学生心理守门人
Mental Health Gatekeeper

爱父母，敬老师

(人际交往篇)

天津市精神卫生中心 张嫦

活动目的

- 1.通过活动增强学生尊重老师、长辈的意识。
- 2.结合案例分析，认识与师长相处时不适当的态度和方式。
- 3.学习与师长相处的适当方法，提高与长辈沟通的能力。

活动准备

- 1.准备与妈妈、爸爸、老师相关的歌曲5首左右。比如“世上只有妈妈好”，“我轻轻走过老师窗前”等。
- 2.排演小“？”剧场情景剧。
- 3.用彩色手工制剪成心型，直径5厘米左右即可，每个学生三张。（也可以准备彩纸和剪刀，让学生在课堂中自己剪出）
- 4.印制活动记录卡，分组方法可采用猜拳法或者臂贴彩色字母分组发，注意男女生比例适当。

活动过程

活动一：超级小歌迷

- 指导语1：同学们，今天的活动课我们先来进行一个“超级小歌迷”的游戏。方法是老师给你们播放歌曲，只要猜到是什么歌，就举手抢答，看看谁猜得又快又准。

提示：事先准备的与爸爸、妈妈和老师相关的歌曲，最好贴近学生的年龄。对于回答迅速准确的学生要给予鼓励，或者送个小礼品。

- 指导语2：今天给大家听的歌曲都是歌唱我们的爸爸妈妈还有老师的，他们是陪伴我们长大的最重要的人。可是随着同学们一点点儿长大，也会时常对他们不满，甚至出现些小矛盾，小冲突。今天我们就要通过一系列的活动来谈谈这个话题。

- 指导语3：下面心情大家完成三个句子填充的题目，与平时作业和考试不同的是，这里的句子填充没有标准答案，你是怎样想的就怎样填。请大家在记录纸的“奇思妙想”栏目里完成。
- 题目：我和妈妈就像{　　}和{　　}。
- 　　我和爸爸就像{　　}和{　　}。
- 　　我和老师就像{　　}和{　　}。

提示：巡视学生填写的状况，发现新意有趣的可以在班级内分享。发现敌意或者消极的回答，要予以充分关注，切记随意评价、当众批评、讽刺羞辱。可在课下了解具体原因，予以

活动二：小“？”剧场

- 指导语4：从“奇思妙想”完成的结果来看，每个同学对于自己与父母和老师的关系都有独特的看法和感受，但是认真分析一下也有很强的相似性和一致性。父母、老师都是重要的长辈，朝夕相处不可能没有矛盾和冲突，比如正当的要求被拒绝，老师的批评是冤枉了自己，越解释越麻烦，或者自己忍着但是心里很委屈，怎么办好呢？下面我们来看个情景剧，主人公小“？”同学，就有类似的烦恼，看看我们能不能帮助他（她）。

提示：请学生演出事先排练的情景剧，也可以写出详细对白，课堂上临时请有表演能力的学生当堂分角色饰演。

- 主角：小“？”（男女生均可，戴着小眼镜，很喜欢提问题）
- 配角：爸爸，妈妈，班主任，旁白
- 【第一幕】
- 旁白：小“？”是这位眼镜同学的绰号，因为他的口头禅是“为什么”，今天是他的生日，看他高高兴兴地起床了，会不会有开心的一天呢？
- 妈妈：（一边忙着做早点，一边喊）到点了，快起床！
- 小“？”：（伸懒腰，忽然笑了笑）啊，今天是我的生日啊！应该会有美食和礼物吧？！
- 妈妈：（不耐烦）你能不能快点儿，我还得去医院给姥姥送饭呢！

- 小“？”：（有点儿不高兴，坐到餐桌前，更生气）为什么只有馒头和稀饭？
- 妈妈：你就别挑剔了，快吃吧！
- 小“？”：为什么不挑剔？你忘了今天是什么日子吗？
- 妈妈：（愕然）啊？什么日子，上班上学的日子！
- 小“？”：（愤怒）今天是我的生日，你为什么会忘？
- 爸爸（揉着太阳穴走出，不满的语气）：大早晨的嚷什么？爸爸加班回来天都快亮了，却被你吵醒了。你怎么跟妈妈说话呢，怎么那么没礼貌！

- 小“？”：（质问）为什么不能嚷？看来你也忘了，我的生日礼物呢？
- 爸爸：（更生气）就你这样的孩子还送你礼物？！我们不记得你的生日，你记得我们的吗？
- 小“？”：（气呼呼的，无言以对，突然背起书包往外走去，嘴里念叨着）为什么，为什么，为什么…

- 【第二幕】
- 旁白：小“？”很郁闷，走到校门口时还被主任派去四楼的办公室拿东西，肚子很饿还要跑腿儿，更烦了。等完成了主任的任务走到教室就迟到了，班主任正瞪着眼睛站在教室门口注视着垂头丧气地走过来的小“？”。
- （小“？”像没看到老师一样，直接往教室里冲）
- 老师：（老师拉住小“？”的书包带）小“？”你不知道迟到了吗？！
- 小“？”：我没迟到！
- 老师：你没迟到？你问问同学们，到底迟到没迟到？
- 小“？”：我为什么要问？就是没迟到！

