

四川省高校教师职业倦怠状况研究

翟 瑞 陈幼平 毛学农 顾 倩 沈潘艳 谭博文

【摘要】目的 对四川省高校教师职业倦怠状况进行抽样调查研究,揭示四川省高校教师存在职业倦怠的程度,为四川省高校教师队伍的管理与建设提供参考。**方法** 于 2013 年 12 月,采用美国心理学家 Maslach 等编制的职业倦怠量表对随机抽取的 520 名四川省高校教师进行问卷调查。**结果** ①四川省高校教师职业倦怠的平均分为(1.440±0.486)分。②在去个性化维度上,不同性别($t=3.007$, $df=488$, $P=0.003$)和年龄($F=4.801$, $df=3$, $P=0.003$)的高校教师之间的差异有统计学意义。③在低成就感维度上,不同年龄($F=5.808$, $df=3$, $P=0.001$)、学历($F=3.672$, $df=3$, $P=0.012$)、职称($F=4.215$, $df=3$, $P=0.006$)和收入($F=4.799$, $df=4$, $P=0.001$)的高校教师之间的差异有统计学意义。**结论** ①四川省高校教师的职业倦怠水平较低。②年龄在 46 岁以上、或学历为博士、或职称为教授、或月收入在 5000 元以上的高校教师较少职业倦怠。

【关键词】 四川省;高校教师;职业倦怠

中图分类号:R844.3

文献标识码:A

doi:10.3969/j.issn.1007-3256.2014.04.002

Study on job burnout of teachers in universities in Sichuan province

ZHAI Rui, CHEN You-ping, MAO Xue-nong, GU Qian, SHEN Pan-yan, TAN Bo-wen

Southwest University of Science and Technology, Mianyang 621010, China

【Abstract】Objective Sampling survey had been done on university teachers' job burnout situation of Sichuan province, to reveal the degree of job burnout of university teachers in Sichuan province, for the management of university teachers in Sichuan province and construction to provide the necessary reference. **Methods** In December 2013, using Maslach Burnout Inventory (MBI) to investigate 520 teachers in four universities in Sichuan province. **Results** ① On average, the score of Sichuan university teachers' job burnout was (1.440±0.486). ② On the depersonalization dimension, the difference of different gender ($t=3.007$, $df=488$, $P=0.003$) and age ($F=4.801$, $df=3$, $P=0.003$) university teachers was statistically significant. ③ On the reduced personal accomplishment dimension, the difference of different ages ($F=5.808$, $df=3$, $P=0.001$), education ($F=3.672$, $df=3$, $P=0.012$), professional title ($F=4.215$, $df=3$, $P=0.006$) and income ($F=4.799$, $df=4$, $P=0.001$) of the university teachers was statistically significant. **Conclusion** ① Sichuan university teachers' job burnout is lower. ② Those university teachers who were over the age of 46, or whose degree was doctor, or whose professional title was professor, or whose monthly income was more than 5000 yuan, had less job burnout.

【Key words】 Job Burnout; University teachers; Sichuan province

职业倦怠的概念最早是由 Freudenberger 在 1974 年提出来的,而后 Maslach 对其进行了大量系统的实证研究,并提出了职业倦怠感的三维概念。他认为:职业倦怠(Job Burnout)是由于个体不能有效地应对工作上延续不断的各种压力,而产生的一种长期性的反应,包括情绪衰竭(Emotion Exhaustion)、工作怠慢(Cynicism)和个人成就感低落(Reduced Personal Accomplishment)^[1]。

国内外诸多相关研究表明,教师职业是最具压力的职业之一。据中国人力资源开发网发布的中国“工作倦怠指数调查报告”显示,在 15 个行业的倦怠指数调查中,高校教师的倦怠程度仅低于公务员和物流从业人员,居第三位^[2]。近年来的研究也发现,高校教师普遍存在中等程度的职业倦怠^[3-5]。教师职业倦怠的出现会导致其工作热情丧失、工作投入与社会参与减少,影响教师本人的身心健康、教学质量下降,影响师生之间良好关系的建立^[6]。

本研究以四川省高校教师为研究对象,探讨高校教师职业倦怠的状况、特点,为解决教师职业倦怠问题提供相应的依据,从而提高教师的素质,激发其工作热情,改善教学质量提供科学资料,同时为四

