

# 寄宿制中学心理健康校本课程创新

## ——沙盘游戏疗法的引入与实践应用

泉州科技中学 张菊

**摘要:**本文旨在探讨寄宿制中学心理健康校本课程中通过引入沙盘游戏疗法作为心理健康教育的新手段,分析了该疗法在校本课程中的实施过程及对学生心理健康的积极影响。本文为寄宿制中学心理健康校本课程的创新与发展提供了实证支持和实践参考。

**关键词:**沙盘游戏疗法;寄宿制中学;心理健康校本课程;实践应用

### 一、引言

沙盘游戏疗法,由荣格分析心理学家卡尔夫整合了荣格的分析心理学和东方的哲学思想而创立,其核心在于通过沙具的摆放和沙画的创作,象征性地表达个体的潜意识,从而达到心理治愈和成长的目的。

寄宿制中学的学生心理健康问题一直备受关注。特别是在当前社会环境下,学生面临着多方面的压力,容易出现焦虑、自卑等心理问题。而学校的心理健康教育多侧重于心理健康知识的传授,缺乏实际操作和体验性的教学活动。沙盘游戏疗法作为可操作、可体验的心理治疗方法,其引入寄宿制中学的心理健康教育,为解决这一问题提供了新的思路。

### 二、基本原理和操作流程

#### (一)基本原理

沙盘游戏疗法基于心理学原理,通过沙盘和沙具的自由组合,帮助教师和学生深入了解自我、表达情感、解决心理问题。这一疗法强调安全、自由的环境,以及教师和学生间的共情与理解。

#### (二)操作流程

- 介绍与准备:教师介绍沙盘游戏的基本规则和沙具的象征意义,为学生创造一个安全、舒适的环境。
- 自由创作:学生自由选择沙具,在沙盘中创作作品。教师在此过程中保持静

默,观察并记录学生的行为。

- 对话与解读:学生完成作品后,教师与其对话,了解作品背后的情感和意图,引导学生深入探讨内心世界。

- 记录与反思:教师记录学生的表现和对话内容,与学生一起回顾和反思,帮助其认识并解决问题。

- 结束与后续:教师总结,提出后续建议或推荐其他方法。鼓励学生将所学应用于日常生活。

### 三、应用策略

#### (一)课程目标设定

在寄宿制中学心理健康教育校本课程中引入沙盘游戏疗法,首先需要明确课程目标。通过沙盘游戏疗法的学习和实践,旨在帮助学生提高自我认知和自我调节能力、增强情绪管理和压力应对能力、增强人际交往能力、培养积极健康的心理状态。

#### (二)教学内容设计

针对中学生的心理特点和需求,可以设计以下教学内容:

- 沙盘游戏疗法的基本原理和操作流程介绍;
- 沙盘游戏疗法的实践操作和体验;
- 沙盘作品的分析与解读;
- 沙盘游戏疗法在日常生活中的应用。

#### (三)教学方法与手段

在沙盘游戏疗法的教学过程中,可以采用以下方法与手段:

- 案例分析:通过具体的案例分析,让学生了解沙盘游戏疗法的应用效果和优势;
- 角色扮演:让学生在模拟的情境中体验沙盘游戏疗法的操作过程;
- 小组合作:通过小组合作的方式,让学生在互动中学习和交流沙盘游戏疗法的

经验和感受;

- 教师指导:教师在教学过程中,要给予学生充分的指导和支持,帮助学生理解和掌握沙盘游戏疗法的基本技能和方法。

### 四、实际应用案例及效果评估

下面将通过三个具体案例,详细阐述沙盘游戏疗法的实际应用及其效果。

#### 案例一:学业减压与动力激发

面对日益繁重的学业压力,许多中学生感到焦虑,学习动力下降。学生们在沙盘中自由摆放各种沙具,将学业压力具象化。有的学生在沙盘中堆起了“学业山”,象征着他们面临的巨大压力;有的学生则创造了小人物,代表自己在学业道路上不断攀登的身影。通过游戏,学生们逐渐认识到学业压力并非不可逾越的障碍,而是可以通过努力和策略来克服的。在教师的引导下,学生们找到了制定学习计划、分解任务、寻求帮助等有效应对压力的方法。经过沙盘游戏疗法的实践,学生普遍反映学业压力缓解,学习动力提升。

