

普通高等教育“十二五”规划教材



21世纪学前教育专业规划教材

学前儿童的情绪教育 理论与实践

Emotional
Education for
Young Children

李燕 等编著



北京大学出版社
PEKING UNIVERSITY PRESS



普通高等教育“十二五”规划教材

21世纪学前教育专业规划教材

博雅

学前儿童的情绪教育 理论与实践

Emotional
Education for
Young Children

李燕 等编著



北京大学出版社
PEKING UNIVERSITY PRESS

图书在版编目(CIP)数据

学前儿童的情绪教育:理论与实践/李燕等编著. —北京:北京大学出版社, 2014. 4
(21 世纪学前教育专业规划教材)

ISBN 978-7-301-23826-4

I. ①学… II. ①李… III. ①学前儿童—情绪—家庭教育—幼儿师范学校—教材
IV. ①G78②G613

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 018861 号

书 名: 学前儿童的情绪教育:理论与实践

著作责任者: 李 燕 等编著

责任编辑: 赵学敏

标准书号: ISBN 978-7-301-23826-4/G · 3789

出版发行: 北京大学出版社

地 址: 北京市海淀区成府路 205 号 100871

电 话: 邮购部 62752015 发行部 62750672 编辑部 62754934 出版部 62754962

网 址: <http://www.pup.cn> 新浪官方微博: @北京大学出版社

电子信箱: zyjy@pup.cn

印 刷 者: 北京富生印刷厂

经 销 者: 新华书店

787 毫米×1092 毫米 16 开本 22.5 印张 430 千字

2014 年 4 月第 1 版 2014 年 4 月第 1 次印刷

定 价: 48.00 元

未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。

版权所有, 侵权必究

举报电话: 010-62752024 电子信箱: fd@pup.pku.edu.cn

前言

在幼儿教育领域，我们关心幼儿的语言、科学素养及数概念发展，关注他们的身心健康，我们希望能有效地经营、管理班级，有效地与家长沟通、与家庭合作……这都与幼儿的情绪有关。积极的情绪有利于幼儿各方面的发展和学习，而幼儿的很多问题也是由他们的情绪问题所导致，情绪（快乐、感兴趣、喜悦、伤心、害怕、愤怒、生气、害羞和惊讶等）为幼儿的发展与学习涂抹上了或明丽、多彩，或阴郁、灰暗的色彩。

相关研究发现，幼儿的情绪发展与幼儿的成长和学习、与幼儿园课程的实施密切相关；幼儿的情绪能力影响他们的学习准备、同伴关系和幼儿园适应，影响他们未来的学校适应、学业成就以及积极的人际互动。

本书的宗旨，是希望教师更多地关注幼儿情绪的健康发展、注重教师和幼儿间信任感与亲密情感关系的建立，强调在幼儿园一日生活中支持幼儿情绪能力的发展，促进儿童情感、社会性的发展，促进儿童日后的学校适应和学业发展，进而促进儿童健康人格的培养以培养全面发展的儿童。

本书是在我们近十年相关研究与思考的支持下，在上海师范大学学前教育专业开设的本科限定选修课“幼儿情绪教育”和研究生课程“幼儿情绪能力的发展”的基础上，在教育部人文社会科学研究项目“幼儿情绪能力培养的理论与实践研究”（项目编号09YJA880088）的资助下完成的。

本书凝聚了很多人的心血。我承担了全书的策划、提纲编写、统稿等工作。各章的写作分工如下：第一章，李燕；第二章，申海燕；第三、六、十二章，郭晓轩；第四、七、十三章，武琬霄；第五、十一、十四章，王斐；第八章，王厚菊、申海燕；第九章，袁军荣；第十章，王厚菊；第十五章，陈露、吕芳、王悦敏。研究生殷菁彤、高竹青、王英杰、徐欢、吴慧娴、周园园等为相关资料的收集与整理、部分校稿工作付出了大量的时间和精力。各章拓展阅读部分的绘本由殷菁彤、王英杰、高竹青整理。本书的完成是我们这个充满生机和活力的团队共同努力的成果。此外，很多幼儿园，特别是上海师范大学闵行实验幼儿园，为我们提供了大量案例和素材。北京大学出版社编辑赵学敏也为本书的出版付出了辛勤的劳动。在此，我们一并致以深深的谢意！

