

浅谈幼儿自我控制能力的培养

◆周建佳

(蠡湖中心幼儿园 江苏无锡 214074)

摘要:自我控制是一个人成长过程中的最重要的品质之一,也是一个人心理成熟的标志。只有拥有良好的自我控制能力,才能把握自己,成为自己生活的主宰。自我控制对于人成功地适应社会也相当重要。儿童期正是自我控制产生和形成的重要时期,因此,对儿童自我控制的研究具有重要意义。本文探讨了幼儿自我控制能力的如何培养以及让幼儿增强自我控制能力的途径和方法。

关键词:幼儿;自我控制;培养;增强;教师

自我控制是人类个体完成各种任务,协调与他人关系,成功地适应社会的必要条件,当今社会培养灵活应变和创造力,增强自我控制和约束力,已成为21世纪所需要的高素质创新人才的重要的素质。幼儿期正是自我控制开始产生、发展的重要时期。然而,在现今社会,由于每家一个孩子的原因,导致了我国幼儿任性、自我控制能力差等等,越来越多的孩子的品性需要我们去审查。因此,探索并培养幼儿自我控制的发展,对于幼儿以及整个社会、整个国家都具有重要的意义。

一、幼儿自控能力发展水平的理论建构和发展趋势图表

1.将幼儿自我控制概况为抑制冲动、抵制诱惑、延迟满足、坚持性、自觉性和监督与调节,形成幼儿自我控制理论建构,并确定其操作定义:

* 抑制冲动:

指对违反社会规范的由外界刺激引起,靠激情推动的行为或本能所驱动的行为的遏制。

* 抵制诱惑:

指抗拒诱惑干扰的能力,表现为对从事禁止或禁忌行为诱惑的抗拒,做事不受外界事物干扰的能力。

* 延迟满足:

指一种甘愿为更有价值的长远结果而放弃即时满足的抉择取向,以及在等待期中表现的抑制能力。

* 坚持性:

指个人在行动中坚定不移、坚持不懈地克服一切困难和障碍,完成既定目的的品质。它以时间为尺度,以完成任务为标志,以困难情境为特征。

* 自觉性:

指人对行动的目的和动机有清楚而深刻的认识,并受社会规范调节支配,即使在无人监督的情况下,也能坚持原则,使行动达到既定目的。

* 监督与调节:

指当发现自己的认识、情绪、行为与社会规范发生矛盾时,个体主动调节自己,使之符合社会规范的能力。

2.幼儿自我控制趋势图:

二、如何培养幼儿的自我控制力?主要有如下三点:

(一)培养幼儿良好的行为习惯。

对幼儿自我控制力的培养,最初可以在生活习惯方面。如要求孩子准时起床、准时就寝,按时饮食,不偏食、挑食等。随着孩子年龄的增长,对他的自控能力培养着重于社会道德规范和社会责任心等方面。成人如长期坚持一贯的要求,不作无原则的迁就,孩子就会逐步学会控制、约束自己。

(二)帮助幼儿逐步学会评价自己的行为。

培养孩子良好行为习惯时,成人要坚持说理,要让孩子知道“要这样做,不可以那样做”的道理,让孩子用这些道理来评价判别自己的行为是对还是错,这样他就会以此约束自己不做不该做的事情。

(三)充分发挥榜样的作用。

幼儿善于模仿,易受感染。因此,成人可以充分利用文学作品及现实生活的良好榜样去影响孩子,引导他学习别人严格要求自己、克服困难的良好行为。

三、如何有意识地让孩子学习把握自己,增强孩子的自控能力呢?

