

■ 学科教育

中小学心理健康教育现状与思考 ——基于陕西省的实证研究

曲 苒^{1,2}

(1. 西安交通大学人文社会科学学院, 陕西西安 710049; 2. 陕西学前师范学院教育科学学院, 陕西西安 710100)

摘 要:采用问卷调查与访谈法对陕西省中小学心理健康教育状况展开调查,以期探明现状、把脉问题与矛盾,对未来中小学心理健康教育工作提供借鉴。研究共回收有效问卷 379 份,样本涉及陕西省 10 个市、85 个县(区)。调查结果表明陕西省中小学心理健康教育工作已陆续展开,但进展情况参差不齐,整体水平有待提高,“专业化人才”、“经费”和“工作途径与方法”等因素成为发展瓶颈所在。结合调查结果提出师资先行、加强保障、以质取胜、广泛调动、发展预防为先等五条对策建议。

关键词: 心理健康教育; 中小学

中图分类号: G444

文献标识码: A

文章编号: 2095-770X(2016)11-0058-05

PDF 获取: <http://sxxqsfxxy.ijournal.cn/ch/index.aspx>

doi: 10.11995/j.issn.2095-770X.2016.11.014

An Empirical Research on Mental Health Education in Elementary and Secondary School in Shaanxi Province

QURan^{1,2}

(1. Xi'an Jiaotong University, Xi'an 710049, China; 2. Shaanxi Xueqian Normal University, Xi'an 710100, China)

Abstract: The mental health education in primary and secondary schools in Shaanxi province was investigated by questionnaire and interview method. 379 questionnaires were recovered, and the samples were involved in 10 cities and 85 counties (districts) in Shaanxi province. The results show that the mental health education of Shaanxi Province primary and secondary school has been started, but the progress is uneven, the level needs to be improved, “professional teachers”, “money” and “ways and means” are the development bottleneck. On the basis of empirical investigation, five suggestions are proposed.

Key words: mental health education; elementary and secondary school

一、问题提出

学校心理健康教育是教育者根据个体生理、心理发展特点,运用心理、教育等学科的理论与技术,通过课程、活动、学科渗透、心理辅导与咨询以及优化教育环境等途径和方法,解决师生成长过程中的心理问题,提高心理素质,充分开发潜能,培养乐观、

向上的心理品质,促进人格的健全发展的教育,是学校教育的重要组成部分,是培养高质量人才的重要环节,是实施科教兴国的必然要求。

心理健康教育于 20 世纪初起源于西方发达国家,历经百余年的发展,国外心理健康教育的理论、手段、方法、经验以及师资队伍、组织机构等已经比较完备成形,富有特色。纷呈的理论流派、层出不穷

收稿日期: 2016-07-04; **修回日期:** 2016-07-31

基金项目: 陕西省社会科学基金项目(12N013)

作者简介: 曲苒,女,陕西咸阳人,陕西学前师范学院教育科学学院副教授,西安交通大学人文社会科学学院博士研究生,主要研究方向:心理健康教育。

的改革创新、不断更新的辅导模式、大量出版的刊物著作、日益完善的经验技术,严格的从业资格认证,无不显示发达国家的心理健康教育工作逐渐进入发展成熟和不断完善阶段。心理健康教育的研究与实践逐渐表现出本土化、专业化与综合化三大趋势。

我国从20世纪80年代开始对心理健康教育给予关注,始于高校,逐渐推行至中小学。近年来我国学校心理学的专家和工作者在理论和实践上不断开拓,该工作已经得到普遍重视和快速的发展。然而,由于心理健康教育是一个系统工程,具有一定的复杂性,需要良好的心理学的学术氛围,完整的政策法规作为依托,先进的理论学说作为基础,雄厚的教育力量进行推进^[1]。我国心理健康教育研究起步较晚,还处于探索发展阶段。同时,我国心理健康教育发展不均衡,与浙江、上海、香港、台湾等地相比,陕西省心理健康教育研究相对薄弱。

