

用心沟通，让心靠近

教学目标

通过本堂班会课，学生将明白什么是语言暴力，语言暴力有什么危害并学会一些沟通技巧，懂得如何用心与他人沟通，减少甚至避免语言暴力的产生。

教学背景

学生进入初中后便同时进入了青春期，随着思维的日渐成熟和自我意识的觉醒，初中生在同伴相处过程中，容易发生矛盾。而矛盾的产生往往来源于语言上的冲突。进入到初一第二学期之后，学生相互熟悉了解，在沟通过程中更为随意，给同学起外号、嘲笑他人等行为屡见不鲜。但学生却没有意识到这是一种语言暴力，会对他人造成心理上的伤害。而在我们班班级信箱中，关于受到语言暴力伤害而向班主任求助的信件逐渐增多。针对这类问题，在本班召开了以“用心沟通，让心靠近”为主题的班会课。

课前准备

1. 通过班级信箱收集班上学生在与同学相处过程中遇到的困惑与困难并进行分类；
2. 根据学生最常遇见的沟通问题录制一个沟通技巧讲解视频；
3. 微型教学投影仪。

教学内容分析

本堂课以有关沟通的名言导入班会主题，由青蛙的故事引出语言的力量，进而引出“语言暴力”的概念。本堂课以观看视频、心理实验、小组讨论等形式展开。通过观看视频加深对语言暴力的了解，通过心理实验体验语言暴力的威力，通过沉思回想谈谈实施语言暴力时的感受，通过小组讨论找出减少语言暴力的方法，通过观看视频学习沟通小技巧，最后记录本校心理咨询室公众号名称，周末与父母共同学习沟通技巧。

教学环节与活动

一、话题导入

以两句与沟通相关的名言导入班会主题：“即使是一个十分孤僻的人也需要沟通。”“高品质的沟通，从心开始。”

二、故事讲述

以青蛙的故事引出语言暴力的概念：有一群青蛙举办了一场攀爬比赛，比赛的终点是一个非常高的铁塔塔顶，（翻页）一大群青蛙围着铁塔看比赛，边看便议论。有的说：“这可能吗！肯定到不了塔顶！”“它们绝不可能成功的，塔太高了！”（翻页）听到这些，一只接一只的青蛙受影响了，累坏了，退出了比赛。但是，有一只青蛙却还在越爬越高，没有一点儿要放弃的意思，成为惟一个到达塔顶的胜利者。（翻页）蝴蝶飞过去采访那个胜利者，问：“你成功的秘诀是什么呢？”，却发现这只青蛙竟然是个聋子。

师：听完这个故事，同学们有什么感受呢？ 生：…

师：也就是说，别人的话语的确对我们有一定的影响。可见，语言的力量是强大而且是无形的。语言能够浸到每个人的内心，积极的语言多了，就化成一种养分滋润心灵；但是消极的语言多了，就会慢慢凝结成一把刀，一点点的挫伤我们的心灵。在生活中，我们有时会有意或无意地说出一些消极的话语，其实这些话语就会成为一种语言暴力。同学们知道怎样的话语是语言暴力吗？观看视频，了解“什么是语言暴力”，齐读语言暴力的概念。

三、情感体验

进行心理实验，体验语言暴力的威力。由一名学生代表用微型投影仪在讲台上做示范。

1. 同学们拿出一张白纸，画一个人形轮廓，这个人的名字叫“小明”。
2. 说一说别人伤害过自己情感的话语有哪些。同学每说一句，就把画的一部分弄皱。
3. 同学们谈谈现在的小明有什么感受？（生：变皱了，变成一团纸团。）
4. 可以说些什么话来帮助小明呢？同学每说一句鼓励的话语，就把小明的画像抚平一点。（师：在听到同学们说的暖心话语之后，小明终于变回来了。现在的小明和最初的小明是一样的吗？对，现在的小明即使被抚平了，但是身上还有很多褶皱，其实这些褶皱就像被伤害过的心灵中那一道道的伤痕，暖心的话语也难以使受伤的心灵愈合。而这正是语言暴力的强大杀伤力）

四、沉思回想

同学们闭上眼睛，伴随着轻音乐回想：那些年我们说的伤害同学的话语…

五、方法分享

1. 小组讨论：如何在沟通过程中减少、避免语言暴力。小组长用便利贴做好记录
2. 各组派代表分享解决方法，将讨论的结果粘贴到小黑板的沟通小技巧区域，便于课后继续学习。
3. 教师分享四个沟通小技巧，全班请齐读，班主任将小技巧粘贴到小黑板。
4. 观看原创视频《如何让沟通变得更 EASY》学习四个小技巧的具体操作：
 - 1) 描述观察而不是妄加评论—取材于男生宿舍生活的沟通问题
 - 2) 表达感受而不是指责他人—取材于女生宿舍生活的沟通问题
 - 3) 表达需求而不是沉默不语—取材于课堂学习小组的沟通问题
 - 4) 提出请求而不是命令对方—取材于班干部管理的沟通问题

六、智慧提升

记录学校心理工作室的微信公众号，布置周末德育作业：与父母一起学习更多的沟通技巧。教学资源

1. 教学课件
2. 网络视频，自制视频
3. 背景音乐
4. 微型教学投影仪

教学评价

1. 主题突出，从学生实际情况出发，具有真实性和及时性；
2. 形式多样，学生参与度高
3. 层次鲜明，故事讲述能激发学生的兴趣；第一个视频的观看 加深学生对“语言暴力”的了解；心理游戏的开展，让全班学生参与并真实地体验语言暴力的威力；闭上眼睛，伴随轻音乐回想自己说过的伤害同学的话语，反思自己对别人造成的伤害；小组合作讨论，寻求解决方法；教师分享方法，观看视频，学习沟通技巧，达到班会课的目的；将各组讨论的结果，以及教师分享的沟通技巧贴于小黑板，能将课堂内容延伸到课外；记录心理公众号，布置周末德育作业，与父母一起学习沟通技巧，将“沟通”主题进行拓展延伸。