

乡村小学教师情绪劳动的内涵、现实困境及优化策略

弓巧平

忻州师范学院 教育系

DOI:10.12238/mef.v8i5.11497

[摘要] 随着社会的发展,国家对从事高强度情绪劳动的教师精神风貌和心理状态越来越重视。为促进乡村教育的发展,保障乡村小学教师的身心健康,重视乡村小学教师的情绪劳动刻不容缓。本文在厘清教师情绪劳动的内涵与价值基础上,从情绪劳动知觉、表层行为、深层行为和自然行为四个方面调查了解了乡村小学教师情绪劳动的现实困境。研究发现乡村小学教师属于高强度情绪劳动群体。结合访谈结果基于影响因素分析进一步提出相应的优化策略。

[关键词] 乡村小学; 小学教师; 情绪劳动

中图分类号: G451 文献标识码: A

The connotation, practical difficulties, and optimization strategies of emotional labor among rural primary school teachers

Qiaoping Gong

Education Department of Xinzhou Normal University

[Abstract] With the development of society, the state pays more and more attention to the spirit and mental state of teachers engaged in high-intensity emotional labor. In order to promote the development of rural education and protect the physical and mental health of rural primary school teachers, it is urgent to pay attention to the emotional labor of rural primary school teachers. On the basis of clarifying the connotation and value of teachers' emotional labor, this paper tries to understand the practical difficulties of rural primary school teachers' emotional labor from four aspects: emotional labor perception, surface behavior, deep behavior and natural behavior. The paper found that rural primary school teachers belong to the high-intensity emotional labor group. Based on the results of interviews and the analysis of influencing factors, further optimization strategies are proposed.

[Key words] Rural primary schools; Primary school teachers; Emotional labor

《乡村教师支持计划(2015-2020)》及《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》等相关教育文件均指出:要将乡村师资队伍建设工程提到乡村振兴的优先发展地位。频繁出现的教师身心健康问题、职业倦怠和职业幸福感下降等现象,使教师情绪劳动开始进入国内研究者的视野。为了更好地促进乡村振兴,发展乡村教育,保障乡村小学教师的身心健康,了解乡村小学教师情绪劳动的困惑并进行改善优化刻不容缓。

1 教师情绪劳动的内涵与价值

1.1 教师情绪劳动的内涵

情绪劳动一词最先是由美国社会学者霍克希尔德Hochschild于1983年提出的。他认为情绪劳动是指个体对内在和外在的情绪情感进行伪装与管理,使其符合组织的情绪表达规则,进而使组织达到盈利的目的。^[1]我国学者将霍克希尔德对

情绪劳动的定义和我国本土教育的实际情况结合起来,对教师情绪劳动的概念从多种角度进行了不同的界定。综合各位学者对教师情绪劳动的界定,本文将教师情绪劳动定义为:教师在日常教学和各种人际交往沟通的情境中,感知个人情绪,为满足社会和学校对教师情绪表达的要求,依据情绪表达规则通过表层策略、深层策略或自然策略来调节情绪感受和表达的过程。

1.2 教师情绪劳动的价值

一方面,教师情绪劳动有助于促进小学生的健康发展。小学阶段学生的个体认知能力不断从形象思维向抽象思维过渡转化,其感性认知极易受外部条件、他人表现等环境因素的影响,小学生在主动感应教师工作情绪变化时,教师的情绪表现会间接影响到学生的感性认知。因此,小学教师只有保持积极、乐观、健康的心态对待学生,以自身饱满热情的教学情绪带动学生主动学习、乐于学习,才能更好地促进学生的健康成长。

另一方面,小学教师情绪劳动有助于促进自身的专业发展。如果小学教师以积极乐观的心态面对工作,就会营造良好的师生互动氛围,这样不仅可以帮助小学生愉快轻松地学到知识,而且积极的教学效果反馈也会提高小学教师的工作成就感,促使其持续努力工作,不断克服困难,引领教师不断积极进取。反之,如果教师在工作中的情绪状态不佳,投入热情减少,对工作敷衍甚至是倦怠则会减少对其职业的认同感和幸福感,进而对小学教师自身专业发展带来消极影响。

2 乡村小学教师情绪劳动的现实困境

为了客观了解乡村教师情绪劳动的现状,本文通过问卷调查了忻州市5个县市390名乡村小学教师。调查内容从情绪劳动知觉、表层行为、深层行为和自然行为四个维度进行。同时选取不同性别、不同教龄、不同学科的6位乡村小学教师进行访谈,深入了解了教师所经历过的情绪事件及其真实感受。在情绪劳动诸维度方面存在一些现实的困境,具体情况如下:

2.1 乡村小学教师情绪劳动知觉的反思意识不强

教师情绪劳动知觉指教师能意识到教学工作中需要进行情绪调节,包括情绪表达规则的知觉,情绪劳动作用的知觉和情绪劳动的多样性知觉。^[2]通过对三种类型的知觉调查发现,小学教师的均值分别为:情绪表达规则的知觉平均值在3.98~4.15之间;情绪劳动作用的知觉平均值在4.03~4.09之间,情绪劳动的多样性知觉均值在3.92~4.12之间。说明乡村小学教师的情绪劳动知觉性较好,但通过走访也发现接受相对专业的情绪劳动相关培训较少,对情绪劳动的相关知识不太了解,缺乏进一步的反思意识,而且学校对于教师的情绪表达也仅有一些口头强调,并没有作出相关书面的明确规定。

2.2 乡村小学教师的情绪劳动表层行为策略使用偏多

表层行为策略是指教师按照情绪规则调整自己的情绪但不改变自身真实感受的一种策略方法,^[3]包括伪装和抑制。按照情绪的分类,教师在工作过程中会出现两种表层策略情绪,即伪装和抑制积极情绪以及伪装和抑制消极情绪。调查结果显示,乡村小学教师在表层行为策略维度的平均值为4.01,说明乡村小学教师在日常工作中特别是在面对无关教学任务且与教师的专业发展和学生的成长无关的情境时,教师更多会使用表层策略。事实上通过众多研究得知,表层行为策略使用太多不利于教师的身心健康和职业发展,也不利于学生成长和学校教育发展。

2.3 乡村小学教师情绪劳动的自然行为中存在消极情绪的表达

自然行为是指教师的情绪与要求一致时,将自己的情绪真实地表达出来的行为。小学教师在自然行为维度的平均值为4.02,说明乡村小学教师在日常工作中进行情绪劳动时也会采用自然策略,包括释放(积极情绪)和宣泄(消极情绪)。但大部分乡村小学教师在学生面前表达真实情绪时并不是毫不掩饰,教师会为了教学达到最好的效果根据具体情况进行调整。比如:

教师A:“在给小学生讲课时,我会掩饰自己的一些影响课堂氛围的消极情绪,这是我做的一些努力,但是如果学生没有注意到

我这个情绪变化,我为他们付出了一些什么调整,他们依然在课上捣乱不认真听讲,这个时候我可能就会有一点控制不住自己的情绪。”

自然策略本是三种情绪调节策略中对教师身心健康影响最小、最提倡的一种策略,但在调查中发现乡村小学这一特殊的环境中,教师的自然策略也具有特殊性,很多时候也会有消极情绪的表达。

2.4 乡村小学教师情绪劳动的深层行为策略有待提升

深层行为策略是指教师通过内化使表达的情绪与内心真实的情绪趋于一致的方法,主要包括调焦、重构和隔离。调查结果表明,忻州市乡村小学教师在深层行为维度的平均值为4.04,教师在面对学生违规、学校教学以外的事、家长误解等人际交往的情境时,如果对自身职业发展和学生发展有利,教师也会采用深层策略来调节情绪,但需要付出较大的努力,比如:

教师E:“比如出门停车被罚款什么的肯定会也会感觉到心情烦闷,但是上课不能把这种烦闷的情绪带到课堂中来影响学生,所以必须要调整好自己情绪。我会给自己更加积极的心理暗示,情绪不好是我自己的事情,不能去影响学生,工作情绪和个人情绪不能混为一谈。”

教师E通过隔离策略将个人情绪和工作隔离开来,互不影响,既对自己的身体健康有利,也能更好地表现出工作所需的情绪。可见,这种调节策略有助于学生的健康成长和教师的专业发展,应该采取一些措施来不断提升这方面的调节能力。但从调查来看,深层行为策略的调节能力还有待提升。

3 乡村小学教师情绪劳动现实困境的成因分析

3.1 教师欠缺主动反思的意识与科学的情绪管理能力

一方面,一些教师的主动反思意识不足。教师在工作中往往将学生的情感需求放在首位,忽略自身情绪的管理和表达,缺乏主动了解情绪劳动相关知识和自我反思的积极性和主动性,因此教师虽然能知觉到情绪劳动的作用和多样性,但并没有反思自己的情绪是否会发挥出应有的作用。另一方面,由于教师情绪管理能力不足,无法科学地调节自己的消极情绪,可能导致诸多负面影响。特别是年轻教师由于缺乏科学的情绪管理能力,在面对情绪事件时倾向于使用表层策略,消极情绪无法正确排解,还可能影响到自身的身心健康,增加工作压力,降低工作效率,甚至影响到职业发展。

3.2 学校物质环境和精神环境资源有限

访谈发现,很多年轻教师将乡村小学当作跳板,对学校的归属感较低,不能全身心地投入到工作中,从教心理不稳定,从而使年轻教师使用表层行为的情况更多。同时,乡村小学教师年龄小且教龄短的群体正在逐渐扩大,各县市乡村学校的特岗教师人数正在增加,导致乡村教师的流动性更为频繁。

从精神环境资源来看,有不少教师表示,当学校给教师分配过重的与教学无关的任务时,会给教师带来一定的消极情绪,会增加教师表层行为策略的使用,不利于教师专业发展和身心健康。再加上学校也欠缺对教师情绪和心理健康的关心以及与情

