

Talk about the integration of mental health education in kindergarten teaching

Yue Li

Dezhou Decheng District Government Kindergarten, Dezhou, Shandong, 253011, China

Abstract

As society's concern for children's physical and mental development continues to grow, mental health education has become an indispensable part of kindergarten teaching. Early childhood is the core stage of children's physical and mental development. Cultivating a positive psychological state not only benefits children's emotional management and behavioral regulation but also enhances their social adaptability. By analyzing the importance of mental health education in kindergartens, identifying the main challenges currently faced in teaching, and planning specific integration methods, this paper aims to provide practical guidance and implementation pathways for kindergarten educators.

Keywords

mental health education; kindergarten teaching; psychological quality; educational strategy; emotional development

谈心理健康教育在幼儿园教学中的融入方法

李悦

德州市德城区区直机关幼儿园, 中国·山东 德州 253011

摘要

伴随社会对儿童身心发展关切的不断增强, 心理健康教育已然成为幼儿园教学里不容小觑的一部分。幼儿时期是儿童身心发展的核心阶段, 涵养良好的心理状态不仅对儿童的情绪管理、行为调节有好处, 还可带动其社会适应能力提升。通过对心理健康教育于幼儿园的重要性展开分析, 挖掘当前教学面临的主要症结, 规划了具体的融入办法, 意在为幼儿园教育工作者供给实用的教育导向与实施通道。

关键词

心理健康教育; 幼儿园教学; 心理素养; 教育策略; 情感发展

1 引言

幼儿园教学过程中, 心理健康教育扮演着极重要的角色, 尤其在当下现代教育理念的情境里, 教育的一个重要目标是培养幼儿的心理健康。幼儿园时期是孩子情感、认知与社交能力发展的关键阶段, 心理健康教育不仅与孩子们的情感调节及自我意识养成相关, 还会直接左右孩子们未来的社会适应度与人际关系。经过心理层面的健康教育, 孩子们能于互动中学习怎样管控自己情绪、树立信心和与他人和谐共处, 这些给他们今后的学习生活筑牢了坚实壁垒。

2 幼儿园阶段心理健康教育的特点

幼儿园阶段乃儿童身心成长的关键时段, 于这一阶段而言, 心理健康教育极为重要, 拥有别样的特质。幼儿园心理健康教育主要针对儿童情感的初步培养与行为的规范实

施, 留意儿童在情感、社交和认知等维度的综合发展。在此阶段, 儿童在自我意识、情绪调节、社会适应等方面能力初现雏形, 心理健康教育应利用多样化教学形式, 帮孩子们认识及管理自身情绪, 培养主动的人际交往本领, 造就健康的心理品质。

幼儿园阶段里, 心理健康教育的情境性与互动性极为强烈。跟其他的学龄阶段相比, 幼儿园儿童的情感与行为更易受环境及人际互动的左右。因此, 心理健康教育须依靠丰富的游戏、角色扮演、情景教学等模式, 创建有利的教育场域, 助力幼儿在轻松的氛围里学会跟同伴配合协作、化解矛盾、表达情绪等^[1]。

幼儿园阶段开展的心理健康教育有高度个体差异性, 各个幼儿在性格表现形式、情感表达情况、社交途径方面差异较大。因此, 心理健康教育必须聚焦个体化的指导与关切。例如, 一些儿童也许会表现出强烈的情绪震荡, 另一些孩子也许相对内向且害羞, 这要求教师在推进心理健康教育进程中, 须顾及每个孩子的特别要求, 实施个性化的教育介入与

【作者简介】李悦(1996-), 女, 中国山东德州人, 本科, 二级教师, 从事学前教育研究。

引导,以达成他们心理素质的全面增强。

幼儿园阶段心理健康教育强调家校携手合作。幼儿心理的发展不只是受学校教育的波及,也深深被家庭环境和父母教养方式左右。因此,心理健康教育不可局限在课堂活动,家园合作意义非凡,教师可借助家访、家长会之类的途径,同家长一起探讨孩子心理发展情形,助力家长掌握儿童心理特性,供给育儿方面建言,一起促进孩子心理的良性成长。

3 心理健康教育在幼儿园教学中融入存在的问题

3.1 心理健康教育理念认识不足

在一些幼儿院校,心理健康教育理念还未被充分看重。大量教师把心理健康教育当作“额外安排的”课程,认为它跟学科教学不相关联,往往忽略对儿童心理的健康塑造。即使近年来心理健康教育渐渐受关注,可在实际操作环节里,部分幼儿园在系统心理健康教育理念上有欠缺,造成教育内容与手段陈旧,难以契合儿童身心发展要求。教师一般着重于学科知识的输送,却忽略了孩子情感、心理状态及社交能力方面的培养。

