

弘扬教育家精神 浸润师德素养 ——教师职业心理健康视域下的师德建设

游旭群

摘要：师德师风是教师素质的核心，是教师担当培育时代新人重任的根本保障。师德的内在基础是心理健康，并且与职业心理健康相辅相成、彼此影响，提升教师心理健康水平能够有效促进师德修养，是新时代教师队伍师德师风建设的重要内容与有效路径。在师德建设过程中，要以心理健康教育为切入点浸润师德素养、激发师德修养的自主性和形同多元主体的师德师风建设机制。

关键词：师德；职业心理健康；教师

中图分类号：G451.6 **文献标识码：**A **文章编号：**2096-6024(2023)06-0138-07

习近平总书记在党的二十大报告中明确提出，要“加强师德师风建设，培养高素质教师队伍”。今年的第三十九个教师节前夕，他又在致全国优秀教师代表的信中，寄语广大教师以教育家为榜样，大力弘扬教育家精神，牢记为党育人，为国育才的初心使命，为强国建设、民族复兴伟业作出新的贡献。教师的职业道德（简称师德），在教师队伍建设中处于核心的位置。教师是学校立德树人的实施主体，是培根铸魂的具体实施者，是学生成长成才的引路人，其师德师风水平直接关系到立德树人根本任务的完成。党和国家重视师德建设，先后出台了《关于全面深化新时代教师队伍建设改革的意见》《关于高校教师师德失范行为处理的指导意见》和《新时代教师职业行为十项准则》等一系列政策文件。然而师德问题还是时有发生，其背后的原因复杂多样，部分原因可能在心理健康的底层逻辑上。虽然很多研究者倡导从个人修养、考核评价、制度健全等多角度促进师德建设，却忽视了教师职业心理健康在师德建设中的重要作用。

事实上，教师职业心理健康是师德师风建设的重要推手。习近平总书记把心理健康作为“健康中国”国家战略的一个部分，在2016年的全国卫生与健康大会上指出，要加大心理健康问题基础性研究。2017年，他在党的十九大报告中强调：“加强社会心理服务体系建设，培育自尊自信、理性平和、积极向上的社会心态。”开展心理健康服务或教育，是为了培养人们坚忍不拔的意志、艰苦奋斗的精神，增强适应社会的能力，其中，适应社会就是适应社会文化，特别是道德规范。教师担负着为党育人、为国育才的时代重任，因此，职业心理健康对教师队伍建设尤其重要。从教师职业发展来看，切实有效地提高教师心理健康水平是师德建设的重要内容与途径。基于此，以下将从教师职业心理健康视域去讨论如何加强师德建设，并聚焦三个问题：教师职业心理健康与师德有着怎样的

基金项目：教育部教师工作司委托课题“新时代教师师德师风建设的趋势与落实”（JSSKT2022011）。

作者简介：游旭群，陕西师范大学校长、教授（西安 710119）。

关联,教师职业心理健康对于师德有着怎样的影响,如何从教师职业心理健康视域促进教师师德建设。通过对这三个问题的讨论,试图从职业心理健康角度为新时代教师队伍师德师风建设提供一个新的路径与切入点。

一、教师职业心理健康与师德的相互影响与共同机制

师德是一个古老而又崭新的话题,伟大的中华民族文化历来重视师者的修德。例如,儒家经典《大学》中提出的“明明德、亲民、止于至善”,其中的“明明德”就包含了作为师者必须有良好道德的要求。另外,传统文化中“为人师表”“以身作则”“诲人不倦”“因材施教”等,都是人们对教师的耳熟能详的道德要求。2011年,教育部印发了《高等学校教师职业道德规范》,其中明确指出,教师职业道德包括爱国守法、敬业爱生、教书育人、严谨治学、服务社会、为人师表六个方面。这些师德规范与教师职业心理健康有何关系呢?世界卫生组织(WHO)早在1947年的宪章中就指出:健康是一种生理、心理和社会康宁(well-being)的完善状态。对于社会康宁,又称为社会适应,或者道德健康。事实上,心理健康、道德健康、躯体健康和社会适应等与健康相关的概念,尽管各部分存在一定的独立性,但始终存在复杂的联系,互相包含,互相影响。2022年,世界卫生组织将心理健康理解为一种心理幸福状态,使人们能够应对生活压力,实现自己的价值,有效学习和工作,并为社会作贡献。师德正是“捧着一颗心来,不带半根草去”为社会作贡献的一种精神。因此,教师职业的心理是一种实现自我价值、奉献社会、培养人才的心理状态与体验,是师德的重要内容,也是一种体现。

