

论影响高校教师心理素质发展的因素与对策

吕 斐 宜

(湖北经济学院 政法系, 湖北 武汉 430205)

[作者简介] 吕斐宜(1964-),女,湖北鄂州人,湖北经济学院政法系副教授,心理学教研室主任,主要从事教育心理学及学校教师心理健康研究工作。

[摘 要] 提高高校教师心理素质对于高校的教学质量、稳定师资队伍、促进学校管理具有重大意义。影响高校教师心理素质的因素是多种多样的。其中既有社会大环境的因素,也有学校内部的因素,还有来自于教师自身的因素,这些因素之间相互作用。应该从教师自我调节、学校的管理理念和评价体制、社会对教师职业的重新认识几方面入手,提高教师的心理健康水平,保证高校持续稳定的发展。

[关键词] 高校;持续发展;教师;心理素质;和谐社会

[中图分类号] G451 [文献标识码] A [文章编号] 1671-881X(2006)04-0515-05

随着中国社会政治与经济改革的不断深化,对培养出的人才提出了越来越高的要求。高校是人才培养的摇篮,其培养水平关系到中国社会的可持续发展。人才的培养与高校教师的素质密不可分。高校教师的素质应该是思想政治素质、业务素质与心理素质的有机的和谐统一,如果高校教师的心理健康不能得到足够的重视,就会不利于高校持续稳定地发展。

—

心理素质是人的最基本素质,任何素质都必须以心理素质的发展为前提。心理素质历来是以整个身心结构为背景形成和发展起来的,是个性心理面貌的整体反映。目前,教师素质的提高主要停留在职业伦理道德、专业知识和技能的提高等方面,这些都必须以教师的心理素质为中介,通过教师心理活动的内化才能提高。对包含在心理素质中的教师能力素质、技能水平、审美修养等培养的过程都必须考虑到教师的整个心理背景,顾及到心理素质发展的水平。因此,只有通过有目的地培养教育者良好的心理素质,提高其心理机制,才能促进教师整体素质的提高和个性发展,促进教育的最终发展。

教师心理素质发展有利于稳定高校教学质量。教师是学校教育的主导者,肩负着“传道、授业、解惑”的重任。“传道”是向学生传授精神之道,为人之道,处世之道。一个心理健康欠佳、个性结构不健全的教师,不可能对处在人格形成关键期的大学生起到良好的引导和潜移默化的熏陶作用。“授业”者面对的是思维活跃、创新意识强烈的青年学生,为了满足学生的需求,教师自身应该有积极进取的心态,乐于接受新思想、新观念,不断更新知识,才能全面培养学生终身学习的思想与习惯。“解惑”既有专业学科方面的,也有精神和心理层面的,这就要求教师既要有渊博的知识,更要有诲人不倦的耐心。面对一批批似曾相识的学生,似曾相识的问题,能够始终如一地保持良好的状态不是一件容易的事。教师教学效能感理论认为,当教师具备必要的知识水平和智力以及专业教育能力后,影响教学效果的重要因素便

是教师的个性特征了。有心理障碍的教师不仅不能很好地胜任教学工作,还有可能将自身不良情绪“传染”给学生,使学生在不知不觉中受到潜在的负面影响。教师的精神状态往往是学生学习的“心理动力源”,教师良好的心理面貌会提高自身的教学质量,提高学生的学习效率。

教师心理素质发展有利于高校管理工作的落实。管理和被管理者的心理素质直接影响管理行为的成败。在学校中,教师扮演着多重角色,对于学生,教师是管理者,对于学校的管理者,教师则是被管理者,教师还充当着学校管理层和学生之间的中介。在这样错综复杂的关系中,教师要具有良好的心理素质,才能协调处理好各方面的关系,理解和贯彻学校管理的意图,对学生实施有效的高质量的管理和教育。随着现代管理制度的发展,教师职业稳定的旧观念已开始被推翻,优胜劣汰、竞争上岗、转岗转聘等现代学校管理的新概念已逐渐被人们所接受。这就需要教师有良好的心理素质来认可学校新的管理机制,配合各种制度的实施,推动学校管理工作的改进和发展。教师良好心理素质的发展将提高其应付各种挫折的能力,以健康的心态对待学校管理中日趋激烈的竞争态势,减少管理制度实施过程中的阻力。学校可以通过教师的心理状态及时反馈管理的成效,科学地调节管理方法,公正地运用管理手段,通过形成优质高效的管理体系和运转模式来提高学校的教育教学质量。

二

当今高校教师的心理素质状况不容乐观,影响其心理素质的因素也是多种多样的。其中既有社会大环境的因素,也有学校内部的因素,还有来自于教师自身的因素。这些因素之间也相互影响。

