

高校教职工心理健康服务需求的调查与分析

黄玲

(西安工程大学 管理学院,陕西 西安 710048)

摘要:为获取高校教职工心理健康服务的个性化需求,提高高校教职工心理健康服务的针对性和有效性,采用自编问卷对陕西某省属高校近700名教职工进行调查。调查结果表明,高校教职工普遍存在心理压力和困扰,对学校提供心理健康服务有强烈诉求;教职工心理压力和困扰来源多元化,在心理健康服务的内容上关注内在和自我,在心理健康服务的方式和途径上具有理性和科学性的特点。依据调查结果,提出建立健全教职工心理健康服务组织架构,加强筑牢教职工心理健康服务支持保障,拓展完善教职工心理健康服务方法途径三方面措施和建议。

关键词:高校教职工;心理健康服务;调查分析

中图分类号:G647 文献标志码:A 文章编号:1008-3871(2022)02-0121-04

DOI: 10.16752/j.cnki.jylu.2022.02.026

高校承担着人才培养、科学研究、社会服务、文化传承的功能,而教职工是高校发挥各项功能,实现其价值的主力军。随着社会经济高速发展,高等教育综合改革的不断推进深化,高校教职工面临的压力日益增加,很多教师面临生存与发展的困境,不可避免遭遇着存在性焦虑的困惑^[1],高校教职工已成为心理疾病的高发人群之一。

十三五期间,高校各项事业发展的快速推进,实现“双一流”成为教职工奋进向上的动力之源。随之而来的是人才引进力度大幅增加,聘任制的广泛推行,高校教职工的年龄、学缘、学历结构,管理机制发生改变,冲击着原有的身份认同,形成制度困境^[2],在教师准入、培训、评价等方面产生诸多问题^[3],给教职工带来不少压力与困惑,也造成心理健康问题呈现时代性、多元化、复杂性的特点。

高校教职工的心理健康与否,关系着国家教育事业的发展前景,关系着各高校教学、科研、社会服务和文化传承功能的发挥,关系着高校各项事业的稳步推进,关系着高校师德师风、教风学风的建设与养成。因此,关注高校教职工心理健康状况,为高校教师提供必要的心理健康服务具有重要意义。通过心理健康服务帮助高校教职工缓解心理上的不适应,帮扶教职工学会自我调整,以积极、乐观、向上的心态处理自我内在,以及自我与外在的各种关系,真

正地担负起“立德树人”的历史使命。

为提升高校教职工心理健康服务的质量和针对性,了解心理健康服务的个性化需求,有必要对高校教师心理健康服务需求进行调查与分析,从而为更有针对性的制定面向高校教职工的心理健康服务政策和措施提供依据和支撑。

1 研究对象与方法

1.1 研究对象

研究选取陕西省某省属高校教职工作为研究对象。在十四五开局之年,在高校工会的组织下,发动了20个分工会对学校教职工的心理健康服务需求情况进行调查。借助分工会,面向近700名教师开展调查,共回收调查问卷697份,有效问卷674份,问卷有效率96.7%。参加问卷调查的男性386人(57.3%),女性288人(42.7%);学历上,本科及以上学历163人(24.2%),硕士239人(35.5%),博士272人(40.4%);类型上,管理人员156人(23.1%),教师475人(70.5%),其他保障人员43人(6.4%)。

1.2 研究方法

依托各分工会采用填写调查问卷方式进行信息收集,问卷为不记名问卷,不涉及调查对象个人信息,由调查对象自愿填写,由各分工会收集后汇总到工会,开展信息的统计分析。

调查问卷采用自编的“高校教职工心理健康服

收稿日期:2021-11-11

作者简介:黄玲(1983—),女,河南焦作人,工程师,主要从事教育管理、教师发展研究。

基金项目:西安工程大学哲学社会科学基金项目(2019ZXSK08)

务需求调查问卷”。调查问卷编制过程中参考了现有成熟的调查问卷[4],形成调查问卷初稿,开展了小规模试验调查和反馈修订,最终确定了调查问卷,调查问卷包括7个题项,主要调查内容包括:

- (1) 提供心理健康服务的必要性;
- (2) 教职工存在心理压力与心理困惑情况;
- (3) 心理压力与心理困惑的主要来源;
- (4) 希望提供心理服务的形式;
- (5) 希望了解哪些心理知识与技能应对心理困扰;
- (6) 希望提供哪些方面的心理健康服务;
- (7) 希望通过哪种方式表达心理压力或情绪变化。

