

“三驱四步五力”心理健康教师培训模式的研究与实践

——基于协同育人视域下提升农村教师家庭教育指导能力的探索

王宇

湖南省衡阳县西渡镇滨江学校

摘要：学生身心健康，关乎国家未来。改善中小学生学习心理健康状况，需要拓展心理健康教育的途经和方法。在家校社协同育人机制下，我在心理健康教师培训中探索了“三驱四步五力”心理健康教师培训模式，寻找了一条教师指导家庭教育的学生心理健康教育的路径和方法。实践证明，教师指导家庭教育能帮助家长树立正确的教育观，了解孩子成长特点、规律以及心理健康教育的方法，建立良好的亲子关系，有助于学生良好的学习、生活习惯的养成，有利于孩子的健康成长。

关键词：“三驱四步五力”；协同育人；家庭教育指导

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2022.11.126

一、时代背景

学生的心理问题，大多很大程度上源于家庭。农村家庭教育问题，已经成为学校心理健康教育深度推进的卡点和痛点。

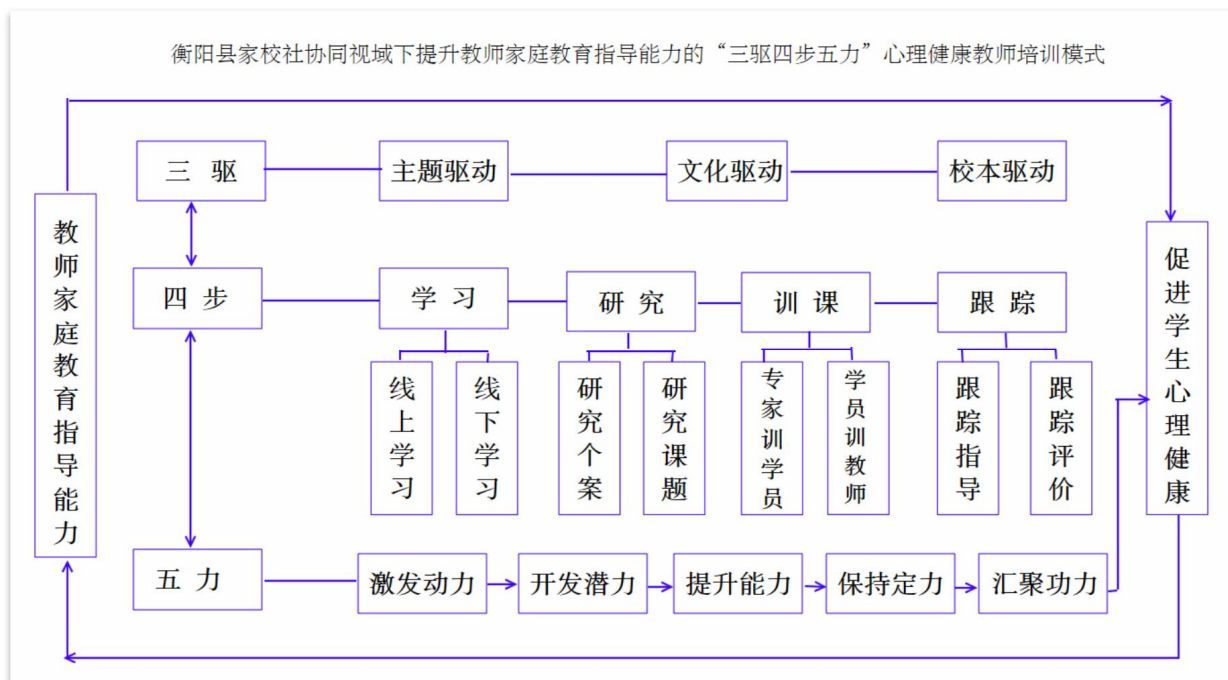
党的十八大提出，学校要实施对家庭教育的指导。

《中小学心理健康教育指导纲要》（2012年）第10条规定：学校要为家长提供促进孩子发展的指导意见。2019年6月，中共中央、国务院《关于深化教育教学改革全面提高义务教育质量的意见》第一次将家庭教育指导能力作为教师教育教学能力写进党中央文件。《中华人民共和国家庭教育促进法》第三十九条：中小学应“将家庭教育指导服务纳入工作计划，作为教师业务培训的内容”。党的二十大报告第五部分提出“要健全学校家庭

社会育人机制”。因此，提升农村教师家庭教育指导能力，对学生心理健康水平提升和全面健康成长，乃至国家和民族的未来具有重要的意义。

二、路径探索

2022年3月，我确定的心理健康教师培训的研修主题为：中小学心理健康教育教师岗位胜任能力——教师家庭教育指导能力提升培训。在培训中，我们通过“三轮”驱动，着力“四步”落实，助长教师“五力”发展，让教师能够指导家庭教育。教师指导家长，家长改变，孩子随之改变，从而更有效地促进了学生的心理健康。学生的心理健康，又更能促进教师“五力”的发挥，让教师更主动学习、研究、训课，接受跟踪指导服务和评价，良性循环让心理健康教师培训更为有效。



