

# 在心育课堂中如何进行有效设问

◎ 蔡舒依 (浙江省桐乡市凤鸣高级中学, 嘉兴 314500)

**摘要:** 在心育课堂中, 如何设问关乎课堂的有效性。从明确问题设置的目标、设计合理的活动情境、运用体现专业性的语言、积极回应同学的回答四个方面, 探寻了心理健康教育课堂中有效设问的方式, 并结合教学实践进行了阐述与分析, 旨在打造一个可以让学生放松身心、探索心灵成长的有效心育课堂。

**关键词:** 教学设计; 问题设置; 活动情境; 积极回应

**中图分类号:** G44   **文献标识码:** B   **文章编号:** 1671-2684 (2022) 14-0018-03

心理健康教育课是一个开放性的课堂, 活动、体验、分享是心理课堂上的基本模式。心育课重视学生的内在体验和亲身感受, 重在教会学生如何自助。所以, 心育课有无成效, 关键在于这堂课能否激发学生的内心感受, 带领学生共同完成一场有意义的心路旅程。而如何帮助学生明确并表达自身的心理感受, 往往需要教师在课堂上对设问的有效引领。

心育课堂上的设问有别于其他学科, 问题没有正确答案, 不纠结于对与错, 更注重的是学生内心的实际需要与感受, 鼓励学生说出发自内心的话语。然而, 在平常的心育课堂教学中, 心理老师提问的有效性和艺术性常常存有遗憾, 不能够恰如其分地引导学生。因此, 我撰写此文, 对如何在心理课堂中进行有效设问这一问题提出一些看法与建议。

## 一、明确问题设置的目标

明确问题设置的目标, 其实也是在教学过程的各个层级和细节之处, 不断地将教学目标精细化、具体化。在一堂心育课中, 一个个逐级深入、设问精准的问题, 也是一场不断接近教学目标的旅程。因此, 有效的设问往往会充分体

现某个教学环节设计的意图。

在“人际沟通之拒绝篇”的教案设计中, 在导入阶段, 我以春晚经典小品《有事您说话》引入, 希望由此点明本堂课的主题。在看完小品后, 教师的设问是: “你在看完小品后, 有什么感受? 如果你是这个小品中的主角, 你会怎么做呢?” 当学生们抒发完感受, 谈及做法后, 往往会理性地分析指出: 当别人要我完成超出我能力范围的要求时, 我会拒绝。由此, “拒绝”的主题就顺理成章地被提出, 从而使课堂顺利过渡到下一阶段。

而在课堂的工作阶段中, 教师需要与学生们一同探究人们难以拒绝的心理原因, 并且带领学生们思考如何看待这些原因。通过对案例的分析及对生活的观察, 学生们可以得出一些答案, 比如“害怕别人对自己灰心”“怕损害友情”“害怕被讨厌”等。当谈及这样的原因时, 教师往往会追问: “那如果我是你的同学, 我约你出来玩, 但是你拒绝了我。原因会是什么呢?” 这时, 学生们可能会回答“因为我要做作业”“因为我有约在先了”“因为我爸妈管得严”等。经由教师设置的这一追问, 学生们可以发现, 被拒绝的原因不一定是“对方讨厌

自己”这样片面又主观的答案，而有可能是现实的客观因素。由此，教师可以引导学生们从更新、更健康的角度去看待被拒绝的原因，从而实现这一阶段“合理看待被拒绝”的教学目标。

心育课堂的设问往往比较开放，给学生们提供了充分的回答空间，鼓励学生们敢于说话。但也正因为如此，学生回答之后的话题走向就有了不确定性，因此教师必须进行及时、恰当乃至巧妙地追问，才能让课堂呈现出预期的效果。

