

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

2022.09
总第500期



课程统整视阈下的心理健康教育课程建设
将计算机自适应技术融入学校心理咨询体系
青春路上，理智“吃瓜”
家校医合力，阻断自伤传染链
——初中女生小团体心理危机干预案例
“双减”背景下初中生亲子冲突解决对策
医校结合，打通学校心理健康教育“最后一公里”
看见·读懂·协助
——陪伴青春萌孩子成长的“三部曲”

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09期 总第500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 于洪

编辑 卫虹 王策
刘芳 张国宪
张旗 邢雨竹
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局限于网络传播、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
做情绪稳定的父母
钱禹清
- 04 学术空间
课程统整视阈下的心理健康教育课程建设
黄雅昕 沈贵鹏
- 08 研究实践
中学生情绪信念对心理韧性的影响：
情绪调节的中介作用 /08
潘宿奎 高悦
中学生学习满意度的现状与特点调查研究 /14
刘在花
- 20 课程思考
项目式学习在小学心理健康课程中的应用 /20
李瑜
微项目教学法在中职心理健康课程中的应用 /23
薛莹莹
- 26 活动设计
当“密接”出现 /26
——班级突发事件心理辅导活动课设计
郝俏静
委屈，你好 /29
——小学生情绪辅导活动设计
王美玲
青春路上，理智“吃瓜” /32
许舒婷

开启“希望”新专线 /36
黄万懿 张 珺

39 校园心理剧
乌云乌云快走开
毛清霄

42 咨询方略
将计算机自适应技术融入学校心理咨询体系
林靖凯 叶若彤 李毓秋

45 辅导个案
家校医合力，阻断自伤传染链 /45
——初中女生小团体心理危机干预案例
夏 青 王大成 索玉贤 田 琳
躲在女厕所的男生 /49
郑 燕
一位学习分心高中生的元认知心理干预 /52
陈 婷 孙远刚

55 生涯教育
利用生涯工具引导初中生自我探索的课堂实践
周巧英

58 一线快递
青少年抑郁的影响因素及预防策略 /58
赵梓瑶
青少年非自杀性自伤行为分析及对策 /61
陈燕华
家庭暴力对中学生学习心理的影响及对策 /64
杨小红
父母控制对青少年问题性网络使用的影响及教育建议 /67
袁萌萌
“双减”背景下初中生亲子冲突解决对策 /69
周 虹

73 案例精选
医校结合，打通学校心理健康教育“最后一公里”
——浙江省衢州第二中学心理健康教育特色解析
朱久良

76 班级心育
例析 CBT 饼图技术在学生谈话中的运用
陈 露 丁钰东

78 家教心主张
看见·读懂·协助
——陪伴青春期孩子成长的“三部曲”
李凤珍

25 封面人物：郝明星

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 21 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