

21世纪幼儿心理健康教育活动策划教材

获奖精粹
实务操作

简单易学

幼儿心理健康教育 互动 课

徐德荣 徐晓虹 邵静芬 编著

上海科学技术文献出版社

21世纪幼儿心理健康教育活动策划教材

幼儿心理健康教育

互动 课

徐德荣 徐晓虹 邵静芬 编著

上海科学技术文献出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

幼儿心理健康教育互动40课/徐德荣, 徐晓虹, 邵静芬编著, —上海: 上海科学技术文献出版社, 2008. 10
ISBN 978-7-5439-3605-8

I. 幼… II. ①徐… ②徐… ③邵… III. 学前儿童-心理卫生-健康教育-教学参考资料 IV. B844. 12

中国版本图书馆CIP数据核字(2008)第122050号

责任编辑: 忻静芬

封面设计: 王 慧

幼儿心理健康教育互动40课

徐德荣 徐晓虹 邵静芬 编著

*

上海科学技术文献出版社出版发行

(上海市武康路2号 邮政编码200031)

全国新华书店经销

江苏常熟市人民印刷厂印刷

*

开本660X990 1/16 印张15 字数244 000

2008年10月第1版 2008年10月第1次印刷

印数: 1-6 000

ISBN 978-7-5439-3605-8

定价: 25.00元

<http://www.sstlp.com>



目 录



绪论：幼儿心理健康教育概述	1
第一单元	7
第 1 课 寻找闪光点（自信心理辅导）	7
第 2 课 我说你真棒（自信、欣赏同伴心理辅导）	14
第 3 课 心里的小鸟（自我心情心理辅导）	17
第 4 课 小兔乖乖（自我控制心理辅导）	22
第 5 课 小乌龟开店（自信心理辅导）	28
第二单元	32
第 6 课 情绪变变变（不良情绪心理辅导）	32
第 7 课 快乐花园（良好情绪心理辅导）	35
第 8 课 我的心情世界（情绪控制心理辅导）	41
第 9 课 快乐宝贝（消极情绪心理辅导）	46
第 10 课 给心情涂上颜色（情绪调节心理辅导）	52
第 11 课 笨笨虫旅行记（情绪心理辅导）	58
第三单元	63
第 12 课 忍一忍，再忍一忍（抵抗诱惑心理辅导）	63
第 13 课 金鸡冠的公鸡（抵抗诱惑心理辅导）	69
第 14 课 “神气”的冠军（抗挫折心理辅导）	74
第 15 课 浩浩的烦恼（抗挫折心理辅导）	78
第 16 课 龟兔第二次赛跑（矛盾选择心理辅导）	84
第四单元	90
第 17 课 救救小动物（怕黑心理辅导）	90
第 18 课 好玩的气球（胆怯心理辅导）	96
第 19 课 我能行（克服困难、培养自信心理辅导）	103
第 20 课 我是小勇士（不怕困难、勇于挑战心理辅导）	108
第 21 课 勇敢的尼莫（不畏艰险、勇敢机智心理辅导）	114

第五单元	121
第 22 课 朋友对对碰（友好交往心理辅导）	121
第 23 课 认识新朋友（结交同伴心理辅导）	128
第 24 课 微笑（人际关系心理辅导）	135
第 25 课 夺宝奇兵（分工合作心理辅导）	138
第 26 课 礼物（交往霸道心理辅导）	146
第 27 课 真心向朋友学习（嫉妒心理辅导）	151
第六单元	159
第 28 课 我是魔术师（想象力的训练辅导）	159
第 29 课 小猫钓鱼（注意力心理训练）	164
第 30 课 听听看看谁最棒（注意力心理训练）	169
第 31 课 扑克屋（耐心细致心理训练）	173
第 32 课 好样的老鹰（意志力心理训练）	176
第七单元	181
第 33 课 蚂蚁的故事（盲从心理辅导）	181
第 34 课 委屈的时候（委屈心理辅导）	185
第 35 课 妈妈不见以后（走失心理辅导）	194
第 36 课 看病，我不怕（惧医心理辅导）	200
第 37 课 眼里的宝贝（感恩心理辅导）	205
第 38 课 亲亲父母心（亲子关系心理辅导）	210
第 39 课 老师，我想对你说（师幼沟通心理辅导）	219
第 40 课 我很想上小学（幼小衔接心理辅导）	225
参考文献	231
后记	233

