

# Discussion on the Pathway Effectively Cultivating Children's Social-Emotional Skills

Xiaoling Wan

School of Education Science, Chongqing Normal University, Chongqing  
Email: 1078641066@qq.com

Received: Apr. 9<sup>th</sup>, 2020; accepted: Apr. 23<sup>rd</sup>, 2020; published: Apr. 30<sup>th</sup>, 2020

---

## Abstract

As an important part of the process of SEL (social-emotional learning), social-emotional skills can effectively promote the comprehensive and harmonious development of children's body and mind. With the joint efforts of teachers, schools and parents, through the support of the environment, the organization and development of game activities, democratic and equal class atmosphere, as well as active home-school cooperation, children's social-emotional skills can be developed, so that children can better understand and manage emotions. It can develop children's self-control, improve children's learning ability, decision-making ability, social ability and adaptability, and help children to form good interpersonal and moral quality inside and outside school.

## Keywords

Young Children, Social-Emotional Skills, Culture Path

---

## 有效培养幼儿社会情感技能的路径探讨

万晓玲

重庆师范大学教育科学学院, 重庆  
Email: 1078641066@qq.com

收稿日期: 2020年4月9日; 录用日期: 2020年4月23日; 发布日期: 2020年4月30日

---

## 摘要

社会情感技能作为SEL (社会情感学习)过程中的一个重要组成部分, 能够有效地促进幼儿的身心全面和谐发展, 在教师、学校和家长的共同努力之下, 通过环境的支持, 游戏活动的组织和开展, 民主平等的

班级氛围, 以及开展积极的家校合作等途径, 能够培养幼儿的社会情感技能, 使得幼儿可以更好地理解和管理情绪, 发展幼儿的自控力, 提高幼儿的学习力、决策力、社交力和适应力, 帮助幼儿在校内外形成良好的人际关系和道德品质。

## 关键词

幼儿, 社会情感技能, 培养路径

Copyright © 2020 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

## 1. 引言

社会情感学习项目是教育部与联合国儿童基金会 2016~2020 周期爱生学校合作项目的一个重要组成部分, 主要是针对中小学所开展的一项以校长培训为抓手的人才培养项目。在小学阶段, 教师期待幼儿在学前期就已经形成了良好的沟通能力、学习能力以及人际交往能力等, 这个时期, 教师的重心在于知识的传授, 而不是情绪能力的培养, 因此, 学前期便成为了社会情感技能培养的关键期。俗话说“三岁看老”, 学前期教育作为教育的基础, 对于人的成长来说起着奠基石的作用, 学前期形成的人格以及养成的个性特征与行为习惯对于幼儿未来的成长有着不可忽视的影响。由此可见, 社会情感学习不仅要针对于中小学, 还要从学前期抓起。幼儿社会情感技能包括幼儿的情绪力、自控力、学习力、决策力、社交力和适应力。培养幼儿的社会情感技能, 能够帮助幼儿更好地处理和解决问题, 积极地面对生活中的挫折与挑战, 能够有效地缓解幼儿的心理问题和情绪问题, 改善教师与幼儿之间的关系, 提升幼儿的归属感和活动参与度, 促使幼儿“去自我中心”。要培养幼儿的健康心理和完整人格, 需要学校, 教师和家长等的共同努力。采取正确有效的培养方式, 能够帮助幼儿提升社会情感技能, 为未来的成长打下坚实的基础。

## 2. 教师要正确认识自身的社会情感技能, 做好幼儿的榜样

教师作为幼儿的模仿对象, 对幼儿的影响是无处不在的, 要想培养具有社会情感技能的幼儿, 教师首先要以身作则, 对自己的社会情感技能要有一个正确的认识, 成为一个具有良好社会情感技能的教师。

### 2.1. 积极的社会情感技能

教师积极的社会情感技能主要表现在三大方面。首先是教师要具有自我认知和自我管理的能力, 正确认识自己的社会情感技能特征, 包括情绪特征, 决策力特征等, 要时刻注意自己的行为是否规范, 对待幼儿的态度是否温和, 是否乐于学习以及善于反思。其次是教师要有他人认知和他人管理的技能, 对于他人的感受要尊重, 能够亲和的和幼儿及家长进行沟通, 要以自己的行动去教会幼儿学会换位思考, 理解他人和关爱他人等情感技能。最后是教师要具有集体认知和集体管理的能力。教师作为幼儿园这个集体的一份子, 要积极接纳这个集体, 认同集体的规范, 和同事积极合作, 创造自己的集体价值, 为学生创建一个积极和谐的园所氛围[1]。

