

我国教师群体心理健康问题的特点、 影响因素与发展趋势

黄潇潇 靳娟娟 俞国良

(中国人民大学 教育学院, 北京 100872)

(北京教育学院 思想政治教育与管理学院, 北京 100120)

(中国人民大学 教育学院, 北京 100872)

摘要:为明晰我国教师心理健康问题的基本状况,并为未来教师政策制定提供实证依据,本研究借鉴横断历史研究方法,对1998—2020年间采用SCL-90量表测量我国教师焦虑、抑郁、躯体化、强迫、偏执和敌对问题的研究进行元分析。结果发现:①1998—2020年,整体上我国教师的心理健康问题呈现缓慢上升特点,其中强迫问题一直以来较为严重,躯体化问题波动幅度较大。②女性、幼儿与中学、大学学段以及东部、东北部地区教师,心理健康状况恶化较为明显。③招生人数、国民生产总值、人口数量、自然增长率和科技成果登记数等宏观因素对教师心理健康问题具有一定影响。④预测我国教师心理健康问题仍然延续缓慢上升的发展趋势。总体而言,未来构建教师心理健康问题监测体系是必然选择,控制教师心理健康问题风险因素是关键保障,杜绝教师心理健康问题的恶化趋势是核心行动。

关键词:教师群体;心理健康问题;横断历史研究;元分析;时间序列分析

中图分类号:G443 **文献标识码:**A **文章编号:**2095-1760(2024)03-0168-13

教师是教育事业的第一资源和中坚力量。高质量教育发展仰赖于高质量教师,业已成为当前世界各国最普遍、最具代表性的教育共识^[1]。高质量教师不仅需要其具备杰出的教学能力、优良的师德师风,良好的心理健康状况更是重要基础与根本保障。这不仅与教师自身的职业幸福感及生活质量

收稿日期:2023-10-05

作者简介:黄潇潇,女,中国人民大学教育学院,博士研究生。

靳娟娟,女,北京教育学院思想政治教育与管理学院,讲师。

俞国良,男,中国人民大学教育学院,教授,博士生导师。

基金项目:本成果受到中国人民大学心理健康教育跨学科重大创新规划平台支持。

息息相关^[2],也会进一步对学生群体的心理健康状况、人格成熟、健康成长等方面产生深远影响^[3]。因而,作为改善师生心理健康并助力学校教育高质量发展的前提,掌握我国教师心理健康问题的特点、影响因素与发展趋势尤为重要。

以往虽有一些研究探讨我国教师群体的心理健康问题,但依然具有以下分歧和不足:①原始研究由于样本量、地区、检出工具等的不同,难以窥见我国教师心理健康问题全貌。②既有元分析时间跨度小,发展趋势结果存在争议。如衣新发等人指出1994—2011年我国教师的心理健康水平下降^[4],张积家和陆爱桃发现进入21世纪以后我国教师心理不健康的检出率增长很快^[5],与之相反,杨睿娟等人则认为2009年之后我国教师心理健康水平有所改善^[6]。③缺少对宏观因素的探讨,难以服务未来政策制定。为此,本研究首先全面刻画了1998—2020年我国教师心理健康发展的变化轨迹;其次,从性别、学段、城乡、地区方面分析了我国教师心理健康问题的群体特点。再次,从教育、经济、社会、技术四个方面探讨宏观因素对教师心理健康问题的影响。最后,对未来教师心理健康问题发展趋势进行预测。

一、研究方法

(一)文献检索

国内使用了知网、万方、维普和硕博论文数据库;国外数据库包括Web of Science核心合集、Psych INFO、Eric、Psych Articles、Elsevier Science Direct、Pubmed、ProQuest Dissertations and Theses,检索范围为摘要。教师中文检索词包括“教师”“讲师”“教授”“班主任”和“导师”,英文检索词包括“Faculty”“Teacher”“Professor”“Lecturer”和“Instructor”;心理健康问题中文检索词包括“焦虑”“抑郁”“躯体化”或“躯体主诉”“强迫”“偏执”“敌对”,英文检索词包括“Anxi *”“Depress *”“Somati *”“Compuls *”或“Obsess *”“Paran *”和“Hostil *”。此外,为限定对象为中国内地教师,英文数据库检索均需加入“Chin *”。检索中对教师与心理健康问题检索词逐一匹配。检索时间段为2000年1月1日至2022年12月31日。

