

# 乡村定向师范生心理健康教育胜任力的培养机制研究

张春梅

惠州学院教育科学学院, 广东 惠州

收稿日期: 2026年1月19日; 录用日期: 2026年1月28日; 发布日期: 2026年2月24日

## 摘要

乡村定向师范生心理健康教育胜任力是其开展农村中小学心理工作的核心能力。当前农村心理健康教育专职师资匮乏, 非专职教师素质参差不齐, 而乡村定向师范生培养存在理论脱离乡村实际、新型危机感知不足、乡村情境适配性弱等困境。基于此, 文章从靶向化课程与实操见习、微格训练与师徒指导、场景演练与校地联动、浸润体验与持续赋能四个维度, 构建乡村定向师范生心理健康教育胜任力培养机制, 以提升其岗位适配能力, 助力农村教育振兴与城乡教育资源均衡配置。

## 关键词

心理健康教育胜任力, 乡村定向师范生, 培养机制

# Research on the Cultivation Mechanism of Mental Health Education Competence for Rural-Oriented Normal School Students

Chunmei Zhang

School of Education Science, Huizhou University, Huizhou Guangdong

Received: January 19, 2026; accepted: January 28, 2026; published: February 24, 2026

## Abstract

The mental health education competence of rural-oriented normal students is the core ability for them to carry out mental health work in rural primary and secondary schools. At present, there is a severe shortage of full-time teachers engaged in mental health education in rural areas, and the

professional quality of part-time teachers varies greatly. Moreover, the cultivation of rural-oriented normal students is confronted with such predicaments as the disconnection between theoretical knowledge and rural practical situations, insufficient sensitivity to new-type psychological crises, and weak adaptability to rural scenarios. In view of these problems, this paper constructs a training mechanism for the mental health education competence of rural - oriented normal students from four dimensions: targeted courses combined with practical probation, micro-teaching training paired with mentorship guidance, scenario-based drills integrated with school-local linkage, and immersive experience coupled with continuous empowerment. The purpose is to improve their job adaptability, so as to boost the revitalization of rural education and the balanced allocation of educational resources between urban and rural areas.

## Keywords

Mental Health Education Competence, Rural-Oriented Normal Students, Training Mechanism

Copyright © 2026 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

## 1. 引言

乡村定向师范生的心理健康教育胜任力，是指乡村定向师范生毕业后在从事农村中小学心理健康教育实践时，应具备的、能促使其恰当且有效地完成农村中小学心理健康教育工作的各类能力(孙卉, 2021)。国外从事心理健康教育以及相关领域工作的群体较为单一，主要是专职心理教师和临床心理治疗师，他们的胜任力主要体现为知识、技能等能力储备，也包含人格特质、行为动机、态度价值观等心理特质(Spencer Jr., & Spencer, 1993)。国内从事心理健康教育工作的群体众多，既包含专职从事心理健康教育的教师，也包含广大非专职从事学校心理健康教育工作的群体(向祖强, 2012)。农村留守儿童较多(周宗奎等, 2005; Mohabir et al., 2017)，极易出现各种心理问题，而农村地区心理健康教育师资极度紧缺(黄圆圆, 赖红梅, 2019)，目前从事中小学心理健康教育工作的教师素质良莠不齐，准入门槛较低，部分地区心理教师仍存在着入职资格欠缺、缺乏理论知识储备、专业实践能力，专业素质薄弱、培训零散杂乱等现状(程淑华, 冯莹莹, 2020; 林思颖, 2021)。农村教师心理健康教育的胜任力水平较低(常馨元, 2025)，在开展中小学心理健康教育工作方面相对滞后(康钊, 2011; 卢学双, 王丽姝, 2012)。为加强农村教育振兴，国家开展了乡村定向师范生的培养。从当前定向培养的专业来看，主要聚焦学前教育、中小学主科教育，缺乏心理专业的定向培养计划(刘锦康和王贵新, 2025)。农村地区心理健康教育专职师资匮乏，且缺少培养计划，这使得其他学科的农村教师不得不承担起学生心理健康教育工作的重任。

