

高校教师职业倦怠现状、成因及对策研究^{*}

傅端香

摘要: 职业倦怠是指现代人在应对复杂社会时产生的亚健康的生存状态。近年来,随着高等教育的发展,教育体制的改革,高校教师面临着一系列的机遇与挑战。如何抓住机遇、应对挑战,越来越多的高校教师在适应改革的过程中产生了不同程度的职业倦怠。通过对河南省高校教师职业倦怠现状进行的实地调查,分析了不同性别、教龄、职称、学科类别高校教师职业倦怠状况及其职业倦怠的成因,并从社会、组织和个体三个层面提出了预防和改善高校教师职业倦怠的具体建议。

关键词: 高校教师; 职业倦怠; 现状; 对策

一、高校教师职业倦怠的表现和影响

随着社会科技的快速发展,计算机网络的普及应用,知识更新速度加快,高校教师不仅要面对日益复杂的教育教学任务,还要完成越来越繁重的科研任务。高校教师会因不能及时有效地缓解工作上的压力、放松紧绷的神经而产生身心上的疲惫感以及对自己工作产生的挫折感,从而出现职业倦怠。早在1983年,美国教师协会在有关教师职业倦怠的研究中指出,教师是职业倦怠的高发人群,有37.5%的教师有严重的职业倦怠。在我国,高校教师的职业倦怠也不容忽视。调查结果显示,在15个行业的倦怠指数调查中,教师的倦怠程度仅低于公务员和物流、运输从业人员,居第三位。^[1]

Maslach 和 pines 认为“职业倦怠是在为人服务的职业领域中,个体的一种情感耗竭、人格解体和个人成就感降低的症状”^[2]。高校教师职业倦怠主要表现在以下几个方面:一是出现情绪衰竭现象,即平庸感增强,精神没有寄托。特别是只从事教学而不接触科研的高校教师更为严重。二是存在去个性化的表现,缺乏对工作的热情,满足于完成任务。对学生缺乏耐心和爱心,不愿意接纳学生,无视学生的情感而产生的不良情绪。三是存在低个人成就感,缺少职业效能感,成功的体验甚少,感觉到自

己的工作没有意义,自我价值低。四是产生强烈的身体不适感。许多有职业倦怠感的高校教师经常会感到身体不适,尤其是工作紧张时更是如此。

职业倦怠不仅影响高校教师个体的发展,对学生、高校和社会也会产生负面影响。具体的说,对高校教师个体而言,长期职业倦怠会使高校教师身心处于亚健康状态,影响身体和心理健康;对学生而言,职业倦怠往往使教师对工作的投入减少,对学生失去耐心和爱心,消极的情绪和态度也会“传染”给学生,影响学生的身心健康;对高校和社会而言,职业倦怠在一定程度上会影响高校教师的职业形象,也不利于高校师资的稳定和教育事业的持续发展。

二、河南省高校教师职业倦怠现状调查分析

(一) 高校教师职业倦怠现状分析

本文采用我国学者李超平和时勘所开发的MBI-GS问卷修订版,采取随机抽样的方法在2014年上半年就职业倦怠对河南省高校教师进行了问卷调查,共发放调查问卷1100份,回收1045份,回收率约为95%,对问卷进行初步整理后,保留有效问卷1020份。在随机抽样调查的过程中,考虑到了样本的性别、年龄、教龄、职称和所属学科的比例。

收稿日期: 2014-10-29

作者简介: 傅端香, 河南理工大学副教授, 硕士生导师, 博士。(河南焦作/454000)

^{*} 本文系2013年国家社科基金项目“提高最低工资标准对我国就业的影响研究”(批准号13CJY024)、河南理工大学博士基金项目“中国最低工资就业效应的作用机理及实证研究”(编号B2012-013)的阶段性成果。