

# 中小学

Mental Health Education  
In Primary and Secondary School

# 心理健康教育

## 2018.02

总第349期

湘西贫困地区中小学心理教师培训策略

生涯规划教育：高中班主任的必修课

中学教育仪式感养成的心理学基础

影像发声在中小学心理健康教育工作中的应用

遇考试就要输液的高中男生

我和学生的101个约定

——巧用目标指导帮助特区学生应对“空心病”

巧妙应对“家长群”里的那些事

父母请给孩子一个充满安全感的童年



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



9 771671 268181

02

CN 11-4699/G4 邮发代号：2-925

中小学  
Mental Health Education  
In Primary and Secondary School  
心理健康教育

2018.02  
总第349期

湘西贫困地区中小学心理教师培训策略  
生涯规划教育：高中班主任的必修课  
中学教育仪式感养成的心理学基础  
影像发声在中小学心理健康教育中的应用  
高考试就要输流的高中男生  
我和学生的101个约定  
——巧用目标指导帮助特困区学生对“空心病”  
巧妙应对“家长群”里的那些事  
父母请给孩子一个充满安全感的童年



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)

2018年第2期

总第349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）

编 辑 丁 尧 王 策  
张 帆 李益倩  
巨明珠 温尔虹

栏目策划 于 洪

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  
等待、倾听——课堂最美的无声语言  
乌爱洁 毕金芳
- 04 学术空间  
中学教育仪式感养成的心理学基础  
季思含
- 08 研究实践  
中学生感知到的数学教师支持与数学学习投入：  
内部动机的中介作用 / 08  
侯茂琴 周以黎  
影像发声在中小学心理健康教育中的应用 / 12  
王警可 沈妍昱 赵 靖
- 16 特别关注  
湘西贫困地区中小学心理教师培训策略 / 16  
黄晶 李想  
中小学心理教师培训现状的调查与思考 / 18  
——基于福建省的调查研究  
李 远
- 22 生涯教育  
生涯规划教育：高中班主任的必修课 / 22  
孔 翠  
高中职业生涯规划教育的新探索 / 25  
许霞丽
- 28 课程思考  
中小学心理健康教育教学的“九化一思考” / 28  
岳爱峰  
心育课堂的生命活力：行为文化的重建 / 31  
陆春庚
- 34 活动设计  
团队 分享 成长 / 34  
——教师团体心理训练设计  
庄娥霞

与愤怒做朋友 / 37

陈晓冬

吹出完美的气球 / 39

——小学毕业班团体辅导活动设计

刘艳

## 42 辅导个案

想妈妈的背后 / 42

——学校适应不良辅导案例

黎琼珠

初中生当众讲话焦虑矫正的案例分析 / 45

李卉子

遇考试就要输液的高中男生 / 48

——一例高中生考试焦虑案例报告

潘青

我有一个空少梦 / 51

——一名高中生烦躁情绪的认知干预

赵蕾

## 53 一线速递

传承吴地童谣童戏，培养幼儿核心素养 / 53

夏艳

我和学生的 101 个约定 / 55

——巧用目标指导帮助特区学生应对“空心病”

陈静雯

“老大”的华丽转身 / 57

——帮助二胎家庭中的“老大”走出心理洼地

胡丹妮

矛盾型消极依恋对小学生的影响及应对策略 / 61

盛静恩

农村初中留守儿童性教育的思考 / 63

张丽颖

## 66 班级心育

巧妙应对“家长群”里的那些事 / 66

刘阿涛

一个也不能放弃 / 68

——一年级新生自控能力差的辅导案例

李华

## 70 教师成长

厚积薄发，勇于突破

——一位心理教师的专业成长感悟

赖舒旋

## 72 家教心主张

发现女儿抄作业后 / 52

刘亚华

儿童性教育在家庭场域中的缺位 / 72

吉利

家庭关系中的“蝴蝶效应” / 74

张芳

教育“及时贴” or “即时贴” / 76

鞠慧卿

## 78 心理茶坊

父母请给孩子一个充满安全感的童年 / 78

——读《史记·孟尝君列传》

唐中云

当我静下心来(诗歌) / 80

李春花

## 79 封面人物：徐淑梅

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 赵秀玲 赵建国 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](http://www.xljkkz.com/bbs)

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

[zxxxljky02@163.com](mailto:zxxxljky02@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