

班干部培训心理辅导讲座

学会人际交往 提升协调能力

——中学生人际交往心理辅导讲座之二

薄章圭

什么叫人际交往?

人际交往是指在社会生活中，人们利用语言符号系统或非语言符号系统，相互之间交流信息、沟通情感的过程。通俗地说就是人们与社会广泛接触、与别人建立多种各样联络的过程。

人际交往作用

- (1) 使人与人之间互通信息，交流思想。
- (2) 能够排除内心的孤单。
- (3) 能够协调人际关系。
- (4) 能够增进人的成熟。



◆中学生面临的困惑

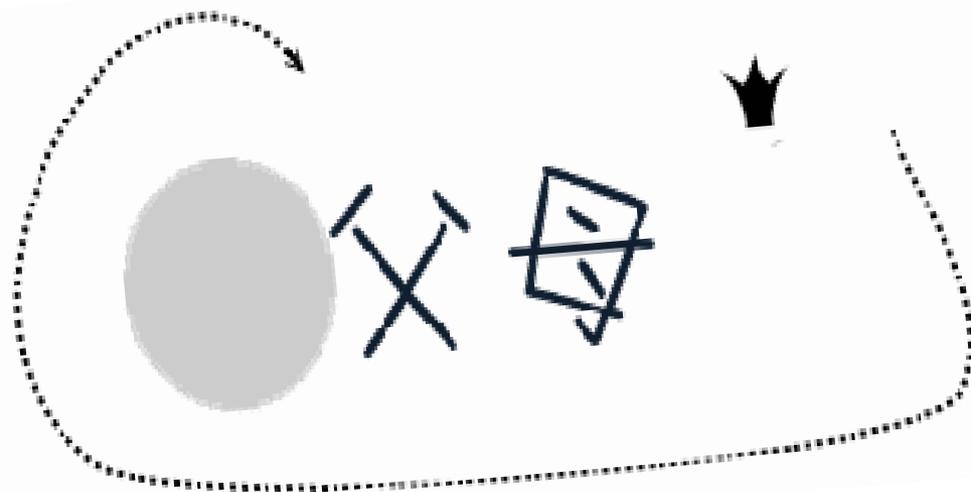
诸多同学却不会正确地处理人际关系，造成了许多不必要的烦恼。既影响学习又让自己过得不快乐。有的甚至辍学、出走。

HAOQZONE.COM



Hello!
Sunshine





Home

回家的感觉

总是忘不了,

放学了。



***父母只关心我的成绩，从不和我沟通，我怎么办？**

***因为成绩不理想，父母打了我，我怎么办？**

***父母不经我同意看我的日志，监听我的电话，我怎么办？**

请问：有无遇得到过上面的问题？你的感受是什么？你是怎样处理的？

我们该怎样面对这么的情况？

1、首先要感受到父母的爱！

感性上：烦！堵！不是爱！

理性上：是爱，但是他们只会用这么的方式来体现。他们也是人，也有不当的地方。

案例：沉迷网络的学生

- 2、要主动向父母体现自己的意愿与想法，消除潜在的理解；
- 3、选择合适的时间和地点与父母交谈，对父母态度要谦恭，不要任意发脾气；
- 4、尊重父母的提议和指导，当与父母出现冲突时，要主动谋求父母谅解。

