

认识自我树立信心班会记录 认识自我的名言(大全6篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

认识自我树立信心班会记录篇一

- 1、我们的需要是越少，我们越近似上帝。
- 2、认识你自己。
- 5、自我控制是最强者的本能。——萧伯纳
- 6、人喜欢习惯，因为造它的就是自己。——萧伯纳
- 7、愿每次回忆，对生活都不感到悔疚。——郭小川
- 8、认识自己，方能认识人生。
- 10、好脾气是一个人在社交中所能穿着的最佳服饰。——都德
- 11、逢人且说三分话，未可全抛一片心。——冯梦龙
- 12、知人者智，自知者明。胜人者有力，自胜者强。——老子
- 13、神灵为自己保留了那对于最为重要的东西的认识

14、语言切勿刺入骨髓，戏谑切勿中人心病。——陆陇其

15、先相信自己，然后别人才会相信你。——罗曼·罗兰

17、天生我材必有用。——李白

18、谦固美名，过谦者，宜防其诈。——朱熹

认识自我树立信心班会记录篇二

3、骄谄，是一个人。遇胜我者则谄，遇不知我者则骄。
——申居郢

4、恢弘志士之气，不宜妄自菲薄。——诸葛亮

6、给自己唱赞歌的人，听众只有一个。——日本

8、感情压倒理智，这就是人间产生罪恶的原因。——欧里庇得斯

9、对自己的不满足，是任何真正有天才的人的根本特征之一。
——契诃夫

12、谦固美名，过谦者，宜防其诈。——朱熹

13、你可知道，人类老是高估了自己所没有的东西之价值。——萧伯纳

14、莫笑别人背驼，自己把腰挺直。——苏联

15、人贵有自知之明。——这句话刻在希腊神庙的柱子上

16、每个人都知道鞋子挤脚的地方。——拉丁美洲

20、当面怕你的人，背后一定恨你。——英国

- 22、不会评价自己，就不会评价别人。——德国
- 23、人类通常像狗，听到远处有狗吠，自己也吠叫一番。——伏尔泰
- 25、要想了解自己，最好问问别人。——日本
- 28、自己的饭量自己知道。——苏联(网□<http://www./>)
- 29、只有在人群中间，才能认识自己。——德国
- 30、知人者智，自知者明。胜人者有力，自胜者强。——老子
- 32、越是无能的人，越喜欢挑剔别人的错儿。——爱尔兰
- 33、最困难的事情就是认识自己。——希腊
- 36、越是没有本领的就越加自命不凡。——邓拓
- 37、自己的鞋子，自己知道紧在哪里。——西班牙
- 38、如果你指挥不了自己，也就指挥不了别人。——美国
- 39、天上的繁星数得清，自己脸上的煤烟却看不见。——马来西亚
- 41、我们的骄傲多半是基于我们的无知！——莱辛
- 42、自知之明是最难得的知识。——西班牙
- 43、最大的骄傲于最大的自卑都表示心灵的最软弱无力。——斯宾诺莎
- 44、人有一颗产生感情的心，一个能思维脑，一条能说话的

舌。——雪莱

45、最灵繁的人也看不见自己的背脊。——非洲

认识自我树立信心班会记录篇三

为了实施学校开展的集体主义教育活动，进一步提高学生的思想道德修养，旨在通过本次活动，让学生认识到集体的重要性。只有团结一致，才可能建设成一个出色、优秀的`班集体。并且由此逐步做到热爱祖国、热爱人民。通过这次活动，让学生进一步认识自我、热爱自我、尊重自我，进一步懂得怎样在班级、学校这个大家庭里做到互敬互爱、自尊自爱，共同提高。

活动准备：

- 1、制定活动计划；
- 2、确定主持人；
- 3、确定小品表演人员；
- 4、确定散文的朗诵人选；
- 5、确定个人才华展示人选；
- 6、制作诚信问卷；
- 7、准备《明天会更好》歌带；
- 8、邀请老师参加。

活动实录：

- 1、（在背景音乐声中，主持人宣布本次主题班会开始。）

你说你眼中的天空是灰白的，你说你眼中的人群是麻木的，你说你眼中的一切的一切都是那么冷漠、苍凉。朋友，这是真的吗？不，这不是真的。你所有看到的只是一些表面现象，如果你打开自己的心扉，用你的心去观察，你会发现世上的一切都是美好的。

生活的道路总是不那么平坦，有人幸福有人不幸，我们要学会艰苦中寻找快乐。下面请看小品《军训》。

2、你有诚信吗？眼下，诚信是一个很时髦的词。买卖东西要讲诚信、做人处世要讲诚信、商业谈判要讲诚信。在这么多诚信面前，作为学生的你，也讲诚信了吗？我们给每一位同学出了一份诚信问卷，请各位同学实话实说吧。

(回收问卷，并当场统计问卷)

