

# “双减”政策下小学青年教师 工作负担的现实审视与 减负策略

何淑萍

武汉工程大学, 湖北 武汉

收稿日期: 2022年11月1日; 录用日期: 2022年11月30日; 发布日期: 2022年12月7日

## 摘 要

“双减”政策自实施以来, 在各方的大力支持下, 已取得一定成果, 学生的学业负担也得到有效减轻。而这必然离不开作为主阵地的学校和一线教师们的辛苦付出。但大家在关注教师教学成果的过程中, 往往忽视了“双减”政策带给教师的各种工作负担。尤其是处于基础教育阶段的广大青年教师, 作为“双减”政策落实的主力军, 工作负担日渐加重。对此, 为教师减负势在必行。教育行政部门应完善配套设施, 整合教育资源; 学校应优化内部管理, 坚持以人为本; 家长应树立正确教育观, 推进家校共育; 教师自身应保持良好心态, 重视专业发展。

## 关键词

“双减”政策, 小学青年教师, 工作负担, 减负

## Realistic Survey of the Work Burden of Young Primary School Teachers under the “Double Reduction” Policy and the Strategies for Reducing the Burden

Shuping He

Wuhan Institute of Technology, Wuhan Hubei

Received: Nov. 1<sup>st</sup>, 2022; accepted: Nov. 30<sup>th</sup>, 2022; published: Dec. 7<sup>th</sup>, 2022

文章引用: 何淑萍. “双减”政策下小学青年教师工作负担的现实审视与减负策略[J]. 教育进展, 2022, 12(12): 5188-5193. DOI: 10.12677/ae.2022.1212788

## Abstract

Since the implementation of the “double reduction” policy, with the strong support of all parties, certain achievements have been made, and the academic burden of students has also been effectively reduced. This is bound to be inseparable from the hard work of schools and front-line teachers. However, in the process of paying attention to teachers’ teaching achievements, people often neglect the various work burdens brought by the “double reduction” policy. In particular, young teachers in the basic education stage, as the main force in the implementation of the “double reduction” policy, are increasingly burdened with work. Therefore, it is imperative to lighten the burden of teachers. Educational administrative departments should improve supporting facilities and integrate educational resources; schools should optimize internal management and adhere to people-oriented; parents should establish a correct view of education and promote family school education; teachers should maintain a good attitude and attach importance to professional development.

## Keywords

Double Reduction Policy, Young Teachers in Primary Schools, Burden of Work, Alleviate Excessive Burden

Copyright © 2022 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

## 1. 问题提出

“双减”政策自实施以来，不断取得成效。学生的学业负担减轻，身心健康不断得到发展。德智体美劳五育并举下，学生的综合素质也普遍得到提高。学生参加学校课后服务，家长们减轻了校外培训的经济负担，家庭教育焦虑也得到有效缓解。这些成果的获得，都离不开学校和一线教师们的辛苦付出。但是大家在关注教师的教学成果时，往往容易忽视“双减”政策给教师带来的工作负担。各中小学校在落实“双减”政策、开展课后服务的过程中，往往存在着“学生负担减轻，教师负担加重”的反向增负现象。在全方位贯彻为学生减负的同时，中小学教师的工作内容和方式已发生了很多实质性的变化，许多教师都反映自身工作压力与负担在增加[1]。尤其是对于任教经验较少的小学青年教师而言，还处于对学校环境、教师教学、学生教育等方面的摸索阶段，对于教育行政部门以及学校领导的安排，都照单全收，最后导致教师负担加重，身心健康受损。而这将影响教师的教育教学和专业发展，进而影响教师队伍质量。因此，认真审视目前小学青年教师工作负担现状，继而为教师减负提质尤为重要。

## 2. “双减”政策下小学青年教师减负的重要性

### 2.1. 政策需求：国家政策对教师的日益关注

教育部 2019 年的工作要点指出，今年将下大力气为教师减负。其后，2019 年 12 月，中共中央办公厅、国务院办公厅印发了《关于减轻中小学教师负担进一步营造教育教学良好环境的若干意见》，就减轻中小学教师负担提出了 20 条意见，强调“切实减轻与教育教学无关的负担”，一定要保障教师的基本权益，以促进教师身心健康发展。

