

中小学教师自我概念与其职业倦怠的关系

刘晓明, 秦红芳

(东北师范大学心理学系, 吉林 长春 130024)

【摘要】 目的: 探讨教师自我概念与职业倦怠之间的关系。方法: 采用教师自我概念量表(TSCES)和职业倦怠量表对 692 名中小学教师进行了问卷调查。结果: 教师自我概念与职业倦怠中的情绪衰竭和去人性化呈显著负相关, 与低成就感呈显著正相关; 回归分析表明教师自我概念中教学满意度、自我接纳、人际感知和师生关系对职业倦怠有一定的预测作用。结论: 中小学教师的自我概念与其职业倦怠存在显著的相关, 自我概念的不同维度对职业倦怠具有不同的预测作用。

【关键词】 职业倦怠; 自我概念; 中小学教师

中图分类号: R395.6

文献标识码: A

文章编号: 1005-3611(2005)02-0150-03

Teacher Job-burnout and Self-concept of Primary and Junior School Teachers

LIU Xiao-ming, QIN Hong-fang

Northeast Normal University Psychological Department, Changchun 130024, China

【Abstract】 **Objective:** To explore the relationship between job-burnout and self-concept of teachers. **Methods:** Teacher Self-concept Evaluation Scale (TSCES) and Maslach Burnout Inventory (MBI) were used to assess 692 primary and junior middle school teachers. **Results:** Significant negative correlation existed among teachers' self-concept and emotional exhaustion and depersonalization accomplishment, and another dimension-low personal accomplishment showed positive correlation with teachers' self-concept. Stepwise regression analysis revealed that four dimensions of self-concept were predictors of job-burnout. **Conclusion:** Rising positive teachers' self-concept is beneficial to prevent and interfere with teachers' job-burnout.

【Key words】 Job-burnout; Teachers' self-concept; Teachers of primary and junior middle school

自从 1974 年 Freudenberger 第一次提出职业倦怠之后, 职业倦怠的研究在助人行业中就一直长盛不衰。Cunningham 认为倦怠往往发生在人际交往强度大的职业中, 是人们对慢性紧张的一种压力体验。这种压力明显表示为躯体的、情绪的和认知衰竭状态, 并伴有自我意识障碍、冷漠和低自尊的感觉^[1]。Maslach 将倦怠概念化为三个因素: 情绪衰竭(EE)、去人性化(DP)和低成就感(PA)^[2]。国内对职业倦怠的研究刚刚起步, 李超平等调查了医务人员工作倦怠的现状^[3], 分析了工作家庭冲突与医护人员工作倦怠的关系^[4]; 徐富明等编制了中小学教师职业倦怠问卷^[5]、探讨了工作压力与教师职业倦怠的关系^[6], 显示出这一研究领域不断发展的生机。

因为教师工作的独特性和重要性, 教师职业倦怠成为职业倦怠研究中的热点。职业倦怠是制约现代教师心理健康的典型问题。产生倦怠的教师会在情绪上表现为厌倦、易怒和热情衰竭, 工作质量下降; 对学生表现出冷漠、消极的行为, 对学生持否定

态度, 疏远学生等; 对自己的工作不满意, 严重的会产生辞职意向甚至付诸实际行动。使教师产生职业倦怠的因素很多。在 Maslach 和 M.Leiter 绘制的假设模型中, 自我概念、自尊和自我效能等信念力量是影响教师职业倦怠的最重要的心理能力^[7]。Morkus 和 Wvorf 认为人们在活动中, 并不是所有的自我图式都能被激活, 图式的激活取决于情境。据此, Villa 和 Calvete 认为存在职业自我概念, 即职业自我概念是由一系列与职业活动相关的自我图式组成。而教师的自我概念即包括教师对教学自我实现、师生关系和同事关系、教师职业价值感等的信念和态度^[8]。在具体的教学情境中, 职业自我概念不同的人对同一教学事件的解读是不同的。

