

最新自我保护意识强的人性格怎样 自我保护自我保护总结(汇总10篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

自我保护意识强的人性格怎样篇一

- 1)我还要提醒那些聪明的孩子，在达到一定年龄之后，你们要善于想现行教育争自由，学会自我保护和救赎。
- 2)文字慢慢变的模糊起来，是累了，还是恍惚了，人们总是在不自觉中学会了坚强，学会了自我保护。
- 3)在我们这片古老善良的土地上，没有一种肆无忌惮的自我保护本能，基本等于请求他杀。
- 4)健忘和迟钝，很多时候倒是最好的自我保护方式。对错无妨，于是只想往前走，不愿再难为自己。
- 5)人也许比想象的要擅于趋利避害，选择性遗忘是自我保护的一部分。
- 6)傻有傻的好处，傻子无欲，无欲则刚。傻，有时是一种自我保护的天然屏障。
- 7)也许是某种自我保护吧。事实已经够糟的了，何必在回忆的时候还要为难自己。
- 8)我不打扰你了，也请你别再来惹我，我不能再靠近你，我怕自己显露无能软弱，怕激动了情绪，怕你依旧影响我的体

温，怕你笑我！我不能够，所以远离，自我保护。

9) 豪华尽出成功后，逸乐安知与祸双——王安石

10) 安而不忘危，存而不忘亡，治而不忘乱——《易经》

11) 人无远虑，必有近忧。——《论语》

12) 忧劳可以兴国，逸豫可以亡身——欧阳修

13) 居安思危，戒奢以俭——魏征《谏太宗十思疏》

14) 安不忘危，盛必虑衰。——《汉书》

15) 靡不有初，鲜克有终——《诗经》

自我保护意识强的人性格怎样篇二

在当今社会中，儿童安全问题愈发受到关注。为了保护自己免受侵害，儿童学会自我保护显得尤为重要。通过培养儿童自我保护意识和技能，他们能够更好地预防和应对潜在危险的情况。在这篇文章中，我将分享我对儿童自我保护的心得体会。

首先，儿童应该学会识别危险信号。在我们的日常生活中，总会遇到一些陌生人或陌生场景。这就需要我们警惕起来，学会观察和判断。比如，当有陌生人试图接近我们时，我们应该意识到这是潜在的危险信号。此外，当看到可疑人员在附近时，我们要迅速找到最近的人寻求帮助。通过认识和掌握这些危险信号，儿童能够在危险的情况下及时采取措施保护自己。

其次，儿童需要学会说“不”。在成长的过程中，我们可能会遇到一些陌生人或者同学之间发生冲突的情况。在这种情

况下，我们要学会拒绝不合适的要求，并且坚守自己的底线。如果有人试图欺负或伤害我们，我们应该大声说“不”，并且尽可能找到安全可靠的大人帮助我们解决问题。学会说“不”不仅能保护我们自己，还能培养我们的自信和自尊心。

第三，儿童需要知道怎样应对突发状况。有时候，我们可能会遇到一些突发情况，如拥挤、地震或火灾等。在这些情况下，我们要保持冷静，迅速找到安全的地方避难，并寻求帮助。比如，当发生火灾时，我们要学会用湿毛巾遮住口鼻，避免吸入浓烟。当地震发生时，我们要躲在桌子底下或坚固的家具旁边保护自己。了解并熟记这些应对方法，能够让我们在面对突发事件时做出正确的反应，确保自己的安全。

第四，儿童需要学会保护个人信息。在网络时代，我们要警惕个人信息泄露的风险。儿童要懂得避免与陌生人分享自己的姓名、住址、电话号码等个人信息。此外，我们要了解并使用安全的密码来保护个人账户和隐私。遇到任何需要提供个人信息的情况，我们要求得到父母或老师的同意，并且只在他们的监督下提供所需信息。保护个人信息的重要性需要得到儿童的充分认识和重视。

最后，儿童应该学会争取帮助。在生活中，我们难免会遇到各种各样的困难。当我们无法解决问题时，我们要主动争取帮助，寻找大人的支持和指导。我们的父母、老师和亲朋好友都是可以依赖的人。他们会给我们提供帮助和支持，让我们感到安心。学会争取帮助不仅让我们解决问题，还能让我们感受到社会的温暖和关爱。