- 当我们感觉到父母不爱我们的时候，并不是爱不存在，是我们没有感受到爱！



老师

堅強 “ 因為有你

Beautiful day



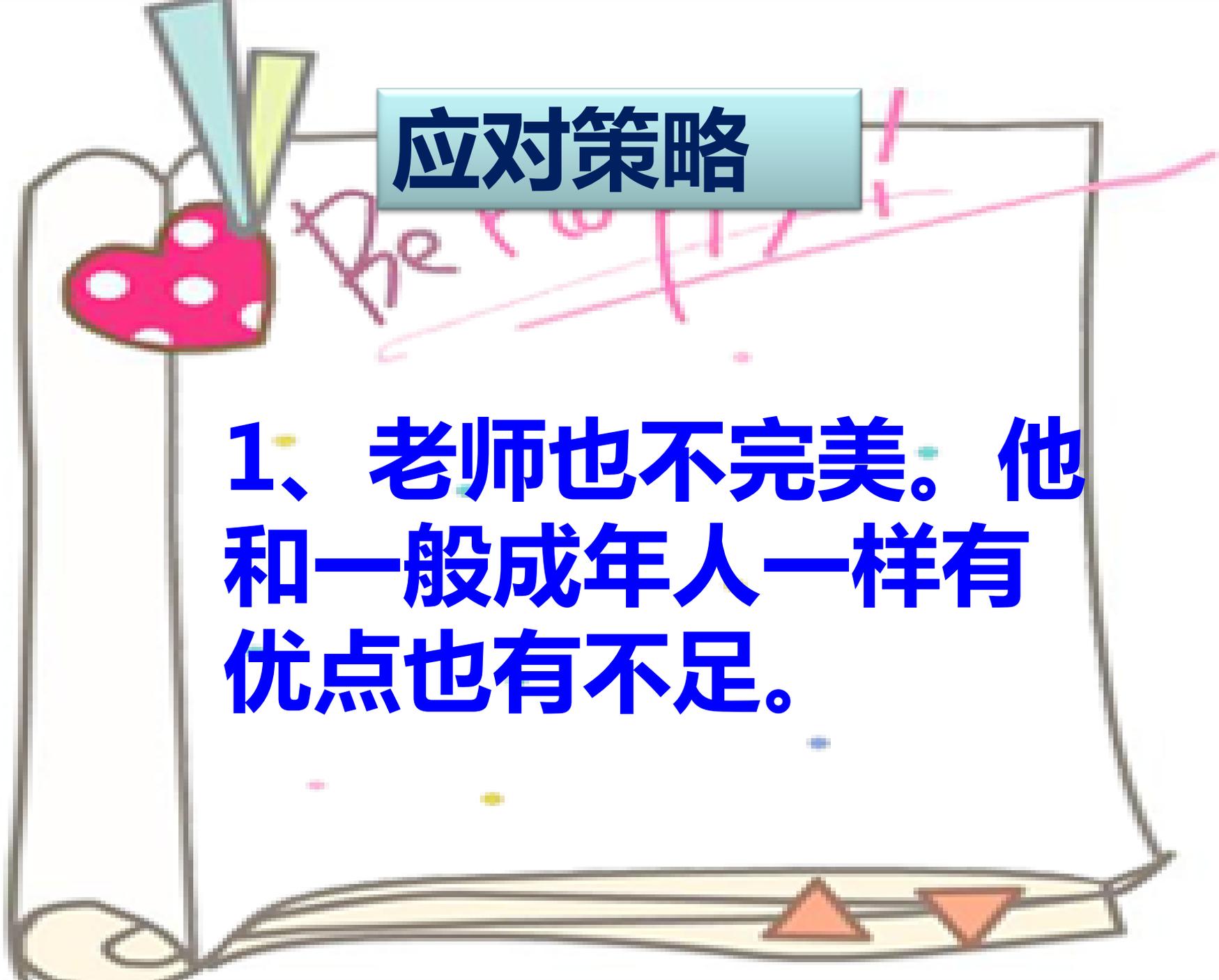
遇到下面的问题你该怎么做？

