

项目八 学前儿童心理健康教育





学习目标

知识目标

了解学前儿童心理健康教育的目标和内容,掌握学前儿童心理健康教育的途径和方法

技能目标

能够设计并指导学前儿童心理健康教育活动,牢记常见的学前儿童心理卫生问题的预防措施

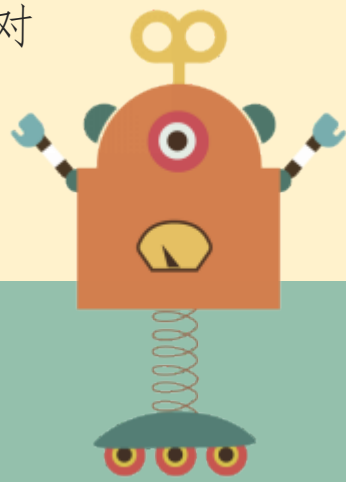
素养目标

树立科学的学前儿童心理健康教育观念,及时关注学前儿童心理障碍,对学前儿童充满关爱

情境导入

东东调皮好动,爱乱跑乱爬,上蹿下跳,经常把家里搞得乱七八糟。父母认为孩子小、活泼,没有给予重视。上幼儿园后,老师发现东东一刻也闲不住,他喜欢东跑西跳,见到什么就抓什么。即使和小朋友们一起听老师讲故事,他也不能按照老师的要求坐好,而是动来动去,一会儿用手去拉扯前面幼儿的衣服,一会儿用脚去踢邻座幼儿的凳子。平时行为也比较冲动,经常冒冒失失,不是撞倒别人,就是自己碰到墙上。时常去推、抓别人,惹得其他幼儿很恼火。进入大班后,注意力不集中现象更加明显,他不能老老实实、专心致志地听老师上课,经常乱讲话、乱走动。回答老师的提问,更是答非所问、张冠李戴,常惹得幼儿们哈哈大笑。即便做自己喜欢做的事,如看动画片,东东也难以控制自己,总是要动来动去。为此,老师感到很头疼,建议父母带东东去做心理咨询。

思考: 根据东东的表现,判断他属于哪种心理卫生问题并分析其产生的原因。如何对其进行矫治?