本研究旨在全面了解陕西省中小学心理健康教育现状,探究工作开展过程中存在的问题与矛盾,以期对未来中小学心理健康教育工作提供理论借鉴和实践指导。

二、研究方法

(一)调研工具

自编《陕西省中小学心理健康教育调查问卷》,该问卷包括52道题目,兼有封闭式与开放式题目。主要涉及五方面内容:学校基本信息、心理健康教育工作机构、心理健康教育工作运行状况、心理健康教育师资队伍、心理健康教育工作教科研。

自编《陕西省中小学心理健康教育访谈问卷》,就心理健康教育工作开展情况进行访谈,重点聚焦当前心理健康教育工作中的困难困惑、尝试解决的方法以及急需的支持帮助等。

(二)调研对象与过程

共发放《陕西省中小学心理健康教育现状调查问卷》400份,回收问卷395份,其中有效问卷379份,有效率为94.8%。样本涉及陕西省10个市、85个县(区)的学校。样本在学校类型、学校规模、施测对象等方面保持平衡,具体如下:学校管理者(校长、副校长、书记、副书记)182份、心理健康教育教师32份、班主任及课任教师165份;小学178份,中学及九年一贯制学校201份(其中九年一贯制学校18

份);乡镇学校占48.1%、县城学校占37.2%、城市学校占14.7%;学生人数在600—1500之间的中等规模学校占53.9%,规模小于600人的25.1%,大于1500人的学校占21.1%;寄宿制学校占48.1%、非寄宿制学校占51.9%。

在问卷调查的基础上,选取2个县级教育相关部门负责人及具有代表性学校(小学2所、初中2所、高中1所)的管理者或心理健康教师进行深入访谈。

三、调研结果与分析

(一)基本情况

陕西省中小学心理健康教育工作已陆续展开,但进展情况参差不齐。在被调查的学校中,约五分之一(18.0%)的学校心理健康教育工作已“全面铺开”;大多数学校(43.6%)处于准备尝试阶段,正在“开展试点”;而约有四成的学校目前并未开展该项工作,这又分为两种情况:“曾经开展工作而现在停止”的占15.0%，“尚未开展过”的有23.4%。

值得高兴的是,各学校对心理健康教育工作重要性认识较为到位。73.2%的学校报告心理健康教育对提高教育教学水平有推动作用。大多数学校(60.2%)赞成将学校心理健康教育工作情况作为学校考核内容。

(二)心理健康教育工作机构及经费状况

第一,中小学在心理健康教育机构建设及工作制度建设方面有一定成效。大部分学校已经设立(38.3%)或正在筹建(16.0%)学生心理健康教育的工作机构,并建立了工作相应的工作制度。然而,仍有27.7%的学校未设立任何机构,33.3%的学校没有任何相关工作制度。

第二,心理健康教育经费总体不足,经费多用于基础设施建设。调查发现,学校心理健康经费主要来源于上级主管部门下拨和学校自有经费两部分。被调查的学校年均经费投入均未超过4000元,其中2000—4000元的占51.4%,1—2000元的占19.1%,其余29.5%的学校没有任何经费投入。就上级主管部门划拨经费而言,“数量充足”的仅有2.2%，“经费尚可”的8.3%，“经费紧张”的22.5%，而有高达66.0%的学校报告“无经费”。在经费使用方面,各学校经费主要用于学校心理健康教育基

基础设施的建设,“购买图书”与“购买办公设备”两项比例合计 59%,这体现出当前陕西省中小学校心理健康教育工作仍处于起步阶段。

(三)心理健康教育实施状况

第一,心理健康教育的途径与方法调查结果表明,陕西省中小学校开展心理健康教育的途径主要有三类:开设心理健康教育课程、开展心理健康活动、设置心理咨询室(中心)。可见,心理健康工作已在中小学校展开,部分学校开始尝试综合采用多种方式开展心理健康教育工作。然而,实施情况各校还存在一定差异,具体分析如下:

关于心理健康教育课程开设情况,有 46.6%的学校开出课程,35.3%的在考虑开设,18.1%的尚无计划。在开出课程的学校中,57.7%在全校推开,25.6%覆盖部分年级,16.7%仅在部分班级开设;能够保证“2 节/周”的有 7.2%，“1 节/周”的 26.2%，“1 节/2 周”的 15.1%，其他更多学校则采取了不定期讲座形式。相比较而言,美国从幼儿园开始到 11 年级都设有心理健康教育课程,平均每学年心理健康教育课程为 61 学时^[2]。

