**敞开心扉，眺望未来**

**2018级历史学（师范）二班 李麟凤**

**案例概述：**班里有个女生跟同学们相处得不好，在班里整天形单影只、落落寡欢，严重影响了她的学习。经过我的观察，这个女生有多疑的习惯，多疑是由于对他人缺乏信任或者是一种自我防卫，一方面也是由于总喜欢假设，思维封闭所致。这样的孩子一天到晚疑心重重、无中生有，内心总有解不开的疑惑和矛盾，严重影响到与他人的交流。

**案例分析及评价：**针对这个案例，要告诉学生心态决定命运，在日常生活中要学会宽容和包容，培养良好的心态，常发现别人的优点和闪光点，及时纠正自己的不足，不要因为别人的错让自己不开心，让自己的生活充满阳光和快乐，在有限的生命里不要总和自己过不去，我生活中的不快乐往往来源于自己，自己是自己最大的敌人，我们要战胜自己，让爱和快乐充满我们的生活，经过几次交流这位女孩与同学们的交往有了改观，学习也有了进步。“敞开心扉就可以眺望未来。”这句话是《哈利.波特》中那位女占卜老师说的，曾经我只认为很可笑，可随着时间的流逝，我对这句话又有了新的感悟，结合这次教育教学的经历也得到了一些正确处理人际关系的启示：

1. 学会倾听。交流与沟通的基础，倾听才能理解。
2. 积极沟通。心理上的包容、情绪上的稳定是构成良好的学习、生活氛围的基础。
3. 学会尊重他人。帮助学生从小学学会正确客观的评价自己，了解自己的长处和短处，善于扬长避短。