- 老师：犯错误就承认，改正，你这算什么态度！
- 小“？”：为什么承认？我没迟到！
- 老师：好了，你这态度先站这反省三分钟再上课吧！
- 小“？”：（站在教室门口，无限悲伤地说）今天是我的生日啊，为什么这么倒霉啊！为什么，为什么，为什么，为什么？
- 指导语**5**：感谢这几位同学的精彩表演！小“？”的问题还真是不少啊！接下来，咱们分组讨论下面的两个问题：
- （**1**）小“？”和父母的冲突主要原因在哪里？怎样做可以得到生日礼物呢？

- （2）小“？”和老师的冲突主要问题在哪里？怎样做可以避免老师的误解和批评惩罚呢？

提示：可以分工，一部分小组讨论第一个问题，另一部分讨论第二个问题。

- 指导语6：请组长发言，同学们相互补充。
- 提示：教师根据学生的讨论结果简单总结。
- 要点：（1）态度温和地提醒父母当天是自己的生日，一定会获得后补的生日和礼物。也许父母并没有忘记，也准备了礼物，只是生气了才故意不拿出来的。（2）先向老师解释是什么原因才迟到了，就不会挨批评了。进校没有迟到不等于进班晚了就不算迟到。与老师沟通要注意态度，尤其不能强词夺理。

活动三：芝麻开门

- 指导语7：其实小“？”这生日的一天还真是够糟糕的，也有值得我们同情的地方。像爸妈如果忘了我们的生日是会伤心的。自己并没有真的犯错误却被批评一定会觉得委屈的。我们来利用一下集体的智慧，进行“芝麻开门”的讨论活动，帮助小“？”不再遇到类似的烦恼。
- 我们要一起努力打开两扇门：
- 一是对父母（长辈）不满意该怎么办？
- 二是对老师有意见怎么提？

提示：小组分工完成两个讨论题，时间控制在5分钟之内，提醒学生在记录纸相应栏目中记录。教师要适当参与学生的讨论，对个别小组给予引导。

- 指导语8：每个小组都讨论得很热烈！我们要看一下，有多少小组拿到了开门钥匙。请组长代表发言。
- 提示：教师要及时记录，整理学生的发言。鼓励引导学生完整表达，最后给以小结。
- 要点：与父母：（1）对父母要有理解之心。
- （2）对父母要有关爱之心。
- （3）交流沟通注意礼貌，跟父母再亲，他们也是长辈，必须尊重。
- 与老师：（1）态度诚恳
- （2）礼貌尊重
- （3）注意场合

- 指导语9：和父母、老师相处，只要我们的态度，做法是适当的，爸妈会很开心，老师也会很喜欢。这里老师送给同学们两把金钥。
- 与父母相处的钥匙是“爱”，与老师相处的钥匙是“敬”。谁的钥匙和老师的一样，也是金钥匙？好！为我们自己有金钥匙而鼓掌吧！

活动四：心灵花园

- 指导语**10**：这节课的最后，老师要发给每位同学三张心形卡，你要给自己的爸爸，妈妈以及某位老师分别写一张。给父母的也可以换成其他长辈。这段话的结构是：
- 亲爱的_____我为_____向你说声对不起，我还要对你说一句：_____。
- 写完的这张卡要给爸爸妈妈以及老师看看，请他们在卡的背面也给你写句话！

