



引用格式:代志明. 高校青年教师过劳问题及其治理策略研究——以郑州市高校为例[J]. 郑州轻工业学院学报(社会科学版),2016,17(1):79-85.

中图分类号:G645.1 文献标识码:A

DOI:10.3969/j.issn.1009-3729.2016.01.012

文章编号:1009-3729(2016)01-0079-07

# 高校青年教师过劳问题及其治理策略研究

——以郑州市高校为例

College Young teachers' fatigue and governance strategy

—Taken the colleges and universities in Zhengzhou city for example

代志明

DAI Zhi-ming

郑州轻工业学院 社会发展研究中心, 河南 郑州 450001

**摘要:**伴随着我国高等教育由精英教育向大众化教育的转型,我国高校青年教师面临的压力日渐增加,并出现了过劳现象。以郑州市的部分高校为例,对高校青年教师过劳的现状进行实证分析发现:高校青年教师过劳问题较为严重,来自科研、教学和家庭三个方面的压力是导致其过劳的主要因素,其中来自科研方面的压力是首当其冲。高校青年教师既是我国科技创新的骨干力量之一,也是国家人力资本财富的重要组成部分。高校青年教师过劳会降低其生活质量,抑制高校的科技创新力,并带来负的外部性影响。因此,应强化高校青年教师健康管理意识,改进现行的高校教师业绩考核机制,制定相应的健康治理政策,以化解高校青年教师的过劳问题。

**关键词:**

高校青年教师;

过劳;

健康治理

收稿日期:2015-12-20

基金项目:国家社会科学基金项目(12CGL105);河南省高校科技创新人才基金项目(201303);中国博士后科学基金第七批特别资助项目(2014T70763);河南省高校青年骨干教师资助项目(2012);郑州轻工业学院第11批教改项目(2016)

作者简介:代志明(1974—),男,河南省永城市人,郑州轻工业学院特聘教授,管理学博士后,主要研究方向:健康治理与卫生经济。

近年来,随着高等教育改革的不断深入,我国的高等教育也正在经历着由精英教育向大众教育的转型。在上述转型过程中,我国高校青年教师面临的教学、科研和家庭等方面的压力也呈现日渐上升的势头,使得部分高校青年教师时常处于身心疲惫的过劳状态,甚至出现了“过劳死”现象<sup>[1]</sup>。例如,2015年7月31日,年仅41岁的我国计量经济学学术新秀苏哲林因患癌症英年早逝<sup>[2]</sup>;2011年4月19日,年仅33岁的复旦大学教师于娟因患乳腺癌辞世,其在患病时发出的“买车买房买不来健康”和“长期熬夜等于慢性自杀”等言论曾引起人们的热议<sup>[3]</sup>。当前,过劳问题已经成为危害我国高校青年教师健康的罪魁祸首。据调查,我国高校青年教师的健康状况处于基本健康、有各种疾病、亚健康三种状态的比率分别为10%、20%、70%,而处于亚健康状态的高校青年教师中,又有约50%处于重度亚健康状态,由此导致我国高校教师的平均预期寿命仅为58岁,比我国国民平均预期寿命低10岁<sup>[4]</sup>。可见,过劳问题是引发我国高校许多青年教师早逝的关键因素。诚然,过劳问题并非只发生在我国高校青年教师这一群体之中,但由于过劳问题在高校青年教师之中较为突出,再加上高校青年教师是我国人力资源的重要组成部分。因此,开展对高校青年教师过劳问题及其应对策略的研究具有极其重要的现实意义。

国外学者对教师过劳问题的研究主要集中在以下三个方面。一是对有关教师职业压力状况的考察。早在1976年,英国学者J. Dunham就对英国教师群体的职业压力问题进行了研究,发现许多教师承受着不同程度的职业压力<sup>[5]</sup>;M. Huberman<sup>[6]</sup>通过研究发现,瑞士有约40%的教师产生过疲劳或者有过工作压力较大的经历。二是对教师职业压力产生原因的探讨。W. H Gmelch等<sup>[7]</sup>通过对美国大学教师职

业压力的全国性研究发现,过快的工作节奏和较低的薪资水平是教师产生职业压力的主要原因。基于对英国两所大学85名教师的调查,S. Fisher<sup>[8]</sup>认为教师角色的多样化是高校教师职业压力形成的主因。三是对化解教师职业压力策略的研究。R. Lancaster<sup>[9]</sup>建议教师在面对压力时要控制其主观感知,并采取消极情绪管理策略来排除职业压力对其健康产生的危害。D. Torrington认为,将企业管理思维引入学校管理的做法,极易使教师产生职业压力,建议采用改进学校治理机制的方法,来消除教师的职业压力过大问题<sup>[10]</sup>。

