

浅谈幼儿消极情绪绘本的认识与回应

——以恐惧情绪主题绘本为例

赵心如 张亚慧

山东师范大学

DOI:10.12238/eces.v4i1.5188

[摘要] 消极情绪绘本因其独特的儿童意识和儿童视角成为教育幼儿情绪管理的重要形式。然而,消极情绪绘本中所传递的教育观正确与否缺乏深入的研究,并且不同教育观对幼儿学会正确调节消极情绪会产生不同影响。消极情绪类型颇多,在幼儿身边常见以“恐惧”情绪较多,因此本文以恐惧情绪主题绘本为例,通过分析对幼儿恐惧情绪管理的教育意义以及绘本中接纳与抵制恐惧情绪的两种教育观,从而为指导成人更好运用恐惧情绪主题绘本来培养儿童形成健康的人格提供有力帮助。

[关键词] 消极情绪; 恐惧情绪; 主题绘本

中图分类号: G619.28 **文献标识码:** A

On the Understanding and Response of Children's Negative Emotion Picture Books

—Take the Fear Theme Picture Book as An Example

Xinru Zhao Yahui Zhang

Shandong Normal University

[Abstract] Negative emotion picture books have become an important form of educating children about emotional management because of their unique children's awareness and perspective. However, there is a lack of in-depth research on whether the educational concepts conveyed in negative emotion picture books are correct or not. Different educational concepts have different effects on children's learning to properly regulate negative emotions. There are many types of negative emotions, and "fear" is the most common emotion around children. Therefore, this paper takes the fear-themed picture book as an example to analyze the educational significance of children's fear management and the two kinds of education views in the picture book to accept and resist fear, so as to provide powerful help for guiding adults to better use fear-themed picture books to cultivate children's healthy personality.

[Key words] negative emotion; fear emotion; theme picture book

情绪是个体通过认知过程对外界事物产生的态度。《指南》在健康领域中指出:发育良好的身体、愉快的情绪、强健的体质、协调的动作、良好的生活习惯和基本生活能力是幼儿身心健康发展的标志。^①将情绪保持愉快作为儿童心理健康成长的重要标志之一,可见情绪在幼儿发展过程中具有重要的角色地位。

情绪有积极情绪和消极情绪之分,幼儿阶段情绪具有不稳定性 and 不可控性,极易被消极情绪所困扰,因此如何去引导儿童正确对待消极情绪成为社会关注的问题。而绘本作为幼儿美好童年重要陪伴,对孩子的健康成长有举足轻重的作用,所以利用情绪绘本开展儿童情绪教育已经成为一个重要的手段。^②本

文主要选取消极情绪中的恐惧情绪为代表,通过分析恐惧情绪主题绘本中折射的不同教育观,为指导成人更好运用恐惧情绪主题绘本来培养儿童形成健康的人格提供有力帮助。

1 恐惧情绪主题绘本对幼儿恐惧情绪管理的教育意义

1.1 有助于帮助儿童正确识别与理解恐惧情绪

从儿童的情绪发展特点来看,在幼儿阶段儿童已经出现了悲伤、愤怒、恐惧、高兴等基本情绪,但是由于儿童认知能力以及社会经验的限制,对于恐惧情绪的识别和理解存在不足,不少儿童持有“恐惧情绪是不好的情绪”、“恐惧等于胆小”、“恐惧不应该存在”等错误思想。而恐惧情绪主题绘本往往采用图文

结合的形式,内容贴近儿童的生活,为儿童营造一个“真实”故事情境,对儿童理解恐惧情绪创造条件。

从识别恐惧情绪层面上看,恐惧情绪主题绘本往往会通过色彩、线条、构图等夸张的表现主人公当时的心情,如《情绪小怪兽》中描写恐惧小怪兽时画面运用了大量的黑色、凌乱的线条,给儿童呈现一种捉迷藏的感觉,仔细寻找不难发现恐惧小怪兽位于整张画面的最角落。这种简单明了的创作手法兼具趣味性和教育性也使儿童更容易理解在什么情况下,什么样的感受代表恐惧。

