# 2024年我助人我快乐心理健康教案反思(大全10篇)

来源：网络 作者：紫陌红颜 更新时间：2024-04-16

*作为一名教职工，总归要编写教案，教案是教学蓝图，可以有效提高教学效率。教案书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇教案呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的教案范文，我们一起来了解一下吧。我助人我快乐心理健康教案反思篇一快乐就是可以尽自己的力...*

作为一名教职工，总归要编写教案，教案是教学蓝图，可以有效提高教学效率。教案书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇教案呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的教案范文，我们一起来了解一下吧。

**我助人我快乐心理健康教案反思篇一**

快乐就是可以尽自己的力量帮助他人，让他人感到快乐。

——题记

乐是要大家一起快乐才是快乐。

去年的.那个冬天，真的很冷很冷，水撒到地面上马上就能结冰。我穿好大衣，带上一切保暖衣物，匆匆地去了书店。

书店很大，人却很零星，里面也没有开空调，所以书店里的温度和外面的温度没有多大差别，我冻得发抖，只想买完书后赶快回家。

这时，一个年近花甲的老爷爷向我走来，“小姑娘，你看这两本书哪个好啊？”

我把书拿过来看了看，是关于中老年人学计算机的，于是我便问：“老爷爷，您是要自己学电脑吗？”

“是呀！自己在家学电脑打发一下时间，你看看，哪本适合我啊？我不太会拼音。”老爷爷笑了一下，那笑有点窘迫。

“这本吧！这本字体大，内容也丰富，挺适合老年人学的，不过您不会拼音，这个有点难办！”我耐心的解说着，“要不，您先去买一本学拼音的书，比较简单！”

“行，那我去看看！”老人一步一步走向卖汉语拼音的专栏。

我依旧在寻找我要买的书，这时候，天好像不是那么冷了，心头涌现出一丝温暖。

过了没一会，老人又拿着一本拼音书走了过来，“你看看这本行吗？”

“这本挺好的，您会读吗？”老人摇了摇头，又说：“会一点。”

“这样啊，那我教您。您看这个音……”我笑着教老人读字母，老人一字一句的跟着我读。

就这样，我教了老人大概半个多小时，老人掌握了大部分字母的读音，然后买了这本书向我道别。

而我，也选好了我要买的书，回家的路上，天空竟然飘起了绒绒小雪，闭眼仰望天空，雪花洒在我的脸上，微凉，伸出舌头舔了一下，甜丝丝的，想着我帮助了一个人，脚步也不禁轻快起来，唇角不自觉的上扬。天气似乎变得可爱了，还挂着太阳呢，这小雪就飘了起来，轻柔的北风将它们吹的漫天飞舞，上上下下的打转，我似乎爱上了这样的天，或许心里暖暖的，看什么都是美好的。

帮助别人的感觉，真好。

**我助人我快乐心理健康教案反思篇二**

“乖孙女儿，谢谢你呀，自从你奶奶走后就没人给我做饭了，幸亏还有你呀。”年过古稀的老人嘘声开口道。我抬起头，停下手中做饭的动作，回身倚在桌子旁，无奈地看向爷爷，眸光中有一丝不知名的情绪。

寂寥的庭院中，一口布满蜘蛛网的古井已经干涸，只有旁边的野草顽强地生长着，似是在帮衬着那一口枯井。房屋毫无生机可言，只有那间偏僻的老屋里传来阵阵欢声笑语。

“爷爷，今天晚上吃什么？你的乖孙女给你做。”我一边说一边拍着胸脯子保证。

爷爷看到我这样，大笑开来，爽朗的笑声传遍院子各个角落，随即开口道：“你也就会做那几样菜，天天重复罢了，不为难你了，我想吃的你可能不会做，即便会做，也做不出那个味道。”爷爷眼中一抹哀伤情绪一闪而过，似是在怀念着谁？我低下头沉默不语。

