

Psychological analysis of development characteristics and cultivation strategies of prosocial behavior in preschool children

Lili Yu

Changchun Normal University, Jilin, Changchun, 130032, China

Abstract

Prosocial behavior, a cornerstone of preschoolers' social development, encompasses voluntary actions that promote others' or group's welfare, including sharing, cooperation, helping, comforting, and yielding. This study systematically analyzes developmental phases of prosocial behavior in children aged 3-6 through three theoretical frameworks: the "emerging imitation" stage at 3-4 years, the "proactive development" stage at 4-5 years, and the "cognitive refinement" stage at 5-6 years. Grounded in psychological mechanisms, the research proposes targeted cultivation strategies: activating observational learning through role modeling, enhancing emotional resonance via empathy training, reinforcing prosocial habits with behavioral reinforcement, and building supportive systems through environmental synergy. The findings aim to provide scientific foundations for kindergarten education and family parenting practices, helping preschoolers develop stable prosocial personalities and laying the groundwork for lifelong social development.

Keywords

preschool children; prosocial behavior; psychological analysis

学前儿童亲社会行为的发展特点及培养策略的心理学分析

于莉莉

长春师范大学，中国·吉林 长春 130032

摘要

亲社会行为是学前儿童社会化发展的核心内容，指个体自愿做出的、旨在促进他人或集体利益的行为，包括分享、合作、助人、安慰、谦让等。本文基于相关理论，系统分析3-6岁学前儿童亲社会行为的发展阶段特点，3-4岁的“模仿性萌芽”、4-5岁的“主动性发展”、5-6岁的“认知性深化”。结合心理学机制提出针对性培养策略，以“榜样示范”激活观察学习、以“移情训练”强化情感共鸣、以“行为强化”巩固亲社会习惯、以“多环境协同”构建支持系统。研究旨在为幼儿园教育实践与家庭教育提供科学依据，助力学前儿童形成稳定的亲社会人格，为其终身社会化发展奠定基础。

关键词

学前儿童；亲社会行为；心理学分析

1 引言

学前阶段（3-6岁）是儿童人格与社会性发展的“关键期”，正如埃里克森所言，该阶段儿童面临“主动对内疚”的心理冲突——若能在与他人的互动中体验到助人、合作的快乐，将形成“主动性”人格特质；反之则易产生内疚感，影响后续社会适应。亲社会行为作为儿童社会性的核心载体，不仅是衡量其心理健康的重要指标，更直接决定了其未来人际关系质量、团队协作能力乃至社会责任感的形成。当前国内外研究表明，学前儿童亲社会行为的发展并非“自然成熟”的过程，而是受认知水平、情感体验、环境互动等因素影响的“主动建构”过程。例如，皮亚杰发现，前运算阶段（2-7岁）儿童的“自我中心主义”会随认知发展逐渐

减弱，这直接影响其能否从他人视角理解需求、做出亲社会行为；班杜拉则通过“波波玩偶实验”证明，儿童会通过观察成人或同伴的行为来学习亲社会（或反社会）模式。然而，实践中仍存在对亲社会行为发展规律认知不足的问题。部分家长将“分享”“谦让”简单等同于“听话”，忽视儿童的情感体验；部分幼儿园活动设计未结合年龄特点，导致亲社会教育流于形式。基于此，本文从心理学视角切入，先剖析学前儿童亲社会行为的阶段性发展特点，再结合理论提出可操作的培养策略，以期为学前教育工作者与家长提供参考。

2 学前儿童亲社会行为的发展特点

2.1 3-4岁：亲社会行为的“模仿性萌芽阶段”

3-4岁儿童处于皮亚杰认知发展理论中的“前运算阶段早期”，核心特点是“自我中心主义”——难以脱离自身视角理解他人需求，思维具有“泛灵论”倾向（如认为玩具也有情绪）。该阶段儿童的亲社会行为多由成人指令引发，而非

【作者简介】于莉莉（1975-），女，中国吉林长春人，硕士，讲师，从事发展与教育心理学研究。

自主判断。因为儿童尚未形成“他人需求”的认知概念，无法主动识别“助人情境”。即使做出亲社会行为，儿童也常以“自身利益”为出发点。皮亚杰将此称为“自我中心的利他”一行为本质上仍围绕“自身舒适感”，而非真正理解他人的痛苦或需求。该阶段儿童的亲社会行为缺乏一致性，易被即时情境干扰。这是因为儿童的情绪调节能力尚未成熟，亲社会行为尚未内化为稳定的行为习惯，更多受当下情绪状态、环境刺激的影响。从心理学机制看，这一阶段的亲社会行为主要受“操作性条件反射”影响。当儿童做出分享、助人行为时，若得到教师或家长的表扬，会因“正强化”而重复该行为；若被批评，则会暂时减少该行为，但并未真正理解行为的意义。

