

心理健康教育活动教案(实用9篇)

作为一位兢兢业业的人民教师，常常要写一份优秀的教案，教案是保证教学取得成功、提高教学质量的基本条件。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的教案吗？下面是小编为大家带来的优秀教案范文，希望大家可以喜欢。

心理健康教育活动教案篇一

活动目标：

- 1、在游戏中认识日常生活中笑、生气、哭的情绪变化，并产生相应的体验。
- 2、学习用语言表达感受，用适当的方式表达、调节自己的情绪。
- 3、体验关爱、分享的快乐。

活动重难点：

正确认知自己的情绪，学习控制自己的情绪。

活动准备：

- 1、材料准备：音乐，相关材料，三个大班幼儿。
- 2、心理准备：幼儿坐成半圆形。

活动过程：

游戏《找朋友》导入，引起幼儿兴趣。

(通过游戏帮助幼儿熟悉同伴，拉近与教师、同伴的心理距离。

)

创设情境，引导幼儿体验感受情绪的变化。

(1)介绍三个大班幼儿，吸引幼儿的注意力。)

(通过创设情境让幼儿更直观的对这三种情绪变化的过程产生共鸣，帮助幼儿理解。)

3、幼儿体验。

(1)尝试用语言去讲述自己的感受及情绪经验，并学学笑、生气、哭时的表情。

(2)引导幼儿讲述“生气、难过哭时可以做些什么?”

(3)师幼共同小结几种表达自己情绪的方式：

可以独自呆一会儿消消气;可以对别人说出生气的原因;为别人想一想;或者轻轻的哭一哭、睡一觉、看看书、听听音乐、做做游戏等等，这样很快就会好了。

游戏《情绪变变变》，让幼儿明白生活中要做个笑宝宝。

带领幼儿玩一些简单的游戏，如：吹气球、熊和木头人、拔萝卜等。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

心理健康教育活动教案篇二

知道小动物和小朋友们一样都有自己的妈妈，增进幼儿与妈妈的情感。

1、各种动物玩具大小各一个到两个。（如没有可用塑封过的动物图片代替）

2、每个小朋友妈妈的单人照片一张；“开火车”、“摇篮曲”音乐磁带，小孩哭声的录音带。

1、游戏“开火车”进活动室。

2、让幼儿自由选择一个喜欢的动物玩具玩。

3、播放摇篮曲，让幼儿抱着玩具休息一会儿。

（音乐中断，传出一阵哭声）

师、咦？谁在哭啊？（找一找）哦，是猴宝宝在哭（老师从录音机后面拿出猴宝宝）。猴宝宝你为什么哭呀？哦！你找不到妈妈了，你的妈妈是谁呀？哦，是大猴，猴妈妈在哪里呢？小朋友帮找一找好吗？（大家一起找）找到了，猴宝宝的妈妈是大猴，猴宝宝是小猴，小朋友，你看看你抱的是什么动物？是妈妈还是宝宝呢？你怎么知道的？（幼儿自己观察、比较）

小结、妈妈大，宝宝小。

- 1、引导幼儿帮动物宝宝找到自己的妈妈。
- 2、展示幼儿妈妈的相片，让幼儿去找自己的妈妈。
- 3、共同欢呼“找到妈妈了”

小结、每个宝宝都有妈妈。（妈妈用鼓励的语言表扬幼儿）

- 4、让幼儿对着相片跟妈妈说一句话，如“妈妈，我爱你”、“妈妈，我想你”等。

标签：幼儿园教案

心理健康教育活动方案篇三

通过看课件和录像、讲故事、讨论等方式，使学生理解、掌握挫折的概念并能够认识到”每个人在成长中都会经历挫折、成功必然经受挫折、挫折对人们的影响具有‘双重性‘的特点，从而激发学生增强自我抗挫的愿望“。

