



《中国著名幼儿园》丛书

主 编：张新洲

副主编：徐启建 管旅华

中国教育报刊社 组织编写



浙师大杭州幼儿师范学院附属幼儿园

幼儿情绪能力培养

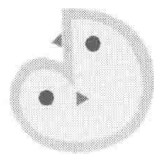


本册主编：王芳 朱瑶

 江苏凤凰少年儿童出版社



本册主编：王芳 朱瑶



浙师大杭州幼儿师范学院附属幼儿园

幼儿情绪能力培养

图书在版编目 (C I P) 数据

幼儿情绪能力培养 / 王芳, 朱瑶主编. -- 南京 :
江苏凤凰少年儿童出版社, 2015.1

(中国著名幼儿园)

ISBN 978-7-5346-8935-2

I. ①幼… II. ①王… ②朱… III. ①幼儿—情绪—
自我控制—能力培养—研究 IV. ①G61

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 313064 号

—幼儿情绪能力培养

有限公司

出版社

A 楼, 邮编: 210009

有限公司

公司

开	本	718 毫米×1000 毫米	1/16
印	张	17.5	
版	次	2015 年 7 月第 1 版	2015 年 7 月第 1 次印刷
书	号	ISBN 978-7-5346-8935-2	
定	价	34.00 元	

(图书如有印装错误请向出版社出版科调换)

前 言



浙江师范大学杭州幼儿师范学院附属幼儿园(原浙江幼儿师范学校附属幼儿园,简称“附幼”)是一所具有悠久办园历史的幼儿园,是浙江师范大学杭州幼儿师范学院的教育科研基地。幼儿园凭借着雄厚的科研力量和丰富的办园经验,一直以师资上乘、教育质量高而驰名,是浙江省第一所示范性幼儿园。

附幼人一直有自己的办学理想——“秉承附幼精神,真正地爱与尊重儿童,办最好的幼儿园,用最科学的方法养育孩子”。附幼人还提倡“把幼儿园还给孩子,把孩子还给他自己”。

现在物质充裕,生活顺遂,但还有很多人不能感受幸福,体验快乐;有些人生活在人群中,难以与人融洽相处;更为严重的是现在很多学生不断产生不良情绪:厌学、淡漠、孤独、自闭、畏缩,或者烦躁、焦虑、嫉妒,甚至仇视、敌意……孩子们的成长中缺少什么?我们发现,是这个世界忽视了人的情绪情感。心理学研究发现,儿童早期是情绪能力发展的关键期。幼儿情绪能力的发展在儿童的智力、个性等的形成和发展中起着非常重要的作用,医学、心理学、教育学、社会学的研究结果都表明:对于幼儿来说,情绪能力对其全面发展是十分重要的,而且儿童年龄越小,



情绪能力在其发展中的作用也越突出。情绪能力低的幼儿,在面对挑战的时候,不能控制自身的不良情绪,如焦虑、恐惧等情绪,容易产生退缩,从而导致个人认知和人格的发展迟滞。情绪能力低的孩子,无法有效地与同伴交往、与教师互动,不能从社会交往中获得成长发展的有效动力,这阻碍了幼儿的认知、人格和社会性的发展。

一切的研究,附幼人都力求把激发幼儿的内驱力、尊重幼儿的发展特点、促进幼儿能力发展最大化等放在重要位置,希望每个孩子做最好的自己;附幼也力求成为最好的幼儿园。因此幼儿园就从幼儿情绪能力培养为研究切入点,经历了十多年的研究,终于卓有成效。

情绪是人对客观事物的态度体验以及相应的行为反应,是个体心理体验的一个重要组成部分。情绪具有建立、维持和改变个体与外界关系的功能,情绪的这种功能被广泛认为是一种能力,即情绪能力(emotional competence)。

情绪能力主要包括三部分:表达能力、识别能力、调节能力。表达能力是指在一定情境下采用合适的方式正确地表达个人对外界事物和交往对象的自我情感体验的能力。识别能力是能够正确地理解、识别个人和他人的情绪状态的能力。调节能力则是能够合理地采用恰当的调节策略,调节和控制个体情绪状态的能力。情绪能力的三个组成部分是一个彼此关联的整体。个体在识别他人和本身的情绪状态的基础上,调节控制自己的情绪状态,并合理地表达自己的情绪状态。

