

# 大班幼儿在集体活动中情绪冲动表现及教师引导策略研究

元芳

泰安市泰山区邱家店镇中心幼儿园

**摘要：**大班是幼儿入小学的重要衔接阶段，幼儿在集体活动中出现较多的情绪冲动行为，给活动带来不良影响的同时也阻碍了幼儿的社会性发展。本文运用观察法、案例分析法等方法，研究并探讨了大班幼儿在集体活动中情绪冲动的三种类型——行为失控型、言语攻击型和情绪爆发型，从生理、心理、家庭、幼儿园四个方面寻找原因并提出了“观察+共情”识别情绪、“倾听+满足”消除根源、“示范+练习”培养行为、“活动优化+家园协同”的引导策略，为幼儿园老师开展情绪指导工作提供参考借鉴，帮助大班幼儿提高情绪管理能力。

**关键词：**大班幼儿；集体活动；情绪冲动；教师引导策略；情绪调节

**【DOI】** 10.12252/j.issn.2096-6261.2026.01.080

## 引言

在幼儿园一日活动里，集体活动对培养幼儿规则意识、合作与交往能力至关重要，大班作为进入小学的关键过渡期，幼儿情绪调节能力直接影响活动质量与未来社会适应能力。虽然《3-6岁儿童学习与发展指南》要求教师助力幼儿调控情绪，但在实践中大班幼儿在集体活动中仍常现情绪冲动行为，扰乱秩序且影响发展。当前学界的相关研究多聚焦家庭或个别干预，对集体场景系统中的研究少且实操建议不足，故本研究剖析表现、探析成因、构建策略，意义重大。

### 一、大班幼儿在集体活动中情绪冲动的具体表现

#### （一）行为失控型

此类表现为幼儿因需求未满足或同伴矛盾，直接以肢体动作发泄情绪，具有突发性和攻击性。集体游戏“接力运球”中，幼儿A因同伴B碰掉其球致小组落后，未等调解便抢过B的球扔出，还推搡B致其摔倒，游戏中断；集体取餐时，幼儿C担心红烧肉分完，突然插队推开取餐的幼儿D，导致其餐盘掉落。这类表现的特点是反应时间短（通常10秒内），幼儿无后果预判，行为直指“阻止他人”或“获取利益”，对集体秩序破坏直接，易引发连锁冲突<sup>[1]</sup>。

#### （二）言语攻击型

虽无肢体冲突，但通过负面语言指责、嘲讽同伴，破坏集体氛围。集体教学“故事创编”中，幼儿E分享时卡顿，幼儿F突然大喊：“你讲得好烂！”引发哄笑，致使E不愿继续分享，互动氛围降温；集体游戏“小组

拼图”中，小组未按时完成，幼儿G冲同组H喊道：“都怪你拼错，害我们输了。”其核心特征是幼儿借助“否定他人”来缓解焦虑，语言含有“你真笨”等贬低性评价、“都怪你”等指责性语句或“不跟你玩”等威胁性话语，虽无身体伤害，却严重影响幼儿心理健康与集体归属感<sup>[2]</sup>。

#### （三）情绪爆发型

以情绪崩溃引发极端行为为核心，如哭闹、尖叫等，持续超过5分钟且难以安抚，直接中断活动。集体教学“数学分类”中，幼儿I多次放错积木被指出后，扫落桌上积木并抱头大哭，拒绝参与活动，教师只得暂停教学；集体游戏“老鹰捉小鸡”中，幼儿J连续三次被抓后，跑到角落尖叫、拍墙，喊着“再也不玩了”。其本质是幼儿自我效能感受挫（如失败、不被认可），因缺乏情绪调节方法，借“极端表达”寻求关注或逃避困境，对活动进度影响最大，非常考验教师的即时应对能力。

### 二、大班幼儿在集体活动中情绪冲动的深层成因

#### （一）生理层面

从生理发育角度来看，大班幼儿（5-6岁）的大脑前额叶皮层尚未发育成熟，而前额叶皮层是负责情绪调节、冲动控制与行为决策的核心区域。这一阶段幼儿的大脑“边缘系统”（负责情绪产生）发育速度远快于前额叶皮层，导致幼儿在面对情绪刺激时，往往先产生情绪反应，再进行理性思考，表现为“情绪优先于理智”。同时，大班幼儿的神经系统兴奋与抑制过程发展不平衡，兴奋过程占优势，抑制过程较弱，这使得幼儿在集体活

动中易受外界刺激（如同伴的玩笑、活动的竞争压力）影响，情绪容易被点燃，且难以快速平复。例如，在集体游戏中，幼儿因同伴的一句玩笑话而瞬间情绪激动，正是由于其抑制能力不足，无法控制自身的情绪反应<sup>[3]</sup>。

