

高中骨干教师生活质量与心理健康状况调查

刘亚丽* 王 瑶

(河南大学教育科学学院, 开封, 475001)

摘 要 本研究以高中骨干教师为对象, 采用问卷法对其生活质量及心理健康状况进行调查, 以了解高中骨干教师生活质量及心理健康状况, 探讨生活质量与心理健康的关系。结果显示, 高中骨干教师心理健康状况不佳, 在性别、婚姻状况、来自于城市还是农村等方面, 生活质量及心理健康状况的一些因子存在着明显的差异, 生活质量与心理健康状况在总体上高度相关。建议决策部门改进高中教师的生存状况, 增进其身心健康, 推动教育改革的发展进程。

关键词: 高中骨干教师 生活质量 心理健康

1 问题的提出

随着教育改革的逐渐深入, 教师的身心状况越来越多地引起研究者的关注。笔者仅在“中国期刊全文数据库”进行查询, 2004—2007年间, 以“教师心理健康”为题目的文章就有545篇, 而对高中教师心理健康进行研究的文章仅有12篇。笔者认为, 从教师职业压力的角度讲, 中学教师比大学教师和小学、幼儿园教师承载了更多的压力, 主要是因为中学生处在由不成熟走向成熟的过渡期, 成长的特点和问题不断地挑战教育者, 教育者不仅要研究自己的教育对象, 还要探索与时俱进的教育策略, 方能适应教育工作的需要。而高中教师不仅面临这样的挑战, 而且背负着学生升学择业的压力。一项调查显示^[1], 所调查的某市4所高中356名教师中, 有中度以上心理卫生问题的高中教师55人, 占高中教师的15.45%。

本研究选取高中骨干教师为研究对象, 对其生活质量及心理健康状况进行调查, 以期了解高中教师生活质量及心理健康状况, 探讨生活质量与其心理健康的关系, 分析影响高中教师心理健康的主客观因素, 了解其心理压力源, 以便为决策部门改进教师的生存状况, 提高教师的心理健康水平提供有效的依据。选取高中骨干教师为研究对象, 是因为他们长期工作在高中教学的第一线, 是高中教师的主体, 更具有代表性。

2 对象与方法

2.1 对象

随机选取从河南省各地普通高中参加“高中骨干教师省级培训”的教师为被试, 发放调查问卷400份, 回收有效问卷363份, 回收率为90.75%。其中, 男教师197人, 女教师166人。

2.2 方法

采取问卷法, 用生活质量综合评定量表^[2]和精神卫生症状自评量表(SCL-90)^[3], 对被试进行测试。两项问卷均有较高的信度和效度, 被我国学者多次使用。其中生活质量综合评定量表包括4个维度16个因子, 即物质生活状况(住房、经济、社区服务、生活环境); 躯体功能(睡眠与精力、躯体不适感、性功能、运动与感觉); 心理功能(精神紧张度、正负

性情感、认知功能、自尊); 社会功能(社交与支持、业余娱乐、学习与工作、婚姻与家庭)。症状自评量表共有躯体化、强迫症状、人际关系敏感、抑郁、焦虑、敌对、恐怖、偏执、精神病性9个因子90个项目, 采用5级分制进行测试。采用集中答卷的方法, 在一周内完成取样工作。

2.3 数据处理

各项测试结果, 统一用SPSS 10.0软件进行统计处理。

3 研究结果

3.1 高中骨干教师SCL-90测试结果与全国常模的比较

调查结果显示, 除人际敏感一项外, 其余8项与常模均有显著差异, 其中躯体化、抑郁、焦虑、恐怖、偏执、精神病性与常模有极其显著的差异。所测被试总体上心理健康状况不佳, 低于全国常模水平。见表1。

表1 SCL-90测试结果与全国常模的比较

项目	样本得分情况	常模	T值
躯体化	1.4573±0.49236	1.37±0.48	3.378***
强迫症状	1.7165±0.60500	1.62±0.58	3.040**
人际敏感	1.7019±0.65491	1.65±0.61	1.509
抑郁	1.6353±0.62206	1.50±0.59	4.144***
焦虑	1.5163±0.55577	1.39±0.43	4.328***
敌对	1.5197±0.56281	1.46±0.55	2.022*
恐怖	1.3743±0.50944	1.23±0.41	5.395***
偏执	1.6180±0.61861	1.43±0.57	5.790***
精神病性	1.5350±0.56084	1.29±0.42	8.322***