幼儿情绪能力是指幼儿察觉、理解自己与他人的情绪,并在此基础上进行适当表达、调节控制,以帮助自己应对挑战、达成目标以及有效参与社交互动的适应性情绪反应。本研究首先对幼儿情绪能力发展的特点进行研究,结果发现:① 幼儿情绪表达的行为反应中,破坏行为比例占 28.38%,不存在年龄差异;② 幼儿在情境中理解他人情绪的能力低,小班幼儿的表情识别和情境中理解他人情绪的能力均低于中大班;③ 幼儿在生气和难过的情境下,更多地采用消极策略应对;中班幼儿的



消极策略使用低于其他年龄的幼儿；④ 引发幼儿积极情绪的事件依次为感官得到满足、需要得到满足和受到表扬；而引发幼儿消极情绪的事件依次为同伴争执、受到批评和需要得不到满足。

基于幼儿情绪能力发展特点，我们从教师成长和幼儿培养两个角度实施干预方案：① 教师成长中从教师自身情绪管理和对待幼儿情绪事件处理两方面进行培养；② 幼儿培养中采用日常教育和专门性情绪培养活动两类方式，日常教育活动包括借助情绪绘本提升幼儿情绪能力认知、行为规范、个别教育、入园适应和日常情绪环境创设；专门的情绪活动围绕同伴争执、受到批评和需要得不到满足等消极情绪事件，展开同伴交往、有效社会互动和应对挑战、达成目标两个适应性情绪能力的提升。

最后，我们对实验班和对比班幼儿情绪能力的提升效果进行了实验比较，结果发现幼儿在同伴交往中，应对挑战、达成目标的过程中的情绪能力均有显著提升，梯度入园能显著提升幼儿的入园适应能力。

本研究的理论意义：调查研究了幼儿在幼儿园日常生活中的情绪能力发展特点，并对幼儿适应性情绪反应进行了研究，不仅具有生态效度，而且具有一定的创新性。这一研究成果不仅丰富了幼儿情绪能力的理论研究，而且为幼儿日常情绪能力的培养研究提供了理论依据。

本研究的实践意义：第一次基于幼儿日常情绪能力的发展特点，系统完整地建立了一整套的专门的适应性情绪培养活动应用于幼儿情绪能力，不仅在认知层面上提升了幼儿的情绪表达、理解和调节能力，而且在行为角度提升了幼儿在生活中面对挑战、达成目标和有效参与社会互动的过程中的适应性情绪能力。这为幼儿情绪能力培养活动提供了范本和素材。

目 录

contents

前言	001
第一章 研究思路	001
一、幼儿情绪能力发展特点	001
二、幼儿情绪能力培养方案设计	007
第二章 实施过程	009
第一节 幼儿教师情绪能力的专业成长	009
一、教师对待幼儿的情绪	009
(一) 教师有效的批评和表扬	009
(二) 教师对幼儿情绪的有效回应	018
二、教师自身情绪管理	021
第二节 幼儿情绪能力培养	025
一、专门的适应性情绪培养活动	025
(一) 幼儿同伴交往中情绪能力的培养	028
案例:小班——“关注促交往”“友好促交往”	032
案例:中班——“赞美促交往”“理解促交往”	060
案例:大班——“合作促交往”	105
(二) 幼儿应对挑战、达成目标中情绪能力的培养	130
案例:小班——“母鸡孵蛋”	140
案例:中班——趣味拼图	180



案例:中班——小积木叠高楼	194
案例:大班——我爱刺绣	216
二、日常教育活动促进幼儿情绪能力的发展	230
(一) 入园适应促进托小班幼儿入园焦虑情绪缓解	230
(二) 日常教育中情绪能力训练	232
(三) 日常情绪环境创设	233
(四) 行为规范	243
(五) 个案分析	243
第三章 幼儿情绪能力培养效果验证	252
第一节 同伴交往能力中情绪能力的发展	252
第二节 应对挑战,达成目标情绪能力的发展	255
第三节 托班幼儿入园适应情绪能力提升	257
第四章 研究总结论	262
参考文献	264



