

重大突发公共卫生事件后高职院校教师心理干预研究

周晨曦

(湖南食品药品职业学院,湖南长沙 410208)

[摘要]重大突发公共卫生事件后,不同社会人群的心理状态都会发生明显的变化,需要以心理干预为主要手段和举措,降低公共事件对各人群所带来的不利影响。本文以高职院校教师的心理干预为抓手,从教师心理健康问题、成因以及干预手段的角度出发,提出相应的心理干预策略,以期为我国高职院校更好地教育学生、培养学生提供支持和帮助。特别在我国职业教育快速发展的背景下,提高高职教师心理干预质量能够帮助高职院校营造良好的职业教育氛围,提升学生培养的实效性和有效性。

[关键词]重大突发公共卫生事件;高职院校;教师心理干预

[中图分类号] G640

[文献标识码] A

[文章编号] 2096-711X(2022)10-0042-03

doi: 10.3969/j.issn.2096-711X.2022.10.017

[本刊网址] <http://www.hbxb.net>

引言

重大突发公共卫生事件主要指突发的,造成公众健康损害的传染病、不明原因疾病及食物中毒等事件。该公共事件的基本特征和特点是突发性、广泛性,牵扯到社会系统的稳定运行。2020年初新冠疫情暴发,影响范围广泛,导致社会各经济主体或机构受到严重影响。根据相关数据调查显示,疫情防控期间,全球有15亿学生受到影响,针对院校难以正常开课所带来的学生心理变化,急需教师以健康的心态进行疏导和指引。从高职教师的角度出发,职业倦怠、攻击行为、躯体化症状是其所面临的主要心理问题,需要院校领导以科学的手段,提升教师的心理健康水平,使其能够更好地应对突发卫生事件,提高学生培养及学生心理疏导质量。

一、突发公共卫生事件下教师心理干预的价值

突发公共卫生事件拥有“多样性”“差异性”“广泛性”“综合性”等特点,在社会发展、时代进步的背景下,新媒体成为社会大众传播、获取信息的重要载体,公共卫生事件的影响会不断扩大,如果突发公共卫生事件,难以得到及时的控制,会在计算机网络的影响下,造成社会恐慌。在高职院校教育教学层面上,提高应对突发公共卫生事件的重视,做好防护措施拥有鲜明的必要性、重要性。然而在此过程中,高职必须提高对大学生的心理辅导力度,确保教学工作得到有序开展。但从学生心理辅导的角度出发,提高高职教师的心理健康水平,解决心理教师面临公共卫生事件时所出现的心理问题,又拥有一定的必要性。因为只有提高高职教师的心理健康水平,强化教师的心理防线,才能从教学实践中为公共卫生事件的预防和控制,提供保障。与此同时,也能在某种程度上,帮助高职教师更好地教育学生、培养学生,促进学生的全面发展和健康成长。此外,加强教师的心理干预,还有助于解决教师原有的、固有的心理问题、缓解教师所存在的心理疾病,对教师的职业发展,拥有显著的促进作用。当

然,在促进高职教师心理干预工作开展的过程中,高职教师能够掌握相应的心理干预手段和方法,可以利用心理干预手法、方法,疏导学生心理、调整学生情绪,进而形成全员、全方位的心理干预态势。为我国高职院校更好地做好疫情防控工作,奠定基础,提供支持。

二、高职院校教师的心理健康现状

高职教师的心理健康状况是评价教师心理素质的关键指标,同时也是影响学生培养质量的重要因素。现阶段,教师心理状况逐渐得到学界的广泛关注,并对教师心理健康水平进行了深入的研究。为更全面地分析高职教师的心理健康状况,我们需要从性别、年龄、岗位职称等角度出发,对其进行分析。