《中小学心理健康教育指导纲要(2012年修订)》明确指出，全体中小学校长、班主任和其他学科教师都应在不同程度上具备开展中小学心理健康教育工作的能力。2022年《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划(2022~2025年)》提出了“将心理健康教育纳入教师培养培训必修内容”，这就要求乡村定向师范生具备开展农村中小学心理健康教育工作的各类能力。提升乡村定向师范生在心理健康教育方面的胜任能力，有助于推动农村教育的进步与发展，促进城乡教育资源的均衡配置。

因此，师范院校要重视乡村定向师范生心理健康教育能力的培养(王进才, 2011)。身为乡村定向师范生，更应当结合农村地区儿童(例如农村留守儿童)的心理问题，积极积累心理健康教育方面的相关知识与实践经验。

## 2. 乡村定向公费师范生心理健康教育胜任力存在的困境

### 2.1. 理论悬浮于乡村实际，实操储备不足

研究表明，相比于在职农村中小学教师，乡村定向师范生心理健康教育胜任力尚显不足(孙卉, 2021)。尽管参加工作后的实践训练和经验积累能够帮助他们逐步提升这方面的能力，但倘若能通过特定的训练，在师范生培养阶段就增强他们这方面的能力，那么对于该群体走上工作岗位后适应农村教育实践也不无裨益。乡村定向公费师范生存在理论认知和实操技能两方面的不足，其根源在于在校培养未能充分契合乡村教育的实际场景，这最终致使他们陷入“空有理论却无法付诸实践”的困境。

在理论认知层面，他们所学的心理健康知识大多以城市学生为样本。例如，对于“抑郁、焦虑”等典型信号的认知，仅局限于“学业竞争焦虑”等城市场景，而对乡村学生因家庭贫困、亲情缺失等特有的“非典型心理信号”了解甚少。这就容易导致他们将“因家庭贫困而学习动力不足”误判为“学习态度不佳”。

在实操技能方面，存在筛查工具使用适配性欠佳的问题。尽管接触过 SCL-90、SDS 等量表，但仅仅停留在理论讲解和模拟填写阶段，并未掌握“拉家常式访谈”等契合乡村学生特点的沟通技巧。

此外，他们还存在转介相关技能的缺失，对基层学校心理问题转介边界的认知较为模糊，不熟悉乡村学校对接县域精神卫生中心的具体路径，也缺乏与有心理疾病病耻感的乡村家长进行沟通的有效方法。这使得未来入职后，面对相关场景时难以进行有效地应对。

### 2.2. 新型心理危机感知不足，联动机制处置有限

在危机识别方面，其敏感度极为欠缺。在校期间所学的危机诱因大多集中于学业受挫、家庭变故等传统类型，完全未涵盖乡村学生特有的危机场景，例如因被认定为低保户遭同学嘲笑而产生的自伤倾向、跟随父母返乡后因方言不通被孤立所导致的心理崩溃等。面对这些场景时，往往缺乏判断能力。此外，对于短视频成瘾、网络借贷、网络暴力等新型心理危机，缺乏基本的识别敏感度，容易错过关键的预警信号，为后续危机的爆发埋下隐患。

在危机处置方面，危机预案的执行以及与基层的联动能力均较为薄弱。尽管从理论上知晓危机干预的基本流程，但从未参与过贴合乡村实际情况的校园危机实景演练，因此在面对具体场景时常常手足无措。例如，当发现乡村学生藏有刀片时，不知如何在不激化学生情绪的前提下安全没收工具。向学校领导上报情况时，也未意识到需要同步说明学生隔代监护、家庭无力配合干预等关键背景信息。此外，对基层危机联动网络较为陌生，不清楚乡村学校与村卫生室、乡镇综治办、县域精神卫生中心之间的协作分工。在突发危机时，往往只能机械地上报情况，却不知道该如何对接哪个部门来推进后续处置工作，从而导致危机应对陷入停滞状态。

