

绘本阅读对小学低年级学生情绪调节能力的影响研究

刘洋

沈阳市沈河区文化路小学

DOI:10.32629/mef.v9i2.19147

[摘要] 小学低年级(1~2年级,6~8岁)是小学生情绪发展的重要阶段,情绪调节能力较差,亟需进行科学引导。绘本具有故事性和教育性的特征,并且适合低年级学生的具象化思维方式,因此成为培养学生情绪调节能力的良好载体。本文通过问卷调查法、访谈法、实验法对300名小学1~2年级的学生作为研究对象,了解绘本阅读对学生情绪调节能力的影响,分析应用现状以及存在的问题,提出相应的实践对策,为小学低年级的情绪教育实践提供借鉴。

[关键词] 绘本阅读; 小学低年级; 情绪调节能力; 情绪教育

中图分类号: G623.23 **文献标识码:** A

A Study on the Influence of Picture Book Reading on the Emotional Regulation Ability of Lower-Grade Primary School Students

Yang Liu

Shenyang Shenhé District Wenhua Road Primary School

[Abstract] Lower grades in primary school (grade 1-2; age 6-8) are an important time in the life of students' emotional development, when they need strong emotions management ability and scientific guidance desperately. The picture book is storytelling and education at the same time align with the concrete thinking characteristics of lower-grade students and serve as an important medium for cultivating their emotional regulation abilities. This study employs questionnaire surveys, interviews, and experimental methods, taking 300 primary school students in grades 1-2 as the research subjects, to investigate the influence of picture book reading on students' emotion management ability, examine its present application status and problems, and provide specific pragmatic suggestions which offers some operational references on how to implement emotional teaching at the early years of primary school.

[Key words] picture book reading; lower grades in primary school; emotional regulation ability; emotional education

引言

情绪管理能力是心理健康的重要指标,在小学生的学习、生活、人际关系等方面起着重要的作用。而小学生的心理素质还不健全,表现直接,自我调控的能力较差,不能自觉地去控制自己的消极情绪。现阶段在对小学低年级的学生进行教育过程中,许多家长和学校都只重视学生的学习成绩,忽视对学生的情绪培养,采用灌输式的教学方式容易引起学生的逆反心理,由于家长对孩子的情绪进行压抑,导致学生的自我情绪调控能力差。而绘本故事可以帮助学生认识情绪、体验情绪,并学会调控自己的不良情绪。然而,在实际的教学过程中,低年级学生在绘本故事阅读方面缺乏一定的经验,例如:绘本的选择性不够强;教师对绘本故事的讲授比较枯燥乏味;缺少与家长之间的沟通等等。因此本文结合调查问卷及试验探究出以下结论:分析绘本阅读对小学生低年

级的情绪调节能力的影响,并根据数据分析结果提出相关实施建议,以期能给小学低年级的情绪教育教学带来帮助。

1 现状调研与实验研究

1.1 调研概况

本课题组在长春市3所公办小学、2所民办小学抽取了1-2年级的学生及教师为调查对象,其中学生300名(1年级152名、2年级148名;男生156名、女生144名),教师50名(教龄5年以下22名、5-10年18名、10年以上10名;班主任32名、语文教师18名)。采用问卷调查法结合访谈法进行调研,发放学生问卷300份,回收有效问卷286份,有效回收率为95.3%;发放教师问卷50份,回收有效问卷48份,有效回收率为96.0%,访谈教师10名、家长15名,补充质性资料,并使用SPSS软件对问卷的数据进行统计分析,保证了调研结果的科学性及其代表性。

1.2 调研结果与数据分析

调研数据显示,小学低年级学生情绪调节能力整体处于中等偏下水平,各维度发展不均衡;绘本阅读有一定普及性,但存在诸多问题,且绘本阅读与学生情绪调节能力呈显著正相关,具体核心数据整合如下表1所示:

表1 绘本阅读对学生情绪调节能力的相应情况

类别	核心指标	关键数据
情绪调节能力	整体水平	平均65.8±6.2分,优秀率11.9%,不及格率21.3%
	维度差异	识别16.2±2.3分,表达15.8±2.5分,控制14.5±2.7分,应对13.3±2.6分
	年级/性别差异	2年级(68.5±5.9分)>1年级(63.1±6.3分);女生识别、表达能力优于男生
	薄弱点	控制优秀率7.7%,应对优秀率5.2%,仅32.9%能有效应对负面情绪
绘本阅读现状	普及与频率	89.6%读过,27.3%经常读,72.4%教师开展绘本教学
	类型与方式	情绪类绘本选用率8.2%(教师)、4.7%(学生);62.5%采用传统教学
	家校协同	35.7%经常亲子共读,69.3%家长不了解绘本情绪教育价值
	两者关联	经常读情绪类绘本者平均80.3±4.9分,r=0.623(P<0.01)

补充说明:情绪调节能力各维度满分均为25分,整体能力得分分为各维度得分总和。访谈中发现,70%以上的教师反映,低年级学生面对负面情绪时,多采用哭闹、发脾气、沉默等方式,缺乏主动调节的意识和方法;经常阅读绘本的学生,情绪表达更温和,应对负面情绪的方式更灵活。

1.3 实验研究与数据验证

1.3.1 实验设计

选取某小学一年级2个班级为实验对象,其中实验班45人、对照班44人。实验前,采用《小学低年级学生情绪调节能力量表》对两组学生进行前测,统计分析显示,两组学生情绪调节能力平均得分无显著差异(P>0.05),基础水平一致,符合实验要求。实验班开展为期12周的情绪类绘本阅读教学,每周1次,每次40分钟,选用《我的情绪小怪兽》《杰瑞的冷静太空》等12本优质情绪类绘本,采用互动式教学模式;对照班按常规教学模式开展教学,不额外开展绘本阅读活动。实验过程中,控制两组教学进度、教师教学水平、班级环境等变量,避免其他因素干扰实验结果。

表2 实验前后两组学生情绪调节能力得分对比

对比维度	组别	实验前平均得分(±标准差)	实验后平均得分(±标准差)	得分提升值(分)	差异显著性(P值)/提升幅度(%)
整体情绪调节	实验班	65.8±6.2	82.3±5.6	16.5	<0.01
	对照班	66.1±6.3	67.2±6.1	1.1	>0.05
情绪识别	实验班	16.2±2.3	21.5±2.1	5.3	32.7%
情绪表达	实验班	15.8±2.5	20.8±2.4	5.0	31.6%
情绪控制	实验班	14.5±2.7	19.6±2.2	5.1	35.2%
情绪应对	实验班	13.3±2.6	19.4±2.3	6.1	45.9%
对照班各维度提升值均为0.5-0.6分,无显著差异(P>0.05)					

1.3.2 实验数据对比与分析

实验结束后,采用同一量表对两组学生情绪调节能力进行后测,运用SPSS软件进行数据统计分析,实验前后两组学生情绪调节能力得分对比及各维度提升情况整合如下表2所示:

实验结果显示,实验班干预后情绪调节能力总均值比实验前提高了16.5分,差异有统计学意义(P<0.01);而对照组干预前后比较,提高1.1分,差异不明显(P>0.05),这说明绘本阅读能有效促进小学低年级学生的情绪调节能力水平的发展。在各子项中,其中,情绪应对能力增幅最高(45.9%),其次为情绪控制能力(35.2%)、情绪识别能力(32.7%)、情绪表达能力(31.6%),说明绘本阅读对于情绪调节能力四方面均有一定提升效果,特别是能够很好地帮助学生学会处理负性情绪的方法。

访谈数据佐证:实验班86.7%的学生表示“通过绘本阅读,学会了识别自己和同学的情绪”,77.8%的学生表示“知道生气、难过时可以用绘本里的方法缓解情绪”,68.9%的学生表示“能主动用恰当的方式表达自己的情绪”;10名受访教师均表示,绘本阅读能有效调动学生情绪参与,学生课堂情绪冲突减少60%以上,负面情绪表达更温和、更恰当,班级氛围更融洽。

2 实践策略

2.1 科学筛选绘本,契合情绪发展需求

对于情绪类绘本运用较少的问题,首先选取适合小学低年级学生情绪发展规律及生活经验的情绪类绘本,对识别类、调节类、社会情绪类、自我认识类绘本进行分类遴选,并保证每周至少有1次阅读时间;选取图片形象直观、文字简单明了、故事情节与小学生的生活经验相符并富有童趣和教育意义的作品,借力优质绘本书目。建立分层绘本资源库,1年级侧重简单的情绪认知类,2年级增加调节及社会情绪类。运用AI推荐功能,推荐合适的绘本,增强阅读的有效性和目的性。