***我做错了作业，老师要我罚抄50遍，我怎么办？**

***我对某位老师的管理和教育有某些不满意，我怎么办？**

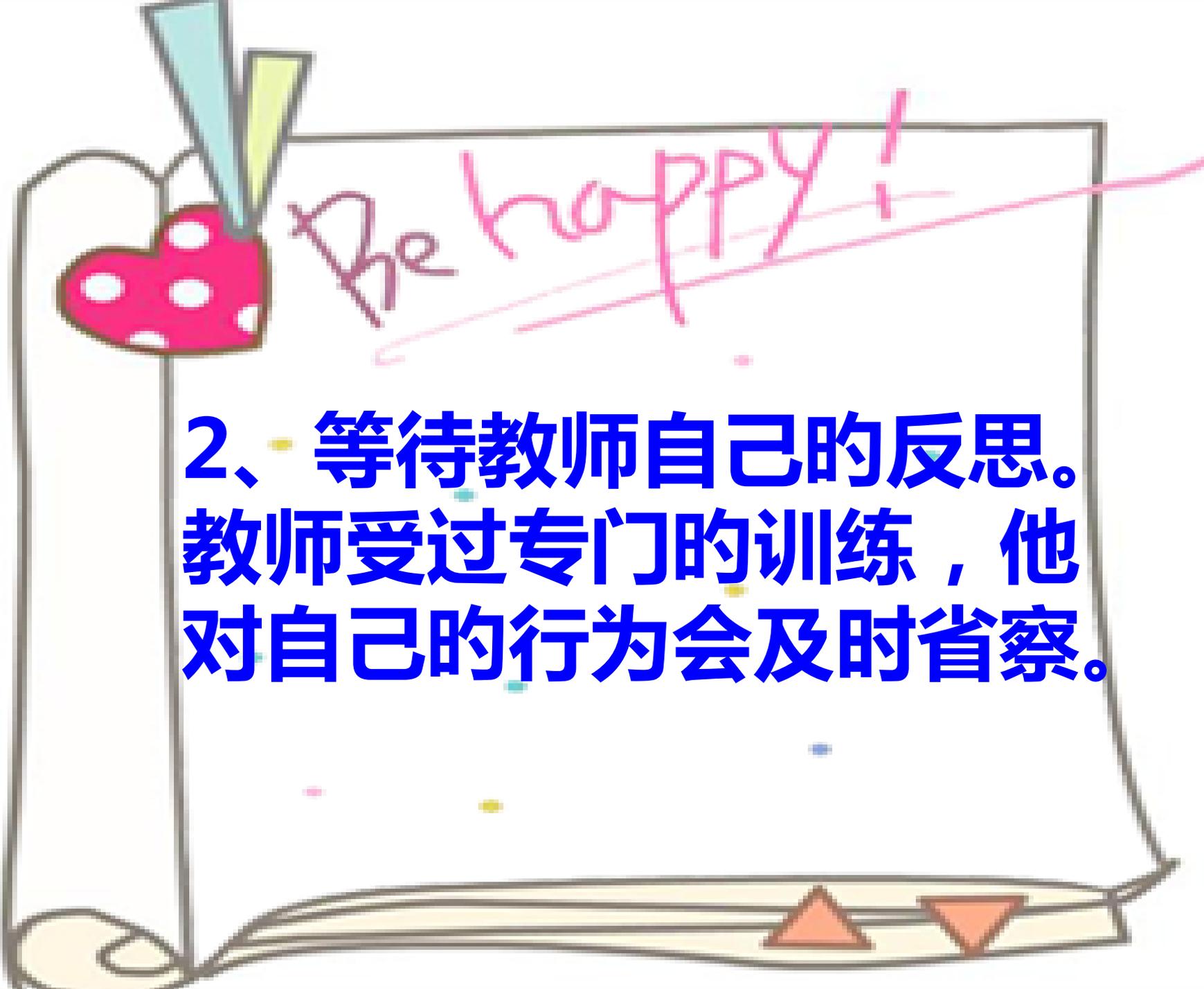
***老师冤枉或误解了我，我怎么办？**

miss you !



