

# 浅谈小班幼儿心理健康问题及矫正策略

◆沈艳君

(浙江省宁波市镇海区海润幼儿园 315202)

幼儿的心理健康是幼儿人格完善的必要条件,是幼儿的精神与发展的内在基础。有了心理的健康,幼儿就可能有充分的发展。反之,若是缺少了心理健康,那么幼儿的发展就会受到限制,在其以后的发展就有可能出现人格障碍或心理疾患。

## 一、影响幼儿心理健康的因素

影响孩子心理发展的因素包括个人与生俱来的生物因素、一些心理行为因素以及后来外部世界中的社会文化三个因素,而这些因素都影响着个体的心理成长。通过对我班(小三班)幼儿一日生活跟踪发现:

小三班不良行为登记(35人)										
情绪问题			睡眠问题	进食问题	咬、吮手指	口吃	孤独障碍	注意缺陷	攻击性	
胆怯 胆小 (11人)	焦虑 (3人)	依恋 替代 (7人)	6人	11人	4人	1人	2人	9人	1人	
33%	9%	21%	17%	31%	13%	3%	5%	25%	3%	

根据上面的数据可以看出不良行为普遍存在,而导致这些问题形成的原因主要有以下几点:

### 1. 幼儿自身

面对陌生的环境与人,他们内心充满害怕和恐惧,因为不知道该怎样去面对这个陌生的环境,所以我们经常会看到孩子用哭闹来表达他们的情感。这种情绪若没有得到及时的引导与改善,容易导致也个性发展出行胆小、内向、语言发展缓慢症状,如:孩子常年由老人抚养,对老人的依恋情绪比较严重,虽然早上按时来幼儿园,但是离开爷爷奶奶总是让他们内心感到伤心、难过,整天都沉浸在悲伤情绪中。如:蛋蛋:“我的妈妈什么时候来接我啊,我要回家,我要外婆。”蛋蛋一整天就在重复的说着这几句话。

### 2. 家庭环境

现在大部分幼儿都是独生子女,总共有6位大人围着他转,事事都由大人包办代替,孩子只管接受即可,而来到幼儿园后,吃饭没有人喂,睡觉没有人陪,所有的一切都与家里是不一样的,而要接受这样巨大的变化,对于小班孩子而言也不是一朝一夕就能适应的,有的孩子适应的较快,而有的幼儿则较慢,甚至到了中班还有部分幼儿不适应幼儿园的生活。如:叮叮在家里吃饭时奶奶喂的,而到了幼儿园就对老师说自己不舒服,不想吃饭,一直饿着肚子,等着回家让家长喂饭。

## 二、对症下药,寻找解决途径

### (一)实施幼儿园“三部曲”

#### 1.入园前奏曲——鼓励教师启发、克服问题

鼓励教师走出幼儿园,走进幼儿家庭。一来了解幼儿的生活习惯、个性特点、家庭环境、父母素养以及他们在对待幼儿教育问题上所持有的观点等;通过家访与幼儿接触,逐步建立感情。教师可以给自己或者幼儿起个温馨、有互动的昵称,比如孩子们给我们取的倩倩老师、君君老师等,当然我们也会亲切地叫他们的奶名或者我们给他们特有的昵称,同时我们在家访时也会和他们有身体的接触,如抱抱、一起玩玩属于他的玩具、聊聊他们的兴趣爱好等,通过这些亲切、自然的语言和接触使孩子对老师产生亲近感,以便孩子在进入幼儿园这个陌生的环境时对老师产生依托,从而消除他的不良情绪,保证孩子健康成长。

#### 2.活动进行曲——引导幼儿发现、感知和解决问题

在实施幼儿心理健康教育的过程中,首先要丰富幼儿的健康知识;其次是将心理健康教育渗透到幼儿的一日活动中,使幼儿能更系统的获得健康心理的途径。可以通过课程、视频、书籍等

