

第17堂 爱敬师长

(人际关系)

心理班会课——孙晶



爱敬师长——人际关系

一、活动目的

- 1.通过“小树快长大”活动，引导学生认识自己的成长离不开家长和老师的抚育和教导。
- 2.通过生活“摩擦球”活动，引导学生分析与老师、父母长辈相处时容易出现的问题。
- 3.通过“聪明转盘”活动，帮助学生掌握与师长相处的适宜方法，以及“爱与敬”两大基本原则。



爱敬师长——人际关系

二、活动准备

- 1.根据场地条件和班级人数分组，每组**6~8**人，确定组长。
- 2.每人两张彩色心形卡片，书写笔和彩色笔足量。
- 3.印制活动记录单（见活动素材库）。



爱敬师长——人际关系

三、活动过程

活动1：小树快长大

【辅导要点】

以小树长大为牵引，引导学生认识自己的成长离不开家长和老师的抚养和教育，导入活动课主题。

【活动时间】

10分钟。

（建议指导语：同学们，你们常常被比作小树苗，不断地向上生长，我们来做一个和小树苗有关的小活动，看看你够不够灵活和舒展。）



爱敬师长——人际关系

【活动内容】

(1) 活动规则：

- ①衔接语：教师说“小树小树快长大”；学生要接着说“快来快来帮助我”。
 - ②教师说“阳光”，学生要快速站起，双臂向上尽力伸展。
 - ③教师说“雨露”，学生要快速半蹲并鼓掌。
 - ④教师说“泥土”，学生要快速蹲下，双臂环抱膝盖。
- （注意：可以在活动前先引导学生说出小树成长需要阳光、雨露和泥土；动作口令随机发出，变换口令之前要加的衔接语。）



爱敬师长——人际关系

(2) 活动开始。可以多进行几次，速度逐渐加快，激发学生的兴趣，结束后简单点评，提出课堂要求。

(3) 小组限时讨论：像一个小树苗一样的我们，成长所需的阳光雨露和土壤是什么呢？

(4) 组长记录，代表小组发言。

(5) 教师总结。

结合学生的发言总结。

【引导要点】

孩子们的成长离不开亲人和师长的抚养、关心和教育，导入活动课主题。



爱敬师长——人际关系

活动2：生活摩擦球

【辅导要点】

引导学生交流平时与老师、父母，以及其他长辈相处时发生过的摩擦，并讨论分析矛盾产生的主要原因。

【活动时间】

15分钟。

（建议指导语：家长和老师是同学们成长的阳光、雨露和土壤，然而光照不一定都适合，也不会总是风调雨顺。随着同学们年龄的增长，生活中与师长相处出现矛盾的可能性也越来越大，这些问题就像一颗颗小小的摩擦球。）



爱敬师长——人际关系

【活动内容】

(1) 想一想自己于老师、父母，以及其他长辈相处过程中发生过的不愉快的事情，简单记录在活动记录单的“摩擦球”中。

(2) 小组交流，并针对每个同学的“摩擦球”内容，讨论与长辈之间发生矛盾的主要原因有哪些。

(3) 组长进行记录，各组派代表发言。

(4) 教师总结。

结合学生发言总结。



爱敬师长——人际关系

【引导要点】

- (1) 老师、父母，以及其他长辈与孩子之间是管理与被管理、约束与被约束的关系，难免发生矛盾。
- (2) 发生矛盾时，双方都有可能存在问题，要多从自己身上找原因，对自己会更有利。
- (3) 很多矛盾甚至冲突是因为误解，长辈没有了解真实情况或自己没有把事情说清楚。



爱敬师长——人际关系

(4) 自己情绪控制得不好，语言和行为过激，使简单的问题复杂化。

(5) 长辈不同意自己的看法，反对的态度和做法甚至简单粗暴，令自己很生气是正常的反应，但是对长辈表达不满意时如果方法不得当，会引起很多的问题，这是晚辈要承担的责任。



