

浅谈如何帮助学生解决人际关系问题

张 瑜

(浙江省台州市新桥中学 浙江 台州 318055)

高中阶段的学生，他们是非常特殊的青春期的身心特征。这个时期自我意识迅速增强，不愿被约束，渴望独立，他们处在一个动荡不安的主观世界里，道德判断往往不明确、不成熟，有的学生比较容易出现较严重的挫折感和心态不平衡，在人际交往方面经常会出现这几个方面，一是他们经常苦恼自己没朋友或朋友太少，二是不敢交朋友，怕受到嘲笑而变得很孤独，三是苦恼于父母的误解和粗暴干预，四是有的不知道怎样表现被人喜欢的特质，也不知道如何与人沟通。这个时期的学生可塑性最强，如何帮助人际交往有困惑的学生？

一、努力学习

高中阶段学生的最重要问题就是学习，但是随着知识难度的加深和学习时间的堆积，会有一部分学生在学习上很难找到乐趣与成就感，故而被厌学情绪左右。当学生产生厌学情绪后，一切所谓的麻烦事也就接踵而来。尽量避免学生的厌学情绪，从抓班级的学习氛围开始。班级要有班级口号，班级要有班级的骄傲，心理上让学生要有狼性，有敢拼敢闯的精神。告诉他们学习是困难的，考试成绩是悲惨的，这都不是问题，关键是让学生明白不能活得糊涂，哪怕进步一点点，试卷上只会基础题，都要认可自己，自己努力了，就是成功的。

学生心思集中在学习上，人际关系会简单很多。积极学习是班级氛围，好的班级氛围关系到学生的心理健康。研究表明，对学生来说，直接影响其成就和心理发展的因素就是学校特别是班级氛围，学生总是将群体视为一个参照系，积极主动的构建自我，所以班级氛围在一定程度上也强制塑造着自我。

二、化解小团体

班级管理上，比较棘手的就是小团体问题。小团体自我封闭，圈子固定，难以接受他人，而且仗着人多会轻视其他同学，受到排挤的同学心理不痛快，影响班级团结，尤其在同学被批评后，往往小团体重情不重理，他们认为受到伤害，就会群起而攻之，给班级管理带来很大的苦难。小团体的成因比较复杂，有时候是因为喜欢某个明星，有时候是有话可说，有时候是因为都是本地人或是外地人等等。

小团体有利有弊，班主任不能放大弊端，而是要正确对待小团体问题，把小团体融入到班级这个大团体中去。利用班会课开展不同形式的活动，比如，以寝室为单位进行每期的黑板报和班会课组织、策划和主持，因为每个人都要出力，增加了同寝室成员之间的互动，而且寝室与寝室之间存在竞争，同寝室成员出谋划策集思广益，一定程度上增加了寝室即一家的心理。活动的开展要打破固有的模式，如果总以寝室为单位，会造成学生只和寝室同学交往，所以拆开分解再组合很有必要。以学习小组为单位开展以他们的兴趣爱好为主题的活动，或者学生自由组合开展活动，班主任给他们提供展示自我的平台，班主任做到融入其中，平等对待。

通过不同形式的不同活动，学生互相接触互相了解，给他们展示自我的平台，学生扩大了交往的范围，班级集体意识增强，凝聚力增强，一定程度上缓解了同学

交际的焦虑，让有些不敢交朋友的人或者感觉自己朋友少的同学在班级里也有互相谈得来的朋友，也培养了学生人际交往的能力。丰富的活动让很多同学找到了在班级的存在感与成就感，积极的心理相互影响。

三、培养同理心

同理心 (empathy) 是EQ理论的专有名词，是指正确了解他人的感受和情绪，进而做到相互理解、关怀和情感上的融洽。

同理心，就是站在对方立场设身处地思考的一种方式。又叫做换位思考、深入浅出、移情、共情，即透过自己对自己的认识，来认识他人。

同理心使学生能在必要的时候替他人着想，学会站在他人的角度看问题，与周围的人和环境保持和谐关系。作为班主任，在学生的周记里了解到的往往是别人对不起自己，这样的心理很普通，如何让学生了解他人感受，做到互相理解，关怀他人？教师的引导和教育很重要。班主任要做好表率作用，当学生出现人际交往的困惑与委屈时，班主任做的就是要保持专注与倾听，并把自己的理解准确地反馈给学生，在措辞上要有讲究，比如：你觉得很烦，你觉得很委屈，你感到很孤独等等。在教学和班级管理上，班主任自然流露出关怀和尊重，都对学有潜移默化的影响。当学生犯错误的时候，班主任不是批评指责，而是要认识到这是青年在成长中的曲折，多了一份理解，班主任表现出的是一种宽容的气度，在交流过程中要告诉学生哪里出问题了，给谁造成了怎样的伤害，怎么做会比现在情况更好，可以弥补的话怎样弥补可以把伤害降到最低。把学生当成是知心的朋友，平等对待，尊重学生的自尊心，让他们体会到自己的价值。