(一) 心理健康是师德的内在基础

心理健康与道德有着密切的内在关联。从内涵上看,心理健康实质上是关于个体如何恰当地处理与自己的关系、与他人的关系、与社会的关系的心态问题。事实上,道德就是个体正确地处理与他人和社会利益关系的一种规范。因此,心理健康与道德在内涵上有着深刻的内在联结。从心理发展的角度来看,道德的发展依赖于个体心理的成熟。个体的身心成熟、充足的经验及环境与个体心理认知结构之间的交互作用,对于人们道德认知的良好发展来说缺一不可,而道德认知是道德情感、道德意志和道德行为的前提。从心理健康的标准看,它应该包含道德品质。一个心理健康的人,必然具有较高的道德素养,是一个关心他人、与他人友好相处的人。我们发现,教师的职业道德与教师职业能力、教师职业情绪和教师职业适应性等维度一起构成中国教师职业心理健康的标准。

教育部和国家相关部门始终将师德师风建设放在教师队伍建设的首要位置,通过公布师德失范的典型案例对全体教师给予警示与教育。大多数媒体和公众更多的是从这些教师的道德品质或单位制度等方面探讨出现师德问题的原因,然而,从教师个体来看,其背后可能隐藏着深层次的心理健康问题。例如,教师对违纪学生施加违规惩罚,原因可能是教师曾经遭受过暴力对待而没有得到妥善的心理疏导,也可能是自身承受了较大的压力而对于自身压力的自我调节失败导致等。因此,如果将违反师德行为仅仅看作教师的道德问题,不从源头上对教师的心理健康问题加以疏导,很难真正解决师德失范的问题。如何促进教师心理健康,进而提高教师师德水平,是教育管理部门和教育理论工作者的重要研究课题。^①

(二) 师德能有效促进教师职业心理健康

良好的师德能够有效促进教师的职业心理健康。师德是教师的一种高级亲社会行为,表现为教

^① 徐四华.论高校师德建设中的教师心理健康[J].教育探索,2009(1):118-119.

师在职业生涯中实现更大潜能的一种高级追求与精神升华。^① 教师在教育教学过程中付出爱,以心育心,以德育德,在师德实践中也能感受到人生的价值和意义,感受到真实的幸福和快乐,从而能够体验到更高水平的心理健康。研究发现,不管是教师还是学生,在作出亲社会行为的时候,能够让个体体验到价值和意义,更少抑郁情绪,有更高的幸福感。^② 可以说,行善是最好的心理疗愈。因此,教师在教育教学过程中实践师德,是一种高级亲社会行为,是促进教师心理健康水平的有效方式。

相反,不良的师德会损害教师的职业心理健康。教师在教育教学过程中经常面临一些道德困境,这些困境通常来自对学生的评价、学术研究的处理、教育资源的分配等问题。如果这些困境得不到及时有效的解决,教师通常会感到较大的心理压力,如内疚、自我怀疑、焦虑等,进一步引发工作耗竭感。这种工作耗竭感进而严重影响教师的工作质量和育人成效。对于那些有师德失范行为的教师,如收取学生或家长的不当利益、恶意评价学生、抄袭或篡改研究数据等,更难以有效应对失范行为后果的压力,必然带来人际信任危机,同时遭受社会舆论的谴责,其心理健康状况必然恶化。正所谓“君子坦荡荡,小人常戚戚”,即有良好师德的教师往往心胸开阔,能坦然面对各种困难和调整,而师德不良的教师则忧心忡忡,担惊受怕,必然付出心理成本,无法有效应对压力和挑战。

