

# 幼儿情绪表达规则本土化研究综述及教育启示

黄程佳

(重庆第二师范学院 学前教育学院, 重庆 400065)

**摘要:**情绪表达规则是存在于特定文化背景下的社会规则,幼儿情绪表达规则能力是其社会化过程中的一项重要发展任务。从幼儿情绪表达规则的发展特点和影响因素两方面梳理了国内本土研究的进展情况,在此基础上提出了促进幼儿情绪表达规则能力发展的教育建议,并对未来的研究重点与方向进行了展望。

**关键词:**幼儿;情绪表达规则;本土化;研究综述

**中图分类号:**G619.1

**文献标识码:**A

**文章编号:**1008-6390(2019)03-0080-05

情绪表达规则是个体在社会化的过程中获得的用以指导特定社会情境下如何表达社会期望情绪的一套规则<sup>[1]</sup>,是情绪理解的重要组成部分。它包括表情调节知识、情绪表达规则策略和情绪表达规则目标三个方面<sup>[2]</sup>。表情调节知识指根据特定社会情境的要求调节面部表情的知识。即个体意识到,在不同的社会情境中要用不同于内心真实情绪体验的表情来代替或掩饰真实的情绪体验,以达到调节情绪表达方式的目的<sup>[3]</sup>。情绪表达规则策略指个体利用情绪表达规则改变或调节面部情绪表现的方式。主要有弱化、夸大、平静化和掩饰四种常见的策略<sup>[1]</sup>。情绪表达规则目标即情绪表达背后的动机因素,包括社会适应目的和自我保护目的<sup>[4]</sup>。

Southan-Gerow 认为情绪表达规则是存在于特定文化背景下的社会规则,儿童的任务是不断对其进行意义建构,并最终内化为个体自身信念的一部分<sup>[5]</sup>。也就是说,儿童对情绪表达规则的认识和理解,受文化价值观和社会习俗等的影响很大,同一刺激情境、同一种情绪类型在不同的文化背景中产生的情绪表达规则可能完全不同。因此,在中国文化背景下研究儿童情绪表达规则发展非常必要。相比国外学者已经进行了长达40多年的情绪表达规则研究,我国对这一领域的相关研究是21世纪初才开始的。全面梳理十多年来在我国本土开展的相关研究,基于研究结论提出有

针对性的教育建议,对促进幼儿的情绪健康发展具有重要的意义。

## 一、本土化研究现状

### (一)研究整体情况

以“幼儿情绪表达”“情绪表达规则”“儿童情绪伪装”等为关键词,对知网、维普、万方等中文数据库进行检索,得到相关文献共63篇,内容主要包括情绪表达规则的综述(14篇)、发展特点及影响因素(34篇),以及情绪表达规则认知能力与其他发展领域的相关研究(15篇)。对这些文献内容进行统计,发现我国幼儿情绪表达规则的相关研究从2004年开始出现,2010—2015年出现研究的高峰,相关论文数量多达30多篇。而近几年相关研究成果数量开始呈现急剧下滑的趋势,反映出对该领域的关注度降低(见图1)。



图1 研究成果数量变化趋势

收稿日期:2019-01-05

基金项目:重庆市人文社科重点研究基地“重庆市统筹城乡教师教育研究中心”招标课题“基于教学金字塔模型的幼儿社会情绪教育的实验研究”(JDZB201614)

作者简介:黄程佳,讲师,研究方向:学前儿童心理发展与教育、幼儿教师专业发展。

## (二) 研究结果

### 1. 发展特点

#### (1) 年龄特点

国内学者通过研究无一例外地发现,学龄前儿童情绪表达规则的认知和运用能力随着年龄的增长而逐渐提高。3岁幼儿已经具备了区分内在情绪感受和外部情绪表现的能力,4岁左右是发展的关键期,5~6岁儿童的情绪表达规则认知能力的发展已经接近成熟水平<sup>[6-8]</sup>。这与其观点采择能力、自我控制能力的发展是紧密相关的。具体来说,随着年龄的增长及社交范围的扩大,儿童逐渐去自我中心化,具备了理解他人情感、信念和愿望的能力,更能很好地区分自我和他人的情绪,理解表情可能不仅仅是情绪的反映,还受到理性的控制。同时,他们还具备了一定的自我控制能力,能够运用夸大或掩饰等策略来调节自己的面部表情。

