

Exploration on the Implementation Strategy of Early Childhood Mental Health Education

Wenshan Dong

Foshan Shunde District Zhenhua Kindergarten, Foshan, Guangdong, 528000, China

Abstract

Cultivating children to establish a concept of health not only includes physical health, but also mental health and environmental adaptability. Childhood is the key stage of mental health education, which can timely correct and support children's psychological problems, so that it can establish a positive and optimistic attitude towards life since childhood, form a healthy and upward good mental quality, and lay a solid foundation for the comprehensive development in the future. The paper summarizes the theory and practice of children's mental health education in China and other countries, analyzes the current situation and existing problems of mental health education in kindergartens, and puts forward effective implementation strategies in a targeted manner.

Keywords

early childhood education; mental health; implementation strategy

幼儿心理健康教育实施策略探究

董文珊

佛山市顺德区振华幼儿园, 中国·广东 佛山 528000

摘要

培养幼儿树立健康观念不仅包含身体健康,还有心理健康和环境适应能力。幼儿时期是心理健康教育关键阶段,可以对幼儿心理问题进行及时矫正与扶持,使其从小树立积极乐观的生活态度,形成健康向上的良好心理品质,为以后的全面发展奠定坚实的基础。论文总结了中国和其他国家幼儿心理健康教育的理论及实践,分析了目前幼儿园心理健康教育的现状及存在的问题,有针对性地提出了有效的实施策略。

关键词

幼儿教育; 心理健康; 实施策略

1 引言

《幼儿园教育指导纲要(试行)》明确指出,幼儿园必须把保护幼儿的生命和促进幼儿的健康放在工作的首位。树立正确的健康观念,在重视幼儿身体健康的同时,要高度重视幼儿的心理健康。然而,随着中国社会的巨大变革与飞速发展,在幼儿成长过程中出现了种种心理问题,令人触目惊心的案例层出不穷,致使孩子的心理健康教育问题得到了前所未有的关注。《3~6岁儿童学习与发展指南》更明确地指出,幼儿阶段是形成安全感和乐观态度的重要阶段,是良好

心理品质形成的关键期。因此,在当前的社会形势下,幼儿心理健康教育的重要性不言而喻。

2 中国和其他国家有关幼儿心理健康教育的研究

幼儿心理健康是指幼儿心理发展应达到相对于年龄的正常水平,并且幼儿性格开朗、乐观积极、没有心理障碍、具有较强的环境适应能力^[1]。幼儿心理健康教育是指根据幼儿生理、心理发展特点,运用相关教育方法和手段,开展教育活动,培养幼儿良好的心理素质,促进幼儿身心全面和谐发展^[2]。

幼儿园心理健康教育在欧美等国家和地区具有较长历史与丰富的经验,相关研究也较多。尤其近十年来,美国在幼儿园心理健康教育的个案研究方面新增了大量研究成果。英国将研究重点集中在每个幼儿的长期发展,对于心理健康的教育形式更加灵活多样,实施方法中注重整体性和综合

【课题项目】佛山市教科课题:幼儿园心理健康教育课程建构项目——幼儿园“育心”主题园本课程在建构与实施(立项编号:2020FSXQKC13)。

【作者简介】董文珊(1970-),女,中国广东佛山人,本科,幼儿园一级教师,从事幼儿心理健康教育研究。

性。法国更注重实践,在实践的基础上建立了适用于幼儿园的心理健康教育模型;日本则将幼儿心理健康教育与其家庭相结合,强调幼儿园和家庭共同培养的模式。

中国关于幼儿园心理健康教育研究相较于欧美等国起步较晚。通过对相关网站进行“幼儿园心理健康教育”检索发现,从1996年至今,共计检索出1081篇文献。近十年间,随着中国国际地位的提高与国内经济的腾飞,对幼儿心理健康教育的关注度也逐渐增加。从发表文献数量上可以明显看到,文献数逐年呈上升趋势且2010年为转折点,在2010年以后发表的文献占总文献数的比例高。这些研究主要集中在针对幼儿表现出的心理问题、幼儿心理健康教育的衡量标准和目标、幼儿心理健康教育的突出问题和举措以及关于特殊群体的幼儿心理健康教育等方面。