## 二、设计合理的活动情境并设置问题

### （一）活动和设问要适应年龄特点

不同年龄阶段的学生具有不同的心理特点，认知水平也处在不同的阶段。根据皮亚杰的认知发展四阶段理论，小学阶段的学生处于具体运算阶段，这个阶段的儿童思维仍需要具体事物的支持。中学阶段的学生能够依据逻辑推理、归纳、演绎等方式来解决问题，思维发展水平已经接近成人。因此在设计活动时，要适应不同年龄阶段的特点。

小学阶段的课堂适合以具体事物、具体场景作为切入，再辅助以生动的语言和适当的肢体动作，激发学生们参与课堂的热情和意愿。比如在以调节情绪为主题的课堂中，教师把气球当作每个人的肚子、情绪的载体，让学生们直观地看到产生负面情绪的变化和危险。教师请学生上台吹气球，看看谁吹的气球最大。这个过程中，有的学生吹到一定程度就停止了，有的学生会一再吹到最大、吹破。活动结束后，教师请学生们讨论“如果一个人肚子里生了很多气会发生什么”，学生们会迫不及待地分享“肚子会爆破”“会有害身体健康”等。对于小学阶段的学生来说，问题的设置应当直观，不宜含蓄，让学生们沉浸在体验中感悟、分享，往往会收获课堂中意外的惊喜。

中学阶段，尤其是高中生，其逻辑推理能力、空间想象能力和概括能力等均趋向成熟。并且，这一时期的青少年已经开始关注社会，更愿意讨论社会议题。因而，在中学生的课堂上，问题的设置应当更趋向于探究式或启发式的提问，而不仅仅限于追求既定的、标准的答案。例如，在“悦纳自我”一课中，教师以超模吕燕为例，探讨了大家对

于“美”的定义，以及一个人如何看待自己的长相的问题。教师在介绍了吕燕之后，请大家分组展开辩论：你认为吕燕是美得令人惊艳还是丑得令人意外？在学生们你来我往的辩论之中，其实包含了学生们自己定义美、分析美、欣赏美的过程。这样的问题设计符合高中生的思维特点，引发了学生们的探究心理，也调动了学生们的辩证思维，并且在热烈愉悦的辩论氛围中让学生们更接受了自己的长相与特点，从而达到认识美丽、爱护自己的教学目标。

### （二）活动和设问要唤醒分享意愿

心理课堂上，游戏或者活动是一个重要的环节。从引入阶段的热身活动到转换阶段的主题活动，活动贯穿于整个课堂。虽然心育课以活动的形式呈现居多，但并不止于活动和游戏的层面。每个活动环节都有明确的教学目标，心理教师希望能够在活动中激发学生们切身的感受，从而使他们在课堂上真正获益。

在教学实践中，我发现，在活动情境中呈现的问题更容易唤醒同学们分享的意愿。在活动中获得的体验越丰富、越细腻，学生们越容易产生抒发、分享的内容。在以预防校园欺凌为主题的心育课上，我以具体案例作为素材，请学生们分别从施暴者、受害者及旁观者三个角度来分析问题。我选取的案例是一篇以旁观者角度写的班中学生受到霸凌的文章。文章笔触细腻、角度客观、层次丰富、叙述翔实，把读者带入一个活生生的场景之中。呈现案例之后，教师假设并提问：多年之后，在学生微信群里提到当年的事件，作为受害者、施暴者、旁观者，会在同学群里发一段怎样的话呢？

在这个环节的教学设计上，案例文章的呈现为后续学生们的分享进行了充分的情绪铺垫，激发了其内心强烈的感受，使他们获得深刻而丰富的认知。并且，“微信群”这一元素的设计也适合现今青少年的表达方式。因此，在进行这一环节的分享时，学生们往往会表达更多的内容，而且富有真情实感。由此可见，心育课堂中的有效设问需要建立在设计能够唤起学生们内心深处共鸣的活动基础之上。有了真实而丰富的活动体验，有了心理教师

