

“双减”背景下教师专业发展困境与路径探索

刘俐潇

西藏大学教育学院, 西藏 拉萨

收稿日期: 2023年3月22日; 录用日期: 2023年4月21日; 发布日期: 2023年4月28日

摘要

“双减”政策的颁布有效缓解了学生的学业压力, 减少了家长精神与经济负担。但教师作为政策一线实施者要克服更多困难。“双减”对教师的专业发展提出了更高的要求, 教师为顺应时代, 实现育人目标, 就必须努力克服困难提高自身专业。在政策实施过程中教师自身会面临诸多困境, 例如, 教师情绪变化、专业信念与理想被削弱、产生职业认同危机。同时提高教师专业发展的路径有: 聚焦作业设计, 为学生减负增效; 多法共行, 提高教学能力; 加强家校联系, 实现家校共育。

关键词

双减, 教师, 专业发展路径探索

Exploration on the Dilemma and Path of Teachers' Professional Development under the Background of "Double Subtraction"

Lixiao Liu

School of Education, Tibet University, Lhasa Tibet

Received: Mar. 22nd, 2023; accepted: Apr. 21st, 2023; published: Apr. 28th, 2023

Abstract

The promulgation of the "double reduction" policy effectively alleviates the academic pressure of students and reduces the spiritual and economic burden of parents. But teachers, as the implementors of the policy, have to overcome more difficulties. "Double reduction" puts forward higher requirements for the professional development of teachers. In order to adapt to the times and achieve the goal of education, teachers must strive to overcome difficulties and improve their own professional. In the process of implementing the policy, teachers themselves will face many diffi-

culties, such as changes in teachers' mood, weakening of professional beliefs and ideals, and crisis of professional identity. At the same time, the ways to improve the professional development of teachers are as follows: focus on homework design to reduce the burden and increase the efficiency for students; multi-method practice, improve teaching ability; strengthen the home-school connection and realize home-school co-education.

Keywords

Double Reduction, Teachers, Professional Development Path Exploration

Copyright © 2023 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. 引言

2021年7月中共中央办公厅、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》旨在改变目前教育畸形的现状。“双减”指的是有效减轻义务教育阶段学生过重作业负担和校外培训负担，旨在构建教育良好生态，有效缓解家长焦虑情绪，并促进学生全面发展、健康成长[1]。在传统教学模式与教育理念下，学生的学业负担，精神压力日益增加，甚至已经影响到学生的健康成长，严重偏离教育本质，使学生、教师、家长陷入了教育怪圈。为打破“唯分数论”和“功利性”教学模式所带来的“教育内卷”和“教育焦虑”现象[2]，“双减”政策的提出具有重要意义。“双减”政策的颁布对整个教育领域都是前所未有的挑战，不单单只是对作业量和课外培训的调整，更是涉及到整个教育圈生态环境、基础教育阶段体系甚至培养格局上的变动。根据现有的数据表明，在过去的一年里，政策的实施所带来的改变是较为明显的。首先最为直观的便是学生校内作业量和校外培训负担均有所减轻，其次由于校外培训的严格管控，校外教育支出也相对减少，从而降低家长经济负担，最后因为学生学业压力、精神压力和家长相应精力负担均有效减轻，使亲子陪伴时间增加从而加增进亲子关系。当然，为使“双减”政策扎实有效的推进，教师作为我国教育事业的中坚力量，自然不能固步自封，社会以及教师自身都应对教师这个行业有着更高的专业要求。新事物的出现既伴随着机遇也充满了挑战，如何在双减背景下更好地提升教育质量做到真正意义上的“提质增效”，这就需要每一位老师认真思考与研究。同时，在看到“双减”带给学生、家长和教师益处，我们也不能忽视，教师作为政策的一线推动者所面临的发展困境与问题。

2. “双减”背景下教师专业发展所面临的困境

“双减”的实施使学校教育、学校课堂成为学生接受教育的主阵地，而教师作为核心主阵地的管理者和组织者自然要承担着比以往更大责任。在这样的背景下，教育环境发生了变化，学生对知识的诉求与渴望也逐步转移到课堂上，对教师的专业素养要求就更高了，这时候就需要教师调整自己的职业观念和认识。但调整改变的过程也是困难的。

2.1. “双减”实施过程中会引起教师情绪变化

由于校外培训被严格管控，家长和学生将更多的期待都给予了老师，教师的精神负担也会随之增大，当教师投身去做的工作被外部的深层渴求所裹挟时，教师内心的深层愉悦会消损，会产生情绪失调，进