需要指出的是，本书的观点与思想只是我们前一阶段研究、实践与反思的概括和总结。我们热忱希望专家、读者对书中的观点与内容提出宝贵意见与建议，同时也希望越来越多的研究者、教育管理与政策制定者和幼儿教育实践者高度关注幼儿的情绪、关注幼儿情绪能力的发展，我们自己也将继续深入对幼儿情绪、社会性发展与教育领域问题的研究，为夯实幼儿情绪社会性发展与教育的学科基础贡献我们的智慧和力量。

李燕

2013年12月

上海师范大学田家炳书院

目 录

第一章 导论	1
第二章 幼儿情绪的发展及其影响因素	15
第一节 情绪体验的发展	16
第二节 幼儿对自己情绪的理解	20
第三节 幼儿对他人情绪的识别	23
第四节 情绪的调节与控制	24
第五节 幼儿阶段的情绪发展任务	30
第六节 情绪发展的影响因素	32
第三章 创造一个有安全感的环境	35
第一节 安全感与幼儿的健康发展	37
第二节 营造安全的学习氛围	43
第三节 情感沟通与安全感的建立	47
第四节 影响幼儿情绪安全感发展的关键时机	52
第四章 帮助幼儿理解情绪	57
第一节 幼儿情绪理解能力	58
第二节 情绪理解能力的发展及其影响因素	63
第三节 帮助幼儿理解情绪的策略	66
第五章 示范真诚合适的情绪表达	75
第一节 真诚合适的情绪示范	77
第二节 真诚合适的情绪示范在幼儿园的应用	80
第三节 真诚合适的情绪示范在幼儿园实践中应注意的问题	89
第六章 支持幼儿的情绪调节	95
第一节 情绪调节	98

第二节	情绪调适能力的发展	101
第三节	创造有利于情绪调适能力发展的幼儿园班级环境	110
第七章	了解并尊重幼儿情绪表达风格的个体差异	115
第一节	情绪表达风格的意涵	116
第二节	幼儿情绪表达风格的维度	117
第三节	了解幼儿情绪表达风格的途径	120
第四节	情绪表达风格的差异对教学的启发	123
第八章	支持幼儿应对消极情绪	125
第一节	幼儿的消极情绪反应	126
第二节	情绪反应类型的相关理论	131
第三节	帮助幼儿应对消极情绪	135
第九章	支持幼儿应对压力事件	141
第一节	现代幼儿面临的压力	142
第二节	压力与幼儿的成长	154
第三节	帮助幼儿应对压力	157
第十章	促进幼儿社会问题解决能力的发展	167
第一节	儿童社会问题解决能力的发展	168
第二节	培养幼儿社会问题解决的能力	173
第三节	班会在培养幼儿解决社会问题能力中的应用	182
第十一章	积极的情绪与幼儿的学习	189
第一节	积极的情绪对幼儿学习的影响	191
第二节	发展幼儿对学业的兴趣和积极体验	196
第三节	延伸幼儿的学习兴趣	202
第十二章	提升幼儿情绪调节与控制能力的实践研究——以图画书为载体	207
第一节	理论基础	209
第二节	课程实施	211
第三节	实施效果	222
第十三章	促进小班幼儿情绪理解能力的实践研究——以主题性音乐游戏为载体	235
第一节	理论基础	236
第二节	课程实施	244
第三节	实施效果	256

第十四章	以图画书和角色扮演为载体开展大班幼儿愤怒控制的实践研究	269
第一节	理论基础	270
第二节	课程实践	273
第三节	效果分析及建议反思	279
第十五章	以提高社会情绪能力为中心的害羞幼儿干预项目	291
第一节	理解害羞和害羞幼儿	292
第二节	HUGS 干预方案	298
第三节	其他干预研究项目	304
附录	与情绪有关的图画书	309
主要参考文献		345



第一章

导 论

情绪是个体对外部和内部事物的主观体验，并“表露于神经肌肉、呼吸系统、心血管系统、荷尔蒙系统以及其他身体改变，以对可能表现出来的外显行为预作准备”（韦氏字典对情绪的解释）。情绪是对事件的主观反应，并伴随生理的、经验的以及外显行为的改变。引起情绪反应的，并非事件，而是个人对事件的评价而导致的特定体验。认知评价和人格系统在情绪过程中起了重要作用，反过来，情绪也会影响认知过程，对其他行为或心理过程起着引发、保持、减弱或者中断的作用。

