



班级心理

教育 手册

健康人生 从  开始

幼 儿 版

主编 宋 宁

BANJI
XINLIJIAOYU
SHOUCE



.....| 希望出版社



班级心理

教育 手册

幼 儿 版



主 编 宋 宁

分册主编 江 群

编 著 江 群 祁海燕 楼瑞芳

杨 青 黄 玲

希望出版社

图书在版编目(CIP)数据

班级心理教育手册: 幼儿版 / 宋宁主编. — 太原: 希望出版社, 2009.5
ISBN 978-7-5379-4298-0

I. 班… II. 宋… 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 188100 号



班级心理教育手册

出版人 / 梁 萍 策 划 / 武志娟
责任编辑 / 武志娟 复 审 / 谢琛香 终 审 / 陈 炜
内文插图 / 黄 丽 内文设计 / 彦 红 封面设计 / 陶安涛

书 名 班级心理教育手册(幼儿版)
出版发行 山西出版集团·希望出版社
地 址 太原市建设南路 15 号 邮 编 030012
网 址 www.xwcb.com 电子信箱 xwcb@vip.sina.com
电 话 总编室 0351-4922243 印制科 0351-4922247
发 行 部 0351-4168101 4041258 4123120
印 刷 山西人民印刷厂
经 销 新华书店
开 本 787×1092 1/16 印张 19.5
版 次 2009 年 5 月第 1 版 2009 年 5 月第 1 次印刷
标准书号 ISBN 978-7-5379-4298-0
定 价 35.00 元

若有印装质量问题,请与印刷厂联系调换

联系电话:0358-7641044

版权所有 盗版必究



总 序



这是一套写给班级老师的书。

这是一套写给班级老师关注孩子心理成长的书。

班级老师必须关注孩子的学习。学习的基础是什么？是心理。观察，记忆，思维，兴趣，意志，能力，都是心理。而有了这些方面的良好心理品质，学习才可能取得优秀的成绩。孩子学习的许多问题，都可以从心理上找到根源。关注孩子心理，才是从根本上关注孩子学习。

班级老师必须关注孩子的品德。品德的基础是什么？是心理。品德的认知，品德的情感，品德的自律，都是心理。而有了这些方面的良好心理品质，品德才可能得以优化。孩子品德的许多问题，都可以从心理上找到根源。关注孩子心理，才是从根本上关注孩子品德。

总而言之，孩子各方面的成长，都与心理密切相关。一个把孩子成长放在心中的老师，必然会真真切切地关注孩子的心理成长。从幼儿园到高中，对孩子心理成长影响最重要的是班级，是班级中任课的老师，是班主任老师。事实上，每位班级老师已经在自觉不自觉地对孩子实施班级的心理影响：通过课本的教学，把一个个优秀人物送进孩子的心灵；通过丰富多彩的活动，活跃孩子的身心；通过多种形式的沟通，与孩子进行心灵的交流。诸如此类的举措，都可以认为是促进孩子心理成长的朴素经验，是十分宝贵的、生动鲜活的经验。

为了让每一个孩子都能乘上心理成长的快车，让每一个孩子心理成长得更健康、更优秀，需要班级老师能利用班级的平台，对孩子进行科学、系统、高效的心理教育，把生动鲜活的教育经验融入科学、系统、高效的心理教育之中。

班级老师，不是专业的心理咨询人员。班级老师从事心理教育，不需要、也不可能有丰厚的心理咨询专业背景。班级老师应该有班级心理教育的特有的认知结构、能力结构。中小学、幼儿园的孩子们的心理成长迫切期待千千万万这样的班级老师。

实施科学、系统、高效的班级心理教育,班级老师的认知结构,主要包括对心理发展规律的认知、对心理教育价值的认知、对学生心理特点的认知,以及对自我心理素养的认知。班级老师的能力结构,主要包括采集与分析学生心理信息的能力,规划和实施心理教育活动的的能力,结合学科教育促进心理成长的能力,自我调控避免对学生心理产生负面影响的能力,辨识学生心理问题的能力。

20多年来,我们一直和许多中小学、幼儿园老师一起,致力于班级心理教育的探索,致力于班级老师心理教育认知结构和能力结构的优化性研究。

我们意识到：最好的班级心理教育，应该是和班级各项工作整合在一起的教育。最好的班级老师，应该是把学科教学与心理教育整合在一起的老师。

正是基于这样的认识,我们把研究成果进行整理,编写出这套丛书,我们力图与班级老师一起探讨:如何认识心理教育?如何走进学生心灵?如何优化心理品质?如何疏导心理困扰?如何处置突发事件?我们力图给班级老师更多的心理教育实践操作方法,我们力图给班级老师更多的心理教育实践操作方案,我们力图给班级老师更多的心理教育实践操作资源,我们的努力构成了这套丛书的特色。

