

# 广西乡村中学教师社会支持与工作压力的关系：核心自我评价的完全中介作用

侠 牧<sup>1</sup>, 朱和贵<sup>1</sup>, 李雪榴<sup>2\*</sup>

<sup>1</sup>广西民族大学教育科学学院, 广西 南宁

<sup>2</sup>南宁师范大学体育与健康学院, 广西 南宁

Email: \*517828599@qq.com

收稿日期: 2021年3月28日; 录用日期: 2021年4月19日; 发布日期: 2021年4月29日

## 摘 要

广西乡村中学教师工作压力现状不容乐观。为了验证社会支持和核心自我评价是否会抑制该地区乡村中学教师体验到的工作压力, 研究选取121名当地中学教师为样本, 以问卷调查为研究方法, 并采用回归分析为技术手段展开调查。结果表明: 核心自我评价在社会支持和工作压力之间起完全中介作用——西部民族地区乡村中学教师获得的社会支持越丰富, 则其核心自我评价也越高, 并因此体验到更低的工作压力。

## 关键词

西部民族地区乡村教师, 社会支持, 工作压力, 核心自我评价

# The Relationship between Social Support and Work Stress of Rural Middle School Teachers in Guangxi: The Complete Mediating Role of Core Self-Evaluation

Mu Xia<sup>1</sup>, Hegui Zhu<sup>1</sup>, Xueliu Li<sup>2\*</sup>

<sup>1</sup>Institute of Educational Sciences, Guangxi University for Nationalities, Nanning Guangxi

<sup>2</sup>Institute of Physical Education and Health, Nanning Normal University, Nanning Guangxi

Email: \*517828599@qq.com

\*通讯作者。

文章引用: 侠牧, 朱和贵, 李雪榴(2021). 广西乡村中学教师社会支持与工作压力的关系: 核心自我评价的完全中介作用. *心理学进展*, 11(4), 1035-1041. DOI: 10.12677/ap.2021.114117

## Abstract

The job stress of rural middle school teachers in western minority areas is not very optimistic. In order to verify whether social support and core self-evaluation can inhibit the work pressure experienced by rural middle school teachers in this area, 121 local middle school teachers were selected as samples, questionnaire survey was used as the research method, and regression analysis was used as the technical means to carry out the survey. The results show that: core self-evaluation plays a complete mediating role between social support and work pressure—the more social support rural middle school teachers in western minority areas get, the higher their core self-evaluation, and therefore experience lower work pressure.

## Keywords

Western Ethnic Areas Rural Teachers, Social Support, Work Stress, Core Self-Evaluation

Copyright © 2021 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

《中国教育现代化 2035》提出要进一步促进教育公平，推动公共教育服务的均等化，这一目标实现的关键在于民族地区、边疆地区与贫困落后地区的教育事业发展(黄晋生, 蔡文伯, 2019)。为了推进民族地区的教育事业的发展, 提高教师专业水平和心理素质是十分关键的, 但一项调查结果表明, 西部民族地区教师的心理健康水平低于全国常模水平(陈秋燕, 钱敏, 郭娅, 2004), 这为我们敲响了警钟。巨大的工作压力是教师身心疾病增多、抑郁焦虑情绪突出、自卑心态强等生理和心理疾病的重要诱因之一(王有智, 2000; 徐学俊, 魏礼飞, 2001; 俞国良, 曾盼盼, 2001), 部分民族地区农村中小学教师普遍处于高压环境中(蔡文伯, 袁雪, 2018), 西部民族地区则尤为如此——近年来, 受工资待遇偏低、工作负担过重、升学率、晋升难、培训机会少等各种不良环境因素的影响, 西部民族地区乡村教师普遍感受到巨大的工作压力(梁承新, 2013), 这严重影响着西部民族地区农村教师队伍的稳定性与教育质量的提升。但另一方面, 也需要注意到, 也不是所有农村教师都会选择离开岗位, 也有一些教师, 如薛开明(王莹, 程丹, 2019)、彭娟(王仁斯, 2019)、坎拜散姆·克然木(谭洁羽, 曾伟, 2014)等, 他们能够在无数压力、挫折和困难面前坚持留下, 用自己的青春甚至是一生谱写一幕幕“最美乡村教师”的动人传说。在这其中, 一定存在一些个体心理层面的积极因素, 降低了教师能感知到的工作压力水平, 从而保证教师能顺利完成教书育人的伟大使命。因此, 深入了解西部民族地区乡村中学教师工作压力的现状及其抑制性影响因素将对西部民族地区农村教育的发展具有重要意义。

