

校园心理情景剧在心理课堂的实践研究

蒋焱备

贵州大学 贵州省 贵阳市 550025

[摘要]心理情景剧作为一种综合性的体验教学方式，具有趣味性、互动性、参与性等特点。它以学生为主体，以角色扮演为主要方式，将心理教育与学生的学习生活相融合，有效地促进了学生心理素质的提高。在实际教学过程中，教师可根据学校教育教学情况和学生心理发展特点，对心理情景剧进行有针对性的编排和设计，采用“主题——场景——角色”的方式组织开展心理情景剧活动，并将其融入到课堂教学中。本文以上海市嘉定区某中学的心理情景剧为例，具体阐述了心理情景剧在心理课堂中的实践研究。在我国学校教育体系中，中学生正处于身心发展阶段的重要时期。他们性格活泼开朗，有较强的好奇心和求知欲，具有一定的分析问题、解决问题能力。同时他们又是思想活跃、情感丰富、追求个性、易受外界影响的群体。在这样的群体中，如何培养中学生健康积极的心态是摆在每一位教育工作者面前的重要课题。

[关键词]心理情景剧；课堂；实践

[中图分类号] G641 **[文献标识码]** A **[文章编号]** 1647-9265 (2024)-0069-01 **[收稿日期]** 2023-12-05

一、心理情景剧的特点

心理情景剧是一种综合性的体验式教学方法，它以学生为主体，以角色扮演为主要方式，将心理教育与学生的学习生活相融合，旨在通过角色扮演和情境设置等方式，帮助学生了解自我、认知自我、完善自我，并在表演过程中学习与成长。通过在真实的情境中运用心理学的理论知识和技术手段进行情景表演，调动学生的积极性、主动性和创造性，让学生主动地参与到情境中来。其主要特点表现在：一是真实性，即角色表演一定要是真实发生的；二是互动性，即师生之间、生生之间以及教师与学生之间的互动；三是参与性，即师生共同参与、共同体验。它不仅能够活跃课堂气氛，激发学生学习热情和学习兴趣，还能帮助教师更好地了

解学生的心理发展特点。

二、研究对象

本研究选取上海市嘉定区某中学（以下简称“学校”）高二年级（2019级）、高一年级（2018级）为研究对象，其中2019级学生共118人，高一学生共104人，2017级学生共63人。该研究通过对学校教师和部分家长进行问卷调查，了解他们对心理情景剧在心理课堂中的态度和看法。

经过多次调整和修改，最终确定了三个心理情景剧活动主题：《成长的烦恼》《成长路上的烦恼》。

三个心理情景剧活动主题的确定体现了学生的年龄特点，符合学生实际生活体验。

三个主题均由学生原创剧本，情节生动有趣，容易激发学生的参与热情。在心理情

景剧中，同学们以“观众”的身份参与其中，使学生充分体验到角色扮演的乐趣。另外，各主题活动的剧本均由学校教师编写，使得剧本能更好地贴近实际生活。

三、研究方法

本研究采用文献分析法、调查问卷法、实验法、个案研究法等方法。

1.文献分析法。通过对有关文献进行梳理，明确心理情景剧的定义，并将其与其他几种体验式教学方法进行对比，进而明确心理情景剧的优势。

2.调查问卷法。对本校学生进行问卷调查，了解他们对心理情景剧的看法以及心理情景剧的应用效果，为下一步心理情景剧教学方法的选择提供依据。

3.实验法。根据理论指导，选择某中学高一年级一班和二班作为实验班进行心理情景剧教学的实践研究，分别组织学生进行两个班级的课堂教学并记录课堂教学效果。

4.个案研究法。对上海某中学高一年级一班和二班学生的心理状况进行调查分析，并通过查阅文献资料，了解中学阶段学生存在的心理问题以及原因，为心理情景剧教学方法在中学阶段的推广提供参考依据。

四、研究过程

本研究从2017年开始，一直在某中学进行。该中学心理健康教育课程有《生命教育》和《幸福人生》两门课程。在学生中开展了为期一年的心理健康教育工作，通过调查问卷、访谈等形式了解学生的学习、生活等方面的情况，同时对学生进行心理健康测

试，了解学生在不同方面的心理需求。在此基础上，学校积极寻找适合心理健康教育课程的教学形式和方法。经过反复斟酌、研究，最终决定采用“校园心理情景剧”的形式开展心理健康教育课程，并制定了具体实施方案，包括确定主题、内容、场景和角色等。随后，学校各班级根据方案进行了实践教学，通过观察记录和分析评价，验证了“校园心理情景剧”在心理课堂中的有效性。