总的来说，培养儿童自我保护意识和技能是非常重要的。通过学会识别危险信号、拒绝不合适的要求、应对突发状况、保护个人信息和争取帮助，儿童能够有效地保护自己，提高安全意识。家长和教师应当与孩子们一起加强安全教育，帮助他们明确自我保护的重要性，并在日常生活中给予他们必

要的指导和支持。通过儿童自我保护的训练，我们可以让孩子们在不被伤害的情况下快乐成长。

自我保护意识强的人性格怎样篇三

2) 生存还是死亡, 这是个问题。——莎士比亚

3) 信誉是不可以金钱估量的, 是生存和发展的法宝。——李嘉诚

4) 人多不足以依赖, 要生存只有靠自己。——拿破仑

5) 人生最终的价值在于觉醒和思考的, 而不只在于生存。——亚里士多德

6) 倘能生存, 我当然仍要学习。——鲁迅

7) 人生最终的价值在于觉醒和思考的能力, 而不只在于生存。——亚里士多德

10) 生存还是死亡, 这是个问题。——莎士比亚

11) 信誉是不可以金钱估量的, 是生存和发展的法宝。——李嘉诚

12) 人多不足以依赖, 要生存只有靠自己。——拿破仑

13) 人生最终的价值在于觉醒和思考的, 而不只在于生存。——亚里士多德

14) 任何生命都是把保护自己当作到至高无上的目的, 这是生命世界里的原则。

15) 聚散本是人之常情, 何故难以割舍! 在不经意间, 我已经

学会了自我保护，不再让自己受到外在事件的影响。

自我保护意识强的人性格怎样篇四

自我保护是人们在面临危险或受到威胁时所采取的一种安全措施。而《自我保护》这本书将自我保护的方法和技巧进行了详细的介绍和讲解。读完这本书，我对自我保护有了更深刻的理解和认识，也从中获得了一些心得体会。

首先，自我保护并不仅仅是针对身体上的威胁，也包括精神和心理上的保护。在书中，作者提到了许多面对恶意言语和欺凌的情况下如何保护自己。我记得书中提到了“情绪预警”的概念，即要时刻注意自己的情绪变化，一旦发现自己情绪逐渐变差，就要及时采取积极的调整和应对措施。通过这种方式，我们不仅能够保护自己的心理健康，还能更好地与他人相处。

其次，自我保护也需要我们具备一些基本的技能和知识。在书中，作者介绍了各种自卫术和应对技巧，如何应对各种攻击和威胁。我觉得这些技能对于我们来说很重要，因为生活中危险无处不在，我们如果能够学会一些简单有效的自卫术，将能够提高自己的安全意识，增强自我保护能力。

另外，自我保护也需要我们具备一定的心理素质。书中强调了面对威胁和危险时要保持冷静和清醒的头脑。当我们处于恐惧和紧张的状态下往往难以做出正确的决策和反应，因此保持冷静对于我们的自我保护非常重要。此外，书中也讲述了一些与人沟通以及应对困难和压力的技巧，这些技巧对于我们处理人际关系和解决问题非常有帮助。

最后，自我保护也需要我们形成良好的习惯和意识。在书中，作者反复提到了警惕性和预防性的概念，即要时刻保持对潜在威胁的警觉，并采取积极的预防措施。例如，我们可以养成注意观察周围环境的习惯，避免走夜路或进入偏僻的地方，

尽量不要随意透露个人信息等。通过形成这些良好的习惯和意识，我们能够在潜在威胁到来之前有效预防和避免危险。

总的来说，读完《自我保护》这本书，我对自我保护有了更全面和深入的认识。自我保护不仅仅是通过技巧和方法去应对危险，更是一种心理素质和意识的培养过程。通过学习和运用《自我保护》中所提到的方法和技巧，我们可以提高自己的自我保护意识和能力，更好地保护自己的人身安全和心理健康。