绪论：幼儿心理健康教育概述

关于心理健康的标准，专家学者、报刊书籍见仁见智，不同国家、民族、地域、时代，理论学派也不尽相同。主要的观点有：奥尔波特（G.W.Allport）的“成熟者”特点：1. 自我意识的扩展；2. 良好的人际关系；3. 安全感；4. 现实主义的知觉；5. 具有一定的技能并投入工作；6. 自我形象现实；7. 良好的人生观。罗杰斯（C.K.Rogers）的“机能健全者”特征：1. 开放的经验；2. 协调的自我；3. 充分的自信；4. 无条件的自我关注；5. 与同事和睦相处。马斯洛（A.H.Moslow）的“自我实现的人”特征 15 条，弗洛姆（E.From）的“新人型”特征 14 条等等。中国北师大郑日昌教授中西合璧地提出的 10 条值得借鉴：1. 认知功能正常；2. 情绪反应适度；3. 意志品质健全；4. 自我意识正确；5. 个性结构完整；6. 人际关系协调；7. 社会适应良好；8. 人生态度积极；9. 行为规范化；10. 活动与年龄相符。

以上是针对成人的心理健康标准，与幼儿心理健康标准有一定的区别。赵明昆认为幼儿心理健康可归纳为四个内容：“1. 积极的情绪特征。2. 良好的意志特征。3. 对现实的态度特征，包括对社会、集体、他人、自己。4. 良好的社会适应能力。其中以培养积极的情绪情感为幼儿心理健康的核心内容。”方丰娟撰写的《关于幼儿园心理健康评估的几点思考》认为最要关注的：一是情绪调节能力是否正常发展；二是能否积极参与到自己的学习和发展中，以及他们所具有的适应和处理环境的能力；三是是否形成某种关于自己在参与关系和影响周边世界的能动性的认知。也有专家认为幼儿心理健康的标准是：智力发育正常，喜学爱问，情感丰富，情绪开朗；行为活泼而有一定的自我控制能力；合群、乐群，能适应集体生活，能与同伴友好相处。

为了便于记忆，参考林崇德教授等专家的论点，我们认为幼儿心理健康标准，可简单概括为 3 条：具备良好的自我意识，良好的情绪情感、行为习惯、个性心理品质和社会适应能力，并最终达到身体、心理和社会适应性的完满状态。

确定了幼儿心理健康标准，也就相应确定了心理健康教育的目标

和内容。我们认为幼儿心理健康的内容主要有：1. 培养幼儿良好的自我意识，恰当的自我评价和初步的自我控制能力。2. 幼儿能学会合理发泄不良情绪，有初步的自我情绪调节能力。3. 学习社会交往技能，能够分享和合作，培养一定的移情能力。4. 培养幼儿良好的生活习惯，良好的生活习惯有助于幼儿精神饱满，对于幼儿情绪的稳定也起到一定的促进作用。5. 适当的性教育，性教育是幼儿心理健康教育的一个重要内容，它将在很大程度上决定幼儿今后一生的“性观念”，影响到他们的性别自认、性别自我表现、性别角色行为，从而对幼儿的心理健康产生极大的影响。适当的性教育可以促进幼儿心理的健康发展。具体内容包括：培养幼儿正确认识性别角色的能力；生理发育的教育；尊重生命的教育；初步的预发性暴力的教育等。

那么，幼儿心理健康教育到底如何科学、有效地进行？结合海曙区十多年的幼儿教育实践，我们认为幼儿心理健康教育主要有以下途径：

□□■ 积极创设安全、温馨、舒畅的幼儿心理发展环境

幼儿心理发展环境主要包括良好的幼儿园和家庭两大心理环境，围绕幼儿的心理成长，最主要的三种关系是亲子、师幼、同伴关系，其中前两者更重要。

1. 树立正确的教养态度，尊重鼓励温暖幼儿，建立良好的师幼关系
师幼关系是幼儿园中重要的人际关系，老师不但是知识的传播者，更是引导幼儿心理健康发展的扶持者，师幼间互相尊重信任、民主平等，能使幼儿感到安全、温暖、宽松、愉快，心理上得到满足。教师要对每个幼儿都充满信心。教师要经常用肯定的语气、欣赏的眼光去看待每个幼儿身上的每一点微小的、值得赞赏的地方，幼儿将会从教师的眼神中得到支持和鼓舞，促进健康全面的发展。要允许幼儿犯错误。由于经验、能力的限制，幼儿总会犯这样那样的错误，这是幼儿心理发展所必须经历的，也是很正常的。如果我们以成人的标准去苛求幼儿，那么幼儿将被置于一种无形的压力之中，这当然不利于幼儿心理的健康发展，也不利于幼儿创造力等各种能力的发展。