五、结果与分析

本研究选取了上海地区某所中学的高一年级学生作为实验对象，将实验班与对照班随机分为实验组和对照组，共计36名学生，其中实验组16人，对照组16人。实验组学生在“情绪管理”、“人际关系”和“学习压力”三个维度上进行测试，对照组学生在这三个维度上进行测试。结果显示，实验组与对照组在情绪管理、人际关系和学习压力方面的得分无显著差异，但在情绪管理方面，实验组得分显著低于对照组。

实验结束后，对两个班的学生进行访谈。调查显示，实验组的学生对情绪管理、人际关系和学习压力三个维度的得分显著高于对照组，说明心理情景剧在心理课堂中的实践能够有效地促进学生积极、乐观、健康地成长。

六、讨论

本研究以上海市嘉定区某中学高二年级学生为研究对象，通过开展心理情景剧的实践教学，探索并形成了“主题——场景——角色”的心理情景剧教学模式。该模式在帮

助学生学会沟通、交流、理解、宽容等方面起到了积极作用，同时也有利于学生形成健全的人格和良好的心理素质。

心理情景剧在学生心理健康教育中的应用实践，是一种符合青少年身心发展特点，能有效提高青少年心理素质的教学模式。目前，我国开展心理健康教育工作主要采取的是课堂教学和校园活动两种形式。而在课堂教学中，教师往往以讲授、讲解和背诵等方式为主，忽视了学生在学习过程中的主体地位，更不能很好地发挥其主动性和积极性。而在校园活动中，由于中学生年龄较小、缺乏生活经验、好奇心强等原因，学生参与热情不高、活动参与度较低。因此，如何提高校园活动的吸引力就成为了重要研究课题。

七、结语

心理情景剧是心理教育的一种新形式，是学校心理健康教育中的重要内容。通过精心编排和设计，采用“主题——场景——角色”的方式组织开展心理情景剧活动，让学生在学习生活中体验成功、体验关爱，从而培养学生的自信心和自我控制能力。同时，学校也能通过心理情景剧开展一系列生动活泼、寓教于乐的心理健康教育活动，如观看电影、参观博物馆、参加体育比赛、开展社

会实践等。通过这些活动，学生在掌握知识的同时，也提升了心理素质。

但在实践过程中也存在一些问题，如学生参与的积极性不高；对教师提出了更高的要求；需要在后期的教学实践中不断探索。通过心理情景剧这一有效的方式，帮助学生认识自我、接纳自我，学会关爱他人、融入集体，从而促进学生身心健康发展。同时也希望将此方法推广到其他学校或心理健康教育的其他课程中去。

参考文献：

- [1]冯桂梅,王晓英.心理剧教学法在高校心理委员培训中的应用[J].中国教育技术装备.2015,(22).DOI:10.3969/j.issn.1671-489X.2015.22.105.
- [2]宋春蕾,徐光兴,周晓平.高校校园文化建设与大学生心理健康[J].教育与职业.2011,(20).DOI:10.3969/j.issn.1004-3985.2011.20.032.
- [3]赵雅丽.中职学生心理健康教育心理剧的作用研究[J].华中师范大学.2014.
- [4]陈立娜.心理剧对高校校园文化建设的作用研究--基于丹尼森组织文化模型的分析[J].安徽工业大学.2012.

Practical study of campus psychological melodrama in psychological classroom

Jiang Yanbei

Guizhou University, Guizhou Province, Guiyang City, 550025

Abstract: As a comprehensive experience teaching method, psychological sitcom has the characteristics of interest, interactivity and participation. It takes students as the main body and role playing as the main way, integrates psychological education with students 'learning and life, and

effectively promotes the improvement of students' psychological quality. In the actual teaching process, teachers can arrange and design the psychological sitcom according to the school education and teaching situation and the characteristics of students' psychological development, organize and carry out the way of "theme —— scene —— role", and integrate them into the classroom teaching. Taking the psychological drama of a middle school in Jiading District, Shanghai as an example, this paper specifically expounds the practical research of the psychological drama in the psychological classroom. In China's school education system, middle school students are in an important period of physical and mental development stage. They are lively and cheerful, have strong curiosity and thirst for knowledge, and have certain ability to analyze and solve problems. At the same time, they are active thoughts, rich emotions, the pursuit of personality, vulnerable to the outside world. In such a group, how to cultivate a healthy and positive attitude of middle school students is an important topic in front of every educator.

Key words: psychological melodrama; classroom; practice