

中小学 心理健康教育

Mental Health Education
In Primary and Secondary School

2017.29

总第340期

三维平衡理论及其在心理教育中的应用

累积生态风险对青少年抑郁的影响：自尊的中介作用

高中心理辅导活动课“三点五步”教学模式探索

问题解决导向的心理健康教育微课设计

高中生涯教育的实践与反思：学业生涯与教育

理性决策五步走 定位未来风向标

——基于探究“七选三”科目选择的学业规划

能“见到鬼”的男孩

借“荣誉勋章”，培养低年级学生良好学习品质



国家期刊奖百种重点期刊

国家新闻出版广电总局认定学术期刊

联系电话：010-88810835 88817526

万方数据

ISSN 1671-2684





三维平衡理论及其在心理教育中的应用
累积生态风险对青少年抑郁的影响：自尊的中介作用
高中心理辅导活动课“三点五步”教学模式探索
问题解决导向的心理健康教育微课设计
高中生生涯教育的实践与反思：学生生涯与教育
理性决策五步走 定位未来风向标
——基于探究“七选三”科目选择的学业规划
能“见则鬼”的男孩
做“荣誉勋章”，培养低年级学生良好学习品质

国家期刊奖百种重点期刊
国家新闻出版广电总局认定学术期刊
联系电话：010-88810835 88817526



中小学心理健康教育

(旬刊)

2017年第29期

总第340期

CONTENTS

目 录

顾 问 楚 庄 张怀西
潘贵玉 王佐书

社 长 陈滨滨

主 编 何 妍

副主编 于 洪
边玉芳（特邀）
王希永（特邀）

编 辑 丁 尧 王 策
张 帆 刘 泳
杜文姬 王抒文

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

来稿凡经本刊采用，即视为作者同意授权本刊对其图文作品包括但不限于网络传播、图书出版等不同方式再使用的权利，并且本刊有权授权合作方再使用。

- 01 卷首
别轻易地对孩子“盖棺定论”
徐凤莲
- 04 学术空间
三维平衡理论及其在心理教育中的应用
高文斌
- 08 研究实践
感恩、积极应对方式、领悟社会支持与高中生心理健康的关系 / 08
王宏伟 王娟娟 董存妮 宋广文
累积生态风险对青少年抑郁的影响：自尊的中介作用 / 13
张 凡 王佳宁 金童林
高中生网络使用、家庭功能与网络成瘾的关系 / 17
徐先彩
- 20 课程思考
高中心理辅导活动课“三点五步”教学模式探索 / 20
郝明星 徐永刚
幼儿心理健康教育课堂的生成力量 / 23
李 花 雷美红
心理健康教育课程中案例选用的误区及对策 / 26
王福臣 翟媛媛
心理辅导活动课的目标达成策略 / 29
林甲针
问题解决导向的心理健康教育微课设计 / 32
——基于浙江省首届中小学心理微课设计大赛经验
李梦婷

36 活动设计

体验“选择” / 36

钟江林

理性决策五步走 定位未来风向标 / 38

——基于探究“七选三”科目选择的学业规划

胡 航

生涯决策平衡单 / 41

梅晓菁

天才也怕选错行 / 45

——高中职业生涯团体辅导

宁 红

48 生涯教育

高中生生涯教育的实践与反思：学业生涯与教育

刘靖文

52 辅导个案

能“见到鬼”的男孩 / 52

——“怕鬼恐惧症”学校心理辅导案例

叶秀红 周文杰

寻找珍爱生命的理由 / 55

——校园心理危机干预例析

程赞红

改变教养方式，增进亲子关系 / 58

——一例家庭教养方式不当的辅导案例

陈维佳

62 积极心育讲堂

积极心理健康教育的成效与评价

孟万金 官 群

66 一线快递

“玩”的教育力量 / 66

潘莉莉

借“荣誉勋章”，培养低年级学生良好学习品质 / 69

陈蒙盛

71 区域采风

以心育心，构建学校心理教育“三个融合”体系典范

——辽宁大连经济技术开发区第十高级中学心育特色

班建设阶段成果报告

于书全 何竟轩 刘学廷 牟晓筠

74 动态

第七届“健康杯”中小学心理健康教育优秀成果评选活动获奖名单（第二批） / 74

中国心理学会科普委“全国心理普及工作者联盟”成立大会暨第七届“健康杯”中小学心理健康教育优秀成果评选活动颁奖会通知（第二轮） / 78

65 家教心主张

帮孩子找回幸福感

刘 希

25 封面人物：高文斌

主管 中国民主促进会中央委员会

主办 开明出版社

编 委（以姓氏笔画为序）

马惠霞 方 平 曲连坤 刘华山

刘金明 陈 旭 苏彦捷 连 榕

吴增强 孟万金 郑希付 周宗奎

庞维国 林祺堂 胡卫平 姚本先

钟志农 陶 云 莫 雷 黄辛隐

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投稿方式：www.xljkkz.comkmyuhong@126.com

网站电话：010-88817526

编辑部电话：010-88810835

理事会电邮：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 11 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（北京）印务有限公司

广告经营许可证：京海工商广字第 0370 号