**“外号”面对面**

**【活动背景】**

外号（绰号），指除人的本名之外，别人根据他的某些特征另起的别名。起外号是学生生活中普遍存在的问题。在对班级调查中发现，大约有95%的同学被别人起过外号。当然外号有褒贬之分，学生们对外号的态度也是“有人欢喜有人忧”。本次活动以解决学生人际关系中的实际问题、改善个体成长的人际环境为最终目的，通过创设轻松、和谐、真诚的心理氛围，组织符合学生年龄特征的活动，引导学生积极主动地参与团体互动，在活动中积极体验、畅所欲言，从而正确认识起外号这一常见的校园生活现象，并努力解除贬义外号带来的烦恼。

**【活动目标】**

（1）通过游戏和模拟情景，让学生体验外号给人带来的感受。

（2）体会负面外号带给人的不快和伤害，引导学生主动修正自己的行为。

（3）让学生学会解决面对自己不喜欢的外号带给的窘境和困扰的方法。

**【活动准备】**

课件；小组围坐；便于学生走动的场地、红黄绿纸牌。

**【活动过程】**

**一、热身活动：“万物有其名”**

（1）各小组同学起立，围成一圈；

（2）首先，我们来做一个游戏，游戏的名字叫“万物有其名”，老师会喊植物或是动物的名称，当喊到植物名称时，你们就拍下手；喊到动物名称时，你们就拍下腿。例如：芹菜（拍手），兔子（拍腿），做错的人就要坐下看谁的反应最快。

（3）教师喊的节奏逐渐加快（土豆、鸭子、白菜、老鼠、小鸡、小狗、胡萝卜、芹菜、小鸟）。

**二、“外号大搜索”**

**1.活动一:“人物猜猜猜”**

（1）植物有植物的名称，动物有动物的名称，人也有人自己的名字。你能大声说出你的名字吗？学生说自己的名字。

这是老师的姓名（出示老师姓名），谁能猜猜我为什么要取这样的名字？

教师引导：那能把你名字的含义告诉大家吗？ 学生说自己的名字。

教师点评：是呀，我们每个人都有一个有意义的名字。

(2)可是，生活中很多人不仅有姓名，还有一些特殊的称呼----外号。

我们下面来做一个比赛----“人物猜猜猜”， 老师说出外号，大家猜猜是指谁？采用抢答的形式。看谁知道得多？

（老师出示“齐天大圣” “神笔” “放牛郎” “园丁” “城市美容师”等，学生抢答。）

教师引导：这样的外号都是根据人物的特点或特长取的，是一种褒义的外号也叫雅号。

（3）接下来老师再出一些外号，你要仔细听，要是有人这样叫你，你会是什么感觉呢？

（老师出示“小诸葛”　 “幽默大王” “书法家” “飞毛腿” “金点子大王” “小雷锋”等外号）

你喜欢哪个？为什么？若有人这样叫你，你是什么感觉？

（4）你给其他同学起过这种令人开心、让人快乐的外号吗？

采访学生：你给起的外号是什么？为什么要这样叫他呢？他喜欢吗？你怎么知道他喜欢的呢？

**2.活动二：我对外号的感受**

（1）教师引导：可是在我们的周围并不是只有这些令人开心的外号，别人给你取过什么外号？你的感受又是怎么样的呢？

（2）下面进行现场调查：老师出示三种颜色的纸牌，绿色代表高兴，黄色代表中立，红色代表反感。

（3）学生们根据自己的感受选择不同颜色的纸牌，自由分成三个组调整位置。

     ◆反感组

     ◆中立组

     ◆快乐组

（4）小组讨论：各组员先在组内说说自己的外号和感受。

（5）老师采访“快乐组”的同学:说说你的外号是什么？为什么感到快乐呢？

师引导：有的外号不仅能让人快乐,还能增进彼此感情！

（6）教师采访“中立组”：中立组的同学;你的外号是什么？他给你起这个外号的原因是什么？

（7）教师采访“反感组”：说说你的感受，让大家了解你的感受。他们给你起这个外号的原因是什么你知道吗？

（7）教师点评：看来，有许多外号你们都不喜欢，有许多同学都正因为这些外号而烦恼。

**三、真情面对面**

**活动一、情景体验《“美美”同学的烦恼》**

1.引入角色

师引导：今天我给大家带来一个新的伙伴，她叫美美。美美告诉我她也有这样的烦恼。

2.呈现人物

教师出示纸人美美。

3.激发矛盾

同学们你们可能会听到别人怎么评论美美呢？

（课堂预设:生1：她这么胖居然还叫美美（胖子）生2：她一脸的麻子（麻子脸）……）

学生每说一次，老师就把纸人折一次，伴随着每个外号，教师最后将纸人折成了一个纸球。

4.感受情绪

师：她现在是怎么了，她怎么会这样？

5.解决问题

作为同伴我们应该怎样帮助美美？

生：鼓励，劝说，帮助……

学生每说一次，教师就抚平一点美美，最后美美由纸球恢复了人形。

6.对比强化

同学们看，美美又回来了，因为我们对他的尊重，对他的鼓励和帮助。不过你注意到美美和刚进来时有什么不一样吗？

7.引导思考

给美美带来这些褶皱这些伤痕的是一个外号，一个人吗？

8.小结提升

不是一个外号而是很多外号，不是一个人叫而是大家都这样叫，这样的伤害，不是一次，而是很多次。

**活动二、方法引导**

教师提问：经过课前调查，老师知道有很多同学有过这种类似的经历，有很多同学被这些问题困扰着，今天就让我们大家一起来寻找解决问题的方法

“反感组”、“中立组”、“快乐组”小组讨论后全班分享

教师根据学生的交流，提炼归纳方法，随机板书。

**活动三、真情面对面（放音乐）**

(1)下面是真情面对面的时间，你有什么话和想法想对班上的某些同学说吗？现在可以下位悄悄地跟他说。如果你意识到自己曾经伤害到了某些同学那也赶快趁着这个机会去和他聊一聊吧。

(2) 学生在教室里自由走动，交流感受和想法。

**四、分享收获**

同学们这节课很快就要结束了，你有感受或收获想跟大家分享一下吗？

学生分享感受。

教师总结：孩子们，其实今天和咱们面对面的不仅仅是外号，还有人际交往中可能会出现的许多挑战。面对我们朝夕相处的伙伴，我们只有相互尊重、以真诚的心对待他人，大家才能成为真正的好朋友，我们的班级才能成为温暖的大家庭。

**【板书设计】**

外号面对面

请求帮助

勇敢表达

置之不理

……

**【教学反思】**

《我和外号面对面》这节课，聚焦小学中高段学生人际交往中存在的“起外号、叫外号”这一现象，关注学生存在的心理困扰和心理需求，是一节源自学生实际生活、源于学生心理成长需求的原创性课题。课堂分为两个层次：第一，教师通过让学生谈对外号的不同感受，到“美美”的情景体验，让孩子们感受到了恶意外号带给人的不快和伤害，引导他们主动修正自己的行为；第二，帮助学生主动面对不喜欢的外号带给自己的窘境，学习解决困扰的方法。

本节课是一节心理健康教育活动课，活动过程一气呵成。从学生绰号的热身到“美美”经历聚焦主题，再到学生自身外号困扰直至“办法清单”的产生，整个过程结构逻辑严明，自然流畅，清晰地再现了心理课的“起-承-转-合”四大阶段。活动现场氛围安全、开放、包容，班级动力积极向上。孩子们成功地完成了又一次心灵的成长和呼吸。