

中小学 心理健康教育

Mental Health Education
In Primary and Secondary School

2018.26

总第373期

高年级小学生父母教养方式与社交焦虑的关系

学习沉浸体验研究概述及教育启示

心理剧社会计量技术在心理课堂中的应用

走向动态的课堂 捕捉生成的美丽

解放学生从解放课堂开始

小学数学教学与心理健康教育的融合

培养良好心理品质 生成美感语文课堂



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



高年级小学生父母教养方式与社交焦虑的关系
学习沉浸体验研究概述及教育启示
心理剧社会计量技术在心理课堂中的应用
走向动态的课堂 捕捉生成的美丽
解放学生从解放课堂开始
小学数学教学与心理健康教育的融合
培养良好心理品质 生成美德语文课堂



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 26 期

总第 373 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)

栏目策划 卫 虹

编 辑 卫 虹 王 策
张 帆 刘 芳
刘永胜 纪 悦

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

让心田开满鲜花
刘文东

04 学术空间

高年级小学生父母教养方式与社交焦虑的关系 / 04
卢卓琼 阴云航
促进高中生自主发展的心理健康教育策略 / 08
王琼燕

12 研究实践

学习沉浸体验研究概述及教育启示 / 12
陈雨曦
体验式团体沙盘改善初三学生考试焦虑的研究 / 15
赵斐恒 周文建

19 特别关注

解放学生从解放课堂开始
汤 妮

22 课程思考

心理剧社会计量技术在心理课堂中的应用 / 22
林 锋
走向动态的课堂 捕捉生成的美丽 / 25
李雅娟
“四维四趣”,助推学习“三力”发展 / 30
——以二年级“我能专心听课”团体心理课为例
洪晶晶

33 活动设计

时间管理，忙而不乱

冯洁钰

36 辅导个案

跟我想的不一样 / 36

——初中生压力缓释辅导个案

王菊玲

真没想到我还是来找你了 / 40

——记一次危机干预个案咨询

虞杰 陈艳蓉

43 一线速递

沙盘游戏中高中生应对困难的方式及其对心理辅导的启示 / 43

王春玉

心理健康教育视角下的行知精神 / 46

郝 郁

48 学科心育

小学数学教学与心理健康教育的融合 / 48

庞晓翔 都丽丽

元认知策略与小学高年级英语词汇教学 / 53

杨雪娜 毕 丽

培养良好心理品质 生成美感语文课堂 / 56

沃婵嫒

心理拓展训练与体育教学深度融合的探索与思考 / 58

邹德莲

61 班级心育

班级制度文化的建设与实践

——以岗位制班级制度文化为例

张 卫

64 校长论坛

心灵契合 激活教师工作积极性

蔡宗奎

67 校园心理剧

一米阳光

刘 蓉 唐海鹏

71 家教心主张

学习，或许并不是件轻松的事情 / 71

陈 永

心理暗示法培养小学生家庭作业的积极性 / 73

侯亚萍 沈贵鹏

77 心理茶坊

洪太尉的好奇心 / 77

岳 炜

如何面对生命不能承受之重 / 79

黄珊珊

39 封面人物：李晓艳

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

微信公众号：心渠活水

投稿邮箱：www.xljazz.com

zxxxljky02@163.com（中旬刊）

网站电话：010-88817526

编辑部电话：010-88810835

理事会电邮：kmmwangce@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