第一章 研究思路

我们的研究从以下两方面入手：

- ① 幼儿情绪理解、表达和调节的发展特点，以及引发幼儿日常情绪的事件。
- ② 基于幼儿情绪能力现状制定培养干预方案。

一、幼儿情绪能力发展特点

（一）研究的具体内容

本研究主要通过问卷和观察的方法，用三个量表来研究幼儿的四种情绪能力的现状，具体研究内容如下：

1. 幼儿情绪情感表达能力现状研究

在情绪情感表达能力研究中，主要通过教师观察为主，研究幼儿在喜、怒、哀、惧四种基本情绪下的行为表现，以及引起四种基本情绪的事件原因。

2. 幼儿情绪情感识别能力现状研究

在情绪情感识别能力现状研究中，通过主试提问幼儿，研究幼儿对喜、怒、哀、惧四种情绪脸谱识别，对自我和他人的四种情绪识别，对他人日常情绪情境的四种情绪识别。

3. 幼儿情绪情感调节能力现状研究

在情绪情感调节能力现状研究中，通过教师评估，研究幼儿在日常生活中典型情绪情境下，如何调节自我行为。



（二）研究结果

1. 幼儿情绪表达特点

① 幼儿在高兴、生气、难过时的情绪表达，恰当反应的行为都在50%左右，害怕时的恰当反应在72.79%。在各情绪状态下，幼儿做出的伤害行为反应：幼儿在高兴时，指向自我行为占23.94%，指向他人行为占1.25%；幼儿在难过时，指向自我的行为占24%；幼儿在生气的时候，指向自我的行为占13.84%，指向他人的行为占22.10%。该类行为伤害幼儿自我和他人或物。指向自我的行为会给幼儿带来隐性的自我伤害，而指向他人的行为则会伤害幼儿同伴。两类反应都是我们所不期望出现的。

综上所述，幼儿情绪表达现状以恰当反应为主，但是幼儿在高兴、生气、难过时会出现伤害自我或他人(物)的行为，占有一定比例的人次，需要引起我们的重视。

② 引发幼儿高兴的事件有三类。按照所占比例大小依次为感官满足、需要得到满足和受到表扬。引发幼儿难过的事件有五类，按照比例大小依次为：受到批评、同伴争执、失去心爱的人或物、愿望破灭和身体不舒服。引发幼儿生气的事件有三类，按照所占比例大小依次为同伴争执、受到批评和需要得不到满足。引发幼儿害怕的事件有五类，按照所占比例大小依次为危险的情景和物、受到批评、对不可预知事物的害怕、移情害怕和怕人笑话。

