第一部分【本章练习题】

1.幼儿吸、咬手指的危害？

（1）增加感染几率

（2）影响齿颚发育

（3）常吸手指会铅中毒

2.幼儿吸、咬手指的原因？

（1）精神紧张

（2）口唇期没有得到充分满足

（3）攻击欲望被压抑

3.长期应对幼儿吸、咬手指行为的方法？

（1）好的饮食习惯

（2）柔性方法

（3）厌恶疗法

4.简述情绪、情感活动对幼儿心理发展的价值？

答案：

（1）情绪、情感活动是促进幼儿社会化的重要因素。

（2）情绪、情感活动是促进幼儿认知发展的重要辅翼。

（3）情绪、情感活动是幼儿健全人格的重要保障。

5.简述幼儿情绪情感活动的指导策略。

答案：1、营造良好的情绪环境，使幼儿经常处于愉快的情绪状态

2、丰富幼儿的情感体验，帮助幼儿认识情绪情感

3、创编情境游戏，促进儿童情绪理解

4、引导幼儿学习一些情绪调节方法

（1）转移注意力

（2）合理发泄情绪

（3）用语言而非用行为表达不良情绪

（4）用想象法控制不良情绪

5、利用儿童文学艺术作品培养幼儿社会性情感

6.选择幼儿园小、中、大班幼儿各一名，观察记录其在自由活动中的情绪表现和情绪调节，分析不同年龄幼儿的发展特点及指导策略。

观察人：　　观察时间　___年___ 月___日__ （上午、下午）

观察地点	

重点观察对象	
活动情况描述	
活动中幼儿情绪表现	
教师评析	

7.【活动设计】现在的家长和老师都很重视幼儿的智力培养,对幼儿在情绪情感方面关注得不够。在日常生活中教师常常发现幼儿在活动中有时候出现情绪不稳定,不能够作及时的自我调节。请选择小班幼儿以“看得见的情绪”为主题设计一个情感教育活动“,让幼儿学会控制自己的情绪,学会初步的调节情绪的方法。

（参见教材相关内容）

8.【案例分析】：星期一，小班的松松午睡时一直在哭泣，嘴里还不停地念叨：“我要打电话叫我爸爸来接我。”“我要回家。”教师多次安慰，他还一直在哭。教师生气地说：“你再哭，爸爸就不来接你了。”松松听后情绪更加激动，哭得更加厉害了。

问题：请分析上述材料中的教师行为;并提出三种帮助幼儿控制情绪的有效办法。

【答案】在遇到有不良情绪的幼儿时，教师应找出造成幼儿情绪不良的原因，对症下药，及时帮助幼儿调节情绪，缓解情绪压力，尽快使其恢复良好的情绪状态。

(1)为幼儿提供良好的生活环境

首先，教师要给幼儿提供良好的生活环境，尽量保证室内环境整洁、安静，没有太嘈杂的声音，室内温度适中、通风良好，活动空间通畅，活动内容丰富有趣。其次，教师要给幼儿营造平和安宁的心理环境。因为过多且过于复杂的刺激会使幼儿产生不安情绪，只有平和的情绪刺激与有规律、有节奏的生活是对幼儿有益的。

(2)细心照料，保证幼儿的身体舒适

身体的不舒适会让幼儿情绪不好，所以，教师要细心照料幼儿，保证他们生理上的舒适。比如，让他们吃饱睡好，衣着舒适，冷热适中，从而精神饱满。对因为生病而导致的幼儿情绪不佳等现象，教师要细心观察，及时判断幼儿身体哪个部位可能出现问题，从而采取必要的预防和治疗措施，避免幼儿病情加重。

(3)建立和谐的人际关系，给幼儿充分的安全感

教师在与情绪不良的幼儿沟通时，态度应亲切和善，尽可能地与幼儿建立安全的依附关系。比如，多和他们说话，轻声地和他们交谈，适当地和他们进行身体接触、拥抱等，这些都可以让幼儿感觉安全踏实;同时要尽量引导他们积极主动地生活和活动。

