

沙盘游戏促进幼儿社会情绪发展 园本课程研究

王 玥 刘亮亮

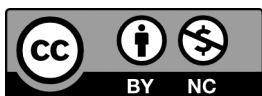
广东省珠海市容闳山庄幼儿园，珠海

摘 要 | 本研究以沙盘游戏为主要技术的分析心理学理论、社会情绪学习理论、生态系统理论为理论基础，以 2018 年至 2021 年沙盘游戏在珠海市某幼儿园的实践情况为预研究素材，以 2022 年立项的珠海市十四五规划课题为依托，探索出以沙盘游戏为核心技术，关注幼儿、家庭、教师团队心理健康发展的园本课程。本研究以“个案研究法”和“行动研究法”为主要方法，在大量实践过程中逐步调优课程，并做了大量推广尝试。课程广受好评，有诸多孩子、家庭、老师、同行从中受益。

关键词 | 沙盘游戏；幼儿心理；社会情绪学习

Copyright © 2024 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/). <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



1 选题背景及国内外研究现状综述

“十四五”学前教育发展提升行动计划重点任务的第三点是全面提升保教质量。自 2018 年至 2021 年，我园老师通过幼儿沙盘游戏一对一辅导、幼儿同伴小组课程、亲子沙盘等方式对本园 30 多名幼儿及家庭进行了系统的干预。这些幼儿在自我情绪管理和社会交往方面表现出明显进步，且在自信、专注、创造、表达等能力方面均得到提升。过往 4 年中，惊喜于孩子们的成长与变化，收获了许多来自家长的良好反馈，科研团队也逐渐成长壮大。此方式打破了沙盘游戏仅工作于特殊儿童的刻板印象，通过沙盘游戏帮助健康儿童实现人格的发展与自我的超越。

1994 年，谢尔顿·伯曼等人成立了学业与社会情绪学习联合会，由此拉开了大规模的社会情绪学习理论研究与实践的序幕。国内研究开始于近五年，邱红燕（2020）论述了幼儿社会情绪学习的内涵、价值与路径^[1]。张媛媛（2020）等发现上海城市幼儿情绪和社会性发展异常检出率较高，家庭养育环境对

基金项目：广东省珠海市教育教研规划课题2022年度资助项目（课题编号：2022ZHGHKTG160）成果。

作者简介：王玥（1988.12-），女，汉，黑龙江绥化，幼儿园一级教师，研究生，从事幼儿心理分析研究工作。

文章引用：王玥，刘亮亮：沙盘游戏促进幼儿社会情绪发展园本课程研究[J]．心理咨询理论与实践，2024，6（4）：186-193.

<https://doi.org/10.35534/tppc.0604024>

幼儿情绪和社会性发展的影响显著^[2]。许玘(2017)研究结果发现,幼儿的社会情绪能力、积极的师幼关系、积极的母亲教养方式可正向预测幼儿积极的发展结果,负向预测幼儿消极的发展结果^[3]。广东省教育厅学前教育“新课程”幼儿园科学保教示范项目《以循证实践(EBP)为基础的幼儿社会情绪学习(SEL)课程体系建构》已经在我园开展中期成果汇报,我园对幼儿社会情绪学习能力的发展非常关注。

国内沙盘游戏的发展始于上世纪90年代,取得了丰硕的成果。在学前教育领域的研究包括,沙盘游戏在幼儿教育领域的重要性的探讨方面,沙盘游戏针对行为问题儿童、社会交往退缩行为儿童、攻击性儿童、早期不安全依恋儿童、多动症儿童、注意力不集中儿童的干预研究,以及沙盘游戏促进幼儿同伴交往、语言表达、缓解城市焦虑等方面,以上研究均发现沙盘游戏的良好干预效果。曹海侠(2020)提出儿童成长中,幼儿期十分关键,充分利用幼儿在幼儿园开展的各项活动,培养学生丰富的社会情感和较强的社会适应能力,在游戏教学中培养幼儿的社交能力,进而推动幼儿的全面发展^[4]。赵晓杰、张俊(2020)生态理论视野下的幼儿教育强调要把幼儿园、家庭、社区三个环境形成一个整体,相互协调,相互促进,共同促进幼儿的发展^[5]。方美红(2018)情绪学习作为幼儿众多学习中的一个重要组成部分,其教育功能越来越受到关注^[6]。美国心理学家尤里·布朗芬布伦纳(1917~2005)提出了一种人的发展理论,该理论目前处于本领域的前沿,因为它在环境影响发展问题上提出了最详细具体的论述。幼儿的情绪学习会受到来自环境的影响,立足于生态系统理论去分析,幼儿自身、家庭和幼儿园等微观系统对于幼儿情绪学习的影响是最直接的。

