

# 防轻生班会教案(模板5篇)

作为一名教师，通常需要准备好一份教案，编写教案助于积累教学经验，不断提高教学质量。那么我们该如何写一篇较为完美的教案呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的教案范文，我们一起来看看吧。

## 防轻生班会教案篇一

首先，部队轻生的现象在军队中并不罕见，其中的主要原因是来自于单一的思想、人际关系及自我压力等方面。在此背景下，如何有效的处理和解决部队轻生的问题成为了一个必须面对的挑战。本文将围绕这个话题进行探讨，总结自身以往的经验与体会，希望能给予需要帮助的同志一些参考。

其次，深入了解轻生的根源也是解决这一问题的重要途径。轻生的根源存在于失去控制感和不具备应对突发状况的能力。这也是肇事者选择轻生来解决问题的核心原因。所以，军队应该通过培训和角色分配等方法提高官兵的自我抗压能力和信心。此外，应该加强部队关爱的力度，尤其是对于一些有特殊困难和压力的官兵，及时给予关爱和帮助。

第三，军事管理和制度的完善也是避免轻生事件发生的关键。认真贯彻落实中央和军委的有关军队管理的方针政策，进一步规范军事人员的行为规范和纪律。逐步提高责任意识 and 自我保护意识，稳步完善相关军事管理制度，增强军队整体实力和防止意外发生的能力。

其次，适当的心理疏导和心理矫治效果明显。建立健全全员心理疏导机制，组建心理攻关团队，开展舒缓压力、缓解情绪、消除因个人心理困扰产生的障碍，通过心理辅导中心，制定各项心理矫治方案，大力组织和推进各项心理矫治工作，及时发现和处理心理异常情绪，避免突发事件的发生。

最后，部队轻生问题的解决必须要依靠官兵自身的努力和配合。轻生是一种极其不负责任和不成熟的行为，它不仅给个人带来严重的伤害，还会直接危害到战斗力和军事训练。因此，做为军人，对于身心受到一定压力的时刻，首要的是向指导员申请缓解，同时也应该积极加强自身的心理矫治和自我安抚。希望广大官兵不要因为一时的困难而作出轻生的决定，我们要理智的去面对问题，集中我们的优势，共同应对各项困难，坚定向着胜利前进的信念。

总之，作为一名军人，我们应该始终保持着良好的心态，加强自身素质的提升，增强自我保护能力。我们要相信，只要我们保持积极的心态，克服困难，热爱生命，便一定能守护好自己的家园，守护好我们的国家。

## 防轻生班会教案篇二

红十字会和红新月会国际联合会将每年9月的第二个星期六定为“世界急救日”，今年的9月8日是第xx个“世界急救日”，主题是“交通安全“救”在身边”。请各单位结合实际，认真策划、科学实施，积极开展宣传主题活动。现就活动开展通知如下：

根据省红十字会下达的“救护培训百万工程”培训任务，结合上半年进度情况，全区继续开展救护技能培训“五进”活动，面向全区群众开展红十字救护员和群众性急救知识普及性培训。急救日期间，可通过应急救援逃生演练、救护技能演示、救护知识讲座、防灾避险知识传播等多种形式的培训和宣传工作，积极提高培训质量和效果。

全区各办事处认真指导社区开展“世界急救日”主题宣传活动。每个办事处至少有2-社区引领示范、开展专项主题宣传活动以及救护培训活动，并邀请交巡警部门为群众交通安全法规，提高社区群众交通安全意识。

发挥救护培训基地及“博爱家园”作用，面向公众及社区居民开设“红十字救护培训公益大堂”，积极推进红十字救护培训进社区活动。

加强自动体外除颤器[aed]相关救护知识的宣传与普及，提高公众对aed的认知度。让更多的群众遇事不惊、遇灾能避、遇险能救。

在区中小学中广泛开展主题宣传活动。充分发挥“学校健康安全辅导员”作用，组织学生开展交通安全讲座、防灾避险演练、普及救护知识培训等活动，让更多在校学生学习和掌握急救知识和技能，在危难面前能逃生避险、自救互救、保护生命安全。

“省红十字示范校”继续发挥辐射引领作用，精心策划主题宣传活动。可带头邀请交巡警部门给学生及家长开展交通安全知识讲座，提高学生交通安全意识，为学生的校园安全、出行安全、人生安全做好教育工作。

