

具象化技术在小学心理课堂中的实践

◎ 杨雅琼 (福建省厦门市海沧区北附学校, 厦门 360216)

摘要: 小学生的认知发展尚处于具体运算阶段, 其思维、记忆、想象等高级认知过程需要依靠生活中的具体事物。实践证明, 具象化技术有助于增强小学心理课堂的实效性。教师可从巧借隐喻、绘画表达、量尺刻划三个方面, 化抽象的概念为具体的行为, 指导学生放下防御、自由述说, 聚集自身行动, 从而优化小学心理课堂。

关键词: 具象化技术; 隐喻; 绘画表达; 量尺刻划; 小学生; 心理课

中图分类号: G44 **文献标识码:** B **文章编号:** 1671-2684 (2022) 21-0026-02

小学生的认知发展处于具体运算阶段, 其思维、记忆、想象等高级认知过程需要依靠生活中的具体事物。心理课中涉及的理论、核心概念对于小学生而言是抽象的, 教师在设计活动时需要将抽象的知识和概念转化为学生能直接进行思维、行动操作的对象。具象化技术通过具体、直观、可感知、可识别的载体和形式, 化抽象为具象^[1]。教师将具象化技术运用到课程设计中, 能够使活动具有画面感、趣味性和代入感, 激发学生参与的主动性, 唤起学生的情绪, 增强自我感悟。本文基于小学心理课堂中运用具象化技术的实例, 就其操作方法进行探讨。

一、巧借隐喻, 化抽象的概念为具体的行为

隐喻是比喻的一种形式, 是用一个概念去理解另一个概念, 概念本身及概念间的互动都基于人的经验。这意味着通过可感知的、感性的经验世界来认知抽象的观念世界, 将抽象的概念本体通过隐喻的路径具象化为感性的喻体^[2]。

教师在心理课教学过程中可结合绘本、故事、视频的隐喻功能, 将其中的人物、角色比作课程中的核心概念, 让抽象的概念变成小学生熟悉的、可操作的学习对象, 增强代入感。学生在观看或倾听他人故事的过程中能进一步整合自身的经验, 拉近课堂知识与自身之间的距离。

以五年级心理课“小小加水人”为例, 本课旨在培养学生与人为善的积极心理品质。课上, 教师引入绘本《你把水桶装满了吗》, 用绘本中“加水人”的形象隐喻友善的人。通过“给他人加水”, 将“与人为善”这一概念具象化, 用水桶里的水比作每个人内心

的感受和好的想法, 让感受可视化。师生共读绘本, 之后结合讨论, 引导学生认识到每个人的言行都会给他人带来影响, 在内心建立友善行为的意义感, 学会主动觉察身边的友善行为。教师还设计了水桶形状的活动单, 鼓励学生将想要表达的友善言语和行为写在纸条上, 贴在他人的“水桶”里为同学“加水”。在愉快、和谐的活动氛围中, 学生们开启了“加水之旅”。在与他人的互动中, 学生们切实体会到了与人为善的愉悦感, 通过身动带动情动、心动, “友善”这个抽象概念在活动中被转化为具体行为, 并逐渐被学生内化于心外化于行。借助这样的方式, 使学生自然而然地将课堂知识与自身的生命经验相联结。

又如, 将“生命的意义”比作“生命之屋”, 巧借搭建房子的活动, 鼓励学生畅想自己所期待的“生命之屋”是什么样子的, 然后通过自己的行动为它添砖加瓦。搭建生命之屋的过程也是学生自主构建生命意义的过程。

二、绘画表达, 让学生自由述说

绘画是一种情感表达的艺术性工具, 能反映个体内在的、潜意识层面的信息。小学生的认知水平处于从感知运动阶段到具体运算阶段的过渡期, 绘画作为一种直观、具体的教学工具, 切合小学生的认知特点, 有助于调动其主动性。绘画的过程能唤起学生的记忆, 激发学生的情绪和情感, 让学生有所思、有所悟, 助力学生成长。

