

# 心理健康素养导向下的师范生教学模式创新与实践

李毕琴，魏晶莹

江西师范大学心理学院，江西 南昌 330027

DOI: 10.61369/SDME.2025190024

**摘要：**随着时代的不断发展，新时代教育背景下针对师范生的心理健康培养正日益受到关注。作为未来基础教育的重要力量，师范生的心理健康水平不仅关系到其个人职业发展，更直接影响到中小学生的心灵成长与健康引导质量。然而，当前传统的师范生培养模式在心理健康教育方面仍存在不足，难以满足基础教育对教师心理健康指导能力的现实需求。本文基于教学问题诊断与需求分析，提出课程体系优化、教学方法改革、实践环节强化及评价机制完善等创新路径，旨在为师范生心理健康教育提供可行的改革思路，推动其从单一的知识接受者转变为兼具心理健康引导能力的教育者。

**关键词：**师范生；心理健康素养；教学改革；创新教学模式

## Innovation and Practice of Teaching Mode for Normal Students Oriented by Mental Health Literacy

Li Biqin, Wei Jingying

School of Psychology, Jiangxi Normal University, Nanchang, Jiangxi 330027

**Abstract :** With the continuous development of the times, the cultivation of mental health for normal students under the background of education in the new era has been increasingly concerned. As an important force in future basic education, the mental health level of normal students is not only related to their personal career development, but also directly affects the psychological growth of primary and middle school students and the quality of health guidance. However, the current traditional training mode for normal students still has deficiencies in mental health education, which is difficult to meet the practical needs of basic education for teachers' mental health guidance ability. Based on the diagnosis of teaching problems and demand analysis, this paper puts forward innovative paths such as optimizing the curriculum system, reforming teaching methods, strengthening practical links and improving the evaluation mechanism. It aims to provide feasible reform ideas for the mental health education of normal students and promote them to transform from single knowledge receivers to educators with mental health guidance ability.

**Keywords :** normal students; mental health literacy; teaching reform; innovative teaching mode

## 引言

在当前社会快速发展的背景下，教育改革不断深化，教育的核心目标已由传统的知识传授转向促进人的全面发展。心理健康作为保障学生身心健康成长的重要基础，在教育体系中的地位日益凸显<sup>[1]</sup>。师范生作为未来教育队伍的重要后备力量，不仅需要具备扎实的学科知识，更应具备良好的心理健康素养。这一素养不仅有助于其自身职业发展的可持续性，也是其在未来教育实践中有效引导青少年形成健全人格的重要前提。

## 一、教学问题诊断与需求分析

在传统教学体系下，心理类课程的教学目标存在重复混乱的问题，同时相关的教学内容也缺乏连贯性，导致师范教育的心理育人课程的系统性不能满足当前学生的学习需求。同时教师教育心理学系列的课程也缺乏系统的规划和整理，特别是从顶层设计

到实践教学的整个过程并不能很好地实施贯穿教师教育育心培养的任务目标，也很难让学生形成一个全面的心理教育知识体系<sup>[2]</sup>。另外不同课程的实践教学活动手段也比较单一化，没有一个模块化的设计。在师范生心理育人的过程中，相关的实践活动不仅需要与实际教育场景有关联性，还需要体现出实践活动的逻辑性，保证学生在学习过程中能够有效接受教育。因此高校在培

养师范生的教育过程中，构建出一个目标系统清晰、实践任务合理分层以及案例作业融合多学科的教学模式，不仅能够帮助师范生增强他们的心理健康教育意识，并且使他们能够主动理解中小学生心理发展规律与教育方法，还可以提升他们的整体职业胜任能力，从而推动教学质量稳步提高，对教师教育改革具有重要的理论价值与实践意义。

## 二、心理健康素养导向下的师范生教学模式创新意义

### (一) 回应新时代教师教育改革的政策导向

从当前的教育体系来看，传统师范生的培养模式仍然存在一定的问题，教师在教育过程中会更加侧重于向学生传授科学知识和提高学生的技能水平，这就意味着他们对于心理健康层面的系统培养重视度不足。创新教学模式可以通过将心理健康素养融入整个教学体系的方式来为学生构建一个更加完整的学习过程。这种模式能够有效打破单一化的教学模式，为学生建立起由认知到体验再到应用的培养体系，使他们在掌握教学能力和技巧的同时，也可以对心理健康教育有一个更加深刻的理解，为他们未来的学习与发展打下坚实的基础<sup>[3]</sup>。

