

## 「香港教師壓力調查」研究 資料分析（部份）

### 「香港教師壓力調查」研究小組

研究策劃：香港初等教育研究學會  
教育評議會

研究資助：香港初等教育研究學會  
教育評議會  
教育眼  
香港浸會大學教育學系

### 小組成員（1）（按筆劃序）：

李子建 香港中文大學教育學院（顧問）  
陳茂釗 香港初等教育研究學會（統籌）  
孔偉成 教育評議會  
余煊 香港初等教育研究學會副主席  
何漢權 教育評議會副主席  
李少鶴 香港初等教育研究學會主席  
胡少偉 香港初等教育研究學會  
胡強輝 香港城市大學

### 小組成員（2）（按筆劃序）：

徐國棟 香港初等教育研究學會  
曹啟樂 教育評議會副主席  
許為天 香港教育學院訪問教育工作者  
陳家偉 優才（楊殷有娣）書院  
張家俊 教育評議會  
楊少榮 香港浸會大學  
劉兆琪 香港中文大學教育心理系  
蔡國光 教育評議會主席

「壓力」本身並不是負面的東西，合適的壓力不單可強化工作的動力，更可提高工作的成就感，不適當的壓力（過高或過低）才是問題的所在。

而導致「教師壓力」的成因是多方面的，教師面對壓力的方式亦各有不同，故此，一個中立及客觀的全面「教師壓力」研究，對前線教師及教育政策制定者均有十分重要的意義。

## 背景

- ✓ 整個研究於2006年2月份正式開始
- ✓ 第一階段：合共完成了兩次的半結構式對焦小組訪談及4次個人訪談；
- ✓ 第二階段：大型問卷調查，以隨機方式向全港40%中、小學發出問卷，而回收學校數目合共242間，成功收回的有效問卷數目為2,295份。；
- ✓ 初步的研究結果已於2006年8月31日發表
- ✓ 研究小組進一步整理有關資料，透過本研究報告正式發表

### 研究及分析重點 (1)

- 比較過去七個有關教師壓力研究的結果 (已發表部份) : 包括 :
1. 「教師工作委員會」於2006年8月向政府提交了中期報告 ;
  2. 香港初等教育研究學會在1999年進行的「小學教師工作量研究」 ;
  3. 香港教育專業人員協會於2005年11月發表的「教師工作壓力調查報告」 ;
  4. 民建聯與教育工作者聯會於2005年進行的「舒緩教師工作量和壓力」研究 ;

### 研究及分析重點 (2)

- 比較過去七個有關教師壓力研究的結果 (已發表部份) : 包括 (續) :
5. 民主黨於2006年進行的「公眾對教師工作壓力的意見調查」 ;
  6. 香港中文大學校友評議會於2006年進行的「香港教師壓力」研究 ; 及
  7. Yik and Kung於2006年10月發表的「教師在熨斗上 : 教改的壓力有多大?」研究報告 (譯自英文, 原文為 : Teachers in a frying pan: How stressful are educational reforms - A technical report)

### 研究及分析重點 (3)

2. 教師壓力的來源是甚麼 ?
3. 近年教師壓力的變化如何 ?
4. 從教師的見解, 那些減壓方案相對地較為有效 ?
5. 就減低教師壓力, 有何減壓的建議 ?

## 七份有關 教師壓力研究 的討論

### 七份有關教師壓力的結果概述

教師工作委員會 :

1. 在實際的工作時間方面, 教師在過去六年的工作時數沒有顯著的上升 ;
2. 教師壓力與工作性質有關 : 中期報告認為教師工作量與工作壓力沒有直接關係, 但教師兼顧學校的行政工作, 則是他們的其中一項主要壓力來源之一 ;
3. 教師壓力與學校管理有關 : 部份學校領導層所提出的使命未能與教師配合, 對教師造成一定的困擾 ; 此外, 教師工作量的認知及處理能力, 亦直接與學校領導質素有關 ;
4. 部份教師的工作壓力來自教改。

### 七份有關教師壓力的結果概述

香港初等教育研究學會, 1999 :

