

■儿童学习与发展

新入园幼儿分离焦虑的表现及其干预策略

——基于《幼儿园教师专业标准(试行)》的视角

孔 露

(川北幼儿师范高等专科学校,四川广元 628017)

摘 要: 幼儿入园分离焦虑是教师和家长普遍关注的现实问题,主要表现可分为哭闹型、粘人型、恋物型和生理失控型。根据幼儿的年龄特征来分析,入园焦虑是幼儿从家庭迈向社会过程中所出现的正常现象。但是,过度焦虑会严重影响入园幼儿的健康成长。幼儿园是幼儿入园之后的主要活动场所,接触最为频繁的教师将会在幼儿分离焦虑的缓解中发挥着重要作用。基于《幼儿园教师专业标准(试行)》的视阈,以期从教师的角度探讨出更加有效的应对幼儿入园焦虑之良策。

关键词: 新入园幼儿;分离焦虑;《幼儿园教师专业标准(试行)》

中图分类号: G610

文献标识码: A

文章编号: 2095-770X(2018)10-0125-05

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

doi: 10.11995/j.issn.2095-770X.2018.10.025

Manifestation of Dissociative Anxiety of Newly Enrolled Preschool Children and the Intervention Strategies—from the Perspective of Professional Standard of Kindergarten Teacher (Trail Edition)

KONG Lu

(North Sichuan College of Preschool School Teacher Education, Guangyuan, Sichuan 628017, China)

Abstract: Dissociative anxiety of newly enrolled preschool children is a problem of reality which gains wide attention of teachers and parents. Crying and screaming, clinging to adults, having fetish for something and losing control physically are the major manifestations. According to the age of children entering into kindergarten, dissociative anxiety is normal in the process of stepping out of family and into the society. However, over-anxiety may seriously influence children's healthy growth. Kindergarten is the major place for children's activity after being enrolled, and kindergarten teachers, as the one who communicate with children the most frequently, play significant role in the alleviation and their dissociative anxiety. The paper, from the perspective of Professional Standard of Kindergarten Teacher (Trail Edition), tries to work out effective countermeasures to children's dissociative anxiety from the respect of teachers.

Key words: children newly enrolled into kindergarten; dissociative anxiety; Professional Standard of Kindergarten Teacher (Trail Edition)

入园分离焦虑是指2—3岁幼儿首次从家庭进入幼儿园,由于与主要抚养者长时间分离,加上环境、人员、活动方式、行为规则等与熟知的生活产生

了较大变化,从而表现出的紧张、恐惧、不安等焦虑情绪^{[1]36}。3岁左右正是自理能力、良好习惯形成的关键期,更是形成安全依恋型师幼关系的重要期。

收稿日期: 2018-03-24; **修回日期:** 2018-05-16

基金项目: 四川学前教育发展研究中心资助项目(项目编号:CECER-2016-B12)

作者简介: 孔露,男,河南商丘人,川北幼儿师范高等专科学校讲师,主要研究方向:学前基本理论。

若最初的入园适应顺利,有助于幼儿自信心的建立,情感和道德的积极发展,健康人格的形成,否则会埋下各种发展隐患^{[2]22}。入园分离焦虑是儿童焦虑的一种,对幼儿的身心发展有非常重要的影响,备受幼儿教师、家长与教育研究者的广泛关注。2001年,教育部在颁布的《幼儿园教育指导纲要(试行)》中提出:“让幼儿在集体生活中感到温暖,心情愉快,形成安全感、信赖感,增强体质,提高对环境的适应能力。”2012年,《3—6岁儿童学习与发展指南》中也明确强调:“营造温暖、轻松的心理环境,让幼儿形成安全感和信赖感,锻炼幼儿适应生活环境变化的能力。”从颁布的文件内容分析来看,都体现出了国家和社会对幼儿心理发展的重视,尤其是对培养幼儿社会适应能力的关注。入园被称为是“幼儿的第一次断奶期”,是幼儿迈入社会的关键一步,而入园分离焦虑情绪正是反映了幼儿对新环境的不适应表现。新入园幼儿分离焦虑问题是幼儿园教师职业生涯中无法逃离的现实困惑,其产生受到各种因素交互作用的影响,如家庭、幼儿园及幼儿自身等。而幼儿入园之后,教师将是一天中与幼儿联系最紧密的重要伙伴,幼儿园教师将会在幼儿入园焦虑的缓解中发挥着关键作用。2012年,教育部颁布的《幼儿园教师专业标准(试行)》(以下简称《专业标准》)为幼儿园师资队伍建设和明确了方向。《专业标准》是国家对合格幼儿园教师专业素质的基本要求,是幼儿园教师开展保教活动的基本规范。面对幼儿入园焦虑难题,《专业标准》给我们提供了新的视角,基于幼儿教师专业素养内涵剖析有助于探索出干预幼儿入园焦虑的有效策略。