2. 引领家长学习提高，运用正确的家教方法，建立良好的亲子关系
幼儿相当多的时间是在家庭里度过的，家长及其家庭对幼儿心理发展的影响是最直接、最有效的，幼儿心理上所表现出来的许多心理问题，其根本原因就在于家庭。不可否认的是当前幼儿的普遍缺

乏心理健康教育方面的知识和技能。所以，幼儿园需要通过各种途径进行宣传工作，转变家长对“健康”的陈旧观念，全面认识健康的内涵，要利用各种方法组织家长学习幼儿心理健康教育的理念和方法。创设良好的心理发展环境，最重要的是家庭环境。首先，家长要注意自身的心理健康。其次，家长要创造良好的家庭育儿环境，包括营造和谐的生活气氛、营造良好的智力环境、营造良好的情感环境。第三，要创设良好的家庭物质环境等。

3. 引导幼儿客观评价，尽力创建和谐集体，建立良好的同伴关系

幼儿在生活中接触最多的群体之一是园内同伴，良好的同伴关系既是促进幼儿心理健康发展的条件，又是衡量幼儿心理健康的标准之一。幼儿园在心理健康教育过程中要重视幼儿良好的同伴关系这一内容，还要让幼儿认同自己的班级，增强凝聚力，建设和谐的班集体。比如与同伴交往中要正确评价同伴，遵守规则，学会尊重、关心、帮助，学会谦让、合作、等待，使幼儿不仅养成良好的品质，而且获得成功和快乐的体验。教师可通过辅导活动让幼儿了解同伴的长处，通过开展游戏增进幼儿交往，通过互帮互助学会关心同伴，通过移情训练学会理解同伴，只有这样，才能形成积极健康的人格。

□□■ 组织丰富、科学、系列的活动，作为心理健康教育的载体

1. 定期开展心理健康教育主题系列活动，营造好氛围

教师可以运用心理学、教育学原理，开展一系列心理健康教育活动。其中较重要方法是以游戏为主，寓教育于游戏之中。教育家陈鹤琴认为游戏对于幼儿有重要作用：“各种道德几乎都可以从游戏中得来，自制、克己、诚实、理智地服从，这些道德的形成，没有比游戏这个利器，来得快，来得实。”确实，游戏是最适合幼儿年龄特点的活动形式。当年陈鹤琴先生所认为的道德，就是现今心理健康教育内容中需要养成的幼儿良好心理品质。

2. 将心理健康教育渗透在幼儿的日常生活中，润物细无声

幼儿的日常生活中蕴藏着许多心理健康教育的时机。幼儿心理健康教育渗透在幼儿每天的生活活动中，这主要指随机教育，不包括心理健康教育课程、常规心理教育等活动。

教师每天都要与每个幼儿有肯定性的接触，包括身体、表情、目光和语言接触。坚持每天和每个幼儿或者说话，或者进行目光交流，或者经常对幼儿微笑，或者抚摸、拥抱、拉拉手等，尽可能地满足幼

儿的情感需要。在与幼儿交往中，让鼓励、微笑的行为成为一种习惯。让每个幼儿都有不断获得成功体验的机会，不断地积累成功的经验，这对幼儿自信心的建立和幼儿心理的健康发展都有着必不可少且十分重要的意义。因此，幼儿园的各项教育活动要根据幼儿的个别差异、采用不同的教育方法和手段，为不同的幼儿制订不同的学习计划和要求，让他们学会走好每一步，然后在成功的基础上再进行新的学习。这样，就可让每个幼儿都不断地看到自己在原有基础上获得进步而增强自信，促进其心理的健康发展。