一、情绪智力与情绪教育

（一）什么是情绪智力

情绪智力（emotional intelligence）是由美国耶鲁大学萨拉维和新罕布什尔大学的梅耶（Salovey & Marer, 1990）提出的，意指个人对自己情绪的把握和控制，对他人情绪的认识和管理，以及对人生的积极态度和耐挫能力。

之后，情绪智力的研究引起研究者的广泛兴趣。关于情绪智力的结构模型也有不同观点。其中萨拉维和梅耶（1997）提出的情绪智力的能力模型在理论上影响最大。他们认为，情绪智力包括四个方面：情绪知觉、评价和表达能力（对自己的生理状态、感情和思维中情绪的识别与表达，对他人、艺术作品、语言中情绪的识别与表达）；在思维中对情绪进行同化的能力（如产生有助于判断和记忆的情绪的能力）；对情绪的理解与分析能力（如情绪推理的能力）；对自己和他人情绪进行有效调控的能力（保持乐观的能力，对情绪进行调节、控制的能力）等。

高尔曼（Goleman, 1995）提出的混合模型在实践领域影响也很大。他认为，情绪智力分为五个基本方面，从个体角度来看，它包括自我了解、自我调节、自我激励，从社会角度来看，它包括社会认识、社交技巧，具体内容如下。

- 自我了解：认识自己情绪的能力

- （1）情绪认知：认识自己的情绪特征及其影响；
- （2）正确地自我评价：懂得自己的优势与缺点；
- （3）自信心：肯定自己的价值与能力。

- 自我调节：对情绪的调节、控制能力

- （1）自我控制：学会控制负面情绪，避免冲动行事；
- （2）诚信心：恪守诚信的准则；
- （3）责任感：为自己的行为负责；
- （4）适应性能力：能够灵活应对各种变化；

(5) 创新意识：以开放的眼光接受新观点、新事物。

• 自我激励

(1) 合理调配自己的情绪以有利于目标达成、“进入状态”的能力；

(2) 表露满意和抑制冲动的能力；

(3) 成就动机：竭力提升自我，追求卓越；

(4) 进取心：做好准备应对各种机遇；

(5) 积极的态度：无论险阻，为达成目标坚持不懈。

• 社会认识：识别、理解他人的能力

(1) 同理心：同情意识，移情能力，体会他人情绪想法、设身处地为他人着想；

(2) 服务意识：预测、认识并满足他人的需求；

(3) 培养他人：了解他人所需以发展和培养他人的能力；

(4) 促进多样化：通过多样化人才孕育多样化的发展机会；

(5) 政治意识：知晓某个群体的情绪时势及权力关系。

• 社交技巧：处理人际关系的能力

(1) 支配力：交往时能够有效地运用劝说策略；

(2) 沟通力：使用清楚明了又有说服力的语言；

(3) 领导力：鼓励和引导他人；

(4) 促进改变：促进社交的多样并善于掌握各种变化；

(5) 冲突管理：学会沟通与磋商，协力解决分歧；

(6) 建立人际纽带：建立互助型的人际关系；

(7) 驾驭他人情绪的能力，平和地与他人互动的能力等；

(8) 协同合作：为同一个目标和他人共同合作；

(9) 团队能力：创建一个为共同目标努力的工作小组。

简言之，情绪智力的这五个方面和人的情绪息息相关，它们帮助个体了解并有效管理自己的情绪，学会自我激励，认识和理解他人的情绪，学会通过掌控他人的情绪来处理人际关系。

情绪与情绪能力对个体的行为和社会适应影响，有其生理机制。心理学的研究表明，边缘系统是情绪和动机中枢，它包括边缘叶及周围相连的皮下细胞核。进化论认为，人类最初的情绪如愤怒、恐惧、快乐等都与人类生存关系密切，其产生于边缘系统。而爱等高级情感产生于大脑皮层的高级中枢边缘系统与大脑皮层有固定的神经通道，情绪由边缘系统产生，经神经通路传入大脑皮层，经皮质整合后产生一定的主观体验，并影响和支配

