

第一章 游戏与情商课程概述

第一节 游戏与情商

宋朝苏轼的《教战守》中这样写道：“开元、天宝之际，天下岂不大治？惟其民安于太平之乐，豢于游戏酒食之间；其刚心勇气，销耗钝眊，痿蹶而不复振。”古时的游戏，一般是嬉戏、玩乐的意思。“游戏”一词在《现代汉语词典》中被解释为娱乐活动。在动物世界里，游戏是各种动物熟悉生存环境、彼此相互了解、练习竞争技能，进而获得“天择”的一种本能活动。在人类社会，游戏不仅仅保留着动物本能活动的特质，更重要的是它满足了人类自身发展的需要。游戏最早的雏形，可以追溯到人类原始社会流行的活动：扔石头、投掷带尖的棍子。这些游戏显然是人类以增强生存技能为初衷的。社会进步后，棋牌类游戏、竞技类游戏开始出现，是伴随人类培养智力和适应竞争而生的。所以，游戏的产生并非是为了娱乐，而是人类社会自发的以生存技能培训和智力培养为目标的。

课程即学校教学的科目和进程。而“游戏课程”是“游戏”和“课程”两个词的组合，这一组合自身反映了游戏和课程间所蕴含的内在联系。学生的游戏一般都是在自然状态下自发的活动，所以也就具有了开放性的特点，这种特点凸显了游戏的娱乐功能，而且隐含了发展功能。教育者要对学生的游戏活动加以引导，其目的是在学生享受游戏的娱乐过程中将隐含的发展功能进行挖掘，使之从隐性转变为显性。泰勒也认为：“教育的基本手段是提供学习经验，而不是向学生展示各种事物。”这种观点强调学生是游戏的主动参与者，学生是各种游戏活动的主体。

我们所指的游戏课程是通过开展游戏，创设快乐的学习环境；通过游戏关注学生的天

性，追求回归自然的教育；通过游戏追随学生的兴趣，支持学生的探究表达；通过游戏尊重学生的个性特点，让课程适应发展的需要。

情商是指个体控制和调节自身情绪体验的能力，与智商相比，情商更易受到后天环境的影响，更容易改进、训练和提高。学生天生好动，无论年龄大小，游戏都是他们最喜欢的活动。一个好的游戏可以适应不同个体的需要，能不断引发学生的认知冲突，能给予学生极大的选择自由度，便于学生直接体验。一个好的游戏可在无形中培养学生的情商，它可以让学生在游戏中的学会认同，认同自己，认知同伴的兴趣需要、认知水平和个体差异；一个好的游戏可以让学生在游戏中的学会共享——共享游戏的自由，共享游戏的过程，共享同伴的情感，这里的游戏自由可以是角色选择的自由、同伴选择的自由、交流选择的自由等；一个好的游戏可以让孩子学会思考：我在其中玩了什么？学了什么？感悟到了什么……

心理学研究发现，游戏能促进儿童多方面的发展：游戏可以推动儿童认知的发展，游戏中允许儿童用自由的方式探索各种问题、解决各种问题；游戏可以推动儿童社会能力的发展，尤其是在想象性游戏中，儿童通过扮演不同的角色，学会换位思考；游戏还可以使儿童解决一些情绪上的问题，在儿童心理治疗中就有专门的“游戏疗法”。学生不是被动的学习者，而是主动的学习者和创造者。游戏活动可以使学生的学习主体性得到更为有效的落实，能在更大程度上让学生通过自身的实践活动，获得直接有效的经验和情绪行为的满足，让学生体验学习的快乐及与人交往合作的乐趣，并能让学生在多样化的探索、多途径的活动中进行充分的发现、想象和表达。

游戏能促进学生表达、交往、合作等多种能力的培养；游戏使学生产生积极的情感体验，从而产生积极的个体品质；游戏能让学生宣泄不良情绪，使心理获得平衡；游戏也可使学生的一些特长兴趣得到展现，从而为探索个体自我发展提供途径和机会；游戏可以让学生的情绪管理、识别、调控能力得到培养和提高。