#### 案例二:人际交往能力的增强

初中生正处于人际交往能力发展的关键时期,在游戏中,学生们通过摆放沙具来展示自己的内心世界和对他人的看法。有的学生摆放代表朋友和家人的沙具,表达了自己对友情的渴望和对家庭的依赖;有的学生则创造代表冲突和矛盾的场景,反映了他们在人际交往中遇到的困难。在教师的引导下,学生们开始思考如何改善自己的人际关系。他们通过模拟不同的情境和角色扮演,学习如何倾听他人、表达自己的想法、解决冲突等技巧。经过沙盘游戏疗法的实践,学生的人际关系得到改善,更能理解和接纳他人。

#### 案例三:情绪管理的提升

中学生情绪波动较大,在游戏中,学

生们将自己的情绪具象化,通过摆放沙具来表达自己的愤怒、焦虑、悲伤等情绪状态。通过模拟不同的情境和角色扮演,学生们学会了如何识别自己的情绪、寻找合适的情绪宣泄方式以及通过积极思维来转变负面情绪。经过沙盘游戏疗法的实践,学生的情绪管理能力得到了显著提升,能够更好地应对生活中的挑战和困难。

通过以上实际应用案例可以看出,沙盘游戏疗法在中学心理健康教育中具有明显的实践效果。它不仅能够帮助学生缓解学业压力、提升学习动力,还能够增强人际交往能力、提升情绪管理能力以及深化自我认知。沙盘游戏疗法还能够激发学生的学习兴趣 and 参与度,提高心理健康教育的教学效果和质量。

### 五、结论与展望

沙盘游戏疗法作为一种创新性的心理健康教育方法,在寄宿制中学心理健康教育校本课程开发中具有重要的应用价值。未来,我们还将探索其在不同领域和情境中的应用可能性,为中学心理健康教育的发展提供更多的支持和帮助。

总之,沙盘游戏疗法为寄宿制中学心理健康教育提供了新颖而有效的方法。通过不断探索和实践,我们可以将其更好地应用于心理健康教育中,为学生的心理健康发展和个人成长提供有力的支持。

### 参考文献

- [1]张日昇.箱庭疗法[M].北京:人民教育出版社,2006.
- [2]王萍.沙盘游戏在中小学心理健康教育中的应用研究[D].曲阜师范大学,2011.
- [3]魏源.沙盘游戏在中小学心理教育中的应用[J].现代中小学教育,2009(01).

**摘要:**随着信息技术的飞速发展,A2信息融合点作为信息技术与学科教学深度融合的新模式,为高中政治学科教学提供了新的视角和方法。本文首先阐述了A2信息融合点的基本概念及其在高中政治学科中的重要性,接着分析了A2信息融合点在思政教育中的具体应用,最后探讨了如何有效利用A2信息融合点提升思政教育效果。

**关键词:**A2信息融合点;高中政治;思政教育;应用;探索

### 一、引言

在当今信息化社会,信息技术已经渗透到各个领域,对教育领域产生了深远的影响。高中政治学科作为培养学生思想道德素质和政治素养的主要课程,如何将信息技术与政治学科教学相结合,提高教学效果,成为当前教育改革的重要课题。A2信息融合点作为一种新型的信息技术与学科教学融合模式,为高中政治学科教学提供了新的思路和方法。

### 二、A2信息融合点概述

A2信息融合点是指在信息技术与学科教学融合过程中,将信息技术与学科教学内容、教学目标、教学方法等要素有机结合,形成具有创新性和实用性的教学模式。A2信息融合点强调信息技术与学科教学的深度融合,通过信息技术的手段,实现教学目标的优化、教学内容的丰富、教学方法的多样化,从而提高教学效果。

当然,A2信息融合点不仅强调信息技术与学科教学的深度融合,还注重信息技术与学生实际需求的紧密结合。它旨在通过信息技术的手段,满足学生的个性化学习需求,提高学生的学习效率和质量。同时,A2信息融合点还强调信息技术的创新性和实