在国内,知识分子的过劳问题也引起了有关方面和学者的关注,并围绕以下三个问题进行了研究。一是对知识分子过劳现状及其原因分析。基于对北京CBD知识分子的实证调查,杨河清等<sup>[11]</sup>发现我国知识分子的过劳问题较为严重,并且过劳问题已经对知识分子的健康造成了实质性的伤害;和红等<sup>[12]</sup>认为,来自社会转型、行业竞争和家庭生活的压力持续地冲击着知识分子的生理极限,由此引发过劳问题的出现。二是对教师过劳现象的片段性论述。张桂华<sup>[13]</sup>认为,教师罹患身心疾病的概率明显高于其他行业的人群,而上述差异的形成与学校环境、职业本身和复杂的人际关系等因素呈正相关;陈秀兰<sup>[14]</sup>则对高校教师的心理健康状况进行了个案分析,发现有约30%的高校教师处于亚健康状态。三是对消除过劳问题对策的讨论。李建军<sup>[15]</sup>认为,营造相对宽松的学术氛围和健全的健康保障体系是缓解教师过劳问题的应有之策;王建军<sup>[16]</sup>提出,应通过加大对教育的财政投入力度和优化学校的治理模式来解决教师的过劳问题;陈明丽等<sup>[17]</sup>建议将教师过劳问题纳入职业病的范畴,并采用立法的形式来保障其合法权益。

综上所述,目前学界对知识分子的过劳问

题进行了深入探讨,并取得了许多研究成果。但现有研究在以下两方面还需要深化:一是对知识分子的过劳问题研究得较多,而对高校教师的过劳问题研究得较少;二是对中国高校青年教师过劳问题的实证研究不多,亟待拓展。鉴于此,本文拟以郑州市高校青年教师为例,对我国高校青年教师的过劳问题进行实证分析,并从中找寻化解策略。

## 一、我国高校青年教师过劳问题现状

### 1. 概念界定

我们知道,伴随着政治经济和社会文化环境的变迁,“青年”一词的内涵也在发生着相应的变化。根据世界卫生组织在2013年提出的不同年龄段的划分标准,青年人的年龄段上限已经被提高到44周岁<sup>[18]</sup>。同时,考虑到我国高校新入职教师一般都接受过高等教育,因此其年龄大多超过20周岁。基于以上情况,本文将高校青年教师界定为年龄在20~44周岁之间、正在承担着教学和科研任务的高校专职教师(不含兼职教师和专职行政人员等)。

“过劳”一词最早产生于1870年代的精神病学领域,原指那些躯体、情绪、行为和人际关系严重耗竭的人所具有的一种特殊状态<sup>[19]</sup>。而随着人们所面临的各种生存压力的逐渐增加和市场竞争的日趋激烈,“过劳”一词的内涵也发生了较大变化,逐渐偏离了其最初对精神状态和心理体验的描述,而被用来特指由于持续而高强度的工作而引发的健康受损现象。一般来说,“过劳”是指由于劳动产生的疲劳不能因为包括睡眠在内的休息而得到恢复的不可逆状态<sup>[20]</sup>,包括心理疲劳和身体疲劳两个方面。

### 2. 高校青年教师过劳问题调查

#### (1) 被调查对象的描述性统计结果

为确保本次调查数据的可靠性和代表性,本文采取两种方式发放问卷,即发放纸质问卷

和电子版问卷。本次调查共发放问卷1 150份,共计回收问卷1 100份,其中有效问卷1 000份。被调查对象是在郑州市高校工作的青年教师,其有关描述性指标统计结果见表1。

表1 被调查对象的描述性统计结果

指标	类别	数量	百分比/%
性别	男	570	57.0
	女	430	43.0
年龄	20~25岁	110	11.0
	26~30岁	260	26.0
	31~40岁	600	60.0
	41~44岁	30	3.0
专业	文科	290	29.0
	理科	280	28.0
	工科	430	43.0
是否担任行政职务	是	351	35.0
	否	649	65.0
收入	3 000元及以下	172	17.2
	3 001~5 000元	568	56.8
	5 001~8 000元	208	20.8
	8 000元及以上	52	5.2