## 防轻生班会教案篇三

部队是兵士们的第二个家，在这里，我们共同呼吸，共同战斗，互相帮助。但偶尔也会发生一些伤心事件——自杀。这些事件发生的路程中，对部队的影响很深，严重影响战斗力和情感关系。本文将介绍自杀事件对部队的负面影响，以及防止自杀事件的一些方法。

### 第二段：自杀事件带来的负面影响

自杀会对官兵的思想和行为产生严重影响。对士兵而言，自杀事件将严重影响他们的思想状态。在自杀事件发生后，士兵们通常会产生负面情绪，如无助感，不安全感和害怕。有些人还可能感到疑虑和恼怒。更严重的是，自杀事件还会导致其他人的精神状况变得更加不稳定。

自杀事件还会对部队的战斗力产生影响。士兵们的心理压力和抵抗能力降低，进而影响部队的战斗力。此外，它还会破坏部队的工作环境，以及造成许多人心的负担，最终还给家庭、地区和军队的管理带来负面影响。

### 第三段：防止和减少自杀事件的方法

士兵们自杀的原因是多种多样的，包括精神健康问题、亲人去世，或者是遭受到严重的创伤。许多人在自杀前也会表现出某些情绪和行为的改变。因此，部队必须采取一些措施来预防和减少自杀事件的发生。

首先，部队应加强官兵之间的情感支持。相互的信任和支持可以帮助减轻将其他快速自己扛在肩上的负担。同时，领导者必须了解官兵的情况，并对他们的言行态度给予重视和关注。如果发现有人在出现纠纷或情绪抑郁的时候，领导者应立即采取行动。

其次，部队应该拓宽官兵在部队内外的娱乐活动。焦虑、压力和孤独是自杀的主要原因之一。好的娱乐活动能够帮助官兵释放压力，缓解情绪，并加强人与人之间的联系。该提供健康的娱乐活动，如体育比赛，合唱团和圈子活动等等。并提供良好的住房、伙食条件等。

最后，部队可以为所有人提供心理咨询服务来促进大家情绪的稳定和健康。肯定、鼓励和支持士兵不仅解决了自杀问题，而且也帮助推动部队的进步和发展。

### 第四段：战友们的职责

当一个人出现生活中的困难、孤独和沮丧。他/她需要有朋友在身边支持和鼓励。所以，士兵的职责不仅是关心和包容自己，而且要尽力支持和帮助其他同样需要帮助的战友。我们应该学会倾听和理解自己和别人。评价每个人自己的价值，

信任自己和别人。只要我们保持积极和健康的态度，我们就可以挑战。这分明是我们在部队中必须掌握的技能之一。

## 第五段：总结

在部队中，自杀事件不能被忽视。自杀带来的伤害是无形的，而其影响范围也会比我们想象中的大很多。部队必须为官兵们提供充分的支持和帮助，同时官兵们也应该互相扶持和支持，以减轻自己和其他人的精神压力。我们相信这样的努力总有一天将自杀事件的发生率降到最低点，让我们共同为此努力前进。

## 防轻生班会教案篇四

1. 第二个：是不是有抑郁症，是的话要看医生，吃药，自己要多去做开心的事，自己多开导自己。

2. 她还太年轻了。。。这么大的打击可能有些受不了。。。时间久了。会好起来的,宝妈你可别太累了哦。。才2二月不要累到了。。对你和宝宝都不好。。

3. 高速服务区厕所门贴对联

4. 首先应该是先安抚她，安慰她，让她的心情平静下来。

5. 十分具有悲剧性的是儿童和青少年自杀，自杀主要是在老年人中出现的问题。虽然在年龄在15至35岁的人当中自杀继意外事故之后是第二大致死原因，但是在这一年龄段中死亡发生的很少。2004年在德国的10337个自杀的人当中，447人在25岁以下，将近是60岁以上自杀人数的十倍。虽然40到45岁是自杀人数最多的年龄段，但是如果按他们在人口中的比重计算的话，85岁以上这个年龄段的情况是最糟糕的。每年每10万个人当中将近有39个人自杀。根据社会福利机构的调查情况，年长的人当中自杀人数增加了，而自杀的总数却下

