

西部地区某市中小学教师心理健康现状调查

陶丽春

曲靖师范学院, 云南 曲靖 655011

DOI:10.61369/ECE.2025080040

摘 要 : 为了解云南省某地州市中小学教师心理健康状况, 采用 scl-90对7780名中小学教师进行测试, 结果显示: 从整体数据看, 需要特别关注中小学男性教师、农村教师、初中学段教师, 还需要特别关注中小学教师群体中担任班主任工作的教师。从预警数据看, 预警人群中同样需要更加关注男性、农村、初中学段教师心理健康。

关 键 词 : 中小学教师; 心理健康; 现状

Survey on the Mental Health Status of Primary and Middle School Teachers in a City in Western China

Tao Lichun

Qujing Normal University, Qujing, Yunnan 655011

Abstract : To understand the mental health status of primary and middle school teachers in a prefecture-level city in Yunnan Province, the SCL-90 was used to survey 7,780 primary and middle school teachers. The results show that from the overall data, special attention needs to be paid to male primary and middle school teachers, rural teachers, teachers in junior high school sections, and teachers who take on the role of class teachers among the primary and middle school teacher groups. From the early warning data, among the early warning groups, more attention also needs to be paid to the mental health of male teachers, rural teachers, and teachers in junior high school sections.

Keywords : primary and middle school teachers; mental health; current status

引言

近年来, 中小学生随着学业压力、家庭环境、社会竞争等多重因素的影响, 许多学生面临不同程度的心理困扰。在三全育人的背景下, 中小学教师是学生心理健康教育的主力军, 在学生心理健康中扮演重要角色, 教师们自身的心理健康素养就显得尤为重要。因此, 要使学生心理健康, 教师首先要有健康的心理。当前, 对教师心理健康质性研究主要是对理论方面进行探索, 学者更多使用访谈与参与式观察作为研究方法, 有的则采用经验式总结; 量化研究主要是对搜集出的数据进行回归或者相关分析等常用的统计方法, 但是得出的结论差异较大^[1-3]。

一、研究方法

采用 scl-90 症状自评量表对云南省某州市中小学教师采用问卷星对问卷进行发放, 问卷收回后运用 Excel、Spss26.0 统计软件对数据进行统计分析。共发放问卷 7780 份。

(一) 样本总体心理健康状况

1、 scl-90 各因子在人口学变量上的差异性

性别方面: 中小学教师躯体化、强迫症状、偏执、精神病性、其他几个因子上, 都存在显著的性别差异, 且男性在躯体化、偏执、精神病性、其他因子均分均高于女性, 而强迫为女性均分高于男性^[4]。因此, 更应该关注男性心理健康问题。

城乡差异方面: 所有因子都存在显著差异, 从均值来看, 均

为农村分数高于城市。由此可以看出要特别关注农村中小学教师心理健康状况。

表 1 scl-90 各因子在任教学段的差异性

因子	均值 (小学 4879 人)	均值 (初中 2901)	t	sig
躯体化	1.53	1.55	-1.589	.112
强迫	1.71	1.74	-1.485	.138
人际关系敏感	1.47	1.52	-3.295	.001**
抑郁	1.54	1.57	-1.844	.065
焦虑	1.43	1.47	-2.883	.004**
敌对	1.48	1.48	-2.016	.044*

因子	均值（小学4879人）	均值（初中2901人）	t	sig
恐怖	1.34	1.38	-3.168	.002**
偏执	1.39	1.46	-4.988	.000**
精神病性	1.37	1.42	-3.556	.000**
其他	1.55	1.61	-3.949	.005**
总分	133.98	137.77	-2.841	.005**

从任教学段方面看：所有因子都存在显著差异，从均值来看，均为初中分数高于小学。由此可以看出要特别关注农村中小学教师心理健康状况。

表2 scl-90各因子在班主任工作经历中的差异性

因子	均值（有6977人）	均值（无803人）	t	sig
躯体化	1.54	1.47	2.955	.003**
强迫	1.73	1.67	2.225	.026*
人际关系敏感	1.49	1.43	2.611	.009**
抑郁	1.55	1.50	2.124	.034*
焦虑	1.45	1.39	2.528	.011*
敌对	1.50	1.43	2.769	.006**
恐怖	1.36	1.30	2.572	.010**
偏执	1.42	1.37	1.974	.048*
精神病性	1.39	1.34	2.498	.013*
其他	1.58	1.53	1.793	.073
总分	135.96	130.49	2.576	.010**

从是否担任班主任方面看：从表3可以看出，除其他外的所有因子都存在显著差异，从均值来看，均为从事班主任工作的教师分数要高于没有曾从事过班主任工作的教师。由此可以看出要特别关注中小学班主任教师心理健康状况。

（二）预警人员心理健康状况分析

总样本7780人，预警人数1959，占比25.18%，预警人员筛查标准：按全国常模结果（为1-5的5级评分），总分超过160分，或阳性项目数超过43项，任一因子分值或总均分 ≥ 2.5 分为阳性，表示有中等程度以上的心理健康问题。

表3 预警人员 scl-90各因子在性别上的差异性

因子	均值（男894人）	均值（女1065人）	t	sig
躯体化	2.52	2.36	4.562	.000**
强迫	2.71	2.72	-.427	.669
人际关系敏感	2.46	2.34	3.874	.000**
抑郁	2.51	2.50	.150	.880
焦虑	2.42	2.29	3.866	.000**
敌对	2.42	2.32	3.028	.002**
恐怖	2.18	2.06	3.344	.001**
偏执	2.36	2.13	7.128	.000**
精神病性	2.31	2.10	6.421	.000**