1. 追求与挫折的辩证关系。
2. 联系实际、联系自我，建立起正确的”挫折观“。

一、导入

1. 播放”命运交响曲“简介贝多芬的追求与挫折

二、讲授新课

了解”追求与挫折“的基本知识

1. 提问：用自己的语言说出”什么是追求，挫折“
2. 电脑幻灯出示”追求“和”挫折“的概念

追求是指用积极的行动，争取实现某个目标；挫折是指人们在追求某种目标的活动中，遇到干扰、障碍，遭受到损失或失败时产生的一种心理状态。

(二) 追求与挫折的关系

1. 观看录像：“我们的桑兰”（带着问题观看思考）

2. 同学讨论一一

1) “桑兰的追求与挫折”

2) 出示电脑幻灯片“桑兰的追求与挫折”

3) 讨论归纳“追求与挫折”的关系

3. 出示电脑幻灯片一一成长必须追求：挫折往往会伴随着追求；不怕挫折，勇于追求。

(三) 面对挫折

1. 观看录像“同学的故事”

2. 小记者谈采访感受

3. 电脑幻灯出示：“对我们的启示”追求往往随着挫折的战胜而实现“

(四) 挫折的影响

1. 配乐幻灯“一封没有发出的信”

2. 讨论写信人遇到什么挫折？

带给她什么影响？如何帮助她摆脱

消极的影响？

3. 配乐幻灯一一

当今的爱因斯坦 《斯蒂芬·霍金》

4. 为”挫折“作新的诠释

(五)总结升华

1. 电脑幻灯：”首席科学家“一一严纯华

2. 小结全课

1) 电脑幻灯一一勇于追求，不怕挫折！敢于追求，战胜挫折！
不断追求，挑战挫折！

2)mtv十电脑幻灯一一歌曲”未来的未来“

3)伴随着歌声，滚动播放

课后作业

作文：”心灵的撞击“一一记自己追求中遇到的挫折

(重点：遇到挫折时的想法、采取的对策、产生的影响)

心理健康教育教案篇四

1，了解压力存在的必要性以及压力与成就的关系.

2，调整心态，做好应对学习压力的准备.

1，每位学生1个气球，1瓶水和一段绑气球的线

2, 计时器或手表1块, 激昂的音乐

3, 多媒体课件, 压力与成就的倒u型图

4, 学生分成6~8人小组, 并提前布置好教室人小组, 并提前布置好教室

一, 我的压力气球

进入高三, 你们感觉到压力了吗

(学生回答略)

现在就请你们根据自己进入高三感受到的压力的程度, 把这些压力吹进气球里. 看看你们的压力有多大.

(学生活动)

气球吹好了, 请大家相互看看, 了解一下你的同学感受到的压力程度究竟怎样

(教师引导学生观察气球的弹性与内在压力的大小, 如果有同学把气球吹破了, 可引导: “压力太大容易出危险.”)

相信大家看到之后会发觉: 原来并不是只有我一个人感觉到压力, 其他同学也都有压力感. 今天就让我们来看看该如何去面对高三日益紧张的生活.

(请学生将吹好的气球放在桌子底下或座位附近的位置)

二, 人生故事

那么, 请你们想一想, 这个管理专家想通过实验说明什么问题

(学生思考回答)

则是我们在生活中经历的所有不良情绪，如悲伤，焦虑，自卑等。我们只有在人生中先设计好目标，才能让我们的生活充实，如果我们反过来在人生(广口瓶子)中先装满压力痛苦(沙子)，或者先装满由压力痛苦带来的焦虑自卑等不良的情绪(水)，那么我们的目标(石块)是无法装进去的。记住：不能让过分的压力将我们的目标挤出人生之外。

三，挑战自我

一瓶水你能举多久(由学生自己估计能举的时间)今天就让我们来挑战一下自己，来尝试着举五分钟。

要求：1. 手握瓶身，手臂平举，与肩同高。

2. 其间不得换手，不得放下，也不能让任何物品支撑手臂。

(教师计时，学生体验，分享感受)

(请成功及不成功的学生分享感受，分享自己的体会，教师则根据学生的表现及时引导)

