

学校环境中结构化教学与自闭症儿童情绪管理的融合策略研究

刘正凯¹ 谢婷² 叶娟³ 谢宗航⁴

1. 毕节市特殊教育学校; 2. 赫章县第一中学; 3. 赫章县第三中学; 4. 赫章县第五中学

摘要: 自闭症儿童普遍存在情绪调节能力薄弱、行为刻板等核心障碍, 在学校集体环境中易因环境无序、任务模糊、社交压力等出现焦虑、暴躁、退缩等情绪行为问题, 严重影响其学习参与度与校园适应能力。结构化教学以有序性、可视化、可预测性为核心, 通过环境、课程、教学流程、作息安排等的系统化搭建, 能够有效适配自闭症儿童的认知与行为特点, 为其情绪稳定提供外在支持。本文以学校教育场景为核心, 全面梳理自闭症儿童情绪问题的成因及结构化教学的核心内涵, 探究二者在学校环境中的融合逻辑, 构建针对性的融合实施策略, 并通过真实校园案例验证策略的有效性, 旨在为特殊教育教师、融合教育教师开展自闭症儿童情绪干预提供理论参考与实践指引, 助力自闭症儿童更好地适应校园学习与生活, 提升其教育康复质量。

关键词: 学校环境; 结构化教学; 自闭症儿童; 情绪管理; 融合策略

DOI: 10.65976/3080-0374.2026.08.035

随着我国融合教育政策的持续推进, 越来越多的自闭症儿童进入了普通学校、特殊教育学校等接受义务教育, 校园成为自闭症儿童成长与康复的核心场景。然而, 自闭症儿童作为神经发育障碍的群体, 其情绪调节中枢发育相对滞后, 对环境变化、任务转换、社交互动等外界刺激的耐受度相对极低。在传统松散、灵活的学校教学与管理模式下, 容易产生突发情绪问题。比如: 轻者出现哭闹、刻板行为、注意力涣散; 重者出现自伤、攻击他人、逃离课堂等极端行为, 不仅阻碍了自身学习的进程, 也给班级教学秩序、校园安全管理等带来了极大的挑战。

当前, 学校针对自闭症儿童的情绪管理多以事后干预、行为约束为主, 缺乏前置性、系统性的支持方案, 难以从根源上缓解其情绪焦虑。而结构化教学作为针对自闭症群体的经典康复教学模式, 通过打造清晰的有序的环境、明确固定的流程、直观可视化的提示, 能够降低自闭症儿童的认知负荷与不确定感, 从源头上减少情绪诱发因素。但在实际校园教学中, 结构化教学多应用于学科教学, 而与情绪管理的融合度不足, 二者相互割裂, 未能形成协同干预的合力。基于以上相关问题, 探索学校环境中结构化教学与自闭症儿童情绪管理的深度融合策略, 构建“预防—干预—康复”

一体化的情绪支持体系, 成为当前自闭症儿童教育康复领域急需解决的重要课题。

一、核心概念界定与理论基础

(一) 核心概念界定

1. 自闭症儿童

自闭症, 又称孤独症, 属于孤独症谱系障碍, 是一种起病于婴幼儿时期的神经发育性障碍, 核心特征表现为社交沟通障碍、重复刻板行为与兴趣狭窄, 同时伴随感知觉异常、情绪调节能力缺陷、认知发展不均衡等问题。本文所指自闭症儿童为 6 ~ 12 岁的处于义务教育阶段、在学校接受教育的自闭症谱系儿童, 包含轻度、中度自闭症儿童, 其情绪问题突出, 是校园情绪干预的主要对象。

2. 结构化教学

结构化教学由美国北卡罗来纳大学创立, 是专门针对自闭症儿童的教育教学模式, 核心是通过系统化、有序化、可视化的设计, 打造符合自闭症儿童认知特点的教学与生活环境, 主要包括物理环境结构化、作息时间结构化、教学任务结构化、视觉支持结构化等四个维度^[1]。其核心目标就是减少自闭症儿童因环境无序、信息模糊产生的焦虑, 帮助其理解教学要求、适应日常流程, 提升自主学习与行为管理的能力。

课题项目: 2026年毕节市教育科学规划课题(一般课题): 结构化教学在自闭症儿童情绪管理中的应用研究。

作者简介: 刘正凯(1981—), 男, 本科, 二级教师, 研究方向为特殊儿童心理发展、教育策略与方法、康复技术、融合教育实践以及特殊教育政策等。

3. 自闭症儿童情绪管理

自闭症儿童情绪管理是指在学校教育环境中,教师通过专业的教育干预手段,帮助自闭症儿童识别自身情绪、理解情绪产生的原因、掌握情绪调节的方法,减少焦虑、暴躁、退缩等不良情绪行为,学会以恰当的方式表达情绪、应对外界压力,逐步提升校园情绪适应能力的全过程,包含情绪预防、情绪识别、情绪调节、情绪康复四个环节。

