

师生心理成长丛书

主编：林崇德 董 奇 副主编：伍新春 石 铁

幼儿心理健康教育

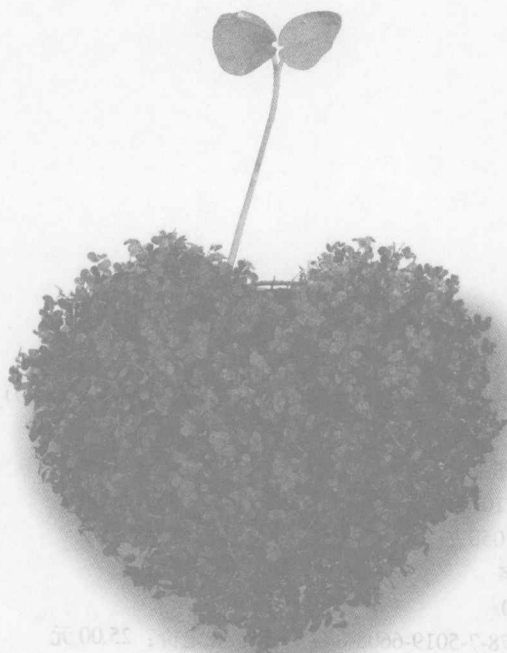
刘 文 / 编著

[illegible]

主编：林崇德 董 奇 副主编：伍新春 石 铁

幼儿心理健康教育

刘文 编著

 中国轻工业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

幼儿心理健康教育 / 刘文编著. —北京: 中国轻工业

出版社, 2008.10

(师生心理成长丛书)

ISBN 978-7-5019-6608-0

I. 幼… II. 刘… 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 140363 号

总策划: 石 铁

策划编辑: 吴 红

责任编辑: 杜文勇

责任编辑: 吴 红

责任监印: 吴维斌

出版发行: 中国轻工业出版社 (北京东长安街 6 号, 邮编: 100740)

印 刷: 北京天竺颖华印刷厂

经 销: 各地新华书店

版 次: 2008 年 10 月第 1 版第 1 次印刷

开 本: 740 × 1050 1/16 印张: 16.50

字 数: 208 千字

印 数: 1—5000

书 号: ISBN 978-7-5019-6608-0/G · 762 定价: 25.00 元

咨询电话: 010-65595090 65262933

读者服务部邮购热线电话: 010-65595091 65241695 传真: 85111730

发行电话: 010-65128898 传真: 85113293

网 址: <http://www.chlip.com.cn>

E-mail: club@chlip.com.cn

如发现图书残缺请直接与我社读者服务部 (邮购) 联系调换

70780J6X101ZBW

总 序

《师生心理成长丛书》马上就要和广大读者见面了。作为作者，我们内心充满着喜悦与激动。

编写《师生心理成长丛书》，为的是要体现时代发展的要求，完成党的十七大赋予我们的光荣使命。党的十七大报告，明确提出了运用科学发展观全面构建和谐社会发展目标。和谐社会不仅包括政治、经济、文化、环境、生态等外部世界的和谐，也包括个体内心世界的和谐即心理和谐。心理和谐是个体幸福的指标，也是社会发展的基石。心理和谐的实质是心理健康，大力开展心理健康教育是实现心理和谐的前提和保证。和其他重要个人素质一样，心理和谐也应从小抓起，切实重视和关注成长中的儿童、青少年的心理健康，“注重人文关怀和心理疏导”，提高广大教师开展心理健康教育的意识和能力，“为青少年健康成长创造良好社会环境”。

