

# “双减”政策下教师负担的表现形式与治理路径\*

冯凯瑞

(河南大学教育学部,河南开封,475000)

**摘 要** “双减”政策的颁布,使教师育人宗旨回归立德树人根本任务,教师工作的中心转向促进学生全面发展。由于工作事务的繁琐、工作时间的“延长”、工作难度的增加三方面的原因,不可避免加重了广大一线教师的工作负担,严重影响着教师群体的身心健康。有鉴于此,为有效减轻教师负担,促进“双减”政策的进一步落实,应更新家长教育观念,激活家校共育磁场;完善课后服务人员配置,合理评价教师工作;加强教师权益保障,解决教师后顾之忧;引导教师合理排解自身负担,促进自我专业发展,建构起家庭、学校、政府及教师自身“四位一体”的减负治理新路径。

**关键词** “双减”政策 教师减负 教师负担 减负路径

**引用格式** 冯凯瑞.“双减”政策下教师负担的表现形式与治理路径[J].教学与管理,2022(16):1-5.

近年来,我国义务教育中的短视性、功利性问题愈渐突出,集中表现为中小学生学习负担过重、校外培训机构超前超标培训现象频发等问题,严重影响了我国教育改革。有鉴于此,2021年5月21日,中共中央全面深化改革委员会第十九次会议审议通过了《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》(以下简称《意见》)<sup>[1]</sup>并于同年7月正式印发。教育减负是教育发展的前提条件,更是教育创新的目的所在,有效减轻义务教育阶段学生的作业负担以及校外培训负担(以下简称“双减”)显得刻不容缓。但值得注意的是,“双减”政策的基本精神其实包含“减法和加法”两个维度,减法减的是学生和家庭不必要的负担及焦虑,加法加的是促进学生全面发展所需的课程和课外活动等。在这样的背景下,教师负担出现了新的变化。在《教育大辞典》中,负担被解释为承担的责任或承担的工作、费用等;教师负担即教师应承担的责任、承担的工作和承受的压力等。相比于“教师压力”的研究,“教师负担”的文献相对较少,但国际上常用“教师压力”

(teacher pressure)这一概念指代教师负担,在本文中“压力”与“负担”二者为同义词。关于中小学教师负担,王毓珣、王颖两位学者认为其存在广义与狭义之分,即中小学教师在社会生活(广义)与学校教育工作(狭义)中承受与担当的责任、工作与压力以及由此而付出的代价等<sup>[2]</sup>。本文则主要研究的是狭义的中小学教师负担。“双减”政策下教师的核心使命有了新的意蕴。如何正确理解其内涵,关注教师负担的现状,探索教师减负的治理路径,这是当下应探讨的问题。

## 一、“双减”政策下教师核心使命的转向

“双减”政策的出台,从学校的教育教学效果、学生的课后作业质量以及课后的服务水平等方面,对义务教育阶段教师群体的专业素养及教育教学能力等提出了更高的要求。简言之,“双减”减的是负担、内卷,增加的是教师对自身的职业认知,提升的是教师自身的专业本领。为此,新时代教师的社会担当有了新的内涵,核心使命有了新的转向。