(二)文献筛选

文献纳入标准如下:①实证研究且为一手资料;②采用SCL-90为测量工具;③研究对象为中国内地教师,特殊教师除外;④对于重复发表的研究仅取其—。

经文献筛选后,共纳入焦虑研究 303 项,样本量 92 352 人;抑郁研究 304 项,样本量 92 473 人;躯体化研究 303 项,样本量 91 804 人;强迫问题研究 300 项,样本量 91 079 人;偏执问题研究 301 项目,样本量 91 404 人;敌对问题研究 302 项,样本量 91 121 人。论文发表起止时间为 2001—2022 年,其收集数据起止时间为 1998—2020 年。

(三) 文献编码

对纳入的每项研究根据基本信息进行编码。对于只报告分组结果的研究,对分组结果进行加权处理,以得出该研究总平均值及标准差。

(四) 宏观因素

本研究从教育、经济、社会和技术四个方面选取 8 项社会指标,以评估宏观社会变迁对教师心理健康的影响,包括招生人数和教育经费(教育因素)、国民生产总值和居民消费价格指数(经济因素)、人口数量和自然增长率(社会因素)、互联网普及率以及科技成果登记数量(技术因素)。互联网普及率数据取自《中国互联网络发展状况统计报告》,其余数据则取自《中国统计年鉴》。

二、研究结果

(一) 我国教师心理健康问题的特点

1. 我国教师心理健康问题的变化轨迹

对样本平均值进行加权处理,并通过计算效果量 d 和解释率 r^2 来评估局部波动。效果量 d (绝对值)为 0.2 属于“小效果量”,0.5 属于“中效果量”,0.8 属于“大效果量”^[7]。结果发现,第一,如图 1 所示,强迫问题始终居于首位。第二,各类指标上下波动的规律趋于一致,皆代表着教师心理健康水平的变化。第三,如表 1 所示,2014 年之前,我国教师各类心理健康问题呈微弱上升趋势,但 2014—2017 年呈现出明显下降趋势,而 2017—2020 年则有所上升。此外在我国教师各类心理健康问题中,躯体化问题波动更不稳定、波幅更强。2014 年,正是全面深化教育领域综合改革的开局之年^[8]。习近平总书记号召全国广大教师“做党和人民满意的好老师”^[9],同时一系列教师教育政策的出台都令教师这一职业受到了广泛重视。2019 年,随着新冠病毒出现,教师面临着线下教学到线上教学模式的转变等诸多压力和挑战^[10],一定程度上加重了教师心理健康问题表现。这些变化从侧面反映出,我国教师心理健康状况受到外界环境等多方面因素的影响。

