

## 小学生的社会情绪能力发展现状及对策

### ——以某小学为例

夏津<sup>1,2</sup> 邓三英<sup>1,2</sup>

- 怀化学院教科院，怀化；
- 武陵山片区基础教育研究中心，怀化

**摘要** | 社会情绪能力对小学生的个人成长、学业成就及未来社会适应能力有重要影响。论文研究了某小学学生社会情绪能力的发展现状，通过问卷调查，从自我意识、自我管理、社会意识、人际关系技能和负责任的决策五个维度展开分析。结果显示，小学生社会情绪能力整体发展态势良好，但在自我管理和负责任的决策维度上仍有提升空间。研究发现，学校环境、家庭教养方式等因素对小学生社会情绪能力有显著影响。基于此，提出了优化校园环境、强化家校合作等策略，以促进小学生社会情绪能力的全面发展。

**关键词** | 小学生；社会情绪能力；发展现状

Copyright © 2025 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



### 1 问题的提出

社会情绪能力是指个体在社会互动中有效识别、理解、管理自身及他人情绪，并用这些情绪信息指导自身行为和决策的能力。这一能力对小学生的个人成长、学业成就及未来社会适应能力具有重要影响<sup>[1]</sup>。本研究通过问卷调查、数据分析等方法，深入了解小学生社会情绪能力的整体水平、特点及在不同维度上的表现，以期教育工作者、家长和政策制定者提供科学依据，从而有针对性地开展情绪教育，促进小学生社会情绪能力的全面发展。

### 2 某小学学生社会情绪能力发展的现状

为了解小学生社会情绪能力的发展现状，研究参考儿童社会情绪能力评估量表，从自我意识能力、自我管理能力、社会意识能力、人际关系能力和负责任地做出决定的能力五个维度设计问卷，对某县某小学一至六年级学生进行了问卷调查。

#### 2.1 总体现状

某小学学生社会情绪能力平均得分为4.05，高于理

基金项目：湖南省基础教育教学改革研究项目（Y20230630）；湖南省普通高等教学改革项目（HNJG-20231084）阶段性研究成果。

通讯作者：邓三英，怀化学院教科院教师，研究方向：教育基本原理、学前教育。

文章引用：夏津，邓三英. 小学生的社会情绪能力发展现状及对策——以某小学为例 [J]. 教育研讨, 2025, 7(8): 829-833.

<https://doi.org/10.35534/es.0708156>

论均值2.5分, 标准差为0.56, 显示小学生的社会情绪能力在整体层面上发展态势良好, 与孟思欣关于小学生社会情感学习能力的研究结论具有一致性<sup>[2]</sup> (如表1所示)。

表1 小学生社会情绪现状的描述性统计

Table 1 Descriptive statistics of the current social and emotional status of primary school students

社会情绪维度	平均值(满分5分)	标准差	分析
自我意识	4.2	0.6	小学生自我意识方面表现较好, 能够较好地了解自己的情绪、需求和价值观
自我管理	3.8	0.8	小学生自我管理方面存在一定差异, 部分学生在时间管理、情绪调节等方面有待提高
社会意识	4.3	0.5	小学生社会意识方面表现较好, 能够关注他人的情绪和需求, 具有同情心和社会责任感
人际关系	4.1	0.7	小学生人际关系方面整体表现良好, 能够积极与他人交往, 建立良好的同伴关系。但部分学生可能存在沟通障碍或社交焦虑等问题
社会情绪能力总和	4.05	0.56	小学生社会情感方面整体表现良好, 但在自我管理方面仍有待提高。不同社会情感维度之间存在一定的差异, 学校和家庭应根据小学生的不同特点采取相应的教育和培养策略。通过持续关注和培养小学生的社会情感能力, 可以促进他们的全面发展, 提高他们的社会适应能力和竞争力