而影响工作动机和成效[3]。从学生角来说,“双减”的实施对学业负担做了有效的减法,但对教师来说确是一定程度的“加法”,因为教师要进一步提升自己的专业能力与素养。在同时面对外界的强烈期望与提高自身专业水平的硬性要求的情况下教师承受着比以往更大的体力与精力双重压力。教师状态会直接影响到课堂的效果,从而影响到学生的学习效果。笔者在跟随导师去拉萨当地中小学进行实地调研时,发现一线教师们对双减都有着自己看法。总的来说,更多的是对政策的肯定与支持,但也都提及了自己目前工作中所面临的困境与困难,许多教师向我们详细说明了个人困境。A 教师:“孩子任务是轻了,但我们的任务就重了,因为你得去非常用心的计划作业,你也知道蛮,作业现在得精简。这工作上得比以前更细致,现在学生不让补课了,家长和学生都指望着你,这压力还是大。我们组里好几个教师现在工作量是以前的好几倍了,这年轻教师还得平衡家庭,大家这段时间压力还是蛮大的。在一年多中,也有好几位老师在我这哭诉,说压力太多,已经影响到了生活,也没法在课堂上保持良好的状态。可这能怎么办呢,我只能安慰说刚开始都是很痛苦的,这需要大家一起努力调整,改变。”

由此可见使教师保持良好的状态对于推动“双减”的实施是多么的重要。要使教师在工作中得到满足与愉悦,这样才能保证教师在工作中充满积极性。

2.2. “双减”实施过程中教师专业信念和理想需加强

“双减”作为一个新政策在实施的过程中必然或遇到许多困难,教师又作为一线推动者与实施者,自然会比学生和家长更加直接面对政策带来的挑战与变化。这时为在变化中为了使学生利益最大化,从根本上教师就要抗住改变带来的压力与不适,而这样的力量就需要教师坚定地职业信念与信仰作为有力支撑。但是,由于国内教育大环境的影响,大部分教师在现实和理想中都向前者做出了妥协。一些教师仅仅将教育教学工作视为谋生手段,并没有在工作中找到满足感与成就感,自然无法产生巨大的职业热情,从而产生教师的专业理想与信念存在较大差异,缺乏远大的专业理想和坚定的专业信念。同时,“双减”政策在不同程度上对教师的教育教学实际工作带来了冲击,也影响着教师的专业理想与信念[4]。“双减”政策在实施的这一年多时间里,对坚守在一线的教师来说,最直观的感受便是工作时间明显延长、教学任务也逐步增多。比如,“双减”政策要求学校要保证课后服务时间,满足学生多样化发展需求。于是,许多学校推行课后服务“5+2”模式,即学校每周5天都开展课后服务,且每天至少2小时,此外有条件的初中周一至周五可设晚自习,晚自习结束时间原则上不晚于20:30[5]。可见“双减”下的延时服务给学生带来更多便利的同时也给教师增加了一定程度的压力,这也是为什么会导致教师专业信念与理想出现一定程度动摇的原因。

2.3. “双减”实施过程中会导致教师产生职业认同危机

“双减”实施后,各个方面对教师的职业素养以及专业素养都提出了更高的要求。这时候就需要教师根据现实重新审视自己的专业能力。教师要理解“双减”政策背后的顶层逻辑,明确我们现阶段的育人目标,然后根据现有情况作出对应的调整。尤其是“双减”重申了学校作为教育的主阵地,教师被全社会给予了极高的期待与希望,教师会感受到压力的同时逐步调整过去的教学模式和教育理念,以便更好地与当前的教育目标接轨。若教师在这变化的大浪潮中不思进取,固步不前,不深入反思自己的教学,便会不适应的现在的教育生态环境,从而容易在自己的教学任务和工作上展现出颓态。而学生又是每日和老师接触时间最长,也最受老师影响的群体,并且教师的榜样作用也容易让学生感觉不到教师的朝气活力和对教学的热情,这样自然就会影响学生对该教师以及教师所教课程的看法与对知识的吸收程度。成绩作为学生最好且最有效的量化标准,也能对家长直观的反映出学生的学习情况。长此以往,学生成绩呈下降趋势,家长也会对教师失去信心。教师再被各种除教学外的行政事务裹挟着的同时还要承受着

家长与学生的不认可，再这样的多重压力下，长久下去，会严重影响教师的职业与专业自信，更甚者会陷入深度的自我怀疑与焦虑状态，从而进一步打击教师自我价值，并还会使教师自我认同感产生强烈动摇，最后教师就会产生“跳槽”或者“辞职”这样的消极想法。笔者在与拉萨中小学教师进行面对面的访问时，许多教师也都提到了这一点。B 教师：“现在的大环境就是逼着咱们教师进步改变。拉萨相对于内地来说教学压力和任务还是算相对轻松点的，但就这样许多教师依旧觉得苦难重重。双减政策对教师的要求也高了，教师自己得想办法提高专业能力，不然就只会每天生活在煎熬中，然后一点点的被学生家长抛弃。好多同事最近也产生了些消极想法，觉得现在工资不变，工作量倒是涨了不少。”许多研究都已表明自“双减”实施以来，许多老师都“怨声载道”，但这样的情况也是正常现象，毕竟不是所有的改革一开始都是一帆风顺的。所以这时教师为了避免出现以上的现象，唯一的办法就是抛弃原有的陈旧的教育观念，重构自身专业力，增强自我认同感，在改变中提高自我价值感。

