


学前儿童 心理健康教育



XUEQIAN ERTONG XINLI JIANKANG JIAOYU

郑春玲 主编

毛玲 彭皓 奚向萍 副主编

 中央广播电视大学出版社

学前儿童心理健康教育

郑春玲 主 编
毛 玲 彭 皓 奚向萍 副主编

中央广播电视大学出版社

北 京

图书在版编目-(CIP)数据

学前儿童心理健康教育/郑春玲主编. —北京:中央广播电视大学出版社, 2012. 8

ISBN 978-7-304-05704-6

I. ①学… II. ①郑… III. ①学前儿童—心理健康—健康教育 IV. ①G615

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第193803号

版权所有, 翻印必究。

学前儿童心理健康教育

郑春玲 主编

毛玲 彭皓 奚向萍 副主编

出版·发行:中央广播电视大学出版社

电话:营销中心 010-58840200 总编室 010-68182524

网址: <http://www.crtvup.com.cn>

地址:北京市海淀区西四环中路45号 邮编:100039

经销:新华书店北京发行所

策划编辑:袁玉明 马建利

版式设计:赵洋

责任编辑:刘桂伟

责任版式:韩建冬

责任印制:赵联生

责任校对:王亚

印刷:北京市平谷早立印刷厂

印数:0001~4000

版本:2012年8月第1版

2012年8月第1次印刷

开本:185mm×230mm

印张:8.75 字数:172千字

书号:ISBN 978-7-304-05704-6

定价:19.00元

(如有缺页或倒装,本社负责退换)

前 言



儿童是祖国的未来和希望，学前阶段是儿童身心发展的关键时期。开展学前儿童心理健康教育，是促进学前儿童身心正常发育和发展、使其健康快乐成长的重要策略，对预防学前儿童的身心疾病、全面提高学前儿童的基本素质有重要意义。心理专家也曾表示，在成人中诊断出的心理或精神问题，有50%的源头都在儿童时期。由此可见，儿童的心理健康水平对其一生有重要的影响。

本书旨在使学前儿童教育工作者初步掌握幼儿园教学工作必备的心理健康教育知识，特别是学前儿童心理发展的年龄特点及其外在表现，提高他们运用这些知识解决实际教学问题的能力。本书也适用于小学教育工作者和对学前儿童心理感兴趣的读者。

本书共八章，第一章简要介绍了学前儿童心理健康教育的一般问题；第二章和第三章说明了影响学前儿童心理健康的因素和学前儿童心理发展的特征；第四章至第七章从与学前儿童心理发展密切相关的认知、情绪和情感、社会性、游戏四方面详细阐述了这些因素与学前儿童心理健康之间的关系；第八章针对学前儿童常见的行为问题进行了分析，并提出了相应的建议和对策。

本书的主编郑春玲系湖北广播电视大学老师，其对初稿的酝酿和撰写起始于三年前。在写作的过程中，编者又查阅了大量的国内外关于学前儿童心理健康教育的资料，吸纳新信息，并在心理健康教育实践和科研的基础上，听取有关专家的意见，重新构建了本书的理论体系和内容框架，对初稿做了全面的删改和重写。在本书付梓之际，首先要感谢湖北大学心理学教授程刚，她为本书的编写提供了详尽的理论指导；也要感谢空军武汉指挥所蓝天幼儿园老师毛玲、华中师范大学附属小学老师彭皓、华中师范大学附属幼儿园老师奚向萍等众多的老师和同行，他们为本书提供了大量的素材和案例。

由于学前儿童心理健康教育具有极强的综合性，所以运用多学科的理论和方法对其进行分析和研究有很大的难度，加之作者水平有限，书中难免有疏漏之处。直至本书定稿时，编者仍感觉存在很多遗憾和不足，因此还恳请各位读者不吝指正。

