

家园合作缓解新入园幼儿分离焦虑的探索

迪拉热·热合木吐 孙璐瑶 闫 昕*
(塔里木大学 新疆阿拉尔 843300)

【摘要】分离焦虑是小班幼儿的一种常见情绪,通常表现为哭闹、恐惧、依恋物品、无法正常交流等,是影响幼儿身心健康发展的一个重要问题,也是家园需要共同面对的一个棘手问题。针对幼儿分离焦虑,要形成家庭、教师、幼儿园三者的教育合力。

【关键词】家园合作;新入园幼儿;分离焦虑

DOI: 10.12361/2705-0416-04-03-76896

小班幼儿刚刚从家庭步入幼儿园,此阶段幼儿具有极强的依恋心理,幼儿离开母亲会表现出恐惧、害怕等情绪心理特征。分离焦虑在现代社会已经成为影响幼儿身心健康发展的重要问题之一,是广为关注的社会性问题。针对分离焦虑问题,家园合作是较为合理的解决措施。

1 新入园幼儿分离焦虑的表现形式

第一,哭闹。有些孩子在去幼儿园的路上大哭大闹嚷嚷:“我不去幼儿园、不去幼儿园”;有些孩子抓着车座不下车;有些孩子进入幼儿园后,哭着嚷嚷着给父母打电话;有些孩子试图从幼儿园逃跑;等等。

第二,恐惧。恐惧是人的基本情绪之一,小班幼儿受外界环境影响较大,且具有儿童中心主义的特点,幼儿对家人和家中以他为中心的环境产生依赖,幼儿已经习惯了醒来就能看到父母或者其他养育者的环境,他们不能习惯幼儿园陌生的环境和条件束缚,这些会让他们产生恐惧。

第三,依恋物品,依恋老师。不用教室里的喝水杯,一定要自己在家带来的喝水杯。出去散步的时候不愿意自己走路,让老师抱着自己。

第四,无法正常交流。有些小朋友不愿意和小朋友坐在一起,喜欢自己一个人坐在后面,不说话,不和小朋友一起玩。

2 新入园幼儿分离焦虑的原因分析

第一,家庭因素。幼儿的成长环境对其影响是很大的,家长对幼儿园的影响更是最直接的。0~3岁家庭教育尤为重要,科学的作息习惯、生活自理能力、沟通能力均可以在此阶段培养。有些家长在养育过程中不注重健康行为习惯的养成,比如,有些幼儿午睡时间不固定,有些幼儿没形成良好的如厕习惯,还有的孩子父母很少带孩子去外面和其他小朋友玩,即便出去,也是躲着其他小朋友,生怕小朋友之间打闹、争抢玩具,入园准备做的不充分。此外,很多家长舍不得幼儿入园,自身具有入园焦虑情绪,在潜移默化中传递给孩子负能量。

第二,幼儿自身因素。部分幼儿在成长的过程中,妈妈或老人是主要的唯一抚养人,平时家中人少,缺乏语言环境,缺乏与陌生人交流的机会,这类幼儿多数性格内向、胆小,社会适应能力、语

言表达能力较弱,到幼儿园后,面对陌生的幼儿园、陌生的教师,会变得焦躁不安,极度缺乏安全感,陷入严重的入园焦虑之中。生活自理能力不足的幼儿焦虑程度可能更高。他们面对幼儿园教师的要求和小朋友的嘲笑以及告状会表现出不自信、觉得自己受到了忽视,这些会让他们哭闹、恐惧幼儿园。

第三,教师专业素养因素。每到9月份入园季,教师们都会面对新入园幼儿的哭闹问题,这时候最考验教师的专业度和耐心了。大部人都有“男孩坚强、女孩脆弱”的传统认识,但现实恰好相反:男孩比女孩更爱哭。部分教师一看到男孩子哭就说:哎呦,你是个男子汉吗?如果这个男孩子入园哭闹时间较长,教师就更失去耐心。部分教师直接以幼儿入园是否哭闹为标准评判孩子是否有出息,而不是在第一时间去理解孩子,站在孩子的角度用心感受孩子初入园的孤独。教师不恰当的语言、表情、不合理的教育方式将会严重影响幼儿心理,会加大幼儿的恐惧、焦躁、不安的情绪,更加抗拒幼儿园。