注: * 为 $p < 0.05$, ** 为 $p < 0.01$, *** 为 $p < 0.005$ 。以下同。

3.2 两项测试中, 存在差异的各因子的比较

测试表明, 高中骨干教师两项测试中存在着性别、城乡等方面的差异, 为表述方便, 在某些方面不存在差异的因子将不显示在研究结果及图表中。

3.2.1 存在性别差异的各因子比较

男女教师在以下4个因子上存在差异, 其中工作学习方面差异极显著。表明男教师对工作学习状况的满意度高于女教师, 在精神紧张度和恐怖因子上, 女教师高于男教师。见表2。

3.2.2 不同婚姻状况下存在差异的比较

已婚教师与未婚教师在心理功能维度上差异极显著, 已

婚教师心理功能总体上高于未婚教师,主要表现在其中两个因子上,即精神紧张度较未婚教师高,认知功能方面较未婚

表2 存在性别差异的各因子比较

分量表	男性	女性	T 值
精神紧张度	13.8883±3.33927	14.6546±3.25729	-2.203*
工作学习	14.2081±2.18058	13.5090±2.11522	3.085**
恐怖	0.3397±0.46449	0.4789±0.56583	-2.477*

教师的主观感觉好。已婚与未婚教师在物质生活维度上也存在显著差异,其中住房上的差异尤其显著,表明已婚教师的住房条件明显不如未婚教师。同时已婚教师的身体不适感显著高于未婚教师,而未婚教师性功能的满足方面明显低于已婚教师。在业余娱乐生活和婚姻家庭两个因子上,已婚教师与未婚教师之间达到极显著水平,表明已婚教师在这两个方面的生活质量明显好于未婚教师。见表3。

表3 不同婚姻状况下存在差异的比较

分量表	已婚	未婚	T 值
心理功能	64.0513±12.5552060	1522±14.14805	2.645**
物质生活	45.0497±12.1379048	6321±13.83861	-2.502*
住房	11.3636±3.57538	13.7522±3.69638	-5.879***
躯体不适感	13.9835±2.04117	13.2957±2.26196	2.889**
性功能	12.0826±1.89994	12.9130±3.12914	-3.086**
精神紧张度	14.9477±2.95616	13.8783±3.45887	3.034**
认知功能	14.4587±2.72610	13.7217±2.69537	2.416*
业余娱乐生活	12.2893±3.25944	11.0435±3.22488	3.416***
婚姻与家庭	13.6983±2.36949	14.7065±2.66830	3.427***

3.2.3 城市和农村教师存在差异的比较

城市教师与农村教师相比,在物质生活上尤其是住房和社区服务方面存在极显著的差异,表明城市教师的物质生活条件明显好于农村教师。见表4。

表6 生活质量综合评定问卷与 SCL-90 问卷相关分析

项目	躯体功能	心理功能	社会功能	物质生活	总粗分	总均分
阳性项目	-0.493**	-0.544**	-0.302**	-0.220**	-0.533**	-0.533**
躯体化	-0.520**	-0.487**	-0.313**	-0.155**	-0.507**	-0.507**
强迫症状	-0.472**	-0.527**	-0.344**	-0.208**	-0.529**	-0.529**
人际敏感	-0.427**	-0.534**	-0.307**	-0.147**	-0.490**	-0.490**
抑郁	-0.503**	-0.609**	-0.399**	-0.208**	-0.591**	-0.591**
焦虑	-0.475**	-0.551**	-0.301**	-0.183**	-0.521**	-0.521**
敌对	-0.310**	-0.418**	-0.208**	-0.175**	-0.385**	-0.385**
恐怖	-0.335**	-0.395**	-0.215**	-0.103	-0.362**	-0.362**
偏执	-0.396**	-0.507**	-0.276**	-0.151**	-0.460**	-0.460**
精神病性	-0.423**	-0.523**	-0.301**	-0.166**	-0.488**	-0.488**
SCL 总分	-0.513**	-0.593**	-0.351**	-0.193**	-0.568**	-0.568**