一、新入园幼儿的心理发展特征分析

(一)生活自理能力逐渐增强

随着身体组织结构和骨骼肌肉系统的不断完善,这一时期幼儿的身体素质和各关节的灵活性开始增强。在家庭和幼儿园教育的训练和引导下,3岁左右幼儿的双手协调能力和手眼协调能力获得进一步发展。因此,处在这一时期的幼儿开始具有了一定的生活自理能力。在家长和教师的协助下可以完成一些日常生活要求,比如脱穿衣服、吃饭、喝水、大小便等。幼儿生活自理能力的不断增强,是幼儿顺利适应幼儿园集体生活的基本保障。

(二)心理活动易受情绪影响

3—4岁幼儿情绪具有情境性、易感染性和外显

性的特点。因此,此年龄阶段的幼儿的身心活动易受情绪的支配和左右,表现出很强的情绪化色彩。比如说孩子高兴时,表现很听话;不高兴时,表现得很有倔强,什么话也听不进去。另外,此阶段的孩子情绪很不稳定,容易受周围环境的影响和感染。在幼儿园小班开学初期经常会看到,一个小朋友哭着找妈妈,其他小朋友在他的影响下都会哭着要找妈妈。有研究指出,3—4岁的幼儿仍然保留着在婴儿期对亲人或家庭的依赖,如刚入园时哭闹。有的孩子刚入园时虽不哭闹,但情绪压抑,既不听老师指挥,也不参加活动,只是自己独坐^{[3]53}。

(三)言语交流能力不断发展

许多研究证明,3岁左右是幼儿语言发展的关键时期。此阶段,如果有良好的环境,再加上各种教育活动的引导,那么这一时期是幼儿言语发展最迅速的重要时期。幼儿期是人的一生中词汇量增长最快的时期,到入园前,3岁儿童的词汇约达1000—1200个。在幼儿词汇量不断增加的同时,儿童对词本身含义的理解也逐渐确切和深化。从对语法结构的掌握程度来看,3岁左右的幼儿已经开始掌握最基本的语法,开始学会运用合乎语法规则的简单句型^{[4]195}。这一时期幼儿的言语理解能力也不断发展,3岁左右的幼儿能与成人或同伴进行简单沟通和交流。

(四)社会性逐渐得到发展

社会性的发展是儿童健全发展的重要组成部分,主要包括人际关系和社会行为的发展^{[3]235}。根据鲍尔比的依恋阶段论表明,3岁左右的幼儿正处于“目标调整的伙伴关系”阶段,这时期的幼儿开始考虑到母亲的愿望、需要和情感。因此,当母亲离开自己时,他能够认识到母亲会回来的,这只是暂时的,并开始与母亲建立双边的人际关系。有学者对游戏中的同伴关系进行研究表明,3岁左右儿童在游戏中交往主要是非社会性的,主要以平行游戏或者联合游戏为主,幼儿之间没有交集,彼此各玩各的。也有研究指出,3岁左右是幼儿亲社会行为发展的迅速时期。他们逐渐开始学会站在别人的角度思考问题,体验别人的感受,并作出相应的行为。这一时期,合作性行为 and 分享性行为也是幼儿社会性行为发展表现的主要方面,合作和分享发生的频率不断增加。