爷爷因奶奶去世。患了中风，随后又检查出患有阿尔茨海默综合征，爷爷的一双儿女在外打工，对爷爷的病情丝毫不知，更是几年都不回一次家。我和同学出去溜达，无意间闯入这里，心疼这位老人，便在闲暇之余过来陪他聊聊天，解解闷儿，谁知他的病情加重，现在痴傻地竟分不出谁是谁，误打误撞将我认成他的孙女，我来来往往，算起来到爷爷这里也有小半年了，通过这段时间的相处，我已经将他当成我的亲爷爷来照顾。和爷爷在一起聊天，无意间透出的快乐都是真心的，也瞬间明白闺蜜总在耳边叨叨的助人的快乐是什么样的。

朗朗明月，我掬一捧最清的；落落余晖，我拾一缕最暖的.；萋萋芳华，我摘一朵最美的。漫漫人生，我感受到了助人的快乐。

**我助人我快乐心理健康教案反思篇三**

母亲常说：助人为快乐之本。我一直不懂，直到那天，我看到接过我手中书本的小伙伴，脸上绽放出灿烂的笑容，我的内心也随之喜悦，我才明白：在我看来只是例行公事的普通事情，然而在心灵脆弱者，已经反复而深深地镂刻在喜悦的心灵上。

那天，清晨，大雨滂沱。我和母亲坐上了去仪征的班车，今天我们要去看望赵云峰一家，这是学校的老师组织的结对帮扶活动，而赵云峰就是我的结对帮扶对象。

车子慢慢开动了，田老师给大家讲述了一些要求，我的思维还停留在懵懂状态。不知过了多久，我们来到了帮扶对象的村口，而赵云峰和他的奶奶已经站在那里迎接我们了。

沿着蜿蜒的小路走了好久，终于来到了三间瓦房前，也就是赵云峰的家，他的姐姐赵芯彤正在家门口等着我们，刚忙完家务的她，还没来得及卸下围裙，开心地向我们奔来。“欢迎欢迎，欢迎来到我家，请进。”我和同学们不知如何回应，尴尬地跟着她走进了小院，简陋的陈设，干净的地面，看得出已经经过一番精心整理。

我和同学送上了带来的礼物，一盒饼干、一根跳绳、一个毽子、一些学习用品和几本课外书，看着这么多礼物满满当当放了一大桌，赵云峰和他姐姐激动得不知所措。看看这个，摸摸那个，一个劲的说：“谢谢。”我们也不知不觉开心的笑了。

送完礼物，就是共同下厨。经过刚才的一番欢腾，我们已然打成了一片，我和同学拣菜，赵云峰淘米，姐姐负责生火，奶奶和妈妈都被我们赶出了厨房。虽然我和另一名同学很笨拙，但是在赵家姐弟的指导下，也能有模有样的拿起铲子炒菜了。当时钟走到12点30，我们终于吃上了午饭，个个都是饥肠辘辘。吃着香喷喷的饭菜，感觉尝到了一种特别的味道。我想，那一定就是劳动的.味道吧！

吃完了饭，我们就一起去院子里玩。赵云峰的爷爷钓了好多鱼，我们就玩起了捉鱼大赛，还把一条鱼喂了鸡，看着它们你抢我夺的样子，大家哈哈大笑。随后，我们还去树上抓蜗牛，赵云峰对我说：“这些蜗牛是害虫，它们专门吃树根和庄稼。”我佩服地点点头，知识不一定都来自于书本，生活也是大课堂。

虽然只相隔了2小时的车程，但是我看到了不一样的童年，简陋但淳朴。

**我助人我快乐心理健康教案反思篇四**

我每天都生活在快乐的世界里，因为我帮助了别人，别人高兴，我也高兴。生活中有很多值多帮助的事，例如：扶老奶奶过马路，当别人对我说谢谢时，我觉得我很快乐。如果在我需要帮助时，别人帮助了我，我快乐了，别人也会快乐。

记得那天下午，阳光灿烂，正是晒被子的好时节。隔壁那幢楼的阿姨端出两把椅子，然后又拿一床被子，把它放在椅子上，谁看了都知道，阿姨正在晒被子。因为当时我在外面玩耍，所以阿姨对我说：你是隔壁那幢楼的小女孩吧，我要去拜访远方亲戚，你能帮我照看一下被子吗？我几个小时后就回来。嘛。我点点头说。交给我吧。因为我和这位阿姨家的小妹妹经常在一起玩，比较熟，所以说话的声音不像是刚认识的语气。真乖。阿姨摸摸我的头说。阿姨走后，我一边和小伙伴玩耍，一边看守者被子。

