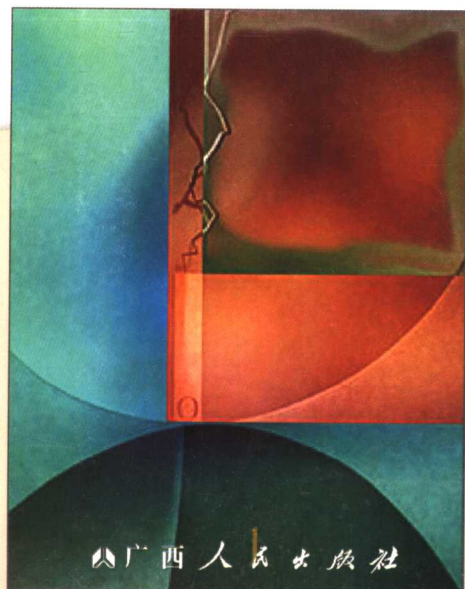


JIAOSHI XINLI JIANKANG YU
ZHIYE DAODE PEIYANG

教师继续教育系列教材

教师心理健康 与职业道德培养

岑国桢 吴声远 □ 主编



广西人民出版社

教师继续教育系列教材

教师心理健康与职业道德培养

岑国桢 吴声远 主编

广西人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

教师心理健康与职业道德培养 / 岑国桢, 吴声远主编.
南宁: 广西人民出版社, 2006. 8
(教师继续教育系列教材)
ISBN 7-219-05712-1

I. 教... II. ①岑... ②吴... III. ①教师—心理卫生—师资培训—教材 ②教师—职业道德—师资培训—教材 IV. ①G443 ②G451.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 094173 号

策划/责任编辑: 钟 莉

责 任 校 对: 张聘梅 彭青梅

教师继续教育系列教材

教师心理健康与职业道德培养

岑国桢 吴声远 主编

出版发行 广西人民出版社

(邮政编码: 530028 南宁市桂春路 6 号)

网址 <http://www.gxpqh.cn>

印刷 广西教育考试印刷厂

开本 890 毫米×1240 毫米 1/32

印张 8

字数 185 千字

版次 2006 年 8 月 第 1 版

印次 2006 年 8 月 第 1 次印刷

书号 ISBN 7-219-05712-1/G·1392

定价 15.80 元

版权所有 翻印必究

前 言

社会经济的发展对教育、对学校、对教师提出了更新、更高的要求。

教育事业的发展包括教育改革的深入对学校、对教师也提出了更新、更具挑战性的要求。

教育科学学科的发展需要教师不断地学习、理解、接受、掌握、运用新的教育理念和办法。

教师需要接受继续教育，或曰必须坚持终身学习。

在教师心理健康、教师职业道德两个方面加强调适和修养，是教师接受的继续教育，或坚持的终身学习的应有之义。

心理健康，是教师勇于承担并出色完成工作任务的一个重要条件，是教师成长或教师专业发展的一项重要保证，也是学校体现以人为本、建设和谐环境、营造创造性工作氛围的一项基础性工作。

职业道德，关乎教师工作、教师成长和专业发展的重要价值导向，也关乎学校教育工作、校长办学理念在教师工作层面的价值反映。

本书分“心理健康篇”和“职业道德篇”两部分。

“心理健康篇”的各章将逐一介绍教师的社会角色、职业生涯发展、人际关系、心理素质、自我完善和社会支持、适应问题及应对等方面的内容。通过对这些内容的学习，有助于教师明确自己承担的社会角色，妥善处理可能发生的角色冲突；有

教师心理健康与职业道德培养

助于教师全面把握自身的职业生涯发展，并能恰当应对；有助于教师发展各种有关的人际关系，并使之处于良好的状况；有助于教师了解心理素质方面的要求，进而提升自身的心理素养；有助于教师获取社会支持，并能臻于自我完善的境界；有助于教师正确面对工作压力，认识生活中的适应问题，并予以恰当应对。

“职业道德篇”的各章将逐一介绍当代教师职业道德建设的背景、新时期教师职业道德的含义及意义、教师职业道德培养等方面的内容。通过对这些内容的学习，有助于教师了解古今中外尤其是当代关于教师职业道德的思想，了解当代教师的地位、作用、劳动特点、当代教育对教师的要求；有助于教师把握新时期教师职业道德的含义、意义；有助于教师把握职业道德培养的方向，恰当运用职业道德培养的途径和方法。

本书的编写以中小学教师为主要对象，但也同样适用于其他各级各类学校的教师，适用于校外有关机构或组织中的教育工作者。对于各级各类学校的教育管理工作、有关教育机构或组织的管理工作者，本书也是适用的。

在本书编撰的过程中，我们参阅了众多心理学、教育学同行的成果，包括著作、教材、论文、报告以及种种资料。在此，我们表示诚挚的谢意！

囿于编撰者的水平，本书难免有差错，恳请读者批评指正。

岑国桢

2006年4月14日

目 录

心理健康篇

第一章 教师心理健康概述	(3)
第一节 教师心理健康问题	(3)
一 令人震惊的案例	(3)
二 不容小觑的问题	(4)
三 教师心理健康问题的背景	(6)
第二节 心理健康与教师心理健康的含义	(7)
一 心理健康的含义	(7)
二 教师心理健康的含义	(8)
第三节 教师心理健康的意义	(9)
一 对学校工作的意义	(9)
二 对学生成长的意义	(10)
三 对自身发展的意义	(10)
第四节 教师心理健康工作	(11)
一 树立清晰的目标	(11)
二 遵循必要的原则	(11)
三 明确工作的内容	(12)
四 运用合适的途径	(12)
第二章 教师的社会角色	(14)
第一节 教师角色概述	(14)

教师心理健康与职业道德培养

一 角色	(14)
二 教师的角色	(15)
三 教师的角色意识	(16)
第二节 教师的角色功能	(18)
一 学生学习的指导者和促进者	(18)
二 班集体的领导者和组织者	(20)
三 行为规范的示范者	(21)
四 学生心理健康的保健者	(22)
五 教学工作的研究者	(24)
第三节 教师角色的形成	(25)
一 角色认知阶段	(26)
二 角色认同阶段	(27)
三 角色信念阶段	(28)
第四节 教师角色心理冲突与调适	(28)
一 何谓角色冲突	(28)
二 教师角色心理冲突	(29)
三 教师角色心理冲突的原因	(30)
四 教师角色心理冲突的积极作用	(32)
五 教师角色心理冲突的消极影响	(33)
六 教师角色心理冲突的调适(上)	(35)
七 教师角色心理冲突的调适(下)	(36)
第三章 教师职业生涯发展	(40)
第一节 教师职业生涯发展概述	(40)
一 生涯概述	(41)
二 职业生涯发展及其特点、意义	(41)
三 教师职业生涯发展及特点	(43)
四 教师职业生涯发展的影响因素	(44)

第二节 教师职业生涯发展阶段	(45)
一 费斯勒的阶段划分	(46)
二 休伯曼的发展线路	(48)
三 钟祖荣对骨干教师的分析	(49)
四 其他	(50)
第三节 教师职业生涯发展的核心问题	(51)
一 教师职业的专业化	(51)
二 教师个人的社会化	(53)
第四节 教师职业生涯发展的应对	(56)
一 具有与时俱进的理念	(56)
二 拟订合适的计划	(57)
三 要善于应对	(57)
四 要善待自我	(58)
第四章 教师的人际关系	(60)
第一节 教师人际关系概述	(60)
一 人际关系的概念	(60)
二 人际关系的意义	(61)
三 影响人际关系的因素	(62)
四 教师人际关系的原则	(64)
第二节 教师与学生的关系	(65)
一 师生关系及其意义	(65)
二 师生关系的特点	(67)
三 怎样形成良好的师生关系	(69)
第三节 教师与其他人的关系	(71)
一 教师与领导的关系	(71)
二 教师与教师的关系	(73)
三 教师与家长的关系	(76)

第五章 教师的心理素质	(79)
第一节 教育机智	(79)
一 教育机智的含义	(79)
二 教育机智的作用	(80)
三 教育机智的表现	(81)
四 教育机智的培养	(82)
第二节 教师的教育能力	(84)
一 教师教育能力的含义	(84)
二 教师的基础能力	(85)
三 教师的教学能力	(87)
四 教师的组织管理能力	(89)
五 教师的自我发展能力	(90)
第三节 教师的人格	(91)
一 教师人格的含义	(91)
二 教师人格的作用	(92)
三 教师人格的特点	(94)
四 教师人格的现代要求	(95)
五 教师人格的塑造	(97)
第六章 教师的自我完善和社会支持	(99)
第一节 教师的自我完善	(99)
一 自我完善的概念	(99)
二 教师的自我完善	(100)
第二节 教师的社会支持	(110)
一 社会支持概述	(110)
二 教师的社会支持系统	(113)
三 教师社会支持系统的建设与利用	(116)
第七章 教师适应问题及应对	(119)

第一节 教师的压力	(119)
一 何谓教师压力	(119)
二 教师压力的来源	(120)
三 教师压力的应对	(122)
第二节 教师的职业倦怠	(124)
一 若干事例	(124)
二 教师职业倦怠的含义	(126)
三 教师职业倦怠的原因	(127)
四 教师职业倦怠的应对	(130)
第三节 教师的挫折、焦虑、冲突	(132)
一 挫折	(133)
二 焦虑	(135)
三 冲突	(137)
第四节 维护教师心理健康	(139)
一 社会层面的举措	(139)
二 学校层面的举措	(140)
三 个人层面的举措	(141)
职业道德篇	
第八章 当代教师职业道德建设的背景 (上)	(147)
第一节 教师职业道德思想发展回顾	(147)
一 我国教师职业道德思想源远流长	(147)
二 外国教师职业道德思想丰富厚重	(153)
第二节 当代各国教师以及联合国组织对教师职业道德 建设概览	(157)
一 美国—开展提高教师素质的运动	(157)
二 英国—通过法制实施师德教育	(158)
三 法国—树立公众所需的教师形象	(160)

四	日本—重视教师职业素养	(161)
五	联合国组织呼吁提高教师素质	(162)
第九章	当代教师职业道德建设的背景(下)	(163)
第一节	当代教师的地位和作用	(163)
一	当代教师的地位	(163)
二	当代教师的作用	(165)
第二节	当代教师劳动的特点	(167)
一	教师劳动的复杂性	(167)
二	教师劳动的创造性	(168)
三	教师劳动的示范性	(169)
四	教师劳动的长期性	(169)
第三节	现代教育对教师的要求	(170)
一	现代教育的主要特征	(170)
二	现代教师必备的素质	(175)
第十章	新时期教师职业道德的含义、意义	(183)
第一节	现代教师职业道德的含义	(183)
一	现代教师职业道德的特点	(184)
二	现代教师职业道德的内容	(186)
第二节	教师职业道德对促进社会发展的意义	(194)
一	提高国民素质	(194)
二	推进“和谐社会”建立	(195)
三	构建学习型社会	(195)
第三节	教师职业道德对推进素质教育的意义	(196)
一	推进素质教育的基本保证	(196)
二	克服应试教育的弊端的条件	(197)
三	深化教育改革的动力	(198)
第四节	教师职业道德对公众教育需求的意义	(198)

一 公众渴望高质量教育的愿望强烈	(198)
二 教师职业道德存在的一些问题	(199)
三 人民满意教师的具体要求	(201)
第五节 教师职业道德对精神文明建设的意义	(202)
一 教师职业道德的示范作用	(202)
二 教师职业道德影响一代新人	(203)
三 教师职业道德引导社会文明	(203)
第十一章 教师职业道德培养	(205)
第一节 认真学习理论, 坚持正确方向	(205)
一 加强政治学习, 坚定正确方向	(206)
二 加强科学理论学习, 按教育规律办事	(207)
三 坚持终身学习, 适应社会变革	(208)
第二节 强化教师身份意识	(209)
一 强化教师身份意识的意义	(209)
二 强化教师身份意识的方法	(211)
第三节 积极投身教育改革实践	(224)
一 投身教育实践	(224)
二 开展主题教育	(225)
第四节 不断自我激励和反思	(226)
一 自我激励和反思的意义	(227)
二 怎样进行自我激励和反思	(228)
第五节 建立教师职业道德的保障体系	(232)
一 建立教师职业道德保障体系的意义	(232)
二 构建教师职业道德保障体系的内容	(233)
参考文献	(237)
后 记	(241)

心理 健康 篇

第一章 教师心理健康概述

教师心理健康问题是客观存在的。在今天的社会、工作、生活环境中，教师有不同程度的心理健康问题是正常的。教师特定的工作对象和崇高使命，要求我们必须高度重视他们的心理健康状况，积极开展心理健康工作。

第一节 教师心理健康问题

一 令人震惊的案例

有些学生仅仅因为某些轻微的过失，如随便插嘴、迟交作业、字迹潦草等，就会遭到来自个别教师失去理智的严厉惩罚，罚吃苍蝇者有之，责令学生互打耳光者有之，强逼学生当众喝尿者有之，怒将学生耳朵撕裂者有之，用刀子割学生手者有之等。近几年见诸报刊的上述报道，其发生的原因可能错综复杂，但有一点是共同的，即当时施暴者的心理活动或心理状态一定出现或发生了某种问题或障碍。施暴者尽管身为教师，但当其心理活动或心理状态严重偏离常态时，就容易出现上述向外投射或宣泄的异常行为。

近期,有两例报道:一例是陕西有一位女教师,年仅25岁,因严重心理障碍,撇下还不到1岁的儿子服毒结束了自己的生命。她在遗书中写道:“这学期,我不知怎么了,干事没有头绪,遇事急躁,没有教好学生,心里很难受,感到自己实在是在耽误学生,想起这些不如死了算了,因为我始终记得一句话:误人子弟,杀人父兄。”另一例是江苏某市的城区学校有一位男教师,年仅30岁,工作多年,有一次仅仅因为面对学生的提问没有回答出来,事后深感无地自容,回到家里竟然自戕,断然结束了自己的生命。自杀现象的背后肯定存在着各种原因。一般而言,当一个人长期不能应对生活压力,无力处理相应的生活事件,在自己无法排解持久的心理困扰又毫无指望能得到外界支持的情况下,轻生厌世行为的发生就极有可能了。上述两例教师当属这种情况。

二 不容小觑的问题

除了上述极少数令人震惊的案例外,教师作为社会的一个群体,其一般的心理健康问题也已经成了一个不容回避的、必须正视和应对的问题。

我国研究者曾在甘肃、湖南、辽宁、陕西、上海等地区对教师心理健康状况做过调查研究,结果显示了教师心理健康水平具有普遍低于一般人群的倾向。

近年,国家中小学生心理健康教育课题组进行了一项调查研究^①。该调查样本被试者为2292名教师,来自全国部分省、区的168所中小学校,调查采用了为我国学界一般公认的SCL-

^① 见《教师心理健康:无法回避的话题》,《人民日报》2004年8月26日第15版。

90 心理健康量表,由心理学专业人士进行操作检测。结果表明:中小学教师心理障碍发生率(检出率)竟高达 48%;接受检测的教师中自卑心态严重的达 69%;此外,焦虑心理较高、嫉妒情绪明显也是该调查样本被试者表现出来的较为突出的问题。

另一项调查也使用 SCL-90 心理健康量表,被试样本是 561 名中小学教师,测查结果较为具体地勾画了中小学教师在该量表各因子上被检出样本人数比例,见图 1-1^①。该结果表明:

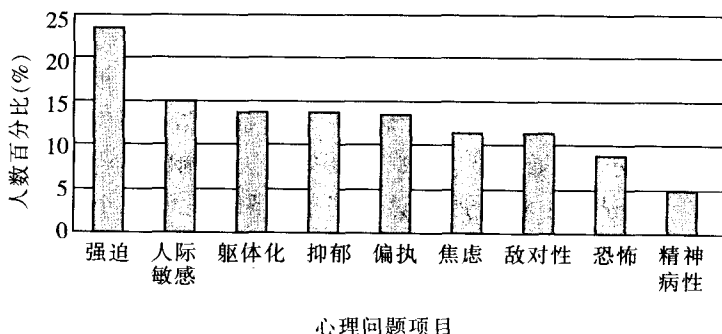


图 1-1 教师心理问题分布情况

在中小学教师中,①“强迫”症状是发生率最高的一个心理问题。该因子症状指,“明知没有必要却又无法摆脱无意义的观念和行爲,有注意力涣散、易忘等一般性认知障碍”,被试者中有 23.5%在该因子上呈阳性。②“人际敏感”是一个主要的心理问题。该因子症状指“有自卑感、不自在感,不善沟通交流,与同伴关系冷漠”,被试者中有 15.2%在该因子上呈阳性。③“躯体化”、“抑郁”、“偏执”也困扰着一部分教师。“躯体化”因子症状指“心血管、消化、呼吸等系统主观感觉不适,如头

① 翁文磊,《中小学教师心理问题现状及影响因素的研究》,载自吴增强、沈之非主编的《学校心理辅导研究》,上海科学技术文献出版社,2000 年,第 338~368 页。