

中小学 心理健康教育

Mental Health Education
In Primary and Secondary School

2020.22

总第441期

运用 ARCS 动机设计模型学习理论及教学策略

提升团体心理辅导效果

中学教师工作压力与心理健康的关系：复原力的中介作用

新冠肺炎疫情背景下中学生复学心理健康状况调查分析

与焦虑同行

新冠肺炎疫情防控常态化形势下家校合作工作探索

中等职业学校心理健康教育的创新实践

学校家庭教育指导对学生心理健康的作用及策略



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



9 771671 268204



运用 ARCS 动机设计模型学习理论及教学策略

提升团体心理辅导效果

中学教师工作压力与心理健康的关系：复原力的中介作用

新冠肺炎疫情背景下中学生复学心理健康状况调查分析与

焦虑障碍

新冠肺炎疫情常态化形势下家校合作工作策略

中等职业院校心理健康教育的创新实践

学校家庭教育指导对学生心理健康的作用及实践

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



中小学心理健康教育

(旬刊)

2020年第22期 总第441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。并且本刊与中国知网、万方数据库等六家网站合作，本刊有权授权合作方使用来稿。

01 卷首

良好的亲子关系，从一起吃饭开始
易利民

04 学术空间

运用 ARCS 动机设计模型学习理论及教学策略提升团体心理辅导效果
赵永萍 张英俊

08 研究实践

中学教师工作压力与心理健康的关系：复原力的中介作用 / 08

张慧萍 姚维佳 刘视湘

新冠肺炎疫情背景下中学生复学心理健康状况调查分析 / 12
罗嘉仪 李华华 麦宝欣

教师期望对幼师生生成就动机的影响：自信的中介作用 / 15
乔莉莉

父母教养方式与寄宿制小学生学校适应：师生关系的中介作用 / 19

汪 岑

中学生学业压力及情绪调节自我效能感对考试焦虑的影响 / 25

王 功 张青青 黄丕兰

28 课程思考

例谈心理课堂中学生“知、情、意、行”的发生发展 / 28
黄珊珊

心理健康教育课作业布置的探索和思考 / 31

沈燕瑜

心理游戏在心理辅导活动课中的运用 / 34

谢燕芬

36 活动设计

与焦虑同行 / 36

高 榕

面对困难，我能行 / 39

黄碧斌

阳光总在风雨后 / 41

——如何正确面对挫折

陈冬梅

语言是窗户 / 44

——人际沟通技巧

陈慧慧 杨海荣 邝翠清

48 辅导个案

我怕死 / 48

——一例死亡恐惧的案例报告

韩丹丹

肚子里的火山没了 / 52

杨丽霞

56 班级心育

挥别过去，拥抱未来 / 56

——利用“告别仪式”帮助学生建立对新集体的归属感

刘 媛 张 雯

运用“一致性沟通”方法化解学生的顶撞行为 / 58

徐 可

用萨提亚冰山理论疏导学生的愤怒情绪 / 60

王 盼

62 一线速递

新冠肺炎疫情背景下中学心理健康教育应对策略 / 62

王 璐

新冠肺炎疫情防控常态化形势下家校合作工作探索 / 64

吕子燕

提高自我效能感，积极应对学习倦怠 / 68

钟穗华

学校家庭教育指导对学生心理健康的作用及策略 / 70

代诗雨

73 区域采风

中等职业学校心理健康教育的创新实践

付 波 刘沪生

78 校园心理剧

校园心理剧在心育课堂应用中的困惑、误区及对策

刘 娟

77 封面人物档案：刘沪生

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 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：保定市中画美凯印刷有限公司

广告经营许可证：京海工商广字第 0370 号