

The impact of picture book reading on children's emotional cognition

Zhuo Han

Jinan Licheng District Government Office No. 3 Kindergarten, Jinan, Shandong, 250000, China

Abstract

This study focuses on the impact of picture book reading on children's emotional cognition. Firstly, the theoretical background of picture book reading and children's emotional cognition is introduced, including the definition and characteristics of picture book reading, the development stages of children's emotional cognition, and the relationship between the two. Then, the specific mechanism of picture book reading on children's emotional cognition is analyzed in detail, such as strengthening emotional recognition level, changing emotional expression and regulation, and enhancing emotional understanding depth. Finally, the specific path of picture book reading promoting children's emotional cognition development is discussed, involving the selection and planning of picture book content, improvement and guidance of reading methods, and cooperation between families and educational institutions. The study shows that picture book reading has a positive significance that cannot be underestimated in the process of children's emotional cognition development.

Keywords

picture book reading; child; emotional cognition

绘本阅读对幼儿情绪认知的影响

韩卓

济南市历城区机关第三幼儿园, 中国·山东 济南 250000

摘要

本研究围绕绘本阅读对幼儿情绪认知产生的影响展开, 首先介绍了绘本阅读与幼儿情绪认知的理论背景, 包含绘本阅读的定义与特征, 幼儿情绪认知的发展阶段及二者之间的联系, 之后详细分析绘本阅读对幼儿情绪认知发挥作用的具体机制, 比如加强情绪识别水平, 改变情绪表达与调节, 增进情绪理解深度等, 然后论述绘本阅读助推幼儿情绪认知发展的具体路径, 牵涉绘本内容挑选与规划, 阅读方法改良与引领, 家庭与教育机构协作助力这些方面, 研究显示绘本阅读在幼儿情绪认知发展过程里有着不能轻视的积极意义。

关键词

绘本阅读; 幼儿; 情绪认知

1 引言

社会与情感能力被称为本世纪最为重要的竞争能力, 其所包括的情绪调节能力对幼儿的发展具有重要作用。绘本教学对学前阶段的儿童有着其他活动所无法比拟的独特影响。众多研究皆表明幼儿期是培养情绪调节能力最为重要时期, 如何把握这一阶段充分利用绘本教学对幼儿实施恰当的情绪教育以帮助幼儿更好地发展情绪调节能力是本研究的主要目的。幼儿时期是人生发展的重要阶段, 情绪认知属于幼儿心理发展的重要部分, 它会对幼儿的社会交往, 人格塑造等方面产生深远影响, 绘本属于一种特殊的儿童文学形式, 凭借其精美的画面, 简单的文字受到幼儿喜爱, 近些年来,

越来越多的研究开始关注绘本阅读对幼儿情绪认知的影响, 借助绘本阅读, 幼儿可以在有趣的故事和形象的画面里感受到各种各样的情绪, 渐渐形成对情绪的识别, 表达, 理解以及调节能力, 深入探究绘本阅读给幼儿情绪认知带来的影响, 有益于给幼儿教育给予更为科学有效的办法和策略, 推动幼儿健康成长。

2 绘本阅读促进幼儿情绪认知的理论基础

2.1 绘本阅读的定义与特点

绘本, 英文叫 PictureBook, 是用图画为主的, 文字为辅, 甚至没有文字, 全都是图画的书。绘本用丰富的画面和简单的文字讲故事, 传达感情和想法。绘本有着自己独特的艺术风格, 画面精美细致, 颜色鲜艳, 能抓住幼儿的眼球。绘本的文字简单明了, 有韵律感, 节奏感, 容易被幼儿所理解。绘本的内容丰富多彩, 包含生活的方方面面, 有亲情, 友情,

【作者简介】韩卓(1990-), 女, 中国山东济南人, 本科, 一级教师, 研究方向: 学前教育。

冒险,成长等等,能满足幼儿的不同兴趣爱好。绘本还有很强的互动性,幼儿可以看画面,猜情节,学角色,参与到阅读当中来,让阅读变得更有趣味。

2.2 幼儿情绪认知的发展阶段

幼儿情绪认知的发展是一个循序渐进的过程,大体上可以划分成如下几个阶段,在幼儿早期的时候,他们大多凭借表情与声音来察觉他人的表情,能够分清高兴,难过,生气等基本情绪,渐渐长大以后,幼儿便能明白情绪是怎么来的,像摔倒会痛就会哭之类的原因,进入幼儿中间期以后,他们可以分辨出更多复杂一点的情绪,比如羡慕或者害羞等,而且尝试着用简单的词语去表达自己的感受,等到幼儿末期之时,就懂得了情绪既有多种面貌又常常会发生改变,明白同一人处在不同的情形之下会产生不一样的情绪,也会采用种种办法来控制自己的情绪,转移注意力啦,找人安慰等等。