自我保护意识强的人性格怎样篇五

第七单元第三节《法律护我》第一个框题

《自我保护》（第一课时）

一、 教学内容分析

《自我保护》是粤教版七年级思想品德第七单元《法律护我》第三节的第一个框题。在此之前，学生前两单元《特殊保护》、《处处保护》的学习为本课学习打下法律基础。本课意在增强学生的自我保护意识，提高自我保护的能力。我说的内容是本课的第二课时，是“提出问题—分析问题—解决问题”中“解决问题”的环节，在本课起到引导的作用。根据新课程标准的要求、知识的跨度、学生的认知水平，我对教材内容进行创新。整堂课充分围绕“自我保护的方法和技巧”展开教学，非常直观突出本课的重点。

二、 学生学习情况分析

1. 认知起点：七年级学生由于生理、心理都不够成熟，往往对不法侵害的认识不足，因此，在日常行为中，缺乏对自我保护重要性的认识，缺乏自我保护的方法和技巧，常常出现生命和安全方面的问题。

2. 学习兴趣：参与活动，体会树立自我保护意识的重要性，学习在日常生活中自我保护的方法和技能，知道未成年人获得法律帮助的方式和途径，能够运用法律保护自己。

3. 学习障碍、难度：七年级学生由于生理、心理不够成熟和社会经验不足，他们既需要依赖老师和家长的帮助，又具备一定的独立性，但容易受到客观环境所左右，因此遇到侵害时，有的胆小怕事，不知所措；有的则冲动行事，不计后果。

三、设计思想

建构主义课程观强调教学要立足学生、立足生活，构筑多维互动的教学方法。

考虑到教材这部分知识，学生具有一定的感性体验，但是缺乏对这种体验的深入思考。通过运用多媒体中的影音手段进一步强化学生直观体验，使知识从学生的感知体验中来。在多媒体的直观体验的基础上，把图片、视频等呈现的问题，通过开展资料汇报、集体讨论、成果展示等形式的活动使学生在自主探索、合作交流的过程中，发现问题、分析问题、解决问题，在问题的分析与解决中主动构建知识。

在教学中，通过思考评价挑战学生的理智，使学生做到会思—独立思考；通过自主探究切入并丰富学生生活经验，使学生做到会探究—想方设法去探索；通过角色扮演给学生足够自主空间，让学生学会合作；通过总结反思使学生获得积极、深层次的学习体验—自主构建知识结构，从而倡导真正立足于学生发展的新的学习方式，即自主学习、合作学习、探究学习，使学生真正成为学习的主体。

四、 教学目标

根据本教材的结构和内容分析，结合七年级学生的认知结构及其心理特征，我制定了以下的教学目标：

知识：了解：生活中的安全隐患。

知道：自我保护的重要性。

掌握：自我保护的方法和技巧。

能力：培养学生的自主学习和探究能力，加强学生合作精神的培养。

情感、态度与价值观：

通过学习，充分认识自我保护意义，克服依赖和过于独立的心态，增强自我保护意识，提高自我保护能力，运用法律武器维护自身的合法权益。

五、 教学重点和难点

依据七年级新课程标准和教学大纲要求，在吃透教材基础上，我确定了本课的教学重点和难点：自我保护的方法和技巧。

六、 教学过程设计

教学环节	教师活动	学生活动	设计意图
------	------	------	------

课

前

准

备 （一）、课前教师准备：

制作多媒体课件、指导学生搜集资料。 学生搜集：搜集生活中安全隐患的资料。 多媒体课件使抽象的知识具体化，枯燥的知识生活化，乏味的知识兴趣化。搜集资料可以使学

生在交流分享、丰富自己的认识和经验。

创设情景导入新课（二）、角色扮演 感悟“自我保护”：

- 1、组织学生角色扮演
- 2、引导面对歹徒恐吓钱财采用的几种方式？

（板书主题）：自我保护 1、角色扮演、小品表演

2、感悟入境 一、运用小品和多媒体音效手段，激起学生参与的热情，有利于发挥学生的主体作用。二、引发情感上的互动，顺利自然完成导课任务，从而激发起学生的求知欲望。

共
同
探
究

突破重点和难点 第一步，资料展示 引思“自我保护”

