

幼儿心理健康的影响因素及对策思考

◆陈学茂

(温州大学附属实验幼儿园 浙江省温州市 325000)

摘要:近年来,幼儿心理健康不仅受到家长们的关注,整个社会也开始聚焦于幼儿心理健康教育,并协调各方面力量促进3-6岁儿童的全面发展。心理健康是身心发展至关重要的一面,幼儿时期的心理问题会对成长后期的学习、生活和工作产生巨大影响。幼儿在成长过程中会受到不同因素的影响,心理容易产生了一些突出问题,需要针对性地采取措施,以促进幼儿身心全面健康发展。

关键词:幼儿心理健康;影响因素;身心发展

发育良好的身体、愉快的情绪、良好的习惯是幼儿身心健康的重要标志。幼儿发展是否全面,除了要看肢体形态的生长,还要关注其心理是否健康。健康的心理不仅是个人成长成才的关键,更是一个人体验生活、感受幸福的基础。由于幼儿身心各方面发展都不成熟,生活中随时会因各方面影响而转向不良发展。因此,从家庭到幼儿园乃至整个社会,都应重视幼儿的心理发展。

一、幼儿心理问题的表现

近年来,青少年犯罪、施暴等恶性事件频频发生,心理问题具有不可忽视的嫌疑,若要深度探讨这个原因,可以追溯到幼儿时期的心理发展。幼儿的心理健康问题往往表现为不安、自私、任性、不合群、攻击性行为等。大部分幼儿都存在轻微的心理问题,比如胆小、焦虑等,个别幼儿存在比较严重的现象,表现为吮手指、吃衣襟、性格孤僻等。

二、幼儿心理健康的影响因素

人的成长离不开环境的影响,积极健康的环境对人的身心发展起到促进作用,不良的环境则会阻碍人的发展。幼儿身心稚嫩,对身边不良影响的抵抗能力较弱,容易受到各种干扰。幼儿生活的环境主要包括家庭、幼儿园,同时,社会大环境也对幼儿有着很大影响。

(一)家庭环境因素

1.家庭教养方式不当

幼儿最熟悉的环境来自于家庭,父母教养方式和家庭氛围都会对幼儿心理发展产生巨大影响。很多家长在对幼儿的教养方式上存在很大的误区,除了身体上的过度养护,对孩子的其他任性甚至是不合理的要求,也会立刻满足。

百依百顺的教养方式会使幼儿养成了惟我独尊、缺乏独立、自私自利等不良性格。这些孩子不懂得关心他人,只会一味要求别人满足自己的欲望,当自己的需求得不到满足便会产生过激情绪或异常低落,体会不到认同感和幸福感。

2.家庭结构复杂冲突

首先,留守儿童的家庭中,幼儿缺乏双亲的关爱与陪伴容易产生孤独与不安等心理问题。其次是单亲家庭的幼儿,单亲父母本身压力大,容易忽视孩子成长中精神引导与爱的需要。同时,三世同堂的家庭,容易出现教育观念不一致的现象。当父母按照新型教育观念对孩子进行教育时,老人则认为太过苛刻,在家庭中频繁出现长辈“护犊子”的现象。

家教观念不一会对孩子造成心理上的混乱,不知该听谁的,难辨对错、内心焦虑。甚至当双方发生争执时,幼儿会认为自己是引发矛盾的罪魁祸首,从而产生内疚、自责心理。长此以往,便会造成胆小、自我归因倾向严重等性格。

(二)幼儿园教育环境

1.幼儿教师专业水平不高

目前,幼儿园老师的学历普遍偏低,甚至有些未受过专门的幼儿教育培训。个别幼儿园依然坚持着陈旧的思想:认为教师只要让孩子在幼儿园玩一天再安全回家,就完成任务了。招老师时,条件过于宽松随意,没有对教师的专业知识与心理问题进行考核。最终造成教师教育方式不当,频频出现体罚与斥责幼儿的现象,严重影响幼儿身心发展。

2.幼儿心理健康教育课程流失

大多幼教部门并没有对幼儿园教育课程做出明确的规定。很多幼儿园没有意识到健康课程开发的重要性,更易忽略幼儿心理健康教育课程的开设。当幼儿出现不良心理和行为的时候,老师只会斥责,缺乏运用科学系统的心理健康教育法进行及时干预和引导。