人的决策和行为。因此边缘系统与大脑皮层形成了广泛而深刻的相互影响机制，积极的情绪有利于皮层的决策过程，而消极情绪则会降低皮层的工作效率。这就构成了情绪智力的神经生理基础。

（二）幼儿的情绪教育

对成人而言，情绪智力会影响他们的职业发展和社会适应。对儿童而言，情绪能力则会影响他们社会能力的发展。儿童的情绪能力可以分为三个组成部分：适宜的情绪表达能力（competent emotional expressivity），即相对较多地表现积极情绪，相对较少地表现出负面情绪；情绪认知能力（competent emotional knowledge），即正确认识他人情绪及推断成因的能力；情绪调控能力（competent emotional regulation），即调整情绪经验和情绪表现到适合的程度以成功达到个人目标的能力（Denham et al., 2003）。研究发现，情绪能力的这三个组成部分都与儿童的社会能力有关。例如，常表现出积极反应，较少表现出生气或失望等负面情绪的儿童更受老师的欢迎，与同龄人的关系也更良好（Hubbard, 2001；Ladd, Birch, & Buhs, 1999；Rubin, Bukowski, & Parker, 1998）。情绪理解得分高的儿童，其老师对其在社会能力方面的评分也会较高，他们会运用社会技巧建立良好积极的同学关系（Brown & Dunn, 1996；Dunn, Cutting, & Fisher, 2002；Mostow et al., 2002）。而那些无法调节自我情绪（尤其是生气的情绪）的儿童通常不被同龄人接受（Rubin, Bukowski, & Parker, 1998），这些儿童面临的问题包括过分冲动、缺乏自控能力、不适当地争强好斗、焦虑、沮丧以及社会退缩等（Eisenberg, Cumberland et al., 2001；Gilliom et al., 2002；Maughan & Cicchetti, 2002）。

在一项纵向研究中（Susanne Denham, et.al., 2003），研究者对3～4岁儿童情绪能力的三种组成部分进行评估，目的在于测定儿童早期情绪发展中哪些方面对其学龄前期显现的社会能力存在明显的关联。情绪表达：观察并测试每位被试245分钟内表现出积极或消极情绪的频率。情绪知识：测量儿童对于8种不同情境下玩偶情绪的预测能力（例如，玩偶在得到一个冰淇淋后的情绪感受；在做了一个噩梦之后的情绪感受，等等）。情绪的自我调控能力：根据母亲报告儿童的情绪调节行为以及儿童在观察期内失控行为的实例共同测定。社会能力的测定在儿童3～4岁时进行第一次测量，随后在儿童进入学前班（相当于中大班年龄）后再进行一次社会能力的测量。这些测量包括老师和保育员评价儿童对同伴感情的合作性和敏感性，也包括同伴对被试受欢迎程度的评价。研究结果表明，在3～4岁期间，儿童的情绪表达可预测其情绪知识及情绪的自我调控能力，积极情绪占主导的儿童通常更具备情绪方面的知识，也更能调控自我情绪。而情绪的自我调控能力可以预测儿童的社会能力。情绪调控能力高的儿童被老师和保育员评定为更有社会能力的群体，也更

受日托所里同伴们的喜爱。但是，到了学前班阶段，情况有所变化：良好的情绪表达能力（即以积极情绪为主导的情绪表达）和良好的情绪知识成为预测幼儿社会能力的优良指标，而情绪的自我调控能力在此阶段的地位有所下降，并非首要预测指标。

该研究表明，早期情绪能力的三个方面都对儿童日后逐渐出现的社会能力具有一定预测力，并最终预测出儿童可能的社会调节与社会互动范式。很显然，年幼儿童正在学习特定情绪的表达，学习如何抑制和自我调节不良情绪，学习如何理解他人的情绪并作出适当反应，这些学习都对儿童至关重要，能帮助儿童更好地适应社会生活，对其童年期、青春期及一生都意义重大。

