

# 浅谈儿童心理健康教育存在的问题及其策略

李燕平

(南京市理工大学附属幼儿园, 江苏南京 210000)

**摘要:**随着心理健康教育的不断发展,儿童心理健康教育越来越受到人们的广泛关注。通过查阅相关资料可以看出,我国现阶段儿童心理健康教育在发展过程中存在着一定的问题,所以教师要做好研究与分析工作,采取有针对性的措施,满足儿童心理健康教育的发展需求,提升儿童心理健康教育实效。本文针对儿童心理健康教育现状问题和改善策略开展研究,提出相关的实施措施,为教师的教育活动提供借鉴。

**关键词:**儿童;心理健康;问题;策略

心理健康教育在教育工作中发挥着举足轻重的作用,是真正意义上让儿童形成独立健全的品格,良好的心理素质从幼儿培养起。儿童心理健康教育活动更是重中之重,如何让儿童从小就树立正确的价值意识,养成强大的意志品质,成为了儿童教育必须要解决的一个课题。

由此,教师必须要对儿童的心理健康状态加以关注,分析儿童的心理状态,寻找恰当解决儿童心理发育问题的方法策略,做好心理健康教育辅导,促进儿童的健康成长。

## 一、儿童心理健康教育现状问题

### (一)教师对心理健康教育认识不足

当前,一部分教师对于心理健康教育的认识存在不足,这是造成心理健康教育实效不高的最主要原因之一。教师一方面轻视心理健康教育的地位,另一方面对对心理健康教育内容的把握不准确,教学活动缺乏科学性。导致无论站在何种层面,都不能忽视儿童的心理健康教育,对于儿童的性格特征、年龄特点、形成健全的人格修养,作为教育工作者,一些教师并没有意识到其重要意义,并没有把儿童的心理健康重视起来,难以达到现代化教学目的,严重影响学生形成良好的精神品质。

### (二)家庭环境因素造成儿童心理问题

在社会经济发达的今天,有很多家庭的孩子都是独生子女,是父母的宝贝疙瘩,家人们的溺爱和无条件的满足,孩子想干什么就干什么,要什么得什么,使孩子从心理到思想上为所欲为、自我骄纵,这是在成长路上埋下了一颗定时炸弹,导致孩子观念偏离、是非不分,容易走上极端。

有很多家长为了忙于工作不能长时间陪伴孩子的成长,留给上一辈的老人带孩子,这样的孩子缺少父母的关怀和陪伴,失去了爱的光圈,难以体会父母带来的宠溺和幸福感。

即便有很多家长是每天陪伴孩子左右,只是满足于孩子衣食住行,满足他们提出的任何需求,严重忽视儿童心理上的问题。所以,心理健康教育不是家庭或学校单方面努力就能改善的,而是需要家庭与学校的共同努力,才能达到更好的教学效果。

## 二、儿童心理健康教育策略

### (一)游戏融入实践活动,开展生命教育

想要帮助儿童更好地理解生命教育,从小对生命产生敬畏,热爱生命需要让儿童在成长过程当中能够对生命的发展规律形成

科学的认识。这时我们可以采取养殖昆虫或者手工制作的方法,帮助儿童在这些过程当中对生命的成长形成深刻印象。

如:教师组织儿童寻找一个种植的器皿,准备好一些土壤,将土壤放到器皿当中,再寻找一颗花的种子,将种子埋在土壤当中,教师和儿童共同讨论如何照顾植物成长,观察植物生长记。

之后每天引导儿童观察、照顾植物,发现由一颗小种子慢慢发芽长出枝叶、开花、结果整个生长过程。教师抓住契机引导儿童感知发现成长的秘密。

儿童就像是这一朵花和果实一样,也是一点一滴地成长为成年人。现在的你就像是这颗还没冒出土壤的种子,还需要父母的呵护和关怀,最终开放出绚丽的花朵和果实。一日生活皆课程,心理健康教育渗透在身边的点滴中。

