

从小学生自编自导自演的心理剧看孩子的秘密

今日女报 / 凤网首席记者 章清清

父母外出打工，留守儿童的内心世界有怎样的期盼？小朋友之间因为误会发生了争吵，如何来化解？小孩盼长大，大人忆童年，当相互换位后，又会带来什么思考？……“六一”前夕，湖南省中小学心理健康教育特色校——长沙市天心区桂井小学上演了一场精彩的心理剧节目，5个剧目，其中3个由五年级孩子们自编自导自演，借心理剧传达心声，也给老师和家长打开了一扇看见孩子、了解孩子的新窗口。

“小学校大心育”，心里话有处说

除了心理剧，在桂井小学还有很多“心”发现，比如有“植物治疗室”，学校兼职心理教师简彬彬告诉记者，学校将校园劳动基地与心理治疗相结合，通过种地、养花、和植物“对话”的方式，帮助学生缓解学习压力，达到自然疗愈身心，陶冶情操的目的。

“学校有部分孩子之前很内向，在心育+劳育结合下，有了归属感，开始主动和老师、家人讨论自己种的西瓜长势如何、黄瓜有没有发芽……在一次次实践中，孩子们懂得了劳动的辛苦，与父母交流更多，更加亲近。”简彬彬说。

此外，还有“树洞洞”。在校园的一棵大树下，设置了一个可爱的信箱，孩子们有任何想跟心理老师分享的“秘密”，都可以投进“树洞洞”里。“树洞洞”成为孩子和老师沟通的一座秘密桥梁。

桂井小学校长彭译蓉表示，桂井小学是湖南省中小学心理健康教育

特色校，也是省妇联发起湖南省农村留守儿童心理健康辅导中心（简称“知心屋”）公益项目首个示范点。从2015年开始，学校就开始开展心理健康教育，至今已经坚持了9年，已成为闻名全国的心理特色学校。除了植物治疗室、心理剧演出等特色项目外，还建有心理游戏打卡区、沙盘室、情绪疏导室、音乐书吧等多个心理辅导室，学校从一年级就开始给学生开设心理课，形成了独具一格的“小学校大心育”特色。

9年来，“知心屋”给留守儿童营造了一个良好的生活和学习氛围，不少父母也深刻认识到陪伴孩子的重要性，许多家长为了孩子而返乡就业，学校留守儿童的比例逐年减少，目前全校209名学生中留守儿童占比下降到了10%左右。

“从最开始的一间小小心理辅导室发展到如今两层楼高的心理教育楼，只为了让孩子收获更健康快乐的童年。”彭译蓉说。

用戏剧传“心”声，孩子的心思不用猜

“我们的孩子真是太棒了，三个心理剧都是由他们自编自导自演完成，老师只是做了一些辅助性的工作，孩子们通过心理剧讲出了他们的故事，表达了他们的想法，下面的观众家长们都很感动。”天心区桂井小学兼职心理老师贺映宇告诉今日女报/凤网记者，校园心理剧其实是一种极具特色的团体心理辅导方式，孩子们通过戏剧形式把在学习、生活、交往中的种种心理困惑、烦恼冲突变成剧本进行表演，并辅以心理技术，让他们在参与和观赏的过程中获得感悟、思考和成长。

“往年都是老师们组织编写剧本，孩子们只表演，今年第一次让孩子们写自己的故事，他们的表现和表达的观点都让我们很惊喜。”贺映宇说，比如《荒野之心》这个节目，创作者是个五年级的孩子，她的灵感来源于《狼王梦》的故事。通过狼群的故事，她联想到了在学校的集体生活，狼群会因为偏见而产生纷争，而同学之间也会因为误会而争吵。于是，孩子们在演出中提出问题：“当我们面对同伴间的争吵时，可以做什么？”

“同伴之间发生的矛盾冲突是孩子们最常倾诉的问题之一，属于成长的烦恼，这个故事也提醒我们，孩子也有属于他的‘朋友圈’。如果发现异常，一定要帮孩子敞开心扉。”贺映宇说。

《其实大人也很累》也让人惊喜。这是由三个五年级孩子和一个四年级孩子共同编剧的作品。贺映宇说，孩子们告诉她，写这部剧的原因是他们发现周围的同学经常会说自己的学习很辛苦，羡慕大人有很多时间玩手机，有很多钱买自己想要的东西，于是他们创作了这部心理剧。这部剧以主人公韩梅梅的心态变化来展现大人也有大人的不易、烦恼。希望大家在看完这部剧以后也可以换位思考，去尝试理解我们身边的大人。