二、新入园幼儿分离焦虑表现类型

幼儿入园分离焦虑的情绪需要通过行为表现出

来,不同幼儿焦虑表现的形式多种多样,但都是幼儿心理焦躁、不安与紧张情绪的直观反映。为了更清楚地研究幼儿入园分离焦虑问题,笔者选择四川省广元市某幼儿园托班作为研究对象,托班有幼儿17名,男孩7名,女孩10名,其中1名男孩和3名女孩具有严重的入园分离焦虑问题。在幼儿园观察研究1个月,完成了系列观察提纲,形成观察记录5千余字,这些工作为入园分离焦虑问题的深入研究积累了丰富的第一手资料。经过对入园分离焦虑幼儿的外显特征进行概括和分析,可将幼儿入园焦虑表现归纳为四种类型:哭闹型、粘人型、恋物型与生理失控型。

(一)哭闹型

哭闹型是入园分离焦虑表现的最普遍类型,绝大部分孩子入园不适应的第一反应就是哭闹,悲戚着寻找“妈妈”。在开学的第2天,笔者对4个哭闹型幼儿的在园哭闹时间做了一个统计(如表1),从时间上可以直观反映出了“哭闹”是新入园幼儿的主要“活动”。

表1 2018年3月6日某幼儿园新托班幼儿哭闹时间统计

姓名	性别	8:00—11:00	11:00—15:00	15:00—17:30	合计
妞妞	女	27分钟	12分钟	7分钟	46分钟
鑫鑫	男	25分钟	6分钟	4分钟	35分钟
琪琪	女	20分钟	8分钟	10分钟	38分钟
菲菲	女	15分钟	9分钟	3分钟	27分钟

下面是对鑫鑫的观察记录(节选),鑫鑫,男,2.5岁,独生子女,父母工作,主要由妈妈接送和带养。从观察记录中可以反映出,孩子在开学初期哭闹现象是比较严重的。

3月6日(星期二)观察记录:8:15入园开始哭闹,到吃早饭时8:31停止哭泣。在接下来的时间偶尔哭闹“找妈妈”,但总体来看,鑫鑫很不适应幼儿园的集体生活。他在看动画片时,停止了哭闹,认真观看。中午午睡时间,不想上床休息,哭闹了很长时间,老师强迫他脱掉衣服上床休息,他躺在床上之后,情绪稍微平复,开始停止哭闹。

(二)粘人型

幼儿在家里经常和某个抚养人在一起,当入园时,幼儿为了转移情感的依托,或者是为了寻找安全感,在入园初期幼儿会一直缠着某位她喜欢的老师,形影不离。哪怕是短暂的分离,亦或是在自己触摸不到的距离上,幼儿都会产生一种焦躁和不安情

绪。在这个托班里,琪琪的表现就属于粘人类型的,一天的哭闹时间不是太长,但总是粘着某某老师,哪怕这名老师是去打饭、洗碗、打扫卫生、上卫生间等。不管琪琪在做什么活动,她的注意力永远是在某某老师身上,一旦这位老师要有离开的趋势,琪琪会放弃一切疯跑过来,紧紧抓住她。

下面是对琪琪的一段观察记录(节选),琪琪,女,2.8岁,独生子女,父母工作,由姥姥带养,父母基本每周回来一次与幼儿团聚。

3月7日(星期三)观察记录:入园时哭闹不是很厉害,时常嚷着“找姥姥”。总是喜欢粘着某某老师,不管做什么,都希望这位老师在自己身边。在吃午餐的时候,她对老师说:“你坐下”。在午睡的时候,她也对那位老师说:“你坐这”。一天中,基本上是有这位老师在身边时就不会哭闹。但是她不参与,不关注任何的集体活动,情绪显得紧张而低落。今天琪琪最开心的时刻是老师让她分发水果,在分享和交流中显然丝毫没有了焦虑情绪。

