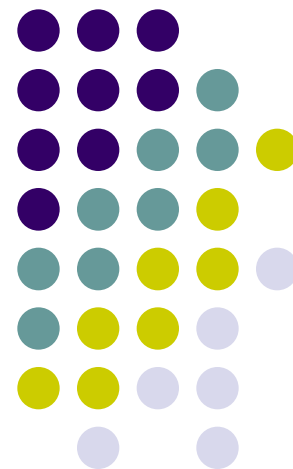


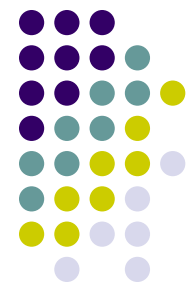
巧用心理学

成长辅导室

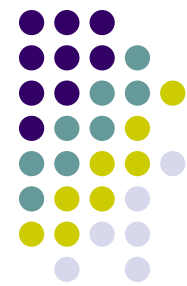
张 凡



了解学生的心理特点



- 1 从成长环境看：独生子女、家中的“小皇帝”
- 2 从中学生本身的发展特点看：
- 3 情绪化
- 4 表里不一
- 5 易吸引，渴望归属感
- 6 强烈的自尊心和叛逆心



高一学生常见问题:

- 1、适应不良
- 2、失落感
- 3、焦虑情绪



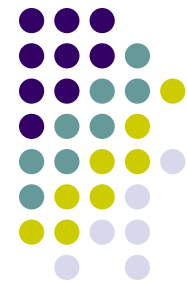
高二学生常见问题：

- 1、焦虑和孤独感
- 2、厌学情绪
- 3、情感问题



高三学生常见心理问题：

- 1、考试与学习问题
- 2、自我评价与自我期望问题
- 3、情感空虚与心理支持感问题



班级建设中的团体活动应用：

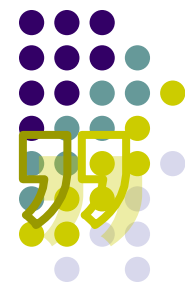
例1、新组建团体活动（适用于高一新生）

“滚雪球”

“棒打薄情郎”



滚雪球



操作：

- 分组(8---10人)，剩余的无家可归的人可以分散到各组里。
- 小组成员站成一个圆，逆时针方向开始“滚雪球”式介绍。第一人介绍自己的籍贯、宿舍、性格特点、姓名（比如：“我是来自xx地方的xx宿舍的xx的xxx”，性格特点以一两个词来简要概括即可）；第二个人重复介绍一下第一人的情况，再介绍自己；第三人重复介绍前两人，再介绍自己；依此类推，最后一人需复述所有人的情况，最后介绍自己。
- 每个小组推举一名成员把本小组的成员介绍给大家。分组可不断变换，交叉认识。



棒打薄情郎



操作：

初次聚会，全体成员围成圈坐下，轮流介绍自己的名字、兴趣、出生年月日等个人资料。每个人专心记住他人信息。然后站成一个圈，选一个执棒者站在中间，由他面对的人大声叫出一个人的姓名，执棒者马上跑到那个被叫到名字的人面前，被叫到的人马上在叫出另一个人的名字。如果叫不出来，就会当头一棒，然后由他执棒。以此类推，知道大家相互熟悉为止，如果有人3次被打就要求表演节目，作为惩罚。