3. 努力扩大幼儿的社会人际交往空间，提高适应力

就年龄特点而言，幼儿应该活泼好动，喜欢与同伴嬉戏，不愿独处，即使是性格内向的儿童亦然。如果发现孩子不喜欢与同伴交往，讲话甚少，胆小羞怯，或过分胆大妄为，攻击性强，同伴常告他的状，这是人际关系适应不良的表现，应引起高度重视。要重视培养孩子的社会交往技能，要用心培养孩子正确的交往态度与能力。具体地讲，就是要教会幼儿说话的技能，要培养他们有一些讲话的幽默感；要鼓励孩子多交朋友，但要对他们提出择友的标准；要引导孩子学会争取集体的接受，鼓励孩子多参加集体活动；要让孩子学会彬彬有礼，懂得礼貌对建立良好的人际关系很重要。

□□■ 努力挖掘潜在、自然、有效的心理教育内容于课程领域

《幼儿园教育指导纲要》强调：幼儿园必须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。《纲要》将教育内容相对划分为健康、语言、社会、科学、艺术五个领域，明确指出把幼儿健康教育（包括心理健康教育）认定为最为重要的幼儿教育内容，其他领域的工作都可以、甚至都应成为有效促进幼儿心理健康教育的载体。

其实，仔细对比教育部印发的《幼儿园教育指导纲要》中五大领域总目标，会发现各家幼儿心理健康教育内容有很多重合之处，特别是健康、语言和社会目标。比如排第一位的健康教育目标包括：1. 身体健康，在集体生活中情绪安定、愉快；2. 生活、卫生习惯良好，有基本的生活自理能力；3. 知道必要的安全保健常识，学习保护自己；4. 喜欢参加体育活动，动作协调、灵活。如果仔细阅读本书，不难发现以上的目标加上第二大领域语言教育目标和第三大领域社会教育目标各 5 条，几乎都能在本书的辅导目标设计中找到痕迹。科学教育前

三个目标是：1. 对周围的事物、现象感兴趣，有好奇心和求知欲；2. 能运用各种感官动手动脑探究问题；3. 能用适当的方式表达、交流探索的过程和结果，这些方面，在本书第五、六单元的心理辅导过程中也有体现。艺术领域的三个目标，虽然本书中论及较少，但也有涉及和渗透，如《给心情图上颜色》有美术、音乐教学的渗透，《勇敢的尼莫》有电影的欣赏等等。当然，毕竟幼儿心理健康教育有其专业特殊性，不能完全替代艺术教育。所以，教师应该认真钻研各课程教材，充分挖掘课程教育领域教材中心理健康教育因素，精心选择、编排心理健康教育内容，只有在幼儿园各领域教育中渗透心理健康教育，才能取得较好效果。

当然，在课程领域挖掘潜在的心理健康教育内容的过程中，要两者有机结合，注意自然、有效，不要牵强附会，过犹不及。比如第四单元《我是小勇士》就有机地结合了体育活动和心理健康教育活动；第一单元《小乌龟开店》就是通过小乌龟开店的故事，在语言活动中渗透了自信心培养。

我们认为，与家庭心理健康教育、中小学心理健康教育比较，幼儿园心理健康教育更需要强调的是：

1. 整合性

幼儿心理健康教育必须充分整合幼儿园与家庭（最好还包括社区）的力量，坚持教育的一致性，架起幼儿园教育与家庭教育的桥梁，使家庭成员之间、幼儿园与家庭、教师与家长对幼儿的心理健康教育的要求、教养态度、教育方法做到一致，形成家园整合的合力，使教育产生最大的效益。只有家园同步教育，综合利用各种教育资源，才能共同为幼儿的心理发展创造更好的条件。整合性的特点还表现为幼儿园内的心理健康教育有融合性的特征，主要指幼儿心理健康教育与各种活动相融合，具体表现在：1. 将游戏活动和心理健康教育的融合，2. 教学活动与心理健康教育的融合，3. 日常生活与心理健康教育的融合，4. 体能活动和感觉统合训练的融合。以四大融合促进幼儿心理发展。

2. 阶段性

不同年龄段的幼儿具有不同的身心发展特点，如幼儿初期的思维主要是直觉行动性的思维，即在动作中思考，一旦动作停止，思维活动也随之停止；而幼儿晚期主要是具体形象性的思维，并伴有抽象逻辑思维的萌芽。幼儿园的心理健康教育面对的是众多不同的幼儿，而