\* 该文为2019年河南省教育科学规划重大招标课题“河南省《教师教育振兴行动计划》实现路径研究”(JKGHZDZB-13)的研究成果

### 1. 教师育人由知识传授转向立德树人

曾几何时,教师被看作是学科知识的传授者、为学生吐丝殆尽的春蚕。教师“全力”向学生传授课本知识,却忽略了学生的身心发展规律,导致学生学得很累,教师教得更累,师生身心俱疲。“双减”政策的落实,坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导,聚焦立德树人这一根本任务,着眼于学生的身心健康,使教师回归教书育人本职工作。然而,为切实减轻学生学业负担,一线教师在课堂教学、作业设计、学生评价等方面面临着诸多挑战。在课堂教学上,教师须一改只传授书本知识的“教书匠”形象,要成为塑造学生品格的“大先生”。此外,一线教师要做到教学创新、课堂高效,在保证学生“吃饱”基础知识的同时,还能培养学生的多元能力。在作业布置上,教师不能盲目实施“题海”战术,须全面压减作业总量和时长,做到精选、适量与分层。在学生评价方面,一线教师应围绕立德树人的根本任务,杜绝“唯分数论”的评价依据,应根据学生的兴趣爱好、人际交往和性格特点等实施“多元评价”以及“增值性评价”等方法。回归育人宗旨,聚焦立德树人,树立遵循教育规律的理念,对广大一线教师来说是任重而道远的任务,同样也是提升教师专业能力、开放心态、开阔眼界的宝贵过程。

### 2. 教师由关注学生升学转向促进学生全面发展

近年来,我国教育培训市场高速扩张,校外培训机构种类繁多,培训质量良莠不齐,超前超标培训现象频发,严重破坏了教育生态。究其根本,透露出一种全然追求“升学率”的畸形教育观。考试机器、分数傀儡一度成为学生们的代名词,分数高低作为评价学生的主要依据。在此形势下,教师布置海量作业,学生课业负担加重,很多教师的教学创新能力、作业设计能力每况愈下……此外,迫于“升学率”的压力,小学高年级以及初中部的学校还会要求教师在国家法定节假日进行补课,使其工作时间陡然延长,教师负担沉重、内心焦虑不安。“双减”之后,校外培训乱象得以有效整顿,学校重回学生学习主阵地;教师着眼于学生多样化的学习与需求,着重关注学生的全面发展。教育生态环境逐渐回归本源。但值得注意的是,校外培训力量的忽然撤走,促使一线教师成为帮助不同层次学生的主导力量,也对教师的专业化水平提出更高要求。课后服务的实行,更是拉长了广大一线教师的自身工作时间,使教师们无暇照顾自己的家庭及子女。为此,如何设计高质量的作业、高效利用课后服务时

间满足学生个性化、多样化的学习需求,以及如何协调好职业角色与个人生活角色的冲突成为广大一线教师们的新挑战。

## 二、“双减”政策下教师负担的表现形式

“双减”政策落地后,全国各地在如火如荼地减轻中小学生的作业负担,开展课后服务以及规范校外培训机构。而一线教师作为减轻学生作业负担的直接实施者、开展课后服务的主要参与者,其肩上的担子明显加重,久而久之,身心健康便受到严重损害。有鉴于此,为有效解决教师工作负担过重问题,维护健康教育生态,必须像关注学生学习负担一样,高度关注教师工作负担<sup>③</sup>。

### 1. 工作事务繁多

中小学教师工作事务构成较为复杂,既有备课教研、培训考核、辅导学生和沟通家长等教育系统内部的负担,又有扶贫任务、城市创优评先等教育系统以外的负担<sup>④</sup>。随着“双减”政策的正式实施,校外培训机构得以整治,大量学科培训机构退出市场,有效改善了我国教育生态环境。但对于中小学教师而言,校外培训力量的撤离,对其教学能力和水平提出了更高的要求,在一定程度上增加了教师的教学工作量。此外,“双减”的实质在于减负增效,教师作为学校提高教学质量、丰富课后服务的主要实践者,担负着解决学生“吃不饱”“消化不了”等问题的重任。为此,教师必须在课前花费更多的时间和精力设计出高效的课堂教学。“双减”改革的目的是明确的,具有里程碑式的意义,但在改革过程中易忽略教师自身的想法,迫使教师成为优秀的全能者。教师最终成为被动的改革执行者。