继 2019 年印发教师减负政策之后, 2021 年 7 月中共中央办公厅、国务院办公厅又印发了《关于进一步减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担的意见》(简称《“双减”意见》), 明确了当前义务教育改革的方向和内容, 强调推进作业设计改革、完善校内课后服务, 减轻学生作业负担, 促进学生全面健康发展。“双减”政策在明确给学生减负的同时, 也将此次的义务教育改革的重心转移给了学校和教师。“双减”政策的宗旨就是要充分发挥学校教书育人的主体功能, 强化学校教育的主阵地作用。而专业化的教师队伍是有效落实“双减”政策的前提保障, 这就需要教师全面优化教学方式, 锐意教学改革创新, 提升专业化水平。但教师的工作负担过重, 难有足够的时间和精力提升自身专业水平, 继而难以有效落实“双减”政策。

## 2.2. 现实需求: 目前教师工作负担仍旧较重

在 2018 年全国两会记者会上, 教育部部长陈宝生就已提出现在老师的负担过重, 各种填表、评比等非教学性工作给老师带来了很大的负担和压力。自 2021 年 7 月开始实施“双减”政策后, 教师的工作负担无形中又被加重。根据 2022 年 3 月 2 日北京师范大学中国教育与社会发展研究院发布的《全国“双减”成效调查报告》显示: 学生作业负担得到有效减轻, 但是由于对老师的课堂教学和作业设计要求提高, 课后服务时间延长, 教师工作压力和负担加重。47.2%的教师每周纯工作时间超过 40 小时, 60.3%的教师认为课后服务后工作量加大, 70.9%的教师呼吁减轻非教学负担。此外, 受疫情常态化的影响, 教师的工作方式和工作内容也随之改变。除必要的教学工作外, 教师还经常性需要询问登记学生以及家长的安全健康情况。同时, 疫情影响下, 教师常须采用线上教学的方式给学生授课。在减轻学生作业负担的前提下要保证学生的学习效果和课后服务质量, 教师的工作难度可想而知。尤其对于教学经验尚浅的青年教师而言, 更是难上加难。因此, 如何为青年教师减负, 从哪些方面为青年教师减负, 已成为当务之急。

## 2.3. 教师需求: 工作负担影响教师专业发展

教师作为一名教育工作者, 承担着教书育人的重任, 需要不断提升自己的专业品质与素养, 促进自身的专业发展。钟启泉也提出: 教育改革的核心环节是课程改革, 课程改革的核心环节是课堂改革, 课堂改革的核心环节是教师专业发展——这就是教育改革的逻辑。

教师的专业发展是一个能动的过程。对于中小学教师而言, 学生厌学、考试成绩压力以及工作压力等是目前教师工作负担的重要来源, 特别是中小学青年教师的专业知识不足和专业技能不过关而又引发教师心理紧张, 造成教师的心理负担。另外过分强调教师行事标准化、集体化也削弱了教师的创造性, 繁杂的非教学任务也导致教师身心疲惫, 难以关注自身的专业发展问题。而这也是教师专业发展相关理论渐趋成熟, 但实际成效却没有太大突破的一个重要原因。

## 3. “双减”政策下小学青年教师工作负担的现实审视

“双减”政策强调要进一步减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担, 而小学阶段作为义务教育的起始和基础阶段, 在落实“双减”政策过程中起着至关重要的作用。各小学作为此次“双减”政策实施的主阵地, 开展了课后服务、作业设计、课堂教学改革等一系列相关活动, 切实达到了减轻小学生学业负担的目的。但是, 这一成效取得的同时也给一线教师带来巨大工作压力, 尤其是教师队伍中的青年教师, 工作负担和心理压力都有所增大。

### 3.1. 工作时间延长, 工作内容增多

“双减”政策带给小学青年教师最明显的变化就是工作时间的延长和工作内容的增多。为落实“双减”政策的要求, 各学校基本开设了课后服务, 并要求大多数教师参与到课后服务中来, 这导致部分教

师因课后服务的开展而长时间超负荷工作。课后服务不仅延长了教师的工作时间，挤占了备课、教研、学习时间，还影响了他们正常的生活和休息。有些参与课后服务的教师表示，学校教学工作本就非常繁重，额外增加课后服务的工作任务，无疑是“雪上加霜”[2]。此外，由于学校师资力量不足，班主任成为此次“双减”课后服务的承担主体，大多数班主任每周参与课后服务三天及以上。他们既要负责协调各学科作业和提升学生的自主管理能力，也要给学生答疑解惑和检查作业，工作任务十分繁杂[3]。而青年教师作为班主任队伍中的主力军，不仅被各种班级事务和教学任务压迫的头晕脑胀，还长期牺牲自己的个人休息时间开展课后服务，处于“连轴转”的工作状态，工作强度十分大。