目录

One

学前儿童心理健康教育概述

Two

学前儿童心理健康教育的目标与内容

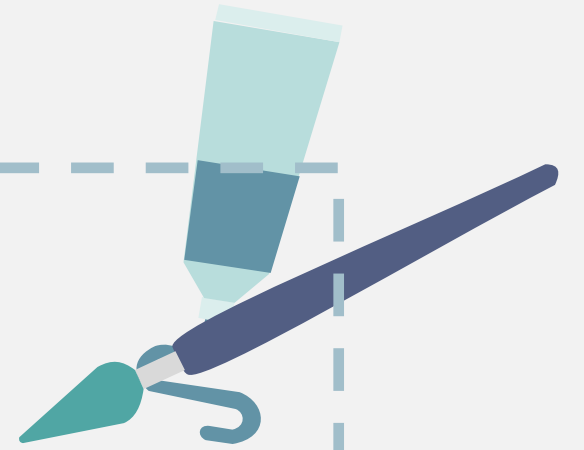
Three

学前儿童心理健康教育活动的实施

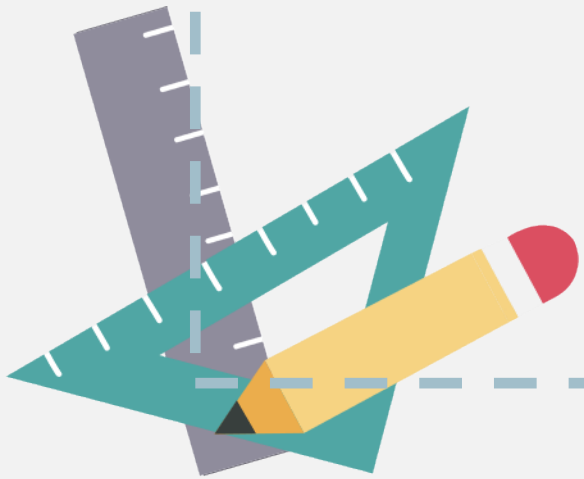
Four

学前儿童常见心理卫生问题及其预防





任务一 学前儿童心理健康教育概述



一、心理健康的含义

- ✓ 1946年, 第三届国际心理卫生大会提出, “心理健康是指在身体上、智能上、情感上与他人的心理健康不相矛盾的范围内, 将个人心境发展成最佳状态”。
- ✓ 我国一般认为, 心理健康是人们对环境的一种高效而愉快的适应状态, 是个体在适应环境的过程中, 生理、心理和社会各方面达到协调一致, 保持一种良好心理功能的状态。

有关心理健康的八条指标:

- (1) 了解自我, 悦纳自我。
- (2) 接受他人, 善与人处。
- (3) 热爱生活, 乐于工作。
- (4) 面对现实, 接受现实, 适应现实, 改变现实。
- (5) 能协调与控制情绪, 心境良好。
- (6) 人格和谐完整。
- (7) 智力正常。
- (8) 心理行为符合年龄特征。



二、学前儿童心理健康的标志

✦ 智力发展正常

智力发展正常是儿童心理健康的重要标志。它是人们生活、学习和工作的基本心理条件。个体之间的智力水平存在着差异,但是在大部分智力发展正常的学前儿童之间,这种差异并不悬殊。

✦ 情绪稳定乐观

情绪稳定乐观是心理健康的主要标志。心理健康的学前儿童以积极的情绪表现为主,积极情绪多于消极情绪,经常能保持心境良好、愉快、乐观、开朗,这样的情绪有助于提高活动的效率,经常会受到家长和教师的表扬与称赞,而积极的情绪又得以强化,使学前儿童进入良性循环。

心理健康的学前儿童也有喜、怒、哀、乐,会出现暂时的消极情绪,如在受到教师的批评或家长的惩罚时会表现出哭闹、委屈等,但是心理健康的学前儿童能主动调节自己的不良情绪以适应外界环境,这就是情绪稳定性的表现,而一些消极情绪的表现有助于他们不满情绪的发泄,有助于维护其心理健康。



二、学前儿童心理健康的标志

✦ 意志品质健全与行为协调适度

意志品质健全表现在意志行动的自觉性、果断性和顽强性上。意志品质不健全的学前儿童挫折承受力差,怕困难,违拗,做事三心二意,注意力不集中,缺乏自控力。

行为协调是指人的思想与行为统一协调,人的行为像是心理的镜子,通过它可以反映出人的心理是否正常。要注意从小培养学前儿童的健康意志品质,提高他们的自制能力,并训练他们形成良好的行为与习惯,学会对生活环境中各类刺激做正确应对与反应。

✦ 性格特征良好

性格是人的个性中最本质、最核心的表现。学前儿童的性格是在与周围环境的相互作用中逐渐形成的,一经形成,就出现了相对的稳定性。心理健康的学前儿童性格相对稳定,一般具有热情、勇敢、自信、主动、谦虚、诚实、慷慨、合作、乐于助人等性格特征;在自我意识上,开始正确认识与评价自己,自尊心在发展,寻求独立性,对自己充满了信心。而心理不健康的学前儿童性格发展不良,表现得胆怯、冷漠、吝啬、孤僻、敌意、自卑和缺乏自尊心。



二、学前儿童心理健康的标志

✦ 人际交往和谐

人际交往和谐是指能与人友好相处,关系协调,共享欢乐。学前儿童的人际关系主要是指学前儿童与家长、教师以及同伴之间的关系,这些人际交往可以反映学前儿童的心理健康状况。