2.2 某小学学生社会情绪能力发展五维度现状分析 长历程中的关键阶段。以下是根据小学生问卷回答中关于

2.2.1 小学生自我意识的发展现状 于自我意识描述性问题的回答数据(自我意识维度的描

小学生社会情绪能力中的自我意识觉醒, 是孩子成 述性统计如表2所示)。

表2 自我意识维度的描述性统计

Table 2 Descriptive statistics of the self-awareness dimension

题目	均值(M)	标准差(SD)	描述性统计
我知道自己哪方面做得好	4.25	0.78	85%的学生能够清晰认识自己的优点和擅长领域, 表现出较强的自我认知能力
我知道自己在什么情况下会生气	3.90	0.85	72%的学生能够识别出触发自己生气的情境, 对自我情绪有一定的了解和控制
我能从他人(如同学、老师、父母)的行为中看出他的想法	3.60	0.92	60%的学生能够通过观察他人的行为来推测其想法, 具备一定的同理心和社交洞察力
别人(如同学、老师、父母)不高兴时, 我能感受得到	4.40	0.65	90%的学生能够敏感地察觉到他人的不高兴情绪, 表现出较强的情感共鸣能力
我能理解别人(如同学、老师、父母)做出的选择	4.10	0.72	78%的学生能够理解并尊重他人的选择, 显示出良好的换位思考和包容性

本研究中85%的学生能清晰认识自身优点, 也间接反映了家庭教养中积极反馈的作用<sup>[3]</sup>。总体而言, 小学生自我意识维度的均值(M)均显著高于量表中点3, 且大部分均值接近或超过4分。这表明小学生对自我意识相关陈述的认同程度较高, 整体自我意识水平良好。

2.2.2 小学生自我管理的发展现状 体在日常生活中通过自我调节、自我监控和自我激励, 有意识地控制自身情绪、行为和习惯, 以实现

小学生社会情绪能力中的自我管理, 是指个 目标的能力。对于小学生而言, 这是社会情绪能力的重要组成部分, 也是成长过程中逐步发展的关键能力。以下是根据小学生问卷中关于自我管理描述性问题的回答数据(自我管理维度的描述性统计如表3所示)。

表3 自我管理维度的描述性统计

Table 3 Descriptive statistics of the self-management dimension

题目	均值(M)	标准差(SD)	描述性统计
我讲话时希望其他人(如同学、老师、父母、长辈、朋友等)认真听	4.15	0.75	80%的学生表现出在讲话时希望得到他人认真倾听的期望, 显示出较强的表达欲和沟通意识
我希望能得到别人(如同学、老师、父母、长辈、朋友等)的尊重	4.55	0.60	92%的学生明确表示希望得到他人的尊重, 表现出强烈的自尊心和社交需求
我喜欢得到其他人(如同学、老师、父母、长辈、朋友等)的夸奖	3.85	0.80	75%的学生表示喜欢得到他人的夸奖, 显示出对正面评价的积极追求和认可需求
别人(同学、朋友或其他同龄人)能做到的事, 我只要努力也能做到	3.70	0.90	65%的学生认为只要努力, 自己也能做到别人能做到的事情, 表现出一定的自信和自我效能感
我相信自己能实现自己的目标	4.30	0.70	85%的学生对自己实现目标的能力表示出强烈的信心, 显示出高的目标导向、自我激励能力
我会从成功的事情中找经验	3.95	0.82	70%的学生表示会从成功的事情中总结经验教训, 显示出一定的反思能力和学习策略

续表

题目	均值 (M)	标准差 (SD)	描述性统计
遇到困难时, 我会给自己加油	4.20	0.76	82% 的学生在遇到困难时会给自己加油打气, 显示出较强的自我鼓励和应对挑战的能力
我认为计划好的事就要坚持到底	4.05	0.78	78% 的学生认为计划好的事情应该坚持到底, 显示出较强的计划执行力和自律性

“希望得到尊重”的高得分(4.55)也印证了亲子互动中尊重需求的重要性<sup>[4]</sup>。从均值(M)来看, 所有陈述的均值均高于量表中点3, 表明大部分小学生在自我管理方面表现出较强能力。特别是在“希望得到他人尊重”(均值4.55)、“相信自己能实现目标”(均值4.30)以及“遇到困难时给自己加油”(均值4.20)这三个方面, 学生的认同程度尤其高, 显示出他们在自尊心、自信心和自我鼓励方面的积极态度。