关于心理健康教育活动,调查发现“班会”是最主要的活动载体(71.9%),此外常用的方式依次为个体辅导或咨询(39.9%)、学科渗透(31.7%)、心理健康主题活动(30.2%)以及心理健康宣传栏(28.8%)等。

在被调查的学校中,有 50%建有心理咨询室,41.2%未设置,8.8%准备设置;29.4%的学校建设了学生心理档案。

第二,心理健康教育的广度各个学校在拓展心理健康教育服务对象方面也做了尝试,除了学生这一主要服务对象之外,大多数学校(76.0%)针对教师开展过心理健康教育活动,59.9%的学校针对家长开展过各类心理健康教育活动。同时,也有相当部分学校从未针对老师(24.0%)或家长(40.1%)开展过心理健康教育活动。

第三,心理健康教育工作的深度进一步的访谈发现,尽管不少学校建立了心理健康教育组织机构,制定了工作计划、设置了心理咨询室,然而实际中却未能充分发挥职能,开展实质性工作。或工作方式单一、缺乏深度广度;或将心理教育与德育工作混淆、将学生心理问题与品德问题混为一谈;更有甚者

将心理健康教育工作作为“花瓶”工作,仅用于装点门面……显示出工作仍显简单化、形式化。

(四)心理健康教育师资队伍状况

第一,专兼职心理健康教育教师数量短缺心理健康教师数量不足,参与调查的中小学校中,共有心理健康教育人员 531 名,其中专职人员 104 人,兼职人员 427 人。这意味着,平均 3—4 所学校才有 1 名专职心理健康教师。这稍好于成都地区的调查结果^[3],但与浙江等发达地区的比较仍存在差距^[4]。进一步的访谈发现,无论是专职抑或兼职心理健康教育教师常常一人多职、工作交叉冲突、时间精力投入较难保障。在心理健康教师数量不足的情况下,这无疑是雪上加霜。

在被调查的学校中,心理健康教育的主体更多的为“班主任”(61.1%),而非心理健康教育教师(37.2%),此外科任教师(27.7%)也是心理健康教育的重要主体。可见,教育教学实际中,班主任是心理健康教育的主要参与者。这一点让人喜忧参半,既反映出“心理健康教育需要全员参与”这一观点得到广泛认同、具有良好实践基础,但也从侧面反映出心理健康教育教师数量不足或专业化程度不高,在心理健康教育工作中还未起到应有的枢纽作用。

第二,心理健康教师的专业化水平有待提高现有心理健康教育教师队伍专业背景较为混杂、质量参差不齐。调查发现,531 名专兼职心理健康教师中具有心理学专业背景的 117 人(22.0%),教育学 119 人(22.4%),学前教育 25 人(4.7%),思想政治教育 143 人(26.9%),其他专业 127 人(23.9%)。这与发达地区存在较大差距,如浙江省专职教师心理学、教育学及相关专业占比超过 90%,兼职教师亦超过 60%^[4]。

在心理健康教师的选拔任用上,学校执行标准具有一定的共性,最为看重的三项是“心理健康教育专业培训”(46.2%)、“良好职业道德和敬业精神”(48.4%)、“热心于此项工作”(41.3%)。仅有少数学校要求具有“心理学或相关专业学历学位”(21.4%)或“专业任职资格证书”(9.7%)。

第三,心理健康教育教师的专业化成长环境亟待优化问卷调查及随后的访谈均表明,心理健康教育教师专业化成长的道路并不十分舒畅,还存在实际困难。首先,交流培训力度仍显不足,被调查学校

心理健康教育教师近十年来参加各类交流培训合计812人次,人均不足2次。其次,教科研作为重要的专业化成长途径未被充分开发,近十年累计相关教科研成果298项,校均不足1项;访谈表明心理健康教育师资不稳定,流动性大,学校之间交流不足,难以形成专业成长共同体。最后,心理健康教育教师的专业化成长政策支持力度不足。例如,目前陕西省还未设置心理健康教育教师职称系列,心理健康教育教师职业成长道路在一定程度上受阻。这不仅限制了心理健康教育教师的专业化成长,也不利于师资队伍的稳定,84.5%的参与调查者呼吁设置中小学心理健康教育教师职称系列。