编 者

2012年6月

目 录



第一章 绪 论	1
第一节 学前儿童心理健康教育的研究对象、目的和内容	1
一、学前儿童心理健康教育的研究对象	1
二、学前儿童心理健康教育的目的和内容	2
第二节 学前儿童心理健康概述	4
一、学前儿童健康	4
二、学前儿童心理健康	5
三、判别学前儿童心理是否健康时应注意的问题	8
第三节 学前儿童心理健康教育的要求、原则及特点	9
一、学前儿童心理健康教育的要求	9
二、学前儿童心理健康教育的原则	11
三、学前儿童心理健康教育的特点	14
第四节 学前儿童心理健康教育的现状及途径	15
一、学前儿童心理健康教育的迫切性	15
二、学前儿童心理健康教育的意义	17
三、学前儿童心理健康教育的途径和方法	18
第二章 影响学前儿童心理健康的因素	22
第一节 影响学前儿童心理健康的生物学因素	22
一、遗 传	22
二、孕期状况	24
三、其他因素	24
第二节 影响学前儿童心理健康的心理因素	25
一、需 要	25
二、动机冲突	26

三、自我意识	27
四、情绪	29
五、气质	29
第三节 影响学前儿童心理健康的社会因素	30
一、家庭	31
二、幼儿园	33
第三章 学前儿童心理发展特征概述	36
第一节 学前儿童心理发展的一般特征	36
一、心理随年龄的增长而逐渐发展	36
二、认识活动以形象性为主	37
三、心理活动以无意性为主	38
四、情感由易变、外露开始向稳定、有意识地控制自己的方向发展	39
五、个性开始形成,表现出初步稳定的个性倾向性	40
第二节 学前儿童心理发展的年龄特征	40
一、3岁前儿童心理发展的年龄特征	41
二、各年龄段学前儿童心理发展的年龄特征	45
第四章 认知与学前儿童心理健康	51
第一节 注意与学前儿童心理健康	51
一、注意及其对学前儿童的意义	51
二、学前儿童注意发展的主要特征	53
三、学前儿童注意发展中容易出现的问题及促进注意发展的策略	55
第二节 感知觉与学前儿童心理健康	58
一、感知觉的概念	58
二、学前儿童感知觉发展的主要特征	59
第三节 记忆与学前儿童心理健康	62
一、记忆的概念	62
二、学前儿童记忆发展的特点	63
三、帮助学前儿童提高记忆的策略	65

第五章 情绪、情感与学前儿童心理健康	66
第一节 情绪、情感及其在学前儿童心理健康中的作用	66
一、情绪和情感的内涵、区别与关系	66
二、情绪、情感在学前儿童心理发展中的作用	68
第二节 学前儿童情绪、情感的发展	69
一、学前儿童情绪、情感发展的特点	69
二、学前儿童几种基本情绪的发展	72
第三节 学前儿童情绪、情感的影响因素及发展策略	74
一、影响学前儿童情绪、情感的因素	74
二、帮助学前儿童克服不良情绪的策略	76
第六章 社会性与学前儿童心理健康	78
第一节 学前儿童社会性发展的意义与内容	78
一、社会性发展的含义及其对学前儿童发展的意义	78
二、学前儿童社会性发展的内容	81
第二节 学前儿童人际关系的发展	81
一、亲子关系的发展	81
二、同伴关系的发展	87
第三节 学前儿童性别行为的发展	93
一、性别差异	93
二、性别角色与性别行为	94
三、学前儿童性别行为发展的阶段与差异性	94
第四节 学前儿童亲社会行为的发展	95
一、亲社会行为的形成	96
二、亲社会行为的发生与发展	96
第七章 游戏与学前儿童心理健康	98
第一节 学前儿童游戏的发展	98
一、学前儿童游戏的发展阶段	98
二、我国常见的游戏分类	102

