

# 近二十年国内高校教师职业倦怠研究的热点主题和趋势展望

李 渔<sup>1</sup>, 陈 扬<sup>2\*</sup>

<sup>1</sup>厦门甬湾环保科技研究院有限公司研发部, 福建 厦门

<sup>2</sup>浙江越秀外国语学院英语学院, 浙江 绍兴

收稿日期: 2025年12月26日; 录用日期: 2026年1月27日; 发布日期: 2026年2月6日

## 摘要

本研究以2000~2025年CNKI数据库收录的国内高校教师职业倦怠相关文献为研究对象, 运用CiteSpace软件结合文献计量法与知识图谱可视化技术, 系统梳理该领域近二十年的研究热点与演进趋势。从研究结果来看, 发文量呈波动稳健发展趋势, 发文机构较多、但机构合作呈弱连接。国内高校教师职业倦怠研究热点聚焦细分群体异质性特征、多维度影响因素与系统化干预策略三方面。本研究旨在通过知识图谱精准呈现领域知识结构与发展脉络, 为后续高校教师职业倦怠的本土化理论创新、精准化干预策略制定及政策优化提供实证支撑与方向指引。

## 关键词

高校教师, 职业倦怠, 知识图谱, 文献计量分析

# Hotspot Topics and Trend Outlook of Research on Job Burnout among College Teachers in China over the Past Two Decades

Yu Li<sup>1</sup>, Yang Chen<sup>2\*</sup>

<sup>1</sup>Research and Development Department, Xiamen Yongwan Environmental Protection Technology Research Institute Co., Ltd., Xiamen Fujian

<sup>2</sup>School of English Studies, Zhejiang Yuexiu University, Shaoxing Zhejiang

Received: December 26, 2025; accepted: January 27, 2026; published: February 6, 2026

\*通讯作者。

**文章引用:** 李渔, 陈扬. 近二十年国内高校教师职业倦怠研究的热点主题和趋势展望[J]. 社会科学前沿, 2026, 15(2): 233-242. DOI: 10.12677/ass.2026.152126

## Abstract

Taking the domestic literature on job burnout among college teachers indexed by the CNKI database from 2000 to 2025 as the research object, this study systematically sorts out the research hotspots and evolutionary trends in this field over the past two decades by integrating bibliometric methods and knowledge graph visualization technology with CiteSpace software. The results show that the number of published studies presents a steady development trend with fluctuations; there are numerous publishing institutions, but the inter-institutional cooperation exhibits weak connectivity. The research hotspots of job burnout among college teachers in China are concentrated in three aspects: the heterogeneous characteristics of sub-groups, multi-dimensional influencing factors, and systematic intervention strategies. This study aims to accurately present the knowledge structure and development context of the field through knowledge graphs, so as to provide empirical support and guidance for the domestic theoretical innovation, formulation of precise intervention strategies, and policy optimization regarding job burnout among college teachers.

## Keywords

College Teachers, Job Burnout, Knowledge Graph, Bibliometric Analysis

---

Copyright © 2026 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

高校教师作为高等教育高质量发展的核心载体,其职业状态直接关系到人才培养质量和高校的长期发展。《中国教育现代化 2035》明确提出“建设高素质专业化创新型教师队伍”的战略目标,《深化新时代教育评价改革总体方案》则进一步强调从多维度减轻教师负担。由此可见,国家一系列顶层设计旨在为高校教师职业发展构建了政策保障框架,促进教师队伍健康发展。然而,在高等教育内涵式发展与人事制度改革深化的双重背景下,高校教师面临的职业压力呈现复合型特征:一系列刚性考核制度加剧科研竞争,教育数字化转型带来技术适配与教学模式重构压力,“双一流”建设与社会对高等教育的高期待形成双重负荷,导致职业倦怠问题日益凸显。一项基于 370 所高校教师的调查数据表明,我国高校教师相对高倦怠型教师占比 27.1% [1],这一现象不仅影响教师自身心理健康与职业发展,更对高等教育质量提升与教师队伍稳定构成潜在制约。

基于此,本研究以 CNKI 数据库 2000~2025 年发表的高校教师职业倦怠相关文献为研究对象,运用 CiteSpace 软件开展知识图谱可视化分析,系统梳理近二十多年国内该领域的研究热点、核心议题与演进趋势,精准识别研究缺口与政策适配偏差,以期为教育管理部门制定针对性教师支持政策、学校构建科学倦怠干预体系提供实证参考,对保障教师队伍稳定、推动教育高质量发展具有重要的现实意义。

## 2. 研究设计

### 2.1. 数据来源

本研究的数据来源于中国知网(CNKI)数据库,该数据库是国内收录中文期刊、学位论文等文献资源最全面、最权威的数据库之一。为确保研究数据的全面性与准确性,本研究制定了严格的文献检索策略。

