

重视教师的心理健康是 幼儿园管理的重要内容

□ 福建泉州/吴宝珊

随着认识能力的提高,今天的人们已经认识到健康包括“身体”(生理)和“精神”(心理)两个方面。联合国世界卫生组织将健康定义为:不仅指没有疾病或虚弱的现象存在,进而还指每个人在生理、心理以及社会适应方面的完满状态。幼儿教师肩负着培养一代新人的重任,她们的心理健康,直接关系到幼儿的健康成长,关系到幼儿园的教育质量。因此,作为幼儿园的管理者,必须重视幼儿教师的心理健康问题,了解她们的心理特点,创设条件不断改善她们的内心状态,以促进她们心理健康发展。

首先,了解教师的心理特点。管理过程是一个复杂的心理活动过程。要促进教师的心理健康发展,必须了解她们的心理特点,才能据此开展有针对性的健康教育工作。我常年工作在女教师中间,本人也是女教师出身,所以非常清楚幼儿教师的心理特征。她们具有做事认真、情感丰富、竞争意识强、好学、细心等良好的心理特征。同时,妒忌心强、斤斤计较、话多、疑心等不良心理表现也是她们应该改善的,如果我们能充分利用其优良的心理品质,将极大地促进幼教事业的发展。根据女教师的这些心理特点,我园开展了“优化组合”活动,各种课题研究小组为教师提供了更多的学习空间,锻炼的舞台,发挥了教师的优势,克服了不良心理的表现。

其次,不断改善教师的内心状态。教师的角色具有多元性、变动性和冲突性等特点,这些特点是必然存在着的。我们在管理中,必须结合这些特点,思考如何因势利导,如何做好“畅通工程”,以改善因教师角色的不稳定给教师的内心带来的冲击。轰轰烈烈的幼教改革对教师的教育观念、教育行为、教育成效都提出了新的更高的要求,这无形中增加了教师的工作力度,而教师新旧观念的转换是个痛苦的过程,这无疑又对她们内心产生极大的冲击。作为管理者,如果不能充分地理解、帮助教师,不能想方设法减轻她们的压力,就有可能使教师产生心理问题。为此,我们应做到以下几点:

(1)让教师愉快地接纳教师身份。无论从事什么工作,都必须首先承认自己的职业身份,按照自己的职业身份所规定的要求从事专业活动。同样地,教师只有在思想上承认自己的职业身份,按教师的标准去要求自己,才能对教师工作充满信心,自觉抵制外界因素对教师工作的不良刺激。我园通过开展师德演讲会、“奥运精神激励着我”的座谈、“个人发展规划”等活动,不断强化教师的职业意识,使教师深感自己的责任重大,认识到教师的职业是无上光荣的,以作为一名幼儿教师而自豪。

(2)不断改善教师的心理环境。一个教师具有乐观积极的自身心理环境,就会对教育工作充满信心,对幼儿感兴趣,以工作的劳苦为欢乐;反之,当一个教师的心理环境处于消极状态,她的情绪、教育行为就会有异常表现,对教育教学工作会产生负面影响。为此,我园重视改善教师的心理环境,让教师看到自身的进步,从而对自己的工作充满信心。我们经常帮助教师分析自己的优缺点,指导教

师注意扬长避短。在工作评价方面,重视客观、公开、公平、公正,为教师积极地工作创设良好的精神氛围。同时,注意将“奖惩性评价”逐步转变为“发展性评价”,使教师看到自己每个阶段的进步与发展,让教师在工作中找到努力的方向,看到了成功,感受成就感,从而激励教师不断努力进取。

(3)重视改进教育的人际关系。教育的人际关系主要是指教师与幼儿、教师与家长、教师与教师、教师与领导等之间的关系。这些人际关系构成了教师工作、生活的特殊环境,也是教师心理健康的重要条件。积极的人际关系的重要标志是“平等”,只有平等,才能心顺,而心顺心理自然就健康。因此,我园积极倡导“平等”两个字,教师与幼儿是“平等”的,他们之间是在探究中共同成长;教师与家长是“平等”的,他们是“教育的合作伙伴”;领导与教师是“平等”的,他们是一个学习的共同体。教师与教师是“平等”的,他们是同一条“战壕”里的“战友”。教师要用儿童的眼光去分析幼儿,改善自己的教育行为;教师之间应建立互帮互学制度,互相取长补短,共同提高,形成一个团结、健康的学习工作氛围,使教师的心态处于“平稳”的状态。