三、学前儿童游戏的基本特征	104
四、对学前儿童游戏认识的误区	106
五、游戏对学前儿童心理发展的意义	106
第二节 游戏与学前儿童认知的发展	108
一、游戏与学前儿童语言的发展	109
二、游戏与学前儿童创造力的发展	109
第三节 游戏与学前儿童社会性的发展	111
一、游戏是自我意识发展的催化剂	111
二、游戏让学前儿童逐渐学习从他人的角度看问题	111
三、游戏能促进学前儿童自我调适能力的发展	112
四、游戏促进了学前儿童的同伴交往	112
五、游戏能提高学前儿童的亲社会行为	113
第四节 游戏与学前儿童情绪、情感的发展	113
一、游戏与学前儿童的情绪体验	113
二、游戏与学前儿童的情感发展	114
第八章 学前儿童常见的行为问题	116
第一节 学前儿童行为问题概述	116
一、学前儿童行为问题的界定、分类与表现	117
二、学前儿童行为问题的矫治	118
三、学前儿童行为问题的早期发现及其意义	119
第二节 几种常见的学前儿童行为问题	120
一、情绪问题	121
二、睡眠问题	123
三、咬指甲	125
四、吮吸手指	125
五、口吃	126
六、多动症	128
七、攻击性行为	129
八、性别角色错位	130
参考文献	131

第一章 绪 论

内容概要

本章主要介绍了学前儿童心理健康教育的一些基本问题，包括学前儿童心理健康教育的研究对象、目的和内容，学前儿童心理健康概述，学前儿童心理健康教育的要求、原则及特点，学前儿童心理健康教育的现状及途径，为“学前儿童心理健康教育”这门课程建立了一个简要的框架。

三至六七岁的学前儿童正处在心理成长发展的关键时期，但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，因此很容易受环境等不良因素的影响，形成不健康的心理。学前儿童的心理健康与否，将会对他们的认识、情感、个性、道德和社会适应性等的发展产生极其深刻的、有时甚至是难以逆转的影响。学前儿童心理健康教育是国民素质教育的一个重要组成部分，它不仅为儿童小学阶段的学习、生活做好准备，更为他们一生的发展、成才在心理和人格素质方面打好基础。

第一节 学前儿童心理健康教育的研究对象、目的和内容

一、学前儿童心理健康教育的研究对象

学前儿童又称“幼儿”，指的是尚处于人生发展早期阶段的儿童。对“学前儿童”的界定，从狭义来讲，是指三至六七岁，在幼儿园进行学习和生活的儿童；从广义来讲，是指出生至入学前，包括婴儿期（三岁以前）和幼儿期（三至六七岁）的儿童。目前国际上的“幼儿心理学”或“学龄前儿童心理学”往往是从广义上的“学前儿童”来阐述的。本书的研究对象则是以三至六七岁、在幼儿园生活和学习的儿童为主，以其他年龄的儿童为辅。

在具体的表述中，本书使用的是狭义的“学前儿童”的概念，但有时也会用“幼儿”代替“学前儿童”，这一方面是为了适应目前一些约定俗成的说法，另一方面也是为了方便读者的阅读和理解。

学前时期是幼儿个体生长发育快、发展变化迅速的时期，这一时期的幼儿在心理上具有可塑性强的特点，因此备受心理学家和教育专家的关注。在这个时期，幼儿的生理机能不断发展，身高、体重明显增加，神经系统、大脑皮质的结构和机能也不断成熟和完善，这些都为学前儿童的心理发展提供了物质基础。学前儿童在环境和教育的影响下，在以游戏为主导的各种活动中，心理发展异常迅速，与婴儿期相比有了质的飞跃。

学前儿童虽然还没有开始系统地学习知识和接触社会，但他们通过游戏、与父母和同伴互动等方式开始学习生活和发展自我，这些活动直接刺激了他们在身体和精神领域的发展和变化。学前教育工作者除了要学会照看儿童和传授知识、技能之外，还应该学会在自己的教学过程中关注学前儿童的心理，关心他们在心理上的健康成长，并能为他们提供相应的支持和帮助。奥地利心理学家弗洛伊德（S. Freud）、美国心理学家华生（J. Watson）以及瑞士儿童心理学家皮亚杰（J. Piaget）等心理学大师都意识到儿童生命早期的心理健康状况对其日后成长的重要影响。正因为如此，学前教育工作者们应该掌握并运用有关儿童心理健康与辅导方面的知识，这不仅仅是出于专业学习或研究的需要，更重要的是它们能促进学前儿童在各方面健康成长。