第四,幼儿园班额超标。在新疆南疆地区幼儿教师数量不足现象很普遍,大部分幼儿园班级人数高达40人,师幼比例不合理,教师不能很好地照顾到每个幼儿的内心感受,常常忽视幼儿的情感需求。

3 家园合作缓解新入园幼儿分离焦虑的探索途径

3.1 家长需提前做好入园准备

第一,家长需培养幼儿良好的生活行为习惯如午睡习惯、主动饮水习惯,掌握穿脱衣裤、主动表达需求等能力,这些习惯和能力需要家长在日常生活中不断培养。家长应规范幼儿的作息习惯,逐步与幼儿园的作息接轨,让幼儿养成自己如厕、按时刷牙、按时睡觉等习惯。多陪伴孩子在外面做游戏,在玩游戏的过程中,家长会教会孩子如何和其他小朋友交往,学会分享、沟通、协商、合作,锻炼幼儿的人际交往能力,培养幼儿形成更好的性格。幼儿具备了与人沟通合作能力、生活自理能力的同时也能合理表达自己的需求,入园后自然没有更多的分离焦虑问题。

第二,家长要转变思想,放手让幼儿去做,让幼儿感知社会与外面的世界。不要让幼儿形成“五加二”模式,要发挥榜样作用,不可以过分骄纵幼儿,让幼儿在幼儿园形成的习惯在周末两天时间里全都前功尽弃。在接送孩子时家长要合理控制情绪,切忌孩子一

哭闹就顺着孩子,要和老师及时沟通,告诉老师幼儿情况,老师和家长用一致的方式安抚幼儿情绪。

3.2 教师应积极应对幼儿分离焦虑问题

第一,教师提前家访,帮助幼儿熟悉教师。在幼儿入园前,教师可以到幼儿家中进行家访,了解幼儿的生活环境、性格特点、语言表达能力等方面。教师与幼儿家长之间形成有效的沟通,让家长了解教师和幼儿园,对教师特点与教学特色有更深入的了解,让家长可以放心地把幼儿送进幼儿园,从心理上信任幼儿园与教师,从根本上认同家园共育,也能让教师及时准确了解幼儿并调整教育策略,使教师能与幼儿更好交流,为幼儿提供更好的入园体验,帮助幼儿提前建立亲密关系,使幼儿习惯教师,依赖教师,从而缓解日后入园时的紧张与恐惧心理,促进幼儿身体和心理健康发展。

第二,应建立良好的师幼关系。教师是幼儿一日生活活动的组织者与参与者,教师应关注幼儿行为,积极引导幼儿情绪,关注幼儿在自主活动过程中的表现,及时发现问题并解决问题。对于具有明显分离焦虑行为的幼儿,可以采用个别化辅导,单独安抚,悉心照料,让幼儿信任老师。集体教学时间教师可用唱歌、讲述绘本、拥抱等方式缓解幼儿情绪,教师应接纳幼儿的焦虑情绪,用心和小朋友融入一起,而不是以旁观者的身份看着幼儿,要积极地与幼儿互动,用丰富多彩的活动与言语吸引幼儿,将幼儿注意力集中起来从而无暇顾及及其他,形成良性的师幼互动,从而帮助其缓解分离焦虑。教师还可以让幼儿参与管理班级,让幼儿有成为主人的参与感,使其能够更好地融入。

第三,幼儿教师创设相应的教学环境并设计合理的绘本干预计划。教师要针对不同幼儿特点和幼儿入园的不同时期及时调整教学计划,根据幼儿身心发展特点设定合理教学目标和教学目的,以幼儿为主体,从幼儿本身出发,遵循儿童本位论的教育理念,小班的环境创设应符合新入园幼儿需要的环境,不仅包括班内环境,也包括教师与幼儿之间和幼儿彼此间的心理环境,温馨的园内环境可以更好地帮助幼儿适应园内生活,降低幼儿的紧张感和分离焦虑,爱上幼儿园。教师在班内环境创设方面可以设立家庭区角,在区角内设计以“我爱我家”为主题的家庭墙面照片,让幼儿在活动过程中有熟悉感、安全感及陪伴感。

