

DOI:10.13718/j.cnki.jsjy.2015.02.005

# 农村中小学教师职业压力、职业倦怠 与社会支持的实证研究<sup>\*</sup>

廖传景, 胡瑜, 朱倩云

(温州大学 教师教育学院, 浙江 温州 325035)

**摘要:**采用职业压力问卷、职业倦怠量表和社会支持量表对652名农村中小学教师展开调查, 结果发现: (1) 当前农村教师的职业压力较大, 职业倦怠中等程度, 社会支持较好; (2) 不同群体的农村中小教师在职业倦怠、职业压力和社会支持方面均有显著差异; (3) 农村中小教师的职业倦怠与职业压力呈显著的正相关关系, 而社会支持与前二者呈显著的负相关关系; (4) 教学压力、工作本身压力和职业发展压力直接预测教师职业倦怠的程度, 农村教师的主观支持和支持利用度在职业压力与职业倦怠之间发挥了部分中介作用。

**关键词:**农村中小学教师; 职业倦怠; 职业压力; 社会支持; 职业心理健康

**中图分类号:**G443 **文献标识码:**A **文章编号:**2095-8129(2015)02-0026-07

目前的教师职业心理健康研究主要围绕着教师的职业压力与职业倦怠两方面展开。Maslach提出了职业倦怠的定义, 认为职业倦怠是在工作过程中出现的一种消极观念和状态, 表现为对服务对象缺乏情感和态度冷漠<sup>[1]</sup>。职业倦怠具有3个典型特征, 按照出现的前后顺序依次为情感枯竭、去人性化 and 成就感降低<sup>[2]</sup>。

内在因素和外在因素都会在一定程度上对职业倦怠产生影响。内在因素包括个性特征和工作满意度等<sup>[3]</sup>; 外在因素包括领导方式和组织压力等<sup>[4]</sup>。Blase认为个体在长期的工作压力下, 可能会出现行动退缩、心理不愿投入的状态, 导致身体、情绪和态度的消耗最后形成倦怠<sup>[5]</sup>。Cherniss认为在工作压力过大的情况下, 如对工作的要求超出个体的承受范围或个体长期处于高度紧张的工作状态中, 其职业理想和目标就会逐渐丧失, 职业倦怠往往由此产生<sup>[6]</sup>。外界压力对教师职业倦怠起到推波助澜的作用<sup>[7]</sup>。随着我国教育改革不断深入, 社会对教师提出了越来越多和越来越高的要求, 使教师面临日益增多的压力和挑战。教师在应对压力事件的过程中, 会产生应激反应或紧张的精神体验, 进而引起生理和心理各方面的变化, 如出现生理疾病、人际障碍、家庭冲突、教学事故、情绪低落、离职、旷工或逃避困难等问题<sup>[8]</sup>, 导致工作和生活质量下降<sup>[9]</sup>。教师工作和生活质量的下降对教师、学生、学校乃至整个教育事业的发展都有严重危害, 是当前教育领域中不和谐的现象。在众多的压力中, 与教师职业密切相关的压力主要来自学校管理、专业发展、教学任务和人际关系(如与同事、学生、家长的关系)等<sup>[10]</sup>。对广大农村中小学教师来讲, 还有哪些压力会导致教师职业倦怠的产生需要进一步探讨。

Pines和Maslach提出当个体缺乏恰当地应对压力和妥善应对工作中的挫折的能力时, 倦怠就

<sup>\*</sup> 收稿日期: 2014-12-27

作者简介: 廖传景, 温州大学教师教育学院副教授。

胡瑜, 心理学博士, 温州大学教师教育学院副院长, 教授。

朱倩云, 温州大学教师教育学院副教授。

基金项目: 2014年度教育部人文社会科学研究青年基金项目(14YJC840017), 项目负责人: 廖传景。

容易产生<sup>[11]</sup>。因此,面对来自社会和职业的各种挑战,教师需要通过营造良好的社会支持系统来维持和保护自己的身心平衡和健康。心理学研究证实,社会支持对个体心理健康有重要的意义,无论是客观支持、主观支持还是对支持的利用度,都有助于个体减轻心理的不良症状并产生保护效应<sup>[12]</sup>。社会支持在教师压力与职业倦怠之间可能具有调节作用,社会支持减少了教师来自学生、家庭、社会以及自我发展、工作考核等方面的压力,减弱了教师职业倦怠的程度。由于教育发展的不均衡和客观环境的限制,大部分在农村工作的中小学教师其职业发展条件和工作状况相较城市教师有较大的差距<sup>[13]</sup>。那么,哪些来自外界的物质或精神支持以及内在的精神资源能有效地化解教师的职业压力,哪些社会支持会对农村中小学教师的职业心理健康产生保护作用?又如何通过提升教师的社会支持水平来维护其职业心理健康,这些问题都是值得深入探讨的。

