**早该帮 编制**

20xx年秋海河中学“心灵驿站”广播稿（第五期）

播放音乐《雪之梦》

栏目一：开场白

女：给你的天空划一道绚丽的亮色.

男：给你的世界奏一曲动听的欢歌.

女：这里是海河初级中学心灵驿站广播站

男：尊敬的老师,亲爱的同学们.

合：大家好!

女：伴随着这熟悉的乐曲，

男：聆听着这动人的旋律，

合：校园之声广播站又如期和您见面了！

女：我是播音员xxx，

男:我是播音员xxx。下面我们先来听一首好听的歌曲，放松一下我们的心情。

播放歌曲《捉泥鳅》

栏目二：校园风景线

男：浓绿万枝点点红， 动人秋色处处新。我们的校园每天都有新变化，每天都有新面貌。

女：每一次朝霞染红了东海岸；每一次太阳跃出了地平线。我们的身边都发生着平凡的故事，创造着新奇。

合：欢迎大家关注“校园风景线”栏目。

男：

（音乐30秒） 栏目三：《身边的故事》

女：因为有爱，所以感动；因为感动，所以感恩。亲爱的同学们，你在生活中有过这样的感动吗？让我们走进《身边的故事》。

世上最大的恩情，莫过于父母的养育之恩。值得我们用生命去珍爱，用至诚的心去感激，用切实行动去报恩。

男： “羊有跪乳之情，鸦有反哺之义”。而人也应有尽孝之念，莫等到欲尽孝而亲不在，终留下人生的一大遗撼，要想将来不后悔莫及，从现在就要从身边的小事去感恩父母，回报父母。回报也不一定非的是物质上的回报，更多的是精神上的、情感上的。就算是远渡重洋、留学海外，我们时刻要怀揣着一颗感恩的心。正如世纪老人巴金所说：“我是春蚕吃的桑叶就要吐丝。”春蚕付出了，也获得了，得到的却是人们的赞美与钦佩。

女：父母是我们人生的第一任老师，从一个孩子呱呱坠地的那一刻起，他的生命就倾注了父母无尽的爱与祝福。或许，父母不能给我们奢华的生活，但是，他们给予了一个人一生中不可替代的——生命

男：父母为子女撑起了一片爱的天空，当你受伤时，哭泣时，忧郁时，难过时，你可以随时回到这里，享受父母的爱。感恩父母，哪怕是一件微不足道的事，都能让他们感到欣慰。我记得央视曾播过的一个公益广告：一个小男孩，吃力的端着一盆水，天真的对妈妈说： “妈妈，洗脚！”就是这样的一部广告时至今日，仍在热播，它的感情动人心腑，不知感染了

多少人。很多人为其流泪，不止为了可爱的男孩，也为了那一份至深的爱，和发自内心对母亲的感恩。

女：同学们，让我们学会感恩父母吧！用一颗感恩的心去对待父母，用一颗真诚的心去与父母交流，不要再认为父母是理所当然帮我们做任何事情的，他们把我们带到这美丽的世界，已经是足够的伟大，且将我们养育成人，不求回报，默默的为我们付出，我们就别再一味地索求他们的付出，学会感恩，怀着一颗感恩的心，去感恩父母吧！

播放歌曲《三德歌》

栏目四：佳作欣赏 女：品一杯香茗，念几回往事；读一本经典，走几回人生；听一次文学，抒几回感动。

男：望海文学，玫瑰海岸，花香淡淡，让我们一起品味文学早茶吧！请欣赏诗朗诵《秋天的怀念》。

播放《秋天的怀念》

女：听了这篇散文朗诵，真的好感动。亲爱的同学们，好好珍惜身边的亲人、朋友，也许一个转身，就会错过。

（音乐30秒）

栏目五：《心理健康教育》

男：教育的一个重要目标是培养全面发展的人，而良好的心理素质是促使人全面发展的前提。素质教育目标的实现在很大程度上取决于心理健康教育的成败。在竞争激烈的今天，健康的心理和良好的应变能力显得尤为重要。下面让我们走进《心理健康教育》。

女:中学生心理问题的现状。

一、学习方面：

因学习而产生的心理问题是中学生主要的心理问题。表现有精神萎靡不振，压力越来越大，从而导致食欲不振、失眠、神经衰弱、记忆力下降、思维迟钝、学习效率不高等。

①、厌学，不仅是学习成绩差的同学不愿意学习，一些成绩较好的同学也出现厌学情绪，甚至可以说“厌学心理”在中学生中已经有一定的普遍性。 ②、考试焦虑，特别是遇到较为重要的考试时，焦虑更为严重，甚至出现焦虑泛化现象。

男：二、人际关系方面：

①、与老师的关系不和谐产生对抗心理。在中学时期，老师仍然是学生心目中的公正代表。他们希望得到老师的关心理解与爱护。如果老师对学生缺乏理解，缺乏耐心与爱心，不能以热情的态度给予学生指导帮助，就会降低学生对老师的信任度，影响学生与老师之间的沟通。