（三）幼儿情绪教育的现状

幼儿园课程改革使教师越来越关注孩子的发展，在幼儿园活动设计、课程设计、幼儿园和班级环境设计等方面都会考虑从幼儿已有经验出发，平衡教师预设和幼儿生成的关系，为幼儿发展创设最适宜的发展条件。但是，教师在为幼儿准备材料、活动或环境，以及对幼儿评价和幼儿互动时，更多的是关注幼儿的已有知识经验、认知发展水平和对幼儿认知能力的促进，对幼儿社会性发展的关注也开始增加，但对幼儿情感发展的关注还不够。很多教师对幼儿比较严格，拒绝接受幼儿生气等负面情绪的表达，或者忽略幼儿的消极情绪，甚至有消极情绪的孩子给以惩罚，因为有时孩子的消极情绪也会让教师烦躁，难怪一位刚入职不久的教师抱怨说：“她（已经入园一个多月了的小班幼儿）哭得我烦死了，课也上不好，我让她一个人到卫生间里去哭，她就不哭了。”

教师忽略孩子的情绪教育，原因有很多。教师对幼儿情绪的理解、对情绪与发展关系的认识、对幼儿消极情绪的错误归因等，都会影响教师对幼儿情绪的关注。幼儿教师的工作条件也会影响他们对幼儿情绪的关注，比如不合理的师生比、繁重的文案工作和其他工作压力（如做“课题”等工作），都可能会使教师忽略孩子的情绪问题。社会的一些偏见及社会事件，如教师对学生的“性侵事件”也都会让教师谨慎小心地与幼儿保持适当距离的身体接触，甚至很多地方教育管理部门或幼儿园管理者规定，男教师不许与女幼儿有身体接触，以免纠纷或误解产生。刨除消极“性侵事件”的影响，这种担忧也是有理由的。在一项研究中，研究者给父母和其他成年人展示了一段视频，视频中成人与幼儿正在进行一种伙伴方式的互动，有些画面包括成人与幼儿间有亲密的接触。教育者告知一部分观众，视频中的成年人是幼儿的老师，另一部分观众被告知，视频中的成年人是幼儿的父母，要求观众简要说明他们对每个画面的满意程度。结果发现，如果被告知该成人是孩子的男老师，而且身体接触的对象是女性，则观众对成人与幼儿间的身体接触主要持不赞成的态度。

能力本位的评价体系，也会导致幼儿园忽视幼儿情绪能力的培养。研究发现，情绪与认知发展是同步且正相关的；以教师为中心、以幼儿认知发展和知识学习为中心的幼儿教师，缺乏创造支持性情绪的学习环境的能力，对幼儿不当行为的处理比较消极，不利于幼儿认知能力和社会能力的发展。

在幼儿园，如果教师忽视幼儿的情绪，或者与幼儿缺乏情感交流，而是保持与幼儿较为疏远的距离，对幼儿日后的社会情绪发展和他们的认知能力都可能会产生负面影响，主要表现为如下几方面。

（1）情绪能力与幼儿的社会能力有关。

（2）幼儿的情感特征和情绪能力与他们的社会适应、学业适应有显著相关：与教师有不安全依恋关系（冲突或冷淡的师生关系）的幼儿，其日后更可能有社会适应问题和学业问题（Hamre & Pianta 2001；Howes & Ritchie，2002）。

（3）在任何一个年龄，人的情绪都会影响人的行为，影响学习或工作成就。情绪消极或情绪调适有困难的幼儿进入幼儿园后，不能控制他们的愤怒或忧伤，不能积极地投入幼儿园活动和学习活动，可能会产生学校适应问题。

（4）不能理解情绪、不能够说明自己的情绪，或者不能正确识别他人情绪的幼儿，很难以积极的热情投入学业活动，学习效果也明显较差（Schultz, Izard, Ackerman & Youngstrom, 2001）。西方学者对辍学学童的研究表明，有持续情绪调适困难的幼儿，特别是经常表现愤怒和攻击行为的幼儿，日后辍学、反社会甚至是违法的比例较高（Raver, 2002）。

二、幼儿情绪教育的实施

幼儿的情绪发展是在日常生活中实现的，无论是积极情感，如欢乐、兴趣、惊奇，还是消极情感，如悲伤、愤怒、害怕，都在幼儿发展中扮演很重要的角色。幼儿的情绪表达、理解和调适能力，有一定的发展模式。先天生理因素（如气质）与后天环境（如文化、人际关系）和学习，共同影响着幼儿情绪表达、理解和调适能力的发展。情绪教育是幼儿园教育中的重要内容之一，也是幼儿入学准备的重要指标之一。教师要关怀幼儿，满足他们的情感需要，与幼儿建立相互支持的、安全的依恋关系；还要支持幼儿的情绪发展，帮助他们发展敏锐的观察力，对有情绪调适困难的幼儿给予适宜的干预，为孩子提供积极、乐观、向上的情绪氛围，提供相互支持、相互信任、安全的幼儿园生活和学习环境。

