

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

2022.04

总第495期

心理健康教育一体化：实践的视角

中学生抑郁的心理社会影响因素研究

区域内中小学心理高危学生预防干预实践研究

中学生人际关系对手机成瘾的影响——自尊的中介作用

看见生命的故事

——用绘本开启小学生生命教育

焦点解决理念在青少年心理辅导中的应用

当我笑时，我在哭——微笑型抑郁儿童心理援助报告



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



9 771671 268228

04

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

2022.04
总第495期

心理健康教育一体化：实践的视角
中学生抑郁的心理社会影响因素研究
区域内中小学心理高危学生预防干预实践研究
中学生人际关系对手机成瘾的影响——自尊的中介作用
看见生命的故事
——用绘本开启小学生生命教育
焦点解决理念在青少年心理辅导中的应用
当我笑时，我在哭——做典型抑郁儿童心理援助报告



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4期 总第495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 石雪
张旗 邢雨竹

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

父母适度牺牲，孩子轻装上阵
易利民

04 主编访谈

心理健康教育一体化：实践的视角
俞国良 何妍

09 学术空间

中学生抑郁的心理社会影响因素研究
刘炜

14 研究实践

母亲心理控制对青少年外化问题的影响：青少年情感自主的中介作用及父子关系的调节效应 / 14
陈楚芳
区域内中小学心理高危学生预防干预实践研究 / 20
魏旋 王萍 周为坚 周静

26 特别关注

中学生人际关系对手机成瘾的影响 / 26
——自尊的中介作用
李秀
青少年问题性手机使用的危害及应对方法 / 30
王晓哲

青少年“软瘾”成因及教育建议 / 33

王峙竣

中学生智能手机使用时长及依赖现状差异性研究 / 36

李月 郭琦 袁榕蔓

41 课程思考

看见生命的故事

——用绘本开启小学生生命教育

林楚华

45 活动设计

拥抱不确定 / 45

——初中生树立积极生涯发展观团体辅导

杨金霖

一颗种子的旅行 / 48

——认识生命的独特性团体辅导

胡姣

沟通你我，拥抱快乐 / 52

——初中生人际沟通团体辅导活动课

苏莉军

培养创造性思维有妙招 / 56

严凤平

59 咨询方略

焦点解决理念在青少年心理辅导中的应用 / 59

薛明伦

质性评估在生涯辅导中的应用 / 62

——以红花卡和生涯能力卡为例

郝丹蓉 李攀

67 辅导个案

当我笑时，我在哭 / 67

——微笑型抑郁儿童心理援助报告

陈银欢

我还没见她最后一面 / 69

——小学生丧亲与哀伤的个案辅导

高丽文

走读是我的自我救赎 / 72

——自伤学生的危机干预案例

彭慧玲

76 中国好老师

追求阳光的人生

——对一个孤独、桀骜女孩的教育辅导

赵旭

79 家教心主张

用梦想激发孩子的学习动力

孙永鸣

35 封面人物：江珊珊

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：kmmwangce@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