## （二）心理层面

大班幼儿虽已开始从“自我中心”向“去自我中心”过渡，但在集体活动中，仍难以完全站在他人角度思考问题，当个人需求与集体规则或同伴需求产生冲突时，易以“自我为中心”判断问题，从而引发情绪冲动。例如，幼儿在集体游戏中因“想当主角”而拒绝遵守“轮流扮演”的规则，当教师要求其遵守规则时，便出现情绪冲动行为，本质上是“自我中心”思维导致幼儿无法接受“个人需求让位于集体规则”。此外，幼儿的情绪冲动往往与“心理需求未满足”密切相关，包括“归属需求”“成就需求”与“自主需求”。在集体活动中，若幼儿感到自己被教师或同伴忽视（归属需求未满足）、因能力不足而多次失败（成就需求未满足）、或活动内容缺乏自主选择空间（自主需求未满足），便容易通过情绪冲动来表达不满或寻求关注。如幼儿在集体教学中因长期未被教师提问，突然故意打翻水杯，其背后正是“归属需求未满足”的表现<sup>[4]</sup>。

## （三）家庭层面

家庭是幼儿情绪发展的第一环境，家庭教养方式与家长的情绪示范，对幼儿情绪冲动行为的形成具有“隐性且持久”的影响。研究发现，采用“放任型”教养方式的家中，家长对幼儿的行为缺乏明确规则约束，当幼儿出现情绪冲动时，家长多采取“妥协”或“忽视”的态度，导致幼儿未建立行为边界意识，在集体活动中也难以遵守规则，易出现冲动行为。而“权威型”教养方式（过度控制）的家庭中，家长对幼儿的要求过于严格，当幼儿出现情绪冲动时，家长多采用“批评指责”甚至“体罚”的方式，导致幼儿缺乏情绪表达的正确渠道，在集体活动中一旦遇到类似场景，便会模仿家长的“对抗式”反应，通过冲动行为发泄情绪。此外，若家长在日常生活中经常表现出情绪冲动（如因小事争吵、发脾气），幼儿会通过“观察学习”模仿家长的情绪表达方式，在集体活动中重复此类行为。

## （四）幼儿园层面

幼儿园作为集体活动的组织主体，其活动设计的合

理性与教师引导的有效性，直接影响幼儿情绪冲动行为的发生频率。在活动设计方面，部分教师未充分考虑大班幼儿的兴趣与能力差异，如集体教学活动内容过于复杂，导致幼儿因无法理解而产生挫败感；或集体游戏活动的规则过于繁琐，幼儿难以快速掌握，易因“违规”被批评而出现情绪冲动。此外，部分集体活动的“竞争元素”过多（如频繁开展“小组比赛”），且评价方式单一（仅以“输赢”为标准），导致幼儿在活动中过度关注结果，一旦失败便易情绪崩溃。在教师引导方面，部分教师对幼儿情绪冲动的应对存在两个极端：一是“过度干预”，如当幼儿出现轻微情绪冲动时，教师立即大声批评，甚至暂停活动进行“公开教育”，不仅加剧幼儿的情绪对抗，还损害幼儿的自尊心；二是“干预不足”，如当幼儿间出现言语冲突时，教师未及时介入调解，任由矛盾升级，最终引发更严重的情绪冲动行为。此外，部分教师缺乏情绪共情能力，在应对幼儿情绪冲动时，仅关注纠正行为，而忽视理解情绪，如幼儿因失败哭闹时，教师只说“不许哭，要坚强”，却未安抚幼儿的挫败感，导致情绪无法得到有效疏导。

## 三、大班幼儿集体活动中情绪冲动的教师引导策略

### （一）以“观察+共情”捕捉情绪信号

教师能否及时识别幼儿的情绪冲动信号，是有效引导的前提。大班幼儿的情绪冲动并非完全“无迹可寻”，在行为爆发前往往会出现“前兆信号”，如面部表情（皱眉、咬嘴唇）、肢体动作（握拳、跺脚）、语言变化（声音提高、语气急促）等。教师需在集体活动中保持“全方位观察”，尤其是对情绪易冲动的幼儿建立“个体情绪档案”，记录其情绪冲动的前兆信号与触发场景，实现“提前预判”。一旦捕捉到情绪信号，教师要先“情绪共情”，而不是直接指责。再如，幼儿因同伴抢玩具而握拳，教师就应蹲下身轻声说：“我看见你现在很生气，因为他抢了你的玩具，对不对？”“共情”使幼儿感受到自己的情绪得到了理解，情绪激动程度减低。研究显示，教师的共情回应能在短期内缓解幼儿的负面情绪，为后续的引导打下基础。

