

西部地区某市中小学教师心理健康现状调查

陶丽春

(曲靖师范学院, 云南 曲靖 655011)

摘要：为了解云南省某地州市中小学教师心理健康状况，采用 scl-90 对 7780 名中小学教师进行调查，结果显示：从整体数据看，需要特别关注中小学男性教师、农村教师、初中学段教师，还需要特别关注中小学教师群体中担任班主任工作的教师。从预警数据看，预警人群中同样需要更加关注男性、农村、初中学段教师心理健康。

关键词：中小学教师；心理健康；现状

引言

近年来，中小學生随着学业压力、家庭环境、社会竞争等多重因素的影响，许多学生面临不同程度的心理困扰。在三全育人的背景下，中小学教师是学生心理健康教育的主力军，在学生心理健康中扮演重要角色，教师们自身的心理健康素养就显得尤为重要。因此，要使学生心理健康，教师首先要有健康的心理。

政策层面已经关注到中小学教师群体心理健康：2018 年由中共中央、国务院发布的《关于全面深化新时代教师队伍建设改革的意见》提出要关注教师的身心健康，完善教师待遇保障机制，减轻教师负担，提升职业幸福感。教育部 2019 年发布《中小学教师减负清单》旨在减少教师的非教学任务，缓解工作压力，为教师创造更多时间关注自身心理健康。部分地方也出台了相关政策保障教师心理健康，如北京市教委推出专项计划《中小学教师心理健康支持计划》，要求学校设立心理咨询室，定期为教师提供心理辅导，并组织心理健康培训。

中小学教师心理健康状况如何呢？衣新发、赵倩、胡卫平使用 1993-2011 年 19 年间的 231 组数据研究了 88676 位中国教师的心理健康状况随年代的变化趋势，结果发现：19 年间，中国教师的心理健康水平越来越低。韦磐石等（2011 年）采用症状自评量表（SCL-90）等对贵州民族地区中小学教师进行调查：心理卫生问题的总检出率为 16.6%。黄国栋（2010）以宁夏南部山区农村 5 所中学教师选用 SCL-90 得出了山区农村中小学教师的心理健康水平不如全国普通人群；女教师的心理健康水平较男教师差等一系列结论。

综上，可以看出，对教师心理健康质性研究主要是对理论方面进行探索，学者更多使用访谈与参与式观察作为研究方法，有的则采用经验式总结；量化研究主要是对搜集出的数据进行回归或者相关分析等常用的统计方法，但是得出的结论差异较大。

一、研究方法

采用 scl-90 症状自评量表对云南省某州市中小学教师采用问卷星对问卷进行发放，问卷收回后运用 Excel、SPSS26.0 统计软件对数据进行统计分析。共发放问卷 7780 份。

（一）样本总体心理健康状况

1、scl-90 各因子在人口学变量上的差异性

表一：scl-90 各因子在性别上的差异性

因子	均值(男 3544 人)	均值(女 4236)	t	sig
躯体化	1.55	1.52	2.085	.037*
强迫	1.70	1.74	-2.357	.018*
人际关系敏感	1.50	1.47	1.731	.084
抑郁	1.53	1.56	-1.790	.074
焦虑	1.46	1.43	1.423	.155
敌对	1.49	1.50	-.223	.824
恐怖	1.36	1.35	.439	.661
偏执	1.45	1.39	4.588	.000**
精神病性	1.42	1.36	4.309	.000**
其他	1.60	1.55	2.761	.006*
总分	136.16	134.75	1.088	.276

* p<0.05 ** p<0.01

性别方面：从表一可以看出，中小学教师躯体化、强迫症状、偏执、精神病性、其他几个因子上，都存在显著的性别差异，且男性在躯体化、偏执、精神病性、其他因子均分均高于女性，而强迫为女性均分高于男性。因此，更应该关注男性心理健康问题。

表二：scl-90 各因子在城乡上的差异性

因子	均值 (城市 4137 人)	均值 (农村 3643 人)	t	sig
躯体化	1.49	1.58	-5.594	.000**
强迫	1.69	1.75	-3.786	.000**
人际关系敏感	1.46	1.52	-3.874	.000**
抑郁	1.52	1.58	-3.399	.001**
焦虑	1.41	1.48	-4.425	.000**
敌对	1.47	1.52	-.2829	.005*
恐怖	1.33	1.38	-4.022	.000**
偏执	1.39	1.44	-3.688	.000**
精神病性	1.36	1.42	-4.301	.000**
其他	1.53	1.61	-5.073	.000**
总分	132.71	138.44	-4.427	.000**

