

如何紓解教師的工作壓力

曹啟樂

風采中學校長

教育評議會副主席

2006年11月

兩項教師壓力研究

民間VS官方

1. 教評、初研：242間學校，2295人回應，浸大分析。
 - 教師壓力來源(與5年前比較)
 - 教育政策帶來的壓力
 - 減壓方法的效用
 - 教師對減壓措施的建議
 - 8月報告、 12月深化報告

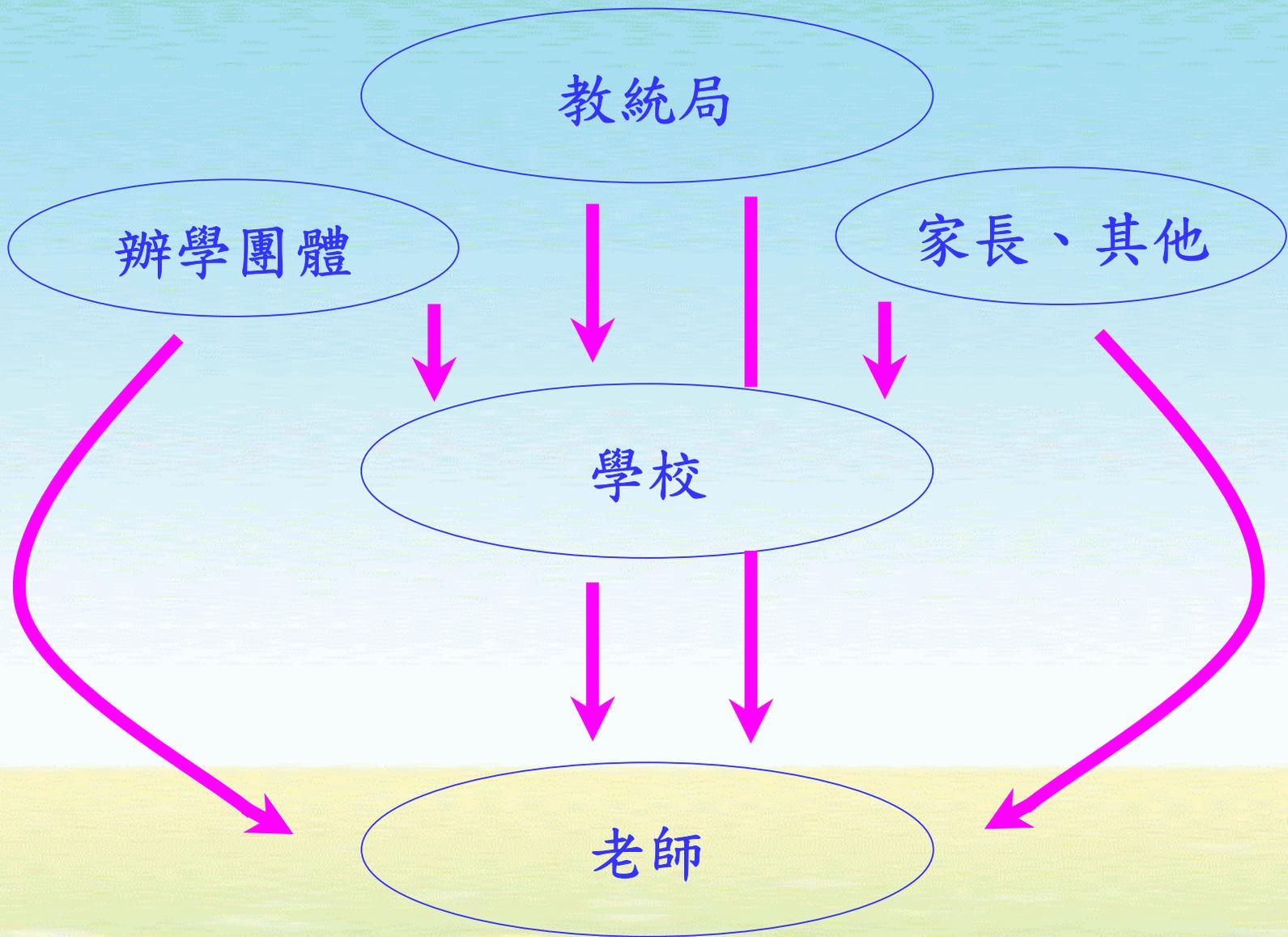
兩項教師壓力研究

民間VS官方

2. 教統局「教師工作」委員會：

10多間學校個案、外聘機構負責

- 教師工作量現況
- 紓壓的策略
- 8月中期報告、12月最後報告



★ 老師工作壓力來源

教統局

各項政策、措施

如ESR、TSA、SBA.....

學校

基準要求、進修指標

老師

★ 教育政策帶來的壓力

兩會研究：教育政策帶來的壓力

1. 自評與外評(ESR)
2. 語文基準
3. 融合教育
4. 全港系統評估(TSA)
5. 高中課程改革(中學)

教師的減壓建議：

1. 漸次發展小班教學
2. 安排教師在教學生涯至少一次帶薪進修
3. 強化諮詢機制，了解教師需要
4. 積極進行家長中的「尊師」文化(小學)
5. 強化校方的行政管理能力(中學)

教師對政策優次的看法：

1. 小班教學
2. 停止縮班殺校
3. 小學增設副校長實職(小學)
4. 暫緩校本評核(中學)

校長/教師的心聲：

1. 「期望將老師當作是人看待；不要用數據強令教育進步；請把老師放回教學的崗位上……」
2. 「現時教育政策，實在太注重文件或証據，故令老師工作量增加不少……不斷進修、評核……精神壓力大增。」

校長/教師的心聲：

3. 「多了解前綫教育工作者面對的實況。」
4. 「政策出台前要充份諮詢前綫教師的意見……。」
