

自治区职业院校教师心理问题早期发现和科学干预机制研究

杜亚卓¹ 若兰·巴音别来克²

(1. 伊犁技师培训学院, 新疆维吾尔自治区 伊犁哈萨克自治州 835100;

2. 伊犁中等职业技术学校, 新疆维吾尔自治区 伊犁哈萨克自治州 835100)

【摘要】伴随社会经济的迅猛发展, 教育教学领域面临着新的问题, 教师工作强度高、心理压力大, 各种心理问题频发。心理健康教育对师生的发展起着重要的作用, 关注职业院校师生心理问题的早期发现和科学干预机制研究, 及早进行科学干预刻不容缓。为全面了解自治区职业院校教师心理健康状况并给出科学的干预机制, 我们通过对自治区5所职业院校702名教师进行调研, 结果显示不同性别及年龄段在心理健康水平上存在一定的差异、与常模相比自治区职业院校教师心理健康水平存在差异。基于以上问题, 本研究给予了科学的干预机制。

【关键词】自治区职业院校; 教师心理问题; 早期发现; 科学干预机制

引言:

自治区职业院校教育具有一定的特殊性, 此类受教育群体并不属于普通高中生, 与高中生相比具有一定区别。因此, 在开展自治区职业院校教育教学时, 学校应充分考虑到师生的心理特点、情绪变化、心理需求, 并针对存在的心理问题来采取科学、恰当的干预机制, 以此来缓解他们的心理压力、舒缓他们的紧张情绪。一般情况下, 职业院校教师面临着外界压力和工作压力, 容易出现各种心理问题, 比如教师存在倦怠情绪, 出现躯体化症状等等, 院校不应忽视他们的心理健康问题。为此, 自治区职业院校应增强对教师的心理健康教育, 并及时科学干预, 最终能够促进教师的职业发展。

一、教师心理问题分析

在现实情况中, 职业院校教师往往承担着较大的工作强度。他们不仅需要教授学生专业知识, 还要关注学生的个人发展, 以及应对各种教学和管理任务。这种高强度的工作压力往往导致他们心理压力过大, 甚至出现焦虑和抑郁等不良情绪^[1]。此外, 很多中职教师对自己的职业认同感并不强烈。他们可能会感到自己的工作不被社会所重视, 或者自己的付出没有得到应有的回报。这种缺乏自我认同的心理问题, 不仅会影响教师的个人幸福感, 还会对他们的教学质量产生负面影响。

(一) 研究对象与方法

1. 研究对象与方法。对象: 随机抽自治区职业5

所院校800名教师作为研究对象, 剔除不全答卷, 有效答卷为702份, 男教师274名, 女教师428名。

方法: 采用症状自评量表(SCL-90)作为测量工具, 由被试在统一指导语下独立自填量表, 所得数据用SPSS27.0软件处理。

2. 研究工具。本研究以SCL-90症状自评量表作为测评工具。SCL-90包括90个自我评定项目, 包括10个因子, 分别为: 躯体化、强迫症状、人际关系敏感、抑郁、焦虑、敌对、恐怖、偏执、精神病性和其他(睡眠、饮食), 从十个方面来反映教师心理健康状况。

(二) 研究结果

1. 教师基本信息

表1 研究对象分布情况

项目	基本资料	人数	百分数(%)
年龄	30岁以下	165	23.5
	30-50岁	382	54.4
	50岁以上	155	22.1
性别	男	274	39
	女	428	61

由表1可知本问卷中女性教师占比最多, 男性教师占比较少, 30岁-50之间的教师占比较多。

2. 教师心理健康水平在各因子上的分布情况。参照SCL-90量表的标准, 总分是90个项目单项分相

加之和，总分超过160分，可做阳性筛查。各因子中只要有一项因子大于或等于3分者可能存在中度以上心理健康问题。

通过对 研究对象在各因子上的分布情况，我们从躯体化、强迫症状、抑郁、焦虑、人际关系等10个维度分析具体分布情况，其预警比例显示躯体化占27.49%、强迫症状占33.33%，抑郁占26.5%，焦虑占24.22%，人际关系敏感占22.93%……各因子存在症状及症状明显的维度中，预警比例最高的因子为强迫症状、躯体化及焦虑症状。

