

# 国内外农村教师心理健康研究现状综述

王晔璇, 徐爱琬舒

沈阳化工大学人文与艺术学院, 辽宁 沈阳

收稿日期: 2023年1月23日; 录用日期: 2023年2月20日; 发布日期: 2023年2月28日

---

## 摘要

近些年来,中国农村教师心理健康问题越来越受到关注,关于农村教师心理健康方面的研究也日渐增多。但是,在农村教师心理健康研究中仍然存在着诸多问题。本研究从社会工作视角出发,在回顾我国农村教师心理健康状况相关研究文献的基础上,从农村教师心理健康状况研究的方法,内容和影响因素方面进行了归纳和评述,并对该领域未来的研究提出了一系列展望。

---

## 关键词

农村教师, 心理健康, 研究现状

---

# A Review of the Research Status of Mental Health of Rural Teachers at Home and Abroad

Yexuan Wang, Aiwan shu Xu

Faculty of Humanities and Arts, Shenyang University of Chemical Technology, Shenyang Liaoning

Received: Jan. 23<sup>rd</sup>, 2023; accepted: Feb. 20<sup>th</sup>, 2023; published: Feb. 28<sup>th</sup>, 2023

---

## Abstract

In recent years, the mental health of rural teachers in China has attracted more and more attention, and the research on the mental health of rural teachers has also increased. However, there are still many problems in the study of mental health of rural teachers. From the perspective of social work, this study summarizes and reviews the methods, contents and influencing factors of rural teachers' mental health research on the research on rural teachers' mental health from the perspective of social work, and puts forward a series of prospects for future research in this field.

## Keywords

**Rural Teachers, Mental Health, Research Status**

Copyright © 2023 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

## 1. 引言

国运兴衰，系于人才，源于教育。教师是“人类灵魂的工程师”，长期的理论和实践均证明：教师的心理健康状况无论是对于自身、学生、学校，还是社会都有着极其重要的影响。著名的“皮格马利翁”效应，则可以形象地揭示这一现象：教师的积极或消极态度都会对学生带来显著的、长期的、潜移默化的影响。根据中国青年报调查，在教师群体中，处于健康状态的仅有 10%，绝大多数正处于亚健康状态，具体数值为 70%，处于疾病状态的占据数值高达 20%，并且常见的问题表现为人格异常、焦虑、人际敏感以及情绪障碍。特别是在特殊时期，“停课不停学”，“短时间速成”“在线主播”都挑战着教师所遵循的经验范式下的角色定位与路径依赖，并且“人机共教”的模式在潜移默化中也已形成教育常态。但同时这种形势下的教学效果也出现了一些问题，比如很多农村地区存在网络不佳、学习氛围不佳等问题，这就让老师出现高负荷、高耗能、高焦虑的心理状态，这不但会极大地影响教师的心理健康，而且还会对教育、教学质量产生一定程度的不良影响。与此同时，农村地区的教育资源相对匮乏，教育资源和相应的配套条件不尽如人意，一定程度上也会加重农村地区教师的情绪反应，所以，提高对农村地区教师心理健康的关注度十分重要。本文通过对搜索到的文献资源进行分析发现：一是农村教师心理健康状况受到了越来越多研究者们的关注，学者们的研究内容在不断地丰富；二是研究形式开始从重视理论研究转向实证研究和理论研究并重的方向发展。本文从社会工作视角出发，分别从当前农村教师心理健康研究的研究方法、工具、内容三方面进行总结和分析，从社会生态系统理论角度对农村教师心理健康状况的影响因素进行了探究，最后对农村教师心理健康研究的发展进行了展望。