玩耍中，天色渐渐变暗，我想应该是我玩得太过火，都忘记了时间，而这时我已饿得饥肠膔膔。回到了家中，我像一匹饿狼贪婪地吃着肥羊。吃过饭后，我看了看钟表，我在外面玩的时间还没超过一个小时。我又看了看天空，心里想：现在还这么早，为什么天这么暗呀。哗下雨了，我想我应该是知道是怎么回事了。

这时，我想起了阿姨家的被子，顺手拿上一把雨伞往外跑。幸好当时雨下得有点小，不然被子就湿光了。我用飞快的速度跑回家又拿来了一把雨伞。我先把被子遮了一下雨，再叫来两位躺雨的小伙伴，让他们帮忙把椅子搬进了单元门。我谢过小伙伴们后，独自一个人等着阿姨回来。十分钟过去了，二十分钟过去了，一位巡逻警察让我回家休息，不然容易感冒的，我没有听他的话，继续等。三十分钟过去了，正当我绝望的时候，阿姨终于出现了，她说：对不起，让你等了这么久，这十元钱给你，让你这么辛苦。我说：我不能收，嘛。阿姨笑了，我也笑了。

**我助人我快乐心理健康教案反思篇五**

我助人我快乐

在一个宁静的清晨，我出了门，正准备去一家快餐店吃早饭。

我走进了一家快餐店，可能因为时间太早的原因，有几张桌子上还有昨晚吃的剩余没收拾的东西。我要了我要吃的东西后，我就找了一个靠门的座位坐了下来，我刚一坐下来，门就开了，走进来一位母亲和一个孩子，这个孩子大概有5、6岁左右，小眼睛，小鼻子，看上去十分可爱。

这时候，门又开了，进来了一位骨瘦如柴的老妇人，她走路时歪歪斜斜的，身上穿着一件破旧的上衣，她分明就是一位乞丐。

由于时间太早，所以有几张桌子上还有昨天晚上别人吃的剩余的东西。于是这位老妇人来到了一张桌子前，弯下身子去仔细寻找着能吃的东西，她找到了一条炸薯条放进嘴里。这时候，那位小孩不解的问妈妈说：“妈妈那个人怎么吃别人剩下的东西。”妈妈回答道：“她饿，又没钱买东西。”小孩说：“我们给她一个汉堡包行吗？”这时，一位服务员走了过来一边递给小孩一个汉堡包一边说：“她只吃别人吃过的东西。”小孩看了看手里的汉堡包，又看了看那位老妇人，愣了一会儿之后，小孩把手里的汉堡包拿到嘴边轻轻咬了一小口，汉堡包上留下了两颗牙齿印，小孩拿着这个汉堡包来到老妇人面前把汉堡包给了老妇人然后回到了妈妈那里，老妇人接过汉堡包，眼里好像流出了泪。

我看着小孩，我完全被小孩的行为打动了，我端着我还没吃过的饭来到老妇人那里给了老妇人，我看见她眼里流出了泪花。

我走出了快餐店看见阳光是多么的灿烂呀！心里的高兴无法表达，我想这就是助人为乐的道理吧！

我助人，我快乐

助人就像冬天里的一把火，温暖他人的心；助人想夜里的一颗明珠，只因他人前进的方向；助人就像沙漠里的一条清泉，给予他人前进的方向&hllip&hllip在我们的生活中，只要有一颗助人为乐的心，地球将会变成一个充满爱和快乐的地方。我助人，我快乐。

“叮铃铃”下课了，同学们欢呼着争先恐后地涌出教室。可天空不作美，下起了倾盆大雨。幸亏我早有准备，撑开雨伞，缓缓的向家走去。马路上车水马龙，在马路边做生意的人也纷纷收摊，准备回家了。

