

# 中小学 心理健康教育

Mental Health Education  
In Primary and Secondary School

2022.16

总第507期

手机教养与父母心理健康问题

学习压力视角下的青少年学生抑郁防控体系建设

中学班主任生涯教育能力的调查研究

信息技术在初中心理健康教育中的应用

面对同伴压力

关爱自己，释放压力——教师心理团体辅导

拔出心中的刺——小学生嫉妒心理的辅导个案

构建中学朋辈心理辅导机制的时代意蕴与路径探讨



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



9 771671 268228

16

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

2022.16  
总第507期



手机教养与父母心理健康问题

学习压力视角下的青少年学生抑郁防控体系建设

中学班主任生涯教育能力的调查研究

信息技术在初中心理健康教育教学中的应用

面对同伴压力

关爱自己，释放压力——教师心理团体辅导

拨出心中的刺——小学生嫉妒心理的辅导个案

构建中学班主任心理疏导机制的时代意义与路径探



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)

2022年第16期 总第507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 张国宪  
张旗 石雪

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

最重要的不是学什么，而是亲子关系  
尹建平

#### 04 主编访谈

手机教养与父母心理健康问题  
俞国良 何妍

#### 09 学术空间

学习压力视角下的青少年学生抑郁防控体系建设  
李朗

#### 14 研究实践

中小学心理教师职业认同、组织支持感与工作投入的关系  
研究 / 14

白玉萍 黄凡 肖晶

中学班主任生涯教育能力的调查研究 / 19

关京 韩祖晔

父母婚姻冲突与中高年级小学生抑郁之间的关系：自尊的  
中介作用 / 25

王沙沙

## 29 课程思考

信息技术在初中心理健康教育教学中的应用 / 29

王梦华

中小学团体心理活动课的有效评估 / 32

陈晓芳

积极心理学视域下心理课期末考核模式的探索和思考 / 36

袁媛

## 39 活动设计

建立积极防御, 正确应对挫折 / 39

蒲海燕

换个角度想一想 / 43

黄令柱 郭倩倩

面对同伴压力 / 46

黄天会

关爱自己, 释放压力 / 49

——教师心理团体辅导

梁志斌 孙雨研

时间管理 忙而不言 / 53

邱静

## 56 辅导个案

挖掘正向资源, 化解心理困境 / 56

——初一男生心理危机干预个案

秦丽丽

拔出心中的刺 / 60

——小学生嫉妒心理的辅导个案

石思佳 张婵媛

聚焦取向艺术治疗干预初中生非自杀性自伤的案例 / 64

温九玲

## 69 一线速递

构建中学朋辈心理辅导机制的时代意蕴与路径探讨 / 69

邓婷 康钊

高三学生常见心理问题及发展性心理辅导模式的实践探索 / 72

冯冬怡

高中生自我伤害危机预警系统的构建 / 78

莫旺平

## 35 封面人物: 李向锋

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

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:kmwangce@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