如:做垃圾分类的小主人,从自身做起,为环保贡献自己的力量。在生活当中,通过情景故事视频引导儿童观察了解垃圾分类对于我们美好生活的意义和作用,引导儿童要从自身做起,不乱丢垃圾,将垃圾分类放置,为环保事业做出贡献,做城市环保小主人。

### (二)游戏渗入课堂,培养儿童合作精神

儿童处在心智快速发展阶段,不仅在集体活动时成长进步,在生活中也不断获取对世界的认识。教师应启发儿童如何在生活中运用游戏形式,不断获取知识,快速成长进步。

新时代社会环境下,教育体系对儿童教学提出了新的更高的要求,要求教师必须从儿童阶段开始培养良好的人文素质,而合作精神就是其中一个重要方面,当前儿童多为独生子女,没有兄弟姐妹,这就导致儿童在意识中缺乏人与人之间分享、合作的概念,从而不利于合作精神的培养。

因此,教师在教学过程中,要针对儿童人文素养在这一方面的缺乏,运用游戏策略,在游戏中,培养儿童的人文素养,促进儿童的心理健康。

如:在《我是中国娃》主题中,如何建构雄伟壮观的《北京天安门》,这个活动需要儿童合理分工合作完成。教师引导儿童迁移已有经验说说《天安门》建筑的外形特征,通过欣赏图片,儿童观察研究发现雄伟壮观的《北京天安门》是由三层构成的,独特的飞檐的建筑风格激发儿童建构的兴趣。儿童自由分组,小组探索研究构思搭建的方法和步骤,合理分工与同伴专注的投入

游戏中。

合作建构中互相分享、互相交流积木的多种操作可能,也在尝试用多种辅助材料组建天安门的三层城楼,在围合、对称技能方面儿童与同伴多次尝试探索合作搭建,最终成功地构建了一座雄伟壮观的《北京天安门》,脸上漏出成功的喜悦。

(三) 结合主题活动,运用多种策略引导儿童自我管理情绪

儿童到了大班,其情绪、情感越来越丰富。对情绪、情感自我控制能力也有了提高,但情绪、情感仍有外露性,不像小班、中班那么容易变化。

多数儿童能经常保持愉快的情绪,知道引起自己某种情绪的原因,仍然也会出现个别儿童情绪不稳定性和冲动的现象,经常与同伴发生冲突。

在其中,情绪管理就是一个十分重要的问题。如何让儿童学会情绪自我管理,这也是心理健康教育当中一项十分重要的任务。

教师要允许儿童表达自己的情绪,并给与适当的引导;在儿童发脾气时不硬压制,等平静后告诉他什么行为是可以接受的;发现儿童不高兴时,主动询问情况,帮助儿童合理排解不良的情绪。为了达到目的,教师可以结合主题活动,把情绪管理教育渗透在一日生活课程各个环节。

首先在集体活动中,教师设置趣味表情“变变变”的游戏导入主题,展示多种表情图片策略,激发幼儿试着跟着图片展示的表情内容进行模仿。引导儿童模仿不同的表情,回忆平时最常见的情绪,迁移已有经验为下面活动中的基本情绪做铺垫。

接下来,教师利用播放《头脑特工队》动漫视频策略,引导幼儿了解喜、怒、哀、乐等基本的情绪,之后为幼儿讲解不同情绪所代表的不同心情。

最后,教师采用绘本欣赏《我的情绪小怪兽》,在绘本当中小怪兽身上不同的颜色来试着解释小怪兽的情绪。在这一环节当中,幼儿会十分有兴趣参与活动,大胆地表达自己对情绪的认识。

引导儿童如何调节情绪,师幼共同交流:“生活中不可能一直是开心的,如果遇到不开心的事情,我们怎么办呢?知道哪些可用的释放情绪方法吗?让我们一起游戏释放情绪吧!”