基金项目:四川省教科文卫工会专项课题(川工教科文卫[2013]33号)。

作者单位:621010 绵阳,西南科技大学法学院应用心理学教研室

通信作者:陈幼平, E-mail: chenyouping@swust.edu.cn

四川省高校教师队伍的管理与建设提供参考。

1 对象与方法

1.1 对象 采用整群随机取样方法,对 2013 年 12 月抽取的西南科技大学、西南交通大学、川北医学院、四川师范大学四所高校共 520 名教师进行问卷调查。问卷发放采用随机开放的方式,发放问卷 520 份,回收有效问卷 493 份,有效问卷回收率 94.8%。其中,男性 244 人(49.5%),女性 249 人(50.5%);年龄:≤25 岁 18 人(3.7%) 26~35 岁 231 人(46.9%) 36~45 岁 150 人(30.5%) ≥46 岁 94 人(19.1%)。

1.2 研究工具 采用美国心理学家 Maslach 等编制的职业倦怠量表,并对相关条目进行适当调整,调整后的量表共 22 道题,包括“情感枯竭”、“去个性化”、“低成就感”三个维度。采用 0~4 分的 5 级评分。计分方法为各维度所有题项的分数之和除以题目数,得分越高则倦怠程度越强。得分在 2 分以下表示职业倦怠程度较低,2~3 分表示职业倦怠比较严重,3 分以上表示职业倦怠程度非常严重^[7]。

经检验,该量表的 Cronbach's α 系数为 0.86,工作倦怠 3 个维度的 Cronbach's α 系数为:情绪衰竭 0.83;非人性化 0.78;低成就感 0.81。另对所获数据进行验证性因素分析,结果为: $\chi^2 = 404.36$, $df = 206$, $RMSEA = 0.048$, $GFI = 0.92$, $AGFI = 0.90$, $NNFI = 0.90$, $CFI = 0.91$, $IFI = 0.91$ 。问卷的信效度较好,可以用于实际研究^[8]。

1.3 研究过程 针对四川省高校教师日常教学生活特点,研究者采用随机开放的方式,由经过统一培训的调查者在教师集中地办公区向教师实施问卷调查,要求匿名填写,所有答案均无正确与错误之分,问卷完全保密,要求被试者如实填写问卷,问卷当场收回。所需时间大约为 15 分钟。

1.4 统计方法 采用 SPSS 17.0 软件进行统计处

理,性别差异采用平均数差异 t 检验,年龄、学历、职称、担任工作和不同收入之间的差异采用方差分析。

2 结果

2.1 职业倦怠得分情况 本研究中,职业倦怠的平均分为(1.440 ± 0.486)分,情绪衰竭、去个性化、低成就感平均得分分别为(1.604 ± 0.650)分、(1.280 ± 0.651)分和(1.399 ± 0.659)分。

2.2 职业倦怠得分在不同社会人口学变量上的差异 对不同性别的四川省高校教师而言,仅在去个性化维度上差异有统计学意义($P < 0.05$),具体表现为男性高于女性。在去个性化维度和低成就感维度上,年龄差异具有统计学意义($P < 0.05$)。多重比较显示,在去个性化维度上,具体表现为: $a > d$ ($SE = 0.993$, $P = 0.001$); $b > d$ ($SE = 0.472$, $P = 0.015$); $c > d$ ($SE = 0.508$, $P = 0.005$); $a > b$ ($SE = 0.944$, $P = 0.027$); 在低成就感维度上,具体为: $a > d$ ($SE = 1.334$, $P = 0.002$); $b > d$ ($SE = 0.634$, $P = 0.000$); $c > d$ ($SE = 0.682$, $P = 0.001$)。对不同学历的高校教师而言,差异仅表现在低成就感维度上,多重比较显示,学历为博士的高校教师的低成就感维度得分低于学历为硕士($SE = 0.578$, $P = 0.002$)和本科($SE = 0.714$, $P = 0.019$)的高校教师。在不同职称的高校教师之间,职业倦怠的差异具有统计学意义($P < 0.05$),进一步多重比较,具体情况为:职称为教授的高校教师在低成就感维度上的得分低于职称为助教($SE = 0.907$, $P = 0.022$)、讲师($SE = 0.772$, $P = 0.001$)和副教授($SE = 0.856$, $P = 0.016$)职称的高校教师。不同收入的高校教师在低成就感维度的得分上差异具有统计学意义。多重比较结果具体为: $A > E$ ($SE = 1.212$, $P = 0.026$); $B > E$ ($SE = 0.697$, $P = 0.001$); $C > E$ ($SE = 0.701$, $P = 0.002$); $D > E$ ($SE = 0.662$, $P = 0.000$)。见表 1。