四、在反思中进步

在学生有困惑时，学生可以写出来，班主任帮助学生找出原因，胆子小的害羞的同学，先从课堂演讲开始，万事开头难，只要帮助学生克服第一次公开发言的紧张，让学生尝试到挑战自我的成就感，就能迈出想表现自我的信心的步伐。

和父母有矛盾的同学，班主任首先要解决的是要与学生的父母沟通，有的时候，学生的问题其实是学生父母的问题。班级里有位父亲，儿子英语考了130分，当父亲得知总分150分时，暴跳如雷，儿子为父亲的无理感到愤怒，长期聚集的不理解，使父子关系紧张，最后，父子都进行反思，认识到彼此的欠缺。

学生的很多问题都可以在反思中自我解决。比如，两个学生出现矛盾，班主任不应该马上插手，让他们自己反思，从自己身上找过错，班主任还没有了解清楚，有时他们自己的问题就解决了，作为班主任应该给予能认识错误的同学高度表扬。

学生在成长中会有很多的困惑，作为班主任要尽最大的可能帮助学生减少成长中的烦恼，教学管理上方法很多，最主要的就是班主任要言行一致，表里如一的爱护每一位同学，让学生心里有阳光，才会有温暖的人际关系。

三教改革背景下的创新型英语教学模式

谢 华

(湖南外贸职业学院商务外语学院 湖南 长沙 410114)

[摘要] 三教改革一直以来都是学校改进升级教学活动的主线，特别是在如今信息技术飞速发展、新兴元素不断兴起大潮中，学校以及老师们更应该重新审视自身的教学活动，积极整合学生反馈，对现行的教学模式进行相应的调整与更新。“教师”、“教材”、“教法”这三要素在不同的时代背景下，需要被赋予全新的意义与价值，为此，老师们需要发散思维，充分利用当下资源，努力实现教学模式的优化升级。本文正是基于三教改革背景下，对于创新型英语教学模式进行了简要探析，希望对于英语教学效果提升有所帮助。

[关键词] 三教改革；创新型；英语教学模式

一、前言

三教改革主要涉及“教师”、“教材”、“教法”，学校以及老师们的教学改革工作都围绕这三点展开。社会主义经济建设对人才培养的要求不断提高，更多的用人单位看重人才综合素质与实践能力，学校一直没有停下对教育教学工作的探索。三教改革的提出不仅在引发老师们关于日常教学的思考，也在引导着学校方面关于全能型人才培养的进一步研究，特别对于以培养实用型人才为宗旨的高职院校来说，老师们应该积极结合当下人才需求背景，借助先进的信心技术媒介，在教学工作中大胆创新，为学生提供全新的学习体验，也为人才培养留下宝贵的实践经验。

二、三教改革背景下创新型英语教学模式方向

1. 师资力量的结构整合

教师作为教学活动的主导者，在学生的学习生涯中扮演着极为特殊的角色。教师队伍的综合素质以及教学理念能够直接影响学生的学习效果以及未来职业生涯。在三教改革背景下，高职院校的英语教学更讲求实用性，按专业与课程可以划分为商务英语、旅游英语、笔译、口译等等。这不仅需要学生掌握扎实的专业知识与技能，还要求学生具有充分的实践经验，多与人沟通、与人合作，汲取更多课本以外的实用型技巧。目前，有部分院校为了改善师资结构，放低高职院校教师招聘门槛，

鼓励招聘有企业工作经验的高层次人员通过考试担任专业教师；或者老师通过校企合作途径，邀请外企高管、外籍人员为学生讲课，在优化教学形式的同时，为教师队伍带来新鲜血液，帮助学校的师资队伍实现多元化、灵活化的形态。这些方式都能够有效的使高职院校的英语教学效果实现最优化，与此同时，这种新鲜的尝试能够帮助院校教师结构进行有效升级，抛开地域、时间等的限制，更加符合资源优化共享的大趋势，在如今云办公、云教学的潮流下，高职院校中师资结构将会实现更加丰富的演变和进化，只要是有利于学生掌握实用技能的资源，都需要有效的利用在教育课堂教学中来。