我们曾承担了国家教育部规划课程《中小学生心理监护系统的建构与运作》的研究，研究证实，学生心理监护系统的基础在班级，学生心理监护的关键角色是班级老师。

可以说,班级老师心理素养全面提升之时,就是班级心理教育蓬勃发展之际,就是中小學生、幼儿园孩子心理成长快车欢快歌唱、欢快前行之机。

感谢希望出版社鼎力出版这套丛书!

希望出版社为中小学、幼儿园的心理教育不断播种“心”的希望!

宋 宁

[illegible]

写给幼儿园老师

幼儿上幼儿园适应吗？

幼儿在幼儿园开心吗？

幼儿在游戏中的表现活跃吗？

幼儿在活动中能适度控制自己吗？

诸如此类的心理表现，告诉我们什么呢？

它能告诉我们幼儿心理成长中许许多多的信息。幼儿园老师，您能读懂这些信息吗？

它能告诉我们幼儿心理成长中需要哪些心灵的滋养。幼儿园老师，您可以给他们哪些心灵滋养呢？

它能告诉我们幼儿心理成长中需要什么样的心理辅导与帮助。幼儿园老师，您准备好给幼儿心理辅导与帮助的技能技巧了吗？

在班级中，幼儿教师不仅关注幼儿身体的安全与健康、智慧的开发与生长、品德的养成与优化，还要关注幼儿心理的培育与辅导。促进幼儿心理健康成长，是幼儿老师的职责，是幼儿教师必备的基本功。

要学会读懂幼儿的心理信息，要学会促进幼儿心理成长的心理教育技术，要学会对幼儿心理偏差进行辅导的心理教育技术，要学会开发和利用各种心理教育资源，开展丰富多彩、卓有成效的幼儿心理教育活动的技术。

也许您已经有了这方面的经验。本书，就是在您的教育经验的基础上，介绍一系列心理教育的操作技术。和您一起：树立幼儿心理教育的理念，掌握幼儿系列教育的技术，丰富幼儿心理教育的经验，提升幼儿心理教育的水平。

让我们一起探索，让我们一起努力，追求幼儿心理教育的美妙境界！

编 者





目 录

第一章 七彩心桥

——幼儿心理教育概述

第一节	幼儿心理教育的任务	1
第二节	幼儿心理教育的实践	7
第三节	幼儿园班级心理建设	11
专题一	在工作中获得心理成长	26

第二章 心理万花筒

——走进幼儿心理世界

第一节	幼儿心理成长的一般特点	30
第二节	幼儿心理信息的调查分析	36
第三节	幼儿心理世界的图式解读	46
专题二	3岁和4岁幼儿的行为与心理	72

第三章 心理快快长

——幼儿心理成长促进技术

第一节	利用五大领域促进幼儿心理成长	79
第二节	进行专项训练促进幼儿心理成长	114
第三节	开展主题绘画促进幼儿心理成长	157
第四节	通过儿童文学促进幼儿心理成长	174

专题三	5岁和6岁幼儿的行为与心理	193
-----	---------------------	-----

第四章 亲亲好宝宝

——幼儿心理偏差辅导技术

第一节	幼儿偏差行为辅导	199
第二节	幼儿人格偏向辅导	210
第三节	幼儿危机心理辅导	215
专题四	儿童的焦虑与心智发展	239

第五章 共同成长

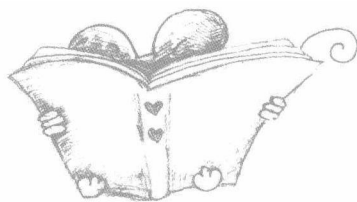
——幼儿教师和家长的心理成长

第一节	幼儿教师心理成长	245
第二节	家长心育能力的提升	253
专题五	发展幼儿的自省智能	262

第六章 健心资源库

——在活动中成长

第一节	开发智慧活动案例	270
第二节	情感教育活动案例	279
第三节	意志培养活动案例	288
第四节	个性发展活动案例	293



第一章 七彩心桥

——幼儿心理教育概述

幼儿园有座桥，
 叫“七彩心桥”。
 心理教育，
 架设起“七彩心桥”。
 一边连着教师的心灵，
 一边连着家长的心灵，
 一边连着幼儿的心灵。
 幼儿在“七彩心桥”上欢歌，
 幼儿走过“七彩心桥”，
 迈向心灵的理想！