从理解恐惧情绪层面上看,不少恐惧情绪主题的绘本致力于让儿童去理解恐惧情绪是我们的正常情绪,我们不应该去排斥他。绘本《全都会害怕!花袜子的恐怖之夜》中花袜子嘲笑卷毛羊是一个胆小鬼,但是当他自己受到“惩罚”时才意识不能嘲笑他人的恐惧情绪,这是我们每个人都有的。所以当儿童在阅读这时,便会明白恐惧是每个人的正常情绪,我们应该给与帮助而不是嘲笑。

1.2有助于帮助儿童学会表达自己的恐惧情绪

恐惧是一种正常的情绪体验,我们要引导孩子辩证地去看待。一定程度上的恐惧意识有助于让儿童小心警惕,从而躲避一些不必要的伤害。比如,儿童在过马路时,因为对车辆的害怕,所以会促使他过马路时更加的小心。但是,对于儿童来说,在这个阶段还没有完全掌握恐惧情绪表达的能力,很容易去隐藏恐惧,久而久之,便会对身心健康产生危害。恐惧情绪表达的方式有语言和非语言两种形式,由于幼儿阶段身心发展还不够完善,语言表达能力欠缺,因此儿童多用动作、表情或用一些简单的词汇来表达自己的消极情绪,如抱紧自己、“我害怕”等,而恐惧情绪绘本中有大量表述自己心情的句子,儿童在阅读的过程中逐渐掌握这些语句,当儿童出现相似的恐惧情绪时,便能够通过学到的句子更完整的表达自己的恐惧,成人也能采取更好的措施去缓解儿童的恐惧。

1.3有助于帮助儿童丰富恐惧情绪调节的策略

情绪调节是指个体改变自己或他人情绪的过程,实现这个过程所运用的方法即情绪调节策略。恐惧情绪调节的重点在于运用有效的方法帮助儿童改变内心的想法,排解其恐惧情绪。在幼儿情绪发展策略方面,姚端维等学者研究发现3岁组幼儿更倾向于使用情绪释放策略,4岁组幼儿较多的使用建构性策略,5岁组幼儿更喜欢使用回避策略。^①年龄较小的儿童在面对恐惧情绪时,由于认知水平和经验的不足,往往会束手无措,而恐惧情绪绘本的出现可以提供个儿童更多调节恐惧情绪的策略。比如在绘本《我好担心》中小莉整天忧心忡忡,家人安慰也毫无作用,而幼儿园的老师只是找了一个朋友,小莉和朋友在游戏的过程中,慢慢的消除了恐惧。绘本采用了转移注意力的方法消除恐惧情绪。幼儿好模仿的特点就会帮助他们尝试当自己恐惧时也可以和朋友一起做游戏来消除恐惧。

2 透析恐惧情绪主题绘本中的教育观

2.1儿童本位,教会孩子学会接纳

恐惧同快乐、悲伤、愤怒一样,也属于我们的基本情绪,对个体发展具有独特的价值。以往观念中我们往往会教孩子要战胜恐惧,关注孩子战胜恐惧后所谓的勇敢、坚强的结果,可是孩子内心的斗争过程又会得到谁的支持呢?有这样一类绘本,当面对孩子流露出恐惧情绪时,并没有急于对孩子的恐惧感加以否定和批评,而是站在孩子的角度去共情、去思考,同孩子一起探索正确且有效的解决策略,帮助孩子调节并战胜心中的恐惧。这种设身处地地站在儿童的角度思考问题,其实传递出一种儿童本位的教育理念。这种儿童为本位的教育理念,并不是当儿童感到恐惧时,成人对他们说的你要勇敢这种虚无缥缈的关怀,而是真真切切地带入儿童视角的关怀。

在绘本《我不怕打针》中,俊赫生病了,但是害怕去医院打针,于是把自己幻想成威猛的狮子、肥胖的小猪、慢吞吞的乌龟,变色龙、松鼠等,想借此来逃避打针。然而,当妈妈看到俊赫因为害怕打针而逃避时,并没有呵斥否定他,也没有直接说“你要勇敢”,而是将自己也变成小动物带入进儿童的世界,借助巧妙的回答引导俊赫克服打针的恐惧。害怕打针是孩子生活中一种正常的现象甚至连成人有时都会害怕,但绘本中的妈妈并没有选择否定而是接纳俊赫的恐惧情绪,并通过一种幽默的方式逐步引导俊赫克服恐惧。