突然，一个景象引入了我的眼帘。只见一位阿姨抬起她的水果小车，走在我面前。到了拐弯处，不知怎么了小车一歪，两筐苹果撒了一地。水灵灵的苹果在地上滚着。越滚越远。阿姨慌忙捡着苹果，我看着阿姨慌忙的样子，一个箭步跨上去，笑着说：“阿姨，您别着急，我来帮你捡。”于是，我弯下腰，小心翼翼的捡着苹果，放进筐里。不一会儿，这两筐苹果全都捡完了。阿姨高兴极了，摸着我的头说：“你是个乐于助人的小朋友，谢谢你。送你个苹果。”我接过苹果，脸颊上浮出两朵红云，说：“是，这不用谢。”我看着这苹果，它仿佛更红了，咬了一口，它仿佛更甜了。望着爱已远去的背影，我心想：助人是快乐之本，在我们的生活中，只要时时刻刻想着他人，你一定会感到快乐的。回家的路上，我脚下好像生了风似的，又快又有劲。

快乐是什么，答案其实很简单：主人就是真正的快乐。生活中，无论是谁，都会遇到这样那样的困难，所以我们只有真诚的给予他人帮助，才能让自己感到快乐和幸福。

上海浦东模范中学六年级6班盛豪晖本文系本站用户原创文章，未经允许禁止！

快乐就是乐于助人

快乐就是乐于助人

市南区实验小学六年级二班郭静

我是一个乐于助人的孩子，因为助人带给我快乐。

记得有一次上体育课，太阳火辣辣的照着，同学们无精打采的跑着圈。就在这时，“啊”的一声声响打破了中午的寂静。我停止了跑步，抬起头来四处张望，原来是我们班的同学在跑步时不小心摔倒了，膝盖在不停的流血。我耸了耸肩膀，加速跑了过去。跑到她跟前，她小声对我说；“郭静，我刚才跑步不小心摔倒了，疼得厉害，走不了了。”“你怎么这么不小心呀。”我说道。我皱了皱眉头，心想：这怎么办呢？体育老师不在这里，我能解决这个问题吗？眼看着她的血流得越来越多，我对她说；“这样吧，我背你到医务室。”她抬起头感激的看着我，点了点头。可是说起来容易做起来难，我用了九牛二虎之力才好不容易把她背上肩，可离医务室还有好一段路程，我一筹莫展。我用了自己全部的力气把她背到医务室。可是我早已挥汗如雨，原来蓬松漂亮的头发，变得湿淋淋的，沾一块去了。运动衣衫的颜色被汗水浸染的由浅变深。只要轻轻一拧就可以拧出一摊汗水。我对医务室的老师介绍了一下她的情况，便下楼上课去了。下楼前，我握着她的手，安慰他说：“别怕，好好包扎，一会下课我来看你。”他冲笑了笑，甜甜地对我说了声谢谢。就在那一刻，我愣了，空气也好像凝固了，周围的一切好像都暂停不动了。难道这就是来自快乐深处的味道？它让我尝到了真正的快乐，真正的友谊。

我喜欢助人，它让我尝到快乐，尝到了友谊。

助人为快乐之本读了《儿子、父亲、守林人》有感

《作文:助人为快乐之本读了《儿子、父亲、守林人》有感》助人为快乐之本

读了《儿子、父亲、守林人》有感湛江市第二十五小学三（6）班李定洲./

《助人为快乐之本读了《儿子、父亲、守林人》有感》

乐于助人快乐之本

乐于助人快乐之本

周巷镇中心小学六（1）班胡林坪

今天，我和妈妈去高邮看望生病住院的爷爷。

在路上，我看见了一位年旬七十的老人在文峰服饰广场前，跪在地上，胸前还有一块牌子，上面写着：“各位父老乡亲们，我是一个哑巴，来自山东。因为儿女不孝，把我和孙女丢在外面。我的孙女今年只有十岁，还没有读书，现在又面临双目失明的痛苦，现在急需一笔钱做手术。请各位父老乡亲行行好，救救我们吧！”看着这一袭破衫的爷爷，盯着这出自肺腑的话语，我双眼模糊了。于是便向妈妈要钱救助这位老人，可是妈妈却说：“这些人都是装的，我们救助他，你爷爷现在在医院里住院，谁来救助我们呀？”看来妈妈这边是要不到钱了，我偷偷地将今天奶奶给我买衣服的五十元钱悄悄地塞进了他面前的破碗里。

这五十元钱虽然不多，也许连一天的住院费都不够，但这是我的一片心意。将心比心，如果在我家里发生这种事，也会有更多的好心人来救助我们。

今天，虽然没能买到漂亮的衣服，但是我帮助了一个需要帮助的人。心里感到无比高兴。因为我坚信：乐于助人，快乐之本。

表姐

表姐只大我几个月,可是她的行为却比我“大”许多,让我佩服.