一系列途径,帮助幼儿获取合理和不合理的信息,引导幼儿正确、合理的解决问题,并同时通过多种丰富多彩的活动,激发幼儿热爱幼儿园,喜欢老师、喜欢与小朋友相处的情绪。

#### 3.家园联系曲——引导家长重视、思考和杜绝问题

孩子的行为是复杂的,因此对孩子的行为矫正也并不简单,它需要教师 and 家长的配合。所谓“家庭是习惯的学校,父母是习惯的教师。”教育不是单方面的,若要取得良好的效果,必须要有家园的协助和支持。如利用《家长会》、《家园联系册》、《幼儿园网站》等沟通平台向家长宣传“心理健康”的相关知识;在班开展“我健康我快乐”、“家园桥梁”等主题活动,进一步提高家长对孩子心理健康的重视;同时在《家长座谈会》上教师为孩子的父母提供教育和咨询,让他们懂得这种问题的实质是什么、是如何产生的、应该如何矫治这种孩子等,并向他们介绍一些有关某行为问题的最新资讯和书籍,帮助孩子们的父母答疑等,而家园的共同协作配合,也会从根本上促使幼儿健康心理的形成,从而取得教育上的一致和统一。

(二)连环跟进,多渠道、全方位地开展心理健康教育,为孩子们健康成长保驾护航

#### 1.增进合理行为

包括遇到挫折不哭闹、不迁怒于人、愿意和小朋友一起玩、积极参加各种活动等,结合幼儿实际情况,采取有针对性的矫正措施。如:我们班的陈怡然、岑秉道小朋友平时上课很少举手发言,当他们举手发言时老师立马就给予表扬和肯定,这也大大激发了他们展示的欲望,而之后课堂上也就经常看见他们高举的小手了。放大优点会使得孩子自信息倍增,也会对孩子形成健康的心理有所帮助。

#### 2.消除不合理行为

在心理健康教育中,一方面要增进幼儿的积极、合理行为,另一方面也要消除幼儿的不合理行为。我们经常会发现有的孩子害怕上幼儿园、遇到挫折哭闹、发脾气、打人、抢玩具等,令家长和老师都很不愉快。面对这些不良心理和行为老师和家长也会采取一些方式,如榜样学习,冷却治疗等,从而慢慢消除幼儿的不合理行为,使之健康发展。如陈彤欣小朋友早上能主动和奶奶说再见开心进班、余卓远小朋友在遇到困难时能动脑筋来想办法解决等,我们会马上当着其他幼儿的面进行语言表扬他们,让他们有个参考,激发他们学习的欲望,帮助他们更好的养成良好的行为,从而拥有健康的心理。

#### 3.尊重幼儿的个性,营造温馨和谐的环境

(1)优化幼儿园的心理环境,加强心理指点。

(2)创设轻松、自由的家庭气氛

(三)循序渐进,引导其形成健康的心理

一方面要培养良好的心理素质,维护和促进孩子的心理健康;另一方面要及早发现异常发展的孩子及问题行为,并在可能的情况下给予适当的矫治,如抗挫折教育、自信心培养等。针对幼儿带有的心理问题,根据幼儿实际及幼儿迫切需要解决的或潜在的心理问题,进行正确引导,培养和增强幼健康的心理品质,循序渐进,引导其形成健康的心理。

幼儿期间,尤其小班幼儿年龄段是幼儿个性情绪发展的主要阶段,也是各种心理健康问题出现比较多的时期,所以在教育教学活动中,应做到多观察、多关爱、勤交流,及时关注、发现幼儿在心理健康方面存在的问题,然后通过集体教育活动与个别游戏方式矫正的方式,引导幼儿心理走向积极、健康的方向。

#### 参考文献:

- [1]《幼儿园教育指导纲要(试行)》2004年4月 江苏教育出版社
- [2]《学前心理学》2000年版 北京师范大学出版社
- [3]《儿童心理发展理论》华东师范大学出版社