

# 中小学 心理健康教育

Mental Health Education  
In Primary and Secondary School

2023.12

总第539期

基于积极视角的中学生双向测评系统及其实践探索

流动儿童与留守儿童、非留守儿童学业求助的比较研究

心理活动课在课后服务工作中的探究与实践

例谈正念冥想不良反应的紧急干预策略

体验式教学在高中生涯课“职业探索”模块中的实践应用

焦点解决短期治疗技术对班主任常规教育的启示

例谈良好亲子关系培育的四点建议



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



ISSN 1671-2684  
9 771671 268235 12



基于积极视角的中学生双向测评系统及其实践探索  
流动儿童与留守儿童、非留守儿童学业求助的比较研究  
心理活动课在课后服务工作中的探究与实践  
别让正能量想不良反应的家急干预策略  
体验式教学在高中生生涯“职业探索”模块中的应用  
焦点解决短期治疗技术对班主任常规教育的启示  
例谈良好亲子关系培育的四点建议



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

ISSN 1671-2684  
1671-2684

# 中小学心理健康教育

(旬刊)

2023年第12期 总第539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 黄偲聪

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

教育之前，请先擦亮“窗子”

宋军丽

#### 04 研究实践

基于积极视角的中学生双向测评系统及其实践探索 /04

邢学玮 张静 李桂芬 陈思杭

父母教养方式、核心自我评价与初中生受欺负行为的关系 /10

许萍 陶嵘

流动儿童与留守儿童、非留守儿童学业求助的比较研究 /16

杨兆宝 伏干

#### 22 课程思考

心理活动课在课后服务工作中的探究与实践 /22

刘春玲

巧用心理辅导技术，让课堂回应更有“心理味” /26

曾春苑

#### 29 活动设计

作决定的那些小事儿 /29

——高中生生涯规划之合理决策心理辅导课

陈蕾

我是高中生啦 /33

——高中生适应心理活动课设计

王翔雁

交友力提升密码 /38

——小学高年级人际沟通心理活动课设计

吴沁吟 龙晓雯

#### 42 校园心理剧

我们本来就很美

——高中生体相焦虑主题心理剧

尤晨琳

#### 46 咨询方略

例谈正念冥想不良反应的紧急干预策略

郑璐

#### 49 辅导个案

被忽略的美好 /49

——用叙事书信陪伴轻度抑郁的初三女生

高帆帆

里应外合，赶走盯着自己看的“人” /53

——认知行为疗法应用于精神分裂症高中生的个案辅导

龚琴

音乐梦是我永远的“痛” /57

——运用 ACT 技术缓解高中生的情绪困扰

马丽铭

爸爸妈妈听我“说” /61

——绘画疗法应用于高中生亲子关系个案辅导

崔竹云

#### 65 生涯教育

体验式教学在高中生涯课“职业探索”模块中的实践应用

李妍 张翠翠

#### 69 班级心育

焦点解决短期治疗技术对班主任常规教育的启示

蔡笑菁 杜爽

#### 72 学科心育

基于新课标与多元智能理论的小学教学评价语言探索

蒋峥裕 廖泽萍 饶丹 罗芯敏 喻晓琴

#### 76 家教心主张

特别的爱给特别的你 /76

——多动症儿童的攻击行为及家庭教育建议

袁文慧

例谈良好亲子关系培育的四点建议 /78

屠园中

#### 09 封面人物：谭光霞

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  
中国标准连续出版物号：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