在危机善后方面，基层所具备的适配支持能力严重匮乏。他们既不了解乡村学生在经历危机事件后的心理需求特征，也缺少相应的疏导办法。例如，在面对隔代监护家庭时，他们不知该如何协助长辈为学生提供后续的心理支持。

### 2.3. 乡村情境适配性不足，抗压力与协作力待强化

调查研究表明，农村中小学教师心理健康教育胜任力得分在乡村情怀、能力技巧上得分偏低，表明教师在理解农村学生特殊心理需求及对农村教育的情感认同方面存在明显短板。结合胜任力的冰山理论与洋葱理论分析，得知农村中小学教师的外显的知识积累已初步达标，但内隐的动机乡村情怀和深层技能实操能力等仍待提升(张微等, 2025)。这也说明乡村定向师范生缺乏对乡村文化的深入理解，他们在与

学生和家长沟通时，容易流露出城市视角。例如，他们难以共情乡村学生因家中没有电脑而无法上网课所产生的自卑心理，也无法理解乡村家长认为心理问题是没事找事的认知逻辑。

公费师范生大多怀有服务基层的理想，然而他们并未接受系统的培养以应对基层心理健康教育工作的压力。当面临乡村学校心理健康教育资源匮乏(如无专职督导、无专业设备等)、需身兼学科教学与心理辅导双重任务，以及部分家长不配合心理工作等现实压力时，他们容易情绪崩溃、自我怀疑，抗职业倦怠的能力不足。同时，他们没有学习在乡村教育场景中与不同角色协作的技巧。既不懂得如何与更关注学生成绩的乡村班主任进行有效沟通，也不善于运用接地气的语言(例如结合农作物生长来比喻孩子心理成长也需要时间)与乡村家长交流，因而容易陷入想协作却话不投机的困境，难以形成教育合力。

### 3. 乡村定向公费师范生心理健康教育胜任力的培养机制

#### 3.1. 构建“靶向化课程 + 实操化见习”培养机制，破解“理论悬浮、落地无门”

##### 3.1.1. 靶向化课程：锚定乡村学生心理特点重构知识体系

一是能够开展核心课程基层化改造。例如，在青少年心理发展、心理问题诊断等课程里，增加农村生活和农村教育相关内容，着重围绕农村学生的心理特点展开讲解，提高实践应用能力(王谢祎, 2024)。还可以结合乡村学生群体特征开展心理问题识别训练，像留守儿童佯装坚强背后的孤独感，表现为回避集体活动、刻意讨好他人；贫困家庭学生过度节俭背后的自卑心理，常通过拒绝同学聚餐、隐瞒家庭困难体现出来。

二是适度增加筛查工具适配性课程。比如可以开设乡村场景心理评估技术等选修课，摒弃单一的文字量表教学，聚焦乡村学生的认知特点与接受习惯开展训练。进行替代工具应用训练时，引入适合乡村场景的评估方法，比如采用房树人图画投射法对低龄学生进行筛查，防止识字量不足影响评估效果；运用日常行为观察清单辅助判断，清单明确记录学生与同学的互动频率、作业完成态度等可直接观察的指标，通过长期跟踪形成契合乡村学生的评估结论。模拟乡村常见的拉家常式访谈技巧，比如以“你平时帮家里干活的时候会不会觉得累”这类贴近学生日常的提问开启沟通，避免专业标签引发抵触情绪，助力师范生掌握更易被乡村学生接纳的评估沟通方式。