降了。

6. 另外两名民警顾不得自身安危，

7. 经过了解，女子小江(化名)家住德清，小江和婆婆有点小矛盾，打算出去走走，当时小江老公正在气头上，说了句走了就不要回来了！

8. 有些痛，说不出来，只能忍着，直到能够慢慢淡忘。

10. 你可以叫他冷静的想象以前为啥要结婚. 既然结婚啦就别动不动就离婚. 既要要离婚了为啥当初结婚了. 婚姻来之不易失去了等你回过头再看就只剩下你们以前的微笑和幸福快乐的时光. 想要再去牵手也不可能. 难道真的要离婚不可吗。没有别的解决的机会啦吗.

11. 司机眼睛太小被举报闭眼开车

12. 随后，民警使用自己的qq添加“丽丽”为好友，并告知身份，动之以情晓之以理。起初，她非常抵触，表示不愿意回家，还告诉民警有辍学打工的想法。

15. 想想那些不如自己的人，人人要坚强，乐观面对一切，死了也是白死，还不如“xxx”□

16. 点击上方蓝字关注“梧州看鸭妹”

17. 父母给予了我们生命，我们在这个世界上就要好好活着，活出了人样来。用自己的双手创造价值。

18. 开江县老电影院斜对面，

19. 据说，吴先生后来也这样对他那些遇到困难的学生。他总是说：“你不要着急，如果说没分你工作，我拿钱给你过

日子。我的老师这样对我，我也应该这样对你。”

20. 第三，共情，对他人有深层的理解，比如他对于做什么事很失望，你应该对他说“我对你的情况感到惊讶和失望，特别是你曾经希望自己做得更好”而不是说“你對自己很失望”。

21. 看蜀黍如何“冒险救人”、“金句劝回”

22. 王阳明头像。照片来源网络

23. 生命是一支蜡烛，不管是对自己还是对别人，你都可以踏踏实实、认认真真的奉献自己。你可以在朦胧的黑夜里用强烈的光芒照亮一方，也可以在冰冷的寒风中，用博大的爱去温暖整个世界。

24. (奔走相告)7月11日起，余杭这个地方发生的2车车损事故可以快速处理啦！

25. 年纪轻轻想轻生的念头，多半来自父母的约束、管教、抛弃、虐待等等诸多因素。

27. 当你说想忘记我的时候，我沉默着一句话都不说，因为我无力诉说。

28. 她抽烟总被烟呛，捂着眼睛说想再爱你一场。

29. 想想革命老前辈，有啥想不开的啊？

30. 谁都会遇到想不开的时候，

32. 今天一则新闻让人笑疯了！

33. 结果，他因为看视频看得发出笑声，被屋主发现，随后被抓

34. 男子冒充外卖小哥偷吃外卖
35. 生活总在它张牙舞爪的时候，流露出默默温情。
36. 男子靠手捧三晚偷走1200斤玉米
38. 闺蜜不想活了，不要直接去聊为什么不想活了，不要一直在去劝你应该活这种类似的话，应该多去聊一聊他们在乎的人，自己眼睛一闭就省心了，在乎你的人怎么办。越爱你的人越伤心，越在乎你的人越难过。所以为了他们你也要好好活着。好好生活，给不喜欢你的人看！
39. 经过劝说后，这个年轻人见有外人在，现在又有了台阶下，也害怕自己出丑，于是慢慢地走回行车道坐上摩托车跟家人回家。
40. 达川区公安分局管村派出所接到
41. 女孩欲跳楼轻生，蜀黍“冒险救下”
42. 历史系的吴天墀先生，1949年之前参加过青年党，在西康省政府任过职，因而被判定有“历史污点”，开除了公职。迫于生计，他只好去拉架子车，同时卖掉了藏书。徐中舒觉得这个人才可惜了，就叫他来家中，问他：“你是应该做学问的人，怎么干起这种事情来了？”吴天墀回答：“一家人总要吃饭啊！”徐中舒当即便说：“你一家人吃饭我来管，你现在还是要做学问！”
43. 网友：这是挪车形成条件反射了
45. 生活当中根本就没有你想象的那么痛苦，而且过去的事情都已经过去了，千万不要让自己有想死念头了，我会永远在你的身边陪伴着你。