(一) 性别

男性教师在家庭、工作等层面上所面临的压力要普遍高于女性,而女性的生活习惯保持良好,能够坚持按时休息和锻炼,并且对收入的要求不高。但从整体的角度出发,高职教师由于职业特征和岗位特点,所面临的压力要高于普通人。特别在焦虑因子分与躯体化因子分等层面上,所存在的差异比较显著。在人际关系上,男性教师的敌对因子与敏感因子要高于女性教师,女性教师的焦虑因子及抑郁因子则高于男性教师。因此女性教师容易出现中度的心理问题。这与女性教师的自我调节及家庭责任存在明显的关系。女教师不仅要加强自我学习,提升自身的能力,还需要照顾子女,当两者出现矛盾后,女性教师所面临的心理压力便会增加,从而导致女性教师出现焦虑或抑郁等心理问题。

(二) 年龄

从高职教师的年龄层次的角度出发,青年教师与中年教师所存在心理问题相对显著,35-45岁的教师容易感到压力,25-34岁的教师次之。而46岁以上的教师所感受的生活压力、职业压力相对较小。在生活习惯上,56岁以上的高职教师能

收稿日期: 2022-3-2

基金项目: 本文系2020年湖南省教育科学“十三五”规划课题“重大突发公共卫生事件后高职院校教师心理分级干预研究”研究成果(项目编号: XJK20CZY088)。

作者简介: 周晨曦(1984—),女,湖南岳阳人,副教授,研究方向: 思想政治教育。

够保持良好的生活习惯,35-45岁的教师“最次”。这可能与教师所承担的岗位责任、生活压力存在明显的关系,即职责较少,能够将精力更多地投入到日常生活中。通常来讲中青年教师是高职院校的先锋力量,他们的社会期望与自我期待相对较高,加之所肩负的责任较重,容易产生各种类型的心理健康问题。

(三) 职称与岗位

职称序列与岗位序列是教师心理状况的影响变量之一。譬如行政教师容易受到人际关系、晋升压力、绩效考核等方面的压力。教授与副教授所面临的压力相似。但教授要比副教授拥有较为规律的生活,普通讲师的生活规律最为不稳定。而在心理压力的层面上,存在重度心理压力的教授为7.5%,副教授为16.66%,讲师则为35.34%。综合来看,讲师出现重度心理压力的比例较高。而在轻度心理压力上,不同职称的教师所面临的情况相同,普通讲师的出现轻度心理压力的比例最高。助教的心理压力要低于讲师、高于副教授和教授。

三、重大突发公共卫生事件下心理健康问题

高职教师是现代职业教育发展的重要推动力量,拥有鲜明的特殊性,对高职教师心理问题进行分析,能够帮助我们更好地、更全面地探究出重大突发公共卫生事件后,教师的心理干预策略和方法。然而在此过程中,我们还需要明确重大突发公共事件中高职教师所普遍存在的心理健康问题。通过结合高职教师原有的心理问题,提升心理干预策略的制定效率。

(一) 过度焦虑、紧张的心理状态

在突发性公共事件发生后,社会大众普遍会出现焦虑和紧张的心理反应,这种心理反应属于正常的现象,能够通过心态调整的方式来应对。然而过度的焦虑或紧张容易导致恐慌,甚至盲目采取不理智的行为,譬如过于频繁的洗手,测量体温等。高职教师由于自身岗位、职责及年龄等方面的因素,容易出现较大的心理压力,产生严重的心理问题。特别在公共卫生事件后,教师固有的心理问题,容易在公共事件发生后得到恶化,或者对公共卫生事件产生过度的焦虑或紧张。这种焦虑和紧张的心理状态会表现在课堂教学的不同环节、不同过程中,进而造成“学生恐慌”,影响到高职院校正常的教学秩序。因此高职院校领导需要对教师心理健康状态,提高重视,消除教师过度的焦虑和紧张。

(二) 冷漠或盲目乐观的心理状态

突发卫生事件后,人类会表现出冷漠的态度,无论对防火措施还是对事件动态,都持有漠不关心的心态。部分人甚至认为疾病不会出现在自己或周围人的身上,这种错误的心态主要源于公共事件的“广泛性”,社会大众是否患有该疾病,拥有明显的概率性特征。譬如远离疫区的人,患病概率小等。但这种冷漠、乐观的心态却不利于我国政府部门对公共卫生事件的管理和防控。部分高职教师在面临公共卫生事件后会出现“冷漠”的现象,不会从教学流程、教学过程等角度出发,注重对学生的引导,加强学生的防护,从而导致公共卫生事件蔓延到学校后,教师出现“手足无措”的现象,进

