

面向提升儿童正向情绪的绘本设计模式研究

王玉娇

澳门城市大学, 澳门 中国

发布日期: 2025年12月26日

摘要

本研究针对当前儿童情绪教育缺失的问题, 探讨以绘本为载体提升儿童正向情绪的设计模式。通过梳理情绪理论与绘本设计相关文献, 分析绘本在情绪认知、表达与调节中的作用, 总结影响儿童正向情绪发展的绘本视觉、体验与传达设计要素。研究指出, 情绪主题绘本通过色彩、图像、叙事等设计手段, 能有效促进儿童情绪理解与正向情绪培养, 为情绪教育实践提供理论依据与设计参考。

关键词

情绪绘本; 正向情绪; 绘本设计; 阅读疗法; 情绪调节

Research on the Picture Book Design Models for Enhancing Children's Positive Emotions

Yujiao Wang

City University of Macau, Macau 999078, China

Abstract

This study addresses the issue of the lack of emotional education for children and explores a design model that uses picture books to enhance children's positive emotions. By reviewing relevant literature on emotional theories and picture book design, the study analyzes the role of picture books in emotional cognition, expression, and regulation, and summarizes the visual, experiential, and communicative design elements that influence children's positive emotional development. The research indicates that emotional-themed picture books, through design means such as color, images, and narratives, can effectively promote children's emotional understanding and the cultivation of positive emotions, providing theoretical basis and design references for emotional education practice.

Keywords

文章引用: 王玉娇. (2025). 面向提升儿童正向情绪的绘本设计模式研究. 教育學文摘, 1(2), 113-121.

ISSN Print: 3079-5443; ISSN Online: 3079-5451.

DOI: 10.63313/EDU.8036

Emotional picture books; positive emotions; picture book design; reading therapy; emotional regulation

Copyright © 2025 by author(s) and Erytis Publishing Limited.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



1. 选题背景及意义

现今父母一味的注重学科教育及知识技能，为了让幼儿不能输在起跑的观念上，让孩子多学些才艺或美语课程;但大多数的家长只注重孩子成绩，忽略培养其他学习领域，鲜少关心孩子的心理需求与情绪层面，这样的观念对幼儿日后的发腰有不良的影响[1]，也会引发许多社会问题(蔡秀玲、杨智声，1999)。

幼儿面对无法处理的事件，或许会模仿家长的处理方法，久而久之当幼儿在校园中有争执、发脾气、焦虑等的负面情绪出现时，就会选择激烈的处理方式来呈现。最近新闻持续报导因为情绪失控所引发的社会事件：情杀事件、虐童事件、随机杀人、自杀、华山分尸案、逆伦杀人案件、校园霸凌案件、自我伤害，及现今仍判决犯人的小灯泡事件等[2]，以上这些案件的加害者，大部分都有高学历的背景，因国人崇尚高学历的期待下，就造就高智商低情商的学子(蔺欣宜，2020)。

我们可以看出负面情绪对身心、社交、生活都产生了很大的影响，那么情绪教育就极其重要。EQ大师 Goleman 所说的情请教育，主要目的在于帮助儿宠提升负向储猪的处理能力及克制能力[3]，增加社会技巧(齐隆蛄，2011)。在情绪教育活动中，通过阅读疗法来对个体进行干预，在情绪理解上有较大的优势(艾雨青，2021)。阅读治疗衍生希腊文 *biblion* (图书)与 *therapeia* (治疗)两词，又被称作图书治疗、书目治疗(Cohen, 1993)。它分为两大类：治疗性阅读疗法和预防发展性阅读疗法。治疗性多用于医学与精神治疗领域。预防性多用于教育领域，帮助个体健全发展，改变自己不当行为认知(刘云艳刘婷周涛，2011)。针对不同的人群，阅读的介入方式也不同。根据儿童的心理和身体的发展变化，绘本作为中介有强大的优势。[4]绘本，取自日语中“图画书”的叫法“えほん”(汉语字写法为“绛本”)，英文名称为“Picture Book”。“日本图画书之父”松居直先生认为：“图画书是文章也说说，图画也说话，文章和图画用不同的方式说话，来表现同一个主题(松居直，2009)。绘本中的图画与文字共同发挥作用。浅显易懂的图像比文字往往更有吸引力，更抓眼球。且绘本中丰富的形象和色彩具备了独特的情绪疗愈与提升情绪理解作用(艾雨青，2021)。正因如此，绘本成为极佳的情绪疗愈及辅助情绪理解的阅读题材。情绪主题绘本则是以某种情绪状态为主线，通过故事情境帮助儿童认知、理解并表达情绪，从而进行情绪调节(艾雨青，2021)(阮琳燕,王曦影，2023)。