46. 原来薛某经常路过这间公厕，疫情期间，无障碍卫生间暂停使用，他十分恼火

47. 车是他们(轻生男子)自己的

48. 第二，弄清楚他想轻生的念头的原由，但是不能够直接问，需要慢慢的观察他的生活环境已经生活经历弄懂其中原由，有针对的入手。

49. 人需要不断地得到别人的安慰，可重要的是学会自我安慰，这是一种心理防卫的方式。“百年人生，逆境十之八九。”在人生的旅途上，并非都是鲜花坦途，而是要常常与不如意之事结伴而行。诸如下岗待业、官职被免、疾病缠身、情场失意等等，常常会使人愤愤不平，叹息不止。失去平缓的心态，容易发生心理扭曲、变态，不但影响工作情绪和生活质量，而且有害于身心健康。安慰自己，就是通过积极的自我评价以及对自己适度的宽容，抚慰自己因失败、挫折、不幸而痛苦不堪的心。面对逆境，要告诉自己这是合乎自然的事情。困境是生活的组成部分，是人人必领的“快餐”，既是困扰自己，也会光顾别人，这才合乎自然。总是一帆风顺、事事如意，这只是一种良好的愿望，实际并不存在。这样，在困境面前就不会让心哭泣，相信“天无绝人之路”，相信“逆境不久”的真理，相信自己总有路可走，就等于跨出困境的第一步。人生不是苦旅，别把情况看的那么坏。习惯自我惩罚、自我折磨的人，一般视野比较狭窄，思维比较封闭。他们的眼睛只是死死盯在自己遇到的困难、挫折和失败上，结果把困境看的越来越死，以至被困境压的抬不起头来。但若与那些比自己困境更严重的人比较，你会不会一声长叹“何独我哉”？然后你再背上一遍孟子的“天将降大任于斯人也”，便会有“冬天逝，春天到”的感觉，就会抹去对人世的不平，对人生的哀怨。自我解嘲是人们心理防卫的一种方式，是生活的艺术，是一种自我安慰和自我帮助，也是对人生挫折和逆境的一种积极、乐观的态度。自我解嘲并非逆来顺受，不思进取，而是随遇而安，放弃渴望不可及的目

标，重新设计自己，追求新的目标。一个人要做到自我解嘲，重要的是要有一颗平常心，不为名利所累，不为世俗所扰，不以物喜，不以己悲，不辞劳苦的走好人生的每一步。

50. 正站在七层楼高的天台护栏外，

52. 我就不信他谈着人生的时候还会想死，所以你多跟他谈谈

53. 供参考一个西瓜装满车，压得地球直哆嗦。(形容西瓜大)天上的星星多，没有我的朋友多。(形容朋友多)教室里静得连根针掉在地上也听得到。(形容特别静)看见那个孩子正在吃火腿肠，小明馋得口水流了一地。(形容特别馋)你的要求我都能满足，即使你要星星月亮，我也给你摘下来。她一点胃口也没有，饭没入口，人就饱了。烈日下，柏油路都快融化了。这橘子酸得我的牙都快掉了。他饿得都可以把一头大象给吃了。

54. 可能我只是你生命里的一个过客，但你不会遇见第二个我。

55. 余杭公安塘栖派出所民警秦芳良在车上不停地喊着：“快点！快点！”一旁的驾驶员也是一脸严肃地小心驾驶。就在刚刚，塘栖派出所接到一起警情，内容是“一名女子坐在新华桥上，意欲跳河。”

56. 发现想要轻生的人，如果可以的话，最好是选择报警求助，另外，可以通知它的家人和朋友，让他们过来劝说，最关键的一点是，让对方冷静下来，不要用言语激怒他，否则好心就会变成了坏事，方便的话，先把他救下来再说。

57. 涉事医生承认未能查出赵女士怀孕，但表示自己开的药并不会导致流产

58. 难免会为一些琐事“想不开”

59. 我也曾经轻生过，被女朋友气得怀疑人生，可平静下来想想，用轻生去证明，即使证明了，对自己对别人都只能是更大的伤害。

60. 或者其他的原因，要和她聊天，把这个原因找出来，并解决掉，不然，有一次就会有第二次，而你不可能每次都刚好在她身边。

61. 徐中舒：学界泰斗的“本分”