2.2成人视角,拒绝孩子释放情绪

除上述接纳孩子的恐惧情绪的绘本外,还有与之相反的一类绘本。绘本表面显示了成人对孩子恐惧情绪的接纳,但深入剖析同类绘本后实则是对孩子恐惧情绪的拒绝。这其中既有传统文化的影响,如“男儿有泪不轻弹”“男子汉不怕困难”;也有家庭环境的影响,父母自以为是一种成功的教育方式让孩子学会自立自强等。因此这类绘本在帮助儿童克服恐惧情绪时,大多数采用说教的方式,站在成人的视角去描绘。

在绘本《我有一颗勇敢的心》中,乔尔非常恐惧第二天的跑步比赛,但是奶奶却对他说:“乔尔,你不要害怕比赛。”乔尔害怕蜘蛛,因为他认为蜘蛛会咬他,爸爸却对乔尔说:“你不必害怕蜘蛛。”乔尔害怕黑暗,妈妈却说:“乔尔,不要害怕黑暗,试着变得勇敢些吧。”房间里有一只猫,乔尔感到很害怕,爸爸却说:“乔尔你不要害怕猫,猫很可爱,你应该爱它们。”对于儿童来说,参加比赛之前感到恐惧,害怕蜘蛛、黑暗、猫,这些都是正常的现象,然而在绘本中,他的家人只是采用“不要害怕”的无效说教,甚至并没有对乔尔的恐惧感包容和理解,他们都希望乔尔不要有恐惧的情绪,但是乔尔也是这么想的吗?这样做的后果只能是乔尔依然害怕蜘蛛、黑暗和猫,甚至还因此认为自己是一个胆小鬼。从绘本的文字来看,全篇充斥着严重的说教,“你不应该害怕他们”、“他们很可爱,你应该爱它们”,这些话语都体现出了权威感和命令感,并没有站在儿童的世界,也没有考虑儿童的意愿。在绘本中,父母自以为是的向孩子传递他们认为正确的理念,可言语背后都没有脱离“说教”的实质。

究其原因是因为这类绘本用成人视角代替儿童视角,使绘本的内容和形式最大化的贴近成人的认知习惯,即采用说教的

形式解决孩子出现的一切问题。

3 教育意义

3.1 接纳幼儿恐惧情绪, 恰当利用人际支持

首先, 恐惧同喜悦, 悲伤, 愤怒一样, 都属于个体的基本情绪。恐惧情绪表达能力能帮助幼儿释放恐惧压力、传递内心情绪体验、平衡身心发展。然而在对恐惧情绪主题绘本的分析中发现, 部分绘本中, 成人扮演着幼儿恐惧情绪的消杀者, 采用强势说教的方式向幼儿灌输“胆小鬼没有朋友”、“厉害的人从来不害怕”等绝对的情绪观, 导致的后果就是幼儿在成人严厉地说教中, 逐渐隐藏自己的恐惧情绪, 甚至会产生自卑的心理, 不利于其今后的身心发展。因此, 成人首先应该正确看待幼儿的恐惧情绪, 接受幼儿的负面情绪, 在幼儿流露恐惧情绪时, 陪伴在他们身边。用一种包容的态度对待幼儿正常的恐惧情绪, 了解幼儿产生恐惧的原因, 这样幼儿才会在引导过程中慢慢学会恐惧情绪的表达和调节。

其次, 恰当利用人际支持。3-6岁年龄阶段的幼儿面对恐惧情绪时常常借助向成人或同伴寻求支持的策略。因此成人应该结合幼儿不同阶段的身心发展水平, 恰当的提供人际支持。例如, 3-4岁组幼儿更倾向寻求教师或父母的安慰, 当幼儿因恐惧情绪而向大人寻求帮助时, 我们要及时给予鼓励和支持。耐心的陪伴在幼儿身边, 引导幼儿克服恐惧; 4-5岁组幼儿, 同伴交往能力提高, 逐渐学会向同伴表达情绪, 当这一年龄段的幼儿流露恐惧情绪时, 我们可以及时提供同伴的支持, 引发恐惧幼儿的共情; 5-6岁组幼儿, 认知水平和社会性发展相比前两个阶段的儿童均有所提高, 能够根据自己的实际情况选择调节方式。因此, 在日常教育中, 注重引导幼儿采用多种情绪调节方式, 如游戏、转移注意力、角色扮演、幻想等如。

