

中小学 心理健康教育

Mental Health Education
In Primary and Secondary School

2022.32

总第523期

高中生手机依赖的影响因素：基于个体中心的视角

当预设与课堂生成不一致时

美好校园 不“欺”而遇——初中生校园欺凌活动设计

“君子易子而教”的心理学反思

基于元宇宙的高中生涯教育场景构建及实践路径

多元朋辈督导：提升班主任心理健康教育素养的新途径

基于自我决定理论谈如何唤醒孩子的学习内驱力

从“涵容”视角看亲子沟通的听说艺术



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
Mental Health Education
In Primary and Secondary School
心理健康教育

2022.32
总第523期



高中生手机依赖的影响因素：基于个体中心的视角
当预设与课堂生成不一致时
美好校园 不“欺”而遇——初中生校园欺凌活动设计
“君子易子而教”的心理教学反思
基于元宇宙的高中生生涯教育场域构建及实践路径
多元萌芽督导：提升班主任心理健康教育素养的新途径
基于自我决定理论谈如何唤醒孩子的学习内驱力
从“聆听”视角看亲子沟通的听说艺术



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：010-88610835 88817526



ISSN 1671-2684

中小学心理健康教育

(旬刊)

2022年第32期 总第523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

父母需要与孩子健康分离
吕小裙

04 研究实践

高中生手机依赖的影响因素：基于个体中心的视角 /04
刘亚非

中职生同伴关系对手机成瘾的影响 /10
——负面评价恐惧的中介作用

李斯颖

高中生的人际敏感性对自伤行为的影响：自尊和孤独的链式中介作用 /15

吕娜

20 课程思考

巧用课堂作业，玩转心理课堂 /20

徐冰沁

新课标背景下小初衔接心理健康教育课程探究 /23

郑雪钦

当预设与课堂生成不一致时 /26

戴逸茹

29 活动设计

做“兴趣大富翁” /29

——小学五年级生涯教育活动设计

胡娟 赵茜

美好校园 不“欺”而遇 /32

——初中生校园欺凌活动设计

何丽

- 36 **校园心理剧**
成为你自己
——接纳自我主题心理剧
张娜娜
- 39 **辅导个案**
“郁郁”没那么可怕了 /39
——叙事疗法在心理辅导中的应用
强 薇
乌云过后，我们还是好朋友 /43
——一例初中生人际交往辅导手记
蒋雯洁
- 47 **陶博士读心法**
“君子易子而教”的心理学反思
陶新华
- 50 **生涯教育**
初中生涯教育体验式学习课程体系的构建与实践 /50
王晓娜 朱国庆 张凯歌
基于元宇宙的高中生涯教育场景构建及实践路径 /55
曹 卢 陈 超 方培元
- 60 **一线快递**
初中生考试焦虑干预的新视角
——基于 SFBT 团体辅导的探索
文 艺
- 64 **班级心育**
基于核心素养的体验式心理主题班会课程开发
肖健美
- 67 **教师成长**
多元朋辈督导：提升班主任心理健康教育素养的新途径
刘本荣
- 72 **家教心主张**
基于自我决定理论谈如何唤醒孩子的学习内驱力 /72
黎 强
抓住家庭教育中不同阶段的关键点 /75
赵 琳
从“涵容”视角看亲子沟通的听说艺术 /77
李一平 张杲阳
- 79 **心理茶坊**
我学会了怎么和父母“过招”
岳俊清
- 46 **封面人物：罗丹**

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：kmwangce@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