游戏课程具有很强的目标性和统领性，它能在更高层面统领游戏的各个方面，如游戏的选择、游戏的时间安排、游戏的计划及阶段目标等，所以游戏课程对情商教育的作用是巨大的。

(1) 游戏课程可以培养学生正确认识自我、积极进行自我诱导的能力，使学生能正确

地评价自己，不断丰富自己，对自己的人生进行积极乐观的创造。人的心理素质是伴随着人的成长而逐渐形成和发展起来的，因此加强心理素质教育尤其重要。只有心理素质提高了，学生才能变压力为动力，更好地争取和把握各种机遇。针对学生心理正在形成和发展的特点，可以通过有目的的各种游戏引导学生控制情绪，增强社会应变力，让学生学会处理现实与愿望的矛盾，学会自我心理调适，消除心理困惑，提高承受和应对挫折的能力。教育学生要正确对待成功与失败，并善于从中汲取经验教训，形成健康向上的心理。

(2) 游戏课程可以培养学生的人际交往能力和团队精神。学生会受到来自社会的各方面的影响：有来自不同家庭和学校的影 响，有来自各种交往活动的影 响，有来自各种书籍、报刊、广播、影视的影 响。游戏课程不仅会让学生学会知识，而且会让学生学会如何与人交流相处，引导学生建立和谐的人际关系，让学生认识到宽容合作是一种美德，是个人有修养的表现，是当今和未来社会人才必备的基本素质；引导学生要放弃自卑心理，充满信心地对待生活，能够接纳他人，使自己的心理处于轻松愉快之中；引导帮助学生学会与人相处，会关心、理解、同情、忍让他人，严于律己，宽以待人，以培养学生的团结协作精神。

(3) 游戏课程可以对学生进行道德素质及公德教育。学生正处在人生成长的关键时期，学校对于一个人世界观、人生观和价值观的形成至关重要。因此，我们不仅要对学生进行有效的道德素质教育，提高他们的道德水平，教会他们做人之道，使他们真正成为心智与人格全面发展的有用之材。而在公德教育中，既要引导学生发展自己的个性，培养独立的人格，同时也要强调集体意识、社会公益意识，避免因道德和人格的发展发生偏差而形成某种不健全的心理，走向极端、狭隘或偏执。要引导学生正确认识自我，认识社会，树立正确的人生方向，使学生树立正确的世界观、人生观、价值观，提高思想品德素质，增强公德意识，使学生成长为一个心智健全、人格完善的人。

(4) 游戏课程可以加强对学生的道德教育、人格教育和心理健康教育，培养他们适应社会的各种能力。游戏课程有助于学生认识自身情绪：使学生能认识自己的情绪，更能了解各种感受的前因后果，能认知感觉与行为的差距。有助于学生妥善管理情绪：使学生更能忍受挫折。能适当表达自己的愤怒或不满而不必诉诸打斗，较少表现出攻击性或自暴自弃的行为。有助于学生自我激励：对自我、学校及家庭较具正面观念，善于缓解压力，较

少感到孤独、自卑或焦虑，善于将情绪导向正途，能更负责、更专注眼前的学习，能克制冲动。有助于学生认识他人情绪：能从别人的观点看事情，能设身处地为他人着想，懂得倾听。

第二节 游戏的心理基础

为适应社会发展的需要，20世纪90年代初，我国就提出了“素质教育”这一教育理念。在长期的教学实践中，我们了解到儿童的特殊性。要探测与发掘儿童的“潜能”，使其具备良好的社会态度与品德，引导其情商发展，通过多种方法来得到准确的儿童需求。特别是通过一些儿童心理学研究，来准确地解释儿童心理和行为所传递的信息。

瑞士心理学家皮亚杰根据长期的实验研究，认为儿童心理发展具有阶段性，每个阶段与其他阶段有着质的差异，每一个阶段的结构是在前一阶段结构的基础上形成的，形成的结构又为下一个阶段的结构提供条件。同时儿童心理发展又具有固定的、连续的顺序，阶段可以提前或推迟，但顺序不会跳跃或颠倒。总之，他认为儿童认识结构的发展是一个完整的系统，具有整体性，每一个阶段是一个统一的整体，而不是一些孤立的行为模式的总和。他把儿童心理的发展分为4个阶段：感知运动阶段（从出生到2岁左右），这一时期是儿童思维的萌芽阶段；前运算阶段（2岁左右到7岁左右），这个时期表现出表象和形象思维的特点；具体运算阶段（7岁左右到11岁左右），出现初步的逻辑思维；形式运算阶段（11岁左右到15岁左右），是抽象逻辑思维阶段。因此，人们在某些方面已达成共识，且为大多数人所接受：儿童的身心发展在正常条件下总是具有一定的方向性和顺序性，并且是不可逆的，也不可逾越；儿童心理的发展趋势是从简单到复杂，从具体到抽象，从被动到主动，从零到系统；儿童的发展既有连续性又有间断性，整个过程表现出若干连续的阶段；儿童的发展存在敏感期和最佳期；遗传、成熟影响儿童的发展，环境和教育对儿童的发展起着特殊的作用。