“父母常常习惯以成人的视角看待孩子的世界，于是造成了很多亲子之间的代沟和矛盾，而孩子已经开始换位用心去体察父母的不容易了，所以，你觉得孩子只是孩子吗，是不是孩子比成人更懂得宽容和体谅？”贺映宇说，当孩子们借助舞台真诚地演绎内心的独白时，底下很多父母都被感动得流泪了。



宝宝的成长是一个美好过程。在宝宝和家人互动的过程中，流动着温暖和爱，也体现了生命的神奇、教育的力量。《小爱日记》专栏以细腻真实的笔触，描绘一个家庭对新成员“小爱”的呵护与喜爱，并分享有关家庭教育的感悟。



一岁的小爱，正处于秩序敏感期，她的思维迅速发展，而语言能力和行动能力还跟不上。往往，她的哭闹都是因为我们不能理解她。所以她学会说“好”之前，先会说“不要，不要”。

一岁的小爱怎么过“六一”

文 / 姜欣（湖南省妇联原主席）

这并不是小爱的第一个六一儿童节，只是去年的六一儿童节，她出生才十多天，还是一个在月子中心整天睡觉的小宝宝。

今年的六一儿童节，小爱已经一岁了。家里人商量着，带小爱去长沙海底世界看看海里的世界。

小爱好像知道今天有活动，早上比平时多睡了一个小时，为的是一上午不要再睡回笼觉，穿上了小裙子，漂漂亮亮地出发了。

海底世界离家近，开车不到十分钟即可到达。这是一个周末，加之孩子们过节，游客很多，天上下着毛毛细雨，也不能阻挡为了孩子们过节而蜂涌而至的人们。小爱骑在爸爸的肩上，随着拥挤的人群走进了海洋馆。海洋馆里有400多个品种，近7000尾的各种鱼类，

那些五彩斑斓的、大大小小的、密密麻麻的鱼群在小爱的身边和头顶游来游去。还有水母、海龟、小企鹅、北极熊、北极狐……一切的一切，都是小爱从来没有看到过的景象。她瞪大眼睛，到处看。一开始，她对这些蜂拥而至的鱼群有点惊恐，慢慢地敢于用手去触摸那些巨大的鱼缸了，看海狮和海豚表演时，竟随着欢快的音乐与海狮和海豚一起起舞……

海底世界新开辟了萌宠馆，里面有很多小动物，那都是小爱喜欢的小东西，包括小仓鼠、小兔子、小狐狸、小豚鼠等等，小爱可真是大开眼界了。

小爱最喜欢的还是雀鸟林里的那些漂亮的鹦鹉，也许是在这里，只要买一包鸟食，就可以与鸟儿们亲密接触的原因。小爱看着三四只小鸟一齐落在爸爸的手上，开心极了，小爱妈



妈还有点怕小鸟的爪子和小嘴，小爱却毫不畏惧地用手去抚摸它们，咿咿呀呀地与小鸟对话，小鸟们也把小爱当成了好朋友，一点也不会伤害小爱，而是真正的“小鸟依人”的样子。

此前，小爱爸爸在上海出差，为了小爱的六一儿童节，特地到迪士尼品牌店为小爱买了一个很漂亮的毛绒玩具，却在匆忙的旅途中遗失了。小爱爸爸为此特别沮丧，所以一心想在海底世界买一个新的玩具给小爱，而小爱却看中了抓娃娃机里的小海豹和小鲨鱼玩具。当我们都认为，通过娃娃机得到这两个毛绒玩具有点太难

了的时候，小爱爸爸却只用了20个游戏币，无比顺利地让小爱抓到了两个心仪的玩具，也算是弥补了小爱爸爸的遗憾。回家的路上，小爱一直紧紧地抱着小海豹，用脸贴着小鲨鱼……

一个上午很快过去了。平时，小爱的上午是需要睡一觉的，但是在海底世界，小爱一直很兴奋，只是抽空喝了一瓶奶补充能量，在母婴室换了一块尿不湿，其余的时候都在应接不暇地观察和触摸。

一岁的小爱，正处于秩序敏感期，她的思维迅速发展，而语言能力和行动能力还跟不上。往往，她的哭闹都是因为我们不能理解她。所以她学会说“好”之前，先会说“不要，不要”；在学会捡东西之前，她先是扔东西；出门不肯安分地坐在小推车上，吃饭不愿坐在餐椅上。一切要按照她的意愿进行，否则就大哭大闹。此时，我们要做的只有顺从和迎合她，给她足够的安全感。

带她到户外活动甚至去她从来没有看到过的类似于海底世界这样的地方，是一个有效陪伴、分散注意力、开阔眼界的好办法。