### 2.2. 提升自身的社会情感素养

要提升教师自身的社会情感素养, 首先要求教师能够及时觉察并且接纳自己的情绪。教师要及时认识到自己的情绪状态, 做自己情绪的主人。当教师对自己的情绪有一个正确和清晰的认知的时候, 才能

够找到自己情绪产生的原因,从而进一步地分析情绪,时刻提醒自己“要保持良好的情绪”[2]。教师不仅要清晰认识自己的情绪,还要及时与幼儿进行沟通,体察幼儿的情绪状态,了解幼儿情绪产生的原因,从而帮助幼儿调整情绪状态,使幼儿能够进行正常的人际交流,逐渐习得社会情感技能,提高情绪的管理能力。当幼儿有了良好的情绪力时,幼儿才能作出负责的决策,在人际交往中调整情绪来适应不同的交往情境,增强社会适应力。其次是教师要合理调节情绪。在对自己情绪有了清晰的认知之后,要积极寻求合理的方式来调节不良情绪。教师可以通过自我调节和寻求他人帮助等措施缓解情绪。例如,通过强烈的自我暗示训练情绪力,激发内部情绪调节动机;与同事交谈愉快的事情以缓解消极情绪;从工作价值的实现中获取自信等。对于难以排解的情绪,可以寻求心理医生的帮助,运用正规的情绪疗法来消除不良情绪的困扰[3]。合理的发泄和表达情绪既帮助教师提升了情绪力、决策力、适应力等,又为幼儿的情感技能学习树立了一个正面的模仿对象,教师良好的社会情感技能通过潜移默化地对幼儿产生熏陶,对幼儿社会情感技能也起到了内隐的提升作用。

### 3. 建立和谐的师生关系,了解幼儿社会情感技能发展短板

和谐的师生关系是平等交流的基础,教师只有放下权威,平视幼儿,才能获得幼儿的赤诚之心。建立和谐平等的师生关系,有助于教师了解幼儿的内心,从而有针对性的解决幼儿发展过程中出现的问题。教师的力量在建立和谐的师生关系中起着主导的作用。要建立和谐的师生关系。首先教师要转变自身的教育观和儿童观,不以权威的态度面对幼儿。正如瑞吉欧儿童观中所强调的那样:“儿童与你是平等的;儿童是有独立思想和行为的人,他享有一切公民权利。”这就要求教师把幼儿当作与自己平等的个体来对待,尊重幼儿的主体意识和主体权利。其次,幼儿期的特殊依恋情节要求教师给予幼儿更多母亲般的关怀。对于刚入园的幼儿,分离焦虑是普遍存在的一种现象,教师可通过依恋的转移来缓解幼儿的这种情绪。通过给予幼儿母亲般的呵护和关怀,给幼儿创建一个家庭般温暖安全的环境,以此来帮助幼儿适应园所氛围,提高幼儿的适应力。再次,教师要合理评价幼儿的行为,通过赞扬提升幼儿的自信心,对于幼儿不合理的行为也要及时批评并加以指导,做到严慈相济,恩威并施,既增强幼儿对教师的信任感,也避免了教师对幼儿过度溺爱行为的出现[4]。最后,教师可以尝试做幼儿的玩伴,以平等的身份和幼儿交流,以真挚的感情面对幼儿,让幼儿感受到被关怀被尊重,师幼间的距离在一定程度上得以缩小。从大量的文献中可以了解到,和谐的师幼关系有助于教师和幼儿相互接纳,相互了解,促进幼儿身心健康发展。通过建立和谐的师幼关系,教师可以了解幼儿社会情感技能中存在的问题,从而制定有针对性的指导策略,培养幼儿的社会情感技能。

### 4. 开展社会情感技能学习的活动

游戏作为幼儿教育的一个重要手段,在幼儿园教学中占据着举足轻重的作用。在游戏中,幼儿的认知水平得到提高,头脑风暴中的幼儿其创造力、想象力以及解决问题的能力迅速发展。根据不同幼儿游戏特点,教师可以开展有针对性的游戏活动来培养幼儿社会情感技能。

#### 4.1. 开展愉悦的游戏活动

首先,教师可引导幼儿开展自主性游戏,培养幼儿的学习力。幼儿经验的获得大多是操作性的直接经验,让幼儿自主探索能够有效提升幼儿的学习力,以此可训练幼儿思维的灵活性和解决问题的能力。如建构性游戏中,幼儿要对建构作品进行空间及平衡的探索和判断,以此来搭建出满意的作品。安吉游戏案例中,某幼儿通过多次探索,最终成功搭建倾斜的屋顶,这是一次对摩擦力的自主探索,幼儿的学习力在这些操作性的直接经验中积淀,为以后系统知识的学习打下屋基。幼儿在这种以自我兴趣为基础开展的建构活动中,充分调动了学习的内驱力,自我学习动机和学习能力都在自主探索中逐渐发展。同