##### 3.1.2. 实操化见习：对接乡村学校建立沉浸式实践链

一是要让见习任务更具象性，可在乡村实习学校为师范生安排心理健康方面的实践任务。例如，参与一次全校心理普查，协助乡村教师采用房画法筛查低龄学生，避免因学生识字量有限，使用文字量表时产生障碍；或者独立完成一份乡村学生心理档案，该档案涵盖问卷数据、家访记录以及日常行为观察结果，从多维度展现学生的心理状态；又或者参与一次识别案例会诊，与乡村教师一同探讨学生睡眠不足是否属于心理问题等贴合乡村实际的议题，结合学生是否因干农活致使作息不规律、是否存在睡前焦虑等情况进行综合分析，在实践中提高心理问题识别的精准度。

二是开展转介流程的模拟训练，可以采用角色扮演和实地走访等形式进行。比如，模拟抑郁症学生家长因病耻感拒绝带孩子就医的情形，指导师范生练习如何与家长沟通，消除家长的认知误区；同时组织师范生实地走访县域精神卫生中心，熟悉乡村学校到中心的转介对接路径，提前了解预约流程，明确转介所需准备的学生心理档案、沟通记录等材料，确保未来在实际工作中遇到转介需求时能够高效衔接。

#### 3.2. 搭建“微格专项训练 + 乡村教师指导”培养机制，解决“技能空转、场景不适”

##### 3.2.1. 微格教学专项训练：聚焦乡村高频场景强化实操

依托心理辅导技能等课程，构建微格教学实操训练体系，聚焦乡村学生特有的心理困扰与生活场景，精心设计精准训练内容。场景设计将全方位覆盖乡村校园常见情形，例如留守儿童哭诉父母一年未归、

学生因身着旧衣遭人嘲笑而低头不语、因隔代监护缺少情感陪伴而情绪低落、帮家里干农活耽搁学习引发焦虑、因方言不通被同学孤立产生自卑等典型场景，确保训练紧密贴合乡村教育实际开展模拟训练。

训练要求师范生预先学习适配乡村场景的沟通技巧，在模拟辅导过程中注重运用通俗易懂的语言，避免使用专业术语。录制完整的辅导视频后，需在时间轴对应的位置标注共情回应点及设计思路，比如贴合学生情绪的关切询问、结合乡村生活经验的安慰表述等具体内容。

训练结束后，还需邀请经验丰富的乡村教师进行点评，并组织师范生依据点评意见进行修改，开展二次模拟演练并再次接受评估，形成“场景模拟 - 视频标注 - 专业点评 - 优化复盘”的闭环训练，助力师范生精准掌握乡村场景下的心理辅导沟通技巧，强化共情能力与场景适配能力，确保其未来入职后能够迅速响应乡村学生的心理需求，以学生易于理解、接受度高的方式开展心理健康教育，切实提升基层心理辅导的实操成效。

### 3.2.2. 乡村教师指导：依托乡村心理教师建立“师徒制”

优先挑选乡村学校中同时肩负学科教学与心理辅导职责的骨干教师作为学生的实习、见习指导老师，这些教师需熟悉乡村家庭结构，如隔代监护、外出务工家庭，以及学生心理特质，如留守儿童归属感缺失、贫困家庭学生的自卑倾向，以此确保能为公费师范生提供契合乡村实际情况的指导。

采用跟岗实践、共研设计与即时复盘相结合的模式。师范生需全程跟随带教教师开展心理辅导工作，其中包括参与乡村学生家访，学习怎样与隔代监护家长交流心理辅导的重要性；观摩班级心理课，学习如何运用乡村素材设计课程，例如以庙会集体活动为主题引导学生体会归属感；与指导教师一同设计针对乡村学生的辅导方案，比如留守学生常见的心理问题。每次辅导结束后立即进行复盘，教师针对师范生存在的不足给出具体的改进建议。