(4)重视教师心理健康。虽然幼儿教育与其他职业相比性质较单纯,园内的人际关系也相对简单,但教师心理健康水平的高低也不是一成不变的。特别是在社会大变革的今天,教师更容易被一系列不容回避的社会问题所困扰,造成心理状态失衡,导致心理健康水平下降。我园注重这方面工作,开展了心理健康咨询、心理健康讲座,组织一些社会活动,通过“走出去、请进来”的形式,让教师多了解社会、正确看待社会问题。还组织了娱乐活动、爬山活动、体育比赛等活动,以缓解教师精神的过度疲劳,使教师能处在较好的精神状态下工作。

作为教师要善待自己、关心自己、帮助自己、了解自己、接纳自己、要加强角色意识,建立合理的期待,以维护自己的心理健康。因为心理问题最终还要靠自己来解决,只有这样,才能全身心地投入到教育改革中,以自己良好的心态去面对幼儿、迎接幼教改革对教师所提出的每一个挑战。

从挫折教育入手培养 幼儿健康的心理素质

□ 山东东营/张秀芹

一位美国儿童心理学专家说:“有十分幸福童年的人常常有不幸的成年。”这就是说,遭受挫折较少的孩子长大后会因为不适应激烈地竞争和复杂多变的社会而深感痛苦。因此,有意识的让幼儿受点“苦和累”“受点挫折”,正是爱孩子的表现。

一、教会幼儿正确认识挫折

根据幼儿思维的具体形象性特点,我们通过为幼儿提供一些励志的影视作品,如《宝莲灯》、《葫芦兄弟》等,或者是家长、教师的亲身经历,甚至包括身边的小朋友经过小小的失败而成功的小故事,让幼儿认识到什么是挫折,使幼儿懂得面对挫折应当鼓起勇气和信心,用坚强的意志来克服困难,走向成功。

二、通过多种途径培养幼儿承受挫折的能力

1.让孩子参加各种有益的活动

比如组织幼儿进行远足活动;让幼儿承担小值日生的工作,帮老师或父母干一些力所能及的事情。让孩子从中体验适度的劳动艰辛,从而使其在增强体质和适应能力的同时,意志也得到了磨炼。

2.利用和设置一些困难情境,增强幼儿承受和战胜挫折的能力

个体应对挫折的能力高低取决于处理挫折、危机的经验,而这些经验不会凭空产生,它需要在具体的实践活动中来获得、培养和提高。如日常生活中小朋友之间产生了矛盾,教师不要马上替孩子去解围,而是把解决问题的相关知识和经验传递给幼儿,从中培养他们正确的态度和独立处理问题的能力。另外教师也可以有意给幼儿设置一些困难情境,有目的地去培养幼儿的耐挫力。

3.适当给予批评和冷面教育,培养幼儿的忧患意识和负疚感

现在的孩子都是独生子女,往往是经不起表扬,听不进批评。对孩子的错误必须实事求是地给予适当地批评,不失时机地指出其存在的不足和今后继续努力的方向,必要时也要让他们尝试一下失败和挨批评的滋味。使其在接受谴责的过程中认识错误,悟出正确的道理,从而使之从小懂得对自己的行为负责。

当然,在进行负面刺激时,必须适度 and 适量。创设障碍情境时,要做到既能使幼儿产生挫折感,又不能过度、过量,否则就会使之产生恐惧感,挫伤幼儿的自信心和积极性。另外,在幼儿经过努力取得成绩时,要及时肯定,使他们更有信心去面对新的困难。

三、引导和鼓励幼儿走出挫折的困境

挫折教育的出发点和归宿,是引导孩子在经历挫折的过程中培养孩子独立的意识和坚忍不拔的品质。引导幼儿走出挫折的困境,首先家长和教师在孩子遇到挫折时要给予谅解、鼓励和必要的帮助,千万不能漠不关心,更不能一味埋怨、批评。

孩子遇到挫折时除了给予谅解和鼓励以外,我们还要恰到好处地进行引导,帮孩子分析挫折的原因,使孩子在经历挫折时,能主动面对,在挫折的磨炼中造就自己坚强的性格。我带的班里有个叫卫卓群的小朋友,由于不会跳绳,连幼儿园的运动会也不想参加了,于是老师一边教她掌握跳绳的要领,一边不断鼓励她:“不错,你已经能跳一个了,继续努力你一定能超过他们!”在老师的引导和鼓励下群群由不会跳绳,到能连续跳几个,十几个。正是在一次次战胜困难的过程中,磨炼了她的意志,增强了自信心。为了练好跳绳,两只小手上竟磨起了四个血泡,最后,在比赛中跳出一分钟125个的好成绩。

另外,面对挫折,还要帮孩子用合理的方法适当发泄挫折情绪。当孩子的某些需要没