仅仅一瓶水举五分钟都感觉很辛苦，让你举一小时，一天会怎么样有多少人能坚持下来(统计回答”能“的学生效，可对比前面学生估计的时间及学生表现出来的态度)

一瓶水我们尚且举不了多久，何况是我们即将面对的压力呢。问问自己你能带着压力走多久一个月，一年要想把水举得久，就要适当地放下，让自己歇歇才有力气继续举；同样的，要想背负压力走得久，就要懂得适当地放下，让自己能喘口气，幽一默。

四，压力与学习效率日的倒u型图

是一张在心理学中常用的图，如果横坐标代表我们所感受到的压力，纵坐标代表我们的学习效率。这张图型所表达的意义就是：在压力小的情况下，我们可能不觉醒，不能发挥出我们的最佳水平；当觉醒增强时，我们感觉到的压力增大，学习效率开始提高，但是在达到一个最佳水平后，学习效率水平便不再提高了。然后，随着觉醒增强（压力加大）时，学习效率则开始下降。当压力超过一定限度时，我们就会变得十分惊慌，以致不能完成与我们实际能力相符的工作和学习，过分的压力使我们的学习效率下降，在图型上显示出倒“u”型曲线。从上图中可以看出，压力太小或者太大都会降低我们的学习效率，也就直接会影响到我们的成绩，正如我们的压力气球一样，压力小时，气球无弹性，压力大时，气球的弹性强，压力太大，气球就被撑破了。由此可以看出，有压力并不是坏事，压力的存在对我们的成功来说是必须的。

五，心理实验

(学生猜结果)

这只小白鼠第二次被扔进去后，游了40多分钟，仍然没有放弃，后来实验者插根棍子让它爬了上来，实验者对助手说：“没有人不愿帮这样一只坚持的老鼠！”“从这个故事中你领悟到了什么(学生讨论)

教师引导：

- 1.心态的重要性(第一只和第二只白鼠结局的区别)
2. 成功经验的重要性(第二只白鼠为何坚持40多分钟)
3. 坚持的重要性(第二只白鼠的结局)
4. 棍子的意义——周围人的帮助

寻求周围人(同学，老师和父母)的帮助，只有这样，我们的高三路才能走得更好，我们的人生路才能走得更远。

六，小游戏-释放压力

(播放激昂的音乐)

把我们自己的压力气球拿起来，在心里默默地告诉它：“高三压力，我不怕你，我有信心战胜你！”然后把气球扔在地上，用脚狠狠地踩爆它。

让我们充满信心去迎接高三的挑战！

心理健康教育教案篇五

和部分家长恳谈并且与个别学生交流后，发现问题主要还是出在不良的学习习惯上。因此适时开一次有关学习习惯的班会课是当务之急的事。

通过班会使学生认识到学习习惯好坏优劣对学习的巨大影响，并积极改善自己的不良学习习惯，提高学习质量。

检查自己的学习习惯，找出存在的问题。

养成一个好习惯，并付之以实践。

1、制作三份问卷准备印发给学生填写：

问卷1是有关好习惯、坏习惯的区分，这些都是在家长那了解到的或是与部分学生交流中得知的情況。

问卷2 是学生的一份自我报告，内容主要为：反思一下自己的学习习惯，列出自己的好习惯和坏习惯（不能少于3条），简要说明理由或后果。（课前填写）

问卷3是有关养成一个好习惯的实施计划。

2、请四位同学准备介绍学习经验。（可以是自己的，也可以是他人的）

（一）、引入：

初三是我们初中四年里最后的收获年级，同学们四年的努力再经过这90多天的奋斗，将结出丰硕的果实。

进入初三后，老师欣喜地发现很多同学开始全身心投入学习了，从被动转变为主动的过程中老师认为包涵着同学们对于自己未来的规划与期待。老师很开心，也对同学们的.未来充满了信心！

只是，我们也发现不少同学因为以往所养成的种种不良学习习惯，直接影响了学习效率学习的质量，最终导致付出与收获不成正比。今天我们在这里开一个主题为《做习惯的主人，不做习惯的奴隶》的班会，希望能有效帮助同学们在学习习惯上扬长避短。