心理健康的学前儿童乐于与人交往,善于与同伴合作和共享,理解与尊敬教师,待人慷慨而友善,也容易被别人理解和接受。心理不健康的学前儿童不能与人合作,对人漠不关心,缺乏同情心,存在斤斤计较、猜疑、嫉妒、退缩现象,不能置身于集体,与人格格不入。

家长要鼓励学前儿童多与同龄人一起玩耍,鼓励他们在共同的游戏活动过程中交流思想与情感,遵守活动规则,学会一定的交往技能。在培养学前儿童人际交往方面,教师要做好示范,充满爱心,建立良好的师生关系。



三、学前儿童心理健康的影响因素

生理性应激源，如不当的温度、湿度、照明、空间和噪声等



心理性应激源，如不良人际交往是最重要的应激源

社会性应激源，如家庭的突然变故、亲人的去世、父母的离异和再婚、经济状况的改变等

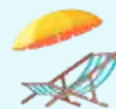




案例分享

在幼儿园里，一位教师号召全班幼儿不要和犯错的幼儿来往。在一次课间休息时，一名幼儿将另一名幼儿打哭了，教师在没有调查原因的前提下，就把那位“打人”的幼儿拉到讲台前，对其他幼儿说：“今天某某不乖，大家羞一羞他。”于是幼儿们用手比划着，“羞”那位犯了错误的幼儿。接着，教师又对幼儿们发出号召：“大家不要他了，叫他出去。”接着，所有的幼儿一齐叫道：“出去！出去！我们不要你了！”最后，那名幼儿被赶出了活动室。这名幼儿回家之后哭着吵着说，不去幼儿园了。之后在班里他也不跟别的幼儿一起玩，总是自己一个人待着不说话。

案例分析：此案例中教师没有处理好幼儿同伴冲突的问题，只是当着全班幼儿的面去指责“打人”的幼儿，没有弄清原因，就直接以全班指责的方式批评他，使其之后不敢在与班内幼儿交往，心理负担过重，不利于幼儿的身心健康发展。



三、学前儿童心理健康的影响因素



三、学前儿童心理健康的影响因素

气质特征对自我强度有明显影响，如有的学前儿童动作灵活，行动果断，对周围环境刺激敏感，并能很快做出反应；而另一些学前儿童行动迟缓，反应慢，沉默寡言，或是注意的广度狭窄和持久性低，易分心，很难适应环境

身体健康的学前儿童能正确感知和判断外界刺激，做出恰当反应；而患病的学前儿童体质虚弱，感知与判断力下降，对环境不能很好地适应



学前儿童的性格、能力、兴趣、爱好、价值观念等都会对自我强度产生影响



四、学前儿童心理健康教育的意义

✦ 关注心理健康状况是社会发展的必然结果

社会的发展必然呼唤一种新的教育模式,即有意识地、有目的地和科学地培养学前儿童良好的心理品质和人格。心理健康教育就是顺应社会的发展,培养学前儿童具有坚强的意志、健全的人格、独立自主、勇于挑战的精神,增强学前儿童的心理承受力的一种教育模式。

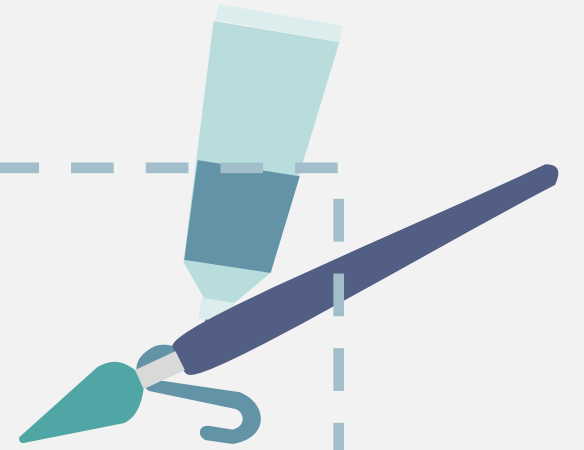
✦ 开展心理健康教育是学前儿童心理发展的实际需要

学前期是儿童身心发展最迅速的时期。学前儿童对于外界环境及其变化的影响十分敏感,极易受到各种不良因素的影响,心理承受能力很脆弱,自我评价和自我调节的能力很差,这一阶段的生活经历与环境教育都对学前儿童的发展产生重要的影响。因此,早期生活环境与教育是否适当,直接关系到学前儿童良好心理品质能否形成。开展心理健康教育有助于解决学前儿童发展中存在的心理问题与不良行为,是学前儿童心理发展的实际需要。