“双减”既减轻了众多家庭的经济负担和家长的的精神负担,又显著提升了家长在学生教育中的重要性。但不可否认的是,许多家长缺乏专业的教育知识储备,教育理念较为陈旧,望子成龙、望女成凤的思想仍然存在。因此,面对“双减”后的学校教育改革,家长们的态度褒贬不一。而教师作为沟通家长和学校的桥梁,需下很大功夫转变家长的教育思想及教育理念。此外,面对单亲和进城务工家庭等存在特殊情况的子女,教师需要着重关注孩子们的心理健康,并抽出休息时间进行家访。尤其是实施课后服务以来,教师还需额外抚平家长焦虑,履行“保姆”身份,帮助因各种原因不能及时接学生回家或者无力辅导学生的家庭看护孩子。繁忙且琐碎的工作最终导致很多教师顾着班上几十个孩子,却顾

不上自己的一个孩子,职业角色与个人生活严重冲突,教师徒增更多烦恼与负担,教师群体职业幸福感直线式下降。

## 2. 工作时间延长

《意见》出台前,我国中小学教师平均每日工作8.97个小时,已超出《劳动法》规定劳动者每日工作不超过8小时的时长。“双减”政策的颁布,要求学校提升课后服务水平,且课后服务结束时间原则上不早于当地正常下班时间,意味着教师工作时长再度被延长。因此,各地实行课后服务后,学校普遍反应教师在校工作时间过长、工作负担明显增加。此外,班主任、学校管理干部与主科教师工作压力更是加重,他们须全程参与课后服务,并为学生提供丰富多彩的服务内容。2020年,华中师范大学国家教育治理研究院调查组调查发现,课后服务挤占了教师的备课、教研、学习时间,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后,无疑是“雪上加霜”<sup>[5]</sup>。

工作时间的延长本就让中小学教师群体身负重担,再加上由于课后服务配套政策不到位,无法保障所有参与课后服务的教师获得相应的报酬,致使原本薄弱的教师工资更加“入不敷出”。物质奖励的匮乏应在精神慰藉上得到补充,但课后服务的奖励条件并不完善,使参与课后服务的教师并没有在评优评先、职称评定和任务考核等方面得到相应的政策倾斜。除此之外,教师还需应对家长以及社会的期望,身上被迫承载着“道德意义”上的压力。实施课后服务后,有家长表示“我六点半下班,学校为何六点放学?我接小孩困难,学校教师应该为每一个家长着想。”这位家长的话看似不失道理,教师应照顾到班级里的每位学生,但言语中却透漏出家长倾向把教养孩子的绝大部分责任归给学校和教师。教师的主体地位被剥夺,工作负担逐渐被异化,过长的工作时间、过重的教学任务、额外的付出最终换来微弱的回报,教师群体心力交瘁,频频产生职业倦怠。

## 3. 工作难度增大

管理学生作业是“双减”政策中的一个重要环节,旨在减轻义务教育阶段学生的作业负担,改变以往的“题海战术”,做到以“作业质量”替代“作业数量”。但对教师而言,根据以往巩固教学成效的方式,既有课后大量作业的练习,又有校外培训机构的间接“巩固”。如今这两大方面均已大幅度删减,

但仍要保证课堂教学高效,课后作业高质量,教师身上的任务便不可避免地加重。在职前,各位师范生接受的是大量的理论知识,尽管也有教学实践的环节,但如何高效且有针对性地设计出学生作业,在我国现有的教师职前教育中较为欠缺。同样,在教师的职后生涯中,接受更多的是教育教学的培训,并无详细到进行学生作业设计方面的培训。因此,以往中小学教师大多凭借“依赖主义”和“拿来主义”布置作业,教师的创新能力每况愈下。而“双减”的改革使教师抽离出这种依赖状态,教师需花费大量精力设计出个性化、弹性化、差异化的作业。在作业数量方面,教师布置过多过少都不合适,唯有设计出既能符合学生发展水平,又能满足学生“吃饱”要求的高质量作业方为合适,教师工作难度骤然增大。