爱敬师长——人际关系

活动3：智慧转盘

【辅导要点】

讨论和总结与师长相处和沟通的要点与技巧，做个爱师敬长的好孩子，重视良好的师生关系和亲子关系的建立。

【活动时间】

10分钟。

（建议指导语：找到发生矛盾的原因，就可以发现解决问题的方法。将“摩擦球”放入智慧盘，就会逐渐减少阻力，与老师和家长能更加融洽的相处。）



爱敬师长——人际关系

【活动内容】

(1) 智慧转盘。

将小组分成两部分，分别讨论下面两个问题：

- ①与老师之间出现误解和矛盾时应该注意什么？
- ②向父母长辈表达不同意见时应该注意什么？

(2) 小组成员以头脑风暴的方式轮流发言，组长进行记录。

(3) 各组依次汇报讨论结果。

(4) 教师总结。



爱敬师长——人际关系

【引导要点】

(1) 与老师之间出现误解和矛盾时应注意：

- ①主动与老师沟通。
- ②态度真诚，不要针锋相对。
- ③语言得体，对老师表示尊重。
- ④注意时机和场合，在人多的环境下不适宜提意见。



爱敬师长——人际关系

(2) 向父母长辈表达不同意见时应该注意：

- ①家人再熟悉，是长辈就一定要注意礼貌，用语文明。
- ②控制情绪，不要像小孩子一样大喊大叫。
- ③主动把事情说清楚，不能不理不睬。
- ④尽力理解长辈的想法，家人之间不要斤斤计较。
- ⑤对父母或者其他长辈有意见可以提，但是必须注意场合和措辞。



爱敬师长——人际关系

(3) “爱与敬”是与师长相处的基本原则，爱与敬要以实际的语言、态度和行为来表达。

(4) 多从自身找原因，有误会主动澄清；有错误主动承认。



爱敬师长——人际关系

活动4：总结与延伸

【活动时间】

5分钟。

【活动内容】

- (1) 自由分享：通过这节课，你有什么新的收获？
- (2) 课后延伸：想一想自己在与父母和老师相处时，哪些角度需要调整 and 注意，分别写在心形卡片制成的“心意相通”卡上，并进行简单的装饰；请父母和老师阅读自己的“心意相通卡”，并予以回复（可以再班内做主题展示）。



爱敬师长——人际关系

四、活动素材库

1. 设计背景

小学高年级学生的自我意识逐渐增强，对生活和学习中的很多事情都有自己的主见，并希望得到家长或老师的认可，不愿意被过多的拘束。当他们的想法没有得到理解或认可时，常常会极力争辩或是心怀不满，师生、亲子之间的矛盾日益凸显。受制于心理成熟水平，与长辈之间出现矛盾和冲突后，孩子们常常不能很好地分析原因，确定解决问题的正确方法，需要对其进行适当的引导。



爱敬师长——人际关系

本堂班会课主要是针对小学高年级学生的设计，目的在于引导学生感受老师、父母、以及其他长辈对自己的关心，分析与师长相处的常见问题和原因，反思矛盾冲突中自身的不当做法，通过朋辈讨论，掌握和强化与长辈相处的基本原则和适宜方法，努力做一个爱师敬长、品行端正的孩子。



爱敬师长——人际关系

2.理论支持

(1) 关于“代沟”

代沟，广义上是指年轻一代与老一代在价值观念、生活态度、思想方法和兴趣爱好等方面存在的心理距离或心理隔阂。狭义上是特指父母子女之间的心理差距或心理隔阂。代沟是客观存在的，但是可以通过增加与父母的有效沟通，从而减少因代购而产生的矛盾。

两代人形成代沟的原因大致可以分为生理原因、心理原因和社会原因。



爱敬师长——人际关系

生理因素：小学高年级的学生处于身体和智力快速发展的阶段，他们活泼、好动、勇于创新，但是却缺乏耐心和持久性。家长自然有责任对孩子的行为进行管教，过于严格或者频繁的管教，会让孩子产生反感。



爱敬师长——人际关系

心里因素：小学高年级的学生自我意识逐渐增强，有独立思考的要求。他们容易冲动，易受他人的影响。家长对子女有较高的期望，对孩子的管教却经验不足，不能理解孩子的真实想法，管教方法比较死板，单一，往往达不到效果，反而会引发更多的矛盾。



爱敬师长——人际关系

社会因素：两代人的生活环境有很大的区别。父母与孩子感兴趣的东西有很大的不同。如果按照父母小时候的想法去推断自己孩子的想法，或是让孩子按照父母小时候被要求的去做，可能会让孩子产生不适应。



