

绘本在培智学生情绪管理教育中的应用

彭祖红

成都市特殊教育学校 四川 成都 610031

DOI:

【摘要】绘本可以从培养培智学生的阅读兴趣,拓宽心理视野;辅助课堂营造情绪体验情境;帮助学生提取情绪记忆;提供丰富的情绪调控技巧等途径提升培智学生的情绪认知、觉察、调控能力,也可改善亲子关系。在实践中可以运用以下绘本教学策略:针对性选择绘本;个性化处理绘本;运用经历教学法、任务体验法、换位体验法、表演体验法引发学生共情和移情;运用行为塑造法塑造正向情绪行为。

【关键词】绘本;培智学生;情绪管理

我在培智学生情绪管理教育实践过程中,以情绪管理类绘本为教学素材,探索绘本在培智学生情绪管理教育中的应用途径和实施策略,取得了良好的实践效果。

1 选择绘本进行培智学生情绪管理教育的依据

1. 绘本适合用于情绪管理教育。绘本能营造丰富的情绪体验情境,引起读者与故事内容的共鸣,在轻松欢乐的氛围中丰富情绪体验,学习情绪知识,提供情绪表达与管理的技巧,实践证明效果明显。

2. 市面上情绪管理类绘本可供选择多。目前中外情绪管理类绘本十分丰富,涵盖各个年龄阶段和不同阅读能力的孩子,且针对不同的情绪问题都有相应的绘本书籍。

3. 绘本符合培智学生的阅读水平。培智学生由于智力低下导致阅读能力低下。而绘本故事情节相对简单,文字简明,集视觉与听觉于一体,口语化的文字描述也符合培智学生识字量少、语言能力差、语言口语化的特点,符合培智学生的阅读水平。

2 绘本在培智学生情绪管理教育中的应用途径

1. 培养阅读兴趣,充实闲暇时光,拓宽心理视野。

在实践中我们发现,由于智力受限、语言障碍等原因,培智学生一日活动类型、活动范围、人际交往等均受限制,缺乏朋友,难免产生枯燥乏味、孤独等感觉,从而引发焦虑情绪。而许多问题行为只是学生借以发泄自己焦虑情绪、或博取他人关注的不良替代行为。使培智学生学会自主安排闲暇时光,掌握独处能力是解决方案之一。绘本是良好的阅读启蒙书籍,是最生动、形象的阅读材料。培智教师可以

运用绘本培养学生的阅读兴趣和爱好,使学生学会利用阅读打发闲暇时光,充实课余生活,绘本更可以打破地域、时空限制,为培智学生打开观察大千世界的新窗口,培养想象力,拓宽心理视野,从一定意义上减少由于无聊、孤独而引发的一系列情绪问题。

2. 辅助课堂营造情绪体验情境,潜移默化中提升学生的情绪认知水平。

情绪是较为内隐的心理活动,情绪的认知、觉察、表达与调控均对思维能力要求较高,而培智学生由于智力受损,思维能力低下,运用知识的能力有限,普通学校心理健康课常用的知识讲解、文献阅读、案例分析、过程讨论等方法并不适用于培智课堂。教学实践中我们发现,绘本图文并茂,能为学生搭建各种有趣的故事情境,依托强大的图文艺术将学生带入故事情境,将枯燥的说教变成好玩的体验活动,引导学生在故事情境中认识和体验情绪,提升对情绪的认知水平,有效规避了枯燥的知识讲解和分析讨论,降低了认知门槛,在潜移默化中进行知识的转化,是最适合于智障学生情绪管理课堂的教学途径之一。

3. 调动培智学生的情绪记忆,提升学生的情绪觉察能力。

情绪管理课堂最重要的是引发培智学生的真实的情绪体验和自我情绪觉察,但培智学生记忆提取十分困难,在情绪管理课堂上很难引发其真实的情绪体验和自我觉察。教学中我们发现,选取与培智学生生活经历相关的绘本故事,能迅速调动起学生的阅读兴趣,更重要的是能调动起学生关于类似事件和经历的记忆,帮助学生进行自我情绪觉察,从而帮助学生提升情绪觉察能力。

4. 提供丰富的情绪表达和调控的技巧。

目前市面上的绘本故事针对不同的情绪问题提

供了丰富的情绪表达和调控技巧。例如,《石头汤》告诉孩子们可以通过煮汤、敲打、吼叫、做怪相等发泄情绪;《妈妈我真的很生气》告诉孩子们可以通过代币制控制自己发脾气的欲望;《我不敢说,我怕被骂》告诉孩子们沟通是解决情绪问题的法宝;等等。这些情绪调控技巧通过绘本故事中的小动物或者同龄人的经历呈现,比之教师说教更加亲切有趣。孩子们还可以通过演一演绘本故事的情节等活动,真实体验情绪调控过程。