绘本的介入对齐向情绪的发展有很大的进步。首先它是一个好的介入工具。以情绪绘本进行情绪教育活动可以提升儿童整体情绪理解能力(林京颖，2018)。通过情绪绘本课程能够帮助儿童认识情绪，对情绪形成正向思维(陈春风，2011)。且通过绘本的学习可以反思自身，[5]达到控制自我情绪(李欣蓓苏育令，2013)。在相关论文的查找中，陈美姿(2000)在研究指出绘本教育中幼儿在自我情绪发展的七项能力上，除尊重他人权利及多元文化的尊重，其余向度发展皆有良好表现。陈春风(2011)指出情绪绘本课程及绘画表现，可帮助幼儿建立对情绪的认知，与对情绪正向的思维。吴启敏(2013)研究表明在情绪主题绘本教学中，幼儿在情绪觉察与辨识、情绪表违、情绪理解与情绪调适上皆有其进展。黄薇芯(2015)表明绘本情绪教育课程提升了幼儿使用不同情绪调节策略处理负向情绪的能力。

因此绘本为情绪教育提供助力，在儿童的情绪发展上提供多元价值（陈宥澄，2021）。

相对应的，它也有其自身的问题需要解决。虽然绘本被广泛誉为促进儿童正向情绪的发展工具，但其本身设计仍存在多项局限，可能导致效果受限[6]。且插图中富有装饰性的细节可能分散儿童对核心情绪信息的注意，降低理解深度（Eng，2021）。尽管儿童能够处理多维信息，研究显示阅读绘本能提升情绪词汇的丰富度，但是否能进一步促进情绪调节与行为迁移仍未充分证实（Green，2025）。并且在论文中研究大都主要使用明显正面情绪主题的绘本，忽略负向情绪经验与情境，可能限制儿童情感成熟的多样性（Bigelow，2025）。

2. 研究现状分析

Plutchik 主张借助进化论为情感研究搭建统一的理论体系，他把情感界定为一种由外界刺激触发[7]，融合了感官体验、心理变化、行为冲动及实际行动的复合状态，本质上是个体对生活中关键情境所作出的反应。这一点与情绪心理学的观念也不谋而合。从核心属性来看，情感体现的是个体与外部事件或事物之间形成的互动关联，其功能在于缓解个体所处的不稳定状态，进而帮助个体重新恢复到相对舒适的身心平衡状态（张鹏，丘萍，丁又专，2024）。

在对情感的分类上，不同的专家有着不同的看法。把他们进行汇总，总结为以下表格，表 1。

表 1. 情感分类

作者和年份	研究方法	基本情绪
Ekman 和 Friesen(1971)	实验	快乐、悲伤、愤怒、惊讶、厌恶、恐惧
Ekman,Friesen 和 Ancoli(1980	面部表情、问卷调查	快乐、兴趣、悲伤、愤怒、惊讶、厌恶、恐惧、痛苦、唤醒
Parrott(2001)	实验	爱、喜悦、悲伤、愤怒、惊讶、恐惧
徐琳宏、林鸿飞、赵晶（2008）	文本分析	乐、好、怒、哀、惧、恶、怕
Nasehi,Pourghassem,Isfahan(2012)	脑电图	快乐、悲伤、愤怒、惊讶、厌恶、恐惧

总体上讲情绪复杂多样，可以说是由外来刺激所引起的人体生理与心理的复杂反应，这些反应无论是正向或负向，皆对人类身心造成一定的影响。情绪在幼儿的生理心理及生活层面上占有重要地位，随着情绪的发展，爱、恐惧、愤怒、嫉妒等各种情绪进入幼儿的生活，把负面情绪转化，提升正向情绪，形成未来情绪奠定的基础，引导幼儿成为健全的成人，是家庭、学校、社会需要着墨的区块（涂欣宜，2020;涂微，2025）。