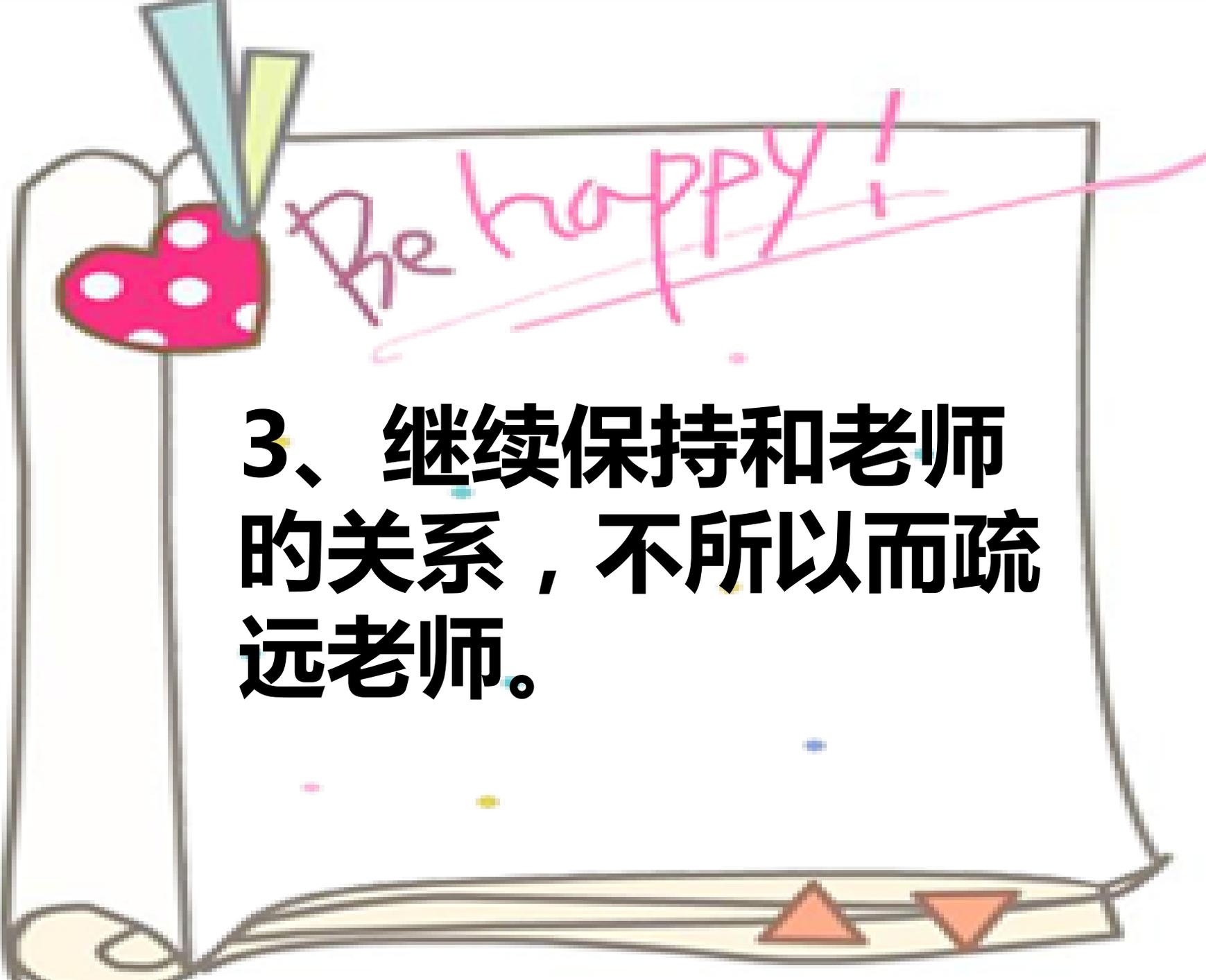
应对策略

1、老师也不完美。他和一般成年人一样有优点也有不足。

A hand-drawn illustration of a scroll. On the left side, there is a red heart with white polka dots. Above the heart, a pencil with a blue eraser and a yellow body is shown. The scroll itself is white with a brown border and contains the text 'Be happy!' written in red, which is crossed out with a red diagonal line. At the bottom of the scroll, there are two orange triangles pointing towards each other.