1. 驾驶“三个驱动”

第一个驱动是培训主题。培训主题源于政策、源于培训要求、源于问题所需、源于学员期待。我围绕主题，选择的线上课程源于项目组精心录制的课程、工作坊推送的家庭教育课程（包括地方课程）和学员在研修活动中上传的课程。线下专家讲座内容是《教师家庭教育漫谈》《离异夫妻如何守护孩子》《教师如何指导隔代家庭教育》。线上学习内容为线下活动提供理论依据和示范，线下的三个话题具有代表性，且与学员线上所学内容相互补充。

第二个驱动是文化。好的文化是坊员源源不断的学习动力，是工作坊成员团结、合作、奉献的源泉。工作坊有意义深远的logo、口号、理念、制度、坊歌。组建积极向上的小组团队，除了班干部、组长外，每个学员在本小组还领取了天使职责，如学习大使、娱乐大使、生活大使、美篇大使、作业大使等。工作坊公布栏上公示专家简介、学员学习情况，通讯报道、简报、每月学习复盘、线下考勤等内容。文化建设团队引导，学员共同参与。学员互帮互助，团队成员研修精准反馈。向上、团结、正向、积极的文化魅力，驱动学员在培训中始终保持良好的精神风貌、思维方式、价值取向和行为规范。

第三个驱动是校本。为对接校本指导有温度，工作坊与心理健康名师工作室携手共进，我的教师培训团队与我的名师工作室的核心成员参与到各组指导学员研修，对教师授课“移动式”跟踪指导研磨，打造了一批家庭教育指导精品校本课程，送培送教，资源共建共享。

三个驱动，让学员置身于工作坊中，积极实践于工作坊外，激发了学员学习和实践的动机。

2. 走稳“四个步伐”

“四个步伐”指的是在培训中实施“学、研、训、跟”一体化。

(1) 第一个“步伐”是学习。一是学习家庭教育国家的政策和法律法规，做到教师培训以师德为先。二是学习心理健康促进、心理健康预防、心理健康干预以及家庭教育等方面的理论，做到教师培训以能力为基。三是研课磨课学习、向专家、同伴学习，所有课程研磨的标准是符合家长刚需，教师培训做到以家长和学员需求为本。

(2) 第二步是研究。一是要求学员将学生家庭个案、自己家庭孩子教育个案经处理后在小组研讨，剖析问题根源，寻求家庭教育解决策略，继而撰写文稿、研究开发家庭教育课程。二是围绕主题申报课题并积极研

究，课题研究使家庭教育指导更加精准和有效。

(3) 第三步是授课。授课采用的分层授课的方式，即专家指导学员进行家庭教育，学员返岗后指导本校教师实施家庭教育。培训时小组长负责落实每一个学员上好一堂家庭教育指导课，班委会落实每个组推出一堂竞赛课，主持团队落实每一个学员召集本班家长开展每学期不少于2次的家庭教育指导课，教育局师训股落实每个学员每学期向本校教师开展不少于1次家庭教育指导培训，推进家长学校走深走实。

(4) 第四步是跟踪。工作坊对培训学员实行跟踪指导、跟踪服务、跟踪评价。为增加培训学员的实践经验和能力，我们积极引导学员加入县心理卫生协会、新时代文明实践志愿服务中心、县家庭教育服务中心、县心理健康名师工作室。跟踪评价采用阶段性评价和坊后跟踪评价相结合，连续评价三年。学员家庭教育指导活动的新闻稿件、图片、方案、校长签署的反馈等加盖学校公章均可计入学员积分管理，每季度公布一次量化分，年终一考核。培训专家团队不定期深入学员所在的学校，对学员的家庭教育指导和辐射进行沉浸式调研，发现问题、提出建设性方案、开展闭环式家庭教育指导、在实践中评估、改进，并将典型问题及解决方案在其他学校推广，提高教师指导家庭教育的能力和效果。

3. 发挥五种力量

“五力”是指激动力、开发潜力、提升能力、保持定力、汇聚功力。教师集“五力”于一身，源源不断地为生命注入了幸福的能量。激动力是指教师在学习中能看到了问题的真相，从而激发问题解决的欲望；开发潜力是指在工作坊文化的熏陶下，在自助、互助、实践的场域吸引下，在学习研究的碰撞中，学员们积极自我暗示，模糊的思想逐渐具体化，自我设限被慢慢打破，家庭教育兴趣被点燃，学员实现了从培训前的害怕做、不愿做、做不好到培训后的大胆做、主动做、尽力做的蝶变；提升能力是指学员在授课中研磨和实践，提升了自信力、沟通力、组织力、授课力等；保持定力是指学员在社会实践中被看到、被肯定，感受到自身的价值，从而激发了家庭教育的热情，把握了家庭教育的方向。汇聚功力是指教师借助工作坊的平台和跳板进行学习和实践，久久为功，不但具有家庭教育指导能力，还具有家庭教育指导的奉献精神和意志力、家庭教育指导的觉察力和疗愈力等。

