

### （二）关注幼儿的情绪情感发展

幼儿园中，教师对于幼儿来讲，是他们最依赖最信任的互动伙伴，特别是情感方面的安全感和信任感。角色游戏过程中，情感互动要比游戏化总的事务性互动更容易被幼儿接纳，营造积极的互动气氛，让幼儿彼此都能体会到被关注的感受，互动的效果一定会事半功倍。角色游戏互动进行时，教师要重视幼儿自身的情感需求和表达，站在幼儿的角度满足幼儿的互动需求，积极热情的回应幼儿的表现，错误的地方教师也要细心耐心的给予指导。让幼儿能够更轻松的体会关注和关爱，增强师幼互动的主动性。

### （三）创造积极宽松的氛圍

良好的游戏氛围有助于师幼互动的平等交流。幼儿教师应当积极塑造轻松愉悦的游戏环境和氛围，幼儿园要合理控制幼儿班级的人数，保障幼儿教师教学任务的合理分配，减轻幼教压力同时可以把更多的精力投入于幼儿教育教学，还可以实现班级间的资源有效共享，多多激励支持教师的工作，给教师更多的关怀，增强教师的幸福感，还要加强培训，有效提升教师的专业度，在角色游戏开展时，能够以更专业的方式和态度去回应幼儿的主动需求。给予幼儿有效的指导和帮助，提升角色游戏互动的效果。

### （四）提升游戏指导策略

教师在角色游戏过程中，科学合理的给予幼儿指导和帮助是至关重要的。教师必须及时关注幼儿的表现，了解幼儿行为的细节，发现他们的兴趣，结合实际情况加以指导。还要在幼儿主动发起互动时，给予及时有效的对待和回应，引导幼儿继续探索，自主思考。把握好介入引导的时机也非常关键，保障幼儿思维的连续性，还要以角色身份融入互动，平等的与幼儿交流，利用角色游戏的优势。

### 三、结束语

总之，师幼互动对于幼儿的成长发展非常重要，针对幼儿园中班角色游戏师幼互动存在的这些问题，必须引起关注和重视，通过积极的措施加以调整改善，能够有效提升互动的效果，促进幼儿综合健康发展。

### 参考文献

- [1] 黄益秀. 角色游戏中构建良好师幼互动关系的策略[J]. 龙岩学院学报, 2012, 30(1): 62-65+68.
- [2] 吴晓青. 在角色游戏中建构积极有效的师幼互动[J]. 黑河学刊, 2012, 10: 138-139.

## 浅谈如何让幼儿学会自我情绪管理

孙健

（西城社会化服务协调中心学前教育服务部现河东区学前教育服务站）

**【摘要】**《3-6岁儿童学习与发展指南》中明确指出：“将愉快的情绪作为幼儿身心健康发展的重要标志之一。”情绪支配着幼儿的心理活动，并伴随幼儿认知能力的提高而分化与发展，对儿童智力和性格发展有着不可忽视的作用。学前期是幼儿情绪管理能力发展的关键时期，根据幼儿的心理特点，培养幼儿正确认识与看待情绪，并学会表达情绪、疏导情绪和控制情绪，有利于促进幼儿心理健康发展。

**【关键词】** 幼儿园教育；情绪管理；指导策略

戈尔曼认为：“情绪是感觉极其特有的思想、心理和生理状态及行动的倾向性。”幼儿情绪特点主要体现在情绪来去凶猛、自控能力薄弱、隐藏情绪能力差和易为周围事物所感染，情绪在学前儿童的发展起着非常重要的作用。如何帮助幼儿处理个人情绪问题，使其学会自我情绪管理，成为幼儿园教育应该关注的重要问题。

### 一、适宜环境创设，营造温馨氛围

幼儿的成长离不开环境，幼儿年龄小、接触的事情少，科学地营造适宜幼儿发展的环境，能让幼儿的情绪在环境中受到潜移默化的影响，且这种影响是深刻而持久的。

一方面，充分利用丰富多彩的活动材料和园区布置，为幼儿的情绪管理创设合理的物质环境，比如，在幼儿园可以设置“情绪小屋”，为幼儿提供黏土、橡皮泥、水彩笔、画纸等材料，让幼儿可以通过绘画、手工的方式来表达和调节自己的情绪；又如，在每个班级中，可以专门为幼儿开辟“心情墙”，幼儿每天入园的第一件事情，就是进行“心情告白”，将自己的心情以各种表情图案的形式告诉大家，这样既有助于幼儿表达自己的情绪状态，又能让教师第一时间了解幼儿当前的入园情绪，对于有哭脸的幼儿，在一日教学活动中给予重点关注。