由此我们认为, 教师的自我概念与其职业倦怠是密切相关的, 面对持续的教学压力体验, 具有不同自我概念的教师其应对方式是不同的。本研究试图在这一假设的基础上, 通过实证研究的方法具体探讨教师的自我概念与其职业倦怠之间的关系。

1 对象与方法

1.1 研究对象

【基金项目】 教育部人文社会科学研究项目 (项目号: 03JD880016) 和吉林省教育科学“十五”课题研究成果并获教育部留学回国人员科研启动基金项目的资助

从黑龙江省某地区 24 所中小学(中学、小学各一半;城市、乡镇各一半)中随机抽取 760 名教师,收回有效问卷 692 份。其中,小学教师 351 人,中学教师 341 人;乡镇教师 275 人,城市教师 417 人;男 175 人,女 517 人。

1.2 研究工具

1.2.1 教师职业倦怠问卷 采用 Maslach 编制的教师职业倦怠问卷,并在台湾学者修订版^[9]的基础上,使用本样本数据对问卷进行了信度和效度检验。问卷共 22 道题包括三个维度:情绪衰竭(EE)(9 项)、低成就感(PA)(8 项)和去人性化(DP)(5 项),采用四点计分法^[10]。情绪衰竭和去人性化正向增长,低成就感负向增长,说明职业倦怠程度越严重。对问卷结构进行的验证性因素分析结果显示,各拟合指标为 $CFI = .979$, $NFI = .974$, $TLI = .974$, $RMSEA = .06$ 表明数据符合问卷的结构构想。整个问卷的 α 系数为 .64,分量表中情绪衰竭、低成就感和去人性化的 α 系数分别为 .70、.64、.85。

1.2.2 教师自我概念量表 采用 Villa 和 Calvete 编制的教师自我概念量表(Teacher Self-concept Evaluation Scale, 简称 TSCES)^[8]。量表包括六个维度 33 个项目:教学能力(9 项)、人际感知(5 项)、风险接受度和主动性(5 项)、师生关系(4 项)、教学满意度(5 项)、自我接纳度(5 项)。在本研究中对问卷进行了信度和效度检验,结果显示 TSCES 的总体 α 系数为 .894,各分量表的 α 系数分别为:教学能力(.804),人际感知(.769),风险接受度和主动性(.401),师生关系(.815),教学满意度(.467),自我接纳度(.819)。验证性因素分析结果显示: $CFI = .975$, $NFI = .968$, $TLI = .971$, $RMSEA = .07$ 。这些说明数据支持模型构想。

2 结 果

2.1 教师职业倦怠与教师自我概念的相关分析

表 1 结果显示,教师自我概念的每一维度与其职业倦怠都存在不同程度的显著相关。情绪衰竭和去人性化与自我概念各维度呈显著的正相关;低成就感与自我概念各维度成显著的负相关。

表 1 职业倦怠与教师自我概念之间的相关分析

	教学能力	人际感知	风险接受与主动性	师生关系	教学满意度	自我接纳
情绪衰竭	-.175*	-.243*	-.139**	-.201**	-.334**	-.201**
低成就感	.333*	.307*	.243**	.344**	.210**	.374**
去人性化	-.235*	-.284*	-.197**	-.278**	-.329**	-.258**

注: * $P < 0.05$, ** $P < 0.01$

2.2 教师自我概念与职业倦怠的回归分析

逐步回归结果表明,教师自我概念的六个维度中,教学满意度、自我接纳度能显著预测教师的职业倦怠。人际感知对情绪衰竭和去人性化有显著的预测作用。师生关系能显著预测教师的低成就感和去人性化。这些变量对情绪衰竭、低成就感和去人性化的解释率分别为 15.2%、18.7%和 18.3%。见表 2。