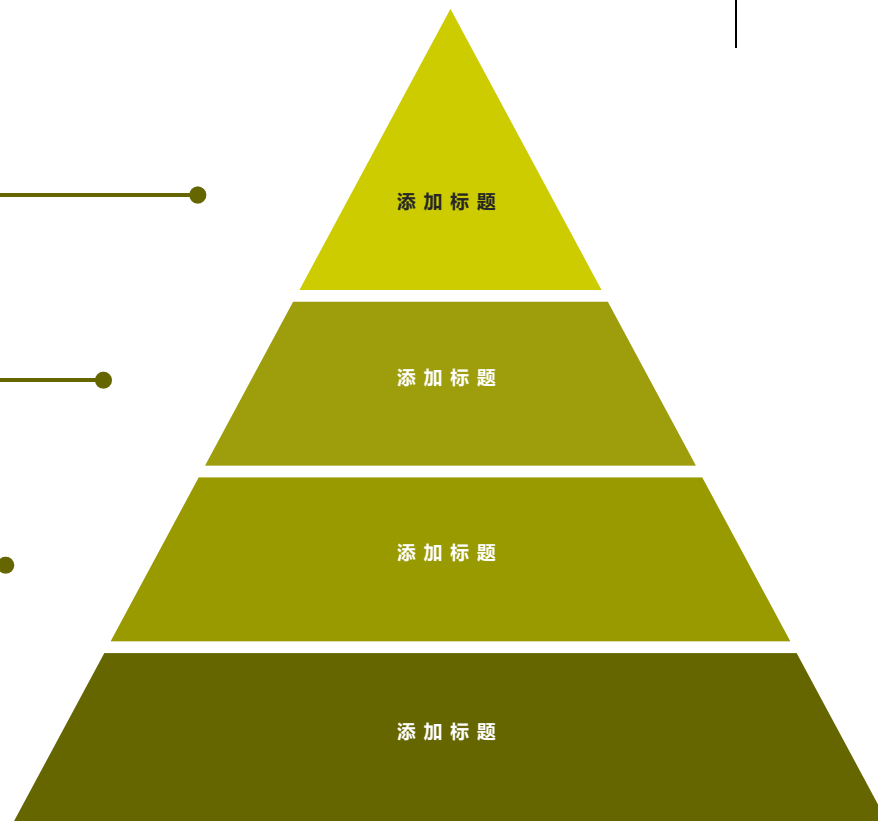


▶ 例子2、团体凝聚力建设

▶ (适用于高一下、高二学生)

▶ “拯救海神号”

▶ “解开千千结”





拯救海神号

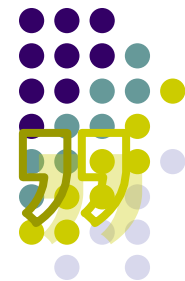
- 操做：
- 以小组为单位，按照领导者的要求在不说话，不写字的情况下，仅仅通过肢体语言完成以下任务：

按照升高排序。

按照出生顺序从小到大排序。

按照任意顺序排序。

解开千千结



操作：

- 根据分成的活动小组成员（一小组10——12人），拉起手围成圈，记住自己的左右手拉的是谁的手，然后松手在圈内自由走动，指挥者喊“停”，站立不动，再拉起原来的左右手，打成结。在不松手的情况下（要求成员设法解决问题，或钻，或跨，或绕……）恢复到原来的样子。
- 将几个小组成员合并后再进行游戏，团体分享感受。
- 请游戏成员谈谈游戏感想或收获。（可谈：个人和集体有什么关系？从过程中看到了什么？）
- 指导者作简要总结





罗森塔尔效应：满怀期望的激励

心理学家来到一所小学，声称要进行一个“未来发展趋势测验”，并煞有介事地以赞赏的口吻，将一份“最有发展前途者”的名单交给了校长和相关教师，叮嘱他们务必要保密，以免影响实验的正确性。其实他撒了一个“权威性谎言”，因为名单上的学生根本就是随机挑选出来的。8个月后，奇迹出现了，凡是上了名单的学生，个个成绩都有了较大的进步，且各方面都很优秀。



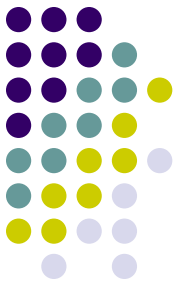
**赞美、信任和期待具有一种
能量，能改变人的行为。**

登门槛效应



派人随机访问一组家庭主妇，要求她们将一个小招牌挂在她们家的窗户上，这些家庭主妇愉快地同意了。过了一段时间，再次访问这组家庭主妇，要求将一个不仅大而且不太美观的招牌放在庭院里，结果有超过半数的家庭主妇同意了。与此同时，派人又随机访问另一组家庭主妇，直接提出将不仅大而且不太美观的招牌放在庭院里，结果只有不足20%的家庭主妇同意。

人们总是希望自己给人留下首位一致的印象。



教育中的应用：

如：对学习有困难的学生，教师一下子不宜对他们提出过高的要求，而是先提出一个只要比过去有进步的小要求，当学生达到这个要求后再通过鼓励逐步向其提出更高的要求，学生往往更容易接受并力求达到。



第一节 ○

考虑学生的心理发展水平
和学生的心理承受能力

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/257022024016010010>