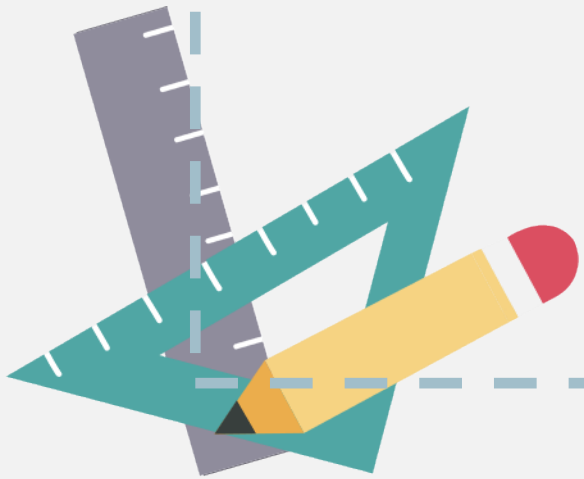
✦ 心理健康是个性全面发展的重要基础

心理健康对学前儿童成长的意义是十分重要的,它是学前儿童个性全面发展的基础。健康的心理如同健康的身体一样,它能够对学前儿童个性的各个方面、学习和生活的各个领域产生积极影响。





任务二 学前儿童心理健康教育的目标 与内容



一、学前儿童心理健康教育的总目标

学前儿童心理健康教育的**总目标**是指使学前儿童懂得并掌握保护心理健康的粗浅知识和技能,形成有利于学前儿童心理健康的行为习惯,改正不良情绪和态度,预防和矫治心理障碍和行为异常,保证学前儿童心理健康发展。



二、学前儿童心理健康教育的分类目标

(1)能关心周围世界的各种事物和现象,有较良好的观察、注意、想象、概括、分析能力,有较强的求知欲,能认识自己与周围世界中各种事物和现象的关系。

(2)乐意寻求新的生活体验,有良好的适应新环境的能力和一定的生活自理能力,初步养成良好的生活习惯。

(3)遇到困难能主动想办法解决。做事有信心和一定的耐心,力求做成功,不惧怕失败和挫折。

(4)学习社会交往技能。学习移情思考,能和家长、教师、同伴表达、交流自己的感受与想法;学会分享与合作,能和同伴友好相处、平等合作;乐于关心他人,富有同情心;能主动参与集体性活动,敢于自我表现。

(5)学会调整自己的情绪。

①懂得自己的需要是否合理。②学会宣泄自己的不良情绪。

(6)能接受教师和家长的劝导,不任性。



三、学前儿童心理健康教育的内容

（一）教会学前儿童正确表达情绪情感的方法

1. 调整认识

学前儿童情绪反应的强度和持久度,在一定程度上取决于他们对触发情绪反应的情境的理解、认识和评价。对于同一情境或刺激,不同的学前儿童可能产生很不一样的情绪反应。

2. 合理宣泄

学前儿童在生活中积累的不良情绪应该以适当的方式加以宣泄,而不应采取压抑的办法。家长和教师要让学前儿童有机会在遭遇挫折或感受到不愉快时,尽情地倾吐自己内心的体验,也可以设置冲突情境让学前儿童通过想象表述自己的感受。