（二）、好坏习惯之争：

1、发下问卷1《区分好习惯与坏习惯》，要求学生在这些习惯面前选择区分。

2、老师结合班内现象加以指导：学习效果在很大程度上取决于学习习惯的好坏。

比如我们班一些同学总是认真制定学习计划，并严格按照计划去做，学习安排得井井有条，生活十分有规律，作业总是能保质保量地完成；一些同学喜欢就看书和做作业时遇到的问题与其他同学讨论，他们对这些知识的理解就比较透彻全面；一些同学在记忆知识时，采用记住后再记上几遍的过度学习

法，公式、定理、名句、单词等内容在要用的时候总是能很快地想起；一些同学晚上做习题前，总是先复习一下有关内容，看一遍白天老师讲过的内容，然后才开始思考问题的解法，结果题目做得又快又正确。有这些好习惯的同学，学习效果常常较好。（点名表扬为主）

再罗列一些个别同学的不良习惯（不点名）：学习时心不在焉，看了大半天书也不知道书中在讲些什么；上课时不认真作笔记，而是在纸上、书上乱涂乱划，考试复习的时候就感到没有头绪；晚上总要先看好长一会儿电视，有时还要煲电话或上网聊天，然后才开始做作业，结果弄得很迟才睡，或者干脆把作业拖到第二天完成；边做作业，边翻小说、听电视伴音、浏览网页，作业做得很慢，有时还漏做或做错。这些坏习惯也严重影响了这些同学的学习效率。

（三）、自查与反思：

拿出已填写好的问卷2《自我报告》：对照上述老师所说的这些好坏习惯，在各自的这份自省表中进行修改或补充。

（四）、指点迷津：

请五位同学简要介绍自己或他人的学习经验：

1、 分清主次，首先完成学习任务。

要点是：不要在玩得很累、很迟时才开始学习，这样不仅学习效率不好，做作业、背书常常来不及，而且还会对学习产生厌倦感。

2、 专心致志，不一心二用。

要点是：不要边做作业边干其他的事。

3、 有张有弛，劳逸结合。

要点：连续学习1、2小时，中间就应该安排一次休息。

4、 学习生活的安排有规律。

要点：根据学校规定的上学、放学时间，结合自己的状况，制定一个更具体的作息时间表，坚持下去形成习惯。

5、 遵循学习常规。

要点：课前预习，课上记笔记，课后复习，做习题。课间与同学讨论，不懂就问或查资料，独立完成各项作业。今日事，今日毕。

（五）、付诸行动：

同学们时间对于我们而言是紧迫的，所以老师呼吁每个同学从今天开始试着养成一个好习惯，就用三周时间。在下面问卷中记下你的计划和实施情况。

心理健康教育教案篇六

1、感受亲人给予的爱，理解“互爱”的重要性

2、萌发爱的情感，体验关爱他人的快乐。

感受亲人给予的爱，理解爱的相互性。

学习如何关爱他人

课件，调查表

一、观看多媒体故事《爱心树》，了解施与受的道理

1、听了故事，你的心情怎么样？为什么？

2、你觉得大树爱这个男小朋友吗？你是怎么知道大树非常爱这个男孩？

3、那个男小朋友爱大树吗？又为大树做了什么？、

4、大树和男小朋友之间，你喜欢谁？为什么？

二、回忆生活经验，感受生活中的爱与被爱

1、你身边有像大树一样爱着你的人吗？都有谁？

2、他们为你做了什么？

3、你爱过谁？你为他们做了什么呢？

三、爱心调查，体验付出与获得的比例

1、集体调查：记得家长生日的小朋友有多少？

2、分组调查：为家长做过小事的小朋友有谁？（四组）

四、爱心行动，表达对亲人的爱

分组商量一下，我们的能把爱给谁？我们在平时能做些什么？

语言上，行动上，看看其它的感恩方法。

心理健康教育教案篇七

教学目标：1、引导幼儿理解孤独的含义，想出战胜孤独的办法。

2、通过分组讨论，让幼儿学会与人合作的方法，学习如何远

离孤独，走向合作。

3、感受同伴之间给予的关爱，体会他们带来的温暖和幸福。

活动准备：1、孤独小怪的立牌。

2、一张分析图、一段视频。

3、画笔和若干的画纸

活动过程：

一、引题

出示孤独小怪。

师：我们来看一看这个小怪物是谁呀？孤独

师：什么是孤独？(请幼儿回答)老师要问问小朋友，你在什么时候感到孤独呢？(幼儿回答)

