

# 快乐指尖，妙解情绪

## ——浅谈在手偶表演中稳定小班幼儿的入园初焦虑情绪

江葵

太仓市实验幼教中心

**【摘要】**小班新生是没有集体生活经验、未上过幼儿园的儿童。介于这种特殊的“小班新生”，我们需要寻找一种直观的、有效的方法疏导、稳定其入园初期的焦虑情绪，以帮助幼儿顺利度过适应期。本文在陶行知“教学做合一”理论指导下，在游戏中渗透社会教育，通过“手偶表演”这一形式，利用其爱模仿、行为受情绪支配、具有好奇心等特点，从“手偶”的选择入手，通过多样的方法，较为快速有效地引导幼儿形成稳定、愉悦的入园情绪，帮助他们顺利度过入园适应期。

**【关键词】**手偶表演；稳定；入园初期；焦虑情绪

**【DOI】**10.12252/j.issn.2096-627X.2021.08.421

陶行知先生的“教学做合一”要求我们的教育要在“做”中开展，幼儿在“做”中学习，这与《指南》中“幼儿的学习是在游戏和日常生活中进行的”理念是一致的，因此借鉴陶行知教育理论对我们的幼儿教育教学工作具有很强的指导意义。幼儿在入园后普遍存在“焦虑情绪”，此时除了要求家长配合按时送幼儿入园并果断分离外，教师成为稳定幼儿焦虑情绪的关键所在。根据陶先生的“教学做合一”理念，我们尝试利用游戏的“做”来分散幼儿注意力，缓解焦虑情绪。手偶表演对于幼儿具有极大的吸引力，不仅能够强烈吸引幼儿的注意力，还可促进幼儿与成人之间的感情与交流。运用手偶表演吸引入园初期幼儿注意力，稳定幼儿情绪，从而促使幼儿对集体生活尽快适应成为我们研究的动力与目标。

### 一、小班新生入园初期焦虑情绪表现

小班幼儿入园初期由于缺乏集体生活经验，与家长分开造成其安全感的急剧下降从而导致其产生“分离焦虑”情绪，这种情绪往往持久而敏感，容易反复。根据观察发现，小班新生入园初期“焦虑情绪”的主要表现有：

#### (一)情绪消极而敏感

消极情绪表现主要有哭闹、畏惧、喊叫等，往往出现于晨间与家人分离时刻。另外，在午餐前后，午睡时也容易出现哭喊等消极情绪。而“敏感”主要表现为此类消极情绪极易被牵动或受到影响而反复出现。如班级中个别幼儿哭闹往往引发其他先前情绪稳定的幼儿哭闹，或者幼儿看到自己的小书包、衣服等物品也会哭闹情绪。

#### (二)个体行为与家庭常规表现相比出现异常

心理学研究表明，焦虑情绪可引发人的生理应激反应。因此入园初期幼儿的焦虑情绪引发幼儿“异常表现”。有些表现为个人生活习惯方面，有些则在行为、行动中表现。如有的幼儿在家中已有较为良好的生活习惯与自理能力，但入园后出现大小便解在裤子上的现象；有些幼儿在家庭中很调皮，但入园后一言不发；还有的表现为特别依赖某样物品，如自己的书包、衣物等，往往紧抓不放，动则就大哭大闹等。家长也往往对于幼儿的“异常表现”感到难以理解。个别刚入园的幼儿还表现为容易感冒、发烧、肚子疼等等。

#### (三)难以参与集体活动

《学前教育学》中指出：小班幼儿行为明显受情绪支配。因此，在焦虑情绪支配下，幼儿哭闹不止对于教师预设的集体

教学活动难以产生兴趣。往往表现为哭喊或过度依赖老师，对老师具有很强的“独占”心理。幼儿将“安全感”的来源寄托于老师后，教师对于其他幼儿的集体行为往往也会令其不安和焦虑，因此幼儿在入园初期很难参与集体生活。

### 二、运用手偶表演稳定入园初期小班幼儿焦虑情绪具体策略

针对小班幼儿的身心发展特点，运用直观、生动、具体、形象的教育策略能够更加有效地吸引幼儿的注意力与兴趣，利用鲜活有趣的手偶表演对入园初期的新生加以引导和影响，可促进其情绪的尽快稳定。如何利用手偶表演达到稳定幼儿焦虑情绪的目的呢？具体策略如下：

