

教育戏剧运用于高中心理课堂的困境

陈丽娜

深圳市龙岗区横岗高级中学, 广东 深圳 518000

DOI: 10.61369/SDME.2025300045

摘 要：“ChatGPT”引发了未来的人工智能危机思考，心理课堂需要培养一个不同于机器人的“真实的人”，而教育戏剧应用于心理课堂是促进培养“真实的人”的模式。本文通过一个用教育戏剧形式开展的“自我意识”主题的心理课例，总结该课例在用教育戏剧形式推进的过程中出现“学生难放开”、“思考难深入”、“课堂难预设”的“三难问题”，分析原因，并反思改进的方向。展望在心理课的实践中不断提升运用教育戏剧的技巧，促进培养“看见”自己，“理解”自己，“成就”自己，能够在未来的人工智能挑战中“赢在起跑线”上的人。

关 键 词：人工智能；教育戏剧；自我意识；课堂教学；困难；改进

The Dilemma of Applied Educational Drama in High School Psychological Classrooms

Chen Li'na

Henggang Senior High School, Longgang District, Shenzhen, Shenzhen, Guangdong 518000

Abstract： "ChatGPT" has triggered reflection on the future artificial intelligence crisis. The psychological classroom needs to cultivate "real people" different from robots and the application of educational drama in the psychological classroom is a model to promote the cultivation of "real people". This article summarizes the "three difficulties" of "students are to let go", "thinking is difficult to deepen", and "classroom is difficult to predict" in the process of promoting the use of educational drama forms through case of psychological class on the theme of "self-awareness", analyzes the reasons, and reflects on the direction of improvement. It is expected that in the practice of classes, the skills of using educational drama will be continuously improved to promote the cultivation of people who can "see" themselves, "understand" themselves, and "achieve", and can "win at the starting line" in the future artificial intelligence challenge.

Keywords： artificial intelligence; educational drama; self-awareness; classroom teaching; difficulties; improvement

2022年底，火遍全网的“ChatGPT”掀起了一场对教育的思潮，当未来绝大多数的工作将被人工智能所替代时，当学生只需要一个机器就可以学到来自全球各地顶尖院校的知识时，那在目前的心理课堂里，老师该教给学生什么？用什么样的方式教，才能让学生学得未来无法被机器取代的技能？才能让学生在人工智能社会里占有自己的一席之地，做一个有理想有追求有希望有价值的人？

所幸，虽然“GhatGPT”有近乎赶超人类的信息搜索能力，但其理解并与人进行情绪情感交流的能力却远不及人类，因此，面对未来的人工智能危机，我认为在目前的心理课堂教育中，心理老师除了要给学生普及科学的心理知识外，更重要的是要培养学生成为一个“懂共情，会社交，善表达，能创造”的人。而教育戏剧就是这种既能实现“培养健全人格”的心理健康教育目标，又能赋予学生有能力应对未来“人机危机”的教育手段。

教育戏剧是一种将戏剧元素应用于教育的教学方式，我国学者马利文^[1]将教育戏剧定义为：“教育戏剧是指以戏剧或剧场的技巧为方法来从事教育、教学。它不以表演为目的，而是借用戏

剧途径推进人的社会学习，对人的认知发展、情绪、个性、社会性的发展发挥积极的促进作用。”一些将教育戏剧引入心理健康教育课程的学校，也在实践中取得了不错的教育效果，以戏剧的方式为传统心理课堂注入了新活力^[2]：心理课堂素材多样化、心理辅导载体多元化、学生心理体验真实化等。

面对这样一种有实效、有生命的教学方式，我也曾尝试将其运用于我的心理课堂。为了让学生体验教育戏剧的心理课堂，促进学生在课堂中的交流与合作，我在高一的“自我意识”主题教学中采用教育戏剧的模式开展教学。^{[5][6]}教学目标主要是让学生看到每个人都有“理想自我”和“现实自我”，让学生体验“理想自我”与“现实自我”之间的差距带来的心理落差感，并学会如何自我接纳。教学过程分为热身阶段、情境创设阶段、团体活动阶段和总结分享阶段四个阶段展开。