因子	均值（男894人）	均值（女1065人）	t	sig
其他	2.58	2.43	4.587	.000**
总分	221.35	211.18	3.939	.000**

* p<0.05 ** p<0.01

性别方面：中小学教师躯体化、人际关系敏感、焦虑、敌对、恐怖、偏执、精神病性、其他几个因子上，都存在显著的性别差异，且为男性均分高于女性。因此，更应该关注男性心理健康问题。

城乡差异方面：躯体化、焦虑、精神病性、其他都存在显著差异，从均值来看，均为农村分数高于城市^[5]。由此可以看出要特别关注农村中小学教师心理健康状况。

从任教学段方面看：人际关系敏感、焦虑、敌对、恐怖、偏执、精神病性、其他等因子都存在显著差异，从均值来看，均为农村分数高于城市^[6]。由此可以看出要特别关注农村中小学教师心理健康状况。

此外从是否从事过班主任工作方面看：有担任过班主任的教师为1780人，没有担任过的为179人。从表十可以看出，恐怖因子都存在显著差异（0.41），其他均不存在显著差异。

对于 scl-90各因子阳性人数占比较多的依次为：强迫症状（1161人）—其他（868人）—躯体化（828人）—抑郁（818人）。

二、讨论

（一）中小学教师心理健康状况：整体数据中一是从性别看：中小学教师躯体化、强迫症状、偏执、精神病性、其他几个因子上，都存在显著的性别差异，且男性在躯体化、偏执、精神病性、其他因子均分均高于女性，而强迫为女性均分高于男性。这一结论和以往研究稍有不同，如朱倩云（2010）、黄国栋（2010）郭志刚（2007）、刘艳（2006）等研究结论均为女教师的心理健康水平相对比男教师差，当然，也有一些研究专门关注男性教师心理健康状况（乌娜2021）。而本研究除强迫外都是男性分值高于女性。原因可能是社会性别角色压力方面，如传统性别期待冲突、职业认同危机、薪酬与社会地位不匹配等。二是城乡差异方面所有因子都存在显著差异，本研究数据看出要特别关注农村中小学教师心理健康状况。朱倩云（2010）得出结论为市区与乡村小学教师心理健康无显著差异。而本研究所有因子都存在显著差异。可能的原因为工作环境与职业压力方面的差异^[7-8]。四是从任教学段方面看所有因子都存在显著差异，从均值来看，均为初中教师分数高于小学教师。这与刘艳（2006）郭志刚（2007）等人研究结论一致。五是从是否担任班主任方面看除其他外的所有因子都存在显著差异，要特别关注中小学班主任教师心理健康状况^[9]。刘艳（2006）的研究表明未担任班主任的教师心理健康水平相对不如担任班主任的教师。本研究与郭志刚（2007）的研究一致，原因可能是班主任角度带来的工作职责的复合性与超负荷角色丛压力。

从预警人员数据看，本研究预警比例为25.18%，这一研究

数据与其他研究有相对一致性，如中国教育科学研究院2022年对12.6万教师采用 SCL-90 筛查：中小学教师总体预警比例约 28.3%；班主任群体阳性率 34.1%。从预警人员数据看一是性别方面更应该关注男性心理健康问题。二是城乡差异方面要特别关注农村中小学教师心理健康状况。三是从任教学段方面要特别关注农村中小学教师心理健康状况。四是症状上看：本研究较为突出因子为强迫症状、其他、躯体化、抑郁^[10]。

三、结束语

综上，从整体数据看，需要特别关注中小学男性教师、农村教师、初中教师心理健康，还需要特别关注中小学教师群体中担任班主任工作的教师。从预警数据看，预警人群中需要更加关注男性、农村、初中学段教师心理健康。

参考文献

[1] 赵良陈, 刘宝, 裴盈, 等. 我国近 20 年教师群体心理健康研究述评 [C]// 第七届贵州省体育科学大会论文集. 贵阳: 贵州省体育局, 2024:10-15.

[2] 中国教育科学研究院. 中国教师心理健康与教育质量白皮书 [R]. 北京: 中国教育科学出版社, 2023.

[3] 陈敏. 莫让中小学教师心理健康成“隐秘的角落” [N]. 华兴时报, 2025-02-26(004).DOI:10.28386/n.cnki.nhxbs.2025.000504.

[4] 钱洁, 夏杨燕. 中小学教师心理健康素质的空间社会学解析 [J]. 教学与管理, 2025, (06): 15-19.

[5] 张秀敏, 李文君, 时宏, 等. 山东省中小学教师共情疲劳、健康促进生活方式对心理健康状况的影响 [J]. 医学与社会, 2025, 38(02): 96-101.

[6] 周广东. 推动中小学教师心理健康服务迈向专业化 [J]. 教育家, 2025, (05): 14-15.

[7] 宋金沛, 西红义, 马嘉琳, 等. 河南省中小学教师心理健康素养现状调查 [J]. 中小学心理健康教育, 2025, (03): 17-22.

[8] 俞国良. 新时代教师心理健康教育回顾与展望——基于 20 年的理论与实践探索 [J]. 中国教育科学 (中英文), 2025, 8(01): 130-143.

[9] 王江洋, 姜悦, 袁景颖, 等. 中小学教师心理健康教育实践性知识显现、生成与转化 [J]. 沈阳师范大学学报 (教育科学版), 2025, 4(02): 74-81.

[10] 唐心萌. 加强中小学心理健康教师队伍建设 [N]. 沈阳日报, 2025-03-08(003).