近年来,关于中小学教师职业心理健康问题的研究越来越受到重视,但是以农村中小学教师为对象的研究较少<sup>[14]</sup>,且在研究方法上通过借助结构模型来说明职业倦怠的影响与职业保护因素的研究更是不多。当前,我国农村教育发展面临着诸多问题,农村教师的职业发展问题也日益受到关注,因此探讨农村中小学教师的职业倦怠及其影响因素显得尤为必要。本研究试图通过建构农村中小学教师职业心理健康模型来揭示职业压力和社会支持等因素对职业倦怠产生作用的途径,为有针对性地开展农村教师职业心理健康服务提供方法和依据。

## 一、研究方法

### (一)研究对象

选取浙江省温州市下辖区县的农村学校教师为研究对象,在10所小学、6所初中和1所高中,采取整群随机抽样的方法,发放调查问卷900份,回收741份,回收率为82.33%,其中有效问卷652份,有效率为87.99%。样本对象的平均年龄为 $32.03 \pm 5.76$ 岁,具体分布情况是:男教师202人,女教师450人;已婚503人,未婚145人,离异或丧偶4人;骨干教师189人,普通教师463人;小学教师437人,中学教师215人;初级职称231人,中级职称331人,高级职称90人。

### (二)研究工具

#### 1. 教师职业压力问卷

本研究采用辛星编制的教师职业压力问卷<sup>[10]</sup>。该问卷共有30道题,分为“教学压力”、“行政压力”、“社会压力”、“专业发展压力”和“职业本身压力”5份分问卷,基本上涵盖了教师职业压力的来源。对该问卷结构进行验证性因素分析发现: $\chi^2/df = 4.039$ ,RMSEA = 0.068,SRMR = 0.064,GFI = 0.859,AGFI = 0.831,NFI = 0.837,CFI = 0.873,TLI = 0.857,IFI = 0.873,问卷具有较好的结构效度;五份分问卷及整体的 $\alpha$ 系数为0.759、0.770、0.835、0.848、0.849和0.944。

#### 2. 教师职业倦怠量表

采用李冰和卢家楣根据Maslach教师职业倦怠问卷(MBI-ES)改编的中文版教师职业倦怠问卷<sup>[15]</sup>。该问卷共有25道题,包括“情感枯竭”、“去人性化”和“成就感降低”三个因子,问卷采用5点计分法(从“从未如此”到“总是如此”),各因子得分为本因子所有项目得分的平均值,因子分及总分得分越高,表明教师体验到的职业倦怠感越严重。本研究对问卷结构进行验证性因素分析发现: $\chi^2/df = 3.003$ ,RMSEA = 0.068,SRMR = 0.044,GFI = 0.861,AGFI = 0.834,NFI = 0.767,CFI = 0.830,TLI = 0.813,IFI = 0.832,问卷具有较好的结构效度;3个因子及整体的 $\alpha$ 系数为0.825、0.710、0.785和0.889。

#### 3. 社会支持量表

该量表由肖水源编制<sup>[16]</sup>,共10个条目,将社会支持分为客观支持、主观支持和支持的利用度,得分越高表明个体的社会支持越好。该量表具有较高的信度和效度,重测信度为0.92,各条目的一致性范围为0.89~0.94,适合我国人群使用。本研究对问卷结构进行验证性因素分析发现: $\chi^2/df = 4.076$ ,RMSEA = 0.069,SRMR = 0.052,GFI = 0.965,AGFI = 0.934,NFI = 0.886,CFI = 0.910,TLI = 0.813,IFI =

