

# 绘本阅读对学前儿童情绪理解能力发展的干预效果研究

贾诗朦, 曾婷

武汉东湖学院, 湖北 武汉 430000

DOI:10.61369/EIR.2026080015

**摘 要 :** 学前儿童的情绪理解对于他们的社会交际以及健康都有一定的影响作用。情绪的理解可以帮助他们更好地了解他人的感受, 并且能更好地与他人配合。同时, 也会影响孩子的情绪调控及自我认识, 有效防止一些不良心理现象的发生。开展绘本阅读对学前儿童情绪理解能力发展的干预效果研究, 通过绘本来对孩子实施教育是一种比较好的方法, 因为其内容丰富且非常有趣, 受到了很多家长的关注。绘本阅读明显提高了幼儿在情绪识别、表达和调节等方面的能力。本研究也存在一些不足之处, 如样本数量少、干预时间短等问题。今后可以增加更多的样本, 并且将实验时间拉长, 以更好地探究绘本阅读对学前儿童情绪理解发展的影响。

**关 键 词 :** 绘本阅读; 学前儿童; 情绪理解; 能力发展; 干预效果

## A Study on the Intervention Effect of Picture Book Reading on the Development of Emotional Understanding Ability in Preschool Children

Jia Shimeng, Zeng Ting

Wuhan Donghu University, Wuhan, Hubei 430000

**Abstract :** The emotional understanding of preschool children has a certain impact on their social communication and health. Understanding emotions can help them better understand the feelings of others and better cooperate with them. At the same time, it can also affect children's emotional regulation and self-awareness, effectively preventing the occurrence of some negative psychological phenomena. A study on the intervention effect of picture book reading on the development of emotional understanding ability in preschool children. Using picture books to educate children is a good method because of its rich and interesting content, which has attracted the attention of many parents. Reading picture books significantly improves children's abilities in emotion recognition, expression, and regulation. There are also some shortcomings in this study, such as a small sample size and short intervention time. In the future, more samples can be added and the experimental time can be extended to better explore the impact of picture book reading on the development of emotional understanding in preschool children.

**Keywords :** picture book reading; preschool children; emotional understanding; capability development; intervention effect

## 引言

近年来, 绘本阅读作为一项行之有效的方法被广泛应用于学前儿童情绪教育中, 绘本以独特的方式——图画与文字相结合, 以及丰富的有关情绪的主题内容, 使孩子们有机会理解和体验不同的情绪。开展绘本阅读对学前儿童情绪理解能力发展的干预效果研究, 本文通过设计绘本阅读的研究并分析其结果, 探索绘本阅读是否能有效促进学前儿童情绪理解能力的发展以及如何影响其情绪理解能力发展等问题, 希望能为绘本阅读在实际工作中的运用提供一定帮助。

## 一、学前儿童情绪理解能力发展意义

### (一) 对社会交往能力的影响

幼儿的情绪理解和情感发展在其社交关系和心理发展中起着

非常关键的作用。情绪的理解使他们能够辨别自己或他人的感受, 并且为他们以后形成良好的人际关系打下坚实的基础。研究发现, 在同伴中情绪理解能力强的孩子更善于合作, 更容易融入集体, 这对孩子以后的社会交往有着非常重要的作用。另外, 良

作者简介:

贾诗朦 (1996.08—), 女, 汉族, 湖北省武汉市人, 硕士学历, Thompson rivers university, 武汉东湖学院就职, 实验师, 主要从事学前教育专业教学辅助工作。