(三) 师德与教师心理健康的共同机制是为了人民的教育事业

习近平总书记在参加十三届全国人大三次会议内蒙古代表团审议时提出“人民至上、生命至上”的重要指示。在教育事业中牢固树立人民至上(在学校里就是学生至上)、生命至上的重要理念,就是要忠诚党的教育事业,忠诚人民的教育事业,坚持学生至上的理念,培养全面发展的学生,真正实现为党育人、为国育才的重要使命。我们要坚持教师的师德师风建设和心理健康建设,不断提升教师自身的职业道德修养,提高教师的心理健康素养,两者共同的落脚点是学生,要让学生的身体和心理全面健康发展。教师是人类灵魂的工程师,不仅要引导学生学会学习、学会思考、学会创造,也要塑造学生的道德品质和价值理念,因此对学生心灵的成长和发展有着决定性的影响。其中,师德和心理健康是教师履行其教书育人职能的两个不可或缺的方面。拥有崇高师德的教师才能赢得学生的信任和尊重,从而更好地开展教育教学工作。同时,心理健康的教师能够有效地应对工作压力,更好地关注学生的学习和发展,不遗余力地发挥自己的教育教学能力。因此,重视师德师风建设和心理健康建设,不断提高教师的职业道德修养和心理健康素养,最终目标是要促进学生的全面发展。由此可见,师德师风和心理健康素养两者共同的机制在于坚持学生至上的理念,忠诚于党和人民的教育事业。

二、教师职业心理健康对师德修养的影响

教师心理健康与师德建设不是孤立的,而是相辅相成的。提升教师的心理健康水平往往能够促进师德建设,而不重视教师的心理健康问题单单重视师德本身往往事倍功半。

(一) 教师健康心理对师德提升的促进

1. 有助于道德规范的内化

道德心理学家科尔伯格认为,个人认知能力是个体道德发展的基础,个体通过逐渐理解、内化道德原则和价值观念来发展道德判断和行为。个体的认知能力,包括逻辑思考、推理和问题解决能力,

^① 林崇德,黄四林.新时代师德修养动力的心理学透视[J].教育研究,2022(10):56-61.

^② SHANKLAND R, ROSSET E. Review of brief school-based positive psychological interventions: a taster for teachers and educators [J]. Educational psychology review, 2017 (2): 363-392.

是推动道德发展的重要因素。另外,蔡颖也强调了认知在师德形成中的重要性。师德认知是形成师德情感和师德行为的基础,教师需要理解并接受教育职业道德的要求,才能形成积极、健康的师德情感,并表现出符合师德要求的言行^①。可以说,认知能力是道德发展的重要基础。道德发展是一个复杂的过程,需要个体对道德要求进行认知、理解和接受,同时将这种道德要求内化成自己的价值体系,形成内在的稳定的道德品质。所以,教师健康的心理,能对道德规范的理解和内化程度产生正确的认知和理解,他们的思维模式更可能适应教育环境的要求,从而形成正确的道德认知、道德情感和道德行为。

2. 有助于道德行为的形成

健康的心理状态不仅有利于道德规划的内化,也有利于良好道德行为的形成。心理健康的教师通常具有更清晰的自我意识和主动性,能够更好地理解自己的价值观、信念追求和情绪动机,这些能帮助他们在面对道德决策时更加准确地评估自己的需要和情绪,从而在道德困境面前保持理性,避免情绪化的决策;心理健康的教师通常具有更高的同理心和同情心,这种同理心和同情心能够帮助他们更加关注学生的需要和情感,对学生有更多的耐心和包容心,在教育实践中更好地践行职业道德;心理健康的教师通常具有更高的道德勇气和坚韧性,这意味着他们能够在面对困难和挑战时坚持自己的道德价值和标准,不因外界的干扰而动摇。因此,心理健康的教师能够更清晰地了解自己的信念和价值,对学生有更高的同理心和同情,对困难和挑战有更高的道德标准,从而在教育实践中表现出良好的道德行为。