而影响到高职院校处理、预防公共卫生事件的有效性。

(三) 情绪化、过激化的心理状况

工作压力是高职教师心理问题形成的关键性因素之一,工作资源、工作环境、学生管理、事件分配、工作量、教学专业等方面的问题,容易导致教师出现严重的心理问题,如低成就感、职业倦怠、情绪衰竭等。而在突发卫生事件后,很多院校都会加大重视程度,提高管理力度,使教师在面临工作压力、生活压力的同时,还要面对来自疫情防控上的压力,在多重压力的共同影响和作用下,教师非常容易出现情绪化行为。譬如和家人相处中,容易出现情绪化对话或行为等。而在日常教学的过程中,则容易出现严厉批评学生的现象。

四、突发事件后高职教师的心理干预策略

突发公共卫生事件后,教师所出现的心理反应几乎与社会大众、学生群体相同,即焦虑、紧张,然而由于高职教师所面临的岗位压力、职业压力、晋升压力,导致教师所存在的心理健康问题较为严重,甚至会影响到正常的教学秩序。因此加强对高职教师的心理疏导,拥有一定的必要性和重要性。

(一) 实现同步化的心理干预

在重大突发公共卫生事件后,高职学生的心理问题通常表现为躯体化、焦虑、抑郁、人际关系、强迫等。而高职教师所面临的心理问题要高于学生,因为突发事件发生后,教师所承担的责任和压力明显增加。因此在实际的心理辅导与心理干预的过程中,高职院校应在做好疫情防控或卫生事件处理的前提下,开展各类心理辅导活动及工作,充分缓解高职教师与学生所面临的心理问题。首先,构建责任机制。高职院校要想切实落实教师心理干预计划,就需要制定相应的责任机制,通过制度手段确保心理干预工作得到落实,得到重视。譬如学校负责顶层设计,发布指导意见;二级学院负责信息的发布,并制定相应的实施办法等。如开展心理调查活动等。在此过程中,学校应明确不同部门和人员的责任,提高工作效率。其次,高职院校应以教师的心理干预为主,通过制定心理干预计划、心理讲座、团体培训及个体咨询等方式,为教师群体提供必要的心理干预,使教师拥有良好的、健康的心理条件,来开展各项教学工作、学生心理辅导工作。再次,开展学生心理辅导。在教师心理干预的前提下,高职院校应引导教师,借助科学的心理疏导、辅导、干预等手段,并配合心理健康教师的要求,为学生提供心理咨询、治疗及疏导等服务。最后,在兼顾教师与学生心理问题的过程中,高职院校还需要结合教师、学生在心理问题上的共同点,开展必要的心理旅游、心理讲座等活动,统一地缓解突发公共事件对教师、学生所带来的不利影响。

(二) 构建心理干预云平台

心理干预平台是心理健康教育与心理咨询的重要载体,通过构建“面对面”“键对键”“连线”的心理干预平台,能够帮助高职院校实现零距离辅导的目标,其中连线主要指高职院校通过公布社会心理机构、高职心理健康教师、医院及教育部门的咨询热线,为高校思政提供方便、便捷。而“键对键”则指构建心理交流平台,督促教师或学生准确、如实上报自身的安全情况、实时解读和传递政策通知,推荐拥有公信

力的网站平台,提醒教师和学生不惊慌失措、不散布、不相信谣言。而面对面则指通过视频会议的方式,召开会议,及时回答教师所提出的问题,引导教师增强对待、认识突发卫生事件,提高自我保护和防范的意识,使教师运用科学的方式,做好各类疫情防护、学生教育等工作。与此同时也能在某种程度上,缓解高职教师过度焦虑和紧张的情绪,提升高职教师的心理健康水平。因为在心理云平台的建设中,高职教师能够对突发事件有更全面地认识,能够正确看待突发事件,调整自身的心理。当然在云平台的支持下,高职教师可以将相关的信息资源,呈现在学生面前,使学生也能获得心理上的“干预”和“疏导”。当然在心理干预平台构建的过程中,高职院校还应提高网络资源建设力度,整合医院、研究院所有关心理健康方面的专业资源,为教师后期的自我筛查,提供支持。与此同时,也能提升心理干预云平台建设的完善性,增强心理干预的有效性、全面性。

