

江苏公共基础课教师职业倦怠调查分析

季海菊

(江苏广播电视大学 公共管理系,江苏南京 210036)

摘要:在高职公共基础课程教学改革中,教师自身的观念、素质和能力等直接影响着教学改革的效果。采用质的研究和问卷调查相结合的方法,对江苏10所高职院校中的20名公共基础课教师进行深度访谈,发现公共基础课教学改革的当务之急是要高度关注和克服教师的倦怠心理。因为倦怠心理不仅给公共基础课教师的身心健康和教育教学工作带来负面影响,而且也不利于公共基础课的功能发挥和高职学生整体素质的提高。

关键词:高职院校;公共基础课教师;职业倦怠;对策

中图分类号:G443

文献标识码:A

文章编号:1673-5420(2011)04-0104-05

一、问题的提出

目前学界关于职业倦怠的定义还不统一,比较广泛引用的是Maslach和Jackson给职业倦怠所下的定义:“职业倦怠是在以人为服务对象的职业领域中,个体的一种情感耗竭、人格解体和个人成就感降低的症状。”^[1]职业倦怠是职业压力的一种,其典型症状是工作满意度低、工作热情和兴趣的丧失、情感的疏离和冷漠。1974年,美国临床心理学家Freudenberger对职业倦怠做了开创性研究,此后学术界有关职业倦怠的研究长盛不衰。1981年Maslach提出职业倦怠是由三个维度构成的一种心理状态,即情绪衰竭(职业倦怠的核心)、去个人化和职业效能感的缺乏等,主要表现在躯体、智力、心理、情绪、行为等方面。其产生的原因包括:就个人而言是目标过高,追求完美和超负荷的工作;就社会而言是来源于对社会变革带来的不适应以及家庭与职场多重角色的冲突等。同时Maslach也指出,职业倦怠现象不是少数异常者的反应,在助人行业中普遍存在。因为这些职业具有较多的人际压力源存在,长年精力耗损,工作热情容易逐渐消退,

进而产生人际冷漠以及对工作持负面态度等现象^[2]。而在国内,关于教师职业倦怠的相关研究,主要是围绕着教师职业倦怠的定义、危害与表现以及导致教师职业倦怠的原因、教师职业倦怠的测量、教师职业倦怠研究的特点与发展趋势等展开的^[3]。国内外的相关研究显示,教师属于职业倦怠的高发人群。

高职院校承担着培养具有较高文化层次的、高素质的应用型人才的重任。为适应社会主义现代化建设的要求,无论是普通高等院校还是高职院校,都要加强对学生的人文素质教育,这是因为“人文文化具有重要的基础地位,关系到民族的存亡,关系到国家的强弱,关系到社会的进退,关系到人格的高低,关系到涵养的深浅,关系到思维的智慧,关系到事业的成败。”^[4]在高职教育中,人文精神素养的培育,需要承担着学校公共基础课程教师的热情投入与真诚奉献。然而从目前高职教育改革的进展情况来看,公共基础课改革的效果不明显,公共基础课教师的职业倦怠心理比较严重。这是他们因不能有效应对工作的压力而产生的极端心理反应,是长期在压力体验下而产生的情感、态度和行为的衰竭状态。

收稿日期:2011-07-29

作者简介:季海菊(1970-),女,江苏广播电视大学公共管理系副教授,南京师范大学公共管理学院博士生,主要研究方向为高校思想政治教育。

倦怠不仅给公共基础课教师的身心健康和教育教学工作带来负面影响,而且也不利于高职学生整体素质的提高。

通过本调查研究,期待对高职院校公共课教师职业倦怠状况做出一定的预测和提出一些相关建议,并为今后寻求恰当的干预策略提供参考,以更好地预防职业倦怠的滋生和蔓延。

二、研究方法

1. 研究对象

本研究随机抽取江苏地区10所职业院校公共基础课教师作为研究对象,取样时兼顾到教师的学科背景、年龄、性别和工作年限,共对20名教师进行了深度访谈,其中女性13名,男性7名,涉及10所院校的5门基础课(大学语文、思想道德修养与法律基础、工科数学、体育、大学英语)教学老师,教龄从1年到35年不等。

2. 研究工具

(1)进行文献检索与分析,查阅资料,了解公共课教师职业倦怠产生机制、来源等,作为访谈时候的参考选题。

(2)根据Maslach提出职业倦怠是由三个维度构成的一种心理状态,即情绪衰竭、去个人化和成就感,设计提纲,并向各教师说明研究目的、意义以及访谈资料的选用方式。为减少数据丢失,在访谈过程中,征得部分老师的同意,用录音录下来,后转录成文字。同时发放问卷,内容主要包括:情绪衰竭维度(9个题目);去个性化维度(5个题目);成就感维度(8个题目)。采用5点计分法,“没有”、“有点”、“一般”、“较大”、“很大”分别记1~5分。各维度得分为本维度所有项目的平均分。如果情绪衰竭维度和去个性化维度得分越高,同时成就感得分越低,则职业倦怠程度越严重。最后对文本进行整理、分析和归类。

