

# 高校青年教师时间管理倾向与主观幸福感研究

陈幼平 冯 春 沈潘艳 顾 倩

**【摘要】**目的 探讨高校青年教师时间管理倾向与主观幸福感的现状及相互关系。方法 采取整群随机取样方法,于 2013 年 12 月在四川省绵阳市、成都市、南充市三地 5 所高校选取 410 名高校青年教师,采用时间管理倾向量表(TMD)和总体幸福感量表(GWB)调查高校青年教师时间管理倾向与主观幸福感的现状及相互关系。结果 ①在时间效能感上,性别和职称的交互作用显著( $F=3.238$ ,  $df=3$ ,  $P=0.022$ )。②高校青年教师时间管理倾向与主观幸福感的相关显著( $r_{\text{主观幸福感-时间价值感}}=0.148$ ,  $P=0.003$ ;  $r_{\text{主观幸福感-时间监控观}}=0.252$ ,  $P=0.000$ ;  $r_{\text{主观幸福感-时间效能感}}=0.278$ ,  $P=0.000$ ),且时间效能感对主观幸福感有一定的预测作用( $F=11.718$ ,  $P=0.000$ )。结论 时间效能感在一定程度上影响高校青年教师的主观幸福感。

**【关键词】** 高校青年教师; 时间管理倾向; 主观幸福感

中图分类号: R844.3

文献标识码: A

doi: 10.3969/j.issn.1007-3256.2014.04.003

## Research on the time management disposition and general well-being of young college teachers

CHEN You-ping, FENG Chun, SHEN Pan-yan, GU Qian

Southwest University of Science and Technology, Mianyang 621010, China

**【Abstract】Objective** To study the present situation of time management disposition and subjective well-being of young college teachers and the relationship between TMD and GWB. **Methods** A total of 410 young teachers from 5 colleges of Mianyang, Chengdu, and Nanchong were investigated by the time management disposition scale (TMD) and general well-being scale (GWB) in December 2013. **Results** ① The interaction effect of gender and professional title on time efficacy was significant ( $F=3.238$ ,  $df=3$ ,  $P=0.022$ ). ② The relationships between time management disposition and subjective well-being of young college teachers were significantly ( $r_{\text{gwb-time value}}=0.148$ ,  $P=0.003$ ;  $r_{\text{gwb-time control}}=0.252$ ,  $P=0.000$ ;  $r_{\text{gwb-time efficacy}}=0.278$ ,  $P=0.000$ ); and the time efficacy had certain prediction effect to subjective well-being ( $F=11.718$ ,  $P=0.000$ ). **Conclusion** The time efficacy affected the subjective well-being of young college teachers to a certain extent.

**【Key words】** Young teachers in colleges; Time management disposition; Subjective well-being

据教育部统计数据显示,截至 2010 年底,我国高校 40 岁以下的青年教师人数已超过 86 万,占全国高校专职教师总数的 63.3%。作为拥有高学历的群体,高校青年教师也是高压人群“压力大”者占 72.3%,而“科研任务是最大压力源”<sup>[1]</sup>。78.1% 的高校青年教师认为,自己从事科研的时间“不够用”。高校青年教师时间管理压力较大,普遍感觉没有充足时间支配。

时间管理倾向是指个体在运用时间方式上所表现出来的心理和行为特征,是一种人格倾向。对大学生群体的已有研究表明,大学生时间管理与主观

幸福感、自尊等呈正相关。说明时间管理在提升个人生活质量方面是一个有益的指标<sup>[2]</sup>。其他有关研究也发现自我价值感和生活质量与时间管理倾向呈正相关<sup>[2-3]</sup>,高校青年教师的时间管理倾向对自我价值感有显著的预测作用<sup>[4]</sup>。但目前几乎未见有关高校青年教师时间管理倾向与主观幸福感关系的研究。

为全面了解高校青年教师时间管理倾向的特点及其与主观幸福感的关系,本研究通过问卷调查探索时间管理倾向与主观幸福感的现状及相互关系,以期为高等院校心理工作者根据情况安排心理辅导与干预工作以及为高校青年教师队伍建设和有关教育部门政策制定提供参考意见。

### 1 对象与方法

1.1 对象 依据世界卫生组织关于青年(14~44

项目基金:西南科技大学 2013 年工会工作研究课题。

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

岁)的定义,采用整群随机取样方法,于2013年12月对抽取的四川省绵阳市、成都市、南充市三地5所高校的青年教师发放问卷410份,回收有效问卷404份,有效回收率为98.54%,其中男性201人(49.75%),女性203人(50.25%),被试年龄25~44岁,≤25岁22人(5.4%)、26~30岁95人(23.5%)、31~35岁139人(34.4%)、36~40岁88人(21.8%)、41~44岁60(14.9%);婚姻状况:未婚72人(17.8%)、已婚323人(80.0%)、离异9人(2.2%)。