城乡差异方面：从表二可以看出，所有因子都存在显著差异，从均值来看，均为农村分数高于城市。由此可以看出要特别关注农村中小学教师心理健康状况。

表三：scl-90 各因子在任教学段的差异性

因子	均值 (小学 4879 人)	均值 (初中 2901)	t	sig
躯体化	1.53	1.55	-1.589	.112
强迫	1.71	1.74	-1.485	.138
人际关系敏感	1.47	1.52	-3.295	.001**
抑郁	1.54	1.57	-1.844	.065
焦虑	1.43	1.47	-2.883	.004**
敌对	1.48	1.48	-.2016	.044*
恐怖	1.34	1.38	-3.168	.002**
偏执	1.39	1.46	-4.988	.000**
精神病性	1.37	1.42	-3.556	.000**
其他	1.55	1.61	-3.949	.005**
总分	133.98	137.77	-2.841	.005**

从任教学段方面看：从表二可以看出，所有因子都存在显著差异，从均值来看，均为初中分数高于小学。由此可以看出要特别关注农村中小学教师心理健康状况。

表四：scl-90 各因子在班主任工作经历中的差异性

因子	均值(有 6977 人)	均值(无 803 人)	t	sig
躯体化	1.54	1.47	2.955	.003**
强迫	1.73	1.67	2.225	.026*
人际关系敏感	1.49	1.43	2.611	.009**
抑郁	1.55	1.50	2.124	.034*
焦虑	1.45	1.39	2.528	.011*
敌对	1.50	1.43	2.769	.006**
恐怖	1.36	1.30	2.572	.010**
偏执	1.42	1.37	1.974	.048*

精神病性	1.39	1.34	2.498	.013*
其他	1.58	1.53	1.793	.073
总分	135.96	130.49	2.576	.010**

从是否担任班主任方面看：从表五可以看出，除其他外的所有因子都存在显著差异，从均值来看，均为从事班主任工作的教师分数要高于没有曾从事过班主任工作的教师。由此可以看出要特别关注中小学班主任教师心理健康状况。

（二）预警人员心理健康状况分析

总样本 7780 人，预警人数 1959，占比 25.18%，预警人员筛查标准：按全国常模结果（为 1-5 的 5 级评分），总分超过 160 分，或阳性项目数超过 43 项，任一因子分值或总均分 ≥ 2.5 分为阳性，表示有中等程度以上的心理健康问题。

表五：预警人员 scl-90 各因子在性别上的差异性

因子	均值(男 894 人)	均值(女 1065 人)	t	sig
躯体化	2.52	2.36	4.562	.000**
强迫	2.71	2.72	-.427	.669
人际关系敏感	2.46	2.34	3.874	.000**
抑郁	2.51	2.50	.150	.880
焦虑	2.42	2.29	3.866	.000**
敌对	2.42	2.32	3.028	.002**
恐怖	2.18	2.06	3.344	.001**
偏执	2.36	2.13	7.128	.000**
精神病性	2.31	2.10	6.421	.000**
其他	2.58	2.43	4.587	.000**
总分	221.35	211.18	3.939	.000**

* p<0.05 ** p<0.01

性别方面：从表六可以看出，中小学教师躯体化、人际关系敏感、焦虑、敌对、恐怖、偏执、精神病性、其他几个因子上，都存在显著的性别差异，且为男性均分高于女性。因此，更应该关注男性心理健康问题。

表六：scl-90 各因子在城乡上的差异性

因子	均值 (城市 978 人)	均值 (农村 981 人)	t	sig
躯体化	2.37	2.49	-3.359	.001**
强迫	2.70	2.73	-.898	.369
人际关系敏感	2.37	2.42	-1.477	.140
抑郁	2.49	2.52	-.769	.442
焦虑	2.31	2.38	-1.981	.048*
敌对	2.35	2.38	-1.072	.284
恐怖	2.09	2.15	-1.819	.069
偏执	2.21	2.26	-1.765	.078
精神病性	2.16	2.23	-2.095	.036*
其他	2.44	2.55	-3.307	.001**
总分	213.07	218.57	-2.133	.033*