## 2. 国内外研究现状

### 2.1. 国外研究现状

国外关于农村教师心理健康的研宄开展较早。在研宄方法上，国外诸多学者较为注重使用调查法，访谈法。如 Marie、Brown (2002)等人针对正在进行在职培训的教师的研究资料是通过面对面的线下访谈而来，进而探究其心理健康状况[1]；在研究工具上，国外学者多数通过《康奈尔健康问卷》(CNI)、《汉密尔顿抑郁、焦虑评定量表》(HAMD, HAMA)、《焦虑症状和特质问题》(STAI)、《精神症状自评量表》(SCL-90)和《十六种人格因素问卷》(16PF)等展开了对教师群体的心理健康状况研宄。但国外学者并没有对教师心理健康形成公认的标准，心理学家兰肯(RanKin, P. T.)是其中具代表性的一位。他从心理健康的角庹定义了心理健康标准。良好的自我调节能力；是学生心理健康的典范；了解教育和心理健康的相角知识；熟悉儿童成长阶段和发展的模式；能够运用不同的方法了解儿童及其需求；营造促进心理健康的氛围；可以帮助学生满足基本的情感需求；辨析有严重心理健康问题的学生，并知道从哪里和如何获得帮助[2]。研宄内容与结果上，相关学者曾组织开展调查了 5010 名美国教师，其研宄结果显示，有焦虑症状的约占 38%。在抽样的 600 名教师中，患有神经疾病的教师占 11%。表现为过度神经质或神经病症状约占 18%；进行了个案访谈的 241 名教师中，授课能力受到不适应症状影响的约占 16%，表达出精神卫

生援助需求的教师占比达 23%。并且在 205 名骨干教师中, 需要进行心理治疗的教师占比高达 9% [3]。日本的崛内敏夫教授在东京 50 所小学进行抽样调查时发现, 1140 名教师中, 适应能力差的教师有 109 名, 约占 10% [4]。英国学者杜汉姆(J. Dunham, 1976)经过调查研究后发现, 由于工作, 生活环境的变化, 与往常环境相比, 现阶段教师正承受着越来越大的社会压力与工作负担、其不良适应性也更加显著[5]。由此得知, 国外学者研究工具较为丰富, 研究方向较为广泛, 研究结果存在一定差异。但大致认为农村教师心理健康状况不佳。

## 2.2. 国内研究现状

二十世纪八十年代中期左右, 国内学者展开了针对农村教师心理健康问题的探索和研究。二十世纪以来, 我国诸多学者在农村地区开展了实证研究去探讨教师心理健康状况。运用的研究方法包括理论的定性研究和实证调查的定量研究。主要采用心理测量法、心理实验法、系统测评法、间接测评法、访谈法等。其中, 心理测量法运用广泛, 即借助标准化的测量工具, 相对客观地测评被调查者的心与行为。主要量表有: SCL-90 量表、9 项患者健康问卷(简称 PHQ-9)和广泛性焦虑量表(简称 GAD-7)。

SCL-90 量表: 共 90 个题目, 涵盖了躯体化、强迫症状、人际关系敏感、抑郁、焦虑、敌意、恐怖、偏执和精神病性等 9 个因素, 具有容量大、报告的精神症状范围广、能够更准确地判断症状程度、节省时间、操作方便等特点。

PHQ-9 量表为 PGQ 量表(精神障碍基础护理评估 PRIME-MD 中自评问卷)中抑郁自评量表部分, 共有 9 个条目, 量表内容简短、通俗易懂, 有良好的信度及效度, 具有较高操作性与有效性。

GAD-7 量表是简捷有效的自我评估工具, 共有 7 个项目, 可以了解患者在过去两周内“感到紧张、焦虑或渴望, 担忧”等 7 个问题的困扰。它对焦虑或抑郁的诊断敏感性和特异性是可靠的[6]。杨蕊, 王琪林, 何佩, 向虹霓, 邓欣童, 杨梅(2021)通过压力知觉量表(CPSS)、简易应对方式量表(SCSQ)、抑郁症筛查量表(PHQ-9)和广泛性焦虑量表(GAD-7)研究 3312 名教师压力知觉和抑郁、焦虑的关系, 并探究其应对方式的中介作用。其结果表明: 教师压力水平普遍较高, 且部分教师存在着抑郁和焦虑的情绪[7]。

