

百万扩招背景下高职院校教师心理韧性现状及其影响因素

刘端海¹ 张琪² 上官静¹

(1. 枣庄科技职业学院附属医院, 山东 滕州 277599; 2. 滕州市洪绪中心医院, 山东 滕州 277599)

摘要: 百万扩招是新时期国家对职业教育的一种赋能。本文通过分析百万高职扩招背景下教师的心理韧性及影响因素, 认为高职院校教师的知觉压力状况不容乐观, 应加快构建和完善更加积极的社会支持系统, 提升高职院校教师职业归属感, 提高其心理韧性水平。

关键词: 高职院校; 教师; 心理韧性; 知觉压力; 社会支持

中图分类号: G443

文献标识码: A

心理韧性(resilience)也被译作心理弹性、心理复原力, 它是个体应对压力、创伤、挫折等消极生活事件的能力或特质^[1]。心理韧性的本质是一种应对压力和逆境的能力, 也是衡量心理健康的重要指标^[2]。高职院校的教师作为高情绪劳动者, 其心理韧性的水平对其个人的心理健康、对学生、对教育教学效果都有重要影响。2019年《政府工作报告》明确提出, 高职院校大规模扩招一百万人, 对高职院校育人理念、教学方式乃至治理体系等提出新的挑战^[3]。扩招百万是新时期国家对职业教育的一种赋能, 对于高职院校教师而言, 机遇和挑战并存的形势也带来了巨大的心理冲击。探讨百万高职扩招背景下教师的心理韧性及影响因素, 进一步提高教师心理韧性水平, 应对高职教育生态系统的新变化与再调试, 促进高职院校师资队伍建设和人才培养工作水平, 具有十分重要的现实意义。

1 调查对象及方法

1.1 调查对象

以省内某三所高职院校教师为研究对象。采用方便抽样的方法, 随机抽取高职院校教师180名, 进行问卷星调查, 回收有效问卷156份, 问卷有效率为86.7%。

研究对象纳入标准: ①在岗教师; ②从事高职教育工作2年以上; ③无精神疾病和意识障碍病史; ④知情同意, 自愿参加研究。

1.2 调查工具

1.2.1 心理韧性量表(Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC)^[4]

量表采用Likert 5级评分法, 总分为各指标得分相加, 总分为0 ~ 100分, 分数越高表明受测者的心理韧性越好。在本研究中该量表的Cronbach's α 系数为0.93。

1.2.2 中文知觉心理压力量表(Chinese version perceived stress scale, CPSS)^[5]

量表分为5个评分等级, 量表采用Likert 5级评分, 量表分值越高, 显示知觉压力越大。Cronbach's α 系数为0.78。

1.2.3 社会支持量表(Social Support Rating Scale, SRRS)

由肖水源编制, 共10个条目^[6]。采用Likert 4级评分法,

得分越高, 反映个体感受到的社会支持程度越高。量表总分为66分, 总分<22分为低水平, 23 ~ 44分为中等水平, 45 ~ 66分为高等水平。该量表的Cronbach's α 系数为0.89, 重测信度为0.90。

1.3 统计分析方法

调查所获资料用IBM SPSS 24.0建立数据库, 采用的统计学方法包括描述性分析、t检验或方差分析等。以 $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

2 统计结果

2.1 一般资料

参加本次调查的156名高职教师中, 女性112名, 男性44名, 年龄为25 ~ 49岁, 平均年龄为 (27.2 ± 6.9) 岁。文化程度: 本科90名, 本科及以上66名。教龄为2 ~ 23年, 平均教龄为 (8.1 ± 5.3) 年, 其中, 小于5年工龄62名, 6年到10年工龄58名, 10年以上工龄36名。婚姻状况: 已婚86名, 未婚或离异70名。职称: 助理讲师58名, 讲师74名, 副教授及以上24名。

2.2 高职院校教师心理韧性、知觉压力、社会支持水平现状及与国内常模比较

心理韧性总分 61.12 ± 4.98 (国内常模为 65.40 ± 13.9 , $t = 10.74$, $P < 0.01$); 知觉压力总分为 32.06 ± 5.63 (国内常模为 24.22 ± 5.81 , $t = 17.39$, $P < 0.01$); 社会支持总分为 43.01 ± 2.89 (国内常模为 34.56 ± 7.34 , $t = 36.54$, $P < 0.01$)

