

doi:10.13582/j.cnki.1674-5884.2020.01.025

民族地区小学教师心理健康状况 调查分析

张婕¹, 杨解玲¹, 刘召霞¹, 冯诗洁²

(1. 云南民族大学 教育学院, 云南 昆明 650500; 2. 云南经贸外事职业学院, 云南 昆明 650100)

摘要:为探索民族地区小学教师心理健康状况,采用心理健康自评量表(SCL-90)对民族地区150名小学教师进行测查,并用SPSS24.0进行数据统计分析。结果显示,近四成小学教师存在心理健康问题,躯体化、强迫、焦虑、恐怖、精神病性因子得分均显著高于全国常模($p < 0.01$),女性教师的抑郁、焦虑和恐怖因子得分显著高于男性教师($p < 0.01$),年轻教师心理问题检出率更高,更易出现强迫、焦虑和人际关系敏感等心理问题,教龄短的小学教师更易出现焦虑和强迫症状。学校尤需关注女性教师、年轻教师的心理健康状况,提供相应的培训和心理疏导等措施,促进提升教师心理健康水平。

关键词:民族地区;小学教师;心理健康

中图分类号:G443

文献标志码:A

文章编号:1674-5884(2020)01-0135-05

《国家中长期教育改革和发展规划纲要(2010-2020年)》指出,提高教师地位,维护教师权益,改善教师待遇,使教师成为受人尊重的职业。严格教师资质,提升教师素质,努力造就一支师德高尚、业务精湛、结构合理、充满活力的高素质专业化教师队伍。加强教师队伍建设是提高民族地区教育教学质量的关键^[1]。以“民族”或“教师”和“心理”为检索词在中国知网数据库(CNKI)中共检索出740篇论文,剔除政策性、论述类文章后,实证研究类文章为63篇,仅占论文总数的9%;以小学教师为研究对象的文章为38篇,仅占论文总数的5%。可见,民族地区小学教师心理健康状况的实证研究有待提升。

心理健康是教师素质的重要组成部分。多项研究^[2-4]证明心理健康状况良好、人格健全的教师有助于学生心理健康的发展。研究^[5]发现,教师心理健康问题导致的学生心理健康异常的师源性心理伤害现象增多;教师的心理健康问题将一定程度的影响教学质量^[6],教师的情绪问题不仅

会影响学生的学习兴趣和成绩,还会影响学生的身心健康^[7]。有研究表明,教师的消极情绪状态会降低教学效果^[8]。教师工作和生活质量与其心理健康状况密切相关,提升教师的心理健康水平,有助于教育教学工作的开展和学校发展。教师的心理素质,尤其是教师的心理健康水平是教师整体素质发展的重要基础,直接关系到教育教学质量和学生的发展水平^[9]。为实现提高教师队伍素质的目的,不仅要提升教师的专业能力,还需促进教师心理健康状态。本研究以民族地区小学教师为调查对象,描述民族地区小学教师心理健康状况,为促进提高教师队伍整体素质取得良好效果提供科学依据,有益于推动我国民族地区小学教师心理健康研究。

1 研究对象与研究方法

1.1 研究对象

本研究的数据来自对云南省参与中小学教师国家级培训计划的小学特岗教师整群抽样问卷调

收稿日期:20190923

基金项目:全国民族教育科研课题重点课题基金项目(ZXJD18003);云南省哲学社会科学教育科学规划项目(AFSZ19027)

作者简介:张婕(1976-),女,贵州遵义人,副教授,博士,硕士生导师,主要从事心理咨询与发展研究。

查,共发放问卷150份,回收有效问卷139份,有效率92.6%。详见表1。

表1 有效被试一般资料

类别	人数	百分比/%	
性别	男	61	43.9
	女	78	56.1
民族	少数民族	45	32.4
	汉族	94	67.6
学科	语文	50	36.0
	数学	45	32.4
	体育	44	31.6
职务	教导主任	6	4.3
	班主任	62	44.6

1.2 研究工具

本研究以SCL-90为自评量表,调查民族地区小学教师的心理健康状况。SCL-90是国际上广泛应用的心理健康标准测评工具之一。该量表共有90个项目,采用9个因子分反映躯体化、强迫、人际敏感、抑郁、焦虑、敌对、恐怖、偏执和精神病性的心理症状情况。SCL-90因子分 ≥ 2 、心理健康总分超过160分为心理健康问题阳性检出指标。