表 1 高校教师职业倦怠各维度在不同人口学变量上的差异($\bar{x} \pm s$, 分)

	n	职业倦怠各维度评分		
		情感枯竭	去个性化	低成就感
性别				
男性	244	1.647 ± 0.693	1.369 ± 0.685	1.418 ± 0.643
女性	249	1.562 ± 0.603	1.193 ± 0.606	1.380 ± 0.676
t		1.441	3.007	0.635
P		0.150	0.003	0.526

续:

年龄				
a	18	1.750 ± 0.413	1.639 ± 0.564	1.694 ± 0.635
b	231	1.581 ± 0.618	1.288 ± 0.645	1.446 ± 0.668
c	150	1.676 ± 0.777	1.339 ± 0.721	1.436 ± 0.655
d	94	1.518 ± 0.521	1.097 ± 0.512	1.165 ± 0.595
<i>F</i>		1.569	4.801	5.808
<i>P</i>		0.196	0.003	0.001
学历				
博士	118	1.564 ± 0.839	1.208 ± 0.747	1.234 ± 0.709
硕士	258	1.631 ± 0.594	1.325 ± 0.633	1.464 ± 0.647
本科	97	1.615 ± 0.545	1.280 ± 0.598	1.447 ± 0.606
其他	20	1.417 ± 0.505	1.120 ± 0.467	1.292 ± 0.618
<i>F</i>		0.810	1.254	3.672
<i>P</i>		0.489	0.289	0.012
职称				
助教	81	1.525 ± 0.568	1.300 ± 0.681	1.397 ± 0.614
讲师	246	1.607 ± 0.609	1.260 ± 0.621	1.466 ± 0.682
副教授	110	1.723 ± 0.850	1.327 ± 0.633	1.389 ± 0.656
教授	56	1.466 ± 0.408	1.249 ± 0.780	1.121 ± 0.561
<i>F</i>		2.468	0.338	4.215
<i>P</i>		0.061	0.798	0.006
担任工作				
科研	29	1.478 ± 0.434	1.167 ± 0.445	1.129 ± 0.600
教学	124	1.619 ± 0.665	1.398 ± 0.694	1.516 ± 0.629
行政	87	1.645 ± 0.528	1.257 ± 0.550	1.403 ± 0.534
科研 - 教学	172	1.575 ± 0.750	1.215 ± 0.627	1.396 ± 0.698
科研 - 行政	7	1.446 ± 0.999	0.857 ± 0.581	1.214 ± 0.809
教学 - 行政	38	1.605 ± 0.494	1.254 ± 0.537	1.309 ± 0.563
教学 - 科研 - 行政	36	1.722 ± 0.572	1.440 ± 0.969	1.347 ± 0.880
<i>F</i>		0.572	2.007	1.724
<i>P</i>		0.753	0.063	0.114
平均月收入				
A	22	1.705 ± 0.663	1.500 ± 0.808	1.500 ± 0.741
B	112	1.582 ± 0.649	1.221 ± 0.600	1.473 ± 0.651
C	110	1.677 ± 0.814	1.324 ± 0.628	1.431 ± 0.608
D	140	1.646 ± 0.577	1.318 ± 0.636	1.485 ± 0.697
E	109	1.478 ± 0.531	1.203 ± 0.702	1.162 ± 0.605
<i>F</i>		1.685	1.477	4.799
<i>P</i>		0.152	0.208	0.001

注: a ≤ 25 岁; 25 岁 < b ≤ 35 岁; 35 岁 < c ≤ 45 岁; d > 45 岁; A ≤ 2000 元; 2000 元 < B ≤ 3000 元; 3000 元 < C ≤ 4000 元; 4000 元 < D ≤ 5000 元; E > 5000 元。