(三) 加强心理筛查与辅导

高职教师往往基于自身的认知,对公共卫生事件进行评价,进而产生盲目乐观或冷漠的心理问题。这种心理问题难以被察觉和发现,高职院校只能从教师处理公共事件的过程中,明确教师是否存在盲目乐观的问题。对此,高职院校应加强对心理健康教师的心理筛查,把握教师的心理状况,通过开展一对一干预或辅导的方式,深化教师对公共卫生事件的理解和认识。譬如制定心理测试试题,从心理测试的角度,探究教师的心理状况。或者开展心理辅导类活动,对教师所存在的心理问题进行筛查。当然结合高职院校的工作安排和教学压力,院校领导应联系心理健康教师,制定自我筛查或自我评价机制,使存在心理问题的教师,能够及时地将自身的问题反映给学校或心理教师。而针对存在心理健康问题,特别是在突发事件前便存在抑郁、恐惧等问题的教师,高职院校应从工作压力、家庭压力、人际交往等层面,对教师进行心理干预,或者制定出科学的心理干预模式,切实解决教师所存在的心理健康问题。在该层面,高职院校不仅

能够解决突发事件后教师所存在的“情绪化”“盲目乐观”“过度紧张”“焦虑”等问题,还能解决教师因“工作压力”“家庭压力”所存在的心理问题。此外,高职院校要想提高心理干预的实效性和有效性,还需要加强与医院的合作,通过邀请医院精神科或心理方面的专家,使传统心理干预计划制定质量得到优化。譬如在医院专家的支持下,高职院校可以优化“媒体支持”“集体辅导”“小组辅导”“个案咨询”的方法,增强教师心理干预的科学性。

结语

突发公共卫生事件对高职教师心理健康水平的影响较为显著,如果不加以重视,将会严重影响到高职正常的教育秩序。通过分析高职教师心理健康现状能够发现,教师在年龄、性别、职称及岗位上的所存在的心理问题,不尽相同,但在突发公共卫生事件后,教师和学生所出现的心理问题却普遍相似。因此我们应从“心理筛查”“云平台建设”及“制度建设”等角度,提高高职教师心理干预质量,促进高职教师的心理健康发展。

参考文献:

- [1] 黄艳,王亭亭,黄金岩,徐思盈.重大突发公共卫生事件对中小学生的心理影响分析及情绪引导策略[J].西南大学学报(自然科学版),2021,43(12):147-156.
- [2] 安静,刘肇瑞,梁红,童永胜,黄悦勤.突发传染病公共卫生事件心理危机干预工作的探讨[J].中国心理卫生杂志,2021,35(9):795-800.
- [3] 李秋霞.城市突发公共卫生事件经济影响与应急处置机制研究[D].北京:中国社会科学院大学,2021.
- [4] 施莺莺,王晓宁,魏澜,曹鹏,林亚洲.重大突发公共卫生事件(新型冠状病毒肺炎流行)下心理干预对改善医务人员慢性颈腰痛的疗效研究[J].实用骨科杂志,2020,26(11):992-995.

Research on Psychological Intervention of Teachers in Higher Vocational Colleges after Major Public Health Emergencies

ZHOU Chen-xi

(Hunan Food and Drug Vocational College, Changsha Hunan 410208, China)

Abstract: After major public health emergencies, the psychological state of different social groups will change significantly. It is necessary to take psychological intervention as the main means and measures to reduce the adverse effects of public events on various groups. Taking the psychological intervention of teachers in higher vocational colleges as the starting point, this paper proposes corresponding psychological intervention strategies from the perspectives of teachers' mental health problems, to provide support and assistance. Improving the quality of higher vocational teachers' psychological intervention can help higher vocational colleges, create a good atmosphere for vocational education, and improve the effectiveness and effectiveness of student training.

Key words: major public health emergencies; higher vocational colleges; teachers' psychological intervention

(责任编辑:桂彬彬)