

# 中小学 心理健康教育

Mental Health Education  
In Primary and Secondary School

2023.31

总第558期

元认知理论对学习困难学生教育的价值与启示

自杀未遂中学生心理危机干预家校沟通中的父母议题及支持对策

课程思政背景下，将理想信念教育融入高中心理课的实践探索

自我关怀的力量——高中生自我关怀主题心理活动课

初中体验式生涯教育课程体系的构建与实践

高中心理与精神障碍休学学生复学问题的分析及对策

基于学生内驱力培养的班级管理实践

面对孩子的叛逆，做有理性的父母



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

元认知理论对学习困难学生教育的价值与启示  
自杀未遂中学生心理危机干预家校沟通中的父母议题及支持对策  
课程思政背景下，将理想信念教育融入高中心理课的实践探索  
自我关怀的力量——高中生自我关怀主题心理活动课  
初中体验式生涯教育课程体系的构建与实践  
高中心理与精神障碍体学生复学问题的分析及对策  
基于学生内驱力培养的班级管理实践  
面对孩子的叛逆，做有理性的父母



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  
1 671-2684

# 中小学心理健康教育

(旬刊)

2023年第31期 总第558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 卫虹

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

警惕家庭中的亲子关系倒置

吕小裙

#### 04 主编访谈

元认知理论对学习困难学生教育的价值与启示

俞国良 何妍

#### 10 研究实践

自杀未遂中学生心理危机干预家校沟通中的父母议题及支持对策 / 10

任苇 张沛

中学生社会排斥与问题性智能手机使用的关系：自我概念清晰性和社交焦虑的链式中介作用 / 15

李博宇

#### 20 课程思考

言说挫折 见证成长 / 20

——叙事疗法在初中心理健康教育课程中的应用

陈艳

SCQA 模型：指向生命素养的小学心理活动课设计与实施 / 23

梁继亦

课程思政背景下，将理想信念教育融入高中心理课的实践探索 / 28

李妍 方维

## 32 活动设计

撑开心灵保护伞 / 32

——初中生勇敢求助心理活动课设计

郑清年 方兰芳

一块泥点的新生 / 37

——初中生抗挫主题心理辅导课

杨文静

平衡木上的最佳角度 / 41

——高中“合作与竞争”主题心理辅导课设计

王涵

自我关怀的力量 / 46

——高中生自我关怀主题心理活动课

张琼芳 余彬杨 向海蓉

## 49 辅导个案

我不想失去“唯一”的朋友 / 49

——认知行为疗法应用于初中同伴交往个案辅导

孙心悦

小学生拖延行为的个案辅导 / 53

蔡申璐

在否定中寻找成长的力量 / 57

——初中生书信咨询案例

陈萍 康晶晶

## 61 生涯教育

初中体验式生涯教育课程体系的构建与实践

张凯歌

## 66 一线速递

高中心理与精神障碍休学学生复学问题的分析及对策 / 66

董朝辉

深度学习技术在学校心理健康筛查工作中的应用思考 / 71

胡红宇

缓解大学生就业压力和青少年心理健康危机 / 73

——安徽拟向全国输出公益新方案

沈莉

## 75 班级心育

基于学生内驱力培养的班级管理实践

凌家辉

## 79 家教心主张

面对孩子的叛逆，做有理性的父母

王金城

## 36 封面人物：邓小红

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：kmwangce@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：11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

# 以“心”护航 用“爱”教育

——广东省江门市江海区礼乐街道新民小学心理健康教育掠影

## ● 打造情智共生的课程文化

学校注重学生的育心工作，关注学生积极心理品质的培养，建立了“以校长为龙头，心理教师为主体，全体教师为主导”的全学科、全员、全方位课程育“心”的心理健康教育课程体系。课堂心理健康教育的渗透做到浸润而不硬塞、滴灌而不漫灌，让学生缓释积压的负面情绪和心理困扰，增强对生命的敬畏感，以阳光心态乐看草长莺飞。

## ● 建设家校协同共育的平台

学校通过家长学习交流会、定期向家长推送推文及家长进校园、进课堂等方式，加强家校沟通，家校结成联盟，提升家长的家庭教育水平。推进“走千家，护千心”家访活动，开展“驻校社工”试点创建活动，积极探索学校心理健康教育的新路子，多方护航学生健康成长。

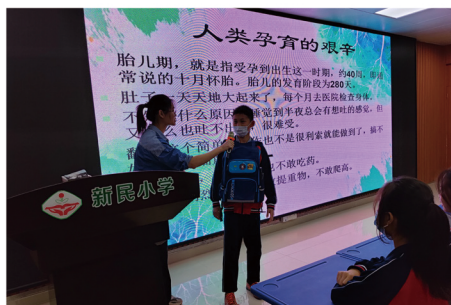
## ● 实施多彩活动的实践策略

学校将艺术、体育融合到特色心理课堂和课外活动中，将“积极成长、快乐生活”心理健康教育贯穿全年；开展心理游戏及团辅活动，培育学生良好的心态，提升心理健康教育的实效性。

向阳成长，春花灿烂。今后，学校将继续开展关爱学生心理健康的系列活动，发挥作为心理健康教育示范校的示范引领作用，助推学生向阳成长。



◆ 学生在“心如夏荷 逐阳而生”心理课上剥莲子



◆ 生命教育主题心理课



◆ 学生在劳动课上体验种植



◆ 我为小树挂名牌



◆ 英雄花开话英雄



◆ 二年级趣味运动会：拔河

定价：10元

手机客户端：3.5元