(三)恋物型

过度恋物情结也是入园分离焦虑的主要表现特征之一。幼儿对自己在家经常玩的玩具或者抚养人送的物品恋恋不舍,不允许任何人触碰。拿在手里也不想放下,如果有老师索取,便会出现哭闹的现象。恋物的问题也反映了幼儿内心对周围陌生环境的不安、恐惧和不信任,也是对抚养人依恋的体现。

3月13日(星期二)观察记录:当琪琪入园时,手上提着姥姥给她买的一包感冒药,她一直拿在手中,老师跟她要,她哭闹不给,情绪失控而哭闹起来。经过老师耐心讲解与抚慰,开始有所缓和。老师说:“你拿着它,会弄丢的,小朋友会给你拿走的”。最后,她说:“我要放在床上”。她跑到自己的小床旁,把一袋子药放在被子里面。当老师把琪琪的药品袋子打开,发现里面的一次性塑料杯子烂掉了,琪琪拿着杯子,伤心地痛哭起来,“我的杯子,杯子烂了”。(对人和物的依赖情感,心爱之物失去的悲痛之情。)

(四)生理失控型

生理失控型主要是指入园分离焦虑幼儿经常表现出尿床、尿裤子、生病等生理紊乱特征的类型。幼儿刚入园时,由于对陌生环境的不适应,极易产生恐惧、不安、焦虑、紧张等情绪。当幼儿用过多的精力应对自己与环境之间的关系时,反而很难有效控制自己生理的需要,进而造成注意力涣散、精神紧张、免疫力下降等一系列问题。

下面是对妞妞小朋友的观察记录(节选),妞妞,

女,3岁,独生子女,主要由奶奶接送和带养,父母工作。经了解她在入园前已经基本不尿床、尿裤子,根据研究者开学初连续数日观察,孩子不断出现尿床、尿裤子现象,和入园产生的焦虑情绪不无关系。

3月7日(星期三)观察记录:妞妞非常粘老师,今天老师去食堂打饭,她哭闹着要跟着一起去,害怕老师突然走开了。老师给他解释,她也听不进去。最后执拗不过,老师带她去食堂打饭,她到食堂不久就说:“老师,我要尿尿”。老师说:“赶紧去,在门口就可以”。不料,她一会儿跑回来低声地对老师说:“老师,我尿裤子了”。老师摸了一下,才知道裤子已经湿透了。

幼儿在适应新环境时还会表现出生理上的“应激反应”状态,例如:扁桃体发炎、发烧、感冒等^[5]。新入园幼儿面对环境的变化,易产生不适应的现象。经常会出现喉咙发炎、上火、感冒、发烧等症状。据连续对刚入园将近一个月的观察,鑫鑫小朋友生病2次,请假3天;琪琪小朋友生病3次,请假4天;妞妞小朋友生病2次,请假3天。幼儿入园前与入园后相比,生病的频率明显增高,与此阶段幼儿焦虑情绪的影响,有着直接的联系。

总之,经过一个月的连续观察和研究,幼儿入园分离焦虑主要表现为:大声哭闹,喜欢粘人,尿床、尿裤子,生病,恋物现象。除此之外,某些幼儿还具有执拗、任性、具有攻击性、重复句子、拒绝参与活动、拒绝饮食和午睡等。

三、缓解新入园幼儿分离焦虑的策略

为促进幼儿园教师专业发展,建设高素质的幼儿园教师队伍,教育部于2012年颁布《专业标准》,它既是幼儿园教师专业性发展的基本要求,也是引领幼儿园教师专业发展的基本准则。《专业标准》强调幼儿教师专业发展的基本要求,必须具备专业理念与师德、专业知识与专业能力。面对幼儿入园分离焦虑的困惑,《专业标准》中对幼儿教师专业素养所划分的三大维度为我们解决问题提供了新的思路。