然而,3~4岁幼儿虽然能够理解表面情绪与真实情绪的差异并能够掩饰自己的真实情绪,但是他们往往不能用语言解释为什么要这么做,这时他们对情绪表达规则的运用很有可能是模仿成人的结果。到了5~6岁,儿童才能够真正意识到情绪表达规则的意义,能够用语言解释自己的掩饰行为。

#### (2) 性别特点

在学龄前儿童情绪表达规则认知发展的性别差异上,目前研究尚无统一定论。已有研究结论包含三种情况:其一,儿童的情绪表达规则存在显著的性别差异,女孩优于男孩。孟红霞<sup>[7]</sup>的研究发现,幼儿情绪表达规则认知能力发展的性别差异随年龄的增长而逐渐出现,但这种性别差异依赖于特定的情绪类型,即女孩的情绪表达规则在消极情境中优于男孩。李娜和侯瑞鹤<sup>[9-10]</sup>通过研究也得出了相似的结论。其二,幼儿的情绪伪装存在性别差异,男孩优于女孩。窦全能<sup>[11]</sup>的研究发现,幼儿的情绪伪装表达存在性别差异,但受到年龄和失望诱因的共同作用。即在外因失望情境下,男孩的情绪伪装水平高于女孩。其三,情绪表达规则的认知不存在显著的性别差异<sup>[12]</sup>。在控制了动机因素后,发现男女幼儿情绪表达规则认知不存在差异<sup>[9-10]</sup>。性别与情境、情绪类型等因素的交互效应显著,即只有在不同情境、情绪类型或不同的动机水平条件下,幼儿情绪表达规则的性别差异才得以显现。

#### (3) 人际关系类型特点

情绪表达规则是儿童在社会化的过程中获得

的,人际关系背景不同,儿童对情绪表达规则的运用也存在差异。李娜<sup>[9]</sup>认为幼儿在愤怒情境下对主试的情绪表达规则认识水平高于面对妈妈和同伴。孟红霞<sup>[7]</sup>也认为幼儿在教师面前相比在同伴和妈妈更倾向于使用情绪表达规则。张月娇等<sup>[13]</sup>通过对5~8岁儿童研究发现,他们在同伴面前更能表达真实情绪。

由以往研究结论可以推导出,人际关系背景是调节儿童情绪表达规则认知的重要变量。在中国文化背景下,儿童对面部表情的调节受到关系亲密度、权威地位的影响。主要表现如下:面对越亲密的对象,越容易表现出真实的情绪感受;面对越权威的对象,越容易隐藏真实的情绪感受。这是因为,相对于主试和教师,儿童与父母、同伴的亲密关系更强,直接表现出真实情绪产生的消极影响更小。相对于同伴,儿童认为父母是“权威”,通过掩饰消极情绪去扮演“好孩子”更能够得到父母的肯定和奖励。然而,西方的研究几乎全部发现儿童在父母面前相比在同伴面前更多地表现出真实情绪<sup>[13]</sup>。这一研究结论的巨大反差,恰恰说明了不同文化背景对儿童情绪表达规则认知的影响。

#### (4) 情绪类型特点

首先,学龄前儿童对情绪表达规则的表露调节认知受特定的情绪情境类型的影响。刘玉娟<sup>[14]</sup>的研究发现,情绪情境的性质会影响4~6岁儿童对情绪表达规则的认知,儿童在消极情境中对情绪表达规则的认知水平比在积极情境中更好。孟红霞、刘凤玲、李娜等<sup>[7-9]</sup>的研究也发现了相同的结论。这可能是因为人际交往的过程中,消极情绪的表露会给自己带来消极的后果,在中国文化背景中很少鼓励消极情绪的表露。儿童在社会化过程中积累了较多的这方面经验,所以对需要掩藏消极情绪情境的认知要好于对掩藏积极情绪情境的认知。