二、播放视频。

片段一：起床后

片段二：玩玩具的时候

片段三：上幼儿园的时候

师：好的，录像看完了，告诉老师，你找到孤独小怪了吗？你看到了什么？

幼儿回答，老师梳理幼儿回答的内容。

师：1、原来呀，一个小女孩想要别人帮助她的时候，却没有

人来帮助她。2、看到了一个小男孩想去参加大家的游戏，想去玩积木，可是却被其他的小朋友给拒绝了。3、看到了一个小宝宝，因为来了幼儿园这个对她来讲还不是很熟悉的环境，她哭了。

请幼儿讲述自己发生的故事，让幼儿讲讲自己当时的感觉。

师：原来，孤独小怪都曾经出现在大家的心里当它出现在我们心里的时候，你们感觉是悲伤、难过、忐忑、心里冷冷的感觉。

三、想对付孤独小怪的办法

师：现在老师请你看，我们这里来了个小客人，看一看它是谁？

师：谁来了呀，孤独小怪，原来是孤独小怪来了呀，这个孤独小怪呀，头上插满了尖尖的刺，就是这些尖尖的刺让我们的心里很难受、很不高兴，老师想问问小朋友，你们有没有什么好办法可以战胜这个孤独小怪呢？(幼儿回答)

师：老师知道你们都有很多好办法，你们说是不是，老师想请大共同来讨论，用画画的方式把你们一组想到的办法贴在这些小怪的刺上，好不好？让我们轻轻的坐到后面的椅子上开始讨论吧。

幼儿讨论，并且将自己的想法画下来。

四、教师请幼儿说明自己的想法。

师：如果老师成功了，你们给我鼓励的掌声好吗？

师：孤独小怪，如果你下次再出现在我的心里面，我就用心里想着开心事情的办法，来战胜你。

幼儿尝试拔刺。

师：老师成功的把小怪的刺拔掉了，有没有小朋友想试一下？(你可以对着孤独小怪说一个办法)

幼儿拔掉孤独小怪的刺。

五. 结束。

师：今天小朋友都非常棒，今天老师要请大家把眼睛闭起来，我有一个战胜孤独小怪的秘籍，想要告诉大家。

有个小怪，叫孤独，住在人们的心房里，偶尔出来耍威风，叫人难受不高兴，碰到孤独别害怕，两大办法牢记心，一是心想开心事，笑一笑来赶走它，二是常和朋友玩，互相交谈建友谊，孤独小怪你莫狂，战胜你我有信心。

师：大家把眼睛睁开，拥抱在一起，告诉老师你现在感觉是什么样的？(很温暖、很幸福)老师也和你们一样很温暖、很幸福。

师：让我们手拉手轻轻的跟着老师把这个温暖和甜蜜一直存到永远，保存在心里。

心理健康教育教案篇八

游戏，相关心理知识。

1. 了解留守儿童心理问题
2. 为何会出现心理问题
3. 学会解决留守儿童心里问题

如何解决留守儿童的心里问题

一、玩游戏观察学生心态；

二、了解留守儿童普遍存在的心理问题；大量的调查研究数据显示“留守儿童”比较

突出的心理问题主要有以下几个方面：

1、敌对

“留守儿童”存在一定程度的孤僻、偏激、不团结、搞破坏、易产生敌对等不良心理问题，从而导致打架斗殴、拉帮结派等不良行为，缺乏道德感和理智感，严重者有的参与盗窃、抢劫，最后走上犯罪的道路。