- 1、指导：学生展示事先搜集好有关安全隐患的资料。
- 2、设问：谈谈你对身边（校园）的安全隐患的认识。
- 3、总结：自我保护的重要性：是青少年健康成长所必需的 1、小组交流搜集的材料，然后在班级展示。（组内同学互评，小组长撰写评语）。

2、引思置疑

实现知识的互动，生活情景引领学生走进新课程。

第二步，视频播放 导思“自我保护”

2、感知发现 架设探究桥梁，直攻难点，指导学生感知发现，从而实现人一机互动。生活兴趣活跃学生参与新课程。

第三步，信息交流 拓思“自我保护”

1、拓思：当我面对以上情景时，我该怎么办？

2、师生互动。 1、分组讨论，信息交流，

第四步，汇报展示 综合

“自我保护”

1、诱导：学生把交流的方案，通过小品等多种方式展示出来。

2、学生自评互判

学生在活动中体验内化，情感态度价值观悄然得到深化。生活世界促进学生创造新课程。课堂因学生动态生成而精彩。

第五步，拓展升华 反思“自我保护”

1、拓展：课前小品三位学生面对歹徒恐吓钱财的三种方式，对吗？为什么？

课堂小结

强化认识 辅导学生进行课堂小结：学完本课你得到的启发是什么？ 学生主动构建知识结构 可以把课堂传授的知识尽快地转化为学生的素质。

七、教学反思

笔者以学生的生活实际、认知水平、整合多种教学资源，采用多种教学方法，引导学生联系生活实际。

1、尊重学生的主体地位，充分发挥学生的主观能动性。

笔者在教学设计中“以生为本”，尊重和发挥了学生的主体地位和作用，使学生积极主动参与教学，得到活泼、创造性的发展。如在表演小品、观看情景剧，自主探究中，学生的思维一直处于亢奋状态，那激情、那智慧的火光带给同学和老师以欣喜和鼓舞，令师生不知疲倦地学习再学习，表达再表达，交流再交流。有人说过：教育要给缤纷的个性搭建多彩的舞台，要给共舞之外的独舞保留一点精彩回旋的自由空间。今天，我只是给学生提供了一个空间和平台，他们却能尽情表演，增强自我保护的意识，掌握维护权益的有效方法。

2、营造和谐的氛围，放飞学生的心灵

教学的实质是师生之间一种特殊的交往，意味师生间的相互建构。在表演、自主探究、观看情景剧等环节中，从学生的角度想，把观察、思考、表演、讨论、评判的权利还给学生。课堂上，学生娓娓道来，或紧张、或激动、或专注，我总是用欣赏的眼光注视学生、用真诚的赞扬激励学生，营造和谐宽松的氛围，学生不再拘束，课堂成为他们展示智慧、放飞心灵的宽阔舞台。

点评：

教材创新，呼唤教学手段和教学模式的创新。新《课标》“教学建议部分”指出：“面向丰富多彩的社会生活，开发和利用学生已有的生活经验，选取、围绕学生生活中存在的问题。”因此，在教学中，我借助信息技术、运用视频故事、学生的生活经验、开放性的角色表演等，自主生成、拓展、丰富教学内容，引领学生向生活深处舒展，在动态中探究、营造自我保护的“场”。结合教材的特色，根据学生

探究的需要，我顺势开发了四个情景，与原教材内容相比，变得鲜活、丰富且更加贴切，提高了学生对自我保护思考的“含金量”，体现了新《课标》倡导的人文性、思想性和实效性。

自我保护意识强的人性格怎样篇六

在当今社会，儿童安全问题成为了家长和社会的共同关注点之一。儿童自我保护是帮助孩子在面对意外、危险和陌生人时能够保护自己的重要能力。通过培养孩子们的自我保护意识和技巧，我们可以增加他们的安全感并提高他们的安全水平。在这篇文章中，我将分享我对儿童自我保护心得的体会，希望能够对更多的家长和孩子们有所启发。

