

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

2021.20

总第475期

中学生即时文字网络心理咨询的实践研究

家长教育焦虑与小学生学业情绪的关系：

父母教育卷入的中介作用

发生在高考考点的一次心理危机干预

电影片段在小学生同理心课程中的应用

家长心理约谈四步走

运用焦点解决技术，巧妙化解学生“对抗”



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

2021.20
总第475期

中学生即时文字网络心理咨询的实践研究
家长教育焦虑与小学生学业情绪的关系：
父母教育卷入的中介作用
发生在高考考点的一次心理危机干预
电影片段在小学生心理课程中的应用
家长心理约谈四步走
运用焦点解决技术，巧妙化解学生“对抗”



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



中小学心理健康教育

(旬刊)

2021年第20期 总第475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
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

教育就是点燃一把火

王薇

04 学术空间

中学生即时文字网络心理咨询的实践研究

游宁宁

09 研究实践

家长教育焦虑与小学生学业情绪的关系：父母教育卷入的中介作用 /09

程兴逸 符明弘

疫情期间父母教养方式对高中生与父母关系的影响 /15

蔡鸿逸 张嘉琪 张敏 蒋柯

21 咨询方略

“SHS” 五步解困法在小组辅导中的应用 /21

吴伟红

六步“脱困法” 助推高三学子缓解考前焦虑情绪 /24

徐丽娟 仝建

28 辅导个案

发生在高考考点的一次心理危机干预 /28

尹琪慧

运用焦点解决技术改进学生问题行为的案例分析 /32

陈雪芬 吴洪健

一触即发的小火山 /35
——应用行为疗法应对情绪失控学生的辅导案例
熊 丝

39 课程思考

电影片段在小学生同理心课程中的应用 /39
李祝敏
表达性艺术治疗应用于初中生自我接纳教育的教学研究 /43
——以“我的小黑点”心理课为例
陈艺彬

47 活动设计

彩虹花唤醒记 /47
——小学生利他行为团体辅导
林燕玲
寻找例外 /51
——拆掉思维的墙
王 丽

54 生涯教育

生涯规划促成长，层阶培育待花开 /54
刘兰英
生涯教育理念下高中心理社团“1234 实施策略”的实践探究 /57
陈 菡

61 班级心育

家长心理约谈四步走 /61
肖巧云
运用焦点解决技术，巧妙化解学生“对抗” /65
瞿春红

68 一线速递

中小学生网络成瘾的影响因素及干预对策
胡瑞洁 李亚红

71 校园心理剧

一颗“薄荷糖”
王 姣 林元景 吴志琳 王雪梅

75 心理茶坊

我不是坏女孩
周 婷

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）

08 封面人物：王爽

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

邮编：100089

微信公众号：心渠活水

投稿方式：www.xljkzz.com

网站电话：010-88817526

编辑部电话：010-88810835

理事会电邮：kawangce@sina.com

理事单位报名及咨询电话：010-88817526

ISSN 1671-2684
中国标准号：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：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