的有效设问,学生们也才能说出发自内心的话语。

### 三、运用体现专业性的语言

心理健康教育课有平等、尊重、开放、自愿、价值中立等原则。心育课上教师应关注同学们的内心感受,不做刻意的价值观输出,应寻求学生的自我探索与反思。所以,教师在课上提出的问题没有正确答案,学生们的分享更无关对错。因此,在进行问题的语言设计时,应当尤为注意措辞,尽量避免带有价值倾向性的设问。

当教师引导学生探讨如何处理某一问题时,教师很容易设问“你觉得你应该怎么做?为什么?”事实上,若细品“应该”这一措辞,学生会感受到来自教师的价值导向,从而猜测教师心中的“正确”答案,这就违背了心育课的价值中立原则。而如果教师设问“你觉得你会怎么做呢?为什么?”这就是一个价值中立的问法。学生在这一设问中感受不到教师的价值导向,从而会回归自己的内心,探寻自己心中真正的想法。这样的设问方式体现了对学生作为一个独立个体的尊重,对学生真实感受的关注,是能够让学生放松身心的询问方式,更适于心育课堂。

设问其实包括两个方面:一是询问做法,二是探讨原因。探讨行为背后的原因,往往是教学辅导过程的重点,而也可能是随机性较高的环节。行为背后不同的原因体现了每个人不同的价值观、世界观、人生观,教师不能因为学生给出的原因与预想的或者主流的答案不一致而进行否定。相反,不管学生呈现了怎样的答案,只要他的想法不伤害自己与他人,心理教师都应表示接纳。提出开放式的问题,包容不同的观点,允许思维的碰撞与差异的存在,是心育课有别于其他学科的亮点。而正是这些体现专业性的提问,才让学生们感受到,心育课堂是一方可以自由呼吸的空间。

### 四、积极回应学生的回答

在学生回答问题时,教师要注意倾听;在学生回答问题之后,教师还应有积极回应。虽然回应是设问之后发生的,教师如何回应也应当成为问题设计的一部分。

课堂的互动尚未实际生成,学生的回答同样尚

未实际发生,这时教师的回应显得很有随机性,似乎考验的是教师的临场反应能力。但是如果提前有预设,教师的回应会更有针对性,更有助于指向本堂课的教学目标,从而生成一堂有效的心理健康教育课。教师在设计教案时,问题的设计环节可以包含三个步骤:(1)问题语言设计;(2)预设学生的答案(设想多种可能性);(3)回应语言设计(根据不同的答案设计好回应的语言文字)。

事实上,如何回应学生的回答,也展现了一名心理教师的专业功底。在备课时,教师需要根据日常的教学实践,预测学生在回答问题时的几种反应方式。面对乐于分享、契合主题的回答,教师可以给予积极的肯定,比如“我觉得你刚才说得很棒”“请大家给予你掌声”。面对意料之外的回答,教师也需要及时地进行反馈,可以说“哇,原来你是这么想的”“你的想法很独一无二呢”。面对为了应付而给出的答案,教师可以真诚地回应“嗯,好的,我收到了你的答案”,或者进行适当地补充提问。

心理教师的倾听和积极回应可以让学生感受到自己是被关注的、被认可的,会增强学生的自我效能感,能够为学生培养自信、勇敢、尊重、包容等心理品质创造积极的条件。

探寻心育课堂上的有效提问,需要明确问题设置的目标、设计合理的活动情境、运用体现心理辅导专业性的语言、积极回应学生的回答。同时,更需要心理教师深耕心育课堂,在长期的教学实践和探索中不断反思、总结、提炼。教师要真正走到学生中去,想学生所想,感学生所感,让学生喜欢上心育课堂,也让心育课成为学生放松身心、探索自我成长的芳草地。

### 参考文献

- [1]陆春风.顺势而“问”,激发学生心理成长的内在正能量[J].中小学心理健康教育,2015(20):18-19.
- [2]王晓娇.问渠哪得清如许,为有源头活水来——中小学心理课堂活动素材的创新与运用[J].中小学心理健康教育,2017(28):23-25.
- [3]梁韵华.中职生心理健康教育课的课堂调控[J].心理月刊,2019,14(16):46.