另一方面，创设温馨、和谐、友爱的心理环境氛围，让幼儿能在愉悦的环境中实现自我情绪的管理。这不仅需要教师在日常生活中尊重幼儿、爱护幼儿，能站在幼儿的角度，理解幼儿的情绪变化，及时帮助幼儿疏导情绪和控制情绪，在幼儿在这个温馨友爱的环境中逐渐提升自我情绪管理能力。

### 二、巧用图画绘本，帮助认识情绪

幼儿的情绪主要有高兴、生气、害怕和伤心四种体现，他们每天都在体验和感受着各种情绪，但往往他们难以用准确的语言来表达自己的情绪，这时就需要教师帮助幼儿识别情绪，并为每个情绪贴上合适的标签，比如，“妈妈给我买了最爱的玩具”表达的是一种“开心”的情绪；“小朋友弄坏了我刚堆的房子”表达的则是“伤心和生气”的情绪。

幼儿的认知方式是理解图像先于理解文字符号，然后将他们对于文字符号的理解转化为自身的思考。所以，图画绘本是促进幼儿情绪发展的最佳媒介。在绘本中，语言文字和图画配合起来讲述故事内容，故事中主人的情绪表现及调节方式，为幼儿的情绪认知提供了最直观的素材，在对故事的阅读和讨论中，有助于幼儿觉察自我情绪，归纳总结情绪知识，实现对情绪的全面认知。例如，莫莉·卡·的绘本故事《菲菲生气了》，出示绘本封面，在封面上是主人公菲菲脸部的特写，小朋友认真看一看，她怎么办呢？她好像不开心、她不高兴了、她非常生气。不错，菲菲生气了，那她生气时的表情是怎么样子的呢？她的头发竖起来了，眼睛瞪的圆圆的，还变成了蓝色，鼻孔张的大大的，嘴巴紧紧的闭着，从鲜明的面部表情中，幼儿非常直观的感受到了生气时的样子，再联想一下自己生气时的表情，就自然而然的给这种表情贴上了“生气”的标签，这就是图画绘本的教育价值所在。

### 三、区域活动，调节情绪

幼儿区域活动充分体现了“课程游戏化”的教育思想。在区域活动中，幼儿能自主的选择材料、同伴及喜爱的游戏方式，自由的进行探索学习，在这一过程中幼儿的主体性得以调动，同时，与同伴的高强度交往必然会引起幼儿情绪的变化，

这种情绪既有积极的、也有消极的。发挥区域活动的价值功能，让幼儿在与各种材料、与同伴的交往中，认知情绪、表达情绪，并学会自我管理情绪，更好的适应班集体生活。

比如，在益智区，利用教师自制的情绪棋，在棋盘画有笑脸、哭脸、捂脸、瞪眼噘着嘴的表情，让幼儿通过掷骰子的方式，决定每一步的步数，在下棋的过程中会遇到哪些表情呢？这些表情有代表了哪些情绪？遇到这些情绪时，该如何走呢？制定下棋规则，在笑脸一格上标有骰子的符号，代表可以再掷一次；在哭脸一格，标有禁止的符号，代表需要原地停留一次；在捂脸一格上标有往后退三格的箭头；在瞪眼噘嘴表情一格标有“1”，表示当你生气时，其他的小朋友都能向前走一步。这样，幼儿在游戏的过程中，产生积极情绪。

又如，在《快乐的动物园》建构区游戏中，蕾蕾首先找了积木很快拼成了一头大象，非常开心，但在后来拼小猴子时，发现尾巴不容易寻找，她不断的尝试各种材料，但拼了很长时间也没有成功。此时的她开始有点生气了，将没有拼好的物品扔在地上离开了，见状，我立刻走过去，捡起她的作品，说道：“好漂亮的小猴子呀，如果加上尾巴就更加完美了。”她看着我：“我找不到合适的，怎么拼都拼不好，我不开心，不想拼了。”嗯，我非常理解她的心情，于是鼓励她尝试多种材料，在我的介入下，她再次坐下来，并找到了一根吸管，制作成了猴子的尾巴，终于成功，我为她的作品点赞鼓掌。在这游戏过程中，采用激励的策略帮助幼儿调节情绪，让通过自己的努力战胜困难，完成作品，体验到成功的乐趣。

### 四、结束语

孙瑞雪老师在《完整的成长》一书中提到：“情绪的功能在于帮助我们自我修复、自我调节与自我平衡。”情绪产生非常自然，也极为复杂。3-6岁的幼儿虽然年龄尚小，但也有着属于自己的独特情绪，他们需要不断的探索与感受，逐渐认知自己的情绪，加之教师的科学疏导，帮助幼儿恰当的表达情绪、释放情绪和调控情绪，才能让幼儿学会自我情绪的管理。

### 参考文献

- [1] 蒋毅莹. 培养与提高幼儿的情绪管理能力[J]. 教育导刊: 下半月, 2018 (12): 39-42.

