

幼儿教育中如何利用角色游戏来培养幼儿自我控制能力

王泽滔

潍坊市技师学院 山东潍坊 261000

摘 要: 自我控制能力是幼儿社会性发展的关键心理素质, 对其情绪管理、行为调节及人际交往具有深远影响。角色游戏作为一种常见的教育活动形式, 不仅具有高度的参与性和趣味性, 还能在虚拟情境中提供现实行为的训练机会。本文通过文献分析与案例分析的方法, 探讨角色游戏在培养幼儿自我控制能力方面的功能与路径。论文结合幼儿园教育实际, 提出具体的教学设计策略, 分析教师在组织角色游戏中的引导作用, 并探讨实践中存在的问题及优化建议, 以期对幼儿教育实践提供一定的参考价值。

关键词: 角色游戏; 幼儿教育; 自我控制能力; 行为调节; 游戏引导

在当前注重素质教育与儿童全面发展的教育背景下, 幼儿自我控制能力的培养已逐渐受到学前教育研究者和一线教师的高度关注。所谓自我控制, 是指个体在面对诱惑、冲动或压力情境中能够合理调节自身情绪和行为, 做出恰当反应的能力。幼儿期正是自我控制能力发展的关键期, 而教育干预在这一阶段的作用极为显著。角色游戏作为幼儿园日常教学中频繁运用的一种活动形式, 其自由性、象征性与社会性交互特点, 天然契合自我控制能力培养的需要。因此, 探究角色游戏如何有效嵌入幼儿教育之中, 并以科学方法促使儿童在游戏中学会“等待”“轮流”“遵守规则”等具有自我控制特征的行为, 具有理论价值与现实意义。本文将在此基础上, 系统梳理角色游戏的教育功能, 结合具体教学实践, 探讨其在培养幼儿自我控制能力方面的路径与实施策略。

1 幼儿自我控制能力的内涵及发展特点

1.1 自我控制能力的核心构成

幼儿的自我控制能力是指他们在面对冲动、欲望或外部干扰时, 能够主动调整自己的行为、情绪和注意力的能力。这种能力并非与生俱来, 而是随着神经系统发育、社会经验积累和教育引导逐步形成的。从发展心理学角度来看, 自我控制包含了几个核心成分, 其中最基础的是行为抑制, 也就是孩子在做某件事的时候, 能够“停下来”并思考后果, 比如能不能立刻拿玩具、打断别人讲话或抢占位置。第二个成分是情绪调节, 这是孩子面对情绪波动时表现出的冷静程度, 比如当玩具被别人拿走时, 是大哭、发脾气, 还是尝试沟通和等待。第三个部分是延迟满足, 指的是孩子能够理解

“不是现在就要, 而是可以等一等再拥有”, 这项能力对今后的学习、自律行为和人际合作都很关键。

研究显示, 3 岁左右的幼儿开始展现出初步的自我控制行为, 比如听从成人指令、不随意打断别人说话等, 但这些行为通常是不稳定的, 容易受到情绪、环境刺激等因素的干扰。随着年龄增长, 他们的控制能力逐渐增强, 到 5、6 岁时可以比较稳定地在集体中完成有规则、有等待要求的活动。在这个过程中, 成人的引导、教育活动的组织方式以及同伴交往的经验都会对自我控制的发展起到关键作用。可以说, 自我控制能力的形成既有生理发展基础, 也有社会性学习过程, 因此在教育实践中是可以通过设计和引导进行强化和培养的。

1.2 幼儿自我控制能力的发展特点

尽管每个孩子的发展节奏不同, 但整体来看, 幼儿期的自我控制能力发展存在一些普遍规律, 值得教师在教育中加以关注和利用。首先是情境依赖性强。也就是说, 同一个孩子在家庭和在幼儿园的表现可能完全不同, 比如在家里容易发脾气, 在幼儿园却能遵守规则。这是因为幼儿的自控行为很容易受到环境因素的影响, 例如成人是否在场、是否有明确规则、是否有奖励或惩罚机制等。其次是目标导向弱。很多时候幼儿并不能理解自我控制的长远意义, 他们更注重当前是否有趣、是否得到即时满足, 这就需要通过情境设置和榜样示范, 逐步让他们理解控制冲动的必要性。

另外, 幼儿的模仿性强, 也说明他们的自我控制行为很大程度上依赖于外部示范。比如看见老师在排队时提醒“我

们要一个一个来”，孩子就会尝试模仿这样的规则意识。再比如，如果同伴在游戏中表现出良好的等待行为，其他孩子也更容易受到影响。这些都说明，幼儿的自我控制能力是在不断的模仿、尝试、反馈中逐步形成和巩固的。因此教育介入就显得特别重要。