曾婷 (1986.02—), 女, 汉族, 湖北省武汉市人, 本科学历, 华中师范大学, 武汉东湖学院就职, 实验师, 主要从事外语与教育教学辅助工作。

好的情绪理解能力关系到孩子的心理健康，有利于培养孩子积极向上的心态，使其正确看待自己，减少不必要的心理疾病。

学前儿童的社会交往能力的发展受其情绪理解能力的影响。通过了解别人的情绪表现来理解别人的行为目的以及内心想法是情绪理解能力的作用所在。心理学家认为，在幼儿时期，孩子们从其他人身上学习如何理解和接受他们传递的信息，并知道如何应对这些信息，这样就能为与其他小朋友建立友谊打下良好基础。孩子能正确感知同龄人的喜怒哀乐，并用正确的方法处理问题，如分享玩具、给予帮助、表示关心等，增进彼此友谊。孩子还能在发生矛盾时更好地调整自己，不会因误会而影响正常交际。所以，情绪理解能力是孩子们必须掌握的一项重要技能，很大程度上决定了他们的社会交往能力、能否适应群体生活以及如何结交朋友等问题。

### （二）对心理健康发展的作用

情绪理解对于学前儿童心理健康发展也起到重要作用。有研究指出，情绪理解与儿童的情绪调控和自我认识密切相关，这种协调发展的关系有利于孩子拥有良好的心态。也就是说，情绪理解能力强的孩子更容易觉察自己的情绪并加以表达，这样就能更好地管理自己的不愉快情绪，避免出现不良情绪，如焦虑或抑郁。情绪理解也使孩子更好地了解自己，在遇到不开心的事时知道如何解决，这对孩子的心理健康有很大帮助，也为日后具备良好的心理素质打下良好基础。如文中所述，幼儿期的心理健康教育应注重发展干预，而非补救已发生的问题，因此提高孩子的情绪理解和调节能力很有必要。

## 二、绘本阅读优势

### （一）内容优势

绘本通过图画与文字相结合的方式将各种各样的情绪展现出来，符合幼儿认知的特点。处于幼儿前期的孩子正处在发展具体形象思维的关键阶段，这个阶段的孩子对看得见、摸得着的东西更感兴趣。绘本中出现的各种图片都十分鲜明、真实，能清楚地展示各种表情的不同之处，如高兴时嘴角上扬、伤心时眼睛含泪等，让孩子很快就能将情绪与外表联系起来。

同时，简短的话语为图片做注释，帮助孩子更好地了解自己的心情。比如著名的关于情绪的经典故事书——《我变成了一只喷火龙了！》，书中的可爱动物和有趣故事向我们展示了如何生气、如何发泄怒气以及如何控制自己不生气，孩子们能很容易明白生气这种复杂感情。还有，《我的情绪小怪兽》这本书用五颜六色的怪兽表示不同的心情，将抽象的感情变成具体形象，让孩子更容易辨别每种情感。

### （二）形式优势

绘本的形式多种多样，给学前儿童提供了一个很好的互动环境，大大提高了孩子们的兴趣。其中最常见的就是父母与孩子共读，父母带着孩子一起看故事书，互相交流，既能加深感情，又能让孩子注意书中人物的情绪变化。比如看书时，妈妈会问：“这个小宝宝怎么哭了？”让孩子想想为什么会这样，从而提高他们

对情绪的理解。

除个人阅读之外还有集体阅读的方式，比如在幼儿园里老师带领着小朋友们共同阅读一本绘本故事书，并且在这个过程中可以让小朋友互相沟通，讨论自己对书中所描述各种情绪的看法，这样不仅能让小朋友之间增加了解，还能开阔他们的思路，使他们能从多方面看待这些情绪问题。

## 三、绘本阅读对学前儿童情绪理解能力发展的干预效果分析

### （一）研究方法

通过实施一项准实验来探究绘本阅读对学前儿童情绪理解能力发展的影响，在本次研究中，我们共选择了60位年龄在4~5岁之间的中班孩子，并将他们平均分成三个小组——绘本阅读组、教育戏剧组和对照组，每个小组有20个小朋友，男女生人数均等。在本次研究中，绘本阅读组和教育戏剧组的孩子会接受12周的教育干预，对照组则按照平时的教学安排进行学习。关于绘本的选择，从众多有关情绪的主题绘本中挑选有代表性的绘本，如《我的情绪小怪兽》《生气汤》，这些绘本用可爱的画面和简单的文字向孩子们展示了各种情绪，符合幼儿的理解能力。阅读方案是每周安排两次集中时间给小朋友看绘本故事书，每次坚持半小时左右，由老师带领他们读完。

