

# 中小学 心理健康教育

Mental Health Education  
In Primary and Secondary School

2017.32

总第343期

中学生自我调控学习调查分析

——以北京市怀柔区为例

“烹”一节心理好课

运用自我管理行为计划，引导学生走出“孤僻”

行走的力量

——一例注意力不集中儿童的沙盘游戏治疗报告

“生命自觉”视野下教师的自觉成长

孩子在家上学，家长先做好准备

“六个一”打开学生心门



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



CN 11-4699/G4 邮发代号：2-925

中小学  
心理健康教育

2017.32

总第343期

中学生自我调控学习调查分析

——以北京市怀柔区为例

“烹”一节心理好课

运用自我管理行为计划，引导学困生出“高原”行走的力量

——例注意力不集中儿童的课堂行为矫正

“生命自觉”视野下教师的自我成长

孩子在家上学，家长先做好准备

“六个一”打开学生心门

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32期

总第343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

栏目策划 杜文姬

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。

万方数据

#### 01 卷首

“一低头”的善意

李 艳

#### 04 学术空间

生涯规划教育文献研究综述

邓 璐

#### 08 研究实践

学龄前儿童心理行为发展与家庭环境的关系 / 08

邱倩文

中、小衔接期学生心理健康课需求调查研究 / 15

龚 洁 丁红莉

中学生自我调控学习调查分析 / 19

——以北京市怀柔区为例

陈全红 张保恒

#### 23 课程思考

“烹”一节心理好课 / 23

孙 玲

浅谈心理课师生互动的提问与反馈 / 25

卢文洁

小学心理微课的应用与建设 / 28

申 喆

#### 30 活动设计

幸福在哪里?

陈玉清

## 33 辅导个案

运用自我管理行为计划,引导学生走出“孤僻”/33

李艳萍

老师,我想离开这个班/36

——整合式短程心理咨询在高中女生人际辅导中的应用

徐宵倩

行走的力量/40

——一例注意力不集中儿童的沙盘游戏治疗报告

顾向红

我是不是得了青春期焦虑症?/45

王丽英

变一变 激一激 改一改/47

蓝小琴

## 50 一线快递

高中生突发死亡后的校园危机干预及思考/50

王珺珂

“六个一”打开学生心门/53

杨 芳

中小学心理委员制度存在的问题及对策/55

李树娜

## 58 家教心主张

家庭环境与幼儿助人行为的相关研究/58

孙 雪 王小康

陪 伴/61

张燕平

孩子在家上学,家长先做好准备/62

孟 洁

## 65 教师成长

欣赏式探询在中学教研组中的应用研究/65

马阳阳 李 怡 尹忠泽 姚 莹

提升专业技能,做最好的自己/68

孟军良

小学心理教师的双重角色/69

赵 静

教师管理创新与中小学教师幸福感提升/71

张 华

“生命自觉”视野下教师的自觉成长/75

陆春庚

## 79 心理茶坊

假如我是一个学生

贾 猛

## 80 后现代心理辅导

心理伙伴/80

——隐喻绘本故事《你床头的拉古拉》解读

吴洪健

你床头的拉古拉/封二、封三

无 智

## 52 封面人物:朱 剑

万方数据

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/xljazz>官方论坛: [www.xljazz.com/bbs](http://www.xljazz.com/bbs)投稿邮箱: [zxjxkjy02@163.com](mailto:zxjxkjy02@163.com) (中旬刊)

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