### 1.2 工具

1.2.1 青少年时间管理倾向量表 采用江燕<sup>[5]</sup>修订的青少年时间管理倾向量表<sup>[6]</sup>,该量表包括37个项目,3个维度,其中时间价值感维度包括8个项目、时间监控观包括22个项目,时间效能感包括7个项目。采用5点记分法,分值越高表明时间管理倾向水平越高。本研究中,时间价值感分量表、时间监控观分量表、时间效能感分量表的内部一致性系数分别为0.819、0.883和0.835。

1.2.2 总体幸福感量表(GWB,General Well-Be-

ing Schedule) 采用段建华<sup>[7]</sup>修订的GWB。本量表共33个项目,得分越高,幸福度越高。本研究中,量表的信度为0.820。

1.3 研究过程 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,问卷当场收回。所需时间大约为15分钟。

1.4 统计方法 采用SPSS17.0对数据进行性别差异t检验,婚姻状况、年龄状况差异检验采用方差分析,主观幸福感与时间管理倾向的关系采用Pearson相关分析。

## 2 结 果

2.1 时间管理倾向和主观幸福感在性别、年龄、职称上的差异 分别以时间管理倾向各因子和主观幸福感总分为因变量,性别、年龄和职称为自变量,进行多元方差分析。性别、职称和年龄的主效应不显著;性别和年龄、性别、职称和年龄的交互作用不显著,而性别和职称在时间效能感上的交互作用显著。见表1。

表1 时间管理倾向各维度性别、年龄和职称上的多元方差分析结果

变量	时间价值感		时间监控观		时间效能感		主观幸福感	
	F	P	F	P	F	P	F	P
性别	0.060	0.807	0.026	0.873	0.092	0.762	0.258	0.612
职称	0.079	0.971	0.203	0.894	0.800	0.494	0.426	0.790
年龄	0.855	0.491	0.550	0.699	1.351	0.251	0.433	0.729
性别* 职称	0.655	0.580	1.096	0.351	3.238	0.022	0.734	0.569
性别* 年龄	0.535	0.710	0.589	0.671	1.637	0.164	0.095	0.963
职称* 年龄	0.316	0.977	0.578	0.832	0.588	0.824	0.537	0.864
性别* 职称* 年龄	0.585	0.769	0.621	0.739	0.799	0.589	1.042	0.401

进一步对时间效能感在性别和职称上的简单效应进行比较 ①对男性而言,不同职称的高校青年教师得分之间的差异有统计学意义( $F = 5.401, P = 0.001$ ),多重比较发现:助教 < 讲师、助教 < 副教授、助教 < 教授、讲师 < 教授;对女性而言,不同职称的高校青年教师得分之间的差异无统计学意义( $F = 0.512, P = 0.675$ );②对助教而言,男性( $3.454 \pm 0.595$ )、女性( $3.764 \pm 0.528$ )教师在时间效能感上的得分差异有统计学意义( $t = -2.421, P = 0.018$ );对讲师而言,高校青年男教师( $3.722 \pm 0.654$ )的得分略低于高校青年女教师( $3.892 \pm 0.612$ )( $t = -1.976, P = 0.049$ )。而对副教授和教授而言,男女差异无统计学意义( $P > 0.05$ )。

2.2 时间管理倾向与主观幸福感的相关分析 相关分析显示:主观幸福感和时间管理倾向各维度的相关显著;相关系数值分别为: $r_{\text{主观幸福感-时间价值感}} =$

$0.148 (P = 0.003)$ ;  $r_{\text{主观幸福感-时间监控观}} = 0.252 (P = 0.000)$ ;  $r_{\text{主观幸福感-时间效能感}} = 0.278 (P = 0.000)$ 。

2.3 时间管理倾向对主观幸福感的作用 以时间管理倾向的各因子为自变量,主观幸福感为因变量,回归分析显示,只有时间效能感进入回归方程( $F = 11.718, P = 0.000$ ), $r = 0.289$ ,能解释8.3%的变异。见表2。

表2 时间管理倾向对主观幸福感的预测作用

	标准化系数β	t	P
时间价值感	-0.090	-1.324	0.186
时间监控观	0.110	1.265	0.207
时间效能感	0.248	2.854	0.005

## 3 讨 论

本研究发现,高校青年教师时间管理倾向的年

龄差异无统计学意义( $P > 0.05$ ) ,这与已有的关于大学生被试的研究结果<sup>[8-9]</sup>一致。这可能由于个体的时间管理是一种多维度多层次的人格特征,个体支配时间的方式与性格(Character)结构有着密切的联系<sup>[6]</sup>。所以时间管理倾向在稳定性上并不因年龄不同而有差异。