1. 每週花在學校行政及教學的時數, 達 60 小時, 較紐西蘭、蘇格蘭和加拿大的教師工作量大為多 ;
2. 每天平均教學工作有 8.94 小時, 當中只包括上課、備課、批改習作和訓輔學生四方面的教學工作 ; 與此同時, 每個小學教師每週平均再用 11.34 小時處理六項非日常性的教學工作 : 課外活動、家長聯絡、班務、校務文書工作、學校行政工作和擬定工作紙 ;

### 七份有關教師壓力的結果概述

民建聯與教育工作者聯會，2006：

1. 92.3%教師面對極大或過大的工作壓力；
2. 69.9%教師認為目前所承受的工作壓力對教學質素和學校工作構成負面影響；
3. 93.5%教師超時工作；
4. 25%教師每周工作達到71小時以上；
5. 80%以上教師的建議：增聘編制內的教師、減少每班學生人數、增加教師與班級比例、減少上課節數及增聘教學助理；

### 七份有關教師壓力的結果概述

香港教育專業人員協會，2005：

1. 28%的教師工作壓力過大已損及教師健康最頻密的五項癥狀，依次為：身體疲乏、緊張、肌肉緊張及酸痛、沮喪/抑鬱、睡眠癥狀和頭痛；
2. 平均每星期非上課工時超過31小時的教師，佔14%。每星期非上課工時超過21小時的教師，亦佔35.6%；
3. 年資越高，呈現的癥狀越嚴重。超過一半的教師認為，目前的工作壓力無法紓緩。

### 七份有關教師壓力的結果概述

香港中文大學校友評議會（2006）：

1. 教師壓力來源: 33%回答問卷認為縮班或「殺校」危機是最重要的原因，24%為校長調配及安排工作過於緊迫；
2. 教師壓力與教學工作: 43%認為考評工作影響最大。30%認為照顧及跟進有特殊需要的學生這項「非教學工作」，亦對教師產生壓力。

### 七份有關教師壓力的結果概述

民主黨，2006（對象為市民）：

1. 59.0%被訪者同意教師目前承受的工作壓力會對教學質素造成負面影響；
2. 67.7%市民認為連續不斷的教育改革會增加教師工作壓力；
3. 66.8%的被訪者認為教育統籌局日前宣佈增加中小學教師名額對紓緩教師工作壓力有幫助；
4. 69.0%的被訪者不贊成政府在財政好轉的情況下，仍然繼續削減教育開支。

### 七份有關教師壓力的結果概述

Yik & Kung, 2006：

1. 就教改、行政工作、教學工作及社會四方面帶來的壓力評分：任教官中的教師壓力指數最高，平均達七十三分；津中教師相差一分，亦達七十二分。直資中學的壓力指數排第三位，為六十八分；
2. 第一組別中學任教的教師，壓力較第二、三組別中學的教師小；但第二組別的教師壓力指數，竟較第三組別為高。至於壓力來源；
3. 受訪教師認為主要來自與教學無關的行政工作，其次為教學及教改；

### 以上研究是否解答〔教師壓力〕的問題？

1. 教師工作時數情況：結果的反映十分一致：教學與非教學所花的時間遠遠超過標準規定的每週工作44小時
2. 教師壓力問題：反映亦見一致：這是必需處理的課題；
3. 教師壓力的來源：由於不同研究的問題方式、對象、焦點各有不同，結果亦有分別；

### 以上研究是否解答〔教師壓力〕的問題？

1. 總括來說，壓力來源離不開以下各項：
  - 教改（新教育政策的實施）
  - 工作時數
  - 工作內容
  - 學校領導
  - 時間管理
  - 學生行為問題
  - 教師專業自主感
  - 教學能力
  - 教學環境的變化（如出生人口導致工作崗位的保障問題）

### 尚待解答的重要問題

1. 多項教師壓力的來源中，那些因素較為重要？（從單一因素看教師壓力是不全面的）
2. 從協助處理負面的教師壓力，不同層面的工作可以包括甚麼？
  - 從政策的角度
  - 從學校行政者的角度
  - 從教師的角度
  - 從社會人士的角度（家長及持份者）