在接受调查的1 000名高校青年教师中,男性教师有570人,占被调查对象总数的57%;女性教师有430人,占被调查对象总数的43%。显然,本次被调查对象的性别比率较为合理。本次被调查对象从事文科、理科和工科的高校青年教师的人数分别是290、280、430人,占被调查对象总数的比率分别是29%、28%、43%,这与当前我国高校各个学科的师资状况基本吻合。由表1可知,在1 000名被调查对象中,担任行政职务的高校青年教师有350人,占到了被调查对象总数的35%,他们的月收入在3 000元以下、3 001~5 000元、5 001~8 000元和8 001元及以上的人数分别为172、568、208、52人,占被调查对象总数的比率分别是17.2%、56.8%、20.8%、5.2%,这说明高校青年教师的月收入偏低。

#### (2) 高校青年教师过劳情况

为了研究高校青年教师的过劳现状,本文

选取“是否熬夜工作”“患病次数是否增多”和“心理压力是否增多”三项指标作为考察高校青年教师过劳问题的关键变量。本次调查所得的数据见表2。

表2 高校青年教师过劳情况统计表

基本指标	类别	数量	百分比/%
是否熬夜工作	从不熬夜工作	42	4.2
	有时熬夜工作	532	53.2
	经常熬夜工作	426	42.6
患病次数是否增多	从未增加	41	4.1
	增加少许	142	14.2
	增加一些	734	74.4
	增加很多	83	8.3
心理压力是否增加	心理压力较小	25	2.5
	心理压力较大	724	72.4
	心理压力非常大	251	25.1

由表2可知,在1000名被调查对象中,经常熬夜工作的青年教师有426人,占被调查对象总数的42.6%;有时熬夜工作的青年教师有532人,占被调查对象的53.2%;而从不熬夜工作的青年教师只有42人,占本次被调查对象总数的4.2%。可见,经常熬夜工作的现象在高校青年教师中较为普遍。在1000名被调查对象中,有约74.3%的高校青年教师感到患病次数“增加一些”,并有约8.3%的青年教师认为他们的患病次数“增加很多”,仅有约18.3%的高校青年教师感到患病次数“没有增加”或者“增加少许”。上述数据在一定程度上可以证明高校青年教师由于过劳而引发的健康问题日渐增多。由表2还可以看出,当前高校青年教师的心理压力情况也不容乐观。在本次被调查对象中,感到“心理压力非常大”和“心理压力较大”的高校青年教师占被调查对象总数的比率分别达到25.1%和72.4%,而仅有2.5%的被调查对象认为其“心理压力较小”。显然,在各种因素的协同作用下,当前我国高校青年教师的过劳现象较为突出,这一问题应当引起有关当局的重视。

### (3) 引发高校青年教师过劳的因素

为了更为深入地研究高校青年教师的过劳问题,本文对引发高校青年教师过劳的关键因素进行了调查,相关调查结果见表3。在本次被调查的1000名高校青年教师中,认为引发过劳的关键因素是教学、科研、家庭和其他因素的人数分别为239、388、254、119人,占本次被调查对象总数的比率分别是23.9%、38.8%、25.4%、11.9%。可见,对高校青年教师来说,来自科研、教学和家庭这三个方面的压力是导致其过劳问题产生的关键因素,其中来自科研方面的压力是高校青年教师产生过劳的首要原因。

表3 引发高校青年教师过劳的因素

引发过劳的因素	数量	百分比/%
教学	239	23.9
科研	388	38.8
家庭	254	25.4
其他	119	11.9
合计	1000	100

### (4) 化解高校青年教师过劳问题关键点的统计结果

为了探寻化解高校青年教师过劳问题的关键点,本文对高校青年教师进行了调查,相关调查结果见表4。在1000名被调查高校青年教师中,认为解决过劳问题的关键点是政府、学校、社会和个人的,占被调查对象总数的比率分别是23.4%、38.5%、18.6%、19.5%。显然,政府部门和高校被认为是破解高校青年教师过劳问题的关键点,而高校青年教师自身则是产生过劳问题的次要因素。因此,要想预防或者缓解我国高校青年教师的过劳问题,需要政府部门、高校和青年教师自身相互配合。