三、理论支撑

1. 美国心理学家卡特尔（RBCattell）等认为，人类的智力有两种，一种是更多地表现在儿童身上的流体智力，另一种是更多体现在成人身上的晶体智力，主要

是社会文化和经验的产物。教师在家庭教育指导方面，与孩子接触多，了解学生家庭情况，具有丰富经验型的晶体智力。

2. 人本主义心理学马斯洛的需要层次理论认为，人有自我实现的需要，这是一种最高级别的成长需要。学习是在确定条件下，自觉挖掘潜能自我实现的过程。因此，只要给教师创造条件，就能够充分调动其内驱力。家长的成就动机，也会通过学习发生自身改变。

3. 著名的心理学实验霍桑效应得出结论：当意识到自己正在被关注或者观察的时候，人们会刻意去改变一些行动。

4. 人本主义学习理论强调，学习的基本原则是必须尊重学习者，重视学习者的意愿、情感和观念。

5. 具身认知理论认为，成人的学习更强调具体情境的实践以及对实践结果的反思。

6. 社会交换理论认为，人类的行为和决策是由成本和收益来决定的。决定一段关系是否继续维持，我们会不断地评估投入和回报之间的比例。一般来说，我们投入的成本（时间、精力、情感等）越多，就越难放弃这段关系，还会增加越来越大的投入。

四、主要经验及产生的积极影响

（一）主要经验

1. 关注“三心”。即心成本、心力量、心方向。教师培训是成人学习，要遵循成人学习的规律，要让学员不只是为拿学分来学习，而是要千方百计激发学员的内驱力和学习的动力，我在工作坊文化的建设、学习内容选择、学习过程中利用心理学原理激发学员参与的兴趣，让学员多投入、多体验，增加学员的“心”成本，对学习欲罢不能，形成激发动力、开发潜力、提升能力、保持定力、汇聚功力。心成本提升心力量。

培训按照师德为先的理念，首先开设师德课程、党的二十大有关家庭教育的要求和有关教师家庭教育指导方面的法律法规、党和国家有关政策、文件，让学员发自内心地去指导家庭教育，形成定力，这就是“心方向”。

2. 重视“四层”。即反应层、学习层、行为层、效果层。这四个层面是递进的关系。工作坊结束之时，会就学员对工作坊的组织工作、学习内容、教师授课水平、授课方式等做一个较全面的调查，了解学员内心的反应。同时，组织学员参加授课竞赛和家庭教育故事分享会，考察学员的学习层面的情况。在行为方面，工作坊对学员实行一段较长时期的跟踪指导和跟踪服务，从教育局、学校等层面加强对学员学以致用要求。例如，工作坊特别注重学员返岗之后的社会实践，通过与

县教育局、县妇联、县心理协会、县心理健康教育名师工作室等从横向层面拓展学员社会实践平台，从而让教师国培效果社会化，国培效果让更多人看得见。

3. 强调“四为”。我们坚守师德为先、能力为基、需求为本、效果为重的理念。“三轮驱动”从初心出发，让“四步”行稳致远，促“五力”充分发挥，研修培训从学生健康初心出发，通过教师对家庭教育的指导，让孩子幸福，回归到孩子健康、社会和谐的目标。

（二）积极影响

1. 培训点燃了家庭教育之巨火。

在培训学员的带动下，学员所在单位的家庭教育指导活动迅速开展。星星之火汇聚成了全县教师指导家庭教育之火炬。县妇联在2022年6月开始规划成立家庭教育指导服务中心，期望我们协力在一些学校建立家庭指导服务站，开展站点星级创建评比。希望在我们工作坊培训的教师中挑选优秀学员担任家庭教育讲师。

2. 得到了县教育局的大力支持。

教育局在要求各校开展好家长学校的基础上，又指导教师开展家庭教育指导，指导家长教育好小孩，形成良好的家风，指导家庭建立和谐的亲子关系。县教育局在对学校的目标管理考核中增加了“学校必须开展教师指导家庭教育”内容，纳入德育工作计分。培训学员回到学校就开展了家庭教育指导，家庭教育指导已经成为校本教研的重要内容。

3. 以点带面，推动衡阳县教师家庭教育指导出现了新局面。

我所在的学校——滨江学校“融合教学”中的家庭教育案例在湖南省名师名校长工作坊讲座中被推广。县心理健康名师工作室因为扎根滨江学校指导家庭教育，被湖南省社会心理学会教育心理专业委员会评为先进单位。滨江学校被评为衡阳市优秀家长学校和衡阳市文明单位。滨江学校的示范效应已带动了愈来愈多的示范学校，越来越多的示范学校必将连线成面，辐射和引领全县教师指导家庭教育。

参考文献

[1] 卢富荣, 宋煜静. 隔代教育对孙辈和祖辈的影响: 双刃剑效应[J]. 心理科学进展, 2020.

[2] 张竹林. 教师家庭教育指导能力建设论[M]. 上海: 华东师范大学出版社, 2021.

[3] 林昆辉. 家庭心理学[M]. 北京: 电子工业出版社, 2014. 9.

[4] 林昆辉. 小团体动力心理学[M]. 北京: 电子工业出版社, 2016. 3.