### 研究步驟

階段一：半結構性對焦小組訪談及個人訪談：訪問資料，其中包括四次個人訪談及兩次聚焦小組資料

階段二：問卷設計及修正

階段三：預試

階段四：全面的橫貫式調查研究  
量性研究資料：  
回收學校數目合共242間，其中主要為中學（80間）及小學（136間），其餘少數為中小學（25間）及其他類別學校（1間）。

### 問卷回收情況（有效問卷）

	問卷數目	百分率
小學	1455	(63.5)
中學	789	(34.4)
中小學	42	(1.8)
其他	7	(0.3)
總數	2,293	(100.0)

## 結果及分析

### 分析工具的檢定

#### 教師壓力的來源

- 透過探索性因素分析（Exploratory Factor Analysis），將100項來源因素加以分類
- 經探索性因素分析（Exploratory Factor Analysis）後，最佳的分類為六項

## 分析工具的檢定

### 教師壓力的來源

- 來自學生行為問題的壓力 (17題)
- 來自對教師專業水平的期望的壓力 (12題)
- 來自學校行政及組織的壓力 (14題)
- 來自時間管理及工作量的壓力 (8題)
- 來自支援學生的自我效能感的壓力 (6題)
- 來自事業發展的壓力 (5題)

### 六項教師壓力來源中，那些壓力來源較為重要？（小學）

對於小學教師來說，主要壓力來源的次序為（五分量表，3為中位數）：

1. 來自時間管理及工作量的壓力 (3.5044)；
2. 來自對教師專業水平的期望的壓力 (3.2051)；
3. 來自學生行為問題的壓力 (3.0491)；

### 六項教師壓力來源中，那些壓力來源較為重要？（續小學）

對於小學教師來說，主要壓力來源的次序為（五分量表，3為中位數）：

4. 來自事業發展的壓力 (2.8936)；
5. 來自支援學生的自我效能感的壓力 (2.7258)；
6. 來自學校行政與管理的壓力 (2.6579)。

### 六項教師壓力來源中，那些壓力來源較為重要？（中學）

對於中學教師來說，主要壓力來源的次序為（五分量表，3為中位數）：

1. 來自時間管理及工作量的壓力 (3.5073)；
2. 來自學生行為問題的壓力 (3.1055)；
3. 來自對教師專業水平的期望的壓力 (3.0397)；

### 六項教師壓力來源中，那些壓力來源較為重要？（續中學）

對於中學教師來說，主要壓力來源的次序為（五分量表，3為中位數）：

4. 來自事業發展的壓力 (2.8961)；
5. 來自學校行政與管理的壓力 (2.7131)；
6. 來自支援學生的自我效能感的壓力 (2.7009)。

### 比較五年前的教師壓力，教師在其間的變化如何？

若要作出科學化的比較，必需有五年前教師壓力的數據作參照。

研究小組以是次研究的數據抽取其中64題與劉（2002）在2001年的研究相同的問題，將兩組數據作比較（按劉（2002）的壓力分類）：

### 比較五年前的教師壓力，教師在其間的變化如何？

- 整體來說，中學教師在「學生行為問題」，「輔導工作」，「低學校使命」及「工作量及時間緊迫」四個範疇的壓力較五年前沒有明顯的變化；

### 比較五年前的教師壓力，教師在其間的變化如何？

- 來自專業感之壓力：2006年教師作面對來自專業感（Professional Distress）之壓力較2001年為高，可能的原因可以是多方面的：
  - （一）教師對專業的責任感較從前為高，因而導致這方面的壓力較大；
  - （二）現時教師所面對的問責文化亦較五年前為明顯，在教學上受到不同層面人士的監察，對他們來說是一重專業責任的承擔，因而造成一定的壓力；

