

# Analysis of Influencing Factors and Countermeasures of Early Childhood Mental Health Education in the New Period

Shen Zhai

Beijing Capital Highway Development Group Co., Ltd. Beijing-Shenyang Expressway Branch, Beijing, 100000, China

## Abstract

At present, people's living standards have been greatly improved, and the material life is becoming more and more rich, and then there are more mental health problems. Mental health problems exist in all ages, among which early children's mental health is the focus of all walks of society. Early children's mind is very fragile and vulnerable to external factors, resulting in psychological diseases. Psychological education for early children is not only the business of preschool teachers, but also the business of early children's parents. This paper analyzes the influencing factors of early children's mental health education, and puts forward countermeasures according to the influencing factors, hoping to provide reference for relevant teachers and let early children grow up healthily.

## Keywords

early children; mental health; education

# 新时期下幼儿心理健康教育的影响因素及对策分析

翟申

北京市首都公路发展集团有限公司京沈高速公路分公司, 中国·北京 100000

## 摘要

目前人们的生活水平有了大幅提升,物质生活也愈来愈丰富,而随之增加的还有心理健康问题。心理健康问题存在各个年龄段中,其中幼儿的心理健康是社会各界关注的重点。幼儿的心灵非常脆弱,很容易受到外界各因素的影响产生心理疾病,针对幼儿进行心理教育不单是幼儿教师的事情,同样也是幼儿家长的事情。论文针对幼儿心理健康教育的各项影响因素展开分析,根据各项影响因素针对性地提出解决对策,希望能供相关教师参考,让幼儿能身心健康的成长。

## 关键词

幼儿;心理健康;教育

## 1 引言

幼儿这一年龄阶段是形成性格和发展思维能力的黄金时期。目前社会压力非常大,不同年龄阶段面临的压力类型都不一致,针对幼儿家长来说,其压力主要来源于幼儿的学习、成长和自己的工作;幼儿教师在生活中也面临着各项压力;而幼儿的压力主要来源于幼儿教师、家长以及同龄人<sup>[1]</sup>。各方面的压力会使幼儿精神高度紧张地发展,如若不开展有效的心理教育,随着年龄的增长其心理健康问题会愈发突出,对幼儿的学习和后期的成长非常不利。对此针对幼儿心理健康教育展开分析,对幼儿的成长和后期的发展有非常重要的现实意义。

【作者简介】翟申(1990-),女,中国北京人,本科,管理员,从事应用心理学(健康与教育)研究,现为中国人民大学心理学系课程研修班学员。

## 2 幼儿心理健康教育的影响因素

### 2.1 家庭的组成情况

根据调查显示,目前中国的离婚率越来越高,如若在离婚前已经孕育了子女,父母离婚便不能给幼儿提供一个完整的家庭,在后期生活中只能选择跟随其中一方生活。在实际生活中,父母为了给幼儿提供较好的物质生活,可能会将其交给家中老人抚养,自己外出工作,会导致其成为留守儿童,无论是哪一种情况,对幼儿的心理伤害都非常大。在生活中,幼儿会觉得自己得到的爱比同龄人更少,在和他们接触过程中容易产生自卑心理,最终会很容易形成内向的性格。一旦幼儿心中萌生了这一想法,就会一直根植于幼儿心中。虽然此类幼儿和同龄人受一样的教育、一样的成长,但是其心理存在的问题并不会随着时间的推移有所降低。

### 2.2 家庭教育存在问题

目前独生子女越来越多,父母和父母双方的老人都将

重心放在孩子身上，在生活中自然会对其格外宠爱<sup>[3]</sup>。在整个成长中，幼儿就如同温室的花朵，没有受到生活中的任何挫折，会导致幼儿养成依赖性格，不具备单独解决问题的能力；由于家长过分溺爱还很容易让幼儿养成自私的性格，不关心他人也不与他人分享。相关研究显示，如若家庭教育采取溺爱形式，幼儿的性格会有很大缺陷，对幼儿后期成长非常不利。

### 2.3 幼儿教师的教育行为

幼儿教师对幼儿成长的影响也是非常大的，无论是在哪一教育阶段，教师在学生的心中都是非常伟岸的形象，幼儿教师在生活和教育中的各项行为都会影响幼儿的心理健康。相关调查显示，在教学中，幼儿教师在开展教学活动时，其行为会潜移默化地影响幼儿，规范的教育能让幼儿养成良好的性格，而不规范的教育便会对幼儿产生很多负面影响，幼儿可能无法朝正常的方向发展。