首先，儿童自我保护的核心在于提高自我意识。作为家长和监护人，我们应该教育孩子们了解自己的身体边界，告诉他们哪些地方是不可以被别人触碰的。此外，我们还应该帮助他们认识到自己的情绪和感觉，并教他们如何根据自己的感觉来判断是否安全。例如，当孩子感到不对劲或者紧张时，他们应该立即离开那个环境或向信任的大人寻求帮助。

其次，儿童自我保护需要通过学习一些有效的自我防护技巧来实现。孩子们可以学习一些基本的身体技巧，如如何保持平衡、如何使用身体的力量来抵抗。学习这些技巧可以帮助他们更好地应对突发状况，并保护自己的安全。此外，孩子们还可以学习一些简单的自卫术，如保持警惕、如何躲避和反击。这些技巧可以为儿童提供有效的自我保护手段，并增强他们面对危险时的应对能力。

再次，儿童自我保护还需要家长和孩子们一起建立良好的沟通和信任关系。家长应该积极主动地和孩子沟通，鼓励他们随时向自己倾诉内心的疑虑和困扰。同时，我们也应该认真倾听孩子的话，不要轻易忽略他们的感觉和体验。通过建立信任关系，我们可以更好地了解孩子们的需求，并帮助他们

更好地保护自己。同时，我们还应该教育孩子们不要轻易相信陌生人，不要随意给予他人个人信息。只有通过家长的沟通和教育，孩子们才能更好地认识到陌生人并不都是好人，并学会拒绝陌生人的接触。

最后，儿童自我保护需要家长和社会的共同努力。社会需要为儿童提供一个安全的环境，比如加强学校的安全防范措施，完善警方联动和社区防护机制等。此外，家长们也应该加强儿童自我保护教育的普及，与学校和社会机构合作，开展儿童自我保护相关的讲座和培训。只有通过社会和家庭共同努力，孩子们才能更好地掌握自我保护的技巧和能力。

总的来说，儿童自我保护既是社会的责任也是家长的义务。通过提高孩子们的自我意识，学习有效的自我防护技巧，建立良好的沟通和信任关系，以及社会的支持和帮助，我们可以帮助孩子们提高自我保护能力，更好地保护自己的安全。让我们从小事做起，从家庭抓起，共同呵护孩子们的成长，让他们在安全和快乐的环境中茁壮成长。

自我保护意识强的人性格怎样篇七

作为一名家长或教育者，我们都希望能够让孩子在安全的环境中成长。然而面对日益复杂的社会，不良事件时有发生，儿童自我保护意识的培养变得尤为重要。经过长期的教育和亲身经历，我总结了一些关于儿童自我保护的心得体会。在本文中，我将分享这些经验，希望能够对更多的家长和孩子有所帮助。

首先，让孩子明白身体是属于自己的，无论何时何地都应该受到自己的保护。在孩子还很小的时候，我们就应该教导他们关于身体隐私和辨别非礼行为的基本知识。告诉他们，任何人都没有权利触碰到他们不愿意被触碰的部位，即使是亲戚和朋友也不例外。同时要告诉孩子，如果有任何人胁迫、欺凌或威胁他们，他们应该大胆地说出来，及时寻求帮助。

其次，我们要教导孩子如何辨别陌生人。与陌生人交谈是一件十分危险的事情，因此孩子要学会保持距离。通过角色扮演和实际案例的分析，我们可以让孩子认识到陌生人的种种伪装和诱惑手段。同时，要告诉孩子，如果陌生人想要接近他们，他们应该寻找周围的成年人寻求帮助。记住，遇到危险时，陌生人并不是孩子的第一选择。

此外，我们要教导孩子保持警觉，不轻易相信陌生人，尽量避免独自外出。在外出时，尽量结伴而行，并告诉孩子在没有成年人的陪同下，不要轻易进入陌生人的车辆、公共场所或陌生人的家。同时，要教育孩子保护个人信息的重要性，不要随意泄露姓名、地址、电话号码等私人信息，以免遭受不法分子的骚扰。

