

从能力到动态发展：教师韧性研究梳理与展望

曹嘉桐, 李 佳*

江西理工大学外国语学院, 江西 赣州

收稿日期: 2025年3月3日; 录用日期: 2025年4月15日; 发布日期: 2025年4月24日

摘 要

教师韧性是关注教师如何面对挫折与挑战的一个重要方面。文章从心理韧性的概念、韧性拓展到教育学领域的发展现状以及针对教师韧性现有研究情况提出研究展望三个方面进行梳理。发现韧性及教师韧性内涵大体经历了从特质论、结果论、过程论到社会生态视角的发展, 同时研究对象多元, 研究方法多样。文章最后提出了未来研究的发展方向, 即进一步丰富研究对象、更多关注社会生态视角以及更多关注混合式研究方法。

关键词

教师韧性, 内涵, 梳理, 教师发展

From Competence to Dynamic Development: Review and Prospect of Teacher Resilience Research

Jiatong Cao, Jia Li*

School of Foreign Language, Jiangxi University of Science and Technology, Ganzhou Jiangxi

Received: Mar. 3rd, 2025; accepted: Apr. 15th, 2025; published: Apr. 24th, 2025

Abstract

Teacher resilience is an important aspect of how teachers face setbacks and challenges. This article reviews the concept of psychological resilience, the current development of resilience in the field of education, and the research prospects for existing research on teacher resilience. It is found that the connotation of resilience and teacher resilience has generally experienced development from trait theory, outcome theory, process theory to social ecological perspective, and at the same time, the

*通讯作者。

research objects are diverse and the research methods are diverse. Finally, the article proposes the development direction of future research, that is, to further enrich the research objects, pay more attention to the social ecological perspective, and pay more attention to hybrid research methods.

Keywords

Teacher Resilience, Connotation, Review, Teacher Development

Copyright © 2025 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

强国必须强教，强教必先强师，强师必先铸魂。2024 年政府工作报告中提出“弘扬教育家精神，建设高素质专业化的教师队伍”。建设高素质的教师队伍离不开对教师现存问题的关注，如中小学教师从业过程中面临着学生难管理、家长不理解、工作压力大等问题，高校教师面临着课程压力、科研压力以及行政工作方面的压力等一系列问题，这对教师更好地从事教育工作提出了不小的挑战，如何应对这些挑战与教师韧性密切相关。心理学中的“韧性”一词是指人们面临困境时战胜困难和挑战的一种心理弹性。因此研究教师在面临从业生涯过程中的应对困难和挑战的心理韧性是一个重要话题。

本文将围绕以下几个方面来对教师韧性研究展开梳理：(1) “韧性”的概念为何？(2) “韧性”拓展到教育学有何进展？(3) 基于梳理内容对未来研究提出展望。

2. “韧性”概念的缘起

关于“韧性”的研究源自上世纪 80 年代发展心理学对处于逆境中的儿童的研究，后来逐渐从心理学领域扩展到其他领域。教育学对于“教师韧性”的研究便源自心理学。

关于韧性的定义存在多种看法，这与韧性多维复杂的特点密切相关。一般来说心理韧性是指曾经历过或正在经历严重压力而逆境者的身心功能并未受到损伤性影响，甚或愈挫弥坚的心理发展现象[1]。最初人们将这种能够从逆境中恢复过来的心理现象看作个体的能力，于是便提出了特质论的观点。从特质论的角度出发，心理韧性被看作是一种较为稳定的人格特质，以克服和战胜逆境并能够恢复常态能力为特征[2]。这种观点将韧性看作是人的品质，正是这一品质使得人们在面临挑战或者挫折时能够更好地恢复到之前的状态。

随着研究的发展，有学者提出了新的视角，他们侧重从结果的角度来看待，将“韧性”看作是个体在逆境中恢复后的积极结果，于是便出现了“结果论”这一视角。该观点的代表人物 Masten 认为，心理韧性是在威胁或逆境条件下仍能够表现出较好适应或顺利发展结果的一类心理现象[3]。这种界定认为韧性是人们在面临不利环境时能够利用一些有效的资源，以达到更好的适应效果。但是，结果论较少提及到个体是如何调整自己以适应周边环境这一方面的。于是随着研究的发展，有学者便提出了综合特质论与结果论的过程论。