表7 生活质量综合评定问卷各分量表的相关分析

项目	躯体功能	心理功能	社会功能	物质生活	总均分
心理功能	0.701**				
社会功能	0.458**	0.565**			
物质生活	0.296**	0.248**	0.284**		
总粗分	0.827**	0.863**	0.744**	0.572**	1.000**

4 分析讨论

4.1 高中骨干教师心理健康状况应当引起关注,SCL-90 问卷全国常模的有效性值得质疑

调查表明高中骨干教师的精神健康状况明显低于常模,

表4 城市和农村教师存在差异的比较

分量表	城市(含县城、县级市)	农村	T 值
住房	13.4585±3.84392	12.0360±3.66539	3.302***
社区服务	10.4786±3.00580	8.8703±2.63178	5.040***
物质生活	49.4712±13.2241344	2891±13.04891	3.419***

3.2.4 重点高中与非重点高中教师存在差异的比较

重点高中与非重点高中教师在以下各因子上存在显著或极显著差异。重点高中教师在社区服务、正性情绪、自尊、物质生活方面明显好于非重点高中的教师,而非重点高中教师在强迫症状、抑郁、敌对、精神病性及 SCL-90 总分上明显高于重点高中,表明非重点高中教师存在着更多的心理健康方面的问题。见表5。

表5 重点高中与非重点高中教师存在差异的比较

分量表	重点学校	非重点学校	T 值
社区服务	10.1928±2.94375	9.4966±3.06251	2.036*
正性情感	14.1386±3.13128	13.3862±3.06682	2.137*
自尊	13.7771±2.29724	13.2276±2.25692	2.124*
物质生活	48.8060±13.24826	45.5900±13.30999	2.130*
总分	58.9556±9.73159	56.6234±8.99748	2.195*
强迫症状	0.7253±0.53949	0.8657±0.65501	-1.993*
抑郁	0.6204±0.56947	0.7796±0.64928	-2.217*
敌对	0.4881±0.52259	0.6692±0.60144	-2.734**
精神病性	0.5331±0.54245	0.6687±0.58547	-2.038*
SCL-90 总分	51.5519±42.48507	62.0299±47.56206	-1.975*

3.3 生活质量综合评定问卷与 SCL-90 问卷相关分析

生活质量综合评定问卷各个分量表和 SCL-90 的各个分量表之间除恐怖与物质生活因子之间无显著相关外,其他各因子之间均存在极显著相关,两个量表的总分也有极显著的相关。见表6、表7。

其中躯体化、抑郁、焦虑、恐怖、偏执、精神病性与常模有极其显著的差异。这表明高中骨干教师不同程度地存在着一些心理问题。高中骨干教师是承担高中教学任务的主力军,他们与高中生同样承受着高考的压力,尤其是河南、安徽、山东等高考大省,教师的压力更大。有的学校把高考升学率与教

师的奖金联系在一起,有的学校采取封闭式管理,要求班主任老师早晨5点钟到校,直到晚上10点钟才能下班等,这些无疑加重了教师的身心负担,影响其心理健康。这种状况应当引起教育部门及社会各方面的高度重视。

另一方面,笔者认为SCL-90全国常模存在问题,现在国内通用的常模是1986年确立的,距今已20余年,社会的发展与进步促使人们的生活及思想意识发生了很大的变化,用20年前的常模来对照现代人显然不妥。据研究^[4],近几年凡是单独使用SCL-90评估心理健康且与常模比较的结论,多表现出高于常模。《中国心理卫生杂志》1999~2002年4年间独立使用SCL-90的论文有52篇,其中高于常模有41篇,占总数的74%。故呼吁研究者尽快制定出新的常模,以提高心理健康测量工具的有效性。

本研究的重点在于比较不同人群两项测试结果的差异以及对生活质量综合评定问卷和SCL-90问卷进行相关分析,故受此常模的影响不大。

4.2 男教师的工作学习状况好于女教师,女教师则容易体验到不良情绪

测试结果显示,男女教师在生活质量与心理健康状况上的差异,在某种意义上反映出男女两性的心理差异。男性较多地看重工作、学习,在这方面投入的精力也比较多,成就需要比较强,也比较容易从中获得成功感,尤其是作为高中骨干教师更能体会工作学习带来的收获和价值。而女性较男性更细腻、敏感,除工作、学习外,女性较男性承担了更多的家庭责任,当工作角色与家庭角色发生冲突时,女性更容易受不良情绪的困扰。作为高中骨干教师的女性更能感受到工作、学习及家庭的双重压力。教育部门或学校领导应注意到男女两性的心理差异,从福利待遇和心理支持方面更多地给女性一些关照,有利于减轻女教师的心理负担,轻松愉快地面对生活。

