

2019年秋季成都市教师继续教育课程超市 (高中)规范性培训总结

——植物疗愈心灵：【箱庭园艺】心理辅导技术的运用

根据成都市继续教育课程总体安排，为进一步深化“全国心理健康教育示范区”建设，充分发挥全国心理健康教育特色学校的示范引领作用，树德中学宁夏校区心理健康教育学科于2019年9月至11月，在本校艺体教研组的支持配合下，共组织了3次主题式教研活动。

一、基本情况

本阶段继续教育课程，围绕箱庭园艺心理辅导技术展开，以园艺疗法为理论支持，辅助音乐、美术等学科融合的形式，以“自我”“生命”“爱与链接”为课程核心理念，以生命记忆、自我认识、促进人际和谐为主要目的，通过花语的述说、植物的表达、影子技术的投射，在放松与自由的氛围中，让学生的身心同时得到倾诉和治愈。同时，与展示课配套的三个讲座内容也是紧密围绕箱庭园艺心理辅导技术展开，就课程体系建设、教学设计解读、以及中学生音乐团体辅导进行了主题发言与讨论，三次主题教研中，共计50余名来自成都市各中小学校的老师们参加了主题教研活动，老师们不仅听课观摩，也亲自动手参与到箱庭园艺工作坊中，对箱庭园艺的疗愈力有了更深刻的体验。

二、课程内容

本期课程分别以《箱庭园艺——植物浮游永生花瓶创作》、

《在园艺故事中看见自己——植物 OH 卡投射画》和《箱庭园艺成长故事之影子剧场》3 个主题展开。

（一）永恒的时光记忆——植物浮游永生花瓶创作

2019 年 10 月 11 日下午，在树德中学学生发展中心，由心理健康王璐老师与庄凌云老师共同执教。同学们从冥想穿越“时光隧道”回到儿时，唤醒记忆中的情绪、感知，觉知自己对于那个事件的情感。故事分享环节，几位同学分别讲述了内心深处的情感，有和儿时好朋友分别的不舍，有和父亲一起写字、读书的温暖陪伴，还有感恩自己出生时长辈的祝福和寄托，每一个故事让在场的老师同学们深深感动。王老师借由永生花永恒的意象，向同学们介绍了各种植物的花语，带领同学们用花语去表达内心的感受和对 TA 的诉说，一起动手制作属于自己的浮游花瓶，并把象征故事的小物件一起封存在永生花瓶中。这是我们记忆可视化的过程，也是对过往情感的表达和纪念，同学们制作出漂亮的浮游花瓶，充满幸福的与小伙伴们分享自己的故事和作品，享受在植物疗愈的轻松快乐中。王璐老师做讲座《箱庭园艺心理辅导教学设计解析》主题分享。来自成都市特殊教育学校、实验外国语学校、天府新区白沙中学、新兴中学、大林中学等十余位老师共同参加了本次主题教研，称赞课程形式新颖，享受园艺疗愈，激发生命温暖正能量。

（二）在园艺故事中看见自己——植物 OH 卡投射画

由心理健康王璐老师、唐兰老师共同执教。2019 年 10 月 28 日下午，在学生发展中心开展了植物 OH 卡投射画的主题教研，课程《在园艺故事中看见自己——植物 OH 卡投射画》中，以风

靡世界的潜意识投射 OH 卡为形式，用植物动手制作属于自己的 OH 卡表达生命内心的困惑，帮助同学们看见自己的生命印记，随后以 OH 卡游戏规则《变化多端的三张卡》提供不同看待问题的视角，通过积极视角下的植物 OH 卡再创作去寻找积极资源，赋能解决问题的期待。唐兰老师也就今天的展示课向参与教研的老师们分享了《园艺疗法在中学生心理健康教育中的开展》这一主题。

（三）箱庭园艺成长故事——影子剧场

2019 年 11 月 8 日，在树德中学学生活动中心的舞台上开展了《箱庭园艺成长故事——影子剧场》，由心理健康庄凌云老师与音乐蒋诗瑶老师共同执教。学生们以人际交往中的互动故事为脚本编写心理剧本，以心理学中的影子技术为支持，将自己发生的成长故事以微心理剧的形式表演了出来。同学们在光影的舞台上释放天性，在音乐中用肢体尽情表达内心感受，表达本身就是治愈的过程。蒋诗瑶老师从音乐教学的角度向教研的老师们开展了交流《音乐团体辅导在中学生活动中的开展》，形式新颖，效果良好。

三、授课感受

近年来，我校艺体教研组不断尝试探索心理健康教育与美术、音乐、体育、园艺等学科课程的渗透融合，开发出的《箱庭园艺》特色心理课程，从现阶段取得成效来看，学生们参与积极性高、体验性强、身心统合，人际关系和谐，不仅能够完成课堂赋予的艺术创作、团体合作、园艺活动等项目，也能够通过对自我的探索、对未来的期待，保持良好的心理健康状态，

甚至部分课程反响效果远远超出预期。取得的这些可喜成绩，得益于市教科院提供给一线教师学习交流的优质平台，得益于学校领导、学校发展研究室的大力支持与指导，得益于学科老师的积极配合与协作，得益于学生们的积极参与与启发。为了让植物疗愈心灵的力量更多的传播给学生，我们会继续开发，进一步深化《箱庭园艺》园艺心理课程，促进学生快乐多元成长、促进教师专业发展！