#### (一)运用手偶表演，组织情绪稳定幼儿活动。

小班幼儿年龄特点是“行为明显受情绪支配”、“模仿性强”、“具有强烈的好奇心”。因此，利用手偶表演吸引幼儿的好奇心，将情绪稳定的幼儿“管理好”后，逐步吸引情绪焦虑幼儿参与其中，利用手偶表演和其好模仿的特点，从而达到稳定幼儿情绪，影响幼儿行为的目的。在入园初期，老师往往花很多时间和精力在焦虑情绪明显的幼儿身上，少数情绪稳定的幼儿却容易被老师忽视而出现自由玩耍的显现。反向思考，若能将情绪稳定的幼儿有效组织活动，从而吸引情绪焦虑的幼儿参与活动，将形成事半功倍、两全其美的效果。例如：在开学初的一个早晨，我和搭班老师同时进班，由于有前几天“混乱”的经验，我们决定分工合作。我在午睡室内负责组织管理情绪稳定的幼儿活动，搭班老师则在活动室专门接待和应对情绪焦虑幼儿。在当天的晨间接待中，效率远远好于前几天。情绪稳定的幼儿在“手偶表演”观赏中兴趣十足，能够积极参与与老师的互动，丝毫未收到活动室内哭闹幼儿的影响。相反，个别有焦虑情绪的孩子被我们表演吸引过来，站在一旁观看起来。

#### (二)采取多样表演形式，吸引情绪焦虑幼儿主动参与。

在手偶表演稳定幼儿焦虑情绪的过程中，我们同样要遵循幼儿自主、自愿、自然参与的基准上，发挥教师的引导作用。因此，在表演形式上，要采取多样性、趣味性和互动性的原则。通过多样的表演吸引幼儿注意，引发情绪焦虑幼儿主动参与活动的兴趣。手偶表演的多样表现有：互动式表演、故事讲述式表演、引导式表演、参与式表演等。

互动式表演：是指教师利用手偶和幼儿进行互动性小游戏

的表演。例如：游戏“请你照我这样做”、“找朋友”等。

故事讲述式表演：指教师利用手偶进行故事讲述，以手偶作为“讲述者”边向幼儿进行故事讲述，边进行故事表演。

引导式表演：是指教师利用手偶表演作为引子，引出活动的内容或游戏的内容用。

参与式表演：是指在一日活动的环节中，“手偶表演”只在幼儿出现焦虑情绪时出现，专门针对情绪低落、紧张等幼儿进行的表演。

利用手偶进行多样性的表演，再加上老师的引导，情绪焦虑幼儿往往能够较快停止哭闹，被表演所吸引，从站在一旁观看到逐渐能够安静坐着参与其中。其对于稳定幼儿焦虑情绪是一种自然的影响过程。

#### （三）形成条件反射，让手偶成为“亲密伙伴”

手偶表演的经常性呈现，使幼儿对于“手偶”产生一定的情感联系。在焦虑情绪稳定后，“手偶”便成了幼儿的“朋友”。当形成一定条件反射后，“手偶”事实上已成为有效的教具。例如：在一次午睡前，HH小朋友迟迟还在活动室没有走到午睡间来，我走上前去要了解情况，问HH怎么还不进来睡觉。HH说：“老师，我要米老鼠陪我睡觉，可我找不到它。”原来是午睡前我运用米老鼠手偶给孩子们讲过故事，HH特别喜欢米老鼠，希望睡觉时也能让米老鼠陪伴。而我讲完故事后把米老鼠手偶放在了娃娃家的一大堆玩偶中间了。我找到米老鼠后给了HH并安慰她说：“米老鼠陪伴睡觉要特别乖，米老鼠也要午睡，你们俩快快睡着哦！”HH开心而满足的抱着米老鼠躺下了。那个中午她睡着的很早。下午起床后HH还要老师再让米老鼠讲个故事给她听。

#### （四）鼓励肯定，培养规则。

##### 1. 满足情感需求，给予“深情拥抱”

在小班幼儿入园初期，焦虑情绪的诱因往往是由于分离产生的不安造成。因此，在情感上除了稳定，还要进一步给予幼儿安全感的满足。利用手偶表演结束后，奖励给每个宝宝一个“深情拥抱”，看似简单实则大大满足幼儿的情感需求，给予幼儿愉快的情绪体验。

