

# 幼儿社会情绪学习能力的发展与教育启示

●张裕君



**[摘要]** 幼儿社会情绪学习被广泛认为是幼儿早期发展的重要组成部分,对幼儿后续的学业成就、建立人际关系以及心理健康具有深远的影响。幼儿社会情绪学习能力涵盖了幼儿对自我及他人情绪的敏锐感知,幼儿准确识别与有效调控情绪的能力。这体现在幼儿与同伴及成人间建立积极互动关系,面对挑战时,能展现出积极应对的态度、能提出有效的问题解决策略。这些能力不仅是幼儿身心健康、快乐成长的基石,也是幼儿综合素质教育中不可或缺的一环,对塑造幼儿社会适应性与幸福感具有深远影响。本文通过文献研究法分析影响幼儿社会情绪学习能力的发展路径,探讨其对幼儿社会情绪学习能力的教育启示。

**[关键词]** 幼儿;社会情绪学习能力;幼儿教育;教育启示

1994年,心理学家丹尼尔·戈尔曼(Daniel Goleman)等人创立美国学业与社会情绪学习联合会(Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning,简称“CASEL”),一个支持全体学生学业、社会和情绪能力发展的非营利性机构,并提出了社会情绪学习的概念。CASEL组织提出:“社会情绪学习是指儿童或成人认识情绪相关知识、态度和技能,能控制情绪,学会关心和照顾他人,建立维持积极的人际关系,对自己做出的决定负责,面对挑战性困难能有效解决等的学习过程。”CASEL列出了社会情绪学习在认知、情感和行为方面的五种核心能力,分别为自我意识、自我管理、社会意识、人际交往能力、自我决策负责能力,并认为这五组核心能力适用于从幼儿园到中小学的儿童。社会情绪能力是个体进行社会化的重要能力,是个体有效管理自己的情绪、认知、社会行为过程中,其所需的技能、行为和态度,其核心内容是提高个体的情绪管理、人际交往技能和认知调节能力。

## Q 社会情绪学习的内涵与发展

幼儿的社会情绪学习本质上是一个综合性的学习过程,包括情绪识别、情绪管理以及人际交往技巧的掌握。学前期是幼儿情绪情感发展的重要时期,幼儿的情绪意识得到了全面发展。不仅是单纯的自我意识范畴,幼儿在与他人互动接触的过程中融入了社会意识,使幼儿能够敏锐地感知并理解外部环境的变化。正是自我意识与社会意识的磨合,才能使幼儿做出恰当的情绪表达,进而促进其更加有效且积极的社交行为。我国学者张瑞瑞认为,社会情绪能力属于

社会情绪范畴或人格范畴,是幼儿在日后工作和学习中必不可少的能力,这种能力是可以通过学校教育或家庭教育来培养的。

### (一)自我意识

自我意识是个体对自身心理状态、身体感受及内心愿望的深刻洞察与体验,它在塑造个体独特个性和人格结构中占据着重要地位。在幼儿阶段,自我意识特指幼儿如何认识并评价自己,这涵盖了他们对自己长短处、兴趣爱好、价值观等内在特质的认知与评价,构成了幼儿社会情感能力发展的基石。积极的自我意识对于幼儿来说至关重要,它能使幼儿建立自信心和自尊心,能使幼儿在面对挑战时更加坚韧,使幼儿养成自律的良好生活习惯。但幼儿自我意识很容易受成人评价的影响。因此,成人在与幼儿互动时,应采取积极、正面的评价方式,帮助幼儿认识到自己与他人的独特之处,鼓励他们学会接纳自己独特之处和尊重他人的差异,让幼儿在实践中不断尝试、学习、进步,从而增强幼儿的自我效能感,使幼儿对自我意识有更加清晰和正面的认知。

### (二)自我管理能力

自我管理在社会情绪学习中主要是指情绪管理。情绪管理一般指情绪察觉能力、情绪识别能力、情绪表达能力、情绪调控能力四个维度。在学前期,幼儿的情绪管理能力具体表现为幼儿对自身情绪的敏锐察觉、准确识别、恰当表达与有效调节,以及幼儿对他人情绪的深入理解与积极回应、富有同理心,能够在压力面前保持积极态度,维持乐观心境。成人应扮演积极的引导者与示范者角色,通过自身