绪劳动相关的培训,教师对自己的情绪没有正确的认知,也欠缺掌握科学的情绪管理方法,导致对于情绪的调控能力较差,同样不利于教师的身心健康和职业发展。

3.3 教师的社会支持度和家长配合度较低

经了解,乡村小学的学生家庭教养情况复杂多样,当教师须完成学校下达的工作时,一些家长的支持度较低,导致教师工作压力增大,更倾向于使用不费力的表层策略来调节情绪。再加上乡村小学教师的社会地位较低,长期以来对乡村教师形成的工作轻松等刻板印象使得乡村小学教师的教学成果和专业能力得不到社会认可,社会支持度低导致乡村小学教师感受不到自己的职业价值,容易产生消极情绪,甚至出现职业倦怠感,从而降低乡村小学教师情绪劳动的调节能力。

4 乡村小学教师情绪劳动的优化策略

4.1 教师主动提升自身情绪管理能力,科学调节不良情绪

一方面,教师要主动通过线上网络资源和参加线下有关情绪调节、教师心理健康等方面的讲座与培训,学习情绪管理相关的知识和技能,学会更专业、更科学地管理自己的情绪。同时教师也要注重对自己情绪的监控和反思,能正确感知到自己的情绪并使用科学的方式进行调整。另一方面,教师要具备有效缓解消极情绪的能力。当意识到自己处在消极情绪的情境中时,教师要学会通过合理的方式来缓解消极情绪,这样有助于教师较好地减轻职业倦怠感。

4.2 学校要重视提高教师的归属感,让乡村小学教师“留下来”

学校要重视对教师精神层面的人文关怀,提高乡村小学教师对学校的归属感。首先,学校要为教师提供心理健康咨询服务和可以互相交流学习的平台,给予教师更多的沟通机会,帮助教师缓解工作和生活上的压力,让教师在教学中能获得情绪劳动的价值感。其次,学校要努力改善学校的工作环境,让教师在充满关爱、温暖的工作环境中提升情绪价值,愿意安心从教。最后学校要努力为教师提供专业培训和发展的机会,满足教师专业成长的需要,让教师不断加强自我发展的动力。

4.3 学校要完善相关的管理制度和模式,减少教师消极情绪的产生

首先,学校要建立科学合理的情绪管理制度,完善和落实相应的制度保障,让教师真正掌握并能践行学校所制定的情绪表达规则。其次,学校要转变对教师的管理模式。教师的情绪劳动是在具体情境中进行的,情绪的产生具有情境性和动态性,这就要求学校要注意对教师情绪劳动的合理性关照,将行政任务和

教学任务分离开,真正实现“教师只教书”,减少不必要的表面形式化工作,给教师更多的“自主教学”时间;最后,学校要提高对教师管理的民主性。学校要本着民主管理的原则,给予教师提出自身合理意见的机会,并能够真正去考虑和改进,提高教师工作的积极性,减少消极情绪的产生。

4.4 家校社合力,提高乡村小学教师的深层行为策略

从调查研究可知,教师具备深层行为策略的调节能力更有利于学生的健康成长和教师的专业发展,因此,教师从内在的自我学习、自我反思的基础上,通过外在的家校社三方合力,形成较好的社会支持可以为教师在教学中优化和提升深层行为调节能力奠定良好的外部支撑。首先,从家庭方面出发,适当加强对家长的教育指导与合作,让学生家长或监护人意识到家庭教育的重要性,并能够积极支持教师的工作。其次,学校和政府合力加大对优秀乡村小学教师的宣传力度,提高乡村小学教师的社会地位,增强教师的获得感和主动学习提升自己的积极性;最后,国家要提高乡村教师的物质待遇。通过适度提高教师的经济地位、社会地位和职业地位,有助于减少乡村小学教师的消极情绪来源和职业倦怠,提升教师的职业道德情感和职业效能感,进而深化教师情绪劳动中的深层行为调节能力,更好地促进教学。

综上所述,教师处在一个多对象的复杂环境中,优化乡村小学教师的情绪劳动,不仅需要教师的个人努力,还需要学校、家长以及社会各界的共同努力。希望本研究所作的努力能帮助乡村小学教师情绪劳动的优化,提高乡村小学教师的个人幸福感,减少职业倦怠。

[基金项目]

本文系山西省高等学校一般性教学改革创新项目:新时代中小学劳动教育“双师型”教师队伍建设的探索与实践(项目编号:J20231123)的研究成果。

[参考文献]

- [1]顾昭含.乡村小学教师现状调查研究[D].济南:山东师范大学,2022.
- [2]林颖.乡村小学教师情绪劳动现状及影响因素的调查研究[D].福州:福建师范大学,2021.
- [3]尹弘飏.教师专业实践中的情绪劳动[J].教育发展研究,2009,(10):18-21.

作者简介:

弓巧平(1975--)女,汉族,山西省原平人,忻州师范学院教育系副教授,研究方向:教育基本理论、教师教育。