因为心理健康教育专业性十分显著,有部分幼师对心理健康教育专业知识的掌握较少。若无充分的理论依据,实际教学时教师也许采用不合适的教育方式,难以给儿童进行有效的心理引导。尤其在幼儿情感表达跟情绪疏导方面,教师缺乏科学的指导途径,导致幼儿面对情绪状况时不易及时获得引导与援助。

3.2 心理健康教育内容单一,缺乏针对性

部分幼儿园实施心理健康教育期间,面临教育内容单一的困境。诸多教育活动过度集中到情绪管理与行为规范方面,却忽视了心理健康教育的其他重要范畴,诸如儿童自我认知、社会交往能力的塑造等。尽管情绪管理是心理健康教育的关键部分,但它无法包括全部的心理发展需求^[1]。

某些幼儿园开展的心理健康教育活动无针对性,难以充分契合不同儿童的心理欲求。不同孩子在性格、情感及社交发展水平上各有不同,因而教学时需实施因材施教。然而,在实际教学工作里,诸多幼儿园采用整齐划一的教学内容和手段,未顾及每个孩子的个体区别。例如,一些性格内敛的孩子也许要更多情感支持,而部分性格活泼的孩子或许更需要协助他们调控情绪并构建恰当的社交行为。内容方面的单一性及无针对性,引发心理健康教育的成效难以达到既定预期。

3.3 师资力量不足,心理健康教育专业化程度不高

在不少幼儿园中,心理健康教育的开展遭遇师资匮乏与专业化水平低的难题。不少教师未曾接受过专业的心理健康教育相关培训,故而在实际操作时,他们或许欠缺必要的理论根基与实践阅历。心理健康教育处在专业性较强的领域范畴,教师直面孩子心理问题的时刻,往往无法给出科学、

有效的应对方案。

由于心理健康教育课程设置一般并非教师专业培训的重点,相当多幼儿园教师未掌握专业心理辅导本领。因此,哪怕他们拥有较高的责任感与热忱,也不易为孩子们供给高质量的心理健康教育。此外,因缺少相关专业人员与指导,幼儿园开展心理健康教育时大概会出现方法的偏移,难以确切辨认和干预孩子的心理困境。

3.4 家园共育机制不完善,家长参与不足

家园携手合作是儿童教育的关键构成,但在心理健康教育推行阶段期间,家长参与的水平依旧不高。众多家长对心理健康教育认知浅薄,欠缺相关的教育知识跟技能,于是无法在家庭里给出充足的支持。即便教师于幼儿园内为孩子们开展了心理健康教育,可是若家长未能跟学校密切配合,孩子的心理成长大概会受约束。

部分家长过分关切孩子的学业成绩与行为规范,未留意孩子心理健康的养成,认定心理健康教育不是必备的教育内容。因对心理健康教育重视不足,家长于日常生活中往往难以向孩子提供有效的情感慰藉与行为指引。家长与学校间出现的信息不对称局面,造成心理健康教育的效果急剧下滑^[2]。

4 心理健康教育在幼儿园教学中的融入方法

4.1 建立全员参与的心理健康教育体系

实现心理健康教育的有效融入,全员参与不可或缺,即教师、家长连同其他教育工作者需齐心协力,为孩子构建全面的心理健康教育空间。在幼儿园教学活动当中,心理健康教育不能只靠专门的心理教师,而是需促使每位教师都成为心理健康教育的介入者与推动者。园所须制定鲜明的心理健康教育方向,把它添加到学校整体教育体系内,保障各类教育活动都可有意识地增添心理健康元素。园内教师需按周期接受心理健康教育培训,不光需提升自身心理学知识跟技巧,还得学会怎样在日常教学与互动中促进儿童心理健康。

要推动教师与家长间的沟通互动,家园携手共育是增进幼儿心理健康教育质量的有效途径。在日常教学里,教师应定期跟家长沟通孩子心理发展情形,共同探讨在家庭里如何为孩子提供切实有效的心理支撑。同时,学校宜安排家长参与心理健康讲座,提升家长心理教育的觉察,保障孩子在家长跟教师协同的支持当中,实现健康欢悦地成长。依靠这样的全员加入,心理健康教育在幼儿园可凝聚协同力量,有效带动孩子身心的协同发展。

4.2 将心理健康教育融入日常教学活动中

心理健康教育不应只借助专门课程,而应当渗入幼儿园的各教学环节里。以日常教学活动作凭借,教师可在孩子学习、玩耍、社交等诸多层面,悄然影响孩子心理发展的轨迹。例如,在语言教学活动期间,教师可借助讲述和情感表达有关的故事,辅助孩子认识与抒发自我情感。在数学与科学教学实践中,教师可引领孩子通过合作把问题解决,锻炼