2.4. “双减”实施过程中暴露出教师管理激励机制问题

教师压力来自于两方面：一是社会给予的关注使教师不得不时刻紧绷着弦做好自己的工作，二是学校出于落实“双减”政策而安排的校本培训、教学研讨等活动，使教师可支配时间的减少、工作与家庭失衡感的增强等[4]。在一些文章中有提及，有教师表示，“‘双减’政策我是很支持的，对于学生的压力和家长的焦虑，的确是很有效的减轻，教育也逐渐在回归本真。但是，这个过程中，老师的工作压力和负担的确也增加了不少。”[6]在“双减”政策推出之时，《意见》中已经明确强调，学校党组织要认真做好教师思想工作，充分调动广大教师积极性、创造性，同时也强调为中小学校补齐补足教师编制，要做好教师绩效工资核定有关工作，但有些地方和学校的考评及激励机制并未随着“双减”政策的出台而及时进行调整[4]。工作时间增长，工作量增加，每日所负担的压力只增不减，作为家庭成员还要平衡工作与自己的生活，教师的所面对的并不只是“双减”实施后所带来的肉眼可见的困难，还有隐藏在他们日常生活中的。若教育局和学校的领导层不能敏感的认识到了这些问题，并做出对应的调整，那么“双减”的实施只会寸步难行。要清楚认识到在学校这个教育主阵地中，教师作为政策直接执行人的价值与重要性。

3. “双减”背景下教师专业发展的路径

既然身处于时代大变革时期，教师就应该顺应时代发展潮流，重新审视并调整自身专业能力，主动发展和开辟新的学习方式，已达到充实自己的目的，并满足学生与家长的需求。教师专业发展路径图，如图 1 所示。

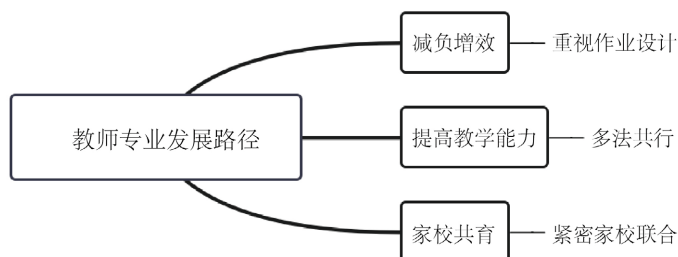


Figure 1. Teacher professional development pathway map

图 1. 教师专业发展路径图

3.1. 重视作业设计，减负增效

“双减”中其中“一减”就是减轻义务教育阶段学生过重的学业负担。这一任务是我国教师和教育

领导首当其冲要解决的问题。这一问题若能得到良好的解决，能快速的反应在学生的每日的精气神以及学习质量上。当然，如何合理地设计作业，不过多，超过学生所能承受的范围；不够练，满足不了学生最基本的学习要求，做到真正的恰到好处，这就是考验老师教学能力的时刻。作业的布置在于精不在多，而往往现在许多老师只重视题海战术不在乎精准好坏，这就很容易让学生在面对习题时产生消极情绪。因为量太大，学生精疲力尽后会产生“破罐子破摔”的心情，最后呈现出来的作业效果也不尽人意，同时也会影响教师的教学心情，这样就会导致教师上课时并不是以一个积极地心态和状态去授课，从某种程度来说又会影响学生在课堂上对知识的吸收，最后学生呈现出来的作业效果又差强人意，这样就形成了一个恶性循环。所以为了避免这样的问题多次出现，教师作为作业的设计者应该精简内容，提取核心，找到最适合学生最近发展区的练习题。拉萨中小学在实施作业减量这一任务上也是下足了力气。C 教师告诉笔者：“对于学生来说，他们可能并没有多么明白双减的含义，但是他们能通过作业量的变化直观感受到双减对他们带来的好处。精简作业，为学生挑选最核心的题目，其实也减轻了教师批改作业任务。”在教师筛选合适题目的这个过程其实就是锻炼教师专业敏感度，教师只有在充分发挥自己的专业综合能力和全面了解学生现状的同时，才能设计出真正对学生学习有帮助的作业。聚焦作业设计，重视题目筛选，教师才能在“双减”的大背景下走的更远。