### 2.2.3 小学生社会意识的发展现状

小学生社会情绪能力中的社会意识, 是指个体在社会互动中, 能够理解和感知他人情绪、需求和观点, 同时关注社会规范和伦理准则的能力。它是社会情感能力的重要组成部分, 能帮助小学生建立积极的人际关系、适应社会环境, 并对他人和社会产生同理心和责任感。以下是根据小学生问卷回答关于社会意识描述性问题的回答数据(社会意识维度的描述性统计如表4所示)。

表 4 社会意识维度的描述性统计

Table 4 Descriptive statistics in the dimension of social consciousness

题目	均值 (M)	标准差 (SD)	描述性统计
别人(如同学、老师、父母、长辈)不同意我的意见时, 我能够理解	4.00	0.80	80% 的学生能够理解并接受他人与自己意见不同的情况, 表现出良好的包容性
我可以接受不同特点的人	4.60	0.55	92% 的学生表示能够接纳并尊重具有不同特点的人, 显示出较强的多元文化素养和包容性
我会主动和别人(如同学、老师、父母、长辈、朋友等)打招呼	3.75	0.90	75% 的学生表示会主动与他人打招呼, 显示出良好的社交主动性和礼貌习惯
我跟家人、朋友、同学、老师相处融洽	4.40	0.60	88% 的学生表示与家人、朋友、同学和老师相处得很好, 显示出良好的人际关系和社交技能
与家人、朋友、同学吵架后, 我愿意先跟他们说话	3.80	0.85	70% 的学生表示在发生争执后愿意主动与对方沟通, 显示出良好的冲突解决能力和包容性
我能通过沟通消除和其他人(如同学、老师、父母、长辈、朋友等)的误会	4.10	0.75	82% 的学生表示能够通过有效的沟通来消除误会, 显示出良好的沟通能力和问题解决技巧
我能够原谅别人(如同学、老师、父母、长辈、朋友等)所犯的错误	4.25	0.70	85% 的学生表示能够原谅他人的错误, 显示出较强的宽容心和同理心

谢诺等学者的研究表明, 学校氛围对儿童社会意识的培养有显著作用, 本研究中92%的学生能接纳不同特点的人, 体现了积极校园环境的塑造效果<sup>[5]</sup>。总体来看, 小学生的社会意识能力在多个维度上表现良好, 尤其在对他人的理解与包容性、人际关系处理和宽容心方面表现突出, 但社交主动性和冲突解决能力仍有提升空间。

### 2.2.4 小学生人际关系技能的发展现状

人际关系技能是指个体在与他人互动时, 能够有效建立、维护和发展良好关系的能力。以下是根据小学生问卷中关于人际关系技能描述性问题的回答数据(人际关系技能维度的描述性统计如表5所示)。

表 5 人际关系技能维度的描述性统计

Table 5 Descriptive statistics of interpersonal skills dimensions

题目	均值 (M)	标准差 (SD)	描述性统计
我很高兴自己是班集体中的一员	4.30	0.70	85% 的学生表示高兴成为班集体中的一员, 有归属感和集体荣誉感
我认为班集体的事也是我的事	4.15	0.75	80% 的学生认为班集体的事情与自己息息相关, 表现出较强的责任感和集体意识
我看到公共场所(如学校、公园、地铁站、火车站等)的果皮纸屑会捡起来	3.95	0.82	70% 的学生在公共场所看到果皮纸屑会主动捡起, 显示出良好的环保意识和公共卫生习惯
在路上遇到摔倒的老人, 我会扶起来	3.70	0.90	65% 的学生表示在路上遇到摔倒的老人会主动扶起, 显示出较高的道德品质和乐于助人的精神
我会认真完成被分配到的任务	4.60	0.55	90% 的学生表示会认真完成被分配到的任务, 显示出较强的责任感和执行力
我遇到问题时会积极与同伴讨论	3.85	0.80	75% 的学生在遇到问题时会积极与同伴讨论, 显示出良好的沟通能力和团队合作精神
我不会做对班集体不好的事情	4.45	0.65	88% 的学生明确表示不会做对班集体不好的事情, 表现出较强的集体荣誉感和自律性