二、学前儿童心理健康教育的目的和内容

（一）学前儿童心理健康教育的目的

学前儿童心理健康教育是运用心理学的原理与方法，根据学前儿童的年龄特征，有目的、有计划地预防和矫治学前儿童的行为和心理偏差，培养其健康心理品质的教育。它是学前儿童心理教育的重要组成部分。

学前儿童心理健康教育的目的是培养学前儿童良好的情绪、行为方式、性格、习惯和社会适应能力，对学前儿童的行为偏异、心理障碍、心理疾病进行早期预防和矫治，使学前儿童的智能、情感、性格、习惯、行为方式与周围的环境平衡协调，以形成健康的心理素质。

从发展的角度来看，学前儿童心理健康教育的目标具体包括以下内容：

（1）使学前儿童具有良好的自我意识，增强其自我调控、承受挫折、适应环境的能力，提高学前儿童的自信心，培养其独立性和坚持性。

(2) 培养学前儿童积极、乐观、开朗的性格。

(3) 培养学前儿童的交往能力和关爱他人的品格。学前儿童不仅要学会关心自己、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。

(4) 培养学前儿童广泛的兴趣，保持其好奇心，激发其求知欲；训练学前儿童的思维，开发其智能和创造性。

(5) 能对有心理行为问题的学前儿童进行科学、有效的心理辅导，对有可能出现问题的学前儿童及早进行心理教育和干预，防止问题的发生。

(6) 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。

(二) 学前儿童心理健康教育的内容

作为一门理论与实践相结合，但又侧重于实际应用的学科，学前儿童心理健康教育的主要内容是帮助学前儿童学习表达和调节情绪、情感的方式，学习社会交往的技能，学习独立生活和学习的能力，学习养成良好的习惯；对学前儿童进行合适的性教育；预防和矫治学前儿童中一些常见的心理障碍和行为异常，培养学前儿童的自我保护能力，提高其心理健康水平。

1. 学习表达和调节情绪、情感的方式

情绪、情感是影响学前儿童心理健康的一个重要因素。学前儿童的情绪、情感具有易变换、易冲动、易传染、易外露的特点，他们对情绪、情感的控制还存在一定的困难，有时也不知道该怎样正确地表达自己的情绪、情感体验。因此，在教育过程中，教师要教会学前儿童正确认识、理解、评价各种引发情绪、情感反应的情境；要让学前儿童知道只有提出合理的要求才能得到满足，而不合理的要求必定是不能被满足的；要让学前儿童学会用语言和非语言（神态、表情、动作等）的方式表达自己的情绪、情感；要培养他们控制、调节情绪、情感的能力。

2. 学习社会交往的技能

对归属、爱以及尊重的需要是人类的基本需要。学前儿童这种需要的满足更多地是从同伴和集体中获得的，需要的满足又会进一步促使他们与周围的人和物进行交往，这种社会交往能力的形成对学前儿童心理健康的发展十分重要。因此，在教育过程中，要让学前儿童学习感知他人的情感，并能用合适的方式给予回应；要让学前儿童学习轮流分享、互助合作等技能；要使学前儿童能达成与同伴及相关成人、周围现实环境的协调和适应；要使学前儿童能懂得基本的礼貌、礼节。

3. 学习独立生活和学习的能力

独立性的培养起始于学前阶段，针对这一阶段儿童渴望“独立”的需要，在教育中要让他们学会自己的事情自己做，不依赖他人；要使他们学会在日常生活中有主见，学习独立思考并解决问题；要让他们学习自我保护的常识和技能；要帮助他们体验独立自主、获得成功的喜悦，培养其独立的个性心理品质。