过程论者强调个体经历灾难性事件时的心理变化和发展过程，认为心理韧性是个体面对逆境、创伤、威胁或其他重大压力时实现良好适应或成功应对的动态过程[4]。这种动态过程一方面是指个体在逆境之下的调整和适应；另一方面，强调了个体调整和适应后的结果。

“韧性”在心理学领域的发展历程大体经历了特质论、结果论和过程论三个阶段。从其发展历程来

看,对于“韧性”的界定越来越全面,从开始的特质论将“韧性”看作个体自身的一种能力,到结果论关注个体在逆境中适应的结果,再到过程论关注个体适应的动态过程与最后结果,逐步将影响“韧性”的一个关键因素“环境”纳入研究范围中去。

纵观目前对于心理韧性的研究,可以发现的共通点有二,一是将其放在逆境中进行研究,典型的逆境应包含消极的生活环境,一部分研究者采用基于阈值的量化方法,将逆境界定为与特定风险水平相关联的负面经历;另一部分研究者则持更为宽泛的质性观点,认为任何形式的困难经历、不幸遭遇或创伤性事件所引发的痛苦体验均可纳入逆境的范畴[5]。二是面对这些逆境可以很好地适应和面对。心理韧性水平较高者拥有更丰富的心理资源和灵活调动内外资源以应对困境的能力,并且他们更可能从逆境中获得成长,将不利因素转化为动力[6]。

3. “韧性”拓展到教育学:教师韧性研究

随着人们对教育的愈发重视,教育改革注重多元化的教学内容、科学性和多样性的教学方法等方面来满足在实际教学过程中的需求[7],对教师有了更加高标准的要求。教师在面临诸多改革时,面对诸多的挑战,如工作内容繁纷复杂、学生个性化较强、备课压力大等。教师如何在重重挑战中仍然积极应对和适应,是研究教师发展不可回避的一个问题。从心理学领域延伸过来的“韧性”一词为研究这一问题提供了一个新角度。

3.1. 教师韧性概念的界定

对于教师韧性的关注源自对于教师压力管理及职业倦怠问题的研究[8]。澳大利亚教育心理学家 Oswald 在评估教师的韧性因素时最早提出“教师韧性”(teacher resilience)概念,这一概念是在心理学中“韧性”研究的基础上发展而来的。基于“韧性”本身的复杂性和研究者们各自的看法,关于“教师韧性”的定义有着不同的界定。参照心理学对于“韧性”的定义,教育学中对“教师韧性”的界定同样存在特质论、结果论、过程论三种视角。

从特质论角度来看,韧性扩展到教师,可以理解为教师的个体特质在压力与逆境中所展现出的应对能力,从而帮助教师重新恢复到原始或者最优的状态,可以帮助教师依然坚守对教学和教学实践承诺的品质[9]。Gu 和 Day 认为教师韧性是一种能力,这种能力能够帮助教师在逆境中快速并有效地恢复自身优势和精神[10]。基于特质观可以发现,教师韧性是帮助教师从逆境中解脱、恢复以及坚守教师初心的一种能力或特质。教师韧性作为一种能力,它不仅仅能够帮助教师恢复原样,同样可以帮助教师实现自我超越。特质论强调教师韧性是教师的一种稳定的个人特质,同时这种稳定的特质具有一定的预测性。在对人岗匹配与幼儿教师职业韧性关系的研究中,研究者认为人岗匹配可以显著正向预测幼儿教师的职业韧性,当个体能力能够胜任岗位要求时,教师个人价值得以提升,从而有利于提高其职业韧性[11]。但是特质论的视角忽视了外部环境对教师韧性的影响,例如工作环境、人际关系等因素,忽视了团队和集体的重要性,而且并且充分将教师所处的文化环境考虑在内此外,特质观是处于静态视角来对教师韧性进行界定,认为韧性是固定不变的,忽视了其动态性和可塑性,未关注到教师是如何通过经验和学习逐步发展,提高自身韧性的。

随着研究的发展,除了考虑个体的主观因素之外,客观因素也得到了关注。与特质论不同的是,结果论将除个体的主观因素之外的客观环境因素也纳入了考虑范围。这种观点认为教师韧性是教师经历逆境后积极适应的结果。代表人物 Beltman 和 Mansfield 认为,教师韧性是个体和环境保护因子和风险因子相互作用的结果,是教师在面临逆境时,能够有效利用学校环境中的有利资源实现目标,进而达到良好适应状态[12]。这种观点注重结果导向,强调教师在面临挑战后的具体表现,有利于研究者评估其韧性水