### （二）实验结果

从实验结果来看，绘本阅读提高了学前儿童情绪理解能力的各个方面，例如在情绪识别方面，实验后的幼儿能更准确地判断面部表情和情景中表现出来的情绪，比实验前有进步。再如在情绪表达方面，幼儿学会用自己的话表述此刻的心情，并会尝试用合适的方式表达感情，比之前有进步。最后是情绪调节方面的改变，实验后，幼儿能更好地控制不好的情绪。与对照组相比，在情绪理解总体得分方面，绘本阅读组有较为明显的提高（ $p < 0.05$ ），特别是原因情绪和隐藏情绪的理解提高更为明显。另外，在原因情绪和隐藏情绪的理解上，绘本阅读组比教育戏剧组有更大的提高，说明了绘本阅读对于孩子更好地了解复杂的感情环境有着特别的优势。从上面的数据可以看出，通过绘本阅读这种方式来对孩子的情绪理解能力有所发展是有效的。

### （三）影响干预效果的因素

绘本阅读对学前儿童情绪理解能力的影响受多种因素影响，其中绘本种类、阅读次数和阅读方法是重要因素。第一，每种绘本都有不同的功效，如情绪主题的绘本因与孩子生活较接近，容易引起孩子共鸣，所以在情绪理解和表达等方面表现较好；非情绪主题的绘本则相对较欠缺。

其次，阅读次数也会影响干预的效果。有研究发现，一周内至少进行2次绘本阅读，才能明显提高孩子的情绪理解水平。若阅读次数太少，则效果不明显。另外，在选择阅读的方式上也不能忽略。亲子共读与集体阅读是其中比较常见的方法。亲子阅读能营造亲密无间的氛围，增强孩子的安全感和与家长的情感联系，使孩子在情绪上表现更好；集体阅读和同伴互学有利于促进儿童

情绪表达和识别的发展。结合相关研究者的研究结论和个案分析,笔者建议适当选用图画书,适时增加图画书的阅读量并采用多种方式阅读图画书,从而有效利用图画书在培养学前儿童感情认知方面的积极作用。

#### 四、绘本阅读对学前儿童情绪理解能力发展的干预效果发挥方法

##### (一) 建立起情绪与应对策略之间的神经联结

绘本阅读对幼儿的情绪理解能力有显著促进作用,绘本为幼儿提供了一个安全的情感宣泄和体验空间。一般情况下,受自身认知局限或害怕被批评的影响,幼儿无法准确辨别和处理复杂负面情绪。然而在绘本构建的虚拟情境中,儿童可通过第三人称视角了解角色的故事,降低心理防御。孩子们看《菲菲生气了》《杰瑞的冷静太空》,实际上是在进行一次移情体验,他们在不造成不良后果的情况下感受愤怒、伤心和害怕等情绪。他们在这个过程中学会将自己从自我中剥离出来,渐渐明白原来情绪并不是什么可怕的东西,而是一股能够被我们认识并接受的力量。这一系列心理作用使绘本阅读不仅仅是一次语言学习经历,更是一种深层次情感认知改变的过程,让孩子们在不知不觉中形成情绪与解决方法之间的联系。

##### (二) 将静态的绘本内容转化为动态的情感交流场域

在绘本阅读过程中,大人的介入也起着至关重要的作用。大人”的提问方式、情感表达是孩子发展情绪能力的重要“拐杖”。研究表明,让孩子自己看绘本,与跟孩子一起读书相比,他们的情绪理解能力提高得慢得多。当我们用一些诸如“你怎么觉得她那么难过呢?如果是我,我会怎么办呀!”这样的词语问孩子时,其实就是在帮孩子们搭一座桥,让他们把看到的行为变成心里的想法。这种互动式的阅读方式,让孩子运用自己已知的生活经验填补图画与文字之间的空白,在一定程度上促进了孩子观点采择能力的发展。成人在阅读中对情感的批注、识别和合理表述,为孩子提供了一致的情感词库和表达范式,将复杂混沌的情感具体化、清晰化。这样的社会性参与将绘本内容从静止变为互动的情感交流空间,极大提升了干预效果和影响面。