4. 学习养成良好的习惯

习惯是一定情况下比较固定的、完成某种动作的自动化的倾向，是一种信念和行为的定势，具有稳定、持久的特点。培养学前儿童良好的习惯，对其一生将会产生积极的影响。学前教育阶段主要是培养学前儿童良好的生活习惯、卫生习惯和行为习惯。

5. 得到合适的性教育

学前儿童对自己的性别的认识，对自己在社会生活中应起的作用的认识，以及性意向的发展，是他们社会化发展的一个重要部分。这一发展的结果，不但影响其儿童期的心理活动和行为特点，而且关系到其最终形成的个性，从而影响他们的一生。儿童早期性教育的内容主要是培养他们正确的性别同一性和恰当的性别角色，让他们正确地了解有关性的问题。

6. 预防心理障碍和行为异常

学前教育工作者要依照心理健康的相关标准，通过调查、观察、筛查和诊断等方法，及早发现学前儿童各类行为问题、心理障碍和心理疾病，确定问题的性质，采取有针对性的措施，对学前儿童进行早期教育、早期干预或早期治疗。

第二节 学前儿童心理健康概述

一、学前儿童健康

（一）健康的含义

1946年，世界卫生组织（World Health Organization, WHO）在《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。我国发展心理学家林崇德等主编的《心理学大辞典》将健康的状态概括为以下三方面的标准：

（1）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。

(2) 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。

(3) 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。

(二) 学前儿童健康的含义

2001年教育部颁布的《幼儿园教育指导纲要(试行)》中明确规定:“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。我国儿童教育家陈鹤琴先生曾明确提出,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)对“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,那么他即使得到了种种别的东西也是枉然。

学前儿童健康是指学前儿童保持持续、正常的发展状态。学前时期儿童身体组织的大小、功能、效能绝大多数处于增长阶段,但由于学前儿童个体的遗传素质、环境条件的不同,无论在身体的形态还是机体的功能方面都存在个体差异,即使在同性别、同年龄的群体中,每个学前儿童的发育速度、体型特点、达到成熟的时间等也各不相同。因此,只要学前儿童生长发育经历的过程符合人类个体的成长规律,只要学前儿童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,拥有生命健康权是每一个学前儿童的权利,而维护学前儿童的生命安全、身体健康则是法律赋予我们每一位成人的义务和责任。

二、学前儿童心理健康

(一) 心理健康的含义

一般来说,心理健康标志着人的心理调适能力和发展水平较高,即人在内部和外部环境变化时,能持久地保持正常的心理状态,是诸多心理因素在良好态势下运作的综合体现。但究竟什么是心理健康?这个问题在学术界至今还尚未有定论,目前大家较为认可的定义有以下几种。

1946年第三届国际心理卫生大会曾给“心理健康”做了这样一个定义:心理健康是指在身体、智能以及情感上能保持同他人的心理不相矛盾,并将个人心境发展成为最佳的状态。

美国心理学家英格利希 (H. B. English) 认为, 心理健康是指一种持续的心理状态, 当事者在那种情况下能做良好适应, 具有生命的活力, 而且能充分发展其身心的潜能, 这乃是一种积极的、丰富的状况, 不仅是免于心理疾病而已。

《简明不列颠百科全书》将心理健康解释为: 心理健康是指个体心理在本身及环境条件许可范围内所能达到的最佳功能状态, 但不是十全十美的绝对状态。

伍新春主编的《心理健康教育概论》中指出, 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, 提出了以下四种判断方式:

- (1) 正常即健康状态, 以有无心理疾病为判断标准。
- (2) 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, 处于正态分布中间范围的属正常。
- (3) 正常即理想状态, 用以评价行为而非描述行为。
- (4) 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:

- (1) 情绪稳定, 无长期焦虑, 少心理冲突。
- (2) 乐于工作, 能在工作中表现自己的能力。
- (3) 能与他人建立和谐的关系, 且乐于与他人交往。
- (4) 对自己有适当的了解, 且有自我悦纳的态度。
- (5) 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。