从文献理论与实践的关系看,从1081篇文献多数为期刊论文及相关学位论文研究发现,理论分析及心理量化研究较多;结合幼儿园教学实践相对较少,没有用于指导幼儿园心理健康教育实践,难以指导幼儿园心理健康教育活动;同一问题的重复研究居多,指导幼儿园实际心理健康教育的能力还有待提高。

在教学论著方面,中国关于幼儿心理健康的书籍数量较少。早期论著主要有2006年郑雪编写的《幼儿心理健康教育》;2008年刘文编写的《幼儿心理健康教育》;徐德荣编写的《幼儿心理健康教育互动40课》等。近十年来的论著主要有2012年张大均编写的《幼儿心理健康教育》;2013年饶淑园编写的《幼儿心理健康教育与辅导》和许思安编写的《幼儿心理健康教育实务》等。这些书籍从理论上提升了一线教师关于幼儿心理健康的认识。然而,还需要更多与幼儿园的实际情况相结合、可操作性强的教学论著与针对不同年龄段幼儿的心理健康教育参考教材。

3 中国和其他国家幼儿园心理健康教育发展启示与反思

3.1 幼儿园心理健康教育课程理论性较强,不利于幼儿园的实践指导

中国幼儿园心理健康教育的研究仍处在发展阶段,由于没有系统的幼儿心理健康课程,可参考的教材也比较零散,教师单纯依靠理论化的书籍资料,实践的难度比较大,容易将课堂小学化,降低课程的趣味性。导致幼儿园实施心理健康教育出现的问题主要有三个:①幼儿园没有形成系统的、可操作的心理健康课程体系。②幼儿园心理健康课程没有可参考的教材。③幼儿园心理健康教育形式单一。因此,

研究幼儿园心理健康教育的实施策略非常有意义。

3.2 幼儿心理健康教育课程游戏化日趋明显,有利于促进幼儿心理健康发展

近年国际上出现的一套特别为所有5~7岁普通年幼儿童设计的系统化心理健康教育课程——“比比和朋友”。目前全世界已经有20多万名5~7岁的儿童参与了该课程的学习,这可以说是幼儿园心理健康教育研究的一大飞跃^[3]。

因此,通过对相关资料的研究与总结,可发现当下幼儿园心理健康教育的研究具有以下趋势:

- ①教育的内容以自我意识与探究为出发点。
- ②注意本土特色研究。
- ③从分散的民间研究,走向有组织的实施及研究。
- ④从单纯讲授幼儿心理健康知识,到结合日常生活培养幼儿良好的心理健康素质和健全人格。
- ⑤开始注重幼儿园心理健康教育课程体系的建构。
- ⑥更加重视针对心理健康教育目标体系和评价体系的研究。
- ⑦用政策引领幼儿园心理健康教育活动开展与实施。
- ⑧探究以游戏方式来进行心理健康教育的有效性与实施方案。

4 幼儿园心理健康教育实施的策略

4.1 借助已有资源构建园本心理健康课程体系

针对中国幼儿园心理健康教育课程资源的缺乏问题,可以在国际已有教材的基础上,结合中国园本心理健康教育现状研发新课程。首先,幼儿园可引进中国和其他国家先进的心理健康课程并进行本土化实践。例如,“比比和朋友”,在长达十几年的实践教学,“比比和朋友”不断地被本土化;中国心理学会学校专业委员会开发的《幼儿心本课程》、“心成长”幼儿心理健康教育课题组研发的《幼儿心理健康教育活动方案》、叶平枝教授主编的《幸福树课程》等,现如今已经形成了适合上海和北京的可操作的幼儿心理健康教育课程体系。

通过借鉴这些中国和其他国家现成的课程资源,可以系统地建构幼儿园心理健康课程的体系,从幼儿整体的心理健康教育目标出发,制定相应的活动方案,避免因教育内容选择的随意性导致幼儿心理健康教育目标不全面、不均衡的现象。例如,幼儿园借助了《幸福树课程》资源,结合育心课程的教育目标,将原来《幸福树课程》的几个主题《叶子和秘密》和《神秘的月亮》修改为《情绪小主人》和《情绪小达人》,这样就能较好地突出园本课程的教育目标,结合