表 2 教师自我概念对职业倦怠的多元线性回归分析

因变量	预测变量	β 系数	t 值及显著性	R^2	F 值
情绪衰竭	教学满意度	-.309	8.703 ***	.152	42.149***
	人际感知	-.128	-2.732 **		
	自我接纳度	-.104	-2.252 **		
低成就感	教学满意度	.273	5.763***	.187	52.728***
	自我接纳度	.183	-5.290***		
	师生关系	.135	2.825**		
去人性化	教学满意度	-.296	8.416***	.183	38.388***
	人际感知	-.106	-2.048*		
	自我接纳度	-.103	-2.125*		
	师生关系	-.106	-2.112*		

注: * $P < 0.05$, ** $P < 0.01$, *** $P < 0.001$

3 讨 论

本研究结果表明,教师的自我概念与其职业倦怠之间呈现显著的正相关,即自我概念水平越高的教师其职业倦怠的程度越低。Innes 和 Kitto, Pierce 和 Molloy 对澳大利亚的教师进行的实证研究也表明,在教师主观紧张与压力、倦怠的关系上,自我意识是一个值得重视的中介变量^[11,12]。持有消极自我概念的教师,对事件的不良感知和评价会使得他们带着压力去工作,甚至有的会有厌恶感、胁迫感。而持有积极自我概念的教师会以乐观的方式看待事件,并能更好地应对变化的环境。

多元回归分析的结果进一步揭示出了教师自我概念的不同侧面与职业倦怠的关系,表明教师自我概念中的教学满意度、自我接纳度、人际感知和师生关系能显著预测教师的职业倦怠。

教学满意感会影响教师的感受与行为,并赋予职业生活以意义。Nias 的研究认为职业倦怠与教师工作所获得的价值感有很大的关联。如果教师对自己的工作不满意,那么倦怠就容易产生。自我接纳度则反映了个体对自我的理解,对自身积极或消极特征的认知,以及对这些特征的接纳度,代表了教师对自身现状的认识。能够正确认知自我的教师会时时反省自己,不断提高自己的业务能力和修养。人际感知是指教师对人际和社会关系的综合感觉。实际上,人际感知是教师对有关工作中各种类型关系的体验,是个体对于社会支持的一种感知。人际感知良

好的教师,能够得到学生、同事以及上级的认同与支持,这些支持满足了教师的需求,是对他们工作和人品的回报,就有利于教师增强抵御倦怠的自我效能感。师生之间的关系是互动的,不同类型的学生会对教师产生不同的影响。学生的纪律问题、对学习缺乏兴趣、学习成绩不好以及学生对教师的辱骂甚至动手打人,都是教师产生倦怠的重要来源。

参 考 文 献

- 1 Huberman M. Burnout in teaching careers. *European Education*, 25(3), 47-49
- 2 Maslach C, Jackson SE. The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behavior*, 1981, (2): 99-113
- 3 李超平, 时勘, 罗正学, 等. 医护人员工作倦怠的调查. *中国临床心理学杂志*, 2003, 11 (3): 170-173
- 4 李超平, 时勘, 罗正学, 等. 医护人员工作家庭冲突与工作倦怠的关系. *中国临床心理学杂志*, 2003, 17(12): 807-809
- 5 徐富明, 吉峰, 钞秋玲. 中小学教师职业倦怠问卷的编制及信效度检验. *中国临床心理学杂志*, 2004, 12 (1): 13-14
- 6 徐富明. 中小学教师的工作压力现状及其与职业倦怠的

关系. *中国临床心理学杂志*, 2003, 11 (3): 195-197

- 7 Maslach C, Leiter MP. Teacher burnout : A reacher agenda. *Understanding and Preventing Teacher Burnout*. 295-304
- 8 Villa, Esther. Development of the teacher self-concept evaluation scale and its relation to burnout. *Studies in Educational Evaluation* 2001, 27: 239-255
- 9 王瑞安. 公立非正规成人教育机构员工工作压力、职业倦怠与学习需求之关系研究. 台湾高雄师范大学硕士论文, 1999
- 10 Maslach C, Jackson, SE. *Maslach Burnout Inventory : Research Edition Manual Structure*. Palo Alto: Consulting Psychologist Press. 1981
- 11 Innes JM, Kitto S. Neuroticism, self-consciousness and coping strategies, and occupational stress in high school teachers. *Personality & Individual Differences*, 1989, 10: 303-312
- 12 Pieice MB, Molloy GN. Psychological and biographical differences between secondary school teachers experiencing high and lower levels of burnout. *British Journal of Educational Psychology*, 1990, 60: 37-51