针对孩子的年龄特点,我们可以采取一些具体的措施和方法:

(一)言语教育法:

如讲述故事《龟兔赛跑》,幼儿听后被乌龟那种坚韧的毅力

所感染,都纷纷举手告诉老师自己也要像乌龟那样,做事要有始有终,碰到困难、遇到强劲的对手要有信心,意志坚定;小兔子虽然平时跑的很快,但是骄傲了就连最慢的小乌龟也比不过,所以做事只要有恒心,就能取得胜利。从而培养了幼儿战胜困难的决心,步行春游时,有些孩子走累了,他们会一边走一边说:“我要像小乌龟那样,坚持到底,才能胜利。”

(二)实践锻炼法:

如:我所在的班级中有位母亲告诉过我这样一件事,她的孩子一次在路过肯德基时,非要吃肯德基,而她则告诉他假如这次不吃下一个星期再来吃,他不仅能吃肯德基,还能得到一个玩具。在这件事中,我想阅读文章的家长们,你们是否也可采用这样的方法,让孩子学会自己控制自己。

同时游戏是幼儿最喜爱的活动,做游戏时,幼儿最投入,通过游戏,孩子可以将学到的东西亲身加以体验,加深印象,逐步融入日常生活中,因此,我们常玩一些像《大风和树叶》《红绿灯》《木头人》等既有趣味又有规则的游戏,让孩子在游戏中通过学会遵守游戏规则,从而促进了自控能力的发展。

(三)渗透教育法:

自控能力的培养是个长期的过程。我曾看到过这样一则故事:一次,一位母亲带着孩子路过葡萄园时,孩子偷偷地摘了一串葡萄,当母亲发现后,对孩子晓之以理。以后,每次路过葡萄园时,孩子都没有去摘葡萄。一天,母亲故意躲了起来,让孩子一个人走过葡萄架,结果孩子像没看见葡萄一样,走过了葡萄架。这位聪明的母亲有意识地训练了孩子的自我控制能力,帮孩子跨出了把握自己的第一步。

四、在孩子自控能力的发展中,教师又扮演着怎样的角色呢?

在孩子自控能力的培养中,作为老师的我们又应该做些什么呢?在孩子自控能力的培养中,我们总会遇到各种各样的问题。不管遇到何种困难,只要我们保持着一种品性——爱!我相信,我们就能做到。“人无完人”,老师都有犯错误的时候,更何况是一个孩子。不论怎样,我们只要有一颗充满爱的宽容的心,就能包容一切。宽容孩子也许很难,但只要有一颗博大的心灵,对孩子时时报以笑的鼓励,自然就能做到。

宽容孩子,要亲近孩子,让孩子相信你是他的朋友;宽容孩子,要让孩子并不总对犯错误战战兢兢,而是要知错就改;宽容孩子,并非对孩子的一味忍让,是让他们从你身上学到更有价值的东西;宽容孩子其实也很简单,只要你爱他,你就会学会宽容。

少年时代的爱迪生也很调皮,总爱提一些怪问题,如:“鸭蛋里为什么会孵出小鸭”;为此,他还专门用身体焐过鸭蛋。对于孩子的幼稚行为,母亲非但没有横加指责,反而在自己家地窖里挖出一块实验田,供爱迪生一边学习,一边实验,正是在母亲的大力支持下,他终于成为举世闻名的“发明大王”。纵观世界各国的杰出科学家,他们中有不少小时候是让父母皱眉,老师头疼的“调皮鬼”,可恰恰是这些调皮的“坏”孩子凭借自己的创造性思考,最终成为栋梁之才。

因此对于调皮的孩子们,我们应该有宽容的态度。或许,放手让他们去求知探索并恰当的引导,反而有利于他们的成长。当然,对调皮孩子的宽容绝不是不闻不问和纵容,当他不对的时候,我们态度要友善,让孩子能从心底接受,也许又一个爱迪生将会诞生。

陶行知曾说过:“爱满天下,乐育英才”。在今后的工作岗位上,我将尽心去爱孩子!我相信我的爱会播种在孩子的身上,让孩子们感受到我的爱。终有一天,当我的爱在孩子们的心灵上成长时,爱将会成为永恒!

参考文献:

- [1]张丹华.诱因对3-6岁儿童自控行为发展的影响.心理发展与教育,1989,(03).
- [2]谢军.3-9岁儿童自我控制能力的发展.心理发展与教育,1994,(04).
- [3]杨丽珠.对幼儿自控能力培养的实验研究.北京师范大学出版社,1995.
- [4]杨丽珠,宋辉.幼儿自我控制能力发展的研究.心理与行为研究