5. 「要體諒前綫教育的實際工作量，不要事事直接抄錄外國的教育改革，須留意西方的教育改革，現在的情況已變得越改，學生的質素竟變得越來越下降。」

學校

領導、管理、

生源、紀律、學術

老師

★ 學校帶來的壓力

學校帶來的壓力

(一)兩會研究：

教師認為主要來自——

1. 時間管理與工作量
2. 學生行為問題
3. 對教師專業的期望與問責

(二)工作委員會研究：

1. 行政工作份教師總工時的比例顯著上升。
2. 學校領導素質與教師工作量有直接關係。

學校領導的修養——「傳統尋根、回歸東方」

1. 仁：以人為本，重視老師、學生的意見，政策在諮詢後才實行，視其感受而調整、修訂。
2. 智：明智判斷。盡力不受外界干擾，以保障學校的核心工作，即教學與育人。

學校領導的修養——「傳統尋根、回歸東方」

3. 節：行事節制。不為外界榮譽吸引而擴張工作，追求虛名而失卻實效。
4. 勇：勇於取捨。對信念、原則要持守，對不合理政策、措施要勇於說「不」。

學校領導的修養——「傳統尋根、回歸東方」

5. 虛：

- 道德經：「善用人者為之下。」

領導謙而不爭，不會賣弄權威，只會輔導成員發展。

「保此道者，不欲盈。夫唯之盈，故能蔽而新成。」

- 淮南子：「夫乘眾之智，則無不任也；因眾人之力，則無不勝也。」領導宜發揮成員的才能。

學校管理的六大要項

1. 精簡架構

- 行政組別.....

2. 加強規則

- 年度計劃，每月大事.....

3. 提高效率

- 會議時間控制.....

學校管理的六大要項

4. 善用資源

- 經費、人才、網絡……

5. 聚焦優次

- 教學、育人、宣傳推廣……

6. 成員主導

- 教師、學生、家長……

疑處理不了學生操行問題 教師自殺亡減壓方案何時見？

蘋果日報

2006年11月15日

學校、老師
— 堅定信念、自求多福