### 2.4 幼儿园不重视心理教育

目前还有部分幼儿园没有注意到幼儿心理健康教育对幼儿成长的积极作用，在实际教学中开展健康教育也没有一个完整的教育体系，零零散散的教学致使教学活动的开展不能带来实际效果。还有部分幼儿园将心理健康教育与心理治疗混为一谈，在学习和生活中不重视幼儿可能存在的心理健康问题，只有在幼儿将问题表现出来之后再对其进行健康教育，在教育过程中，也没有根据幼儿这一年龄阶段的特征等来制定教学模式，导致教学模式和幼儿的实际生活严重不符，所开展的教育活动也就形同虚设。

## 3 幼儿心理健康教育的对策

### 3.1 父母要积极鼓励幼儿

很多父母在教育孩子时，其教育方式存在一定问题，会不自觉地自家孩子和周围的孩子做比较，想要通过这种比较让孩子发现自己与同龄人存在的差距进而努力学习，但实践证明这种教育方式是错误的，不能产生实质作用<sup>[4]</sup>。对于低年龄段的幼儿来说，鼓励教育固然重要，但是也需要讲究方式。家长在生活中，不能一味地指责幼儿的缺点，要从中发现幼儿身上的优点，并将该优点进行放大，给幼儿贴一个好标签，在后期的学习中幼儿就会想办法将自己的行为努力与标签靠齐，对于幼儿来说是一种很好的鼓励方式。只有鼓励式的教学才能让幼儿感受到认可，发现自己的优点，并身心健康的发展。

### 3.2 父母需要严宽结合

在家庭教育中，父母对幼儿的态度对幼儿的心理健康影响非常深，只有父母的态度软硬适中，才能让幼儿拥有一个健全健康的心理。在生活中，幼儿犯错父母对其进行批评是必需的，批评的作用主要是让幼儿能正确认识自己的错

误，但是在批评之后，还需要给予幼儿相应的关心，采用软硬结合的教学方式才能在不伤害幼儿心理健康的情况下让幼儿对自己的错误有充分认识。

### 3.3 幼儿园要积极组织心理健康教育活动

开展有效的心理健康教育活动能让幼儿在轻松的环境中认识心理健康教育，为了有效地开展活动，需要教师先明确主题<sup>[4]</sup>。例如，以“感受爱以及学会爱他人”为主题，通过母爱来开展活动，活动开展时，教师可以先通过一些故事和搜集到的一些事例等让幼儿感受到妈妈无私的奉献以及妈妈的辛苦。另外，教师还可以组织幼儿在活动中，回忆自己与妈妈发生的事情，来更好感受爱。在活动结束后，教师还需要加以引导，让幼儿学会如何爱他人，可以引导幼儿回家之后帮妈妈分担力所能及的家务，给妈妈讲睡前故事等。让幼儿能在感受爱的同时学会爱他人，让其一直处于爱的大环境中，才能让幼儿身心健康的成长。

### 3.4 要重视留守儿童的心理健

留守儿童是一个非常特殊的群体，幼儿阶段是最需要爱的，由于这一群体父母都不在身边，其收获的爱本就比其他入少，在生活和学习中，其心灵往往比同龄人更加脆弱。对此幼儿园需要对留守儿童的心理健引起重视，可以在园内开展相应的活动，让留守儿童能与同龄人一般健康成长。在幼儿园内可以开展心理健康相关的讲座，并增加相应的互动环节，先让留守儿童对心理健康有正确认识，并将其应用到自身来检验自己心理是否健康，在讲座结束后，还需要让相关人员与留守儿童接触，发现留守儿童存在的问题并提出相应的疏导方式。除此之外，针对部分心理问题较大的留守儿童，相关人员还需要对监护人的教育方式进行纠正和指导。

### 3.5 将心理健康教育渗透到幼儿的生活中

心理健康教育的开展方式有很多，并不是只有课堂教学这一种方式，更重要的是将心理健康教育渗透到幼儿的生活中。例如，幼儿在独立吃饭过程中，如若表现出任性问题，教师对这一问题不重视，幼儿则会认为自己的行为是没有问题的，时间久了任性这一问题就会发展成幼儿的心理问题。由于幼儿思维能力发展不成熟，遇到事情可能容易冲动，如若教师直接指出幼儿的问题，并强制性的解决，可能会让幼儿产生逆反心理，在后期发展中可能会更加任性。针对这一问题教师可以从两个方面采取措施。其一是与幼儿建立亲密的关系，以朋友的身份与幼儿相处，通过自己的行为来规范幼儿，让幼儿能主动认识到自己的任性问题，并积极改正；其二是冷处理，在发现这一问题时，教师可以暂时不采取措施，但幼儿觉得无趣时会主动停止任性行为，在停止之后，教师再加以引导。在生活中针对幼儿进行心理健康教育时需