不同年龄的幼儿具有不同的身心发展特点，心理健康教育要求达到的目标不仅不相同，运用的教育方法也不一样，需要有针对性地进行因材施教。比如第五单元是同样的交往训练，不同年龄段的幼儿，其心理健康教育内容也会有不同和侧重，如小班可以帮助他们体验与同伴共同游戏的乐趣；中班可以讨论与同伴交往的策略，学习化解同伴间矛盾的方法；到了大班，则可以培养他们与同伴协商合作，共同解决困难的能力。所以，幼儿心理健康教育要讲究科学，需要运用心理学、教育学的原理，遵循幼儿心理发展的阶段性特点和规律进行教育，才能取得较好的成果。

3. 个性化

幼儿心理健康教育应根据幼儿的个性特点进行教育。如果说阶段性的原则是针对幼儿的发展规律共性，那么个性化原则就是注重幼儿心理健康教育的人本化实施。由于每个幼儿的家庭背景、成长经历不同，其个性特点也千差万别。作为教师，既要熟悉幼儿共同的年龄特点，还要了解幼儿之间的个性差异，针对不同个性的幼儿，采取不同的方法，真正做到因材施教。如对性格内向的孩子，就不应该采取当众批评的方法，这会使他们的自尊心受到极大的打击，而应侧面提醒，私下交流，这样效果较好。其次，每个幼儿的能力有所不同，有的擅长音乐，有的擅长舞蹈，还有的语言表达能力极强等等。教师要善于把握幼儿之间的能力差异，尊重幼儿的性格，根据幼儿的表现特点进行教育，促使每一个幼儿都能在原有基础上得到发展。

所以，维护和增进幼儿的心理健康水平，提高幼儿的整体心理素质，“两手都要硬”，既要注重物质环境的创设，又要关注人文环境的建设；既要注重专门的心理健康教育活动，又要渗透到生活的方方面面；既要面向全体，又要关注少数个体；既要幼儿园高度重视，又要家庭社会的关注、参与。只有经过各方面的共同努力，才能取得良好的教育效果。

徐德荣

二〇〇八年五月



第1课 寻找闪光点

——自信心理辅导



□ 辅导主题

幼儿自我意识的心理辅导。

□ 辅导目标

1. 知道每个人身上都有优点，初步学会欣赏同伴和自己的优点。
2. 体验更多的自信心和满足感，在心理活动中感到愉悦。

□ 辅导重难点

本次辅导活动的重点：能够让幼儿更多地了解自身的优点，树立自信心。难点：幼儿能够重新认识自我，悦纳自我，提高自我评价的能力。对教师而言是创设和谐的活动氛围，给幼儿创设树立自信心的心理环境。重点难点的突破：先从形成原因分析，幼儿年龄小，受认知水平的局限，以及对成人权威的尊重和服从，所以教师解决策略为创设一定的故事情景，运用认知矫正法和肯定性训练相结合的方法，进行相应的心理辅导。

□ 辅导对象

本辅导活动设计适宜中班下学期、大班幼儿。

□ 辅导准备

彩旗每人一面；表示优点的五角星若干；表示心情的符号每人一套。

□ 辅导预设与教学流程

□□■ 创设情景，引出课题

教师：森林王国的国王给我写了封信，邀请我们班里优点多的孩子去参加他们的联欢会，你们觉得自己会有机会去吗？那么我们先来找一找自己有多少优点。

教师用参加动物联欢会作为兴趣点，创设情景，自然地让幼儿提出活动要求，使幼儿一开始就有了明确的目的和浓烈的兴趣，为开展下一个环节作了心理铺垫。注意，这里进行举手统计，作为前测数据。

□□■ 说优点，初步认识自我

1. 幼儿向同桌讲述自己的优点，说出一个优点，同桌就在彩旗上贴一颗五角星。

师：请你向你的同桌讲讲自己的优点，说出一个优点，同桌就在花朵上贴一颗五角星。然后两个人交换进行。

这个环节为幼儿创设了认识自我、发现自己优点的机会，让幼儿能够初步地去认识自我，也为下一个环节的开展作了铺垫。活动中，邀请同桌用五角星进行记录，一方面能够体现公平，更重要的一方面是让幼儿之间能够相互关注、相互合作。

选择贴五角星这一方式进行记录，能够大大地激发幼儿的活动兴趣。因为以往五角星只有老师能够为孩子贴，那是老师的特权，在这个活动中孩子也拥有了这样的权利，那是他们无比高兴的事情。