3. 指导应对策略

(1) 学习运用转移的方式消除不良情绪。当遇到冲突和挫折时,不要将注意力集中在引起冲突和挫折的情境上,而应该尽快地摆脱这种情境,投入自己感兴趣的其他活动。

(2) 以支持的方式应对心理压力。应教育学前儿童在遭遇到冲突或挫折时将心中的感受告诉家长和教师,以寻求他们的同情和安慰。

4. 培养积极的情绪

积极的情绪是防御外界环境或机体内部不良刺激困扰的有力屏障,应该教育学前儿童做到经常保持情绪愉快,不生闷气,不长时间情绪低落,不乱发脾气等。



三、学前儿童心理健康教育的内容

（二）帮助学前儿童学习社会交往的技能

1. 感知和理解他人的情感

教师可鼓励学前儿童向他人表露自己的情绪情感,让其他儿童知道自己的愿望。学前儿童的相互表述和讨论有益于他们将自己置于他人的立场考虑问题的认识和能力的发展。另外,角色游戏也是让学前儿童感知和理解他人情感和愿望的良好途径。

2. 分享与合作

教师可以通过言语评论、赞扬学前儿童的利他行为,也可以通过树立榜样促进学前儿童的利他行为,注意激发学前儿童内部的行为动机,还要为学前儿童安排尽可能多的玩具和材料,避免学前儿童为了使用这些材料而等待。

学前儿童的合作行为会促使学前儿童与他人亲密关系的形成。家长和教师要教导学前儿童与他人一起活动或合作,并为学前儿童提供一起工作、共同完成任务的机会,让学前儿童感受通过合作而获取成功的快乐。同时,还应教给学前儿童一定的交往策略。

3. 乐于助人

培养学前儿童乐于帮助他人的精神,有助于改善学前儿童的人际关系、增进学前儿童的社会交往能力。

4. 认识自己,接受自己

帮助学前儿童认识自己和接受自己,是建立良好的人际关系的一个前提。家长和教师对学前儿童的评价要客观,并注意方式和方法。



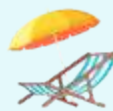


案例分享



在进行区域活动时，小轩和小晨都选择了积木建构，但是活动开始有一会儿了，选择建构的其他幼儿已经开始呈现自己的作品，他们俩却只顾着死守自己面前的积木以防被对方抢走而什么作品都没有呈现。教师见状，便让小轩和小晨看看别人的建构状态及进度。他们发现其他能够共同分享自己手中积木的幼儿已经建构起较为壮观的作品，独自建构的幼儿则只建起了半成品或者小型作品，他们则是什么都没有建成。之后，小轩和小晨各自开始松开自己紧护积木的手。先是自顾自搭建，再到发现材料不足后，慢慢地两人开始互相分享，最后到合作建构。

案例分析：案例中的两个幼儿最初不愿彼此分享，只顾争抢积木导致进展很慢。教师见到此情况，引导幼儿观察其他共同合作组的进度，从而帮助幼儿树立合作分享的意识，获得交往技能和游戏的乐趣。



三、学前儿童心理健康教育的内容

（三）培养良好的生活习惯

1. 有规律的日常生活

学前儿童的日常生活包括按时睡觉、起床、饮食、排便以及室内外的活动等。良好的饮食习惯是保证学前儿童健康成长的需要,家长和教师可结合图片故事或案例对学前儿童进行教导,使学前儿童养成按时按量进餐、细嚼慢咽、不吃零食、不暴饮暴食、不挑食偏食等的良好行为习惯。

2. 良好的卫生习惯

良好的卫生习惯对学前儿童保持良好的精神状态和健康的身体具有积极的作用。所以,从小就要教育学前儿童养成勤理发、勤剪指(趾)甲、勤换衣服、勤洗澡、饭前便后洗手、吃东西前洗手、不抠鼻、不挖耳朵等各种良好的个人卫生习惯。家长和教师应让学前儿童懂得,个人的清洁卫生不只是自己的事,还关系到是否尊重别人、是否能够得到他人的认同,教育学前儿童自觉形成良好的卫生习惯。