第一节 幼儿心理教育的任务

一、幼儿心理教育的重要性

国务院颁布的《中国儿童发展纲要》强调：“儿童期是人的生理、心理发展的关键时期。为儿童成长提供必要的条件，给予儿童必需的保护、照顾和良好的教育，将为儿童一生的发展奠定重要的基础。”在幼儿园进行心理教育，正

是落实《中国儿童发展纲要》的重要措施。

在幼儿园进行心理教育，是幼儿生理健康成长的需要。生理是心理的基础，一方面生理成长会影响心理成长，另一方面心理的状况也会影响生理的健康。幼儿积极的思维活动，不仅会促进脑神经的发育，而且会促进肠胃等生理机能的良好发展。因而，通过心理教育，会促进幼儿心理的健康成长，有益于幼儿生理的健康成长。相反，如果忽视心理教育，致使幼儿出现心理问题，甚至导致心理疾病，同样也会对幼儿生理的成长造成障碍，有时甚至直接影响身体，引发生理疾病。

在幼儿园进行心理教育，是心理成长的需要。幼儿心理成长受到遗传、环境、教育诸多因素的影响。其中，教育起着极其重要的作用，而心理教育则是以幼儿的心理成长为主要任务的教育，是以幼儿心理最优化发展为主要追求的教育。教育科学的实验和许多幼儿园心理教育的实践证明：凡是心理教育开展得好的幼儿园，幼儿心理发展的状态都比较好，幼儿心理发展的水平都比较高，幼儿心理发展中的问题都比较少。幼儿园心理教育是幼儿心理成长的助推器、营养剂。

在幼儿园进行心理教育，是幼儿社会性成长的需要。幼儿的社会性成长包括品德的发展、知识的增长、信息的丰富、人格的完善等等。而这一切都必须以基本的心理基础为基础。生理与心理两大支柱，支撑起社会性发展的大厦。没有良好的生理素质，没有良好的心理素质，社会性发展就缺乏了根基。因而，心理教育不仅可以满足幼儿生理、心理发展的需要，而且可以满足幼儿社会性发展的需要。

总而言之，幼儿心理成长与幼儿的全面素质提高密切相关，幼儿心理教育是幼儿全面发展素质教育的重要组成部分。

二、幼儿心理教育的任务

幼儿进入幼儿园，就进入了相应的班级群体，他们在幼儿园的很多时间，都是在班级群体中度过的。可以说，幼儿园班级群体是对幼儿身心发展起关键



影响的因素。

根据幼儿身心发展的特点，发挥班级群体的优势，对幼儿进行心理教育，应该成为每一位幼儿园教师的重要职责。幼儿园班级心理教育的任务主要有四大方面：

（一）开发幼儿的心理潜能

每位幼儿都有丰富的心理发展潜能，脑科学的研究已经揭示，即使是最优秀的人才，也有20%以上的脑潜能没有得到很好的开发。婴幼儿时期，是脑潜能开发的最佳时期。通过心理教育的途径，开发幼儿心理潜能，是脑潜能开发的有效路径。

幼儿心理潜能的开发包括很多内容，但其中最重要的内容有：

1. 创造想象潜能的发展

幼儿是最富想象的。通过多种活动，让幼儿展开想象的翅膀，飞翔在想象的天空。在想象的飞翔过程中，开掘创造想象的潜力，锻炼创造想象的能力。激发创造想象的兴趣，让幼儿乐于想象，并且乐于进行与别人不同的想象。拓展创造想象的时空。在活动中，在游戏中，在玩积木的时候，在学习语言的时候，在涂鸦的时候，都能展开创造想象。不管做什么事，都能够“三字想联翩”。分享创造想象的经验。提供多样化的平台，让幼儿展示、交流、欣赏创造想象的经验。

2. 心理免疫潜能的发展

生理免疫能力强，就能够抵御病魔的侵入与破坏。心理免疫能力强，就能够抵御过强的心理刺激。同生理免疫能力一样，心理免疫能力成长的关键时期是在婴幼儿阶段。

心理免疫能力的核心要素是适应。一是适应自己。增进幼儿对自己的适应性。二是适应同伴。增进幼儿对同伴的适应性。三是适应环境。适应各种不同的环境，特别是对陌生环境、黑暗环境、幼儿园新环境的适应。四是适应群体。适应幼儿群体，逐渐适应相关的社会群体。如：外出旅游，对旅游群体的适应。五是适应家庭。增进幼儿对家庭的适应性。

