

# 最新心理班会爱情 心理班会方案(优质8篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 心理班会爱情篇一

由于中考临近，为了舒缓同学们紧张焦虑的考前综合症，以及活跃班级气氛，营造温馨、团结的班级氛围，增强班级凝聚力，提高同学的参与活动的积极性，我们开展了此次心理班会活动。利于以后良好的氛围中，同学们能更有效地、更积极地学习与进步，相信以后，大家的心会更加团结，在团结互助中，一起进步与成长。

开场语：约1分钟

大风吹

活动时间：约5分钟

活动目的：活跃团队气氛

活动操作：

- 1、把比人数少一张椅子数目的椅子围成一圈。
- 2、除了指导者人以外，其余的人分别坐在不同的椅子上。每张椅子限坐一人。
- 3、指导者站在中央，当他说大风吹，其余的人要接着

喊：“吹什么”。被吹到有符合条件的人必须起来换位置。

## 成长三部曲

活动目的：活跃团体气氛，增进团队感情，体验成长需要，让成员体会成长路上并非一帆风顺，必定要经历一些挫折和起伏，我们要以正确的心态来对待成长中的磨难。

活动时间：约15分钟

成员们最开始都是鸡蛋，然后找同为鸡蛋的成员用猜拳的形式决胜负，赢了的便成长为小鸡，小鸡找与自己一样的小鸡猜拳成长为凤凰，输了的小鸡又变回鸡蛋，重新找另外的鸡蛋猜拳，凤凰之间的猜拳方式类似，赢了的长大成人，可以回到自己的位置上，输了的又变回小鸡。

活动分享：每个人在成长过程中往往都不是一帆风顺的，可能经历许多挫折，但是只要坚持不懈，在经历无数次失败之后一定可以茁壮成长，取得成功。

## 优点大轰炸

活动目的：学习发现别人的优点并欣赏之，促进成员的相互肯定和接纳，树立自信心。

活动时间：约15分钟

活动准备：5张报纸

活动操作：以小组为单位，发给每个组一张报纸，让组员合作将其折成一顶高帽子。每个组的成员围圈而坐，请一位成员坐或站在团体中央，其他人轮流说出他的优点及欣赏之处（如性格、相貌、处事）。然后被称赞的成员说出哪些优点是自己以前察觉的，哪些是不知道的。每个成员轮流到中央

戴一次高帽。

活动规则：必须说优点，态度要真诚，努力去发现他人的长处，不能毫无根据地吹捧，这样反而会伤害别人。参加者要注意体验被人赞时的感受，怎样用心去发现他人的长处，怎样做一个乐于欣赏他人的人。练习结束时，大家心情愉快，相互接纳性增强。

手语操：我相信

活动时间：约5分钟

活动目标：感受音乐，在学做学唱的同时增加自信的动力。

结束语：约1分钟

好，今天的心理班会课我们就上到这里，希望下次有机会我们再见面，也欢迎大家来心理咨询室找我聊聊天。

## 心理班会爱情篇二

在大学里，我们的生活要度过三年，在不断学习生活中，大学生经常会出现一些问题，虽然不是很突出，比例也不高，可是也足以引起我们的重视了。为响应院团委心理健康教育中心组织开展心理健康教育主题班会活动的通知，营造良好的学校心理健康氛围，进一步普及心理健康知识，发挥班级在心理健康教育活动中的主体作用，增强班级凝聚力。

- 1、增强同学的团体荣誉感，增强班级凝聚力，构建和谐班级；
- 2、感受人生的欢乐和幸福，从而以一颗进取乐观的心来看待人生，善待生命的每一天。

“加强心理健康教育，珍爱生命；增强班级凝聚力，构建和

谐班级。”

“团结友爱、珍爱生命”

召开大学生心理健康教育主题班会

2018年5月25号、经贸c304教室

1、播放心理健康班会主题曲、发放心理健康测试题，主持人向同学们介绍一下5·25大学生心理健康日的由来。

2、请班主任讲话并经过ppt向同学们介绍大学生常见的心理问题及调适方式。

3、同学们分组（8人组）讨论以下与主题相关的话题

4、小游戏：

口传悄悄话(我早上已经走到寝室楼下了，发现天有点阴，可是不下雨。我不放心，怕下雨，就回去拿了把伞，没想到之后又是个大晴天)。从第一个人开始以耳语方式传到小组中最终一个人，再请同学们谈感受。

