智障学生休闲教育的意义与策略[[1]](#footnote-0)

**【摘 要】**：休闲，是智障学生现在及未来生活的重要组成部分；休闲，对智障学生来说，具有积极的正向意义：休闲活动促进认知发展；休闲活动提升对美的感知；休闲活动有利于身心健康；休闲活动提高未来生活质量；休闲活动创造就业的契机。然而，已有研究表明，目前智障学生的休闲状况令人担忧，这一方面有学生自身智力残障的原因，另一方面也与环境中的不当因素有关，因此，对智障学生进行休闲教育既重要且必须，符合了新时期课改的精神。笔者从学校和家庭两个层面对智障学生休闲教育提出了建议与策略。

**【关键词】**智力障碍、休闲、休闲教育

人类对“休闲”的思考最早可追溯至古希腊时期，亚里士多德提出“休闲是一切事物环绕的中心”,“休闲是科学和哲学诞生的基本条件之一”以及“只有休闲的人才是幸福的”。[[[2]](#endnote-0)]1899年，美国学者凡勃伦发表《有闲阶级论》，这标志着休闲正式作为学科体系被放在学术层面上加以研究考察。[[[3]](#endnote-1)]1966 年，查理斯.布莱特比尔发表《以闲暇为中心的教育》和《休闲挑战》，首次提出“现代教育应以休闲为中心”的理念。[[[4]](#endnote-2)]此后，世界各国的哲学家、社会学家、经济学家、心理学家、儿童教育家开始了对休闲与休闲教育的研究，发掘休闲教育在各个领域的意义与价值。2006年，“世界休闲大会”和“世界休闲博览会”在杭州召开，促进了我国休闲研究领域的快速发展。陈建华在阐述教育与休闲关系的历史嬗变中提出，后工业时代，“教育为休闲生活做准备”的思想。[[[5]](#endnote-3)]

然而，在特殊教育领域，智障学生的休闲教育研究还存在着很大的空白。以“智障”或“培智”与“休闲”为关键词进行检索，知网上仅能搜到不到10篇相关文献。其中，吴伟在对浙江省12所培智学校学生课外体育活动的研究中发现，培智学校存在缺少体育场地、器材简陋且活动形式单一等情况。[[[6]](#endnote-4)]随后，周媛关注到智障学生的闲暇教育，提出培智学校艺术休闲校本课程开发理念。[[[7]](#endnote-5)]焦丽萍探讨了将扑克游戏进行开发、设计，用作艺术休闲课程内容以丰富智障儿童休闲生活。[[[8]](#endnote-6)]2016年，教育部颁布了最新的《培智学校义务教育课程标准》（2016版），明确将休闲教育列入培智学校选择性课程之中，我们必须认识到，休闲已成为一个人的基本权益，是现代教育的重要组成部分。

**一、休闲对智力障碍者的意义**

（一）休闲活动促进认知发展

休闲活动需要一定的认知基础，反之，休闲活动也可以促进智障学生的认知发展。智障学生由于脑功能损伤，智力发育迟缓，加之后天养育环境中缺乏丰富的实践探索机会，其个性的形成和发展受到限制。而形式多样的休闲活动可以在一定程度上弥补其后天实践活动的不足，增加其外部刺激。在休闲活动中，学生调动各种感官的积极参与,以更好地感知、体验、反思，促进其认知发展。

（二）休闲活动提高对美的感知

现在许多的休闲活动都与对美的感知力有关，智障学生的生活不应只停留在吃喝拉撒的“生”的层面，更应努力“活”出情趣、“活”出滋味。良好的休闲活动可以激发智障学生生活情趣、体验审美愉悦和创造的快乐。

（三）休闲活动有利于身心健康

休闲活动可以为智障学生创造沉浸其中的感受，提高学生的专注力，在遇到困难时，能促进其意志品质的形成，大多数的艺术类的休闲方式，如音乐、美术等，可以帮助学生宣泄其无法用语言表达的情绪，促进其情绪稳定。体育类的休闲方式更可以促进学生的身体健康，强健体魄。

（四）休闲活动提高未来生活质量

教育为生活而教,智障者未来生活质量是特殊教育成果的重要指标。研究显示，绝大多数智障人士成年后离群索居的生活，生活内容贫乏，缺乏社会关系，内心孤独。[[[9]](#endnote-7)]深圳元平特校周媛指出，智障学生一年假期有170天之多，接近全年的二分之一，加之没有课业压力，闲暇时间更是多，因此培养学生的休闲意识、提高休闲能力、养成一定的休闲习惯，拥有休闲技能，有利于与社区产生联结，增进社会适应能力，提升智障者的幸福感与生活质量。

（五）休闲活动创造就业的契机

智力障碍者的能力薄弱，就业渠道狭窄，在就业过程中困难重重，往往只能面临走出校门，转身入家门的局面。[[[10]](#endnote-8)]若是能找到一项适合其特点、符合其兴趣、激发其动力的休闲活动，在休闲中提高能力，毕业后从事与此相关的工作，也可以成为一种辅助就业的途径。

**二、智障生的休闲状况令人担忧**

和休闲重要性相背离的是，目前培智学校智障学生的休闲状态与休闲能力令人堪忧。以笔者提任心理教师任教的广东沿海其发达城市的特殊教育学校中的智障生为例，虽然学校里体育、艺术类的课程较多，但绝大部分学生并没有形成一个稳定的爱好或休闲习惯，在闲暇时间几乎所有时间都是在看电视剧或动画片，较少的同学表示自己会以打电脑游戏、或做家务、或写作业等方式打发时间。这与章彤关于轻度智障学生居家休闲活动的调查研究有相似的结论。