（二）优化幼儿的心理品质

有的幼儿观察比较有条理，有的幼儿观察比较混乱；有的幼儿注意力比较集中，有的幼儿注意力难以集中。这些都反映出幼儿心理品质的差异性。心理教育的重要任务之一，就是培养幼儿良好的心理品质，使幼儿的心理品质不断得以优化。

1. 优化幼儿的认知品质

让幼儿的观察更细致，记忆更准确，想象更活跃，思维更丰富，注意更稳定。

2. 优化幼儿的情感品质

让幼儿情感更乐观，更稳定，让幼儿更有同情心，更有仁爱心，更有进取心。

3. 优化幼儿的意志品质

让幼儿更勇敢，更坚强，更能面对困难，更能面对挫折。

4. 优化幼儿的悦己品质

让幼儿更相信自己，更满意自己，更有自尊，更能自控。

5. 优化幼儿的个性品质

让幼儿保持好奇心理，具有探究心理；让幼儿性格更开朗，更活泼。

6. 优化幼儿的交往心理品质

让幼儿更乐于交往，更会交往；与同伴交往，与老师交往，与家长交往，与相遇的各种人交往。

7. 优化幼儿的学习心理品质

让幼儿更爱学习，更懂学习，更会学习。

（三）维护幼儿的心理健康

《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。”



幼儿心理健康的标志：心理健康的标准不像身体健康标准那样具体、详细。社会历史、经济、文化时代上的差异决定了心理健康标准只能是相对的。心理学家们从不同的角度对不同年龄层次人们的心理状况进行了评估。幼儿心理健康一般从以下几个方面来衡量：

1. 有正常的智力活动

幼儿参加任何活动，能表现出与其年龄相符合的行为和能力，如：求知欲强，好奇好问，爱观察，爱学习，爱幻想，有抱负，注意力比较稳定、集中，喜欢自己动手做事。

2. 乐于同人交往

乐于交朋友，待人热情，能和周围人友好沟通，富于同情心，心中有他人，能适应幼儿园的集体生活，在家里也能和家人和睦相处，心情愉快。富有同情心，心中有他人，会分享，会合作。

3. 情绪饱满愉快

对待事物能够表现出情绪安定、愉快，乐观向上。能够体验基本情绪，情绪反应与客观情境和年龄特征相吻合，对消极情绪有一定的控制能力。不会表现出对外界事物的淡漠、无动于衷或过度焦虑和恐惧。

4. 性格开朗活泼

心情开阔，天真活泼，乐观，积极向上，心地善良。性格特征良好是指幼儿在对现实的态度和日常的行为方式中表现出积极稳定的心理特征。具体表现为：对新事物感到好奇，勤奋好学；具有一定的自我意识，寻求独立，开朗，热情，大方，尊重他人，乐于助人，自信心强，有一定的独立性等。

5. 能够悦纳自己

自信心强，能努力做好力所能及的事，不怕困难，有初步的责任感。不自卑，有一定的独立性，喜欢独立做事，也爱表现自己。

6. 有良好的适应性

能主动地参加各项活动，生活自理能力较强，面对困难勇于克服。关心周围环境，对新环境能积极适应，遇到突发事情能够灵活应对。

7. 有正常的行为方式

(1) 行为举止与年龄特点相一致,如幼儿就要像幼儿,不能过于老成,不能失去幼儿的天真、淘气、顽皮。

(2) 行为方式与社会“角色”相一致。如整天无忧无虑,对周围事物、现象感兴趣,有好奇心和求知欲。爱父母长辈、老师和同伴等。

(3) 反应强度与刺激强度相一致。如该激动时激动,不因琐事而发脾气,该冷静时就冷静。

(4) 行为总体上相一致,不是忽冷忽热、喜怒无常。

(四) 疏导幼儿心理问题

幼儿出现的心理问题,需要教师进行心理辅导,而心理辅导的本质是一个疏导的过程,其中“疏”意在宣泄情绪,“导”旨在深化领悟。换言之,幼儿心理问题的解决需要从宣泄郁闷情绪入手,再经过不断引导,促使幼儿走出困扰问题,改变不良行为。

1. 宣泄情绪

宣泄是指幼儿将自己郁积的不良情绪倾诉给教师的过程。它是一种发泄痛苦的方式。幼儿通过宣泄,可有效地摆脱不良情绪体验对个人精神状态所带来的压力,宣泄还可以增强幼儿克服困难的决心和信心。另一方面,宣泄还是教师深入了解幼儿心理不适和心理障碍的重要条件,它可以增进教师对幼儿的了解及幼儿对教师的尊重,使幼儿和教师建立起有效的沟通。幼儿在宣泄的过程中会对自己的不良情绪自我调节,产生积极的心理平衡的效果。

