

教育部 财政部“幼师国培(2013)”

陕西省农村幼儿教师心理健康教育培训项目

# 培训简报

第 2 期

编印：陕西学前师范学院师资培训学院

2013 年 9 月 10 日

☆学习集锦☆

## 在学习和反思中不断完善自己

2013年9月4日，由省教育厅和陕西学前师范学院组织，对农村幼儿教师开展了一次主题为心理健康教育方面的培训，我有幸也参加了这次活动。经过这几天的培训学习，自己真的是受益匪浅，学院的精心组织，教授导师的精彩课程，丰富多彩



学员交流互动

的游戏活动，周到温馨的后勤服务等，都给了我终身难忘的记忆，使我有知识上大幅度的提高和心灵上深深的震撼。

开学典礼上，陕西学前师范学院的三位领导，给我们解读了《幼儿园教育指导纲要(试行)》，和培训实施方案。这次来参加培训有五十多位来自陕西各地的同仁，大家带着浓厚

的学习兴趣和期待，认真的汲取各位老师的养料。

记忆最为深刻的是张婉丽老师组织的精彩游戏，规则是八人一组，每组第一个同学介绍自己的名字，兴趣爱好，第二个同学要对第三个同学复述第一个同学的名

字，兴趣爱好等，以此类推，最后一个同学要把全部的同学的名字与第一个同学讲。然后每位成员把自己对于这次培训所抱有的期望，用左手画出一幅画，时间为两分钟，最后上台解说该组成员绘画的意思。游戏结束后，我感受到了朋友之间的交流 and 理解、鼓励与支持的重要性。通过游戏活动，使得大家不仅仅得到了放松，缓解疲劳和压力，而且在游戏活动中体会到了交流的重要性，交流是最好的交往方式。

作为一名幼儿教师，结合自己的工作实际，感觉交流不仅仅是对于我们成年人，特别是对于幼儿，可以有效的提高他们之间的团体合作、人际交往、语言、绘画、组织方面的能力，在平时的教育教学活动中，组织教学时，完全可以把这个游戏有效使用、演变，达到学以致用。

陈青萍教授渊博的幼教知识和伶俐的口才使我深深地震惊，通过听讲学到了不少幼儿身心发展的规律，懂得了幼儿在各个时期不同的心理、生理需求的发展规律。

我体会到了幼儿园教育工作应该坚持体、智、德、美诸方面的教育互相渗透，有机结合，遵循幼儿身心发展的规律，符合幼儿的年龄特点，注重个体差异，因人施教，引导幼儿，坚持积极鼓励、启发诱导，合理的组织各方面的教育内容，并渗透于幼儿一日生活的各项活动中，充分发挥各种教育手段的交互作用。



尤其是幼儿心理健康教育工作，我们要热爱幼儿，学会微笑，用宽容和爱来面对孩子们是第一位的。幼儿不同于小学生，孩子的自我保护能力差，幼儿时期是一生优良性格和良好行为形成的最佳时期，幼儿模仿力强，真善美等是非观念在萌芽时期。这就要求我们幼儿教师要有更高的人格魅力，要正直、和善、温柔，我们既要做到母亲般的关爱，又要做到高于母亲的教育。

通过这次培训，使我收获很多，我理解了幼儿教育重点不是教给幼儿文化知识，而是帮助他们形成一种良好的习惯和健全的人格行为，寓游戏中学习，在快乐

中体验。正如辛亚丽老师为我们讲解关于幼儿教师的职业道德方面的知识，师德是一个教师的灵魂，成为一个好教师要有“捧着一颗心来，不带半根草走”的精神，热爱、尊重和理解幼儿是幼儿教师必须具备的职业道德核心。爱是儿童正常成长的必要条件，我们要学会理解、关爱幼儿，和幼儿像朋友一样平等相处，关心每一位幼儿，就像爱护自己的孩子，像一名园丁一样，认真浇灌自己的小幼苗。