2 调查结果及分析

2.1 教职工心理健康状况与健康服务需求

调查结果显示,45%的教职工认为心理压力与心里困惑普遍存在,23%的教职工认为少量存在,27%的教职工认为个别存在,5%的教职工认为不存在。95%的教职工认为学校有必要主动关注教职工的心理压力或情绪变化。从结果来看,高校教职工心理压力、心理困惑是普遍存在,教职工比较关注自身的心理健康状况,对于学校提供相关的心理健康服务有强烈的诉求。

2.2 教职工心理健康问题来源情况

通过调查可知,教职工产生心理压力与心理困惑的主要原因包括科研任务重(18%)、人际关系(11%)、家庭关系(13%)、经济压力(22%)、亲子关系(9%)、生命意义(6%)、情绪困扰(18%)、其它(3%),调查结果如图1所示。从调查结果来看,教职工心理压力和困惑的来源多元化,来自于工作、家庭和社会的各个方面,因而对于心理健康服务内容的需求也会呈现多元化特点。

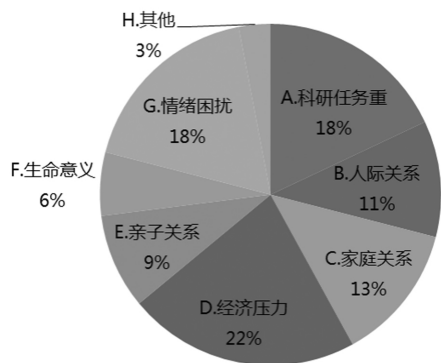


图1 教职工心理压力与心理困惑主要来源

2.3 教职工心理健康服务的内容需求

在教职工希望了解的心理知识与技能方面,36%的教职工希望了解心理学专业理论知识,35%的教职工希望了解如何缓解不良心理反应,29%的教职工希望了解如何寻求专业人员的心理帮助。针对教职工希望提供哪些方面的心理健康服务开展调

查,51%的教职工希望可以提供压力疏导帮助,30%的希望提供职场人际关系服务,19%的希望提供亲子关系帮助。从调查结果来看,教职工对心理健康服务内容的关心程度较高,且更关注自我层面,寻求自我的平衡。教职工不再满足了解解决心理问题普遍性的方法和技巧,更加注重自身对相关心理学理论知识的习得、对心理问题本质的溯源,以及对心理问题自助自救意识的建立和方法的掌握。

2.4 教职工心理健康服务的形式需求

在教职工希望提供心理健康服务的形式方面,30%的教职工希望学校开展科普讲座及团体活动,20%的教职工希望学校提供心理健康评估,19%的教职工希望学校提供职工入职心理测试,22%的教职工希望学校建立心理咨询室/减压室,另外7%的教职工系统开展针对性的心理健康课题研究,如图2所示。

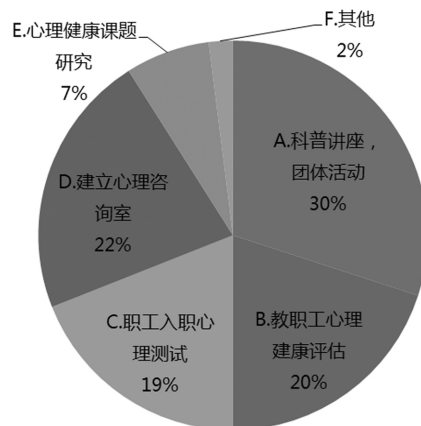


图2 教职工希望提供心理服务形式

在希望通过哪种方式表达心理压力或情绪变化方面,30%的教职工会选择与心理咨询师沟通来表达心理压力或情绪,而分别有24%、21%、19%的教职工选择与同事交谈、和朋友分享、向亲人倾诉的方式表达,如图3所示。

