

# 中小学 心理健康教育

Mental Health Education  
In Primary and Secondary School

2016.01

总第288期

儿童自我控制干预的研究综述

儿童青少年的课堂学习行为分析

学习“粗心”现象的心理实质

当心理实验撞上心理课堂

读懂孩子，从理解入手

从心理培训到促进教师自主发展的管理策略研究

以爱育爱，让每一个学生健康发展

——北京市劲松六中“教师队伍心理健康教育  
专业化建设与学校品质提升示范项目”纪实



国家期刊奖百种重点期刊  
中国期刊协会赠建全国百家期刊阅览室指定赠送刊物  
联系电话：010-88810835 88817526

ISSN 1671-2684





儿童自我控制干预的研究综述  
青少年儿童的课堂学习行为分析  
学习“粗心”现象的心理实质  
当心理实验撞上心理课堂  
读懂孩子，从理解入手  
从心理培训到促进教师专业发展  
以爱育爱，让每一个学生绽放  
——北京市潞河六中“心理育人”  
专业化建设与学校品质提升



国家期刊奖百种重点期刊  
中国期刊协会赠建全国百种期刊阅览室指定赠送刊物  
联系电话：010-88810835 88817526



# 中小学心理健康教育

(半月刊)

2016年第1期

总第288期

## CONTENTS

### 目 录

顾 问 楚 庄 张怀西  
潘贵玉 王佐书

社 长 陈滨滨

主 编 焦向英

副主编 何 妍（常务）  
王希永（特邀）  
于 洪

协办单位 边玉芳  
特邀副主编

编 辑 王晶晶 王 策  
李益倩 丁 尧  
王抒文 张 帆  
曹滕升

排 版 鑫华星设计

法律顾问 北京市北斗鼎铭律师  
事务所 王旭东律师

#### 本刊声明

稿件凡经本刊使用，即视作作者同意授权本刊其作品包括但不限于电子版信息网络传播权、无线增值业务权；并且本刊有权授权网络合作方再使用。本刊支付的稿费已包括上述使用方式的稿费。

#### 01 卷首

领悟是孩子自我修复的前提  
马 军

#### 04 学术空间

儿童自我控制干预的研究综述 / 04  
李 晖 胡晓蓉 范晓玲  
移情对中学生网络欺凌的抑制：性别、年级的调节作用 / 08  
陈萌萌 张 野 张珊珊 齐 丹

#### 12 研究实践

从心理培训到促进教师自主发展的管理策略研究  
孙永梅

#### 16 木铎心声

儿童青少年的课堂学习行为分析 / 16  
连 榕  
学习“粗心”现象的心理实质 / 19  
庞维国  
学师行范 熠熠其华 / 22  
——首届“木铎心声”心理健康教育高峰论坛后记  
吴洪健  
读懂孩子，从理解入手 / 23  
——浅谈教师对学生的单向理解  
杨 红

心理健康教育，我们能做的还有很多 / 26

李 哲

俯下身子，静听每一朵花开的声音 / 29

朱 华

### 30 课程思考

当心理实验撞上心理课堂

——浅谈心理实验在初中心理辅导活动课中的应用

叶舒畅

### 33 辅导个案

极速小蜗牛养成记 / 33

——改善作业拖延低效的辅导案例

王晨骊 聂欢欢

是退学还是继续学业？ / 37

——一例认知和绘画心理技术结合的咨询个案

于慧慧

### 39 一线速递

情大于理，懂好于爱，行胜于言 / 39

——浅谈高中生心理咨询中的共情

刘 娟

合理情绪疗法在中学生考试焦虑中的应用 / 41

徐兆军

校园自杀事件后心理危机干预的有效实施 / 43

袁陈玲

### 46 区域采风

以爱育爱，让每一个学生健康发展

——北京市劲松六中“教师队伍心理健康教育专业化建设与学校品质提升示范项目”纪实

姜立军

### 48 班级心育

修炼自我 成就幸福 / 48

李雅婷

从心理学的角度看班级凝聚力建设 / 50

何凌江

### 51 教师成长

专业化视域下职业学校德育教师的职业压力分析

杜新儿 林幸福

### 53 家教心主张

家庭教育投资的决策依据

徐勤玲

### 55 心理茶坊

玉不成器谁之过

岳 炜

### 40 封面人物：姜立军

主管 中国民主促进会中央委员会

主办 开明出版社

协办 北京师范大学心理健康与  
教育研究所

指导委员会（以姓氏笔画为序）

王贺胜 李小鲁 何成保 杜松彭

张绪培 罗崇敏 周浩波 金 燕

周稽裘 翁铁慧 董柏林 韩清林

专家委员会（以姓氏笔画为序）

王 蕤 韦俊卿 叶一舵 田 昕

冯建民 孙义农 曲连坤 关 黎

吴发科 李梦阳 肖汉仕 邹 竑

陈 健 吴增强 孟万金 钟志农

贺银瑞 姚本先 班 华 高思刚

贾晓波 莫 雷 彭剑飞 潘维堂

编辑：《中小学心理健康教育》编辑部

出版：《中小学心理健康教育》杂志社

社址：北京市海淀区西三环北路 25 号青政大厦 610 室

邮编：100089

官方微博：<http://weibo.com/xljkkz>

官方论坛：[www.xljkkz.com/bbs](http://www.xljkkz.com/bbs)

投稿方式：[www.xljkkz.com](http://www.xljkkz.com)

[kmyuhong@126.com](mailto:kmyuhong@126.com)

网站电话：010-88817526

编辑部电话：010-88810835

理事会电邮：[kmwangce@sina.com](mailto:kmwangce@sina.com)

理事单位报名及咨询电话：010-88817526

中国标准号：ISSN 1671-2684

CN 11-4699/G4

国内邮发代号：2-925

国外邮发代号：M3454

出版日期：每月 1 日

开 户 行：中国建设银行北京苏州桥支行

户 名：《中小学心理健康教育》杂志社

账 号：11001079800056009860

联行号（京外汇款填写）：105100012091

印 刷：中煤涿州制图印刷厂北京分厂

广告经营许可证：京海工商广字第 0370 号