### 比較五年前的教師壓力，教師在其間的變化如何？

- 以上比較祇適用於中學教師，對小學教師而言，則沒有數據作參照比較；
- 五項壓力類別中，其中壓力較大的三項分別為：
  1. 來自工作量及時間緊迫（Workload and time pressure）之壓力；
  2. 來自學生行為問題（Pupil misbehavior）之壓力；及
  3. 來自專業感（Professional Distress）之壓力（與五年前有明顯的變化）

### 各項教育政策為教師帶來有多少壓力？

- 小學：政策或改革對教師壓力（填答很大/極度的百分率超過40%）：
1. 系統性評估（TSA，評估學生在P.3, P.6及F.3中英數的表現）；(71.4%)
  2. 語文教師專業基準的制定；(70.5%)
  3. 融合教育的實施；(63.2%)
  4. 學校管理的自我評估機制（學校自評機制）；(59.2%)
  5. 校外評核（ESR，透過外評隊檢視學校表現）；(52.5%)
  6. 升中派位新機制 (52.5%)

### 各項教育政策為教師帶來有多少壓力？

續小學：政策或改革對教師壓力（填答很大/極度的百分率超過40%）：

7. 專科教學的建議（大學本科學位與任教科目相同）；(52.4%)
8. 申請各項教育發展資源（如QEF）程序 (50.3%)
9. （小學教師適用）小學課程統整 (50.2%)
10. 發展校內專業交流文化（如：同儕觀課、集體備課等）(47.3%)
11. 要求教師進行持續專業發展活動 (46.8%)
12. 發展校內教學評估機制 (43.4%)

### 各項教育政策為教師帶來有多少壓力？

中學：政策或改革對教師壓力（填答很大/極度的百分率超過40%）：

1. 校外評核（ESR，透過外評隊檢視學校表現）；(74.4%)
2. （中學教師適用）高中課程改革；(65.5%)
3. （中學教師適用）中學改行六年學制（初中及高中各三年）(58.9%)
4. 語文教師專業基準的制定 (58.1%)

### 各項教育政策為教師帶來有多少壓力？

續中學：政策或改革對教師壓力（填答很大/極度的百分率超過40%）：

5. 學校管理的自我評估機制（學校自評機制）(50.1%)
6. 融合教育的實施 (49.6%)
7. 系統性評估（TSA，評估學生在P.3, P.6及F.3中英數的表現）(42.8%)
8. 申請各項教育發展資源（如QEF）程序 (41.8%)

### 教師願意接受這些教育政策帶來的壓力嗎？

接受程度較高的政策（填答頗/十分接受的百分率超過40%）：

- 小學：
- 每學年進行不少於三天的教師發展日 (48.6%)
- 中學：
- 專科教學的建議（大學本科學位與任教科目相同）；(49.1%)
  - 每學年進行不少於三天的教師發展日；(42.9%)

### 教師願意接受這些教育政策帶來的壓力嗎？

接受程度較低的政策或改革（填答極不/頗不接受的百分率超過40%）：

- 小學：
- 校外評核（ESR，透過外評隊檢視學校表現）(57.8%)
  - 融合教育的實施 (57.2%)系統性評估（TSA，評估學生在P.3, P.6及F.3中英數的表現）(48.8%)
  - 語文教師專業基準的制定 (40.6%)

### 教師願意接受這些教育政策帶來的壓力嗎？

接受程度較低的政策或改革（填答極不/頗不接受的百分率超過40%）：

- 中學：
- 校外評核（ESR，透過外評隊檢視學校表現）；(54.3%)
  - 融合教育的實施；(50.9%)

### 有那些因素影響教師的壓力？ （任教學校類別）

小學（以小六學生派位組別作分類）

1. 來自學生行為問題的壓力：任教Band 1教師的壓力，較其餘三組教師的壓力為高；任教Band 2教師的壓力較Bottom 10教師為高；
2. 來自對教師專業水平的期望的壓力：任教Band 1教師的壓力較Bottom 10教師為高；
3. 來自學校行政及組織的壓力：任教Band 1教師的壓力較Band 3及Bottom 10教師為高；任教Band 2教師的壓力較Bottom 10教師為高；

