

中小学 心理健康教育

Mental Health Education
In Primary and Secondary School

2022.28

总第519期

本体安全感：心理健康研究的另一扇窗

中学生家庭心理健康教育现状调查研究

——“网”打尽的学习？

——初中生网络成瘾对学业成绩的影响

借用网络文化 助力心育课堂

“100元秋游”之旅——借情景活动引导小学生合理消费

我怎么总是结巴——初中生发言焦虑的个案辅导

高中体验式生涯教育的实施路径探索



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



CN 11-4699/G4 邮发代号：2-925

中小学
心理健康教育

2022.28
总第519期

本体安全感：心理健康研究的一扇窗

中学生家庭心理健康教育现状调查研究

——“网”打尽的学习？

——初中生网络成瘾对学业成绩的影响

借用网络文化 助力心育课堂

“100元秋游”之旅——借微景观活动引导小学生心理品质

我怎么总是结巴——初中生发言焦虑的个案辅导

高中体验式生涯教育的实施路径探索



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)

2022 年第 28 期 总第 519 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
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

夸孩子聪明不如夸孩子努力
邢燕燕

04 主编访谈

本体安全感：心理健康研究的一扇窗
俞国良 何 妍

10 研究实践

中学生家庭心理健康教育现状调查研究 / 10
黄晓婷 张翠翠 王婧妍
小学生家长家校合作责任分配态度与班级微信群交流满意度的关联分析 / 16
窦 刚 陈思源
——“网”打尽的学习？ / 24
——初中生网络成瘾对学业成绩的影响
孙翠翠

28 课程思考

“双减”背景下中小学心理课的优化策略 / 28
陈雪梅
借用网络文化 助力心育课堂 / 30
肖婷婷

33 活动设计

走出赞美的误区，探索赞美的艺术 / 33

——高中生同伴交往心理活动课设计

尹小磊

“100元秋游”之旅 / 37

——借情景活动引导小学生合理消费

尹晖

告别外号烦恼 / 41

——小学生人际交往辅导

雷小云

高中生能力探索心理辅导课 / 45

朱文逸

49 辅导个案

我怎么总是结巴 / 49

——初中生发言焦虑的个案辅导

周文颖

对一名情绪困扰听障女生人际关系的辅导 / 52

宓亚伟

慢慢的乌龟就是我 / 57

——OH卡应用于高一新生适应不良的辅导

韩婷

60 生涯教育

高中体验式生涯教育的实施路径探索 / 60

赖光明

生命教育在中职职业生涯教育中的有效渗透 / 63

缪艳君

67 一线快递

真实情境下“高品质学科心育课堂”中心理技术运用例析 / 67

何竞轩 吴敬洪

培智学校“医教结合”康复教育模式实施的优化建议 / 70

沙鹏 沙均亭

74 家教心主张

家庭教育中幼儿生命教育实施途径刍议

胡德英

79 心理茶坊

给相信一个“相信”的理由

焦铭

78 封面人物：陈宇

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：kmmwagce@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