此练习目的是了解真相是如何变成假象的；了解传播的途径越长，失真就越大。所以与人交往是，如果想明白真情，必须不要道听途说；传播和接收信息的人都有职责保证准确。

5、组织每位同学都讲讲班上其他同学的优点

6、观看大学生自杀典型视频案例，并谈谈自我的看法。

7、《如何坚持心理健康》、《心理健康与成功人生》讲座视频

## 8、请班主任总结发言

经过本次班会，提高我班学生的心理健康知识水平，增强心理保健意识。使同学们懂得团结友爱、珍爱生命，增强班级凝聚力，构建和谐班级。让更多的学生关注自身的心理健康问题，及时调整好自我的心理，使自我以后能够生活得更好！

## 心理班会爱情篇三

主题：

寻找缓解和消除消极情绪的方法。

- 1、认知方面：认识消极情绪对学习、生活所带来的危害，懂得消极情绪是可以克服的，了解调节情绪的几种方法。
- 2、情感方面：激发和强化调节自己消极情绪的动机。
- 3、行为方面：寻找并初步掌握适合自己的情绪调节方法。

小品表演，讨论交流。

- 1、重点：使学生掌握用“改变认识”来调节情绪的方法，即“理性—情绪”自我调节方法。
- 2、难点：如何引导学生用合理的想法来代替不合理的认识和想法。

1、指导学生排练小品：“他落入了情绪的深渊”

2、准备录音机和音乐磁带“内心和平曲”、歌曲磁带“幸福拍手歌”。

1、引入课题。

同学们，我们希望自己经常保持愉快的情绪，但是不愉快的情绪总是难免的，那么不愉快的情绪频繁地出现或延续下去好不好呢？下面我们先来看一个小品，请同学们边看边思考两个问题：

(1) 小品中的人物表现是什么情绪？

(2) 这种情绪给他的学习和生活(行为)带来了什么影响？

2、认识消极情绪的危害。

(1) 小品表演：“他落入了情绪的深渊”

内容：学生a□b各自在看发下的数学考卷□a自方自语：“唉，这下完了，79分，比上次下降了10分，爸爸妈妈一定会对我很失望。……这道题怎么多扣我2分，×老师从来没对我有过好感。”然后就趴在课桌上闷闷不乐□b叫a□“××□放学了，我们一起走吧□”a不理□b上前看a的考卷说“啊呀，第三道题你不是复习过了吗？怎么做错了，真可惜□”a冷冷地回答：“是呀，我脑子笨，有啥可惜，有的人开心也来不及呢？”b安慰说：“你不要难过了，我上次测验也只有75分□”a回答：“猫哭老鼠，假慈悲。”

(2) 学生讨论，教师启发引导，并板书。

学生讨论以上两个问题，教师引导学生讨论，启发学生认识小品中人物表现的情绪是消极情绪，并把消极情绪比喻为落入了深渊。伴随这种消极情绪的行为往往是不良行为，不良行为必然导致不良后果，并将学生的发言归纳成板书。

## 心理班会爱情篇四

班会目的：经过这次主题班会，使学生能够体谅父母，能缩短与父母的心理距离，学会如何与父母沟通，真正走近父母。

班会准备：调查问卷、课件制作

开展方法：讨论法，说说、议议。

班会程序：

### 一、课前填写调查问卷

发一纸条，调查学生与自我父母的关系，不需写名字，请真实填写。

a亲密b比较紧张c疏远和一般

填完立刻收齐，统计。

### 二、根据课前统计情景，

导入：是谁，把我们带到这美丽的世界是谁，呵护我们、保护我们、照顾我们是我们的父母！可是，此刻你是否觉得父母和你们的距离已经慢慢地拉大。你和父母是否已经没有了亲密感今日，就让我们来学习如何走近父母。

### 三、出示一些图片，资料是

1. 不顾父母劝阻，长时间上网，荒废功课；
2. 放学迟迟不愿回家，贪玩。
3. 经常“煲电话粥”

如果你有以上情景，父母会如何惩罚自我请同学们讲讲并说说被惩罚后的感受。

被父母惩罚，责骂，或者打，你会觉得父母很不近人情。那让我们站在父母的角度上看看

#### 四. 从父母角度看

投影毕淑敏的“孩子，我为什么打你”。

### 心理班会爱情篇五

[一]、活动课题：优点“轰炸”

