

# 心理弹性视角下智力障碍儿童心理康复教育的干预模式研究

范春红

沈阳市儿童福利院（沈阳孤残儿童特殊教育学校），辽宁 沈阳 110141

DOI: 10.61369/RTED.2025210038

**摘 要：** 本文以心理弹性理论为核心视角，聚焦智力障碍儿童心理康复教育领域，系统剖析当前智力障碍儿童心理康复教育在目标定位、主体协同、内容方法及支持保障方面面临的多重困境。基于心理弹性的保护性因子与危险性因子交互作用机制，从目标重构、主体协同、内容优化、支持强化四个维度，构建“目标—主体—内容—支持”四位一体的干预模式，为提升智力障碍儿童心理康复教育质量、增强其心理韧性提供理论支撑与实践路径。

**关 键 词：** 心理弹性；智力障碍儿童；心理康复教育；干预模式

## Research on the Intervention Model of Psychological Rehabilitation Education for Children with Intellectual Disabilities from the Perspective of Psychological Resilience

Fan Chunhong

Shenyang Children's Welfare Institute (Shenyang Special Education School for Orphans and Disabled Children),  
Shenyang, Liaoning 110141

**Abstract：** Taking psychological resilience theory as the core perspective, this paper focuses on the field of psychological rehabilitation education for children with intellectual disabilities, and systematically analyzes the multiple dilemmas faced by current psychological rehabilitation education for this group in terms of goal positioning, subject collaboration, content and methods, and support guarantees. Based on the interaction mechanism between protective factors and risk factors of psychological resilience, this paper constructs a four-in-one intervention model of "goal-subject-content-support" from four dimensions: goal reconstruction, subject collaboration, content optimization, and support enhancement. It aims to provide theoretical support and practical paths for improving the quality of psychological rehabilitation education for children with intellectual disabilities and enhancing their psychological resilience.

**Keywords：** psychological resilience; children with intellectual disabilities; psychological rehabilitation education; intervention model

### 引言

智力障碍儿童作为特殊教育群体的重要组成部分，其心理康复教育是提升个体社会适应能力、促进身心健康发展的关键环节。传统康复教育模式多聚焦于缺陷补偿，忽视个体内在保护性因子的挖掘与培育，导致康复效果难以持久<sup>[1]</sup>。心理弹性理论强调个体在逆境中通过内外资源整合实现适应与成长的能力，为智力障碍儿童心理康复教育提供新的研究视角。本文立足心理弹性视角，剖析当前康复教育困境，探索科学有效的干预模式，对推动智力障碍儿童心理康复教育高质量发展具有重要现实意义。

### 一、智力障碍儿童心理康复教育面临的困境

#### （一）康复教育目标定位偏差，心理发展需求被忽视

当前智力障碍儿童心理康复教育普遍存在目标定位“重技能轻心理”的偏差，将认知能力提升和生活技能训练作为核心目标，而对儿童的情绪调节、自我认知、人际交往等心理发展需求关注不足。多数康复机构将识字、算数、生活自理等技能掌握程

度作为评估康复效果的主要指标，在课程设置中分配给心理康复的课时占比不足20%。这种目标定位导致康复过程中，教师和家长过度关注儿童的技能掌握情况，当儿童出现情绪暴躁、社交退缩等心理问题时，往往简单归因为“能力不足”，缺乏针对性的心理干预<sup>[2]</sup>。例如，部分智力障碍儿童因长期无法达到技能训练目标，产生强烈的自我否定情绪，出现逃避训练、对抗他人等行为，而康复教育者未及时介入心理疏导，反而加大技能训练强

度,形成“技能提升困难—心理问题加剧—康复效果下滑”的恶性循环。

### （二）多元主体协同机制缺失，康复合力难以形成

智力障碍儿童心理康复教育需要学校、家庭、康复机构、社区等多元主体协同参与,但当前各主体间存在明显的协同不足问题,难以形成康复合力。学校作为教育主阵地,部分特殊教育教师缺乏心理康复专业素养,仅能完成基础教学任务,无法为儿童提供系统的心理干预;同时,学校与家庭的沟通多局限于学习情况反馈,对家庭心理教育方法的指导不足。家庭方面,多数家长缺乏智力障碍儿童心理发展的专业知识,存在两种极端认知:部分家长过度焦虑,对儿童提出超出能力范围的要求,导致儿童心理压力过大<sup>[9]</sup>;另一部分家长则陷入“习得性无助”,对儿童心理康复持消极态度,缺乏主动干预的意识。康复机构与学校、家庭之间存在信息壁垒,康复方案难以衔接,例如机构制定的心理干预计划无法在学校和家庭中得到延续,导致干预效果碎片化。社区在心理康复教育中的参与度极低,多数社区未建立针对智力障碍儿童的心理支持服务体系,缺乏专业的心理服务人员和活动场所,无法为儿童提供常态化的社会心理支持环境。多元主体的各自为战,使智力障碍儿童心理康复教育处于“分散化、碎片化”状态,严重影响康复效果<sup>[4]</sup>。