《3~6岁儿童学习与发展指南》与幼儿心理健康发展目标,形成了具有园本特色的育心主题园本课程,园本课程主题修订如表1所示。

表1 育心主题园本课程主题修订表

乐观情绪	10月	原有	幸福树主题	情绪小怪兽	叶子和秘密	神秘的月亮
		修改后	育心主题	情绪小怪兽	情绪小主人	情绪小达人

4.2 借助绘本生成具有可操作性的幼儿心理健康教育教材

研究表明:绘本对幼儿心理健康教育有着积极的效果。绘本是幼儿教师比较喜欢作为幼儿心理健康教育的教材之一。因此,教师借助绘本可生成具有操作性的幼儿心理健康教育教材。其生成的主要步骤如下:

①从适合幼儿年龄发展特点和心理健康发展目标出发选择绘本为基本教学内容。例如,小班第一个月主要发展孩子对环境适应能力和交往能力,可选择绘本《爱的抱抱》《魔法亲亲》;中班第一个月主要发展孩子的交往能力,可选择绘本《最好的朋友》;大班第一个月主要发展孩子的交往能力和合作能力,可选择绘本《我的老师是怪兽》。

②结合绘本生成主题活动内容。例如,小班绘本《爱的抱抱》可以生成主题“我们的幼儿园”;中班绘本《最好的朋友》可以生成主题“我的好朋友”;大班绘本《我的老师是怪兽》可以生成主题“我的老师”。

③结合主题生成各个活动方案。幼儿园可以在结合本园实际情况的基础上,参考和改编已有的绘本,融入系统化的教案与实操案例,这些教案和案例可以来自幼儿教师的实践教学,也可以来自相关参考资料的教学实例。例如,小班主题“我们的幼儿园”生成的活动实施方案有四个,包括“我的妈妈一定会回来的”“从妈妈到老师”“感受朋友感受爱”“感受秩序感受爱”。

4.3 利用传统节日与戏剧教育相结合丰富幼儿心理健康教育活动

传统节日活动和儿童剧活动相结合开展心理健康教育活动。中西方的传统节日每个月都有,尤其是中国的传统节日独具文化特色。幼儿园借助戏剧性课程游戏,幼儿开展角色扮演,加深了对他人及自己的了解,能够最大限度地激活移情能力。例如,结合绘本《把坏脾气收起来》可生成儿童

剧进行心理健康教育,帮助孩子更好地体验绘本中的角色感受。基本步骤是:绘本阅读——人物分析——剧情梳理——情景重现——创编台词——道具制作——绘本演绎。节庆文化促进幼儿个性品质、幼儿人际关系和幼儿情感的发展。例如,在9月份教师节期间,大班可以选择“我的老师”的主题活动,制定具体的教师节日活动方案“老师,节日快乐”。

4.4 充分利用幼儿园资源构建具有园本特色的心理健康教育形式

幼儿园开展幼儿心理健康教育的模式可从单个领域的教育扩展到多个领域的结合,也可以结合日常生活,利用各种丰富的活动使幼儿心理健康教育的形式多样化。例如,晨间活动、游戏活动、区域活动等都可以开展心理健康教育活动。以主题“我的好朋友”第一天为例,在“晨新时刻”,幼儿会感受与好朋友交往的快乐,放空身心,感受快乐。在“教学时刻”,通过阅读绘本《最好的朋友》激发兴趣、调动经验、展开学习,找到探究的重点,感受交朋友的快乐,并知道如何解释自己。“生活时刻”在午餐前开展,教师通过音乐邀请幼儿入座吃饭,感受加入的快乐。“区域时刻”通过“我和朋友打电话”,让幼儿用自我介绍等办法初步尝试加入伙伴游戏^[1]。

5 结语

教材的大纲是课程开发过程的核心内容,幼儿教师可以将本幼儿园开发的、系统的、可操作的心理健康课程内容撰写成文字资料,可以编成一套绘本,也可以作为教师教案参考书籍。这样形成的幼儿心理健康教育的教材才是系统的、可操作的,对幼儿教师具有指导意义,同时也具有被推广的价值。总的来说,幼儿园开展心理健康教育要结合本园的实际,借助已有的课程资源和园本的特色文化,灵活运用各种策略,让教师更容易实施和操作,这样才能更好地达成幼儿心理健康教育目标,促进幼儿身心全面和谐发展。

参考文献

- [1] 何兰兰,谢华.幼儿园实施心理健康教育的问题与对策研究[J].教育观察,2021,10(4):49-51.
- [2] 米玉.多维视角下幼儿心理健康教育问题探析[J].宁波教育学院学报,2021,23(1):52-56.
- [3] 叶平枝.幸福树课程[M].广东:广东教育出版社,2021.