维果斯基认为，儿童认知能力的发展受到各种社会因素的影响，其中在问题解决过程中，成人创造的环境及提供的指导是十分重要的。需要训练其认知策略。“认知策略”即儿童在认知过程中发现、解决问题的思维策略，这是美国心理学家布鲁姆在人工概念的研

究中提出的。有专家提出，可通过以“操作—反思—迁移”为模式的认知策略训练，从能力的培养着手，进而达到儿童素质的全面改善和提高。这种全面素质主要体现为一种综合能力。构成这种能力的心理功能十分复杂，分为视知觉能力、语言能力、社交能力、理解能力、行为能力、运动能力和感觉-动作能力。这些能力是一个有组织的、有层次的整体，在人生发展的不同时期具有不同的重要性。世界卫生组织将心理社会能力解释为：一个人有效地处理日常生活中的各种需要和挑战的能力；是个体保持良好的心理状态，并且在与他人、社会和环境的相互关系中，表现出适应和积极的行为的能力。这些都是促进儿童情商发展的重要媒介。

儿童是主动积极的个体，儿童在与环境交互作用中获得知识并产生需求。布鲁纳在认知学习理论中提出：人的认识过程是把新学得的信息和以前学习所形成的心理框架（或现实的模式）联系起来，积极地构成他的知识的过程。

一些研究表明儿童的认知过程镶嵌于他们的日常生活情境之中，儿童获得真实世界的知识几乎全来自于直接经验，主要来自于对自身经验所做的解释，而非来自于其他渠道，儿童不间断且非常用心地重组第一手经验与资料。在学习的过程中，儿童需要经由不断地探索来积累经验，他们以动作和行动来认识外界的事物，以尝试错误的方式来解决实际问题，并凭借听、看、触摸来发现结果。儿童对事物有着浓厚的兴趣，对于各种现象亦表现出强烈的探索欲望，他们喜欢发问并动手探求。他们在实践中吸取经验，并了解事物间的关系。因此，儿童的心智活动常常受限于日常的生活经验，他们会将与物体关联的各种关联印象或不同的经验相联结。所以，外界环境不仅要提供给儿童探索的机会，还要鼓励儿童勇于尝试，并通过实际操作来回答自己的疑问。

通过对儿童特征的分析，可以在一定程度上确定游戏课程大概的设计方向。接下来通过对儿童认知发展起到主要影响的几个方面因素的分析，更深入地研究儿童在不同年龄段的认知发展特点，以此来确定通过游戏课程的干预，儿童认知发展的促进方向。

发展自始至终都是人类社会历史进程中所面临的核心问题。十六届三中全会把“人的全面发展”列为科学发展观的重要组成部分，揭示了发展的本质、目的和动力。人不仅是自然界的存在物，并且更重要的是，人也是社会的存在物。人一生的发展都离不开环境的影响，人一生的认知发展同理，特别是在儿童时期，儿童的成长最容易被环境左右。“孟母

三迁”的故事就真实阐述了环境带给儿童的影响。儿童的才能、性格是在其成长环境中培养出来的。所以给儿童创造一个良好的环境，是教育的先决条件。

新皮亚杰主义认为，儿童的认知发展是一个在认知环境中不断地遇到问题并解决问题的过程，在这个过程中，儿童通过积累认知经验并调动这些经验去解决接下来遇到的新问题。当儿童的一个行为在特定的环境下得到了强化，将来这个行为很可能再次发生，在相似的环境下也会继续发生；西格勒通过一系列的试验去证实这个问题并且发现儿童会使用多种策略，然后随着条件的变化，儿童就会认识到使用某一特定策略的重要性。那么儿童在游戏课程中，则会调动不同的策略主动解决遇到的问题，然后得到选取有效策略的经验。儿童不断发展着的认知和环境的交互作用是学习的关键。

蒙台梭利提出，真正的科学教育学的根本原则是给学生以自由，允许儿童自由活动是实施新教育的第一步，而这种自由活动在她看来就是“工作”。她将儿童在有准备的环境中与环境相互作用的（如操作教具的活动）称为“工作”，只有“工作”才是儿童最主要和最喜爱的活动，而且只有“工作”才能培养儿童多方面的能力，并促进儿童心理的全面发展。这象征着一种“生命的本能”，在顺利的环境下，这种本能会自然而然地从内在冲动中流露出来。“工作”促进了儿童人格的形成及智力与意志的发展，儿童正是在与成人不同的独特的“工作”中实现了心理各方面的发展，并走上了心理发展的正常化之路。“工作”作为一种创造性、建构性的身体的活动或运动，对于儿童的发展具有很重要的作用，可以培养儿童的独立自主精神以及勇气和自信心，也可以培养他们的纪律观念。