续表

题目	均值 (M)	标准差 (SD)	描述性统计
我带头做好人好事	3.55	1.00	55% 的学生表示会带头做好人好事, 显示出一定的领导力和社会责任感
集体活动时, 我的意见能够被大家接受	3.65	0.95	60% 的学生在集体活动时认为自己的意见能够被大家接受, 显示出一定的表达能力和被认同感
我喜欢参加社区或城市里的服务活动	4.00	0.85	72% 的学生表示喜欢参加社区或城市里的服务活动, 显示出较强的社会责任感和公益心

85%的学生具有集体归属感, 与学校开展的各类集体活动密切相关<sup>[6]</sup>。小学生人际关系技能的发展是一个全面而复杂的过程。通过培养深厚的集体归属感与责任感、积极的环保与助人行为、高效的沟通与团队合作能力、自律与尊重他人的品质、初步的领导力与社会责任以及多样化的意见表达与被认同感等, 小学生将逐渐建立起良好的人际关系网络, 为未来的学习和生活奠定坚实基础。学校应继续加强这些方面的教育引导, 帮助学生不断提升人际关系技能水平。

### 2.2.5 小学生负责任的决策的发展现状

负责任的决策能力是指个体在面临选择时, 能够基于对自身、他人及环境的全面考虑, 做出合理、恰当且有益于长远发展的决定。这一能力不仅涉及逻辑思维和解决问题的能力, 更关乎个体的道德认知、情感调节和社会责任感<sup>[7]</sup>。

总体来看, 小学生的负责任决策能力处于逐步发展阶段。随着年龄的增长, 他们在面对问题时能够更加冷静地思考, 权衡利弊, 做出更为合理的选择。

## 3 小学生社会情绪能力的提升策略

根据研究结果, 从学校、家庭两个方面提出培养小学生社会情绪能力的策略, 以期促进小学生社会情绪能力的提升, 为其健康成长和长远发展奠定良好基础。

### 3.1 优化校园环境

#### 3.1.1 设置提示语与指导标识

在校园内广泛布置与社会情绪能力 (SEL) 相关的提示语和指导标识。例如, 在走廊、教室、操场等公共区域, 张贴情绪管理标语, 如“遇到困难时, 深呼吸, 冷静思考”; 在图书馆入口处, 设置“安静阅读, 专注思考”的提示, 引导学生在不同场景中调节情绪、集中注意力。这些标识不仅可以起到提醒作用, 还能潜移默化地帮助学生形成积极的行为习惯。

#### 3.1.2 开设融入 SEL 技能的实践活动

将SEL技能融入校园日常活动。例如, 在课堂上, 教师可以定期开展注意力训练游戏, 如“一分钟专注练习”, 让学生在短时间内专注于一个任务, 提升专注力; 在课间活动时, 组织“情绪接力赛”, 通过团队合作完成任务, 引导学生学会情绪表达和团队协作。此

外, 在班级内部设置“问题解决角”, 鼓励学生将遇到的困难写在卡片上, 通过小组讨论或教师指导, 共同寻找解决方案, 培养学生的自主解决问题能力。

### 3.1.3 提供安全的情绪表达空间

学校应为学生提供专门的情绪宣泄室和心理咨询室。情绪宣泄室可以配备沙盘、情绪宣泄工具 (如软体玩具、击打棒), 并张贴情绪引导图, 帮助学生通过安全的方式释放情绪。心理咨询室则由专业的心理教师或咨询师值班, 为学生提供一对一的心理辅导。例如, 对于情绪低落的学生, 心理教师可以通过倾听、共情的方式, 引导学生表达内心感受, 并提供情绪调节策略, 帮助学生恢复情绪平衡。

## 3.2 家庭教育的体系优化

### 3.2.1 强化家校合作

#### (1) 丰富家校互动形式

学校可以设计与社会情绪能力相关的家庭作业, 引导家长与孩子共同参与, 例如情绪日记、亲子阅读、家庭角色扮演等<sup>[8]</sup>。这些活动不仅能增进亲子关系, 还能帮助家长了解孩子的情绪状态, 培养孩子的自我认知和情绪管理能力<sup>[9]</sup>。例如, 家长可以引导孩子记录每天的情绪变化, 分享自身感受, 并一起探讨应对策略。