本研究发现职称和性别在职业效能感上的交互作用显著。说明高职称的男青年教师具有利用和运筹时间的信念和预期,对时间管理有较高的信心并能恰当估计自己对时间的管理行为能力。而职称低的女教师时间效能感高于同等职称的男教师,这也许与其承担的家庭任务较多有关,在协调家庭与工作的矛盾中,女性较早的锻炼了时间管理能力,时间效能感较高。而男性从社会文化要求上来说,较少有面临时间冲突的经验,所以职称低的教师其时间管理能力未得到充分的锻炼和提高,而在评审职称的过程中,也许在日常活动、工作中往往表现出更多的冲突,在合理管理时间的实践中,逐步提高了时间管理能力。但是,究竟是男性青年教师在职称提升过程中,通过合理安排时间进行科研和教学研究,表现出更多的积极性,逐步锻炼培养和提高了他们的时间效能感水平,还是时间效能感水平高的男性青年教师有较大的可能性实现职称提升,尚待进一步的考证。

在主观幸福感上,性别、年龄差异无统计学意义,这与已有研究结果一致<sup>[10]</sup>; Haring, Stock 和 Okun 在研究幸福感的过程中提出男性的幸福感比女性稍高一点,但这种差异值非常小<sup>[11]</sup>。Lee sec-combe 和 Shehan 也同样发现在整个幸福感水平上,男女近乎相等<sup>[12]</sup>。但职称差异无统计学意义,与袁俏<sup>[10]</sup>的研究不一致,这可能是由于所采用的研究工具不一样,以及考察的对象不一致有关。本研究仅研究了高校青年教师,而袁俏的研究则考察了 45 岁及以上的教师,所以结果的不一致可能与 50 岁以上的教师主观幸福感较高有关。

研究表明,时间管理倾向和主观幸福感存在显著相关,且对主观幸福感具有一定的预测作用。这与已有研究结果<sup>[13]</sup>一致。说明时间管理倾向高的教师对时间重视程度和利用程度高,能够合理的

安排工作和生活的事务,把自己的事情安排的有条不紊,在这样的状态下生活,生活的节奏感和工作的充实感容易获得,能相应的获得较高的生活满意度和积极情绪体验,进而提高了自身的总体幸福感。

本研究探索了四川省高校青年教师时间管理倾向的特点及其与主观幸福感的关系,前者对后者有一定的预测作用。但该预测作用是否受到其他因素如职业倦怠、职业效能感等因素的调节,可以在后续研究中进一步考查。同时,本研究仅考查了四川省部分高校的青年教師,后续研究可进一步扩大研究对象的范围,提高该研究的外在效度。

## 参 考 文 献

- [1] 韩柳洁. 高校青年教师面临困境, 挣扎在科研和生存压力中 [DB/OL]. <http://article.cyoil.com/edu/content/2012-12/24/content-7590829.htm> 2012-12-24.
- [2] Ranjita M, Michelle M. College students' academics stress and its relation on their anxiety, time management, and leisure satisfaction [J]. *Am J Health Stud* 2000, 16(1): 41-45.
- [3] 秦启文, 张志杰. 时间管理倾向与生活质量关系的调查研究 [J]. *心理学探新* 2002, 22(4): 65-67.
- [4] 李永梅. 高校青年教师时间管理倾向与自我价值感的相关研究 [J]. *保健医学研究与实践* 2013, 10(3): 24-26.
- [5] 江燕. 时间管理倾向和工作-家庭冲突对组织承诺和主观幸福感的影响及其权变效应 [D]. 南昌: 江西师范大学, 2007.
- [6] 黄希庭, 张志杰. 青少年时间管理倾向量表的编制 [J]. *心理学报* 2001, 33(4): 338.
- [7] 段建华. 总体幸福感量表在我国大学生中的试用结果与分析 [J]. *中国临床心理学杂志* 1996, 4(1): 56-57.
- [8] 范翠英, 孙晓军, 刘华山. 大学生的时间管理倾向与主观幸福感 [J]. *心理发展与教育* 2012, 35(1): 99-104.
- [9] 付爱兵. 大学生时间管理倾向与主观幸福感相关研究 [J]. *内江师范学院学报*, 2010, 25(8): 81-84.
- [10] 袁俏. 湖南省高校教师主观幸福感调查研究 [D]. 长沙: 湖南师范大学, 2010.
- [11] 王晓娟, 夏春. 主观幸福感差异性研究现状及分析 [J]. *社会心理科学* 2004, 19(3): 9-12.
- [12] Lee GR, Seccombe K, Shehan CL. Marital status and personal happiness: An analysis of trend data [J]. *Journal of Marriage and The Family*, 1991, 53(4): 839-844.
- [13] 周永康, 姚景照, 秦启文. 时间管理倾向与主观幸福感、工作倦怠的关系研究 [J]. *心理科学* 2008, 31(1): 85-87.

(收稿日期: 2014-08-10)