编写《师生心理成长丛书》，为的是要体现“优先发展教育”的要求，落实党提出的育人为本、德育为先、实施素质教育的艰巨任务。当前我国教育改革和发展面临的重大任务和时代旋律，是全面实施和推进素质教育。素质教育的重要内容和目标之一，就是促使学生养成良好的心理素质，提高学生的心理健康水平。而要想培养和发展学生的心理素质，最重要的方法就是全面系统地开展心理健康教育。应该说，最近几年，尤其是2002年颁布《中小学心理健康教育指导纲要》以来，在教育部的组织领导下，全国各地都把心理健康教育看作是德育工作的重要组成部分，许多中小学校开始系统地开展心理健康教育活动，许多教育研究机构尝试开展了系统的心理健康教育培训，在一定程度上提高了广大教师开展心理健康教育的能力，促进了广大中小学生学习心理素质的健康发展。在开展心理健康教育的研究和实践过程中，人们逐渐认识到：心理健康素质是关系到个体发展全局的、随年龄增长而逐渐形成的重要品质，它直接或间接地影响到个体的生活态度、学业成就、人际交往、社会适应、职业发展等，必须引起高度重视。

但是，在看到取得成绩和可喜进步的同时，我们也应该清醒地认识到：心理健康

教育绝不仅仅是心理教师的任务，它也应该成为全体教师的重要使命；心理健康教育绝不仅仅是中小学的教育主题，幼儿早期教育和大学专业教育也应该注意渗透；心理健康教育绝不仅仅是辅导技术和教育方法的简单使用，确立“育人为本、德育为先”的教育理念和辅导取向更是重要前提。因此，为了保证心理健康教育朝着全体受益、全面培养、全员参与、全程关注的方向发展，在总结行之有效的既往经验的基础上，我们更要用前瞻的视角规划和引领心理健康教育的发展，使我们的广大教师不仅能明确心理健康教育的基本性质、核心内容、主要途径和组织管理等基本原理，而且能深入了解基础教育各年龄阶段学生心理健康教育的主要方法，科学把握心理健康教育的渗透手段，有效运用心理健康教育的专业途径。

编写《师生心理成长丛书》，为的是要体现教师教育和教师专业发展的要求，贯彻党加强教师队伍建设的战略方针。联系心理健康教育的实践，我们认为，要想有效地开展学生心理健康教育，教师不仅要掌握心理健康教育的理念和方法，更重要的是，要切实重视和提高自身的心理健康素质。最近有关教育心理和教师教育的研究成果表明，在影响学生发展的诸多因素中，先进的教育理念和方法、优良的教育环境和资源等就好像武器，它虽然对教育效果具有重要影响，但真正决定学生发展的根本却是使用武器的人——教师——的素质。最近几年来的心理健康实践也证明，在学生心理障碍的成因中，除学生自身的素质和家庭教育的影响外，最重要的成因就是教师不当的教育方式。造成教师教育不当的根源，在于教师自身的心理状态不佳。为了从根本上减少学生“师源性疾病”的发生，促进学生心理的健康成长，必须切实重视和高度关注教师的心理成长。

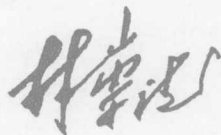
促进教师的心理成长，不仅是开展学生心理健康教育的需要，也是教师作为一名专业工作者个人发展的需要。在认真实践科学发展观、全面倡导以人为本思想的今天，我们应该深刻地认识到：教师的个人成长和专业发展是相辅相成、协调共进的。客观地讲，广大中小学教师身处社会经济飞速发展、素质教育强力推进、课程改革全面铺开的年代，他们自己所接受的专业教育、所处的学校环境、所承载的家长期望，往往与变革求新的时代主题有相当的落差，他们大多承受了较重的工作和专业压力，甚至出现了不同程度的职业倦怠。因此，广大教师如何学会进行工作压力的自我管理、有效预防职业倦怠的发生，学会人际关系的调适技巧、切实维护自身的健康人格，进而促进职业生涯的合理规划，已经成为教师专业发展和个人成长的重要议题。

