开课反思

南京市秦淮中学 邱晨

在心理健康课《冲突带来成长》这堂课中，我尝试引入了角色扮演的活动，让学生们模拟日常生活中可能遇到的冲突情境。通过这种方式，学生们不仅能够更好地理解冲突的本质，还学会了如何在冲突中寻找成长的机会。此外，我还鼓励学生们分享个人经历，这不仅增强了课堂的互动性，也帮助他们认识到每个人面对冲突时的反应和处理方式都是多样化的。在讨论过程中，我引导学生们思考冲突背后的深层原因，如沟通不畅、误解、情绪失控等，并探讨如何有效预防和解决这些冲突。

这堂课不仅让学生们学会了处理冲突的技巧，更重要的是，它培养了他们的同理心和沟通技巧，为他们未来的人生道路打下了坚实的基础。课程接近尾声时，我组织了一个总结分享环节，邀请几位学生上台谈谈他们的学习体会。有的学生表示，通过这堂课，他们学会了更加宽容地看待他人的不同意见，不再轻易将分歧视为威胁；有的学生则分享了自己在角色扮演中如何克服恐惧，勇敢地表达自己的想法和感受。这些真实的分享，让整个课堂氛围达到了高潮，也让我深刻感受到了教育的力量。

《冲突带来成长》这堂课不仅是一次对心理健康教育的探索，更是一次对学生们心灵深处的一次触动。我相信，通过这样的课程，学生们能够更加自信地面对生活中的挑战，用更加成熟和理性的态度去拥抱成长。