0.832, 问卷具有较好的结构效度; 3 个因子及整体的  $\alpha$  系数为 0.612、0.681、0.721 和 0.791。

### (三) 数据统计与处理

研究所得数据采用 SPSS17.0 软件包和 AMOS17.0 进行处理。

## 二、研究结果

### (一) 农村中小学教师职业压力、职业倦怠和社会支持总体状况及群体差异

从调查结果可以看出(见表 1): 农村中小学教师职业压力的平均分为 2.60, 职业倦怠平均分为 2.41, 社会支持总分为  $42.26 \pm 7.27$ ; 职业压力问卷得分按从高到低顺序排列依次为社会压力、职业发展压力、教学压力、行政压力和工作本身压力; 职业倦怠 3 个因子得分从高到低依次为去人性化、成就感降低和情感枯竭。

以性别差异、婚姻状况、是否骨干、学校类型、职称晋升为自变量, 对职业压力、职业倦怠和社会支持进行差异检验。结果如表 1 所示: 是否骨干、职称晋升等变量能够显著区分农村中小学教师的职业倦怠、职业压力和社会支持的差异; 婚姻状态、性别差异和学校类型的区别度相对较弱。

表 1 农村教师职业压力、职业倦怠和社会支持自评得分及群体差异

	$M \pm SD$	性别差异	婚姻状况	是否骨干	学校类型	职称晋升
教学压力	$2.55 \pm 0.71$	0.570	3.629*	10.034**	0.113	5.794**
行政压力	$2.52 \pm 0.74$	0.179	1.519	2.708	0.179	2.084
社会压力	$2.76 \pm 0.86$	2.674	1.688	9.168**	0.129	3.055*
职业发展压力	$2.74 \pm 0.87$	0.102	6.155**	10.761**	1.972	6.449**
工作本身压力	$2.48 \pm 0.85$	0.121	1.369	8.690**	0.288	1.330
职业压力总分	$2.60 \pm 0.69$	0.120	0.317*	10.967**	0.172	4.270**
情感枯竭	$2.07 \pm 0.63$	1.004	0.317	17.474**	0.557	2.662*
去人性化	$2.58 \pm 0.50$	1.710	1.721	7.942**	0.047	6.635**
成就感降低	$2.57 \pm 0.55$	3.552	0.166	13.886**	0.110	2.796*
职业倦怠总分	$2.41 \pm 0.48$	2.618	0.637	18.143**	0.282	5.072**
客观支持	$10.35 \pm 3.00$	0.031	37.969**	9.111**	11.043**	8.356**
主观支持	$23.59 \pm 4.59$	5.283*	46.775**	14.574**	2.366	11.613**
支持利用度	$8.31 \pm 1.77$	5.380**	0.691	26.262**	2.936	0.823
社会支持总分	$42.26 \pm 7.27$	0.658	50.707**	24.308**	7.622**	11.063**

注: \*  $p < 0.05$ ; \*\*  $p < 0.01$ (下同)

### (二) 农村中小学教师职业压力与职业倦怠的交互效应

以晋升职称和成为骨干教师两个涉及农村中小学教师职业发展的人口学变量, 对教师的职业压力与职业倦怠进行交互作用分析发现: 社会支持的性别  $\times$  是否为骨干教师 ( $F = 4.222, p = 0.040$ ) 交互效应显著; 职业压力的性别  $\times$  学校类型 ( $F = 12.225, p = 0.001$ ) 交互效应显著; 社会支持的学校类型  $\times$  是否为骨干教师 ( $F = 25.243, p < 0.001$ ) 交互效应显著; 职业倦怠的学校类型  $\times$  是否为骨干教师 ( $F = 13.729, p < 0.001$ ) 交互效应显著; 其余的交互效应均不显著(见图 1、2、3、4)。