其次,学龄前儿童情绪表达规则策略的运用也依赖于特定的情绪类型。刘凤玲、侯瑞鹤、张金荣等<sup>[8][10][15]</sup>的研究都发现,在积极情绪情境中,儿童更多地使用平静化策略,在消极情绪情境中更多地使用掩饰策略。

最后,学龄前儿童情绪表达规则的目标并不随情绪情境不同而有所变化。刘凤玲<sup>[8]</sup>的研究发现,无论是积极情绪情境还是消极情境,4~6岁儿童的情绪表达规则都以自我保护为主(比如避免被拒绝的尴尬),而非社会适应目标,这与他们的社会认知水平是紧密相关的。

## 2. 影响因素

### (1) 家庭因素

其一,家庭教养方式。家庭教养方式会影响儿童情绪表达规则认知的发展。研究表明,母亲教养方式的各个维度与儿童表情调节知识存在显著相关,专制型教养方式和行为与儿童的情绪表达规则认知存在负相关<sup>[13]</sup>。这是因为专制型父母总是对孩子的行为进行保护或限制,过多的干涉会剥夺儿童体验消极情绪带来的后果的机会,这不利于儿童情绪表达规则认知的发展。而民主型父母总是鼓励孩子做决定,勇于尝试并经常性地开展情绪交流,这对儿童的情绪理解和调控能力的形成和发展发挥着巨大的作用。其二,家庭情绪表露。家庭情绪表露作为家庭教养方式的重要维度,也可以预测儿童情绪表达规则的认知水平。众多的研究围绕这一假设展开。侯瑞鹤等<sup>[16]</sup>的研究发现,积极的家庭情绪环境有利于儿童习得更多的情绪知识,而消极的家庭情绪环境则与儿童较低的情绪知识水平有关。何洁等<sup>[6]</sup>的研究发现,幼儿情绪表现规则与家庭情绪表露存在一定联系,家庭情绪表露与幼儿人际支持的情绪表达结果存在正相关,与工具支持的情绪表达结果存在负相关。这是因为父母丰富的情绪表达与回应让儿童获得了关于自己和他人情绪的认知,并且学习到更多有效应对情绪情境的技能。

### (2) 幼儿自身因素

其一,气质类型。张月娇<sup>[13]</sup>的研究发现,儿童气质中的消极情绪性与努力控制与儿童的表情调节知识相关,其中消极情绪性能负向预测表情调节知识,而努力控制能正向预测表情调节知识。也就是说,具有易怒、易焦虑等消极情绪特征的儿童对于内部情绪的控制和调节能力较低,而那些消极情绪性低的儿童则能较好地掩饰自己的内部情绪。同时,努力控制高的个体注意与转移能力较强,能够遵从情绪表达规则的要求,对自己的内部情绪很好地进行掩饰。其二,自尊。李占红<sup>[17]</sup>的研究发现,自尊水平的高低可以预测儿童情绪表达规则的发展,具有较高自尊水平的儿童,其情绪调节知识更好,且具有更高的社会定向目标水平,会更多地使用平静化策略和掩饰策略,同伴接纳程度也更高。其三,心理理论能力。刘航等<sup>[18]</sup>的研究发现,儿童心理理论对情绪表达自发性控制的行为和认知成分均具有显著的预测作用。这表明,当个体能够理解自己的行为会对他人造成消极的感受时,为了维护人际关系或

者遵从一定的社会规则他会自发地调节自己的情绪,对他人的行为给予积极的反馈。这其中有一个重要前提,儿童必须理解他表现出的“掩饰”行为会让他人造成一种错误信念——他对我送的礼物很满意。这个前提就是儿童的心理理论能力。儿童心理理论能力的不同发展阶段对应不同的情绪表达规则的理解水平。刘佳<sup>[19]</sup>通过研究发现,儿童情绪自我保护表达规则的理解与一级心理状态推理有关,而情绪亲社会表达规则的理解与二级心理状态推理有关,即儿童不仅要知道“我不想你知道我的感受”,还要知道“我不想你通过知道我的感受而悲伤”。因此,儿童情绪表达的亲社会性规则对儿童心理理论能力的要求更高。

