

日照职业技术学院
课程思政教学案例
(供参考)

授课专业：_____

课程名称：_____大学生心理健康教育_____

案例名称：_____人际交往_____

授课单元	人际交往	单元学时	4
本课时任务	任务 1: 掌握人际交往的方法	课时数	1 学时
授课场所	团体心理辅导室	授课形式	线上线下混合式、探究式
学情分析	<p>人际关系问题在高职大学生中普遍存在，尤其是宿舍人际关系矛盾突出，很多大学生因为人际关系紧张而陷入抑郁、焦虑等情绪状态中，不利于大学生的成长和发展，甚至有的大学生因为人际矛盾问题而诱发大学生自伤、自杀或伤人、杀人等伤害生命的恶性事件，因此引导大学生提高学生的人际交往能力、锻炼个人的表达能力、构建和谐人际关系、促进学生身心健康发展很重要。</p>		
教学目标	思政目标	知识目标	能力目标
	掌握基本的交往技巧,培养正确交往心态,营造诚信、友善、尊重的人际交往氛围,共同构筑社会主义和谐社会。	了解人际交往的方法和技巧	学会运用人际交往方法和技巧,解决人际冲突。
课程思政	融入知识点	正确人际交往的观念、人际交往的方法	
	融入方式	以心理活动体验和人际交往技能行为训练融入	
	思政元素	社会主义核心价值观的“诚信、友善、和谐”，使学生深刻理解中华优秀传统文化中的守诚信、讲仁爱、尚和合、求大同的思想。	
	思政资源	学习强国、灯塔党建在线等网站	

教学重点及 解决办法	<p>理解人际交往方法和技巧</p> <p>通过心理体验，使学生理解人际交往方法和技巧。</p>
教学难点及 解决办法	<p>学会运用人际交往方法和技巧</p> <p>通过行为训练，使学生学会运用人际交往方法和技巧。</p>
教学设计思 路	<p>本次课为“人际交往”专题中的“掌握人际交往的方法”，1个学时教学设计充分利用、网络教学平台、信息化教学环境、数字资源，以学生心理素质发展过程为主线，强化信息化教学设计和实施，采用“线上+线下混合式”教学模式，通过心理体验和行为训练来强化学生对人际交往技巧的探索，突出重点，解决难点。将教学过程分解为课前知识储备，课上心理体验和行为训练，课后同步项目。课前，学生自学线上资源，熟悉内容，并进行课前线上测评；课中，聚焦重点和难点，教师创设情景，以学生为主体，利用多种信息化资源和教学方法创设问题情境，使学生进行心理体验，通过行为训练，使学生掌握心理调节技巧；课后学生巩固所学内容，进一步拓展心理健康知识和技能。在课程中融入社会主义核心价值观的“诚信、友善、和谐”，使学生深刻理解中华优秀传统文化中的守诚信、讲仁爱、尚和合、求大同的思想等课程思政元素。三个环节环环相扣，层层深入，逐渐加深了学生对知识的理解，使课堂效果达到最佳状态。</p>
教学实施	<p>一、课前准备</p> <p>学生自行在线学习《人际交往》在线课程，完成测试题；教师发布《人际交往调查问题》、课件等，学生完成调查问卷，教师统计整理调查结果，根据结果调整授课方式和重点。</p> <p>二、课中导学</p> <p>（一）活动导入</p> <p>活动：“心有千千结”</p> <p>将全体成员以10人左右为一组分不同组，手拉手站成一个圈，让小组成员看清楚自己的左右手是谁，确认后松手。然后小组成员可在圈内自由走动，直到领导者喊停。要求小组成员手拉手以</p>

钻、跨、绕的形式还原成最初的一个圈。

学生思考并讨论：如何提升人际交往能力？

（二）沟通的魅力

通过心理体验活动“我说你画”，感受沟通的重要性，学会沟通。

1. 活动过程

团体成员小组内结成对子。形成若干个两人小组，领导者给每组中的一名成员出示图 1，并确保另一名成员无法看到。然后请前者向后者描述图片的内容，后者根据前者的描述画出该图片。要求在描述的过程中，只能通过言语表达。不能用手比画。比比看哪一组画得又快又准确。

2. 教师向所有人展示图 1，然后每组中的两个成员交换角色，领导者出示图 2，重复上述游戏。

3. 通过心理情景剧方式，展示人际交往中的沟通场景，练习沟通技巧。

4. 教师总结

人际沟通是一个双向的过程。有时候你所表达的并不一定是别人所理解的，你所听到的未必就是别人想表达的。沟通并不是一件简单的事情，需要双方要不断反馈、调节沟通方式，才能达到沟通的最佳效果。

（三）倾听的重要性

通过心理体验活动“我说你听”，感受倾听的重要性，学会倾听。

活动过程：两人一组，A 讲故事，B 听故事，B 认真听。2 分钟以后，交换角色，这次 B 讲故事，A 不认真听。感受倾听的重要性。

教师引导：学会倾听在人际交往中非常重要，在倾听的过程中给予对方回应，会让对方知道你是看重他的，你是耐心听他讲的，有助于人际关系的促进。

（四）人际矛盾 AB 剧

1. 心理情景剧

剧情 1: 室友很懒，每次值日都不打扫卫生，引起了全寝室同学的不满；

剧情 2: 好朋友向你借作业抄，你不想借，但又碍于情面；

剧情 3: 同学未经你的同意就翻看了你的日记。

2. 每个小组内讨论解决上述人际矛盾的方法，并用小品的形式表演至少一个剧情。

3. 表演时停止讨论，注意观察小品的合理与不合理处。

	<p>4. 所有成员-起来讨论以上各种解决方案的可取之处和不合理之处。</p> <p>教师总结建设性管理人际冲突的基本方法,如:改变对人际冲突的消极看法;以合作代替竞争,实现双赢;学会换位思考,宽以待人,积极地进行沟通。真诚地表达自己的意见和需求等等。</p>
<p>教学反思</p>	<p>本次课堂教学中,融入的社会主义核心价值观的“诚信、友善、和谐”,使学生深刻理解中华优秀传统文化中的守诚信、讲仁爱、尚和合、求大同的思想等思政元素使学生认识到了人际交往的重要性,学会运用人际交往技巧营造和谐人际关系,学会处理人际冲突,达到了课堂效果,在以后的授课过程要继续挖掘思政元素,大胆尝试不同授课方式提高课堂参与度,耐心等待不同层次学生的思考和发展。</p>