##### 2. 行为及时肯定，奖励“甜蜜亲亲”

在一日生活环节中，对于幼儿有进步的行为利用“手偶”及时给予肯定与鼓励，可形成良性刺激，即心理学中的“正强化”，从而促使幼儿更快产生集体规则意识，对自我行为的控制意识加强。例如：在晨间利用手偶表演故事前，我先对当天来园时没有哭闹的孩子进行表扬，然后再请幼儿到台前利用“米老鼠”手偶给宝宝一个“甜蜜亲亲”在脸上，几乎每个得到亲亲的孩子都特别开心和满足，有的甚至抱住“米奇”不肯放手，要再亲“米奇”几下才行。“甜蜜亲亲”即是对幼儿行为的肯定也鼓励，同时也是一种规则建立的渗透和影响，通过“甜蜜亲亲”的奖励，逐步稳定幼儿焦虑情绪的同时，利用幼儿的良好行为产生互相影响的力量，从而培养幼儿在集体生活中的规则意识。

#### （五）角色进行互换，“宝贝手偶表演”

奖励应该是逐层进行。根据幼儿情绪稳定的程度，对手

偶的利用方法也应不断转换。在后期，大部分幼儿情绪已较为稳定，幼儿对于手偶表演的形式也已熟悉，此时，将“手偶表演”作为一种奖励引导幼儿参与，进一步吸引幼儿的兴趣，提升其积极性。在前期，“手偶”已成为幼儿的朋友，不少孩子总是寻找各种机会要把手偶套在小手上把玩一番，虽然难以操作，但仍可见其快乐与满足。将“手偶表演”作为一种奖励出现后，无论是行为方面还是心理活动方面，对幼儿来说也是一种更高层次的要求。

### 三、成效

在入园初期这样一个特定的研究背景下，我们运用实践的时间虽不长，但是成效较为显著。利用“手偶表演”使得幼儿焦虑情绪较快得以稳定，师幼之间迅速建立情感联系，同时，在“手偶”表演和鼓励中，幼儿的规则意识初现。小手偶发挥大功效。

#### （一）入园初期焦虑情绪较快稳定，形成健康心理。

利用“手偶表演”介入小班幼儿入园初期的活动，我们发现在坚持连续入园的幼儿中，大部分幼儿经过一周的适应，在第二周活动中即能够情绪稳定、愉悦地参与集体活动。个别幼儿由于未连续入托还依然存在焦虑情绪，需要三到四周得以适应。总体而言，与以往的新生班和平行班相比，我班幼儿在本次入园初期的适应期显著缩短，分离焦虑情绪也较快得以稳定，顺利构建幼儿健康心理。

#### （二）师幼关系迅速建立，形成稳定情感联系。

由于教师操作手偶、利用手偶进行表演，与幼儿积极互动，有拥抱、亲亲小脸等亲密行为，使师幼关系在“手偶表演”的过程中迅速建立。幼儿对老师形成一种稳定的、依赖的情感联系，对于家人的分离焦虑情绪能较快转移到对老师的依赖和信任中，从而情绪较快得以稳定。

#### （三）幼儿集体生活规则意识初养成。

“手偶”的鼓励与肯定行为，促使幼儿无形中形成一种规则意识。在实践的后期，我们发现，幼儿在进餐、午睡、盥洗、再细致到午睡前鞋子的摆放，小椅子的摆放等等细节方面，很多幼儿已形成一定的规则和习惯。这也正是利用“手偶”的各种鼓励肯定，对幼儿行为的正强化所带来的成效。

### 结语

新生入园初期的“分离焦虑”作为一种特殊的情绪体验，已是幼儿教师所熟知的。在入园前期教师通过家访提前向家长“打预防针”，告诉家长新生入园时的种种焦虑表现。家长对幼儿入园初期的“分离焦虑”也已有了了一定了解和心理准备。但不可避免的是，幼儿在入园后仍然普遍存在“焦虑情绪”，因此，探索稳定幼儿焦虑情绪的有效方法成为我们思考的重点。

### 参考文献

- [1]何海燕.以手偶游戏为依托提高幼儿的语言能力[J].新课程·上旬,2016(3).
- [2]张薇.灵动手指,跳跃智慧——浅谈手指游戏在幼儿园中的应用[J].教育界,2012(6):129-129.