(一)专业理念与师德:如何看待幼儿入园分离焦虑问题

《专业标准》中指出,作为一名合格的幼儿园教师应该“关爱幼儿,重视幼儿身心健康。”“尊重幼儿人格,平等对待每一位幼儿。”“信任幼儿,尊重个体差异。”“重视环境和游戏的独特作用。”“重视创设富有教育意义的环境氛围。”“重视幼儿园、家庭和社区

的合作。”“富有爱心、责任心、耐心和细心。”“善于自我调节情绪,保持平和心态。”……

这是幼儿园教师所持有的专业理念及其所拥有的师德的总称,但是从缓解幼儿入园分离焦虑,促进幼儿入园适应的角度来看,这也是幼儿园教师必备的专业理念和师德。面对新入园幼儿的焦虑情绪,首先,幼儿园教师应具有热爱学前教育事业,热爱幼儿的大爱情怀和仁爱之心,这样才能在自己普通的岗位上始终坚守初心和保持乐观的心态,奋勇前行。其次,幼儿园教师自身要具有爱心、耐心和责任心,以及自我调节情绪的能力。有时教师可以用自己的爱心来赢得幼儿的信任,促进幼儿入园适应进程。教师应理解并接纳适应期孩子的种种行为表现,使其尽快对教师产生依恋,建立安全感。为此教师可多用拥抱、拉手等肢体语言,多用温柔亲切的语言,尽量满足孩子的合理要求,使他们逐渐对教师产生依恋感^{[6]83}。另外,幼儿园教师要具有正确的保育和教育的态度和行为。教师遇到幼儿入园焦虑问题时,不能视而不见,袖手旁观,听之任之,而应该勤于学习和研究,积极采取科学的方法和行动,比如说开展有趣的游戏和活动、重视环境的价值、综合发挥家园合作的作用等,促进新入园幼儿能够较快顺利地渡过入园适应期。

(二)专业知识:如何了解幼儿入园分离焦虑问题

《专业标准》中要求幼儿园教师具有一定的专业知识,如“掌握不同年龄幼儿身心发展特点、规律和促进幼儿全面发展的策略和方法。”“了解幼儿发展中容易出现的问题与适宜的对策。”“了解有特殊需要幼儿的身心发展特点及教育策略与方法。”“掌握幼儿园环境创设、游戏与教育活动的知识和方法。”“掌握观察、记录等了解幼儿的基本方法。”

面对幼儿入园分离焦虑问题,幼儿园教师应该掌握丰富的幼儿发展知识和幼儿保育和教育知识。首先,要了解入园焦虑的内涵、影响因素及缓解策略等相关理论知识。幼儿园教师系统把握入园焦虑知识,这是解决入园焦虑问题的理论前提。其次,懂得如何观察、记录入园焦虑的表现,知道如何深入研究入园焦虑方面的知识。入园焦虑的表现以及影响因素有着个性化差异,幼儿园教师要掌握科学研究的相关知识,能够针对本班的入园焦虑问题进行深入性探讨。另外,要求幼儿园教师了解入园幼儿的年龄特征和心理特点方面的知识。新入园幼儿的言语、社会性及情绪情感等发展特点是什么,只有把握

住幼儿的心理特点,针对入园焦虑问题才能采取适当且有效的教育行为。最后,需要教师具有丰富的保育和教育知识。面对入园焦虑问题,能够设计出有趣的教育活动,创设温馨的环境,合理安排一日活动。如,教师应该掌握环境创设的原则,将“适宜性原则”“开放性原则”“艺术性原则”等灵活运用于新入园幼儿班级环境创设之中。在教学内容的选择和安排上,教师应懂得“多领域交叉融合”“动静结合”“室内室外交替”的道理。

