

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

2021.15

总第470期

高中心理健康教育专职教师缘何多数“兼职”

真实自我表达、人格特质与语言成绩的关系

未来视角下初三学习主题心理课的实践与反思

筑梦中考 释压前行

走出阴霾，找回成长动力

——疫情下儿童自杀意念干预辅导

开设“《史记》与人生”选修课程，为学生打造人生支柱

《中小学心理健康教育》伴我成长



国家期刊奖百种重点期刊

国家新闻出版署认定学术期刊

联系电话：010-88810835 88817526

万方数据

ISSN 1671-2684



9 771671 268211

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

2021.15
总第470期



高中心理健康教育专职教师缘何多数“兼职”
真实自我表达、人格特质与语言成绩的关系
未来视角下初三学习主题心理课的实践与反思
筑梦中考 释压前行
走出阴霾，找回成长动力
——疫情下儿童自我意念干预辅导
开设“《史记》与人生”选修课程，为学生打造人生支柱
《中小学心理健康教育》伴我成长

国家期刊奖百种重点期刊
国家新闻出版署认定学术期刊
联系电话：010-88810835 88817526

ISSN 1671-2684
1671-2684

中小学心理健康教育

(旬刊)

2021年第15期 总第470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
刘 芳 刘永胜
张国宪 张 旗
邢雨竹

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

好的教育，从“不完备”开始
孟有花

04 特别关注

高中心理健康教育专职教师缘何多数“兼职”
——兼论心理健康教育专职教师的岗位职责
尹晓军

08 学术空间

青少年共同反刍对抑郁症状的影响
张龙飞

14 研究实践

真实自我表达、人格特质与语言成绩的关系 / 14
廖文莉 叶 桐 李秋月 徐华春
高中生时间管理倾向、自我效能感和内部归因的关系 / 18
祝 寿 邓珍珠 范 蕾
流动青少年家庭教养方式与网络成瘾：自我控制双系统的作用 / 24
江 莹

29 课程思考

心理健康教育课如何促进学生深度体验 / 29
李玉荣
未来视角下初三学习主题心理课的实践与反思 / 32
黄珊珊

34 活动设计

正确看待比较 / 34
杨喜庆
筑梦中考 释压前行 / 37
——初三学生考前减压团体辅导
江 群

40 辅导个案

悄悄告别害怕 / 40

——视障儿童恐惧伴随泛化的心理辅导案例

方丽琨

爸妈，我没有装病 / 42

——心理热线化解学生心理危机

陈焱

走出阴霾，找回成长动力 / 46

——疫情下儿童自杀意念干预辅导

谢娟

49 咨询方略

我和“意象”有个约会 / 49

——意象对话技术在学习心理辅导中的运用

余丽娟

焦点解决短期治疗技术在疫情应激反应干预中的

运用 / 52

周华仙

56 一线速递

玩转字典，生涯成长的心理根基 / 56

邓剑英

家庭教育视角下校园欺凌行为的影响因素及防治

策略 / 60

乔乙桓 张惟嘉

家校合作应对小学生“分离焦虑” / 62

唐启双

“刻意练习”在小学学困生转化中的应用与实践 / 64

邱永球 陈尔胜

中小学心理健康教育中乡土资源的开发与利用 / 67

——以桂林为例

邹阳 陈宛玉

70 学科心育

开设《史记》与人生”选修课程，为学生打造人生支柱

唐中云

75 心理茶坊

真假宝玉，真假你我

岳炜

76 专栏：陶博士读心法

父母，请不要给孩子不断制造压力

——对一位“全身流窜性疼痛”的“学霸”的辅导

陶新华

78 创刊 20 年

《中小学心理健康教育》伴我成长

蒯晨

封三 心理童话：给秘密安家

无智 绘著

28 封面人物：唐中云

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：kmwange@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 21 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：保定市中国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