(收稿日期:2004-09-29)

(上接第 133 页)

- 告, *中国心理卫生杂志*, 1989, 3(3): 104
- 3 忻仁娥, 等. 全国 22 个省市 26 个单位 24013 名城市在校少年儿童行为问题调查, *上海精神医学*, 1992, 新 4(1): 47-55
 - 4 苏林雁, 李雪荣, 万国斌, 等. Achenbach 儿童行为量表的湖南常模. *中国临床心理学杂志*, 1996, 4(1): 24-28
 - 5 汪向东主编, *心理卫生评定量表手册*. *中国心理卫生杂志* 增刊, 1999(增订版), 45-52
 - 6 刘贤臣, 郭传琴, 刘连启 等. Achenbach 青少年行为自评量表的信度和效度研究. *中国心理卫生杂志*, 1997, 11(4):

200-203

- 7 郭兰婷, 张志群. 青少年自评量表与儿童行为量表相关性研究. *中国心理卫生杂志*, 2002, 16(9): 636-639
- 8 Achenbach TM, Edelbrock C. *Manual for the Youth Self-Report and Profile*. Burlington, VT: University of Vermont, Dept. of Psychiatry, 1987
- 9 兰燕灵, 张海燕, 李萍, 等. 儿童自我意识与行为问题的关系探讨. *中国临床心理学杂志*, 2004, 12(1): 53-55
- 10 Rutter M. *Education health and behavior*. London, Longmans, 1970, 44-45

(收稿日期:2004-10-29)

(上接第 158 页)

- 3 李波, 钟杰, 钱铭怡. 大学生社交焦虑易感性的回归分析, *中国心理卫生杂志*, 2003, 17(2): 109-112
- 4 Hirshfeld-Becker, D.R., Fredman, S.J., Robin, J.A. & Rosenbaum, J.F. The aetiology of social anxiety disorder. Westenberg, den Boer (eds), *Social anxiety disorder*, Syn-thesis publishers, 1999, 125-146
- 5 钟友彬. *中国心理分析——认识领悟心理疗法*. 贵州教育出版社, 1988. 290-303
- 6 Okano, K.I. Shame and social phobia: A transcultural viewpoint. *Bulletin of the Menninger Clinic*, 1994, 58: 323-338
- 7 钱铭怡, Andrews B, 朱荣春, 等. 大学生羞耻量表的修订. *中国心理卫生杂志*, 2000, 14(4): 217-221
- 8 郭志刚. *社会统计分析方法——SPSS 软件应用*. 人民大学

出版社, 1999. 339-384

- 9 Gollob, HF, Reichardt CS. Taking account of time lags in causal models. *Child development*, 1987, 58: 80-92
- 10 方平, 熊端琴, 曹雪梅. 结构方程模式的发展与应用. *心理科学进展*, 2002, 10(3): 270-279
- 11 MacCallum, RC, Austin, JT. Application of structural equation modeling in psychological research. *Annual reviews of psychology*, 2000, 31: 201-226
- 12 李旭, Gail Huon, 钱铭怡. 在临床心理学领域运用结构方程模型的思路和步骤. *中国临床心理学杂志*, 2001, 9(2): 149-152
- 13 李波. 青少年社交焦虑的羞耻感模型及团体干预. 北京大学博士学位论文, 2003. 62-74
- 14 钱铭怡, 钟杰, 徐凯文, 等. 大学生社交焦虑量表的编制. *中国心理卫生杂志*, 2005, 19(1): 53-56

(收稿日期:2004-08-05)