2、人际关系敏感

“留守儿童”在情绪、性格上存在心理问题直接影响到其人际关系的发展。根据对“留守儿童”是否愿意和同学一起参加集体活动这一问题的调查结果统计显示：%的“留守儿童”认为对活动不感兴趣，不愿跟同学一起参加，显得不合群，人际关系十分敏感，不愿与人接触，喜欢独来独往，孤僻自闭；%的表示别人叫我去才去，显得内向，不积极；也有%的表示非常愿意参加。

3、悲痛、厌恶、焦虑、忧郁“留守儿童”年幼就离开父母，从小缺乏父母直接的关爱与呵护，从精神上得不到满足，久而久之，他们变得沉默寡言、内向、不开朗，较为突出的是情绪悲痛、焦虑、厌恶、怨恨、忧郁。根据笔者的调查统计显示，%的“留守儿童”非常的想念父母，一旦谈及其父母，表现的非常焦虑，悲痛不已，泣不成声。而%的表示不太思念，长期跟随爷爷、奶奶、外公、外婆生活，对父母已经失去了以往的.那种浓厚的亲切感，有的甚至讨厌父母、怨恨父母。

这些“留守儿童”当中，在提到父母的时候，大多表现得很默然，有的避而不答，有的则是闷不吭声。再者，在调查中还发现，85%的“留守儿童”认为自己的性格发生了很大程度的变化，其中%的患有不同程度的忧郁情绪，具体表现在：做事畏缩不前，胆小怕事，行为不积极，表情木然等不良心理状态。

可见，缺乏父母关爱的“留守儿童”在不同程度上都会产生一定的情绪问题。

4、学习心态

根据调查统计，%的“留守儿童”是由爷爷、奶奶、外公、外婆监护，%由亲朋好友监护，还有%由老师或兄弟姐妹之间互相照顾。由于生活在特殊的家庭环境中，%的“留守儿童”表示自己在学习方面存在困难，加之大多数“留守儿童”在学习上自觉性差，纪律不强，缺乏良好的学习习惯，主动性不高，成绩不理想，得不到学校和老师的重视，因此，极易产生厌学、逃学、学习劲头不足等不良心理。

三、留守儿童心理问题的成因分析

1. 缺乏良好的亲情教育“早期的亲子关系定出了行为模式，塑造出一切日后的行为。”这是麦肯侬[mack-innon,1950]，有关早期童年经验对人格影响的一个总结。相对于其他同龄儿童来说，“留守儿童”自年幼便远离父母，缺乏频繁的联系，从而缺乏一种稳定而和谐的亲子关系，长期处在这种特殊的生活环境中，极易表现出胆小、迟钝、呆板、不与人交往、怀有敌对、破坏等不良的人格特点。这些不良的人格特点会直接影响到留守儿童的身心发展，致使“留守儿童”往往在情绪上变得焦虑、悲痛、厌恶、怨恨、忧郁；在性格上变得孤僻自卑，缺乏自信，存在不同程度上的心理问题。

2. 监护人不能完全胜任对孩子的管教

调查结果表明，%的“留守儿童”由祖父母辈进行监护抚养。老一辈的思想观念比较陈旧，用传统的教育方法去教育现代的儿童是行不通的；而%是由亲朋好友做监护，还有%的是由老师看管或兄弟姐妹之间互相照顾，对于别人的孩子，通常是不敢管、管不了、也没法管，于是采取通融政策，只要不犯大错误即可。在这种特殊的教育环境下，“留守儿童”养成了一些不良的生活习惯，最后导致出现一系列的不良问题。

3. 学校教育因素

学校对人格形成与发展的影响是不可忽视的。学校是一种有目的，有计划地向学生施加影响的教育场所。其学校的教育也会影响到“留守儿童”身心健康的发展。

学校的教育管理制度不够完善。现在大多数的学校、老师十分关心学习“成绩好”的学生，而忽略“成绩差”的学生。“留守儿童”属于特殊的社会群体，其生活条件和学习条件明显的比其他同龄儿童差，学习方面显得困难重重，自然而然不引起学校、老师的注意，加之“留守儿童”性格孤僻自闭，沉默寡言，人际关系十分敏感，极易产生一定程度的心理问题，作为老师没有引起足够的重视，不能给予及时的引导，使其心理问题更为严重。

