿的视角看世界时,世界就会变得纯真、简单、朴素。在图画书《烟》中,宽容、善良、乐观和积极在黑烟与白烟的缠绕中体现得淋漓尽致,所有的麻烦、冲突都一扫而空。幼儿是宽容的,用顺应照顾了成人的面子问题;幼儿是善良的,在妥协中进行自我调整。宽容和善良是一种本真的生活态度。教师和家长要引导幼儿了解它们,并在生活中运用它们。

活动目标:

(1) 使幼儿能带着简单的问题进行自主阅读,在仔细观察画面后找到问题的答案。

(2) 使幼儿能理解故事的内容,认识到宽容能让人们快乐地相处,知道有了误会就要及时消除。

活动准备:图画书《烟》。

活动过程:

1. 生气的原因

(1) 教师向幼儿展示胖墩、杆儿、胖子、瘦子和两条狗的形象,引导幼儿认识图画书中的人物角色和动物角色。

教师:今天我们请来了两家人,大家来认识一下吧。这是胖墩和杆儿,请你找找他们的爸爸。这是“大耳朵”和“尖耳朵”,哪条是胖子家的狗,哪条是瘦子家的狗呢?

(2) 教师向幼儿展示图画书第7页,引发幼儿自主阅读的兴趣。

教师:你觉得胖墩和杆儿是不是好朋友?他们俩为什么不一起玩呢?请小朋友自己读一读图画书,找找原因。

(3) 幼儿自主阅读图画书第1至第7页。

教师:胖墩和杆儿为什么不能一起玩呢?胖子和瘦子所做的事让他们自己的心情变好了吗?你有没有因为自己不高兴而让别人也不高兴的时候呢?

2. 和好的信号

(1) 师生共同讨论。

教师:胖子家和瘦子家想和好吗?他们应该和好吗?你能帮他们想想办法吗?

(2) 师生共同阅读图画书的后半段。

教师:是什么帮助他们和好的?(引导幼儿仔细观察关于烟的画面)

教师:胖子家和瘦子家到底想不想和好?你是从哪里看出来的?(全家老少都出来、分享苹果)

教师:争吵后,说不定两个人都在后悔呢。烟就是一个和好的信号,它让胖子家和瘦子家放下顾虑和好了。

(3) 师生一起想和好的办法。

教师:你在与你的朋友、爸爸妈妈发生争吵后想和好时,可以找一个和好的信号。我们一起来试一试吧!

教师请幼儿说说自己想出来的办法。参考办法如下:





- ① 唱歌版:我们两个是朋友,啾呀啾呀哟;我们两个和好吧,啾呀啾呀哟……
- ② 拉手版:相互拉拉手。

思考练习

1. 学前儿童心理健康的标准有哪些?
2. 学前儿童心理健康教育的概念是什么?
3. 学前儿童心理健康教育的意义是什么?
4. 结合幼儿园的实际情况,试述学前儿童心理健康教育环境创设的内容。