此外,教师评价的偏颇也一度加重教师的工作难度。现行的教师评价,大多集中于“评价过程”与“评价结果”,倾向于一种表现主义评价,而较少关注“评价的科学依据”以及教师的自我参与。表现主义评价把教师“物化”后,使用可测量、可比较的指标辅以奖惩打造出一个充满问责的教师劳动力市场<sup>[6]</sup>。这种物质性、量化的问责性评价严重制约着教师的专业自主性,削弱了教师的自我效能感。每位教师均是一个独特的个体,心中有着自己的教育信念。过度问责最终导致教师会为了减轻学生负担而盲目减轻作业数量,为了服从学校安排参与课后服务而忽略了自己的家庭、忽视了自己的孩子,为了得到外界的“肯定”而不得不“加倍”忘我性地工作。一些教师日渐失去对职业的幸福感和职业满意度降低,工作动力不足;其专业知识、教学能力处于透支状态,创新性教学以及高质量的作业设计便难以开展,部分教师身累心也累。

## 三、“双减”政策下教师负担的治理路径

减轻中小学教师负担,解决教师们的“后顾之忧”,是推动课后服务可持续发展的关键环节,也是推动“双减”政策落地的现实需求。在教育教学中,教师与学生是统一体,为此,减轻学生学业负担,要与尊师重教、减轻教师工作负担高度结合起来。进而回归教育生态本源,提升教师职业幸福感,达到“减负增效”的最终目的。

### 1. 更新家长教育观念,激活家校共育磁场

苏霍姆林斯基曾说:“实施学校-家庭教育可以很好地培养年轻一代。没有父母对学校生活的积极

参与，就不可能有学校这个最重要的教学教育机关。”<sup>[7]</sup>可见孩子的成长，离不开父母的教导，学校的管育。学生家长原本是教师的战友、同盟军，本应为教师群体助力，共同做孩子成长的护航人。但部分家长教育观念陈旧，责任意识淡薄，全权将孩子“成人”及“成才”的责任推给学校教师，难以配得上孩子“第一任老师”的身份。“双减”减去的是学生负担，并未减去父母肩上的责任。家长务必意识到，家庭是孩子的第一个课堂，父母是孩子的终身教师，家庭教育的影响远大于学校教育。有鉴于此，作为最了解孩子的人，家长应更新教育理念、明晰自身责任，给予教师工作有力支持。一方面，家长要树立良好的家风，关注孩子的心理健康，引导孩子在快乐成长的同时养成良好的思想品德和行为习惯。另一方面，家长相比于学校教师，更加了解自身孩子的性格特点，故应掌握科学的教育方法，做好孩子成长目标的方向引导，杜绝不切实际的“内卷”行为。简言之，家长作为“双减”政策的“神助攻”，要从“唯分数论”转向关注孩子的全面发展，成为教育孩子的积极参与者；与教师携手，成为孩子的学习引领师、习惯监督师以及心理营养师等角色<sup>[8]</sup>，共同减轻学生学业负担，与教师工作同频共振。

## 2. 完善课后服务人员配置，合理评价教师工作

(1) 优化学校人员配置，实行教师弹性上下班制度

学校是实施课后服务的主阵地，教师是开展课后服务的主要人员。为有效落实“双减”对于丰富课后服务的要求，减轻中小学教师过长的工作时间负担，学校管理层应妥善处理教师课堂教学与课后服务的关系，优化课后服务人员的配置。首先，各地中小学校建立课后服务师资库，丰富课后服务的师资编配，让更多符合条件的学科教师、非专任教师参与其中。此外，积极利用社会资源，招聘遴选热爱教育事业且有耐心的家长义工、社会志愿者参加课后服务，丰富课后服务人员队伍。其次，中小学校可与地区内高校联手协作，将课后服务设为高校师范生的实习项目，并调动一批高素质师范生或有志于从事教育行业的高校学生参与其中，分摊专任教师课后服务的工作压力。最后，学校应大胆探索教师弹性工作制度。可通过“调休条”、错峰编排等方式，使参加课后服务的教师拥有弹性休息时间。在保障课后服务正常开展的同时，提升教师职业幸福感，进而使教师群体以更好的精神面貌专注教学。