(下转第96页)

## 7.2 具体建议

课程开设在高中阶段,作为选修课开设,寻求与歌德学院等机构的合作,引进Fit或DSD项目,项目成熟后开设德语班。

跟歌德学院合作的学校叫做Fit学校,把德语当做二外进行学习,中国目前所有的Fit学校有79所。跟德国国外教育司合作的学校叫做DSD学校,把德语当做一外学习,中国目前有41所DSD学校。还有4所德国人在中国办的学校。Pasch项目的学校一共有120所,除此之外还有一些中小学没有加入Pasch项目,但是也开设了德语课程。

### 7.2.1 Fit 学校

Fit学校的孩子经过几年的德语学习大部分能够达到A2,少数能达到B1,曾经有一个达到B1水平的学生不仅拿到了去德国的全额夏令营奖学金,还去韩国日本参加了各种比赛工作坊,费用全部由歌德学院提供。所以,在Fit学校德语学得好,机会很多。

除此之外,还有姐妹学校的相互交流,学习德语的学生还可以参加AFS的两个月交换项目或YFU一年的交换项目。

### 7.2.2 DSD 学校

DSD学校分为两个阶段DSD I和DSD II,把德语当作第一外语来学习。通过了DSD II的考试,大概B2水平,凭借高考成绩可以直接申请德国大学,不需要在国内大学读一个学期或者三个学期。DSD I阶段大概和Fit学校的德语水平差不多,少数的Fit学校也有学生德语能够达到B2,亦可直接申请德国的本科<sup>[1]</sup>。

## 8 结语

目前,无论是从国际形势来看,还是从国家政策出发,在中学开设德语课程是可行的,这将有利于进一步提升学校的知名度和竞争力,为学校招收优质生源增加砝码,也为学生提供了更多、更好的选择。

### 参考文献

- [1] 宋洋.中学德语“输出驱动-输入多元”教学模式的建构与实践研究[D].上海:上海外国语大学,2019.
- [2] 宋浩杰.中学德语学科素养的内涵与培养策略[J].教育教学论坛,2020(12):235-236.
- [3] 陈媛媛.核心素养下德语有效课堂教学研究[J].高考,2021(11):45-46.

(上接第89页)

要根据幼儿的发展特点,选择其能接受的方式开展,才能达到教育效果。

### 3.6 让幼儿学会分享落实心理健康教育

部分幼儿受不正确家庭教育的影响,不会与他人分享。随着幼儿年龄不断增长,如若一直表现出自私的心理,对幼儿的交友会有很大影响,对此幼儿教师就应该引起重视,可以在教学中构建分享平台,让幼儿感受分享带来的喜悦<sup>[5]</sup>。例如,在游戏教学中,教师引导幼儿将自己喜欢的游戏和游戏需要使用到的道具等带到幼儿园中,在课堂中分别展示自己感兴趣的玩具,由于每个幼儿的发展情况等不同,其感兴趣的玩具肯定有所区别,课堂中出现的玩具类型肯定非常丰富,在学生展示完毕之后,教师再将幼儿进行两两分组,交换玩具,让幼儿感受到分享的快乐。除此之外,还可以开设图书角等,让幼儿将自己感兴趣的绘本等放置在图书角中,供班级幼儿传阅。在教学中开设一些小活动,能让幼儿克服自私学会分享,既能更加轻松地交朋友,还在无形之中开展了心理健康教育。

## 4 结语

综上所述,幼儿阶段的心理健康教育非常重要,但是在生活和学习中影响幼儿心理健康教育活动开展的因素较多,总体来说主要分为幼儿园和家庭两大类。在家庭教育中,父母应该注重自己的教育方式,多采取鼓励的形式教育幼儿,要学会认可幼儿,幼儿犯错时需要在批评的同时给予一定关爱,避免对其心理造成伤害。在幼儿园中,不仅需要定期开展心理健康活动,还需要将心理健康教育融入生活的小细节中。只有从家庭和幼儿园两方面入手,才能保证心理健康教育的开展有效,让幼儿身心健康的成长。

### 参考文献

- [1] 许如霞.幼儿心理健康教育的措施探究[J].教育界,2021(5):84-85.
- [2] 姚梦沁.如何开展幼儿心理健康教育[J].幸福家庭,2020(16):52.
- [3] 孙蕊.幼儿心理健康教育策略探究[J].考试周刊,2019(85):26-27.
- [4] 宋瑞敏.幼儿心理健康教育的影响因素及对策分析[J].课程教育研究,2018(44):11-12.
- [5] 吴海蓉.幼儿心理健康教育策略探究[J].甘肃教育,2018(19):38.