②、同学间的关系不够融洽。学习任务越来越重，竞争也越来越激烈，同学之间也缺少了交流和沟通。如果老师疏于引导，同学之间就会产生隔膜，缺乏应有的同窗情。

③、与父母的关系不够亲密。民主型的，和睦良好的家庭能给中学生一个温暖的归属港湾，而专制式家庭中的父母与子女之间不能进行正常的沟通，会

造成这样的家庭中的学生孤僻、专横的性格。加上“单亲”家庭等问题的存在，使他们会认为是自己的父母给自己带来或制造了痛苦，会因此憎恨父母、家庭。 女：三、青春期方面：

①、自卑情绪严重。

青少年时期处于由幼稚的童年期向成熟的成人期过渡的阶段，认知特点是天真、浪漫、理想化的成分多，现实性的成分少，正如“初生牛犊不怕虎”。一旦将他们的主观想象放到社会实践中去检验时，他们惊讶地发现，理想是如此的脆弱。天真想象的破灭，给他们带来了严重的心理压力。有自卑倾向的人就会难以忍受，把失败归因于自己无能，因而灰心丧气、意志消沉，使自卑的心理深入内心。

导致中学生形成自卑的直接因素有：成绩落后、交往受挫、生理原因、家庭背景等因素。

②、逆反心理普遍

中学生无论是经济上，还是在许多问题的认知上，都对家长和教师存在一定的依赖性，可是，他们的潜意识里将自己看作大人，迫切要求独立。但是在家长和教师的眼里，他们还是个孩子，还很幼稚，惟恐他们上当吃亏，于是对他们关爱有加，喜欢过多干涉他们的生活。

男：面对以上问题，采取的对策是：

一、 学习方面，能把求知增长才干看成一种人生乐趣，爱好广泛，努力学习，刻苦钻研，自觉完成学习任务，善于正常发挥自己的潜能，胜不骄，败不馁，有满足感和成就感，能冷静地分析问题、解决问题，对待考试既重视又无焦虑感。

二、个性心理方面，其心理特点与年龄特点相符，既能说服自己，又有自知之明；能很好地处理与同学、朋友及老师家长的关系；在集体中受欢迎并有自己的朋友，保持和发展融洽和谐的人际关系；情绪愉快而稳定，善于自我调节；有适应各种社会环境和自然环境的主动性和自觉性。

三、生活心理方面，热爱生活，尊老爱幼，真诚友爱，礼貌待人，有较强生活自理能力。当前中学生心理存在认识障碍、情感障碍、行为障碍和个性障碍，而心理障碍居首位的是厌学、人际关系紧张、社会交往不适、考试焦虑、不能适应学校学习生活、不能很好地根据环境要求来改变自己等。

播放歌曲《你若盛开》

栏目六：学法大家谈

女：作为学生，成绩对于我们来说是很重要的，但我们只有掌握了有效的学习方法，才能达到事半功倍的效果。让我们走进《学法大家谈》栏目。

男： 上课，是学习的中心环节。一个中学生，每天大部分时间在课堂上度过，各科知识的获取以及智力能力的培养，主要通过上课这一环节完成。凡是学习得法、成绩好的学生都十分重视上课这一环。凡是未学好、成绩差的同学，最主要就差在没有专心上课上。 那么怎样才能专心上好课呢？

女：重视听讲。充分认识到老师在上课时的重要作用。教师在教学活动中的主导作用，在上课时表现得最充分，时而指引方向，时而启发诱导，时而鼓劲加油，时而扶持帮助，教者始终处在学生的前列，为学生引路导航、指点迷津。老师的分析讲解、启发点拨，不管从内容的连续性、生动性还是从方法的系统性、灵活性，都比课后的辅导详细得多，更是同学们自己看书远远不能比拟的。不仅

如此，教师还能根据课堂上学生的反应，不断调整教学的进度和方式。千方百计提高课堂的教学效率。可以说，在老师的指导下，学生走的是一条最简捷的认识道路。每位同学应虚心向老师学习，在老师指导启发下上好每一节课。有的同学认为，父母懂得数理化，回家补补就行了，这些想法千万要不得，有了这些念头无意之中就会放松听课，降低四十五分钟的效率。

男：.当堂弄懂。指课堂上就要基本理解掌握所学的新内容。一堂新课，总要介绍一些新概念、新关系、新技巧、新方法。那么，课堂上就要搞清楚每一个新概念的内涵和外延，弄清概念与概念之间的关系。对数理化中的公式、法则、定理、定律要知道是怎样推导出来的，以及如何变形和运用。对政史地文中的原则、要点、方法要当堂理解和记忆。对英语中的新词、句型、语法关系要及时熟 记和掌握，当堂任务当堂完成，尽量不留尾巴，不增加课后负担。

（音乐30秒）

栏目七: 校园点歌台

女：避开尘世的喧嚣，闻着夕阳的气息，漫步校园小径，聆听天籁之音，补充生命的绿色。下面请欣赏一首好听的歌曲《策马奔腾》。

播放歌曲《策马奔腾》

栏目八：结束语

女：每一次相聚都是那么短暂

男：每一次怀想都是那么香甜

女：让我们在快乐的海洋里翱翔！

男：让我们手牵着手。

女：让我们肩并着肩。

男：同学们下次再见!

关键词：

参考文献：[1]早该帮https://bang.zaogai.com/item/BPS-ITEM-34146.html