



# 幼儿园心理健康教育的途径及实施中存在的问题

王璇<sup>1</sup>, 赵静<sup>2</sup>, 赵娥<sup>1</sup>

(1. 陇东学院教育学院, 甘肃庆阳 745000; 2. 陇南师范高等专科学校学前教育学院, 甘肃成县 742500)

**摘要:**在概述幼儿园心理健康的基础上,总结了幼儿园心理健康教育的实施途径,对幼儿园心理健康教育中存在的问题进行了探讨并提出了相关对策。旨在引起幼儿园管理者及一线教师对幼儿园心理健康教育的重视,进而改善心理健康教育方法,提高心理健康教育质量,最终促进幼儿心理健康发展。

**关键词:** 幼儿心理健康教育; 心理辅导; 幼儿游戏

**中图分类号:** G613

**文献标识码:** A

**文章编号:** 2095-770X(2017)07-0022-04

**PDF 获取:** <http://sxxqsfxy.ijournal.cn/ch/index.aspx>

**doi:** 10.11995/j.issn.2095-770X.2017.07.005

## Nursery School Mental Health Education Way and the Problems

WANG Xuan<sup>1</sup>, ZHAO Jing<sup>2</sup>, ZHAO E<sup>1</sup>

(1. School of Education, Longdong University, Qingyang 745000, China;

2. Department of preschool education, Longnan Teachers College, Chengxian 742500, China)

**Abstract:** This paper on the background of research with children's health, infant mental health education as the core, using literature method, observation methods of case analysis, summarizes the nursery school mental health education implementing ways and characteristics of the problems existing in the psychological health education of kindergarten are discussed in this paper and relevant countermeasures are put forward Based on the research of the kindergarten of mental health education, to arouse the kindergarten managers and front-line teachers, to the attention of the kindergarten education of mental health to improve mental health education methods, improve the quality of education, in the end promotes the development of children's mental health.

**Key words:** the kindergarten education of mental health counseling; the psychological counseling; children's games

随着人们的健康理念从生物—医学模式向生物—心理—社会医学模式转变,心理健康越来越受到关注<sup>[1]</sup>。在教育领域,我国的大中小学校普遍配备了心理辅导教师,设置了心理咨询室,开设了心理健康教育课程,通过较为丰富的形式促进青少年心理健康发展。但对于幼儿的健康,人们的认识还存在一些误区,重生理保健轻心理保健的现象甚为常见。我国幼儿园心理健康教育的研究亦起步较晚,在早期的教育实践中,健康教育主要关注的是幼儿身体方面的发展规律和评价方法,心理健康并未引起教育界的重视。直到20世纪80年代中期人们才开始关注这一领域,且最初的大多数研究并未将

“心理健康教育”和“道德教育”区分开来。幼儿园管理者及一线教师对幼儿的心理也缺乏重视,大多数幼儿园没有专门针对幼儿心理成长的计划和措施。尽管现状不容乐观,但随着大健康观的不断深入,幼儿园健康教育的内涵在日益充实,心理健康教育作为重要组成部分被纳入幼儿教育<sup>[2]</sup><sup>48</sup>。同时,有关幼儿园心理健康教育的科学研究迅速增多,幼儿心理健康教育的理论在不断完善,实践在不断丰富。优化学前教育的心理环境、幼儿爱的能力的培养、幼儿创造意识和创造能力的培养等是目前较受关注的研究课题。2001年,我国颁布的《幼儿园教育指导纲要(试行)》中强调,幼儿园教育在重视幼

收稿日期:2017-01-12;修回日期:2017-05-02

作者简介:王璇,女,甘肃静宁人,心理学硕士,陇东学院教育学院讲师,主要研究方向:健康心理学。

儿身体健康的同时,要高度重视幼儿的心理健康。纲要的颁布对我国幼儿园心理健康教育起到了重要的推动作用,注重幼儿心理健康的幼儿园日渐增多。在一些发达城市,如北京、上海、广州等地区的幼儿园中已经开始了幼儿园心理健康教育的积极尝试,积累了初步经验。这为进一步全面深入推进幼儿园心理健康教育奠定了基础。本文在文献分析的基础上总结了我国当前幼儿园心理健康教育的实施途径、存在的问题及相应对策。