### (二) 解决师范生职业发展中的心理健康困境

师范生在面临自身学业任务的同时，也是要为未来教书育人职责做准备的准教师，因此他们是未来教师队伍的储备力量，这种双重身份虽然能够为他们带来一定的学习动力，但是也很容易增加他们的心理压力，从而导致师范生中产生大量的职业焦虑、自我怀疑等相关的心理问题，最终影响到他们的专业成长和职业选择。因此在心理健康素养的导向下，高校师范生教育教学的创新能够有效解决这一问题，为学生构建出了一个系统的心理健康支持体系。比如通过阶段性目标管理、角色分离训练等不同的教学方法，能够帮助师范生建立更加清晰的自我认知，同时也能够使他们明确自身的职业定位<sup>[4]</sup>。另外借助案例教学和情景模拟等实践环节可以让师范生在更加安全的环境中体验教师职业可能面临的心理压力，而在这个过程中他们也可以学到相应的应对技能。这种培养方式不仅关注到了师范生的专业能力发展，也更加重视培养他们的心理承受能力，使他们在职业准备阶段就能够形成积极的职业认同和情绪管理能力，为他们未来应对教育教学中出现的复杂情境做好铺垫<sup>[5]</sup>。

### (三) 弥补基础教育阶段心理健康教育的实施短板

在当前高校师范生的人才培养方案中，处于基础教育阶段的心理健康教育则面临着专职教师不足的问题，大部分学校会依赖于少数专职心理教师来开展相应的工作，虽然在一定程度上能够解决师范生中存在的一些问题，但是也很难形成一个全方位的心理健康支持网络<sup>[6]</sup>。这种情况很容易导致心理健康教育流于表面，只是简单地组织学生参与讲座或知识分享会等，很容易使相关的教育呈现出孤立化和短效化的特点，这是很难融入日常教育教学过程中的。因此创新示范中教学模式能够及时针对这一问题进行调整，通过将心理健康素养培养纳入师范生培养整个过程中的方式，能够使未来的教师群体普遍具备了解学生心理需求、分

析学生需求敏感度、实施基础心理辅导的相关能力。

## 三、心理健康素养导向下的师范生教学模式创新路径

### (一) 构建模块化课程体系

在传统的示范教学过程中，心理健康教育的相关内容普遍存在单一化的问题，相关的教学内容和教学方式都存在一定的滞后性，因此很难形成一个系统性的培养体系。所以教师在进行教学改革的过程中需要坚持以心理健康素养为导向，创新相关的课程理论，使其在现有的教学经验基础上能够进一步形成以理论基础、实践技能和职业应用为主的模块化课程体系<sup>[7]</sup>。详细来说，基础的理论模块能够将发展心理学和教育心理学等师范生学习过程中的核心内容包含进来，使他们能够对心理健康教育有一个初步的认识，明确不同年龄阶段学生心理发展规律。而在实践技能模块，教师就需要将重点放在引导学生准确进行心理评估、情绪疏导等更加实用的技巧上，结合多种不同的教学方式来提升他们的操作能力。另外在课程模块的设置上需要充分体现出一个递进性的特点，保证学生所接触的内容都是由易到难的。同时也要关注到师范生中不同的个体差异，在将课程内容分成低、中、高年级难度的同时也要采取因材施教的教育理念，为自身处于不同学习能力的学生提供有针对性的教学训练<sup>[8]</sup>。同时也可以将心理健康素养培养融入到其他课程中，比如教育学、心理学等更加基础的课程，同时也可以在教学过程中增加对学生心理观察和情绪响应等方面的要求，从而使知识传授与素养培养能够更加顺利的融合，实现多重教育效果。

### (二) 提高师范生实践能力

想要有效提升师范生的实践能力，就需要进一步打破传统课堂的限制。教师可以在教学过程中增加学生的实践机会，结合不同的教学方法和大数据技术来进一步增强学生的学习体验。比如在模拟实训的过程中，教师可以为学生搭建一个沉浸式的教学场景，通过角色扮演和情景模拟等不同的方式来让学生能够轮流扮演教师、学生和家长等不同的角色，在模拟的过程中使他们能够为处理学生考试焦虑、学习压力等各种常见的心理问题有一定的应对能力，深化他们对理论知识的理解和运用。同时也要注重针对师范生实践能力的考核评价，将他们的最终实践表现纳入整个学业评价体系。教师可以通过先进技术来记录学生的实践报告、课堂参与度、案例分析，完整度等多个方面的学习表现来全面评估师范生的实践能力，从而不断激励他们主动提升自身的实践技能<sup>[9]</sup>。

