**薛家小学团体心理辅导记录**

 2017 年 4 月 10 日自 12 时 0 分始， 12 时 45 分结束。

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **成员列表** |  | 三年级全体 |  |  |  |  |
| **团体简介** |  辅导主题 紧握我的手1．通过辅导，让学生体会到助人与被助的快乐。 2．通过辅导，让学生学会帮助别人，学会与他人合作，培养合作精神。 |
| **辅导次数** |  **1次** | **备注** | **有缘相聚，互相帮助** |
| **辅导目标**：  |
| 1、澄清团体目标和团体性质，明确团体成员的动机； |
| 2、制定团体契约，建立团体规范； |
| 3、团体成员之间初步认识了解，形成良好互动关系。 |
| **活动流程：** |
| 1、致欢迎词，介绍规则（5分钟） |
|  准时参加活动，不无故迟到、缺席或中途退出；遵守单元活 |
| 动的规则；活动时不攻击、不干扰、不打断其他成员；保密等 |
| 2、暖身活动：自我介绍（10分钟） |
| 活跃气氛，缓解成员紧张情绪。成员相互自我介绍、相互认识，包括班级、姓名等 |
| 3、教师讲述。“同学们，我们生活在这个社会中，每天都要与家人、朋友、同学、老师、邻居甚至不相识的陌生人相处，我们也经常会碰到一些自己无法解决的困难需要别人帮助，或者看到别人需要帮助，那么你们在这种时候是怎么想，又是怎么做的呢?请大家先来谈谈好吗?” |
|  4、学生们发言，交流自己的经历和体会。  |
| 5、教师作小结。“刚才大家都谈得很好，都说出了自己的真实想法。老师很高兴看到许多同学都帮助过别人，并且以此为荣，以此为乐。但是我也听说有些同学不太愿意帮助别人，他们抱着“自扫门前雪”的态度，认为我不去麻烦别人，别人也不要来麻烦我。他们把帮助当成一种物质上的交换，斤斤计较于付出与回报。其实，帮助别人和得到别人的帮助一样是一种满足，是一种快乐。今天我们就来做一个游戏，游戏的名称叫„紧握我的手‟，大家在做这个游戏的过程中，可以体会到受助和帮助人的感受。” |
|  6、 活动展开。   (1)教师介绍规则。“现在我们先来分组。请大家按照小队集合，一个小队为一组，两个同桌为一对，其中一位同学先扮演帮助别人的人，另一位同学就扮演需要帮助的人。现在请需要帮助的人用手帕把眼睛蒙住，要蒙得严严实实，看不到眼前的景象。然后每一对都站到起跑线后。好，下面就让没有蒙住眼睛的同学牵着你同伴的手，引导他越过重重障碍，向终点进发，看哪一对最先到达。  |
| 7、各小组进行游戏活动。   游戏结束后，原先蒙住眼睛的同学摘下手帕，和同伴交换角色，再进行一次游戏。   这次游戏结束后，教师让每个小组集中起来，在小组里进行讨论，交流各自在游戏中的感受，谈谈自己是怎样当引导者的，怎样才能当好引导者。   (5)每个小组派一名代表向全班同学汇报他们的活动经过和讨论内容。   (6)教师小结。“听了大家的发言，我发现大家普遍有一个感觉，因为在活动中不能说话，所以助人者和被助者有时会觉得很别扭：助人者„无所畏惧‟，想怎么样就怎么样，可是被助者被蒙住了双眼，总是小心翼翼，他什么也看不见，又听不到任何提示，自然处处提心吊胆，举步谨慎，这样，引导他的人就会觉得他是那么不听话，双方配合起来就不那么默契。那么怎样做才能配合得更好，更默契呢?请同学们再回到自己的小组里讨论一下。  |
| 8、在讨论的基础上，再进行一次游戏活动。但这次活动允许引导者开口说话，提示、引导被助者越过各种障碍，到达终点。   3．讨论。   活动结束后，教师再次组织学生进行讨论：两次活动，哪次更顺利?为什么? |
|  9、教师总结。   “同学们，游戏是做完了，但是我们从这个游戏中所获得的体验，我想大家是不会忘记的。在这个游戏中，每个人都分别担任了受到帮助和帮助别人的角色。交换角色的目的是为了让大家从不同的角度去体验受助和帮助人的感受：只有当你体验了需要帮助时的焦虑和得到帮助时的欣慰，你才能深切理解帮助的重要意义。所以，我想今天同学们从这个游戏中学到的第一个人生经验是要乐于帮助别人。大家在游戏中都经历过从互相陌生到配合默契的过程，这个游戏成功的关键就是配合的技巧，而成功的前提则是互相信任。所以，同学们从这个游戏中学到的第二个人生经验就是在帮助的过程中，帮助者和被助者要互相信任。第三个人生经验就是帮助其实是一种合作，合作者不但要有合作精神，还要有合作技巧。游戏毕竟是游戏，你们在生活中会不断遭遇这样的经历，体验这样的人生经验，生活会教会你们怎样帮助别人，与别人合作。 老师提议学唱手语歌《相亲相爱一家人》  |
| **辅导效果**：  |
| 较好达成了单元目标：明确了团体性质和团体规范；团体成 |
| 员之间形成了良好的相互关系，刚开始的紧张情绪得到缓解和释 |
| 放，在活动结束时能够保持轻松愉悦的心态。 |
| **辅导感悟**：  |
| 同学们从陌生到熟悉，在游戏中学会了帮助别人，学会与他人合作的精神。体会到了助人与被助的快乐。  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |

**辅导员： 丁虹**