教师和幼儿一起玩打倒“害怕保龄球”、赶走“烦恼的小猪”吹走“气泡”的游戏,将害怕、烦恼、生气等多种情绪隐喻为游戏当中的道具,鼓励幼儿将这些负面情绪赶走、打倒,释放不良情绪,做情绪的主人。

师幼一起对不同情绪的认知进行总结,引导幼儿学会保持积极乐观的情绪,如果遇到不开心事,要想办法排解不良情绪,管理好自己的不同情绪,学做情绪小主人,让自己变得开心快乐。

(四) 文娱活动,陶冶儿童身心

儿童心理健康教育活动的展开,需要以一些文娱活动来丰富儿童学习生活,帮助儿童在开心的氛围中实现心理健康成长。儿童对于世界的认知主要来源于外界给儿童带来的体验和感受,在心理健康教育环节,教师可以借助一些能够感染力强的音乐、歌舞活动,让儿童快乐地哼唱、快乐地跳动,儿童每天都是开心愉快的心情,心理自然也会跟着阳光快乐起来。

如:教师可以适当地开展一些音乐欣赏、唱歌、集体舞等艺术活动,儿童可能对于教师所启蒙的内容难以很快掌握,因为害羞而放不开。这就需要教师在日常与儿童商讨共同创设创造性游戏“音乐之声”播放一些儿童熟悉的歌曲、舞蹈的视频,鼓励儿童看着视频模仿学习。儿童看着精彩的视频内容,也会不自觉地跟着跳起来舞起来,跟着视频中的歌哼哼起来,这就通过视频激发了儿童的学习兴趣。

另外,教师在组织集体文娱活动时,也可以用多媒体播放一些儿童在学习生活中的图片和视频内容,儿童看到自己在学习生活中的样子会发出愉快的笑容,这就达到了渲染课堂气氛的效果。

儿童在这样的一种氛围中也会从玩中学,获得经验、获得满足,这有助于儿童心理健康成长。通过唱歌、跳舞等文娱活动来实现情境教学,这就达到了渲染集体活动的气氛的目的,有助于实现心理健康素质教学效果。这样一来,就可以为儿童创造良好的学习生活氛围,促进儿童身心健康成长发育。

### 三、探索家园共育模式,借助家庭教育的力量

心理健康教育活动的开展,离不开家庭教育的支持。教师在幼儿园可以对儿童的学习生活状态进观察记录儿童的行为,但对于回到家的儿童的管理却显得有些无力。

一部分家长对于儿童的关注侧重于知识技能的培养,对于儿童的心理发育缺少足够的关心,这就难免导致儿童有时会产生一些不良情绪和心理,影响身心健康发展。

今后的心理健康教育活动的开展,必须以家园共育模式为基础,探索新的教育方法,发挥家庭在儿童心理健康教育活动当中的作用,从而促进儿童的健康成长。

教师要主动进行家访,与儿童的父母及时进行沟通联系,建立教师与家长协作的协同育人机制,双方及时沟通儿童在日常学习生活当中的一些表现和行为特点,主动了解儿童的所思所想,共同解决儿童的心理问题,引导儿童树立健康的思想品德,拥抱美好生活。

同时,对于家庭关系问题突出的儿童,教师应该主动了解儿童的家庭状况,与儿童的家长谈一谈,引导家长要多关心孩子,家庭问题不应该影响到儿童的成长发展,给儿童更多的关爱,引导儿童从心理阴影当中走出来,用爱的阳光温暖儿童的内心。

### 四、结语

总之,教师与家长要深知儿童心理健康发展的重要性,儿童年龄较小,处在人生成长发育的起步阶段,教师必须要呵护好儿童,帮助儿童快速成长进步,家园互动稳住儿童健康成长脚步。教师要善于运用科学的教学策略,培养儿童健全的人格,解决儿童成长当中的心理问题,促使儿童实现健康成长和进步。

### 参考文献:

- [1] 马瑞珍. 浅谈学前儿童心理健康教育的策略 [J]. 学周刊, 2021 (03).
- [2] 张欣. 浅谈学前儿童心理健康教育存在的问题及对策 [J]. 考试周刊, 2019 (67).