



新锐师说

XIN RUI SHI SHUO

绘本润童心，“树娃”向美行 ——红专小学“美润”心理健康教育体系的实践创新

重庆市永川区红专小学 沈正兰 樊晓平

摘要：在“各美其美，又红又专”办学理念引领下，重庆市永川区红专小学构建“美润”心理健康教育体系，聚焦绘本阅读与心理健康教育的深度融合。本文从绘本选择的精准性、阅读策略的多元性、学科融合的创新性及教育成效的显著性四个维度，系统阐述“绘本润童心”活动的实施路径，通过性健康教育分级绘本库建设、多模态阅读干预、家校协同评价机制等创新实践，为小学心理健康教育提供可复制的操作范式，助力学生实现认知、情感与社会性的全面发展。

关键词：绘本；小学；心理健康教育；性健康教育

一、贴合需求，精挑细选绘本

绘本以其独特魅力，在小学生的学习与阅读中占据了重要地位。它不仅能激发学生的想象力、培养阅读兴趣，还能提升语言表达和认知能力。红专小学在选择绘本时，充分考虑学生的兴趣、阅读水平、绘本内容与价值观、语言图画质量以及教育性等方面因素。

在性健康教育方面，针对不同年龄段学生的认知特点，学校给出了精准的绘本推荐。这种精准的绘本选择，为不同阶段学生提供了适宜的心理健康知识，满足其成长需求。

年段	推荐	目标	策略
低段 (6~8岁)	《威廉的洋娃娃》《朱家故事》等	帮助他们初步了解身体隐私部位，掌握基本自我保护技能，建立尊重他人隐私的意识，认同性别角色	通过拟人化图画（如将生殖器官比作“小蝴蝶”“小蘑菇”）、儿歌化语言（如《隐私保护小口诀》）降低认知焦虑
中段 (9~11岁)	《男孩、女孩的秘密》《生命与爱的秘诀》等	了解生命诞生过程，学会悦纳自己，理解家庭成员责任和人际关系准则，提高防性侵犯识别能力	结合生物学科“植物繁殖”知识点，通过类比实验（如种子萌发需要“土壤+水分+阳光”）渗透生命教育
高段 (12~14岁)	《成长的秘密》《青春期的女孩》《心理生理知识》等	深入了解两性生殖器官，学会与异性正确交往，掌握防性侵犯技能，了解性病传播途径，懂得保护自己	采用“知识图谱+情景模拟”教学法：绘制《生殖系统解剖图》（简化版），通过角色扮演，演练“拒绝不当触碰”的沟通场景

二、多元策略，激发阅读兴趣

为充分发挥绘本在心理健康教育中的作用，采用多种策略引导学生阅读绘本。猜读绘本是其中一大亮点，通过读封面、看扉页、观封底、前呼后应猜情节等方式，激发学生阅读兴趣，在潜移默化中开展心理健康教育。

（一）猜读绘本，激发趣味挑战

猜读不仅是激发兴趣的手段，更是培养批判性思维的工具。学校开发“五维猜读法”，引导学生从文本细节中建构心理认知。

1. 封面解码：观察《我的情绪小怪兽》封面色彩（红色焦虑、黄色快乐），推测情绪分类标准，建立“情绪可视化”概念。在低年级教学

《谁的尾巴》时，教师直接展示封面，引导学生观察画面，猜测尾巴的“主人”，学生带着这份好奇开启绘本阅读之旅。

2. 扉页溯源：对于像《西游记》这样的绘本，学生可以从扉页暗藏的主题入手，猜测故事内容。通过《勇气》扉页的历史照片，联想“勇气在不同时代的表现形式”，拓展心理品质的文化内涵。

3. 留白补白：针对《失落的一角》结尾“圆与角各自前行”的开放式结局，让学生续写“角找到自我后的生活”，引导接纳不完美的心理建设。有些绘本，如《最好吃的蛋糕》，将故事结局延续到封底，给学生留下无限想象空间，学生可结合前文大胆猜测，沉浸在阅读的乐趣中。

4. 矛盾预测：在《大卫，不可以》阅读中，先呈现大卫闯祸画面，让学生预测“妈妈会如何反应”，对比现实中父母的教育方式，理解规则与爱的关系。

5. 跨页关联：在阅读《夏洛的网》时，学生还能通过猜读结局、根据结局猜中间情节等方式，利用生活经验，回归生活猜读绘本，使阅读过程充满趣味与挑战。分析《蚂蚁和西瓜》中“蚂蚁团队搬运西瓜”的跨页构图，提炼“个体力量与集体协作”的心理隐喻，应用于班级人际关系调解。

（二）讲解绘本，助力认识自我

讲解绘本是帮助学生认识自我的重要途径。学校采用老师讲解、师生合作讲解、个人默读后讲、小组合作讲等方式，让学生在阅读图文结合的绘本过程中，深入了解绘本内容，认识自己。

以《你很特别》为例，老师先带领学生讲述：木匠伊莱制造了很多微美克人，这些微美克人都有一盒星星贴纸和灰点点贴纸，代表表扬和批评。学生接着讲述后续故事。通过这种师生合作、生生合作的讲解方式，学生在趣味与疑惑中阅读绘本，感悟到每个人都有优势与不足，学会正确认识自己的优点与短处，从而树立健康的自我认知。

（三）演绎绘本，学会接纳自我

接纳自己是个人成长的关键，红专小学借助绘本演绎，帮助学生认识到每个人都是不完美的个体，学会接纳自己的独特性，减轻内心压力与焦虑，增强自信和自尊。

在演绎绘本《蓝兔子的耳朵》时，学生深刻感受到每个人都与众不同，即使自己有独特之处，也要以正确的观点看待自己。只有真正接纳自己的不完美，才能爱上特别的自己，有勇气探索自我，建立自信心，更好地应对生活中的挑战。这种通过绘本演绎进行的心理健康教育，让学生在亲身体验中实现自我成长。

（四）创作绘本，实现赏识自我

鼓励学生以多种方式创作绘本，如生生、师生合作，亲子合作或独立完成，并配上简略文字说明。绘本创作成为学生释放情感、处理心理问题的有效方式。

在《你很特别》绘本创作中，学生深刻领悟到每个人都是独一无二的，无须满足外界条件才觉得自己特别。通过创作，学生在接纳自己的基础上，树立了克服困难的自信，发现自己的独特价值，学会赏识自己，不再过分在意他人看法。这种创作活动，为学生提供了表达自我、展现个性的平台，促进了心理健康发展。

（五）评价绘本，促进持续发展

评价绘本是心理健康教育活动的关键环节。以《鸭子农夫》为例，在学生发挥想象创作农场后续场景后，学校采用自评、互评、师评、家