

# 中小学 心理健康教育

Mental Health Education  
In Primary and Secondary School

2021.30

总第485期



工作重塑：一种自下而上为教师职业生涯“谋福祉”的新途径

改善农村留守儿童父母教养方式的实践探索

农村山区初中留守学生心理问题归因与教育对策

小学线上心理系列课程的设置和实施

做“头脑特工”，拥抱多彩情绪

破而不裂：中小学校园心理危机干预中“保密例外”的实施

初三男生自我伤害心理危机干预个案

在家庭教育中开展生涯教育的几点思考



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  
Mental Health Education  
In Primary and Secondary School  
心理健康教育

2021.30  
总第485期

工作重塑：一种自下而上为教师职业生涯“谋福祉”的新途径  
改善农村留守儿童父母教养方式的实践探索  
农村山区初中留守学生心理问题归因与教育对策  
小学线上心理系列课程的设置和实施  
做“头脑特工”，拥抱多彩情绪  
破而不裂：中小学校园心理危机干预中“保密例外”的实践  
初三男生自我伤害心理危机干预个案  
在家庭教育中开展生涯教育的几点思考

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30期 总第485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

温柔地接住，轻轻地助推  
黄翠

#### 04 学术空间

工作重塑：一种自下而上为教师职业生涯“谋福祉”的新途径  
赵鹤宾

#### 08 特别关注

改善农村留守儿童父母教养方式的实践探索 /08

张春 方晓义 张霞

农村留守儿童人格发展的影响因素及教育建议 /12

闫鹏昊

农村山区初中留守学生心理问题归因与教育对策 /15

巨祥来 张海钟

线上与线下“四结合”，促进留守儿童心理成长 /19

琚金民 彭张生

家庭亲密关系缺失对留守儿童心理健康的影响及应对策略 /21

吕潇潇

例谈如何破解留守儿童作业难问题 /23

方莉 王振元

网络“丧文化”对留守儿童心理健康的影响及应对策略 /26

闫杰君 孙远刚

#### 29 课程思考

开学第一课：打造“心理味”浓郁的心理课堂 /29

袁媛

小学线上心理系列课程的设置和实施 /32

王婷

如何上好心理课：从课堂分享到团体动力 /36  
蔡中元

### 39 活动设计

做“头脑特工”，拥抱多彩情绪 /39

于程

临渊羡鱼，不如退而结网 /44

——“用成长型思维看变化”团体辅导

郭明珠 张悦昕

我的“时间瓶” /48

——小学高年级时间管理团体活动设计

杨晓燕 刘行玲

### 52 咨询方略

破而不裂：中小学校园心理危机干预中“保密例外”的实施

侯瑞灵

### 55 辅导个案

初三男生自我伤害心理危机干预个案 /55

胡巧

我不想写作业 /58

——代币法应用于小学生学业发展辅导

贾取

小学生校园欺凌事件综合性干预 /61

纪学杰

### 64 家教心主张

培养孩子的规则意识 /64

朱彩霞

在家庭教育中开展生涯教育的几点思考 /66

莫晶

### 68 心理茶坊

薛宝钗的“热毒”与“解药” /68

——“懂事”背后的隐忧

岳炜

先站队，再谈事 /70

焦铭

我敢和陌生人说话了 /72

谢海波

### 73 校园心理剧

梦幻职场

王盛蕾

### 78 创刊廿年

谢谢你，我的引路人

——《中小学心理健康教育》伴我成长

王华聪

### 18 封面人物：袁金玲

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 胡卫平 姚本先 钟志农

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