2.3 绘本阅读与情绪认知的关联分析

绘本阅读与幼儿情绪认知存在紧密联系,绘本给予幼儿一个情绪体验的平台,绘本故事和画面让幼儿能直观地体会到各种情绪,拿一个有关友情的绘本来说,幼儿会看到主人公彼此之间的相互关照,扶持和帮助,从而体会到一种温暖又高兴的情绪,绘本里的角色和情节可帮助幼儿领悟情绪产生的缘由及其后果,幼儿可通过观察角色的行为和表情,揣测他们的内心情绪,并思考情绪是怎样产生的,绘本阅读还能给幼儿给予情绪表现和调整的示范,幼儿可模仿绘本里角色的情绪表现形式,学会怎样用合适的方式去表达自己的情绪,而且也能从绘本中学到一些调整情绪的办法和策略。

3 绘本阅读影响幼儿情绪认知的机制探索

3.1 情绪识别能力的提升

绘本阅读有助于提升幼儿的情绪识别能力,绘本包含诸多画面以及鲜活的角色形象,这给幼儿赋予了诸多观察与识别情绪的机会,幼儿可通过观察角色的面部表情,肢体动作,眼神等细节来判定角色的情绪状况,以悲伤情绪为例,在绘本的一幅画面当中,幼儿可以看见角色低垂的脑袋,紧闭的双眼以及流泪的脸庞,从而识别出角色的情绪是悲伤的,幼儿随着阅读经验的增多,慢慢学会识别不同情绪的外部表现特征,提升对情绪的敏感度和识别水平,而且,绘本里的文字叙述也能助力幼儿进一步确认和领悟情绪,加深对情绪的认识。

3.2 情绪表达与调节的影响

绘本阅读对幼儿的情绪表达及调节起到一定的作用,在绘本阅读中能接触到来自不同方面的各种各样的情绪的表达,如用语言或表情或动作来表达开心、伤心、生气等各种情绪,幼儿可以模仿绘本中的角色去表达自己的情绪,慢慢学会怎样用合适的方式来表达自己此刻所感受到的情绪。幼儿感觉开心时,就如在绘本中的角色一般开怀地笑着、快乐地挥着手等;幼儿感到悲伤时,就仿佛绘本中的角色般说

出自己的感受。绘本中也会有提供一些情绪调节的方法,如深呼吸法、注意力转移法、寻找安慰法等,幼儿可在阅读时学习到这些方法,以后在遇到相应情况时,便可用这些方法来进行自我调节。

3.3 情绪理解深度的发展

绘本阅读有益于推动幼儿情绪理解的深度发展,绘本故事常常具备一定的故事情节和背景,幼儿在阅读的时候要体会故事角色的情绪产生的缘由及其发展进程,经过对绘本故事的深刻体会,幼儿渐渐意识到情绪是多种多样的,也是复杂的,明白同一个人在不同的情况下也许会有不一样的情绪,而且情绪之间可以互相转化,拿一个绘本故事来说,故事的主人公也许会因为失去自己喜爱的玩具而感到悲伤,但是后来又因为朋友的安慰以及自身的努力又变得高兴起来,幼儿从这个故事里能体会到悲伤这种情绪是可以被化解和转变的,进而加深对情绪的体会,而且绘本阅读有益于引导幼儿去思考情绪和行为之间的关联,帮助幼儿学会掌控自己的情绪和行为。

4 绘本阅读促进幼儿情绪认知的实践探索

4.1 绘本内容的选择与设计

绘本内容的选择与设计对幼儿情绪认知起着关键作用,选绘本时需考量其主题与内容是否符合幼儿的年龄特点和心理发展水平,针对低龄幼儿,可选用画面简单、情节单一、情绪表达直接的绘本,比如有关基本情绪认知的绘本;而针对大龄幼儿,可选用情节复杂、情感丰富的绘本,比如有关友情、亲情、挫折等方面的绘本,还要注意绘本的文化内涵和教育价值,挑选那些能传达积极向上情感和价值观的绘本,就绘本设计而言,重视画面质量和色彩搭配,从而抓住幼儿的视线,文字要简单明了,富有韵律和节奏感,利于幼儿理解与记忆,也可设置一些互动环节,诸如提问,讨论,角色扮演之类,以增进幼儿的参与度和感受。

4.2 阅读方式的优化与引导

优化阅读方式和正确引导对幼儿从绘本阅读中获得情绪认识很重要,教师和家长可以采用不同的阅读方式,比如亲子共读、师生共读等,给幼儿营造一个温馨、和谐的阅读环境,在阅读过程中,也要注意与幼儿互动交流,引导幼儿观察画面,思考问题,表达自己的想法,可以在阅读过程中,适当地向幼儿提出问题,“你觉得这个角色现在是什么心情”“如果你是这个角色,你会怎么做”之类的问题,促使幼儿展开思考,发挥想象力,还要按照幼儿的反应和表现,灵活改变阅读速度和方式,保证幼儿可以理解并接受绘本中的内容,也可以让幼儿自己来讲讲绘本故事,锻炼他们的语言表达能力以及创造力。