通过对检索到的文献进行归纳、分析发现, 我国学者普遍认为农村教师心理状况不佳。如任其平(2006)通过 SCL-90 症状自评量表对安徽省内 476 名农村中小学教师的心理健康状况的调查研究发现, 农村教师在量表中的总分、总均分及各因子分均显著高于全国常模。其中“躯体化”、“抑郁”、“焦虑”、“强迫”等因子与全国常模相比尤为显著。SCL-90 阳性项目检出率为 33.21%, 有心理问题的占比高达 33.19%, 有严重心理问题的占比为 18.07%, 在单一因子上的严重程度最高可达 7.78%。由此可见, 农村教师心理健康的总体状况不容乐观。农村中小学教师心理健康水平受年龄、教龄和学历层次的影响在 SCL-90 中的焦虑、敌对、恐怖方面存在着显著差异[8]。此外, 刘郁, 聂尧(2015)采用问卷调查法和个案访谈法, 从社会支持情况角度对贵州农村地区 120 名特岗教师的心理健康状况进行调查分析, 结果表明: 贵州省农村特岗教师的“躯体化”、“焦虑”、“恐惧”、“偏执”、“精神病”和“其他”因子得分显著高于全国常模平均水平。阳性项目数超过 43 项占被调查者 38%, 表明该群体存在着不同程度的心理健康问题。基于此, 该研究提出从社会支持理论的角度构建三级农村特岗教师社会支持网络, 以满足农村特岗教师的相关物质性支持、情感性支持、尊重方面的支持、信息支持和同伴支持[9]。

## 3. 农村教师心理健康研究存在的问题

### 3.1. 研究工具单一

大多数研究采用问卷调查法对农村教师的心理健康状况进行调查, 问卷的主要测量工具是临床精神症状自评量表(简称 SCL-90), 研究工具过于单一。如周丽, 蒙华庆, 邱海棠, 罗庆华(2008)通过 SCL-90

症状自评量表对重庆地区 208 名农村教师的心理健康现状的研究发现, 农村中小学教师心理问题检出率为 25.09%, 其中, 躯体化、焦虑、抑郁、强迫、偏执等因子项目上占比依次为: 7.23%、6.88%、6.21%、5.77%、4.8%, 由此得出农村教师的心理问题发生率较高的结论[10]。张晓丹, 樊晓燕(2013)采用 SCL-90 症状自评量表对安徽省 261 名农村特殊岗位教师的心理健康状况进行了调查, 被调查者总分高于全国青年的常模标准。焦虑、恐惧、精神病等因素显著高于中国青年常模, 农村特殊岗位教师心理健康水平较低[11]。虽然 SCL-90 症状自评量表可以很好地反映出个体在某些维度的健康程度和出现的问题, 却也存在弊端, 如问卷题目过长, 让被试在进行回答过程中易产生厌烦情绪, 进而影响到问卷结果的准确性。

### 3.2. 心理健康标准不统一

关于教师心理健康的标, 不同学者提出了不同的见解。俞国良、曾盼盼(2001)提出教师的心理健康标准为: 认同教师角色; 有良好和谐的人际关系; 能正确地了解、体验、控制自我; 具有教育独创性; 在教育、日常活动中, 教师们能真实地感受到情绪, 正确地去控制情绪[12]。同时指出教师的心理健康标准并不是一成不变的。一方面, 教师的心理健康标准会随着时代和社会的变化而变化。即时代进步和社会经济文化变化等因素会导致人们对于“教师”身份的认知和要求产生变化, 随之教师本身的心理健康标准必然不能长期不变。另一方面体现了其群体的特殊性, 即对教师集体心理标准的解释应细化, 应该使之既纳入所有教师心理健康标准的共性, 又可以具备教师职业本身的特殊性以及教师群体内部分化的特殊性。吴思孝(2003)指出心理健康是一个持续而内外统一的过程。教师的心理健康标准应该包括: 热爱教育, 有教学能力; 有积极乐观的生活态度; 健全的人格, 良好的个性特点; 较强的适应能力和活动能力; 和谐的人际关系[13]。兰卉, 吴俊端(2006)提出教师心理健康标准至少应该包括: 爱教学工作; 人际关系和谐; 能够正确地认识自己; 毅力和自制力; 有效调节不良情绪; 好学和创新[14]。