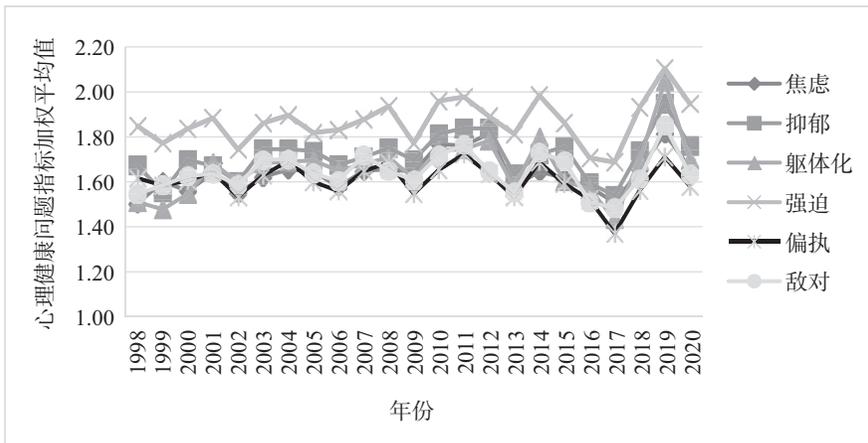


图1 1998到2020年我国教师心理健康问题指标加权平均值变化

表1 教师心理健康问题的变化趋势和变化量

心理健康问题	年份	M_1	M_2	$M_{变化}$	M_{SD}	d	r^2
焦虑	1998—2014	1.50	1.65	0.15	0.54	0.28	0.02
	2014—2017	1.65	1.51	-0.14	0.47	-0.30	0.02
	2017—2020	1.51	1.67	0.16	0.60	0.27	0.02
抑郁	1998—2014	1.67	1.72	0.05	0.60	0.08	0.01
	2014—2017	1.72	1.54	-0.18	0.55	-0.33	0.03
	2017—2020	1.54	1.76	0.22	0.63	0.35	0.03
躯体化	1998—2014	1.51	1.80	0.29	0.59	0.49	0.06
	2014—2017	1.80	1.43	-0.37	0.44	-0.84	0.15
	2017—2020	1.43	1.70	0.27	0.63	0.43	0.04
强迫	1998—2014	1.85	1.98	0.13	0.61	0.21	0.01
	2014—2017	1.98	1.69	-0.29	0.51	-0.57	0.07
	2017—2020	1.69	1.95	0.26	0.65	0.40	0.04
偏执	1998—2014	1.62	1.69	0.07	0.55	0.13	0.01
	2014—2017	1.69	1.37	-0.32	0.48	-0.67	0.10
	2017—2020	1.37	1.58	0.21	0.58	0.36	0.03
敌对	1998—2014	1.55	1.73	0.18	0.59	0.31	0.02
	2014—2017	1.73	1.48	-0.25	0.51	-0.49	0.06
	2017—2020	1.48	1.63	0.15	0.61	0.25	0.01

2.我国教师心理健康问题的群体特点

性别特点。如表2所示,第一,在焦虑、偏执、敌对问题上,男性与女性教

师均呈下降趋势;第二,在抑郁、躯体化问题上,男性教师呈现微弱下降趋势,而女性教师则呈微弱上升趋势;第三,在强迫问题上,男性与女性教师均呈上升趋势,且女性教师上升幅度比男性更为明显。调节效应分析显示,女性教师抑郁分数显著高于男性教师。总体而言我国女性教师心理健康水平恶化更为明显,且抑郁问题更为严重。

表2 不同性别教师心理健康问题变化趋势和变化量

心理健康问题	性别	M_1	M_2	$M_{\text{变化}}$	M_{SD}	d	r^2
焦虑	男性(1999—2020) $n=12\ 964$	1.74	1.35	-0.39	0.54	-0.72	0.12
	女性(1999—2020) $n=23\ 199$	1.63	1.56	-0.07	0.55	-0.13	0.01
抑郁	男性(1999—2020) $n=12\ 766$	1.51	1.44	-0.07	0.59	-0.12	0.01
	女性(1999—2020) $n=23\ 006$	1.60	1.61	0.01	0.59	0.02	0.01
躯体化	男性(1999—2020) $n=13\ 183$	1.43	1.41	-0.02	0.58	-0.03	0.01
	女性(1999—2020) $n=15\ 072$	1.47	1.52	0.05	0.58	0.09	0.01
强迫	男性(1999—2020) $n=12\ 901$	1.63	1.71	0.08	0.57	0.14	0.01
	女性(1999—2020) $n=14\ 861$	1.76	2.00	0.24	0.59	0.41	0.04
偏执	男性(1999—2020) $n=12\ 673$	1.44	1.41	-0.03	0.57	-0.05	0.01
	女性(1999—2020) $n=22\ 977$	1.58	1.43	-0.15	0.54	-0.28	0.02
敌对	男性(1999—2020) $n=12\ 739$	1.8	1.23	-0.57	0.58	-0.98	0.19
	女性(1999—2020) $n=20\ 944$	1.54	1.51	-0.03	0.59	-0.05	0.01

注:1998—2020年间未涉及的年份即代表数据缺失,下同。

学段特点。如表3所示,第一,幼儿教师心理健康问题总体呈上升趋势;第二,小学教师躯体化、强迫问题呈现出上升趋势,其余则呈现出下降趋势;第三,除偏执外,中学教师心理健康问题都呈上升趋势;第四,大学教师心理健康问题总体而言呈上升趋势。调节效应分析显示,各个学段教师心理健康问题的得分无显著差异。综上,1998—2020年,我国幼儿、中学与大学教师的心理健康问题几乎都呈现出上升趋势,但不同学段不存在显著差异。