3、在他们统计问卷的时候，请欣赏孙同学的朗诵《我是自然界最伟大的奇迹》。

的确，我是自然界最伟大的奇迹。天生我才必有用。我有别人所没有的闪光点。自卑与自信往往就在一瞬间产生，而面对意识的困难与坎坷，不要灰心，自信地去面对，你会发现这些事情原来就只有那么简单。只要我们都充满自信，团结一致，一定能使我们这个集体成为最出色的班级！

4、下面就到了我们今天的重点单元：“展现自我”天地！

冯同学的独唱《一千零一个愿望》；孙同学的魔术表演。

5、给人一份快乐，你将会获得双倍的快乐；

给人一写笑脸，你将会得到双份的惊喜；

在欢歌笑语中，

在激情洋溢中，

让我们找回快乐，

让我们找回自我

——度过这美好的花季雨季。

下面，让我们同唱《明天会更好》，共创美好未来！

(班会在《明天会更好》歌声中结束。)

认识自我树立信心班会记录篇四

各位老师，同学们，大家好！

如何去认识自己、欣赏自己呢？

曾经有过这样一个经历：上学期学校组织了一次演讲比赛，几个好友极力向班主任推荐我。

我觉得这是一次难得的好机会，正好也趁这次机会向同学们展示我的才华，便十分高兴地参加了。

我每天刻苦地练习演讲词，一遍又一遍的背着，力求完美。

终于盼到了演讲比赛的那一天，我怀着紧张而又兴奋的心情，在老师同学的鼓励下，我信心十足、精神百倍地走上台开始演讲了。

“尊敬的各位老师、同学，大家好。

我的脑海中突然一片空白，我的身体颤抖起来，思绪也跟着乱了起来，我的口齿在刹那间也含糊不清了。

在评委老师的叹息声中，我低着头，难过地走下台。

我辛辛苦苦的练习，竟然没有得到回报！而当初对自己的那份信心，早已烟消云散。

我愤怒地撕掉了自己煞费苦心写出来的演讲稿，大声痛哭。

这时，一双有力的大手扶在我的背上，我满脸泪痕地转过头，看见语文老师正站在我身旁微笑，我看到她那关切的目光，对我充满希望的目光。

“老师，我是不是很没用？”我伤心地发问。

“不，孩子，这只是一次偶然的失误。

你没有错！错就错在你不会用另一种方式来欣赏自己。

你已经努力地付出了，虽然没有获奖。

但这努力的过程中你有了许多收获，这才是最重要的。

我拭干眼泪，突然间我又一次看到了老师那双对我充满期待充满信心的眼睛，于是，开始演讲起来，不知为何，此刻的演讲是那样的轻松。

演讲完了，传来一阵响亮的掌声——老师的掌声。

我再一次看到了教师那鼓励的目光。

我笑了，眼泪却早已不由自主地流了下来。

在以后的日子时里，无论遇到多少次失败，我都会想起老师那对我充满无限期望的眼神，于是我便会用另外一种方式去欣赏自己，认识自己，发现自己的长处。

她说得多好，只要付出了，就算没有回报，也是成功的。

那一次，泪水洗涮了我心中的委屈，使我真正领悟到生活的内涵——怎样在生活的种种困境中去认识自己。

认识自己，让我对青春生活充满了向往，更坚定了我前进的目标……

谢谢大家！

认识自我树立信心班会记录篇五

每个人都要认识自己，亮出自我。

二. 举事例

霍金是一个懂的感恩生活和乐观不屈的人。

霍金从小就拥有对自然科学的强烈兴趣，在大学时代(当时还没患病)，他就意识到，肯定会有一套能够解释宇宙的万物理论，并陶醉于对其的思索之中，把之当做了自己的信仰，并具有极强的使命感。

在他21岁得知自己患上了不治之症后他也消沉过一段时间，极度失望时他做了一个梦，梦见自己努力去帮助一些人们。医生当时预测他最多只能活2年，但2年过后情况并不是非常糟糕。后来他又想到了以前曾和自己一个病房的男孩，那个男孩第二天就死去了。他似乎明白了什么，他觉得自己还不算倒霉，不应该就这样放弃，自己17岁就考上剑桥大学，拥有异乎常人的头脑。(之前他就和珍认识，后来他们很快坠入爱河，不久他们结婚了)

“我的手指还能活动；我的大脑还能思维；我有终生追求的理想；

我有爱我和我爱的亲人和朋友”...