2. 集体交流，寻找五角星最少的幼儿。

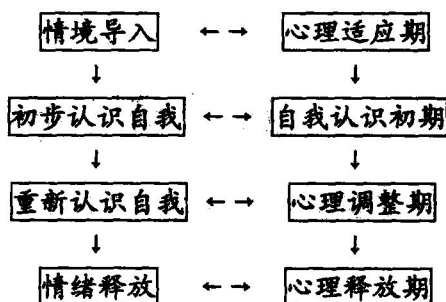
师：请你们拿好自己的花朵，相互看一看，谁的五角星最少？

这是一个教师了解班级幼儿自信心状况的途径，能够从幼儿五角星的多少，来初步了解孩子的自信心状况，为下一步的单独辅导寻找对象作好准备。

3. 请全体幼儿帮助寻找该幼儿的优点，找到一个，就再添一颗五角星。

□□□教学线

□□□心理线



第一单元

师：小朋友们，你们来帮忙找一找，他（她）除了这些优点，还有别的优点吗？你找到一个，就告诉大家，并上来为他贴一颗五角星。



这是一个非常重要的环节，对于班级中自信心特别弱的这位孩子是一个心灵震撼的过程，通过这个环节，他（她）能够在同伴们找出的各种各样的优点中，重拾自信。同时，对于其他孩子而言，这一过程也能让他们努力去发现别人身上的优点，更加积极地评价同伴。无论对于这一个孩子，还是对于其他孩子，都有积极的心理辅导价值。

4. 了解此时这位幼儿的感受，帮助他（她）树立自信心。

师：原来你（五角星最少的那位幼儿）也是个有很多优点的孩子，只是你自己没有发现。你现在感觉怎样？

这一环节中，教师重新将认识自我的权利交到了幼儿自己的手上，让孩子重新认识自我，完成了认识自我的整个心理过程。

小组活动，重新认识自我

1. 以小组为单位，寻找组内幼儿身上的优点，方法同上。
2. 集体交流：你的同伴为你找到了几条优点？这里为幼儿创造了一个积极的交往空间，小组成员间相互寻找优点，能使组内幼儿之间多一些了解。知道谁有很多优点，大家还要努力。

情绪释放，快乐结束活动

师：游戏中，你感到高兴吗？如果你觉得很高兴，就贴上大笑的

表情，如果你觉得一般就贴上微笑的表情。

师：狮子大王看到我们班的小朋友身上优点真多，决定让我们所有的小朋友都去参加他们的联欢会，你们高兴吗？那我们就出发吧！

最后，通过贴表情，一方面可以看出幼儿通过这个心理辅导活动之后的情绪状态，另一方面也让每一个孩子将内心的感受得到了释放。同时也给教师反思自己教学活动，提供了依据。

□ 辅导反思

幼儿园中该怎样进行团体心理辅导活动？在“寻找闪光点”这一活动中，本课教师总结出几点心得：

1. 创设一定的故事情景，帮助幼儿更快地进入角色。

幼儿的思维是具体形象的，对事物的理解也是直观形象的，因此，情景是幼儿进行心理辅导的一个很好的桥梁。在这一活动中，以争取参加动物联欢会座位开展一个活动的情景，引起了幼儿活动的兴趣。