爱敬师长——人际关系

（2）如何与父母相处

在面对父母子女之间的代沟问题时，需要双方共同的努力。子女作为晚辈，面对关心自己的父母，应该更加主动地去与父母进行沟通交流，相信他们能够理解自己，支持自己。



爱敬师长——人际关系

①理解尊重。

父母是与我们最亲密的人，我们应该给他们多进行交流，了解他们心里的想法。同时我们应该学会换位思考，站在父母的角度去思考某件事，这样我们就会更加理解父母的初衷，减少彼此之间的矛盾。如果我们要表达自己的观点，也应该用委婉、随和的语气表达自己的观点，这是对待长辈最基本的要求。



爱敬师长——人际关系

②关心了解。

我们都渴望能够被他人关心，父母也是一样的。我们在平时也应该多表达自己对父母的关心。虽然我们不能帮父母解决太多的问题，但是一句关心的话，一件体贴的事，就能让父母感到欣慰。我们应该多与父母交流，了解他们的做法，用我们的听话和懂事去分担父母的压力，就是对养育我们的父母最好的回报。



爱敬师长——人际关系

③承认错误。

父母对我们给予厚望，所以在在我们犯错误的时候，总是希望我们能及时认识错误并尽快改进。如果我们仍然死不承认或者推卸责任，这样只会让父母更加着急和失望，可能还会影响到他们的日常工作。所以当我们做错的事，就要主动承认错误，并且尽力去改正它，这也是有责任心的表现。



爱敬师长——人际关系

④主动交流。

要想拥有和谐的亲子关系，我们可以尝试多与父母一起活动、交流。例如一块儿逛街、一块儿运动，甚至一块儿观看节目等等。通过这些集体的家庭活动能让亲子之间有更多的交流机会，加强彼此的了解，增进彼此的感情。



爱敬师长——人际关系

⑤控制情绪。

亲子之间发生矛盾的时候，双方难免会非常生气。这时如果任意发泄自己的不满，甚至顶撞父母，就如同火上浇油，会让事情发展的越来越严重。我们遇到这样的事情时应该努力控制情绪，不要急着辩解，可以先做深呼吸或者离开一会儿，让自己的情绪平静下来，再把事情说清楚。



爱敬师长——人际关系

(3) 如何与老师相处

老师教授我们知识，当然值得我们尊重。但是在平时的学习中，由于种种原因，有的学生与教师在交流的过程中存在障碍。如果不能很好地处理师生关系，会对双方造成不良影响。作为学生，应该正确认识这一点，努力克服自己的逆反心理，不要故意与老师对抗，应该对老师多一些理解，理智地提出自己的观点，建立和谐的师生关系。



爱敬师长——人际关系

①尊重。

老师也是自己的长辈、对待老师首先要有礼貌，这是作为一个学生最基本的要求，也能在师生互动的过程中，增强彼此之间的好感。尊重老师不仅表现在对老师有礼貌，还体现在能尊重老师的劳动成果上。上课认真听讲，积极思考老师的问题，按老师的要求去做，不让老师生气……这些都是尊重老师的表现。



爱敬师长——人际关系

②理解。

人无完人，每个人都不可能是十全十美的。老师也一样，他也可能犯错误，或者因为考虑得不周到而做出不合理的判断。有的同学评论老师的时候，只看到老师的问题，认为他脾气不好，过于严厉，主观臆断等等，但是却没有想到老师平时对学生的关心，也没有想过老师为什么会有这样的表现。有些同学还喜欢将对老师的不满放在心里，不对老师讲明，或者通过极端的方式发泄不满，造成师生关系的紧张，最终影响学习。作为学生，应该多从积极的角度来看待老师，多想想老师的优点，将更多的精力放在学习上。



爱敬师长——人际关系

③交流

与老师建立良好的师生关系，我们可以主动与老师交流，请老师给自己一些指导。这样我们不仅能够得到老师更多的帮助，提高自己的学习成绩，还能更多地了解老师，体谅老师，减少对老师误解。



爱敬师长——人际关系

（4）向老师提建议的技巧

学生在与老师相处的过程中，可能会产生不同的意见，学会恰当地提出自己的观点，能减少矛盾的发生。



爱敬师长——人际关系

①注意场合与时机。

给老师提出建议是可以的，但是并不是随时随地都合适的。当老师在认真讲课时或者与别人交谈的时候，我们不应该随意打断，因为这样可能会影响老师讲课的思路，耽误学习的进度，也可能影响其他的同学学习。我们可以在老师讲完一个问题之后再提出自己的观点，这样老师也能更好地回应自己的建议。