综合论文，普拉切克的情绪颜色论权威性高，使用频率最高。普拉切克颜色论指的是在这一理论视角下，基本情绪被置于彩色圆周的环绕之中[8]。从布局规律来看，圆周上位置相邻的情绪，其相似性要高于距离较远的情绪;而性质相反的情绪，则恰好处于圆心的两侧，呈现出对立分布的特征。该理论进一步指出，两种核心的基本情绪能够相互融合，进而生成一种混合形态的复杂情绪。以具体实例而言，当喜悦的情绪与信任的情绪相结合时，会形成“爱”这一复杂情绪;而厌厌与悲伤两种情绪交织，则会催生出“悔恨”这类复合情绪体验。在这一理论视角下，基本情绪被置于彩色圆周的环绕之中。从布局规律来看，圆周上位置相邻的情绪，其相似性要高于距离较远的情绪;而性质相反的情绪，则恰好处于圆心的两侧，呈现出对立分布的特征[9]。该理论进一步指出，两种核心的基本情绪能够相互融合，进而生成一种混合形态的复杂情绪。以具体实例而言，当喜悦的情绪与信任的情绪相结合时，会形成“爱”这一复杂情绪;而厌厌与悲伤两种情绪交织，则会催生出“悔恨”这类复合情绪体验。且情绪强度的变化对应对应颜色论的分散和聚集。根据普拉切克研究论以及其他人对情绪的分类，结合情绪量化表，可以得出正负情绪的关键词，表 2 所示。

表 2. 情绪量化格

心烦的	心神不宁的	内疚的	恐惧的	敌意的	易怒的	紧张的	坐立不安的	害怕的	委屈的	无聊的
感兴趣的	精神活力高的	劲头足的	热情的	自豪的	警觉性高的	害羞的	备受鼓舞的	意志坚定的	注意力集中的	有活力的

在情绪心理学和以上知识中我们认识到认知对情绪的重要性，那么儿童的情绪时常会表现在他的行为上，并且是直接的、没有掩饰的（詹栋梁，2007）。儿童往往通过父母或是主要照顾者的回应与反馈来辨识及解释自我的感受（Aviles, 2006）。对于小学龄儿童来说，在面对生活中人事物时，他们的自我控制感比成人还要低，情绪也因此十分容易受到刺激而激起波澜（林雅绢，2012;周杰，2020）。王蕾等（1995）张宁逸（2023）整理学龄儿童情绪发展特点，提到学龄儿童关于社会性的情感大量的增加，与他们在学校的生活有密切的关系，也发现了其负面情绪与课业有密切的相关。在实际教学现场中，许书喙（2020）发现学生对于自己及他人的情绪体认能力有限，在释放情绪时也多以肢体动作为主，轻则言语摩擦及肢体冲突，严重则有情绪失控的地步[10]。

我们了解了情绪的种类及其重要性后，通过现有的正向情绪研究可以得知，在情绪教育与绘本中，儿童的正向情绪受多方面的影响。

首先，儿童的正向情绪受家庭氛围，幼儿园氛围以及社区氛围影响。纵向追踪研究显示家庭中正向情绪行为和养育互动是儿童正向情绪发展的保护性因素（Kujawa, 2024）。家庭对一个人的影响最为持久、无形。良好的家庭氛围可以促进幼儿正向情绪的发展。护士者积极回应儿童情绪有助形成儿童的整体正向情绪倾向（Hill, 2023;Shin, 2023）。良好的师幼关系能促进这一发展（Nilfyr, 2025）。在家庭环境中，情感温暖与丰富活动增强儿童社会情绪能力，减轻情绪行为问题（何海燕，2023）。亲切温馨的环境氛围以及平等信任的师幼关系有利于儿童稳定、积极的情绪发展。最后，教师自身的正向情绪体验（如兴趣、积极性）也为儿童正向情绪培养提供了重要支持（Tatalović Vorkapić & Velan, 2023）。户外的社区氛围、良好的社区活动如社区举办的儿童互动，商店举办的儿童动手制作活动等等，可以在宏观层面上助推幼儿情绪的稳定发展。