2. 保证全体幼儿全身心地参与，注重活动的心理体验。

因为团体心理辅导不是强调心理学知识的掌握，而是要在参与的过程中不断地获得情感体验，以促进幼儿个性的良好发展。

□ 辅导生成与精彩实录

□□■ 创设情景，引出课题

师：森林王国的国王给我写了封信，邀请我们班里优点多的孩子去参加他们的联欢会，你们觉得自己会有机会去吗？

幼：有机会去的，因为我有很多的优点。我不知道。我可能不会去，我的优点不够多。

师：我也不知道你们谁能去，那么我们先来找一找自己有多少优点吧。

教师通过举手的方法统计优点的个数，作为前测数据，特别关注那些没有或者很少优点的小朋友。

□□■ 诉说优点，初步认识自我

师：请你向你的同桌讲讲自己的优点，说出一个优点，同桌就在花朵上贴一颗五角星。然后两个人交换进行。

师：请你们拿好自己的花朵，相互看一看，谁的五角星最少？

□□□第一单元

幼：××的五角星最少了，只有5颗。

师：××小朋友，你愿意向大家介绍这5颗五角星是你的哪5个优点吗？

幼：（轻轻地站起来，摇摇头，然后说）我想悄悄地告诉你一个人！

师：（轻轻地点头）好的，那么你就告诉我一个人吧！

师：小朋友们，你们来帮忙找一找，他只有5个优点吗？还有没有别的优点？你如果找到一个，就大声地告诉大家，并上来为他贴一颗五角星。

幼：老师，他上课听得很认真，很少说话（幼儿高兴地把一颗五角星贴在他的花朵上）。他很大方的，上次把橡皮借给我用了（贴五角星）。他会帮老师做事情，把图书整理好；他还很会帮助别人，人家小朋友哭了，会去关心别人，去安慰别人；他爱劳动，会帮助妈妈做家务；他跟小朋友总是很好的，不会去打别人的……

师：我们一起来看看，现在他有多少个五角星了？

幼：很多很多个，都快数不清楚了。有十多个了（兴奋地）。

师：××，小朋友们发现了你身上那么多的优点，你以前有没有发现你的这些优点？

幼：没有发现有那么多。

师：原来你也是个有很多优点的孩子，只是你自己没有发现。你现在感觉怎样？

幼：我觉得特别的高兴。

□□■ 小组活动，重新认识自我

师：现在请大家以小组为单位，找一找自己组内小朋友身上的优点，找出一个，就在他的花朵上贴上一个五角星……

师：你的同伴为你找到了几条优点？

幼：他们帮我找到了很多很多，有的我自己都没有想到；他们找到的比我自己找到的，还要多3个；我发现我的优点越来越多了……

□□■ 情绪释放，快乐结束活动

师：游戏中，你感到高兴吗？如果你觉得很高兴，就贴上大笑的表情，如果你觉得一般就贴上微笑的表情。（活动中，除一名幼儿外，其余幼儿都高兴地贴上笑脸）

师：请你们把你们的心情让所有的客人老师看一看。你们觉得现在开心吗？

幼：很开心！

师：狮子大王看到我们班的小朋友身上优点真多，决定让我们所有的小朋友都去参加他们的联欢会，你们高兴吗？

幼：高兴！

师：那我们就出发吧！

□ 辅导活动点评

3~6岁的学前儿童还处在心理成长发展和人格形成的关键时期，具有巨大的发展潜力，可塑性大，由于他们在心理上极不成熟，自我调节、控制水平较低，自我意识还处在萌芽状态，极易因环境等不良因素的影响形成不健康的心理和人格特点。在实际的工作中，我们发现不少幼儿由于缺乏对自我和他人的正确评价，在自我意识的发展上常常表现出以自我为中心与自我菲薄这两种状态，即过于以自我为中心和过于自卑。

所谓以自我为中心是指在观察事物或考虑问题时，只从自己的角度，用自己的经验去对待有关事物，不能设想他人观点、他人内心世界的一种心理状态。例如，当他们看到一个小朋友拿着玩具在哭泣，他们便会认为：小朋友不喜欢这个玩具（因为他们自己也会因为不喜欢某个玩具而哭泣）。如果别人告诉她（他），小朋友从来没见过这种玩具，被玩具吓哭了，他（她）怎么也难以理解。所以，幼儿往往很难从别人的角度来观察事物，很难用别人的观点去分析问题，很难体验别人在某种情境中的行为，很难考虑别人的感受，表现出自私、自大、不接受别人意见等。

所谓自我菲薄是对自己的能力、性格、体格、容貌的自卑自责，这叫自我菲薄或自卑。自我菲薄的主要表现如下：1. 过分地责备自己。自己犯了点错误，做错了一点事情，责怪自己是可以的。但自我菲薄的幼儿往往过分地责备自己。2. 过度地嫌弃自己。谁都希望自己各方面比别人好，可事实上不可能。自我菲薄的幼儿常因自己的一点生理缺陷，一些学习及生活中的不足而嫌弃自己，并经常有意识地掩饰自己的缺陷与不足。当别人提及自己的缺陷与不足时，就会大发其火。3. 过分地毁损自己。极端者会扯自己的头发，打自己的耳光，不吃不喝，有时甚至用头撞墙，用针刺自己，以此表示对自己的不满，对自