表3 不同学段教师心理健康问题变化趋势和变化量

心理健康问题	学段	M_1	M_2	$M_{\text{变化}}$	M_{SD}	d	r^2
焦虑	幼儿(1999—2020) $n=14\ 860$	2.32	2.57	0.25	0.59	0.43	0.04
	小学(1998—2020) $n=22\ 144$	1.63	1.56	-0.07	0.53	-0.14	0.01
	中学(1998—2020) $n=30\ 729$	1.07	1.24	0.18	0.57	0.31	0.02
	大学(1999—2018) $n=23\ 824$	2.00	2.29	0.29	0.51	0.56	0.07

续 表3

心理健康问题	学段	M_1	M_2	$M_{\text{变化}}$	M_{SD}	d	r^2
抑郁	幼儿(1999—2020) $n=14\ 860$	1.35	1.43	0.08	0.59	0.14	0.01
	小学(1998—2020) $n=22\ 144$	1.70	1.65	-0.05	0.56	-0.09	0.01
	中学(1998—2020) $n=30\ 729$	1.02	1.22	0.20	0.63	0.31	0.02
	大学(1999—2018) $n=23\ 645$	2.31	2.53	0.23	0.54	0.42	0.04
躯体化	幼儿(1999—2020) $n=14\ 860$	1.80	1.93	0.13	0.60	0.21	0.01
	小学(1998—2020) $n=22\ 144$	1.72	1.73	0.01	0.58	0.02	0.01
	中学(1998—2020) $n=30\ 729$	0.88	1.10	0.22	0.61	0.36	0.03
	大学(1999—2018) $n=23\ 060$	2.03	2.26	0.23	0.53	0.43	0.04
强迫	幼儿(1999—2020) $n=14\ 660$	2.30	2.64	0.34	0.65	0.52	0.06
	小学(1998—2020) $n=22\ 144$	1.81	1.85	0.04	0.58	0.06	0.01
	中学(1998—2020) $n=30\ 729$	2.73	2.97	0.24	0.62	0.39	0.04
	大学(1999—2018) $n=22\ 415$	2.54	2.79	0.25	0.57	0.43	0.04
偏执	幼儿(1999—2020) $n=14\ 660$	1.21	1.19	0.02	0.56	0.04	0.01
	小学(1998—2020) $n=22\ 144$	1.65	1.47	-0.19	0.54	-0.34	0.03
	中学(1998—2020) $n=30\ 729$	2.33	2.30	-0.02	0.58	-0.04	0.01
	大学(1999—2018) $n=22\ 740$	1.68	1.85	0.17	0.52	0.33	0.03
敌对	幼儿(1999—2020) $n=14\ 660$	1.48	1.42	0.06	0.61	0.10	0.01
	小学(1998—2020) $n=22\ 144$	1.65	1.58	-0.07	0.59	-0.12	0.01
	中学(1998—2020) $n=30\ 729$	1.21	1.25	0.04	0.61	0.07	0.01
	大学(1999—2018) $n=22\ 457$	0.89	1.04	0.15	0.53	0.29	0.02

城乡特点。如表4所示,第一,几乎所有城乡教师心理健康问题都呈现下降趋势。第二,城市地区的教师抑郁问题下降幅度最为明显。第三,农村地区的教师敌对问题下降幅度最为明显。调节效应显示,无论是哪种心理健康问题,城乡差异均显著。综上,在2000—2016年,虽然我国城乡教师的心理健康问题不存在显著差异,但几乎所有教师心理健康问题都呈下降趋势。

表 4 城乡教师心理健康问题变化趋势和变化量

心理健康问题	城乡	M_1	M_2	$M_{\text{变化}}$	M_{SD}	d	r^2
焦虑	城市(2000—2016) $n=4\ 303$	1.81	1.68	-0.13	0.63	-0.21	0.01
	农村(2000—2016) $n=5\ 219$	1.68	1.57	-0.11	0.56	-0.20	0.01
抑郁	城市(2000—2016) $n=4\ 303$	1.98	1.49	-0.49	0.66	-0.74	0.12
	农村(2000—2016) $n=5\ 219$	1.84	1.47	-0.37	0.63	-0.59	0.08
躯体化	城市(2000—2016) $n=4\ 219$	1.77	1.61	-0.16	0.64	-0.25	0.02
	农村(2000—2016) $n=5\ 303$	1.62	1.71	0.09	0.61	0.15	0.01
强迫	城市(2000—2016) $n=4\ 219$	1.89	1.69	-0.20	0.65	-0.31	0.02
	农村(2000—2016) $n=5\ 303$	1.84	1.61	-0.23	0.62	-0.37	0.03
偏执	城市(2000—2016) $n=4\ 219$	1.70	1.47	-0.23	0.59	-0.39	0.04
	农村(2000—2016) $n=4\ 978$	1.75	1.44	-0.31	0.56	-0.55	0.07
敌对	城市(2000—2016) $n=4\ 300$	1.51	1.28	-0.23	0.66	-0.35	0.03
	农村(2000—2016) $n=5\ 022$	1.67	1.22	-0.45	0.59	-0.76	0.13