(二) 学前儿童心理健康的含义

综合上述对心理健康的各种界定, 一般认为, 学前儿童心理健康是指学前儿童的心理发展达到相应年龄组儿童的正常水平, 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, 学前儿童心理健康的重要标志是情绪反应适度、自我体验愉悦、社会适应良好、心理发展达到相应年龄组儿童的正常水平。学前儿童的心理可以从动作、认知、情绪、人际关系、性格特征、自我意识等方面来进行衡量。

1. 动作发展正常

动作是反映儿童生长发育的指标, 也是制约儿童心理发展的因素之一。皮亚杰认为, 动作是儿童智力的起源。个体动作的发展与脑的形态及功能的发育是密切相关的。因此, 学

前儿童躯体大动作和手指精细动作的发展水平是否处于正常范围，是其心理健康与否的重要标志。

(1) 学前儿童躯体大动作发展的大致时间如下：

2~3岁：走路更有节奏；由疾走转变为跑；做跃起、向前跳跃和接物动作时，上身运动仍显僵硬；能边走边推玩具小车，但经常把不住方向。

3~4岁：能双脚交替地上楼梯，但下楼梯时须用单脚引导；当做向上、向前跳跃动作时，上身显得较灵活；有时要依靠上身做扔物和接物的动作，如仍然需要依靠胸部才能接住一个球；能双手扶把踩三轮小童车。

4~5岁：能双脚交替地下楼梯；能跑得很稳；能用单足飞快地跳跃；能依靠躯体的转动和改变双脚的重心去扔球；仅依靠双手就能拦住球；能飞快地踩三轮童车，方向也把握得很稳。

5~6岁：奔跑的速度越来越快；飞跑时也跑得很稳；能做真正的跳跃动作；表现出成熟的扔物和接物动作模式；能踩带有训练轮子的自行车。

(2) 学前儿童手指精细动作发展的大致时间如下：^①

2~3岁：能做简单的穿衣和脱衣的动作；会拉开和拉上大的衣服拉链；能成功地用小匙吃饭。

3~4岁：会扣上和解开衣服大扣子；已学会自己吃饭；会使用剪刀；会模仿画出垂直的线段和圆圈；开始会画人，但画出的是蝌蚪式的人。

4~5岁：能用剪刀按直线剪东西；能模仿画出矩形、“十”字形；会写字母。

5~6岁：能系鞋带；画人能画出人体的六个部分（头、躯干、双手和双脚）；能模仿写出数字和简单的字。

2. 认知活动积极

一定的认知能力是学前儿童学习与生活的重要前提，这是因为，正常的认知水平是儿童与周围环境取得平衡和协调的基本心理条件。从客观上来看，学前儿童的认知发展水平会表现出一定的个体差异，但如果某儿童的认知水平明显低于同年龄儿童，且不在正常的范围内，那么该儿童的认知能力是低下的，心理也是有问题的。儿童的积极认知活动一是表现为各种认知心理机能的发展，如感知能力、注意能力、记忆能力和思维能力等的发展；二是表现为知识领域的发展，如数、时间、空间、运动、速度、因果等儿童认知不同领域的发展。

^① 方富熹，方格，林佩芬：《幼儿认知发展与教育》，61页，北京，北京师范大学出版社，2003。

3. 情绪积极向上

积极的情绪状态反映了个体中枢神经系统功能的协调性，也表明个体的身心处于良好的平衡状态。学前儿童的情绪具有很大的冲动性和易变性，但随着年龄的增长，其情绪的自我调节能力有所加强，稳定性逐渐提高，并开始学习合理地疏泄消极的情绪。如果某个学前儿童经常表现出消极的情绪状态，如闷闷不乐，或一触即发、暴跳如雷，那么该儿童的心理就可能存在某些方面的问题。

