

# 版画为媒介的“绘画治疗”在高中美术教学中的探索研究

祝珊珊

山东省淄博第四中学

**摘要：**高中美术教育应该关注青少年的美术核心素养的提升和内心情感的表达，而不是过多从技术层面去考量，这样才能更好的促进他们的身心发展。以版画为媒介的绘画治疗在高中美术教学中的应用，可以很好的调节学生焦虑与厌学情绪，改善人际关系，提高社交能力，提高自我修复能力，同时有效的帮助推进美术课程资源的开发与整合。

**关键词：**绘画治疗；版画；高中美术；优势；实践探索

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2023.08.014

## 一、研究背景

### （一）中学生的心理现状

近年来，中学生特别是高中阶段的学生，因为学习压力、青春期逆反心理以及来自家庭、社会等多方面的因素，很多同学都出现了不同程度的心理问题。其中一部分人的情绪管理失控、社会交往关系紧张等现象很突出，也引起了社会的广泛关注。部分学校每周安排心理课，配备了专职的心理教师，设立了心理咨询室，每周固定时间给学生提供心理咨询服务。但是，提高中学生健康的心理状态，不能仅仅依靠心理课，更应该利用各科的教学优势在潜移默化中促进学生的心理健康发展。

### （二）绘画艺术治疗

近年来，年轻的心理学迅速发展，心理学家不断将绘画与心理学联结起来，形成了一门新的艺术治疗技术——绘画分析与心理治疗（简称为绘画疗法）。通过绘画自身以及绘画与其他心理疗法的有效整合，有针对性地促进画者心理成长，协助画者解决心理问题<sup>①</sup>。

随着心理科学的迅速发展，“绘画艺术治疗”形式不断地应用于心理治疗和心理咨询，人们可以快速、有效地将内心世界看不见、摸不着的主观世界以生动而丰富的绘画形式外化成清晰可见的图像，帮助人们释放情绪、改善心理、认识自己、了解他人、促进沟通，改善人际关系等<sup>①</sup>。

“绘画艺术疗法”在改善抑郁、焦虑等情绪问题方面的效果突出，同时可以改善他们的社交功能，恢复自我认知功能。西南大学的汤万杰（2007）发现绘画艺术心理治疗能有效的缓解大学生抑郁状态<sup>②</sup>。潘润德（2008）在心理咨询门诊中对有情绪障碍的中学生进行绘画心理治疗，发现能更好地了解中学生情感冲突的原因，从而有利于心理治疗<sup>③</sup>。

### （三）版画为媒介的“绘画艺术治疗”

版画，是指用刀具或化学药品等在版面上刻出或蚀出画面，再将版面上的画面以油墨或其他颜料复印于纸

上的绘画形式。根据刻印中所使用的版面种类的不同，版画可被分为木刻版画、石版版画、铜版版画等。中国传统的雕版印术也为版画的发展奠定了良好的基础，生活中的版画形式比较宽泛，插图、画谱、年画、拓本、印章甚至纸币等这些可印刷、可复制、可拓印的痕迹，都可以归入版画的范畴，也意味着版画在中学生里具有很广泛的接受度和适应性。随着时代和科技的进步，现如今的版画的形式也更加丰富多彩，比如空间版画、综合材料版画、数码版画等等，在一定程度上也提高了学生对版画的兴趣和关注度。版画因其独特而丰富的表现形式、操作性和参与性，用版画艺术作为心理治疗的媒介，也可以进一步丰富艺术治疗的形式，拓宽绘画治疗地途径。

### （四）高中美术课堂现状

现阶段的高中美术课堂，大多数学校只开设美术鉴赏课程和美术技法类课程，传统美术课堂以传授知识为主的教学模式依旧占主导地位，学生主体性缺失、教学评价手法过于单一的问题普遍存在。在2017年颁布的《普通高中美术课程标准》中，明确规定普通高中美术教育的根本任务是“立德树人，以美育人，培育健康审美观念，陶冶高尚情操；——同时，帮助他们适应社会生活，为其接受高等教育、职业发展做准备”<sup>④</sup>。由此可见，在中学美术教育的指导标准中，美育是与学生的健康人格培养密不可分，让学生在美术课程中宣泄情绪、缓解压力是高中美术课堂的重要任务。

高中美术课堂上很少有教师真正关注学生的作品中“为什么这么画”，学生绘画时有哪些心理活动，而更注重教师对美术知识地讲授是否全面等。把美术治疗融入普通高中美术课堂具有重要的现实意义，特别是在高中阶段，把美术疗愈放在美术的教学当中，会减少部分同学在高考前的一些压力，对于大学阶段的学习和生活也是有积极的推进作用。