当前学前教育研究普遍认为，培养幼儿的自我控制能力需要具备一定的策略性和连续性，不能仅靠训诫或一时的制止。相比之下，以游戏为载体的教育方式更容易被孩子接受，尤其是角色游戏，它不仅能激发孩子的参与动机，更能在情境中融入社会规范，从而使孩子在自然互动中不断进行自我控制的练习。

2 角色游戏的基本特征与教育功能

2.1 角色游戏的定义与类型

在幼儿园日常教育活动中，角色游戏是一种最常见且深受幼儿喜爱的游戏形式。它是一种以象征性扮演为核心的游戏，幼儿通过模仿成人社会中的人物角色，借助各种道具和语言构建一个虚拟情境，并在其中进行交流与互动。角色游戏并不仅仅是简单的“扮演”行为，而是一种充满主动性和创造性的社会化学习过程。在这个过程中，幼儿不仅可以体验角色本身的行为与情绪，还会不断尝试控制自己的行为以适应游戏的规则与角色设定，从而在潜移默化中锻炼自我控制能力。

根据教学观察和文献分析，角色游戏主要可以分为以下几类：第一类是主题性角色游戏，通常围绕某个具体生活情境进行设计，如“超市购物”“看病就医”“小动物医院”等，这类游戏多具有固定流程和特定语言表达，适合中大班幼儿使用；第二类是规则性角色游戏，例如“红绿灯”“抓小偷”等，它们更注重对游戏规则的执行和对轮流、等待等行为的训练，适合用于引导幼儿遵守集体活动秩序；第三类是开放式角色扮演，孩子可以自己想象角色和情节，如“变成火箭”“去外星球探险”等，这类游戏虽然自由度高，但如果教师给予适度引导，同样能产生很好的自我控制训练效果。

角色游戏具有自由性、社会性和象征性三大特点，这也恰恰为培养幼儿的情绪调节与行为规范能力提供了良好平台。游戏的“假装”性质使孩子能够在心理上获得安全感，从而更大胆地表达和控制情绪；其社会交往成分则促使幼儿学习如何在互动中尊重他人、克制自我，并形成规则意识。而这些特质恰好是培养自我控制能力不可或缺的基础。

2.2 角色游戏的教育潜力

角色游戏并不是简单的娱乐活动，它的教育价值已经在许多研究中得到证实。首先，角色游戏有助于幼儿理解社会角色和行为规范。在“老师和学生”的游戏中，孩子会模仿教师安排活动、管控纪律的行为；在“家庭过家家”中，孩子要模仿父母安慰孩子、安排饮食等，这些模仿行为让幼儿慢慢意识到某种身份就要承担某种行为责任，这种“角色期待”正是规范行为的重要途径。

其次，在角色游戏中，孩子常常要控制自己对某些结果的期待。比如在“医院游戏”中，如果孩子扮演病人，他必须“忍着”不插队；在“餐厅游戏”中，作为“顾客”的他要“耐心等待”服务员端菜。这些过程就构成了延迟满足的情境，有助于训练孩子控制冲动、保持耐心。

再者，角色游戏中的冲突与协商过程也在不断锻炼幼儿的情绪调节能力。两个孩子都想扮演“医生”，该怎么办？谁先给“病人”看病？出现争执的时候，有的孩子会退让，有的会哭闹，这时候如果教师能适时引导他们协商轮流或者抽签决定，就可以把一次冲突转化为一次自我控制的练习机会。幼儿在经历这些过程后，不仅学会了社会交往技能，也逐步学会了如何管理自己的情绪和行为。

此外，教师的组织与介入方式对角色游戏的教育价值起着决定性作用。很多时候，幼儿在自由游戏中并不能自觉地产生规范行为，因此教师需要通过适当的方式，如游戏前设定角色规则、游戏中适时介入纠正、游戏后开展反思讨论等方式，来引导孩子将规则内化为自觉行为。比如，有教师在“超市购物”游戏前，会让孩子一起制定规则：每次只能买一样东西，付款时要排队。这些看似简单的规则，其实正是在帮助孩子建立行为边界。

最后，角色游戏也是连接教育内容与实际生活的一座桥梁。幼儿教育不应只是知识灌输，更应该是能力培养。角色游戏把抽象的行为规范、社会规则具体化、生活化，让孩子们在“玩”的过程中自然习得和运用，从而促进自我控制能力的发展。正是因为角色游戏兼具趣味性与功能性，它在幼儿园教育中才被广泛采用，也成为当前开展素质教育和社交性发展的重要方式之一。