4. 社会因素

首先，我国的产业结构发展不合理，工业发展快，而忽视了农业发展，致使农村大量的剩余劳动力外流，加之经济条件的限制，使得父母不得不把孩子留置家中，从而导致“留守儿童”的数量越来越多。其次，社会教育制度不够完善，使得社会上存在大量的性行不良少年，他们整天游手好闲，拉帮结派，偷摸拐骗，对社会造成了很大的不良影响。“留守儿童”由于缺乏父母的管教，缺乏及时的引导，很容易受不良分子的诱惑、拉拢，最终误入歧途。

再次，因有关部门缺乏对娱乐场所的有效管理，致使众多未成年“留守儿童”产生厌学、逃学、学习干劲不足等不良的学习心态，整天沉迷于娱乐场所，不能自拔。

5. 自己调控因素

以上引起“留守儿童”心理问题的原因均属于外部因素，而外因是通过内因起作用的。“留守儿童”本身的自己调控系统就是其内部因素。根据调查统计显示：22%的“留守儿童”表示自己的自控能力较差，%的表示自控能力很差，%的认为自己的自控能力为一般，只有%的认为自己自控能力很强。自控能力差的“留守儿童”比自控能力强或者一般的“留守儿童”在情绪、情感、学习心态和行为方面更易产生不良的心理问题，从而影响其人格的健康发展。

四、如何处理留守儿童的心理问题

1. 完善家庭教育，建立良好的亲子关系

“留守儿童”比平常人缺少最多的是父母的关爱和呵护，长期缺乏父母的陪伴。“留守儿童”大多处在小学阶段，一般都是未满14岁的少年儿童。这个阶段，正是儿童成长过程中第二关键期，亲子关系的正常发展起着非常重要的作用。众所周知，父母是孩子的第一任教师，也是长任教师，良好的亲子关系能促进儿童身心健康发展，相反，则阻碍其发展。为了“留守儿童”能够像其他儿童一样健康快乐的成长，笔者认为，完善家庭教育环境，加强父母与子女的沟通，搭建他们能够见面的桥梁，建立良好的亲子关系，培养良好的情感是重中之重。

2. 寻找合适的监护人，并提高监护人的素质

作为“留守儿童”的监护人，需要具备一定的素质：能够及时的发现孩子的不良行为，给予及时的教育与引导，使其朝

着正确的方向发展；要对“留守儿童”进行细心的观察与沟通，打开他们的心扉，培养他们良好的心理；祖父辈的监护人没有足够的能力对其学习给予帮助，可以为孩子请家教，使其获得个别化的教育，提高学习成绩。

3. 加强学校教育，提高教师素质

首先，作为学校应该加强对教师的素质培训，使教师具备良好的心理素质，能够做到公平、公证，使“留守儿童”拥有与其他儿童同等对待的教育。教师本身应该注重身教而多于言教，给孩子提供一个良好的榜样，成为孩子心目中心理健康的表率，引导孩子身心健康发展。

其次，学校应加强制度管理，避免社会上的不良分子进入学校，以免造成不良影响，遏止了校内的不良成员进行破坏，避免“留守儿童”结识不良分子，一旦发现，学校、老师应给予及时的引导，帮助他们建立良好的同伴关系，使其人格发展能够“弃恶扬善”。

4. 鼓励加强农业生产

“留守儿童”的数量之所以不断的增多，主要的原因是因为父母外出打工，没有条件把孩子带在身边。解决“留守儿童”问题的关键是解决父母外出打工这一现实问题。政府应鼓励发展农业生产，使农村的劳动力能够得到充分的发挥，大力发展乡村企业，减少农村劳动力外流的现象。