## 二、教育启示

### (一) 重视幼儿情绪表达规则发展与教育的价值

幼儿期情绪的表达与调控已经具有明显的社交属性。受到认知能力和自我控制发展水平的影响,幼儿的情绪发展往往具有真实、冲动、易变化的特点。不恰当的情绪表达会给幼儿的人际交往带来负面影响,比如引发同伴冲突或人际关系的疏离。情绪表达规则是个体调节自己的情绪以符合社会期望的规则。幼儿具备一定的社会情绪表达规则,有助于其更好地理解他人的情绪,调节自己的情绪,促进人际关系的和谐。可以说,情绪表达规则起着人际交往“润滑剂”的作用。然而,我国不少家长和教师忽视对幼儿进行情绪教育,甚至意识不到自己在促进幼儿情绪发展过程中的作用,幼儿缺乏情绪理解和表达规则的相关知识和技能,容易导致一系列的情绪障碍和行为问题。因此,家长和教师必须重视幼儿情绪教育的价值,积极学习和运用多种途径与策略,帮助幼儿理解自己和他人的情绪,并学会正确表达自己的情绪。

### (二) 尊重幼儿的发展特点

研究表明,幼儿期情绪表达规则认知已经开始发展,但幼儿最初对情绪表达规则的认知是内隐且不稳定的。3~4岁幼儿表现出的运用情绪表达规则掩饰自己情绪的行为很多时候是模仿的结果,他们还不一定能够用语言解释其原因或动机。随着年龄的增长,5~6岁儿童基本能够理解情绪表达规则的意义。因此,成人应该遵循这一特点,采用恰当的方法对幼儿进行引导和教育。幼儿园教师可以按照小、中、大三个年龄班幼儿的认知发展水平和自我控制能力的发展情况循序渐进地进行引导。对于小班

幼儿,可以将教育的重点放在认识不同的情绪类型及识别表情上,对于中、大班的幼儿,可以适当加入情绪表达方式、情绪调节方法的教育内容。

研究还发现,不同气质的幼儿,其情绪特质和情绪表达风格不同,对情绪表达规则理解和运用的能力也不同。针对不同气质类型的幼儿,教师要了解并尊重他们的差异,对不同气质的幼儿给予不同的回应。教师尤其要关注具有易怒、易焦虑等气质特征的幼儿,借助各种适宜的方法提升其对消极情绪的控制能力,必要时还可以对其进行有针对性的情绪控制训练项目。

### (三) 营造良好的情绪环境

家庭是幼儿情绪社会化的主要场所,家庭成员尤其是主要抚养者对幼儿情绪表达规则认知的发展有着重要的影响。作为父母,应该注重自身情绪状态的调整,在幼儿面前展现积极的情绪状态,为幼儿提供良好的情绪表达的榜样。研究表明,民主型家庭教养方式更有利于幼儿习得情绪表达和控制的能力。父母应该尊重幼儿,接纳幼儿的情绪并给予适当的反馈,并经常与幼儿讨论情绪状态及相关的话题,引导幼儿认识自己和他人的情绪特征,学习更多的情绪表达规则知识。值得一提的是,在中国文化背景里表达消极情绪通常是不受欢迎的,对于男孩子素有“男儿有泪不轻弹”的传统观念,这其实是不利于幼儿学习情绪表达规则的。作为父母,应该鼓励幼儿表达真实的情绪,同时也要教给幼儿情绪表达的合适界限,即在一定的条件范围内适当地表达消极情绪。

