

# 基于游戏化教学的幼儿消极情绪干预模式构建与实践

孙保荣

涞水县第二幼儿园，河北保定，074100；

**摘要：**幼儿群体的消极情绪，若长期缺乏科学引导与干预，易对其生理发育与心理成长产生持续性不利影响。游戏化教学凭借其与幼儿认知规律、行为习惯的高度契合性，成为突破幼儿消极情绪干预困境的重要路径。本文围绕基于游戏化教学的幼儿消极情绪干预，从模式构建到实践推进展开系统阐述。首先，明确该干预模式需遵循的核心原则，为模式搭建奠定基础；其次，梳理模式的具体构成环节，形成逻辑完整的干预框架；最后，提出模式落地实施的重点方向，为实际应用提供指引。通过上述内容的梳理与分析，为幼儿消极情绪的科学干预提供理论与实践层面的思路，最终助力幼儿实现情绪健康发展。

**关键词：**游戏化教学；幼儿；消极情绪；干预模式；情绪管理

DOI：10.64216/3080-1494.26.02.089

## 引言

幼儿处于身心发展的关键初始阶段，其情绪调节能力尚未发育成熟，对自身情绪的认知与把控能力较弱，消极情绪如难过、生气、害怕等，在日常活动中易频繁出现。此类消极情绪若未能得到及时、科学的干预，不仅会影响幼儿当下的活动状态与人际交往，长期积累还会对其性格养成、社交能力发展乃至身心健康成长产生深远的不利影响。传统幼儿消极情绪干预方式，多以成人主导的“说教式”引导为主，即通过语言讲解的方式告知幼儿“不应产生消极情绪”“应如何做”，忽视了幼儿以具象思维为主、注意力持续时间较短的认知特点。这种干预方式难以激发幼儿的主动参与意愿，幼儿也难以真正理解情绪含义与调节方法，最终导致干预效果大打折扣，无法切实解决幼儿的消极情绪问题。游戏是幼儿认识世界、开展日常活动的核心形式，也是幼儿最易接受、最愿意参与的活动载体。游戏化教学将情绪干预的目标与内容，自然融入游戏场景与游戏过程之中，无需刻意说教，便能让幼儿在轻松、愉悦的氛围中，主动感知情绪、表达情绪，进而学习调节情绪的方法。基于此，构建一套逻辑清晰、适配幼儿发展的游戏化教学幼儿消极情绪干预模式，并推动该模式在实际教学场景中落地实践，具有重要的现实意义与应用价值。

## 1 基于游戏化教学的幼儿消极情绪干预模式核心原则

### 1.1 趣味性原则

趣味性是吸引幼儿主动参与游戏化干预活动的核

心前提，也是保障干预效果的基础。在模式构建过程中，需优先选取幼儿普遍感兴趣的游戏形式，同时精心设计游戏内容。常见的适配幼儿的游戏形式包括角色扮演游戏、绘本衍生游戏、益智互动游戏等，游戏内容则需结合幼儿的生活经验，如围绕“与同伴分享玩具”“完成简单任务”等场景设计，以此激发幼儿参与干预活动的内心意愿，避免因游戏形式单一、内容枯燥，导致幼儿产生抵触心理，影响干预活动的推进。

### 1.2 安全性原则

安全性原则涵盖物理环境安全与心理环境安全两个维度，是幼儿敢于参与干预活动、直面自身消极情绪的关键保障。一方面，需搭建无安全隐患的游戏物理环境，对游戏所需的道具、场地进行全面检查，确保道具无尖锐边角、场地无障碍物，避免幼儿在游戏中受伤；另一方面，需营造无压力、无评判的游戏心理环境，尊重幼儿每一次的情绪表达，无论幼儿表达的消极情绪是否“合理”，均不随意评判幼儿的情绪，不否定幼儿的感受，让幼儿在心理上产生安全感，敢于主动说出自身的消极情绪，愿意参与到情绪干预的过程之中。

### 1.3 适配性原则

适配性原则的核心，是确保游戏化干预活动与幼儿的年龄特征、认知水平相匹配，让幼儿能够真正理解游戏内涵，掌握情绪相关知识与方法。在设计游戏难度时，需充分考虑不同年龄段幼儿的能力差异，如低龄幼儿的游戏难度需降低，以简单的“识别、配对”为主；高龄幼儿的游戏难度可适当提升，增加“情景判断、方法运

用”等内容。通过适配的游戏难度设计，确保每一位幼儿都能在游戏中顺利完成任务，切实理解消极情绪的含义，逐步掌握基础的、可操作的情绪调节方法，避免因难度过高导致幼儿产生挫败感，或因难度过低导致幼儿无法获得成长<sup>[1]</sup>。