时，在游戏中幼儿要自己做出决策，确定合理有效的游戏行为来保证游戏的顺利进行和自我游戏目标的实现，因此，在自主游戏中，幼儿的学习力和决策力能够得到一定的训练。

其次，角色游戏作为幼儿游戏中不可缺少的活动之一，也不可避免的成为幼儿社会情感技能的培养的重要途径。角色游戏中，幼儿要对角色的特性进行判断，并做出表演形式的决策。这种判断-决策-再判断-再决策的过程，实质上也是训练幼儿决策力的过程。教师在游戏过程中可适当给予幼儿自我商讨决定游戏设计和开展过程的机会，以此来训练幼儿的决策力和解决问题的能力，同时，幼儿的社交力在同伴相互交流讨论的过程中也在逐步发展。

最后，教师可利用规则游戏来培养幼儿的社交力和情绪力。群体的规则游戏可以约束和规范幼儿的游戏行为，帮助幼儿“去自我中心”。为了保证游戏的质量和进度，幼儿要适当地站在同伴的角度思考问题。在游戏过程中，幼儿的情绪可能会影响游戏的开展，因此，遵守游戏的既定规则和调整自己的情绪是维持游戏进程的重要条件，这就使得幼儿要适应不同个体的特性，对幼儿的社交力和情绪力也提出了更高的要求。刘焱将幼儿的游戏比作一面镜子，反映着幼儿的发展水平，幼儿的情感技能在游戏中一览无余，游戏也便成为了幼儿情感技能培养的重要途径[5]。

#### 4.2. 有针对性的教学活动

基于对小学一年级社会情感学习资源课堂教学材料的学习，我们可以获取一些培养幼儿社会情感技能的启示。首先，在培养幼儿社会情感技能的问题上，我们需要有针对性地开展教学活动，以帮助幼儿更好地适应幼儿园学习生活，从幼儿入园开始，就要注重对幼儿情绪力、决策力、学习力、适应力以及社交力的培养，因为幼儿园生活对于幼儿而言是一个全新的开始，他们第一次在没有家人陪伴的情况下独自面对如此多的陌生人，极易引起幼儿焦虑。而对于幼儿的入园焦虑，我们需要引起重视并寻求行之有效的方法加以解决。

其次，合理的情绪表达和有效的调节对幼儿的健康心理和社会情感技能的形成至关重要。圆圈游戏作为幼儿园中常开展的一项教学活动，能有效促进幼儿之间的了解，消除幼儿的陌生感，该活动以增进幼儿、师幼关系为目的，能有效缓解幼儿入园的焦虑情绪，进一步提升幼儿的认同感和活动参与感，从而为幼儿建立良好人际关系奠定基础。在活动开展过程中，要求幼儿和教师围坐成一个圆圈，相互交流、自由发言，彼此之间的关系正是在不断交流、讨论、分享的过程中得到巩固。教师可以根据幼儿的情绪反应，开展一些帮助幼儿缓解消极情绪的教学活动，当前，在幼儿情绪调节中，较为常见的是音乐教学和体育活动教学，这两种教学活动简单易行且能在不知不觉中帮助幼儿将不良情绪转化为积极情绪。在音乐教学活动中，要求幼儿教师了解学生对音乐的喜好，在具体操作过程中细心观察幼儿的情绪反应并作出适当地调整；在体育活动教学中，幼儿教师除了注重利用相关体育动作帮助幼儿缓解消极情绪以外，也要做好学生的安全工作。两者都是借助于刺激性较强的教学活动，转移幼儿的注意力，从而减轻幼儿的消极情绪。

最后，幼儿教师也可以在幼儿入园之初，开展幼儿入园焦虑相关的情绪主题教学活动，具体操作如下：幼儿教师可在教学过程中，以幼儿喜爱的玩偶、玩具等为教学工具，引导幼儿表达出自己的情绪。同时，幼儿教师也要注重观察幼儿在游戏反应，对个别有情绪障碍的儿童重点关注，并在后续的幼儿教学中给予更多地鼓励与支持。通过这些教学活动，幼儿能够正确认识情绪并采取合理的办法调节，提高情绪力[6]。