在全社会高度重视儿童青少年健康成长、高度关注中小学教师素质提高的今天，北京师范大学常务副校长董奇教授、教育心理与心理健康研究所所长伍新春教授、“万

千教育”与“万千心理”总策划石铁先生和我一起牵头，组织全国十多位长期从事心理健康教育、潜心研究教师专业发展、有相当学术造诣和社会影响的中青年学者，共同完成了《师生心理成长丛书》的出版。我相信该丛书对于推动我国的心理健康教育事业，对于促进教师的专业发展和个人成长，都将起到积极的作用。

是为序！

教育部中小学心理健康教育专家指导委员会主任



2008年8月6日
于北京师范大学

前言

赤子之心纯真虚广、稚约简朴、天然无邪，既是人生的本原，也是人的归宿。幼儿从生命的开始，就具有朝气蓬勃、昂扬向上、无与伦比的自然生长力，具备了毕生发展必需的本原力量。

幼儿在成长发育的进程中，由于受到大千世界中形形色色的干扰和影响，自然属性逐渐淡化，社会属性渐渐增长，幼儿的主动感知、认识世界的过程往往被强加、他控甚至严重扭曲了，身心发展失衡，心理健康问题就表现出来了。

十多年前，在我兼任幼儿园园长时所经历的幼儿心理健康问题至今仍然历历在目，为我提供了不尽的研究动力。当时，我们遇到这些有心理健康问题的儿童时，束手无策，召集家长开会、专家团队研讨、教师个案研究等多种方法齐头并举，渴望能有参考书可以借鉴和指导。值得欣慰的是，有些幼儿的心理问题经过教师的不懈努力与家长的积极配合，得到了及时的解决。而有些问题解决不了，导致父母不得不辞去工作，为给孩子治病而远走异乡。从那时起，不论我是在大学进行教学，还是在国内外进行实验研究，始终在积累资料，想写一本关于幼儿心理健康教育的书，以了却我多年的心愿。

鉴于当今幼儿心理健康的重要性越来越被人们所认同，本书编写的主要思路是：

第一，幼儿心理健康教育应强调预防。提前预防比早期干预更为重要。幼儿心理健康教育首先应该着眼于预防，其次也要对幼儿心理问题及时做出判断，做到早干预、早治疗。传统观念是在幼儿问题行为出现之后才进行干预，而我们认为早期预防更加重要。从生命全程观的角度来讲，早期预防可以防患于未然，使儿童在每个心理发展阶段的过渡期都能健康发展。

第二，幼儿心理健康教育应着重促进。不仅仅是促进幼儿的心理健康发展，同时也要促进教师和家长的心理健康发展。心理健康教育要保证幼儿心理健康发展，提升其幸福感，强调家长和教师从正面对幼儿进行帮助、回应和养育。这其中包括了对家长、教师等养育者心理健康的促进教育，也包括了对幼儿自身学习心理健康

知识的要求。

第三,幼儿心理健康教育应具有系统性。首先,幼儿心理本身就是一个自组织系统;其次,幼儿心理健康教育是生物学、神经系统科学、物理学、遗传学、产科学、新生儿学、儿科学、心理学、社会学、人类学和语言学等多种学科的综合;再次,幼儿心理健康教育工作是父母、教师、社区资源等多方面共同的工作;最后,幼儿心理健康教育也是全人类共同追求的目标,因为它关系到人类未来的发展,因此也是各国和各地区协同的工作。婴幼儿期是多种强大能量汇合的时期,在这个交叉点上,通过仔细研究,把生命发展进程的复杂本质进行了分类,从进化论——生物学,到意识和自我意识的结构。在我们逐渐对生命全程有更多的理解时,会对困扰我们的幼儿心理健康问题更加从容、乐观。

在本书付梓之际,首先要感谢我的博士导师杨丽珠教授和博士后导师林崇德教授。杨老师引领我走进研究幼儿人格发展与教育的大门;林老师为我提供的学习和研究机会,导师的不吝赐教和谆谆教诲,使我终生难忘,不仅助我心理健康发展,同时也了却了我多年的心愿!其次要感谢我的硕士研究生魏玉枝、杨莹、彭菲菲、张丽娜、胡日勒在本书写作过程中给予的许多帮助!感谢我的家人为我提供了丰富的范例!

