

中小学

Mental Health Education
In Primary and Secondary School

心理健康教育

2020.01

总第420期

初中校园冷暴力调查与分析

心理健康教育课堂中如何“玩”得好

基于小学心理辅导活动课的班主任工作新视角

失眠背后的深层缺失

——运用ACT技术缓解考试焦虑

农村中学生自我伤害行为及心理辅导预防对策

区域初中心理教师专职化现状调查及可行性研究

不做“差评师”



国家期刊奖百种重点期刊

原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

2020.01

总第420期

初中校园冷暴力调查与分析

心理健康教育课堂中如何“玩”得好

基于小学心理辅导活动课的班主任工作新视角

失眠背后的深层缺失

——运用ACT技术缓解考试焦虑

农村中学生自我伤害行为及心理辅导策略对策

区域初中心理教师专业化现状调查及可行性研究

不做“差评师”

国家期刊奖百种重点期刊

原国家新闻出版广电总局认定学术期刊

联系电话：010-88810835 88817526

ISSN 1671-2684
0 971021911250

中小学心理健康教育

(旬刊)

2020年第1期

总第420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

栏目策划 刘 芳

编 辑 卫 虹 王 策
张 帆 刘 芳
刘永胜 纪 悦
张国宪

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

最美的师生关系是教学相长

姜 旭

04 研究实践

初中校园冷暴力调查与分析 / 04

钟佩妍

小学生心理虐待和忽视对孤独感的影响：情绪调节自我效能感的中介作用 / 09

程 洁 刘浩浩 尹忠泽

13 课程思考

心理健康教育课堂中如何“玩”得好 / 13

罗雅梅

“画”说挫折 / 16

——表达性艺术治疗在高中挫折教育中的应用

李 静

基于小学心理辅导活动课的班主任工作新视角 / 19

金慧慧

24 活动设计

化茧成蝶 / 24

——表达性艺术治疗在高中心理课堂中的应用

阮 君

集中你的注意力 / 26

赵健龙

把握青春期异性交往，度过人生的花季雨季 / 29

张 华

31 辅导个案

她们凭什么可以这么对我? / 31

——高中生人际困扰辅导

马丽铭

失眠背后的深层缺失 / 36

——运用 ACT 技术缓解考试焦虑

傅佳纯

我努力了,却没有好成绩 / 41

——高二学生学习动机过强心理咨询

张 蓉

运用接纳承诺疗法,与惧学想法和平共处 / 45

——高一女生惧学心理辅导

李佩贞

对多重残疾儿童情绪问题的干预研究 / 49

付庆秋

51 一线速递

中小学生社交焦虑成因及教育建议 / 51

韩雨洋

农村中学生自我伤害行为及心理辅导预防对策 / 53

史剑锋

青春期早恋的心理学分析及解决策略 / 55

吴 婷

一个都不能少 / 58

——教育戏剧促进课堂“边缘人”回到课堂中心

王 晓 王乃弋

绘画疗法在高中心理健康教育中的应用 / 62

张 琳

65 教师成长

区域初中心理教师专职化现状调查及可行性研究

——以上海市虹口区为例

叶丽青

69 学科心育

小学中段学生数学计算出错心理成因及对策研究

朱家浩

72 校园心理剧

破茧成蝶

曹欣蕾

76 家教心主张

家庭教育中家长的角色 / 76

施 健

家庭教育中,如何与孩子“讲道理”? / 78

黄健燕

79 心理茶坊

不做“差评师”

陈 红

80 心理童话

非凡想象

无 智 绘著

61 封面人物 王雯洁

万物数据

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 609 室

邮编:100089

微信公众号:心渠活水

投稿邮箱:www.xljkzz.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 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(北京)印务有限公司

广告经营许可证:京海工商广字第 0370 号