3.2 着眼于儿童阅读视角, 寓教于情两者相兼顾

儿童视角要求成人发现和理解儿童眼中世界的意义, 理解儿童如何主动建构自己的生活。^①恐惧情绪主题绘本中的儿童视角是指通过儿童的语气以及对情绪的理解度来讲述恐惧情绪事件, 从儿童的叙事角度来描写恐惧情绪产生的原因、变化、如何战胜恐惧情绪。但目前而言, 儿童所阅读的绘本大都是由成人选择, 部分家长和幼儿园教师往往从成人视角出发, 只关注绘本的智育和教育价值、关注绘本故事能否“一步到位”地让幼儿克服恐惧情绪, 未能考虑幼儿的情绪体验和绘本趣味性。因此成人应该从儿童视角出发, 尊重儿童的权利, 选择兼顾教育性与趣味性的恐惧情绪主题绘本。具体而言, 首先, 成人应该选择有利于幼儿正确表达恐惧情绪的绘本, 拒绝一味说教类绘本。其次, 绘

本内容要具有生活性, 选取生活中可能会引发幼儿恐惧的事件, 引起幼儿的共情。最后, 绘本情节要简洁有趣, 便于儿童理解能吸引幼儿的兴趣。总之成人对于儿童恐惧情绪主题绘本的选择要学会基于儿童本位, 充分考量幼儿的认知、情感和社会性的发展状况。

综上, 恐惧情绪主题绘本在儿童消极情绪管理中扮演着非常重要的角色, 甚至可以说是儿童健康成长过程中不可或缺的读物。由于恐惧情绪主题绘本中存在部分问题, 因此家长应该树立正确的教育观念, 明确儿童出现恐惧情绪是正常现象, 接纳儿童的恐惧情绪, 并从儿童本位发出选取适合儿童阅读的绘本。

注释:

①中华人民共和国教育部制定.3~6岁儿童学习与发展指南[M].北京:首都师范大学出版社,2012.

②姚端维,陈英和,赵延芹.3~5岁儿童情绪能力的年龄特征、发展趋势和性别差异的研究[J].心理发展与教育,2004(02):12-16.

③刘慧贤,但菲.幼儿情绪主题绘本选择:扎根“适龄圈”中的“适读点”——基于NVivo11.0的质性分析[J].陕西学前师范学院学报,2021,37(05):75-83.

④程力,林晓艳.儿童消极情绪绘本教学的意蕴、困境与路径[J].教育评论,2021(07):123-129.

[参考文献]

[1]袁莹莹.以图画书为载体的幼儿情绪教育研究[D].山东师范大学,2018.

[2]程力,林晓艳.儿童消极情绪绘本教学的意蕴、困境与路径[J].教育评论,2021,(07):123-129.

[3]毕淑敏.破解幸福的密码[M].长沙:湖南文艺出版社,2018:50.

[4]刘慧贤,但菲.幼儿情绪主题绘本选择:扎根“适龄圈”中的“适读点”——基于NVivo11.0的质性分析[J].陕西学前师范学院学报,2021,37(05):75-83.

[5]教育活动中幼儿情绪主题绘本选择策略的偏差及矫正[J].长春教育学院学报,2021,37(07):24-28.

[6]姚端维,陈英和,赵延芹.3~5岁儿童情绪能力的年龄特征、发展趋势和性别差异的研究[J].心理发展与教育,2004,(02):12-16.

[7]中华人民共和国教育部制定.3-6岁儿童学习与发展指南[M].北京:首都师范大学出版社,2012.

[8]彭懿.图画书阅读与经典[M].南昌:二十一世纪出版社,2006.