访谈地点由被访者确定。访谈时间为每人30~60分钟。

三、结果分析与讨论

1. 研究结果

从所访谈的20名高职院校教师的结论总结中,发现江苏地区高职公共基础课教师普遍责任

心比较强,具有丰富的教学经验,尽职尽责,勤奋敬业,但是或多或少会产生一些倦怠心理。

(1)从总体情况来看,高职院校公共课教师职业倦怠程度在整体上处于中等水平,有一定的职业倦怠,但还不是非常突出。这需要通过量表来进行描述,由于本研究所用的职业倦怠问卷采用5级评分,中数为2,所以结果显示他们的情绪衰竭程度和低成就感趋于中数,去个人化较低。

在本次调查中,尽管样本比较少,但是,仅从这几个数字,可以看出高职院校公共基础课教师职业倦怠的情绪衰竭、去个人化、低成就感三个维度都处于中等严重程度的水平。其中以情绪衰竭和低成就感较为明显,而去个人化维度的严重程度较低。情绪衰竭代表职业倦怠的个人压力维度,本研究发现部分教师由于工作压力而影响情绪和心理。去个人化代表师生人际交互作用维度,在访谈中,部分老师对学生以及工作表现出一种消极的态度。有的老师认为,公共基础课对他们来说,只不过是一种外在的工具而已,教完课以后便完成了工作量,对工作缺乏耐心和激情,平时也不愿参加集体活动,课下很少与同事或学生交流,以消极的态度对待工作和生活,漠视教学效果和学生的成长。成就是教师职业倦怠的自我评价维度,在调查中,发现很多老师的成就感比较低。

这里需要强调的是,由于本研究的样本量较小,所以有待进一步进行大样本的研究。

(2)从人口统计学意义上来说,男性公共课教师的职业倦怠心理比女性要稍严重;教龄越长,职业倦怠心理越强。女教师的情绪衰竭略低于男教师,这可能跟女老师的细腻而丰富的情感和天生母性的关怀心绪有很大关系。同时,无论是男性还是女性,在工作刚开始的前两年情绪都会比较饱满,能跟学生打成一片,成就感相对来说也比较高。但随后成就感则呈现下降趋势,情感衰竭和去个人化呈上升趋势。

(3)从客观上来说,授课对象与人数的多少跟教师的职业倦怠也成相关性。高职公共基础课教学基本是前两个学期:第一学期,教师的职业倦怠相比较第二学期来说会低一点;第二学期的职业倦怠心理会比第一学期要高,情绪更为疲惫,个人成就感要低。大班上课比小班上课引起的情绪衰竭和去个人化要高一些,个人成就感也要低一些。

2. 回归分析

对高职院校公共基础课教师的倦怠归因,有学者从组织(学校)、个人所承担的工作或角色、个人特质等因素进行分析^[5]。本文采取访谈法,深入进行归因。

(1) 教学对象与学习态度

分析学情是高职教育的前提。我们不得不承认,相比较普通高等院校来说,高职院校学生的文化基础相对薄弱。就学习兴趣而言,高职学生对感兴趣的东西学习积极性较高,而对于枯燥的内容则学习效率较低,对现有公共基础课程设置与教育方法一定程度上产生排斥和不耐烦的心理;就学习动机而言,高职学生的学习具有较高层次的职业定向性,他们在进校之初,就将目标锁定在将来的工作岗位,并围绕一定的职业定向学习。部分学生产生轻公共基础课、重专业课的学习倾向,这在一定程度上降低了公共基础课教师的成就感。

(2) 教改压力与学分比例

教育部颁发的《关于全面提高高等职业教育教学质量的若干意见》(教高[2006]16号)指出,高等职业教育要深化“工学结合、校企合作”人才培养模式改革。目前,部分高职院校某些专业的教学已经和企业生产相结合,而且课堂与“车间”开始结合,这给公共基础课程教学改革提出了新的挑战。公共基础课程教学能否走出课堂,进入到企业或“车间”,是提高公共基础课程教学质量需要研究的新课题。被访者普遍认为,相比较而言,专业课教师更容易与企业相结合,可以到企业中进行实践或者培训,再回到教学中来,因此改革的成效快。但公共课教师到企业一线去进行实践的困难比较大,不是企业中没有合适的岗位,就是难以获得这样的实习机会。在高职教育改革中,涉及的还有专业课、专业基础课和公共基础课之间的学分比例问题。