## 2 基于游戏化教学的幼儿消极情绪干预模式具体框架

### 2.1 情绪感知环节

情绪感知是幼儿认识消极情绪的第一步，也是后续情绪表达与调节的基础。该环节以情绪主题游戏为核心载体，通过游戏化的形式，帮助幼儿清晰认识消极情绪的外在表现与内在特征。例如，设计“情绪脸谱配对”类游戏，将代表不同消极情绪（如难过、生气、害怕）的脸谱卡片，与对应情绪的行为表现卡片（如难过时哭泣、生气时皱眉、害怕时躲起来）搭配，引导幼儿通过观察、对比，区分不同消极情绪的外在特征，让幼儿明白“不同的表情、动作，对应着不同的消极情绪”，从而实现对消极情绪的初步认知与感知<sup>[2]</sup>。

### 2.2 情绪表达环节

情绪表达是幼儿释放消极情绪、让他人理解自身感受的重要途径，该环节需借助情景游戏，为幼儿创设贴近生活的情绪场景，引导幼儿主动表达自身的消极情绪与情绪产生的原因。例如，设计“小情绪分享会”类情景游戏，通过搭建“玩具被同伴拿走”“无法完成喜欢的手工”等幼儿日常易遇到的情景，让幼儿在情景中代入自身感受，再通过语言描述（如“我很生气，因为他拿走了我的玩具”）或肢体动作（如用双手抱臂表示生气）的方式，表达自己当下的消极情绪，同时尝试说出情绪产生的具体原因，逐步学会清晰、准确地传递自身的情绪状态。

### 2.3 情绪调节环节

情绪调节环节是干预模式的核心目标所在，该环节通过设计互动性强、可操作性高的游戏，将抽象的情绪调节方法转化为幼儿可感知、可掌握的具体动作或步骤，帮助幼儿学习缓解消极情绪的方法。例如，设计“深呼吸吹泡泡”类互动游戏，引导幼儿在感到生气、焦虑等消极情绪时，双手拿起泡泡棒，先慢慢吸气，感受腹部鼓起，再慢慢呼气，同时轻轻吹出泡泡，在一吸一呼的过程中，平复情绪波动。通过此类游戏，让幼儿掌握“深

呼吸”这一简单有效的情绪调节方法，在后续遇到消极情绪时，能够主动运用该方法缓解自身情绪<sup>[3]</sup>。

## 3 基于游戏化教学的幼儿消极情绪干预模式实践方向

### 3.1 联动教学资源，丰富干预形式与内容

教学资源的整合与运用，是影响游戏化干预活动成效的核心变量之一，其整合的广度与运用的深度，直接决定了游戏化干预活动的多样性，也进一步关联着干预活动最终的有效性。缺乏多元教学资源支撑的游戏化干预，易陷入形式单一、内容单薄的困境，难以持续吸引幼儿参与，更无法全面覆盖幼儿消极情绪干预的核心需求。一方面，聚焦绘本资源的整合与转化，打造“阅读+游戏”融合的情绪干预场景。绘本作为幼儿认知世界、理解情感的重要载体，其图文结合的呈现形式，契合幼儿具象思维的认知特点，而包含情绪主题的幼儿绘本，更能以生动的故事、鲜活的角色，将抽象的消极情绪转化为幼儿可感知的具体情节，为情绪干预提供优质内容基础。在资源整合环节，需优先筛选适配性强的情绪主题绘本，筛选标准需兼顾幼儿年龄特征与情绪干预需求——既要确保绘本画面色彩鲜明、故事简洁易懂，符合幼儿的阅读兴趣与理解能力，又要确保绘本内容能覆盖难过、生气、害怕等核心消极情绪，且故事中包含情绪产生、情绪表达或情绪缓解的相关情节，为后续游戏转化提供支撑。在资源运用环节，核心在于将绘本故事转化为可互动、可参与的绘本游戏，而非单纯引导幼儿阅读绘本。可提取绘本中的核心情绪情节与角色，设计对应的游戏形式，如将绘本中“小熊因玩具损坏而难过，最终在朋友陪伴下平复情绪”的故事，改编为角色扮演类绘本游戏，让幼儿分别扮演小熊、小熊的朋友等角色，还原故事中“难过情绪产生”“主动说出难过感受”“获得安慰后情绪缓解”的关键环节；也可设计绘本情景配对游戏，将绘本中不同情绪对应的画面卡片，与“说出情绪名称”“做出情绪动作”等任务卡片搭配，引导幼儿在配对过程中，结合绘本故事回忆，深化对情绪的认知。通过这种“阅读与游戏结合”的形式，让幼儿在熟悉的绘本场景中，主动感知情绪的变化过程，既降低了情绪认知的难度，又提升了参与干预活动的兴趣。另一方面，注重玩具、教具资源的整合与开发，拓展游戏化干预活动的形式边界。玩具与教具是幼儿日常游戏中最常接触的载体，其可操作性、互动性强的特点，能让幼