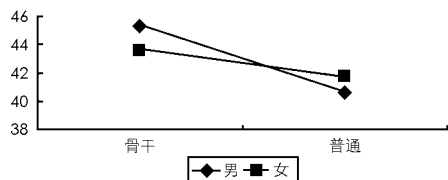


图 1 社会支持的性别  $\times$  是否为骨干教师交互效应

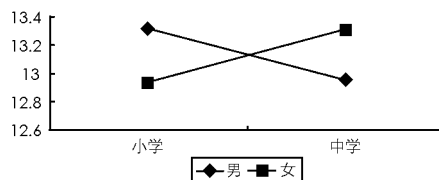


图 2 职业压力的性别  $\times$  学校类型交互效应

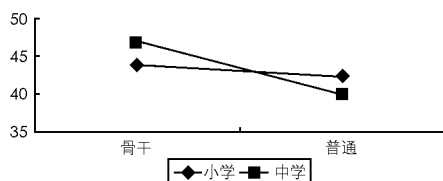


图 3 社会支持的学校类型  $\times$  是否为骨干教师交互效应

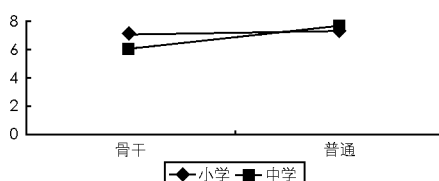


图 4 职业倦怠的学校类型  $\times$  是否为骨干教师交互效应

### (三)农村中小学教师职业压力、职业倦怠和社会支持的相关性

相关分析发现:农村中小学教师的职业压力和职业倦怠之间存在着显著的正相关关系;社会支持与职业压力、职业倦怠之间存在着显著的负相关关系(见表2)。

表2 对农村中小学教师职业压力、职业倦怠和社会支持相关性分析

	情感枯竭	去人性化	成就感降低	倦怠总分	客观支持	主观支持	支持利用度	支持总分
教学压力	0.383**	0.412**	0.210**	0.393**	-0.129**	-0.170**	-0.161**	-0.199**
行政压力	0.386**	0.391**	0.210**	0.386**	-0.182**	-0.179**	-0.131**	-0.220**
社会压力	0.381**	0.380**	0.195**	0.375**	-0.125**	-0.181**	-0.169**	-0.207**
职业发展压力	0.494**	0.449**	0.290**	0.485**	-0.191**	-0.230**	-0.201**	-0.273**
工作本身压力	0.420**	0.428**	0.233**	0.423**	-0.197**	-0.211**	-0.207**	-0.265**
压力总分	0.484**	0.481**	0.267**	0.483**	-0.193**	-0.228**	-0.204**	-0.273**
客观支持	-0.229**	-0.169**	-0.190**	-0.232**	1	-	-	-
主观支持	-0.319**	-0.340**	-0.330**	-0.385**	0.433**	1	-	-
支持利用度	-0.274**	-0.272**	-0.287**	-0.325**	0.266**	0.304**	1	-
支持总分	-0.363**	-0.350**	-0.357**	-0.418**	0.751**	0.884**	0.545**	1

### (四)农村中小学教师职业压力、社会支持与职业倦怠的关系模型

本研究假设农村中小学教师的职业压力、社会支持和职业倦怠三者之间相互关联、互相影响,即五种职业压力均能直接预测职业倦怠的三个因子,同时通过社会支持要素不同程度地间接作用于职业倦怠的3个因子。根据上述假设建立结构方程模型,然后对数据与假设模型进行拟合度验证。经过多次探索最终得出农村中小学教师职业压力、社会支持与职业倦怠的关系模型(见图5)。具体拟合指数: $\chi^2/df=2.050$ ,  $p=0.056$ ,  $RMSEA=0.045$ ,  $GFI=0.995$ ,  $AGFI=0.972$ ,  $CFI=0.997$ ,  $NFI=0.994$ ,  $IFI=0.997$ 。各项拟合指标均达到了测量学的要求,模型非常契合数据。

从该模型来看,只有教学压力、工作本身压力和职业发展压力进入了模型系统,职业压力直接正向预测了职业倦怠的三个因子,教学压力和工作本身压力直接影响了去人性化。同时,工作本身压力和职业发展压力又分别通过主观支持和支持利用度间接负向预测了职业倦怠的三个因子,预测水平都达到了显著水平。