4. 结构化教学与情绪管理的融合

结构化教学与情绪管理的融合,是指将结构化教学的理念、方法以及流程全面融入自闭症儿童情绪管理的全过程,以结构化设计为载体,将情绪识别、情绪调节、情绪表达等训练渗透到校园环境、教学活动、日常作息以及行为规范中,实现以结构化预防情绪问题,以情绪管理优化结构化教学的协同干预,从根源上缓解自闭症儿童的情绪困扰。

(二) 理论基础

1. 认知负荷理论

认知负荷理论认为,个体的认知资源是有限的,过多的无关认知负荷会影响个体的学习与行为表现。自闭症儿童的信息处理能力相对薄弱,对模糊、无序以及多变的外界信息处理难度较大,容易产生认知过载,进而引发情绪焦虑。结构化教学通过简化信息、梳理流程以及可视化提示,降低自闭症儿童的无关认知负荷,减少认知压力带来的情绪问题,为二者融合提供了认知心理学依据。

2. 行为主义学习理论

行为主义学习理论所强调的是,行为是后天环境因素与刺激共同作用的结果,可以不断通过环境的优化以及强化训练来塑造良好的行为。然而,自闭症儿童的不良情绪行为则是对外界刺激的应激反应,通过结构化教学来打造稳定的、有序的环境刺激,从而建立固定的行为流程。我们要结合正向强化来引导其掌握情绪调节行为,能够进一步改善其情绪行为的相关问题,为融合策略的实施提供行为学的支撑。

3. 感官整合理论

多数自闭症儿童普遍存在感官整合失调的问题,尤其是对光线、声音以及触觉等外界感官刺激过于敏感或者是迟钝,进而引发了情绪波动^[2]。结构化教学则可以通过不断优化物理环境,控制感官刺激的强度,为其打造舒适的、稳定的感官环境,从而进一步缓解自闭症儿童的感官不适行为,从生理层面上减少情绪诱发的因素,为环境结构化及其情绪管理融合提供了理论支撑。

二、学校环境中自闭症儿童情绪问题的成因及结构化教学的干预价值

(一) 学校环境中自闭症儿童情绪问题的主要成因

1. 环境因素

普通学校的教室、操场以及走廊等场所,光线杂乱、噪音过多、物品无序摆放,空间功能划分相对模糊,在某种程度上不符合自闭症儿童的感知特点;同时,部分校园环境的突发性变化,打破了自闭症儿童的行为惯性,使其产生了强烈的不确定感,进而引发焦虑、烦躁等情绪。

2. 教学因素

在传统的教学中,课程流程灵活多变、教学指令抽象复杂、学习任务难度梯度不合理等因素,导致自闭症儿童难以理解教学要求以及难以把握学习节奏;任务过难或过易都会使其产生挫败感或无聊感,进而出现哭闹、抗拒学习、注意力涣散等情绪行为问题。

3. 社交因素

自闭症儿童社交沟通能力薄弱,难以理解同学、教师的语言与非语言信号,无法顺利地参与课堂互动以及课间交往;在集体社交中容易被误解和排斥,进而产生自卑、退缩、暴躁等情绪问题,甚至出现攻击性行为以逃避社交。

4. 自身因素

自闭症儿童的神经发育相对滞后,情绪中枢的调节功能也相对薄弱,从而无法自主识别、表达以及调节自身情绪;同时,其刻板的行为、兴趣的狭窄等特点,使其难以适应外界的变化,一旦外界环境与自身预期等不符,就会触发强烈的情绪反应^[3]。

(二) 结构化教学对自闭症儿童情绪管理的干预价值

1. 打造有序环境

结构化教学通过划分清晰的校园空间功能区、优化环境感官刺激以及固定物品摆放位置等,打造了稳定的、可预测的物理环境,不断减少自闭症儿童的感官过载以及认知模糊,从而从源头上消除了环境诱发的情绪问题,为其稳定的情绪提供了外在保障。

2. 明确教学流程

通过作息时间、教学流程以及任务步骤的结构化设计,让自闭症儿童能够清晰地掌握每日校园生活、学习流程及要求,避免因流程模糊、突发变化等产生的恐慌、焦虑,提升了其对校园生活的掌控感,进而缓解情绪应激反应。