4.3 家庭与教育机构协同支持

家庭与教育机构的联合支持是推动幼儿情绪认知发展的关键保障,家庭乃幼儿成长的第一环境,父母则是幼儿的第一任老师,家长务必重视绘本阅读,给予幼儿充裕的绘本

资源，而且还要参与到亲子共读活动之中，在开展亲子共读之时，家长应留意幼儿的情绪表现，引领幼儿恰当地认识并表述情绪，教育机构诸如幼儿园，早教中心之类，要把绘本阅读融入到课程体系当中，展开绘本阅读的教学活动。教师要有专业的绘本阅读指导能力，根据幼儿年龄特点和心理发展水平，选择适合的绘本，采用科学有效的阅读方法进行指导。同时家庭与教育机构间加强沟通合作，定期交流幼儿的阅读情况和情绪发展情况，共同为幼儿的情绪认知发展创造良好条件。

5 绘本阅读促进幼儿情绪认知的典型案例分析

5.1 案例背景与幼儿情绪发展特征

本次案例选择了一个4岁的孩子小明（化名），他在幼儿园经常因为一些小事就哭闹或者攻击同伴，通过观察发现小明对于情绪的认知比较模糊，不能准确地分辨出自己的情绪和别人的情绪，也没有对应的情绪调节方法。老师选择的绘本是《我的情绪小怪兽》，它把不同的情绪拟人化，让孩子们了解各种情绪的特点以及一些简单的情绪调节方法。小明情绪发展的特点：对基本的情绪（高兴、生气、伤心）有一定的感知，但是不能分清复杂的情绪（嫉妒、害羞）；情绪表达直接，喜欢用哭闹、肢体动作来发泄；情绪调节能力差，遇到挫折容易崩溃。

5.2 案例中绘本阅读的具体应用

教师采用“共读+互动”的方式，引导小明阅读《我的情绪小怪兽》，首先通过提问“小怪兽为什么会有这么多颜色呢？”，“你什么时候也会像红色小怪兽一样生气呢？”，让小明联系自身经历，识别情绪，在阅读的过程中，教师根据绘中小怪兽的情绪（快乐、悲伤、愤怒、害怕、平静）帮助小明建立情绪词汇库，当小明因为抢玩具生气时，教师可以引导小明回想绘本中的“红色小怪兽”是什么样的，然后让小明尝试说出“我现在很生气”，教师还可以开展角色扮演活动，让小明模仿绘中小怪兽整理情绪的方法，如深呼吸、数数等，让小明学会如何整理情绪。

5.3 案例效果与教育启示

经过8周的干预后，小明的情绪认知能力得到提高，能够较为准确地辨别自己的情绪和他人的情绪，并且会尝试

用语言来表达自己的情绪，而不再用行为来表达自己的情绪。比如，当同伴拒绝和他一起玩玩具的时候，他会说“你让我有点伤心”，而不是直接抢过玩具。教师发现，小明在遇到挫折的时候，会主动使用绘本中学习到深呼吸的方法来调整自己的情绪，攻击性行为减少了大约60%。通过这个案例可以看出，绘本阅读可以促进幼儿情绪的认知发展，但是需要注意以下几点：①选择符合幼儿生活经验的绘本；②在阅读绘本的过程中采用互动提问的方式，以及采用角色扮演的的方式，提高幼儿的代入感；③家园共育，家园共同对幼儿的情绪进行教育，让家长在家也对幼儿的情绪进行教育。以后还可以研究不同类型的绘本对幼儿情绪认知的影响，如亲情、友情等类型的绘本。

6 结语

绘本阅读是幼儿情绪认知发展的载体，在幼儿情绪发展上有着特殊的意义，相关研究显示，优质的绘本阅读能够有效提高幼儿的情绪识别、表达和调节能力，让幼儿拥有更为丰富的感情体验和更加成熟的处理情绪的方法，经过理论分析和实际检验，我们肯定了绘本阅读在幼儿情绪发展上的诸多积极影响，比如给予幼儿情感认识的框架，营造安全的情感表达环境，培育积极的情感调节技能。未来教育实践中，要改善绘本的选择和阅读指导方法，还要加强家庭和教育机构的合作，共同营造一个有益于幼儿情绪健康发展的教育环境，而且，后续研究可以进一步探讨不同类型的绘本所起的不同作用，还可以深入探究数字化时代背景下电子绘本对于幼儿情绪认知的冲击，从而给予幼儿情绪教育给予更科学的理论支撑和实际指导。

参考文献

- [1] 魏雨倩.利用绘本教学提升幼儿情绪调节能力的行动研究[D].吉林外国语大学,2023.
- [2] 翁宇锋.依托情绪主题绘本阅读,提升幼儿情绪感知和管理能力[J].幼儿教育研究,2023,(03):22-25.
- [3] 徐晶晶.运用情绪主题绘本开展幼儿情绪教育的教学模式探讨[J].华夏教师,2024,(06):31-33.
- [4] 张玉.善用情绪主题绘本开展幼儿情绪教育教学[J].新班主任,2025,(02):39-40.