(4)借助同伴互助，帮助幼儿克服不良情绪

教师也可以在班内找一个与情绪不良的幼儿性格相近的幼儿，帮助他们建立固定的伙伴关系，让他们享受同伴交往的快乐，这也是调节幼儿情绪的良好方法。

(5)教给幼儿克服不良情绪的方法

教师要教给幼儿简单的自我调节情绪的方法，使他们学会控制自己的不良情绪。

①适度宣泄

②转移注意力

③鼓励、表扬

④参加体育活动

第二部分【阅读推介】

运用情绪图画书支持幼儿情绪表达

——以我不想生气为例

陈洁《今日教育(幼教金刊)》 , 2017 (12) :24-25http://xueshu.baidu.com/s?w

情绪赋予每个人充满独特的自我展现 ，让人与人之间的交流变得丰富多彩 。幼儿每天都在体验着不同的情绪 ，他们感受着高兴和喜爱、生气和沮丧、悲伤和害羞 ……情绪贯穿于幼儿的每一种活动 ，如何适宜地表达自己的情绪并理解他人的情绪 ，是幼儿发展社会能力的关键因素。情绪在幼儿生活中起着重要的作用 ，成人需要帮助幼儿更好的理解自己的情绪 ，理解他人的情绪 ，寻找有效的方式去处理所体验到的不同情绪 。幼儿情绪的培养目标包括四个方面 ：一是接纳自己的情绪 ；二是以积极的态度面对困境 ；三是拥有安定的情绪并自在地表达感受 ；四是关怀及理解他人的情绪。作为教师，该如何支持儿童的情绪发展？如何对幼儿进行情绪教学呢?我选择了以情绪图画书做为教学载体，以培养幼儿情绪表达能力。

一、情绪图画书—— 故事里的情绪世界

高兴 、悲伤 、生气 、害怕是什么？产生这种情绪的时候人的心里会有怎样的感觉？在现实生活中 ，成人很 少、也很难用 准确的语言向孩子描述这些具体的情绪体验 。图画书以其独特的性质与特点 ，在幼儿教育中扮演着重要的角色。它以图文并茂的表达方式 ，既符合幼儿认知发展特点、学习特点，又能生动、形象地诠释那些抽象的情绪感受 ，阅读图画书能促进幼儿语言能力的发展，帮助他们获得积极的情绪体验 ，促进其社会性、想象力和思维的发展 。“情绪图画书 ” 顾名思义 ，即是以情绪为主题的图画书 。书里蕴藏着生动形象的情绪表情，情绪产生的原因、场景等背景因素，丰富的画面信息传达了角色在某种情绪状态下的心理活动 、行为表现和语言表达 ，描绘了与之相对应的表达和调节方式 。这为幼儿体验、理解情绪知识提供了认知对象 。例如：《苏菲生气了》描述了苏菲生气后是如何与大自然亲密接触 ，把愤怒慢慢消散。《我变成一只喷火龙了》一书中 ，小朋友能从画面中观察到喷火龙生气时的可怕模样 ，以及周围小动物们因为喷火龙的负面情绪而有什么样的反应。最重要的是 ，喷火龙也因为生气的情绪而影响了自己的正常生活 。《我为什么快乐 》则以问答的形式 ，介绍了高兴、生气、嫉妒、兴奋、无聊、快乐等幼儿生活中常见的情绪及事件 。不同主题、内容 、类型的 “情绪图画书”涵盖了对各种情绪的关注 ，包含幼儿学习、生活的各个方面，能有效地帮助幼儿进行情绪认知 、情绪 理解 、情绪表达与控制 。

二、情绪图画书阅读——生动形象的情绪体验选择

将 “情绪 图画书 ”作为载体 ，进行情绪活动设计 ，由教师与幼儿共同认识及讨论情绪 ，是帮助幼儿进行情绪识别 、情绪 表达与控制的重要媒介 。情绪图画书中有大量丰富的信息图像 ，在引起幼儿与图书内容产生共鸣的同时 ，更能帮助幼儿将书中的信息长时间保留 ，在轻松快乐的氛围中帮助幼儿学习情绪知识 ，幼儿会潜移默化地将角色的情绪表达 、情绪控制等策略内化为 自己的行为方式 。例如 ：《生气汤》中描述了当生气的情绪出现时候 ，就可以用煮“生 气汤”的游戏方式引导发怒的孩子们对着正在“烧煮 ”的锅大声喊、自由发泄 ，以夸张的方式进行情绪疏导 ，缓解自己心中的怒气 ，待平复以后再商量解决问题。《弗洛格吓坏了》《打破杯子的鼠小弟 》《胆小鬼威利》等这类情绪国画书都通过有趣的角色形象和生动的情节 ，让幼儿了解许多的恐惧都来自自己 ，只有战胜自己才能战胜恐惧 ，舒缓胆怯的情绪 ……因此 ，根据不同的情绪状态 ，有针对性地为幼儿选择适宜的情绪图画书 ，不仅可 以增加幼儿的情绪经验 ，同时也能透过故事情节，帮助幼儿认识不同的情绪 ，增加幼儿解决情绪问题的方式 ，了解调节情绪的方法技巧，促进其对情绪的认知与表达 。