(五)心理健康教育工作中的主要困难与急需支持

最后,本次调查还关注了陕西省中小学心理健康教育工作开展过程中的主要困难与急需支持。调查中被提及频率最高的三大困难依次为——缺乏专业人员(69.5%)、缺少资金(60.8%)、缺乏好的方法与途径(45.5%),各校提到在进行心理健康教育工作时最需要得到的帮助和支持也与之对应——专业机构的指导(69.0%)、经费支持(58.5%)、“心理健康教育方法”(53.6%)。

随后的访谈结果进一步证实了以上的调查结果,“专业化人才”、“经费”和“工作方法”是制约当前陕西省中小学心理健康教育工作深入开展的重要因素,成为发展瓶颈所在。

四、建议与对策

从调查结果来看,陕西省中小学心理健康教育工作已经逐步起步,部分学校已经取得不错的成绩,然而由于人力、财力以及专业指导的制约,发展中面临种种困难,整体发展水平较低,参差不齐。与浙江、广东等心理健康教育发达地区相比,还存在差距,主要表现为以下四个反面:第一,政策、经费支持力度有待提升;第二,师资队伍建设水平与机制相对落后;第三,心理健康教育思路方法失于单一片面,亟待丰富;第四,全省范围的心理健康教育专业平台还未顺畅运行,需要完善专业指导长效机制,加强学校间地区间交流。由此可见,陕西省中小学心理健康教育工作的繁荣发展,不仅需要学校及师生的积极投入,还有赖于家庭、政府、社会的大力支持。

(一)师资先行:建设专业化的心理健康教育师资队伍

高素质的教师队伍是心理健康教育工作开展的前提与保障^[5]。中小学心理健康教育教师队伍建设要做到“严入优培”,录用、培养一批专业过硬、业务精良的心理健康教育骨干教师。“严入”指严把心理健康教育教师入职条件,明确岗位职责,完善任职资格制度,同时切实执行教师考核淘汰制度,逐步提高心理健康教育师资队伍专业化水平。“优培”指通过加强职后培训、开展校本研究、建设名师队伍、完善教研及督导机制、加强校际合作共同体或学科中心建设、疏通中小学心理健康教师职称评定通道、逐步解决心理健康教师编制待遇问题等,多管齐下,有效提升心理健康教育师资队伍,尤其是专职师资队伍的能力水平。

“严入”是前提,“优培”是保障。就目前陕西省中小学心理健康教育现状而言,“优培”更为紧迫,更具难度,只有疏通中小学心理健康教师专业成长之路,提高岗位的吸引力,才能做到“严入”、才能保障师资队伍稳定性、调动积极性,为心理健康教育工作注入活力。

(二)加强保障:健全机制,持续投入,增大示范引领力度

积极调动各种力量,不断加大经费、政策及专业指导等投入力度,有效促进中小学心理健康教育整体水平的提高,同时巩固建设成果,形成长效机制。呼吁中小学心理健康教育专项经费逐年有所增加,扩大经费筹措渠道;进一步加大指导、督促、检查的力度,条件成熟时可考虑将心理健康教育工作纳入中小学教育教学质量评估与考核内容,从体制、机制层面促进中小学心理健康良性发展;着手建设心理健康教育示范中心,为提高中小学心理健康教育与研究工作的整体水平起示范、引领和带动作用;促进校际良性互动,共享片区资源,带动区域内心理健康教育的均衡发展,促进心理健康教育有系统、有步骤推进。

(三)以质取胜:构建全方位、多渠道的心理健康教育模式

全方位、多渠道开展心理健康教育工作,倡导灵活选择、综合运用各种途径和方法。可以考虑从以下三个方面着手。

一是开展多样的心理健康教育活动。完善心理健康教育课程体系,打破“学科化”模式,促进心理健康教育走向真实与自然,重视“体验”^[6];综合运用心理讲座、心理拓展训练、生命教育课、心理剧、心理主题班会、心理运动会、学科渗透等多彩的教育活动;重视广播、电视、校刊、网络等多种媒介的介入;定期开展“心理健康教育周”或“心理健康教育月”等主题活动。

二是真正发挥心理咨询中心或心理辅导室的作用。构建咨询室咨询、电话咨询、网络咨询多维体系;综合运用个体咨询、团体辅导、心灵工作坊多种形式开展工作。

三是将心理健康教育全面渗透在学校教育过程中,创设良好的心理健康教育环境。

(四)广泛调动:推动心理健康教育全员化

推动心理健康教育全员化,先要做到“服务对象全员化”。学生是心理健康教育最为重要的服务对象,但不是唯一对象。教师和家长群体也不容忽视,开展“家长学校”、“教师减压讲座”等针对教师和家长的心理教育活动,不仅有利于提高教师和家长心理健康水平,减少家庭诱因引发的心理问题以及“师源性”心理障碍,更有利于提高教师和心理健康教育能力水平,打造“学生、教师、家长”三位一体的心理健康教育体系。

其次要做到心理健康教育“参与全员化”。服务对象全员化对学校心理健康教育工作提出了更高的要求,完成这一任务仅仅依靠专兼职心理健康教育教师是不够的,需要学校管理者、心理健康教师、班主任、课任教师、学生、家长等全体总动员。班主任参与心理健康具有天然的优势,已在很多学校得到践行,如浙江省班主任工作渗透比例已达到94.9%^[4];课任教师可以通过“学科渗透”有效参与;学生则可以通过心理社团,心理委员等形式参与,充分调动学生自我成长的积极性主动性;家长作为学生在家庭的监护者,参与其中,家长可在促进家校合作、创设良好家庭心理环境方面做出贡献。总之,全员参与是指以专兼职心理健康教育教师为核心,充分调动学校管理者、班主任、课任教师、学生、家长等力量全员参与心理健康教育工作。

(五)发展为先:防患于未然

中小学心理健康教育不是“灭火队”,仅被动地解决少数已出现的心理问题,更要注重预防与发展,做到未雨绸缪、防患于未然。这要求心理健康教育转变视角,“强调人性中积极的方面和健康的功能”^[7]。

要做到“防患于未然”,可以考虑以下一些途径:推进学生心理危机预防与干预体系建设^[1],构建心理危机干预的快速反应服务联动机制;开展新生心理健康普查、心理危机定期排查、建立心理档案,及时发现和疏导心理问题心理测量;重视心理健康知识普及,积极开展心理健康教育宣传活动;以人际关系、学习和自我发展为主题开展活动,培养乐观向上的生活态度、健康愉悦的情绪、完善的人格特征、良好的适应能力;关注特定群体,如留守儿童、流动儿童、孤儿、单亲家庭儿童、贫困儿童等;加强校园文化建设,创造健康向上、宽松理解的心理社会环境。

总之,中小学心理健康教育是一个系统工程,具有复杂性,不可能一蹴而就。因此,只有充分吸收已有经验,发挥“后发优势”,稳健推进,才能切实提高陕西省心理健康教育工作水平。

[参考文献]

- [1] 廖全明,黄希庭. 中小学生学习心理健康服务体系模式的构建[J]. 心理科学,2009(2):274—277.
- [2] 周春森. 中美中小学心理健康教育比较研究[J]. 黑河学院学报,2011(3):15—17.
- [3] 廖彩之. 城市化背景下成都市中小学心理健康教育可持续发展机制研究[J]. 教育与教学研究,2014(11):33—36.
- [4] 陈永胜. 浙江省中小学心理健康教育现状调查[J]. 中国特殊教育,2010(6):81—85.
- [5] 俞国良. 我国中小学心理健康教育的现状与发展[J]. 教育科学研究,2001(7):62—65,69.
- [6] 赖运成. 中小学心理健康教育活动课问题探析[J]. 现代中小学教育,2015(10):75—78.
- [7] 王书荃. 学校心理健康教育十年研究回顾与思考[J]. 中国教育学报,2007(8):57—59.

[责任编辑 李亚卓]