## 二、高校青年教师过劳的危害

众所周知,高校青年教师既是我国科技创

新的骨干力量之一,也是国家人力资本财富的重要组成部分。因此,其过劳问题不仅会对高校青年教师个人带来伤害,而且也会对高校乃至整个社会造成很大损失。

表4 化解高校青年教师过劳问题的关键点

关键点	数量	百分比/%
政府因素	234	23.4
学校因素	385	38.5
社会因素	186	18.6
个人因素	195	19.5
总计	1000	100

### 1. 降低高校青年教师的生活质量

长期处于过劳状态会加大高校青年教师罹患各种疾病的概率,增加医疗保健费用支出。同时,由于每个人的时间和精力是有限的,当高校青年教师经常处于过劳状态时,他们花费在家庭和个人爱好等方面的时间与精力就会减少,从而极易引起工作与家庭生活的冲突,而这通常会降低高校青年教师的生活质量。另外,过劳对高校青年教师的工作满意度也会带来不利影响,因为对于那些经常处于过劳状态的高校青年教师来说,身体不适和精神疲劳的状况,使得他们难以集中精力去关注自己感兴趣的问题,从而使得他们的工作满意度日渐下降。

### 2. 抑制高校的科技创新能力

我们知道,青年教师是当前我国高校承担各类科技创新计划的骨干力量。例如,在2015年获得国家自然科学基金资助的项目负责人中,年龄在40岁以下的项目负责人占43.14%,其中36~45岁年龄段的项目负责人占46.36%,上述指标均比2014年增长了3%<sup>[21]</sup>。由此可见,高校青年教师是获得国家自然科学基金资助的“大户”。但高校青年教师过劳必然会影响他们从事科技创新的效率,再加上从事创新工作也需要一定的灵感作为基础,而长期过劳会导致一些高校青年教师的创新思维过早衰退甚至

走向枯竭。可想而知,上述问题的出现势必会降低高校的科技创新能力,并最终削弱高校的核心竞争力。

### 3. 带来负外部性影响

高校青年教师是高校最重要的人力资源,他们不仅担负着为国家培养各类专业人才的职责,而且还要在促进各项社会事业发展的进程中发挥正向推动和引领性的作用。而高校青年教师过劳问题的存在,必然会产出一定的负外部性影响,削弱上述作用的发挥,从而在一定程度上影响到社会的协调发展,并且会给国家和社会带来较大的人力资本损失。总之,高校青年教师过劳问题对整个社会都会带来诸多负面影响。

## 三、化解高校青年教师过劳问题的应有策略

本文以郑州市的部分高校为例,对高校青年教师过劳问题进行了实证研究,结果发现,我国高校青年教师的过劳问题较为严重。同时,若任由过劳问题发展下去,必然会影响到青年教师自身和高校的可持续发展。为了化解当前我国高校青年教师日益严重的过劳问题,应采取以下策略。

### 1. 高校青年教师应当树立科学的健康管理意识

首先,高校青年教师应当确立合理的职业目标并进行相应的角色定位,以规避由于角色冲突而带来的心理困扰。为此,高校青年教师在制定职业生涯规划时,应当对其自身能力及其所处的外在环境保持清醒的认识,切忌将职业目标定位过高和盲目攀比,并且在其日常工作中要保持较为平和的心态。其次,高校青年教师应当养成良好的生活习惯。例如,为了增进自身健康,高校青年教师应当适度增加其从事各项锻炼的时间和强度。同时,高校青年教

师应当养成按时休息和规律饮食的习惯,并定期参加健康体检。最后,高校青年教师应当树立健康管理理念,主动学习健康管理方面的知识。此外,高校青年教师还应维持良好的人际关系,以利于缓解其在工作和生活方面产生的心理压力。

## 2. 高校应当制定科学的业绩考评机制

首先,高校的业绩考评机制应当以促进教师的专业水平提升为目的和以激励为取向,变终端评价和奖励为阶段性评价和过程奖励。应废除以SCI论文及其影响因子等作为唯一评价标准的科研考评体系,因为该种评价指标不仅会人为地增加高校青年教师的压力,而且对我国的科技和文化安全会造成潜在威胁<sup>[22]</sup>。鉴于此,高校应将科研成果、授课质量、学生评价等多项指标综合起来对教师的业绩予以评价,这样做既可以减轻高校青年教师的工作压力,又可以激发起其工作积极性。同时,应善于发现高校青年教师身上的闪光点,并积极与他们沟通,从而使得高校教师业绩考核机制真正起到促进高校可持续发展的作用。其次,在高校人员配置方面,高校决策层应当力求实现人、事配置的最优化,力争做到人尽其才,以避免因角色冲突而引起的过劳问题<sup>[23]</sup>。再次,在薪酬体系设计方面,高校决策层应当做到公平与效率相结合,避免高校青年教师因薪酬过低而不得不承担过多的工作,导致他们出现过劳问题。