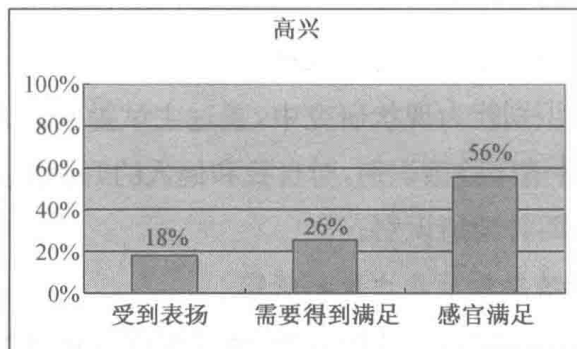


图1 引发幼儿高兴的事件

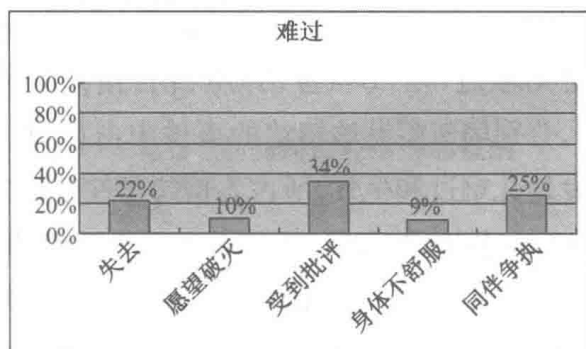


图 2 引发幼儿难过的事件

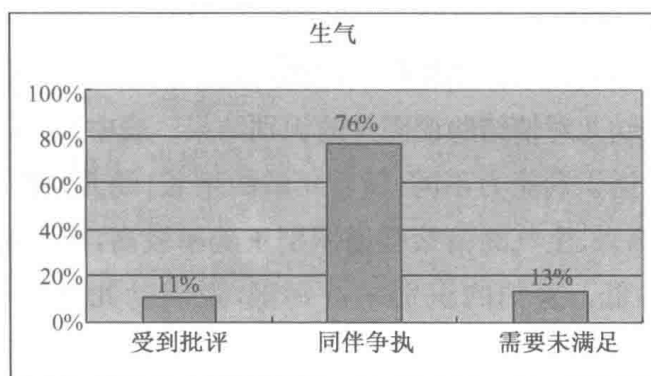


图 3 引发幼儿生气的事件

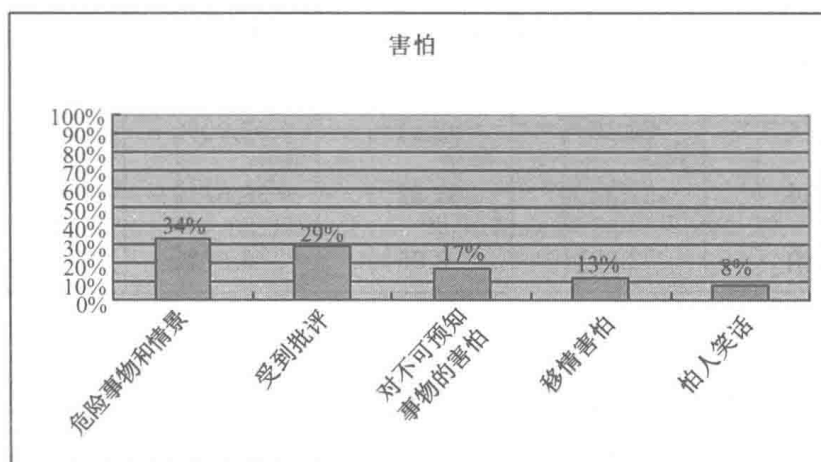


图 4 引发幼儿害怕的事件



综上所述,引发幼儿消极情绪的主要原因是,受到批评和同伴争执。受到批评引发幼儿难过、生气和害怕,所占各情绪事件比例依次是34%,11%,29%,分别居于引发该情绪的事件中占首位、第三位和第二位;同伴争执引发幼儿难过和生气,所占各情绪事件比例为25%,76%。

③ 年龄差异。在各情绪下的行为表现和引发该情绪的事件中,大、中、小班之间经卡方检验没有显著性差异, $p > 0.05$,由此可知,大、中、小班幼儿的情绪表现行为表现与引发情绪事件的比例没有差别。

2. 幼儿情绪理解能力特点

(1) 幼儿对情绪脸谱识别

主试呈现给幼儿四张情绪脸谱的图片,由幼儿分别说出是什么情绪娃娃。表1是幼儿对情绪脸谱图片的识别结果。表中显示,不同年龄的幼儿对情绪脸谱识别能力不同,随着年龄的增长,幼儿对图片识别能力增长;幼儿对高兴、生气的情绪脸谱识别正确率较高,而对难过、害怕的识别正确率偏低。害怕的识别率特别低,说明幼儿对害怕情绪了解不够。

表1 幼儿对情绪脸谱识别结果

图片识别	小班	中班	大班	总体
高兴	83.58%	98.68%	98.67%	94.04%
生气	73.13%	92.11%	92.00%	86.24%
难过	32.84%	51.32%	58.67%	48.17%
害怕	2.99%	3.95%	6.67%	4.59%