的情绪管理行为为幼儿树立榜样，同时与幼儿建立有效的互动机制，耐心指导他们学习情绪管理的技巧与方法，鼓励幼儿在人际交往中构建积极、健康的关系网。

### （三）社会意识

社会意识是个体对于周围世界所持的态度和信念的集合，包括但不限于以下方面：视角转换能力，能使幼儿设身处地站在他人的立场上思考问题；同理心，使幼儿对他人的感受产生共鸣；欣赏多样性的态度，鼓励并尊重每个独特的个体的存在；尊重他人，构建基于互相尊重的人际交往基础。这些能力共同构成了幼儿社会意识的核心，引导幼儿以更加开放的心态融入社会，使幼儿以包容的精神理解差异，积极参与社区活动。

### （四）人际交往能力

人际交往作为一种复杂而多变的信息传递与互动过程，其本质是促进个体间思想、情感与行为的深度交流与融合。在与人交往的过程中，提高人与人之间的合作效率与合作质量，可以为个体提供一个情感宣泄与缓解心理压力的有效渠道。人际交往涵盖了幼儿运用语言、非语言符号（如文字、动作、表情）等多元化手段，向他人传递信息、表达自我，并在此基础上建立与维持和谐人际关系的过程。这一过程具体体现在亲子交往、师幼交往以及同伴交往等多个层面。这些交往形式共同构成了幼儿社会化的初始阶段，对其个性发展、情感培养及社交技能的形成具有深远的影响。良好的人际交往能力被视为幼儿成功适应幼儿园及小学生活的关键因素之一。具备此能力的幼儿，能够更加顺畅地融入新的社会环境，与同伴建立深厚的友谊，与教师形成积极的互动关系，从而为其全面发展奠定坚实的基础。

### （五）负责任的决策能力

为自己的决策负责，是一种在尊重他人权益、恪守社会道德规范的前提下，审慎考量并作出明智选择的责任感体现，同时意味着幼儿勇于承担由此产生的一切后果。在幼儿教育中，培养这种负责任的决策能力，是指引导幼儿学会全面审视问题、策划解决方案、理性评估不同方案，并最终作出恰当选择的能力。这一过程不仅是幼儿认知发展的重要标志，更是其社会适应能力的核心要素。父母和教师应成为幼儿思维训练的引路人，通过创设问题情境、激发幼儿探究欲望、鼓励其独立思考等方式，有效促进幼儿问题解决能力的提升。

## Q 社会情绪学习能力的作用

### （一）心理问题的显性抓手

社会情绪学习能力与心理健康教育相辅相成。学者施泽娴认为，社会情绪学习能通过五大能力的教育，获得有效情绪管理、优化人际关系、做出负责任的决定以及具备有效

解决问题的能力等，帮助幼儿拥有较强的社会适应性，使幼儿达到自我意识与社会意识的高度融合，从而使幼儿能够健康快乐地成长。社会情绪学习能够有效预防和干预心理问题的萌芽，为幼儿的心理健康筑起坚固防线。相关研究表明，提高社会情绪学习能力能显著提高幼儿的情绪智力，从而助力幼儿识别和管理自己情绪，提高幼儿共情能力，使幼儿建立积极的人际关系，帮助幼儿获得有效管理生活和提高核心素养的能力。社会情绪学习还赋予幼儿更强的抗压能力，使他们在遭遇挫折时能够保持冷静，进行有效的情绪管理。这一过程不仅促进了幼儿积极心理品质的发展，还为其形成独特而健康的个性与健全的人格奠定了坚实基础。

### （二）学业成就的隐形推手

传统观念认为学业成就主要是由认知能力或智能来决定，但其他领域的实证研究揭示了非智力因素，特别是毅力、自我调节学习或成长型思维等因素对学业成就有显著影响。

在美国已有大量实证研究表明，中小学生的社会情绪学习能力预测着其学业成就。社会情绪学习通过培养幼儿的良好学习习惯，激发其内在的学习动力，优化学习环境，间接提升了幼儿学习效果。积极的情绪状态直接影响幼儿的学习兴趣和注意力集中程度。良好的情绪管理能力有助于为幼儿营造积极的学习氛围，降低幼儿学习压力、增强幼儿学习意愿，从而提高幼儿学业表现。国内也有类似研究表明，社会情绪学习能力在积极的学习态度和良好的学习行为上有所体现，对学生的学业成绩有积极的影响。学生的社会情绪学习能力越高，学生就越愿意在教学活动中与教师互动、学生面对困难和压力时较少出现消极情绪、学生越愿意主动学习。社会情绪学习中自我意识能力的提高也对学生学习成绩有积极影响。自我意识与自我效能感密切相关。学业胜任力强的学生会进一步提升自己的技能，自我效能感也会提高，从而获得更好的成绩。