62. 小偷：我以为是黄金做的

63. 友友们，我说的对吗？欢迎关注点赞和评论！

64. 不如意的时候，更要相信，美好的事情即将发生。

65. 能力层级为理解**b**级。所谓重要的句子，是指在文中起着重要作用的关键性句子。它通常指以下几种语句：(1)结构比较复杂，意思隐晦难懂的句子。(2)使用了特殊的修辞格、内涵较为丰富的句子等。(3)揭示文章脉络层次句子，即文中段首的总起句、段末的总结句以及过渡句等。(4)统摄全篇，即人们常说的文眼或者是揭示文章中心、主旨、观点、情感的句子。理解句子含义要在具体语境的基础上，或抓住关键词，或关注修辞手法等，结合文章主旨、情感等进行全方位的理解。

66. 希望您也能像这几位热心人一样，

67. “你先下来把车开走，我们铺个气垫……”

68. 我前段时间，看见一个德国的消防员特别有招。他去劝人的时候，会提前多准备一套消防服，连头盔带衣服全套的。

然后跟当事人说，来，你穿上，跟我们一起下去。你放心，有头盔，谁都注意不到你。

69. 山东一男子张某凌晨带着三位美女去吃饭，无故被邻桌一男子殴打

70. 直接安慰说有我陪在你的身边，你不要做出这种没有理智的语言，因为很多人对你都是非常的喜欢，你还有美好的事情和愿望没有做，应该主动的拿出自己坚强的信心去面对生活中的困难才是唯一的目标，只有这样你才能体会到生活的幸福和人生的意义。

71. 11月29日下午16点50分许，一辆警车拉着警笛穿梭在车流中。

72. 原来他确实没有闭眼，只是眼睛小而已！

73. 然后，了解一下她为什么会有这样的想法？有时是因为某件事；有时是因为长此以往积累的东西；有时是因为心里的状态不好（抑郁）；但不论怎样都是不理智的想法。生命可贵，自己若不爱惜，实为可怜！选择死是不易，但活下去才是勇者！

74. 男子凌晨2点江边看景被消防员救下

75. 王阳明教你驭心术：一句话让看不破的人看破！让想自杀的人断绝念头！

76. 耿女士也表示愿意陪女儿去“找工作”，见母亲态度软化，才同意到派出所见母亲。

77. 你的每次留言和点亮好看我都当成了喜欢

78. 当发现一个人要轻生的时候，劝说也是一种艺术，我们

首先要找出他想要轻生的原因，帮他出主意，真正的能够解决他的问题，问题解决了，他的轻生想法也就随之消失了。

79. 老房子阳台上有个废弃垃圾通道，6年来，陈某反复练习钻进垃圾通道隐藏

80. 我并不后悔在最好的年华没有遇见你。因为遇见你，才是我最好的年华。

81. 两男子为博眼球网购“囚服”上街

83. 苦不苦？

85. 赏看鸭妹一颗糖请点小拇指

89. 所有的事情在生命的面前都显得那么的苍白无力，失去了往日的光彩。吕凯特曾说过：生命不可能有两次，但许多人连一次也不善于度过。因虚度年华而悔恨，因碌碌无为而羞耻不要以为，不伤害自己就叫做珍惜生命，如果你的生活就像是一潭死水，没有朝气，没有生机，难道你能问心无愧地说：我珍惜生命了吗？美国浪漫主义诗人朗费罗曾写道：我们不能做任命运驱使的牛羊，我们要在战斗中当一名闯将让我们鼓起勇气，升起理想的帆，时刻乘风破浪！

90. 一个人之所以选择放弃自己宝贵的生命，根本原因就是没有意识到生命的价值。匈牙利爱国诗人裴多菲的诗句：“生命诚可贵，爱情价更高；若为自由故，两者皆可抛！”我们的生命是有价值的，爱情是珍贵的，但自由更加重要。可是，我并不赞成为所谓的自由放弃生命。这首诗是革命时期的产物，我们切不可轻易被他误导。再说，自由也是吃饱饭、活好自己以后的事情。所以，我们的生命不该浪费在无关紧要的琐事上面，应该拿短暂的一生去追求更加崇高的理想。

