

基于绘本提升中班幼儿情绪能力的实践探索 —以《我的情绪小怪兽》为例

陈杏

(福建省金山幼儿园 福建省福州市 350004)

摘要：情绪无处不在，没有好坏对错之分，每一种情绪都有存在的必要和价值。为了更好地帮助中班幼儿学会认知各种情绪，并有效管理自己的情绪，笔者围绕幼儿情绪识别、情绪表达、情绪理解、情绪调节控制等关键要素，借助情绪类绘本阅读，采用幼儿自读、教师导读、亲子共读相结合的方式，开展了情绪教育实践探索研究。

关键词：幼儿园中班；情绪能力；情绪绘本；绘本教学

情绪能力是幼儿的心理素质的主要组成部分，包括情绪识别与表达、情绪理解与情绪调节等维度。对于幼儿园教师来说，有效开展幼儿情绪教育，培养幼儿良好的情绪管理能力，对幼儿良好心理品质的形成乃至幼儿一生的发展都有着重要的意义。绘本作为幼儿喜爱的儿童文学作品，其中蕴含着丰富的情绪教育价值，而情绪主题绘本是幼儿认知情绪、理解情绪、表达情绪以及调节情绪的重要载体。

一、问题的提出

情绪教育是幼儿园教学中的一项重要内容，教育部颁发的《3-6岁儿童学习与发展指南》[2012]明确指出，“幼儿园中班的学生应当保持愉悦，具备缓解不愉快情绪的能力，并能够将自己的情绪与他人分享。”幼儿园中班学生平均年龄在4-5岁之间，这一阶段的孩子表现出强烈的易冲动、易外露、易感染等特点。首先是易冲动，尽管中班幼儿已经具备一定控制情绪的能力，但他们的内抑制能力和控制力都还没有得到有效的发展，言语表达和言语调控的能力还比较弱，在受到外界情境的刺激时很容易爆发出来，在收到新的刺激之后情绪又会很快发生转变，情绪起伏较大。其次是外露性，中班幼儿无法完全用语言表达自己的情绪，更倾向于运用肢体动作和表情进行情绪表达。每一种情绪都有存在的必要和价值，在日常教学活动中，如何让中班幼儿积极储备正面情绪、更有效地表达情绪以及学会控制调节情绪，提升自身的情绪能力？笔者从教育部《3-6岁儿童学习与发展指南》有关目标要求和中班幼儿情绪发展特点出发，在具体教育教学实践中，尝试着利用绘本教学活动，尤其借助情绪类绘本，让幼儿更直观地了解情绪，引导学生学习情绪表达和遇到不良情绪会进行调节的有效方法。

二、基于情绪绘本阅读开展幼儿情绪教育的可行性分析

对于中班幼儿来说，其文字认知、词汇理解以及注意力发展方面仍较弱，对于幼儿园中班的学生来说，他们的思维发展已经进入了前运算阶段，在这个年纪的孩子们能够把符号的象征功能在大脑中内化和重新建构，但抽象思维还没有完全形成，对“快乐”、“难过”、“愤怒”、“恐惧”这些情绪名词的理解还很片面。绘本作为幼儿喜爱的阅读材料，尤其是情绪类绘本所蕴含的教育因素在促进幼儿情绪能力发展具有一定可行性。情绪类绘本是幼儿理解抽象情绪心理的重要直观材料。根据班杜拉的社会学习论，幼儿观察他人的行为和造成的结果能够完成学习，并不需要亲自的体验。幼儿在情绪绘本阅读活动中，会受到同伴的影响，从而改变自己的行为方式，促进其情绪理解能力的发展。幼儿自身的行为方式被不断调整和改善，对情绪的理解也可能不断提高。