3. 可视化情绪引导

结构化教学依托于视觉提示、情绪卡片以及流程

图表等工具,将抽象的情绪概念、调节方法转化为直观的、具体的视觉信息,能够帮助自闭症儿童识别自身情绪、理解情绪表达等的正确方式,从而弥补了其语言表达以及情绪认知缺陷。

4. 规范行为流程

通过结构化教学的行为训练以及情绪应对流程设计,引导自闭症儿童形成了固定的情绪调节行为习惯,逐步提升其自主控制情绪的能力,进一步减少突发情绪问题,实现从被动干预到主动调节的转变。

三、学校环境中结构化教学与自闭症儿童情绪管理的融合策略

结合自闭症儿童情绪问题的校园成因以及结构化教学的核心内涵,从环境、作息、教学、行为以及视觉支持五个维度,构建了结构化教学与情绪管理的全方位融合策略,实现了情绪问题前置预防、事中干预以及事后康复的全流程覆盖。

(一) 物理环境结构化融合

物理环境是影响自闭症儿童情绪的首要因素,以“低刺激、高有序、功能清晰”为原则,优化校园环境以及教室环境,实现环境结构化与情绪支持的融合。

1. 划分功能化空间区域

在教室、康复室、校园公共区域等,明确划分学习区、社交区、情绪调节区以及休息区等的功能空间,使用不同颜色、标识、隔断区分边界,避免空间功能混淆^[4]。进一步打造情绪调节区,摆放柔软坐垫、降噪耳机、减压玩具以及视觉安抚物品,远离噪音以及人群干扰,明确标注区域使用的规则,让自闭症儿童在情绪烦躁的时候可自主进入放松状态,缓解其情绪压力。

2. 控制感官刺激强度

不断调整教室光线,采用柔和的自然光,避免强光直射;降低校园的噪音,减少课间喧哗、广播噪音等,对敏感儿童配备降噪工具;简化环境的装饰,避免过多色彩以及图案等造成视觉干扰;固定物品的摆放位置,桌椅、教具、学习用品需要定点放置,避免频繁变动,打造舒适的感官环境。

3. 营造安全心理环境

多角度保持环境布局的稳定性,减少临时的变动;若需要调整,需提前通过视觉卡片告知自闭症儿童,让他们做好心理铺垫,从而降低环境变化带来的情绪恐慌。

(二) 作息时间结构化融合

自闭症儿童对时间的变化、流程的转换极为敏感,无序的作息安排则是引发情绪问题的重要原因,通过

作息结构化,让儿童清晰的掌握每日流程,提升时间的掌控感。

1. 制定可视化每日作息表

采用“图片+文字+时间”的形式,制作极具个性化的校园作息表,将其张贴在教室的显眼位置及儿童课桌旁,明确标注课程、课间、就餐、午休以及康复训练等环节的顺序以及时长,让自闭症儿童能够直观地了解每日活动流程^[5]。每完成一项活动,都要引导自闭症儿童自主标记,增强其成就感与秩序感。

2. 设置流程过渡缓冲期

在课程转换、活动切换的前5至10分钟,通过视觉的提示、语言提醒以及铃声预告等方式,提前告知自闭症儿童即将要开展的活动,给予其情绪与行为的缓冲时间,避免突然的转换而引发的情绪抗拒。

3. 建立固定作息惯例

固定上下课、就餐、午休以及放学的时间,形成稳定的校园生活节奏;针对自闭症儿童的刻板行为特点,将情绪调节训练不断融入固定作息,如每日课间固定开展5分钟的情绪放松活动,培养情绪调节的习惯。

(三) 教学任务结构化融合

将结构化教学的理念融入课堂教学的全过程,不断优化教学流程、任务设计以及指令表达,进而减少教学因素引发的情绪问题,实现了教学与情绪管理的同步推进。

1. 教学流程步骤

将课堂教学、康复训练等拆解为清晰的、简单的步骤,用可视觉的流程图来呈现,避免抽象的、复杂的教学指令;遵循“由简到难、循序渐进”的原则,设置合理的任务难度,避免自闭症儿童因任务过难而产生挫败感、过易产生无聊感,维持其情绪稳定^[6]。

2. 教学指令可视化

教师可采用简短的、明确的语言指令,配合手势、图片、实物等视觉提示,帮助自闭症儿童理解教学要求;避免重复、冗长的指令,减少认知负担,防止因理解困难而引发焦虑情绪。

3. 融入情绪教学内容

在学科教学以及班会课中,融入情绪识别、情绪调节的结构化内容,通过图片、故事以及情景模拟等,教授自闭症儿童认识开心、生气、焦虑等情绪,学习对应的调节方法,将情绪教育常态化、系统化。