(3) 课程安排与经费投入

调查显示,部分高职院校在公共基础课的课程安排、经费投入等方面也存在一些不足。在各专业人才培养计划中,目前开出的公共基础课有8~10门。通过对20位教师的访谈,得知大部分院校因教学资源的缺乏,而将课程压缩为大课。学校经费有限,在经费投入上更倾向于能更快产生效应的专业建设方面,公共基础课程建设因为没有了专业这一载体,而常常被忽视,这在一定

程度上挫伤了教师的积极性。

(4) 教学方法与评价机制

从调查的情况来看,目前江苏高职院校进行了一系列的教育教学改革,尤其是对高职公共基础课的教学内容进行了压缩,这给部分公共基础课的教学带来了一定的难度。M老师(工科数学老师)坦言,讲得少了,没有系统性,而且学生听不懂,讲得多了,时间来不及。而作为老师,又要将自己所掌握的本门课程的知识点讲透讲全,这就给自己增加了一定的压力。同时,调查中,大部分教师坦言,在教学方法上尽管公共基础课教师想方设法大力推陈出新,但依然难敌“工学结合”或“项目导向”的魅力。例如,几乎每门课程都设有实践性环节,但是,受各方面条件的限制,实现起来比较困难。此外,教学评价体系也在一定程度上影响老师的教学。在所访谈的教师中,所有的学校都是采取校系督导评价、学生评价相结合的方式,督导评价往往以听课表上的几个项目为参考,而且教师多,督导老师少,难以衡量每一个老师的全部教学效果。学生评价受到评价者主观因素的影响比较大。这种尚不科学的教学评价系统或多或少地影响到评价功能的发挥。

(5) 科研与个人发展

一般来说,无论是在普通高等院校还是高职院校,教师在做好教学工作的同时,对科研工作都是相当重视的。这不仅是因为教学与科研要相长,更主要的是与教师的职称评审相关。包括论文发表和科研项目的申请等在内的学术成果被量化并成为职称评审的主要条件,更是考核教师的业务水平的依据之一。高职院校公共基础课教师也同样受到来自科研的压力。被访者中,有50%甚至更高比例的公共基础课教师对个人前途呈现迷茫状态。部分教师在遇到实际问题时,其内心往往对自己产生怀疑,难以承受压力,以至于产生焦虑和挫折感,失去工作的信心。

此外,教师个人素质也是职业倦怠产生的诱因,并且因人而异。

四、对策建议

鉴于上述分析研究,关注公共基础课教师的职业倦怠心理,已成为当前高职院校一项重要的工作。笔者以为,这不仅需要在进行人才培养模式改革中充分注意到公共基础课的改革,同时也

需要公共课教师积极应对所面临的各种问题,以饱满的热情和愉悦的心理投身到当前的高职教育教学改革中去。

1. 提高对职业倦怠的正确认知,增强职业动力

作为公共基础课教师,首先要提高对职业倦怠的正确认知。要认清并正确分析影响职业倦怠的因素,认识到个体的素质是职业倦怠产生的诱因,认识到工作负荷和时间压力与职业倦怠特别是情感耗竭程度具有稳定的相关性。面对教学和科研的压力,应以积极的心态去应对,一味地埋怨只会产生更多的心理暗示,降低成就感。另外,还应该看到,公共基础课教育教学和科学研究,其工作成果都不是立即表现出来的。事实上,用辩证的观点来看,一定的职业压力可以磨炼个体的意志,增强职业动力。

2. 转变教学理念,理顺公共基础课与专业课的关系

高职院校主要侧重于精技能高素养培养目标。公共基础课课程改革一方面是要搞好和专业衔接与配合,起到对专业的服务和支撑作用;另一方面要发挥公共基础课的通识教育的功能,即培养学生独立批评思考的能力,从而起到对学生的学习能力和社会能力培养作用,为学生职业生涯的可持续发展服务^[6]。如果只是单纯强调专业能力培养,忽视了公共素质教育和较高文化层次的要求,将会使学生在就业和未来职业发展中面临很大的障碍。因此,在高职教育教学中,公共基础课教师要转变理念,认识到其教学要做到服务学生专业发展的实际、人才培养目标以及学生未来就业方向等,保证教学内容具有针对性和时效性,由此充分发挥公共基础课程教学在人才素质培养中的积极作用。积极转变心态和角色,改变教学方法,打造让学生终身受益的公共基础课程,充分实现公共基础课教学的价值。

3. 充分挖掘高职学生的优势,于育人中增强成就感

公共基础课教师要充分认识到自身角色的重要性,努力挖掘高职学生的优势并加以放大,成为课堂的组织者,学生学习的引导者,积极抓好“赏识”教育,重新唤起学生追求进步、快乐成长的信念。高职学生还有一个鲜明的特点,就是接受实践的反应能力较强。公共基础课程教学应依据这一特点,在教学过程中特别注重学生对