3 讨 论

本研究发现,从整体情况看四川高校教师的职业倦怠较低,这与已有研究结果不太一致^[7,9]。相对而言,四川省高校教师较少有情绪上的资源耗尽感,较少在工作中出现挫折感、紧张感,成就感较高;且有更多去个性化的表现。这是否存在生活节奏、文化观念及应对方式的影响进而影响到职业倦怠的表现,抑或是全国各省高校在政策方面的差异导致这一特点,尚需要进一步的研究来验证。

从数据分析的结果可以看出,不同性别的高校教师在去个性化上的差异具有统计学意义。四川省高校男性教师在处理人际关系方面,所经历的负性情绪要普遍多于女性教师,久而久之导致男性教师的关系网络出现问题,表现出对同事和学生冷漠、麻木不仁。然而,女性教师由于角色的特殊性,她们细腻、丰富的情感特征以及亦师亦母的角色,使得她们更能给予学生更多的关爱与耐心,处理好工作中的人际关系。

相对于年龄 >45 岁的高校教师,年龄段在 36 ~ 45 岁的高校教师,处于身心负荷相对较为严重的时期,肩负着更多的责任,同时也承受着巨大的工作和生活压力,很难在工作中体会到成就感和轻松感,职业倦怠程度比较严重。而年龄在 35 岁以下的高校教师,面临新角色和工作环境的适应问题,且工资收入相对较低,普遍面临住房、子女教育支出的巨大经济压力。工作和经济的双重压力导致该教师群体的职业倦怠程度相对较高。而年龄 ≥46 岁的高校教师,事业基本稳定,人生阅历丰富,能够以一种较为豁达的态度看待工作和人际关系,所以成就感较高,人际关系较好。

本研究还发现,高学历(博士)、高职称(教授)、高收入(月平均收入 >5000)的教师的职业倦怠较其他群体低,具体表现为较少低成就感。这可能

是因为低学历、低职称、低的收入影响着高校教师在工作过程中对个人压力和人际关系的处理,这些教师往往丧失工作热情,缺乏工作动力甚至产生挫败感。低收入使得他们不再关心同事之间关系的处理,内心会更多的体验繁重工作任务所带来的负性情绪体验。较低的工作收入直接影响到个体的生活质量,同时加上家庭和工作的压力,使得这类人群更容易产生职业倦怠。

本研究较为全面地研究了四川高校教师职业倦怠的特点,但未对其原因进行研究。在后续研究中,将进一步探讨文化观念、应对方式、社会支持等因素对职业倦怠的影响,建构一个具有统计学检验意义的教师职业倦怠模型,并进一步分析职业倦怠与心理健康之间的关系。另外,还将进一步探索降低高校教师职业倦怠的有效心理干预手段并检验其效果。

参 考 文 献

- [1] 赵崇莲,苏铭鑫.职业倦怠研究综述[J].宁波大学学报(教育科学版),2009,31(4):65-69.
- [2] 曹雨平,杨文奇.说说高校教师“职业倦怠病”[N].经济日报,2005-05-25.
- [3] 彭颖.高校教师职业倦怠研究[D].长沙:湖南大学,2012.
- [4] 罗贤,方可,周章毅,等.南充市高校青年教师职业倦怠与社会支持的相关性研究[J].现代预防医学,2013,40(10):38-40.
- [5] 周喜华.高校青年教师职业倦怠与生存质量、自我和谐的关系[J].中国健康心理学杂志,2013,21(7):89-91.
- [6] 戈志杨.普通高校青年教师职业倦怠行为研究[D].成都:西南石油大学,2011.
- [7] 杜媛.甘肃省高校教师职业倦怠现状调查研究[D].兰州:兰州大学,2008.
- [8] 徐富明,朱从书,邵来成.中小学教师的工作倦怠与其相关因素的关系研究[J].心理科学,2005,28(5):1240-1242.
- [9] 高允锁,王小丹,吴玲.海南省高校教师职业倦怠现状及影响因素[J].郑州大学学报(医学版),2012,47(6):72-74.

(收稿日期:2014-08-10)