

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

2021.18

总第473期

中小学生手机成瘾倾向与学业拖延行为的关系及学段差异

中小学心理教师队伍专业化发展研究

——基于赫兹伯格双因素理论

叙事中的理性：生涯辅导教学中的故事解读

我心本快乐——寻找不失去快乐的秘密

唱响励志歌，共筑健康梦

“协调五步法”在亲子关系修复中的实践

《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

中小学生手机成瘾倾向与学业拖延行为的关系及学段差异
中小学教师队伍专业化发展研究
——基于赫兹伯格双因素理论
叙事中的理性：生涯辅导教学中的故事解读
我心本快乐——寻找不失去快乐的秘密
唱响励志歌，共筑健康梦
“协调五步法”在亲子关系修复中的实践
《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



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制于网络传播、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。

中小学心理健康教育

(旬刊)

2021 年第 18 期 总第 473 期

CONTENTS

目 录

- 01 卷首
和孩子一起面对问题
严凤平
- 04 研究实践
寄宿制小学生亲子依恋与主观幸福感：师生关系的中介作用及性别的调节作用 / 04
汪 岑
初中生情绪智力与学校适应的关系：心理韧性的中介作用 / 11
苏怡怡 姚劲强 李 丽
中小学生手机成瘾倾向与学业拖延行为的关系及学段差异 / 15
李小玲 罗悦欣 杨丽敏
校园氛围对青少年问题行为的影响：师生关系的中介作用 / 20
程 刚 刘广增 王阳茜 杨义滢
- 25 特别关注
中小学教师队伍专业化发展研究
——基于赫兹伯格双因素理论
陈梦成
- 29 课程思考
叙事中的理性：生涯辅导教学中的故事解读 / 29
邓庆民
巧借焦点解决理论 助力高中生命教育 / 32
朱赛飞
如何提高小学心理课堂游戏的趣味性和灵活性 / 35
钟菊兰
- 38 活动设计
“小小黑点”绘人生，“积极心态”乘风破浪 / 38
——积极心理画创作活动实施案例
陈玉燕
我心本快乐 / 40
——寻找不失去快乐的秘密
张爱青 何家德 张国节 何毓华

44 辅导个案

害怕同学的男孩 / 44

——一例恐怖表现的个案心理辅导

江珊珊

应用焦点解决技术提升初中生学业表现 / 48

吴洪健 赵瑶瑶

例谈焦点解决技术在高三考后焦虑心理辅导中的应用 / 51

李保松

53 咨询方略

代币法在小学生学习行为习惯辅导中的运用

张 莺

56 班级心育

“协调五步法”在亲子关系修复中的实践

湛 涛 周莉莉

59 一线速递

唱响励志歌，共筑健康梦 / 59

——利用励志歌曲在高中开展心理健康教育

郭艳彪

中学生焦虑情绪的影响因素及应对策略 / 63

任荣霞

自闭症儿童的融合教育现状及应对策略 / 65

李 端

67 心理茶坊

是谁害死了贾瑞？ / 67

——隔辈教育下的青春期

岳 炜

做一只传递幸福的“喜鹊” / 69

严建英

从影片《你好，李焕英》谈优秀艺术作品的心理投射

效应 / 70

常一丹 何竟轩

71 书评

《读懂学生》：一套基于学生成长规律的育人指南 / 71

陶 沙

读懂学生：心之所向，身之所往 / 72

——读边玉芳教授著《读懂学生》系列丛书有感

丁凤良

74 创刊 20 年

《中小学心理健康教育》伴我成长

马丽铭

77 动态

服务改变未来

“学校心理健康服务”公益行动计划项目启动会暨

《中小学心理健康教育》创刊 20 周年庆

邀请函（第一轮）

封三 心理童话：空洞生活

无 智 绘著

24 封面人物：柯加瑜

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 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