

小学阶段绘本心理课教学模式探究

杨子江

河北省邯郸市教育科学研究中心

摘要：绘本在小学心理健康课的教学中，可以使学生在不知不觉间把自己内心的观念、冲突投射到绘本情节中，增加了认同感，引发对自我的思考，取得良好的教学效果。依据钟志农提出的心理辅导活动课的四阶段：团体热身阶段、团体转换阶段、团体工作阶段、团体结束阶段，明确了小学阶段绘本心理课教学模式的四个环节，体现了教学内容由浅入深、层层递进的衔接性。

关键词：小学；绘本心理课；教学模式

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2023.07.033

“绘本”也叫图画书，是用图画与文字共同叙述一个完整的故事而构成的书。绘本因其独特的艺术魅力而应用于教学中，其在阅读、思维、语言、科学、艺术等方面的教育价值被广泛关注。河北省教育科学研究院的李学红在《为什么是绘本》中，指出绘本具有巨大的价值：“绘本源自儿童认知需求；故事令儿童着迷，图画点燃阅读热情”。绘本在小学阶段心理健康教育中的巨大价值也被越来越多的人所关注，并积极地进行了教学实践探索与应用。上海市浦东教育发展研究院的章学云、陈岱昕、凌玉芳于2014年发表了《小学开展绘本为载体的心理辅导活动课的实践研究》一文，设计并实施了以绘本为载体的4个大主题9个次主题的心理辅导活动课。

如何从绘本阅读中深入挖掘心理辅导因素？在课堂教学中如何具体操作？我们进行了深入思考并进行了实践研究。运用绘本作为心理课堂的媒介去挖掘心理绘本所蕴含的内涵，针对小学生这个群体按低年级、中年级、高年级不同的年龄段来选择合适学生阅读的绘本进行教学，对绘本应用于小学心理课进行系列化主题研究。本文从小学生的实际需求入手，对小学阶段的心理绘本进行教学模式的探索，以心理体验为目标，通过阶段式层层递进的方式，加深认识，深化心理体验，从而达到心理辅导活动课中体验和感悟的目的。绘本心理教学的模式化以及教学内容的系列化有利于教师加深对教学内容的理解与把握，明晰内容体系，熟悉学生的需求，提高心理课的针对性和有效性。

一、绘本心理课的意义

（一）引起学生兴趣，创设了良好的教学情境。

教学情境是指在课堂教学环境中，作用于学生而引起积极学习情感反应的教学过程，营造一种学习氛围，使学生形成良好的求知心理，参与对所学知识的探索、发现和认知。心理课重学生体验、重师生互动，如何引起学生兴趣，调动学生的主动性和积极性，成为重中之

重，是首先要思考的问题。形式多样的绘本能够通过不同的表现手法和深度，满足不同年龄学生的需求，绘本中的故事，精美的画面、精炼的语言很快将学生带入绘本所创设的情境中，凭借着强大的优势，很快进入学生的内心世界，引起学生的共鸣。

（二）提供新意、有趣、有教育价值的教学内容。

《中小学心理健康教育指导纲要（2012年修订）》中指出：“心理健康教育的主要内容包括普及心理健康知识，树立心理健康意识，了解心理调节方法，认识心理异常现象，掌握心理保健常识和技能。其重点是认识自我、学会学习、人际交往、情绪调适、升学择业以及生活和社会适应等方面的内容。”因此，心理课的主题主要包括自我意识辅导、学习心理辅导、人际交往辅导、情绪辅导、生涯及适应辅导。经过深度挖掘绘本的价值和功能，在心理健康教育过程中，绘本在自我意识辅导、学习心理辅导、人际交往辅导、情绪辅导、生涯及适应辅导方面同样具有重要作用，并能解决主题式心理健康课程中容易出现重复、无新意的的问题。每本绘本从不同的侧重点出发，如烦躁情绪的释放、时间的自我管理、人际沟通的技巧等等，对学生产生的一系列心理困扰起到很好的心理疏导作用。

（三）增强认同感，优化了教学效果。

绘本人物角色个性鲜明，有明显的情节起伏，节奏明快。优秀的绘本会着力塑造有激烈外在或内心矛盾的角色，紧紧围绕某个事件展开冲突，这些具有触动情绪的事件和叙事冲突，贴近读者的生活及内心，能够让他们在阅读时产生熟悉感、亲和感、认同感，能够让他们在中找到自己或自己身边人的影子，从而获得阅读的喜悦，引起情感的共鸣。在绘本教学中，学生会感同身受，看见真实的自我，并在不知不觉间把自己的内心的观念、冲突投射到绘本情节中，增加了认同感，从而引发对自我的思考，能对他们目前所遭遇的困难有新的认知与体会，进而解决自身遇到的问题，取得良好的教学