(四) 行为管理结构化融合

针对自闭症儿童情绪调节能力薄弱的问题,通过行为的流程结构化,构建标准化的情绪应对体系,从

而培养自闭症儿童自主调节情绪行为。

1. 制定情绪行为应对流程

将情绪爆发分为前兆、发作、平复三个阶段，制定可视化的应对流程：情绪前兆、识别情绪、选择调节方法、平复情绪、回归活动，引导儿童按照流程自主调节情绪。

2. 正向强化情绪良好行为

建立结构化的奖励机制，当自闭症儿童主动调节情绪、正确表达情绪的时候，及时给予贴纸、口头表扬、兴趣活动奖励等正向强化，巩固良好情绪行为，逐步替代不良情绪行为。

3. 规范情绪问题干预流程

针对突发情绪问题，制定标准化干预流程：保持冷静、移除刺激源、引导情绪识别、辅助调节、事后复盘，避免教师盲目干预、情绪化处理，提升干预的效果。

四、案例分析

(一) 案例基本情况

本次研究选取3名义务教育阶段自闭症儿童为研究对象，分别来自特殊教育学校班级与普通小学融合班级，基本信息如下。

案例1：小华，男，8岁，轻度的自闭症，就读于毕节某小学二年级融合班。核心问题：社交沟通能力薄弱，对课堂流程转换、噪音刺激敏感，每日情绪爆发2~3次，表现为哭闹、捂耳朵、趴在桌上拒绝学习，抗拒参与课堂互动与课间社交。

案例2：小俊，男，10岁，中度的自闭症，现就读于毕节某县特殊教育学校四年级。核心问题为：情绪调节能力相对较差，感知觉极为敏感，对环境的变化、任务难度不适应时，出现了尖叫、拍打桌子、撕毁作业本以及自伤等情绪行为，每日情绪爆发3至4次，无法正常参与课堂学习。

案例3：小韵，女，9岁，轻度的自闭症，现就读于毕节市某普通小学三年级融合班。核心问题为：性格内向，在社交中极易容易产生焦虑情绪，不敢勇敢的表达自身需求，遇到了困难时会默默哭泣，拒绝与人沟通，在参与集体活动时情绪较为低落，学习注意力不集中。

(二) 融合策略实施过程

针对3名儿童情绪问题的特点，在学校环境中，多角度、全方位应用结构化教学以及情绪管理融合策略，实施了周期为两个月的短期研究，具体实施过程如下。

1. 环境结构化改造

为3名儿童打造了个性化的情绪友好环境：在融

合班的教室划分了专属学习区以及情绪调节角，特殊教育学校康复室不断优化感官环境，进一步减少强光、噪音干扰；固定自闭症儿童的课桌物品摆放位置，配备了降噪耳机、减压玩具；在情绪调节区张贴了使用规则，让自闭症儿童明确使用的流程。针对小华、小俊的感官敏感问题，调整了教室光线，避免突发噪音的刺激；针对小韵的退缩情绪，进一步打造安静的、舒适的独处空间，缓解社交焦虑。

2. 作息与流程结构化安排

制定个性化以及可视化的作息表，贴在自闭症儿童课桌的右上角，每日早晨积极引导自闭症儿童熟悉当日的流程；课程转换的前5分钟，通过视觉卡片、语言提醒等做好过渡环节；固定每日课间10分钟为情绪放松的时间，引导自闭症儿童积极进行深呼吸、玩具减压等活动。针对小俊的刻板行为，严格遵循固定作息的流程，减少临时的变动；若需要调整，需要提前3天通过图片告知，使其做好心理铺垫。

3. 教学与行为结构化干预

针对小华的社交情绪问题，妥善安排助学伙伴，通过结构化的社交流程，引导其参与简单的互动活动；针对小俊的自伤、攻击等情绪行为，强化情绪前兆的识别训练，教授替代行为；针对小韵的退缩情绪行为，通过情绪卡片鼓励其表达需求，逐步提升社交的勇气。

4. 视觉支持系统应用

为每名儿童制作了专属的情绪识别卡、调节流程卡以及求助卡等，便于随身携带；编写校园情绪的社交故事，每日固定开展10分钟的故事学习；用视觉流程图来呈现课堂任务、情绪应对的步骤，让儿童能够直观掌握相关方法。