平, 但是只关注结果容易忽视教师在应对挑战时的心理和行为过程, 并且为充分考虑周边环境对教师韧性的影响, 如学校文化、资源支持等。特质论将教师韧性看作是教师的内在资源, 而结果论将教师韧性看作是教师运用自身资源以实现自身发展的实际结果, 特质论可以看作是结果论的前提, 二者具有因果关系。特质论解释了教师韧性的来源, 而结果论解释了这些特质所展现的表现和成果, 二者又具有互补性。

随着研究的发展, 人们发现了特质论与结果论的局限性, 它们更多关注个体自身的能力, 即个体是如何利用自己条件与外部条件来面对逆境的, 较少提及周边环境对人的作用。考虑到这一局限, 学者们提出了过程观。从过程观视角来看, 教师韧性是内外因素相互作用于教师自身, 使教师在面临逆境的过程中不断提升、完善自我的一个过程。持该观点的研究者们提出, 教师韧性不是与生俱来的, 而是教师在应对不利环境的过程中动态发展的。Castro 等人认为教师职业韧性是教师使用“各种韧性策略”的过程。一个有韧性的教师可以利用个体特质和环境因素来帮助他们应对挑战, 并随着时间的推移来提高自我职业满意度和生活幸福感[13]。Tait 认为教师韧性是教师在压力情境下激活和养成的一种与环境中的事件相互作用的方式, 也就是说可以视为个体风险性因素和保护性因素间动态作用的结果[14]。如在心理弹性视角下乡村教师工作压力应对策略探析研究中, 研究者发现乡村教师在面临来自教学业务、工作环境、社会支持层面的压力时在自身层面可以正确定位个人职责与担当, 向他人倾诉; 在学校与社会支持层面可以通过创设合作共享的组织氛围、开发相关心理弹性培训课程以及落实保障乡村教师队伍建设的财政性支持三个方面来提升教师韧性, 以达到风险性因素和保护性因素的动态作用, 使保护性因素战胜风险性因素[15]。基于过程论的研究首先认为教师韧性是一个动态变化的过程, 能够更好反映教师在职业生涯中的适应与发展, 同时这一观点不仅仅关注于结果, 还关注到了教师在面临压力时的心理和行为过程。但在研究中, 这一观点涉及多个因素和过程, 研究和评估过程较为复杂, 需要研究者长期的跟踪, 并且动态过程难以量化, 增加了评估难度。

纵观关于教师韧性的研究, 特质论以心理学为理论基础, 研究者们将教师韧性看作是个体内部的一种能力或者特质, 是一种心理现象, 主要将视角聚焦于个体自身。接着, 学界提出了结果论的观点。这一观点将客观因素纳入到教师韧性研究中去。但是, 虽然结果论考虑到了客观因素, 仍然忽略了个体周边的社会环境对人的构建作用, 于是随着研究的深入, 研究者开始注意到社会对人的影响的重要作用, 由此便开始关注环境的作用来研究教师韧性。如过程视角, 它以社会学为理论基础, 考虑到了每个个体都是处于一个社会环境中, 并不是孤立的, 因此强调了个体内外因素的相互作用, 认为教师韧性是教师利用保护性因素来抵抗风险性因素, 以此来达到个体对外部环境的适应, 达到个体心理状态的平衡。按其发展历程来看, 从特质论到结果论再到过程论, 这三种视角即使它们各有侧重, 但其关系并不是孤立的, 而是一个相互关联与互补的。特质论关注教师内在品质, 为理解教师韧性提供重要视角; 结果论关注教师面临压力与挑战后所产生的结果, 为衡量教师韧性提供了依据; 过程论关注教师的风险性因素和保护性因素的在压力与挑战中的动态作用, 揭示了教师在职业生涯中的适应与成长。三者结合可以更全面地理解教师韧性的形成机制及其对教学和职业发展的影响。

人是一个复杂体, 处于社会中的人是不断变化的, 因而人也是一个“变化体”。尽管以上观点考虑到了环境的作用, 但是缺少对个体韧性在环境中动态变化的描述。为了全面考虑教师韧性的表现、影响因素、维度等各个方面, 社会生态系统理论被引入到相关研究中。