智障生的休闲状况令人担忧，究其原因，可能与以下因素有关：

（一）自身因素。智障学生的智力受损导致其认知能力较差，学习新事物、理解新规则较为缓慢、困难，习得性无助使得他们在学习或练习中遇到困难往往更难以坚持、更容易放弃，因此更难以达到最终目标，更少或几乎没有成就感，这也导致他们缺乏内在的动力，更少去尝试、更难去坚持；另外，少数智力障碍学生还伴随着其他身体疾病，如心脏病、脑瘫、癫痫，对于某些特定的活动量大的休闲方式有很大限制。

（二）外部因素。目前已有的休闲方式相对于智障学生来说，操作难度较大，如球类运动或户外活动等，需要场地、人员、环境及其他能力的配合，因此对于智障生来说，单独进行较为困难，多次练习提升更是困难；另外，休闲活动不意味着一个人的自娱自乐，多数时候，休闲活动除了自我的沉浸与享受以外，还代表着一定的社会归属和融合需要，对于青春期的智障学生来说，同伴的影响非常重要，而往往他们又非常缺乏同伴，因此依靠同伴的影响并不能帮助他们获得更多的休闲讯息与技能；同时，还有一个很重要的外部因素是智障生家庭的重视与引导。与普通青少年不同的是，智障生往往缺乏自我学习能力，他们的学习意识和技能养成非常依赖于学校和家庭的教育和引导。而部分家庭，或出于经济条件的限制，或由于时间不够、陪伴太少，或对休闲的价值认识不足，很少或从来没有对智障孩子的休闲能力进行过引导和培养。

**三、对于智障学生休闲教育的建议与策略**

针对以上分析，可以从以下几个方面促进智障学生的休闲教育：

1. 学校方面

休闲教育是提升学生综合素质的有效途径，学校作为学生受教育的主阵地，可以做的方面：1、响应新课改要求，开发休闲教育校本课程。在课程设置上要充分考虑到学生的差异性，对于轻、中、重度智障学生在课程目标和内容标准上都要有所区别；2、培养具有丰富技能的专业师资团队，预留专门的课时、开辟专业的场所保障课程的顺利实施，做好课程评价、成果展示；3、做好家校配合，和家长一起制定学生的个性化休闲方案，鼓励家长利用闲暇时间、利用身边可获得资源，鼓励和陪伴孩子进行休闲活动，提高休闲技能；4、做好与企业对接，为有特殊才能的孩子找到适合其特点与兴趣的工作岗位，帮助其就业，融入社会。

1. 家庭方面

家庭作为智障者身心成长的最重要基地，对智障者潜能发展、生活与社会适应起到重要作用。[[[11]](#endnote-9)]1、家长或其主要抚养者应提高对智障儿童休闲教育的认识，重视对智障儿童休闲能力的培养；2、整合身边资源，根据孩子的特点与兴趣，和孩子一起选出1-2项合适的休闲爱好，重点培养；3、早期，家长需尽可能减轻环境中的不利因素，如孩子的不熟悉、不适应、缺乏工具、不懂规则等，通过亲自示范与陪伴鼓励，帮助孩子逐渐打消畏难心理，在孩子遇到困难时和孩子一起面对、鼓励孩子坚持，帮助孩子获得成功体验，增强自我效能感，增强其内在动力；4、家长还可以多陪伴孩子走出去，利用社会公众休闲资源，比如公园、图书馆、电影院、商场、运动场进行休闲娱乐，提高休闲技能，增强其社会融合。

参考文献

1. 何平（1987.9）、女、硕士研究生、中学一级教师、研究方向为特殊教育和心理健康. [↑](#footnote-ref-0)
2. [] 王丹.休闲的文化心理学研究[D].鲁东大学,2007:2-3. [↑](#endnote-ref-0)
3. [] 凡勃伦著,蔡受百译.有闲阶级论[M],北京:商务印书馆,2004(4):30-54. [↑](#endnote-ref-1)
4. [] 张烜华.大学生休闲教育的心理健康价值探究[D],天津理工大学,2013. [↑](#endnote-ref-2)
5. [] 陈建华.“教育为休闲生活做准备”——兼论教育与休闲关系的历史嬗变[J].教育研究,2011(10):84-88. [↑](#endnote-ref-3)
6. [] 吴叶伟．浙江省培智学校学生课外体育活动之研究[D].北京:北京体育大学,2007． [↑](#endnote-ref-4)
7. [] 周媛．智障学生的闲暇教育与艺术休闲校本课程开发[J].现代特殊教育.2010.7-8:64-66. [↑](#endnote-ref-5)
8. [] 焦丽萍.扑克游戏在培智艺术休闲课程中的运用[J].甘肃教育,2017(9): 125． [↑](#endnote-ref-6)
9. [] 金萍,彭虹,许家成等.成年智力残疾人生活质量调查[J].中国康复理论与实践.2007,3(13):294-296. [↑](#endnote-ref-7)
10. [] 马廷慧.成年智障人士康复训练服务的思考与实践[J].中国特殊教育.2004(6):41-43. [↑](#endnote-ref-8)
11. [] 李莉,江琴娣.智力障碍儿童家庭生活质量研究现状及启示[J].中国特殊教育.2016(2):10-14. [↑](#endnote-ref-9)