(三) 实施效果评估

两个月的干预结束以后，通过情绪行为的记录、教师的评价以及课堂观察三种方式，对比干预前后的自闭症儿童情绪问题变化，结果如下。

1. 情绪问题发生频率显著下降

小华每日的情绪爆发次数从2至3次降低至每周1至2次，哭闹、抗拒学习等行为基本消失；小俊的尖叫、自伤等行为从每日3至4次降低至每月1至2次，也能够自主得进入情绪区调节情绪；小韵的社交焦虑、默默哭泣等行为明显减少，能够主动地表达简单需求。

2. 情绪调节能力明显提升

3名儿童均能通过情绪卡片识别以及表达自身情绪，掌握2至3种情绪调节的方法，面对流程转换以及社交压力时，能够自主的采取深呼吸、求助等方式来缓解情绪，情绪稳定性得到了大幅提升。

3. 校园适应能力改善

小华、小韵能够积极主动地参与课堂互动以及简单的课间社交,学习注意力得到了明显的提升;小俊能够全程参与课堂教学,不再出现自伤、攻击等行为,逐步适应了校园学习生活。

(四) 案例反思

通过案例实践研究证明,结构化教学与情绪管理的融合策略,能够有效地适配自闭症儿童的认知与情绪特点,从源头上减少了情绪诱发因素,提升其情绪调节的能力。但是在实践中不断发现,针对不同程度、不同性格的自闭症儿童,需要个性化、全方位、多角度调整结构化设计的方案;同时,需要教师、家长以及同学积极的协同配合,才能够保障策略的持续实施;部分自闭症儿童情绪问题的改善需要长期的干预,短期干预难以彻底地解决核心情绪障碍。

五、研究结论与展望

(一) 研究结论

本研究通过案例实践,系统的研究了学校环境中结构化教学与自闭症儿童情绪管理的融合策略,得出了以下结论。

学校环境中自闭症儿童情绪问题的产生,是环境、教学、社交以及自身先天性因素共同作用的结果,无序的外界环境与模糊的教学流程则是诱发情绪问题的主要外在因素,情绪调节的能力先天不足是内在的核心原因。

结构化教学通过打造了有序环境、明确流程、可视化支持以及规范化训练等,能够有效地降低自闭症儿童的认知负荷以及感官焦虑,从源头上预防情绪问题的发生,为情绪管理提供了有效载体,二者具有高度的融合适配度。

构建的物理环境、作息时间、教学任务、行为管理以及视觉支持五位一体的融合策略,实现了自闭症儿童情绪问题的全流程干预,经过案例验证具有显著的实践效果,有效减少了情绪问题的发生频率,提升了自闭症儿童情绪调节与校园适应能力。

结构化教学与情绪管理的融合,需要遵循个性化、常态化以及协同化的原则,针对自闭症儿童个体的差异,实时调整方案,积极联合教师、家长与同学形成干预的合力,才能实现最佳的情绪干预效果。

(二) 研究不足

本研究存在一定的局限性:研究对象数量较少,仅选取3名自闭症儿童开展案例分析,研究结果的普适性有待进一步的验证;干预周期仅为两个月,对自闭症儿童的长期情绪的改善效果跟踪研究不足;未充分涉及家庭与学校的协同融合,家庭层面的结构化情绪支持研究有待进一步的深化。

(三) 研究展望

未来可进一步扩大研究对象的范围,涵盖不同年龄、不同程度的自闭症儿童,提升研究结果的普适性;延长干预与跟踪的周期,开展长期追踪研究,验证融合策略的长效干预效果;积极深化家校协同的融合研究,构建校园与家庭一体化的结构化情绪支持体系;同时,全面结合信息化技术,研发数字化结构化情绪支持的工具,丰富融合策略的实施载体,为自闭症儿童的情绪管理提供更全面、更高效的教育支持。

参考文献:

- [1] 王梅. 自闭症儿童教育与康复训练 [M]. 北京: 北京大学医学出版社, 2018.
- [2] 陈云英. 特殊教育概论 [M]. 北京: 教育科学出版社, 2019.
- [3] 李雪荣. 现代儿童精神医学 [M]. 长沙: 湖南科学技术出版社, 2016.
- [4] 郑佳妮. 促进参与的孤独症学生课堂全支持模式的建构与运用研究 [D]. 金华: 浙江师范大学, 2023.
- [5] 朱瑛滢. 孤独症班级中结构化教学的应用现状研究——以福建省X特殊教育学校为例 [D]. 大连: 辽宁师范大学, 2023.
- [6] 葛路遥. 结构化教学对自闭症学生课堂干扰行为的干预研究 [D]. 大连: 辽宁师范大学, 2021.