效果。

二、理论基础

心理学上有一种“阅读疗法”，它并不直接教导读者如何做才能解决他们目前所遭遇的情绪问题，而是让读者在接触适合的图书信息资源后，对其内容产生“认同”“净化”“领悟”，来达到治疗的效果。认同就是读者在阅读过程中，通过将书中的内容与自身对照，通过寻找书中人物与自己的相同点，所处情境的相同点，来获得认同和支持。净化是指读者在作者所设定的情景中，体验恐惧和紧张时，内心的焦虑会被导向外部，并通过把作品主人公当作自己而使情感得到净化。作品的内容使人的内心冲突外向化，而人的心理活动又使作品的内容内向化。领悟则是建立在认同和净化基础上，读者通过自我觉察和自我反省，整合接收到新的经验或者是方法，并将其应用在生活中。

“阅读疗法”应用于儿童的步骤有以下几种：重述，请小读者用言语或绘图方式，重述故事内容的某一桥段、主角情绪困扰问题、主角的情绪感受、价值观或行为等。指认，请小读者指出故事内容中，与自己生活经验相似之处。探索，请小读者探索自己生活经验中，曾经遭遇的事件与其结果。推论，让孩子由此类推生活中的相关事件。评估，请孩子评估，若类似事件再度发生，是否还有其他选择与解决方式。

依据“阅读疗法”的心理机制以及应用步骤，绘本心理课建立起来较为稳定的教学活动结构框架和活动程序。作为结构框架，突出了绘本心理课的教学模式从宏观上把握教学活动整体及各要素之间内部的关系和功能；作为活动程序则突出了绘本心理课的教学模式的有序性和可操作性。

三、教学环节

绘本心理课的教学实施基本思路为：整本呈现——复述提问——概括联系——延伸总结。结合钟志农提出的心理辅导活动课的四阶段：团体热身阶段、团体转换阶段、团体工作阶段、团体结束阶段以及“阅读疗法”的“认同、净化、领悟”的心理机制，明确了绘本教学的四个环节，体现了教学内容由浅入深、层层递进的衔接性。以心理体验为目标，通过阶段式层层递进的方式，加深认识，深化心理体验，从而达到心理辅导活动课中体验和感悟的目的。

（一）绘本呈现——团体热身阶段

团体热身阶段也就是热身阶段，指准备进入运作状态，其本质是“启动”，这种启动体现在肢体上的动，情绪上的动，思维上的动，音乐、视频、游戏、肢体活动等等。这一阶段也是“破冰”阶段，目的就是让全

体学生既没有心理压力，感到轻松愉快，又能够集中学生注意力，调动起学生积极性。绘本因其本身源自儿童认知需求，图画及情节令儿童着迷，所以绘本一经呈现便点燃了学生尤其是小学生的学习热情。

这一阶段主要任务是呈现绘本，可分为整体呈现和部分呈现。截取绘本片段还是整本引入课堂？这是我们最先探讨的问题。绘本里有两个系统，一个是文字，一个是图画。所有的图画都能作为语言被阅读。为保持绘本故事的整体性，确立了完整呈现绘本的思路，保持情节与画面的完整与连贯性，充分发挥其视觉冲击作用，为下一步教学做好铺垫。如果学生和绘本没能进一步产生体验和共鸣，也就没有发挥出利用绘本进行心理健康教育的最大效能。绘本整体呈现方式多种多样，教师可以通过课前对整本内容的录制，以视频的方式播放绘本内容；可以通过学生角色扮演，还原故事情节，体验故事冲突；可以用学生开小火车讲述故事的方式等等。

（二）绘本分析——团体转换阶段

团体转换阶段是提出问题的阶段，目的是展开主题，将问题情境呈现在学生面前，切入辅导主题，而本节课的教学目标，也同时以直接或间接的方式被学生所感知。这一阶段的主要任务为对绘本故事进行浅层次的理解认知；对绘本故事进行深层次的挖掘与迁移；呈现学生潜在的问题。通过教师复述、提问绘本中的情节，便于学生对绘本故事进行进一步挖掘，通过设问、开放性提问引导学生进入绘本情境，引导学生去体验绘本故事中的矛盾冲突。

比如在小学低年级学习辅导主题的《不怕犯错再试试》一课中，教师复述提问：“从‘噢，不要！’到‘哦，好吧。’给斯蒂克利的学习和生活带来了什么改变呢？”让学生深刻体会到绘本中的小青蛙斯蒂克利通过不怕犯错勇于尝试体验到成功的喜悦。在小学中年级自我意识辅导主题的《不要随便否定自己》一课中，教师复述提问：“首先，故事之初的小羊是什么样子的呢？那随后是什么让小羊发生了改变呢？那么小羊的改变真的是因为耳朵颜色的变化吗？是什么让小羊真正的发生了改变？”通过层层递进式的发问，使学生明白小羊生活变的美好不是因为耳朵颜色发生了变化，而是因为自己的心态发生了改变，要做独特的自己。教师提问之后组织学生小组活动，对清单上的问题进行组内讨论，全班分享，积极对他人的看法予以回馈。