三、基于情境绘本开展幼儿情绪教育实践探索

(一) 准备阶段

1.选择教学绘本。在中班幼儿情绪教育过程中，笔者选用了西班牙著名绘本作家安娜·纳耶斯《我的情绪小怪兽》作为情绪绘本阅读书目，该绘本最大特点是，它是一本立体绘本书，书中巧妙地运用了恰当的绘本语言，将那些抽象的、看不见的情绪转化为可以看见和感受到视觉体验。绘本中，以“黄色”“蓝色”“红色”“黑色”“绿色”“粉色”六种不同颜色“小怪兽”分别展示了“快乐”“忧伤”“愤怒”“恐惧”“平静”“爱”等不同情绪。

2.明确教学目的和教学方法。笔者确定了以下三个教学目的，第一，帮助幼儿认识各种不同的情

绪，并帮助幼儿分清哪些情绪是积极的，哪些是消极的。第二，让幼儿学会向家长、老师、同学讲述自己的情绪。第三，让幼儿学会一些简单的消除消极情绪的方法，提升自身的情绪管理能力。鉴于幼儿学会高效管理情绪，并非一蹴而就的事，笔者在本次情绪教育实践活动中，采用幼儿自主阅读、教师引导阅读、亲子共同阅读相结合的方式。

(二) 实施阶段

1. 幼儿自主阅读。教师在自由活动时间将几本相同的《我的情绪小怪兽》绘本带到教室里并放到了班级阅读区的醒目位置，并准备了和绘本当中一样的瓶子来吸引幼儿的注意力。幼儿好奇这些瓶子是做什么用的，教师告诉他们答案都在这本书里面，以此引起幼儿求知的欲望吸引幼儿主动去阅读。接着，教师在阅读区投放展现绘本当中高兴，害怕，愤怒，伤心等情绪的情绪小转盘和记录表，告诉幼儿可以先转动情绪小转盘，然后根据绘本里面的内容以及自己的想法在记录表中用相应的符号记录。教师根据幼儿的这些符号来了解学生对不同情绪的理解程度。

记录表一：

无法辨别情绪和做出记录



记录表二：

能够清晰表述，但是不够直观



记录表三：

能用符号表示

记录内容



记录表四：

直观形象记录

表述内容



2. 教师引导阅读。经过前两次活动的铺垫，幼儿对这本绘本已经有了初步的了解，因此在阅读区的导入活动中教师主要是通过开放式的提问引导幼儿自己去讲述绘本中的内容。在讲述的过程当中教师不断的用启发式问题问学生在什么样的情况下会产生这些情绪，并让幼儿模仿这些情绪的表情和动作，引导幼儿用语言描述这些情绪的时候会有哪些具体表现，讲述自己喜欢或者不喜欢某一种情绪讲出为什么。

在阅读结束之后，让幼儿到阅读区再一次制作画情绪卡，并把这些情绪卡分类放到不同的瓶子里面，在区域活动分享交流环节与同伴交流。最后，教师告诉幼儿情绪没有对错之分，但是有好有坏。幼儿回家之后继续和爸爸妈妈一起讨论哪些情绪是好的，哪些是坏的，并和爸爸妈妈一起讨论在什么情况下会有这些情绪，要怎样才能调整这些不好的情绪。

3. 亲子共同阅读。接园后以后教师把这本绘本

的 PPT 发在班级微信群中,告诉家长这一周阅读区在进行的情绪阅读活动,向家长讲明家长在情绪教育当中的重要性,最大程度取得家长的支持与配合。建议家长多和幼儿讨论各种情绪,和孩子探讨在什么样的情况下会出现高兴,生气,害怕等情绪。和孩子一起重新读这个绘本,也可以把这本绘本当做睡前故事讲给孩子听。建议家长们可以和孩子一起绘制情绪画。如果家长愿意可以把这两天跟孩子探讨情绪的心得体会发送到家长群里,大家一起交流讨论。

(三) 评估阶段

制作情绪小书及总结。教师带领幼儿回忆了一遍绘本中的内容,然后给每个小朋友发放若干张彩色卡片,引导幼儿画出每种情绪的表现,自己动手制作属于自己的情绪小书。并画出在什么时候会出现这种情绪。小书制作结束以后,让每个幼儿分享交流,说一说自己的情绪小故事,教师把幼儿讲述的内容记录下来用作评价的参考。