儿在动手参与中深化对情绪的理解，因此，整合玩具、教具资源，是丰富游戏化干预形式的重要途径。在资源整合环节，需涵盖不同类型的玩具与教具，既包括积木、玩偶、拼图等常规幼儿玩具，也包括情绪脸谱卡片、情绪情景道具等专用情绪教具，同时可结合干预需求，对部分常规玩具进行简单改造，如在积木上标注情绪表情符号、为玩偶搭配不同情绪对应的服饰，提升玩具与情绪干预主题的适配度。在资源运用环节，需基于玩具、教具的特性，设计多元的游戏化干预形式，避免干预形式固化。例如，利用积木资源设计“情绪城堡搭建”游戏，让幼儿根据自身当下的情绪，选择对应情绪颜色的积木搭建城堡，搭建完成后向同伴介绍“城堡代表的情绪”，在动手搭建与语言表达中，梳理自身情绪；利用玩偶资源设计“玩偶情绪小剧场”游戏，通过玩偶模拟“与同伴争抢玩具生气”“独自在家害怕”等幼儿日常易遇到的情绪场景，引导幼儿操控玩偶，尝试为玩偶设计“缓解情绪的办法”，在模拟互动中学习情绪调节思路；利用情绪情景道具设计“情绪问题解决”游戏，通过道具还原具体情绪场景，让幼儿在场景中思考“该如何表达情绪”“怎样做能让情绪变好”，逐步掌握情绪表达与调节的具体方法。

### 3.2 强化持续引导，巩固情绪调节能力

幼儿的身心发展具有“渐进式、反复性”的特征，其情绪调节能力的形成与提升，并非通过一次或几次集中的游戏化干预活动即可实现，更无法在短期内完成能力的内化。情绪调节能力本质上是一种需长期练习、反复强化才能形成的稳定行为习惯，需要依靠持续、连贯的引导，让幼儿在多次参与、反复实践中，逐步熟悉情绪感知的方法、掌握情绪表达的技巧、巩固情绪调节的思路，最终将外在干预中学习到的内容，转化为自身应对消极情绪的内在能力，形成稳定且自主的情绪管理习惯。若仅依赖单一、零散的干预活动，幼儿虽能在活动当下感知情绪、学习方法，但由于缺乏后续的练习与强化，所学内容易被遗忘，无法真正应用到日常的情绪场景中，最终导致游戏化干预的效果难以持久，无法切实解决幼儿日常的消极情绪问题。因此，在基于游戏化教学的幼儿消极情绪干预模式实践推进过程中，需打破“将情绪干预游戏作为‘单独活动’开展”的传统局限，摒弃“集中开展、一次性完成”的干预思路，转而将情绪干预游戏与幼儿日常教学活动进行深度融合，把情绪

干预的目标与内容，渗透到日常教学的各个环节、各个时段之中，构建“常态化、全覆盖”的持续引导体系，让幼儿在日常活动中随时随地接触情绪干预游戏，实现“干预无间隙、练习日常化”。再如，在户外活动结束后，可融入轻松愉悦的情绪分享类小游戏，适配幼儿户外活动后精力充沛、乐于表达的特点。户外活动中，幼儿可能会因“抢到玩具”“和同伴合作游戏”产生积极情绪，也可能因“没拿到喜欢的器械”“和同伴发生小矛盾”产生生气、失落等消极情绪，此时开展情绪分享游戏，能让幼儿及时梳理并释放活动中的情绪。可开展“情绪小喇叭”游戏，让幼儿围坐一起，轮流用“小喇叭说话”的语气，分享“刚才户外活动中，我有什么开心的事/不开心的事”，分享过程中老师适当引导幼儿说出“不开心时心里是什么感觉”；也可开展“情绪抱抱”游戏，让有消极情绪的幼儿主动说出自己的情绪，愿意安慰他人的幼儿可给予一个拥抱，在分享与互动中，让幼儿学会表达情绪，同时感受同伴支持对缓解消极情绪的作用，进一步强化情绪表达的意愿与能力。

### 4 结语

基于游戏化教学的幼儿消极情绪干预模式，深刻契合幼儿身心发展的特点与规律，有效突破了传统“说教式”干预方式的局限性，为幼儿消极情绪干预提供了更科学、更适配的路径。在该模式的构建与实践过程中，通过严格遵循趣味性、安全性、适配性三大核心原则，可确保模式的科学性与合理性；通过搭建“情绪感知-情绪表达-情绪调节”逻辑完整的具体框架，可让干预过程更具针对性与操作性；通过明确联动教学资源、强化持续引导两大实践方向，可推动模式切实落地并发挥实效。依托该模式的构建与实践，能够帮助幼儿逐步学会正确认知自身消极情绪、主动表达消极情绪、科学调节消极情绪，最终为幼儿身心健康成长奠定坚实的情绪基础，助力幼儿在后续的成长过程中，更好地应对情绪问题，实现全面发展。

### 参考文献

- [1]关诗晴.大班幼儿执行功能与情绪能力的关系研究[D].洛阳师范学院,2024
- [2]魏诗涵,陈理宣.教师培养幼儿情绪稳定性的意义与策略[J].教育观察,2023,12(33):61-63+67.
- [3]黄格格.幼儿园情绪教育主题活动设计与实施的研究[D].成都大学,2024.