(2) 幼儿对自我情绪识别

主试询问幼儿,当你高兴、生气、难过、害怕时分别是哪个情绪脸谱,请幼儿做出相应的指认,结果见表2。

幼儿对自我情绪的识别中,总体而言,高兴情绪识别正确率最高,难过情绪识别率最低。



大、中班幼儿对自我情绪的识别正确率高于小班,中、大班之间没有显著性的差异。

表 2 幼儿对自我情绪的识别

自我	小班	中班	大班	总体
高兴	88.06%	97.37%	97.33%	94.50%
生气	89.55%	92.11%	88.00%	89.91%
难过	83.58%	86.84%	88.00%	86.24%
害怕	86.57%	92.11%	90.67%	89.91%

(3) 幼儿对他人情绪识别

主试询问幼儿,当明明(他人)高兴、生气、难过、害怕时分别是哪个情绪脸谱,请幼儿做出相应的指认。表 3 是幼儿对他人情绪识别的结果。

幼儿对他人生气情绪的识别正确率最高,而对难过情绪识别正确率较低。

中班、大班的幼儿对他人情绪的识别正确率高于小班,中班幼儿对他人生气的情绪识别正确率高于大班,而对他人害怕情绪的识别正确率低于大班。

表 3 幼儿对他人情绪的识别

他人	小班	中班	大班	总体
高兴	82.09%	96.05%	100.00%	93.12%
生气	89.55%	100.00%	97.33%	95.87%
难过	80.60%	96.05%	96.00%	91.28%
害怕	86.57%	97.37%	98.67%	94.50%

(4) 幼儿对日常情绪情境的情绪识别

主试询问幼儿,明明在四种情绪情境事件下,他应该是什么情绪娃



娃呢？请幼儿指出相应的情绪脸谱。表 4 是幼儿对他人在日常情绪情境下的情绪识别结果。

幼儿对他人的情境的情绪识别中，高兴情绪的识别正确率远远高于其他情绪。

不同年龄的幼儿对他人情境下的情绪识别具有差异，随着年龄的增长，识别能力也随之增长。

表 4 幼儿对他人典型情境的识别

情境识别	小班	中班	大班	总体
高兴	70.64%	94.74%	99.56%	88.99%
生气	36.82%	48.69%	51.11%	45.87%
难过	29.85%	53.29%	62.00%	49.08%
害怕	36.57%	53.95%	54.00%	48.62%

(5) 幼儿对各种情绪识别的差异比较

表 5 显示幼儿对他人情绪识别正确率最高。因为图片识别后有一个对图片识别进行矫正的过程，所以比较后三者，对他人情境情绪识别的正确率最低。

表 5 幼儿对各种情绪识别的差异比较

情绪	图片识别	自我识别	他人识别	情境识别
高兴	94.04%	94.50%	93.12%	88.99%
生气	86.24%	89.91%	95.87%	45.87%
难过	48.17%	86.24%	91.28%	49.08%
害怕	4.59%	89.91%	94.50%	48.62%

综合以上结果，我们得出以下结论：

① 学前幼儿对情绪的识别能力随着年龄的增长而逐步增长，小班对情绪的识别能力较弱，中、大班较好。



② 学前幼儿对高兴情绪的识别正确率最高。

③ 学前幼儿对他人情绪的识别正确率最高,而对情境情绪识别能力最低,对自我情绪识别居中。

3. 幼儿情绪调节能力特点

根据教师对幼儿日常情绪事件的观察,本调查从中选取四个典型情境,依次为受到表扬、受到批评、需要得不到满足和同伴争执,请教师对班上每位幼儿在日常四种典型情境下的调节控制表现进行评估选择,以此了解幼儿当前情绪情感调控的现状。

受到表扬时,幼儿的调节行为反应人次最多的是恰当反应,占 53.51%,诉说拥抱行为,占 21.14%,指向自我的行为反应,占 32.69%。

受到老师的批评时,幼儿的调节行为人次最多的是指向自我行为反应,占 52.18%;其次是恰当反应,占 40.44%;第三是指向他人的行为反应,占 10.30%。

需要未满足时,幼儿的调节行为人次最多的是指向自我的行为反应,占 47.37%;其次是想办法的行为反应,占 24.81%;第三是指向他人的行为反应,占 11.65%。

同伴争执时,幼儿调节行为人次最多的是建设性策略,占 37.28%;其次是指向他人的行为反应,占 27.29%;第三是告状行为的行为反应,占 26.95%,最后是指向自我的行为反应,占 8.47%。