对于教师韧性的研究从社会生态系统出发可以为其提供新的思路。基于这一理论, 可以全面整合与教师韧性有关的社会、文化等因素, 以互动关系为焦点揭示具体情境中教师韧性的发展机制。社会生态系统视角认为, 教师韧性并不仅仅是聚焦于个体特质或行为的保护性因素的简单替代物或附加物[16]。扎斯特罗的生态系统模型将教师韧性视为在微观系统、中观系统和宏观系统之间, 以及微观系统内部各子系统之间互动的动态发展过程。这一视角不仅强调了与教师克服困境密切相关的家庭、朋友、同事和学

生等因素, 还进一步将制度、文化、宗教、习俗等宏观背景因素纳入考虑范围。相较于之前的研究, 社会生态系统以更全面、更系统的优势揭示了研究教师韧性的一个关键因素——环境。

3.2. 研究对象

笔者主要基于中国知网(CNKI)、维普数据库, 围绕“教师韧性、教师职业韧性、教师心理韧性”及其同义词进行组合检索, 主要纳入学术期刊与学位论文两种文献标准, 检索的文献时间范围为2000年至2025年, 以涵盖近25年来教师韧性研究的主要进展。通过检索发现, 研究开始于2008年一篇名为《职业韧性与教师职业生涯高原的产生》的文献, 在随后的时间里, 除2009年与2010年, 自2011年起关于教师韧性的研究逐年增加, 不同教师在从教生涯中面对困难与挫折是如何应对的受到更多人的关注。目前国内关于教师韧性的研究几乎涉及教育体系大部分层级类别。通过检索关键词“幼儿(小学、初中、高中、中学、大学)教师、韧性”发现, 根据教育体系的层级类别进行的研究主要涉及幼儿、小学、中学、大学教师等。根据学校情况涉及的研究有关于乡村教师的、民族地区教师的、薄弱地区教师的以及特殊教育教师的韧性研究。从教师任教时间的角度来看还涉及新手教师韧性的研究。从任课类型来看, 针对英语和体育教师韧性的研究相对较多。

纵观国内已有研究, 目前关于教师韧性的研究在研究对象上是较为全面的, 其研究对象呈现了多元化的特点, 但是仍有较少受到关注的领域, 如关于国际中文教师的韧性研究仅有1篇, 除英语教师以外的其他外语教师的研究目前同样涉及较少。

3.3. 研究方法

目前关于教师韧性研究的方法主要有三种: 量化研究方法、质性研究方法以及混合研究方法。目前国内相关研究采用量化研究方法相对较多。在研究教师韧性方面, 采用量化研究方法的学者首先是提出研究假设, 然后基于假设进行问卷调查, 再通过spss等量化研究工具分析得出相关数据, 来验证自己的假设是否成立, 从而得出研究结果。例如杨靖等利用5个省区10个民族县义务教育阶段教师的数据, 综合运用描述性统计、相关分析、回归分析和结构方程模型, 探究民族地区教师韧性发展的影响因素和机制。研究发现, 师生关系、同事关系显著影响教师韧性发展, 并且跨文化适应会起到部分中介作用, 跨文化适应的中介作用主要建立在教师积极主动的职业情感投入和对当地贡献的感知上[17]。

量化研究方法在客观性、广泛性、精确性和高效率方面存在明显优点。量化研究以数据为基础, 使用统计工具进行科学分析, 揭示不同变量之间关系, 减少了研究者主观性的影响, 使结果更具客观性, 同时便于广泛收集数据, 使结果更具代表性。但是量化数据难以获得教师韧性发展的深层次原因, 数据无法展示具体细节与其他详细信息, 问卷中的问题难以覆盖所有情况, 并且面对不同的研究对象缺乏一定的针对性。

社会科学研究中的质性研究也是非常重要的一种研究方法。当我们在研究“为什么”这一问题时、了解问题的前因后果时以及了解研究对象的所思所想时必然离不开质性研究。相较于量化研究, 质性研究的人文主义色彩浓厚, 将人的个体因素、所处的社会环境等考虑在内, 可以补充量化研究在深度、灵活性方面的缺陷。在目前研究成果中, 基于社会生态系统视角下的教师韧性研究多采用质性研究方法。质性研究相对“主观”, 这里的“主观”并不是指具有主观局限性, 而是质性研究能够相对较为细致地观察到研究对象的相关情况, 在研究中能够进一步发掘问题, 具有较强的描述性、解释性和探索性。如王晓莉等在研究新手教师韧性发展时, 选取9位新手教师为访谈对象, 以半结构访谈为主, 通过研究发现新手教师韧性呈现出“应战者”、“适应者”、“观望者”三种韧性发展类型。“应战者”的韧性始终维持着较高水平。“适应者”表现为从高到低然后趋于平缓的状态。“观望者”则表现为从开始的较高水