（一）幼儿园情绪教育的目标

情绪发展是幼儿阶段的重要任务之一，情绪教育是幼儿园教育中重要的内容。幼儿情

绪发展与教育的总目标是：培养幼儿与教师间强烈的情感关系与信任感；给幼儿提供满足情绪安全感的学习经验；发展幼儿的情绪能力：发展幼儿适宜的情感表达方式，支持幼儿情绪的社会化过程；培养幼儿的情绪沟通能力；培养幼儿对幼儿园、教师、幼儿园活动、学习活动的积极态度和情感体验。

1. 培养幼儿和教师间强烈的情感关系和信任感

教育部2012年9月公布的《3—6岁儿童学习与发展指南》中规定，幼儿园要“营造温暖、轻松的心理环境，让幼儿形成安全感和信赖感”。健康的师幼关系是幼儿园情绪教育的基础。幼儿在园一日活动中，无论是自由活动、自主游戏，还是各个生活环节、集体教学活动，都是建立积极、稳定、亲密、相互信任的师幼关系的课堂。教师在任何环节都要有意识地与幼儿建立积极的情感关系，让幼儿能信任教师。

第一，教师要及时、敏感地满足幼儿的情感需求；通过拥抱、身体接近等肢体接触，让幼儿感受到被爱，感受到自己的存在和价值，感受到自己被需要，使幼儿保持积极、愉快的情绪状态。同时，以欣赏的态度对待幼儿。注意发现幼儿的优点，接纳他们的个体差异，不简单与同伴作横向比较。尊重幼儿的个性差异和发展水平的差异，接受孩子发展中的问题，帮助并支持幼儿健康成长，即使在幼儿做错事时也要冷静处理，不厉声斥责，更不能打骂。

第二，与家长沟通，建立与家长间相互信任的、积极的合作伙伴关系。例如，在幼儿刚入园的第一个星期，鼓励家长暂时留在幼儿园一段时间陪伴幼儿，安排在园或园外的亲子互动让家长 and 幼儿共同完成一些任务或游戏活动，以提高家长对幼儿发展与教育的参与频率，还可以让幼儿带家人的照片到幼儿园与大家分享，这一方面有利于幼儿发展在幼儿园的安全感和归属感，也向家长表达了幼儿园对家庭的接纳和欢迎。教师还可以在每天家长接孩子时，安排与家长沟通的时间，这一方面能让教师更了解孩子的情况，也有利于建立家长和教师的伙伴关系，为家长提供一个表达个人对幼儿园感受的机会。

2. 培养幼儿的积极态度和对幼儿园活动积极的情感体验

对幼儿园积极的情感体验，是幼儿日后对学习、工作积极态度的基础。如果幼儿能在阅读图画书、探索周围环境、学习新的运动技能或学习数概念以及其他集体教学活动中，感受到学习活动的乐趣，感受到通过努力完成任务后的自豪感，积累了抑制冲动的经历，他们在日后的学习、生活中就可能表现出更多的自我激励。

幼儿园教师为孩子提供的学习活动与游戏活动，目的之一是培养他们的探索精神和积极的自我评价和自我激励，支持幼儿的全人发展。因此，在满足幼儿安全感与信任感的基础上，教师还要为幼儿提供能满足他们情绪安全感的学习活动与学习环境。要在教

学活动中强调：帮助幼儿处理与家人短暂分离的情绪焦虑，培养幼儿对学习的积极态度，为提供幼儿感觉的刺激与愉悦享受，为幼儿提供适宜的学习活动和学习材料，帮助他们体验学习的乐趣和探索、发现的魅力，提供适于探索的班级环境，创造愉悦的学习气氛与社交活动。