## 一、幼儿园心理健康教育的途径

心理健康教育的特点和目标决定了其开展途径是多元化的,开设专门课程和在生活及游戏中渗透都是提升幼儿心理健康水平、促进幼儿人格完善的重要方式。

### (一)通过课程展开幼儿心理健康教育

课程是指教育者以一定的社会发展和培养人的目标为导向,针对处于幼儿园学习阶段的幼儿,根据其身心发展需要和社会性发展需要,充分利用幼儿园内外的教育情境,选择适合幼儿全面素质发展的学习内容,对幼儿的身心施加影响,使其获得有益发展的全部活动<sup>[3]57</sup>。幼儿园课程有四个关键点:尊重、适合、快乐、发展。以上四点均涉及到了心理健康教育的范畴,尊重与适合强调幼儿园课程要符合幼儿发展的规律,在尊重与适合的基础上强调快乐与发展。心理健康教育的终极目标就是保证幼儿心理健康发展,提升其幸福感。

由于幼儿心理健康教育在幼儿园实施中的特殊性,幼儿园心理健康教育课程主要以幼儿心理主题活动课程为主,以幼儿园五大领域课程渗透心理健康教育为辅。

#### 1. 幼儿心理健康教育主题活动课

《幼儿园教育指导纲要》对我国幼儿园心理健康领域课程目标、课程内容与指导要点等都进行了总体说明。根据纲要的表述,心理健康教育包括五大主题。一是激发幼儿求知欲、好奇心,促进幼儿认知能力的发展。二是培养幼儿良好的生活习惯,增强幼儿的环境适应能力。三是培养幼儿解决问题的信心和克服困难的决心。四是发展幼儿的社会交往技能,让幼儿学会分享与合作。五是培养幼儿识别情绪、调节情绪的基本能力<sup>[4]</sup>。教师在确定心理健康课程主题时,一方面应依据纲要的要求,另一方面应结合幼儿的实际生活,考虑本班幼儿的具体需要和特点,创设符合幼儿生活经验的情境。例如主题课《愉快来园》紧扣新入园幼儿的焦虑问题,旨在协助幼儿学会识别和宣泄情绪,同时培养幼儿的环境适应能力;《我能行》通过鼓励幼儿承担生活中力所能及的劳动来增强幼儿的独立性和自我效能感;《我帮

你》意在引导幼儿乐于关心帮助他人,提升幼儿的人际交往能力,促进幼儿的社会化。以上主题的设计兼顾了纲要要求和幼儿需求,借用陈鹤琴先生的话,即课程设计“要有目标,又要合于生活”。

#### 2. 在五大领域课程中渗透心理健康教育

首先,在《纲要》中,健康、语言、社会、科学、艺术五大领域的目标都涉及到有关幼儿心理健康教育的内容与要求,因此从指导思想上就体现出幼儿心理健康教育的内容与五大领域渗透与融合<sup>[5]</sup>。其次,心理健康的特点也决定了心理健康教育的渗透性。心理健康不是无源之水、无本之木,其建立和培养是以幼儿认知、情感、行为的全面发展为基石的。因此,在幼儿园所有的课程中几乎都能挖掘到心理健康教育的切入点,只要学校和教师重视幼儿身心的全面发展,愿意利用已有的丰富资源,幼儿完全可以在已有的课程上得到心灵的养分。

#### (二)以园长为核心的个别心理辅导

园长在幼儿心中的形象既有权威性又有亲切感,这使得园长在幼儿心理健康教育方面具有教师和家长无法替代的天然优势。对于幼儿园中个别让普通老师束手无策的“问题”学生,园长的亲自辅导能起到四两拨千斤的作用。