幼儿心理健康教育在我国开展的时间不长,但发展成果颇丰!如何认识不断出现的幼儿心理的新问题是研究者和实践者的共同任务和义不容辞的责任!也许我们的观点仍显得稚嫩,不成熟,但我们会不断探索下去。发展是人类永恒的主题,但从源头、本原开始,防微杜渐、积极引导,我们就会少走许多弯路,减少许多烦恼。同时也希望得到广大同仁的支持和帮助!

目 录

第一章 绪论	1
第一节 幼儿心理健康教育的实质与目标	1
第二节 幼儿心理健康教育的任务和意义	10
第三节 幼儿心理健康教育的原则与途径	16
第二章 影响幼儿心理健康的因素	23
第一节 影响幼儿心理健康的生物学因素	24
第二节 影响幼儿心理健康的心理社会因素	28
第三节 环境和教育对幼儿心理健康的影响	31
第三章 幼儿教师与幼儿心理健康	45
第一节 幼儿教师良好的心理素质的基本要求	45
第二节 幼儿教师对幼儿心理健康的指导	51
第三节 幼儿心理健康教育课程的设计	60
第四章 幼儿游戏发展与指导	71
第一节 幼儿游戏的发展	71
第二节 幼儿游戏疗法	77
第五章 幼儿认知能力发展与指导	87
第一节 幼儿认知能力的发展	87
第二节 幼儿良好认知能力的培养	95

第六章 幼儿情绪发展与培养	119
第一节 幼儿情绪发展的特点	120
第二节 幼儿良好情绪的培养	129
第七章 幼儿良好适应能力发展与指导	143
第一节 幼儿适应能力的发展	144
第二节 幼儿适应能力的培养	148
第八章 幼儿人际关系发展与指导	165
第一节 幼儿同伴关系发展与指导	166
第二节 幼儿亲子关系发展与指导	176
第三节 师幼互动与指导	187
第九章 幼儿人格发展与促进	193
第一节 幼儿气质与父母、教师的良好匹配型教育理论	194
第二节 幼儿自信心发展与促进	202
第三节 幼儿自尊心发展与促进	208
第四节 幼儿自我控制能力发展与促进	213
第五节 幼儿幽默感发展与促进	220
第十章 幼儿常见的问题行为与对策	227
第一节 应对幼儿常见的问题行为	228
第二节 幼儿心理健康教育中应注意的问题	240
参考文献	245

第一章

绪 论

儿童不只是诗意地栖居于大地之上，还诗意地遨游于历史的长河之中。幼儿本来应该是天真单纯、活泼可爱的。但随着社会的发展，人们生活节奏的日益加快，婚育质量、独生子女的自我观念、父母的厚望、学习和升学压力，以及复杂多变的社会环境都在有形和无形地影响着幼儿的心理健康。促进幼儿身心和谐发展是幼儿教育追求的终极目标，也是时代赋予我国幼儿教育改革的重大任务，而要想促进幼儿发展，提高其心理健康水平，最重要的就是全面系统地开展心理健康教育。从出生到6岁是心理发展的关键期，这一点已经为人们所共识。因此，幼儿心理发展与健康教育问题是整个世界所关注的焦点，更重要的是它体现了教育观念的更新与变革。