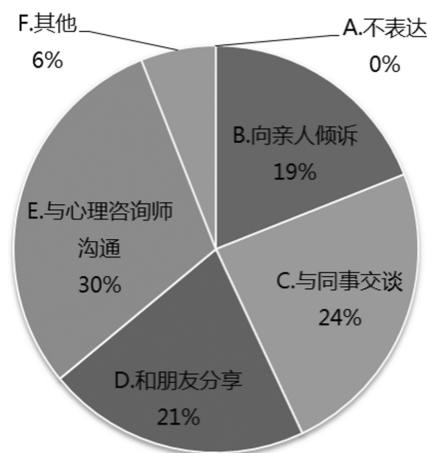


图3 希望通过哪种方式表达心理压力
从调查结果来看,61%的教职工,希望学校提供

心理健康评估、入职心理测试或建立心理咨询室/减压室,近1/3的教职工希望与心理咨询师沟通,因此教职工所需心理健康服务形式较为多元,同时具有专业性和科学性的特点。高校教职工受教育程度高,具有较高的研判问题、分析问题和解决问题的能力,会期望更加专业化、规范化、科学化、系统化、可持续性的心理服务构架。随着心理压力、困惑、焦虑等情况的与日俱增,随机性的安慰、鼓励和思想工作,单一的宣讲、报告等已经无法满足教职工对于心理辅导的实际需求。

3 应对策略

通过调查,掌握高校教职工心理健康基本情况和健康服务的个性化需求,在此基础上,提出有针对性的措施和建议。

3.1 建立健全教职工心理健康服务组织架构

研究表明,很多高校的教职工心理健康服务较为零散,具有偶然性、突发性、应急型等特点,缺乏相应的心理健康服务组织架构开展科学、有效、可持续性的工作。当前,心理健康服务已经从最初的医学模式逐步发展为医学-教育-社会整合模式,意味着心理健康服务远远不是一种治疗手段,而是一种经常性、多方位、全覆盖的工作方法。建议高校加强顶层设计,建立由校领导指导,校工会牵头,整合人事处(教师发展中心)、学生处、校医院、各分工会、心理学相关专业教师等资源,建立完善的组织架构,明确责任分工、工作流程,确保教职工心理健康服务工作常态化、规范化、合理化地开展,提升学校心理健康服务效能。

3.2 加强筑牢教职工心理健康服务支持保障体系

3.2.1 服务制度建设

根据《中华人民共和国高等教育法》《中华人民共和国工会法》《中华人民共和国精神卫生法》《“健康中国2030”规划纲要》《关于加强心理健康服务的指导意见》等法律法规,根据学校“十四五”规划及学校重点工作计划,明确教职工心理健康服务工作目标,开展教职工心理健康服务课题研究,制定心理健康服务的发展规划,制定具有操作性、指导性、科学合理的教职工心理健康服务制度政策,确保工作可持续性开展。

3.2.2 服务经费支持

建议高校依据教职工心理健康服务的内容、范围、途径、方法等适当给予经费支持。在相关部门专项经费、分工会经费分拨的过程中,充分考虑该项工作在工作环境改造、专业诊疗器材、人力劳务、图书资料、师资团队建设等工作中的经费预算及支出。在学校经费预算的基础上,可通过校友联盟、合作企业等多方位、多层次、多渠道地筹措经费,保障教职

工心理健康服务的顺利开展。

3.2.3 服务队伍建设

教师心理健康状态分为心理正常、心理困扰、心理障碍、精神疾病四种。从调查结果可以看出,高校教职工心理健康问题存在多元性、多层次等特点,需要基于“医教结合”方式,建立一支具有扎实的心理理论 and 丰富实践经验的服务队伍[5]。建议学校通过专、兼、聘等多种形式分层次、多角度建设心理健康服务队伍,有针对性地开展服务工作。加强校工会、人事处(教师发展中心)现有工作人员的心理学知识及技能培训,解决教职工日常生活中出现的突发性、暂时性心里困扰。将学生处大学生心理健康教育与咨询中心的专职人员及心理学、社会学、人力资源管理等相关专业教师补充到教职工健康服务师资队伍中来,解决教职工持续性、复杂化的心理障碍。同时聘请专业机构、医院的专家诊断治疗教职工较为严重的心理及精神疾病,守住底线。

3.2.4 建立健全教师职业发展规划与帮扶

高校要做顶层设计,协同各种资源,为教职工职业发展搭台铺路,提供帮扶,缓解教职工在工作中遇到的困惑与焦虑。

(1) 通过专业讲座培训、心理测评等方式,帮助教师学习职业发展的理论知识,了解职业发展的基本规律,建立职业发展规划的意识,引导教职工对自身职业生涯发展兴趣方向积极定位、主动规划。