### （三）提升人际交往能力

社会情绪学习是社会化的过程，除了个人层面的自我意识和自我管理之后，还有社会层面的社会意识和人际交往能力。社会情绪学习能力使幼儿识别和理解他人的情绪，较高的同理心能使幼儿更快获得他人的接纳，更快适应社会。恰当的沟通方式可以助力幼儿建立和谐的人际关系，培养幼儿亲社会行为。这一过程不仅增强了幼儿的社会交往能力，还使他们在面对挑战时能够作出负责任的决定并积极应对，使幼儿能够做出更加令人接受的和被认可的行为。社会情绪学习较高的幼儿较少出现攻击行为。相关研究表明，学生移情能力越高，越少出现欺凌行为，越能作出负责任决定的学生，越能远离霸凌伤害。

## Q 幼儿社会情绪学习能力的教育启示

### （一）政策支持

随着人们对幼儿认知发展水平越来越重视,幼儿社会情绪能力的培养也受到很多关注。我国《3-6岁儿童学习与发展指南》中强调了社会领域的地位,社会领域的目标要求:“幼儿有正确的自我认知、能够积极主动地进行人际交往,具备良好的社会适应能力”,这有助于社会情绪学习的推广应用。但目前还没有关于社会情绪学习的相关学习标准,相关管理部门可以出台相关政策,为教育机构和教育工作者提供教育方向,提高大众对社会情绪学习能力的认识。

## (二)学校推行 SEL 项目教学

虽然我国推行素质教育已经很多年,但是有些人还是会将学生的学业成绩作为评价学生好坏的重要评价指标。在家庭教育方面,一些父母会“重学业、轻品德”;而在学校教育方面,提高学科成绩也是教师们的首要任务。

我国有学者提出引入 SEL(Social and Emotional Learning,简称“SEL”)项目。我国的 SEL 教育还在探索阶段,目前还没有相应的学习标准。对于 SEL 项目的引入,学校要考虑我国学生学情,不能盲目照搬。

教师是实施课程的主要负责人,教师自身的社会情绪学习能力也会影响学生在该方面的获得。教师自身的情绪积极稳定、无条件地接纳学生、友善包容学生的品质时,会使学生获得更好的学习体验。相反社会情绪学习能力低的教师会忽视学生的情感需求,难以在学生面前发挥榜样作用。因此,教师也要通过相关的培训来确保 SEL 项目的顺利开展。

## (三)家校融合共育

家庭是幼儿成长的第一环境,家庭氛围和父母的教养方式对幼儿的社会情绪学习有着重要影响。相关研究表明,和睦的家庭关系和民主型教养方式能正面促进幼儿的社会情感发展,而溺爱、放任、专制的教养方式则会给幼儿带来消极影响。温馨的家庭氛围能向幼儿传递积极友善的信号。

即使孩子产生消极情绪时,家长也要无条件接纳,要指导孩子进行适当的情感宣泄和教导他们合理地调节情绪。家长与学校也应达成教育共识,采取一致的教育理念、使用正确的教育方法、为幼儿提供良好的教育环境,为幼儿树立正面榜样。

社会情绪学习能力的培养是一项庞大而深远的教育工程,需要社会支持、学校教育和家长配合,才能营造有利于幼儿健康发展的成长环境。

## 参考文献

- [1]蔡菲,刘氢.幼儿情绪管理能力培养的实践途径[J].教育文汇,2024(01):63-65.
- [2]续进,黄科.幼儿社会情感能力的内涵、核心内容及支持策略[J].教育教学论坛,2024(21):41-44.
- [3]邱红燕.幼儿社会情绪学习的内涵、价值与路径[J].学前教育研究,2021(10):91-94.
- [4]黄安琪,李彦敏.社会情绪学习视野下中小学校园欺凌预防策略[J].兵团教育学院学报,2020,30(06):76-81.
- [5]乔建梦.婴幼儿社会情绪能力发展的影响因素及教育建议[J].大学,2020(51):58-59.
- [6]陈德云,熊建辉,寇曦月.美国中小学社会情绪学习新发展:学习标准及课程项目的开发与实施[J].外国教育研究,2019,46(04):77-90.
- [7]张瑞瑞.美国的幼儿社会与情绪学习:现状、挑战及启示[J].教育导刊(下半月),2019(06):92-96.
- [8]施泽娴.“社会情绪学习”在国内小学的教育实验研究[D].镇江:江苏大学,2017.

## 作者简介:

张裕君,(1989—),女,汉族,广东江门人,博士,江门职业技术学院,研究方向:心理健康教育。