例如，有一位教师在她的小班教室里放了一个用包装冰箱的大纸盒箱子做成的小房子，房子上有窗有门。开学的第一周，这个小房子吸引了许多幼儿的注意力。幼儿们从房子里进进出出，有的孩子躲在里面，有的孩子玩捉迷藏。这个小房子为孩子提供了相互交流的机会，促进了他们语言能力的发展；让孩子们体验躲猫猫的快乐；也为他们提供了有关守恒（物体的消失与重现）等的经验，还为尚未获得安全感的孩子提供了一个独自待一会儿的空间。这种环境设计，既有利于孩子语言和认知能力的发展，也为孩子提供了有安全感的学习和生活环境，以及积极愉快的幼儿园情绪体验。

在另一位教师的中班，教师为孩子们安排了“图画书分享活动”，她让孩子们自由选择要看的图画书，还鼓励孩子们轮流向别的孩子介绍、分享他们看的书，并鼓励幼儿欣赏并说出同伴的优点。借此，教师为孩子提供了选择的机会、认真阅读的经验，以及与他人分享想法的经验，培养了幼儿仔细阅读的态度和想要与别人分享的愿望，培养了他们对书籍的亲近感，喜欢阅读的习惯，这些都为孩子们日后形成对图书的积极态度和阅读兴趣以及积极良好的阅读习惯打下基础。同时，教师通过在活动中鼓励孩子相互欣赏，既满足了幼儿被团体接受和获得同伴认同的情绪需求，以及与他人分享想法、相互交流、当众表达自己的能力，也培养了孩子欣赏他人、发现他人优点的特质。

3. 培养幼儿接纳自己的情绪和适当表达情绪的能力

情绪表达能力，是幼儿情绪能力的重要内容之一，也是幼儿教育的重要目标。一方面，教师要理解、接纳并尊重幼儿的消极情绪感受与表达。例如，刚入园的幼儿在开学第一周里，当幼儿的家长要离开时会号啕大哭，是正常的，教师要敏感地察觉幼儿的悲伤情绪感受，为他们提供安慰和应对、处理消极情绪的策略，如拥抱他们，递给他们面纸，为他们选择与分离焦虑、入园适应有关的图画书，鼓励他们表达自己的哀伤，鼓励他们积极应对。

另一方面，教师也要鼓励孩子表达积极的情绪感受，如快乐、好奇或惊讶等感觉，帮助他们体验快乐的幼儿园生活和学习经验，体验阅读的快乐，学习感受、表达积极的情绪，学习用语言表达自己的高兴，并与他人分享自己的快乐。同时，教师还要给幼儿提供表达积极体验、传递正能量，对幼儿给以人文关怀他人的榜样示范，如可以说：“你非常认真地读完了这个故事，还讲给我们听，这真是一个有趣的故事！你一定非常喜欢这本书！”

4. 培养幼儿情绪管理的能力和关爱、理解他人情绪的能力

“帮助幼儿学会恰当表达和调控情绪”是《3—6岁儿童学习与发展指南》提出的幼儿教育的重要目标之一。情绪社会化,包括情绪管理能力,识别他人情绪的能力,以及处理与他人关系的能力。情绪管理能力,包括能正确处理情绪问题,摆脱消极情绪如焦虑、伤心等的能力,自我安慰的能力,以及自我激励的能力等。幼儿教育应强调培养幼儿情绪管理能力的发展,培养幼儿学习调节、控制、管理消极情绪,并学习以社会接受的方式表达自己的消极情绪。老师可以这样叫孩子冷静下来:“我知道这件事让你很生气,如果你在娃娃家那里一个人待一会,也许会好受一点,之后我们可以思考怎么解决这个问题。”

处理与他人关系的能力,尤其是与他人互动的能力,如理解他人感受的能力,倾听他人说话、尊重他人意见,以及与同伴建立、维持友爱关系的能力,是情绪社会化的重要内容之一。幼儿教师在教育教学活动中要注意培养幼儿对他人情感的敏感性和同理心,帮助幼儿发展关怀他人的情绪,对他人信任,与他人建立真挚的友谊,培养幼儿对团体的归属感和认同感。建立倾听他人说话、尊重别人意见以及友爱的班级规范,是帮助幼儿学习处理与他人关系能力的方法。