## 二、版画为媒介的“绘画治疗”的优势

### （一）版画形式的多样性

版画创作材料和色彩的丰富性以及创作手法的多样性，决定了这种艺术形式应用于绘画艺术治疗当中，能很好的促进艺术治疗的开展与实践。很多材料也来源于日常生活，比如各种带有肌理感的来自大自然的木材、石材、纸材，还有取材与生活中随处可见的例如树叶、树皮、杂草、毛发、绳子、沙子、布、金属物等。这些丰富的和生活密切相关的材料增强了创作者的感官体验以及亲和力。材料本身并没有带有情感属性，经过人的再创造，材料展现出创作者的情绪情感，呈现出来的各种肌理感，引起了观看者的情感共鸣，也更加能够体现出材料的价值。除了传统的黑白木刻版画，套色版画因为色彩鲜艳、丰富，也更容易激发创作者的热情，激发其潜能。传统的版画，除了使用刻刀代替画笔，还可以使用拓印、拼贴、挤压、镂空、剪切等手法，打破常规，丰富体验和参与性。

版画材料的多样性也拓宽了印刷载体的多样性。传统的印刷载体是纸张，比如水彩纸、铜版纸、厚宣纸、皮纸等。现如今，绝大多数的平面载体都可以用于印制版画作品，比如各种布料，麻布、棉布、油画布，以及它们的衍生品书包、床单、衣服，甚至很多生活类用品和工业品，比如锅、肥皂等成为新型的印刷载体。这些材料的变化，可以很好的增强作品的表现力和丰富作品的审美意趣，也能提高创作者的创新能力。

### （二）版画的操作性与参与性

版画是参与性与操作性极强的一种艺术形式。是需要自己创作、自己绘制、自己刻、自己印的过程，他会反映创作者的功力、耐心、生活的体验、感悟以及探索创新精神。是需要投入极大的体力、耐力，倾注心血，需要全力贯注于笔尖，刀尖。版画材料是可以看、可以触摸感受的，创作过程中刻刀划过木材，甚至挤压、拓印过程产生的肌理感，都可以刺激到创作者的视觉、触觉等感官体验，在某种程度上可以唤起人们在情感上的动容之情，与此同时会激发起创作者的表达的欲望、激情，使得整个创作过程成为产生快乐、兴奋甚至激动的情感体验。

版画的创作过程需要头、眼、心的配合，可能需要经历大胆的创新、意外、失败、激情的释放。印制结束，当轻轻的将纸掀开时，想象中的模糊画面清晰的显露在纸上，可能会收获到意外之喜，从内心喷涌而出的激动和创作快感超越了艰苦的创作过程。版画的创作过程本身就是未知中收获惊喜或者不够完美、失落的过程，这些过程将对参与者的耐心、意志力、条理性思维等品质起到很好的干预与训练作用，也会让高中生时间观念更强、更有计划性、更有条理性。

### （三）版画艺术丰富的心理、情感表达

从治疗的心理过程来判断，会发现版画的印痕、版画的构图、版画的色彩、版画的材料肌理、版画的创作过程等，它们都能从本质上反映出创作者的心理、情感、人际交往的能力、文化背景和社会的影响。同时，绘画线条的轻重缓急和走向、色彩的应用和构图分布变化都是特定环境下个体情感的表征，都可以作为判断创作者心理特征的基本依据。版画制作的过程将潜意识内压抑的感情与冲突呈现出来，并且提供了表达和释放情绪的安全通道，实现了正向积极的成长、让生命更充实。创作者在创作的过程中同时获得满足感、成就感，提升了自信心，达到了内心的整合，也是心理状况的修复和重建过程。

### （四）独特性

版画制作是一种生动有趣的艺术创意过程，在学生设计、勾描、刻版、印刷制作的过程中，会产生许多预料不到的神奇偶然效果。因为刻刀入刀的角度和力度的不同，即使是相同的图案、线条，也会产生不一样的效果。这些偶然性也造成了版画具有独一无二的特性，不可复制。正是版画作品效果的偶然性特点，使学生无法预知作品完成时的状况，更加激发学生的好奇心，也容易使学生关注自己作品效果，易于做出震撼、惊人、个性突出、识别力强的创意作品，并从中感受到劳动带来的快乐，有利于全面提升中学生的创造力。通过版画形式让学生“感受”“感觉”“感动”美，从而提升高中生审美能力。

### （五）团体合作性

版画的创作过程不受人员的限制，可以是独立完成，也可以小组合作完成，比如我们开设的套色版画，就是由多人来共同完成。在创作的过程中不可避免的需要小组成员交流沟通，在一定程度上会增加成员参与的积极性，打破内心的防御。在此过程中获得他人的认可，提升了人际交往能力，获得社会的认同感。师生之间、生生之间的互帮互助的意识能够很大程度上受到他们的一致认可并将其内化为客观地认识自我、欣然地自我接纳、合理地发泄负面情绪的深刻动力。

## 三、版画艺术实践探索

### 实践探索案例

#### 1. 版画：《我的心情日记》

版画形式：综合材料拓印

实施材料：吹塑版、刻刀、纸、颜料、生活中能找到的各种材质的物品，比如麻绳、麻布、金属、树叶等

实施对象：高中一年级学生

实施步骤：在安静的环境中，在教师的引导下，找到最能代表自己当时当下心情的材料，进行随意拓印，刻画。

实施目的：在教师的引导下，感受不同材质的物品

产生的肌理效果，结合不同线条和形象，遵循自己的内心进行随心所欲地痕迹拓印和刻画。以正向、积极、安全的心理干预方式，结合美术教育的学科特点，帮助学生们缓解和释放不良的心理压力，以期给有不同程度心理问题的孩子提供一个有效且有益的情绪宣泄渠道。