### 現時不同學校均為其教師安排減壓方案，那些減壓方案較為普遍？

小學：

學校較常進行的減壓措施（填答「間中/經常」舉行的教師百分比超過50%）：

1. 學校加聘教學助理協助分擔教務工作；(76.7%)
2. 在組織架構上安排定時的教師備課時段；(69.5%)
3. 學校在工作分配時，能按教師的能力及工作量作出合理的分配 (66.4%)
4. 學校行政人員在態度上明白教師的工作壓力 (62.2%)

現時不同學校均為其教師安排減壓方案，那些減壓方案較為普遍？

小學：

學校較常進行的減壓措施（填答「間中/經常」舉行的教師百分比超過50%）：

5. 學校行政管理層專重教師專業自主 (60.2%)
6. 努力在校內建立同儕支援文化（如同儕支援小組、同儕分享小組等）(58.1%)
7. 教師感受到學校管理層與教師是合作伙伴，並持有共同的教學理念 (57.5%)
8. 學校加聘人員協助非教學之文書工作（如查證家庭入息、辦理各項津貼等）協助教學 (53.1%)

現時不同學校均為其教師安排減壓方案，那些減壓方案較為普遍？

中學：

學校較常進行的減壓措施（填答「間中/經常」舉行的教師百分比超過50%）：

1. 學校加聘教學助理協助分擔教務工作；(69.7%)
2. 學校在工作分配時，能按教師的能力及工作量作出合理的分配；(59.2%)
3. 學校行政管理層專重教師專業自主 (56.9%)
4. 學校行政人員在態度上明白教師的工作壓力 (55.2%)
5. 面對不同持份者的不同要求，教師感受到學校行政管理層與教師是合作伙伴，共同維持教師專業自主 (51.6%)

現時不同學校均為其教師安排減壓方案，那些減壓方案較為有效？

各項減壓措施中，其中成效較明顯的（填答頗/十分有效的百分率超過40%）：

小學：三項：

- 學校加聘教學助理協助分擔教務工作；(52.0%)
- 學校加聘人員協助非教學之文書工作（如查證家庭入息、辦理各項津貼等）協助教學；(47.5%)
- 教師請假少於三天，校方仍安排聘請校外代課教師授課 (47.0%)

現時不同學校均為其教師安排減壓方案，那些減壓方案較為有效？

各項減壓措施中，其中成效較明顯的（填答頗/十分有效的百分率超過40%）：

中學：兩項：

- 學校加聘人員協助非教學之文書工作（如查證家庭入息、辦理各項津貼等）協助教學 (47.2%)
- 學校加聘教學助理協助分擔教務工作；(41.2%)

現時不同學校均為其教師安排減壓方案，那些減壓方案較為有效？

各項減壓措施中，成效較弱的減壓措施（填答頗/十分有效的百分率超過40%）

小學：沒有

中學：一項：

- 組織教師參與減壓活動（如減壓工作坊）(43.1%)

對於減輕教師壓力，教師有何建議？

小學：建議重要程度（填答頗/十分重要百分率全部超過40%，以%次序排列最高五項）

1. 漸次發展小班教學；(89.3%)
2. 安排教師在其教學生涯中最少一次帶薪進修機會（時段/薪津/條件可諮詢）；(82.4%)
3. 積極進行家長教育，加強「專師」文化；(79.0%)
4. 強化諮詢機制，以了解教師需要 (79.0%)
5. 檢討融合教育政策 (76.7%)



對於減輕教師壓力，教師有何建議？

中學：建議重要程度（填答頗/十分重要百分率全部超過40%，以%次序排列最高五項）

- ✓ 漸次發展小班教學；(90.3%)
- ✓ 安排教師在其教學生涯中最少一次帶薪進修機會（時段/薪津/條件可諮詢）；(82.9%)
- ✓ 強化諮詢機制，以了解教師需要 (78.4%)
- ✓ 強化校長及學校管理層在「學校行政及管理」方面的能力 (73.1%)
- ✓ 強化「政策制定者」、「推行者」、「監察者」及「執行者」的溝通以避免政策原意被「異化」(72.8%)

完