园长应遵循心理辅导的基本原则。其一是保密原则。首先向幼儿声明自己与幼儿的谈话不会告诉他人,让幼儿产生安全感与信赖感,愿意与园长沟通。其二是非指示性原则。心理学的研究表明,幼儿并非像成人一贯认为的那样缺乏自主自控,他们具有自我决定的能力。园长须花时间去不断启发和诱导幼儿,促使其思考,让其感到自己完全有能力去认识、克服自己面临的困难。其三是疏导+教育的原则。“问题幼儿”因其行为往往不被接受,在生活中更多地受到成人的负面评价,更易产生自卑、退缩等心理,同时对成人的指责与约束尤为反感。园长辅导应为幼儿提供一个宣泄自己压抑情绪的机会,让幼儿得到疏导,释放压力。在此基础上找到恰当时机提示和点拨幼儿,就能起到事半功倍之效。其四是系统原则。幼儿心理行为问题的产生是多种因素交互作用的结果,园长应了解幼儿班级老师、幼儿家长的教育行为是否失当,主动联系老师和家长,促成家长教养方式的改善。幼儿心理问题并非一次辅导就能完全解决,它是一个较为长期的提升过程。因此,对幼儿的表现可进行跟踪访谈,巩固辅导效果<sup>[6]216</sup>。

#### (三)在幼儿游戏中渗透心理健康教育

游戏是幼儿园的一日基本活动,其对幼儿的发展有重要作用。首先,游戏是幼儿身体活动的需要。在游戏中,幼儿可以自由变换动作,或者重复任意感兴趣的单一动作,不但可以使身体保持良好的舒适

状态,而且使幼儿获得积极的情感体验。其次,游戏是幼儿认知活动的需要。幼儿在游戏中,可以自由地操作问题,对感兴趣的物体进行探究,获得对周围世界的新体验,也可以根据自己的意愿模仿和创造性地再现现实生活,这都能够使其理解环境和影响环境的心理需要得到满足。最后,游戏是幼儿社会交往的需要,游戏是幼儿与人交往的主要媒介。在游戏中,幼儿体验最初的人际关系,体验爱与关怀,体验自尊与自信,获得尊重与认可<sup>[7]36</sup>。综上所述,游戏使幼儿的各种心理需要得以满足,是幼儿园心理健康教育的有效途径。

#### (四)在日常生活中渗透心理健康教育

首先,儿童心理品质在日常生活中自然显现,同时,儿童的心理特点又影响其在生活中的行为表现,抓住生活中的契机对幼儿进行适时适当的引导与启发能起到事半功倍的效果。其次,幼儿的思维发展水平处于形象思维占主导的阶段,情境体验式教育方法更符合其心理特点。因此,教师应在幼儿园一日生活的各个环节中,对幼儿的言行进行有意识的观察,利用园中的真实情境或创设某些虚拟情境,引导幼儿在其中自主活动,使幼儿的认知和情绪得到发展,行为得到改进<sup>[8]</sup>。

#### (五)建立幼儿心理档案组

优秀的教师不仅精通自己的专业,而且还会积累心理健康教育的经验,建立幼儿心理档案组,使得幼儿心理健康教育有迹可寻<sup>[9]</sup>。例如,一位一线教师建立了独具特色的幼儿心理健康档案组。她在美工区投放了纸质材料、彩色铅笔、剪刀、黑色水彩笔,并告诉幼儿,不开心时,就把自己最想做的事用笔“画”出来,再根据心情变化涂上颜色。最后,教师把“心情”一页页装订起来。这样就成了了一本彩色心情书,教师根据书中的内容分析、总结不同幼儿调整心情的方法,有的放矢地提供相应帮助,最终达到对幼儿进行心理健康教育的目的。

## 二、幼儿园心理健康教育中存在的问题及对策

### (一)问题

#### 1. 心理健康教育在组织实施上缺乏系统性

##### (1) 缺乏完整的课程体系

目前大多数幼儿园对心理健康仍然缺乏重视,没有设置系统的心理健康教育课程,偶或从某一心理健康主题出发整理出来零星内容以供一时之需的情况较多<sup>[10]</sup>。与之相对应的,大多数幼儿园管理者对这一领域内容认识模糊,无法在日常教学管理中给予指导和支持。

##### (2) 心理健康教育课程评价体系不完善

课程评价的指标是多元的,其基本要素包括评

价主体、客体、方法、标准等。但目前幼儿园心理健康课程没有形成有效的评价体系。其评价指标单一,大多以同行评价为主。同时,教师或高层管理者在课程评价中,往往紧扣课程认知目标的实现与否。如果课程知识目标实现了,那么这节课就成功了,反之亦然。评价幼儿的发展,不应只是评价他们掌握与课程有关具体知识的情况,更重要的是评价他们在活动过程中的参与程度、兴趣、态度、情感体验以及价值观的建构情况<sup>[11]</sup>。