93. 打开后竟然是不想上班的老公

94. 人嘛，既然都已经来到这个世界上了，那就好好过完这一生吧！做自己想做的，做自己喜欢的。都是第一次做人，没必要迁就别人。不要用别人的过错来惩罚自己！没必要为了不值得的人和事儿而纠结于心，久久不能释怀。

96. 想见你死后你的亲人该承受多大的痛苦啊？

97. 开《海瑞罢官》讨论会，当时很多先生已经“学聪明了”，闻到味道不对，于是包括有些和吴晗私交甚好的人“都开始滑了”，说起话来不知所云。但徐中舒说：“吴晗写这个东西，是不是为xxx翻案，我不知道，我也不认识吴晗。但xxx的说法我觉得不对，清官总是比贪官好吧，怎么连清官一块儿批呢？”很快，记录这次会议的小册子就从“学习辅导材料”变成了“供批判用”，徐中舒成为“xxx”中四川大学第一个被揪出来的“反动学术权威”。

98. 何苦呢！

99. 广西百色两村民为博取单位领导赏识，多次盗窃该领导家族祖坟尸骨并藏匿

100. 这位僧人，晓之以理，动之以情，并对年轻人实施了激将法，让他明白了活着不只是为了金榜题名，不是为了女朋友而活，还有生你养你的父母，还有更加重要的事情等着自己去做。总之，生命是一场有意义的旅行，还有更多未知的美好等待你去探索。

102. 坚持就会胜利，总有一天他会被你感动。但如果他另有所爱，希望你要放弃，祝福你爱的人并找一个爱你的人。如果你以死换来他对你的“爱”，即使以后在一起了，如果争吵的话，他会说你再去死啊。多不值得啊，想想你的父母，你的朋友，如果以死过一次的心态来看这个问题，不知你会

怎么想。

103. 管那么多干什么！只要活着。一切都会好的！

104. 在徐中舒的儿子徐安石眼中，作为学界泰斗的父亲，最恰当的评价却是“本分”二字。“他的话不多，但从不说假话，哪怕是在‘xxx’期间。”

106. 王阳明的这句话真是很有意思的顿悟，足以让看不破的人看破！

107. 一定会拥有自己想要的人生

108. 小江又生气又委屈，骑着电动车就离开了家门。经过新华桥时，小江顿时萌生了跳河的想法，幸亏遇到热心路人的劝阻。

109. 女孩负气出走，民警“金句劝回”

## 防轻生班会教案篇五

为坚持以人为本，保护生命和健康、减少伤残的救护理念，区红十字会在9月12日“世界急救日”来临之际，在全区开展“疫情下的急救”主题宣传活动，普及救护知识技能，宣传推动应急救护工作，提高市民健康生活和城市文明程度，增强城市应急能力。具体活动方案如下：

“疫情下的急救”——世界急救日市民应急安全教育大讲堂

20xx年9月8日至9月25日

活动期间，围绕“疫情下的急救”主题，开展“世界急救日”宣传活动、应急救护知识普及讲座、心肺复苏技能培训。积极推动红十字应急救护培训进社区、进学校、进企业、进

机关，不断提高应公众急救知识的普及率。

1、面向全区机关、事业单位的工作人员，举办4学时心肺复苏技能培训。

主责单位：区红十字会

2、全区各单位结合本单位实际，开展逃生避险、自救互救知识普及和心肺复苏技能培训（4学时），提高全区各单位工作人员的急救意识、自救技能和服务群众能力。

主责单位：全区各单位

3、各街道红十字会在本辖区内开展救护知识大讲堂、急救技能培训、主题宣传等活动。

主责单位：各街道红十字会

4、以健康促进校为平台，以学校应急预案为参照，针对日常活动、安全教育、突发事件处置、逃生避险，在全区各学校开展急救知识普及、心肺复苏技能培训（4学时）、应急演练等活动。

主责单位：区学工委

5、在街道举办“疫情下的急救”主题宣传活动。面向老百姓普及逃生避险，自救互救的急救知识，现场教授心肺复苏、创伤包扎急救技能，提升自救互救能力。

主责单位：区红十字会

1、为培训提供师资。

2、提供培训所需物品：模拟人□aed□训练包、教材。



### 3、宣传材料、宣传品。

1、各街道红十字会、各红十字工作委员会，在活动期间至少组织开展一期应急救护培训、大讲堂活动或其他宣传活动。