提示：也可以让学生就在记录卡上的心形图案上书写，请家长阅后签字。

- 结束语：爸爸妈妈是最爱你们的人，老师最希望你们能够健康长大！
- 哪位同学（或是任意选一组同学）为我们今天的活动总结一句话：

第四单元 人际交往篇

○ “爱父母，敬老师”活动记录卡 ○

姓名：_____班级：_____学号：_____组长：_____

1.奇思妙想：

我和　　就像{　　}和{　　}。

我和　　就像{　　}和{　　}。

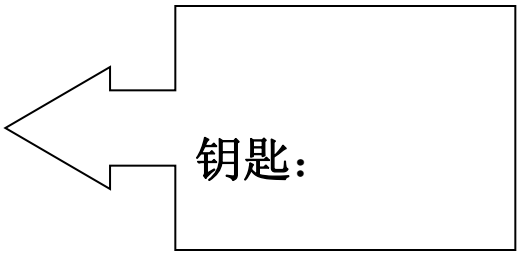
我和　　就像{　　}和{　　}。

2.小“？”剧场：

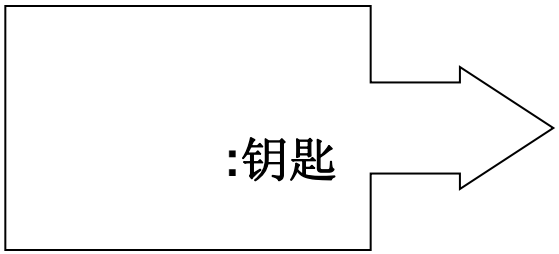
（1）

（2）

3.芝麻开门：

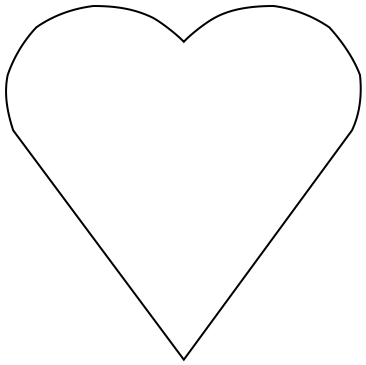


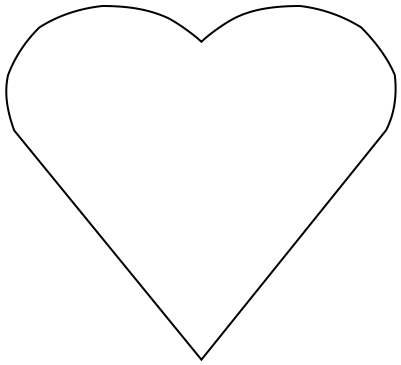
父母之门

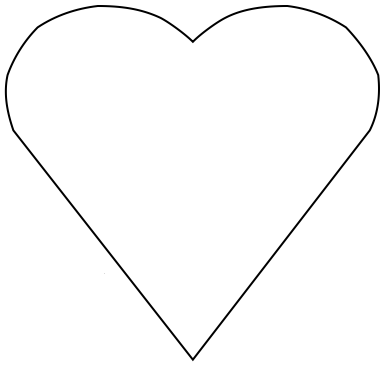


老师之门

4.心灵花园：







活动素材库

1.本课设计理念：

- 小学生非常重视家长和老师等重要成年人的态度、意见和评价。进入中高年级之后，随着身心发展成熟，孩子们渐渐地有了自己的意见，也更多的需要成年人的尊重和肯定，亲自问题和师生矛盾开明显增加。小学生正处理人际矛盾和冲突的能力非常有限，部分学生难在面对误解的时候束手无策，消极承受或者简单反对。本节活动课的主旨，是引导小学中高年级学生以“爱”和“敬”为前提的，与父母、长辈和老师相处的有效方式。

❖ **2.**相关心理学常识：

❖ 人际交往的关键是态度，有什么样的交往态度，就有什么样的交往行为，也就产生什么样的人际关系。小学生由于受自身认识水平发展的限制，容易产生认识上的自我中心，有的学生在人际交往中遇到障碍往往不会从自身角度分析，总是觉得别人对自己有看法，牢骚满腹烦恼重重。如果能帮助孩子从改变自身做起，端正交往态度，问题便迎刃而解了。

❖（1）对待同学朋友——真诚友善，团结合作

- 我们希望学生与同伴相处态度友善，热情大方，说话谦虚谨慎，注意分寸，在集体生活中学会商量、等待和忍耐，学会退让和妥协，学会忠诚与守信，学会宽容和信任，学会倾听和接纳，这些都是维持良好人际关系所必需的技能和态度。这些态度和技能的养成常常需要行为训练。
- （2）对待家长教师——尊重信任，理解关爱
- “尊重”是孩子与父母老师相处最起码的心理需求，有了尊重，才能虚心听取家长教师的意见和教诲，有了尊重，才能构建良好和谐的亲子关系、师生关系。

- 信任家长和老师，学生们都知道父母老师都是爱自己的都是愿意帮助自己的，他们社会经验丰富，因此，应该信任他们有事求助他们，把他们当做朋友。
- “理解关爱”是相互的，培训孩子学会换位思考，理解父母老师工作的辛苦，对自己的关心爱护，也学会关爱回报父母老师，即使是帮父母洗一次碗，在劳累时为父母捶捶背，为老师倒一杯茶……
- 还有不卑不亢、热情大方、谦虚友善等也是与家长教师交往的正确态度。
- 咨询心理学中的黄金规则是：“像你希望别人怎样对待你那样去对待别人。”

3.可替代资料：

（可替代芝麻开门的内容）

很多人在处理问题和与人交往的时候，总是立足于自我的立场，考虑更多的是自己的利益和需要，却总是很少关心他人的需要，更别说是从别人的立场来看问题了。这样就造成了人际沟通中的理解发生障碍和阻塞。我们平常总说别人不理解自己，自己也不理解别人，主要就是由于我们没有站在对方的角度来看问题造成的。要做到换位思考，在考虑问题之前，我们先问自己下面几个问题——换位思考四部曲。

- 第一步：如果我是他，我需要的是……
- 第二步：如果我是他，我不希望……
- 第三步：如果我是对方，我的做法是……
- 第四步：我是在以对方期望的方式对他吗？