

■ 学前教育专业发展

意象对话技术对农村幼儿园教师抑郁焦虑情绪 及效能感的影响

李亚彤¹, 曾 碧²

(1. 陇南师范高等专科学校初等教育学院, 甘肃成县 742500;
2. 陇南师范高等专科学校学前教育学院, 甘肃成县 742500)

摘要:为了探讨意象对话技术对农村幼儿园教师抑郁焦虑情绪及教学效能感的影响效果,笔者采用方便取样在甘肃省某县选取农村幼儿园教师60名,随机分为观察组(n=30)和对照组(n=30),观察组接受8周的意象对话个案干预,对照组接受8周团体活动。比较两组抑郁焦虑情绪[抑郁自评量表(SDS)、焦虑自评量表(SAS)]和教学效能感[中文版教师自我效能感量表(TSE)]。研究显示,干预后观察组SDS和SAS得分显著低于对照组,而观察组TSE得分显著高于对照组。研究结果表明,意象对话技术对改善农村幼儿园教师抑郁焦虑情绪及教学效能感有积极促进作用。

关键词:意象对话技术;农村幼儿园教师;抑郁;焦虑;教学效能感

中图分类号: G615

文献标识码: A

文章编号: 2095-770X(2022)05-0057-07

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

doi: 10.11995/j.issn.2095-770X.2022.05.009

Effects of Image Dialogue Therapy on Depression, Anxiety and Self-efficacy of Rural Kindergarten Teachers

LI Ya-tong¹, ZENG Bi²

(1. College of Primary Education, Longnan Normal College, Chengxian 42500, China;
2. School of Preschool Education, Longnan Normal College, Chengxian 742500, China)

Abstract: To explore the effect of image dialogue therapy on depression, anxiety and self-efficacy of rural kindergarten teachers, the author used convenient sampling method to select 60 rural kindergarten teachers in a county of Gansu Province, and randomly divided them into an observation group (n=30) and a control group (n=30). The observation group received image dialogue case intervention for eight weeks, while the control group received group activities for eight weeks, in order to compare depression and anxiety [self-rating Depression Scale (SDS), Self-rating Anxiety Scale (SAS)] and self-efficacy [Chinese version of Teacher self-efficacy Scale (TSE)] in the two groups. The study showed that after the intervention, the SDS and SAS scores of the observation group were significantly lower than those of the control group, while the TSE score of the observation group was significantly higher than that of the control group. The results indicate that the image dialogue technology has a positive effect on improving the depression, anxiety and teacher efficacy of rural kindergarten teachers.

Keywords: image dialogue therapy; rural kindergarten teachers; depression; anxiety; self-efficacy

教师是一个特殊的职业群体,长期面对着高强度的工作压力。有研究发现,教师人群长期处

于心理亚健康状态^[1]。近年来,幼儿园教师群体的心理健康状况受到了越来越多关注,尤其是在

收稿日期:2022-03-26;修回日期:2022-04-03

基金项目:甘肃省教科规划课题(GS[2020]GHB4794);陇南师范高等专科学校校级研究机构科研项目(2021B-05)

作者简介:李亚彤,女,甘肃成县人,陇南师范高等专科学校初等教育学院讲师,博士研究生,主要研究方向:情绪与认知心理;曾碧,女,四川金堂人,陇南师范高等专科学校学前教育学院副教授,主要研究方向:心理健康教育。

偏远农村地区工作的幼儿园教师。一项采用随机抽样法,对300名农村幼儿园教师的调查结果显示,农村幼儿园教师SCL-90的各因子分均显著地高于全国常模,农村幼儿园教师中较多的心理问题是强迫、抑郁、人际敏感和偏执^[2]。另一项类似的研究也发现,农村幼儿园教师经常出现疲劳、愤怒、紧张、焦虑、压抑、恐惧等症状,工作热情和兴趣较低,缺乏基本的职业认同感^[3]。这些结果说明,面对巨大的工作压力、艰苦的生活工作环境,农村幼儿园教师的心理健康状况不容乐观。此外,教学效能感是指教师在教学活动中能有效地完成教学工作、实现教学目标的一种能力的知觉和信念。教师良好的心理状态和较高的效能感不仅对其生活满意度有显著的促进作用^[4],而且还有助于学生的健康发展^[5]。然而,陈姝娟在237名农村幼儿园教师样本中发现,其教学效能感整体偏低,学历水平越低、教龄越短的农村幼儿园教师的教学效能感越低^[6]。综上,面对农村幼儿园教师目前较低的心理健康水平和教学效能感,提出有效的干预手段迫在眉睫。

目前,大多数研究者主要通过认知疗法来提高教师的心理健康水平和教学效能感。例如,赵莉等人采用正念认知疗法与艺术整合疗法相结合的方式对63名儿科教师进行干预后发现,儿科教师的效能感及职业幸福感均有显著的提升^[7];罗小兰采用自我认知干预技术对29名中学教师进行了两个学期的干预,结果发现,干预后SCL-90,SDS,SAS的得分均有下降,说明自我认知干预对教师心理健康具有积极影响^[8]。由此可见,大量研究主要从认知层面对教师的心理健康和效能感进行干预。然而,有研究发现,从潜意识层面进行干预的方法可以获得更好的治疗效果,比如朱建军老师创建的意象对话技术^[9]。在意象对话过程中,咨询师通过意象在潜意识层面向来访者传达爱、安全感,从而帮助来访者获得曾经内心缺失的东西,提高来访者的心理健康水平,增强来访者的自信心^[10]。因此,笔者在本研究中采用意象对话技术进行干预,以期从农村幼儿园教师自身内部的心理因素角度探究意象对话技术在农村幼儿园教师群体中的应用价值,考察其能否改善农村幼儿园教师的抑郁焦虑情绪和教学效能感,为农村幼儿园教师的心理健康服务提供

新模式和新思路,为偏远山区的心理健康服务体系建构提供一些实证证据。

一、研究方法

(一) 研究被试

在研究前,笔者使用G*power3.1软件对研究所需要的样本量进行了估计。设定统计检验力 $\text{power} = 0.95$ (95%),效应量设置为 $\text{effect size } f^2 = 0.25$,显著性水平 $\alpha = 0.05$,在重复测量方差分析中探测到显著的组内和组间的交互效应至少需要34名被试,即各组17名被试。

2021年3月笔者采用方便取样选取了甘肃省某县农村幼儿园教师60名,按随机数字法分为观察组30名、对照组30名,本研究样本满足基本被试量需求。被试纳入标准为:1)具有教师资格证并承担一线教学任务;2)教龄2年及以上;3)知情同意,自愿参加本研究并签署书面知情同意书。排除标准为:1)妊娠和哺乳期教师;2)有严重器质性病变导致无法参与研究者;3)服用精神类药物。

(二) 研究工具

1. 自编基本情况调查表

笔者在本研究中采用自编设计的基本情况调查问卷收集农村幼儿园教师的一般人口学资料,包括性别、年龄、教龄、婚姻状况、受教育程度、户口情况等内容。

2. 抑郁自评量表(self-rating depression scale, SDS)^[11]

采用抑郁自评量表评估研究对象的抑郁情绪,该量表由Zung于1965年编制。SDS共20个条目,SDS的主要评定依据为项目所定义的症状出现的频率,采用从1(从来没有或偶尔)~4(总是如此)4点评分。SDS评价标准:<53分为正常,53~62分为轻度抑郁,63~72分为中度抑郁,>73分为重度抑郁。本研究中量表的Cronbach α 系数为0.89,说明各条目的内部一致性良好。

3. 焦虑自评量表(self-rating anxiety scale, SAS)^[12]

采用焦虑自评量表评估研究对象的焦虑情绪,该量表由Zung于1971年编制。SAS共20个条目,SAS的主要评定依据为项目所定义的症状出现的频率,采用从1(从来没有或偶

尔)~4(总是如此)4点评分。SAS评价标准:<50分为正常,50~59分为轻度焦虑,60~69分为中度焦虑,<70分为重度焦虑。本研究中量表的Cronbach α系数为0.82,说明各条目的内部一致性良好。

4. 中文版教师效能感量表简版(The 12-item Short Form Teacher Efficacy Scale, TSE) [13]

中文版教师效能感量表简版共12个条目,包含教师学与教效能感和教师课堂管理效能感两个维度。所有条目均采用1(没有)~9(非常)的9点评分。量表的得分范围在12~108之间,得分越高,表示教师自我效能感越高,本研究中量表的Cronbach α系数为0.88,说明各条目的内部一致性良好。

(三)干预方法

1. 对照组团体活动方案

对照组团体活动每周1次,每次120分钟,共8次。内容包括交流教学经验、心理健康知识讲座、集体备课、教学成果讨论交流、卫生知识学习、团体体育小游戏、教学管理知识学习、志愿者活动。

2. 观察组个案干预方案

干预方案是根据朱建军老师创立的意象对话

技术。在充分了解干预对象的前提下,以及研究团队前期的干预基础上制定,经过2名有多年心理学专业训练背景的心理学者讨论审核。

在意象对话中,房子意象的使用频率是最高的,它可以有效地反映出个体的心理状态和人际关系。此外,动物意象也是意象对话疗法中应用比较广泛的一项技术,动物意象从某种程度上来说更接近人的内在潜意识。因此,干预方案中选用了房子意象和动物意象来帮助来访者缓解心理压力。同时,通过寻找心灵守护者来提升来访者的自信心和安全感^[14]。干预活动总共分为三个阶段:第一、第二、第三次干预为开始阶段,主要目的是建立良好的咨访关系,减少来访者的阻抗,让来访者放松下来;第四、第五、第六、第七次干预为重点阶段,主要目的是通过使用动物意象、房子意象和追溯童年帮助来访者正确的认识自己及改善人际冲突,从而提升来访者的心理健康水平,并通过寻找心灵守护者来提升效能感;第八次干预为巩固结束阶段,主要采用与意象进行沟通的方式建立目标,同时让来访者进行练习,巩固意象对话的治疗效果;最后通过布置家庭作业让来访者在以后的生活中学会自己使用这项技术并将技术习惯化。具体内容见表1。

表1 意象对话个案干预方案

阶段	时间	组成单元	干预目标	干预内容
开始	第一次	规范设置	制定咨询契约	采用摄入性会谈明确来访者和咨询师的权利义务,收集来访者的基本资料,做好咨询时间、目标、内容的计划
	第二次	基于沟通的互动	建立咨访关系,提升心理健康水平	运用滋养保护树木意象抚慰来访者受伤的心灵
	第三次	情绪调节	提升积极情绪,建立积极意象	通过动物意象整合个体的性格特征,调节来访者情绪状态
	第四次	外部我和内部我的关系	正确认识自己	带领来访者回溯童年期,探寻来访者内心矛盾、问题的根源,并引导来访者面对意象中真实的自我
重点	第五次	基于意象了解冲突	正确对待冲突	运用房子的意象了解来访者与他人之间的关系及冲突,并引导来访者改变消极的房子意象,比如光线较暗的房子、屋顶较尖锐的房子等
	第六次	正视压力	降低、释放压力	通过引导来访者动物意象的积极转变从而降低被试的心理压力水平
	第七次	面向未来	建立明确目标	通过意象沟通帮助来访者找到心灵关怀者、守护者,增强来访者的效能感,使来访者更加有勇气和信心面对以后生活中的困难与挫折,形成合理的生活目标
结束	第八次	巩固练习	强化先前咨询的效果	带领来访者练习想象房子、动物中积极的意象,以强化巩固咨询效果。总结,提升、学习与意象交流的技巧,布置家庭作业

个案干预组在学校的办公室进行干预活动,每次干预的时长为60分钟,每周1次,总共8次。在干预过程中会根据干预对象的要求具体安排干预的时间,干预实施者均为接受过个体治疗训练并持有国家心理咨询师执业资格的心理学专业教师。为了保证每次干预的质量,采取了两项措施:一是在研究开始前对实施者进行干预方案和内容培训;二是经常听取研究对象的反馈并从细节处做出方案的调整。

(四)统计方法

用Excel表格以及SPSS 20.0对原始数据进行录入、整理与统计分析。计量资料采用 $(\bar{x} \pm s)$ 进行描述,计数资料采用频数进行描述,采用 t 检验或 χ^2 检验比较两组对象一般资料。采用重复测量方差分析检验观察组、对照组干预前后各变量的比较。以 $p < 0.05$ 为差异有统计学意义。

二、研究结果

(一)农村幼儿园教师抑郁焦虑基本情况

干预前,农村幼儿园教师抑郁得分为 (59.10 ± 1.59) ,焦虑得分为 (54.77 ± 1.53) ,均显

著高于全国常模 (41.92 ± 10.63) 分, (37.21 ± 12.64) 分。抑郁检出率为52.7%,焦虑检出率为21.6%。

(二)两组在一般资料和基线水平上的对比

为了考察观察组和对照组被试在一般资料和基线水平上是否匹配,首先对两组被试的性别、婚姻状况、学历水平、户口情况分布做了 χ^2 检验,对两组被试的年龄和教龄采用 $(\bar{x} \pm s)$ 进行描述并进行 t 检验,结果见表2,两组被试的性别、年龄、教龄、婚姻状况、学历水平、户口情况差异均无统计学意义($p > 0.05$)。进一步对干预前两组在抑郁、焦虑、教学效能感上的得分进行独立样本 t 检验,结果显示,干预前观察组抑郁水平($M=58.93$, $SD=1.55$)和对照组的抑郁水平($M=59.26$, $SD=1.63$)的差异不显著 $p=0.41$;观察组焦虑水平($M=54.73$, $SD=1.54$)和对照组的焦虑水平($M=54.80$, $SD=1.62$)的差异不显著 $p=0.86$;观察组教学效能感水平($M=80.11$, $SD=5.31$)和对照组的教學效能感水平($M=80.20$, $SD=5.54$)的差异不显著 $p=0.94$ 。综上说明,两组在背景信息和基线水平上匹配,具有可比性。

表2 两组对象一般资料比较[n(%), $\bar{x} \pm s$]

项目	分类	观察组(n=30)	对照组(n=30)	t/χ^2 值	P值
性别	男	2(6.66)	3(10.00)	0.28	0.59
	女	28(93.34)	27(90.00)		
年龄(岁)		37.5 ± 7.2	36.8 ± 8.1	0.21	0.76
教龄(年)		7.9 ± 5.3	8.1 ± 4.9	0.19	0.81
婚姻状况	已婚	15(48.39)	16(51.61)	0.07	0.79
	未婚	15(51.72)	14(48.28)		
受教育程度	大专	14(53.85)	12(46.15)	0.27	0.60
	本科及以上	16(47.06)	18(52.94)		
户口	农村	21(47.73)	23(52.27)	0.34	0.55
	城镇	9(56.25)	7(43.75)		

(三)两组抑郁情绪比较

为了考察意象对话技术对农村幼儿园教师抑郁情绪的干预效应,以测量时间(干预前= T_1 ,干预后= T_2)为组内变量,组别(观察组、对照组)为组间变量,性别、年龄、教龄、婚姻状况、学历水平、户口情况为协变量,对抑郁进行重复测量方差分析。结果显示,在抑郁上,测量时间的主效应显著 $F(1, 60) = 79.87$, $p < 0.001$, $\eta_p^2 = 0.67$ 且干预后的抑郁水平($M=52.95$, $SD=1.85$)显著低于干预前的抑郁水平($M=59.10$, $SD=1.59$), $t(59) =$

9.13 , $p < 0.001$, $d=3.56$ 。组别的主效应也显著 $F(1, 59) = 11.69$, $p=0.001$, $\eta_p^2 = 0.17$ 且观察组的抑郁水平($M=55.38$, $SD=3.88$)显著低于对照组的抑郁水平($M=56.66$, $SD=3.05$), $t(59) = 2.72$, $p=0.041$, $d=0.37$ 。时间和组别的交互作用显著 $F(1, 59) = 51.06$, $p < 0.001$, $\eta_p^2 = 0.46$ 。进一步简单效应分析发现,干预前观察组抑郁水平($M=58.93$, $SD=1.55$)和对照组的抑郁水平($M=59.26$, $SD=1.63$)的差异不显著 $t(29)=0.83$, $p=0.41$,但干预后观察组的抑郁水平($M=51.83$, $SD=1.46$)显著低于

对照组的抑郁水平 ($M=54.06$, $SD=1.51$), $t(30)=5.61$, $p<0.001$, $d=1.50$ 。见图1。

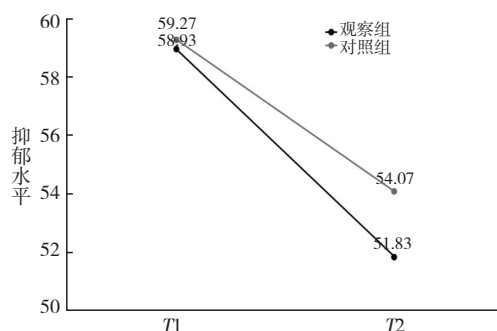


图1 观察组和对照组在干预前(T1)和八周后(T2)的抑郁水平

(四) 两组焦虑情绪比较

为了考察意象对话技术对农村幼儿园教师焦虑情绪的干预效应,以测量时间(干预前=T1,干预后=T2)为组内变量,组别(观察组、对照组)为组间变量,性别、年龄、教龄、婚姻状况、学历水平、户口情况为协变量对焦虑进行重复测量方差分析。结果显示,在焦虑上,测量时间的主效应显著 $F(1, 60) = 69.87$, $p<0.001$, $\eta_p^2 = 0.58$ 且干预后的焦虑水平 ($M=47.65$, $SD=1.91$) 显著低于干预前的焦虑水平 ($M=54.77$, $SD=1.53$), $t(59)=8.69$, $p<0.001$, $d=4.11$ 。组别的主效应也显著 $F(1, 59) = 13.63$, $p<0.001$, $\eta_p^2 = 0.19$ 且观察组的焦虑水平 ($M=50.58$, $SD=4.46$) 显著低于对照组的焦虑水平 ($M=51.83$, $SD=3.32$), $t(59)=2.66$, $p=0.044$, $d=0.32$ 。时间和组别的交互作用显著 $F(1, 59) = 36.87$, $p<0.001$, $\eta_p^2 = 0.38$ 。进一步简单效应分析发现,干预前观察组焦虑水平 ($M=54.73$, $SD=1.54$) 和对照组的焦虑水平 ($M=54.80$, $SD=1.62$) 的差异不显著 $t(29)=0.17$, $p=0.86$, 但干预后观察组的焦虑水平 ($M=46.43$, $SD=1.56$) 显著低于对照组的焦虑水平 ($M=48.86$, $SD=1.38$), $t(30)=6.22$, $p<0.001$, $d=1.64$ 。见图2。

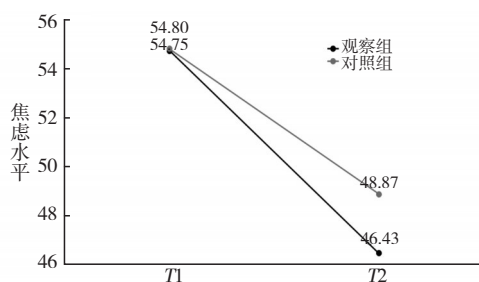


图2 观察组和对照组在干预前(T1)和八周后(T2)的焦虑水平

(五) 两组教学效能感比较

为了考察意象对话技术对农村幼儿园教师效能感的干预效应,以测量时间(干预前=T1,干预后=T2)为组内变量,组别(观察组、对照组)为组间变量,性别、年龄、教龄、婚姻状况、学历水平、户口情况为协变量对教学效能感进行重复测量方差分析。结果显示,在教学效能感上,测量时间的主效应显著 $F(1, 59) = 78.36$, $p<0.001$, $\eta_p^2 = 0.69$ 且干预后的教学效能感水平 ($M=85.81$, $SD=4.64$) 显著高于干预前的教学效能感水平 ($M=80.15$, $SD=5.38$), $t(59)=7.98$, $p<0.001$, $d=1.13$ 。组别的主效应也显著 $F(1, 59) = 4.65$, $p=0.035$, $\eta_p^2 = 0.07$ 且观察组的教学效能感水平 ($M=84.23$, $SD=6.25$) 显著高于对照组的的教学效能感水平 ($M=81.73$, $SD=4.96$), $t(59)=4.01$, $p<0.001$, $d=0.44$ 。时间和组别的交互作用显著 $F(1, 59) = 45.97$, $p<0.001$, $\eta_p^2 = 0.442$ 。进一步简单效应分析发现,干预前观察组教学效能感水平 ($M=80.11$, $SD=5.31$) 和对照组的的教学效能感水平 ($M=80.20$, $SD=5.54$) 的差异不显著 $t(29)=0.082$, $p=0.94$, 但干预后观察组的教学效能感水平 ($M=88.37$, $SD=4.01$) 显著高于对照组的的教学效能感水平 ($M=83.27$, $SD=3.79$), $t(30)=4.17$, $p<0.001$, $d=1.31$ 。见图3。

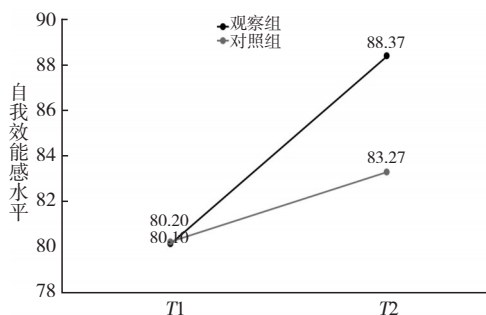


图3 观察组和对照组在干预前(T1)和八周后(T2)的教学效能感水平

三、分析讨论

研究结果显示,干预前农村幼儿园教师的抑郁焦虑情绪得分水平均显著高于全国常模水平,且抑郁焦虑检出率较高。这说明,农村幼儿园教师抑郁焦虑情绪普遍心理健康问题不容乐观。分析原因,可能因为此次调查选取的被试是西部贫困山区的农村幼儿园教师,其工作、生活、经济条件都处于相对较低的水平,并且农村幼儿园教师面临着较大的发展困境^[15]。大量研究发现,较

低的经济收入水平和较差的工作生活条件会使个体处于抑郁和焦虑状态^[16-17],所以两组农村幼儿园教师在干预前都有较高的SDS和SAS得分。

干预8周后,观察组和对照组的SDS和SAS得分均显著低于前测,且观察组的SDS和SAS得分显著低于对照组。这说明,意象对话技术比团体活动更有助于改善农村幼儿园教师的抑郁焦虑情绪。进一步推测,可能因为意象对话技术主要针对农村幼儿园教师潜意识层面的心理意象进行工作,通过引导农村幼儿园教师的房子和动物意象,使其可以更加清楚地认识自己问题的根源所在,并且通过与这些意象的交流沟通达到对问题的领悟,找到适合自己改变的方法,从而产生持久的转变,而缺乏对问题进行合理的认识与解释恰恰是抑郁焦虑的关键因素。实际上,在意象对话中房子和动物是很重要的两类心理原型,房子意象往往反映着一个人的亲密关系,房子的颜色、窗户、光线等都代表着个体潜意识对关系的理解及看法,动物意象则反映的是个体的人格特点^[14]。因此,通过对这些意象的认识、对话与训练可以使来访者对关系和自我两个维度的问题进行合理的认识、理解与修正,从而降低其抑郁焦虑的水平。同时,由于意象对话主要发生在潜意识层面,所以并不会与来访者发生意识层面不可接纳的冲突与矛盾。这就大大降低了来访者的阻抗,帮助咨询师与其快速地建立了良好的咨访关系,促进了个案干预的效果。

已有研究表明,抑郁焦虑个体其效能感往往也比较低^[18],这与本研究结果一致。干预8周后,观察组TSE总分显著高于前测和同期对照组。这说明,意象对话技术能够有效地提升农村幼儿园教师较低的效能感,而团体活动在改善教学效能感方面不如意象对话技术。可能因为,意象对话技术通过帮助农村幼儿园教师寻找自己的心灵守护者,加强了他们的自信程度和做事的勇气。在意象对话中,守护者象征着心理能量,他并不代表具体的对象,而是一种内部的力量,这种力量可以使人在面对挫折和失败时有勇气不害怕,在面对胜利时感受喜悦开心^[19]。本研究中正是通过引导来访者找到自己的心灵守护者,帮助农村幼儿园教师提升自身内部能量,从而促使其效能感,即相信自己能够成功完成某事的自信程

度,有所增加。

此外,随着8周的干预大部分教师已经在潜意识层面学会了如何正确地和心理意象进行交流,通过不断巩固练习意象对话技术帮助农村幼儿园教师在生活和工作中建构出积极的自我接纳。一般认为,拥有积极自我接纳的个体往往会选择积极的方式去应对生活中的困难^[20],所以相较于对照组的农村幼儿园教师,那些接受意象对话干预的教师更可能正面分析和解决工作中的问题。有研究发现,问题的良好解决会反过来使个体体会到更多的自我成就感^[21]和效能感^[22]。因此,意象对话就更好地促进了农村幼儿园教师在学习、授课和课堂管理上效能感的提升。事实上,已有研究表明,意象对话技术在干预效果上具有良好的持久性^[23],未来应该将该项心理治疗技术广泛应用到学校教育中来^[24]。然而,目前学校环境下能够进行心理治疗的专业人员十分紧缺,尤其是农村地区心理健康服务体系还不是很健全^[25]。早在2017年卫生计生委、中宣部、民政部等22个部门共同印发了《关于加强和改进心理健康服务的指导意见》,明确指出,建设卫生健康服务体系的重要性^[26],所以未来的研究应该更多关注农村地区心理服务体系的建设,从实证的角度提供更多的建议。

四、结论与不足

笔者在本研究中对60名农村幼儿园教师的抑郁焦虑情绪和效能感进行了调查,结果发现,农村幼儿园教师的抑郁焦虑水平较高且效能感偏低。针对60名被试的抑郁焦虑情绪及效能感进行为期8周共8次的干预,结果发现,意象对话个案干预效果要优于团体活动干预,说明意象对话技术对改善农村幼儿园教师抑郁焦虑情绪及效能感有积极促进作用。

目前研究还存在一些不足。一方面,由于时间和人力物力的限制,缺少后期的追踪研究,未来应就意象对话技术对抑郁焦虑情绪及效能感的干预效果进行长期的追踪和更加深入的探讨;另一方面,研究只选用了单一的干预疗法,忽略了不同干预疗法的综合使用,单一的治疗方法往往很难对心理问题和冲突进行全面的治疗,故今后应该更多关注不同治疗方法的结合,针对农村

幼儿园教师不同的心理问题提出更有针对性的干预模式。

[参考文献]

- [1] 吴小鸥,潘孝富.初中教师心理健康状况调查分析[J].中国临床心理学杂志,2002(2):126-127.
- [2] 毛荣建,顾新荣.河北农村幼儿教师心理健康状况及其影响因素[J].中国心理卫生杂志,2002(12):846-847.
- [3] 翟媛媛.农村幼儿教师心理健康问题及对策研究——以山东省某市为例[J].教育导刊(幼儿教育),2009(7):32-34.
- [4] 杨乐英,袁慧.农村中小学教师自我效能感现状及提升策略[J].当代教育科学,2015(22):59-61.
- [5] 梁英豪,张娟,梁迎丽.职高教师自我效能感对其生活满意度的影响[J].中国健康心理学杂志,2019,27(1):149-151.
- [6] 陈姝娟.农村幼儿教师教学效能感研究[J].教育导刊(下半月),2012(12):5-8.
- [7] 赵莉,宛思莹,武艳梅,等.如何提升儿科教师职业幸福感的模式探讨[J].中国继续医学教育,2021,13(14):55-59.
- [8] 罗小兰.自我认知干预对教师心理健康的影响[J].心理科学,2009,32(1):248-250.
- [9] 李倩,王婷,郑云.意象对话疗法对不孕症妇女心理健康及幸福感的影响[J].中国健康心理学杂志,2021,29(9):1291-1295.
- [10] 李亚彤.意象对话技术对贫困大学生情绪调节自我效能感的干预研究[J].黑龙江教育学院学报,2018(6):101-103.
- [11] 忻丽云,侯春兰,王润梅,等.抑郁症抑郁自评量表的因子结构分析及影响因素[J].中国健康心理学杂志,2012,20(10):1521-1523.
- [12] 苗纯峰,张雅致,闫保平,等.煤矿工人焦虑抑郁状况与安全状况的相关性分析[J].中国健康心理学杂志,2018,26(2):237-240.
- [13] 吴量,詹浩洋.中文版教师自我效能感量表(TSE)(简版)的信度和效度研究[J].心理技术与应用,2017,5(11):672-679.
- [14] 李亚彤.意象对话技术对孤儿情绪调节自我效能感的干预研究[D].兰州:西北师范大学,2015.
- [15] 汤颖.农村幼儿教师专业发展困境论析[J].陕西学前师范学院学报,2019,35(4):60-63.
- [16] 杨宪华.家庭因素对大学新生情绪健康的影响[J].中国健康心理学杂志,2011,19(2):219-220.
- [17] Scorza P, Monk C, Lee S, et al. Preventing maternal mental health disorders in the context of poverty: pilot efficacy of a dyadic intervention[J]. American Journal of Obstetrics & Gynecology MFM, 2020, 2(4):100230.
- [18] 吴世珍.大学毕业生自我效能感对抑郁的抑制效应:应对方式的中介模型[J].临沂大学学报,2021,43(4):106-113.
- [19] 曾天德,黄禄华,王君在.“意象对话”对收教人员心理健康干预的实验研究[J].中国健康心理学杂志,2008,16(5):558-560.
- [20] 陈敏帆,陈幸明,陆翠薇,等.新冠肺炎疫情压力下大学生自我接纳影响应对方式——心理韧性的中介作用[J].心理学通讯,2020,3(4):222-229.
- [21] 贺琼.长沙市高校教师工作压力、应对方式与工作倦怠的关系研究[D].长沙:湖南师范大学,2008.
- [22] 屠兴勇,林琤璐.主动性人格、批判性思维与问题解决能力的关系研究[J].社会科学,2018(10):38-48.
- [23] 彭阳,林静,杨琴.意象对话取向团体辅导对大学生自我概念的影响[J].中国临床心理学杂志,2012,20(6):887-890.
- [24] 刘欣荣.意象对话技术在学生管理中的应用[J].教育现代化,2017,4(24):267-269.
- [25] 池丽萍,辛自强.社会心理服务体系建设的应然与实然:基于全国12个试点地区的评估[J].心理科学,2019,42(4):978-987.
- [26] 赵环.构建多方共同参与的社会心理服务体系[J].中国社会工作,2017(6):1.

[责任编辑 朱毅然]