### 3.2. 工作难度增大，心理负担加重

“双减”政策在强调减轻学生学业负担的同时，也要求学校发挥主阵地的作用，锐意教学改革，加强对课后服务、作业设计和课堂教学等方面的改革创新。而青年教师在专业发展和班级管理上仍处于“摸着石头过河”的探索阶段，“双减”政策的要求增大了青年教师的工作难度，也使其心理负担加重。

一是政策感知难。小学青年教师大多工作年限较短，教学经验不足，在教学上多照搬老教师的教学经验，限于固有的教学思维中，对于“双减”要求的教学和作业设计改革“摸不着头脑”，对于学校和相关教育行政部门所提出的要求常不知所措，心理压力逐渐增大。二是政策落实难。学校举办一系列与“双减”政策相关的作业设计比赛、课堂教学比赛等赛事，还经常组织听课、评课等活动，要求教师积极参与。青年教师作为各种赛事和活动的主力军，在相关经验缺乏的前提下，需要耗费更多的时间和精力。且有时比赛接连不断，导致教师身心俱疲，精神压力极大。三是家长沟通难。“双减”政策实施后，家长将学生的学习重心由校外培训机构全部转向学校，对教师的教学成果期待值拉大，但对学校和教师的工作配合度并不高。青年教师由于经验不足，在与家长沟通及开展工作的过程中，常处于被动地位，心理压力巨大。

### 3.3. 工作反向增负，专业发展受限

“双减”政策的目的在于提供优质教育资源，促进教育公平。师资队伍建设则是“双减”政策有效落实的关键环节。加强师资队伍建设，必须要关注教师专业发展。教师的专业发展存在明显的阶段性，青年教师目前多处于适应期至探索期的阶段[4]，满怀教育激情，是专业发展的最佳时机。但受现实因素和实际工作的影响，多数青年教师不仅难以把握机会，还增添更重的工作负担。

一方面是当前教师除每日正常教学和管理班级外，还额外增加大量工作，难有时间沉下心来认真学习。尤其现在疫情频发，教师常常半夜还得处理流调相关工作。长期处于这种过量的工作积压状态下，严重影响青年教师的工作状态和身心健康，打击教师专业发展的热情，减弱教师在教学过程中的主观能动性和专业发展的意识。另一方面，青年教师进入学校的前几年，工作的重难点在于如何全面准确的把握教材、怎样高效的管理班级和建立良好的师生关系。而教学经验丰富的中年教师的工作重点则在于如何开展教育研究以及如何从多方面进行自我突破。“双减”政策实施后，学校要求教师进行课堂教学改革创新、加强作业设计改革等，这对于经验丰富而想要实现自我突破教师而言，或许是个好时机。但对于还未完全解决班级管理基础性问题的青年教师而言，这无疑给他们设了个更难的关卡，使他们陷入专业发展的瓶颈期，不知道从何处着手。

## 4. “双减”政策下小学青年教师减负提质的优化策略

小学青年教师工作负担过重，需要分类治理，内外结合，才能达到减负提质效果。具体而言，可从

教育行政部门、学校、家长和教师个体层面入手，形成治理合力，有针对性的减去教师不合理的工作负担。

#### 4.1. 教育行政部门层面：完善配套设施，整合教育资源

“双减”政策下为青年教师减负提质，教育行政部门首先需有所作为。作为政策的制定者，教育行政部门应根据政策的执行效果，有针对性的完善政策内容，调整实施策略，以发挥政策的整体效应。一是提供优质教育资源，增加课后服务供给。师资水平影响课后服务质量。教育行政部门应加大宣传，号召社会更多优秀专业人才参与课后服务，弥补师资不足，也给校内教师更多自我发展的时间。同时也可加强学校与相关培训机构的合作，通过资源共享，提供更多优质服务。二是加大财政补贴力度，提高教师工资待遇。教师额外的付出得不到相应的补偿会弱化教师群体的工作积极性。因此，教育行政部门应在保障教师基本工资待遇的基础上，额外划拨资金进行补贴，改善教师福利待遇，提升教师工作幸福感。三是注重优质资源整合，促进各校学习交流。许多学校和教师对于如何有效落实“双减”政策仍头痛不已。为此，教育行政部门应组织各校校长和教师进行跨区和跨校学习交流，并请已卓有成效的学校和教师分享成果经验，为其他学校和教师有效落实“双减”政策提供经验借鉴，以减轻教师心理焦虑。