3. SCL-90总分在年龄段上的差异。

表2 SCL-90总分在年龄段上的差异

	平均值	F	P	事后比较
30 岁以下 (165)	124.06±44.53	13.284	P<0.001	30 岁以下 ***<30-50 岁 *** 30 岁以下 ***<50 岁以 上 ***
30-50 岁 (382)	156.90±75.62			
50 岁以上 (155)	150.00±71.79			

注：***表示P<0.01；**表示P<0.05；*表示P<0.1

通过单因素方差分析可知30-50岁均值最高，通过事后比较发现30-50岁教师的心理健康水平没有30岁以下、50岁以上高。

4. 职业院校教师SCL-90评定结果与全国成年人常模比较

表3 职业院校教师SCL-90评定结果与全国成年人常模比较

因子	职业院校教师 I	常模 II	I 与 II
躯体化	1.71±0.84	1.37±0.48	10.794★★★
强迫症状	1.85±0.87	1.62±0.58	7.035★★★
人际关系敏感	1.60±0.79	1.65±0.61	-1.554
抑郁	1.69±0.85	1.50±0.59	5.858★★★
焦虑	1.65±0.84	1.39±0.43	8.237★★★
敌对	1.63±0.84	1.46±0.55	5.423★★★
恐怖	1.42±0.73	1.23±0.41	6.752★★★
偏执	1.52±0.77	1.43±0.57	3.143★★★
精神病性	1.49±0.75	1.29±0.42	7.030★★★

通过分析，发现教师群体的每个因子得分偏高，通过分析，p<0.01差异水平极其显著，数据有效，这充分反映了自治区教师群体的心理健康问题普遍存在。

二、自治区职业院校师生心理问题科学干预机制构建的原则

第一，安全性原则。为了切实解决师生心理问题，自治区职业院校在发展中需要始终将师生安全置于首位^[2]。学校应以保障师生安全作为首要前提和基础，并将之作为处理心理问题的目标。这是建立师生心理问题干预机制的基本原则，也是人本观念在干预机制构建中的具体体现。当师生出现心理问题时，无论是他们自身受到伤害还是对他人产生影响，都会对家庭、学校和社会产生深远的影响，甚至可能危及一些师生的生命健康。因此，在建立心理问题干预机制时，自治区职业院校应将安全原则放在首位。这种做法体现了对人的尊重和关爱，也符合教育发展的基本要求。

第二，时效性原则。其主要是指自治区职业院校师生在受到刺激时，需要学校相关人员在合适时际针对师生心理加强疏导以及干预，从而辅助学生走出困惑、有效应对问题^[3]。对此学校应注意把控时间，避免相关工作出现偏差。

第三，发展性原则。这个原则在自治区职业院校师生心理问题干预中扮演着至关重要的角色。学校需要构建一个能够促进师生以及所在集体发展的心理问题干预机制。这个机制不仅关注心理问题的解决，更注重培养师生良好的内心状态，激发他们积极向上的情绪，以及对工作、学习的热爱。通过这种方式，学校可以提升师生的心理素质，帮助他们更好地应对生活中的挑战和困难。这个发展性原则的内涵在于，它不仅要求解决现有的心理问题，更要求通过预防措施和长期规划，从根本上消除心理问题的根源。这样，学校不仅可以解决当前存在的心理问题，还可以为师生的未来发展奠定坚实的基础。