2 核心概念界定与理论基础

2.1 社会情绪学习

社会情绪学习可以帮助幼儿掌握情绪控制、社会交往、问题处理等基本技能,从而实现自我控制、发展人际关系等目标。社会情绪学习旨在发展相应的情绪能力,主要包括自我意识、社会意识、自我管理、人际交往以及对自身决策负责等五个方面^[1]。

2.2 沙盘游戏疗法

沙盘游戏疗法作为一种通向无意识状态的积极技术,主要通过摆放模具和塑造沙盘内的沙子,搭建一个与个体内在状态相对应的世界。通过这种自由、创造性的游戏,潜意识过程就会以三维的形式、在一个外现的世界中显现出来。沙盘游戏师的作用在于营造一个自由、可信任和安全的氛围,这种无压力、非评价的环境可以促使儿童去探究自己内在的、常常被忽视的自我^[7]。

卡尔夫创设的沙盘游戏本质上是积极想象技术的一种变体,完整的沙盘游戏过程中的步骤大致对应积极想象技术的四个阶段。在积极想象的过程中,自我的各个方面逐渐整合,成为一体,对立双方的统一和融合最终促成心理转变。

卡尔夫相信,如果自我整体结构在生命早期未形成,那么在后续生命的任何阶段都可能被激活,沙盘游戏师创造的治疗性环境再现了最初的母婴一体阶段,从而营造了一种内在的平静,其中包含了整体人格发展的倾向,包括智慧与精神方面。

2.3 生态系统理论

生态系统理论由美国著名生态学家、人类学家尤·布朗芬布伦纳于1979年提出。该理论的核心观点是：环境作为一个复杂系统，会对个体学习与发展产生影响，个体的发展不是孤立的，而是与环境密切相关的。此外，环境对人的影响也有其内在的层级性，需要考虑环境对个体影响的五个系统，包括微观系统、中介系统、外在系统、宏观系统和时间系统^[8]。

3 研究目标、内容、方法

3.1 研究目标

本研究以本园所3-6岁幼儿为研究对象，参考总园关于幼儿社会情绪学习需求的调查和访谈结果，通过对2018-2021年预研究的经验进行总结与提炼，结合各年龄段幼儿社会情绪学习能力发展目标，应用创新形式的沙盘游戏技术，研发适宜幼儿社会情绪发展的幼儿团体课程、亲子课程。同时关注特别有挑战性的儿童案例，设计个性化的方案。

3.2 研究内容

从幼儿生态系统的视角，基于总园幼儿社会情绪学习的调研与访谈结果，总结2018-2021年预研究的资料，分析与提炼幼儿社会情绪学习的需求，总结对幼儿发展有效的支持策略。设计与构建适宜各年龄段幼儿社会情绪发展目标的沙盘游戏幼儿团体课程、亲子课程，并在实践中加以完善，优化改进。

3.3 研究方法

本研究采用了文献分析、儿童观察、行动研究、个案研究等方法，从多维度视角展开研究，并在实践中进行调优。

4 研究的重、难点及可能的创新点

课程设计重点在于结合本土文化，以及沙盘游戏的方法和特点，转化出更加适宜的课程目标。通过科学严谨的行动研究法，对课程的实施效果进行有效的评价和改进，以确保课程具有内在的生命力。

研究对象样本的年龄层次和发展水平各不相同。因此考虑到不同年龄段的发展特点和需求以及发展水平的差异，分层次设计递进式课程是研究的难点。

通过创新的形式将沙盘游戏应用于科学系统而有趣的3-6岁幼儿社会情绪发展沙盘游戏课程，是本研究的创举。该课程导入方式融合了多种艺术元素，包括绘本、音乐、绘画和戏剧表演。课程的受众组合形式灵活多样，包括亲子课程。

5 课程框架设计

在课程框架的构思方面，基于理论建构，同时循着实践的节奏，将资源合理地分配，为幼儿在社会

情绪学习领域提供最适宜的帮助、支持和提升。

5.1 课程目标

在实践过程中，笔者总结出了课程的目标。通过沙盘游戏技术，促进各年龄段不同发展水平的幼儿在社会情绪学习各侧重领域的发展，陪伴幼儿身心快乐地成长。具体目标如下：

通过沙盘游戏技术，帮助有特殊需求或挑战行为的幼儿的社会情绪发展。

通过沙盘游戏技术，支持托班幼儿或转园新生缓解入园分离焦虑。

通过团体沙盘游戏技术，促进中大班幼儿在情绪管理、矛盾冲突解决、同伴交往、规则意识方面的社会情绪发展。

5.2 课程实施

沙盘游戏课程实施的原则及策略：

积极关注与抱持。沙盘游戏教师的目光始终要追随幼儿或者幼儿的创作内容，在说明游戏规则之后，以积极正面的语言与幼儿高质量同频率的互动，对幼儿的表达以共情、理解、感同身受的方式进行回应和支持。同时觉察自我的不同层次，比如联想、回忆、情绪、感受、身体感受等。