研究发现,幼儿在作为权威的教师面前更容易隐藏自己的真实情绪,这容易导致教师对幼儿情绪状态的误判。因此,幼儿园也应该创设安全、温馨和支持性的环境,教师要尊重幼儿,与幼儿建立起信任关系。还可以创设良好的同伴交往氛围,促进幼儿同伴间真实情绪的互动。正如研究所揭示的幼儿在同伴面前更多地表现出真实情绪,无论是积极的还是消极的情绪表露,都是幼儿体验、学习和理解情绪的机会,同时为幼儿学习情绪表达规则提供了有利条件。

### (四) 培养幼儿的心理理论与移情能力

情绪表达规则运用的前提是幼儿能够识别自己和他人的情绪,能够设身处地感受对方的情绪状态,在此基础上调节自己的表情和情绪状态,以达到人际关系的和谐。因此,家长和教师应该注重对幼儿心理理论和移情能力的培养,训练幼儿的社会认知

能力,增强其情感体验。在日常生活中,父母可以创造条件让幼儿与其他同伴交往,引导幼儿感知和体验他人的情绪、信念,比如可以通过语言引导幼儿换位思考“你想想他是什么心情呢?”“如果你是他,你希望别人怎么对你呢?”以此来帮助幼儿发展移情能力。

在幼儿园里,教师也要注意培养幼儿对他人情感的敏感性和同理心,经常性地与幼儿讨论他人的想法与感受,讨论自己的负面行为对他人产生的消极影响,以及恰当运用情绪表达规则带来的积极结果,这都将帮助幼儿发展关怀他人情绪的能力,促进其亲社会情绪表达规则的发展。

### (五) 通过多种途径和方式开展情绪教育

情绪表达规则属于社会性情绪的范畴,是幼儿社会教育和健康教育的重要内容。对幼儿社会情绪表达规则的教育,教师可以围绕情绪的主题,开展认识情绪、理解情绪和表达情绪的一系列教学活动。可以创设条件让幼儿在角色游戏和表演游戏中体验不同角色的情绪感受,学习理解他人的情绪。还可以借助讲解绘本故事的方式,体验故事里主人公的情绪感受,以及学习在不同情境下如何做出合适的情绪反应。所以,对幼儿情绪表达规则的教育,既能以专门的活动在社会或健康领域开展,又可以在一日生活的各个环节中进行渗透,或者整合在其他领域的教育中。

就情绪教育的方法来说,教师可以通过榜样示范法为幼儿树立良好的情绪表达和调节的榜样,这需要教师在日常生活中保持稳定的情绪,并且恰当使用情绪调节方法。教师还可以通过强化法来增强幼儿适宜的情绪表达行为,即当幼儿使用情绪表达规则来表达情绪的时候,教师可以适当运用表扬、奖励等方法来强化幼儿的行为,或者通过日常生活中渗透式的谈话,与幼儿个别或集体交谈讨论情绪、情绪表达规则及其适用的场所。教师可通过多种方法对幼儿进行情绪教育,为他们体验、分享和交流情绪感受创造条件,促进其情绪表达规则的发展。

## 三、展望

总的来说,当前国内已经有研究揭示了儿童情绪表达规则认知发展的年龄、性别、人际关系和情绪类型的特点。但因为研究范式和实验设计的不同,导致很多研究结果特别是情绪表达规则发展的关键期、性别差异并无定论。此外,当前不少研究发现性别、人际关系、情绪类型等因素的主效应并不显著,

情绪表达规则发展的特点往往受到几个因素的交互作用。今后有必要加强这方面的研究,进一步探讨情绪表达规则的发展特点与机制。

就影响因素的研究来说,一方面,国内目前对情绪表达规则发展的影响因素研究范围还比较局限。国外探究还涉及幼儿的语言能力、移情能力、道德认知和判断、早年应激事件、学校教育和社会导向等<sup>[20]</sup>。今后我们可以展开对这些因素的研究,比如对家庭因素的研究还可以扩展到父母亲的情感交流方式、父母的教育水平以及婴儿依恋的性质等。另一方面,国内已有研究多从相关研究的角度来揭示影响因素,缺乏具体的影响机制的研究。实际上,无论是自尊、气质、心理理论能力还是其他因素,对情绪表达规则发展的影响都不是单独起作用的,一般还受到其他因素的调节。因此,未来有必要进一步探究这些因素对情绪表达规则发展的影响机制,为促进儿童情绪表达规则的理解和运用能力提供更全面的指导。