实践知识的需求。公共基础课教师应善于创设符合教学内容的情境,尽可能组织讨论、交流和协作学习,成为学生实践学习的指导者、质量监控者。在这一过程中,学生的成长与超越或多或少地给教师以一定的成就感,教师的心理压力在无形中就会减轻。

4. 寻找减压途径,积极提升应对职业倦怠的能力

职业倦怠是由持续的工作应激引起的,实质是个人无法应对工作的要求。因此,对公共基础课教师来说,努力提高自身的科学研究以及教育教学的能力是防止职业倦怠产生的根本。要通过不断的学习来充实自己,不断将新知识用于教育教学过程中。与此同时,高职教师还应强化个人保健意识,主动地进行身心保健活动。生理机能的提高可以改善疲倦感,使人们有更多的精力应付多项工作。此外,还要学会多渠道地释放心理压力,如寻求支持、合理解释及适当的情绪发泄,也可以寻求专家的帮助或临床咨询等。

5. 凸显人文关怀,构建公共基础课生态环境

健康有活力的教师群体是提升学校办学质量的保证。只有具备人文素质和充满健康活力的教师,才会用满腔的热情点燃学生心灵的火种,从而达到师生之间的情感沟通。这需要营造一个充满生命力的公共基础课生态环境,在这个环境里,有人文关怀,也有人文管理制度。其中,人文关怀的主体应该是学生、学校、家庭及一定的社交圈等。应该说,来源于学生的支持可以极大地降低教师的职业倦怠;来源于学校的支持可以提高教师的归属感。高职学校在进行教育教学改革过程中,要高度重视和关心公共基础课程师资队伍的建设,应注意在教学评价、进修培训、科研政策等方面,充分而有效地关注到公共基础课的地位及教师的利益,既肯定教师的努力与成绩,让其具有成就感,又给出进一步提升的空间。当前公共基础课面临着极大的改革要求,除不断培训外,实践性的要求也越来越高。学校要鼓励并支持教师走出相对封闭的圈子,学会在实践中充实和发展自己,通过参加实践和调研,丰富课堂教学^[7]。同时,适当的社会交往会让焦虑者有着倾诉的机会,降低去个人化程度。总之,只有充满幸福感的公共基础课教师才能感染到学生,在教与学的过程中,彼此成长为健康幸福的社会人,以实现人生理想与价值。

参考文献:

- [1] MASLACH C, SCHAUFELI W B, LEITER M P. Job burnout[J]. Annual Review of Psychology, 2001(52):397-422.
- [2] 沈杰, 郑全全. 中学教师自我效能感和职业倦怠的关系研究[J]. 教育研究与实验, 2005(2):58.
- [3] 胡春梅, 姜燕华. 近三十年来国内外关于教师职业倦怠的研究综述[J]. 天津市教科院学报, 2006(3):51.
- [4] 杨叔子. 高校的人文素质教育不应忽视[N]. 中国科学报, 1995-10-16.
- [5] 王海燕. 高等院校公共课教师的职业倦怠现状探析[J]. 教育与职业, 2009(9):67.
- [6] 干国胜, 祝移民, 汪耀东. 公共基础课程改革的调查与分析[J]. 十堰职业技术学院学报, 2011(2):88.
- [7] 柯东林. 高职院校公共基础课程教学改革探讨[J]. 职业, 2011(5):181.

A survey of basic course teachers' job burnout in Jiangsu

JI Hai-ju

(Department of Public Management, Jiangsu TV University, Nanjing 210036, China)

Abstract: In the basic course reforms at vocational colleges, the teacher's own concepts, qualities and abilities directly influence the effect of the reform. This study applies qualitative research and questionnaire survey to interview in-depth 20 basic course teachers in 10 vocational colleges in Jiangsu Province. The study finds that the urgent issue in the public course reform is the teachers' job burnout. The burnout will negatively affect not only the physical and mental health of the teachers and their teaching, but the functions of the basic courses and the improvement of the overall qualities of the vocational students.

Key words: vocational colleges; basic course teachers; job burnout; measures

(责任编辑:范艳芹)

(上接第99页)

An exploration of scientific research strategy for industry characteristics-based universities from the perspective of university rankings

QIAN Jun

(Office of Strategy and Policy Studies, Nanjing University of Posts and Telecommunications, Nanjing 210046, China)

Abstract: This paper studies how industry characteristics-based universities can further enhance its research capabilities and improve the position in the university rankings. SWOT analysis has been carried out of the factors affecting the development of the universities. According to its internal strengths and external opportunities, scientific research strategies as focus strategy, ecological strategy and international strategy have been proposed.

Key words: industry characteristics-based universities; research strategy; focus strategy; ecological strategy; international strategy

(责任编辑:范艳芹)