[二]、活动目标：学生经过活动，寻找他人的优点，学会欣赏他人，解决如何与人共处，团结合作的问题。

[三]、活动过程：

一、同学们，看你们这一张张可爱的小脸，就如同一朵朵盛开的童子面茶花，如果你肯笑一笑，相信这朵花会开得更灿烂、绚丽，不信，你试试看！

好美！真心期望你们天天欢乐，笑口常开！

可是，在咱班有不少同学有他们内心的烦恼，而这些烦恼大多来自于同学间的相处，有的甚至提出要求调换同桌、小组、宿舍。那么同学之间究竟应当如何相处，才能消除烦恼，使自我欢乐起来呢这正是我们今日要来解决的问题。

二、首先，请同学们来欣赏一段散文，看看能否从中受点启发。

(展示课件1)学会欣赏一棵树

一棵树，若花不好看，也许叶子好看；花叶都不足观，也许枝干错落有致；花叶枝干皆不中看，也许它生的位置很好，在蓝天白云的衬托下，远远地看起来，流露出几分美感。只要你肯去欣赏它，总能够发现它的美。



提问：1、同学们，这段话什么意思，你怎样理解它

2、从这段散文中你受到什么启发

三、那我们为什么要学会欣赏，欣赏又有何作用呢我再请你们观赏一个精彩的故事。（展示课件2）

《山羊和骆驼的故事》（略）

师提问：看了这段故事，你有何收获，能否跟教师，同学们说一说。（生答略）

四、所以，教师期望你们首先要学会欣赏他人，那到底应当如何欣赏一个人呢教师这儿有几种行为，请同学们谈谈你怎样欣赏他们。（展示课件3）

(1) 小刚趁同桌不注意，悄悄地取走了她放在书包里的十元钱后听教师分析这种行为的危害性，他又悄悄地将钱放回原处。（生答略）

师点评：欣赏也是有原则的，小刚偷拿加别人的钱，这种行为极不道德，我们不能欣赏；小刚经过自我教育，知错改错，这一点值得我们欣赏。

(2) 考试卷发下来了，欣欣得了“优”，他十分开心，而丽丽呢，只得了个“良”，她十分难过，悲痛地哭了。（师问：你欣赏谁欣赏他哪一点）

哭过这后，丽丽擦去脸上的泪水，应对自我做错的题，她重新思索，实在弄不明白的，她又去请教欣欣，欣欣呢，也没嘲笑丽丽，而是耐心地为她讲解，一遍又一遍，直到丽丽真正明白为止。（师问：请问你们怎样欣赏他们）

生答略，师随机点评。

五、看来同学们的认识也有所提高，那我们就来看看身边的同学，从他们身上发现闪光点，来欣赏他们，优点大家说，来个优点“轰炸”如何谁先来说。（展示课件4）

1、单个同学举事例说明，师请被欣赏的同学谈感受，谈体会。师适时恰当点评。例如，让学生自悟出，欣赏他人也是自我学习、提高、提高的过程，你尊重、理解别人，就会得到别人的友情，你就会觉得欢乐；欣赏别人的同时，也要欣赏自我，悦纳自我。

2、邀请几位同学做嘉宾上场，请大家来欣赏他们，帮他们找优点，师请嘉宾谈感受与体会。

师点评：被人欣赏是一种欢乐、幸福，能找到自信，会更加努力。

3、小组内交流，互相欣赏。请两个小组上场，演示如何互相欣赏。师点评。

六、同学们找的优点还真不少，优点“轰炸”了我们班，大家说也说不完，其实“金无足赤，人无完人”，我们仅有学会欣赏别人，才会包容他人的缺点，变得宽容，欣赏别人的优点，提高完善自我。欣赏别人，被人欣赏同样欢乐。仅有这样，你才能与人相处愉快。

下头，咱们简便一下，我请三组同学上场，参与一个游戏。

游戏规则：三人一组，分别遮住一人的眼，绑住一人的双手和另外一人的双腿，代表不一样的人自身存在不一样的优、缺点，再给每组两个球，代表贵重物品。要求三人团结合作。将贵重物品运送到目的地。学生游戏过程(略)

师：简便趣味的游戏结束了，你有何收获

生答(略)

