

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

2021.33

总第488期



中小学生自杀心理机制及防治思路：基于精神分析视角

流动儿童学习投入教育干预实验研究

和谐有序 张弛相间 循规而行

——初中心理健康教育课的课堂纪律调控

不要随便保守秘密

高中生家庭“生涯规划教育”现状调查分析

“双减”后，家长如何为孩子助力

学习，永远在路上

——在《中小学心理健康教育》的见证下成长



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

33

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

2021.33  
总第488期



中小学生自杀心理机制及防治思路：基于精神分析视角  
流动儿童学习投入教育干预实验研究  
和谐有序 张弛相间 循规而行  
——初中心理健康教育课的课堂纪律调控  
不要随便保守秘密  
高中生家庭“生涯规划教育”现状调查分析  
“双减”后，家长如何为孩子助力  
学习，永远在路上  
——在《中小学心理健康教育》的见证下成长



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

# 中小学心理健康教育

(旬刊)

2021年第33期 总第488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 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

家长如何助力孩子稳步上高三  
许映霞

#### 04 学术空间

中小学生自杀心理机制及防治思路：基于精神分析视角 /04  
罗希 居飞  
团体凝聚力和心理健康对中学生运动员的影响综述 /08  
闫 阅

#### 13 特别关注

流动儿童学习投入教育干预实验研究 /13  
刘在花  
流动儿童主观幸福感现状、影响因素及其提升策略 /17  
严凤平 陈小莉  
流动儿童的学习适应问题及教育建议 /22  
张 霖  
守护流动儿童的心理健康：从克服自卑感开始 /24  
田杨阳 魏鹏霏

#### 27 课程思考

和谐有序 张弛相间 循规而行  
——初中心理健康教育课的课堂纪律调控  
黄海亚

#### 30 活动设计

开始的力量 /30  
——黄渤生涯历程解读及启示  
应晓菲

我一生的故事 /34  
——贯穿高中生涯的生命教育  
蔡笑菁  
以同理心沟通开启心扉 /38  
杨薇薇  
让挫折点亮未来 /42  
姜菲菲 孙风波  
不要随便保守秘密 /45  
——“自我保护”主题活动课  
张雪芹

#### 48 校园心理剧

宿舍风波  
蔺晨 冯钰怡

#### 52 辅导个案

“卡”上“心”世界 走出“网”困惑  
——在心理辅导中巧用 OH 卡  
王树芳

#### 56 生涯教育

高中生家庭“生涯规划教育”现状调查分析  
郝明星

#### 59 一线速递

心育德育互渗透，伴行高三梦起飞 /59  
黎燕  
中职生校园心理危机数字化“云干预”初探 /62  
周敏燕

#### 64 班级心育

谈心：“人”在“育”中央  
李雪玲

#### 67 学科心育

初中英语教学中学困生的转化策略 /67  
许建华  
从小学生思维发展特点出发分析学情设计教学 /69  
谷佳颖  
高中语文教学中渗透心理健康教育的策略 /71  
刘静文

#### 73 家教心主张

“双减”后，家长如何为孩子助力  
陈蒙盛

#### 75 创刊廿年

学习，永远在路上  
——在《中小学心理健康教育》的见证下成长  
叶华文

#### 79 心理茶坊

金钏儿的“死局”  
——关注青少年自杀现象的背后  
岳炜

#### 21 封面人物：陆春庚

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