去年暑假的一天,我和表姐一起去大婶家玩.可没想到,大婶正在大扫除.我很失望,叫表姐去别处玩.表姐不但没答应,还一声不吭地走进屋去,拿起清洁工具,动手帮助大婶打扫起来.离开时,我对表姐说：“你怎么那么笨呢?帮大婶做清洁,我们没法去玩了.”表姐却说：“助人为快乐之本嘛。”我不吭声了。

一天中午放学后，我在校门口总等不到表姐，就去找他。来到了教室，只见里面有两个人影，其中一个是表姐。她正和另一个同学说着什么呢！我不禁走了过去。原来，她正全神贯注地教那位同学做作业。她是那么的\'投入，我走过去她都不知道。我催她快走，她只说了声：“你先走吧！我的事情还没有干完呢！”我坐在一旁等着。时针和分针指着12，是12点啦！表姐才放下笔。在回家的路上，我问她：“是老师吩咐你教这个同学吗？”她摇摇头。我说：“嘿！你有白费时间了。”她说：“下午还有很多时间，什么事干不完呢？知道吗，助人为快乐之本呀！”我瞥了表姐一眼，就不跟她说什么了。

又一个星期天的下午邻家的阿姨有急事要外出，但没人照顾她的孩子。表姐知道后，立即答应帮阿姨照顾孩子。表姐每次都满足了那个小朋友的要求，那孩子很高兴。事后，表姐受到了阿姨的夸奖。我对表姐说：“又浪费了一个下午，不如复习一下功课更充实！”表姐摇摇头说：“我觉得非常高兴。所谓助人为---我说：“又是助人为快乐之本，对吗？”我们都笑了起来。

表姐就是这样，不断地帮助别人。她只是常说着：“助人为快乐之本。”我真是要学学表姐这种乐于助人的品格啊。相信不久的将来，我也会想表姐那样常说：“助人为快乐之本！”

表姐

表姐福建省南安市私立观峰学校六年级张达真表姐只大我几个月,可是她的行为却比我“大”许多,让我佩服.去年暑假的一天,我和表姐一起去大婶家玩.可没想到,大婶正在大扫除.我很失望,叫表姐去别处玩.表姐不但没答应,还一声不吭地走进屋去,拿起清洁工具,动手帮助大婶打扫起来.离开时,我对表姐说：“你怎么那么笨呢？帮大婶做清洁,我们没法去玩了.”表姐却说：“助人为快乐之本嘛。”我不吭声了。一天中午放学后，我在校门口总等不到表姐，就去找他。来到了教室，只见里面有两个人影，其中一个是表姐。她正和另一个同学说着什么呢！我不禁走了过去。原来，她正全神贯注地教那位同学做作业。她是那么的投入，我走过去她都不知道。我催她快走，她只说了声：“你先走吧！我的事情还没有干完呢！”我坐在一旁等着。时针和分针指着12，是12点啦！表姐才放下笔。在回家的路上，我问她：“是老师吩咐你教这个同学吗？”她摇摇头。我说：“嘿！你有白费时间了。”她说：“下午还有很多时间，什么事干不完呢？知道吗，助人为快乐之本呀！”我瞥了表姐一眼，就不跟她说什么了。又一个星期天的下午邻家的阿姨有急事要外出，但没人照顾她的孩子。表姐知道后，立即答应帮阿姨照顾孩子。表姐每次都满足了那个小朋友的要求，那孩子很高兴。事后，表姐受到了阿姨的夸奖。我对表姐说：“又浪费了一个下午，不如复习一下功课更充实！”表姐摇摇头说：“我觉得非常高兴。所谓助人为---我说：“又是助人为快乐之本，对吗？”我们都笑了起来。表姐就是这样，不断地帮助别人。她只是常说着：“助人为快乐之本。”我真是要学学表姐这种乐于助人的品格啊。相信不久的将来，我也会想表姐那样常说：“助人为快乐之本！”

