| 《让评价开出花-合理应对他人评价》 | | | |
|---|---|---|---|
| 教学目标 | 1、认知目标：了解别人对自己的评价和态度，能从他人的评价中能进一步客观、全面地认识自己。<br>2、情感目标：帮助学生明晰他人评价的多元属性，精准识别生活场景中常见的评价陷阱，破除“他人评价=自我价值”、“迎合评价才能获得认可”的认知误区，建立理性筛选评价、自我精准定位的科学认知。<br>3、行为目标：疏导学生面对负面评价的焦虑，化解因他人评价质疑自我能力的心理矛盾，增强自我接纳的底气与理性应对评价的定力，激发专注自我成长的积极心态。 | | |
| 教学重点 | 疏导学生面对负面评价的焦虑，化解因他人评价质疑自我能力的心理矛盾，增强自我接纳的底气与理性应对评价的定力。 | | |
| 教学难点 | 掌握应对践行的技巧，能将理性应对评价的意识转化为稳定行为习惯，提升心态调节与自我管理能力。 | | |
| 教学方法 | 合作探究与多媒体结合 | | |
| 教学过程 | 教师活动 | 学生活动 | 设计思路 |
| 团队<br>热身阶段 | **自主学习：初探评价—感受评价，体悟评价特点**<br>**探索一：评价收集箱**<br>1、出示图片：榴莲、药芹、猕猴桃……<br>2、请生用一句话或几个字说说你对它们的印象或评价；<br>3、师总结：同学们发现没，生活中我们对同一件事、同一个人，会因为自己的经历、视角不同而不同。就像他人对我们的评价一样，可能也有许多不同的答案。那么，在他人眼里，我们是怎么样的？我们又该如何对待别人对我们的种种评价呢。让我们一起进入今天的课题：让评价开出花。<br>4、引出课题：正确对待他人评价。 | 学生对出示的蔬菜、水果等物品进行评价。<br>学生根据自我感受或日常经验进行评价。 | 一方面选用的具有争议物品活跃课堂气氛，激发学生的兴趣；<br>另一方面降低学生防备心理，学生能大胆评价。从而让学生在活动中体会“评价具有主观性”。 |
| 团队<br>转换阶段 | **自主建构：筛选评价—过滤噪音，聚焦有效信息**<br>**探索二：评价漂流瓶** | 写下一个想知道的关于自己某一方面的评价：我的外貌/我 | 让学生直接面对“他人对自己的评价”， |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | 1、过渡语：你想知道在别人的眼里自己是什么样的吗？让我们的纸质版漂流瓶飘起来。<br>2、出示活动要求：<br>3、观察和感受：漂流瓶回到主人手中后，请主人阅读评价，并在成员评价下方的格子中画下自己的心情曲线。<br>4、教师提问：看到同学们对你的评价，你有什么感受？你的心情曲线如何？<br>5、教师总结：通过别人的反馈，我们获得了更多关于自己的信息。<br>**探索三：评价分类站**<br>1、过渡语：不过他人的评价一定客观吗？<br>2、出示视频：周深的“差评”。<br>3、思考：他人的评价一定客观吗？<br>4、教师出示生活中搜集到的真实评价语，小组讨论：尝试区分哪些是有效评价和无效评价。<br>5、教师总结：有效评价是具体、基于事实、有建设性的；无效评价是笼统、主观臆断、无建设性的。 | 突出的个性/我最拿手的事情/我的一个缺点……<br>将评价漂流瓶在组内顺时针传递出去；<br>小组成员根据日常观察写下对他的评价。<br>学生阅读评价，并绘制心情曲线。<br>班内分享收到的评价及感受。<br>观看视频并分享感受。<br>将老师搜集的评价语进行有效性分类。<br>讨论有效评价及无效评价的特点。 | 触发真实的情绪体验，引导学生认识到：我们对外展现的程度和他人对我们了解程度不一样，我们眼中的自己和他人眼中的我们可能一样、可能不一样。<br>进而思考“评价的本质”；再通过分类讨论，让学生主动识别“有效/无效评价”，打破“所有评价都要在意”的认知误区，建立“筛选评价的标准”。 |
| **团队工作阶段** | **自主建构：升级评价—发现盲区，认知未知自我**<br>**探索四：评价工作坊**<br>1、过渡语：这些有效评价中有没有你从未察觉到的部分？<br>3、小组讨论深化：请大家在小组内分享自己的反思和感受。在分享的过程中，大家可以相互启发，共同发现更多关于自我的未知领域。 | 自我探索，尝试从他人视角发现“未知的自我”：请大家静下心来，闭上眼睛，深呼吸几次，让自己的心情平静下来。然后，在脑海中回放那些评价中未察觉到的部分，有没有让自己 | 让学生在识别有效评价的基础上，发现盲区，认知未知的自我。引导学生学会珍惜并理性对待他人的评价，特别是那些能够触动 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | 4、总结：他人的有效评价，就像是一盏明灯，能够照亮这些盲区，帮助我们更全面地认识自己。 | 感到意外或者有所触动的地方？ | 我们内心的有效评价。 |
| **团队总结阶段** | **自主发展：超越评价—专注目标，把“定义权” 握在自己手中**<br>**探索五：评价逐光行**<br>1、过渡语：当我们太在意他人评价的时候，就好像把自己放在了一个被他人随意评判的舞台上，我们的情绪、行为甚至自我认知都可能被他人的一句话所左右。<br>2、出示深深的烦恼：太在意他人的评价怎么办?<br>3、策略分享：教师对学生的分享进行补充和完善，给出一些具体可行的建议。<br>4、总结：我们会面对来自老师、同学、家长、亲友的多元评价，这些评价可能是建议，也可能是偏见；可能是动力，也可能是阻力。愿同学们以今天的课程为起点，学会筛选有效评价、合理应对评价，专注走好成长路。 | 学生思考面的深深的烦恼该如何应对。<br>小组讨论：应对太在意他人评价的方法，比如坚定自己的信念和目标，明白自己真正想要的是什么；学会自我肯定，多关注自己的优点和进步；提升自己的内心力量，让自己更加自信从容等。<br>小组择优进行全班分享。 | 让学生直面“太在意他人评价”的烦恼，帮助学生意识到这是因为内心渴望被接纳、被认可的正常心理需求。再此基础上探讨应对策略，帮助学生认识到自我价值不应完全依附于他人评价，而是要建立在自我认知与目标追求之上。 |
| **看见成长** | 通过今天的学习，你有什么感受？如果现在再遇到他人的评价，你的心情曲线会有不同吗？” | 共同小结。 | 师生互动，总结学习成果，体验成功。 |
| **教师寄语** | 今天的课堂上，我们用智慧和勇气种下了一颗关于合理应对评价的种子，愿同学们在今后的生活中能将他人评价化作滋养你成长的养分，开出属于你的成长之花。 | | |