4. 人际关系融洽

学前儿童之间的交往活动是一种全新的人际关系的体现，它既是维持学前儿童心理健康的重要条件，也是学前儿童获得心理健康的必要途径。心理健康的儿童乐于与人交往，能与同伴合作，也能跟同伴快乐地游戏；而心理不健康的儿童，其人际关系往往是失调的，他们或远离同伴，或攻击同伴，成为同伴群体中不受欢迎的人。

5. 性格特征良好

性格是个性最核心、最本质的表现，它反映在个体对客观现实的稳定态度和习惯化了的行为方式中。心理健康的学前儿童一般具有热情、勇敢、自信、主动、合作等性格特征，而心理不健康的学前儿童往往具有冷漠、胆怯、自卑、被动、孤僻等性格特征。

6. 自我意识良好

自我意识在学前儿童的个性形成中有重要的作用，它反映在学前儿童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。心理健康的学前儿童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；而心理不健康的学前儿童常常具有自卑、被动、偏激、执拗等特征。

三、判别学前儿童心理是否健康时应注意的问题

以上对学前儿童的心理健康进行了说明，但在实际的生活和工作中，在判别学前儿童心理是否健康时，还要注意以下几方面的内容：

第一，心理不健康与有不健康的心理和表现不能等同。心理不健康是指一种持续的不良状态，偶尔出现一些不健康的心理和行为并不等于心理不健康，更不等于已患上心理疾病。所以，不能仅按一时一事就简单地给学前儿童做出心理不健康的结论。

第二，心理健康与不健康之间没有绝对的界限。良好的心理健康状态与严重的心理疾病之间有一个广阔的过渡带。在某些情况下，它们主要存在程度上的差异。

第三，心理健康的状态不是固定不变的，而是一个动态变化的过程。随着学前儿童的成

长、经验的积累和环境的改变，其心理状况也会随之发生改变。所以，我们所做的每一次判断只能反映学前儿童在某一段时间内的心理健康状态。

第四，心理健康标准只是一种理想尺度。我们在实践中可能会发现，完全符合心理健康标准的学前儿童并不多。因为心理健康标准与生理健康标准一样，高度符合的人并不多，但它是一个人在心理发展过程中努力的方向。作为学前教育工作者，我们应具体判断学前儿童的心理健康水平，应因人、因事、因时做具体分析，并且要帮助他们为达到这个理想标准而努力，从而使他们具有健康的心理和健全的人格，并充分发挥其潜能。

第三节 学前儿童心理健康教育的要求、原则及特点

学前儿童心理健康教育是根据学前儿童生理、心理发展特点，从实际需要出发，运用有关心理学与教育学的基本原理，通过多种途径、方法和手段，有目的、有组织、有计划地对学前儿童的心理素质和各方面进行积极教育与辅导，培养其良好的心理素质，最终促进其身心和谐发展和素质全面提高的教育活动。因此，对学前儿童进行心理健康教育时要遵循一些要求和原则。

一、学前儿童心理健康教育的要求

1. 体察学前儿童的内心感受

为了使学前儿童的身心得到全面、和谐发展，家长和幼儿教师需要具有正确评价学前儿童心理健康和了解学前儿童心理特征的能力，特别是要具有体察学前儿童的内心感受的能力。

例如，某幼儿走到老师面前说自己想喝水，老师很亲切地抚摸他的头，然后说：“去饮水机那里接吧。”紧接着，这名幼儿一连三次走到老师面前说要喝水，这引起了老师的注意。原来幼儿不是要喝水，而是希望能够引起老师的注意，让老师抚摸他的头，这是幼儿对爱的需要。

著名的意大利教育家蒙台梭利（Montessori）在她所著的《童年的秘密》一书中记载了她在一次旅行中的经历。在旅行途中，一名1岁半的幼儿哭闹不停，大家都在帮助这位母亲哄孩子，但是都没有效果。而蒙台梭利走过去，帮助母亲把放在手臂上的衣服穿好，小孩立即停止了哭闹。蒙台梭利根据自己多年对儿童的观察，了解到这名幼儿正处于秩序敏感期，