2.2 创新教学方式,深化情绪体验

鉴于互动式绘本阅读对学生的情绪调控水平提升程度明显优于传统式,采取“沉浸式共读——互动讨论——实践延伸”的三阶段式教学模式:第一阶段为沉浸式共读,在阅读过程中辅以教师的表情、动作及音乐,调动学生的多种感官参与其中,并在故事的关键节点予以停顿并提出问题引导其进行观察思考;第二阶段是互动讨论环节,提出具有针对性的问题,鼓励学生大胆说出自己的想法、讲述相关经历;第三步,实践延伸,进行角色扮演等活动或者设置“情绪日记本”,体验情绪并运用调节的方法。利用AI打造多模态交互的学习环境,做到因材施教。

2.3 加强家校协同,形成教育合力

针对仅有35.7%家长常与孩子共读、大部分家长对绘本的情绪教育功能不清楚的情况,强化家园合作。经常性地对家长进行培训,介绍绘本在情绪教育中的作用以及如何与幼儿共读的方法,并建立家园互动机制,提供相关清单、案例及方法供家长参考,同时欢迎家长互相交流分享心得。指导家长每天用15-20分钟的时间陪伴幼儿共读绘本并展开讨论,为孩子创建一个“家庭

情绪树洞”。开展亲子阅读活动,三是营造阅读教育氛围,形成教育合力。

2.4提升教师素养,强化引导能力

教师素养影响情绪教育效果,定期组织教师参与绘本教学及情绪教育培训活动,包括绘本的遴选与解读、教学方案的设计、引导技巧的学习等;建立教研交流制度,开展研讨、分享、评课等形式的活动;对教师进行AI技术应用的培训,学会利用AI分析情感元素、辅助教学、跟踪学生的状况并调整策略等。鼓励教师根据学生的情绪特征来设计活动,并进行小结,改进方式,发挥绘本的情绪育人作用。

3 结论

综上所述,并基于问卷调查及实验证据可得出以下主要结论:第一,小学低年级的学生的情绪管理能力总体处于一般偏低水平,在不同方面的能力存在较大差距,情绪管控能力和应对能力较差,还受到年龄以及性别因素的影响,在面对较为复杂的情绪认知能力较欠缺等方面;第二,小学生在低年级阶段对于绘本故事的阅读具有一定的普遍性和广泛度,但是针对情绪管理相关的绘本运用较少,且教育方法也相对单调,在学校和家庭之间缺少有效沟通渠道等方面的诸多方面。未充分利用情绪教育功能;第三是绘本阅读与小学生的情绪调节水平有非常显著的相关性($r=0.623, P<0.01$),经常进行情绪类绘本阅读及绘本互动

阅读有利于提高学生的情绪调节水平;第四是为期12周的绘本阅读教学实验发现,绘本阅读有助于提高小学生的整体情绪调节水平,平均提高了16.5分,并在情绪识辨、表达、控制、应对等方面都有不同程度的提高,对学生的情绪应对能力提高最为显著;五是科学选择绘本、创新教法、家校合作、教师培训能够最大程度地利用绘本进行情绪教育,提高学生的调适能力。

[参考文献]

[1]任义琴.绘本教学提升幼儿自主阅读能力的策略研究[J].学苑教育,2026,(05):127-129.

[2]张海燕.绘本阅读治疗促进小学生积极情绪[J].全国优秀作文选(写作与阅读教学研究),2024,(01):4-6.

[3]张昕怡.绘本阅读对小学低年级学生情绪管理能力的影响研究[D].南京师范大学,2023.

[4]高松花.巧用绘本阅读,引领小学生做情绪的主人[J].知识文库,2022,(22):25-27.

[5]王婷.以绘本阅读辅导小学生情绪问题的实践[J].中小学心理健康教育,2019,(17):31-35.

作者简介:

刘洋(1990—),女,汉族,辽宁丹东人,本科,研究方向:小学教育。