三、教师心理问题科学干预机制

通过以上数据分析，教师层面的干预机制为以下几点：

第一，要建立校园心理健康教育工作的领导组

织,将各级领导有机结合起来,使得心理健康教育切实落实到工作中去,有效对存在心理健康问题的师生进行预防和介入,其中包含有后勤保障、管理等工作,需要明确责任分工,具体到个人。职业院校还要对师生的心理健康情况进行定期测评,并且进行有效报告,同时,还要针对师生不同阶段的心理特征来采取切实可行的对策,促进他们的健康发展,从而为自治区职业院校师生提供良好的心理健康指导。

第二,主动了解并掌握教师心理状况,加强对师资队伍心理素质的关注和重视。通过对职业院校教师的心理检测了解到,目前,自治区职业院校教师群体中大部分会因为工作强度大、心理压力大、教学管理困难、管理效率低而感到沮丧、烦躁等情绪,甚至出现教学地位低下、自我认同不足等心理问题,从而不利于开展教学活动,更不利于他们自身发展,最终无法很好地适应当前的职业院校教学工作。为此,自治区职业院校相关部门应在开展教育工作前,从根源上对教师进行心理测试,检测他们存在的现实心理问题,分析导致出现心理健康问题的具体因素。

第三,坚持以人为本理念,充分彰显教师的教学地位。职业院校教学过程中,心理辅导教师和班主任扮演着十分重要的角色,其中心理辅导师能够为学生提供专业心理咨询和指导,班主任则能够管理学生、开展教学。在传统教育管理理念下,遇到严重心理问题时才会想要寻求心理咨询师或是辅导教师的帮助,比较忽视心理问题早期发现中心理辅导教师的重要作用。多数班主任为了能够取得良好的管理效果,会要求学生服从指挥,服从管理,常常会对他们采取更严格措施,提出更高标准,从而能够树立威严形象,导致师生之间并未在思想认知上达成共识,多是因为教师缺乏换位思考意识导致的,并未充分考虑到学生的情感与感受。因此,教师需要融入学生群体,了解学生情况,关注学生身体、心理健康,借助专业知识来为学生提供指导与帮助。

第四,依托学校心理健康教育大讲堂,普及心理健康教育现实意义和解决方法,针对全面普及、宣传心理学的基础理论知识、心理健康教育理念与

内容,使教师能够对心理健康发展形成良好认识,学会各种心理自助方法,在必要时能自行调整或是寻求帮助。在心理普查的基础上深入分析数据资料,对问题表现及深层原因进行整理归纳,需要及时关注和关心有心理健康教育需要的教师,并通过团体辅导、个体咨询以及个人辅导等方法来帮助教师完成各种健康心理咨询和辅导,从而促进他们自身发展。

结语:

总而言之,处于素质教育改革思域下,为了构建自治区职业院校心理健康教育体系,院校领导和教师应参与到师生心理健康问题探究和干预中,并且通过从教师层面分析、学生层面分析、院校层面分析来采取有效措施帮助学生形成正确习惯、健康理念、坚定信念,进而能够促进职业院校师生健康成长,最终为社会发展、国家建设培育复合型人才,培养出满足社会需求的复合型人才。

参考文献:

- [1]李明姣,甘天慧,马江来等.新时代背景下职业院校教师心理健康问题及其对策研究[J].世纪之星—交流版,2022(27):0070-0072.
- [2]李海洋,纪素丽.职业院校师生心理困惑现象的成因及对策[J].煤炭高等教育,2004,022(004):106-108.
- [3]卞庆华.“解忧杂货铺”项目在高职院校学生心理问题早期发现和科学干预过程中的应用初探[J].教师,2021,000(029):15-16.
- [4]陈禧,周丹.高职院校学生心理问题早期发现和科学干预机制研究——以江阴职业技术学院为例[J].品位·经典,2022(23):3.

基金项目:新疆维吾尔自治区职业院校思想政治教育“大思政”建设专项任务课题(2023ZZYB15)研究阶段性成果。

作者简介:

杜亚卓,女,伊犁技师培训学院高级讲师。

若兰·巴音别克,女,伊犁中等职业技术学校讲师。