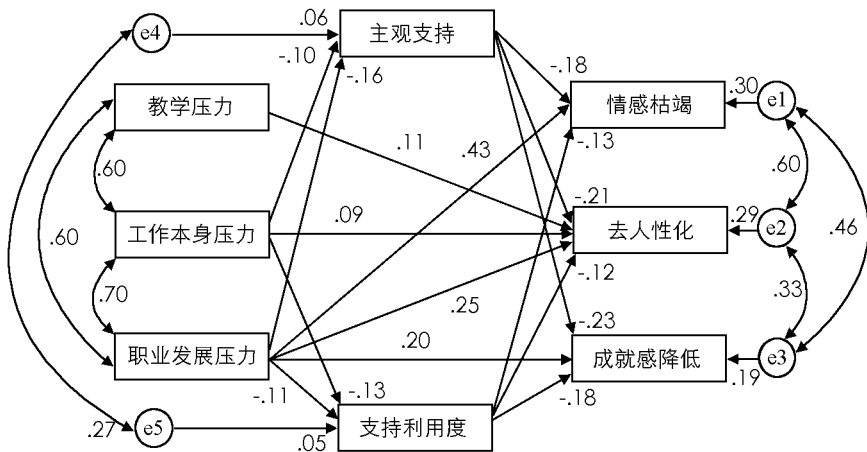


图5 农村中小学教师职业压力、社会支持与职业倦怠的关系模型

## 三、讨论

### (一)农村中小学教师职业压力、职业倦怠和社会支持总体状况

从调查所得结果来看,当前农村中小学教师的职业压力为中等程度,感受强度相对较大的是社会压力、职业发展压力和教学压力。农村中小学教师的职业压力主要来自日趋激烈的职业竞争、相对较低的工资待遇和不高的社会地位等方面。对渴望改变现状的广大农村中小学教师来说,实现

专业的更大发展、评上更高级别的职称、取得更高层次的学历,不仅是教师自身内在的要求更是现实的要求。教学期间必须完成相应的教学工作量这是农村中小学教师的基本任务,然而由于农村学校的办学条件较差、教师自身能力较弱、学生难以管教等原因,使教学工作异常繁重造成了农村中小学教师较大的精神压力。近年来,我国农村教育虽然从整体上得到了一定的发展,教师的生存状况有了一定的改善,但是农村教育事业发展所受到的阻碍与城市相比仍然较多,这对投身农村教育事业的中小学教师来讲是压力的主要来源。

职业倦怠量表的得分表明农村中小学教师的职业心理健康处于中等水平,这与杭州市教科所的研究结果相似<sup>[17]</sup>。现阶段,我国的农村基础教育虽然进行了较有成效的改革,但是应试教育的模式整体上并没有改变,大多数学校仍然以升学为教育的主要目标,再加上农村中小学生的行为问题较多,更是成为影响农村中小学教师职业心理健康的重要原因。由于农村中小学教师从业过程中容易产生疲劳感,所以在教学工作和学生管理工作中更容易出现情感枯竭、行为失常和情绪低落等问题。

农村中小学教师的社会支持状况除了客观支持外,主观支持和支持利用度得分都超过了理论中值。这也说明,农村中小学教师比较注重自身社会支持系统的建设,能以更加理性的方式争取外界(包括家庭、学校、社会、朋友、同事等)的支持,既能以开放的心态接受他人进入自己的社会支持系统,又能以积极的心态将自己融入广阔的社会关系中,借此帮助自身化解来自各方面的压力和挑战。

## (二)农村中小学教师职业压力、职业倦怠和社会支持的群体差异情况

从调查结果来看,婚姻状况、性别差异和学校类型对农村中小学教师的职业压力和职业倦怠影响并不显著,但以性别差异和学校类型对教师的职业压力进行交互效应检验时发现,小学男教师压力显著大于中学男教师,中学女教师压力又显著大于小学女教师。这种显著差异提醒教育管理者要多关心身处小学的男教师和身处中学的女教师的职业生存状况,帮助减轻这两类教师群体在职称评审、工作分配、班级管理、技能考核等方面的职业压力。

本研究试图从职业发展视角把握农村中小学教师的职业心理健康,从职称晋升和骨干教师两个角度展开调查和分析。调查发现:第一,在职业倦怠和职业压力方面低职称教师比高职称教师更为严重,无职称或初级职称的教师是近几年才进入教师队伍的成长力量,相对而言,他们在学校里的地位较低,工作经验、职业能力、教学水平等也相对欠缺,因此容易在教学工作过程中出现倦怠和疲劳,难以适应繁重的教学任务,各方面力量应给予年轻教师更多的关心、帮助和支持,这一点也充分说明了对广大农村中小学教师来说,自身的职业发展是重要的任务;第二,在职业心理健康方面,骨干教师(本文将骨干教师界定为列入浙江省农村教育“领雁工程”的教师)显著优于普通教师,其所体验到的职业压力较小,职业倦怠程度相对较轻;第三,在社会支持方面,骨干男教师显著高于普通男教师、中学骨干教师又显著高于中学普通教师,未发现女教师是否为骨干的差异,这也许与男教师和中学教师在获评骨干教师荣誉之后,更加注重专业累积,更好地维护和利用骨干教师平台为自己的职业发展服务有关;第四,在职业倦怠方面,小学骨干教师显著高于中学骨干教师,这与小学教师平时既要集中精力完成教学任务,又要花费时间照顾小学生的生活有关。作为农村学校的业务骨干、教学能手和中坚力量,骨干教师有更坚定的职业信念、职业热情和职业使命感,对待工作更加投入,对学校、受教育对象有更深的情感,在学校中所获得的社会支持也相对较多。因此,骨干教师有更多的机会和较多的优势应对来自各方面的挑战。