#### 2. 教师在心理健康教育方面的专业素养有待提高

教育活动实施的效果与教师的专业素养密不可分。目前,幼儿教师职前培养体系中,幼儿心理健康教育方面的知识、能力仍然未受到应有的重视,这直接导致了幼儿园教师相关专业技能的缺乏,对幼儿的各种行为和其背后的心理现象认识模糊<sup>[12]</sup>。一方面存在重视不足的现象,把幼儿的心理问题归为成长的必然,未及时干预,错过了最佳矫正时机;另一方面存在矫枉过正现象,把成长过程中的一般问题扩大化,过度关注反而造成了不良后果。此外,教师的干预能力不足,无法真正帮助幼儿解决心理问题,这使得幼儿园心理健康教育在实施过程中流于形式,没有达到教育效果。

#### 3. 家庭教育与幼儿园教育不同步

家庭和幼儿园协同配合才能维护幼儿的心理健康。但当前常见的现象是幼儿园采取各种方法增进幼儿心理健康水平,而家庭却在制造幼儿的心理问题。比如,幼儿园注重幼儿的全面发展,而很多家长只注重智力培养,忽略幼儿的情绪健康和人格养成,造成了孩子心理发展的不平衡,甚至导致人格上出现重大缺陷。另外,还有一种普遍现象是家长过于溺爱孩子,孩子在幼儿园发展出来的各种技能和培养起来的好习惯在家庭中无法延续和巩固,这使得幼儿园教育的成效大打折扣。

### (二)对策

心理健康教育是系统性的工作,家庭、社区、教师、幼儿都是这个系统必不可缺的要素。幼儿园必须有机整合各类教育资源,才能发挥教育合力,幼儿园健康教育才会具有持续性和养成性。

#### 1. 幼儿园管理层

##### (1) 提升幼儿园心理健康教育课程的系统化

幼儿园应在课程规划层面遵循系统化和科学化的原则。我国幼儿心理健康教育课程还没有一套成熟的理论体系,仍在逐渐探索中总结和进步。面对这样的现状,幼儿园管理者一方面应该紧扣《纲要》中的核心目标,另一方面应根据幼儿心理发展中存在的问题展开教学研讨,围绕知识和技能、情感、态度、价值观等方面,在目标实施的过程中注重幼儿的

情感体验<sup>[13]</sup>。

## (2) 提供心理健康教育课程所需的资源

课程资源是课程开展的基础和前提,课程的成效也受制于课程资源。由于幼儿心理健康教育课程的浸入式特点,大多数内容需要在情境、故事中开展,因此对设备、场地等的要求较高,幼儿园需要提供充足丰富的资源,才能保障课程顺利实施<sup>[14]</sup>。

## 2. 教师层面

### (1) 提升幼儿教师心理健康教育素养

教育管理部门应重视对幼儿教师心理学理论知识和实践技能的培养,让教师“走出去”进行心理学知识培训,把专家“请进来”开展关于幼儿心理健康教育的讲座,同时充实丰富幼儿园中关于心理健康教育的书籍资料,通过多种途径提升幼儿教师的专业水平。

### (2) 提升幼儿教师心理健康水平

幼儿园老师在提升心理健康教育知识和技能的同时,其自身心理健康状况对学生也有直接影响。身教重于言教,教师积极乐观、豁达开放、敬业负责、仁爱友善等心理品质对幼儿起到潜移默化的教育效果。因此,幼儿园管理者应重视教师的心理健康状况,采取有效措施提升其健康水平。同时,教师本人也应树立起大健康观,在关注自己身体健康的同时也积极维护心理健康,由此进一步促进幼儿健康成长。

### (3) 提升幼儿教师的自我效能感

幼儿教师的自我效能感是指幼儿教师对自己影响幼儿心理发展的能力的信念、判断及自我把握与感受<sup>[8]</sup>。幼儿教师的自我效能感通过两个途径对幼儿心理健康产生作用。一是幼儿教师的自我效能感通过影响教师的教育行为作用于幼儿的心理发展;二是幼儿教师的自我效能感直接对幼儿的发展产生作用。所以,提高幼儿教师的自我效能感,有助于幼儿心理健康教育的顺利进行。