师点评：仅有彼此欣赏，团结合作，才能将一件事情做成功。

七、是啊，看来欣赏的确是具有一种神奇的力量。（展示课件5）

《欣赏是一种神奇的力量》

细细地欣赏自己周围的人与事，

你会发现生活本来就很完美。

欣赏是一种神奇的力量，

它会冲洗掉你内心的嫉妒和烦躁。

你能欣赏别人学业的精湛，

你的成绩也会步步攀高；

你能欣赏别人品格的纯正，

你的心胸也会像大海一样掀起波涛。

你能欣赏大地的每一道晨曦，

你的心境就会被彩云围绕；

你能欣赏天空中的每一丝细雨，

你就会有有一个明净而清新的头脑。

你能欣赏自我点点滴滴的提高，

你的前程就会被金色的阳光笼罩；  
你能欣赏父母遗传给你的各种特点，  
你就具有世界上最赏心悦目的容貌。  
欣赏是一种神奇的力量，  
它使你充满自信，永不烦恼；  
欣赏是一种神奇的力量，  
它使人铁人生更绚丽，生活更完美！

师总结：这首诗真正道出了欣赏的作用，期望你们从小学会宽容，学会欣赏，培养广阔的胸襟，学会与人共处，团结合作，将来才能成就一番事业。

人生难免会遇到几种烦恼和困难，期望同学们学会自我调节，坚持欢乐的心境，才能有信心，有勇气去战胜困难。世界上风光旖旎，等着你去欣赏，古今中外文化渊博，等着你去欣赏，期望你们笑对人生。

## 心理班会爱情篇六

为提升学生身心素质，对学生进行身心素质教育，帮助学生正确认识自我、悦纳自我、超越自我；引导学生了解心理知识，疏通心理瘀积，预防心理疾病，提高心理素质，促进学生健康成长和全面发展，为建设和谐校园做出积极贡献。

商学院20xx□20xx级全体同学

主办单位：黄冈职业技术学院

承办单位：商学院

群贤阁

1、本活动分为初赛和决赛，采用评分淘汰制

2、各班开展主题班会，由评委进行打分，分数靠前的6个班进入复赛

3、复赛评选出一等奖一名，二等奖二名，三等奖三名

4、另再评选出一名最佳创意奖

1、班会主题必须关于心理健康教育方面，充分认识心理健康教育的意义及作用

2、班会时长为45分钟

3、班会内容不限，但须符合大学生积极健康的形象

1、主题突出、立意鲜明、具体，紧紧围绕主题组织班会内容，各部分时间分配合理（班会时间45分钟左右）。（20分）

2、具有教育性，班会的内容有利于促进学生正确的认知、情感、态度、价值观的形成，注重学生主体精神的培养。（20分）

3、具有实效性，班会的形式新颖活泼，丰富多彩，为学生所喜闻乐见，学生积极参与，乐于体验，精神饱满，气氛活跃。（30分）

4、具有艺术性，班会准备充分，会场布置得当，教师、学生的仪表、举止、语言得体。（10分）

5、具有创新性，班会的形式、方法上有合理创新。（20分）

商学院团总支学生会

女生部

20xx年7月7日

## 心理班会爱情篇七

力成了至关重要的一点。大学生是宝贵的资源，是一个国家未来的栋梁，作为社会活动的主要推动力量，大学生不仅要做到“德智体美”全面发展，还应锻造健康的心理。大学生的心理正趋向成熟，是人生观，世界观，价值观形成的重要时期，大学生的情绪不甚稳定极易产生心理矛盾，心理冲突，因此大学生需要心理健康教育以提高学生的心理健康水平，优化学生心理素质，促进其人格成熟，而人际关系又是组成心理健康的重要指标。为此我们班召开此次班会，让更多的同学树立健康的心理意识。

授同学人际交往的技巧。促使本班学生了解心理健康的价值和意义，让本班学生充分认识到接受心理咨询不等于有心理疾病，让本班同学自我调节，采取有效途径解决心理问题的意识，解答一些同学生活和学习中的实际问题，增强班级凝聚力，本次班会对于破除同学对心理问题及心理咨询的误解，让同学们能正确对待心理问题及心理咨询，帮助同学们树立维护心理健康的意识，预防心理疾病，增强班级凝聚力，有重大意义。