##### (三) 构建起幼儿园与家庭协同一致的情绪教育生态

从实践来看,开展绘本阅读活动可以为创造良好的学前教育学习环境提供很好的参考,即现在的教育过于注重学生的智商发

展,而没有全面关注学生情感素质的发展问题。通过我们的实验结果发现,把一些关于情绪方面的绘本融入日常教学活动是一个非常经济又高效的方法。老师不仅要把绘本当成语言教学的一个手段,还要把它当作心理健康教育的一个手段,主动寻找各种各样的关于不同感情色彩的绘本作品,比如有嫉妒、骄傲、害羞等多方面的情绪体验。

在实施过程中,要注重创设并扩大阅读情境,例如进行角色扮演、绘画续写等,让孩子把阅读中的抽象情绪概念具象化。另外,在这一过程中家庭的作用不可忽视。父母的情绪修养提高了,家庭阅读的质量就会提高。在日常生活中,教师可以利用家长学校或者家长沙龙的方式来教导家长们学会运用情感教养式的阅读方法,并且在与幼儿共同阅读时,不能过分注重道德说教,而忽略情感交流。只要形成了良好的家园一体化的情感教育环境,那么绘本阅读对孩子们情感能力发展所产生的作用就可以得到充分发挥,从而真正实现孩子人格全面发展的目标。绘本阅读借助于心理投射、成人的引导以及环境营造等方式有效地促进幼儿的情绪理解力发展,在此过程中孩子们学会了如何更好地认识自己并管理自己的情感,这对他们今后的社会化有着重要的意义。在以后的研究中还需要更加重视这种干预方式带来的长远影响,并尝试更多的绘本运用方法以期能给提高中国学前儿童的心理健康教育带来更有效的指导案例。

#### 五、结束语

开展绘本阅读对学前儿童情绪理解能力发展的干预效果研究,本研究通过实证分析,证明绘本阅读对于提高学前儿童的情绪理解能力有着良好的作用。因为绘本阅读有其自身的优势,在教育孩子方面也有着得天独厚的作用,它可以帮助孩子们更好地认识自己的情绪,并且掌握如何正确地表现自己以及如何调整自己的情绪等能力。这对他们今后的社会生活起到了很好的铺垫作用,同时也对他们今后的心理健康有很大的好处。但是,在本次研究中也存在一定的不足,比如在选择样本时,所涉及的区域较少,不能包含所有地区以及来自各个家庭环境的学前儿童。由于实施时间较短,不能完全体现出其长远效果,在以后的工作中可以增加样本量、延长实验时间,研究不同类型的绘本及阅读方法对其产生的具体作用等。

#### 参考文献

- [1] 申涵子. 郭宇涵. 幼儿心理健康的发展性干预研究综述 [J]. 校园心理, 2021, 19(1): 42-45.
- [2] 马有凤. 多元化绘本教学中促进幼儿情绪管理能力 [J]. 新一代 (理论版), 2022, (16): 266-268.
- [3] 朱燕平. 依托绘本促进幼儿健康情绪发展的实施策略微探 [J]. 世纪之星—小学版, 2021, (8): 147-148.
- [4] 任李娜. 基于家园共育背景的幼儿园绘本阅读指导对策 [J]. 儿童绘本, 2023, (47): 82-84.
- [5] 姚莉莉. 绘本与幼儿情绪教育研究的现状及发展态势——基于 CNKI(2000-2021)的文献计量可视化分析 [J]. 现代教学, 2022, (10): 43-45.