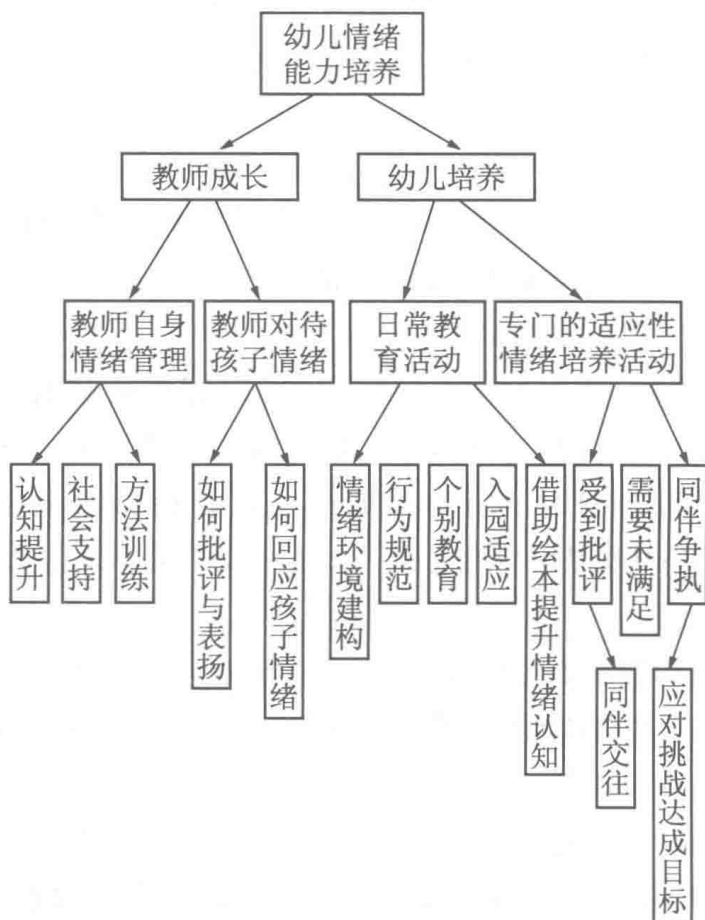
综上所述,幼儿在典型的四种日常情境中,指向自我和指向他人的行为需要注意,在受到表扬时,指向自我的行为反应为 32.69%;受到批评时,指向自我和指向他人的行为反应总和为 62.48%;需要未满足时,指向自我和指向他人行为反应总和为 60%;同伴争执时,幼儿指向他人和指向自我的行为反应和告状策略行为反应为 62%。

二、幼儿情绪能力培养方案设计

基于以上的研究,我们提出了幼儿情绪能力培养方案,从教师成长



和幼儿培养两个角度实施干预措施,如图所示。



幼儿情绪能力培养干预措施

第二章 实施过程

第一节 幼儿教师情绪能力的专业成长

一、教师对待幼儿的情绪

(一) 教师有效的批评和表扬

据幼儿日常情绪行为调查中,幼儿的消极情绪,如生气、难过、害怕,30%是由教师批评引起的。教师的表扬能够让部分幼儿感到高兴,部分幼儿嫉妒。教师应采用科学的方式对幼儿的行为进行批评和表扬,帮助孩子发展情绪能力。

1. 批评的艺术

教师批评的目的是为了让幼儿改正错误,遇到类似的问题时不再受到批评。有效的批评首先要让幼儿接受,理解批评内容,接着是把教师的批评化成自己的行为,从而抑制或消退不正确的行为。

一是如何批评。首先要明确批评哪件事情,不可一竿子打死一船人,一次就批评了幼儿所有的问题,而是就事论事,针对一件事情进行批评教育。其次是了解幼儿是否能改进,能做到什么程度,是否同意去改。再次就是希望幼儿怎样改进,向幼儿指明对的方向,要求幼儿做正确的行为。

二是巧妙利用“非语言效应”。教师蹲下来,与幼儿保持相同的高度,缩短两者之间的距离,表情亲切温和,采用和缓入耳的陈述句和疑问