

高校青年教师职业幸福感研究

沈文婷

琼台师范学院

摘要：教师作为发展教育事业的主力军和关键力量，不仅传授知识和技能，而且会影响学生的成长。近年来，关于教师职业幸福感的研究逐渐增多，教师职业幸福感是教师在教学活动中所体会到的一种积极愉悦地正面情绪，会影响教师的工作状态和工作成就感，从而使教师得到身心上的满足。大量研究表明，目前越来越多的教师出现了职业倦怠、职业幸福感低等现象。基于上述研究结论，本研究旨在分析影响教师职业幸福感的因素以及提升教师职业幸福感的措施。

关键词：教师；幸福感；职业幸福感；职业倦怠；职业认同

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6288.2023.07.165

引言

2018年，中共中央、国务院印发《关于全面加强新时代教师队伍建设改革的意见》中指出要“提升教师的政治地位、社会地位、职业地位，吸引和稳定优秀人才从教”^[1]。教师作为发展教育事业的主力军和关键力量，应具备高度的职业认同感和职业幸福感，才能更好地教书育人。教师职业幸福感是教师在教学活动中所体会到的一种积极愉悦地正面情绪，会影响教师的工作状态和教学质量。因此，关注教师职业幸福感对推动教育事业的高质量发展具有重要意义。

一、“职业幸福感”定义

近年来，围绕教师职业幸福感的研究逐渐增多，对于何为“职业幸福感”，有以下几种定义。柳海民（2011）提出“教师职业幸福感由认知心理和情绪情感构成。总的来说，教师职业幸福感的高低取决于教师对从事教师这一职业后在各工作方面的认可程度。”^[6]职业幸福感是“职业人对自己所从事的职业本身、职业价值、职业效能、职业现状以及未来发展态势的认可度与主观感受。一般而言，某一职业的社会价值和社会效能越大，职业现状越好，社会认可度就越高，从事该职业群体的幸福感就越高。”（王智全，2014）^[10]。职业幸福感（Occupational Wellbeing）是指一个人对工作各个方面的综合评价，包括情感、动机、行为、认知和身心幸福（Van Horn et al., 2004）^[2]。OECD 提出教师职业幸福感包括认知幸福感、主观幸福感、健康幸福感和社会幸福感四个核心要素（图1）^[5]。

综上所述，教师职业幸福感是教师在教学活动中所

体会到的一种积极愉悦地正面情绪，会影响教师的工作状态和工作成就感，从而使教师得到身心上的满足。

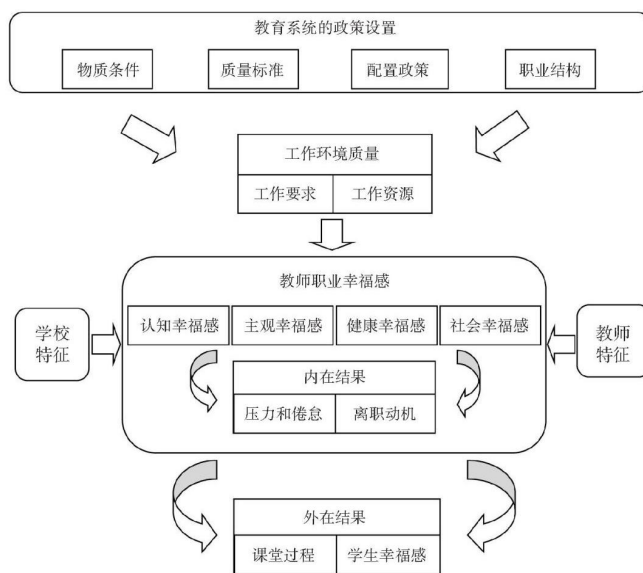


图1 教师职业幸福感构成框架

二、教师职业幸福感现状

大量研究表明，目前越来越多的教师出现了职业倦怠、职业幸福感低等现象。孙向梅（2009）以苏州市中小学班主任为研究对象，调查其职业幸福感现状。研究表明，近六成的教师认为其职业幸福感普遍偏低^[7]。陈有（2022）以国内某高校的120名高校青年教师为研究对象，探索高校青年教师的职业幸福感现状，研究表明，半数以上的青年教师对于教师职业幸福感受不强，且已具备群体特性^[4]。曹志成等人（2021）对来自全国21个省共3279位中小学教师进行职业幸福感的问卷调查，结果表明，青年教师的职业幸福感低于中年教师的职业幸福感^[3]。

基于上述研究结论,本文将分析影响教师职业幸福感的因素以及提升教师职业幸福感的措施。

三、影响教师“职业幸福感”的因素

大量研究表明高校教师是否获得职业幸福感是由内、外因素共同影响所导致的。外在因素包括:社会期望、教师的社会地位、学校制度、学生配合度、薪资待遇等方面;内在因素包括:教师教学压力和职业倦怠、身体状态、工作满意度、职业认同感等方面。

首先,随着信息时代的不断发展,通讯手段的不断更新,社会各界对于教师的期望越来越高,越来越把教师这个职业神圣化,教师的任何行为都有可能被上传到网络上,被媒体和看客无限放大。在如此高压下,教师会陷入自我怀疑与自我否定,从而造成低幸福感和低认同感。

其次,随着我国对教育事业的不断重视,教师行业的竞争压力也在不断增强,许多青年教师一毕业就步入工作岗位,部分学校盲目要求青年教师通过短时间内参加种类各异的评比活动来快速成长,面对各种评比制度和要求,青年教师在教学质量 and 效率上显得力不从心,工作满足感和获得感低。从教学方面来讲,面对一些新课程的开设,青年教师需要在短时间内结合新的课程要求熟悉课程内容,并进行课程设计,这也给青年教师增加了工作难度。从科研方面来讲,许多高校要求教师既要抓教学又要搞科研,面对科研教学的双重压力,也使青年教师的职业幸福感不断降低。

再次,OECD指出,影响教师职业幸福感的因素还来源于教师所得到的物质条件,主要包括工资收入和工作保障两方面^[5]。工资收入过低与职业低幸福感直接相关。教师这个职业具有其特殊性,相比较于其他职业压力更大,需要投入的时间和精力更多。当教师的付出与回报失衡时,会导致教师出现职业倦怠或离职等现象。

高校中的师生关系转变也是导致教师职业幸福感降低的原因之一。高校教师与学生之间的关系应该是一种平等的、互为主体性的交往关系。师生之间的交往应建立在互相对话、彼此尊重、共同分享、彼此批判的基础上。而如今,面对信息来源多元化,会时常出现学生认为课本知识枯燥无味,在课堂上投入程度低,互动率

差等连锁反应。面对学生的麻木,教师会对自己的教学能力感到困惑与质疑,久而久之会降低教师的职业成就感。良好的课堂氛围和师生关系是需要师生共同维护的,当老师的热情被学生的冷漠浇灭后,师生关系会更加疏离,心理距离的拉远最终会降低教师的职业成就感和职业幸福感。

位晶晶(2019)以河北省三所普通高校为样本,对高校师生关系的问题进行现状调查。结果表明新时期高校师生关系存在功利性、冷漠性、间离性、冲突性等四个方面的问题^[11]。

对于师生关系发生转变的原因,张中强(2016)认为是由受到固有教学思维模式,即“即教师负责传授和讲解知识,学生的任务就是去接受和掌握知识。”以及网络化信息时代的冲击等多重相关因素的复合影响所致^[12]。

除了以上提到的外部因素外,教师自身的个人因素也会影响其职业幸福感的获得。

首先,教师的身体状况是影响教师职业幸福感的内在原因之一。面对工作强度的增强,备课和教学难度的增加,工作内容的繁杂,许多教师得不到充分的休息,缺乏日常锻炼,导致很多教师患上了“职业病”。因此导致教师情绪衰竭,教学热情减退。

其次,有研究表明,职业认同、职业倦怠与职业幸福感三者紧密相连。教师职业认同与职业幸福感存在显著正相关性,职业倦怠与职业幸福感存在显著负相关性(王海涛,2019)^[9]。积极地职业认同感会影响教师的工作满意度,从而保持良好的工作态度,使教师能够克服工作中的压力,制定合理的职业规划,从而降低职业倦怠,提高职业幸福感。

孙钰华(2008)通过研究得出结论,教师职业认同是影响教师幸福感的内在因素。教师职业认同越高,其职业幸福感也会更高,一旦教师职业认同缺失,教师会产生职业倦怠,无法感受到教育工作带来的成就感与幸福感^[8]。

周伟珍等人(2013)以九江职业大学教师为研究对象,对教师职业倦怠与主观幸福感的关系进行调查。研究表明,教师的主观幸福感与职业倦怠存在显著的

负相关^[13]。

四、提高教师“职业幸福感”的措施

综上所述,教师是否能感受到职业幸福感以及所感受到的程度是由多方面因素共同决定的,因此,如何有效提高教师的职业幸福感应从不同角度进行探讨。

首先,从社会层面来讲,应给予教师足够的尊重和相应的福利措施。近年来,随着网络的发展,信息来源多元化,媒体的一些恶性报道会损坏教师的形象,激发家校矛盾,教师的劳动成果不被重视反遭唾弃。面对这种现象,媒体应着重对教师楷模、师德故事和科研成果进行弘扬和报道,使教师为献身教育事业而感到自豪。其次,社会应给予教师相应的福利措施,如提高乡村教师补贴,为教师提供必要生活补助,提高教师社会地位,从而形成尊师重教的社会风尚。

其次,从学校层面来讲,应给予教师足够的人文关怀和物质支持。对于新进教师,学校可以开展定期培训,帮助新进教师更快地适应工作。其次,学校应减轻教师的科研压力,让教师专注于教学,并为教师提供自我发展的机会。再次,学校可以通过“以老带新”“传帮带”等活动形式,促进新老教师的交流。学校还应密切关注教师身体和心理健康,定期组织身体检查和心理疏导。此外,学校应提高教师薪资待遇,以工作量为依据,对应发放工作绩效奖金。同时,为保证教学评价的公正性和真实性,学校应建立多元评价制度,从多个角度对教师进行评价。在师生关系建设方面,学校应搭建师生交往平台,重视师生关系的良好发展。

最后,从教师自我层面来讲,教师应树立正确的职业认同感,明确自身职责。制定个人职业发展规划,重视业务能力的提高,合理安排工作和生活,适当缓解工作压力,有效提高自身职业幸福感。其次,教师应在维护好师生教育关系的基础上,拉近师生心理距离和情感距离,主动关心学生,做到“教书和育人相统一”。

结语

总而言之,教师幸福感的获得由多方面因素共同决定,社会和学校应致力于维护教师职业尊严与形象,为教师提供物质基础和人文关怀;学生和家长应配合教师工作,给予教师足够的尊重和理解;教师应保持初心,

热爱事业,在实现自我价值的过程中体会职业幸福感。

参考文献

- [1] 中共中央国务院关于全面深化新时代教师队伍建设改革的意见[EB/OL](2018-01-20)[2021-05-05].http://www.gov.cn/zhengce/2018-01/31/content_5262659.html.
- [2] Van Horn, J.E., Taris, T.W., Schaufeli, W.B., & Schreurs, P.J.G. (2004). The Structure of Occupational Well-Being: A Study among Dutch Teachers. *Journal of Organizational Psychology*, 77, 365-375.
- [3] 曹志成, 袁鑫, 张澜. 中小学教师职业幸福感的现状研究[J]. *现代中小学教育*, 2022, 38(08): 74-80.
- [4] 陈有. 高校青年教师职业幸福感的现状分析及应对策略[J]. *延安职业技术学院学报*, 2022, 36(06): 9-11+17
- [5] 李刚, 吕立杰. PISA2021教师职业幸福感测评: 框架与特点[J]. *中国考试*, 2020(11): 48-60.
- [6] 柳海民, 郑星媛. 教师职业幸福感: 基本构成、现实困境和提升策略[J]. *现代教育管理*, 2021(09): 74-80.
- [7] 孙向梅. 班主任职业幸福感的调查[D]. 苏州大学, 2009.
- [8] 孙钰华. 教师职业认同对教师幸福感的影响[J]. *宁波大学学报(教育科学版)*, 2008(05): 70-73.
- [9] 王海涛. 教师职业认同、职业倦怠与职业幸福感的关系研究[D]. 海南师范大学, 2019.
- [10] 王智全. 影响教师职业幸福感的外部因素探析[J]. *中学政治教学参考*, 2014, (27): 91-94.
- [11] 位京京. 新时期高校师生关系存在的问题及对策研究[D]. 渤海大学, 2019.
- [12] 张中强. 主体间共同性——高校师生交往关系的思考与建构[J]. *知识文库*, 2016(19): 71+75.
- [13] 周伟珍, 刘莉. 高职教师职业倦怠与主观幸福感研究——以九江职业大学为例[J]. *九江职业技术学院学报*, 2013(02): 55-58.