(2) 改革“表现主义”评价方式，营造良好工作氛围

“表现主义”教师评价将教师工作物质化、量化，体现出强烈的问责性。而教师群体年龄不同、性别不同、任教学科更是极其多样，“一刀切”的问责性评价方式易打击教师内在的工作积极性，更增加了教师的工作难度。因此，我们要对教师实行灵活包容的管理方式，尊重教师群体的差异性<sup>[9]</sup>，将教师从“唯分数论”和“高升学率”中彻底解脱出来。首先就是弱化对教师工作的问责性评价，提倡以教师专业工作为中心、师生互动为媒介的发展性教师评价。教师专业工作涵盖备课、授课及批改作业等方面，是教师的职业所在，也是评价教师工作的中心依据。而组织学生参加社会事务、收集汇总学生校服大小信息等非专业工作，学校可安排相应的助理人员辅助教师，教师群体自主选择完成。进而把时间和精力还给教师，减少不必要的行政事务给教师带来的干扰<sup>[10]</sup>。此外，学校领导要从教师的心理健康出发，为教师群体创设轻松、愉悦的工作环境氛围。围绕立德树人这一根本任务，学校管理层充分给予教师进行工作的自主权利，并对教师的表现给予积极的、及时性的反馈与表扬，切实提升教师群体的职业幸福感。

## 3. 加大教师权益保障力度，解决教师后顾之忧

(1) 落实课后服务经费，保障教师合法权益

实施课后服务以来，教师工作时间在延长，工作难度在增加，而教师参加课后服务的奖励配套政策却并未到位。教师额外的付出得不到相应的补偿。长此以往，会弱化教师群体的自我效能感，不利于其专心从教。有鉴于此，政府相关部门应加大对中小学教师社会地位的宣传力度，切实提升和改善教师福利待遇，加大对教师合法权益的保障力度。在课后服务开展中，教育部门应规定各级中小学校把教师参加课后服务的表现作为绩效工资分配、表彰奖励和评优评先的重要参考。此外，建立教师课后服务保障机制，建立多劳多得的工资分配制度和职称评聘增薪机制，充分调动广大教师的工作积极性，确保教师潜心教书、静心育人。与此同时，政府相关部门需加强教师减负政策督导，对一些不能将中小学教师工资按时足额发放的地方政府行为加大处罚力度，有效减轻教师群体的精神压力与生活压力。简言之，减轻学生负担，不能以牺牲教师的合法权益为代价，必须要与尊师重教结合起来，切实解决教师后顾之忧。

(2) 推广“作业设计”典型案例,减轻教师工作难度

“双减”政策落地,要求教师坚决克服机械、无效作业,杜绝重复性、惩罚性作业,鼓励其布置分层、弹性和个性化的作业,对广大一线教师的作业设计能力提出极大的挑战。为有效减轻教师设计作业的工作难度,教育部可搜集并推广全国各地“作业设计”的典型案例,搭建线上教育资源分享平台。例如,江西省借助“赣教云”平台建设“智慧作业”系统,根据学生学情大数据,即时生成不同层次学生的专属作业题目,有效减轻师生作业负担;上海市闵行区通过智能教学 and 智能学伴两种应用助手开展个性化教学,教师通过平台布置作业,学生通过平台自主学习、提交作业,教师可轻松实现对学生的差异化教学<sup>[1]</sup>。除推广各省、各地开发采用的“线上技术工具”外,教育相关部门还可通过微信公众号及时推送各地中小学教师分层设计作业的优秀案例,实现教育资源共建共享,补齐广大一线教师布置作业的工具短板与设计短板。