地区特点。如表 5 所示,第一,东部和东北地区的心理健康问题上升幅度较为明显。第二,中部和西部在各类心理健康问题的表现并不一致。具体而言,在焦虑、抑郁、偏执、敌对问题上中部地区表现出下降趋势,在抑郁、强迫、偏执问题上西部地区则表现出微弱下降趋势。第三,在各类心理健康问题中,躯体化问题在各类心理健康问题中均表现出上升趋势。调节效应分析则显示,各个地区的差异均不显著。不同地区教师的心理健康问题得分虽然没有明显区别,但总体而言,东部和东北地区的心理健康问题上升幅度比较明显。

表 5 不同地区教师心理健康问题变化趋势和变化量

心理健康问题	地区	M_1	M_2	$M_{\text{变化}}$	M_{SD}	d	r^2
焦虑	东部(1998—2019) $n=25\ 082$	1.43	1.89	0.46	0.51	0.90	0.17
	中部(1999—2020) $n=18\ 619$	1.82	1.54	-0.28	0.54	-0.52	0.06
	西部(1998—2020) $n=34\ 767$	1.58	1.67	0.09	0.56	0.16	0.01
	东北(1999—2012) $n=8\ 433$	1.48	1.66	0.18	0.57	0.32	0.02
抑郁	东部(1998—2019) $n=25\ 082$	1.52	1.95	0.43	0.57	0.75	0.12
	中部(1999—2020) $n=18\ 939$	1.61	1.60	-0.01	0.61	-0.02	0.00
	西部(1998—2020) $n=34\ 268$	1.82	1.79	-0.03	0.63	-0.05	0.00
	东北(1999—2012) $n=8\ 433$	1.49	1.78	0.29	0.56	0.52	0.06

续 表5

心理健康问题	地区	M_1	M_2	$M_{\text{变化}}$	M_{SD}	d	r^2
躯体化	东部(1998—2019) $n=25\ 082$	1.54	2.13	0.59	0.54	1.09	0.23
	中部(1999—2020) $n=18\ 071$	1.47	1.52	0.05	0.58	0.09	0.00
	西部(1998—2020) $n=33\ 915$	1.49	1.79	0.30	0.60	0.50	0.06
	东北(1999—2012) $n=8\ 433$	1.46	1.82	0.36	0.58	0.62	0.09
强迫	东部(1998—2019) $n=25\ 082$	1.66	1.78	0.12	0.58	0.21	0.01
	中部(1999—2020) $n=17\ 624$	1.68	1.99	0.31	0.63	0.49	0.06
	西部(1998—2020) $n=33\ 717$	2.04	1.93	-0.11	0.62	-0.18	0.01
	东北(1999—2012) $n=8\ 185$	1.78	2.10	0.32	0.59	0.54	0.07
偏执	东部(1998—2019) $n=25\ 082$	1.51	1.96	0.45	0.52	0.87	0.16
	中部(1999—2020) $n=17\ 751$	1.50	1.43	-0.07	0.56	-0.13	0.00
	西部(1998—2020) $n=33\ 915$	1.72	1.63	-0.09	0.57	-0.16	0.01
	东北(1999—2012) $n=8\ 185$	1.58	2.00	0.42	0.55	0.76	0.13
敌对	东部(1998—2019) $n=25\ 082$	1.52	2.02	0.50	0.57	0.88	0.16
	中部(1999—2020) $n=17\ 751$	1.70	1.48	-0.22	0.60	-0.37	0.03
	西部(1998—2020) $n=33\ 632$	1.57	1.68	0.11	0.60	0.18	0.01
	东北(1999—2012) $n=8\ 185$	1.51	2.30	0.79	0.59	1.34	0.31