#### 4.2. 学校层面：优化内部管理，坚持以人为本

学校内部管理效能低下是青年教师工作负担增加的一个重要原因。因此，学校应提升管理水平，将经验管理转化为科学管理，坚持以人为本的管理理念。一是重视教师意见反馈，满足教师合理诉求。学校可经常召开教职工代表大会，针对学校管理、教育教学等重大问题倾听教师意见，维护教师基本权益。二是合理安排教师工作时间，提升教师工作幸福感。课后服务的增加大大延长教师的工作时间，若仍沿用以往的工作时间制度，则对于家中有老人小孩等特殊群体需要照顾的教师造成一定负担。为此，学校可采用弹性工作时间制，灵活安排教师工作时间，并合理安排教师课程，在不影响教师正常教学的基础上，尽可能减轻教师负担。三是减少教师非教学性事务，保证教师潜心教学和专业发展。学校应优化内部管理组织结构，有效整合学校内部工作机制，加强各部门的沟通交流，以达到最优的管理效果，从根本上减少教师重复工作。同时，对于非必要性工作，能减则减，不给教师增添额外工作量。

#### 4.3. 家长层面：树立正确教育观，推进家校共育

“双减”政策颁布后，家长的教育焦虑带给教师一定的工作压力和心理困扰。但孩子的教育问题历来不单是学校和老师的责任，家校共育才是保证孩子茁壮成长的根本良方。所以，家长也需付出一定行动，与教师一同促进孩子全面发展。一是尊重并理解教师工作，构建良好家校关系。家长应从教师角度考虑，抛去对教师的成见，理解教师工作的不易，积极配合教师工作，减轻教师工作量和心理负担，使教师能够有更多的时间和精力放在教育教学上，以提供更优的教育服务。二是积极参与家校交流，树立正确教育观念。家长委员会、家校交流活动等方式，能够有效促进教师与家长、家长与家长间的沟通交流，及时了解孩子的教育情况。家长应积极参与家校交流等相关活动，在与老师近距离沟通以及其他家长相互学习的过程中，树立正确的教育观念，重视孩子教育问题，推进家校共育，营造良好教育生态圈。

#### 4.4. 教师个体层面：保持良好心态，重视专业发展

切实减轻教师的工作负担和心理负担，也需要教师内在的自我纾解。一是保持良好工作心态，合理看待工作负担。处理工作事务时，教师应保持冷静、不骄不躁的心态。教师也须保持平稳的生活节奏，空闲时加强体育锻炼，在强身健体的同时排解工作上的情绪负担，同时也可常与朋友、家人等沟通交流，保持生活愉悦，避免积郁成疾。二是经常性自我反思，提升专业发展水平。青年教师当前处于发展的最

佳时机，要善于对自己的教育教学与班级管理能力和进行反思，并进行充分的自我认知，发现自己的不足之处，及时改正。其次，教师要找准自身优势，在促进自我专业发展的同时，不断挑战自己，以便更好应对“双减”政策对于教师教育教学能力的高要求。三是转变教育教学方式，坚持科学育人。教师要响应“双减”政策号召，与时俱进，树立促进学生全面发展的思想观。同时坚持以学生为中心的课堂教学思维，引导学生开展自主学习，丰富课堂教学形式，优化课后作业质量，全方位助推学生成长。

## 5. 结语

基础教育阶段的青年教师作为教师队伍的主力军，不仅是提升教育质量的重要动力，还是有效落实“双减”政策的关键所在。当前“双减”政策下小学青年教师工作负担过重的现实问题日益突出，不利于教师的身心健康和职业发展。教育行政部门和学校要内外联动，从源头为教师减负；家长要支持家校共育，大力配合教师的工作；教师自身要调整工作心态，在坚持专业本位的基础上，为自己增能。在各方的共同努力下为小学青年教师减负提质，能够营造良好的教师工作氛围，进而增强优质师资力量，助推“双减”政策全面落实到位。

## 参考文献

- [1] 郭霁瑶. 全国政协委员、华东师范大学副校长戴立益：“双减”后教师负担过重怎么办？[J]. 中国经济周刊, 2022(5): 84-85.
- [2] 周洪宇, 齐彦磊. “双减”政策落地：焦点、难点与建议[J]. 新疆师范大学学报(哲学社会科学版), 2022, 43(1): 69-78.
- [3] 刘京翠, 赵福江. “双减”背景下中小学班主任工作现状调查与分析——基于对全国 16166 名班主任的问卷调查[J]. 教育科学研究, 2022(8): 44-52+63.
- [4] 钟祖荣, 张莉娜. 教师专业发展阶段的调查研究及其对职后教师教育的启示[J]. 教师教育研究, 2012, 24(6): 20-25+40.