

“画”敌为友

——记一次运用绘画心理技术改善小学生人际关系的案例

李丽

(河北省唐山市路北区裕华道第一小学 河北 唐山 063000)

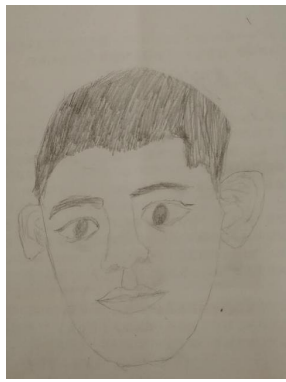
【摘要】小学阶段正是培养学生建立人际关系的关键期，特别是教会学生如何学会建立和发展良好的同伴关系显得尤为必要。本案例通过学生喜闻乐见的绘画形式，巧妙地将绘画与心理辅导相结合，让学生在绘画的过程中改变认知、解决人际关系冲突，在学生的心育、德育教育方面起到事半功倍的辅助作用。

【关键词】绘画心理技术；改善；小学生；人际关系

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2021.06.1228



小Z眼中的小L



小L眼中的小Z

这是两个12岁六年级男生画的“我眼中的他”的人物画像。在这两幅人物像所反映出来的绘画特征确实有许多的相像之处。

首先，看性格。尽管绘画要求是画出“你眼中的他”，可这两个男孩子不约而同地都只在A4纸上画了彼此一个大大的头部。这种画法虽然在儿童绘画中是比较常见的，但也象征着画者对自己的想法比较有自信，和别人相处时或许更喜欢发号施令，性格上比较强势一点，由此可能就不太会关注自己的所作所为给别人带来什么样的感受。此外，两幅画中的人物总体上都是国字型的脸型、大大的鼻子，这些也都说明两位小画者的性格中都带有固执和倔强的特点，不容易听从别人的建议，俗话说就是脾气有点犟。

其次，看情绪。这两幅画中的线条用笔力度都比较浓重，并且都有反复涂抹的现象，可以看出这两个男孩子内心都有一些紧张躁动、焦虑不安的情绪。特别是都将短发、眼睛等部位进行了反反复复地强调涂抹，这种画法不排除是画者性格遇事可能会容易急躁，遇到突发情境非常容易和外界发生冲突。

第三，看行为模式。一个人的行为模式跟他的思维方式有密切相关。从这两幅画面中浓重反复涂抹的线条轮廓，短直线条居多，又只画了大大的头部，五官却描画得非常细致，从这些绘画特征可以推测出两位画者的思维模式是接人待物比较喜欢直接了当，非常在意自己的所思所想，而忽视或者根本不考虑他人的感受和想法。这样的思维方式就会影响到其外化的行为方式处世模式——遇事稍有不合自己的心意脾气就会“疾风骤雨式”地爆发，情绪来得快去得也快，但有时可能会容易“一条道走到黑”、“犯起犟劲儿八头牛也拉不回来”。

第四，看人际关系。以上两个画者的个性特征、心理品质就容易在人际交往中产生攻击、不友好等外显性的行为，导致与外界环境产生紧张、敌对和反抗等心理冲突。

俗话说得好“相由心生”，而绘画活动恰恰也印证了“看画见心”的心理感受过程。笔者了解到两个男生的家庭背景，小Z拥有一个幸福的三口之家，妈妈是当地的一名中学教师。小L则是单亲家庭，父亲是外省人，父母在其幼年时离异，母子二人一直跟随姥姥在当地生活，其父亲从未与母子二人联系过，也从未给其提供过生活费用。两家住得很近，走得也很

近，甚至有时不分彼此。但是，不知从何时起小L觉得小Z和其他同学背后议论他的家庭心中很是不高兴，包括小L的姥姥和妈妈认为是家长指使孩子所为，两家关系逐渐变得疏远。而这次小Z和小L之所以发生了冲突，是因为小Z当着全班同学的面说小L是个没有爸爸的孩子，导致小L情绪失控，对小Z大打出手，小Z也不甘示弱两个人就厮扯在了一起。

笔者见两个男孩子正在气头上，谁也不服谁，谁的话也听不进去，看到他们此时的状态，看来单单从品行说教入手估计达不到教育目的。于是尝试着运用绘画心理技术来帮助这对当下“同仇敌忾”的伙伴“画”敌为友”恢复到昔日的友情。于是，先搁置问题让两个男孩子各自画一画彼此眼中的对方。让两个正在气头上的孩子在你看我一眼，我看你一眼的“眉来眼去”的绘画过程中平复了彼此愤怒的情绪。

下面怎么利用“我眼中的你”来帮助两个男生化解“剑拔弩张”的紧张的人际关系呢？

首先，在画中找相同或相似点，越多越好。通过找到彼此画画时的相同或相似的绘画手法，告诉其背后象征的相近的性格特征。让两个孩子觉察到彼此在个性、思维方式、行为模式等方面非常得相似，拉近了彼此的距离。俗话说得好“志同道合”，两个性格相似点越多的人彼此对对方的认可度会越高，在一起相处时感觉会更舒服，关系会更融洽。

其次，在画中找不同点，越多越好。通过找到彼此画中的不同之处，让两个孩子觉察到彼此即便是拥有太多的共同点，世界上也不会有两个性格完全相同的人。每个人都会有属于自己的喜怒哀乐、隐私苦楚，俗话说“打人不打脸，说人不揭短”，人和人相处首先要学会尊重，尊重对方的人格，尊重对方的隐私，学会包容体谅，取长补短这才是和谐的人际关系的相处之道。

第三，借助画面说一说“你期待的他是什么样子”，越多越好。先从画面入手，彼此说一说“画中期待的他”，再引导学生延展到现实生活中对昔日好友的，在交流的过程中让彼此感受到相互的关注，并且了解到心目期待对方美好的形象具体是什么样子的，为了达到这样的预期，彼此应该怎样做，会付出哪些努力？经过师生的“以画论画、借画说话”，没有费什么周折和口舌，就使得两个孩子“化干戈为玉帛”握手言欢了。

在这个案例中，绘画心理技术在整个教育过程中主要起到了三个作用：一是通过让学生先画画的活动，帮助学生宣泄愤怒的情绪，将学生从发生冲突的情景中牵引出来；二是绘画作品就像儿童内心的一面镜子，可以帮助教育者看懂孩子的个性特点等心理状态，让教育者因势利导、因人而异的采取教育策略，达到事半功倍的教育效果；三是学生彼此交流的媒介，在教育过程中做到“有物、有形”，而不是教育者对学生的侃侃而谈地将那些都知道却做不到的为人处世的大道理，这样会收到事半功倍的教育效果。

参考文献

[1]石丹丹,徐谦,陈琳莹.绘画团体辅导改善医学生人际关系的效果研究[J].世界最新医学信息文摘(连续型电子期刊),2020,20(36):164,166.