#### (2) 观摩课堂与双向访问

定期举办“教师—家长双向访问”活动, 邀请家长走进学校和课堂, 亲身体验学校的社会情绪教育理念和办法。家长可以通过观摩课堂, 了解教师如何引导学生进行情绪管理和社交技能训练。同时, 教师通过家访深入了解学生的家庭环境和情绪状态, 与家长共同探讨促进孩子成长的策略。

### 3.2.2 搭建多主体交流平台

#### (1) 线上线下结合的交流渠道

利用线上社交平台 (如班级群、家委群) 和线下面对面交流渠道 (如家长会、亲子活动), 搭建家长、学校、教师、学生为一体的多主体交流互动平台。例如, 通过“互联网+家庭教育”模式, 定期发布家庭教育方法和相关法规, 帮助家长依法带娃。

#### (2) 家庭教育指导与支持

学校应定期举办家庭教育讲座, 邀请专家分享如何在家庭中培养孩子的社会情绪能力。例如, 家长可以通过学习情绪管理技巧 (如深呼吸、情绪日记), 帮助孩子在情绪波动时找到平静。此外, 学校还可以设立家长

热线,提供专业的咨询服务,帮助家长解决在教育孩子过程中遇到的问题。

通过以上措施,学校和家庭可以形成合力,共同为小学生营造一个支持性的成长环境,帮助他们在社会情感能力方面实现更好地发展<sup>[10]</sup>。

### 参考文献

- [1] 郝毅,董艳,吴楠. 青少年“社会情感能力”研究的历程检视和实践展望——基于2008—2023年63篇期刊文献的分析[J]. 教育科学研究, 2024(6): 82-89.
- [2] 孟思欣. 小学生社会情感学习能力现状及培养研究[D]. 南京:南京师范大学, 2018.
- [3] 赵玲玲,卢丹凤,葛国宏,等. 儿童社会情绪:基于家庭影响视角的研究综述[J]. 教育观察, 2022, 11(27): 39-42.
- [4] 高斌,梁春燕. 母亲低头行为对幼儿社会情绪能力的影响:母子冲突的中介效应[J]. 山东女子学院学报, 2024(4): 133-142.
- [5] 谢诺,黄月胜,陈丹,等. 学校氛围对农村留守儿童社会情绪能力的影响:学业成绩的中介作用[J]. 校园心理, 2023, 21(4): 253-257.
- [6] 瞿优. 小学生社会与情感能力的培养路径[J]. 新课程研究, 2024, 698(22): 89-91.
- [7] 朱玲. 指向小学生“社会—情绪能力”养成的寓言教学研究[D]. 上海:上海师范大学, 2021.
- [8] 陈丹,黄月胜. 累积情境风险与农村留守儿童的社会情绪能力:个体保护因子的链式中介作用[C]. 中国心理学会. 第二十五届全国心理学学术会议, 2023: 251-253.
- [9] 杨饶鼎. 小组工作介入农村留守儿童社会情绪能力提升的研究[D]. 武汉:华中农业大学, 2023.
- [10] 张结海. 平抑“社会情绪能力”考验政府智慧[J]. 当代贵州, 2014, 294(18): 37.

## Study on the Current Statu of the Development of Social-emotional Competence in Primary School Students

Xia Jin<sup>1,2</sup> Deng Sanying<sup>1,2</sup>

1. College of Educational Science, Huaihua University, Huaihua;

2. Wuling Mountain District Basic Education Research Center, Huaihua

**Abstract:** Social and emotional competence has a significant influence on primary school students' personal growth, academic achievements, and future social adaptability. This paper investigates the current development status of social and emotional competence among primary school students in a certain primary school. Through a questionnaire survey, the research analyzes the social and emotional competence of primary school students from five dimensions: self-awareness, self-management, social awareness, interpersonal skills, and responsible decision-making. The results show that the overall development of social and emotional competence among primary school students is sound, but there is still room for improvement in the dimensions of self-management and responsible decision-making. The research finds that factors such as school environment and family upbringing style have a significant impact on the social and emotional competence of primary school students. Based on this, strategies such as optimizing the campus environment and strengthening home-school cooperation are proposed to promote the all-round development of social and emotional competence among primary school students.

**Key words:** Primary school students; Social and emotional competence; Development status