表姐

表姐只大我几个月，可是她的行为却比我“大”许多，让我佩服。

去年暑假的一天，我和表姐一起去大婶家去玩。可没想到，大婶正在大扫除，我很失望，叫表姐去别处玩。表姐不但没答应，还一声不吭地走进屋去，拿起清洁工具，动手帮大婶打扫起来。离开时，我对表姐说：“你怎么这么笨呢？帮大婶做清洁，我们没法去玩了。”表姐却说：“助人为快乐之本嘛。”我不吭声了。

又一个星期天的下午，邻家的阿姨有急事要外出，但没有人照顾她的孩子。表姐知道了，立即答应帮助阿姨照顾孩子。表姐每次都满足了那个小朋友的要求，那孩子很高兴。事后，表姐受到了阿姨的夸奖。我对表姐说：“又浪费了一个下午，不知复习一下功课更充实！”表姐摇摇头，说：“我觉得非常高兴，所谓助人为”我说：“又是助人为快乐之本，对吗？”我们都笑了起来。

表姐就是这样，不断地帮助别人。她只是常说着：“助人为快乐之本。”我真是要学学表姐这种乐于助人的品格。

**我助人我快乐心理健康教案反思篇六**

我想有人或许觉得帮助别人并非什么大不了的事，但有人会把帮助别人想成是一件很有意义的事，至于我呢?我觉得帮助别人本来就是应该做的事，我相信在这个世界上，还有许多人需要我们的帮助，所以我们除了要知福惜福，更要造福。

我觉得像海伦凯勒这种人，就是因为有苏利文老师，她才会有日后一番不凡的成就。还有，平常如果看到老爷爷、老奶奶需要帮助时，一定要帮助这些老人家们，千万不能坐视不管。记得：有一天坐公车时，我看到了一位老奶奶，她好像去买菜，手上提着两大袋菜，那两袋东西足以让一个成年人拿得非常吃力了，我看到这个老奶奶这么辛苦，我二话不说，立即让位给老奶奶，我马上觉得既安心又开心，这样才是一个懂得敬老尊贤的小孩喔。

有一句话说:“积少成多、聚沙成塔”，如果常常帮助人，积少成多，我们会天天快乐，“”，大概就是这个意思吧!

**我助人我快乐心理健康教案反思篇七**

“快乐”是个简单的心情。有的人，因为夏日里的一根冰激凌而快乐；有的人，因为过年里的一件新衣服而快乐；有的人，因为假日里能玩一会电脑游戏而快乐……而我呢？和他们的快乐都不同，我觉得：“助人乃快乐之本。”

镜头一

特别拥挤的公交车中，一位白发苍苍的老奶奶，因为没有座位，站在车道中摇摇晃晃。顿时间，我觉得座位上有无数根针刺一样，扎着我的我坐立不安。于是，我毫不犹豫地站起来对老奶奶说：“老奶奶您坐我这个座位吧！”老奶奶和蔼地说：“谢谢你，小朋友，你可真是个好孩子啊！”老奶奶看着我番茄似得脸后笑盈盈地坐下了，坐后便对我嘘寒问暖，这时我真的好快乐啊！()

镜头二

下雨时飘落在操场上的水杉叶，真的很难扫走，还好今天星期二，不该我扫地，“啦、啦、啦、啦，”正当我暗暗高兴时，一个黑色而又瘦小的身影在细雨下辛苦的扫落叶的场景，使我的心仿佛被针狠狠地扎了一下，很难受！羞愧感在我心中慢散开来。我突然醒悟，我三步两步冲去教室拿了扫把，卖力的扫了起来操场，汗珠顺着脸颊流了下来，我满不在乎地擦了去汗珠。扫完了，虽然身心疲惫，但看着干净无比的操场和听着别人会心的.笑声，我真的无比快乐！