2.3 高职院校教师心理韧性人口学特点分析

结果显示: 不同性别、年龄、婚姻状况、生育情况、是否需要照顾父母、学历、职称、教龄、夜班频率、是否为班主任、月平均收入等对高职院校教师心理韧性得分有影响($P < 0.05$), 与所在科室系部得分差异无统计学意义($P > 0.05$), 详见表1。

2.4 高职院校教师心理韧性与知觉压力、社会支持的相关性

经Pearson相关性分析, 高职院校教师心理韧性总分、坚韧性维度与知觉压力及各维度呈显著负相关($P < 0.01$); 心理韧性总分及各维度与社会支持中的支持利用度呈显著正相关($P < 0.01$), 心理韧性总分及坚韧性、力量维度与社会支持总

收稿日期: 2021-01-15

基金项目: 山东省高等学校人文社科研究项目(J15WC49); 山东省教育科学规划办重点研究项目(BZD2017003)。

作者简介: 刘端海(1970-), 男, 枣庄科技职业学院附属医院院长, 教授, 硕士, 研究方向: 职业心理健康与心理治疗等。

表1 不同人口学特点一线护理人员心理弹性得分的单因素分析

因素	个体特征	例数	心理韧性总分($\bar{x} \pm s$)	t/F	P
性别	男	44	62.59 $\pm$ 4.88	2.35	0.020
	女	112	60.54 $\pm$ 4.92		
年龄	<25	52	57.81 $\pm$ 3.95	27.86	0.000
	26~35	66	61.79 $\pm$ 4.51		
	36岁以上	38	64.47 $\pm$ 4.35		
婚姻	未婚	70	59.29 $\pm$ 4.94	4.37	0.000
	已婚	87	62.60 $\pm$ 4.54		
生育情况	未育	80	59.53 $\pm$ 4.85	4.32	0.000
	生育	76	62.79 $\pm$ 4.58		
学历	本科	90	59.65 $\pm$ 4.86	7.38	0.001
	研究生及以上	66	61.16 $\pm$ 4.98		
	助理讲师	58	59.02 $\pm$ 4.64		
职称	讲师	74	61.16 $\pm$ 4.55	21.76	0.000
	副教授及以上	24	66.08 $\pm$ 3.35		
科室	教学系部	89	61.64 $\pm$ 4.92	1.52	0.13
	管理岗	67	60.42 $\pm$ 5.02		
工龄	<5	58	59.24 $\pm$ 4.58	9.05	0.000
	6~10	56	61.43 $\pm$ 4.94		
	≥ 10	42	63.29 $\pm$ 4.70		
是否照顾老人	否	48	58.88 $\pm$ 4.72	3.93	0.000
	是	108	62.11 $\pm$ 4.79		
是否班主任	是	93	62.08 $\pm$ 4.86	2.99	0.003
	否	63	59.70 $\pm$ 4.85		
	4000以下	52	58.62 $\pm$ 4.40		
平均收入/(元/月)	4000~6000	72	61.83 $\pm$ 4.77	12.86	0.000
	6000以上	32	63.56 $\pm$ 4.71		

表2 156名高职教师心理韧性 with 知觉压力及社会支持的相关性分析(r)

项目	坚韧性	力量	乐观性	韧性总分	主观支持	客观支持	支持利用度	支持总分	紧张性	失控感	知觉压力
坚韧性	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
力量	0.438**	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
乐观性	0.006	-0.169*	—	—	—	—	—	—	—	—	—
韧性总分	0.874**	0.772**	0.139	—	—	—	—	—	—	—	—
主观支持	0.321**	0.370**	-0.078	0.384**	—	—	—	—	—	—	—
客观支持	0.142	-0.069	0.062	0.068	0.013	—	—	—	—	—	—
支持利用度	0.241**	0.246**	0.249**	0.341**	0.085	-0.015	—	—	—	—	—
支持总分	0.392**	0.310**	0.058	0.428**	0.763**	0.571**	0.374**	—	—	—	—
紧张性	-0.193*	-0.276**	0.080	-0.251**	-0.364**	-0.175*	-0.277**	-0.453**	—	—	—
失控感	-0.297**	0.087	-0.068	-0.160*	-0.030	-0.219**	-0.126	-0.187*	0.290**	—	—
知觉压力	-0.309**	-0.103	0.002	-0.252**	-0.231**	-0.247**	-0.244**	-0.387**	0.773**	0.831**	—