根据上述观点可以得知, 俞国良、曾盼盼所提出的评价标准不仅关注教师自身状态也将教师的教学状态考虑在内; 吴思孝主要考虑教师个人调控情绪的能力以及能否承担教育工作的能力。兰卉, 吴俊端主要从教师自身性格及品质方面界定教师心理健康标准。以上三种关于教师心理健康标准评价观点在方向上有较为明显的差异性, 已有的关于教师心理健康标准的评判与教师职业素养的定义存在着一定程度的混淆。例如: 教师职业认同; 教育独创性是社会大众广为认同的教师职业素养。虽然时代进步和社会经济文化变化等因素会导致人们对于“教师”身份的认知和要求产生变化, 进而导致心理健康的标产生变化, 而并非一成不变, 但对于心理健康的标并没有形成方向上的统一, 这就容易导致相关研究出现混乱。

## 4. 农村教师心理健康研究的影响因素

本文基于社会生态系统理论, 分别从微观系统、中观系统与宏观系统三个方面分析了影响农村教师心理健康的因素。在美国学者查尔斯·扎斯特罗(Charles Zastros)的社会生态系统理论中, 微观系统是指个体系统和影响个体生理和心理的因素。中观系统主要包括家庭、同伴群体、职业群体等社会组织, 是指与个体直接相关的群体。宏观系统指的是个体的社会环境, 包含社会文化、社会制度、意识形态习俗等[15]。根据对相关文献的整合研究, 本研究基于社会生态系统理论, 分别从微观系统的个人因素、中观系统的职业环境、宏观系统的社会支持三方面论述了农村教师心理健康状况的影响因素。

### 4.1. 微观系统: 影响农村教师心理健康状况个人因素

个体的气质特点是影响心理健康状况的关键因素。即使外在环境相同, 不同的内在个性特征也会导致个体产生不同的心理健康状况。相关研究发现, 无法较为客观地认识自己与现实, 频繁地确立不切实际的目标, 有过高自我实现需要、自尊需要的教师较容易出现心理健康问题。此外, 个人生活状况的变化也会对教师心理健康状况产生较为显著的影响。比如结婚、生子、离异、工作变动等, 均需要个人对

于新的生活情况做出迅速的心理调适。在心理调适期间,就较易出现心理问题。在教师职业生涯中,教师职业特点容易导致教师出现角色紧张、角色冲突的情况。角色紧张是由于社会环境内容非常丰富,一个人往往与他人建立了多个社会关系,在各种社会联系中占据着不同的位置。例如,一位中年教师往往会集儿子,丈夫,父亲,同事,教师5个角色为一体,从而形成角色集。每个角色都有不同的行为准则,角色承载者需要遵守这些准则。个人可能需要面对时间和精力方面的压力。角色冲突是指角色规定的各种行为规范之间可能发生的冲突,可分为角色内冲突和角色间冲突。例如:农村学校教师数量较少,每位教师不仅承担本学科的教学任务还负责着诸多非教学工作,如思政工作,纪律维持等,教学任务和非教学工作会产生角色冲突。俞国良,何妍(2022)运用角色理论探讨教师心理健康问题及其调适中提到由于大众对教师角色赋予了诸多不合理的期望加剧了角色冲突,进而当教师角色冲突无法向角色协调迁移时,就会出现职业倦怠的现象[16]。这是导致教师出现心理健康问题的重要原因,对农村教师心理健康产生了极为消极的影响。