第一节

幼儿心理健康教育的实质与目标

一、追根溯源，掌握实质

要理解幼儿心理健康教育的概念，特别要弄清楚下列定义：

（一）幼儿心理健康

1. 幼儿健康的概念

2001年9月教育部颁发的《幼儿园教育指导纲要（试行）》明确规定：“幼儿园必须把保护幼儿的生命和促进幼儿的健康教育放在工作的首位。”这一提法具有深刻的理论依据和深远的实践意义。“健康第一”的思想由来已久，许多教育家都对此做出过精辟的论断。儿童教育家陈鹤琴先生明确提出“幼稚园第一要注意的是儿童的健康”。17世纪英国伟大的哲学家和启蒙思想家约翰·洛克（John Locke, 1632—1704）认为：“人生幸福有一个简短而充分的描述：健全的心智寓于健全的身体。凡身体和心智都健全的人就不必再有什么别的奢望了；身体和心智如果有一方面不健全，那么即使得到了

种种别的东西也是枉然。”

那么何谓健康呢？1946年世界卫生组织（WHO）在其《世界卫生组织宣言》中指出：健康不仅是没有疾病和虚弱现象，而且是一种个体在身体上、心理上、社会上完全良好的状态。林崇德等（2003）主编的《心理学大辞典》将健康的状态概括为三方面的标准：

■生理标准。身体强壮，各系统功能良好且相互协调，目前的检查手段不能发现病理改变。

■心理标准。心理功能正常、协调一致，主观感觉良好，精力充沛，情绪稳定，应付环境自如，有积极的人生观。

■社会标准。行为符合社会规范，有良好的人际关系，家庭功能和职业功能良好，能享受生活和工作的乐趣。

幼儿健康即幼儿持续正常的发展。幼儿期身体组织大小、功能、效能绝大多数处于增长阶段，但由于幼儿个体的遗传素质、环境条件的不同，因而无论身体的形态还是机体的功能都存在着个体差异，即使在同性别、同年龄的群体中，每个幼儿的发育速度、体型特点、达到成熟的时间等方面也各不相同，因此，只要幼儿生长发育经历的过程符合人类个体的成熟规律，只要幼儿个体的发展幅度并未远离群体儿童的发展水平，就可以视其为健康。同时，拥有生命健康是每一个幼儿的权利，而维护幼儿的生命健康则是法律赋予我们每一位成人的义务和责任。

2. 幼儿心理健康的概念

伍新春（2006）主编的《心理健康教育概论》指出，心理健康是指个体在适应环境的过程中，生理、心理和社会性方面达到协调一致，保持良好的心理功能状态。《心理学大辞典》中关于心理健康的正常状态，有四种意义：

■正常即健康状态，以有无心理疾病为判断标准；

■正常即平均状态，从统计学角度强调正常和异常之间的程度变化，处于正常态分布中间范围的属正常；

■正常即理想状态，用以评价行为而非描述行为；

■正常即适应过程，将正常视作不断发展进步的过程，心理健康者能不断学习有效的技巧应付紧张状态。

符合下列标准可视为心理健康：

■情绪稳定，无长期焦虑，少心理冲突；

■乐于工作，能在工作中表现自己的能力；

■能与他人建立和谐的关系，且乐于与他人交往；

■对自己有适当的了解，且有自我悦纳的态度；

■对生活的环境有适当的认识，能切实有效地面对问题、解决问题，而不逃避问题。

幼儿心理健康是指心理发展达到相应年龄组幼儿的正常水平，情绪积极、性格开朗，无心理障碍，对环境有较快的适应能力。综合我国儿科医学专家、幼儿心理和教育专家等的观点，我们认为幼儿心理健康的标志是：

■动作发展正常。动作发展与脑的形态及功能的发育密切相关，幼儿躯体大动作和手指精细动作的发展水平处于正常范围内，是心理健康的基本条件。

■认知发展正常。一定的认知能力是幼儿生活与学习的重要条件，虽然幼儿的认知发展存在个体差异，但若某个幼儿的认知水平明显地低于同年龄组幼儿，且不在正常范围内，那么该幼儿的认知能力是低下的，心理也是不健康的。幼儿期是认知发展极为迅速的时期，应避免因各种原因造成的脑损伤或不适宜的环境刺激，防止导致幼儿不健康的心理。