爱敬师长——人际关系

②语气礼貌。

虽然我们能给老师提建议，但是老师是我们的长辈，再提建议时我们需要有最基本的礼貌，不能直接指责或理直气壮地提出观点，好像要把老师反驳下去一样。我们应该平和地提出自己的观点，将自己的想法说清楚，以商量的口气去与老师交换意见。



爱敬师长——人际关系

③交流方式适当。

与老师交流的方式可以是多样的，除了在适当的时机直接提出建议外，还可以通过其他方式，比如写信，作业留言，利用网络关系，如微信、QQ等。不管是哪种方式进行沟通，都要积极主动表达观点，可以促进师生之间的交流。切不可对老师心怀不满，却故意憋在心里，这样时间长了容易对老师造成误解，影响师生关系。



爱敬师长——人际关系

3.可替代活动

(1) 身边的故事（可以替代活动2和活动3）

【辅导要点】

通过对两个小品的讨论，引导学生认识与老师或父母长辈相处过程中的不当行为。

【活动内容】

①排演课堂小品（或者制作成为电影）。



爱敬师长——人际关系

小品一

时间：语文课上；地点：教室；人物：老师、小亮、小涛。

主要内容：

老师在津津有味地讲课，小亮在认真地听课，坐在后面的小涛玩着自己的笔，腿还不停地踢着前面小亮的椅子。

小亮被踢烦了，回过头对小涛说：“别踢我的椅子了，你都影响我听课了。”

小涛不以为然，继续玩自己的，一会又踢起小亮的椅子来。小亮实在受不了了，回过头，狠狠地瞪了小涛一眼，小涛嬉皮笑脸的，还给小亮做了一个鬼脸，小亮生气极了，把小涛的笔拿到了自己的桌上，不让小涛再玩，小涛急了，差点站起来，想要把自己的笔抢回来。



爱敬师长——人际关系

这时，老师发现了小涛的举动，生气地问小涛：“发生了什么事？”

小涛忙说：“小亮抢了我的笔！”

老师更生气了，立刻让小亮站起来，并严厉地批评小亮：“小亮你怎么那么不懂事，上课不仅不认真听课，还抢别人的笔，课后把这篇课文抄一遍。”

小亮生气极了，心想：“老师凭什么罚我，明明是小涛先影响了我，老师太不公正了。”在接下来的半节课里，他一直想着这件事，再也不想听课了。



爱敬师长——人际关系

小品二

时间：星期天上午；地点：家里；人物：爸爸、妈妈、小明。

主要内容：

妈妈穿着围裙在屋里拖地，爸爸在看书，小明戴着耳机一边听音乐一边写作业，嘴里还忍不住哼出了歌曲。妈妈闻声走来，说道：“小明，你在干什么？一边写作业一边听歌，这样哪能写好作业！”



爱敬师长——人际关系

爸爸听着声音也走过来了：“是啊，现在可得好好学习，只有这样才能考上好中学、好大学，将来才能有好日子！你看现在竞争压力那么大，大家都在努力，你一放松，就被落下了……”

小明实在忍不住了：“行了，行了，你们说够了没有？烦不烦啊？天天老师说，你们也说，我早就听腻了，你们怎么知道我没好好学习！”说完，一把扯下耳机，扔到一旁。



爱敬师长——人际关系

②讨论问题：

a.小品一的结局可能是什么？小亮怎么做最明智？

b.小品二的结局可能是什么？小明与父母的矛盾是什么？他应该如何去做？

③组长代表小组发言，教师总结（可以参考活动素材库相关内容）。



爱敬师长——人际关系

(2) 我的修正带（可以替代活动4）

【辅导要点】

反思自己平时与老师、父母长辈相处时的不当之处，并思考如何调整。

【活动内容】

- ①想一想自己平时与老师、父母长辈相处的过程中，哪些地方做得好，哪些地方做得不够好。
- ②对于做得不好的地方使用“修正带”进行改进。



爱敬师长——人际关系

4. 活动记录单 生活摩擦球

老师

家长

原因



爱敬师长——人际关系

智慧转盘

与老师相处

与家长相处



谢 谢

如果有编者不想本平台转载您的文章，请速联系我们，我们将给予删除。