3 利用角色游戏培养自我控制能力的实践路径

3.1 教学设计与活动构建策略

在幼儿园实际教学中，教师需要将角色游戏与自我控

制能力的培养目标有机融合。情境设计应贴近幼儿日常生活,如“理发店”“交通警察”“动物医院”等,既有趣又易于理解。游戏规则则需明确而简洁,例如“医生要轮流看病人”“顾客需排队买单”,这些简单的规定能帮助幼儿在游戏中进行行为自律的训练。

角色游戏的教学流程通常包括“情境导入—角色扮演—经验回顾”三个阶段。首先通过故事、图片或问题激发幼儿的参与兴趣;随后在角色扮演中观察孩子是否能够遵守约定、控制冲动行为;最后开展简短讨论,引导幼儿表达自己的感受和行体验。通过这种有步骤的设计,让幼儿在反复练习中习得等待、轮流、约束自己等基本的自我调节行为。

3.2 教师引导在游戏中的作用机制

教师在角色游戏中扮演着引导者和协作者的双重角色。他们不仅要设计活动,还要在过程中通过观察、示范和语言提示等方式,引导幼儿规范自己的行为。比如两个孩子都想当“医生”,教师不应直接干预,而是引导他们协商或抽签解决,这一过程本身就是自我控制能力的练习。

教师也可以在游戏前提出设问引导幼儿思考规则,例如:“如果有很多顾客来,怎么办?”这样可以帮助孩子预设行为边界。游戏中,教师若扮演角色参与其中,也更容易在关键时刻进行柔性干预,比如提醒“护士要等医生看完才能发药”,使孩子在真实体验中自觉遵守规则。

适时的反馈同样重要。教师应在孩子表现出控制冲动或等待行为时及时给予肯定;遇到问题时则通过温和提问,引导孩子自我反思而非直接制止,让他们在情境中不断进行自我调节的训练。

3.3 实践案例分析:“爱心医院”角色游戏实施过程

以某幼儿园中班开展的“爱心医院”角色游戏为例,孩子们分别扮演“医生”“护士”“病人”等角色。游戏前,教师与孩子共同商定规则,如“病人按号码排队”“医生要听完病情再决定用药”。在游戏中,当有孩子试图插队时,教师通过扮演“护士”角色提醒其遵守顺序,引导其自我调整行为。

有一次,两名幼儿因争当“医生”发生争执,教师未立即干预,而是观察其协商过程。当孩子提出轮流扮演后,

教师适时给予鼓励,并约定下次交换角色。这种引导方式,既保留了游戏的自由度,又有效促进了孩子之间的情绪调节与行为控制。游戏结束后,教师组织幼儿分享游戏中的体验,如“你是怎么做到耐心等待的?”“遇到冲突时你怎么处理的?”通过回顾与表达,孩子们进一步巩固了自我控制的意识和策略。

4 结论

自我控制能力是幼儿社会性发展中不可或缺的重要心理品质,而角色游戏凭借其情境真实、形式灵活、互动性强的特点,成为幼儿园教育中培养该能力的有效方式。通过前期合理的教学设计、过程中教师适度的引导以及游戏后的反思评价,幼儿能够在扮演与互动中学习如何控制冲动、遵守规则、表达情绪与尊重他人。实践案例表明,角色游戏不仅能提高幼儿的参与积极性,还能在自然互动中强化其行为调节能力,帮助其逐步内化自我控制行为。

然而,当前的教学实践仍存在游戏情境设计不合理、教师引导不到位等问题。今后应注重教师专业能力的提升,丰富游戏内容类型,构建更系统的评价机制,使角色游戏在促进幼儿全面发展中发挥更大作用。最终实现“在玩中学、在学中练”的教育目标,为幼儿良好人格与社会行为的形成打下基础。

参考文献:

- [1] 林润怡,廖雨瞳,廖津平. 父母教养方式对幼儿科学问题解决能力发展的影响——教育卷入和自我控制的中介调节作用[J]. 成都师范学院学报, 2023,39(04):67-74.
- [2] 郭媛. 散步活动促进幼儿自主性发展的行动研究[D]. 江苏大学, 2023. DOI:10.27170/d.cnki.gjsuu.2023.000615.
- [3] 张一帆. 信息时代新电子媒介使用低龄化现象研究——基于3—6岁幼儿自控能力的探讨[J]. 教育观察, 2021,10(24):7-10.
- [4] 马忠元. 利用角色游戏培养幼儿的自我控制能力[J]. 当代家庭教育, 2020,(34):71-72.
- [5] 李芳芳. 利用角色游戏培养幼儿的自我控制能力[J]. 新课程, 2020,(39):184.