（商洛市丹凤县幼儿园教师 周利霞）



## 一道亮丽的风景线

通过参加此次国培计划（2013）—陕西省农村幼儿教师心理健康教育培训项目的学习，收获颇丰、感想颇深，开阔了眼界。这是一个畅所欲言、平等交流的地方，心中的困惑、教学中的疑难、成功的经验都是我们热心交流的话题。在这里，我对教育与新课程又有了一个全新的认识。

聆听了几位专家的讲座，真是受益匪浅，激起我心中的许多感想，让我树立了新的正确的教育观，感悟到要善待学生，尊重生命。学到了自信，学到了方法，感悟至深。作为一名教师，我认为这种观念的形成是很重要的。有了这个观念的引导，在今后课程改革中尽管可能会碰到各种各样的问题、挫折，坚信我会去探索、解决！

从本质上看，幼儿并不存在好与差之分，“差生”之所以“差”，原因在于他们潜能被种种主客观因素所束缚，而未得到充分的释放而已。因此，我们教师对这些所谓的“差生”，更应加备的关爱与呵护。教师要心胸宽广，能够听取各种不同意见，要严于律己，宽以待人，友爱之心，这样给学生良好的示范作用。想成为一名优秀的幼儿教师，我们首先要爱孩子。因为我们每天面对的是一个正在茁壮成长的孩子，我们要给他们一个自由的空间，尊重平等地对待他们、关心他们，和他们成为无话不说的好朋友；加以充分的肯定和激励，让学生感到温暖，增强自信，从而缩小师生间心灵上的距离。这样，才会在他们成长与发展的道路上有一个质的飞跃，更会使教学效果收到事半功倍的作用。

教育的与时俱进，也许这就是脚踏实地走出的第一步。教育的改革任重道远，教师是主力军，课堂是主阵地，没有高素质的教师就没有高质量的教育，为了中国教育的发展，作为一名教师，我会在今后的工作中坚持学习进取，不断完善自己，使自己在实践中更好的成长。同时，我也



发自内心的说一句：国培，感谢你！你是一道亮丽的风景线！

（铜川市新区金谟幼儿园 高丽萍）



## 让孩子在快乐中成长

非常有幸能够参加 2013 国培计划，短短十天的培训很快结束了，通过此次培训，我想我应该深入思考“希望得到什么成就、做好哪些准备、如何循序渐进的行动”等等幼儿教育的相关问题。时代的发展，对人的素质提出了更高的要求，因此拥有健康的心理是现代人必须具备的条件和基础。对这次心理健康学习谈一点自己肤浅的体会。

我认为，幼儿园是学校心理健康教育的推行者、具体实施者，一个成功的教师，除了要有渊博的学识和优良的教学技能，还要有健全的人格和高尚的品德。教师的言行对幼儿有很大影响，特别是 3—6 岁地幼儿更是如此，在他们的心目中，教师是智者——什么都懂；是能者——什么都会。教师的衣着举止，言谈风度，以及待人接物等，都会使幼儿受到深刻的影响。人格健全的教师，能在课堂中创造一种和谐与温馨的气氛，使幼儿如沐春风，轻松愉快；而人格不健全的教师，只能在课堂上造成一种紧张或担忧的气氛，使学生如坐针毡，惶惑不安。所以，教师完善的心理素质 and 人格，是构成良好师生关系的基础，是实施心理健康教育、情感教育的出发点和首要原则，新的教育实践要求每一位教师都应该从自身的心理健康的角度，完善自己的人格，提升自己的人格魅力。



有趣的课堂互动教学

通过学习，我也知道了教师要善于做好自身的心理调节及保健工作，了解自我，辩证地看待自己的优缺点；学习心理卫生知识和心理健康知识，掌握心理调节的方法，学会缓解心理压力，改善不良人格，提高心理承受能力；调整情绪，保持心理的平衡；善于选择自己心情愉快的角度去思考问题、处理问题，建立起良好的人际

关系；乐于为工作奉献，并合理安排时间，张弛有度；培养多种兴趣与爱好，陶冶情操，只有这样，才能以积极健康地工作热情投入到教学活动中去。

在教师对幼儿众多的影响中，心理素质的影响是最重要的，好的影响会形成幼儿健全人格、健康心理，不好的影响可能就直接或间接地导致学生的心理问题。正如苏霍姆林斯基所说：“人只能由人来建树，……我们工作的对象是正在形成中的



