

中小学 心理健康教育

Mental Health Education
In Primary and Secondary School

2023.24

总第551期



儿童亲职化的积极与消极影响机制研究

初中生情绪问题对外化问题行为的影响：心理韧性的调节作用

初中心理活动课的“心理味”提升策略

心理课堂导入：存在的问题及主要形式

故事里的我——高中心理课之“探索自我”

“吃瓜群众”的自我修养——高中生应对校园欺凌心理活动课设计

CBT疗法在中学生学习适应不良辅导中的应用探索

父母“直升机式”教养方式的解读及对策



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





儿童亲职化的积极与消极影响机制研究
初中生情绪问题对外化问题行为的影响：心理韧性的调节作用
初中心理活动课的“心理味”提升策略
心理课堂导入：存在的问题及主要形式
故事里的我——高中心理课之“探索自我”
“吃瓜群众”的自我培养——初中生通过社交媒体心理问题的设计
CBT疗法在中学生学习适应不良问题中的应用
父母“直升机”教养方式的解读及策略

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
4 9715 911130

中小学心理健康教育

(旬刊)

2023年第24期 总第551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

本期责编 黄偲聪

编辑 卫虹 王策
刘芳 张国宪
张旗 石雪
黄偲聪 孙雅晨

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

面对孩子“躺平”，家庭教育的方向是什么？
邓理婵

04 学术空间

儿童亲职化的积极与消极影响机制研究
马洁冰 杜宜展

11 研究实践

留守经历中职生自杀意念机制研究：
社会支持和心理健康的多重中介 /11
龙燕满 彭磊义 罗建基
初中生情绪问题对外化问题行为的影响：
心理韧性的调节作用 /18
邢学玮 向九如 刘红叶 韦昕楠

25 课程思考

初中心理活动课的“心理味”提升策略 /25
靖敏
心理课堂导入：存在的问题及主要形式 /29
李冬青
例谈高中心理课的实施困境及应对措施 /33
赵一萌

36 活动设计

故事里的我 /36
——高中心理课之“探索自我”
于艳丽

“吃瓜群众”的自我修养 /40
——高中生应对校园欺凌心理活动课设计
赵悦
成为一束光，照亮你前行的路 /43
——高中生校园自杀危机救援活动设计
陈雪梅
情绪“砰砰砰” /46
——高中生负面情绪认知活动课
邹德莲

49 校园心理剧

一双红色舞蹈鞋
——小学生性别角色认知心理情景剧
吴涵

52 咨询方略

CBT 疗法在中学生学习适应不良辅导中的应用探索
徐芮

58 辅导个案

榜样示范矫正小学生肢体攻击行为的辅导案例 /58
任清
好汉须提当年勇 /63
——焦点解决短期治疗应用于考试焦虑高中生个案辅导
许凌燕
无声的呐喊 /66
——初中女生自伤行为的心理辅导
陈群桃

68 生涯教育

普通高中生涯教育课程的现实困境与实践路径
夏洁 刘念

72 一线速递

道具开路 言语吸引 活动激趣 /72
——例谈讲座中教师与家长的互动技巧
方慧科
家本化关怀：
提升学校对家庭教育指导实效的路径探索 /74
周娟

78 家教心主张

父母“直升机式”教养方式的解读及对策
汪德莉 周泓

45 封面人物：韩永箫

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：kwmwangce@sina.com

理事单位报名及咨询电话：010-88817526

国际标准连续出版物号：ISSN 1671-2684

国内统一连续出版物号：CN 11-4699/G4

国内邮发代号：2-925

国外邮发代号：M3454

出版日期：8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



不忘来时路 奋进新征程

——辽宁省大连经济技术开发区第十高级中学心理健康教育掠影



◆ 班主任孙玉雪老师在“晨钟之声”微教育上分享



◆ 学校历届心理剧、课本剧展演



◆ 团委书记魏群主持柿子文化节



◆ 春季特色运动会上的班级精彩展示



◆ 特色运动会·美食节特色项目“多人多足”



◆ 第十一届心理文化节“心理赋能 疫起同行”沙盘活动

十中人格守着“文化立校、特色兴校”的办学方向，坚持“以心育心”的教育理念，开拓学校心理健康教育“三个融合”激励型育人体系建设。而今十中的心理健康教育早已不局限于简单的心理调适，而是遵从学生心理发展规律，将积极心理健康教育理念渗透于师生的生活与学习中；学校的心理健康教育实践，也不只是着眼于打造“心理办学特色”，而是立足于帮助学生树立正确的世界观和方法论，实现了教育方式和育人模式的变革，实现了教育教学质量的大幅度提升，取得了骄人的办学成果。

学校先后获评省市、国家级“心理健康教育特色学校”，以及“全国青少年校园足球（排球）特色学校”、“辽宁省示范性普通高中、特色高中”和“全国社会心理服务十佳学校”。学校入选教育部首批“一校一案”落实《中小学德育工作指南》典型案例学校，劳动教育被《人民日报》《辽宁日报》等媒体点名表扬，学校获得“辽宁省基础教育教学成果一等奖”，获评“辽宁省首批劳动教育示范学校”。

定价：10 元

手机客户端：3.5 元