城乡差异方面：从表八可以看出，躯体化、焦虑、精神病性、其他都存在显著差异，从均值来看，均为农村分数高于城市。由此可以看出要特别关注农村中小学教师心理健康状况。

表七：scl-90 各因子在任教学段的差异性

因子	均值 (小学 1200 人)	均值 (初中 759 人)	t	sig
躯体化	2.41	2.47	-1.547	.122
强迫	2.70	2.75	-1.586	.113
人际关系敏感	2.35	2.46	-3.170	.002**
抑郁	2.48	2.54	-1.767	.077
焦虑	2.31	2.41	-2.957	.003**
敌对	2.34	2.41	-2.132	.033*
恐怖	2.07	2.19	-3.379	.001**

偏执	2.18	2.31	-3.807	.000**
精神病性	2.16	2.45	-2.739	.006**
其他	2.45	2.57	-3.752	.000**
总分	212.84	220.54	-2.912	.004**

从任教学段方面看：从表九可以看出，人际关系敏感、焦虑、敌对、恐怖、偏执、精神病性、其他等因子都存在显著差异，从均值来看，均为农村分数高于城市。由此可以看出要特别关注农村中小学教师心理健康状况。

此外从是否从事过班主任工作方面看：有担任过班主任的教师为 1780 人，没有担任过的为 179 人。从表十可以看出，恐怖因子都存在显著差异（0.41），其他均不存在显著差异。

对于 scl-90 各因子阳性人数占比较多的依次为：强迫症状（1161 人）—其他（868 人）—躯体化（828 人）—抑郁（818 人）。

二、讨论

（一）中小学教师心理健康状况：整体数据中一是从性别看：中小学教师躯体化、强迫症状、偏执、精神病性、其他几个因子上，都存在显著的性别差异，且男性在躯体化、偏执、精神病性、其他因子均分均高于女性，而强迫为女性均分高于男性。这一结论和以往研究稍有不同，如朱倩云（2010）、黄国栋（2010）郭志刚（2007）、刘艳（2006）等研究结论均为女教师的心理健康水平相对比男教师差，当然，也有一些研究专门关注男性教师心理健康状况（乌娜 2021）。而本研究除强迫外都是男性分值高于女性。原因可能是社会性别角色压力方面，如传统性别期待冲突、职业认同危机、薪酬与社会地位不匹配等。二是城乡差异方面所有因子都存在显著差异，本研究数据看出要特别关注农村中小学教师心理健康状况。朱倩云（2010）得出结论为市区与乡村小学教师心理健康无显著差异。而本研究所有因子都存在显著差异。可能的原因为工作环境与职业压力方面的差异。四是从任教学段方面看所有因子都存在显著差异，从均值来看，均为初中教师分数高于小学教师。这与刘艳（2006）郭志刚（2007）等人研究结论一致。五是从是否担任班主任方面看除其他外的所有因子都存在显著差异，要特别关注中小学班主任教师心理健康状况。刘艳（2006）的研究表明未担任班主任的教师心理健康水平相对不如担任班主任的教师。本研究与郭志刚（2007）的研究一致，原因可能是班主任角度带来的工作职责的复合性与超负荷角色丛压力。

从预警人员数据看，本研究预警比例为 25.18%，这一研究数据与其他研究有相对一致性，如中国教育科学研究院 2022 年对 12.6 万教师采用 SCL-90 筛查：中小学教师总体预警比例约 28.3%；班主任群体阳性率 34.1%。从预警人员数据看一是性别方面更应该关注男性心理健康问题。二是城乡差异方面要特别关注农村中小学教师心理健康状况。三是从任教学段方面要特别关注农村中小学教师心理健康状况。四是症状上看：本研究较为突出因子为强迫症状、其他、躯体化、抑郁。

三、结语

综上，从整体数据看，需要特别关注中小学男性教师、农村教师、初中教师心理健康，还需要特别关注中小学教师群体中担任班主任工作的教师。从预警数据看，预警人群中需要更加关注男性、农村、初中阶段教师心理健康。

参考文献

[1] 赵良陈, 刘宝, 裴盈, 等. 我国近 20 年教师群体心理健康研究述评 [C]// 第七届贵州省体育科学大会论文集. 贵阳: 贵州省体育局, 2024: 10-15.

[2] 中国教育科学研究院. 中国教师心理健康与教育质量白皮书 [R]. 北京: 中国教育科学出版社, 2023.

项目信息：本文系曲靖市社科联·曲靖师范学院哲学社会科学联合专项项目“曲靖市中小学教师心理健康素养现状调查及提升策略研究”（编号: ZSLH2023YB07）阶段性成果。