幼儿教师可以绘本为载体缓解幼儿分离焦虑。绘本具有图文并茂、寓意深刻、符合促进幼儿身心健康发展的特点。幼儿教师在选择绘本时应包含依恋、环境、建立新的人际关系这三种类别。在绘本教学计划中应分为三个阶段,第一阶段为安全型亲子关系的建

立,可以采用家庭亲子阅读的方式,妈妈带着幼儿阅读绘本《猜猜我有多爱你》《一口袋的吻》《不再害怕和妈妈分开》等;第二阶段为适应并爱上幼儿园,教师在幼儿园集体绘本阅读时间带领幼儿阅读《我不怕上幼儿园》《妈妈,我要去旅行》《20个上幼儿园的好理由》《幼儿园里守规则》等;第三阶段是学习如何交朋友,教师在绘本阅读时间带幼儿阅读《我想和你交朋友》《我有友情要出租》《两颗树》《小黑鱼》《不可思议的朋友》等,家园合作科学实施缓解新入园幼儿分离焦虑的绘本干预计划。

根据幼儿发展状况在集体教学活动过程中还可以设立读书角,让幼儿在区域活动中自主阅读绘本,也可以由教师单独对分离焦虑较为严重的幼儿单独进行绘本分享,平复幼儿情绪,吸引幼儿兴趣,在陪伴中缓解幼儿的紧张情绪,让幼儿有存在感、关注感。

3.3 幼儿园多邀请家长参加亲子活动,让幼儿感受大家庭的温暖

多举办亲子活动能够让幼儿更快地适应幼儿园的环境,使幼儿喜欢上幼儿园,感受幼儿园大家庭的温暖。比如,我们开设主题为“品新疆好美食,做幸福小嘴巴”的亲子活动。不同民族的家长做特色美食,幼儿和家长一起体验不同民族的特色美食并学习不同民族的餐桌礼仪。活动的开展帮助家长认同幼儿园园本文化,幼儿有家的归属感。

新入园幼儿的分离焦虑离不开家长与幼儿园的通力合作,家长提前帮助幼儿做好入园准备,家长提前给幼儿看老师的照片,帮助孩子提前熟悉老师。幼儿园的亲子活动等形式在一定程度上能够缓解幼儿分离焦虑。幼儿园多组织亲子活动一方面使家长了解幼儿在园内的生活状态,让家长有了参与感,增加了与幼儿在一起的时间;另一方面教师通过正强化的方式在幼儿心里埋下一颗种子,幼儿园也是我的家,幼儿每天兴高采烈地来到幼儿园,获得更多幸福感,茁壮成长。

作者简介:迪拉热·热合木吐(1998.5—),女,维吾尔族,新疆吐鲁番人,研究方向:学前教育;孙璐瑶(2000.5—),女,黑龙江塔河人,研究方向:学前教育;通讯作者:闫昕(1982.9—),吉林长春人,硕士,副教授,研究方向:学前教育学,邮箱:314254064@qq.com。

基金项目:迪拉热·热合木吐撰写的《新疆农村幼儿园新入园幼儿分离焦虑行为观察与分析》在2021年度塔里木大学大学生创业创新训练计划项目中获得立项(项目编号:2021181)。

【参考文献】

- [1] 杨波.小班幼儿分离焦虑的成因及对应策略[J].教育观察,2020(28):31-32.
- [2] 林贤君,饶淑园.以绘本为载体缓解幼儿入园分离焦虑的探索[J].陕西学前师范学院学报,2021,37(3):10.
- [3] 张俊.以绘本讲故事培养大班幼儿同伴交往能力的研究[D].保定:河北大学,2020.