对幼儿的情绪教育既可以是单独进行的教育活动,也可以整合于幼儿园一日生活的各个环节,整合于各领域教育教学活动中。不同领域、不同形式的幼儿园课程和活动都各有其独特性,每一个幼儿班级的社会生态环境也都是由幼儿和教师、班级环境共同营造的。幼儿园课程设计者要根据幼儿情绪发展特点、情绪能力发展的基本框架,来设计课程目标、选择课程活动、经营师生互动、评价幼儿的学习结果等。下面,我们将讨论以促进情绪发展为中心的幼儿园在设计幼儿园情绪教育时必须遵循的原则,希望每一位幼儿教师都能在了解自己教学风格的基础上,将这些基本原则整合到各领域的教育教学活动中,整合于自己的工作中,以帮助幼儿健康成长。

1. 幼儿情绪的积极投入

积极的情绪体验,对学习、游戏活动的专注和投入,是幼儿情绪教育的构成要素之一。关注幼儿的情绪发展,并不是要让幼儿们整天乐趣不断,而是要培养孩子在活动中情绪的投入。孩子能以极大的热情和专注投入于他们做的事情中——无论是游戏活动还是学习活动。当幼儿忙于幼儿园的游戏或学习活动时,他们的神情、声音和身体,都应该显示出深受学习活动的吸引并陶醉其中,对所有的活动都流露出浓厚的好奇心和兴趣。当他们投入到游戏活动时,他们的脸上会表现出专注和投入;当他们集中精力完成某个任务时,他们可能会皱起眉头、嘴唇紧闭,表现出专心致志的神情;当他们解决一个新问题、听到一个

有趣的声音或产生一个非预期的结果时，他们会自然地大笑，并表现出惊奇、快乐的神情。

总之，情绪投入是强调幼儿在幼儿园，经常能带着新鲜感与兴趣，去接触新的学习任务和活动。从幼儿的外表来看，他们对自己的学习能力充满乐观与自信；从事主题活动时，充满了兴趣，表现出专心的态度；当他们需要帮助时，教师或同伴会给予支持与协助。教师会关心幼儿完成任务时的投入程度，也关心幼儿对活动的满意度。

2. 温暖、安全的师生关系

关注幼儿情绪能力发展的幼儿园，其师幼关系的基本特征是：温暖、真诚、亲密、相互支持。如果教师对幼儿有充分的理解，能从与幼儿的互动中获得愉悦，教师就能真正地参与幼儿的活动、分享孩子的问题和成就，能接受幼儿任何情绪表达，并给予适当回应，使幼儿能从教师或同伴那里，得到安慰与情绪支持；并能与幼儿建立积极的互动和情感关系，建立相互支持的学习氛围，满足幼儿的情感需求，帮助幼儿建立安全感，发展积极的自我评价，发展积极的人际互动模式。比如这样一个场景，“毛毛，你的毛衣上面有一个足球！你喜欢运动！”教师亲热地摸摸毛毛的衣服，还慢慢地把毛毛的身子转过去，好让其他孩子也能看到那个足球。在这样的情绪氛围中，幼儿能够自信地接近老师、寻求协助或寻求合作对象；幼儿会乐于分享问题、乐于学习。

具体地说，关注幼儿情绪发展的幼儿园教师，在师幼关系中有以下特征：

- (1) 能营造有利于幼儿发展情绪的师生关系；
- (2) 能接纳幼儿的感觉；
- (3) 能在幼儿需要肯定、安慰与包容时，给予适当的回应。

3. 重视幼儿的个别差异，并能针对情绪能力相对较弱的幼儿设计课程活动或提供学习机会

关注幼儿情绪发展的教师，理解并尊重孩子的个体差异，尊重孩子们由于气质不同导致的情绪与社会性特质的差异，允许孩子们各有其偏好，性情与兴趣及情感表达方式各不相同。教师清楚地了解这些差异，接受、尊重这些差异和独特性，并对不同气质的孩子给予不同的回应。同时，教师也能鼓励并帮助孩子们表达自己的情绪和期望，允许幼儿按自己的习惯和喜好进行活动，并鼓励同伴之间对彼此差异的尊重、欣赏和接纳。“哦，婷婷，你们家过春节包饺子！那一定很有意思！”“明明，你们家过春节包馄饨。馄饨好吃吗？”这样的教师能尊重每个幼儿的不同文化背景与独特性，并鼓励他们表现自己的特点，这样也培养了孩子们之间的相互支持和认同，培养了他们对多元文化的理解和尊重。教师要时常提醒自己：孩子们的气质不同，成长环境差异很大，亚文化背景也不同，这些都会影响