1.3 施测程序 and 数据处理

问卷由经过专门培训的相关研究人员发放和回收。被试按统一指导语要求,根据近一周的实际情况,独立完成问卷作答。采用统计软件SPSS24.0对数据进行录入,校核和统计分析。

2 结果分析

2.1 民族地区小学教师心理健康状况与全国常模比较

根据SCL-90阳性检出指标,有52名小学教师存在心理健康问题,占受测总人数的37.41%。从表2中民族地区小学教师心理健康状况和全国常模比较可知,民族地区小学教师的心理健康总分显著高于全国常模($p < 0.01$),说明民族地区小学教师的心理健康水平明显低于全国成人平均水平。其中,民族地区小学教师的躯体化、焦虑因子得分显著高于全国常模($p < 0.05$),强迫、恐怖、精神病性因子得分非常显著高于全国常模($p < 0.01$)。民族地区小学教师的人际敏感、抑郁、敌对、偏执因子得分与全国常模均无明显差异,详见表2。

表2 民族地区小学教师SCL-90得分与全国常模的比较(M \pm SD)

项目	小学教师(n=139)	全国常模(n=1157)	p
总均分	1.71 \pm 0.48	1.44 \pm 0.43	0.000**
躯体化	1.49 \pm 0.50	1.37 \pm 0.48	0.005*
强迫症状	1.80 \pm 0.56	1.62 \pm 0.58	0.000**
人际敏感	1.62 \pm 0.53	1.65 \pm 0.61	0.439
抑郁	1.53 \pm 0.52	1.50 \pm 0.59	0.501
焦虑	1.50 \pm 0.49	1.39 \pm 0.43	0.009*
敌对	1.46 \pm 0.52	1.46 \pm 0.55	0.959
恐怖	1.50 \pm 0.53	1.23 \pm 0.41	0.000**
偏执	1.47 \pm 0.45	1.43 \pm 0.57	0.342
精神病性	1.49 \pm 0.48	1.29 \pm 0.42	0.000**

2.2 不同性别的民族地区小学教师心理健康得分差异比较

研究表明,民族地区女性小学教师的心理健康总分显著高于男教师($p < 0.01$)。经独立样本t检验,女教师和男教师的各因子得分均存在显著差异,其中,女教师的躯体化、强迫、人际敏感、敌对、偏执、精神病性得分均显著高于男教师($p < 0.05$),抑郁、焦虑和恐怖因子得分非常显著高于男教师($p < 0.01$),详见表3。数据说明,民族地区女性小学教师的心理健康水平明显低于男教师,主要表现在躯体化、强迫、人际敏感等方面。

表3 不同性别的民族地区小学教师的SCL-90得分差异比较(M \pm SD)

项目	男性教师(n=61)	女性教师(n=78)	p
总均分	1.55 \pm 0.41	1.84 \pm 0.51	0.000**
躯体化	1.34 \pm 0.41	1.61 \pm 0.53	0.001*
强迫	1.64 \pm 0.54	1.92 \pm 0.55	0.003*
人际敏感	1.46 \pm 0.50	1.74 \pm 0.54	0.002*
抑郁	1.35 \pm 0.40	1.67 \pm 0.56	0.000**
焦虑	1.32 \pm 0.35	1.64 \pm 0.54	0.000**
敌对	1.30 \pm 0.39	1.55 \pm 0.56	0.002*
恐怖	1.32 \pm 0.45	1.65 \pm 0.54	0.000**
偏执	1.35 \pm 0.40	1.56 \pm 0.47	0.006*
精神病性	1.39 \pm 0.46	1.57 \pm 0.49	0.032*

2.3 不同年龄组民族地区小学教师心理健康得分差异比较

本研究中,将样本中民族地区小学教师按年龄分组。经过独立样本t检验,21~30岁的小学教师比31岁及以上教师的强迫因子、人际关系敏感因子和焦虑因子的得分高,差异均具有统计学意义($p < 0.05$),详见表4。数据说明,21~30岁的

民族地区小学教师在强迫、人际敏感、焦虑方面比 31 岁及以上教师表现更明显。

表 4 不同年龄组的民族地区小学教师的 SCL-90 得分差异比较 (M±SD)