他们的团队协作技能与社交能力。

教师还可在艺术教育里穿插心理健康教育,凭借绘画、音乐、舞蹈等活动辅助孩子调控情绪,绘画可充当情绪表达的一种手段。例如,孩子可借助绘画展现他们的内心世界,在此次过程中,教师可给予积极的引导与扶持。音乐与舞蹈利于儿童情绪的舒缓及调节,教师可借助有节奏的活动使孩子宣泄情感,进而推动他们心理的健康成长。经由把心理健康教育融入日常教学活动里,教师可针对孩子的每一项活动给予心理层面的关注与支撑,助力孩子养成优秀的情感管理与社会交往能力,带动心理健康教育全面进步^[4]。

4.3 创设积极的互动环境,促进情感交流

幼儿园是孩子实现社会化的关键场所,创建积极又支持性的互动环境意义重大。一个充满着关怀、尊重及理解的环境可让孩子感受安全感,利于其心理实现健康成长。教师应依靠与孩子的积极互动关系,助力他们养成健康的情感认知及社交能力。教师宜借助和蔼的表达、正向的眼神交汇与合适的肢体表现,缔造一个温馨、友好的课堂情境。在这种氛围里,孩子可体会到教师的关怀与呵护,弱化焦虑与惊惶,更积极开放自我,倾诉内心的念头与感触。

教师需激励孩子彼此互动与合作,以集体活动、合作游戏等方式达成,培养孩子的社交才能与团队合作理念。例如,角色扮演游戏使孩子在游戏里经历不同角色的情感体验,还可提高他们处理难题和应对多样情境的能力。教师需在这些互动活动里积极引导,引导孩子掌握有效沟通办法,怎样应对与同伴间的冲突,怎样表达与调节心情。借助这活跃的互动情境,于日常生活中儿童可习得心理健康基本技巧,为未来的情感进步打下坚实底子。

4.4 注重情感教育,增强自我调节能力

幼儿园时期是儿童情感与行为习惯初步养成的关键阶段,情感教育于幼儿心理健康教育占据核心要点。情感教育的目的是协助儿童认知与体悟自己的情绪,习得调节及管理情绪之法,养成恰当的情感表达模式。教师在教学中要借助多种方式帮孩子认识别样情绪。例如,利用情绪卡片协助孩子辨认并表达愤怒、快乐、悲伤等多样情绪。

情感教育于幼儿园阶段意义非凡,它不仅助力孩子们理解与管理自身情感,还可推动他们的心理健康与社会适应水平。情感调节能力属于情感教育核心内容范畴,因为幼儿

在成长期间无可避免地会遇到挫折、失败等不如意情形,这些体验往往伴随着像焦虑、沮丧的负面情绪。怎样应对此类情绪,直接影响着孩子心理、行为的成长,教师于幼儿园教学里需重视情感调节能力培育^[5]。

教师得帮孩子认识且表达他们的情感。在日常教学活动中,教师可借助情感卡片、情感话语卡、情绪面具等教学器材,引领孩子辨认不同情绪,诸如愉悦、哀伤、恼怒、惊恐等。当孩子能够清晰地辨别和为这些情绪命名时,他们就会在情绪出现之际,快速感应并顺畅表达,这样便为情绪的调节打下根基。实施情感表达的训练,孩子们可渐渐掌握与他人分享自我感受的窍门,这对未来情感沟通的意义不可小觑。

教师需指导孩子怎样调节负面情绪。面对情绪波动,不少孩子或许会展现出过激举动,诸如啜泣、动肝火等,为辅助孩子有效疏导这些情绪,教师采用多种形式的教学活动,带领孩子掌握简单且有效的情绪调节措施。

5 结语

把心理健康教育融入幼儿园教学,更是助力孩子实现身心健康发展的关键方式,也给孩子们今后踏入社会、适应社会规则打造了坚实心理壁垒。在当下教育实践活动中,虽说存在诸多难题,但凭借提升教师专业素养、改进教学活动内容、执行多样化教育策略等办法,心理健康教育可有效融入幼儿园的教学当中,促进幼儿全面潜能释放。随着社会对心理健康重视程度的不断提高,未来的幼儿园教育将更加注重心理健康教育的系统性、实践性与创新性,为孩子们的健康成长提供更加广阔的空间和更加坚实的保障。

参考文献

- [1] 马丽.“互联网+”时代幼儿心理健康教育新路径探究[J].中国新通信,2025,27(04):128-130.
- [2] 陈静.心理健康教育在幼儿园一日生活中的渗透研究[J].考试周刊,2024,(50):144-147.
- [3] 曹亚琨.绘画心理分析在幼儿心理健康教育中的应用研究[J].心理月刊,2025,20(02):204-207.
- [4] 柴君宜.幼儿园心理健康教育的有效实施途径与方法[J].家长,2025,(02):68-70.
- [5] 路冬书.将心理健康教育融入幼儿园教学活动的具体策略[J].华夏教师,2024,(36):28-30.