5. 加强和完善社会制度，充分发挥社会教育职能

首先，拥有一个良好的社会环境是个体心理健康成长的必要条件。因此，社会有必要给予“留守儿童”更多的关注，有效的弥补家庭教育对其关怀的不足，多给予他们指导和帮助，为“留守儿童”营造良好的生活环境。

其次，良好的社会环境是“留守儿童”身心健康发展的客观要求。政府应加强和完善社会制度，维持社会秩序，严厉打击犯罪分子给社会带来的不良影响，加强对娱乐场所的有效管理，严厉打击传播不良音像制品的行为，维护社会安定，为“留守儿童”的心理健康成长创造一个积极向上的社会环境；多组织社会公益活动，抓住对社员进行思想道德教育的有利时机，呼吁社会成员多关注“留守儿童”及其他弱势群体，给予他们热心的关怀与帮助，让他们感觉到国家及政府的温暖。

6. 提高“留守儿童”自己调控能力

“留守儿童”自己调控能力的程度对其心理健康发展起着重要的作用。不同的自己体验，不同的自己控制，都会对“留守儿童”的身心健康发展产生不同程度的影响。为了使他们能够与其他同学一样健康发展，笔者认为必须培养“留守儿童”的个人素质。

首先，对“留守儿童”进行适当的情绪调节。格罗斯的研究发现，情绪调节可以减少表情行为、降低情感体验、从而减轻焦虑等负性情绪对人们的影响，因而对身心健康有益。因此，我们有必要对“留守儿童”进行适当的情绪调节，从不同的角度帮助“留守儿童”抑制或削弱其不良的情绪问题，维持和增加良好的情绪，使其正确面对现实，学会调整自己的心态，提高自己控制能力、自己认知能力以及提高对社会的适应性，能够帮助他们重建自信心，克服自卑、疑虑等不良心理；培养良好的自尊心，使其身心能够健康发展。

其次，加强“留守儿童”的自控能力，提高意志力。鼓励“留守儿童”正确面对眼前的挫折，敢于面对，敢于挑战，提高自己的独立性，坚定性和自制力。

第三，培养“留守儿童”建立良好的同伴关系及人际关系。良好的人际关系是儿童特殊的信息渠道和参照框架，也是儿

童得到情感支持的来源之一，可以满足儿童归属和爱的需要以及尊重的需要，对“留守儿童”的身心健康发展有着不可磨灭的作用。

课堂小结：不懂提问，课后私谈。

心理健康教育教案篇九

- 1、通过活动使幼儿体验，大家一起玩的快乐。
- 2、引导幼儿与同伴友好相处，培养幼儿合群、乐群的性格。

课件、磁带、录音机、大型积木、各种玩具若干。

- 1、给幼儿提供大家一起玩的机会。
- 2、引导幼儿在游戏活动中与同伴友好相处。

1、谈话导入：

2、展开：放课件，幼儿观看。

图二、我们看又发生了什么事情，妞妞怎么了？她为什么生气了？鼓励幼儿想办法：你可以和你的小伙伴商量一下，怎么做才能让妞妞不生气，快乐起来呢？小朋友想的办法真不错，我们看妞妞的小伙伴是怎样做的。

图三、来许多小朋友哄她（对不起，我们不是故意的，你别生气了）妞妞看到小朋友态度那么友好，就原谅了他们，也不生气了。

图四、小朋友们拉起妞妞的手说：“妞妞，和我们一起玩去吧”

图五、妞妞和大家一起玩，真快乐呀！

师提问：

(1)、小朋友你们觉得妞妞一个人玩快乐，还是和小朋友一起玩快乐？

(2)、你喜欢一个人玩还是和大家一起玩，当你和小朋友玩玩具或做游戏时，不小心碰到了别人或者碰坏了别人刚搭好积木时，怎么办呢？要向别人说：对不起，这样别人才原谅你，喜欢你，才能成为好朋友。

3总结：

刚才看了妞妞一个人玩不快乐，也没意思，只有和大家一起玩才是最快乐的，所以我们在幼儿园里要学会一起玩。