（三）绘本延伸——团体工作阶段

这一阶段的是解决问题的阶段，目的是进行问题探索，引导学生感受、体验、思考。这一阶段的主要任务是进行与绘本故事相关联，并贴近学生生活实际的体验

活动，能够使绘本中的问题迁移到学生自己身上，以帮助发现内心的矛盾与冲突，促进学生的自我开放，满足学生成长和行为的改变。通过对绘本故事的深度了解，对绘本内容进行提炼概括。学生进入情感融入阶段，进行自我探索，把书中的内容和自己的经历联系起来，产生认同，进行自我省察。设计学生可以参与的体验活动，增强执行力，加深对问题的思考，教师总结提升。

体验活动是心理课的重要内容和载体，已成为心理健康教师的共识。体验活动是心理课的灵魂。心理健康教师要不断创新体验活动，帮助学生在丰富多彩的体验活动中获得内心共鸣，呈现潜在的成长困惑，获得认知的拓展、情感的迁移、行为的调整，从而促进学生心智成长，健全健康人格。

比如在小学中年级学习辅导主题的《不做小拖拉》一课中，设计制作微习惯苹果卡的学生活动。“首先请大家准备一张A4的纸张，黑色水笔。如果有彩铅的同学也可以准备上，请你用黑色的水笔在A4纸上画一个大大的苹果，并且将苹果4等分，分成4个区域，微习惯的细化区、打卡区、观察区、还有奖赏区。”通过具体的可操作的方法来战胜自己，告别拖延，保持自制力。在小学高年级情绪辅导主题的《杰瑞的冷静太空》一课中，教师设计制作冷静瓶以及画小怪兽的学生活动，帮助学生情绪失控时，找到平复情绪的好办法。

（四）绘本总结——团体结束阶段

这一阶段是心理课的最后阶段，目的是将自己在课堂中所学的带入现实生活中。这一阶段的主要任务是引导学生总结本次课的收获，活动的目标，澄清意义，提升学生的认识层次，使学生从中得到新的感悟，鼓励学生将自己的收获向课外延伸。

比如在小学高年级自我意识辅导主题《感叹号》一课的总结环节，教师提问：这节课对你有什么启发？学生有所感有所悟之后，教师总结：在《感叹号》的故事中，每一个符号都遵循了自己的样子，才能感觉到快乐。句号的沉稳、问号的好奇心、感叹号的爆发力……每个符号都有自己的特点。我们通过“感叹号”的故事发现，只要我们发挥自己的独特之处，并拥有积极的态度，加上持之以恒的练习，我们也能成为最优秀的自己。你有这样通过发挥自己的独特之处获得成功的经历吗？课后请你仔细想想，并写下来不断地激励自己。

四、教学反思

（一）关注问题的引导性

心理课上的绘本教学并不是单纯地理解绘本故事，

而是通过对故事情节层层深入的剖析，挖掘出与学生心理生活相联系的因素，进而优化学生心理生活，因此提问在绘本心理课上起到关键作用，直接影响着教学效果。如何提问是绘本心理课教学中的关键，非常重要，很多教师提问无法摆脱文本内容本身，提问停留在表面，无法引发学生深层次思考。带动学生思考的方向和深度。提问要有思考价值，要有针对性；问题设置具体，有引导性，能够引导学生进行思考并深入探索情感体验；提问要有层次性，逐步深入形成系统；提问要随时关注学生课堂生成。

（二）关注氛围的安全性

体验活动后的分享交流至关重要，教师要引导学生积极分享，并通过心理技术对学生的交流信息进行积极反馈，帮助学生将浅层体验升华为深层认知，激励学生尝试新的行为。教师要敏锐地抓住学生认知层面的共性困惑，通过提问、具体化等策略引导学生深入探索情感体验，调整和改变认知。倾听是心理辅导的根本，全神贯注于学生表达的信息而不轻易加以评判。人们都渴望别人的关注与理解，心理课堂上，教师要认真倾听学生的表达，并且放下自己的参照标准，设身处地去感受，高度注意，表情全神贯注，用点头微笑做出适当回应，耐心，尽量不中断学生的叙述。教师还要用同理心设身处地站在学生角度来思考问题，并将自己共情的结果反馈给学生，以传递自己充分理解学生的信息。

心理课堂上是没有标准答案的，我们鼓励每个学生都表达出自己的观点，还可以和同学们制定规则，在其他人表达时要注意倾听，不要嘲笑别人，更不能把在课堂上分享的事情告诉给课堂之外的人。营造一个安全的环境，让学生在心理课堂上放松戒备，表达出他们的真情实感。

参考文献

- [1] 王汉林，鲁忠义. 阅读疗法的心理作用机制及应用[J]. 河北师范大学学报（教育科学版）. 2013，（3）.
- [2] 钟志农. 心理辅导活动课的微观发展进程研究[J]. 中小学心理健康教育（上半月刊）. 2009，（2）.
- [3] 章学云，陈岱昕，凌玉芳. 小学开展绘本为载体心理辅导活动课的实践研究[J]. 上海教育科研. 2014，（8）.

基金项目：本文系河北省教育科学研究“十三五”规划一般课题“小学心理健康课中绘本应用的案例研究”阶段性成果，课题编号：2004104。