5. 改善亲子关系,提升家长处理双方情绪问题的能力。

教师可引导家长陪伴孩子进行亲子阅读,营造亲子共处的空间和世间,提供亲子之间对话、沟通的机会,在陪伴阅读的过程中潜移默化的改善亲子关系,提升亲子亲密度和信任感。同时,家长也可在陪伴阅读的过程中了解更多情绪管理的知识和技巧。

3 运用绘本进行培智学生情绪管理教育的实施策略

1. 依据本班培智学生的情绪特点针对性选择绘本。

1.1 选择质量较高的情绪管理类绘本。目前市面上绘本种类繁多,质量也参差不齐,不乏粗制滥造的速成品和知识讲解类的“图画书”,缺乏有趣的故事情节;某些绘本的图片色彩繁杂,轮廓不清,形象不明,培智学生阅读起来非常吃力。这类绘本无法激发学生的阅读兴趣和情绪体验,甚至会损伤学生的阅读兴趣。应选择故事情节生动有趣、图片轮廓清晰、指向形象鲜明、便于培智孩子理解的绘本故事。

1.2 选择针对性强的绘本。教师应根据本班学生的情绪特点和突出的情绪问题,选择针对性强的绘本,切实解决班级孩子的情绪问题。

2. 个性化处理绘本。

培智学生认知能力低下,虽然步入青春期,但理解能力却普遍停留在幼儿园甚至更低的水平。因此,在引导学生阅读绘本时可对个别绘本进行个性化删减、改编,使故事内容更加简洁明了,也可以根据学生经历和情绪问题改编故事情节和走向,甚至

针对本班孩子的情绪特点进行绘本原创,使绘本阅读切实为本班孩子的情绪问题服务。

3. 运用多种导读策略触发共情和行为转移。

由于智力障碍学生本身智力受损,缺乏想象力和同理心,更不具备自主移情的能力,往往读完一个绘本故事就读完了,并不能使行为发生任何真正意义上的改变。那如何建立绘本人物与学生之间的情感链接,促发学生的共情能力,使学生的情绪行为发生真正意义上的转变?在教学实践中,我探索出以下解决策略:

3.1 经历教学法。在教学中,选取和学生亲身经历相关的绘本故事,在讲解故事的过程中,用学生的经历去引入故事;用学生的经历去引发对故事情节的讨论和厘清概念;引导学生将故事人物的情绪体验投射到自己身上,引发学生真实的情绪体验和觉察。

3.2 体验任务法。在阅读故事之前,老师给学生一个相关的体验任务,让学生在完成任务的过程中体验绘本故事相近的情绪发生、发展过程,积累情绪经验。然后在此情绪体验的基础上阅读故事,能促进学生的对故事情节的理解和情绪情感的共鸣。

3.3 换位体验法。在绘本讲读过程中,以问句“假如你是故事中的某某,你会怎么做”引导个案进行换位思考或角色代入,帮助学生进行角色转移和情感嫁接。

3.4 表演体验法。故事中有情节和情绪冲突较大的情节,可以请能力较好的学生通过小情景剧的方式去演绎,让学生在排练、演绎绘本人物以及观察他人演绎故事的过程中体验情绪的发生、发展以及调控过程。

4. 运用行为塑造法结合绘本内容塑造正向行为。

在绘本阅读中,学生可以在认知层面习得一些正向的行为方法,但在实际生活中,智力障碍学生由于迁移能力弱等原因,并不能自如地运用这些方法进行行为管理,需要老师帮助学生进行行为练习,从而使绘本教学中习得的情绪调控方法能真正延伸到学生日常行为当中。

【参考文献】

[1]牟奕蒙. 绘本在小学低年级情绪管理教育中的运用[J]. 教育导刊, 2017(5).

[2]孙洲. 绘本在小学低段心理活动课中的初步运用于思考[J]. 中小学心理健康教育, 2013(9).

作者简介:彭祖红,从事培智教育十年,多年来致力于研究培智学生心理健康教育。执教的课例多次获得省市级及国家级一、二等奖。多篇论文获奖或发表。曾获教学能手、优秀德育工作者、优秀班主任、成都市教坛新秀等荣誉称号。