2. 英语教材的共享性开发

长期来看，尽管高职英语教育的教学大纲与总体要求不会改变，但是，结合现阶段用人单位的个性化需求，人们仍然需要在日产的教学中实现区别化、差异化的教学实践。同样的，尽管该阶段每个专业英语教材大同小异，但是老师们可以通过课堂教学以及课下交流向学生输送更多有价值、有意义的信息。高职院校的老师们的目标是培养全面性人才，因此，他们不必太过拘泥于英语教材本身，对于即将踏入社会的学生来说，处处即学问，在保证完成教材要求的内容后，课本以外知识的丰富汲取才能帮助他们在择业就业中快人一步、脱颖而出。对此，老师们可以尝试定期向学生推荐英文类书籍、影视作品、公开课等等，与此同时，学生之间以及师

生之间的交流讨论尤为重要,这不仅是老师们答疑解惑的好机会,也是知识升华和拔高的重要环节。老师单纯的推荐和输出并不能引发学生深层次的思考,利用课余时间,使用微信、微博、论坛、直播等形式进行探讨和演练能够帮助学生充分的了解这些作品的价值,同时也能够借此形成教与学的良性循环,提升学生自主学习和探究的素质与本领。

3. 实用型教学课堂的推广

在高职英语教育中,常规课堂教学必不可少,与此同时,老师们应该积极拓展课堂以外的渠道来帮助学生进行充分的演练,实现学以致用。现阶段的英语类专业学生的实习往往存在专业不对口的问题,学生以及院校都抱怨难以找到合适的实习单位与工作岗位。实际上,在共享经济飞速发展的现在,很多岗位以及职业都能够为学生提供学习和锻炼的机会。比如,直播在现在人们的生活中变得十分常见,很多英语教育类的学生能够在英文公开课中担任助教,他们需要在主讲人进行教学直播的过程中为观众总结知识点,进行线上与线下的英文练习,帮助他们矫正英文发音、演练英文对话、考核英文读写等等。在学校中,老师们也能够为学生提供此类实践机会,用这种实用型的教学模式考核学生的学习成果,同时观察学生在实践过程中的心理素质、应变能力、沟通技巧等等。随着信息技术的发展,越来越多的新兴行业与岗位被催生出来,同样的学校和老师们也应当保持一定的专业敏感性,学

会在热门行业中找寻教学模式改革的突破口,进而使教学活动能够保持活力。

三、总结

三教模式改革实际上远比字面上的“教师、教材、教法”改革复杂的多,它要求老师们结合时代特点进行丰富的尝试与探索,其中新元素的引入、创新的尺度以及学生的反馈等等,都需要老师们进行反复的琢磨。在先进信息技术的有力支撑下,创新性英语教学模式的变化与升级将会为学生呈现兼具趣味性与实用性的学习体验。

参考文献

- [1]黄侠.从高职英语教学现状谈高职英语有效教学策略[J].校园英语.2020(1)
 - [2]蒋萍.高职公共英语教学模式现状及对策分析-以某职业技术学院为例[J].英语教师.2020(1)
 - [3]郭子文,王秀鹏.网络平台辅助英语教学的实践分析[J].教育教学论坛.2020(5)
- 作者简介:
谢华(1976-),女,湖南双峰人,湖南外贸职业学院讲师,硕士,主要研究方向:理论语言学,应用语言学。

《公关实务》课程项目的重构与实施

巩伟

(深圳技师学院 广东 深圳 518116)

【摘要】课程项目的设计是《公关实务》课程能否成功展开的关键。本文在工学一体化、任务驱动法等科学设计思路的指导下,重构了传统的课程体系,设计出一套与职业技能鉴定标准相衔接的项目体系,并在此基础上改革传统的课程学习方法。

【关键词】公关实务;项目驱动模式;课程改革

随着市场经济的发展,社会组织越来越重视公共关系,且对具有公关能力和素质的人才需求日益增长。为满足社会对公关人才的需求,《公关实务》课程已经成为各职业院校市场营销专业的必修课程。

《公关实务》是一门基础技能课程和职业素养课程,在市场营销专业中起着承上启下的作用,作为一门实践性与实用性较强的课程,其不仅需要学生掌握公共关系理论知识,更需要具备相应的实际运用能力。

结合现在课程改革“以实践为主导,以能力为本位,以标准为基础,以任务为引领,以服务为宗旨,以需求为主体,以人文为支撑,以模式为手段,以过程为导向,以创新为动力”的基本理念,笔者对《公关实务》课程重新进行项目设计,并以公关企业的评价标准为基础,建立起一套项目的评价体系。