平, 后来逐渐降低到最低点[18]。质性研究方法可以深入了解教师韧性的复杂性和多样性, 捕捉到量化研究无法捕捉到的细节。同时研究涉及较为灵活, 可以根据研究对象访谈情况适时调整, 受访者在自由表达的同时, 还可能了解到未预设到的重要方面。但质性研究同样也存在不足, 例如研究者的主观判断可能影响数据的分析, 且访谈过程较长, 较难进行广泛的调查, 因此质性研究的样本一般都较少, 缺乏一定的广泛性。

除了采用单一的质性或者量化研究方法, 也有研究采用了质性与量化相结合的研究方法。但国内采用混合研究方法的文章还相对较少。在混合研究中, 研究者不仅运用量化方法进行数据收集和统计分析, 同时还运用了质性方法收集资料来探索问题的深度和广度。因此, 混合研究方法有助于进一步提升研究的严谨性和规范性, 提高研究过程的科学性[19]。采用混合研究方法能够使质性研究和量化研究之间进行互补, 从而提高文章的科学性、解释性和探索性。

4. 不同群体教师韧性的水平

基于目前所涉及的研究对象, 整体来说教师韧性处于中等偏上水平。但他们的韧性也并不是一成不变的。教师韧性会随着年龄、教龄、教学经验等因素的累日增加他们的韧性会呈现出螺旋式上升的状态。同样在不同维度也表现不同。杨珍珍在研究中学生物新手教师心理韧性时提到: 在外界支持维度方面他们的心理韧性表现较强, 在教室信念维度方面表现较弱[20]。此外, 教师韧性还可起到中介作用来预测其他相关内容, 如教师韧性与他们的工作投入、正念、职业承诺等方面均存在着显著正相关关系。

具体来说, 在涉及教师韧性水平高低的文献中, 从任教层级来看幼儿教师的韧性大体上处于中等及中等偏上水平, 小学教师韧性大体处于中等偏上及较高水平, 中学教师韧性大致处于相对较高水平, 大学教师韧性整体上也处于中等偏上水平。从人口学特征来看, 新手教师韧性相比经验教师相对较低, 职称高的教师比职称低的教师高, 学历高的教师比学习低的教师高, 收入高的教师比收入低的教师高, 已婚教师的韧性高于未婚教师。

总体来说, 国内教师韧性普遍处于中等水平, 但受到年龄、教龄、婚姻状况、学校环境、社会政策等因素的影响, 不同教师之间的韧性水平又存在着显著差异。

5. 教师韧性研究展望

目前关于教师韧性的研究整体朝着更加系统化、层次化的趋势发展。从特质观到社会生态系统视角下的教师韧性反映了研究教师韧性的关键因素——环境的重要作用。从数量上来说, 相较于国外, 国内教师韧性研究还相对较少, 且起步较晚。从研究视角上来说, 近些年的研究开始关注到社会生态系统这一理论基础。从研究方法来说, 目前采用量化研究的学者相对较多。针对以上论述, 笔者认为未来教师韧性研究大致可以有以下几个方向:

第一, 从研究对象上来看, 可以继续扩大研究对象的范围, 可关注国内除英语教师以外其他外语教师、国际中文教育志愿者、国家公派教师以及特岗教师等。关注更多群体的教师将有利于我国整个教育水平的提高, 促进我国教育行业的发展。

第二, 从研究视角上来看, 可以更多关注社会生态视角下的教师韧性研究。社会生态系统作为系统理论的分支, 它更侧重将人放在整个环境系统中进行考察, 注重描述与人有关的社会生态系统如何与人相互作用并影响其行为, 可以更好地揭示社会、家庭、职场对个人成长的重要性。社会生态视角相比之前的研究视角更加系统、全面, 为深入研究教师韧性提供了全新视角。

第三, 从研究方法上来看, 目前采用量化研究方式较多, 未来对于教师韧性的研究可以多关注质性研究方法与混合研究方法。质性研究的深度访谈与实物分析等手段可以更好地将人的个体因素、所处的