陕西师范大学 陈青萍教授

个性的最细腻的精神生活领域，即智慧、感情、意志、信念、自我意识。因此，教师要运用“同样的东西”对学生“施加影响”，首先教师自身得具备这些“同样的东西”，即常说的健康心理。如果教师自身心理都不健康，人格不健全，影响与培育就无从说起。甚至会产生一些不良影响，如教师

情绪不好会影响幼儿心幼儿会形成敌视和对抗的习惯等。因此，教师的心理健康是获得心理健康教育能力的关键。

教师良好的心理素质会对学生产生人格上的影响，有利于建立良好的师生关系，有利于幼儿学习兴趣的培养。但是，如果教师能有意识地运用心理健康教育知识对幼儿进行心理健康教育，其影响会更加深远。因此，教师不仅要具有健康的心理，还应具有心理健康教育的意识。有些教师缺乏对幼儿心理健康教育重要性的认识。因此，只有在对幼儿心理健康教育重要性有着充分认识的基础上，教师才会有意识地培养其心理健康教育能力。在对幼儿教育管理时，我们要经常想到学生是一位“受教育的人”他应该享受到老师给他带来的慈母般的爱，必要时给某幼儿要有身体的接触，比如说幼儿早上来了，老师很高兴的迎接他，并抱一抱等形式，他会感到很幸福，在其他幼儿面前感到很骄傲，更能拉近教师与孩子间的距离。

作为教师要努力使教育适合幼儿的个别特点，教师要懂得幼儿来自不同的家庭，不同的生活背景，不同的需要和不同的价值观，因此在教育中要灵活运用，各种教育策略这样才能取得良好的效果。在今后的教育教学中我一定会保持一颗健康，公

平的心态，关注每个学生，善待每一个幼儿，关心爱护他们，让他们在轻松愉快的氛围中快乐成长，成为祖国的有用人才。

（商洛市山阳县幼儿园 屈福菊）

## ☆研修札记☆

### 用心关爱孩子

9月4号下午，我有幸听了陕西学前师范学院李明军老师关于《当代教师职业心理健康》的讲座，受益匪浅，感想颇多。我想就此问题谈谈自己从这次培训中获得的体会。

心理健康与心理不健康没有严格的界限，由于内外因素的影响，使人的心理功能受到阻碍的情况是经常发生的，所以对任何一个人来说，都有可能出现某些不够健康的心理状态。尤其是现代高速发展的充满竞争的社会，对教师提出了更高的要求，给教师带来



学员外出观摩学习

更大的心理压力，更可能产生不健康的心理状态。教师心理不健康就不能正确理解学生幼儿的行为，更无法巧妙地处理幼儿问题。因此，为了更好地教育幼儿，教师首先必须拥有健康的心理。

教师的心理健康从根本上说还得由教师自己维护。一个优秀的教师应该能够处理好两个方面的关系——既关注幼儿的心理健康，同时也重视自己的心理健康。优秀的教师在需要的时候能承受巨大的压力，但他绝不应让自己一直处于压力之中以至于身心俱损，影响工作和生活的正常进行。

身为教师，只有不断提高自身的综合素质，不断学习和掌握新的知识，尽快适应新的教学观念，掌握新的教学方法，达到新的教学要求，才能寻求新的发展，也才能真正拥有心理上的安全感。教师不断地接受新知识，开拓自己的视野，也能使

自己站在更高的角度看问题，以更平和的心态对待生活和工作中不尽人意之处，更少地体验到焦虑和挫折，对维护心理健康有重要意义。

一个尽职的幼儿教师是非常辛苦的，需要休息和放松，充当“无所不能”的教育者形象的确使人疲力尽。因此，教师可以试着在假期给自己充电，缓解身上的压力，例如：学习做旅行家，用胶片记录生活中的美景美事；学习做美食家，在品评佳肴的同时自己也做一次大厨。新的工作体验不仅能使教师得到放松，而且可以开阔教师的视野，增加教师的知识面。教师可以把从其他工作体验中获得的经验、积极情绪带到教育工作中来，更好的促进教育工作。