一、建立以学生为中心,以传授知识为基础,以职业能力培养为目标,以操作训练为核心课程项目设计思路

(一)与企业共建课程结构体系。与企业签订实习协议,在实习过程中交流课程的构建,训练学生的公共关系职业素质和能力。要求学生在实训中注意自身形象,维护学院形象。

(二)采用“项目驱动模式”取代“顺序教学模式”。例如,要求学生完成班级CIS策划、企成立的新闻发布会策划等实训项目。

(三)强化实践教学,改革实践教学手段和环节。在公共关系教学中,以学生为主体,以职业能力培养为目标,重视实践教学,让实践教学比例占比较大比重。

(四)工学交替,课堂与实习地点一体化。在训练学生公关专题活动这一模块时,直接承办学校与企业的赞助签约仪式。

二、基于以上思路对传统教学内容进行改革,重新整合教学内容,设计课程项目根据岗位需要设计学习情境和学习任务,强调“职业以能力培养”为核心,实现职业能力培养内容与职业技能鉴定标准相衔接。具体项目设计见下表:

从表从可以看出,每一个项目都有对应的能力、知识和素质目标,这些目标的实现需要对现有的课程学习方法进行改革。

三、在项目设计基础上,改革传统的课程学习方法

将课堂延展到课外,实现课前、课中、课后三为一体:课前主要是知识的传递,课中是知识和技能的内化,课后则是对知识和技能的巩固。

1、课前阶段

教师发布学习资源。课前会将学习任务单提前一周上传至学校智慧教育云平台或微信群,督促学生完成学习任务并提交学习反馈和问题。教师根据学生的反馈情况,筛选难点问题,鼓励学生在线讨论或留作课堂讨论。

2、课中阶段

课中是知识和技能的内化环节。为实现知识和技能的内化,需开展丰富多样的课堂教学活动(小组讨论、辩论、角色扮演、PPT演讲等),以强化学习互动体验。同时,教师要注意对重点知识的提炼及难点知识的答疑。此外,由于《公关实务》课程的实践性较强,针对项目开展实训,以锻炼和内化学生的公关实务技能。

3、课后阶段

课后是知识和技能的巩固和拓展阶段。此阶段的主要任务是小组作品展示评价和拓展任务,有时还要继续完成课堂上未完成的实训。小组作品展示评价注意自评和他评(教师和其他小组),在对小组作品成绩给予肯定的同时,还要指出其不足的地方以便改进。拓展任务可以是拓展阅读或完成练习题,以便学生进一步巩固知识和技能。

本门课程的教学设计在多个年级的学生中进行教学观察,通过项目驱动式教学,学生学习的积极性和学习效果较之前有明显提高。在今后的教学中,教师须不断学习国内外先进经验,审视自身的教学实践,大胆创新,搞好教学工作。

参考文献

- [1]戴士弘.职业教育课程教学改革[M].北京:清华大学出版社,2007.
 - [2]梁舞,郭明全.企业公关建设的组织保障[J].科技风,2014(23).
 - [3]姜大源.世界职业教育课程改革的基本走势及其启示——职业教育课程开发漫谈[J].中国职业技术教育,2008(27).
- 作者简介:
巩伟,深圳技师学院,商贸学院讲师,经济学硕士。

序号	项目	能力目标	知识目标	素质目标	结果展示
1	成立公关公司并向全班推荐	能够重视组织形象,感受公共关系的实际应用	熟悉公共关系的概念、组织形象等基础知识	培养“形象管理”的能力,懂得树立自身形象,维护组织形象	小组项目业,PPT展示
2	班级CIS策划	能够认知组织的CIS,能为小型组织进行CIS策划	熟悉现代企业CIS和CIS设计	树立注重组织形象的观念	小组项目作业、PPT展示
3	某企业新品发布会	能够策划、举办公关专题活动	熟练开展庆典、各类专题活动,提高实际操作能力	树立交往合作的观念,提高社交能力	协助创业校友举办庆典活动
4	制订企公关活动策划方案	能够撰写公关活动方案	熟悉公关方案的结构、逻辑,提高撰写方案能力	训练公关写作能力	策划方案
5	校企合作签约实施	能够实施专题公关活动	熟悉庆典活动的实施,提高实际操作能力	维护并展示组织形象	承办校企合作签约仪式
6	企业危机公关处理	能够处理一些小型危机公关事件,能敏捷应对突发事件	熟悉危机公关处理的原则、步骤和方法	“危机公关”能力培养	课堂角色扮演