# A2信息融合点在思政教育中的应用与探索

泉州科技中学 林文茹

用性,鼓励教师在教学中大胆尝试新的教学方法和手段,以适应时代发展的需要。

### 三、A2信息融合点在高中政治学科中的应用

#### (一)教学内容的呈现方式

传统的高中政治学科教学主要以文字和图片为主,形式相对单一,难以激发学生的学习兴趣。而A2信息融合点可以将文字、图片、音频、视频等多种媒体元素有机结合,形成多媒体课件,使教学内容更加生动、形象,增强学生的感知体验,提高学生的学习兴趣 and 积极性。例如,在讲解“中国特色社会主义道路”这一知识点时,可以通过展示相关图片、视频等素材,让学生更加直观地了解中国特色社会主义道路的历史背景、发展历程和现实意义。

#### (二)教学目标的实现方式

传统的高中政治学科教学往往注重知识的传授和记忆,而忽视了对学生能力和素质的培养。而A2信息融合点可以通过设计具有挑战性和趣味性的教学活动,引导学生主动参与、合作探究,培养学生的思维能力、创新能力和实践能力。例如,在讲解“公民权利和义务”这一知识点时,可以通过组织模拟法庭、辩论赛等活动,让学生在实践中了解公民权利和义务的内涵和外延,提高学生的法律意识和公民责任感。

#### (三)教学方法的创新方式

传统的高中政治学科教学方法相对单一,缺乏灵活性和创新性。而A2信息融合点可以通过引入信息技术手段,创新教学方法,提高教学效果。例如,可以利用网络

教学平台开展在线教学、翻转课堂等教学模式,打破时间和空间的限制,为学生提供更加便捷、高效的学习方式。同时,还可以利用大数据分析技术对学生的进行学习情况进行跟踪和评估,为教师提供更加准确、全面的教学反馈,帮助教师更好地调整教学策略和方法。

### 四、如何有效利用A2信息融合点提升思政教育效果

#### (一)加强师资队伍建设

要有效利用A2信息融合点提升思政教育效果,首先需要加强师资队伍建设。学校应加大对政治学科教师的培训力度,提高教师的信息技术素养和教育教学能力。同时,还可以引进具有信息技术背景的人才加入政治学科教学团队,共同推动信息技术与政治学科教学的深度融合。除了加大培训力度和引进人才外,还可以建立教师学习共同体和教学经验分享平台,鼓励教师之间相互学习、交流和合作。通过这些措施的实施,可以不断提高教师的信息技术素养和教育教学能力,为有效利用A2信息融合点提升思政教育效果打下坚实的基础。

#### (二)完善教学设施建设

要有效利用A2信息融合点提升思政教育效果,还需要完善教学设施建设。学校应加大对政治学科教学设施的投入力度,购置先进的多媒体教学设备和网络教学平台,为教师提供良好的教学环境和条件。同时,还可以建立政治学科实验室、模拟法庭等实践教学场所,为学生提供更加

丰富多彩的学习体验。除了购置先进的多媒体教学设备和网络教学平台外,还可以建立计算机实验室、电子阅览室等专用教学场所,为学生提供更加便捷、高效的学习环境和条件。通过这些措施的实施,可以为教师提供更加优质的教学资源和环境支持,为有效利用A2信息融合点提升思政教育效果提供有力的保障。

#### (三)创新教学评价方式

要有效利用A2信息融合点提升思政教育效果,还需要创新教学评价方式。学校应摒弃传统以考试成绩为主的评价方式,建立多元化、综合性的教学评价体系。可以采用课堂表现、作业完成情况、小组讨论成果等多种评价方式对学生的进行学习情况进行全面评估,激发学生的学习动力和自信心。除了采用多元化、综合性的教学评价体系外,还可以引入第三方评价机构或专家对教学质量进行评估和监督。通过这些措施的实施可以更加客观、全面地反映学生的学习情况和教学效果,为有效利用A2信息融合点提升思政教育效果提供有力的数据支持。

### 五、结论

综上所述,A2信息融合点在高中政治学科中具有广泛的应用前景和巨大的潜力。通过将信息技术与政治学科教学深度融合,可以实现教学目标的优化、教学内容的丰富、教学方法的多样化,从而提高教学效果。

然而,要有效利用A2信息融合点提升思政教育效果,还需要加强师资队伍建设、完善教学设施建设、创新教学评价方式等方面的工作。只有这样,才能真正发挥A2信息融合点在高中政治学科中的优势作用,为培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人做出更大的贡献。