## 3. 家园合作层面

### (1) 幼儿园和家庭保持同步教育

幼儿园教育只是幼儿教育的一部分,幼儿健康不可避免地受到社会文化的影响,家庭、社区的作用不容小觑。幼儿园应积极鼓励家庭与园所保持同步教育,只有教育目标明确、一致,幼儿才会形成正确的是非观念,进而形成健全人格<sup>[9]</sup>。

### (2) 通过家园联系册掌握幼儿心理状况

家园联系册是家园沟通的重要桥梁。通过家园练习册,家长反映幼儿在家的行为表现,这为教师进行心理健康教育提供现实依据。教师也通过家园联系册反映幼儿在园表现。通过家园双方的及时反馈,及时发现幼儿心理问题并及时干预。

### (3) 幼儿园指导家长进行心理健康教育

当前家长对健康的理解普遍存在片面性,忽略

心理健康的重要性,很多错误教育理念和方法损害了幼儿的心理健康。幼儿园应当承担起向幼儿家长普及正确心理健康知识和提供家庭心理健康教育指导的责任。比如,让家长认识到亲子关系对幼儿人格形成的重要作用,提供一些策略,协助家庭建立良好的依恋关系,使幼儿拥有安全感和幸福感。再如,很多家长能认识到网络游戏对幼儿视力的伤害,却意识不到网络游戏对幼儿心理健康的影响,没有采取有效措施来避免其消极影响。幼儿园可以为家长提供相应的讲座和宣传片,让家长在这一方面找到解决方法。

## 三、小结

随着时代的发展,社会各界逐渐认识到人的健康不仅仅包括身体健康,也包括心理健康。而幼儿的身心都处于飞速发展的时期,急需身体和心灵的双重养分,教育者只有提供适宜的环境、科学的引导才能保证幼儿的全面发展。这就要求幼儿园管理者和一线教师在了解幼儿身心发展规律的基础上,掌握幼儿园心理健康教育的有效实施途径,并在实践中不断完善之,唯此,方能培养出人格健全、身心和谐发展的幼儿。

## 【参考文献】

- [1] 林宏. 关于儿童健康教育问题的探讨[J]. 教育评论, 1996, 6(3): 7-8.
- [2] 顾荣芳. 学前儿童健康教育论[M]. 南京: 江苏教育出版社, 2003: 48.
- [3] 刘文. 幼儿心理健康教育[M]. 北京: 中国轻工业出版社, 2008: 57-59.
- [4] 黄芳. 课程视野下广州市幼儿园心理健康教育现状研究[D]. 广州: 华南师范大学, 2007.
- [5] 周卫萍. 幼儿园心理健康课程实施的研究——以苏州市五所幼儿园为例[D]. 苏州: 苏州大学, 2010.
- [6] 陈文华. 幼儿园课程论[M]. 北京: 科学出版社, 2010: 216-217.
- [7] 董旭花. 幼儿园游戏[M]. 北京: 科学出版社, 2009: 36-37.
- [8] 连洁荣. 论幼儿园心理健康教育与游戏的心理功能[J]. 教育教学论坛, 2012(8): 43-45.
- [9] 许海英. 幼儿心理健康教育的家园合作研究[D]. 济南: 山东师范大学, 2014.
- [10] 张辉娟. 试论幼儿园心理健康教育的特点与策略[J]. 上海教育科研, 2005(9): 95-96.
- [11] 朱家雄. 一项国际性幼儿心理健康教育课程在上海的实施效果研究[D]. 上海: 华东师范大学, 2009.
- [12] 刘媛媛. 提升幼儿教师心理健康教育专业水平的策略[J]. 陕西学前师范学院学报, 2016(1): 112-115.
- [13] 游丹虹. 幼儿园心理健康教育有效性探析[J]. 福建基础教育研究, 2014(3): 59-61.
- [14] 彭丽华. 幼儿园心理健康课程现状调查[J]. 陕西学前师范学院学报, 2016(10): 56-59.