游戏对于儿童心理的发展相当重要，它能够促进儿童心理的发展。儿童在游戏中能意识到自己是游戏活动的主体，能够对他人和自己行为的外部个别性进行评价，自我意识也因此得到进一步的发展；儿童能感受到自己内心的成长，能够意识到标志和确立自身成长的成就。所以游戏不仅可以满足儿童的需要，而且在满足需要的过程中，还会使儿童产生新的需要，生成新的心理机能。正如皮亚杰所言：“任何形式的心理活动最初总是在游戏中进行的。”游戏构成了儿童心理发生、发展的最佳状态。同时，游戏的发展是与儿童心理发展的水平相一致的，从游戏的发展也可看出儿童心理的发展过程，游戏对于儿童心理发展的价值不仅局限在儿童时期，还表现在儿童成人以后的生活中，游戏对于儿童心理的发展不仅具有重要的近期效果，而且具有深远的后效。

第三节 游戏与情商课程目标

情商指情感、情绪商数，与智力商数相对应。我们周边许多实例证明，人的成功不在于智商多高，而在于情商多高。智商高的人一般注重把事情做对，情商高的人会考虑把事情做好。

清华大学吴维库教授认为：情商就是人认识情绪和管理情绪的能力。牛津词典对情绪的定义：心灵、感觉或感情的激动或骚动，泛指任何激越或兴奋的心理状态。能够把自己的情绪向上发展的人是高情商的人。我国现在的儿童多数为独生子女，还存在部分的单亲家庭子女、留守儿童甚至孤儿。他们在成长过程中缺乏必要的沟通和交流。同时，儿童的行为标准往往是情绪化的、感性的，他们还不会理性地处理自己的行为，不会思考自己行为的后果。儿童时期又是一个人成长最重要的行为习惯甚至性格特质的养成时期，因此，情商教育对于儿童来说就显得尤为重要。

情商教育主要分为5个方面，即了解自我、自我管理、自我激励、识别他人情绪和处理人际关系。下面简要介绍游戏与情商课程的目标。

1. 通过游戏途径达成学生情商教育的了解自我能力

了解自我指的是自己认识自己并修正自己的言行。

列宁说过：“没有‘人的情感’，就从来没有也不可能有人对真理的追求。”因此，儿童认识到自身的情感体验与情绪变化，并能够通过感悟这样的变化来修正自己的行为，对于儿童的成长来说就显得尤为重要。而游戏，是儿童所喜爱的，也是在儿童教育中作用非常明显的体验式活动。通过游戏的设置，可以达到让儿童在活动中获得体验和感悟，从而有助于儿童的习惯养成和初步认识自我能力的培养。较高水平的情商，有助于儿童创造力的发挥，它是所有学习行为的根本。要预测学生在学校表现的标准，不是看学生积累了多少知识，而是看其情感与社会性的发展。而首先，必须教育学生学会认识自我，只有在认识自我的基础上，才能以此为根基调控好自己的情绪，并随之处理好自己与他人之间的关系。游戏的设置，是要引导有效地激发学生的好奇心与自信心，充分而准确地认识自己、了解自己，从而接纳自己、掌控自己，真正学会做自己的主人。

2. 通过游戏途径达成学生情商教育的自我管理能力的

自我管理指的是调控自己的情绪，使之适时适度地表现出来，即能管理自己。情绪是一把双刃剑，对人既有积极影响，也有消极影响。情绪影响着人们的行为，影响着人们的生活。人的情绪和感情的两极化是相悖的，因此调控不好自己的情绪，对儿童的成长是极为不利的。因此，通过游戏的设置，让儿童“能够认识自己的感受，辨别其异同，作为个人行为的依据”，有助于儿童调控好自己的情绪，管理好自身的行为，同时对于智力的成长也有帮助。一个学生的学习成功与否和学习者的情绪及所处的环境息息相关。学生要能够展示出他们的一些情商技能。学生只有发展出来这些技能，日后才能成功；也才能让世界展示出更成熟的人类精神，使世界洋溢着关心与合作、和平与和谐。