(一)教师因素

心理学研究表明,凡是直接帮助他人,为他人负责的角色,比如医生、警察、教师、律师等,都会承受相当多的内心冲突和不安。高校教师除了脑力劳动强度较高之外,还要对社会、家长及年轻一代的成长高度负责,他们每天都会接触有情绪色彩的活动,经常体验情绪上的紧张与痛苦。尤其是在目前形势下,高校教师教学任务重,科研压力大,学生素质参差不齐,学校考核制度的不完善,这些问题若长期得不到解决,由此而产生的不良情绪不能及时化解,最终可能导致各种不健康心理。另外,大学教师面对的是已经成年,即将走上社会的学生,他们希望在学生和同事中保持完善的形象,不可能毫无顾忌地以外显形式宣泄自己的不良情绪,所以解决内心冲突是内隐式的,即自己消化吸收,长期的自我压抑对自身伤害更大。

教师不仅要面对学生,也要与同事、上级以及其他各类人打交道,这就涉及到教师复杂的人际关系问题,不少教师并不能适应这样的关系^[1](第278页)。有的教师习惯于“老死不相往来”的处世哲学,不愿与人有过密交往,造成人际关系淡漠;有的教师待人接物生硬刻板,不讲求方式方法,使得他人难以理解和接受,造成人际关系紧张;而一些青年教师刻意追求个性独立,喜欢标新立异,引起他人误解。和谐的人际关系是心理健康的重要基础,长期的人际关系失调,会使人情绪波动,认知水平降低,失去工作、生活的乐趣。

(二)学校因素

为了充分挖掘效益,满足日益增加的培养需要,近年来在教育系统自上而下实施了规范化管理,这种规范化管理对高校的发展带来了不少益处。但是,许多工作存在片面化、简单化和不切合实际之处。有观点认为,所谓“规范化”就是把所有考核管理的指标做定性与定量化处理,试图建立一个“客观公正”、不以某一个人的意志为转移的、甚至可以直接由计算机和软件来管理和考核的体系;在这种“规范化”管理模式下,教师的自主空间越来越狭窄。传统的教师职业是依赖于良心与责任、自主约束来管理的,教师无论在思想上、观念上,还是在时间上、空间上都相对独立和自由,如今这一切都在悄然地发生变化,无论你是否接受,都必须完成学校统一规定的课时量、论文量、课题量和获奖量等等。量化管理的确能在一定程度上激发教师的潜能,防止吃“大锅饭”现象的发生,但是,教师聘任制度、教学评估制度、

教学管理制度等各项制度的一些不完善的地方,对教师的影响不可低估,当教师无法适应这些变革时,心理就可能失衡。

在一些院校,由于招生规模不断扩大,师生比严重失调,特别是一些公共基础课程,开课的班级较多,造成师资短缺,很多教师都在超负荷授课,周授课量在20节以上的现象比比皆是,有的甚至近30节。许多高校为了给学生提供更多的课程资源,在晚上和周末,仍然开设一些选修课。科研的要求,教学的要求,服务社会的要求,学生教育的要求,使教师肩上的担子越压越重,心理压力也越来越大,长时间处在高压下,势必产生生理和心理失调。

(三)社会因素

由于教师职业的特殊性,很容易使人们对教师角色生成过高的期望值,这种期待对教师会产生暗示和强化作用,为了满足社会对教师的角色期待,他们常常不得不在超负荷的身心压力下工作。从教师角度说,教师为人师表,理应严格要求自己。但是,教师也是普通的人,如果社会不能正确看待教师的辛劳,不能给予有力的心理支持,就会导致教师心理失衡。在社会心理学中称之为认知失调。美国社会心理学家费斯汀格认为,在一般情况下,人们都有维持自己信念一致性的需要,以保持心理平衡,如果人们的信念出现了前后不一致或相互矛盾时,也就是出现了所谓的认知上的失调,这时人的心理会出现紊乱或不安。

新中国成立后,一直到20世纪90年代,大学生上大学都是不必缴费的,对于家庭困难者,国家还会给予各种补贴,那时的大学生深感自己是时代的幸运儿,他们把对国家和社会的感激之情献给了自己的老师。那时高校师生关系、教学关系空前的密切与和谐,教师们也在这种尊重中坚定了无私奉献的信念。大学改成收费制后,一些学生及家长的心态发生了变化,觉得自己花了钱,教师就应该满足学生的要求,师生之间的情感淡化了,这些都伤害着教师的心理;而一些高校为了保障学校的经济利益,不按教学规律办事,不重视教学质量,一味迎合学生的要求,使教学认真负责的教师,受到一些不谙世事的学生的排斥,得不到学校公正的评价,不少教师陷入迷茫之中^[3](第20页)。如何处理好市场经济大潮下的教育与被教育者的关系,是我们不得不面对的问题。