(二) 教师心理困扰对师德修养的阻碍

教师的心理困扰表现有很多,如适应不良、执业行为问题、情绪调节问题、人际交往障碍、人格缺陷、职业倦怠等。这些心理困扰一旦出现,会对教师的职业状态产生明显的负面影响,容易出现行为失范。消极的心理状态使教师质疑已内化的职业道德标准,产生信念动摇,进而影响自己的情绪、行为和意志,产生一系列的连锁反应。若不能对教师心理问题及时解决与有效疏导,师德建设就很难达到应有的效果。

1. 诱发师德认知偏差

教师的心理困扰首先会导致教师对师德的认知出现偏差。部分教师往往注重专业知识或教学技能,忽视教育法律法规的重要性,导致这些教师对国家规定的教师职业规范缺乏深入的理解和掌握。这可能会影响他们的教育行为,甚至在某些情况下可能违反师德,给学生和学校带来潜在的负面影响。还有一部分教师虽然对教育领域的职业道德要求有所了解,但是并未真正“走心”,这将导致他们缺乏作为教师的使命感和工作责任心,进而影响他们对待教育工作的态度和行为,如对待教育教学的态度、对待学生的态度,可能对学生成长和发展产生不利影响。少部分教师把教师这份工作看成自己谋生的手段,只是从工作中获取金钱利益来养家糊口,谈不上教书育人的理想与教育家精神。在这种情况下,他们可能无法全身心地投入教书育人工作中。甚至有一部分教师从师范生阶段就存在错误的认知,认为当初选择走入师范生行列仅是因为教师这份工作稳定有保障,并不是出自对教师职业真正的兴趣和爱好。在实际教学过程中,这种错误的认知可能会影响他们在教育教学实践中的行为和态度,甚至可能影响他们对学生的态度和教育质量。

2. 引发师德情感消极化

长期繁重的教学工作容易引起教师职业倦怠,产生情绪耗竭、非人性化和低成就感等问题。在

^① 蔡颖. 新时期师德修炼 [M]. 长春: 东北师范大学出版社, 2010: 52-55.

教育工作中，总会遇到一些不顺心的事情，如家庭矛盾、晋升不利、学生捣乱等，这些负性事件容易给教师带来负面情绪。这就要求教师能够及时调整自己的情绪，不要把负面情绪带到课堂上。如果教师经常把负面情绪带到教学工作当中，就容易出现处理事情情绪化，容易将消极情绪发泄到学生身上，在对待后进学生的时候也更容易表现出厌恶的情绪。这些情绪很有可能打击学生的积极性，甚至伤害学生的自尊，让学生感到无所适从。在处理与同事的人际关系的过程当中，经常表现出没有耐心、容易发怒、拒绝接纳与合作等消极情绪，这也不利于良好工作氛围的形成。此外，教师没有良好的自我效能感会产生沮丧、焦虑等负面情绪，也会导致教师职业倦怠、育人缺乏主动性，在实际教学工作中表现不佳^③。产生这些不良后果的原因可能就来自教师情绪调节能力的欠缺。说到底，还是教师的心理健康问题没有很好地解决，在这种情况下，情绪很容易引发师德调适的问题。

3. 导致师德失范行为

教师职业心理健康出现问题，容易出现师德失范行为。教师心理健康状态的恶化，如出现焦虑、抑郁等情绪，很可能使他们无法充分注意到学生的需求和感受。例如，一位局限在自身的抑郁焦虑情绪中的教师，很难对学生的需求保持敏感性，很难从学生的角度理解学生，这容易导致他们在处理学生问题时缺乏耐心，变得冷漠，从而影响教学质量和师生关系的和谐，甚至出现师德失范行为，如变相体罚报复学生等。此外，教师不正确地应对职业压力也可能导致他们出现师德失范行为。例如，高校教师在应对激烈的竞争时，无法正确面对自己的困境，学术自我效能感偏低，在面对压力时铤而走险，通过修改数据甚至伪造数据等学术不端行为来应对这种压力，这不仅违背了学术诚信原则，也损害了教师职业道德形象。教师这份职业因为具有工作任务重、时间紧迫、竞争大等职业特征，还可能使教师面临其他的心理困扰，如同事人际关系紧张、家庭工作不平衡、职业耗竭、自信心不足等，这些心理困扰如果不及时加以解决，很容易将这些负面心理带入平常的教书育人的实践中，很容易导致教师的师德问题行为发生。为了维护教师的心理健康和提升师德行为，教育机构和社会应该提供必要的支持和帮助，使教师能够更好地应对职业压力和挑战，同时提高教师的心理健康意识和自我调节能力。