在热身阶段，学生面对面站成两列，两两一对做“影子游戏”，一方做随意动作，一方扮演“影子”，模仿对方动作，比如一方抬手，“影子”也跟着抬手。

在情境创设阶段，用“小A的画家梦”构建文本故事，故

事内容为“小A，一个热爱画画的高中女孩，她在脑海中幻想过无数次考上理想的美术院校，成为一名画家的场景，但现实情况是……”请学生思考“现实的小A”是什么样的？通过群体雕塑，呈现小A在真实生活情境中的“现实自我”，让学生看到“理想自我”和“现实自我”是存在差距的。

在团体活动阶段，让学生思考，当小A看到“理想自我”与“现实自我”的落差时，会有什么样的情绪体验？然后请学生用“定格画面”的肢体动作呈现内心的感受，请另外的学生猜该肢体动作代表的情绪。学生的回答大多是消极的自我体验。于是，让学生思考，如果小A自我接纳“现实自我”和“理想自我”差距的话，她的情绪又会是怎样的？让学生再用肢体动作定格思考后的感受，并请其它同学猜肢体动作代表的情绪。学生的回答大多是积极的自我体验。最后，请学生小组讨论并集体雕塑“自我接纳的方法”：小A在面对“现实自我”与“理想自我”的落差时，对自己的情绪体验从消极转为积极的过程，她可能做了什么帮助自己自我接纳的？

课堂的最后，让学生联系自身，思考自己脑海中的“理想自我”是一个什么样的形象？让学生在分享中看到每个人都有自己不满意的地方，需要用平常心看待。

用这种教育戏剧的形式上心理课，给自己带来的上课感受是教学过程难推进，效果不理想，主要遇到了以下三个“难题”：

1. 学生难放开

在“定格画面”和“群体雕塑”的教学环节中，学生整体给人的感受是拘谨、被动，“不敢表演”，即时能主动表演动作，动作也是忸怩，不自然的。有的学生在小组里可以自如地表演造型，但当被要求在全班面前还原造型时，却以“老师，我害羞”或者“我不会”摆手拒绝。

2. 思考难深入

学生第一次在心理课接触戏剧元素，感到既陌生又新奇，有的学生甚至将课堂中的“定格画面”、“人体雕塑”等戏剧技巧等同于“行为艺术”，抱着一种娱乐的心态“观看表演”，而没有深入思考问题，戏剧手段流于形式。

3. 课堂难预设

整节课推进下来，常常有突发的情况出现，比如在各个“表演”的环节里，学生“能放不能收”，需要停下整顿纪律；比如设想是学生在小组讨论中展现如何自我接纳，学生却表演成了“如何处理语言欺凌”等。

经过反思，我认为导致以上“难题”出现的原因可能有以下三方面：

1. 学生处于“爱面子”的“自我同一期”

高中阶段是“自我同一”的关键时期，这个时期的学生自尊心强、敏感，在意别人的评价，会思考“让所有人知道我的内心世界安不安全”、“别人怎么看我”等问题，而且，这个时期的学生渴望友谊，会有担心自己“跟别人不一样”的群体压力，导致从众现象出现。而教育戏剧的形式，学生要能走近自己的内心，把内心世界用艺术的方式在同伴面前表达，需要学生内心对自己和他人都有着足够的信任感和安全感。

2. 教育情境的建构不充分

深耕教育戏剧实践的杨阳老师曾说过，教育戏剧是“情意教育，以情入境，触境生情，以情动人”的教育方式，本质是促进学生自我探索、自我体验、自我表达和自我成长。因此课堂中会运用很多戏剧元素，比如声效、动作表演等，帮助学生自我探索，而推进学生探索最终实现教育目的的基础就是构建一个让学生感到有吸引力、有代入感的情境。但在创设的“小A的画家梦”的情境里，不够生活化和具体化，因此学生在进行“群体雕塑”的时候很难从虚拟走向真实，进而影响整个课堂的推进。

3. 教师对教育戏剧的教学方法不够了解

将教育戏剧的方式运用于心理课，对自己来说是第一次实践，除了实践经验少外，对教育戏剧的理论学习也相当缺乏。因此，在上课的阶段引导中，也只是简单复制了曾经参加工作坊时老师的做法，“知其然而不知所以然”，缺乏对教育戏剧方法的深入了解和练习，这就导致课堂中使用教育戏剧的手段显得生硬，方法流于形式，没有达到自己预期的教学效果。