4.3 高中骨干教师的身体状况不佳,其物质生活水平尤其是农村教师的物质生活水平还有待于提高

从研究结果中可以看出,高中骨干教师的躯体化症状明显高于全国常模水平,与未婚教师相比,已婚教师的身体不适感极为明显。城市与农村教师在物质生活方面差异较大。尤其住房问题,已婚教师由于抚养孩子、赡养老人等原因,现实的住房条件不如未婚教师,而农村教师在住房、社区服务方面的状况明显不如城市教师。说明高中骨干教师的物质生活水平还有待于提高。各级教育部门应关心高中教师的身体健康,定期为他们尤其是工作在农村学校的教师检查身体,在住房条件、购房政策及医疗保险、养老保险等方面,给教师一定的优惠,尤其要改善农村教师的生活条件,适当提高其经济收入和福利待遇,以便有充沛的精力学习和工作。

4.4 重点高中与非重点高中地位的差异,使教师的心理状态明显存在差异

重点高中是学业优秀学生聚集的地方,是大学生的摇篮,非重点高中却不能保证有良好的生源,也不能保证有较高的升学率。而高中的生存发展直接与高考升学率密切相关,升学率上不去就意味着不被社会认同,就面临着关门的危机。故非重点高中的教师比重点高中的教师承受着更大的心理压力,在心理健康方面表现出较多的身心症状。重点

高中由于生源好,升学率高,得到行政部门和社会各方的支持也较多,教师身在其中能够体会到自身的价值感,对生活、工作的主观满意度也较高,在物质生活、社区服务、自尊心、正性情绪等方面明显比非重点高中的教师有更多的积极感受,其心理压力明显小于非重点高中的教师。笔者认为教育部门应加大高中教育的投入,在地位、设施、生源、教师福利待遇等方面尽量缩小重点与非重点高中的差别,使每一位教师都能够以积极、健康的心态面对自己的生活和工作的。

4.5 高中骨干教师的生活质量与其心理健康状况密切相关,提高其生活质量有利于增进其身心健康

人是社会的人,社会的方方面面都影响着人们的生活,影响着人的心理健康。故教育部门和学校领导要关心每一个教师,了解教师的各种需要,从基本需要着眼,及时解决教师的实际困难,给教师以物质和精神的双重奖励和积极的社会支持,提高教师的物质生活待遇,关心和维护教师的身心健康,全面提高生活质量,只有这样才能提高他们的生活满意度,使他们能以健康的状态引导和教育学生,促进学生身心素质的提高,推动教育事业的发展。

生活质量与心理健康状况高度相关也使研究者更多地注意到这一研究领域,在今后的研究中可以在一些具体的相关因素上做更深入的分析 and 探讨,为维护教师的身心健康提出更为具体有效的措施。

5 结论

5.1 高中骨干教师总体上心理健康状况不佳,低于全国常模水平。

5.2 高中骨干教师在工作学习、精神紧张度、恐怖等方面存在着明显的性别差异,其中工作学习方面的差异极显著。

5.3 已婚教师与未婚教师在心理功能及物质生活维度上差异极显著,主要表现在精神紧张度、认知功能、住房等方面。

5.4 城市教师与农村教师在物质条件上,尤其是住房和社区服务方面存在极显著的差异,城市教师的生活条件明显好于农村教师。

5.5 重点高中与非重点高中地位的差异,使教师的心理状态明显存在差异,非重点高中教师的物质生活、心理状态及心理健康状况明显不如重点高中的教师。

5.6 生活质量综合评定问卷各个分量表和SCL-90的各个分量表之间存在极显著相关,两个量表的总分有极显著相关。生活质量综合评定问卷各个分量表之间也有极显著的相关。

6 参考文献:

- 1 Li Jing, Liu Genyi, Sui Guiying, et al. Investigation on mental health of high school teachers. (in Chinese). Journal of Jining Medical College, 2004(3):15-16
(李晶,刘根义,隋桂英.高中教师心理健康状况的调查.济宁医学院学报.2004(3):15-16)
- 2 Li Lingjiang, Yang Desen. Generic Quality of Life Inventory-74. Wang Xiangdong, Wang Xilin, Ma Hong. Rating scales for mental health(supplement). Chinese Mental Health Journal. 1999;88-100
(李凌江,杨德森.生活质量综合评定量表.汪向东,王希林,马弘编著.心理卫生评定量表手册.中国心理卫生杂志.1999年增刊.88-100)

(下转第728页)

5.2 大学生生命智慧与应付方式存在高度相关关系,大学生在生命非认知、生理健康、择业和交往上的智慧是使用积极应对方式中自我调节机制的有效预测变量,生命非认知智慧是自我调节机制使用最重要的预测变量。

6 参考文献

1, 8 张旭东·当代大学生心理挫折及调适·北京:中国科学技术出版社,2002,1,86—89

2 张旭东·生命智慧与人的抗挫素质培养——大学生生命教育课程体系建构与实施研究·南京师范大学,2006,25

3 梁宝勇,郭倩玉,杜桂芝等·应付方式的评定、分类与估价·中国临床心理学杂志,1999,7(4):200—203

4 贾晓波·心理适应的本质与机制·天津师范大学学报(社会科学版),2001(1):19—23

5 梁宝勇·应对研究的成果、问题与解决办法·心理学报 2002,34(6):643—650

6 〔美〕G·E·范伦特著,怎样适应生活——保持心理健康,颜文伟等译·上海:华东师范大学出版社,1996,348—354

7 车文博主编·当代西方心理学新词典·长春:吉林人民出版社,2001,473—474

9 车文博,张林,黄冬梅,张旭东·大学生心理压力感基本特点的调查·应用心理学,2003,9(3):3—9

10 李虹·压力应对与大学生心理健康·北京:北京师范大学出版社,2004,142—144

The Relationship Between College Students' Life Intelligence and Coping Styles

Zhang Xudong, Chen Shaozhen, Li Zhiling, Yao Shaoxian
(The School of Education Science, Zhanjiang Normal University, Zhanjiang, 524048)

Abstract The study explored the current situation of life intelligence of college students and revealed the relationship e between life intelligence and coping styles. A questionnaire was used to investigated 472 college students. It was shown that: (1)The total level of life intelligence of college students was comparatively high. There was significant difference in life intelligence and coping strategies between the female and male students from different grades. (2)There was significant correlation between life intelligence and coping styles. (3)Students rich in life intelligence mainly used optimistic coping styles, such as adjusting the mental state of regulating their emotion, summarizing their experience and changing the point of their view when they faced frustration. Non-cognitive intelligence of life was the most important predictive variable of coping styles.

Key words: college students, life intelligence, coping styles

(上接第 731 页)

3 Chen Changhui· Symptom Checklist 90. Wang Xiangdong, Wang Xilin, Ma Hong· Rating scales for mental health (supplement). Chinese Mental Health Journal. 1999,31—35

(陈昌惠·症状自评量表·汪向东,王希林,马弘编著·心理卫生评定量表手册·中国心理卫生杂志,1999 年增刊:31—35)

4 Wang Jindao· Present Status of SCL — 90 Used and Discussion of SCL — 90 for Testing Mental Health. (in Chinese)· Chinese Mental Health Journal. 2004(1):51—52

(王金道,SCL—90 量表使用的现状及检测心理健康的异议·中国心理卫生杂志,2004(1):51—52)

A Research on the Quality of Life and Mental Health of High School Key Teachers

Liu Yali, Wang Yao
Department of Education, He'nan University (Kaifeng, 475001)

Abstract This research selected high school key teachers as investigational subjects. Questionnaires was used to assess and discuss their quality of life and mental health, and the relations between quality of life and mental health. The results showed the high school key teachers' mental health was not good. There were obvious differences in some factors of quality of life and mental health in terms of sex, marriage and origin from the country or the city. There exists significant correlation in general between quality of life and mental health. Advice is given to the decision-making department for improv high school teachers' status of life and enhancing their physical and mental health enhancement in order to push forward high school's educational reform.

Key words: high school key teachers, quality of life, mental health