社会环境等考虑在内。混合研究方式在于能够同时发挥量化研究和质性研究的长处, 使得文章具有更强的说服力和更全面的解释。

教育改革持续推进, 社会、家长、学生对教师的要求越来越高, 教师所面临的压力与挑战相比以往也在与日俱增。在充满挑战与压力的职业环境中, 教师韧性是帮助教师在任教过程中帮助教师从容应对挑战和挫折的重要个人能力和一种心理现象。研究教师韧性的最终目的是帮助教师在面临困难与挑战时如何积极应对并实现自我发展, 从而促进整个教师队伍的发展。中国诗句中有“千磨万击还坚劲”的韧性精神, 强化对教师韧性的研究必将有助于更好促进整个教育行业发展。

基金项目

2020 年度江西理工大学高层次人才科研启动项目“高校教师责任感与专业化特征研究”(205200100493)。

参考文献

- [1] 席居哲. 心理弹性: 压力/逆境下的成功适应、积极成长与蓬勃发展[J]. 大众心理学, 2014(1): 2-4.
- [2] Block, J. and Kremen, A.M. (1996) IQ and Ego-Resiliency: Conceptual and Empirical Connections and Separateness. *Journal of Personality and Social Psychology*, **70**, 349-361. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.70.2.349>
- [3] Masten, A.S. (2001) Ordinary Magic: Resilience Processes in Development. *American Psychologist*, **56**, 227-238. <https://doi.org/10.1037//0003-066x.56.3.227>
- [4] Luthar, S.S., Cicchetti, D. and Becker, B. (2000) The Construct of Resilience: A Critical Evaluation and Guidelines for Future Work. *Child Development*, **71**, 543-562. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00164>
- [5] Luthar, S.S. and Cicchetti, D. (2000) The Construct of Resilience: Implications for Interventions and Social Policies. *Development and Psychopathology*, **12**, 857-885. <https://doi.org/10.1017/s0954579400004156>
- [6] 谢琳婧, 严万森. 安全感与儿童自立行为的关系: 心理韧性的中介作用[J]. 中国健康心理学杂志, 2023, 31(3): 434-439.
- [7] 李德明, 邢玮, 李蕴礞, 等. 近二十年国外基础教育改革热点及未来趋势的研究图谱[J]. 比较教育学报, 2023(2): 38-52.
- [8] 陈思颖, 李刚. 国外“教师韧性”研究述评[J]. 上海教育科研, 2015(6): 21-24, 53.
- [9] Brunetti, G.J. (2006) Resilience under Fire: Perspectives on the Work of Experienced, Inner City High School Teachers in the United States. *Teaching and Teacher Education*, **22**, 812-825. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2006.04.027>
- [10] Gu, Q. and Day, C. (2007) Teachers Resilience: A Necessary Condition for Effectiveness. *Teaching and Teacher Education*, **23**, 1302-1316. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2006.06.006>
- [11] 金桂春, 常圆慧. 人岗匹配与幼儿教师职业韧性关系的研究[J]. 陕西学前师范学院学报, 2024, 40(4): 59-66.
- [12] 李琼, 吴丹丹. 如何保持教师持续专业发展的热情与动力: 国外教师心理韧性研究[J]. 比较教育研究, 2013, 35(12): 23-27, 39.
- [13] Castro, A.J., Kelly, J. and Shih, M. (2010) Resilience Strategies for New Teachers in High-Needs Areas. *Teaching and Teacher Education*, **26**, 622-629. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2009.09.010>
- [14] Tait, M. (2008) Resilience as a Contributor to Novice Teacher Success, Commitment, and Retention. *Teacher Education Quarterly*, **35**, 57-75.
- [15] 乔雅雯. 心理弹性视角下乡村教师工作压力应对策略探析[J]. 太原城市职业技术学院学报, 2021(4): 123-125.
- [16] 李云瑜. 社会生态系统理论视角下小学教师韧性研究[D]: [硕士学位论文]. 济南: 山东师范大学, 2023.
- [17] 杨靖, 杜屏, 孙冉, 等. 关系韧性视角下的民族地区教师韧性影响机制研究——跨文化适应的中介分析[J]. 民族教育研究, 2022, 33(5): 110-118.
- [18] 王晓莉, 张世娇. 新手教师韧性发展的个案研究: 社会生态系统理论的视角[J]. 教育发展研究, 2018, 38(6): 74-79.
- [19] 姚计海. 教育实证研究方法的范式问题与反思[J]. 华东师范大学学报(教育科学版), 2017, 35(3): 64-71.
- [20] 杨珍珍. 中学生物学新教师心理韧性研究[D]: [硕士学位论文]. 上海: 华东师范大学, 2020.