3.2. 多法共行，提高教学能力

如何能让教师最快速有效地提高自身的专业能力，那就需要教师队伍，领导班子，和社会共同合作，多种方法并举。崔迪，王雪松在《“双减”背景下教师专业素养提升的有效路径——来自美国 K-12 教师专业学习共同体的经验与启示》一文中介绍了教师专业共同体。教师学习共同体是指具有共同愿景和目标的管理者和教师在平等民主的氛围下所构建的团队，他们在精神上拥有共同的信念、价值取向与追求，以提高教育教学质量为目标，以教师的相互合作与分享为主旨，进行性的学习与反思，并致力于自身的专业发展，从而带动教师团队、幼儿园、学校的发展[7]。在学校中形成教师专业共同体对促进教师专业发展，坚定教师专业信念，以及帮助教师找到自我价值都有着不可忽视的作用。在教师共同体中，教师不再单单只是被动接受任务的执行者。教师被赋予了权利，这也就让教师在教育教学上有了更多自主权，更能提高教师工作的积极主动型。每位教师都被赋予的表达自我观点的权利，在共同体里针对教学畅所欲言，更能激发出教师们的批判思维。共同体是在教师们的平等尊重的基础上成立的，既要允许同事间相同意识的而存在，也要鼓励不同观点的萌芽，相互尊重求同存异，这样才能促使教师队伍的整体发展。

“双减”政策推行以来，郑州师范学院附属小学为提高本校教师的专业素养与能力做出了许多努力。郑州师范学院附属小学确立“立己达人”的教师文化观作为价值引领；以任务驱动助推教师核心能力提升作为赋能增效；以创新助力教师专业发展的平台机制作为多元保障[8]。在这一系列的操作下，教师们的专业能力得到了进一步的提升。只有教师的专业能力提上去了，才能提高教学质量，才能满足学生的教学需求。

3.3. 紧密家校联合，实现家校共育

尽管在“双减”背景下，学校作为学习主阵地的形象再次回归大众视野，学生的学业负担精神压力，家长的经济负担都有效减轻，但这并不意味着家长就可以将教育责任完全推给学校和教师。从上文我们也分析到，教师的工作量是变相的“增加”，光靠孩子在学校接受教育是远远不够的，教师的精力也是不足以让她顾及全班的学生。并且家庭教育本就作为孩子成长做不可缺少的一部分，我们更不能忽视了家长带给孩子的榜样力量，以及家庭教育对学校教育的补充与辅助的作用。为了能有更多的时间与精力为学生服务，教师们应加强日常的家校联系，发挥家长委员会作用。教师和家长不是敌人而是孩子成长

这条道路上的战友与朋友。在家长的帮助下,教师可以将一些事宜交给家长去进行,这样既可以让家长真实地了解到教师每日工作的情况,理解老师的不易,也能发挥家长主动性,做好教师的帮手。在家长的帮助下,教师也会拥有更多时间留给自己去学习,提高自己的专业知识与技能。加强家校联系,能让家长更好地了解孩子在学校的真实状态,然后根据孩子实际情况调整在家的教育方式。同样,教师和家长联系紧密后,教师也能指导学生在家的情况,双方互相沟通,促进对学生的全面了解。

“双减”依旧在实施的初级阶段,不同地区的教师所面临的问题都不同,但政策背后的教育本质与初心是全国人民教师都应该理解并为之奋斗的。尽管困难重重,教师们也顶着巨大的任务艰难前行着。面对大环境的改变,教师需要快速适应并调整好心态,积极迎接挑战。做眼中有光、心中有爱的教师,做顺应发展、传递正能量的教师,做不负时代、敢于突破的教师[9]。

参考文献

- [1] 中办国办印发《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》[N]. 人民日报, 2021-07-25(1).
- [2] 朱飞. 论“双减”政策下赋能教师发展问题与路径[J]. 教育实践与研究, 2022(30): 7-9.
- [3] 刘建. “双减”政策背景下教师专业发展的机遇与挑战[J]. 教育发展研究, 2022(4): 3.
- [4] 姚计海, 张蒙. “双减”政策下教师专业发展的机遇、问题与对策[J]. 北京师范大学学报, 2022(6): 41-49.
- [5] 潘玉娇. 江苏推行课后服务“5+2”模式覆盖全省所有义务教育学校[N]. 中国教育报, 2021-08-16(01).
- [6] 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.
- [7] 崔迪, 王雪松. “双减”背景下教师专业素养提升的有效路径——来自美国 K-12 教师专业学习共同体的经验与启示[J]. 天津师范大学学报(社会科学版), 2022(6): 35-41.
- [8] 寇爽. “双减”背景下的教师专业能力重构[J]. 中小学管理, 2022(11): 51-53.
- [9] 李子芳. “双减”背景下教师面临的挑战与应对方法[J]. 教育实践与研究, 2022(9): 25-29.