#### 4. 合理减轻教师负担,促进教师专业发展

减轻中小学教师“新负担”是一项系统工程,不仅需要家长、学校支持和政策、制度保障,更需要教师内在的合理排解。从教师自身来看,教师职业存在的众多冲突是引发教师压力与紧张的根源,教师自身价值观与教学中传递的价值观之间的冲突、外部对教师的角色期待与自我的表现冲突等,都会导致教师负担增加<sup>[2]</sup>。为此,教师首先需转变教育观念,做到科学育人。变革自我教育观念,教师要做到与时俱进,摒弃“以分数论英雄”的旧观念,树立“立德树人”“全面发展”“减负不减质”的新观念;合理看待学生学业负担,走进学生内心世界,使师生情感得以升华,教育教学工作事半功倍。其次,教师要重塑身份角色意识,保持良好心态。舒心温暖的家庭是教师缓解工作压力、憩息身心的避风港,教师身为家庭成员,需多抽出时间陪伴家人。空闲时自

己加强体育锻炼,在强身健体的同时排解工作上的情绪负担,从而避免将不良情绪带给家人,有效解决职业角色与个人生活的冲突问题。最后,中小学教师要善于提升自身专业知识水平,提高教学掌控能力与创新能力,在促进自我专业发展的同时,能够妥善应对“双减”政策对于教师教育教学能力的高要求,最终实现备课高效、课堂理想和作业高质。

#### 参考文献

- [1] 新华社. 中共中央办公厅、国务院办公厅印发《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》[EB/OL]. (2021-07-24) [2021-09-26]. [http://www.moe.gov.cn/jyb\\_xxgk/moe\\_1777/moe\\_1778/202107/t20210724\\_546576.html](http://www.moe.gov.cn/jyb_xxgk/moe_1777/moe_1778/202107/t20210724_546576.html).
- [2] 王毓珣, 王颖. 关于中小学教师减负的理性思索[J]. 湖南师范大学教育科学学报, 2013, 12(04): 56-62.
- [3] 吴颖惠. 教师减负必须与学生减负同向而行 [N]. 中国教育报, 2021-10-21(002).
- [4] 龙宝新, 杨静, 蔡婉怡. 中小学教师负担的生成逻辑及其纾解之道——基于对全国 27 个省份中小学教师减负清单的分析[J]. 当代教育科学, 2021(05): 62-71.
- [5] 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(01): 69-78.
- [6] 李跃雪, 赵慧君. 中小学教师工作负担异化的生成逻辑与治理思路[J]. 教师教育研究, 2020, 32(03): 67-72.
- [7] 瓦·阿·苏霍姆林斯基. 帕夫雷什中学[M]. 赵玮, 王义高, 蔡兴文, 等译. 北京: 教育科学出版社, 1983: 7.
- [8] 中华人民共和国教育部. “双减”政策落地, 有担当的家长这样做! [EB/OL] (2021-09-25) [2022-04-09] [http://www.moe.gov.cn/jyb\\_xwfb/moe\\_2082/2021/2021\\_zl53/mtgc/202109/t20210906\\_55951d.html](http://www.moe.gov.cn/jyb_xwfb/moe_2082/2021/2021_zl53/mtgc/202109/t20210906_55951d.html)
- [9] 陈亚凌. 古典教师角色的现代性异化及复归——基于汉娜·阿伦特的哲学视角[J]. 教师教育研究, 2019, 31(03): 6-12.
- [10] 王晓生. 中小学教师减负的现实基础、原因探寻与实践路径[J]. 教学与管理, 2020(28): 9-12.
- [11] 中华人民共和国教育部. 教育部办公厅关于推广学校落实“双减”典型案例的通知 [EB/OL]. (2021-09-18) [2021-09-26]. [http://www.moe.gov.cn/srcsite/A06/s3321/202109/t20210926\\_567037.html](http://www.moe.gov.cn/srcsite/A06/s3321/202109/t20210926_567037.html).
- [12] 付睿. 论中小学教师减负[J]. 河北师范大学学报: 教育科学版, 2019, 21(02): 13-16.

[责任编辑 孙晓雯]