■情绪积极向上。积极的情绪状态反映了中枢神经系统功能的协调性，亦表明个体的身心处于良好的平衡状态。幼儿的情绪具有很大的冲动性和易变性，但随着年龄的增长，情绪的自我调节有所增强，稳定性逐渐提高，并开始学习合理地疏泄消极的情绪。如果某个幼儿经常处于消极的情绪状态，如整天闷闷不乐或一触即发、暴跳如雷，那么该幼儿的心理也是不健康的。

■人际关系融洽。幼儿之间的交往是维持心理健康的重要条件，也是获得心理健康的必要途径。心理不健康的幼儿，其人际关系往往是失调的，或自己远离同伴，或成为群体中不受欢迎的人。心理健康的幼儿乐于与他人交往，能与同伴合作，游戏中能够谦让。

■自我意识良好。自我意识是个性中最核心、最本质的表现，它反映在幼儿对客观现实和自我关系的稳定态度以及习惯化了的行为方式中。心理健康的幼儿，一般具有正常发展的自我评价、自我控制和自我体验，以及自信、自尊、主动、合作等特征。而心理不健康的幼儿常常具有冷漠、胆怯、自卑、被动、孤僻等特征。

■没有严重的心理卫生问题。幼儿不健康的心理往往以各种行为方式表现出来，诸如吮吮手指、遗尿、口吃、多动等。心理健康的幼儿应没有严重的或复杂的心理卫生问题。

（二）幼儿心理健康教育

心理健康教育是围绕心理健康开展的教育活动。《心理学大辞典》中指出，心理健康教育的主要内容是：普及心理健康基本知识，树立心理健康意识，了解简单的心理调节方法，认识心理异常现象，初步掌握心理保健常识。心理健康教育重点是学会学习、人际交往、升学择业以及生活和社会适应等方面的常识。心理健康教育要求立足教育，重在指导，遵循身心发展规律，保证其实践性与实效性；坚持根据学生心理发展的特点，面向全体学生、关注个体差异和尊重学生等教育原则，做到科学性与针对性相结合，共性与个性相结合，尊重、理解、真诚与威严相结合，预防、矫治与发展相结合，辅导与主动参与相结合，助人与自助相结合。

幼儿心理健康教育是幼儿教育的重要组成部分，主要是为了使幼儿懂得保护心理健康的基本知识和技能，纠正其不良情绪和态度，形成有利于心理健康的行为习惯，预防和矫治心理障碍和行为异常，从而保证幼儿心理健康发展，提升其幸福感。

该定义有下列三层含义：

1. 促进

幼儿心理健康教育要保证幼儿心理健康发展，提升其幸福感。强调家长和教师从正面对幼儿进行帮助、回应和养育。这其中包括对家长、教师等养育者心理健康的促进教育，也包括对幼儿自身学习心理健康知识的要求。

2. 系统

首先，幼儿心理本身自组织就是一个系统；其次，幼儿心理健康教育是生物学、神经系统科学、物理学、遗传学、产科学、新生儿学、儿科学、心理学、社会学、人类学和语言学等多种学科的综合；再次，幼儿心理健康教育工作是父母、教师、社区等多方面共同的工作；最后，幼儿心理健康教育也是全人类共同追求的目标，因为它关系到人类未来的发展，因此也是各国和各地区协同的工作。因为我们都把幼儿心理健康看做是把握未来的关键，是个体发展和庞大社会结构的未来。婴幼儿期是多种强大能量汇合的时期。在这个交叉点上，通过仔细研究，把生命发展进程的复杂本质进行了分类，从进化论——生物学到意识和自我意识的结构。在我们逐渐对生命全程有更多的理解时，会对困扰我们的幼儿心理健康问题更加乐观。

3. 预防和干预

幼儿心理健康教育首先应该着眼于预防心理问题，如，对地震、洪水等自然灾害的认识，对死亡的正确认识，以避免出现创伤性应激障碍。其次也要对幼儿心理问题及时做出判断，做到早干预、早治疗。传统观念是在幼儿问题行为出现之后才进行干