(二) 我国教师群体心理健康问题的影响因素

采用回归分析,进一步分析宏观因素的预测作用。第一,招生人数显著正向预测焦虑、抑郁和强迫问题,教师有可能因此感受到更强的压力和职业倦怠^[11]。第二,国民生产总值显著正向预测教师躯体化问题,尽管一些研究支持了社会成员的低经济地位与负面心理状态具有强相关^[12],但鉴于快速发展的经济增长方式与我国文化潮流、社会不平等加剧的紧密联系^[13],因而也可能使教师群体滋生躯体不适等一系列症状。第三,人口数量显著正向预测教师焦虑、躯体化等心理健康问题,而自然增长率则显著负向预测教师心理健康问题。人口数量与学校招生数量挂钩,而自然增长率则可能预示着医疗水平的进步等,对教师心理健康服务有一定积极影响^[14]。第四,科技成果登记数量显著正向预测教师躯体化问题。该结果在一定程度上暗示着,伴随科学技术不断发展,我国教师群体可能也面临着技术压力、技术成瘾等问题,从而躯体化症状加重^[15]。

(三) 我国教师群体心理健康问题的发展趋势

为预测教师心理健康问题的未来发展趋势,基于以上研究结果建立 ARIMA 模型。ARIMA 模型基本思想是:对时间序列进行预处理,使其克服不平稳的属性,对随机产生的偶然误差以及各种数据进行回归处理,最终建立模型^[16]。

原始时间序列如图 2 所示。数据分析结果发现,ARIMA 模型拟合一般,呈微弱上升走势(相较于 1998 年初始水平),这一结果再次佐证了先前结论,并推测出未来我国教师群体心理健康问题可能仍偏向于缓慢上升的发展趋势。



图 2 教师心理健康问题总均值随年份变化的原始时间序列

三、分析、讨论与教育对策

(一) 构建教师心理健康问题监测体系是必然选择

我国教师心理健康过去二十余年来处在缓慢上升趋势,且该上升趋势将会在未来一段时间内继续保持。为了实现心理健康水平提升,对我国教师心理健康问题实时监测已刻不容缓,因此,构建教师心理健康监测体系是必然选择。

首先,重点监测我国教师的强迫问题。本研究发现我国教师的强迫问题一直以来居高不下。类似的是,衣新发等人也指出我国教师强迫症状表

现一直较为严重^[17]。究其原因可能是,第一,大多数教师对自身行为规范和工作绩效等有较高要求,更容易形成强迫性认知。第二,部分学校可能存在向老师摊派与教育教学无关的指令性任务情况。这使得教师在完成该类任务时,更易产生强迫性思维。因此,未来对于各类心理健康问题的监测,应该尤为关注教师的强迫问题,减轻中小学教师的工作负担和不必要的行政压力,规范和清除各类与教育教学无关的工作,为教师开启“减负模式”,让教师回归本职工作。

其次,防止我国教师躯体化问题的反弹。结果显示,尽管躯体化问题得分并不高,但1998—2020年,躯体化问题无论是下降还是上升幅度都比其他心理健康问题大,这意味着躯体化心理健康问题更易受到外界环境影响,从而产生剧烈波动。研究表明,躯体化症状与个体的负性生活事件、消极情感和心里冲突具有紧密联系^[18]。这说明一旦教师面临冲突,以及经历生活中的负面事件,则很可能出现一系列躯体不适症状。因而,在我国教师心理健康问题的监测体系中,应注重躯体化问题波动,竭力降低教师冲突事件,防止教师心理健康问题尤其是躯体化问题的反弹,以求教师心理健康保持平稳状态。

(二)控制教师心理健康问题风险因素是关键保障

无论是教育、经济还是社会、技术因素,都会对我国教师心理健康问题产生影响。因此,控制教师心理健康问题的风险因素是关键保障。

第一,完善学校招生及教师心理健康问题精细化管理。结果表明,教育因素尤其是招生人数可能对教师心理健康问题存在负面预测作用。同时,社会因素的人口数量也显著正向预测教师的焦虑、躯体化等心理健康问题,这些都反映了学生数量对教师心理健康的影响。因此,未来应根据大中小学教师队伍建设需要,科学确定师范生招生规模,统筹安排招生计划,合理确定招生数量,确保招生培养与教师岗位需求有效衔接^[19]。此外,研究还发现我国女性教师恶化趋势比男性教师明显,抑郁情况更严重,且东部和东北心理健康问题上升幅度更为明显。因此也应根据各地区、各级、各类教育的特点,建立针对教师的精细化干预与管理机制,全面提高教师胜任力及耐挫力。

