

农村小学教师心理健康状况及对策研究

◎ 柴智强

目前,教师职业在上级领导和学生及家长需求,家长和学校、老师,升学率、分数等多种因素影响下,教师心理健康亟待加强。尤其是农村地区的教师关注较少,因此对农村地区小学教师心理健康现状的调查研究十分有必要。只有确保了教师心理足够的健康,才可以做好孩子们更为合格,更为出色的引导者和指路人。

《义务阶段农村教师的心理健康的调查报告》通过大量的调查数据分析探讨在义务教育阶段农村教师的心理健康状况和形成的原因,总结出对教育改革有利的可行性方法和措施。调查结果显示近50%的农村小学教师有心理问题;二是年龄在40—50岁之间的教师心理问题严重突出;三是女性、班主任和骨干教师心理问题高于其他教师。

在大量数据分析的基础以及作为农村小学教师自身的体会中,我总结出以下几方面当前农村小学教师心理健康的现状:

1. 农村小学教师的心理健康状况堪忧。在我国,半数以上的教师在乡村任教,这就表示农村教师的心理健康问题在我国的教育方阵中占据着不可忽视的位置。

2. 教师在不健康的心理环境中工作,积极性不高。

3. 教师的不健康的心理环境中工作,情绪化比较大。

4. 影响农村教师心理压力甚至心理健康的因素还有过度的工作量等。长期高负荷的工作状态和超长的工作时间、较低的收入报酬、沉重的家庭负担以及较差的生活环境,再加上忽视对自身心理问题的疏导,极容易导致强烈的职业倦怠行为和心里。

对教师心理健康的关注与研究,不仅关系到学生的健康成长,更直接影响教师自身的生活状态与生活质量。而造成农村小学教师心理健康状况不佳的原因是多方面的,面对农村小学教师的这些心理健康问题,我们必须高度重视,经过调查探讨,总结出改善农村小学教师心理健康状况的措施主要就是以下几个方面:

1. 各级领导应充分重视教师心理健康问题。农村教师由于其特殊的工作性质,加上其周围环境的特殊性,农村教师所处的社会环境在不断变化,教育对象也存在差别,自身追求也在变化,因此会产生不同程度的心理问题,做为领导,应该重视教师的这些心理状况,开展相关的心理健康教育培训,并使心理健康教育培训制度化、系统化、经常化。

2. 教育主管部门和学校要减轻教师心理压力。教育部门要从社会支持方面入手,呼吁社会对教师的关心和尊重;学校应努力为教师创设良好的人际关系环境、工作生活环境,使教师看到自己的价值,认识到自己的地位、重要性,以此来提高教师的心理健康水平。

3. 教师本身要提高自身素质。教师从自身方面也要努力提高对压力的承受能力和化解压力的方法技巧,包括自我调节、主动调整心理需要、创建良好的人际关系、时常进行反思等等。只有身处农村地区的小学教师自己认识到自身存在的心理健康问题,正面面对这些心理问题,并积极调节,提高自身素质,才能从根本上解决心理健康问题。

众所周知,教师的职责是教

书育人,育人的内容又包括了育德、育心。心理健康是教师素质的核心要素,也是教师整体素质提高和教育教学质量提高的基础与保障。通过对农村小学教师心理问题现状的调查及原因分析,寻找有效的解决问题的对策,探索优化教师心理健康,疏导教师心理困惑,从而提高教师心理健康水平,促进教师身心的和谐发展,切实加强和维护教师心理健康状况,健全和完善心理健康教育体系。所以,调查、分析和研究教师的心理健康问题,加强教师的心理健康辅导,不仅关系到教师自身的生活质量,更关系到下一代的健康成长。

参考文献

- [1]刘维良,教师心理卫生,知识产权出版社,2001年3月。
- [2]张向葵,教育心理学,中央广播电视大学出版社,2003,10(第一版)。
- [3]姚文忠,教师科学素养读本[M],四川大学出版社,2004,5(第一版)。
- [4]高莉,中小学教师心理健康现状调查及对策研究,中国地质大学(武汉),2009。
- [5]岳晓东,中小学心理辅导的实用理论和操作技术,北京师范大学出版社,2001,5。
- [6]周业敏,小学教师心理健康现状与对策初探,中小学教师培训,2014(3)。
- [7]任其平,论农村教师的心理健康问题及对策,巢湖学院学报,2007,9(5)。

课题类别:本文系2016年度甘肃省“十三五”教育科学规划课题《农村小学教师心理健康状况及对策研究》(课题立项号:GS[2016]GHB1586)研究成果。

(作者单位:甘肃省平凉市静宁县曹务教委中心小学)