预；而我们认为早期预防更加重要，从生命全程观的角度来讲，早期预防可以防患于未然。

二、确立目标，明确要求

（一）幼儿健康教育的目标

《幼儿园教育纲要》根据幼儿教育的根本目的提出了幼儿健康教育的四条总目标：

- 身体健康，在集体生活中情绪安定、愉快；
- 生活、卫生习惯良好，有基本的生活自理能力；
- 知道必要的安全保健常识，学习保护自己；
- 喜欢参加体育活动，动作协调、灵活。

首先，这四条目标体现了当代健康教育的整体性、动态性、调适性。整体性即完整性，强调每一名幼儿都应该能充分发挥潜能，达到身心和谐。动态性指要教育幼儿积极参与，也就是说，健康的生命并非完全由自然给予，而需要个体的积极参与，健康状况因个体自身活动而不断变化。调适性是指对疾病的有效抵抗与对生活环境的良好适应。幼儿知道必要的安全保健常识，就可以具备抵抗未来危险的能力，就好像体内有传染病抗体的儿童比无传染病抗体的儿童更健康一样。

其次，这四条目标体现了三种价值取向：第一，身心和谐。幼儿健康应包括身体健康和心理健康两个主要方面，幼儿身体健康以发育健全、具备基本的生活自理能力为主要特征；幼儿的心理健康以情绪愉快、适应集体生活为主要特征。第二，保护与锻炼并重。目标既重视掌握必要的保健知识、提高自我保护的能力，又强调通过体育活动提高自身素质。其中，了解必要的安全保健知识并提高相应技能是保健教育的主要目标，培养对体育活动的兴趣、增强动作的协调性和灵活性是体育锻炼的主要目标。第三，注重健康行为的养成。健康教育的最大挑战就是如何鼓励、协助幼儿树立健康态度，培养其健康有益的行为习惯。因此，幼儿健康行为的养成是幼儿健康教育的核心目标，也是提升其幸福感的基本途径。

（二）幼儿心理健康教育的目标

1. 目标制订的依据

制订幼儿心理健康教育目标必须考虑到与幼儿教育总目标的关系、与终身教育的关系、预防与干预的关系、社会发展变化与个人适应的关系。

（1）体现幼儿教育总目标和幼儿健康教育的目标

1996年教育部颁布的《幼儿园工作规程》明确地规定了幼儿园保育和教育的主要

目标是：促进幼儿身体正常发育和机体的协调发展，增强体质，培养良好的生活习惯、卫生习惯和参加体育活动的兴趣。发展幼儿智力，培养正确运用感官和运用语言交往的基本能力，增进对环境的认识，培养有益的兴趣和求知欲望，培养初步的动手能力。萌发幼儿爱家乡、爱祖国、爱集体、爱劳动、爱科学的情感，培养诚实、自信、好问、友爱、勇敢、爱护公物、克服困难、讲礼貌、守纪律等良好的品德行为和习惯，以及活泼开朗的性格。培养幼儿初步的感受美和表现美的情趣和能力。

幼儿心理健康教育是幼儿素质教育大系统中的一个部分，因此必须将其置于素质教育的系统中，并考虑它与健康教育、语言教育、社会教育、科学教育和艺术教育各目标之间的联系。

(2) 促进幼儿终身发展

新《纲要》明确指出，“幼儿园教育是基础教育的重要组成部分，是我国学校教育和终身教育的奠基阶段”，它要为“幼儿一生的发展打好基础”。因此，幼儿心理健康教育要将培养幼儿终身学习的能力，促进其终身发展放到核心位置，既要符合幼儿现实的需要，又要有利于其长远的发展。融入终身教育理念的幼儿教育追求幼儿健康、真实、全面的可持续发展，使幼儿心理健康教育真正地成为人生心理健康发展的初始阶段，同时也奠定人一生主观幸福的基础。