最后，我们还应该为孩子提供一些应对危险情况的技巧。比如，要教导孩子如何在危险时呼救，如何寻找安全场所，如何保护自己的隐私等等。通过角色扮演和反复演练，孩子可以在安全环境中学习到正确的自我保护方法。同时，我们还要与孩子保持良好的沟通，让他们知道，无论遇到什么困难，我们都会全力支持和保护他们。

总而言之，儿童自我保护意识的培养是一个长期而复杂的过程。我们不能仅仅依靠学校和社会的力量，更要在家庭中重视孩子的个人安全教育。通过明确身体隐私、辨别陌生人、保持警觉、提供应对技巧等措施，我们可以帮助孩子建立正确的自我保护意识，提升他们在面对危险时的应对能力。让我们一起努力，为孩子打造一个安全、健康的成长环境。

自我保护意识强的人性格怎样篇八

现在社会会时常的发现一些我们无法想象到的意外的伤害，我们家长又不能时刻都跟在孩子的身边保护孩子的安全。因此我们只能提高孩子自身的自我保护的意识。提高孩子的自我保护的能力。

自我保护能力是一个人在社会中保存个体生命的最基本能力之一，为了保证孩子的身心健康和安全，使孩子顺利成长，家长应该从孩子幼年时就加强对他们的自我保护教育，培养和提高孩子的自我保护能力。那么，该如何有效地培养孩子的自我保护能力呢？这是本期家长沙龙里热议的话题。

紫罗兰：家长对孩子的安全教育应该是随时随地，时时刻刻的。比如家长可以和孩子一起看电视、听故事以及让孩子亲眼所见由于不注意安全而导致灾难的事例，丰富孩子一些简单的社会经验；进而向他们提出一些安全规则，要求孩子遵守交通规则；父母不在家，不轻易开门让陌生人进门，这些应该是孩子要掌握的最基本的“常识”。通过这些教育，可以使孩子明白做危险事情的后果，理解家长的良苦用心，同时无形中也增强了孩子的自我防范意识。

幼儿教育小编总结：培养孩子预防一些突发事件的逃避的常识，要不家长事实都跟在家长旁边的细心无微不至的照顾孩子要好的多。提高孩子自我保护的意识及时家长不在孩子的身边家长也可以放心的去做自己想做的事情。

自我保护意识强的人性格怎样篇九

作为一名军人，自我保护是我们工作的重要组成部分。我们时刻都面临着各种各样的危险和问题，因此，必须具备一定的自我保护意识和技巧。通过对自身经验的总结和思考，我得出了一些关于军人自我保护的心得体会。

首先，军人自我保护的基本原则是预防为主。在危险环境中，我们应该提前做好充分的准备工作，将危险和风险降到最低程度。比如，在执行任务前，我们要进行详细的情报收集和分析，了解敌情，确定目标，并制定详细的行动方案。这能够帮助我们提前识别和避免潜在的威胁。此外，我们还应该定期参加各种必要的培训，提高自身的防范意识和技能水平。只有提前的预防措施，我们才能在面临危险时保持冷静，做

出正确的反应。

其次，有效的沟通和团队合作对军人自我保护至关重要。在军队中，我们经常需要和队友共同行动，互相支持和修改，完成一项任务。当面临危险时，团队成员之间的紧密配合和默契无疑会大大增加我们的安全和成功的机会。我们需要及时与队友取得联系，共享信息，协商和规划行动，随时保持联系和相互支持。此外，在行动中，我们要保持警惕，及时向队友发出警告并提醒，确保大家的安全。团队合作的力量是巨大的，只有团结一致，我们才能更好地保护自己。

再次，拥有适应环境的能力是军人自我保护的关键。在军队中，我们往往需要在各种复杂的环境中工作，如高温、低温、恶劣天气、装备不足等。在这些情况下，我们要学会适应环境，妥善处理各种问题。比如，在高温下，我们需要注意补充水分和电解质，合理安排饮食和休息时间，防止中暑。在低温下，我们要做好防寒保暖，避免冻伤和低体温。此外，我们还要善于利用身边的资源，比如地形、气象等，合理安排行动，提高自身的生存能力。只有在各种环境下保持良好的适应性，我们才能更好地应对各种挑战。