## 3.3. 打造“场景化演练 + 校地化联动”培养机制，填补“预警薄弱、联动空白”

### 3.3.1. 场景化演练：覆盖乡村特有危机类型

结合乡村实际场景，在学校心理危机管理等课程中开展演练。演练需分层进行，校内模拟环节会通过角色扮演的方式，要求师范生在模拟的危机场景中，在短时间内完成安抚学生情绪安抚、向校长与家长同步情况，进行临时处置的完整流程。同步融入危机干预专业技巧，引导师范生运用倾听共情、情绪疏导等方法介入，演练后及时复盘点评，梳理处置漏洞，强化其乡村校园心理危机的快速响应与科学干预能力。

### 3.3.2. 校地化联动：构建“乡村危机干预支持网”

研究表明，心理健康教师队伍中存在着一些面对突发的心理危机事件，许多心理健康教师缺乏实战经验，对心理干预不能做到迅速、科学、有效(常馨元, 2025)。心理危机不仅需要精准识别与有效干预，更需要进行系统性预防，心理教师要协助组建校园心理危机干预团队，建立心理危机预警与转介机制，确保学校、家庭、医院等各方资源实现联动(中国心理学会学校心理专业委员会, 2026)。高校在培养师范生时，一是可以联合地方定制乡村特色心理危机干预课程，融入本土案例；二是在乡村学校设立实践基地，让师范生参与日常心理预警排查；三是要联动卫健、社区等开展心理危机场景模拟，做校家医联动处置演练；四是要指导师范生搭建乡村心理干预资源库，明确校地转介对接流程。

## 3.4. 完善“浸润式体验 + 持续性赋能”培养机制，实现“人格适配、抗压协作”

### 3.4.1. 浸润式体验：深化乡村文化与生活认知

乡村生活沉浸式实践可通过定期举办乡村体验营来推进，让师范生多去参与一些拓展活动，体验种

地、浇水、收割等劳动，直观地感知乡村学生在生活与学习之间的平衡状态。同时，师范生还可参与庙会、村民大会等乡村社群活动，深入了解乡村的生活节奏与文化氛围，理解乡村家长重生存、轻心理的认知逻辑，避免在未来沟通中出现城市视角的偏差。

共情能力专项训练可通过角色互换活动来实施。例如，模拟乡村学生因没有电脑而无法上网课的场景，让师范生代入其中，体验想学习却没有条件的焦虑情绪。体验结束后，师范生需撰写共情反思日记，记录自己的感受与认知变化。之后，由心理学教师进行针对性点评，指导师范生避免使用说教式回应，掌握更具同理心的沟通方式，提升与乡村学生的情感联结能力。

### 3.4.2. 持续性赋能：强化抗压力与协作力

抗压能力培养可通过课程赋能与朋辈支持两条路径来推进。在课程赋能方面，开设乡村教师心理自我关怀课程，着重教授适用于乡村场景的减压技巧，例如进行田间散步正念练习。指导师范生以乡村常见的稻田波浪、果树挂果、溪流声作为正念锚点，在行走田埂时专注感受脚底与泥土的接触，每走一步默念“踩稳、放松”，同时观察稻穗的形态与颜色，以转移压力思绪。在朋辈支持方面，建立乡村定向师范生互助群，邀请有经验的学长分享应对身兼两职压力的经验。向校长申请将心理辅导课与班会课相融合，这样既能完成教学任务，又能开展心理辅导，助力师范生学习平衡学科备课与心理辅导时间的实用方法。

协作能力实训围绕跨角色模拟和实地协作展开。在跨角色模拟环节，聚焦与乡村班主任的沟通场景进行专项训练。比如针对情绪低落的学生，模拟建议班主任对这类学生多提问、少批评，同时练习以成绩为导向的说服话术，通过“学生情绪好才能听得进课”这一核心逻辑，让班主任理解关注学生心理状态对提升学业效率的重要性。在实地协作环节，要求师范生在实习期间与乡村班主任共同设计一次学业与心理联动方案。例如针对学业落后且自卑的学生，由班主任调整作业难度，设计基础题和拓展题的分层作业，避免难题加重学生的自卑情绪；师范生则开展小进步鼓励辅导，通过记录学生每周的学习进展、及时肯定微小进步，帮助学生重建自信，在实践中培养教育合力思维，推动学业提升与心理支持协同落地。