幼儿情绪表达规则的发展具有重要的价值,家长和教师都应该高度重视自身在促进幼儿情绪发展中的重要作用。建议父母和教师尊重幼儿的发展特点和个体差异,有针对性地进行教育和引导。建议营造良好的情绪环境和安全的情绪氛围,注重对幼儿进行心理理论和移情能力的训练,通过多种教育途径和方法促进幼儿情绪能力的发展。

#### 参考文献:

- [1] Ekman P, Friesen W. The repertoire of nonverbal behavior: Categories, origins, usage, and coding [J], *Semiotica*, 1969(1):49.
- [2] 王丽娟,刘凤玲. 儿童情绪表达规则认知能力研究述评[J]. *心理科学*, 2009, 32(3):661-662.
- [3] Jones D C, Abbey B B, Cumberl A. The development of display rule knowledge: Linkages with family expressiveness and social competence [J]. *Child Development*, 1998, 69(4):1209-1222.
- [4] Saarni C. Children's Understanding of the Interpersonal Consequences of Dissemblance of Nonverbal Emotional-expressive Behavior [J]. *Journal of Nonverbal Behavior*, 1998 (12):275-294.
- [5] Southam-Gerow M A, Kendall P C. A Preliminary study of the emotion understanding of youths referred for treatment of anxiety disorders [J]. *Journal of Clinical Child Psychology*, 2000, 9(3):319-334.
- [6] 何洁,徐琴美,王旭玲. 幼儿的情绪表现规则知识发展及其与家庭情绪表露、社会行为的相关研究 [J]. *心理发展与教育*, 2005(3):49-53.
- [7] 孟红霞. 幼儿情绪表达规则认知能力的发展 [D]. 天津:天津师范大学, 2008.
- [8] 刘凤玲. 学前儿童情绪表达规则认知能力的发展研究 [D]. 长春:吉林大学, 2009.
- [9] 李娜. 幼儿情绪表达规则认知与运用的发展 [D]. 北京:首都师范大学, 2011.
- [10] 侯瑞鹤,俞国良. 儿童对情绪表达规则的理解与策略的使用 [J]. *心理科学*, 2006, 29(1):18-21.
- [11] 窦全能. 不同失望诱因下幼儿情绪表达规则运用的差异分析 [J]. *教育导刊*, 2017(6):38-42.
- [12] 陈艳芳. 3-6岁儿童情绪表达规则认知的研究 [D]. 上海:华东师范大学, 2011.
- [13] 张月娇. 儿童情绪表达规则的认知发展及其与气质、母亲教养方式的相关研究 [D]. 西安:陕西师范大学, 2010.
- [14] 刘玉娟. 4-6岁儿童情绪表达规则认知发展的影响因素研究 [J]. *中国特殊教育*, 2013(10):72-79.
- [15] 张金荣,杜春霞,杨丽珠. 3-5岁幼儿对情绪表达规则的理解与运用 [J]. *幼儿教育(教育科学)*, 2010(9):22-27.
- [16] 侯瑞鹤,俞国良,林崇德. 儿童对情绪表达规则的认知发展 [J]. *心理科学进展*, 2004, 12(3):387-394.
- [17] 李占红. 小学生情绪表达规则及其与自尊、同伴关系的相关研究 [D]. 郑州:河南大学, 2011.
- [18] 刘航,刘秀丽,陈悍,等. 学前儿童情绪表达自发性控制的发展及心理理论的作用 [J]. *教育研究*, 2017(11):91-99.
- [19] 王佳. 4-6岁儿童情绪表达规则认知发展和错误信念理解的关系研究 [D]. 长春:东北师范大学, 2013.
- [20] 刘航,刘秀丽,吴文汐. 儿童情绪表达规则认知发展及其教育启示 [J]. *东北师大学报(哲学社会科学版)*, 2013(4):226-229.

[责任编辑 石悦]