第二,加强教师心理健康服务资金投入与资源配置。在经济因素中,国民生产总值负向预测我国教师的躯体化问题。这说明,经济水平的快速提高与教师心理健康水平的提升可能并不是同步进行,具有一定滞后效应。教师的生活节奏不断加快,面临的社会不平等现象加剧,可能导致其无法适应由经济发展带来的教学任务改变等。因此,未来应加大教师心理健康服

务的资金投入,优化教师心理健康服务资源配置,建立保护教师心理健康的政府部门、学校机构及社会组织,专注于培育教师群体的良好社会心态^[20]。

第三,降低教师技术使用门槛,谨防教师技术成瘾行为。研究发现,科技成果登记数量能够负向预测我国教师的躯体化问题。科技成果等级数量在一定程度上反映了我国的科技发展水平。一方面,教学手段、教学工具的迭代使得大量的现代化教学媒体取代了传统的“黑板+粉笔”的模式,导致教师可能面临着巨大的技术压力。另一方面,伴随着科技水平的进步,教师自身也会出现网络成瘾等不良行为表现^[21]。二者都可能进一步导致躯体化症状的发生。因而,未来应降低教师使用新技术的门槛,谨防教师的网络成瘾、手机成瘾等行为,通过开展相关信息技术培训,加强教师的数字成熟度,降低对线上教学的依赖。

(三) 杜绝教师心理健康问题的上升趋势是核心行动

我国教师心理健康问题在未来仍然继续保持着缓慢升高的发展趋势。这意味着,目前我国教师心理健康问题形势依旧严峻。因此,未来仍应继续杜绝教师心理健康问题的上升趋势,防止心理健康水平滑坡。

第一,利用教师心理健康政策,驱动教师心理健康水平稳步提高。研究发现,1998—2020年,我国教师的各类心理健康问题自2014年起出现明显下降,这可能得益于2014年是“教师教育工作改革年”。一系列有关教师教育政策的出台使得教师管理和运行体制得到保障。因而,教师的心理健康问题在此之后出现明显的下滑。为此,未来仍应制定更完善、丰富的教师教育政策,加强对教师教育工作的统筹管理、规划和指导,以形成政府、学校相关部门分工协作、密切配合、齐抓共管的合力态势,助力其心理健康水平的提高。

第二,警惕重大危机事件,预防教师心理健康水平的下滑。结果显示,在1998—2020年,我国各类心理健康问题几乎都在2019年达到峰值。这可能是由于新冠病毒出现使得教师面临着线下教学到线上教学模式的转变,教学任务加重,教学外的行政压力也使教师心理健康问题进一步增加。因而,在重大危机事件、公共卫生问题发生时,应立即进行相关教师群体的心理自测,积极排查教师心理健康隐患,开展针对教师的心理健康援助,全力以赴抓好各项教师心理健康问题防范工作,遏制重特大群体性事故。

四、研究小结

本研究对1998—2020年我国教师群体的心理健康问题进行了深入探

究,并得到以下结论:首先,我国教师整体上心理健康问题呈现缓慢上升特点,其中强迫问题一直以来较为严重,躯体化问题波动幅度较大。其次,招生人数、国民生产总值、人口数量、自然增长率和科技成果登记数等宏观因素对教师心理健康问题具有一定影响。最后,未来我国教师心理健康问题仍然延续缓慢上升的发展趋势。

参考文献:

- [1] 刘海峰,陈时见,孙杰远,等.教育强国建设的学理思考与着力方向[J].中国电化教育,2023(10):1-17.
- [2] Harding S, Kidger J, et al. Is Teachers' Mental Health and Wellbeing Associated with Students' Mental Health and Wellbeing? [J].Journal of Affective Disorders, 2018(242):180-187.
- [3] Kiltz L, Rinas R, Daumiller M, et al. "When They Struggle, I Cannot Sleep Well Either": Perceptions and Interactions Surrounding University Student and Teacher Well-being[J].Frontiers in Psychology, 2020,11:1-18.
- [4][17] 衣新发,赵倩,胡卫平,等.中国教师心理健康状况的横断历史研究:1994—2011[J].北京师范大学学报(社会科学版),2014(03):12-22.
- [5] 张积家,陆爱桃.十年来教师心理健康研究的回顾和展望[J].教育研究,2008(01):48-55.
- [6][12] 杨睿娟,游旭群.对付出-回报失衡理论的推进——基于经济报酬对教师心理健康的影响[J].心理学报,2017,49(09):1184-1194.
- [7] Cohen J. Statistical Power Analysis[J].Current Direction in Psychology Science, 1992,1(03):98-101.
- [8] 中华人民共和国教育部.回眸 2014:教育新政 精彩盘点[EB/OL].(2014-12-11)[2023-10-11].http://www.moe.gov.cn/jyb_xwfb/s6319/s7958/s8552/201412/t20141231_182624.html.
- [9] 中国政府网.习近平号召全国广大教师:做党和人民满意的好老师[EB/OL].(2014-09-09)[2023-10-11].https://www.gov.cn/govweb/xinwen/2014-09/09/content_2747519.htm.
- [10] 孟杨,郑康杰,刘燕萍,等.中小学教师新冠肺炎防控知识、行为及心理状况的调查[J].上海预防医学,2020,32(08):681-687.
- [11] 高昕,魏峰,周晓璐.教师职业倦怠的多维审视——基于生态系统理论的分析[J].教育发展研究,2023,43(02):44-51.
- [13] 俞国良.社会心理学的时代实践[M].北京:商务印书馆,2022,1-3.
- [14] Bayani A A, Kouchaki A M, Kouchaki G M. An Inquiry into Teacher's Mental Health by Using the Symptom Checklist (SCL.90) Questionnaire in Golestan Province[J].Journal of Gorgan University of Medical Sciences, 2007(12):32-39.
- [15] Saka A O, Alaba A O, Hassan O A. The Impact of Technostressors on The Job Productivity of Senior Secondary Teachers in Nigeria[J]. Journal of Teaching and Teacher Education, 2020,8(02):105-113.
- [16] 李志超,刘升.基于 ARIMA 模型、灰色模型和回归模型的预测比较[J].统计与决策,2019,35(23):38-41.
- [18] 梁宗保,严黛沁,张光珍.青少年生活事件与躯体化的动态相互作用分析[J].中国临床心理学

杂志,2020,28(01):163-167.

- [19] 中华人民共和国教育部.教育部 国家发展改革委 财政部关于深化教师教育的意见[EB/OL].(2012-12-13)[2023-10-11].http://www.moe.gov.cn/srcsite/A10/s7011/201211/t20121108_145544.html.
- [20] 俞国良,谢天.社会转型:社会心理服务与社会心态培育[J].河北学刊,2018,38(02):175-181.
- [21] 叶新东.网络成瘾研究概述[J].心理科学,2004(06):1446-1448.

Features, Influencing Factors, and Development Trends of Mental Health Problems among Chinese Teachers

HUANG Xiaoxiao JIN Juanjuan YU Guoliang

Abstract: To clarify the basic situation of mental health issues among teachers in China and provide empirical evidence for future teacher policy formulation, this study drew on cross-sectional historical research methods and conducted a meta-analysis of studies using the SCL-90 scale to measure anxiety, depression, somatization, compulsion, paranoia, and hostility among Chinese teachers from 1998 to 2020. The results showed that: ① From 1998 to 2020, the overall mental health problems of teachers in China showed a slowly upward trend, with obsessive-compulsive problems consistently being more severe and somatization problems fluctuating significantly. ② Female, preschool and high school, university level teachers, as well as teachers in the eastern and northeastern regions, had a more significant deterioration in their mental health. ③ Macroscopic factors such as enrollment, gross domestic product, population size, natural growth rate, and registration of scientific and technological achievements had a certain impact on teachers' mental health issues. ④ It is predicted that the development trend of mental health problems among teachers in China would continue to rise slowly. Overall, we suggest that: building a monitoring system for teachers' mental health in the future is an inevitable choice; controlling risk factors for teachers' mental health is a key guarantee; and preventing the worsening trend of teachers' mental health problems is the core action.

Key words: Teacher Group; Mental Health Problems; Cross-temporal Meta-analysis; Meta-analysis; Time-series Analysis