镜头三

“快乐”这个简单的心情。它让我看到了助人为乐的充足、快乐。

**我助人我快乐心理健康教案反思篇八**

课堂上，老师让我们写一篇有关帮助别人的作文，我闭上眼睛，回忆起那件事。

那是一个风和日丽的早晨，上课刚上了一半，就下起倾盆大雨。下了课之后，雨还是没有停。我写好了作业，站起来扫视全班时，看见红红站在窗前，脸上一副焦急的样子，皱着眉头，好像祈祷着什么。我走上前去，问：“你怎么了？”她犹豫了一会儿，说：“没……没什么。”我想她一定有心事，决定探个究竟。

到了中午，大雨还是持续着，而且下得更大了。别的同学都撑着伞回家吃饭了，她还实在窗前呆呆的站着，我似乎明白了什么。走上前去，说：“红红，你是不是没带雨伞呀？用我的吧，我书包里还有备用雨衣呢！”她听了后，连声道谢，道完谢后，高高兴兴地撑着伞回家了。

我看着她远去的背影，也急忙奔向家去。一路上，我被雨淋得全身都湿了。回到家里，妈妈赶紧拿来毛巾和衣服，说：“你这孩子，没事干嘛把雨伞借给别人，淋得全身都湿了……”我听了后，心里美滋滋的\'，这时我想起了红红高高兴兴回家的背影，不由得笑了。

这件事虽然过去了很久，但是让我明白了助人为乐的道理，我将继续发扬这种精神。是呀，。

**我助人我快乐心理健康教案反思篇九**

嗨！我是爱助人的乐乐。小白兔乐乐是个活泼的孩子。

一天，乐乐打算出来锻炼。一只小山羊迎面走来，突然，小山羊不见了！乐乐赶忙跑去看。原来，小山羊掉进了陷阱！乐乐用荨麻编成了一条绳子，嘿呦嘿呦，终于把小山羊救出来了。乐乐，你真棒！乐乐听了，心里像灌了蜜一样甜呀！

去森林郊游，一只小熊被卡在树干里了。哎呦呵，疼死我了！小熊痛苦地呻吟。乐乐赶忙召集大伙，一起把熊熊救了出来。乐乐用一种草药捣烂，涂抹在小熊的伤口上，又细细包扎好。

乐乐，谢谢你！你是我们中的`骄傲。熊熊无不感激地说。哎呀，我们都是朋友，好伙伴，帮个小忙算什么？又不是我一个人救了你。乐乐，小心翼翼的把绷带缠好。助人为乐最可贵，以后不要再掐在树干里了。

小朋友，你们一定要向乐乐学习呀！

**我助人我快乐心理健康教案反思篇十**

每一天都有人帮助我们，每一天都有人发出爱心，救救身心障碍的小朋友，让他们有明亮的希望；还有人牺牲自己的时间、慷慨解囊帮助没饭吃的穷困人家，挨家挨户的送饭吃，他们在做好事，像人间的神仙、菩萨、小天使。

爸爸妈妈把服务员找的钱放进有爱心的盒子中，还说：“把零钱放进去，不但不让皮包重重的.，还可以让好多没饭吃的穷困人家，都可以吃到食物，真是一举两得。”

听到爸爸妈妈的话我一鼓作气，也要来做好事。我自己走路去上学，路上遇到一位和尚，他手里拿着饭钵正在化缘，看他好像饥肠辘辘，所以我把我早餐的两个馒头其中一个给他，他吃的时候脸上有种不同的微笑，那时不知道为什么感觉好快乐，觉得做好事真好玩。

有一节下课，我在学校里的生态池玩，看到一只蝴蝶正飞起时，有一位同学把它给抓起来，放进瓶子里，看蝴蝶想出去又出不去的样子，觉得好可怜，我好言相劝的跟他沟通，他才肯放了它，这时我在这儿变成了“自然”警察，我帮甲虫翻身、帮蝉从地板上“爬”到树上，才不会被人踏到、帮毛毛虫找叶子吃……上课了，老师把我叫到台上，我以为我做了什么不好的事，原来是那一节下课帮小昆虫的忙，老师说我很棒，还给我一个小礼物和“昆虫警察”的封号，真叫我乐不可支！希望大家跟我一样多做好事，快乐就会源源不绝喔！

我只要做好事，心里就有无数的成就感和满足感。人们常说：“”“日行一善”，做好事是每天都一定要的啦！

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn