

教师心理健康与 专业成长

杨多◎编著

JIAOSHI

XINLI JIANKANG YU

ZHUANYE CHENGZHANG



西南交通大学出版社
[Http://press.swjtu.edu.cn](http://press.swjtu.edu.cn)

教师心理健康与专业成长

杨 多 编著

西南交通大学出版社

· 成 都 ·

图书在版编目 (C I P) 数据

教师心理健康与专业成长 / 杨多编著. —成都: 西南交通大学出版社, 2008.8
ISBN 978-7-5643-0042-5

I. 教… II. 杨… III. 教师心理学 IV. G443

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 132374 号

教师心理健康与专业成长

杨 多 编著

*

责任编辑 万 方

特邀编辑 王海云

封面设计 本格设计

西南交通大学出版社出版发行

(成都二环路北一段 111 号 邮政编码: 610031 发行部电话: 028-87600564)

<http://press.swjtu.edu.cn>

成都蜀通印务有限责任公司印刷

*

成品尺寸: 146 mm × 208 mm 印张: 11.062 5

字数: 301 千字

2008 年 8 月第 1 版 2008 年 8 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5643-0042-5

定价: 28.00 元

图书如有印装质量问题 本社负责退换
版权所有 盗版必究 举报电话: 028-87600562

前言

写此书的起因有三个方面：第一，在对学校师生的关怀上，长期以来，人们十分重视学生的学习和发展，却较少关注教师的健康与成长。事实上，要培养高素质的学生，必须有高素质的教师。如果教师的身心不健康，缺乏幸福感和成就感，必然会影响学生的学习和健康发展。因此我们认为，应把对教师的关怀与对学生的关怀放在同样重要的位置上，教师应与学生一道成长。第二，在对教师专业素质的要求上，教师本人或社会上其他人都往往把教师的专业素质仅仅理解为教师所教学科的知识和技能，忽视了教师职业道德品质、人格特征和其他心理素质，这对教师自身发展和教育事业的发展都是极其不利的。第三，在处理教师心理健康与专业成长的关系上，人们多将二者孤立地看待，给人以“两张皮”的错误印象，然而二者却是紧密相联的，教师心理健康是教师专业成长的必要条件，而教师的专业成长则是教师心理健康的达成途径。一般来说，教师心理健康水平与其从事教育教学工作的专业化水平是大体相当的。基于上述认识，本书尝试把教师的心理健康与专业成长问题结合起来加以研究，其思路是可以维护与促进教师心理健康为教师的专业成长奠定良好的基础，又需在促进教师专业成长的过程中真正实现教师心理健康。

教师心理健康和专业成长是当前素质教育与中小学课程改革所急需解决的基本问题之一。作为一名长期工作在教育教学第一线的教师，我对教师的艰辛与幸福、欢乐与痛苦有着深刻认识与切身体验，深知教师是一个充满矛盾的职业。特别是在现代社会，教师容易受到校内外各种不良因素的干扰，内心常发生激烈的冲突，并产生各种心理问题。这些问题如果不能及时得到解决，就会严重影响教师的生活与工作，影响教师的成长与发展。一名现代教师应

具有什么样的心理品质，怎样的心理才是健康的？心理健康对教师专业成长有何影响，表现在哪些方面？教师心理健康的现状如何，存在着哪些问题？如何采取有针对性的措施和方法，来有效地维护与促进教师的心理健康，从而保证其获得持续的专业成长？本书试图对这些问题加以梳理，作出较为完善的回答。我认为，虽然心理健康是一个整体状态，要用整体的思维方式对其加以探讨，但仍有必要在总体研究的框架下，对教师心理健康各要素分别进行研究，这是由于教师整体心理健康的维护需要从培养各个良好的心理素质着手。因此，在第一章总论之后，我对教师心理健康的各构成要素分别进行了较为详细的阐述，最后一章关于教师人格健康方面又有总结的性质，与第一章在内容上相照应。在论述过程中，本书既基于教师心理健康与专业成长的理想模式，又不回避教师的现实问题；既注重现代教师心理健康、心理素质的整体性、综合性，又不乏对教师心理健康各要素的分析；既采取了经典的心理结构要素分类，又注重在把握心理健康科学概念和基本原理的基础上阐述现代教师应当具备的心理品质，并就其心理健康与教育素养的创新作了较为深入的探讨。本书力求既有一定理论深度，又有鲜活的实例说明，融科学性、思想性于一体，兼顾现实性与针对性，努力为教师综合素质的自我提高和专业化发展提供一份可借鉴的资料。

需要指出的是，本书把教师的专业成长与专业发展作同义语用。同时，书中所说的教师自我意识、教师认知、教师情感等心理要素健康，是指这些心理要素具有积极的、良好的特征。我坚信，通过教师生命质量的提升和教师的主动发展，必然会迎来教育园地姹紫嫣红的春天。

本书在写作过程中参阅了许多相关资料，整合了有关方面的研究成果，由于时间仓促未一一加以注明，在此谨表歉意与谢意。由于水平所限，书中难免有错漏之处，望各位专家和同仁不吝赐教。

杨 多

2008年5月

目 录

第一章 心理健康——教师专业成长的基础	1
一、教师心理健康的含义与标准	1
二、教师心理健康与专业成长的关系	6
三、教师心理健康存在的问题与成因	14
四、教师心理健康的维护与促进	36
第二章 教师自我意识健康与专业成长	52
一、教师自我意识健康的含义与标准	52
二、自我意识健康对教师专业成长的影响	55
三、教师自我意识的特点及教师教学效能感	65
四、教师良好自我意识的培养	77
第三章 教师人际关系健康与专业成长	95
一、教师人际关系、人际交往健康的含义与标准	95
二、人际关系健康对教师专业成长的影响	101
三、教师人际关系健康状况与影响因素	108
四、教师人际关系健康的维护与促进	115
第四章 教师认知健康与专业成长	140
一、教师认知健康的含义与标准	140
二、认知健康对教师专业成长的影响	144
三、教师认知健康存在的问题与分析	150
四、教师认知健康的维护与促进	163
第五章 教师情绪情感健康与专业成长	179
一、教师情绪情感健康的含义与标准	179
二、情绪情感健康对教师专业成长的影响	182

三、教师情绪情感健康存在的问题及成因	191
四、教师情绪情感健康的维护与促进	201
第六章 教师意志健康与专业成长	220
一、教师意志健康的含义与标准	220
二、意志健康对教师专业成长的影响	223
三、影响教师意志健康的重要因素	228
四、教师意志健康的维护与促进	246
第七章 教师品德健康与专业成长	265
一、教师品德健康的含义与标准	265
二、品德健康对教师专业成长的影响	268
三、教师品德健康存在的问题与成因	276
四、教师品德健康的维护与促进	288
第八章 教师人格健康与专业成长	304
一、教师人格健康的含义与标准	304
二、人格健康对教师专业成长的影响	308
三、教师人格发展特点及常见人格缺陷与障碍	318
四、教师人格健康的维护与促进	329
参考文献	346

第一章 心理健康——教师专业成长的基础

教师是人类灵魂的工程师，是指引学生追求光明、美好、崇高、幸福的人。要牵引学生的灵魂，自己就必须有美好的心灵；要使学生身心健康，自己就应该是健康的榜样。

一、教师心理健康的含义与标准

（一）教师心理健康的含义

1948年世界卫生组织（WHO）成立时，在其宪章中开宗明义地指出：“健康，不仅是没有身体缺陷和疾病，还要有完整的生理心理状态和社会适应能力。”也就是说，现代健康的理念已由传统的生物医学模式转向生物心理社会医学模式，不再局限于生理机能的正常，或因衰弱、病毒感染与细菌侵蚀所致的身体病变的减少。1989年该组织又把健康定义为：“生理、心理，社会适应和道德品质的良好状态。”这种定义意味着衡量一个人是否健康，必须从生理、心理、社会、行为等多种因素进行分析，不仅看他有没有器质性或功能性异常，还要看他有没有主观不适感，有没有社会公认的不健康行为。

在界定人的心理健康及其标准时，因其复杂性，至今尚无统一的答案。多数学者主张应以人的整个行为的适应情况为标准，而不过分重视个别症状的存在。1948年，第三届国际心理卫生大会对心理健康定义为：“所谓心理健康是指在身体、智能以及情感上与他人

的心理不相矛盾的范围内,将个人心境发展成最佳状态。”就心理的结构而言,心理健康包括人的认知、情感、行为和人格等多方面的健康。就心理健康的水平而言,从最低水平上理解是指没有心理障碍或行为问题的一种精神状态;从高水平上理解则是指人们客观地认识环境和自我,能很好地进行心理调节,最大限度地发挥自身潜能,从而更好地适应社会生活,更有效地为社会和人类作出贡献的心理发展状态。第三届国际心理卫生大会具体指明了心理健康的标准是:① 身体、智力、情绪十分和谐;② 在适应环境、人际交往中能彼此谦让;③ 有幸福感;④ 在工作和职业中,能充分发挥自己的能力,过有效率的生活。综览各家,尽管学者们对于心理健康的标准在措辞和侧重点上有所不同,但基本思路是一致的,即标准涉及知、情、意、行等心理活动的各个方面,而且总体上包括社会适应标准和发展标准。

教师心理健康是指教师在教育教学过程中有意识地完善人格、发挥心理潜能、维护和增强心理各方面的机能和社会适应能力,预防各种心理疾病,使个人心理机能发挥到最佳的状态^①。换言之,教师心理健康是指教师具有一种持续的积极发展的心理状态。在这种状态下,教师无论是在职场生活中还是在其他生活中,都能作出良好的适应,能充分发挥心理潜能,而不仅仅是没有心理疾病。因此,教师心理健康的维护与促进应包含两个方面的内容:一是提高教师的心理健康水平,即培养教师的优良心理品质,训练自我调节能力;二是对教师存在的心理障碍和疾病的防御与治疗。对于教师的心理健康,我们更提倡积极的心理健康教育模式。因为解决心理问题只是心理健康的最基础目标。传统的“问题式”或“诊治式”心理健康教育暴露的基本都是人生和社会的消极因素,渲染和传播的是消极的心理体验,不能从根本上提高整体心理健康教育水平和提高预防机制和心理免疫

① 张大均,江琦.教师心理健康与专业性发展.北京:人民教育出版社,2005.06,192页.

力。构建和谐的社会和教育,更需要一种积极的心态,需要能振奋精神、积极向上、充满活力、洋溢幸福的价值取向和配套的内容与范式。美国当代著名心理学家马丁·赛里格曼认为:“当代心理学正处在一个新的历史转折时期,心理学家扮演着极为重要的角色和新的使命,那就是如何促进个人与社会的发展,帮助人们走向幸福,使儿童健康成长,使家庭幸福美满,使员工心情舒畅,使公众称心如意。”作为塑造人的心灵的教师,要使儿童健康成长和走向幸福,其自身心理健康及其标准就应该是一种发展的、积极向上的范式,就必须从积极的视角,以积极的价值取向,用积极的内容和方式塑造一种洋溢着积极精神,充满希望和散发春天活力的健康心灵。

(二) 教师心理健康的标准

作为教师心理健康的主要指标,既要符合一般人心理健康的要求,又要体现教师职业的特殊性,因此,应包含以下几点:

1. 认同、热爱教师职业

心理健康的教师认同、悦纳教师职业,热爱、坚守教育工作,对教师职业充满信心和热情。能够正确认识教师职业在社会生活中的角色、地位和社会功能,积极地投入到工作中去,善于在教育教学中发挥自己的才干,在职业生活中体验到自己存在的价值,并因此获得满足感和成就感。

2. 有良好的自我意识

教师必须能够正确地了解自我,对自己的能力、性格等作出恰当的分析和评判,明确自己的优势和长处,了解自己的不足和缺点,学生、同事的评价与自我的评价较为一致;能恰当地体验自我,较少自卑、自傲或自负,具有自尊、自爱和自信,在教育活动中有较高的教育效能感;能有效地控制自我,对现实环境有较为客观的感知和认识,能平衡自我与现实、理想与现实的关系,具有自我控制、

自我调适的能力,能根据自身的实际情况确定工作目标和个人抱负,选择符合自己的最佳发展方向和方式,并据此调整自己的教育观念,完善自己的知识结构,做出适当的教学行为。

3. 有和谐的人际关系

教师和谐的人际关系主要表现为教师能恰当地处理与学生及其家长、学校领导及其同事的关系,同时也能处理好与家人及社会上其他人员的关系。教师在与学生的交往互动中关系融洽,能建立自己的威信,善于领导学生,能够理解并乐于帮助学生,不满、惩戒、犹豫行为较少,对学生不以貌取人,也不以偏概全;与学校领导及同事相处时,尊重、信任、赞美、喜悦等正面态度多于仇恨、疑惧、嫉妒、厌恶等反面态度,支持领导工作,并善于和同事合作;能积极、真诚地与家长和学校教育有关人员进行沟通;能承担自己在家庭中的义务和责任,使家庭气氛和睦;在与社会上其他人交往中也能了解彼此的权利和义务,能客观地评价别人,将关系建立在互惠的基础上;个人思想、目标、行为能与社会要求相互协调。

4. 有较高的教育认知水平

教师良好的教育认知水平集中体现在教师具有正确的教育价值观、知识观、课程观、教学观、学生观、学习观等教育观念方面,更体现在教育教学过程中的智力活动与智慧表现上,如具有敏锐的观察力和客观了解学生的能力,具有较快地获取信息、适宜地传递信息和有效地运用信息的能力,能根据学生的生理、心理和社会性特点富有创造性地理解教材,选择教学方法,设计教学方案,具有课程生成和发展的能力、处理好教育教学活动中偶发事件的机智和能力、较强的教育科研能力和教育独创性,在教学活动中能不断学习、不断进步、不断创造。

5. 有积极而稳定的情绪和良好的教育情感

由于教师劳动和服务的对象是人,因此,情绪和情感健康对于教师来说尤为重要。在情绪表现上,要求教师在教育活动和日常生

活中能真实地感受情绪并恰如其分地控制情绪,保持乐观、积极而稳定的教育心境,较少有忧郁、烦躁或紧张感。同时,还要求教师不将生活中的不愉快的情绪带入课堂,不迁怒于学生;能冷静地处理课堂环境中的不良事件;不将工作中的不良情绪带入家庭;具有饱满的教育热情等。在情感方面,教师应具有良好的道德感、理智感和美感,如具有爱祖国、爱人民、爱真理、爱事业、爱学生和所教学科等的情感;能克制偏爱情绪,关心和热爱每一个学生;具有及时给予爱和接受爱的能力。

6. 具有坚强的教育意志

繁重艰巨的教育工作要求教师必须具有良好的意志品质,能正确对待教育过程中所遇到的困难和挫折,可以独立面对并处理好工作和日常生活中遇到的各种挑战;具有完成教育教学任务的自觉性、目的性和力求达到这一目的的坚定性;能迅速地分析、判断和恰当处理教育中的偶发事件,使教学活动能顺利开展;对学生的要求具有一贯性和坚持性,能坚持不懈地培养学生的各种优良品质和习惯;与学生及其家长、同事及其领导发生冲突时能沉着、冷静,有较强的自控力;在各种诱惑下仍能对教师职业忠诚与坚守。

7. 具有良好的教师专业伦理道德

自觉遵守《教师法》等法律法规,没有违背党和国家方针、政策的言行;工作尽职尽责,认真教书育人;具有正义感和奉献精神,能克己奉公、廉洁从教,不利用职责之便牟取私利;遵守社会公德,作风正派,举止文明;对发展、变革的教育环境能积极地适应而不是抗拒,对落后、保守的不良环境能主动改造而不是消极适应;尊重学生的人格,保护学生的自尊心,不讽刺、挖苦学生,不体罚或变相体罚学生;对同事坦诚、友好,没有“文人相轻”和相互排斥、攻击的行为。

8. 具有健全的教育人格

教师的教育人格实际上是教师的角色人格,是教师在教学生涯

中总体的精神风貌。健全的教师人格是既有远大的教育理想和信念，又有现实的学习兴趣和爱好，动机与行为一致，理想与现实吻合。同时，富有责任心、爱心，热情友善，客观公正，正直坦荡，勤奋好学，乐于创新，坚韧果断，自制耐心等良好的人格特征，具有正确的人生观，价值观，没有大的人格缺陷和障碍。

二、教师心理健康与专业成长的关系

教师身心健康是教师整体素质和专业成长的基础，不健康的教师难以培养出健康的学生，也难以使自己获得专业成长。

（一）教师心理健康是保证教师专业成长的重要条件

1. 教师心理健康影响教师整体身心健康水平

古希腊哲学家赫拉克利特说：“如果没有健康，智慧就难以表现，文化无从施展，力量不能战斗，财富变成废物，知识也无法利用。”前世界卫生组织总干事马勒博士也曾指出：“必须让每个人认识到，健康并不代表一切，但失去了健康，便丧失了一切。”可见拥有健康是多么重要。对于担负着繁重的教书育人任务的教师来说，更是如此。身心健康是教师专业成长的基础和保障。如果一个教师没有良好的身心素质，体弱多病，力不能支，就谈不上专业发展和成长。而心理健康与身体健康是密切相关、相互影响的。一方面，身体健康是心理健康的物质基础，健康的心理寓于健康的身体之中。生理上的缺陷、疾病往往使人产生烦恼、焦躁、忧郁、抑郁等不良情绪，进而影响其心理健康。另一方面，心理健康又直接影响生理健康。心理长期的严重的不健康状态，会导致生理的病态和异常。如强烈和持久的忧郁、烦闷、疑忌、愤怒等情绪，会引起生理器质性病变和功能失调，对人的躯体造成危害。现代医学研究表明：人类 65%

的疾病与心理因素有关,例如,冠心病、原发性高血压、支气管哮喘、溃疡性肠胃病、神经性皮炎、癌症、类风湿性关节炎以及疼痛综合征等,这类病在其发生、发展、治疗和预防方面,心理因素起着重要的作用,因此它们被称为“心因性疾病”。现代医学证明,长期情绪不良会导致人体免疫功能下降而致病,有些疾病如感冒、肝炎甚至癌症等,都与心理因素有关。

2. 心理健康对教师专业成长的影响

教师心理健康对教师专业成长的影响既反映在教师自身的学习和工作之中,更反映在教师对学生学习的影响、对教育教学质量的影响上。

(1) 教师心理健康对教师专业成长各要素的影响。所谓教师专业成长,是指教师由非专业人员成为专业人员,内在专业结构不断更新、演进和丰富的过程。因此,教师的专业成长包括教师专业意识的形成,专业知识的拓展,专业能力的发展,专业态度、道德的养成,专业信念、专业理想的确立等。教师专业化是指教师在整个职业生涯中,通过终身专业训练逐渐提高自身从教素质,实施专业自主,建立专业自我和专业形象,成为一个良好的教育工作者的发展过程^①。显然,从教师专业成长和专业化的含义和内容来看,教师专业成长需要以健康的心理为基础。首先,教师专业成长最起码的条件是智力正常,同时还要有良好的自我意识、积极的情绪情感、优良的意志品质、高尚的师德和人格等,这些都是教师形成正确的专业信念、进行专业知识与技能学习的重要基础。具体地说:第一,教师只有心理健康才有可能形成良好的专业意识。专业意识是教师真正实现自主专业发展的基础和前提,它可增强教师对自己专业发展的责任感,使自己的专业发展保持自我更新趋向。在教师保持自我专业发展意识的前提下,经过一定时间的专业生活积累,才可能形成自我专业发展能力,为进一步专业发展奠定基础,并成为处理

^① 教育部师范司. 教师专业化的理论与实践. 人民教育出版社, 2001.

专业发展的新的因素。所以，正是教师的自我专业发展意识所扮演的对教师自身专业发展路线的调节、监控角色，才使得教师专业发展构成一个动态发展的循环，促使它朝着积极的方向不断发展。而教师只有在具有良好的自我意识和社会认知的前提下，才可能形成较强的专业意识和观念。而良好的自我意识和社会认知都是衡量心理健康的重要指标。第二，教师的心理健康直接影响教师专业知识的拓展和专业能力的发展。教师的专业知识是教师区别于其他职业的理论体系与经验系统，它包括三个方面：首先是知识量的拓展，即教师要不断地补充新的知识，扩大自己的知识范围。其次是知识质的深化，即从知识的理解、掌握到知识的批判，再到知识的创新。教师知识的质的深化体现了教师职业的学术性，是衡量其专业程度的标志之一。再次是知识结构的优化，以广泛的文化基础知识为背景，以精深的学科知识为主干，以相关学科知识为必要补充，以丰富的教育科学知识和心理科学知识为基本知识边界的复合性的主体知识结构，是专业教师追求的目标。教师专业能力是教师在教育教学活动中所形成的顺利完成教育教学任务的能力。它是教师综合素质最集中的体现，也是评价教师专业性的核心因素。一般来说，教师专业能力应包括设计教学的能力、表达能力、教育教学组织管理能力、教育教学交往能力、教育教学机智、教育教学研究能力、创新能力等几个方面。心理健康的教师热爱教育生活和教育事业，心胸开阔，情绪稳定，心境良好，积极向上，对自己已有知识和能力有恰当的自我评价，能正确认识自己所面临的各种挑战，有强烈的专业发展欲望和自觉、顽强的学习精神，思维富有弹性，能坚定地为实现教育理想而主动自觉地学习，并较快较好地掌握专业发展所应具备的各种知识和能力，以适应教育发展的需要。第三，正确的专业态度和动机本身就是教师心理健康的重要内容。教师的专业态度和动机是教师专业活动和行为的动力系统，是直接关系到教师去留的重要因素。它涉及教师的职业理想、对教师专业的热爱程度、工作的积极性能否维持和某种程度的专业动机能否继续等方面

的问题,其他因素一般都要通过这两个因素来影响教师的专业发展。心理健康的教师心胸豁达、开朗,社会认知正确,热爱并专注于教育工作,显然会有更积极的专业态度与动机,从而产生积极的教育行为。第四,教师的心理健康直接影响教师的职业认同和专业坚守。职业认同和专业坚守的两个核心因素是专业信念和专业理想。教师的专业信念是教师在对教育工作本质理解基础上形成的关于教育和教师职业的观念,它伴随着浓烈的情感色彩和强烈的行为倾向,是知、情、意的升华与统一。从宏观角度来说,教师的专业信念包括教育观和职业价值观等。从微观的角度来说,主要有关于学习者和学习的信念、关于教学的信念、关于学科的信念、关于学会教学的信念和关于自我和教学作用的信念等。教师的专业理想是教师在专业信念基础上所建立的对未来可能实现的专业目标的向往和追求,它与教师的专业信念紧密结合在一起,是教师专业信念对象的未来形象和具体内容;它能激发教师的专业活动向着更明确的方向和对象奋进,会引发巨大的激励力量。教师教育信念和专业理想是教师专业行为的理性支点和专业自我的精神内核,在教师专业结构中位于较高层次,统摄着教师专业结构的其他方面。它一旦形成就保持相对的稳定性。而且,教师教育信念系统的改变是一种较深层次的教师专业发展。然而,正确的教育信念和牢固的专业理想的确立是以教师心理健康为前提的,它们本身就是教师心理健康的集中表现。教师只有心理健康、志存高远、心胸坦荡、性格开朗,既能面对现实,具有正确的社会认知,又具有良好的情感和意志品质,才能确立正确的教育观念和理想,才能对教师职业认同和坚守,产生良好的专业动机和行为。第五,心理健康有利于心理潜能的充分发挥。在其他条件相当的情况下,心理健康的人的学习成绩优于心理不健康者,工作效率也相对较高。心理健康的人比较能够经受挫折和逆境,并比较容易平稳地度过社会变革和灾难。教师是生活于丰富的家庭、社会和职业场景中的,教师的专业观念和专业行为与其专业之外的活动有着千丝万缕的联系。教师的日常生活作为其专业生活

不可分割的一部分和基本背景，与教师专业观念、行为之间有着必然的联系。教师人生发展的不同阶段都面临着许多新的问题和挑战。如果教师心理不健康，日常生活和家庭生活不幸福，也会极大地影响其专业成长。

(2) 教师心理健康对学生学习的重要影响。学生的和谐发展和教育质量的稳步提高是教师专业成长的具体体现，教师的专业成长最终反映在学生的学习、成长上。教师心理健康状况对学生的学习有极大的影响。总的来说，教师是素质教育的实施者，也是心理健康教育的实施者。在教育教学中，教师的人格和心理健康状况直接或间接地影响着学生的心理和行为，对学生的心理健康水平和人格形成有着极其重要的作用。索罗门教授说过：“在个体人格发展方面，教师的影响仅次于父母。一个孩子如果拥有甜蜜的家庭，享有父母的爱，又得到一个身心健康的教师，那是无比幸福的。相反的，如果他既不能从父母那里得到足够的关怀与爱护，又受到情绪不稳定的教师的无端困扰，必将造成许多身心发展的问题。”教师的人格和心理健康水平比教师的专业知识、教学方法更为重要。因为素质教育赋予教师的职责不仅在于向学生传授科学知识，更要塑造学生健全、和谐的人格。一个教师心理不健康，甚至人格扭曲，对学生的影响则是社会的、长远的，甚至是终身的。因此，较高的心理健康水平和健全的人格是从事教育工作所必备的心理素质。许多对人类作出重大贡献的政治家、专家、学者，在求学期间都曾经受到不仅学识渊博而且人格高尚的教师的巨大影响。相反的，教师心理不健康或有人格障碍，对学生人格的负面影响也是深重的。^①

具体地说，教师人格和心理健康水平对学生的影响表现为以下几个方面：

(1) 对学生学习兴趣和效果的影响。“亲其师，信其道。”教师在日常教育教学中的表现，对学生学习兴趣的激发和保持、学习自觉性

^① 李百珍. 中小學生心理健康教育. 科学普及出版社, 2002, 169 页.