2. 引导认识

引导认识是为了深化感悟。心理教育的一个重要目标是引导幼儿积极看待自己所经历的挫折和困难,而不是加以回避。在此过程中,教师通过不断地提问、讨论等手段促使幼儿从不同的角度认识、领悟自己的不快经历,勇于面对现实,提高自信心。在引导幼儿自我领悟的过程中,教师应该起到一种启发者、推动者的作用,切忌变成说教者、包办者。在引导幼儿认识时,要注意以下几个方面:

(1) 启发与领悟相结合。幼儿在教师的启发帮助下,认识自己心理不适与



不良情绪产生的过程,积极地自我调节,从而改变其中某些偏见与消极的行为方式,防止和减弱不良情绪对身心的危害。在此过程中,教师的启发和幼儿的领悟是互为促进的。

(2)直接引导与间接引导相结合。直接引导是指教师在谈话中向幼儿提出一些明确的问题来加以讨论。间接引导是指教师通过一般的提问与某些体态语言的表示来推动幼儿表露自我。幼儿教师无论是采取直接引导,还是采取间接引导,都应注意不要自以为是,强加于人,如若这样就不能有效促进幼儿的自我成长。

第二节 幼儿心理教育的实践

一、幼儿心理教育的实践原则

教师是影响幼儿心理发展的重要因素,教师对幼儿心理发展的引导在相当程度上决定着幼儿心理发展的水平。因此,确立教师了解幼儿心理发展的基本原则,有利于教师在深入认识的基础上自觉加以运用,提高教师的指导水平和指导的有效性。

1. 情感支持原则

情感支持原则是指教师与幼儿在日常交往中,积极建立双向接纳和爱的情感联系,并在教育过程中有意识地以积极的情感感染幼儿,促进幼儿心理发展。其核心内容包括以下两方面:一是教师对幼儿持有温暖、关爱、支持、接受和尊重的基本情感态度,努力与幼儿建立起互相接纳、爱和关心的情感联系。二是教师在教育过程中要有意识地以自身的积极情感投入来影响、带动幼儿,教育幼儿并与幼儿取得情感上的共鸣。

2. 行为强化原则

行为强化原则是指在对幼儿进行心理教育的过程中,教师不仅要重视向幼

儿传递知识、观念，更重要的是要注意引导、帮助幼儿将其在特定教育或情境中学到的认知、行为迁移到更广泛的日常生活中去，让他们在实际生活活动中实践、锻炼，把相应的观念、认识、情感等转变为行为，通过游戏活动让幼儿体验各种情绪，建立良好的人际关系，使其成为幼儿行为习惯的一部分，从而提高幼儿的心理发展水平，同时也预防和干预幼儿的心理与行为问题。

3. 榜样作用原则

榜样作用原则是指教师通过自身行为及幼儿行为等向全体幼儿提供行为典范，影响幼儿心理发展。教师必须非常重视自身对幼儿的影响，从观念、价值选择、心理行为特征到言行举止，对幼儿发挥潜移默化的影响作用。教师在日常的工作中还应注意观察、了解幼儿间的同伴交往及其行为，及时、有意地为幼儿树立积极的榜样，随时发现可能发生的问题，以免对幼儿心理发展产生消极影响。

4. 随机教育原则

随机教育原则是指教师在幼儿日常生活交往中随时随地抓住有利时机对幼儿进行即时教育。换言之，就是对幼儿日常生活、活动、交往中存在的偶发事件、情境中的可能教育机会充分利用，发挥其潜在的教育意义。因此，教师必须做一个发现有利教育时机的有心人，同时在观念中必须有明确的教育目的、意识，有随机教育中策略和方法意识，通过提问、话语、表情等引导幼儿积极参与到情境、事件中，启发幼儿展开思考、分析、讨论，对幼儿的积极行为及周围的良好现象进行适时、恰当的正强化，促使幼儿良好的心理品质的形成。

5. 面向全体原则

幼儿心理健康教育要面向全体幼儿，心理健康教育的设施、计划、组织活动都要着眼于全体幼儿的心理健康发展。以全体幼儿的心理健康水平和心理素质的提高为幼儿心理健康教育的基本立足点。

二、 幼儿心理教育的实践途径

幼儿园心理教育以丰富知识、改进态度、传授方法、形成习惯为主线，一