项目	21~30 岁组 (n=98)	31 岁及以上组 (n=41)	p
总均分	1.76±0.49	1.60±0.45	0.141
躯体化	1.51±0.49	1.44±0.53	0.568
强迫	1.87±0.55	1.64±0.57	0.030*
人际敏感	1.69±0.56	1.43±0.43	0.016*
抑郁	1.58±0.53	1.40±0.48	0.155
焦虑	1.56±0.48	1.35±0.47	0.034*
敌对	1.49±0.55	1.32±0.38	0.202
恐怖	1.55±0.51	1.41±0.55	0.346
偏执	1.50±0.46	1.38±0.43	0.364
精神病性	1.51±0.49	1.44±0.47	0.711

2.4 不同教龄组民族地区小学教师心理健康状况得分差异比较

经独立样本 t 检验表明,1~20 年教龄组比 21 年以上教龄组的小学教师的焦虑和强迫因子得分高,差异均具有统计学意义 ($p < 0.05$),具体见表 5。数据说明,1~20 年教龄组比 21 年以上教龄组教师的焦虑和强迫症状更明显。

表 5 不同教龄组的民族地区小学教师的 SCL-90 得分差异比较 (M±SD)

项目	1~20 年组 (n=107)	21 年及以上组 (n=32)	p
总均分	1.74±0.48	1.31±0.21	0.133
躯体化	1.50±0.50	1.28±0.25	0.641
强迫	1.84±0.54	1.17±0.29	0.022*
人际敏感	1.64±0.54	1.07±0.13	0.058
抑郁	1.53±0.47	1.15±0.15	0.209
焦虑	1.55±0.47	1.03±0.06	0.033*
敌对	1.46±0.52	1.28±0.25	0.551
恐怖	1.53±0.51	1.33±0.30	0.407
偏执	1.48±0.45	1.22±0.38	0.551
精神病性	1.50±0.48	1.20±0.35	0.477

2.5 不同学科、不同职务民族地区小学教师心理健康得分差异不显著

经统计分析,民族地区小学教师的心理健康水平在不同学科组间差异无统计学意义;民族地区小学教师的心理健康水平在不同职务间差异无统计学意义。

3 讨论

3.1 民族地区小学教师心理健康存在的问题

3.1.1 民族地区小学教师的心理健康状况不容乐观

本研究的研究对象为民族地区小学教师。研

究表明,近四成小学教师存在心理问题,多个因子得分高于全国常模。民族地区小学教师心理健康水平较低,这和国内部分研究保持一致。已有研究表明:西南地区中小学教师心理健康水平低于全国普通人群^[10];民族地区小学教师的心理健康水平比一般人低^[11]。小学骨干教师存在较多心理烦恼,对心理咨询和辅导有迫切需求^[12]。

民族地区小学教师心理健康水平低于全国成人心理健康水平,有其特定的社会心理因素。首先,相对发达地区,我国民族地区经济发展较慢,教学条件较为落后。民族地区小学在硬件条件、教师继续教育、信息交流等方面和城市小学相比较存在明显不足,在生源素质和家长支持方面尤为逊色。以部分民族地区小学教师访谈为例,少数民族地区的小学新生入学时,不少学生不会讲普通话。而且伴随经济发展,民族地区的留守家庭增加,小学生多由家中的老人照顾,有的老人甚至不会讲汉语,家校沟通存在严重困难。这些因素都会造成教师职业的压力。其次,民族地区小学教师教学任务更为繁重。由于民族地区常地处偏僻,缺乏教师资源,小学教师会同时承担多门课程教学和校园设施维护等工作,有的还需要管理学生的生活。某些学校还存在一师一班的教学方式,教师全天处于不停息的工作状态。繁重的教学任务会影响教师的心理健康状况。最后,民族地区小学教师生活条件较为艰苦。民族地区在交通、医疗、娱乐等方面条件较差。此外,不少小学教师与配偶两地分居,一方面,很难感受完整家庭的温暖氛围,另一方面,交通成本增加经济压力增大。生活压力等也会影响教师的心理健康水平。

3.1.2 民族地区女性小学教师的心理健康水平堪忧

调查结果表明,民族地区女性小学教师与男教师的心理健康水平存在差异,其心理健康水平明显低于男教师。民族地区女性小学教师心理健康水平堪忧,这和国内部分研究保持一致。对 2000~2010 年 76 项中小学教师心理健康状况研究的元分析表明:女性中小学教师心理健康状况较男性差^[13]。继后的研究也揭示,男性教师的心理健康状况要优于女性^[14]。