及时做好记录。做好过程记录和沙盘游戏作品记录。在完成一次工作的后，及时录下自己的感受和发现。在完成若干次之后进行整理、梳理，并根据沙盘游戏的系列纵向作品，进行必要的分析工作，以发现社会情绪领域的发展水平及幼儿的面临的困难，从而在下一次工作中更好地帮助、支持、促进幼儿的社会情绪发展。

沙盘游戏课程实施可能遇到的问题清单及应对策略，笔者正在从实践过程中进行梳理，有待下一步完善，比如小朋友突然不想做沙盘、冲出沙盘室、不能融入团体等。

5.3 课程评价

通过教师、家长等多方面的反馈，全面地了解幼儿以及教育实施过程中各个要素的表现，能从根本上把握幼儿发展的现实教育及教育实践之间的关系，了解教育及其实践是否能以及如何能更好地满足幼儿的需求。家长/教师访谈与家长满意度问卷调查，作为课程关键的评价指标，可以从家长的描述中，看到孩子在家庭/学校社会情绪学习方面的进步以及目前所面临的挑战。最直接的评价方法就是直接对幼儿进行观察，日常生活流程中，观察孩子在社会情绪学习领域的发展情况。

6 环境创设

6.1 独立沙盘游戏室

独立的沙盘游戏空间需要设置合适儿童身高的开放柜子以及沙盘。一般个体游戏环境设置两个沙盘，一个干沙盘，一个湿沙盘，以满足儿童体验不同质感沙子的需要。在团体游戏环境中，可以根据场地和需要，增加沙盘的数量。此外，还可设置儿童涂鸦桌，布置若干乐器，绘本玩偶等，以满足部分幼儿在

不玩沙盘时的需求。也就是说即使在没有准备好表达自己的时候,也可以通过画画、玩乐器、阅读绘本等方式,让儿童放松下来。同时,还需设置舒服的沙发区作为家长/老师访谈的区域。墙面的颜色、窗帘、灯光等建议选择暖色系,家具推荐原木风格。绿植、相关的文艺品、墙面装饰等也可适当添加,营造出治愈系的氛围。如图展示为容闳山庄幼儿园独立沙盘游戏室,我们为它赋予一个更为轻松的名字——陪伴室。



图1 陪伴室

Figure 1 Companion room

6.2 沙盘游戏经验准备的班级环境创设

班级环境是幼儿社会情绪学习的重要支持。班级可以以情绪类话题为主题,创设相应的环境,也可以设置以情绪类话题为中心的区角、作品展示墙等。以KB2班上学期的环境为例,展示如何创设支持性的环境,为儿童的沙盘游戏做好经验准备。



图2 情绪主题墙

Figure 2 Theme wall about emotion

(1) 主题区域—我的情绪小怪兽

针对新入园的小班学生,让幼儿体验积极的情绪,传递快乐的情绪,学习认识消极的情绪,正确表达消极的情绪是至关重要的。本学期笔者尝试着重让幼儿认识自己的情绪并学会表达,做自己情绪的小主人。

(2) 情绪小屋

设置解压玩具、毛绒公仔、情绪瓶、冷静椅、情绪温度计等,帮助幼儿识别和表达情绪。



图 3 情绪小屋和幼儿情绪类作品展示墙

Figure 3 Emotional cabin and wall of children's art works about emotion

(3) 幼儿情绪学习类作品展示墙

展示幼儿自制小怪兽手工作品,表达他们当下的情绪及对情绪小怪兽的理解。

7 教师发展

7.1 沙盘游戏教师专业团队建设

沙盘游戏教师专业团队应具备心理学专业背景,或取得心理咨询/沙盘游戏师等相关认证资格。山庄园专业团队共有 4 位老师,均具备相关资质。2022 年底,受疫情的影响,笔者所在的专业团队在线上参加了 2022 年度第十三届全国心理分析与沙盘游戏大会,大会主题为“积极想象,梦,沙盘游戏,表达与疗愈”。在教师专业团队成长方面,团队购买了荣格分析心理学系列专业书籍,并每周在线上分享学习资源、讲座和论坛信息。在日常工作中,我们通过一对一或团体的形式提供平等督导支持,帮助老师克服在沙盘游戏工作中遇到的困难。