在对抗压力的众多积极品质当中, 心理韧性是当下研究的热点, 它由目标专注、情绪控制、积极认知、家庭支持和人际协助五个因子组成(胡月琴, 甘怡群, 2008)。正如其名, 它代表了面对挫折和逆境的韧性。当面对持续的生活压力时, 心理韧性高的人往往能抑制压力带来的不利影响。在心理弹性的组成内容中, 家庭支持和人际协助统称社会支持, 它实际上指的是个体在面对挫折时, 能否得到家人或朋友

持续的援助。依据布朗分布伦纳提出的著名生态发展心理学理论——生物生态学模型(Bioecological model) (Bronfenbrenner & Morris, 2006; Rosa & Tudge, 2013; Siraj & Huang, 2020; Xia et al., 2020), 社会支持是一种过程(Process)因素, 是导致发展的四种因素中, 最强有力的。可以预测, 个体的社会支持将会有效抑制其生活压力。另一方面, 核心自我评价是个体对自身能力和价值最基本的评价, 包含了自尊、控制点、神经质和一般自我效能四个子特质(Judge et al., 1997)。核心自我评价高的个体具备积极的自我认知、良好的情绪调节能力, 比较成熟、自信和稳重(Judge & Bono, 2001)。以成年人或儿童为对象的研究均发现, 社会支持对心理健康的积极影响至少有部分是通过核心自我评价的中介作用实现的。比如, 对大学生的研究发现, 核心自我评价在领悟社会支持和心理健康的关系间均发挥完全中介作用(谢其利, 2017), 并且在社会支持与主观幸福感之间存在部分中介效应(杨晓峰, 许思安, 郑雪, 2009)。对流动儿童的研究发现, 核心自我评价在社会支持与抑郁间起部分中介作用(赵燕, 2014)。对维吾尔族中小学生的研究也发现了相似结果(王伟国, 王树荫, 2016)。对听力障碍中学生的研究也发现, 核心自我评价在家庭支持与生命意义感, 其他支持与生命意义感间起完全中介作用, 在朋友支持与生命意义感间起调节作用(项明强, 侯晓晖, 2013)。

综上所述, 社会支持和核心自我评价是影响工作压力的重要因素, 而社会支持对心理健康的积极影响又至少是部分通过核心自我评价的中介作用实现的, 因此, 对于西部地区中学教师而言, 其社会支持对工作压力水平的抑制作用, 很可能也是通过核心自我评价的中介作用实现的。但是以往研究对西部民族地区乡村教师的工作压力问题多集中于成因, 而对能抑制工作压力水平的保护性因素和其传递机制均缺乏实证研究。因此, 本研究以广西民族地区为例, 在对农村中学教师实证调研的基础上, 探索社会支持对工作压力强度的影响, 以及教师的核心自我评价在其中的作用, 为西部民族地区教师教育政策的优化改进提供经验参考。

## 2. 研究方法

### (一) 被试

在广西各个乡镇和县城的中学选取教师 121 人, 其中男性 8 人, 年龄范围 22~35 岁, 平均年龄 28 岁。

### (二) 研究工具

#### 1) 青少年心理弹性量表

胡月琴、甘怡群编制的《青少年心理弹性量表》共有 27 题, 包含目标专注、情绪控制、积极认知、家庭支持和人际协助五个因子, 内部一致性系数均大于 0.7。前 3 个因子属于个人力, 后 2 个因子属于支持力。本研究采用家庭支持和人际协助两个维度, 共 12 题作为社会支持的度量。使用 1(完全不符合)~5(完全符合) 5 级评分, 得分越高表示其心理韧性越强(胡月琴, 甘怡群, 2008)。在本次研究中社会支持总分的内部一致性系数为 0.799。