#### 4.2. 中观系统: 影响农村教师心理健康状况的职业因素

职业因素是影响农村教师心理健康状况的主要因素。由于农村环境较为闭塞,青壮年大规模外出工作,导致农村地区留守儿童较多,家长对于农村教师赋予了极高的期待与要求。这就增加了农村教师的工作强度,不仅需要完成教育教学工作,还要关心孩子们的日常生活及心理状态;另一方面,家长过高的期待与要求,一定程度上会对农村教师造成负担与困扰。杨昌辉(2006)通过SCL-90量表通过调查630名教师的心理健康水平及其与社会支持的相关性,得出结论:所有教师的良好社会支持与心理健康水平呈正相关,而缺乏社会支持与心理健康水平呈负相关[17]。由于农村教师职业的特殊性,其工作独立性较强,主要社会交往聚集在学校内部,发生在同事,学生之间。并且农村地区交通并不便利,其社会支持网络较为狭窄,这种情况会使农村教师认为生活缺少乐趣,感到烦闷、压抑。进而显现在教学工作上,缺乏工作积极性与动力,长此以往,会对农村教师的心理健康状况产生不良的影响。

#### 4.3. 宏观系统: 影响农村教师心理健康状况的社会环境

社会环境因素对农村教师的心理健康状况有显著影响。伴随着21世纪科学技术与大众传媒的快速发展,人类获得知识与信息的途径、方式和速度发生了彻底改变。教师不再是人们获取知识唯一的来源,这对教师的社会权威、社会地位、社会作用产生了一定的挑战,这也对教师产生了更高标准的素质要求。而这些都对农村教师心理健康产生了一定冲击。另外,农村教师工作环境较为恶劣,内容较为冗杂,工资待遇并不理想,农村学校晋升机会、职称评比系统等不甚完善,也有不少家长不注重学生学习成绩,不和农村教师合作。对于勤勤恳恳工作的农村教师而言,这样复杂的付出和回报不成正比,此外,由于农村环境的孩子普遍升学率较低,辍学率较高,存在一定数量的留守儿童,农村教师在教学时,没有目标及动力,并且承担了一部分留守儿童的心理疏导工作。这导致农村教师的自我效能感较低,很容易产生职业倦怠感并随之产生不同程度的心理问题。

### 5. 研究展望

纵观国内学者对农村地区教师心理健康的研,本文在肯定研究进展与成绩的同时,分析了有关研究中存在的一些问题,提出了一系列的研究展望,以期能对今后农村地区教师心理健康研究的发展“添砖加瓦”。

#### 5.1. 改善研究方法与测量工具

现有的研究方法简单,缺乏多元性。教师心理健康研究方法普遍存在定性研究与定量研究割裂的现

象, 如理论研究的论文往往缺少实证支持, 实证调查方面的论文则常常缺乏理论指引与人文关怀, 将纷繁复杂饱含感情与理性的心理简单化与数字化[18]。测量工具方面, SCL-90 症状自评量表应用频率颇高, 但是 SCL-90 量表主要从是否有精神症状这一视角来评定的; 并且使用单一量表进行心理健康评定存在一定的缺陷。鉴于以上问题, 未来的研究应注意质性研究与量化研究的有机融合, 综合运用各种研究手段, 并在不断地探索中形成符合中国本土国情, 具有高信度和高效度的量表以使得研究进程更科学合理。

## 5.2. 统一农村教师心理健康评价体系

目前, 中国对教师心理健康评价标准还没有明确的结论, 教师心理健康评价标准也没有统一的应用。这将对农村教师心理健康研究的进展产生负面影响。一般群体的心理健康评价标准不适用于“农村教师”这一特殊群体。因此, 应尽快建立既能满足专业要求, 又符合教师专业特点, 适应我国农村教师心理健康评价的统一评价体系。以便将不同的研究进行对比、综合测量、解释结果。进而改善当前农村教师心理健康状况中的研究痛点和解决现实问题。