四. 实践成果及教育建议

(一) 实践成果

在这次的绘本阅读活动当中教师有意去引导幼儿用语言去描述各种情绪,经过一个半月的训练之后,幼儿已经基本学会了用语言描述自己的情绪,尤其是在高兴地时候,能够把让自己感到高兴的事情讲述给别人跟小伙伴们进行分享。在感到生气和恐惧时虽然还无法完全克制自己的情绪,但是已经基本学会了要把自己的感觉说出来,也能运用“XX抢了我的玩具,我不开心”之类简单的语言讲述出引起情绪反应的原因。为幼儿情绪发展起到了良好的引导作用。

(二) 情绪控制调整能力有所提升

经过一段时间的活动,幼儿的情绪控制能力有了显著的提升,在后续的学习生活中,幼儿哭闹耍脾气的情况有所减少。也学会了比如像他人倾诉、转移注意力等一些简单的处理消极情绪的方法。

(三) 教育建议

1.选择绘本要符合学生实际情况。通过本次活动证明了运用绘本阅读能够有效地提升幼儿园中班学生的情绪管理能力,但值得注意的是,幼儿园阶段是儿童智力发展最快的阶段,每一年都有极其明显的变化。大中小班的孩子在心智发展水平上存在着显著的差异,而且每个幼儿在性格上都有所不同,在选择绘本时要根据幼儿的心智发展水平以及个体

的性格差异进行甄选。

2.教师家长要做好榜样作用。这一年龄段的孩子处于表象思维阶段,通过对成年人的模仿来加深自己社会化的进程。孩子的绝大多数行为都是从他人身上模仿而来的。所以教师和家长要为孩子树立起良好的榜样,让孩子看到家长阳光向上的一面,看到家长在生气时采用良性的方法来缓解情绪,在遇到困难时通过自己的努力去解决问题比任何言语说教都有效。

3.给予幼儿正向鼓励。“画出情绪”游戏当中有个别小朋友在教师的话语引导下依旧不能画出自己的情绪,无法分辨生气和伤心,几分钟之后能明显感觉到该幼儿已经出现了沮丧的情绪,开始在绘画卡上乱涂乱画。教师并没有打断他,而是对他说了些正向鼓励的话。每个幼儿的发展水平都是不同的,对于这个幼儿当前的认知水平而言,识别情绪还存在着一定的困难。针对这种情况绝不可以责备,而是应当给予鼓励与支持,让幼儿感受到教师的正向期待。并适当降低任务的难度,减少幼儿的压力和沮丧感,帮助幼儿重新获得学习的兴趣。

4.情绪教育不能急于求成。人的情绪发展是一个漫长的过程,一直持续到青春期的结束。因此情绪教育是一个长久的过程,每一阶段的情绪教育都应当是处于最近发展区的,如果对幼儿提出明显高于自身能力的要求,强迫孩子像大人一样去控制情绪,对孩子的“幼稚”行为进行嘲讽和讥笑,这不仅起不到丝毫教育的效果,还会让孩子始终处于压抑的情绪当中,导致孩子形成不自信的性格,这对孩子的情绪发展是不利的。

参考文献

- [1]孙慧琴.多元情绪绘本教学,有效疏导幼儿负面情绪[J].当代家庭教育,2019,000(016):P.61-61.
- [2]张华玲,闻静.绘本教学对幼儿情绪调节能力的影响[J].陕西学前师范学院学报,2018,34(09):7-11.
- [3]丁桦.打开绘本与“情绪”对话——核心素养视野下幼儿情绪类绘本的教学策略[J].文渊(小学版),2019,000(001):641.
- [4]王晓香.借助绘本阅读 缓解儿童情绪——绘本疗愈案例解读[J].河北教育(德育版),2020,58(06):41-42.
- [5]曹冬珺.用绘本阅读对幼儿进行情绪情感教育[J].新智慧,2020(20):106-107.