## (三)农村中小学教师职业倦怠、职业压力和社会支持的相关性与路径分析

Farber 认为,倦怠是一组与工作有关的症状,来自个体对投入与回报之间显著性差异的感知,这种感知受到个体、组织和社会因素的影响<sup>[18]</sup>。本研究中农村中小学教师的职业压力与职业倦怠的相关性为 0.483,已达到中等相关水平,这说明长时间或超负荷的工作压力容易导致职业倦怠的出现。应该说,压力除了给个体造成负面影响还能产生一定的积极意义,即激发个体潜能、增加成

就动机等,但当压力大大超越了个体所能承受的限度时,职业倦怠就容易产生。此时,教师需要积极、充分地运用来自同事、学校和社会等各方面的支持力量来帮助缓解职业心理问题。

路径分析发现,农村教师的教学压力、工作本身压力和职业发展压力对职业倦怠影响最大和最直接。教师的职业发展压力是由内在的要求而产生,教学压力是由外在的要求而产生,二者共同作用引发了教师职业倦怠。本研究发现,农村中小学教师职业倦怠中的情感枯竭和去人性化因素最容易受到来自工作压力的影响,这与 Harden 等人的研究结果吻合<sup>[19]</sup>。相对于情感枯竭和去人性化,职业压力和成就感降低的关系不明显。职业压力最直接和最明显的后果就是个体的身心疲惫与憔悴,进一步发展可能导致教师在态度或行为上产生一些变化<sup>[20]</sup>。

路径分析还揭示,农村中小学教师的主观支持和支持利用度在工作本身压力、职业发展压力与职业倦怠之间发挥了中介作用,客观支持没有在职业压力和职业倦怠之间发挥中介效应,这与 Quimby 和 O'Brien 等人的研究结果一致<sup>[21]</sup>。Brian 等人认为主观感知到的支持比客观上得到的支持更能影响个体心理症状的表现<sup>[22]</sup>,个体的主观支持水平越高,就越会积极地与他人建立良好的社会关系,同时也确信在自己需要时能得到来自亲朋好友与社会的支持和帮助,因此对掌控自身状况和周围环境能力的信心也会不断增强,进而提高个人应对困难和挫折的自我效能感,从而保护自己的身心健康处于良性状态<sup>[23]</sup>,因此,主观支持和支持利用度可以减轻教师的职业倦怠。个体要有意识运用社会支持来调节职业压力,从而间接地降低应激反应和减少倦怠症状。那些拥有较多的社会资源和较高的教学水平的教师,在面对职业压力时,更能从容地调适自我有效地缓解职业倦怠。