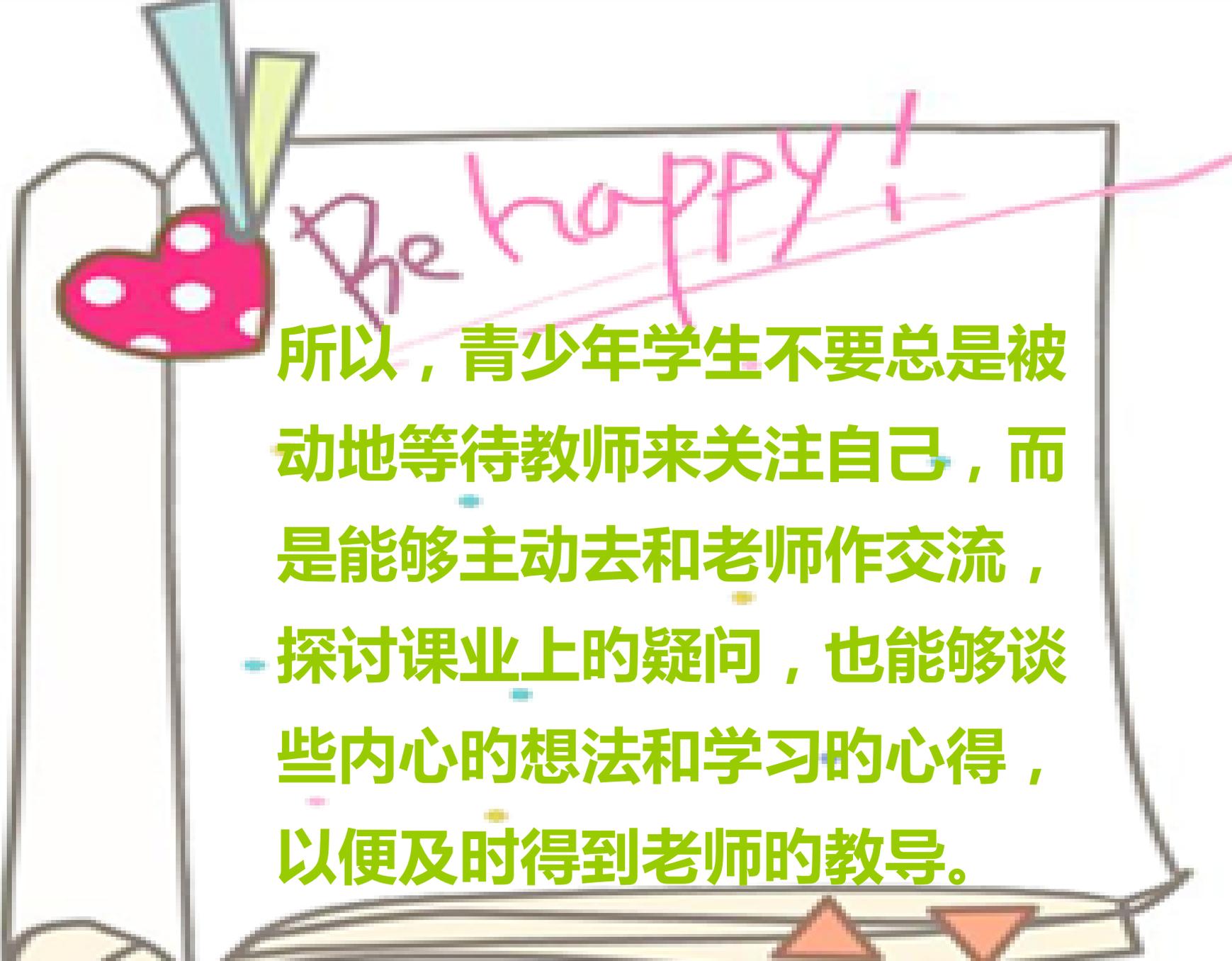
~~Be happy!~~

**2、等待教师自己的反思。
教师受过专门的训练，他
对自己的行为会及时省察。**



Be happy!

3、继续保持和老师的关系，不所以而疏远老师。



~~Be happy!~~

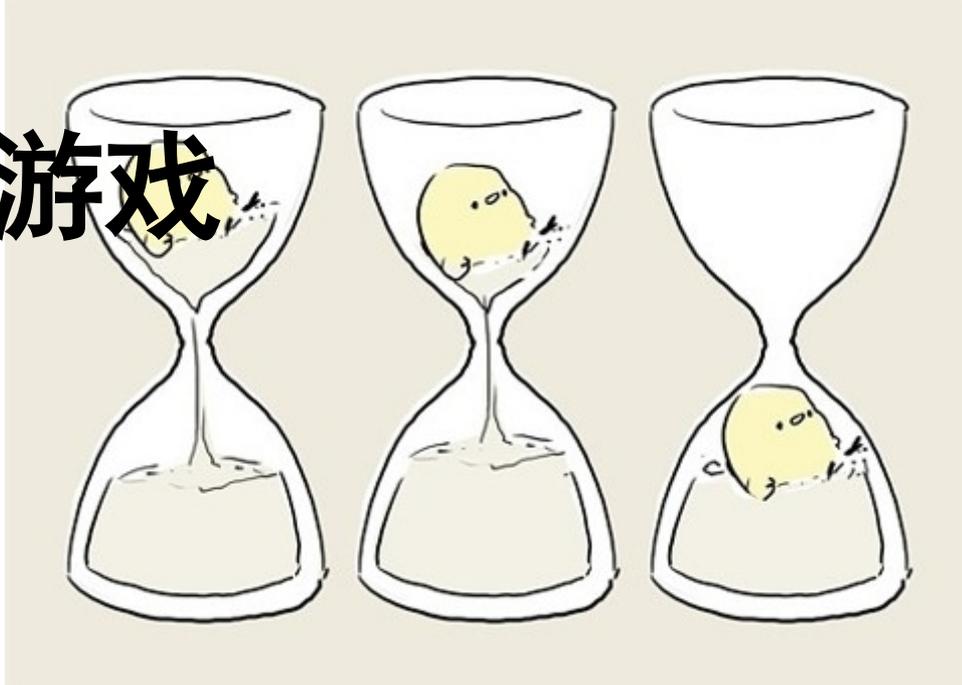
所以，青少年学生不要总是被动地等待教师来关注自己，而是能够主动去和老师作交流，探讨课业上的疑问，也能够谈些内心的想法和学习的心得，以便及时得到老师的教导。