4. 教师在课堂中缺乏对学生具有艺术感染力的“带领”

学生初次体验教育戏剧的心理课堂，难免需要克服心理上的“放不开”，需要有一个有感染力的人做示范引领，带领学生慢慢走进角色，体验内心，而教师就是这样一个示范引领的人选。无论是在“定格画面”中的规则示范，还是在分享中的“教师自我暴露”，教师的“角色代入”和富有感染力的自我表达，都可以启发更多的学生思考和参与。但个人在节课中的“带领”是比较缺乏的。

面对在课堂中遇到的难题，我思索了以下三点改进方向：

1. 营造尊重与鼓励的课堂安全感

(1) 尝试在课前先跟学生强调课堂纪律，比如倾听，尊重，不私底下议论等，以此消除学生“害怕表演不好被同学嘲笑”的心理顾虑。

(2) 跟学生约定清晰的纪律指令，比如当听到“321”时需要做到什么，帮助不同教学活动的有序转换。

(3) 共情学生在课堂中的自我表达，并给予积极肯定；尊重每个学生的生命体验，即时是课堂预设外的回答也给予尊重，以此鼓励学生开放自己，互动交流。

2. 创设氛围感

(1) 探索更有利于学生产生“代入感”的教育戏剧形式，比如“说故事”、“角色扮演”、“论坛剧场”、“坐针毡”等^[3]。

(2) 尝试更多元的教育戏剧技巧，比如声音类、动作表演类等。^[4]

(3) 上课前提前做好教育戏剧场景的准备，包括场地布置、人员分组、道具准备等。

3. 提升真实感

(1) 尝试先走近学生，从学生的生活中发现问题，创设引发学生共鸣的问题情境。

(2) 寻找贴近学生生活的文学文本、影视剧本等素材，帮助学生代入角色，体验内心世界。

4. 加强专业练习

俗话说“熟能生巧”，要熟练掌握教育戏剧应用于心理课的

技巧，先要有理论的支撑，往后需要通过听讲座、参加工作坊培训的方式提升对教育戏剧的专业学习；^{[7][8]}此外还要有实践的练习和修正，需要在日后的心理课中适当地增加应用教育教育戏剧的次数，在实践中提升运用的技巧。

总之，教育戏剧作为一种体验式的教学手段，在培养学生的合作力、想象力、创造力、表达力等心理品质上有着积极的促进

作用。^{[9][10]}一次的教育戏剧实践尝试失败不能成为停止实践的理由，相反的，应该找出困难，分析原因，反复尝试，不断改进，让教育戏剧在心理课堂中创造生命力，帮助学生“看见”自己，“理解”自己，“成就”自己，成为一个能够在未来的人工智能挑战中“赢在起跑线”上的人。

参考文献

[1] 王晓,王乃弋.一个都不能少——教育戏剧促进课堂“边缘人”回到课堂中心[J].中小学心理健康教育,2020(1):4.

[2] 袁颖玲,王文佳.教育戏剧在学生心理健康课程中的效用机制[J].湖北教育,2022(33):2.

[3] 丁巧.教育戏剧在高一学生心理健康课堂中的应用探索[D].西北师范大学.2014:10-11

[4] 匡雅玲.“教育戏剧”的课堂运用策略探索[J].作家天地,2020(8):2.

[5] 吴婷婷.教育戏剧运用于视障学生心理健康教育的实践路径[J].现代特殊教育,2025(11):54-55.

[6] 朱炎玮.教育戏剧在高中语文比较阅读教学中的运用——以“《复活》《雷雨》对话”为例[J].2025(2):18-23.

[7] 王依诺,任浩.基于教育戏剧实践的初中学生写作能力培养探索[J].品位·经典,2025(13):163-166.

[8] 刘璐.基于项目式学习法的高中语文戏剧教学研究[C]//新时代教育与创新发展学术研讨会论文集(二).2025.

[9] 刘骁.高中戏剧教育:审美情怀的培育与实践[J].上海教育,2025(24).

[10] 刘双宁.基于智慧课堂模式的音乐学科戏剧教学实践探索[J].2025.