7.2 基于沙盘游戏理念及方法的疗愈型沙龙

这种方法主用于教师团队的建设,沙盘游戏提供了可视化、三维立体的心理世界投射,使老师们能更直观地了解彼此,促进教师团队的合作。在一线工作中,笔者注意到,新班级的三位老师在磨合时通常需要克服一定困难。因此,本团队将尝试以沙盘游戏工作来帮助新班级团队进行磨合。

7.3 新教师、外籍教师、行政员工个性化沙盘游戏支持课程

上学期和本学期,团队每周五上午9:00-10:30开放时间给老师咨询。笔者所在团队观察到来访的大多数为年轻教师、外籍教师、保育员老师以及行政人员。鲜少有经验丰富的班主任老师来参与咨询活动。这表明适应性话题需求高于发展性话题,但并不代表发展性话题不存在,可能只是未被发现。

7.4 家园共育

早在1988年,就有学者指出在家庭中儿童缺乏对系统动力产生重要影响的权力,因此,仅对其进行个体治疗是无意义的。在单独治疗儿童的同时,配合家庭治疗,可以更全面地解决儿童问题。

在家长沙龙的尝试方面,我们初步尝试从三个角度出发。第一,关于儿童心理的科普知识。第二,关于家庭育儿的话题。第三,就是家长心灵疗愈。在疗愈型沙龙的组织方面,我们围绕沙盘游戏的理念及方法,以表达性疗愈为主。目前已经开展的有涂鸦疗愈、音乐疗愈、团体沙盘游戏等,取得了初步的成效。该类型的沙龙的特点是易于任何艺术形式结合,形式有趣,温和。目标不在于揭示过往的问题与伤痛,而在于创造性地解决问题。在沙龙的不断举行过程中,我们也在挖掘家长们的技能,希望家长可以既是沙龙的参与者,也是沙龙的组织者。

每个星期五下午15:00-16:30的时间给到家长一对一和婚姻家庭咨询,使用的技术主要是沙盘游戏,取得了初步的效果,在跟家长进行深度工作的时候,许多对育儿的焦虑得以觉察和转化成长自我成长的话题。当家长的自我成长意识觉醒,对幼儿来说会获得更大的成长空间,也即家长会从控制,到更多的放权给幼儿思考,做出自己的判断。

参考文献

- [1] 邱红燕. 幼儿社会情绪学习的内涵、价值与路径[J]. 学前教育研究, 2021(10): 4.
- [2] 张媛媛, 金星明, 陈津津, 等. 上海城市家庭养育环境与幼儿情绪和社会性发展的相关性研究[J]. 教育生物学杂志, 2020, 8(1): 7.
- [3] 许批. 学前儿童社会—情绪学习课程及其有效性研究[D]. 上海: 上海师范大学, 2017.
- [4] 曹海侠. 生态系统理论视角下促进幼儿社会性发展的生活化教育策略[J]. 长江丛刊, 2020(23).
- [5] 赵晓杰, 张俊. 幼儿教育共同体: 生态理论视野下的模式与构建[J]. 教育导刊: 下半月, 2020(2): 7.
- [6] 方美红. 生态系统理论视阈下幼儿情绪学习影响因素分析[J]. 基础教育研究, 2018, 15.
- [7] 高岚. 沙盘游戏与幼儿的心理成长[J]. 早期教育, 2002(6): 6-9.
- [8] Bronfenbrenner U. Ecological systems theory[M]. London: Jessica Kingsley Publishers, 1992.

Sandplay Therapy to Promote Children's Social and Emotional Development of the Kindergarten-based Curriculum Research

Wang Yue Liu Liangliang

Yung Wing Kindergarten, Huafa Hills, Zhuhai

Abstract: This study is based on the analysis of Sandplay therapy as the main technology psychology theory, social emotion learning theory, ecosystem theory as the theoretical basis, from 2018 to 2012 Sandplay therapy in Zhuhai a kindergarten practice for the research material, in 2022 project of Zhuhai difference planning project, explore the Sandplay therapy as the core technology, focus on children, family, teachers team mental health development of this course. The research method of this study takes “case study method” and “action research method” as the main methods, and gradually tune the course in a large number of practice process, and has made a lot of promotion attempts. The course is well received, and many children, families, teachers and peers benefit from it.

Key words: Sandplay therapy; Children's psychology; Social and emotional learning