注: ** $P < 0.01$, * $P < 0.05$; —: 空白项

分及主观支持维度呈正相关($P < 0.05$)。

2.5 高职院校教师心理韧性影响因素的多元线性回归分析

以心理韧性总分为因变量,以心理韧性单因素分析差异具有统计学意义的性别、年龄、婚姻状况、是否有孩子、是否需要照顾父母、学历、职称、教龄、是否为班主任、月平均收入、社会支持总分及各维度和知觉压力得分为自变量,进行多元线性回归分析。结果显示:决定系数 R^2 为0.397,调整后 R^2 为0.372,不同年龄、婚姻状况、职称、生育、主观支

持和支持利用度是影响高职院校教师心理韧性水平的主要因素,可共同解释心理韧性水平37.2%的变异量,方程有效($F = 16.33$, $P < 0.001$),见表3。

3 讨论

3.1 高职院校教师心理韧性、知觉压力、社会支持水平现状

本研究通过对156名高职院校教师进行心理韧性水平调查,从表2中可看出,高职院校教师心理韧性总分处于中等水平偏上,与林晓娇(2015)的结果相一致^[7]。本研究显示

表3 高职院校教师心理韧性影响因素的多元线性回归分析

影响因素	回归系数	标准误	标准化回归系数	t值	P值
(常量)	56.353	3.820		14.752	0.000
年龄	2.933	0.850	0.278	3.450	0.001
婚姻	1.499	0.705	0.150	2.125	0.035
职称	4.506	0.946	0.453	4.762	0.000
生育情况	1.775	0.708	0.179	2.507	0.013
主观支持	3.255	1.200	0.317	2.713	0.007
支持利用度	0.902	0.413	0.168	2.185	0.030

注: $R^2=0.397$, 调整后 $R^2=0.372$, $F=16.33$, $P<0.001$

高职院校教师知觉压力得分较高, 知觉压力与国内常模相比, 差异有统计学意义($P<0.01$), 即大于健康危险性压力界值, 属于过大压力。本研究结果显示, 156名高职院校教师的社会支持总分处于中等水平, 其中主观支持和客观支持的支持利用度不高, 为 8.21 ± 0.93 分, 这与徐萍等(2020)研究结果基本一致^[8]。

3.2 高职院校教师心理韧性的影响因素分析

本研究结果显示, 不同性别、年龄、婚姻状况、生育情况、是否需要照顾父母、学历、职称、教龄、是否为班主任、月平均收入等对高职院校教师心理韧性得分有影响($P<0.05$), 与所在系部科室差异无统计学意义($P>0.05$); 高职院校教师心理韧性总分、坚韧性维度与知觉压力及各维度呈显著负相关($P<0.01$); 心理韧性总分及各维度与社会支持中的支持利用度呈显著正相关($P<0.01$), 心理韧性总分及坚韧性、力量维度与社会支持总分及主观支持维度呈正相关($P<0.05$); 不同年龄、婚姻状况、职称、是否有孩子、主观支持和支持利用度是影响高职院校教师心理韧性水平的主要因素, 能显著正向预测其心理韧性。

本研究结果显示不同年龄、学历、职称、婚姻状况、生育、家庭老人需要照护对高职院校教师心理韧性影响有统计学意义。中青年高职院校教师其心理韧性较未婚及青年教师强, 有孩子及老人照顾任务的教师较一般的刚参加工作未组建家庭教师心理韧性好。分析其原因, 这可能与其承担的工作任务、家庭责任较多, 不断增强适应能力有关。26~45岁教师多为学校业务骨干和管理者, 更有能力处理困难的情况, 心理耐受力较高, 对职业认同感高, 有强烈的责任感与使命感, 来自领导、同事、患者的尊重和认可较多。