1. 主持人上台，全体同学鼓掌表示班会开始。
2. 主持人发言，介绍心理健康的概念及标准，并请同学讨论生活学习中

心理不健康的表现及注意事项。

3·请辅导员 介绍大学生人际交往影响因素，互动同学们对身边人进行第

借班会机会抽签请另一个同学与其进行沟通，增加交流的机会。

5· 找出一位或几位班级认为最具影响力的学生，告诉大家如何建立良

好的人际关系，真实，深刻的告诉大家生活中应该如何掌握交往技巧，并且获得良好的人际交往能力。

6·将大学生人际关系在大学中的应用推及至上班后的社会，人际关系是关

系心理健康的关键因素，进而会影响人一生的幸福。

7·进行游戏环节

8·辅导员总结班会情况，给予意见与建议。

主持人：向芳，向术

策划书：心理委员

费用：纸张若干（抽签用品）

装饰用品：班级用品已购买

班级布置：2611110班委会成员

后勤及善后工作：2611110班委会成员

附件：

主持人发言稿及游戏环节：向芳（芳）向术（术）以下皆用简称。 芳：亲爱的廖老师····大家晚上好！

术：可爱的同学们····大家晚上好！

芳：哎，向术，今天的班会是开学以来的第一次心理班会吧？

术：对啊，向芳，我问你个问题啊。

芳：什么问题问吧，我可是很博学的哦。

术：你觉得怎样的人才算是健康的呢？

芳：这个啊，应该是心理和身体同样没有疾病吧。

术：回答正确，今天我们要探讨的主题就是，怎么样才能做更健康的当代大学

生。

术：好了我们请同学们对身边的人谈一下，你第一次见到对方，他给你的一个

什么样的印象？

芳：下面让我们找几对同学谈一下自己觉得自己的人际关系如何？····

芳：谢谢廖老师的精彩介绍，下面我们进行一下抽签，抽到签的人要在台上说

一件自己认为最糗的事，让我们来评判够不够糗，不够糗我们怎么办？~~~！ 术：当然是，表演节目了~~~~~！

.....



芳：我想做一件事。

术：什么事说出来我们帮你参考一下。

芳：我一直都蛮佩服几个人的。

术：能让你佩服不容易啊，说一下谁啊，不会是我吧。

芳：他们让我佩服的是他们的交往能力，下面就让我们请上xx□xx,xxx同学上

台传授经验~~!!!

术：掌声有请~~!!!

.....

芳：谢谢以上同学的发言。

术：接下来就是我们最喜欢的游戏时间了。

芳：第一个游戏，惊人话，我们已经将全班分成三组写纸条，第一组写名字（自

己以外的班里同学的）第二组写形容词，第三组写赞美词。然后随意收集到一起，分类放好随意抽取。组成一句话，交给抽到名字的人来读。

术：第二个游戏微笑握手。在一分钟内，尽可能的和自己认为想要深刻了解的人微笑握手，一分钟结束后，将自己握手人数告诉主持人。

游戏三：优点轰炸。选出一位同学站在讲台中间，其余少部分的同学围着这位同学讲出那位同学的优点，可以是关于样

貌，性格，人际交往等等· · · · · 芳：都听明白了吗？那么游戏正式开始。

.....

术：惊人话，增强自己的自信，微笑握手的人数彰显着你们自己的性格，尽可

能的多握手，可以提高自己的人际交往能力，优点轰炸，让你明白自己看得见以及看不见的那些优点，更加深刻了解自己~~~！！

芳：掌声送给我们今天上台的勇士。

术：开心的时光总是短暂的，很快的我们的班会今天就要到此结束。

芳：让我们请廖老师来为我们做一下班会总结，来结束我们今天的班会。 术：掌声有请~廖老师~！！

廖老师： · · · · ·

## 心理班会爱情篇八

1. 帮助学生认识倾听的重要性。
2. 体验不同的倾听态度和倾听习惯带给别人的不同感受，领悟不同的态度和做法在人际关系中的不同影响。
3. 对学生进行倾听训练，提高他们的人际交往技巧。

： 课件、故事录音、视频、活动要求的卡片

： 1课时

## 一、游戏导入：

### 游戏活动：我说你听

1、请大家听一个故事，故事中会多次出现“白天鹅”和“黑天鹅”这两个词。当听到“白天鹅”时，女同学起立；听到“黑天鹅”时，男同学起立。男生起立的同时，女生要坐下；同样，女生起立的一瞬间，男生坐下。

2、提问：为什么有的同学会在活动中反应既快速又准确？有的同学出错较多？指名说一说。（因为没有听清规则，或者没有听清文字的内容而出现错误。）

教师小结过渡：通过这个游戏我们发现，只有听清听懂才能得到正确的信息，才能反应既快速又准确，今天我将和大家一起来学会倾听（出示课题）

谁来说说你理解的“倾听”是什么意思？（板书：倾听 学生根据自己的理解来解答）

师：倾听就是认真地听、用心地听。

## 二、倾听的作用

过渡：为什么要认真地听，用心去听呢？倾听有什么作用呢？你能结合生活中的体验来谈谈吗？（可引导：什么时候需要倾听，不倾听会怎样？如：上课不认真听课；不仔细听别人说话，造成误会等。）