随着高校改革的不断深化,高校得到了空前的发展。高校教师都有较高的学历,有丰富的知识和较强的工作能力,一些人和自己的同辈群体进行横向比较时,会产生另一种认知失衡。例如,和自己的同学相比,那些在其它行业工作的人,收入待遇甚至社会地位等显得更优越,形成了一定反差,容易造成工作不安,对现状不满等心态。这些问题长期得不到解决,也势必影响高校教师的心理素质发展。

三

如何提高高校教师的心理健康素质,是摆在我们面前的新课题,也是一个不容回避的问题。通过对教师心理现状的分析,我们看到,教师的心理健康与社会、学校及教师个人品质密切相关。只有在这几方面同时加以改善,才可能使高校教师心理健康水平得到有效提高,也才能促进高校的持续发展。

(一)引导社会以新的理念认识教师职业

我国历来有尊师重教的传统,人们赞美教师的蜡烛精神,强调教师的奉献与责任。同时,我们要习惯于将教师看成是一个普通的人,教师也有物质与情感的需求,社会应该用新的理念看待教师职业。现在,我们看到,学生与教师间有种前所未有的隔阂感,社会对高校的不满,有些已经转移到教师群体上。我们应该正确对待高校的收费制,理解高等教育不是义务教育,缴纳正常的学费是必须的,家长和学生要求教师全心全意为学生服务也是合理的;但不能由此就认为,教师与学生的关系就是一种交钱与服务的简单商业关系,毕竟学生和教师都是有思想有情感的人,他们之间应该相互理解和尊重。当教师以满腔激情培养教育自己的学生,而学生回敬给教师的态度是漠然、甚至理所当然,这种精神上的受伤感,无疑对教师心理是严重的打击。

社会环境对高校教师的心理健康有不容忽视的影响,营造一个尊重知识、尊重教育、尊重教育工作者的良好社会环境,才能形成一个社会善待教师、教师善待学生、学生善待社会的良性循环系统。只有教师具备健全的身心,才能支撑起人类灵魂工程师的事业,才能为建造不断发展进步的和谐社会,培养一批健康的后备力量,才能为社会带来持续发展的动力。

(二)加强以人为本的学校管理理念

人本管理的基本思想是“以人为中心的管理”,改变了过去把人看作是“经济人”、“机器人”的观点,十分重视关心人性的发展,满足人的全面需要。从本质上说,就是要根据人的心理规律,通过尊重人、关心人、激励人、改善人际关系等方法,充分发挥人的积极性和创造性,从而提高劳动效率和管理效率,这种管理模式得到广泛认可。但在现实中由于种种因素,以人为本的理念在高校难以落实。特别是前些年,高等教育产业化的提法盛行,一切工作围绕经济效益的指挥棒转,只要能给学校带来效益的措施,就是“合理”措施,且不管这些措施的有效性是长远的,还是急功近利的,更不可能顾及到教师的“心理”层面。这样非常容易造成学校的管理者与教师不能够相互理解与支持的被动局面,在这种不和谐的工作氛围中,很容易使教师感到压抑与消沉,不良情绪会直接影响教学的质量。

人本心理学家马斯洛的需要层次理论指出,人的需求遵循从低到高的规律,在生理、安全、归属等基本需求得到满足后,就会追求发展性需求的满足。在市场经济不断发展的今天,教师的基本需求得到了满足,教师们更看重的是个人的发展与社会价值的实现,他们秉承了传统知识分子对社会的责任感和使命感。大多数教师能够在工作中自觉高标准高要求,不允许自己懈怠和懒惰,由此而产生的职业压力始终伴随着教师^[3](第 31 页)。作为管理者应该关注教师的需求,采取适当措施给教师减压,为教师营造相对宽松的工作环境。比如,力所能及地为教师解决具体困难,丰富教师的文化生活,帮助教师调整工作节奏等等,使教师们真正感受到一种人性化的关怀,愉快地投入到教书育人的活动中去。