(三)专业能力:如何应对幼儿入园分离焦虑问题

《专业标准》在“专业能力”维度中提出,作为一名合格的幼儿园教师要具有“建立良好的师幼关系,让幼儿感到温暖和愉悦。”“营造良好的班级氛围,让幼儿感到温暖、舒适。”“创设有利于促进幼儿成长的环境。”“提供符合幼儿兴趣的游戏条件,让幼儿体验游戏的快乐和满足。”“灵活运用各种组织形式和适宜的教育方式。”“与家长进行有效沟通,共同促进幼儿发展。”“针对保教工作中的现实需要和问题,进行探索和研究。”……

面对幼儿入园分离焦虑问题,幼儿园教师更需要丰富的专业能力。首先,建立良好的师幼互动,增强幼儿适应幼儿园生活的归属感。幼儿园教师应该具有教育教学组织能力,可以根据入园幼儿的身心特点和需要,设计丰富多彩的游戏和活动。比如,某幼儿园在小班开学之初的活动安排有“参观幼儿园”“认识新朋友”“户外活动——钻洞洞”“音乐游戏”等。通过有趣的故事、儿歌、音乐转移幼儿的注意力,通过肢体动作接触进行感情交流,营造轻松、愉悦的活动氛围,吸引幼儿。同时,要针对不同幼儿采取针对性的指导策略,帮助每个幼儿顺利适应幼儿园生活^{[7]21}。其次,创设良好的幼儿园环境,让幼儿在幼儿园生活中获得安全感。幼儿园教师应该具有环境创设能力,能够创设出温馨、亲切、生活化的班级环境,如:“娃娃家”角色区、“相亲相爱的一家人”主题墙、“我长大了”小舞台。利用熟悉而丰富有趣的环境,缓解和消除新入园幼儿入园不适应情绪。另外,幼儿园教师也应该具有沟通和合作能力,进一

步满足幼儿归属和爱的需要。充分利用家庭和社区资源,家园区合作共育,共同促进幼儿入园焦虑问题的解决。由于很多家长并不太了解如何解决幼儿入园焦虑的问题,因此在幼儿入园前教师首先要做的是进行家访^{[8]10}。通过与家长的沟通与交流,不但能使家长了解幼儿园和教师的工作和用心,还能帮助家长进一步了解幼儿入园的心理特点和容易出现的问题,有助于协助家长共同做好幼儿入园准备工作。在开展家访工作中,教师与幼儿渐渐熟识起来,逐步建立起信任感,为入园后依恋关系的顺利转换打下基础。最后,幼儿园教师也应该具有一定的反思和发展能力。面对入园焦虑问题,能够用一种研究的眼光和态度去对待它,通过查阅资料,课题申报,进行观察、调查、实验等深入研究,形成系列成果。在教师和幼儿获得发展的同时,有助于不断促进问题的深入解决。

[参考文献]

- [1] 管琳,王先达. 幼儿入园分离焦虑预防措施有效性研究——以福州市两所幼儿园为例[J]. 内蒙古师范大学学报(教育科学版),2017(2):36.
- [2] 赵秀坤,程秀兰. 基于家庭亲职教育需求的幼儿入园适应研究[J]. 陕西学前师范学院学报,2018(3):22.
- [3] 张永红. 学前儿童发展心理学[M]. 北京:高等教育出版社,2011:53,235.
- [4] 陈帼眉,冯晓霞,庞丽娟. 学前儿童发展心理学[M]. 北京:北京师范大学出版社,2013:195.
- [5] 姚卓文. 开学前学生易患焦虑症[N]. 深圳特区报,2012-8-30.
- [6] 汤肖丽. 入园适应教育的实践研究[J]. 幼儿教育,2006(7-8):83.
- [7] 郝一玲. 幼儿园新生家长“分离焦虑”的原因及其应对措施[J]. 陕西学前师范学院学报,2014(6):21.
- [8] 王晓琳. 新入园小班幼儿入园分离焦虑常用缓解策略的现状调查研究[D]. 呼和浩特:内蒙古师范大学,2013.

[责任编辑 王亚婷]