

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

2021.22

总第477期

手机依赖对青少年心理健康的影响及应对思路

高中生父母阶层与家长参与：亲子关系的中介作用

“团体心理游戏”课堂教学的实践与思考

高中生心理危机干预策略例析

飞行员与点灯人——生涯冒险倾向探索活动案例

让大脑更敏捷——跳出思维定式

性别的困惑——青春期性别角色认同辅导个案

上海市中学生生命教育问题访谈报告



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



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

2021.22

总第477期

手机依赖对青少年心理健康的影响及应对思路
高中生父母阶层与家长参与：亲子关系的中介作用
“团体心理游戏”课堂教学的实践与思考
高中生心理危机干预策略例析
飞行员与点灯人——生涯冒险倾向探索活动案例
让大脑更敏捷——跳出思维定式
性别的困惑——青春期性别角色认同辅导个案
上海市中学生生命教育问题访谈报告



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 22 期 总第 477 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 卫虹

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。

01 卷首

营造和谐家庭氛围，维护孩子心理健康

马 宠

04 主编访谈

手机依赖对青少年心理健康的影响及应对思路

何妍 俞国良

08 研究实践

高中生父母阶层与家长参与：亲子关系的中介作用 / 08

安丽思

焦点解决方法在小学生团体行为辅导中的应用 / 12

吴洪健 朱生营

参与班级管理对小学生社会责任心的影响 / 15

彭 元

高中生心理健康及主观幸福感状况调查分析 / 19

王晓娜

25 课程思考

高中心理健康教育课作业布置的实践与反思 / 25

郭艳彪

“团体心理游戏”课堂教学的实践与思考 / 28

张金玲

31 咨询方略

高中生心理危机干预策略例析

张翔 杨悦

35 活动设计

飞行员与点灯人 / 35

——生涯冒险倾向探索活动案例

戈逸

解锁新思维 / 37

何雁彩

亲子沟通三部曲 / 40

金慧慧

让大脑更敏捷 / 43

——跳出思维定式

陶希

我的情绪小怪兽 / 47

——初二情绪心理辅导活动课

刘贵英

51 辅导个案

积极有爱 春暖花开 / 51

——运用积极心理学理论辅导高三复读生的案例

邓佩芳

性别的困惑 / 54

——青春期性别角色认同辅导个案

朱赛飞

我真的糟糕透了 / 58

——小学生焦虑心理的辅导个案

詹兴杰

61 班级心育

同理心对师生沟通的影响分析及运用

张广丽

63 一线速递

一切从“心”开始 / 63

赵丽蓉

中小学生学习问题的识别与处理 / 65

丁晓玲

帮助中考生正确面对考试失败的教学实践探究 / 68

郭广炎

上海市中学生生命教育问题访谈报告 / 71

王婕菲

74 家教心主张

三步搞定与青春期孩子的沟通难题 / 74

任彦霞

寻找兴趣，为孩子成长助力 / 76

吕红彦

呵护孩子的心理健康要从家庭开始 / 78

黄碧娥

27 封面人物：林雪梅

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：kmmwange@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 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