### 2. 《向往的风景》

版画形式：木刻版画

实施材料：木板、版画刀、油墨、加厚宣纸、木蘑菇、滚轮、铅笔、橡皮等

实施对象：高中一年级学生

实施过程：学习木刻版画的基础知识和技法

在教师的引导下画出心目中向往的风景，根据创作的不同要求组织画面的版画语言，刻制作品，印制完成。

### 实践探索分析

#### 1. 创作过程的心理

版画的创作过程本身就是情感的表达过程。比如学生的创作主题是自然，那么他在选题的时候会被大自然深深打动，追求这种大自然的单纯，质朴，和谐。沉迷于大自然的一草一花一池。沉湎于大自然的简朴和纯净。版画借用各种工具表现抒发自己的所想所感。有的通过对比表现，有的直抒胸臆，关键是采用什么样的形式使之交叉融合以达到和谐的美？尝试着利用对比、平衡、协调、韵律、节奏等，根据不同的创作要求，内容及形式变换着位置组合画面，形成一幅幅带有个人语言形式的版画作品。版画创作过程中使用的艺术语言就像是一面镜子，是对作者的艺术修养与精神的浓缩写照。

#### 2. 版画语言的心理表达

木刻版画区别于其他艺术形式的一个显著特点是“以刀代笔，以木为纸”，在木板上刻画出各种各样的形态。利用各种刀具在木板上，将点、线、面等基本语言元素重新组织，形成画面不同的层次，不同的空间的表达。

在课程进行的过程中会发现，不同的同学线条的轻重、疏密、形状、组织排列形式都不相同，在一定程度上也能反映出学生不同的性格特征和心理状况。部分同学表现出线条非常的细、轻，线条排列很整齐，对于木刻版画所独有的刀和木板碰撞产生的方硬有力度的线条不能接受。有的同学的作品线条则是杂乱无章，粗硬，线条刻的很深，很有力度，线条粗细变化明显，有顿笔。有的同学的线条流畅，喜欢使用弧线、曲线，有的同学线条断断续续，不连贯不肯定，有很多尖锐的棱角。这些线条的变化在一定程度上反映了学生的性格特征和当时当下的情绪变化。

版画作品使用明暗对比和色彩对比来强调学生的这

种情绪，表达他们的内心世界。同样的题材，在不同的学生的笔下，你会发现他们画面当中的这种不同的黑白布局，黑白布局的面积差异，会给画面造成不一样的视觉冲击力，也表达了学生不同的心境，不同的情感。

有些同学的版画作品会出现大面积的强烈的光线，这样观者的心情往往会变得愉快和兴奋，少量的微弱的光线，人们常常感到忧郁和不快。不同的面部形象或不同的姿态都会表现出不同的思想感情，通过丰富的面部表情以及非常有张力的肢体语言，建立一种现实和精神的必然联系。

#### 3. 评价方式的转变

以往单一的美术评价方式更注重结果而忽略了过程，学生自己的判断标准也更倾向于画的像不像，画的好不好。以版画为媒介的绘画疗愈课堂，版画刻、印、拓的过程本身就是一种情绪宣泄的过程，学生不像以往一样说“我不会画！”“我画不好”“我想象不出来啊！”。学生在创作的过程中，不知不觉就会把内心深层次的情感、情绪、焦虑、冲突等投射到自己的作品中，进而引起反思和成长，自我达到整合，被压抑的情绪得到了宣泄。

#### 四、总结

以版画为媒介的“绘画治疗”在高中美术课堂上的探索研究，本身就是融合了艺术学、心理学、教育学等各方面知识的应用，需要教师提升自己的美术素养和心理学知识的储备。高中美术教育也应该更关注青少年的美术核心素养的提升和内心情感的表达，而不是过多从技术层面去考量，这样才能更好的促进他们的身心发展。以版画为媒介的绘画治疗在调节学生焦虑与厌学情绪，改善人际关系，提高社交能力，提高自我修复能力等方面效果显著。需要探索更多的形式来呈现，比如校本课程、社团活动等。同时在高中阶段的美术课程中融合绘画治疗，亦可以有效的帮助推进美术课程资源的开发与整合。

#### 参考文献

- [1] 严虎, 陈晋东. 绘画分析与心理治疗手册[M]. 中南大学出版社, 2014.
- [2] 周巧. 音乐审美欣赏对大学生抑郁症状影响的实验研究[D]. 西南师范大学, 2005.
- [3] 潘润德. 绘画治疗在情绪障碍中学生的临床应用[J]. 中国健康心理学杂志, 2008, 16(7): 2.
- [4] 吴子林. 普通高中课程标准实验教科书: 选修[M]. 北京师范大学出版社, 2012.

基金项目：本文系山东省教育教学研究课题《“绘画疗愈”在高中美术教学中的探索与实践研究》（编号：2020JXY263）的阶段性研究成果。