成熟与生理因素影响幼儿情绪，年龄增长对情绪产生几化，神经和内分泌系统尤其重要。例如，2个月大的婴儿可能亲近陌生人，但6个月后会展现害怕的反应。通过正向情绪的干预，可以得到情绪能力的提升。于维苓（2024）运用阿德勒取向策略，进行个案分析，通过家庭的情绪教养干预，提升幼儿的情绪能力，培养正向情绪。Dias Rodrigues（2023）研究松散材料游戏、放松训练及其组合对儿童情绪能力的影响，最终结果表明了这些方式都显著提升儿童的正向情绪表达。梁佳臻等人（2015）通过表达性艺术治疗提供正向情绪的辅助，参与者不仅塑造了作品，同时也重新创造了自我。针对儿童正向情绪表现不足的情况，可以采取多元干预来进行促进，如：游戏，父母教育、绘画、聽曲、心理学等多种方式。

在情绪心理学中有一个统一的名称：情绪调节策略。策略分为两种，一为认知的重评，二为表达抑制。以你被人撞到情绪很不好的例子为例，当身边有人告知你他很像是很忙的事情赶去处理导致撞到你，你的负面情绪降低，此为一。你自己去自发的克制自己情绪，去思考达到缓解，此为二。他们都经历了一个同样的流程：情境选择、情景修正、注意分配、认知改变、反应调整。绘本在这一个调节过程中有着较高的优势，通过一个情景和角色的环境，让你了解其主人公的情绪，它的情绪修正与反馈使其观看绘本的人发生认知的转变，从而达到促进正向情绪的效果。

寻找国内相关研究整理，通过台湾博硕士论文知识加值系统以及知网，筛选出此 5 篇与正向情绪教育干预进行整理。

涂微（2025）的基于阅读媒介的幼儿积极情绪调适策略指出幼儿通过阅读与各种情绪相关的绘本，加深对各种情绪的认知体验，慢慢掌握情绪调节的方法，发展积极情绪。何家芳（2020）的运用图画书融入幼儿情绪教育行动研究中研究发现，把书籍融入情感教育可以有效实现情感教育项目的目标;帮助幼儿提高情绪的觉察与辨识、理解、表达与调节。蔺欣宜（2020）的运用情绪绘本提升幼儿情绪能力历程探究中通过情绪绘本的教学，增强幼儿的情感意识和识别能力;负向肢体行为逐渐转变为情绪的口头表达;对情绪的原因、同理心和理解能力也有所提高;并学会使用社会规范来表达情绪。张雅芳（2019）的运用绘本进行幼儿情绪教育研究利用绘本进行情绪教育学习，让孩子在知晓与识别、理解情绪、表达情绪、调节情绪四方面得到提高和改变。洪雅欣（2015）的金门县幼儿园教师绘本教学对幼儿情绪教育研究通过情绪绘本教学，帮助幼儿感知、认识和理解自己和他人的情绪;学习如何表达和调节自己的情绪，可以增强孩子的情绪能力。总结得出得出在培养幼儿正向情绪教育中，涵盖了不同形式。通过绘本等教学方式，可以培养儿童的正向情绪，促进健康发展。

其次，绘本自身的设计影响了正向情绪的发展。根据绘本设计的影响因素模型可以得知，绘本的设计受三方面的影响：视觉设计因素、体验设计因素、传达设计因素（刘维尚，2024）。视觉设计因素包含了色彩设计、图像设计、文字设计、工艺设计、形态设计。它们塑造了绘本的视觉吸引力。体验设计因素中包含情感设计、交互设计、功能设计、阅读设计。传达设计因素中包含了审美设计、创新设计、传播设计。其中色彩、图像与文字的设计是左右视觉体验的关键要素，它们不仅能直接唤起读者的视觉感知，还能以更直观的方式传递信息，在有效激发阅读兴趣的同时，对读者的心理活动起到调节作用。而工艺与形态设计则为读者带来额外的感官体验，像触觉元素的融入、材质的挑选等细节，能够充分唤起儿童的好奇心与探索欲，让儿童得以近距离感受绘本的独特魅力，进而显著增强儿童与绘本之间的互动效果。情感设计帮助儿童得多重感官体验，激发儿童的情感共鸣，交互设计调动参与性，功能设计遵循儿童的个体差异，阅读设计增添多种阅读形式（刘维尚司亚丽郭绮涵李蕊池，2024）。