三、学前儿童心理健康教育的内容

（四）学前儿童的性教育

1. 性别自我认同和性角色

性别自我认同是个体对性角色的自我体验，性角色是性别的公开表现。3岁以前的学前儿童已经开始对自我性别实现认同了，5岁的学前儿童则能以自己的性别角色适应社会生活，以后儿童的自我性别意识逐渐强烈。家长和教师应该认识到在儿童时代给孩子起名字、买玩具或衣服、与儿童的交流、对学前儿童的期望等都具有性教育的意义。

2. 性知识的传播

学前儿童对性的问题表现为纯粹的求知的兴趣，所关心的只是自然界和人的因果关系。学前儿童提出问题，听取回答，仅仅是为了想知道某种事实。家长和教师应该用平静的态度告诉他是什么、为什么。

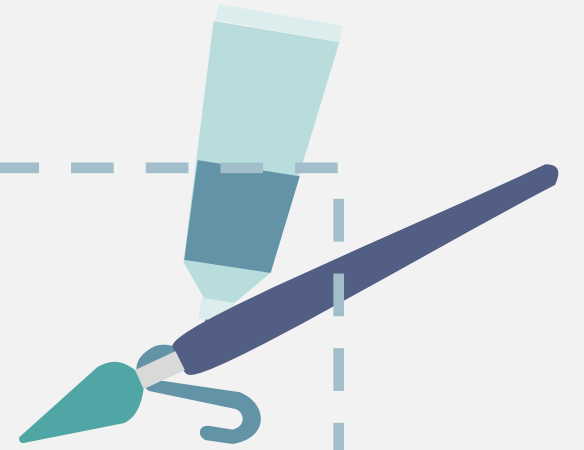
3. 性活动的处理

学前儿童会以不同的方式对性有所体验，但这种行为只是一种游戏行为，或者是模仿成人的行为，因此，家长和教师不要采取恐吓和惩罚的方式对学前儿童进行压制，正确的方式是采取消退转移法，用玩具、讲故事将学前儿童的注意力加以转移。

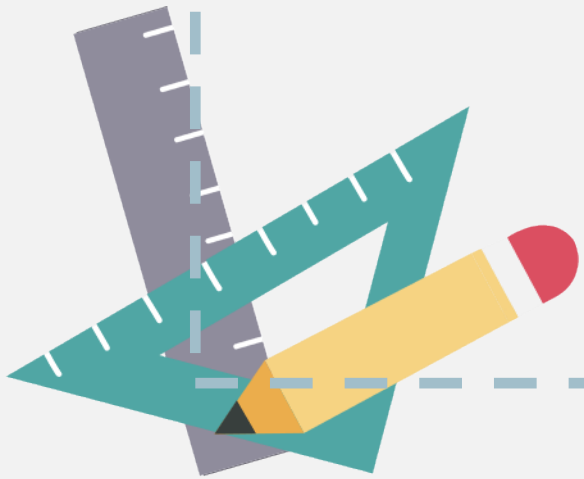
（五）预防心理障碍和行为异常

教师要依据心理健康的标准，通过调查、观察、筛查和诊断等方法，及早发现学前儿童的各类行为问题、心理障碍和心理疾病，确定问题的性质，采取有针对性的措施，进行早期教育、早期干预或早期治疗。





任务三 学前儿童心理健康教育活动的 实施



一、学前儿童心理健康教育活动的的基本要求

（一）体察学前儿童的内心感受

开展学前儿童心理健康教育,必须要贴近学前儿童,走进学前儿童的内心世界,了解他们的所思、所想,真诚的心灵慰藉是最好的心理健康教育。

（二）满足学前儿童的心理安全需求

若发现学前儿童有焦虑情绪,应积极加以健康引导,并给学前儿童创造一个良好的生活环境与和睦的家庭气氛,使学前儿童的身心能得到健康的发展。

（三）引导学前儿童换位思考

以自我为中心是学前儿童重要的心理特点。心理健康教育应引导学前儿童思考别人的感受,多为他人着想,以此不断调整自己的行为,融洽人际关系。

（四）纠正学前儿童问题行为时必须有的放矢

学前儿童的心理发展有一定的共性特征,但是由于先天遗传和后天环境的影响,学前儿童心理发展有其特殊性和差异性。在纠正学前儿童问题行为时,必须做到有的放矢,综合制订矫正和治疗的方案,帮助学前儿童纠正问题行为,逐渐回归正常的发展轨道。