#### 2) 核心自我评价量表

采用 Judge 等编制, 杜建政等翻译并修订的《核心自我评价量表》(杜建政, 张翔, 赵燕, 2007, 2012)。原问卷只有一个维度, 共 10 个题目, 采用 5 等级计分方式, 1~5 代表“完全不同意-完全同意”, 得分越高表示对自己的评价越高。在本次研究中核心自我评价总分的内部一致性系数为 0.868。

#### 3) 工作压力量表

采用石林、程俊玲等编制的《中小学教师工作压力问卷》, 问卷分压力源和压力反应两部分(石林, 程俊玲, 邓从真等, 2005)。本研究取该问卷第一部分压力源进行评定。压力源部分主要有教育教学改革、学生、学校管理、工作特征、职业发展、身心特征、家庭和社会 8 个维度, 36 个题目。为了避免趋中反应, 问卷所有题目分为 5 级反应, 0 = 没有压力, 1 = 压力较轻, 2 = 压力中等, 3 = 压力较大;

4 = 压力很大, 得分越高表示被试感受到的工作压力越大。在本次研究中工作压力总分的内部一致性系数为 0.965。

(三) 程序

由于疫情的影响, 所有调查改为线上进行。为了保证被试作答质量, 在设置题目时加入一题“此题请选择第一个选项”, 作为探测被试是否认真作答的手段。共发放电子问卷 121 份, 在排除掉探测题没按要求作答的问卷后, 余下有效问卷 77 份, 回收率为 64%。

3. 调查结果

(一) 共同方法偏差检验

研究采用自我报告报告法, 因此存在共同方法偏差的可能性(杜建政, 赵国祥, 刘金平, 2005)。对研究数据进行 Harman 单因子检验结果表明, 根据特征根大于 1 的标准, 采用未旋转的因素分析共析出了 13 个因子。最大因子方差解释的变异为 19.67%, 远小于 40% 的临界标准, 因此不存在严重的共同方法偏差。

(二) 描述统计

使用 SPSS22.0 统计广西民族延边地区中学教师的社会支持、核心自我评价与工作压力得分的平均值、标准差和彼此之间的皮尔逊积差相关系数。结果如表 1 所示。从该结果可知, 广西民族延边地区中学教师的社会支持平均得分 42.47 分, 占满分 60 分的 71%, 处于中等偏上水平, 核心自我评价平均得分 33.53 分, 占满分 50 分的 67%, 处于中等偏上水平, 工作压力平均得分 120.61 分, 占满分 180 分的 67%, 同样处于中等偏上水平。同时, 社会支持和核心自我评价之间存在显著的正相关关系, 而工作压力则和前两者存在显著的负相关关系。

Table 1. Mean standard deviation and correlation matrix of each variable

表 1. 各变量的平均数、标准差和相关矩阵

变量名称	M	SD	核心自我评价	工作压力
社会支持	44.44	7.39	0.561**	-0.304**
核心自我评价	33.53	6.38	\	-0.601**
工作压力	120.61	26.46	\	\

注: \* $p < 0.05$ , \*\* $p < 0.01$ , \*\*\* $p < 0.001$ 。

(三) 中介效应分析

以社会支持作为自变量, 以工作压力作为因变量, 核心自我评价作为中介变量, 利用 SPSS 的插件 Process3.3 (Hayes, 2013) 进行中介效应的分析。结果见表 2。从结果可知, 尽管社会支持对工作压力没有显著的直接影响( $p = 0.667$ ), 但是社会支持对核心自我评价以及核心自我评价对工作压力的影响均达到了非常显著都水平。Btoostrop (5000 样本) 检验表明, 社会支持 - 核心自我评价 - 工作压力(既间接效应)的回归系数的 95% 置信区间的上限和下限均不包含 0 值, 效应显著。综合来看, 这些结果说明在社会支持对工作压力的影响过程中, 核心自我评价其完全中介作用, 具体的中介模型见图 1。