## 4. 结语

本文聚焦于当前乡村定向师范生在理论脱离乡村实际、新型危机感知不足、危机预案执行能力以及与基层联动能力等方面存在的不足之处，构建了师范生“靶向化课程 + 实操化见习”“微格专项训练 + 乡村教师指导”“场景化演练 + 校地化联动”“浸润式体验 + 持续性赋能”的培养机制，为乡村定向师范生毕业后成为合格的心理健康教育工作者奠定了基础，有助于构建更完善的学校心理健康教育人才支撑体系。乡村定向师范生心理健康教育胜任力的培养是一项系统工程。通过系统的培养与实践，乡村定向师范生在心理健康教育方面的胜任能力将得到有效提升，从而为乡村学生心理的健康发展以及乡村教育的高质量发展提供有力保障。

## 基金项目

惠州市哲学社会科学规划重点项目《“百千万工程”背景下的乡村公费师范生的心理健康教育胜任力的培养机制研究》(编号: HZSK2024ZD002)阶段性成果。

## 参考文献

- 常馨元(2025). 学校心理健康教师的胜任力现状——以四川省某市中小学校为例. *心理月刊*, 20(15), 90-93.
- 程淑华, 冯莹莹(2020). 中小学心理健康教师队伍建设和发展研究. *长春教育学院学报*, 36(2), 4-9.

- 黄圆圆, 赖红梅(2019). 农村初中心理健康教育存在的问题及对策. *西部素质教育*, 5(6), 100-101.
- 康钊(2011). 学校, 家庭, 社会三结合关注农村留守学生心理健康教育. *学术论坛*, 34(11), 103-106.
- 林思颖(2021). *中小学心理健康教育教师胜任力研究*. 硕士学位论文, 衡阳: 衡阳师范学院.
- 刘锦康, 王贵新(2025). 价值与路径: 小学教育定向师范生培养研究. *林区教学*, (2), 116-119.
- 卢学双, 王丽姝(2012). 努力探索农村心理健康教育发展新路径. *吉林教育: 综合*, (29), 16-17.
- 孙卉(2021). *农村预备师资的心理健康教育胜任力研究*. 博士学位论文, 南京: 南京师范大学.
- 王进才(2011). 论师范生心理健康教育能力的培养. *吕梁教育学院学报*, 28(3), 17-19.
- 王谢祎(2024). 专科乡村定向幼师生心理健康教育胜任力现状研究. *河北大学成人教育学院学报*, 26(3), 29-36.
- 向祖强(2012). 中小学心理健康教育教师胜任特征研究. 见 中国心理学会(编), *第十五届全国心理学学术会议* (p. 587). 广州大学教育学院心理学系.
- 张微, 彭小凤, 朱茜, 汪婷, 刘鸣凤(2025). 乡村振兴背景下农村中小学教师心理健康教育胜任力现状调查. *心理学进展*, 15(6), 257-262.
- 中国心理学会学校心理专业委员会(2026). 中国心理学会学校心理健康教育教师专业能力标准. *心理学报*, 58(1), 185-190.
- 周宗奎, 孙晓军, 刘亚, 等. (2005). 农村留守儿童心理发展与教育问题. *北京师范大学学报(社会科学版)*, (1), 71-79.
- Mohabir, N., Jiang, Y., & Ma, R. (2017). Chinese Floating Migrants: Rural-Urban Migrant Labourers' Intentions to Stay or Return. *Habitat International*, 60, 101-110. <https://doi.org/10.1016/j.habitatint.2016.12.008>
- Spencer Jr., L. M., & Spencer, S. M. (1993). *Competence at Work: Models for Superior Performance*. John Wiley & Sons, Inc.