### （二）通过“倾听+满足”消除情绪根源

情绪冲动的实质是幼儿“未看见自己的需要”，因此，在情绪初步平复后，教师需要通过“倾听”了解幼儿的真实需要，并在合理的范围内作出回应。在集体活动中，

教师可采用“一对一沟通”的形式，让幼儿说出自己的想法，如“你刚才为什么要推他呀？能跟老师说说吗？”教师在倾听过程中要有耐心，既不打断幼儿，又不急于判断，让幼儿感到被尊重。针对幼儿的合理需求，教师要及时给予满足或调整。例如，幼儿为“怕红烧肉被分掉”而插队，教师可在后续集体用餐活动中，提前告诉幼儿“红烧肉每个人都可以分到”，并让幼儿参与“协助分餐”，满足其“控制感”需求；对于不合理的需求，如“必须当游戏的主角”，教师需通过“规则解释”与“替代方案”引导幼儿理解，如“轮流做主角才能让每个小朋友开心，这次你先当配角，下次老师请你先做主角，好吗？”合理需求的回应，加上不合理需求的引导，能从源头上降低情绪冲动的发生率。

### （三）用“示范+练习”培养正确行为

当幼儿的情绪与需求得到关注后，教师要引导幼儿学习正确的情绪表达，并对行为方式进行“行为矫正”。一方面，教师可通过“情景示范”，使幼儿直观了解“如何正确应对矛盾”。如在集体活动前，教师可做角色扮演，模拟“同伴碰掉球”的情境，示范正确的做法：“你说‘请你小心一点，我的球掉了’，而不是去推他哦。”同时，请幼儿来进行角色扮演，让他们在模拟的场景中练习正确的行为，强化“替代行为”的记忆。另一方面教师在集体活动中建立“情绪工具库”，教给幼儿简单的情绪调节方法。如“深呼吸法”（生气时慢慢吸气5秒，再慢慢呼气5秒）、“情绪角冷静法”（在教室中设置“情绪角”，在情绪角放玩偶、靠垫等，幼儿情绪激动时可到情绪角暂时冷静）、“语言表达法”（我现在很生气，我需要冷静一下）等。通过反复练习，让幼儿将这些方法内化为自身的情绪调节能力，在遇到情绪冲动时能自主运用。

### （四）以“活动设计+家园协同”构建支持体系

情绪冲动的引导不仅要及时对症下药，而且更要及时应变。在幼儿园层面，教师需优化集体活动设计，减少情绪冲动的触发因素。在活动内容上，兼顾“趣味性”与“层次性”，如集体教学活动设置“基础任务”与“挑战任务”，让不同能力的幼儿都能获得成就感；在活动规则上，采用“幼儿参与制定”的方式，如集体游戏规则由幼儿共同讨论确定，增强幼儿的规则认同感；在活动评价上，注重“过程性评价”，在集体游戏中不仅表扬“获胜小组”，还表扬“坚持完成任务的小组”“帮助

同伴的幼儿”，减少“输赢”带来的情绪压力。在家园协同层面，教师需与家长建立“双向沟通机制”，帮助家长调整教养方式。通过家长会、家访等形式，向家长普及“幼儿情绪发展”的知识，让家长了解情绪冲动的正常性，避免过度批评或放任；同时，向家长推荐“家庭情绪小游戏”（如“情绪猜猜乐”，家长与幼儿互相模仿情绪表情），指导家长在家庭中培养幼儿的情绪识别能力；此外，建立“幼儿情绪沟通本”，由教师与家长定期记录幼儿的情绪表现与应对方法，实现家园协同一致。

### 结语

本研究通过对大班幼儿在集体活动中情绪冲动表现的系统观察与成因分析，发现幼儿的情绪冲动并非“无理取闹”，而是生理发育、心理需求、家庭环境与幼儿园教育共同作用的结果。教师作为集体活动的引导者，需摒弃“单纯纠正行为”的传统思路，从“情绪识别—需求回应—行为矫正—环境优化”四个维度，构建“理解情绪—满足需求—培养能力—营造环境”的完整引导体系。在实践中，教师需以“共情”为基础，先关注幼儿的情绪与需求，再通过示范、练习帮助幼儿掌握正确的情绪调节方法，同时通过优化活动设计与家园协同，为幼儿营造支持性的成长环境。唯有如此，才能真正帮助大班幼儿逐步提升情绪调节能力，减少集体活动中的情绪冲动行为，为其进入小学后的社会适应与人格发展奠定坚实基础。

### 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] 张晓晓. 教师应对大班幼儿消极情绪的策略研究[D]. 鞍山师范学院, 2021.
- [3] 白玉婷. 大班幼儿情绪调节能力培养的实践研究[D]. 成都大学, 2021.
- [4] 杨洋. 以情绪主题绘本为载体促进大班幼儿情绪调节能力发展的行动研究[D]. 陕西师范大学, 2017.

作者简介：乔芳，1988年12月出生，女，汉族，山东济南人，本科，中小学一级教师，研究方向为幼儿心理健康。

基金项目：本文系2025年度课题“大班幼儿情绪情感表现及教师回应策略的研究”（课题编号：2025035）研究成果。