女性小学教师的心理健康水平低于男性小学教师,也有着特定的社会心理因素。一方面,社会角色、社会期待和社会支持的不同影响着女性心

理健康水平。女性更倾向于工作是生活的一部分,男性更倾向于工作是生活的重心。女性更需兼顾职业角色和家庭角色,而男性更重视职业角色。女性通常承担更多家庭照料的责任。男性教师具有较高的提升机会和获得较多的上级和同事的支持^[15]。女性兼顾的责任、职业发展的限制和社会支持的不足更容易使其出现焦虑、抑郁、强迫等心理问题。另一方面,性别特点也影响着女性心理健康水平。女性更容易感受情绪、表达情感。男性面对情绪和情感更容易合理化、理智化。SCL-90从症状的角度测评,女性更易表现出心理症状。

3.1.3 民族地区小学教师心理问题趋向年轻化

调查结果表明,民族地区小学教师中年轻教师心理问题的数量更多,更易出现强迫、焦虑和人际关系敏感等心理问题;教龄短的小学教师更焦虑和强迫。这和国内部分研究结果保持一致。已有研究表明:民族地区中小学教师心理健康水平因年龄不同而存在显著性差异^[16];年轻教师的心理健康更应该受到重视^[17]。

民族地区小学教师心理问题年轻化的特点和多种社会心理因素有关。首先,年龄小和教龄短的教师都面临着职业适应的问题。民族地区年轻教师不仅要适应教学工作,还需要适应学校所在的环境。他们要锻炼教学技能,熟悉学校管理制度,还要锻炼学生管理能力、和家长的沟通能力等。而适应民族地区地理偏僻、交通不便等往往是更大的挑战。其次,年轻教师都面临着离家、成家 and 生子的个人发展任务。从家庭生命周期中看,年轻教师正处于人生变化最为密集的阶段。根据家庭生命周期理论,在部分民族地区,大多数人在21~30岁之间会经历独立离家、恋爱、成立新的家庭乃至生子的变化。不断变化的生命周期给年轻人带来了更多的压力感。最后,年轻教师的心理弹性不足。年轻教师面对生活和工作压力,缺乏良好的应对方式,心理弹性不足,更易出现心理问题。

3.2 提高民族地区小学教师心理健康的建议

3.2.1 国家和社会应共同创设和谐氛围

根据马斯洛需要层次理论,生理、安全需要是个体最基本的需要。一方面,国家层面应出台相关政策,切实提高教师的社会经济地位,为教师心理健康水平提供物质保障;另一方面,通过各类媒

体的宣传带动,社会大众要改变对教师的过多角色期待,尤其是女性教师,给予教师足够的尊重和理解,要为教师创设一个宽松和谐、乐于进取、相互关爱的氛围,推动形成尊师重教的良好社会风气,给予教师自由开放的空间,提高女性教师的职业归属感和安全感。

3.2.2 教育系统应给予相应支持

本研究提示教育部门需要更多关注教师心理健康水平,包括提供更多的社会支持;组织心理健康相关培训,旨在推广、普及心理健康知识,让教师认识心理健康知识,学习心理调节方法;联合学校层面制定合理有效的教师保障制度,以减轻教师工作压力,共同构建良好氛围。学校是教师的日常工作场所,学校要给予教师各方面的支持。在管理方面,学校可以提供多种教师考核制度,减轻教师职业压力;学术研究方面,可以鼓励教师开展各类论坛、沙龙,以加强教师间沟通交流合作,尤其是年轻教师和经验丰富的教师之间的沟通交流,提高年轻教师的专业能力和职业认同感,鼓励教师提高教研能力,提高职业满足感;生活方面,学校应在入职前提供心理健康水平测量,定期开展心理辅导活动,校内设立适合教师的心理咨询渠道,给予教师心理支持,增强教师幸福感。

3.2.3 教师自身应学会自我调节

教师要关注自身心理健康状况,学会自我调节。教师要正确看待心理问题与心理疾病,了解心理健康相关知识和调节情绪、压力的方法,遇到问题主动寻求干预和支持;教师要学会协调人际关系,为自身营造和谐健康的人际氛围,形成良好的职业心态,从自我效能、希望、乐观、韧性和创造力等方面提高自身心理资本,提升职业适应能力。