(三)完善教师考评机制

管理心理学理论认为,考评是一种重要的调动教师积极性、创造性和主观能动性的重要手段,只有制定一套相对公平的、大多数人认可的制度,并长期坚持严格执行,才会收到良好的效果。调查表明,教师所做工作得不到客观公正的评价与回报、规章制度与要求不合理、过多僵化的考核与评比,是引起教师心理压力增大的主要原因,目前许多高校的工作量考核指标体系中,除了教学要求外,更多的是对教师承接科研课题、发表论文的数量、档次的要求,而发表论文的等级和论文数量直接与职称待遇挂钩,几乎每年每学期都要填报各种科研成果表格等,这一切都有形无形地提醒着教师要写论文、发表论文,显然,这种简单的一刀切式的评价体系不能够反映教师角色承载的多种社会功能。

在市场经济环境下,高校如何考评教师,是高等教育发展中遇到的新课题。要解决好这一问题,不仅与每所高校有关,同时也涉及到高等教育管理部门。高校自身应该本着实事求是的精神,不断改善现有的不合理制度,尊重不同教师的个性特征,发挥他们的专长,使他们能够充分施展自己的才华,获得事业上的成就感与满足感,这样才可能造就一支充满生机、活力与创造力的教师队伍。

(四)教师应正确认识改革所带来的心理压力

我们正处在一个信息万变的时代,生活节奏、工作节奏明显加快,改革力度不断加大。任何人都不可能阻止社会发展所带来的变化,正确的心态是积极面对变化,主动迎接挑战,为社会变革贡献力量^[4](第 446 页)。另外,要辩证地对待压力,适度的压力对人是有利的,可以使人精神振奋,发掘潜能,提高效率。但是,压力过大会抑制人的认知活动,造成行为混乱;降低机体免疫力,导致各种疾病,影响正常工作生活。因此,高校教师既要在工作中严格要求自己,也要合理地协调好自己的工作与生活,使自己处在适当的压力之下,这样才能有效率的完成各项工作。

近几年,大学生的心理健康教育得到了空前的重视。开设心理健康课程、开办心理健康讲座、开放大学生的心理咨询中心等,标志着高校正在全方位地向大学生普及心理健康知识。而作为指导教育学生的教师反而忽视了自身的心理健康,甚至回避这一问题,即使感到身心疲惫也不愿意说出来,担心

损害自己的教师形象。如果这种状况不能尽快得到改变,将会影响高校教师的整体素质,乃至学校的发展。因此,高校教师应该勇敢地面对心理健康问题,树立新的健康概念,主动了解有关心理健康的知识和信息,积极掌握一些自我调节方法。比如,合理宣泄,转移注意力,学点身体放松术,培养积极的个人爱好等。

个体能否保持良好的心态,还有赖于自身的思想境界和人生信仰。古人云:“君子所取者远,则必有所恃;所就者大,则必有所忍。”胸怀宽广,志向宏大的人,能把注意力集中在对人生更有意义的事情上,能从全局和长远的角度看待问题,不会因眼前的琐碎事情而斤斤计较,不会为一时一事的得失而大动感情。教师应该树立正确的人生价值观,不断提高人生境界和自我修养,在教书育人的伟大事业中体会到生命的价值与奉献的快乐。

一个高效和谐的社会,应该是一个公平的社会,一个能调动公民积极性和创造性的社会,一个人心舒畅的社会,一个充满活力的社会。同样,在高校这样一个培养和造就人才的地方,也应该大力倡导科学治校的思想,关注师生身心健康,营造和谐的校园氛围,使高校教师快乐育人,促使高校持续稳定发展。

[参 考 文 献]

- [1] 王以仁. 教师心理卫生[M]. 北京:中国工业出版社,1999.
 [2] 俞国良. 略论教师心理健康及其促进[J]. 北京:北京师范大学学报(社科版),2001,(1).
 [3] 李国庆. 学校教师管理中的价值认同[J]. 教育科学,2005,(8).
 [4] [英]戴·冯塔纳. 教师心理学[M]. 北京:北京大学出版社,2000.

(责任编辑 涂文迁)

Influencing University Teachers' Mental Health: Factors & Strategies

LU Feiyi

(Department of Politics & Law, Hubei University of Economics, Wuhan 430205, Hubei, China)

Biography: LU Feiyi (1964-), female, Associate professor, Department of Politics & Law, Hubei University of Economics, majoring in educational psychology and mental health education in schools.

Abstract: This article analyzed the present situation of teachers' mental health in universities and pointed out the significance of maintaining teachers' mental health in universities for improving the teaching quality, stabilizing teacher's number and accelerating harmony society. The article also analyzed the influence factors of teachers' mental health in universities. And then emphasized that self regulating, managing idea, evaluating system, renewing the cognition of teacher as a profession were the strategies to promote teachers' psychological quality and ensure the steady development of university.

Key words: university; sustainable development; harmony society; mental health