2.2 4-5岁：亲社会行为的“主动性发展阶段”

4-5岁儿童进入“前运算阶段中期”，认知上的“自我中心主义”逐渐减弱，开始具备“简单的观点采择能力”；情感上，“移情能力”开始萌芽—能感受到他人的情绪。这一阶段的亲社会行为从“被动模仿”转向“主动尝试”。儿童开始通过观察他人的表情、动作来判断需求，无需成人指令即可发起亲社会行为。这一变化的心理学基础是“观点采择能力”的发展—儿童能初步理解“他人的目标与自己不同”，并意识到“自己的行为能帮助他人实现目标”。该阶段儿童做出亲社会行为后，不仅关注成人的表扬，更会因他人的积极反馈而产生愉悦感。这表明“移情-利他”机制开始发挥作用，儿童通过移情感受到他人的快乐，而这种快乐又成为自身的“情感奖励”，进一步强化亲社会行为。3岁时儿童的亲社会行为以“分享”“被动帮助”为主，而4-5岁儿童开始出现“安慰”“谦让”“合作”等更复杂的亲社会行为。因为儿童的社会互动经验增加，开始理解不同情境下需要不同的亲社会策略。但是，该阶段儿童的亲社会行为仍存在“情境局限性”，在熟悉的环境中表现较好，但在陌生环境中，因“安全感不足”，亲社会行为会明显减少。这与埃里克森“主动对内疚”阶段的心理需求一致—儿童需要在安全的环境中确认“主动助人”是被认可的，才敢尝试。

2.3 5-6岁：亲社会行为的“认知性深化阶段”

5-6岁儿童处于“前运算阶段晚期”，即将进入“具体运算阶段”，认知上的“观点采择能力”进一步发展，能理解“他人的需求可能与自己不同，且受情境影响”；情感上，“移情能力”趋于成熟，能区分“表面情绪”与“深层需求”。这一阶段的亲社会行为从“情感驱动”转向“认知-情感协同驱动”，呈现出“策略性”与“稳定性”特点。儿童不再盲目做出亲社会行为，而是会结合他人需求、自身能力选择合适的方式。儿童的“问题解决能力”与“观点采择能力”结合，能从“双方利益”出发思考行为方式—这正是皮亚杰所说的“去中心化”思维的体现。该阶段儿童能将亲社会行为与“好行为”“乖孩子”等道德概念关联，行为动机从“情

感满足”升级为“符合道德标准”。随着亲社会行为内化为“行为习惯”，儿童在不同情境下的表现更加一致。这一变化的心理学基础是“自我调控能力”的发展—儿童能通过“道德认知”（如“帮助别人是对的”）调控自身情绪与行为，减少情境干扰。此外，该阶段开始出现明显的“个体差异”。部分儿童表现出稳定的亲社会倾向，成为同伴中的“小帮手”；部分儿童则仍较少主动做出亲社会行为。这种差异主要源于家庭教养方式、同伴互动质量及气质类型。

3 学前儿童亲社会行为的培养策略

3.1 基于社会学习理论：强化“榜样示范”，激活观察学习

班杜拉社会学习理论强调观察学习对儿童行为发展的核心作用，亲社会行为培养需为儿童提供可观察、可模仿的榜样体系。成人作为儿童首要模仿对象，其亲社会行为需具备明确性与意图性^[1]，如教师在助人时通过言语表述“识别同伴需求—实施帮助行为—达成积极结果”的完整过程，助力儿童构建行为认知，家长亦需保持言行一致，避免因“要求儿童分享却自身表现争抢”引发认知冲突，研究显示此类一致示范可使儿童亲社会行为发生率提升40%。同伴榜样因贴近儿童认知水平更易被模仿，幼儿园可通过“亲社会小明星分享”“混龄互助活动”将同伴亲社会行为显性化，如让5岁儿童带领3岁儿童游戏时自然传递分享、合作策略，既强化同伴榜样效应，又满足年长儿童的主动性需求。媒体榜样选择需聚焦适龄亲社会内容，如《小熊的生日派对》等绘本或《小猪佩奇》等动画，且需通过引导性讨论（如“小熊邀请小兔子的原因”）帮助儿童关联虚拟与现实情境，避免被动观看导致的行为认知脱节。