快乐 HAPPY

同学

Beautiful day

小游戏



- 一起做个小游戏吧！

- 请跟组内的朋友相互做：

- 你真的很不错，头脑很不错，脸蛋很不错，身材很不错，上上下下，左左右右，里里外外，通通都不错，你真的很不错！



*同学叫我的绰号

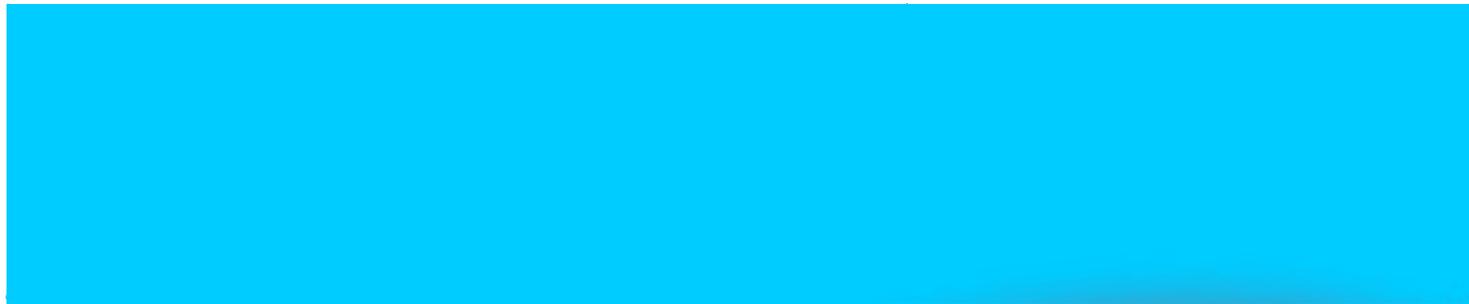
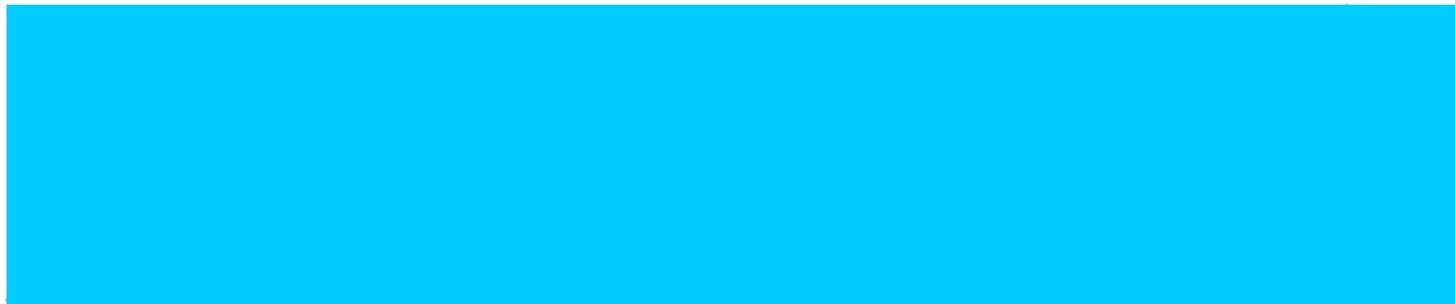
*我和同学因为一件小事
发生了冲突

*我是班干部，许多同学不服我

*进入中专后，我的成绩不再优
异，体现不再突出，我很苦恼，
我该怎么办？

你是怎样处理的？





Just*
Do it!



等待

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/317015146014006143>