### 5. 创设温馨和谐的园所环境

幼儿园环境的创设包括心理的和物质的这两方面。维果斯基提出教师要采取支架式教学，环境对于幼儿的社情感技能培养来说，也相当于是一个支架。幼儿在安全温馨的园所环境中一步步习得社会情感技能。



### 5.1. 创设安全有趣的心理环境

心理环境的创设相对于物质环境来说对于幼儿的影响更大,运用一个温暖的、平等的、积极的心理环境来培养幼儿的社会情感技能往往能产生事半功倍的效果。要创设良好的心理环境,教师可以从心理环境的安全性和趣味性着手。首先是安全性,包括对尊重幼儿,接纳和包容幼儿,给予幼儿关心和爱护以及师生平等交流。当幼儿处于一个安全的心理环境中,其情绪是具有稳定性的,有强烈的归属感和较高的活动参与度,在教师的关注和鼓励之下,通过教师的期望效应,幼儿的自我效能感逐步提升,从而变得自信,能够进行和谐的人际互动。在有趣的心理环境中,幼儿能够根据自我兴趣挑选合适的任务、开展活动,自主决定活动中的事宜,通过自主探索、自主学习,在玩中自发成长。在兴趣基础之上,幼儿学习内驱力和学习动机较高,学习力也随之提升[7]。

### 5.2. 创设适宜的物质环境

首先是物质环境要与幼儿的生活环境相契合,也就是要打造一个家庭般温暖的园所环境,增强幼儿的归属感,提升幼儿的适应力。其次是在物质环境的创设中要尊重幼儿的意见,让幼儿来设计他们生活和学习的场所,培养他们的决策力和学习力。再次是物质环境要具有童趣性,符合幼儿的身心特点是创设幼儿园环境的一大原则,如:在材料的摆放上,要考虑到幼儿身高等特性,要给幼儿完成力所能及任务的机会,提升幼儿的自信心。在充满童趣和温馨的物质环境中,幼儿的感受是安全的、幸福快乐的,对于幼儿情绪的稳定和完整人格的塑造起着潜移默化的熏陶作用。

## 6. 积极开展家校合作

美国心理学家丹尼尔·戈尔曼认为“家庭生活是我们学习情绪的第一个学校……在这所学校里,不但家长对孩子说了什么、做了什么会影响孩子,父母还通过自己的言行举止来告诉孩子,他们是如何处理情绪的。”家庭是幼儿的第一所学校,父母是幼儿的第一任老师,幼儿社会情感技能的习得靠教师的一己之力是无法完成的,还需要家长的合作。首先是,教师可以通过家长开放日与家长委员会等方式与家长分享社会情感技能学习的意义,获得家长的支持。其次是开展主题家长会,帮助家长了解社会情感技能培养的内容与方法,使得家庭教育和学校教育能够有效结合,形成统一的教育理念和教育方式。最后是教师要时刻与家长保持联系,及时反馈幼儿在园内的表现,也及时了解幼儿在家庭中的状态,从而能够建立起家校联合培养幼儿社会情感技能的桥梁[8]。

## 7. 结论

幼儿作为社会中的一员,其社会角色要求他具有社会交往的能力,能够适应社会,具有良好的人际交往能力和完整的人格。通过有针对性的教学活动的开展,积极的家校合作以及创设温馨和谐的园所环境,能够有效地培养幼儿的社会情感技能。幼儿社会情感技能的提升既有利于幼儿的健康成长和全面发展,也有利于社会和谐。

## 参考文献

- [1] 教育部育——联合国儿童基金会社会情感学习项目系列资源. 社会情感学习教师指导手册[Z]. 北京: 教育部教师工作司, 2016.
- [2] 汪海彬. 情绪觉察: 教师情感教育能力的基础[J]. 江苏教育, 2019(96): 1.
- [3] 杨叶恒. 幼儿园新教师情绪管理现状调查研究[D]: [硕士学位论文]. 长春: 长春师范大学, 2016.
- [4] 李佳玲. 建立亲密师幼关系的策略及其有效性检验[D]: [硕士学位论文]. 成都: 四川师范大学, 2019.
- [5] 周贤. 刍议游戏教学法在幼儿教学活动中的运用[J]. 新课程研究, 2019(16): 133-134.

- [6] 教育部育——联合国儿童基金会社会情感学习项目系列资源. 社会情感学习课堂教学材料[Z]. 北京: 教育部教师工作司, 2016.
- [7] 赵文莉. 谈幼儿园心理环境和物质环境的创设[J]. 甘肃教育, 2018(10): 80.
- [8] 支爱玲. 学生社会情感能力的培养路径[J]. 教育学术月刊, 2019(11): 70-76.