

中小学

Mental Health Education
In Primary and Secondary School

心理健康教育

2022.26

总第517期

师生冲突中教师宽恕行为的心理学审思

中学生基本心理需要对学业拖延的影响：一个链式中介效应

化解高中心理课上的“困”与“尬”

失恋，不失“望”

——高中生应对“失恋”团体辅导

妈妈请再抱抱我

——小学生转学适应辅导案例

培养心理韧性：促进孩子心理健康的重要途径



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

26

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

2022.26
总第517期



师生冲突中教师宽恕行为的心理学审思

中学生基本心理需要对学业拖延的影响：一个链式中介效应

化解高中心理课上的“囿”与“尬”

失恋，不失“望”

——高中生应对“失恋”团体辅导

妈妈请再抱抱我

——小学生转学适应辅导案例

培养心理韧性：促进孩子心理健康的重要途径



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26期 总第517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 张国宪
张旗 石雪
黄偲聪

排版 鑫华星设计

法律顾问 北京市鑫诺律师
事务所 张庆律师

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
读懂孩子“冰封”的心
王琛倩
- 04 学术空间
师生冲突中教师宽恕行为的心理学审思
刘娟 桂阳
- 09 研究实践
示范性高中新生学业比较及学校适应的对策研究 /09
缪祝意
负性生活事件与亲社会冒险行为的关系：
认知重评的中介作用 /14
陈玉发 莫品芳 曾艺洁 李晓霞
中学生基本心理需要对学业拖延的影响：
一个链式中介效应 /18
李小静
- 24 课程思考
巧用 4F 活动反思引导技术
提升心理视频赏析课的观影效果 /24
周志锋
化解高中心理课上的“囿”与“尬” /27
杨靖
- 30 活动设计
失恋，不失“望” /30
——高中生应对“失恋”团体辅导
丁艳芬 王云霞

与情绪对话 /33
——小学生情绪管理团体辅导
袁陈玲 杨梦秋
亲子关系巧构建 /36
苏莉莉
认识并塑造自己 /39
李文娇

42 校园心理剧

孤独的微笑
李珍玉

46 辅导个案

在心与心之间“绘”起爱的桥梁 /46
——绘画心理分析在亲子关系辅导中的运用
刘锐 曹燕
妈妈请再抱抱我 /50
——小学生转学适应辅导案例
陈海燕
走出负面情绪的漩涡 /54
——高三学生多重压力下的心理危机干预
莫盛雄

58 陶博士读心法

家务劳动管理是培养身心健康少年的关键因素
陶新华

61 生涯教育

生涯教育学科渗透课的教学设计探究
——以高中语文学科为例
朱婷婷

65 班级心育

用爱“解冻”心灵 /65
——班主任引导七年级女生走出自残和家庭危机
姚锦芳
心理干预方法在青春发动期学生生命教育中的运用 /68
朱沐云 张萌

70 家教心主张

“双减”中的家长之“位”与家长之“为” /70
罗琴丽 李俊峰
培养心理韧性：促进孩子心理健康的重要途径 /73
陈文蕙
让孩子学会对自己的学习负责 /75
黄碧娥

79 心理茶坊

由“何不食肉糜”想到的
刘振敏

80 封面人物：侯奕花

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