通过这次的学习，使自己了解了作为一名幼儿教师心理健康的重要性以及如何调节自己的心理状态，我会把这次所学的带给我园的每一位教师，是大家都能在愉快轻松的心态下工作，更好的为幼教事业服务。

（延安市黄陵县幼儿园 白莉）

## 国培如清泉

对我来说，这次的培训意义重大，通过参加此次的心理健康培训，无论在理论知识，还是方法技巧上让我对心理教育有了进一步的了解，懂得了教师不但要有渊博的学识和出色的专业技能，还要具备健康的心理，和健全的人格，对我今后的工作具有很大的帮助。下面谈自己的几点体会：

此次的心理健康培训就像夏日里的一阵凉风，扫去了我心头的烦躁；就像高山上一股清泉，滋润了我几度迷惘徘徊的心灵；就像冲破晓雾的第一道阳光，使我豁然开朗！我相信在此次培训中，我不仅学到了很多心理学理论知识，而且学到了正确对待生活的方式，学会如何恰当有效地应对现实生活中所面临的各种压力，它让我建立了积极向上的健康心态，以健康的心态工作、学习、生活，碰到问题不消极对待，而是想办法解决，学会了情绪调节，使我更有效、积极地适应社会。

新的教育实践要求每一位教师都应该从自身的心理健康的角度，完善自我还要有健全的人格和高尚的品德。现代化生活日益紧张和繁忙，给人们带来许多心理变化，己的人格，提升自己的人格魅力。老师不健康的心理状态，必然导致不适当的教育行为，对幼儿产生不良影响。通过学习我懂得对激烈的升学竞争及来自社会各方面有形无形的压力，一些教师产生心理冲突和压抑感。教师要善于做好自身的心

理调节及保健工作，要用科学知识调整自己心态，使自己始终处于积极乐观，要善于调控情绪，学会缓解心理压力，保持心理的平衡，掌握心理调节的方法，特别是在幼儿面前应控制自己的消极情绪，不把挫折感带进教室，更不可以发泄在幼儿身上。教师应该选择合适的时候、合理的方式宣泄自己的情绪，以饱满的工作热情，丰富的情感，健康的情绪投入到教学、工作中去。

国培——心理健康教育培训如阳光般，只有拥有阳光灿烂的心态，才能在人生的道路上播撒快乐，收获幸福！为了孩子能够真正健康快乐地成长，我会继续学习，继续关注心理健康教育问题，提升自身人格魅力，并将所学运用到自己的工作中去。

（商洛市商州区沙河子镇中心幼儿园 周琳）

## ☆学员心声☆

一花一世界，自然界的花，不管是色彩浓烈与素雅，还是身在何处，都在努力地绽放属于自己的美丽，花如此，人亦如此。在整个活动中，我这个内向的人也不由的受到感染，从最初的胆怯，陌生到代表小组发言，深深让我感受到，要勇敢的绽放自己，在绽放中展现自信，在绽放中进步，在绽放中创造团队的荣誉。只有形成良好的沟通能力，交往能力，才有助于形成良好的人际关系，良好的人格，这大概就是心理健康教育培训的真谛吧。

（石泉县幼儿园 郭雪梅）

我们教师这一职业是特殊的职业，是一种用生命感动生命，用心灵去浇灌心灵的职业，我们的行为直接影响学生人格的形成和发展。正如雅斯贝尔斯告诉我们的：“教育意味着一棵树动摇另一棵树，一朵云推动另一朵云，一个灵魂唤醒另一个灵魂。”因此，我们要学会心理的自我调节。我们的行为直接影响学生人格的形成和发展，所以我们更应该在工作中不断充实自我，完善自我，以健康的心理状态和良好的心理素质去帮助每个学生得以健康的发展。

（榆林市绥德县天线宝宝幼儿园 马娜）

编 印：陕西学前师范学院师资培训学院

责任编辑：舒欣 李智 李潇潇

联系电话：029—85370061

电子邮箱：sjyspy@126.com