通常, 教师在上“愤怒”主题课时容易出现学生对号入座、课堂混乱的现象, 引发学生的防御心理。为此, 在上“Hi, 我的愤怒家伙”一课时, 我通

过与学生共读绘本《我变成一只喷火龙》，让学生认识到愤怒是有原因的，引导学生回忆曾经愤怒的场景并展开想象，用自己喜欢的方式画出心中的“愤怒的家伙”。有的学生画了冒火的双眼，有的画了一团乱糟糟的黑线，有的画了张血盆大口等。学生讨论过后，我鼓励他们画出应对“愤怒的家伙”的方式。有的学生画了一个笼子罩住愤怒的家伙并加以文字解释，有的选择在旁边画一杯水提醒自己愤怒时可以先冷静下来，有的画了个小人儿告诉自己愤怒时可以找朋友倾诉。本节课用绘画的方式串联而成，学生们在愉悦的课堂氛围中自由地述说内心的感受和想法。看着别人的“愤怒的家伙”，学生们认识到每个人都有愤怒的情绪，只要学会处理好与愤怒的关系，愤怒就并不可怕。

三、量尺刻划，聚焦自身行动

针对兴趣、能量、内驱力、价值、意义等抽象内容，教师可将它们进行以下几种具象化处理，让其变成可评估、可衡量、可操作的学习对象，助力学生明确自身的位置，关注自身资源及努力的方向。

（一）量化设计

在运用焦点解决短程疗法做心理辅导时，咨询师会利用数值协助个体将抽象的概念以比较具体的方式描述出来，即通过刻度化提问，让个体反思自我^[3]。教师在心理课上可借鉴这一方法并稍加改造，利用数值评估的方式将抽象的概念以具体、可衡量、可操作的方式呈现在学生面前。以0~10分的刻度数值，引导学生对某方面进行评分，评价此时自己的位置以及希望到达的位置，中间的区域便是学生可以努力的方向。如此帮助学生更加关注自己当前的行为、内在的感受以及可能采取的行动，强化学生的自我反思意识，提高学生的主动性。

在五年级心理课“我喜欢的课程”教学实践中，大部分学生说自己对技能科比较感兴趣，对主科不感兴趣。通常，教师会引导学生对某门课程从不感兴趣到感兴趣，这样的课容易变成说教课且缺乏体验性。对此，教师可以以量化的方式衡量学生对某一门课程的兴趣达到了一个怎样的水平，采用划分“兴趣值”的方法。例如，借助前后测的方式，在课前和课后分别对学生进行课程兴趣值的调查，分值越高说明越感

兴趣。开展课前调查，学生分享自己的评分原因，教师进一步引导和总结，引导学生初步认识到即使是自己不喜欢的课程也有吸引人的地方。之后，教师指导学生用不同颜色的彩笔做第二次的兴趣值调查。对比两次结果发现，学生对于课程的兴趣值能通过自主挖掘课程本身的价值得到提升。数值的使用让兴趣变得可视化，提高了学生学习的积极性，让学生将关注点聚焦于自身的行动上。

又如，将“能量”的概念以“能量电池”这一形象的图像呈现出来，并对电池进行分格，引导学生思考“我可以做哪些事情将我的能量电池充满”，以此来激发学生学习的积极性和主动性。

（二）借助物理距离具象化心理距离

语言的温度、心与心之间的距离是抽象的。在教学实践中，我运用具象化技术设计了“语言温度计”这一活动：邀请三位学生上台，一字站开，请两边的学生分别对中间的学生说一句话（左边的学生以不友善的语言为主，右边的学生以友善的语言为主），中间的学生根据听到的内容选择靠近或远离他们。活动过程中，中间的学生越来越靠近右边的学生。这样的活动增强了课堂的趣味性，学生能直观地感受到语言是有温度的。

四、小结

综上，教师运用具象化技术优化课堂活动，可以使活动内容、活动形式更好地契合小学生的身心发展特点，深化学生的情感体验、价值体验和行动体验。当然，在不同的地区、不同的学段，班本化的教学理念要求我们在教学设计中全面分析班级学情，针对不同学生的特点来设计课堂活动，由此，具象化技术在心理课堂中的应用仍有诸多问题需要我们进一步去探索。

参考文献

- [1]罗红杰.意识形态具象化.意识形态叙事实践的诠释与建构[J].大连理工大学学报(社会科学版), 2021, 42(2): 9-15.
- [2]龙柏林,刘伟兵.意识形态具象化的隐喻路径[J].广西社会科学, 2018(1): 62-65.
- [3]许维素.范式转移的代表——焦点解决短期治疗的咨询哲学[J].心理技术与应用, 2014, 2(4): 41-44, 46.