Table 2. Results of mediating effect analysis

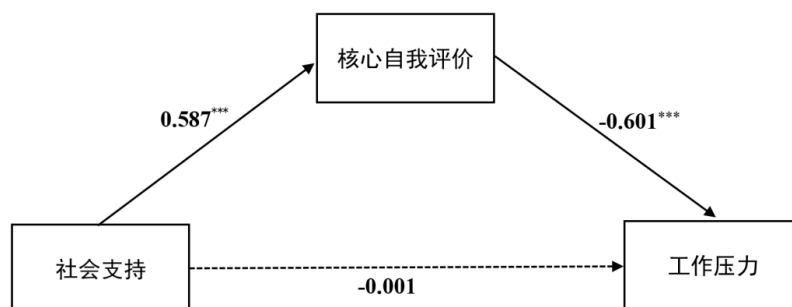
表 2. 中介效应分析结果

	回归系数	t	Bootstrap 下限	Bootstrap 上限
社会支持 - 核心自我评价	0.485	5.873***	\	\
核心自我评价 - 工作压力	-2.606	-5.607***	\	\

Continued

社会支持 - 工作压力(直接效应)	0.173	0.432	\	\
总效应	-1.090	-2.767**	\	\
社会支持 - 核心自我评价 - 工作压力(间接效应)	-1.263	\	-2.016	-0.742

注: \* $p < 0.05$ , \*\* $p < 0.01$ , \*\*\* $p < 0.001$ 。



**Figure 1.** The complete mediation model among social support, core self-evaluation and work stress, \* $p < 0.05$ , \*\* $p < 0.01$ , \*\*\* $p < 0.001$

**图 1.** 社会支持、核心自我评价与工作压力三者之间的完全中介模型, \* $p < 0.05$ , \*\* $p < 0.01$ , \*\*\* $p < 0.001$

#### 4. 讨论

本研究以广西为例, 采用实证研究中的问卷调查法探索了西部民族地区乡镇中学教师社会支持、核心自我评价和工作压力的现状以及三者之间的关系, 以期为西部民族地区教师教育政策的优化改进提供经验参考。

##### 1) 现状分析

研究结果发现一方面, 该地区中学教师的社会支持、核心自我评价和工作压力均处于中等偏上水平, 这说明虽然该地区中学教师由于受工资待遇偏低、工作负担过重、升学率、晋升难、培训机会少等各种不良环境因素的影响从而确实感受到一定的压力, 但同时其也获得了一定程度的社会支持, 对自己的综合评价也不低。进一步的研究发现, 教师的社会支持、核心自我评价和工作压力彼此之间存在显著的相关关系, 并且社会支持对工作压力水平的负性影响是完全通过核心自我评价的中介作用实现的。以往研究发现, 在社会支持对于心理健康相关因素的影响中, 核心自我评价均起到了完全(谢其利, 2017; 项明强, 侯晓晖, 2013)或是部分(杨晓峰, 许思安, 郑雪, 2009; 赵燕, 2014; 王伟国, 王树荫, 2016)的中介作用, 表明良好的社会支持可以通过提高核心自我评价从而提高其心理健康水平。鉴于心理健康和工作压力的密切关系, 本研究结果和前人结果存在一致性。社会支持指的是当生活中出现困难或烦恼时, 在多大程度上能够得到来自亲人或朋友的支持, 比如倾诉、鼓励或帮助等。依据布朗部分布伦纳的生态学模型(Bronfenbrenner & Morris, 2006), 这种和亲密人物之间的互动属于最近过程, 是导致个体身心发展的最关键, 最核心的力量。当这种良好的互动不被中断地频繁发生时, 就能促进个体的身心健康水平。广西边境民族地区的乡镇中学教师尽管每日都会经历不小的工作压力, 但也会在工作上遇到不顺心的事情时, 与他们的家人或朋友进行倾诉, 或寻求他们的鼓励与帮助, 这种行为能够有效的降低他们能体验到的工作压力水平, 而在这个过程中, 教师的核心自我评价其了关键作用。向家人或朋友倾诉能够保持教师情绪的稳定性, 而得到亲朋好友的安慰与鼓励则会增强他们应对困难的信心和对自身的喜爱程度, 并倾向于认为事情的发展是在自己掌控之中的。这种对自我的综合评价越高, 则教师在面对压力来源时就越相信自己能有效应对, 从而表现出临危不乱, 泰然自若, 体验到较低的压力水平。