三 、策略支持—— 情绪表达的有效途径

幼儿对图画书感受的力度和理解的深度取决于教师是否采用了恰当的教学策略 ，因此，教师在引导幼儿进行图画书阅读时 ，不能只是将画面及文字传递给幼儿。有效的教学策略对幼儿情绪表达有着积极的促进作用，下面以情绪图画书 《我不想生气》的教学为例。《我不想生气 》描述了一只可爱的小兔 ，遇到不少让它生气的事情，最终他想了好多办法 ，让自己不生气 了 ，还懂得了以后生气 “我该怎么办 ”

（一）情景体验

识别情绪生气是最难控制的情绪之一 ，小朋友需要认识到每个人都会生 气 ，这是人的天性 。在阅读这样的图画书时 ，需要引导他们进入到书中的情境中 ，这样 他们不仅能在其中发现自身的价值 ，还能通过良好的策略控制和克服生气的情绪 。《我不想生气》中形象地表征了生气时 ，身体里像装着一个大火球马上就要爆炸了。在引导幼儿体验中 ，我用真实的打气球游戏 ，让小朋友感受生气，气球慢慢变大的直观感觉 。配合画面中角色的动作表情，幼儿进入到生气大吼 、跺脚 、使劲踢 的动作情境中 ，识别生气的情绪状态 。书中描写了几处让主人公生气的场景：被别人嘲笑、搭建的城堡被别人毁掉 、被别人污蔑 。

我将这几个情景创设在教室中，请小朋友选择情景进行体验 ，感受生气产生的原因 。在引导幼儿进行情绪识别过程中，需要关注以下要素 ：情绪事件发生的背景因素 ；故事主人公在不同事件中的情绪表现；故事主人公应对负面情绪时的具体做法 ；对比故事 主人公情绪调节前后的表现差异等 。当幼儿理解图画书的内容后 ，再将故事中的情绪和场景迁移到幼儿身上 ，唤起幼儿已有的经验 。

（二）音乐游戏 。

情感共鸣音乐是情绪的催化剂 ，音乐的旋律或是由音乐唤起的视觉想象和情景再现 ，都能引发幼儿不同的情绪感受 ，达到情感的共鸣 。音乐游戏则需要幼儿扮演某一角色 ，并按照故事的需要来模仿 、创造 ，更需要幼儿用不同的感官来匹配音乐 ，深度地感受情绪的变化 。当幼儿了解 、熟悉了故事中主人公生气的情绪产生以后 ，我选择了与故事相匹配的音乐 《山魔王的宫殿》进行音乐游戏，幼儿根据音乐进行动作表演与律动 ，用肢体动作表达跺脚 、踢 、大喊等情绪动作 ，加深对角色情绪的体验 。当很多幼儿听到音乐高潮部分重重的敲击声时 ，创编出了捏拳头 、蹦 跳 、挥臂等动作 ，体现自己的愤怒和生气 。故事中主人公用不同的办法舒缓自己的心情 ：来一次深呼吸、找个安静的地方躲起来 、找个关心自己的人诉说 ……在表现这一情绪表达时 ，我又选择了舒缓、欢快的音乐《溜冰圆舞曲 》、班得瑞的钢琴曲等 ，有的幼儿说：“听到这种音乐 ，我就不想生气了，很安静 。”舒缓的旋律引导幼儿感受了平和、放松的情绪体验 。在音乐的融合表达中 ，幼儿根据故事情节 ，听辨音乐的快慢、轻重、长短所表达的主人公不同的情绪，通过身体动作的表现产生情感的共鸣，达到对情绪的充分理解与表达 。

第三部分【视频赏析】

【网易公开课】张怡筠博士幼儿情商微课堂

孩子有情绪，父母巧回应

http://open.163.com/movie/2012/12/D/J/M8IST33M3_M8ISTT5DJ.html

主讲教师：张怡筠，心理学家，大学时以第一志愿考进心理系，并负笈美国，在乔治亚理工学院(Georgia Institute of Technology)取得心理学博士学位。以“轻松说道理，明确讲做法”的独特风格，广受大众欢迎，帮助大家提升心理素质，在职场、爱情、婚姻、家庭中轻松穿行。