（根据同学总结，适时出示课件：倾听的作用前两条：1能获取信息，学到知识；2能更好地理解对方的意思，避免误会。）

有同学说，倾听是对别人的尊重（板书：尊重），其他同学有这样的感受吗？我们来进行一个活动，身临其境去体验一

下。

游戏：你说我听

1、 游戏规则：

请一个同学当a角色——讲述者，可以给同学们讲一件有趣的事，也可以讲讲你的烦恼，话题不限。（到室外准备2分钟）

教室内的同学来扮演b角色——不认真倾听的人（课件出示要求）：当a同学一开口讲述，我们将扮演不认真听别人讲话的人，直到老师喊“活动结束”。

具体做法可以按老师发的卡片上的建议去做。（发红色卡片）

游戏结束后，请讲话的a同学谈谈不被倾听的感受。

2、请其他同学也来体验一下不被倾听的感觉，同桌为一组，一个当a□一个当b□活动开始！

3、谈感受

活动结束后，请同学们谈谈自己的感觉。

学生谈感受，从学生的谈话中总结出倾听的重要作用。

（出示课件：倾听的作用后两条：3是对说话者的尊重； 4可以使朋友间的关系更密切……）

谈一谈小学生在交往中倾听可以使朋友间的关系更密切，如朋友间分享快乐，倾听同伴倾诉烦恼……人际交往中有个黄金法则（出示）：“像你希望别人如何对待你那样去对待别人！”

同学们，我们希望别人尊重自己，那我们就要先尊重他人；我们希望自己讲话的时候别人认真听，那我们就要做一个会倾听的人。既然倾听这么重要，那我们该怎样做到更好地去倾听呢？你有什么好的方法或建议。

### 三、倾听的技巧

1、师生交流倾听的方法。

2、（课件出示）倾听时注意事项

1专注，不东张西望，不做小动作；

2面对说话者，用合适的动作、表情、语言等鼓励对方说下去；

（播放“鲁豫有约”视频，让学生直观感受怎样做个优秀的倾听者。）

师：说到合适的表情、动作，老师想给大家看一段视频。有个访谈节目叫《鲁豫有约》，开播近10年了，受到大家的欢迎，主持人陈鲁豫可谓是一个优秀的倾听者。（播放视频）这位主持人就是陈鲁豫，我们来看一下鲁豫阿姨是怎样倾听的，大家注意观察鲁豫阿姨在倾听时的表情、动作、语言。这段视频访问是超级爸爸，曾经的跳水冠军——田亮。

师生交流：鲁豫阿姨在倾听的时候，哪些地方值得我们去学习？

如：点头，身体微微前倾；适当的提问；适当的表情反应如：微笑。（在与他人交流时，体验对方的感受，并对对方的感情作出恰当的反应，心理学上叫做“共情”也叫“同理心”）

3 不随意打断说话者，听对方把话说完。

除了合适的动作表情语言，倾听时还需要注意什么呢？请同

学们听个故事（讲美国主持人和小男孩的故事）

如果你是小男孩，你当时有什么感受？很钦佩这位主持人，说说原因。

#### 四、反思评测

想一想 评一评

刚才我们一起交流了许多倾听的方法，请同学们想一想：在听别人说话时，自己哪些地方做得好，哪些地方需要加强；或者你发现我们身边的哪位同学很善于倾听，也可以谈一谈，让大家学习一下。

#### 五、练习倾听

其实倾听行为也需要不断练习，这样才能养成良好的倾听习惯。下面我们就来运用学到的倾听方法，来练习一下，做一个善于倾听的人。

1请一开始上讲台的同学继续完成刚才的讲述，要求同学们做一个善于倾听的人。（讲完给予掌声）

请这位同学来谈一谈，与上次相比你有什么感受。

2请同学们两人一组，一个当讲话者，一个做善于倾听的人；讲完后两个人可以互换一下角色，都来练习做一个善于倾听的人。

请讲述者谈谈自己的感受，也可以说一说同伴在倾听时哪些地方做得较好，哪些地方需要改进。

3请同学们谈这节课的收获。

#### 六、教师寄语

这节课，我们通过一些活动会学了倾听，希望今后大家在与他人交往的过程中，能做一个善于倾听的人，大哲学家苏格拉底说过：上帝给我们两只耳朵，一个嘴巴，就是让我们多听少说！（出示）

愿我们都能做一个良好的倾听者。