3.2 基于移情训练理论：开展“移情活动”，强化情感共鸣

移情作为亲社会行为的情感基础，其训练需契合学前儿童直观形象思维特点，通过“情绪识别—情境体验—情感表达”三阶路径逐步深化。情绪识别训练依托表情卡片、情绪绘本等工具，先引导儿童匹配“哭、笑”等基础情绪与对应情境（如“玩具丢失引发哭泣”），再通过角色扮演（如“扮演找不到妈妈的儿童”）理解“委屈、着急”等复杂情绪背后的需求，帮助建立“情绪—需求”关联^[2]。情境体验训练侧重让儿童身临其境感受他人情感，幼儿园可设计“受伤小动物救助”模拟活动，引导儿童用扶抱、安慰等方式助人后分享“助人前后的情绪变化”，家庭中则可利用“家人疲惫时捶背”等真实场景，让儿童直观感知自身行为对他人情绪的积极影响。情感表达训练需实现从语言到行为的转化，先教儿童运用“我知道你因XX感到XX，我可以XX”的共情句式，再鼓励其用递纸巾、分享贴纸等个性化方式回应同伴情绪，通过活动后讨论“有效安慰方式”，形成“情感感知—语言表达—行为实践”的完整闭环。

3.3 基于认知行为理论：实施“行为强化”，巩固亲社会习惯

认知行为理论认为行为稳定性需依托科学强化机制，亲社会行为培养需遵循即时性、具体性、适度性原则，通过多维度强化巩固行为习惯。正强化需以“行为—结果”关联的具体表扬为核心，如儿童分享玩具时表述“你主动借玩具让同伴开心，是懂得分享的好孩子”，而非笼统夸赞“你真棒”，对3-4岁儿童可辅以贴纸等代币奖励，但需随行为自主化逐步转向口头肯定、拥抱等精神奖励，避免形成物质依赖。负强化聚焦消除反社会行为诱因，如针对“玩具争抢”提前制定“轮流玩+可视化计时器”规则，减少资源竞争引发的冲突，家庭中则需减少反社会行为示范（如避免在儿童面前抱怨、插队），此类干预可使儿童亲社会行为发生率提升30%。问题解决训练旨在提升亲社会行为应对能力，当儿童面临“想助人却不会搭积木”“同伴拒绝分享”等困境时，通过引导思考“找教师帮忙”“协商一起玩”等多元策略，帮助儿童理解亲社会行为的灵活性，避免因能力不足放弃助人尝试。

3.4 基于生态系统理论：构建“家庭—幼儿园—社会”的协同支持系统

布朗芬布伦纳生态系统理论指出儿童发展受多系统交互影响，亲社会行为培养需构建“微观—中观—宏观”协同的支持体系^[3]。家庭与幼儿园作为微观系统核心，需通过家园联系册、线上沟通群等建立常态化沟通机制，定期反馈儿童亲社会表现（如“幼儿园主动整理玩具”“家中分享零食”），共同制定“本周培养安慰行为”等个性化目标，幼儿园还可通过家长课堂普及发展规律与家庭培养方法，避免因“幼儿园强调分享而家庭禁止”导致的教育矛盾。社会层面作为宏观系统，需营造亲社会文化氛围，社区可开设亲社会活动角，组织“给植物浇水”“帮老人递物”等实践任务，媒体可制

作学前亲社会教育短片在社区屏幕播放，同时需倡导对儿童亲社会情感的尊重，如儿童分享破旧玩具时，应肯定“分享意愿”而非否定“玩具价值”，避免成人负面评价削弱儿童亲社会热情，确保儿童在不同场景中均能接收一致的亲社会信号。

4 结语

学前儿童亲社会行为的发展是“认知—情感—行为”协同成熟的过程。3-4岁的“模仿性萌芽”依赖外部指令，4-5岁的“主动性发展”依托移情萌芽，5-6岁的“认知性深化”则结合道德认知与自我调控。培养亲社会行为需遵循这一规律，以社会学习理论为基础强化榜样示范，以移情训练理论为核心激活情感共鸣，以认知行为理论为支撑巩固行为习惯，同时构建“家庭—幼儿园—社会”的协同系统，形成“全方位、多层次”的培养体系。

从心理学视角看，亲社会行为的培养不仅是“行为训练”，更是“人格塑造”——通过亲社会行为的实践，儿童能逐渐形成“他人视角”“情感共鸣”“道德认知”等核心人格特质，这些特质将成为其未来社会适应、人际关系、心理健康的“基础支撑”。因此，学前教育工作者与家长需重视亲社会行为的培养，将其融入日常互动与活动设计中，让儿童在“体验—学习—实践”中逐渐成长为具有社会责任感、同理心的个体，为其终身发展奠定坚实的社会化基础。

参考文献

- [1] 朱思腾.学前儿童亲子关系对其亲社会行为的影响和提升策略研究[J].动漫界(幼教365),2025(28):52-54.
- [2] 裴芯逸.积极心理学视角下学前儿童情绪调节能力培养策略研究[J].基础教育研究,2024(2):89-9296.
- [3] 曹莉萍.儿童亲社会行为发展及培养策略[J].科技信息,2013(8):358-358359.