现场顿时爆发出了雷鸣般的掌声。。。

的确用霍金自己的话来说，活着就有希望，人永远不能绝望！比大海更广阔的是天空，比天空更广阔的是人的胸怀！即使病魔把霍金关在果壳中，他也是无限空间之王！

三，读故事后你有什么感受，提问同学

四，趣味活动

说明离我们最近的往往是最难认知的。我们在整个人成长的经验过

程中，可以不断地认知天地万物，增长经验，但唯独难以认清我们自己。

趣味心理测试

你的个性有哪些黑暗面？

【结果分析】ppt演示

a太任性了我行我素一直是你性格上的致命伤，由于在做人做事上太过任意妄为，常常因为欠考虑而让事情频出状况。粗心大意的你通常最在意的是自己的感觉，忽略了别人的想法，往往没有经过通盘的思考，就马上将自己的喜怒哀乐表现在脸上，有时甚至伤了周遭的朋友而不自知。因此常常得罪人，不知不觉会让人对你敬而远之。尊重他人的意见，多为别人着想，是你该改进的第一件事！

b你太软弱了 无论走到哪里，你总是很难自在得起来，旁人的眼光成为你最重要的事情。同样的，不管自己的心情，想

法如何，你对任何人总量摆出一副迷人的笑脸，别人说什么就是什么，完全忽略了自己。为了想要八面玲珑，面面俱到，你会压抑起自己的性子，按照别人的要求，做出超乎自己能力的事情，若达不到标准，就容易自怨自艾。你的负面情绪时时都在积累中，像颗定时炸弹一般地存在。或者你该学着表达自己的喜怒哀乐及自己的主张和想法，“做自己”，将会让你更开心哦！

c.你太自大了 对自己有信心是件好事，

d.你太胆小了 你最大的弱点是太胆小、太不积极了！什么事都先想到最坏的打算也没有那股追求成功的野心。你的做事态度一向实事求是，脚踏实地。虽然你是个相当值得信赖的对象，但是，你总是缺乏积极争取到最好的热忱。只要达到事情的最低标准，你就这么停下来了。当别人意志高昂的说：“来做吧！”你却消极地以为：“如果失败了怎么办？”如此畏畏缩缩，怕东怕西的做事态度，常使你到一个程度之后，就很难再进步，甚至成功。为什么不试着给自己一点信心，你不一定是最差劲的那一个，放胆去做，其实你会表现得更好！

你们觉得这个测试准吗？

五，结束语

认识自我树立信心班会记录篇六

活动目的

通过游戏让学生意识到由于缺乏生涯规划，可能会失去很多重要的，原本有机会得到的东西，从而引出“生涯规划”的重要性。

活动过程：找两位同学作为拍卖官，进行拍卖活动，并在黑板上登记哪位同学以多高的价格竞拍成功某物。

分享：

1、用全部金钱拍卖一样东西的同学，遇到更好的东西是否会后悔呢？

有一些同学，什么东西都没有得到，是什么原因呢？

小结：

在这个拍卖过程中，一部分同学获得了自己想要的东西，但有大部分同学，没有获得自己想要的东西，为什么呢？刚同学也有说，因为不知道后面有更想要的，已经把钱都用出去了，所以到后面出现了更好的东西的时候，已经没有资本去获得了，是不是。其实这整个过程，像不像我们一整个人生，我们不知道未来该是怎样的，所以盲目地去追寻一个个目标，而等到你发现了自己真正想做的事情，你已经没有那么多精力，也没有那个机会去做了，这是种遗憾，不是么？所以，为了避免这种遗憾，我们就需要对自己的人生进行规划，即生涯规划。而生涯规划呢，是建立在认识自我的基础上的，所以我们这一节课的主题就是：认识自我。

介绍说明书□1min□□

引导语：我们在购买一个新产品的时候，我们一般都会先看一下说明书，所以一份完整的说明书对我们认识一个产品是很重要的。所以我们需要一份自己的专属说明书来让自己更好地认识自己，同时更好地自我发展。这份说明书就是我们的id卡。

（发放设计好的说明书。介绍说明书的组成部分。）

填写说明书[3min][填好收上来)

3、“猜猜我是谁”

活动流程[5min]对同学进行分组，在收上来的每组的说明书中随意挑选几份，由老师进行描述，并让其他同学猜猜他是谁？猜对的同学所在组加一分。最后统计每组分数，并对得分高的一组爱的鼓掌，表扬他们善于观察。然后让组长把说明书发回去。

自己对自己的描述与他人对自己的认识是否相同？

我们可以通过自我评价的方式、他人评价的方式、心理测验的方式来不断地认识自己。当自己与他人的评价不同时，可以结合多方面的评价，对自己做一个反思，完善自己。

心理测试—度假的岛屿[13min]

1、介绍测试并介绍各个岛屿[3min]

2、对选择不同的岛屿分别代表什么，进行介绍[5min]

3、分享：你对自己的描述与所得测验是否相同[5min]

不管我们对自己的描述与所得测验是否相同我们对自己的认识新增了不少，通过这节课希望大家对自己能有一个更全面的了解，这份说明书你可以一直使用并不断地修改，希望你们可以充分发挥它的作用。