### （三）康复教育内容方法单一，缺乏针对性与趣味性

康复教育内容与方法的单一化是制约智力障碍儿童心理康复效果的关键因素。在内容设置上,心理康复内容多以理论知识灌输为主,如简单讲解“如何控制情绪”“如何与人打招呼”等,缺乏与儿童生活实际紧密结合的实践内容,导致儿童难以将所学知识转化为实际能力。同时,内容缺乏层次性和递进性,未根据儿童的心理发展水平分阶段设计,对障碍程度较轻儿童的内容过于简单,无法激发其学习兴趣,对障碍程度较重儿童的内容又过于复杂,使其产生挫败感<sup>[9]</sup>。在教学方法上,多数康复教育者采用“说教式”“训练式”的传统方法,缺乏互动性和趣味性。例如,在情绪调节训练中,教师多通过口头讲解情绪识别方法,再让儿童机械记忆,而未采用游戏、情境模拟、角色扮演等儿童易于接受的方法。这种单一的教学方法忽视了智力障碍儿童形象思维占主导、注意力持续时间短的认知特点,导致儿童参与度低,难以主动投入心理康复过程。

## 二、心理弹性视角下智力障碍儿童心理康复教育干预模式探索

### （一）重构康复教育目标，聚焦心理韧性培育

基于心理弹性理论,重构“技能提升与心理韧性培育并重”的康复教育目标体系,将心理韧性培育贯穿于康复教育全过程。在目标设定中,明确心理韧性培育的核心地位,将情绪调节能力、自我效能感、人际交往能力、逆境应对能力作为心理康复的核心目标,与认知技能、生活技能目标有机融合。根据智力障碍儿童的年龄、障碍程度和心理发展水平,制定分层递进的目标体系:低龄轻度障碍儿童以情绪识别与表达、基本自我认知为核心

目标;高龄轻度及中度障碍儿童以情绪调节、人际交往、简单逆境应对为核心目标;重度障碍儿童以情绪安抚、自我保护意识培养为核心目标<sup>[6]</sup>。为确保目标落地,建立“目标—评估—调整”的动态机制,采用心理行为评估量表、观察记录、家长反馈等多元评估方式,定期跟踪儿童心理韧性指标的变化,根据评估结果及时调整目标内容。例如,针对一名因技能训练受挫而产生自我否定情绪的中度智力障碍儿童,将“提升自我效能感”作为阶段性核心目标,通过设定阶梯式技能任务,让儿童在完成任务中获得成就感,同时结合心理疏导,帮助其建立积极的自我认知,实现技能提升与心理韧性培育的同步推进<sup>[7]</sup>。

### （二）构建多元主体协同网络，凝聚康复教育合力

以心理弹性的内外保护性因子激活为核心,构建“学校—家庭—康复机构—社区”四位一体的多元主体协同网络,形成全场景、全方位的康复教育合力。学校作为协同网络的核心枢纽,设立心理康复中心,配备专职心理康复教师,负责制定个性化康复方案、组织心理康复教学和协调各主体关系;定期开展教师专业培训,提升教师的心理干预技能,同时建立家长学校,通过专题讲座、案例分析、实操指导等方式,向家长传授心理康复教育方法,如情绪疏导技巧、积极强化策略等。家庭作为儿童心理发展的重要环境,发挥“基础支撑”作用,家长需主动参与康复教育过程,在日常生活中践行心理康复理念,例如通过亲子游戏培养儿童的情绪调节能力,通过鼓励性语言提升儿童的自我效能感;建立家庭心理康复日记,记录儿童的心理行为变化,定期与学校、康复机构沟通反馈<sup>[9]</sup>。康复机构发挥“专业引领”作用,为学校和家庭提供专业支持,包括开展心理评估、制定个性化干预方案、培训专业师资等;建立信息共享平台,将儿童的康复进展、干预方法等信息实时同步给学校和家庭,确保干预方案的一致性和连续性。社区发挥“环境保障”作用,建立智力障碍儿童心理支持服务站,配备兼职心理服务人员,定期组织心理康复活动,如社交技能小组、情绪管理工作坊等;营造包容接纳的社区氛围,通过宣传教育提升社区居民对智力障碍儿童的认知和理解,为儿童提供安全、友好的社会环境,激活社区层面的保护性因子。