三、以教师职业心理健康为路径提升师德修养

教师队伍建设是教育事业发展的基础工作，而师德建设是教师队伍建设的核心。如何推进师德建设，减少教师失德事件的发生，是一项至关重要的工作。如前所述，教师的师德离不开心理健康，教师道德问题的背后可能隐藏着教师心理健康问题。因此，推进师德建设的重要抓手是推进教师的职业心理健康。

（一）以心理健康教育为春风浸润师德素养

教师的师德与其心理健康有着密切的内在联系。个别教师的道德行为问题背后往往隐藏着一定程度的心理问题。在针对教师师德的教育中，不能“头痛医头”，仅仅聚焦在师德上，而要从整体系统的角度来研究师德问题，特别是从心理健康教育的角度考虑师德的教育，将教师的心理健康教育与师德教育有机融合起来。师德教育中包括心理健康教育，心理健康教育中包括师德教育，两者相互结合，形成合力共同促进教师的心理健康水平和师德素养。例如，在教师入职培训中，不仅要教师进行师德培训，还要有针对性地纳入一些心理健康知识，教会教师如何调节自身的负面情绪、如何与同事相处以及如何与学生相处等。同时，各级学校和教育机构应该定期评估教师的职业心理健康状况，及时发现问题并及早提前进行干预，建立心理健康支持体系，包括心理咨询服务、员工支持计划等，以帮助教师应对工作和生活中的压力和挑战。这些措施不仅能够提高教师的心理健康

水平,也能减少教师的失德问题,促进教书育人工作顺利进行。

(二) 以心理健康教育为依托激发师德修养的自主性

教师的心理健康和道德不是一蹴而就的,是教师个人随着自身经历和知识不断成长中逐步形成的。因此,要高度重视教师职前和职后的心理健康和道德教育,特别是在职前阶段。职前阶段是心理健康和师德发展的重要时期,因为这个时候的师范生其思想价值观、认知能力和情绪能力处于形成阶段,还没有完全成熟,具有较高的可塑性。因此,在师范生阶段,教师教育应该注重培养习近平总书记提出的中国特有的教育家精神,培育心有大我、至诚报国的理想信念,言为士则、行为世范的道德情操,启智润心、因材施教的育人智慧,勤学笃行、求是创新的躬耕态度,乐教爱生、甘于奉献的仁爱之心,胸怀天下、以文化人的弘道追求。同时,让广大职前教师沉入基层一线,在丰富的感性劳动实践中培育教师共情能力;重视全能教师,在专业与学科的理性探索中培育教师共创能力;塑造集体人格,在从关心人到关心人类的精神境界跃升中培育教师共生能力^①,在职业生涯早期就种下教育家精神的种子。重要的是,在教师教育中,也应该注意引导教师,注重教师的自主性,让广大教师认识到心理健康和道德是个体的自主需要,而不是外在强加的教条或要求,注重教师在其中的内在体验,让教师认识到心理健康教育和师德教育有助于教师以后更全面地发展,有利于为教师职业生涯奠定良好的基础,让教师产生内在动力自主地学习心理健康与师德知识。在入职后,教育管理部门或学校还应该提供持续性教师专业发展服务,帮助教师高质量发展。