## 四、结 论

(1)当前我国农村中小学教师所感受到的职业压力较大,压力源位列前三的是社会压力、职业发展压力和教学压力;教师职业倦怠总体处于中等程度;所得到的社会支持状况良好。

(2)骨干教师和高职称教师的职业压力与职业倦怠较普通教师和低职称教师更小,社会支持更多。

(3)农村中小学教师的职业压力和职业倦怠呈显著的正相关关系,而社会支持与职业压力、职业倦怠之间呈显著的负相关关系。

(4)教学压力、工作本身压力和职业发展压力直接影响教师职业倦怠的产生,主观支持及对支持的利用度,在职业压力与职业倦怠之间发挥部分中介作用。

### 参考文献:

- [1] Maslach C. Burnout: A Multidimensional Perspective[M]//Schaufeli W B, Maslach C, Marek T. Professional Burnout Developments in Theory and Research. Washington: Taylor & Frames, 1993:15-32.
- [2] Lei M, Maslach C. The impact of interpersonal of managerial burnout: Toward an integrated model[J]. Journal of Organizational Behavior, 1988(14):3-20.
- [3] Aven S, Robert D, Morgan C, et al. Correctional Psychologist Burnout, Job Satisfaction, and Life Satisfaction[J]. Psychological Services, 2010, 7(3):190-201.
- [4] Brian S, Ryan D Z. Born to burnout: A meta-analytic path model of personality, job burnout, and work outcomes[J]. Journal of Vocational Behavior, 2010, 76(3):487-506.
- [5] Blase J J. A Qualitative Analysis of Sources of Teacher Stress: Consequences for Performance[J]. American Educational Research Journal, 1986, 23(1):13-40.
- [6] Cherniss C. Long-term Consequence of Burnout: An Exploratory Study[J]. Journal of Organizational Behavior, 1992, 13(1):1-11.
- [7] Arie S, Amalya O, Esther S. Teachers' Stressors and Strains: A Longitudinal Study of Their Relationships[J]. International Journal of Stress Management, 2009, 16(4):312-332.
- [8] Kahill S. Symptoms of professional burnout: A review of the empirical evidence[J]. Canadian Psychology, 1998(29):284-294.
- [9] 蔡晓武,廖传景. 高校青年教师职业倦怠与工作生活质量的相关研究[J]. 重庆高教研究, 2013, 1(2):54-58.
- [10] 辛星. 上海市小学教师职业倦怠现状调查及思考——以为上海市 365 名小学教师的调查研究为例[D]. 上海:华东师范大学硕士

论文,2005.

- [11] Pines A, Maslach C. Combating Staff Burnout in A Child Career Center: A Case Study[J]. *Child Care Quarterly*, 1988, 9(1):5-16.
- [12] Anne C P. Depressive Symptoms During Adolescence: Direct and Stress-Buffering Effects of Coping, Control Beliefs, and Family Relationships[J]. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 1999, 20(1):45-62.
- [13] 廖传景,张进辅. 农村小学教师工作压力与职业倦怠的相关研究:职业发展的视角[J]. *社会心理科学*,2013,28(4):72-77.
- [14] 马传军. 教师职业倦怠国内十年研究[J]. *教师专业发展*,2010(1):39-42.
- [15] 李冰,卢家楣. 上海市大中小学教师职业倦怠的现状及其影响因素研究[D]. 上海:上海师范大学硕士论文,2004.
- [16] 汪向东,王希林,马弘. 心理卫生评定量表手册[M]. 北京:中国心理卫生杂志社,1999:31-35.
- [17] 杭州市教科所. 杭州市中小学教师心理健康状况的调查报告[C]//首届“健康杯”全国中小学心理健康教育研讨暨颁奖大会组委会. 首届“健康杯”全国中小学心理健康教育研讨暨颁奖大会论文集. 北京:中小学心理健康教育杂志社,2002.
- [18] Farber B A. Crisis in education: stress and burnout in the American teacher[M]. San Francisco: Jossey-Bass, 1991:175-176.
- [19] Harden R M. Stress, Pressure and burnout in teachers: Is the swan exhausted? [J].*Medical Teacher*, 1999, 21(3): 245-247 .
- [20] Maslach C,Schaufeli W B, Leiter M P. Job Burnout[J]. *Annual Review of Psychology*, 2001, 52(1):397-422.
- [21] Quimby J L, O'Brien K M. Predictors of well-being among nontraditional female students with children[J]. *Journal of Counseling and Development*, 2006, 84(4):451-460.
- [22] Brian L, Edward O. Relational Regulation Theory: A New Approach to Explain the Link Between Perceived Social Support and Mental Health[J].*Psychological Review*, 2011, 118(3):482-495.
- [23] Peter S, Alexander J R. Emotional states and physical health[J]. *American Psychologist*,2000, 55(1):110-121.

## An Empirical Research on the Effect of Occupational Pressure, Job Burnout and Social Support on Primary and Secondary School Teachers in the Rural Area

LIAO Chuan-jing, HU Yu, ZHU Qian-yun

*(Research Center of Psychology and Behavior, Wenzhou University, Wenzhou 325035, China)*

**Abstract:** This paper aims to explore the relationship among the rural teachers' working pressure, job burnout and social support. Questionnaires about work pressure, job-burnout and social support were given to 652 rural teachers. The results indicate the following findings. (1)The working pressure and job burnout among rural teachers are generally serious and the level of social support was higher. (2)There are significant differences of work pressure, job burnout and social support between different groups of rural teachers. (3)The work pressure positively relate to job burnout while social support negatively relate to both. (4)The pressure of professional development and teaching predict job burnout directly and the subjective support and support availability play a mediation role between the working pressure and job burnout.

**Key words:** rural teachers; job burnout; occupational pressure; social support; occupational health psychology

责任编辑 邱香华