### (三) 创新心理健康教育教学方法

在师范生的教育教学引导过程中，想要有效培养他们的心理健康发展，还需要有对应的教育教学方法，教师可以以基础教育领域为基础构建跨学科主题案例教学模式。比如通过设计能够将心理学、社会学和文化教育等多种元素深度融合的跨学科心理健康教育课程，可以进一步拓宽学生的学习视野，同时这种多样化的教学方式也能够更加有效激发出学生的学习兴趣，从而不断增强他们对心理健康的认识和应对能力。同时，相关教师也需要推

动家校社合作教学案例库的建设，保证学生能够随时通过访问教学案例库中所蕴含的资源来有针对性地提升自身的能力，这种方式在一定程度上可以提高教学的个性化和学生学习的自主性，以此使他们能够通过自己的努力认识到心理健康教育的重要性。教师也可以开发与教师职业场景，紧密结合心理学教学案例，相关的案例故事可以包含家庭、学校和社会等不同的主体。不同主体所承载的案例也可以着眼于不同的方向，比如部分案例可以帮助学生选择更加具有针对性的教育方案为主，另一部分教学案例可以带领学生分析人物心理并推理教育过程，不同案例的着眼点服务于不同的教学目的<sup>[10]</sup>。另外也可以构建多模态的教学资源库。教师可以综合运用当前的大数据和互联网技术，为学生创建一个能够将视频和各种教学案例等多种资源综合整理的多模态教学资源库。同时利用国家中小学智慧教育平台和地方智慧教育云平台等教学系统来实现资源的共享，以此来为师范生提供更加丰

富的教学资源。这些不同类型的教学资源不仅能够为教学体系提供更多的案例和实践支撑，也可以帮助师范生跟上时代发展的步伐，保证他们的整体心理素养与当下教育需求相结合，为他们未来的发展保驾护航。

#### 四、结论

总之，在心理健康素养的引导下，师范生教学模式的创新能够有效推动师范生整体心理健康素养的发展。同时结合教师有针对性的教学改革和创新，将传统的教学模式结合现代化的教学手段进行优化和调整，从而保证高校师范生心理健康素养教育能够紧跟时代的发展，及时进行更新，提高教育教学的针对性，最终保证师范生的培养效果。

#### 参考文献

- [1] 吴涛,李素敏,刘丽,等.高校积极心理服务体系实践路径研究[J].现代职业教育,2025,(12):65-68.
- [2] 马文喆.推动独立学院心理健康教育课程建设[N].新华日报,2025-04-22(011).DOI:10.28872/n.cnki.nxhrb.2025.003375.
- [3] 朱璇.师范类专业认证背景下教育实习管理模式研究[J].山西青年,2025,(02):84-86.
- [4] 王苏萱.教育家精神赋能师范生思政教育:理论遵循、核心要义与实践路径[J].教书育人(高教论坛),2025,(03):9-12.
- [5] 王春宇.基于产教融合的民办高校师范生素质培养[J].文教资料,2025,(02):159-162.
- [6] 洪颖.筑牢中华民族共同体意识融入民族地区英语师范教育的路径探析[J].集宁师范学院学报,2025,47(01):36-39+44.
- [7] 贾延飞.汉语言文学专业师范生教师职业能力提升策略研究[J].昌吉学院学报,2025,(01):113-118.
- [8] 马振龙,窦秀明.地方师范院校师范生就业能力模型构建及特征研究[J].北京联合大学学报,2025,39(01):34-39.DOI:10.16255/j.cnki.lidxbz.2025.01.006.
- [9] 周春丽,冯会会,杨会静,等.中学教育理科师范生教学实践能力现状及提升路径[J].西部素质教育,2025,11(01):139-142.DOI:10.16681/j.cnki.wcqe.202501033.
- [10] 苗瑞.提升高职师范生职业认同感的心理健康教育教学改革研究[J].开封文化艺术职业学院学报,2022,42(11):78-81.