## 3. 政府部门应当制定相应的健康治理政策

当然,导致高校青年教师过劳的因素除了与高校青年教师自身和高校的考核体制有关之外,还与政府部门的相关制度缺失有关。因此,建议政府部门采取如下措施来缓解高校青年教师的过劳问题。一是倡导科学的生命价值理念。针对当前高校青年教师围绕科研和教学而展开的竞争日益激烈的现实情况,政府部门应当倡导一种合理分配工作与生活时间的新理

念,并摒弃那些变相鼓励教师超负荷工作的传统做法,以引导高校青年教师在积极工作的同时,珍视自身的生命价值。二是加快教师过劳及其权益保护的立法进度。在高校教师劳动保护方面,政府部门应当从保障高校青年教师的健康权为首要任务,以法律的形式确保高校青年教师的休息权,并将“过劳死”纳入我国职业病防控范畴<sup>[24]</sup>。与此同时,政府部门应增加对高校青年教师健康促进方面的人力资本投资。例如,可以建立以政府为主导的高校教师健康管理体系,通过对高校青年教师的健康状况实施动态管理以维护其健康权益。三是扶持健康管理专业机构发展。政府部门应当为健康管理专业机构的发展提供相关政策支持,使该类机构可以为高校青年教师提供专业化的健康管理服务,并采用个性化的健康管理措施来缓解高校青年教师的过劳问题,以使其恢复到良好的健康状态。

## 参考文献:

- [1] 刘萍. 高校青年教师心理健康及其调试[J]. 重庆工学院学报, 2005(7): 87.
- [2] 金颖琦. 一位青年经济学家的死亡[EB/OL]. (2015-08-14) [2015-10-10]. <http://culture.cenet.org.cn/show-125-67961-1.html>.
- [3] 于娟. 此生未完成[M]. 长沙: 湖南科技出版社, 2015: 126.
- [4] 赖铮. 国际视野下的英语教育[M]. 厦门: 厦门大学出版社, 2008: 81.
- [5] DUNHAM J. Teacher stress: prevalence, sources, and symptoms[J]. British journal of educational psychology, 1978(18): 159.
- [6] HUBERMAN M. Burnout in teaching careers[J]. European education, 1993(3): 47.
- [7] GMELCH W H, IORRICH N P, WILKE P K. A national study of stress among university faculty members[J]. Phi Delta Kappan, 1984(16): 367.

- [8] FISHER S. Stress in academic life; the mental assembly line [M]. Buckingham: The society for research into higher education and open university press, 1994: 235.
- [9] LANCASTER R. Learning to cope with stress can make you a better teacher [J]. Teaching and learning, 1991(92): 5.
- [10] BARY A Farber. Stress and burnout in suburban teachers [J]. Journal of educational research, 2013(6): 325.
- [11] 杨河清, 王丹. 北京商务中心区知识工作者过劳状况[J]. 经济与管理研究, 2011(3): 96.
- [12] 和红, 金承刚. 亚健康“青睐”知识分子吗? [J]. 人口研究, 2005(6): 53.
- [13] 张桂华. 高校教师心理健康状况的调查与思考 [J]. 教书育人, 2005(11): 23.
- [14] 陈秀兰. 浅析高校教师过劳死现象及保护措施 [J]. 法制与社会, 2007(2): 83.
- [15] 李建军. 中青年知识分子“过劳死”在“拷问”谁? [J]. 新疆师范大学学报, 2007(1): 1.
- [16] 王建军. 探析高校中青年教师“过劳死”[J]. 内蒙古师范大学学报, 2005(11): 134.
- [17] 陈明丽, 许明. 国外关于教师职业压力的研究 [J]. 福建师范大学学报(哲学社会科学版), 2010(3): 123.
- [18] 朱建平. 世卫组织: 44岁以下为青年[J]. 健康博览, 2013(6): 13.
- [19] 韩飞雪. 我国“过劳”问题研究综述[J]. 全国商情, 2010(7): 111.
- [20] 杨河清. 我国适度劳动研究[J]. 人口与经济, 2014(3): 85.
- [21] 唐婷. 更多年轻人获国家自然科学基金资助 [N]. 科技日报, 2015-08-27(03).
- [22] 谭振江. 屠呦呦获奖的启示意义 [N]. 联合早报, 2015-10-10(02).
- [23] 戚业国, 王徐波. 我国高校内部管理体制改革的30年历程、经验与发展趋势[J]. 中国高校研究, 2008(11): 56.
- [24] 胡锦涛. 在全国优秀教师代表座谈会上的讲话 [N]. 人民日报, 2007-09-01(01).