最后，军人自我保护的一个重要方面是保持身心健康。在高强度、高压力的工作环境下，我们常常会面临着身心疲惫的状态。保持身心健康对于我们的自我保护至关重要。我们要注意合理的休息和睡眠，保证充足的睡眠时间和良好的作息习惯。在工作之余，我们要找到适合自己的放松方式，如运动、听音乐、看书等，释放自己的压力，保持良好的心态。此外，我们还要合理饮食，注意营养搭配，保持身体的健康状况。只有身心健康，并保持积极的思维状态，我们才能更好地应对各种挑战和危险。

总结起来，军人自我保护的心得体会可以归纳为：预防为主，注意沟通和团队合作，拥有适应环境的能力，保持身心健康。只有时刻牢记这些原则和要点，并在实践中不断总结和提高，

我们才能更好地保护自己，在工作中更加出色的发挥。

自我保护意识强的人性格怎样篇十

一位朋友的孩子上小学一年级，但最近总是受其他同学的欺负！欺负人的小孩还经常贿赂其他孩子一起孤立朋友的孩子，不让大家和她玩。所以朋友家的孩子每天非常害怕上学，甚至出现了恐惧上学的心理。家长也不知道该怎么办，很是着急。

心理咨询师

国家二级心理咨询师 高春鸿：这种情况目前在小学、中学甚至是国外都是非常普遍的一个问题。而针对这样的问题家长首先应该引导孩子，学会保护自己，不可一味地躲避。

“拒绝上学症”发病阶段与发生原因相关

高春鸿老师表示，小学一年级的孩子在心理学家皮亚杰的理论中正处于前运算阶段的末尾，带有强烈的自我中心的思维。所以这一时期，通常会认为自己怎么想，别的孩子也应该怎么想，就会出现一些孩子强迫其他孩子做事情等现象。所以家长此时应该正确引导孩子，慢慢给孩子分析清楚，自己希望做到的，并不能要求别人也做到，明白了这一点，孩子的很多问题就会解决。

其次，所谓的“拒绝上学症”其根本引发点多是因为在学校受到挫伤或恐吓以及烦闷后，心理拒绝上学的一种表现。通常情况下，患上“拒绝上学症”的孩子多为受欺负的。而“拒绝上学症”发病年龄有三个阶段，且与发生原因密切相关：3岁至7岁为第一阶段，大都与入托、入学时与父母分离而产生的焦虑有关；9岁至12岁为第二阶段，主要与学习压力过大、人际关系冲突、更换学校或班级等因素有关；13岁以后更倾向违拗性抵触上学，主要原因包括学习困难、在校

遭受欺负羞辱、成绩挫败、友谊危机、师生冲突等。

受欺负后要教育孩子勇敢面对

其实，很多调皮的孩子在刚开始欺负别人时，可能只是无意行为。但是，当他发现你不像其他孩子一样会强烈反抗，很好欺负后，他就会从这种欺负行为中得到满足，从而得寸进尺，有意欺负你。因此，要让孩子意识到，一味地忍让非但不能解决问题，反而会助长欺负者的气焰，给自己带来更多的伤害。

高春鸿老师提醒，首先，要教育孩子，学会敢于表达自己的不满。当遭到其他同学的欺负时，要敢于用语言表示自己的态度，制止对方的侵犯。孩子们的一些欺负行为往往是为了取乐，如果看到被欺负的人如此坚强，一般会很无趣地离开。其次，让孩子学会适当的行为反击。因为有时，受欺负的孩子表现出一些勇敢的反击行为，也能让人震惊，从而停止其他孩子的暴力行为。

亲子教育一般来说，爱欺负人的孩子受到言语制止和行为反击时可能就此打住，也可能变本加厉，采取更激烈的方式。这时，单靠个人的力量可能无法抗衡。所以一般遇到受欺负的事情，最好主动向老师寻求帮助，尤其是要敢于在老师面前揭发他们的行为。而对于家长来说，也应该尽可能地和老师沟通，让老师处理好打人事件，避免和打人方孩子的家长理论，因为通常情况下，理论的同时会发生争执，反而解决不了孩子的问题。