(3) 从干预到预防

幼儿健康教育的目标包含了“知道必要的安全保健常识，学习保护自己”，因此幼儿心理健康教育目标不仅要考虑幼儿心理障碍和行为异常问题的治疗以及对问题儿童的指导帮助，更重要的是预防，防止异常状态的产生和进一步发展。过去幼儿心理健康教育多侧重在发现幼儿心理健康问题后，再进行干预治疗，而现代心理健康教育观念更侧重于预防，即防止心理问题行为的发生，变被动的心理健康教育为主动的心理健康教育，例如，当幼儿事先知道了死亡的科学概念，亲人意外亡故就不会对幼儿造成过重的打击。

(4) 社会发展变化和个人适应的关系

幼儿心理健康教育的目标和内容必须考虑到幼儿的年龄特征、心理发展水平和未来的幸福感，同时，也需要根据环境的变化做出相应的调整。随着社会的发展，人类所处的环境也发生着很大程度上的改变，过去没有出现过的心理问题也会随之而来，因此，要因时制宜地调整幼儿心理健康教育的目标。

2. 幼儿心理健康教育的目标

姚本先(2004)把幼儿心理健康教育的目标归纳为：以发展性教育模式为主，从

儿童成长需要出发,解决他们在成长中的问题,促进其心理机能的开发与发展。

依据幼儿教育的总目标,综合专家的意见,我们认为幼儿心理健康教育的总目标就是促进全体幼儿心理健康发展,充分开发幼儿的潜能,培养幼儿积极、乐观、向上的心理品质和健全的人格,提升其幸福感,为其终身幸福奠定基础。

从幼儿发展角度来看,幼儿心理健康教育的目标具体包括:

■使幼儿具有良好的自我意识。增强自我调控、承受挫折、适应环境的能力。

提高自信心,培养幼儿的独立性和坚持性。

■培养幼儿积极、乐观、开朗的性格。

■培养幼儿的交往能力和关爱他人的品格。不仅学会关心自己、爱护自己,更要同情他人,关心和帮助他人,特别是父母、老师和同伴。

■培养幼儿广泛的兴趣,保持幼儿的好奇心,激发其求知欲,训练幼儿的思维,开发幼儿的智能和创造性。

■对有心理行为问题的幼儿给予科学有效的心理辅导,对有可能出现的问题要及早进行心理教育,防止问题的发生。

■促进家长和教师保持良好、积极、健康的心态,促使其更新教育观念,提高他们的心理健康水平。

(三) 幼儿心理健康教育的内容

1. 爱心教育

爱心即爱人之心。爱心教育是幼儿心理健康教育的基础和基本内容。幼儿有得到爱和爱别人的需要。通过爱心教育,使幼儿得到爱的满足和学会从爱别人的过程中得到快乐,提高爱的能力和自尊。众所周知,爱是幼儿健康发展的“精神食粮”,是幼儿生活中的“太阳”,爱能使幼儿获得安全感、满足感和幸福感,使其心理得到健康成长。为此,从园长到教师、家长都应该将点点滴滴的爱心倾注在幼儿身上,时刻用乐观的情绪、柔和的表情、适度的动作、温柔的语言与每个孩子进行情感接触和交流,对每个幼儿都充满信心,从而使孩子在亲人之爱和师爱的摇篮中长大,也使他们懂得去关心和爱护周围的人。

2. 探索周围世界的教育

儿童健康心理和人格的形成,是在与周围世界不断交互作用中逐步展开的,而多方位、多层面的环境能激起幼儿对美的向往和追求,形成健康的心理素质。为此,让幼儿从观察中接触、了解自己与世界的关系,促进幼儿多种经验的获得,多种情感的体验,发展幼儿的探索精神,使幼儿成长的环境成为一本立体的、多彩的、富有教育