

# 情绪绘本对幼儿情绪能力培养的研究

◎陆霞

**摘要：**情绪能力对幼儿形成良好性格、健康心理状态有较大影响，为此，教师可借助情绪绘本，帮助幼儿在阅读中形成健康情绪、有效排解负面情绪，使其学会正确表达情感、突破心理障碍，促使幼儿身体、心理更全面、健康发展。情绪绘本作为绘本的重要类型，对幼儿情绪能力发展意义重大。鉴于此，本文将针对情绪绘本对幼儿情绪能力培养进行分析，并提出一些建议，仅供各位同仁参考。

**关键词：**情绪绘本 幼儿 情绪能力 培养策略

## 一、借力情绪绘本，建立积极情绪

在素质教育背景下，幼儿更应接受全面教育，使其成长为对社会有用的人才。在幼儿园阶段，教师应重视对幼儿情绪能力的培养，引导他们形成健康、向上的积极情绪，使其能够在学习、生活中保持良好心态，形成较为旺盛的求知欲、探究欲，促使其想象能力、创新能力进一步发展。在情绪绘本教学时，教师可引入一些画面温馨、情节感人的故事内容，让幼儿在阅读情绪绘本时，能够感受到其中的美好、温暖，以此增强幼儿的安全感，这对其心理健康发展有重要作用。通过帮助幼儿建立积极情绪，能够使其更好地感受生活中的美好事物，进而让幼儿形成积极、向上的性格品质，促使其身心健康发展。

## 二、通过阅读绘本，排解负面情绪

在幼儿阶段，他们常会因为生活、游戏中的一些问题产生负面情绪，教师若未能及时帮助幼儿将这些负面情绪排解，将对其形成健康心理状态产生极大阻碍作用，甚至会对幼儿身体发育造成一定影响。为此，在教学中，教师可借助情绪绘本，教授幼儿一些排解负面情绪的方式，以此帮助幼儿更为高效地消解负面情绪，为健康、向上情绪形成打下坚实基础。例如，在阅读《生气汤》这一绘本后，教师可引导幼儿，使其在出现负面情绪时，可以通过到公园大喊、跑步等方式宣泄，以此及时将负面情绪清除，提升自身情绪稳定性。通过帮助幼儿掌握正确的排解负面情绪方式，能够有效避免幼儿因为自身的负面情绪影响到其他人，这对提升幼儿间人际关系以及幼儿的心理健康水平意义重大。

## 三、结合情绪绘本，学会表达情感

对于幼儿来说，学会情感表达意义重大。幼儿若能正确、合理地表达自身情感，能够更好地与他人交流，从而获得内心的快乐，这对形成良好的交流环境有很大促进作用。因此，引导幼儿正确表达情感，也可看作是对其进行情绪能力培养的重要内容。鉴于此，在教学中，教师可尝试将情绪绘本与问题结合，通过问题引发幼儿思考，增强情感共鸣，实现情感合理表达。例如，在进行“我爸爸”的情绪绘本教学时，教师可结合绘本提出问题：“你认为自己的爸爸哪方面最优秀？”此时，幼儿需要回忆与爸爸一起生活的片段，并进行回答：“我爸爸胆子非常大，他敢用手捉虫子，甚至都不害怕公园草丛中的蛇。”通过此方式，能引导幼儿正确表达情感，使其学会正确表达对亲人的爱，这对其情绪能力提升意义重大。

## 四、通过情绪绘本，突破心理障碍

现阶段，社会环境较为复杂，幼儿受限于自身判断能力，常会因为各类信息出现心理、性格障碍，这对其身心健康极为不利。比如，部分幼儿存在自闭症、抑郁症、社交恐惧症等，针对此情况，教师可借助情绪绘本对幼儿进行引导，以此逐渐帮助他们突破心理障碍，提升心理健康水平。随着二胎政策推行，很多幼儿有了弟弟、妹妹，由于父母精力有限，在照顾婴儿时很难对幼儿有过多关注、陪伴。长此以往，部分幼儿会出现情绪低落等情况。为此，教师可结合《彼得的椅子》这一情绪绘本开展教学。在这一绘本中，彼得的妈妈生了一个小女孩，彼得爸爸便将所有彼得的東西都刷上了粉色，彼得为此非常难过。而后，他带着自己的小椅子离

家出走了。后来，彼得发现曾经的小椅子自己再也无法坐进去，从而明白自己已经不再是小孩子了。于是，他带着小椅子回家，并和爸爸一起将小椅子也涂成了粉色。通过这个情绪绘本，能极大引起幼儿共鸣，这对其突破自身心理障碍有极大地促进作用。

## 五、结语

综上所述，借助情绪绘本，教师能有效培养幼儿形成良好的情绪能力，使其更好地面对生活、学习中的情绪变化，学会排解负面情绪，形成积极情绪。此外，借助情绪绘本，幼儿能够更好地表达自身情感、突破心理障碍，这对其未来健康成长有至关重要的作用。

## 参考文献：

- [1] 姚瑶.巧用“情绪表”开展小班幼儿情绪教育活动[J].天津教育,2021(07):56-57.
- [2] 刘霞.论绘本教学对幼儿情绪调节能力的影响[J].才智,2020(16):119.
- [3] 何晓花.情绪主题绘本促进幼儿情绪能力发展的行动研究[J].才智,2017(03):151.

作者单位：

贵州省安龙县栖凤街道第一幼儿园