根据影响因素，结合论文可以得出绘本内容浅显易懂，孩子可以通过对故事中人物的认同与情感投射，链接自身生活处境（翟敏如，2013）。故事中角色遇到问题的应对也可成为一种替代性学习，对于孩子产生一种示范的作用，引导孩子在面临相似情境时可以仿效角色行为（郭柏宜，2020）。绘本的角色造型提升了儿童的移情能力，使其产生积极情绪，提高社会交流能力（王瑞张丙生孙福旭陈秋羽陆蕴妍，2024）。儿童绘本中的色彩设计能显著影响情绪表达，且色彩的变化通常与情节发展相呼应，能帮助儿童理解角色的情绪转变（郑晴，2025）。朱媛茜等人（2019）指出作者的绘本内容从内心出发，以简单的道理加入令人信服的画面，更容易产生共鸣，获得正向积极的情感理解。

综上所述，可以将绘本元素与表现形式和情绪所进行对应。见表 3。

表 3. 绘本设计与情绪相关研究

绘本元素/表现形式	情绪功能	文献支持
色彩	不同色彩对应不同情绪，如暖色调可以激发温暖、快乐等正向情绪	张琪， 2023
图像	画面构图和人物表情直观传达情绪，促进情绪识别与共情	郝广才，1989;郑钰清，2020
文字	情绪词汇的建立，促进情绪的表达与理解	Dyer 等，2000
叙事结构	故事通常以“情绪困境-解决策略”的结构，促进正向思维的发展	翟敏如，2020

无字绘本	通过图像细节和图像叙事引导儿童自由解读，表达情绪，提升对齐向情绪的反思	Sipe,1998; 孙雪，2024
多感官设计	通过多感官，如带有触觉、翻翻页设计等增强阅读沉浸感与正向情绪的体验	严悦函，2020

本篇论文将以情绪绘本作为主类绘本，情绪绘本是以情绪为主题的绘本，在故事情节上必定具备引发情绪的冲突与事件，铺陈主角与外在人事物的互动。通过绘本中的内容可引导幼儿经历角色内心的纠结照见幼儿自身的情绪，使幼儿了解抽象的情绪，提升幼儿对情绪的辨识及理解，同时，逐步学习对于情绪的表达及调解情绪的方式。黄珊珊（2019）指出情绪绘本情绪的觉察与辨识、表达、理解和调解有明显的学习成效。

根据论文、书籍以及专家研究。可以把情绪绘本的相关研究整理成以下表格，表 4。
表 4. 绘本设计与情绪研究方法

设计论文	研究方法	情绪	绘本书籍	图片	研究方法	情绪
邓子欣，2024	通过语料分析法分析语言形式	转化幼儿消极情绪	《菲菲生气》		运用高纯度暖色调的色调表现菲菲生气的状态，又使用轻快的鬃色使其温馨愉快	体验内在情绪
靳少举，2020	通过实验数据得出电子情绪绘本的动态图像与音效等可以提升情绪理解	提升共情能力	《我不想生气》		主人公采用兔子，吸引儿童去观察兔子的心情。	认识外在情绪
王薇，徐知宇，李永鑫，程奕芸，2019	通过眼动仪实验，对实验儿童进行有目的的引导观看情绪绘本，从关注背景到关注人物与故事本身	提升情绪理解能力	《卡卡今天没回家》		绘本中，妈妈说：你房间那么乱，谁也不愿意和你一个房间生活。第二天马克收拾了房间，卡卡回来了。	通过语言与旁白丰富情绪表达
杭盈吟，2016	通过文本分析法，从绘本的版面设计、视觉元素运用、文字和图画配合、装帧设计分析了儿童绘本中恐惧情绪的视觉传达。	转化幼儿消极情绪	《黑暗》		故事通常明暗对比的构图形式表达主人公的情绪变化	体会情绪变化

我们了解了绘本的元素与情绪的关系，那么结合情绪心理学我们对情绪绘本进行一个提取。这里我们以《菲菲生气了》这本绘本为例。这本书获得美国凯迪克奖，且一直是情绪绘本的畅销绘本。这本书将情绪状态用最直观的画面形式来进行呈现。故事中的菲菲先是以肢体动作表达愤怒，进而躲到自己的世界宣泄悲伤、渐渐缓和、最终恢复平静。作者对于这一过程形象且细腻的描绘，再加上对孩子心理感受的贴切把握，让小读者自然而然地认可了菲菲，毫无防备地走进情节与氛围的核心，同时收获了阅读的愉悦以及对情绪变化过程的认知！结合绘本影响因素通过情绪心理学进行绘本提取，绘本的整体情景是生气的爆发，情境的修正与注意的分配则为菲菲自身去了自己的世界，在自己的世界中得到认知的改