3. 通过游戏途径达成学生情商教育的自我激励能力的

自我激励指的是能够依据活动的某种目标，调动、指挥情绪的能力，它能够使人走出生命中的低谷，重新出发。

人的心灵就像房间一样，时间长了，会有灰尘杂物堆积。无论是大人还是儿童，都要及时清理、洗涤心理垃圾，让心灵时常保持干净、轻松、愉悦的状态。自我激励是与自我管理相联系的，能够做好有效自我认知并自我管理的人，也能够做到自我激励。情商中的自我意识是基础，是根基。能真正地了解自我就能进行有效的自我管理，能进行自我管理就能有效地进行自我激励。但是对于儿童来说，掌握自我激励能力还需要一定的引导，即何时需要自我激励、怎样的自我激励最有效果，以及不同情况不同的自我激励方式的选择。因而，在游戏的设置中可有意对儿童进行引导和规范，帮助儿童学会自我激励，勇于自我激励，最后达到善于自我激励的目的。一个人的思维方式或者说心态，会直接影响其对情绪的处理。凡事能够用发展的眼光去看待，用积极的心态去面对，即便是件不好的事情，也能从中受益。这就是我们希望的能够通过小游戏而实现的目标。

4. 通过游戏途径达成学生情商教育的识别他人情绪的能力

识别他人的情绪，是指能够通过细微的社会信号，敏感地感受到他人的需求与欲望，认知他人的情绪，这是与他人正常交往、实现顺利沟通的基础。

儿童是主动积极的个体，儿童在与环境交互作用中获得知识并产生需求。因此是否能够顺利与他人沟通，在儿童的成长过程中十分关键。我们通过游戏，希望培养孩子能够“检查自身和他人的感情和情绪的能力，区分情绪之间差别的能力，以及运用这种信息以指导个人思维和行动的能力”。在游戏的进程中，可通过预设来达到培养学生这种能力的目的。最终，希望学生们能做到“不仅站在对方角度考虑问题，体验对方的情绪情感，还包括把自己的情感对象（客体）移入，借以达到感染对方的目的”。做到上述内容，即可顺势达到下一个目标——培养处理人际关系的能力。我们设置这些游戏的目的是希望儿童在与他人交往时，能够安稳沉着、镇定，信赖别人，帮助别人，内心具有幸福感，乐于接受指导，对人有礼貌，希望让别人高兴，感到被正确指导，合群，体谅，协作，具有同情心，信赖别人，有人缘，乐于奉献，能长久地保持真挚的友谊，与不同年龄的群体都能融洽相处。在做出决定时顾及别人，乐于帮助朋友。

5. 通过游戏途径达成学生情商教育的妥善处理人际关系的能力

处理人际关系指的是调控自己与他人的情绪反应的技巧。

我们希望通过游戏这种形式，帮助儿童学会在合作的基础上建立并维持健康、有益的关系；抵制不合理的社会压力；预防、管理和解决人际冲突；需要时寻求帮助。儿童应该掌握必备的结交朋友和维持友谊的方法，这对儿童自身的成长也有着尤为重要的作用。从游戏的过程中，关注儿童对小伙伴们态度，适时地进行引导。态度是个人透过经验对他人、对事物在心理、生理上的准备和行为倾向，是外界刺激与个体反应之间的中介因素，是个人对客体的感觉、思想。因此我们的目标是培养儿童能够妥善处理自己的人际关系，能够恰当地表达自己的态度。人在儿童时期掌握一定地处理人际关系的能力，对于他们将来长大以后，进入社会与人交往有着非常重要的作用。在游戏中，儿童与同龄的小朋友一起体验，他们会教会彼此怎样生活、怎样相处、怎样玩耍。他们有着同龄人之间最通俗易懂的交流方式和方法，通过游戏让他们学会怎样妥善处理人际关系，比大人们刻意去教育要有效得多。

从儿童心理发展的角度来看，对自己情绪体验得越多，儿童的发展越成熟。每一次强烈情绪的经历，都是一次宝贵的经验。如果我们允许儿童完整地体验自己的情绪，接纳并

认可自己的感受，有助于他们认知事物、总结规律、提炼经验，有助于他们今后遇到同类境况时做出理智的分析和恰当的反应，有助于他们获得坚实的自信心。我们对游戏的设置，就是为了儿童能够有更多这样的体验和感悟，来帮助他们提高自己的情商，培养他们待人接物的能力，从而推动儿童更好、更健康、更全面地发展。