## 2) 建议对策

针对当前研究发现的西部民族地区乡镇中学教师社会支持、核心自我评价和工作压力现状以及三者的关系,提出以下建议以降低这些地区教师的工作压力,提升其心理健康水平。

首先,保证并鼓励教师寻求各种形式的社会支持。社会支持主要来自亲人和朋友。对于偏远山区的中学教师来说,他们的亲人往往离他们工作的地方非常远,因此无法直接面对面进行沟通,其交流往往通过手机进行。如果当地教育部门能给与教师一些适当的电话费或是流量费用补贴,或是在教师执教的学校开通高网速的免费 Wi-Fi,将会极大的提升教师利用网络和亲人远程交流的概率。此外,西部民族地区乡镇中学教师作为一个群体,面对相似的工作环境,经历相同的压力来源,非常容易彼此相互认同,形成一种带有特定身份认同和价值认同的集体。学校或当地教育部门可以有效利用这个规律,定期为教师组织集体活动,增加或稳固他们在当地的人际关系,使当地的教师群形成一个有高度集体效能感的群体,这样,当他们遇到困难时,不仅会主动向身边的其他教师寻求帮助,并且其他的教师也非常愿意帮助他们,以此形成积极的社会支持良性循环。

此外,由于核心自我评价是社会支持对工作压力产生影响的桥梁,所以除了保障教师获得多样、充分的社会支持外,学校和当地教育部门也应该注意引导教师在面对艰苦条件时能够以积极的态度看待自身,使他们相信自己非常优秀,并且有能力解决当下的困难。比如说,有条件的学校可以定期组织教师进行心理咨询或干预,训练他们对事物的发展形成积极归因的倾向,把成功归因于自己的能力或努力,把失败归因于不够努力,并且系统的学习一些情绪调节策略,这将有利于他们形成良好的自我印象,从而能够信心十足地应对工作中的压力源。

## 3) 研究局限

本研究原计划采取实地调研,无奈在计划施行前遇上席卷全球的新冠疫情,因此只能采取线上调查的方式进行,从数据收集的结果来看,有 36% 的被试确实没有通过认真作答测试。这说明线上作答的形式的确会导致较大的样本流逝,这是本研究的一个局限,不过,至少在通过了认真测试的样本中,被试的表现不存在明显的共同方法偏差。将来的研究可以采取实地调研的方式,以更大的样本量和更广泛的取样地域来验证本研究结果的可推广性。

## 5. 研究结论

- 1) 广西民族地区乡镇中学教师的社会支持、核心自我评价和工作压力均处于中等偏上水平。
- 2) 该地区教师的核心自我评价在社会支持对其工作压力的影响中起完全中介作用。

## 基金项目

本研究获广西壮族自治区中青年教师基础能力提升项目“广西边境地区教师心理健康水平的生态系统研究”资助(项目任务书编号:2017KY0141)。

## 参考文献

- 蔡文伯,袁雪(2018). 留任还是离职:民族地区农村中小学“特岗教师”的艰难抉择. *教师教育研究*, 30(3), 66-72.
- 陈秋燕,钱敏,郭娅(2004). 西部民族地区教师心理健康状况及影响因素分析. *西南民族大学学报(人文社科版)*, 25(9), 21-25.
- 杜建政,张翔,赵燕(2007). 核心自我评价:人格倾向研究的新取向. *心理科学进展*, 15(1), 116-121.
- 杜建政,张翔,赵燕(2012). 核心自我评价的结构验证及其量表修订. *心理研究*, 5(3), 55-61.
- 杜建政,赵国祥,刘金平(2005). 测评中的共同方法偏差. *心理科学*, 28(2), 420-422.
- 胡月琴,甘怡群(2008). 青少年心理韧性量表的编制和效度验证. *心理学报*, 40(8), 902-912.