### （三）优化康复教育内容方法，增强针对性与实效性

以心理弹性的保护性因子培育为导向,优化康复教育内容与方法,构建“生活化、个性化、趣味化”的心理康复教育体系。在内容设计上,坚持“生活化导向”,从儿童的日常生活场景中挖掘康复内容,例如将购物场景转化为“人际交往与情绪调节”训练内容,让儿童在模拟购物过程中学习沟通技巧、应对拒绝等逆境情境;同时,融入心理弹性核心要素,设计“情绪认知与调节”“自我认知与肯定”“人际交往与合作”“逆境应对与适应”四大模块内容,每个模块下设不同主题的子内容,如“情绪认知与调节”模块包括情绪识别、情绪表达、情绪控制等子主题。在方法创新上,采用多样化的教学方法,充分调动儿童的参与积极性:采用游戏教学法,根据儿童的兴趣爱好设计心理康复游戏,如通过“情绪卡片配对”游戏帮助儿童识别情绪,通过“小组拼图”游戏培养儿童的合作能力;采用情境模拟法,创设贴近生活

的逆境情境，如“任务失败”“与人发生矛盾”等，引导儿童学习应对策略；采用积极强化法，当儿童出现积极的心理行为变化时，及时给予物质或精神奖励，如表扬、小礼品等，强化其积极行为<sup>[9]</sup>；采用个案辅导法，针对存在严重心理问题的儿童，由专业心理教师进行一对一辅导，制定个性化干预方案。此外，充分利用信息技术手段，开发心理康复教育 APP、线上课程等资源，为儿童提供多样化的学习渠道；根据儿童的个体差异，采用“分层教学”模式，对不同障碍程度、不同心理发展水平的儿童设计不同难度的内容和方法，例如对重度障碍儿童多采用直观、具象的教学方法，对轻度障碍儿童则增加抽象思维训练的内容，确保康复教育的针对性。

（四）强化支持保障体系，保障康复教育可持续性

建立“政策－资源－师资－评估”四位一体的支持保障体系，为心理弹性视角下的智力障碍儿童心理康复教育提供可持续发展的支撑。政策层面，推动制定智力障碍儿童心理康复教育专项政策，明确心理康复教育的地位、目标、内容和保障措施，建立科学的评估标准体系，将心理韧性指标纳入康复教育评估范畴；加大政策执行力度，建立跨部门协调机制，由教育、卫生、民政等部门协同推进心理康复教育工作，确保政策落地见效。资源保障方面，加大资金投入，建立“政府主导、社会参与”的资金投入

机制，政府增加对特殊教育学校和康复机构的财政拨款，重点支持心理康复资源建设，如购置心理评估工具、康复训练器材、建设心理辅导室等；鼓励社会力量参与，通过捐赠、公益项目等方式，补充康复教育资源，例如支持公益组织开展智力障碍儿童心理康复志愿服务活动<sup>[10]</sup>。师资保障方面，完善师资培养体系，在高等院校特殊教育专业增设心理康复相关课程，培养专业的心理康复教师；建立常态化的在职培训机制，定期组织心理康复教师参加学术交流、技能培训、案例研讨等活动，提升教师的专业素养；完善师资激励机制，提高心理康复教师的薪酬待遇、职称晋升机会，吸引和留住优秀专业人才。

三、结语

本文从心理弹性视角剖析智力障碍儿童心理康复教育困境，构建“目标－主体－内容－支持”四位一体干预模式，突破传统缺陷补偿局限。该模式聚焦心理韧性培育，凝聚多元合力，优化内容方法并强化保障，为实践提供新路径。限于研究范围，模式在不同障碍程度儿童中的适配性需进一步验证。未来可结合实证研究细化方案，探索信息技术与模式融合路径，为智力障碍儿童心理康复教育提质提供更精准支撑。

参考文献

[1] 向晶晶. 智力障碍儿童数学能力的发展轨迹：心理理论的作用 [D]. 湖北师范大学, 2024.  
[2] 吴静. 心理辅导技术对智力发育迟缓儿童适应能力的培养研究 [J]. 小学教学研究, 2024, (24): 36-37.  
[3] 袁芮, 兰继军. 依据轻度智力障碍儿童的心理特点开展适合的教育——以影片《启明星》为例 [J]. 绥化学院学报, 2024, 44 (07): 31-35.  
[4] 魏铁听. 智力障碍儿童隐喻理解能力的特征及其影响因素研究 [D]. 新疆师范大学, 2024.  
[5] 李永清, 王子龙. 人际交往视域下智力障碍儿童积极心理干预 [J]. 亚太教育, 2023, (20): 79-81.  
[6] 刘艳春, 邓玉婷, 张曦. 智力障碍儿童对不同对象的分享行为：心理理论的作用 [J]. 心理发展与教育, 2024, 40 (02): 160-168.  
[7] 柴梦晴. 中轻度智力障碍儿童心理健康教育校本课程开发与实践研究 [D]. 云南师范大学, 2022.  
[8] 严茹, 许有云, 潘威. 心理弹性视角下智力障碍儿童心理康复教育的干预模式研究 [J]. 教育现代化, 2018, 5 (52): 318-319+337.  
[9] 刘浩. 我国特殊儿童康复中心协同设计研究 [D]. 华南理工大学, 2018.  
[10] 严茹. 影响智力障碍儿童心理发展的因素分析 [J]. 教育教学论坛, 2018, (15): 235-237.