(2) 充分发挥荣休教师以及临近退休教师的“传帮带”作用,加强老教师对青年教师的督促和引导。

(3) 细化完善各类考核目标任务,加强引导拓宽教师职称评审及分类考核的通道,激发师资存量活力,在科研成果考核的基础上,积极鼓励教师参加和参与各类教学竞赛、教学研究,学生学科竞赛指导,发挥优势,以点带面,提升自身职业发展能力。

(4) 在鼓励教师参加相关行业及学术领域的培训会议的基础上,加强教师培训的针对性和有效性。重点加强针对某一个群体、某一个专业或是某一门课程、某一个研究方法的培训,打破现有的新进教师校内、校外标准化、清单式培训的机械单一模式,将教师培训对人才培养、科学研究等工作落到实处。

3.3 拓展完善教职工心理健康服务方法途径

3.3.1 宣传引导

30%的教职工希望学校开展科普讲座及团体活动开展心理健康服务,因此,可通过科普讲座、知识竞赛、读书分享、心理健康专栏、心理健康调研访谈等方式实现宣传、教育、引导,提升教职工的心理健康意识。帮助教职工了解心理健康相关知识,最重要的是要引导教职工积极关注自我心理健康,树立

正确心理健康观,正视心理健康问题。即使出现心理健康问题,能够根据情况进行基本的自我心理保健或科学合理地寻求专业的帮助。

3.3.2 服务平台

心理健康服务平台的建设应充分考虑服务平台的便捷性、专业性、隐秘性。建议高校将已有的学生心理工作室的资源向教职工开放,在校内为教职工提供心理咨询、心理放松、心理宣泄、心理测量及心理诊断的空间及渠道,对有心理健康需求的教职工进行个别服务或者开展经常性的系列团体服务。在此基础上,充分考虑高校教职工受教育程度高、熟人社会等因素,建立网络心理平台,满足教职工匿名进行心理健康问题咨询、解答及帮扶的诉求,进一步实现心理健康服务的针对性及广泛性。

3.3.3 支持系统

充分发挥高校工会的作用,工会工作人员做好学校教职工心理健康服务领导小组与教职工个体间的纽带和桥梁,深入教职工群体,了解教职工的心理状态,为教职工提供人文关怀,建立学校、学院(机关)、系、党支部网格支持关怀系统^[6]。针对有特殊心理健康需求的教职工,建议与家庭成员携手建

参考文献:

- [1]郭德侠,楚江亭,时广军.大学教师存在性焦虑研究:资本的视角[J].教师教育研究,2019,31(4):60-67.
- [2]张伟,张茂聪.聘任制语境下高校青年教师学术职业困境与制度变革路径[J].高等教育管理,2020,14(4):52-60.
- [3]马雪琴,白振飞.高职院校教师专业发展存在的问题及对策研究[J].榆林学院学报,2011,21(6):85-88.
- [4]杨睿娟.中国高校教师职业心理健康理论构建与实证研究[D].西安:陕西师范大学,2018.
- [5]季文泽,汤琳夏,吴庆涛.医教结合视域下高效心理健康服务的融通模式[J].高等教育研究学报,2020,43(1):45-50.
- [6]朱联东,刘辰辰.新时期高校工会在青年教师心理援助中的作用及对策[J].教育教学论坛,2020,12(50):94-96.

(责任编辑:杨飞)

Investigation and Analysis on the Demand for Mental Health Services of College Staff

HUANG Ling

(School of Management, Xi'an Polytechnic University, Xi'an 710048, China)

Abstract: In order to understand the personalized demand of college staff concerning on mental health services, and to improve the pertinence and effectiveness of the services, a self-designed questionnaire is used to investigate nearly 700 staff members in a provincial university in Shaanxi. The survey result shows that there are widespread psychological pressure and problems among college staff, and they have strong demand for the provision of mental health services. The sources of psychological pressure and problems of college staff are diversified. They pay more attention to the internal factors of mental health services, and their demand for mental health services intends to be more specialized and scientific in terms of methods and ways. According to the survey result, this paper puts forward three measures and suggestions, to establish and improve the organizational structure, to strengthen the support and guarantee as well as to expand and improve the methods and ways of staff mental health services.

Key words: college staff; mental health services; investigation and analysis