(三)社会环境影响

信息技术飞速发展的今天,各种电子产品也层出不穷。很多

父母忙于工作,陪伴孩子便成了诸多电子产品的任务。而孩子也乐意穿梭在丰富多彩的虚拟世界中,严重缺乏与父母以及同龄人相处的机会,社交能力得不到锻炼与提升。令人担忧的是,幼儿从电子设备上获得的信息有些并不利于身心发展,孩子喜欢模仿看到的東西,很容易被不适宜的文化带偏。

三、促进幼儿心理健康发展的对策建议

(一)在家庭中加强幼儿心理健康的教育

1.家长要形成科学的教育方式

父母不仅是孩子身体的养护者,更是他们成长的引路人。因此,家长掌握健康科学的教育方式,对幼儿的身心发展至关重要。在幼儿时期,鼓励和认可必不可少,尤其是孩子犯错时,应以宽容的心态去沟通,用无私的爱和耐心帮助孩子成长,建立深厚的亲子关系。同时,对幼儿不合理的任性需求也应进行及时地引导与教育。

2.培养孩子的自信心和独立能力

幼儿身心发展不成熟,成长过程中难免会遇到或大或小的困难与挫折。父母不应为了让孩子免受伤害而为其包办一切,而应不断引导、帮助他们超越困难,逐步成长。家长要给孩子自己成长的机会,让他们获得成功的体验,这有利于孩子形成坚强自信的优良品格。

3.让孩子感受到家庭的幸福,享受爱的气氛

幼儿的对周围世界的刺激十分敏感,家庭中任何不和谐的气氛都会直接影响孩子幼小的心灵。所以家庭成员之间要经常性地表达自己的爱,让孩子感受到家是温暖幸福的港湾。同时,父母要舍得倾注时间陪伴孩子,只有充分体会到父母的爱,幼儿才能形成安全感,也会在生活中去关爱、帮助他人。

(二)幼儿园要积极关注幼儿的心理健康发展

1.重视教师的职业道德和专业素养

教师的身心健康,是幼儿园长期发展的关键因素和必要条件。因此,教师不仅要具备专业的学科知识,也要拥有健康的心理素养。入职前可对幼儿教师进行心理测试,并开展专门的幼儿心理教育学培训,帮助教师掌握幼儿心理发展规律。

2.在一日生活中渗透心理健康教育

幼儿园一日生活皆课程,教师要在生活中随时随地关注幼儿心理发展,把健康教育渗透到一日生活之中,让孩子感受到在幼儿园中的生活充满快乐与收获,增强幼儿对生活的热爱之情。

3.创设健康的园内环境

幼儿园环境包括外观环境与精神环境。温馨舒适的外观环境能够有效帮助幼儿形成安全感和幸福感。精神环境是指和谐的师生与同伴关系。教师不仅要要做幼儿的朋友,尊重幼儿发展的天性,让其自然成长,还要做班级人际关系的协调者,积极组织集体游戏,让每个幼儿都能参与其中,体会到爱和归属感。

(三)社会要支持幼儿心理健康活动的开展

城市的生活方式将幼儿与大自然隔离地较远,孩子除了家庭和幼儿园以外便少有其他去处。家长可以带孩子参加各种社会实践活动,丰富幼儿的生活经验,体验实现自我价值的喜悦和成就感。同时,社区也应多组织一些活动让孩子参与,发展幼儿社交能力,也可以邀请专家开展系列幼儿心理健康教育讲座,为家长们搭建育儿经验交流、探讨的平台。

参考文献:

- [1]李娟.幼儿心理健康教育的因素及对策分析[J].人力资源管理,2018,03:271-272.
- [2]许海英.幼儿心理健康教育的家园合作研究[D].山东师范大学,2014.
- [3]王媛.浅谈影响幼儿心理健康的重要因素[J].品牌,2015,(06):271.
- [4]李越.家庭因素对幼儿心理健康的影响分析[J].成功(教育),2013,(22):279-280.
- [5]田丽影.浅谈幼儿心理健康教育[A].中华教育理论与实践科研论文成果选编第十一卷[C],2016:2.

作者简介:陈学茂,1993.8,男,汉族,籍贯:浙江泰顺,学历:大专,职称:二级教师,工作单位:温州大学附属实验幼儿园,研究方向:幼儿心理健康教育。