变,从而调整了情绪。融合绘本因素我们可以形成以下表格,表5。

表5. 绘本情绪因素提取

情感	开心	生气	愤怒	感到委屈	平静	开心
色彩						
角色						
线条	线条、波浪、弧线	有棱有角线条	弧度小的线	微微锋利弧度向下	直线、弧线	条纹、波浪、弧线
文字	当菲菲玩得正高兴时.....	该我玩了		然后, 她哭了一会儿。	她感觉到微风轻吹着头发, 她看着流水和浪	一家人又在一起了
构图	小构图分镜	一半多构图	平铺构图	中心式构图	人变大, 一半构图	平铺、小构图

在表格中可以看出正向情绪的色彩是明亮的, 负向情绪的色彩是重的灰暗的, 主人公情绪的转变, 色彩也逐渐变浅。在角色上, 主人公的身体转台是轻松且表情是嘴角上扬的, 生气时开始皱眉, 嘴角向下, 逐渐向夸张姿势过度;难过等不好的情绪产生时角色也是低头丧气的, 注意力分散后, 情绪逐渐过渡, 角色的状态也直挺起来, 表情也没那么夸张, 最后回归笑脸。我们可以从绘本也能够总结出正向情绪的线条是条纹状, 小波浪, 小弧线等等。负向情绪时则有棱有角, 弧度也发生变化, 逐渐变大。不同的情绪状态又有着细微的变化。整篇文章的文字也从小变大, 再变大变小来表达情绪的转变;构图上也是如此。

在情绪绘本的调查中, 可以得出情绪绘本的主题分为: 悲伤、愤怒、恐惧、喜悦、惊奇、焦虑、害羞、无聊、嫉妒等。根据知网的查询, 在与情绪主题相关的绘本当中, 喜、怒、哀、惧这四类基本情绪的占比高达 85%。进一步分析可见, 其中以恐惧情绪为核心内容的绘本数量最多, 所占比例达 33%;紧随其后的是涉及愤怒情绪的绘本, 该类别的占比为 24%。负面情绪类远远高于正面情绪。

根据知网的论文查询和书籍的搜索, 可以得出绘本在情绪表达方面较少。适切的情绪表达, 不仅能让让我们更深入地理解他人的想法与内心感受, 还能推动人际关系朝着积极的方向发展。然而, 在多数绘本的故事内容里, 当角色产生特定情绪后, 往往会直接切入情绪的理解与调节环节, 对于情绪表达这一重要环节则有所缺失。

3. 研究目的和目标

3.1. 研究目的

现阶段的研究多为绘本对于正向情绪的影响，且市场上的绘本多为负面情绪的教育，且情绪表达类型绘本较少。绘本设计对情绪的影响因素有多为单一因素。没有整理绘本设计的多重因素与儿童正向情绪提升相关的研究，这在很大程度上不利于优秀绘本的产出。因此在绘本设计对幼儿正向情绪影响因素的深入挖掘基础上，结合情绪心理学研究绘本设计中影响幼儿正向情绪发展的因素与设计方法，为正向的情绪教育提供优质绘本的选择，并使绘本设计在幼儿正向情绪教育领域提供系统化的设计方法。

3.2. 研究目标

本研究的具体目标有以下四点：

梳理情绪的类别及影响因素

梳理绘本设计应用正向情绪培养的研究现状，总结现有绘本的不足之处

通过情绪心理学去研究绘本中影响情绪的因素和方法，并进行提取影响因素与作用机制。

通过访谈与问卷调查，验证绘本设计因素与情绪的对应关系与作用机制的准确性。

通过其因素对应进行绘本设计，提出可作的绘本设计模式。

4. 研究方法

4.1. 比较调查法

对相关文献资料进行收集，并对其进行比较，通过比较得出儿童的情绪类别有着多重变化，绘本对情绪调节的方式方法有多种，绘本自身的设计因素也存在着许多问题，当然也存在着优势。通过比较指出目前绘本设计元素提取模式存在的问题，为后续研究提供依据。