相关分析表明, 支持利用度能较好地说明心理韧性变化情况。基于社会支持对于心理韧性的影响, 李董平(2012)提出“雪中送炭”模型, 认为个体资源因素对风险因素与社会适应之间的关系起调节作用, 社会支持扮“雪中送炭”的角色, 即当高职院校教师的社会支持水平偏高时, 随着压力知觉的增加, 教师的心理韧性下降的速度减慢^[9]。教师的社会支持水平偏低时, 随着压力知觉的增加, 其心理韧性呈显著的下降趋势。从积极心理学角度看, 在获得一定程度的社会支持下, 高职院校教师面对百万扩招后教学与管理的新挑战, 在心理防御机制上, 更倾向于升华方式, 增加了职业认同感, 心身一致, 从而提高心理韧性水平。

3.3 提升高职院校教师心理韧性水平的策略

心理韧性作为一种动态发展的能力, 能够对从业人员面

对高强度工作压力和急迫的工作节奏时的工作稳定性和工作效率做出较为公正的评价, 是在复杂环境工作的必要素质元素, 具有可塑性。王云龙(2020)研究表明, 适当程度的心理干预能够提升心理韧性的养成^[10]。作为高职院校教师应加强自我保护能力, 学会面对突发的压力事件时快速稳定自我, 及时投入精力应对压力, 更好地面对工作与挑战。其次高校管理者应重视教师的心理韧性水平, 把教师心理韧性纳入高职院校教师职前教育内容。目前, 越来越多的研究发现正念与心理韧性密切相关, 正念训练被认为是教师提升心理韧性的重要途径, 有太极、深呼吸练习和意向引导3项身心调节技术, 临床实证发现其对增强心理韧性最有效^[11]。学校要积极创造条件, 营造和谐的组织氛围, 提升教师职业归属感, 建立完善的适合本校教师发展的绩效考核动态制度, 激发教师们的工作动力, 形成有效的激励机制。

(责任编辑: 侯辛锋)

参考文献:

- [1]刘惠军,卜彤.家庭韧性对抑郁的影响:个体心理韧性的部分中介作用[J].心理与行为研究,2020(1):72-77.
- [2]曾珍,叶增杰,胡蕊,等.护士心理韧性对压力负荷、心理健康水平和职业获益感的中介效应[J].广东医学,2018(15):2352-2353.
- [3]吴益群.百万扩招背景下高职教育成教普教融合研究[J].成人教育,2020(12):74-78.
- [4]李亚萌.急诊科护士心理弹性及其影响因素的研究[D].郑州大学,2014.
- [5]杨廷忠,黄汉腾.社会转型中城市居民心理压力的流行病学研究[J].中华流行病学杂志2003(9):760-764.
- [6]汪向东,王希林,马弘.心理卫生评定量表手册[J].中国心理卫生杂志,1999(增刊):31-35.
- [7]林晓娇.大学教师工作压力与心理韧性关系研究[J].大学教育科学,2015(4):74-79.
- [8]徐萍,杨裸瑞,李相承,等.高校教师社会支持与职业倦怠问题与对策研究[J].教育学术月刊,2020(6):82-86.
- [9]李董平.多重生态学风险因素与青少年社会适应:风险建模与作用机制研究[D].广州:华南师范大学,2012.
- [10]王云龙.高师院校教师韧性发展的研究——以C师范大学为例[D].长春:长春师范大学,2020.
- [11]林琳,何国平.国外关于护士心理韧性的研究进展[J].解放军护理杂志,2018(17):41-43.

Resilience and Influencing Factors of Teachers in Higher Vocational Colleges under the Background of Million Enrollment Expansion

Liu Duanhai¹, Zhang Qi², Shang Guanjing¹

(1.The Affiliated Hospital of Zaozhuang Vocational College of Science and Technology,Tengzhou 277599; 2.Hongxu Central Hospital of Tengzhou City,Tengzhou 277599)

Abstract: Millions of enrollment expansion is an empowerment of vocational education in the new era. By analyzing the psychological resilience and influencing factors of higher vocational colleges teachers in the context of millions of enrollment expansion, the author holds that the status quo of perceptual pressure of the teachers is not optimistic, therefore, it's high time to speed up the construction and improvement of a more active social support system, to boost teachers' sense of belonging and psychological resilience.

Key words: Higher vocational colleges; Teachers; Psychological resilience; Perceptual pressure; Social support