4 结语

教师的心理健康是育人的基础,是培养中国社会主义接班人的基石。本研究为教师心理健康状况提供了实证数据,研究表明,需关注民族地区小学教师群体的心理健康水平,尤需关注女性教师、年轻教师的心理健康状况,提供相应的政策与措施,促进提升教师心理健康水平。本研究的不足:仅从宏观数据描述了民族地区小学教师的心理健康状况,今后应结合质性研究深入了解其心理健康状况,并探索民族地区小学教师心理健康状况的影响因素。

参考文献:

- [1] 张晋.甘肃省少数民族地区农村教师生存现状调查研究[D].兰州:西北师范大学,2016.
- [2] 陆玲.健全教师人格,促进幼儿心理健康发展[J].科学大众(科学教育),2018(8):83.
- [3] 平爱红.高校青年教师心理健康状况调查及建议[J].教育探索,2015(2):127-130.
- [4] 吴洪艳.中学中年教师心理健康状况调查研究[J].教育探索,2014(5):143-144.
- [5] Aluh D O, Dim O F, Anene-Okeke C G. Mental health literacy among Nigerian teachers[J]. Asia-pacific Psychiatry, 2018(10):1-5.
- [6] 向民贵,袁绍仁.泸溪:实践破解农村教师队伍建设难题[J].民族论坛,2012(17):23-25.
- [7] 龚少英,李冬季,赵飞.情绪工作策略对教师职业心理健康的影响:职业认同的调节作用[J].教育研究与实验,2016(4):92-96.
- [8] 邱莉.教师课堂情绪对教学效果影响的实验研究[J].教育研究与实验,2014(1):72-76.
- [9] 衣新发,赵倩,胡卫平,等.中国教师心理健康状况的横断历史研究:1994-2011[J].北京师范大学学报(社会科学版),2014(3):12-22.
- [10] 蔡永红,朱爱学.中学教师职业倦怠现状及其组织影响因素研究[J].教育研究与实验,2013(6):29-33.
- [11] 杨顺英,火焰山,宗元生,等.元江县乡村中小学教师心理健康状况调查研究[J].健康心理学杂志,2003(4):309-311.
- [12] 喻文龙,蒋蓉,邓素文,等.湖南省小学骨干教师心理咨询需求初探[J].北京教育学院学报(自然科学版),2012(4):37-41.
- [13] 张艳丽.中小学教师心理健康研究的元分析[D].石家庄:河北师范大学,2010.
- [14] 何树德.达州市小学党员教师心理健康状况调查[J].保健医学研究与实践,2010(1):23-25.
- [15] 苏小宝,徐应军.中学毕业班教师性别间职业紧张及心理健康的对比分析[J].中国健康心理学杂志,2011(10):1206-1208.
- [16] 杨东升.关于教师心理健康问题现状的调查报告[J].卫生职业教育,2013(12):89-91.
- [17] 唐名淑.四川革命老区中小学心理健康教育教师心理水平研究——以南江县为例[J].四川文理学院学报,2013(5):73-75.

Investigation and Analysis on Mental Health Status of Teachers in Minority Areas

ZHANG Jie^a, YANG Jieling^a, LIU Zhaoxia^a, FENG Shijie^b

(a. School of Education, Yunnan Minzu University, Kunming 650500, China;

b. Yunnan Vocational College of Economics, Trade and Foreign Affairs, Kunming 650100, China)

Abstract: In this paper, 150 primary school teachers in minority areas were surveyed by Self-reporting Inventory (SCL-90), and the data were analyzed by SPSS24.0, in order to explore the mental health status of primary school teachers in minority areas, and provide scientific basis for promoting the overall quality of the teaching staff to achieve good results. The results shows that nearly 40% primary school teachers have mental health problems, and the factor scores of somatization, compulsion, anxiety, terror and psychiatric are significantly higher than the national norm ($p < 0.01$); the factor scores of female teachers' depression, anxiety and terror are significantly higher than that of male teachers ($p < 0.01$). Furthermore, young teachers have more psychological problems, more prone to psychological problems such as compulsion, anxiety and interpersonal sensitivity, and primary school teachers with short teaching age are more likely to develop anxiety and compulsive symptoms. In conclusion, schools should pay more attention to the mental health status of female teachers and young teachers, provide corresponding trainings and psychological guidance measures, so as to improve the teachers' level in mental health.

Key words: minority areas; primary school teachers; mental health

(责任校对 刘兰霞)