4.2. 理论分析法

本文主要用到的理论有情绪心理学，Gross 情绪调节过程模型与情绪调节理论。从心理学与情绪调节过程模型入手，对相关理论进行系统学习与梳理，对情绪的认知理论与情绪调节理论这两部分进行深入研究，在情绪的理论中，情绪理论分为情绪分化与情绪调节。论文主要针对情绪调节进行研究，情绪调节的内容包含了情境选择、情景修正、注意分配、认知改变、反应调整几大部分。在策略的选择上又分为认知重评与表达译制两种。从而结合进行探讨情绪的产生、情绪的分类、影响情绪的因素、情绪调节模型以及相对应的情绪调节策略，并结合绘本，从绘本的类型、设计元素等方面进行深层次的研究与总结，对之后的设计进行指导，构建出一套适合正向情绪发展的设计模式。

4.3. 问卷调查法

首先，在参照国内外学者相关学术理论与成熟量表的基础上，进一步融合对行业从业人员的访谈内容，并结合多类相关资料，初步构建出初始调查问卷。其次，通过挑选少量情绪绘本元素开展预测性访谈与试调查工作，依据反馈结果对原始问卷进行更合理的优化调整。其后，在问卷星平台分别发放预调研问卷与正式调研问卷。最终通过数据分析梳理出影响正向情绪提升的绘本设计因素，形成具体的因素分析报告。在问卷中借用自主动机量表，采用 Hagger 等人对于自主动机的测量方式，改编自 Ryan 和 Connell 的感知因果关系。得出为什么要调节自己的情绪，以及动机水平。

4.4. 访谈法

研究通过对绘本类专家中主要以绘本设计者、心理学家、图书编辑、插画设计师、幼师、平面设计师等十位代表性人员进行访谈，前期主要访谈本人提取的研究因素是否正确无误、相关趋势提供实际建议。通过调查的实施和对调查结果的分析、综合、比较和归纳，能够发现情绪绘本的设计因素对情绪的正向发展有相对应关系，可以正确提取其设计因素且能论证研究方法的准确性。

5. 结语

本研究围绕绘本在儿童正向情绪发展中的作用展开探讨，从情绪教育的现实需求出发，结合绘本设计与情绪理论，系统梳理了绘本在情绪认知、表达与调节中的功能与设计要点。研究表明，情绪主题绘本通过视觉呈现、叙事结构及多感官体验，能够有效引导儿童识别、理解与表达情绪，并逐步形成积极的情绪调节策略。未来研究可进一步结合实证干预，深入探索绘本设计要素与儿童情绪行为之间的具体关联，并拓展绘本在家庭、学校等多场景中的应用模式，为儿童情绪教育的实践提供更加科学、系统的支持。

参考文献

- [1] Schoppmann, J., Seehagen, S., & Schneider, S. (2023). Emotion regulation strategy transfer through picture-book reading in young children. *Frontiers in Psychology*, 14, 7652.
- [2] Wilkinson, A., & Kao, S. C. (2019). The implementation of social-emotional learning in early childhood education: A case study in Taiwan. *International Journal of Child Care and Education Policy*, 13(1), 1–14.
- [3] Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. Bantam Books.
- [4] Cohen, L. J. (1993). The therapeutic use of reading: A qualitative study. *Journal of Poetry Therapy*, 7.
- [5] Drever, J. (1952). *A dictionary of psychology* (2nd ed.). Penguin Books.
- [6] 王秀红, 罗嘉媛, & 苏文成. (2025). 图书馆阅读疗愈健康服务中的情感治理: 机理、逻辑与路径. *图书馆学研究* (05), 107 – 114.
- [7] 郑晴 (2025). 基于情绪表达的儿童绘本色彩设计研究. *玩具世界* (03), 177 – 179.
- [8] 王慧琪 (2024). “绘”出天晴日朗——借绘本促进幼儿情绪发展的实践研究. *科教文汇* (16), 185 – 188.
- [9] 王瑞, 张丙辰, 孙福旭, 陈秋羽, & 陆蕴妍. (2024). 基于 ARCS 的 ASD 儿童绘本角色设计研究. *包装工程* (10), 236 – 246.
- [10] 刘维尚, 司亚丽, 郭绮涵, & 李蕊池. (2024). 基于扎根理论的智障儿童绘本设计策略研究. *设计艺术研究* (02), 36 – 39+49.