## 5.3. 丰富研究内容, 拓展研究视野

当前, 我国有关农村教师心理健康状况的研究浅尝辄止, 主要集中在农村教师心理健康状况调查与分析、职业倦怠问题上。缺少针对农村教师特殊群体深入的、系统的、连贯的、纵向的研究。例如: 特岗教师; 脱贫地区农村教师。因此, 我们应该开拓研究思路, 丰富研究内容, 拓展研究视野。通过建构一套科学的农村教师心理健康评价体系 - 完善体系, 支持系统等进而切实提高农村教师的心理健康状况。

## 5.4. 探索切实有效的维护策略, 推广研究成果

当今农村教师心理健康研究中存在着理论脱离实际、研究结果未应用到实际等问题。农村教师的心理健康状况应该如何评定, 心理健康问题如何进行干预没有科学的、系统的论述。因此, 我们应该探索并形成体系化的农村教师心理健康维护策略, 将理论与实践深度结合, 广泛推广研究成果, 将农村教师心理健康问题的解决落到实处。

## 基金项目

沈阳化工大学“2020 级大学生创新创业训练计划项目”资助项目(202210149001)。

## 参考文献

- [1] Marie, B., Ralph, S. and British, I. (2002) Change-Linked Work-Related Stressing British Teacher. *Research in Education*, **67**, 1-13. <https://doi.org/10.7227/RIE.67.1>
- [2] 徐群. 中小学教师心理健康及其维护研究[D]: [硕士学位论文]. 南京: 南京师范大学, 2004: 11.
- [3] 章永生. 教育心理学[M]. 石家庄: 河北出版社, 2000.
- [4] 桂祈蓉. 南京市中小学教师心理健康现状及对策研究[D]: [硕士学位论文]. 南京: 南京师范大学, 2006.
- [5] 林增学. 心理健康结构维度的研究概述及理论构想[J]. 心理健康与咨询, 2001(3): 77-78.
- [6] 曲珊, 胜利. 广泛性焦虑量表在综合医院心理科门诊筛查广泛性焦虑障碍的诊断试验[J]. 中国心理卫生杂志, 2015, 29(12): 939-944.
- [7] 杨蕊, 王琪林, 何佩, 向虹霓, 邓欣童, 杨梅. 中小学教师压力知觉和抑郁、焦虑的关系: 应对方式的中介作用[J]. 中国健康心理学杂志, 2021, 29(12): 1842-1848.
- [8] 任其平. 农村中小学教师心理健康状况的调查研究[J]. 常州工学院学报(社科版), 2006, 24(3): 37-42.
- [9] 刘郁, 聂尧. 贵州省农村特岗教师心理健康问题的社会支持研究[J]. 教育文化论坛, 2015, 7(5): 55-59.
- [10] 周丽, 蒙华庆, 邱海棠, 罗庆华. 重庆地区农村教师心理健康现状调查与分析[J]. 重庆医学, 2008, 37(13): 1475-1477.

- 
- [11] 张晓丹, 樊晓燕. 安徽农村特岗教师心理健康状况调查[J]. 淮南师范学院学报, 2013, 15(4): 21-24.
  - [12] 俞国良, 曾盼盼. 论教师心理健康及其促进[J]. 北京师范大学学报: 人文会科学版, 2001(1): 20-27.
  - [13] 吴思孝. 教师心理健康现状分析及调整策略[J]. 教育探索, 2003(5): 82-84.
  - [14] 兰卉, 吴俊端. 浅议教师心理健康的标淮和对策[J]. 广西医科大学学报, 2006(S1): 365-366.
  - [15] 黄静雅. 农村病残人手足的择偶困境研究——以 P 市 T 村为例[J]. 残疾人研究, 2021(2): 12-22.
  - [16] 俞国良, 何妍. 角色理论与教师心理健康问题及其调适[J]. 中小学心理健康教育, 2022(25): 4-9.
  - [17] 杨昌辉. 教师心理健康水平及与社会支持的相关性[J]. 中国临床康复, 2006, 10(38): 35-38.
  - [18] 郭成, 阳红. 国内教师心理健康研究述评[J]. 四川文理学院学报, 2012(3): 80-85.