(三) 以心理健康教育为抓手协同多元主体的师德师风建设

师德改善过程中涉及多元主体,具体包括社会、学校、家庭和教师本人等。只有努力使上述主体形成合力,才能更好地促进教师心理健康发展,进而促进教师职业道德的形成与内化。具体来说,在社会上,要形成尊师重教的社会氛围,加强对师德师风问题的舆论引导,避免对教师群体污名化。目前教师整个群体的师德师风是过硬的,只是存在个别的师德师风问题。因此,一旦出现对教师的污名化和过度炒作,教育、公安、网信等部门应该形成合力,按照传播规律进行有效治理,避免对整个教师群体的伤害,破坏尊师重教的社会氛围,引发教师集体“躺平”,最终伤害教育^②。对于学校来说,要将各方主体统一起来,包括教育、公安、社团、家庭等,共同促进师德建设。例如,在开展师德教育和心理健康教育时,也可以邀请教师的家人参加,让家人重视教师的心理健康,关心教师的心理健康,从而达到多元主体形成合力共同促进师德建设。

总之,教师的师德建设不是一朝一夕、一劳永逸就能够完成的,需要全社会全过程多主体形成师德涵养的持久合力,需要从心理健康的视角深入探究师德形成的根源,找到可靠解决师德问题的途径。同时需要指出的是,当前出现教师行为失范现象只是个别教师的问题,绝大多数教师坚守着立德树人的初心,承担着教书育人的使命,培养了一代代优秀的学生,是师德师风的践行者。不能因很少一部分人的劣迹而贬损整个教师群体,这对教师群体来说不公平,最终也会伤害教育本身。形成爱师、尊师和重师的社会氛围,给予教师更多的尊重、理解和包容,这是师德师风建设的重要基础。

(责任编辑 郭晨跃)

^① 游旭群.教育家精神的阐释与培养[J].国家教育行政学院学报,2023(8):3-11.

^② 王莹,郑天虹,任丽颖.网上教师“失德”有多真?网络“教师失德”失实言论调查(上)[J].半月谈,2023(8):49-51.

Construction of Teacher Morality from the Perspective of Teacher Professional Mental Health

You Xuqun

Abstract: Teacher morality and style are the core of teacher quality, and their level is directly related to the completion of the fundamental task of fostering virtue through education. In the process of moral formation, mental health is closely related to morality, and the internal basis of teacher morality is mental health, which complements and influences professional mental health. Therefore, teacher professional mental health is an important promoter of teacher morality construction. Teachers can feel the value and significance of life and real happiness in the process of education and teaching, so as to experience higher level of mental health. At the same time, teacher professional mental health can effectively help teachers to internalize social morality, make them internalize teacher morality into action guide, and help them show good moral behavior. Improving teacher mental health level can effectively promote teacher morality cultivation, which is an important content and effective path for teacher morality construction in the new era. First, in the construction, we should take mental health education as the breakthrough point to infiltrate teacher morality, study teacher morality from the perspective of whole system, and organically integrate teacher mental health education with teacher morality education. Second, we should rely on mental health education to stimulate the autonomy of teacher morality cultivation and attach importance to the immature stage of ideological value and psychological development of normal students. In pre-service stage, we should attach great importance to cultivating and carrying forward educator spirit and let teachers realize that mental health and morality are independent needs of individuals and mental health education and teacher morality education are helpful to lay good foundation for their career. Finally, it is necessary to form multi-subject construction mechanism of teacher morality and style. Teacher morality construction needs the joint efforts of many subjects in the whole society, and it is necessary to explore the root of teacher morality from mental health education and find reliable way to solve the problems of teacher morality. It should be pointed out that current phenomenon of teacher misbehavior is not universal, and the vast majority of teachers are practitioners of teacher morality and style. It is not wise to belittle the whole teacher group because of the misdeeds of a few people, which is unfair to the teacher group and will eventually hurt education itself. Forming the social atmosphere of loving, respecting and valuing teachers and giving teachers more respect, understanding and tolerance are important foundation for the construction of teacher morality and style.

Key words: teacher morality; professional mental health; teacher

About the author: You Xuqun is the principal and professor of Shaanxi Normal University.