二、学前儿童心理健康教育活动的途径

(一) 正式的途径

1. 专门的心理健康教育活动

专门的心理健康教育活动是指根据学前儿童心理健康教育的目的和内容,或是针对当前存在的实际问题,对学前儿童进行有关的心理健康教育。这种教育活动要根据学前儿童的年龄特点和心理发展水平,制定切实可行的心理卫生教育的目标,根据目标选择适宜的教育内容。

2. 专家的心理咨询

心理咨询师通过谈话的方式,提供学前儿童需要的知识,增进学前儿童的自我认识,开发学前儿童的潜在能力,帮助学前儿童克服困难,达到身心健康发展的目的。心理咨询的效果取决于进行心理咨询的教师和医生的知识、态度、咨询技术,以及职业道德和操作规则。

3. 行为指导

狭义的行为指导具有行为矫正的意思,主要是运用条件反射学说和社会学习理论改正学前儿童的不良习惯。行为指导一般采用正负强化的奖惩方式进行训练。广义的行为指导还包括道德与情操培养、榜样作用、规范行为的建立与训练等。



二、学前儿童心理健康教育活动的途径

(二) 非正式的途径

- **托幼机构**是学前儿童最早加入的集体教育机构。学前儿童对教师存在着很大的依赖性,如果学前儿童与教师之间的关系不亲密、不融洽,往往会导致心理上的不平衡,因此,应创设良好的环境,以保证学前儿童心理的健康发展。良好的环境应是对学前儿童充满爱心和耐心,尊重学前儿童兴趣、要求和愿望,谅解学前儿童的缺点和不足之处;为学前儿童组织各项活动时,要考虑他们的承受能力,对学前儿童提出的要求要适合他们的心理发展水平,不能过高或过低。
- **家庭**是学前儿童社会化的主要场所。即使上了幼儿园,家庭生活仍然占去了学前儿童生活的大部分时间,因此,父母的教养态度、家庭成员之间的相互关系、家庭成员自身的各种特征等,都直接或间接地对学前儿童的心理健产生着影响。为了营造有利于心理健康的氛围,父母的教养态度要一致;家庭成员之间的关系要和谐,互相关心,互相爱护;父母的情绪要乐观、愉快;让学前儿童生活在充满爱和有安全感的家庭环境中。
- 学前儿童也生活在具有复杂关系的**社会**文化体系之中,社会经济状况的剧变、社会文化的变迁、社会关系的变化等,都可能成为学前儿童社会适应不良的诱因。因此,应创设和谐安定的社会大环境,使学前儿童的基本权益得到保障,人格得到尊重,以保护和增进学前儿童心理的健康发展。



三、学前儿童心理健康教育活动的的方法

榜样可以是同龄学前儿童的良好行为，或是学前儿童喜欢的故事中的人物形象的良好言行

榜样示范

以表演的方式，思考和表现在不同的社会情景中做出行为对策的教育方法

情景演示

对学过的技能和行为进行反复练习，加深对某个行为或技能的理解和掌握，从而形成稳定的行为习惯

行为练习

传递、讲授有关心理健康的一些粗浅的知识，以提高学前儿童的认知水平，帮助他们改善对心理健康态度

讲解说理

组织学前儿童参与心理健康教育的过程，通过提出问题、发表意见、共同交流而取得较一致的认识

讨论评议



以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：
<https://d.book118.com/307112112065006152>