- 黄晋生, 蔡文伯(2019). 民族地区中小学特岗教师职业压力与职业倦怠的关系: 工作满意度的中介作用. *当代教师教育*, 12(4), 67-73.
- 梁承新(2013). 湘西少数民族地区教师工作压力的城乡差异调查报告. *教师*, (1), 34-36.
- 石林, 程俊玲, 邓从真, 刘丽(2005). 中小学教师工作压力问卷的编制. *教育理论与实践*, 25(10), 37-39.
- 谭洁羽, 曾伟. (2014). 最美乡村教师: 爱生如子倾心树人——记全国优秀教师坎拜散姆·克然木老师. *中国农村教育*, (9), 24-26.
- 王仁斯(2019). 天山脚下飞出金凤凰——记全国最美乡村教师彭娟. *兵团工运*, (1), 24.
- 王伟国, 王树荫(2016). 维吾尔族流动中小学生学习社会支持核心自我评价与抑郁的关系. *中国学校卫生*, 37(6), 918-920.
- 王莹, 程丹(2019). 他用自己的行动生动诠释了什么是最美乡村教师——记从“扬帆”开始公益之路的江西省遂川县戴家埔中心小学校长薛开明. *财富时代*, (2), 91-94.
- 王有智(2000). 农村中小学青年教师心理健康状况调查. *青年研究*, (9), 23-26.
- 项明强, 侯晓晖(2013). 听力障碍中学生社会支持和生命意义的关系: 核心自我评价的中介和调节作用. *中国特殊教育*, (6), 34-40.
- 谢其利(2017). 留守流动经历大学生核心自我评价在领悟社会支持和心理健康状况间的中介作用. *中国学校卫生*, 38(3), 381-384.
- 徐学俊, 魏礼飞(2001). 论教师心理健康与调适. *教育科学研究*, (1), 54-57.
- 杨晓峰, 许思安, 郑雪(2009). 大学生社会支持、核心自我评价与主观幸福感的关系研究. *中国特殊教育*, (12), 83-89.
- 俞国良, 曾盼盼(2001). 论教师心理健康及其促进. *北京师范大学学报(人文社会科学版)*, (1), 20-27.
- 赵燕(2014). 流动儿童核心自我评价社会支持与抑郁的相关性. *中国学校卫生*, 35(12), 1844-1846.
- Bronfenbrenner, U., & Morris, P. A. (2006). The Bioecological Model of Human Development. In W. Damon, & R. M. Lerner (Eds.), *Handbook of Child Psychology: Theoretical Models of Human Development* (pp. 793-828). New York, NY: Wiley. <https://doi.org/10.1002/9780470147658.chpsy0114>
- Hayes, A. (2013). Introduction to Mediation, Moderation, and Conditional Process Analysis. *Journal of Educational Measurement*, 51, 335-337. <https://doi.org/10.1111/jedm.12050>
- Judge, T. A., & Bono, J. E. (2001). Relationship of Core Self-Evaluations Traits—Self-Esteem, Generalized Self-Efficacy, Locus of Control, and Emotional Stability—With Job Satisfaction and Job Performance: A Meta-Analysis. *Journal of Applied Psychology*, 86, 80-92. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.86.1.80>
- Judge, T. A., Locke, E. A., & Durham, C. C. (1997). The Dispositional Causes of Job Satisfaction: A Core Evaluations Approach. *Research in Organizational Behavior*, 19, 151-188.
- Rosa, E. M., & Tudge, J. (2013). Urie Bronfenbrenner's Theory of Human Development: Its Evolution from Ecology to Bioecology. *Journal of Family Theory & Review*, 5, 243-258. <https://doi.org/10.1111/jftr.12022>
- Siraj, I., & Huang, R. (2020). Operationalizing Bronfenbrenner's PPCT Model in Researching Human Development: Commentary on Xia, Li, and Tudge. *Human Development*, 64, 21-25. <https://doi.org/10.1159/000508341>
- Xia, M., Li, X., & Tudge, J. R. H. (2020). Operationalizing Urie Bronfenbrenner's Process-Person-Context-Time Model. *Human Development*, 64, 10-20. <https://doi.org/10.1159/000507958>