

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

2021.05

总第460期

心理教师如何提高自我职业尊严

初中生不确定性容忍度与学业自我效能感的关系

让成人礼不仅仅是场仪式

——生涯教育理念下的成人礼活动探究

认知行为疗法对抑郁症高中生的个案辅导

基于道德发展各阶段的心理辅导课程设计

疫情背景下区域心理健康在线教育生态圈的建立

有一种幸福，叫成长

——我与《中小学心理健康教育》的那些事



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

2021.05
总第460期



心理教师如何提高自我职业尊严
初中生不确定性容忍度与学业自我效能感的关系
让成人礼不仅仅是场仪式
——生涯教育理念下的成人礼活动探究
认知行为疗法对抑郁高中生的个案辅导
基于道德发展各阶段的心理辅导课程设计
疫情背景下区域心理健康在线教育生态的建立
有一种幸福，叫成长
——我与《中小学心理健康教育》的那些事



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5期 总第460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

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

如果教师误解了学生
——由孔子错怪颜回所想到的
王元安

04 学术空间

心理教师如何提高自我职业尊严
马丽铭

08 研究实践

初中生不确定性容忍度与学业自我效能感的关系 / 08
蔡珠奎
中学生宽恕对心理健康的影响：归因方式的中介作用 / 14
陈杨丽
生涯教育对初中生生命意义感的影响 / 19
邓昕睿
中学生时间管理与无聊倾向的关系 / 23
袁建群

27 生涯教育

生涯适应力视角下高中生生涯辅导的教学与思考 / 27
叶宏莉 李文群
让成人礼不仅仅是场仪式 / 30
——生涯教育理念下的成人礼活动探究
陈 洁

33 活动设计

寻找迷失的自我 / 33
周霞琪

提醒幸福 / 36

马丽娜

你好, 爱情! / 39

康宁

43 辅导个案

认知行为疗法对抑郁症高中生的个案辅导 / 43

李梓楣

我不想要这个弟弟 / 49

——热情渴望卡牌在个体心理辅导中的运用

王倩霞 孙黎黎

我就是想让爸妈帮帮我 / 53

——一例高三学生抑郁情绪心理辅导

王军

55 课程思考

小学生团体心理辅导活动中的情境创设策略 / 55

许新超

基于道德发展各阶段的心理辅导课程设计 / 58

熊雅清

62 一线速递

疫情背景下区域心理健康在线教育生态圈的建立

——以中山市中小学疫情心理防护实践为例

梁剑玲 莫一男 陈晓新 李立标 张均华

69 教师成长

走班教学后如何与学生就行为偏差进行平等交流

曾德琨

71 家教心主张

听到“左右”逢源 说到“情”投“意”合 / 71

李梅

利用首因效应, 每天给孩子好心情 / 74

张润林

75 心理茶坊

读《解忧杂货店》, 悟生涯教育

郭艳彪

78 创刊 20 年

有一种幸福, 叫成长

——我与《中小学心理健康教育》的那些事

林甲针

80 封面人物: 梁西胜

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

投稿方式:www.xljkzz.com

网站电话:010-88817526

编辑部电话:010-88810835

理事会电邮:kmwange@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 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