

CN 11-4699/G4 邮发代号：2-925

# 中小学 心理健康教育

Mental Health Education  
In Primary and Secondary School

2020.05

总第424期

小学生自尊与情绪智力的关系研究

高中异性情感教育课程实践研究

在热爱的领域努力玩耍

——兴趣金字塔模型与职业生涯探索

我摘到了金苹果

以情景剧为载体，提高学生交往能力的实践探索

陪写作业跟哪个心理学家学习？皮亚杰OR华生？

同理心，让关怀与爱不缺失



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

Mental Health Education  
In Primary and Secondary School

2020.05  
总第424期

小学生自尊与情绪智力的关系研究  
高中异性情感教育课程实践研究  
在热爱的领域努力玩耍  
——兴趣金字塔模型与职业生涯探索  
我摘到了金苹果  
以情景剧为载体，提高学生交往能力的实践探索  
随写作业跟哪个心理学家学习？皮亚杰OR华生？  
同理心，让关怀与爱不缺失



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



# 中小学心理健康教育

(旬刊)

2020年第5期 总第424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 张国宪

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

鼓励有方，健康成长  
罗东波

#### 04 研究实践

小学生自尊与情绪智力的关系研究 / 04  
范舒怡  
元认知训练对提高农村留守小学生数学成绩有效性的研究 / 10  
任 科

#### 15 生涯教育

如何上出有“心理味”的生涯教育课 / 15  
单佳楠  
浅谈体验式教学在中职职业生涯规划课程中的应用 / 17  
朱秋莹

#### 22 课程思考

高中异性情感教育课程实践研究 / 22  
邵巧倍  
小学高年级情绪管理课的实践反思 / 27  
王敏芳

#### 30 活动设计

聆听心声，拥抱自我 / 30  
——情绪的觉察和探索  
毛艳莉

在热爱的领域努力玩耍 / 33

——兴趣金字塔模型与职业生涯规划探索

陈蓉蓉

### 36 辅导个案

我摘到了金苹果 / 36

连潞琴

化解自卑，重建自信 / 38

——对聋生心理障碍的个案辅导

钱建学

应用行为分析辅助聋生控制情绪的个案 / 41

张颖杰

### 45 特别关注

论小学生学业负担改革的限度

杨凡

### 49 班级心育

高中文科班男生心理问题及对策 / 49

周维

男孩教育：更需因材施教 / 51

姚凌花

解决小学生欺凌行为有妙招 / 54

冯辉

### 57 一线快递

以五彩文化探索学生心理健康发展的路径 / 57

祁兵

高中生认知卸载的现状和影响 / 60

张柯

以情景剧为载体，提高学生交往能力的实践探索 / 62

王伟江

一切为了学生的未来发展 / 67

——心理健康教育校本体系构建的探索

韦春晖 孙风波

### 70 校园心理剧

主播梦

尚文艳

### 73 家教心主张

陪写作业跟哪个心理学家学习？皮亚杰 OR 华生？ / 73

吴玉珊

同理心，让关怀与爱不缺失 / 75

杨倩

家庭教育：“不会说话”不如“不说话” / 77

万红刚

### 79 心理茶坊

“致命”的作业辅导

鞠慧卿

### 封三 心理童话

海浪声响

无智 绘著

### 09 封面人物：伍顺燕

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：kmwangee@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