具体而言, 检索主题设定为  $SU = \text{‘高校教师’} * (\text{‘职业倦怠’} + \text{‘工作倦怠’} + \text{‘心理倦怠’})$ , 时间范围限定为 2000 年 1 月 1 日~2025 年 10 月 31 日, 共找到 775 条结果。通过剔除报刊、会议等非期刊干扰项, 经过筛选共获得有效文献 590 篇, 其中 CSSCI 文献 74 篇, 以 Refworks 格式导出, 作为本研究的样本数据。

## 2.2. 研究方法

本研究主要采用文献计量法, 借助 CiteSpace 6.4.R1 (Advanced) 软件对筛选出的有效文献进行数据处理与分析, 对近 25 年国内教师职业倦怠研究的发文趋势、核心研究机构分布等进行统计分析, 以把握该领域研究的整体发展态势。通过 CiteSpace 软件运行相应的分析功能, 生成关键词共现图谱、作者合作图谱、机构合作图谱、时间线等, 结合图谱中的节点大小、连线粗细、聚类模块值( $Q$  值)、平均轮廓值( $S$  值)等指标, 分析国内教师职业倦怠的前沿热点和研究趋势。

## 3. 结果与分析

### 3.1. 发文量呈波动稳健发展趋势

为了直观地展现我国教师职业倦怠研究领域成果的产出规律与演进态势, 通过对所采集文献的年代分布进行计量分析, 得到了近二十年(2003~2024 年)来该领域学术发文量的年度分布趋势图。如图 1 所示, 2003~2005 年为研究起步阶段, 累计发文仅 10 篇, 年平均发文量 3.3 篇。2006~2018 年进入快速发展阶段, 累计发文 476 篇, 且在 2011 年出现 53 篇的发文峰值。这一阶段的蓬勃发展, 与我国社会转型期教育改革的深化、教师专业发展议题的凸显, 以及教师心理健康的广泛关注密切相关。2019~2025 年则呈现稳定深化特征, 该阶段年发文量虽较快速发展期有所回落, 但仍保持稳定产出, 累计发文 104 篇, 年平均发文量 14.9 篇。这一变化可能反映出以下动态: 一方面, 随着 2018 年《中共中央国务院关于全面深化新时代教师队伍建设改革的意见》等一系列高规格政策的出台, 教师权益与身心健康被高度重视, 政策环境的优化可能从源头缓解了部分职业压力因素。另一方面, 研究正从早期的数量扩张转向质量深化与视角创新。尽管年度发文数量有所波动, 但学界对于解决教师职业倦怠这个复杂难题仍在积极探索, 致力于为教育实践提供更坚实的理论依据与解决方案。

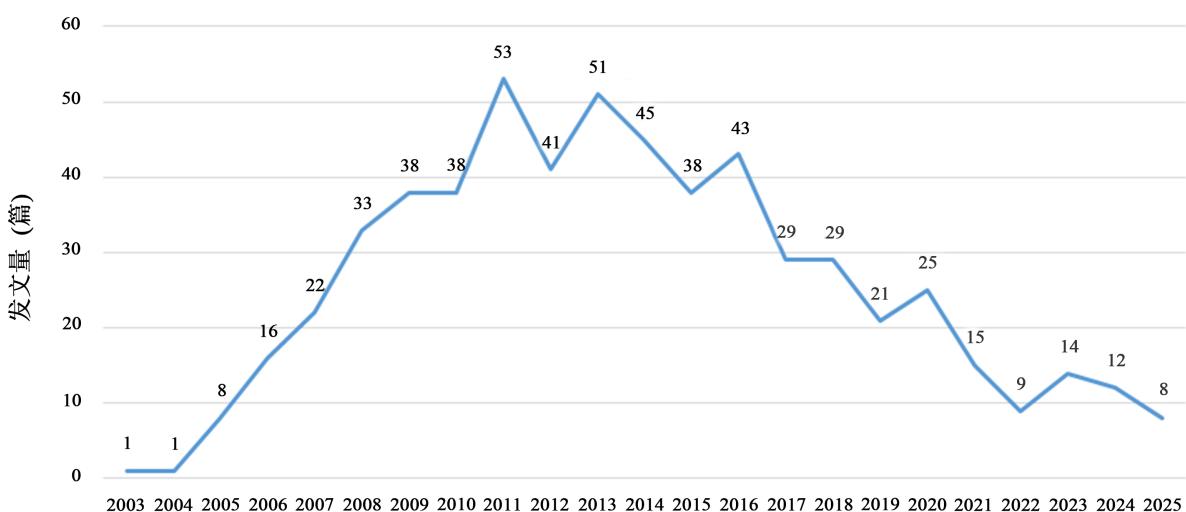


Figure 1. Number of publications on job burnout of college teachers

图 1. 高校教师职业倦怠发文量

### 3.2. 发文机构较多, 但机构合作呈弱连接

通过 CiteSpace 的发文统计, 本研究梳理出发文排名前十的机构(如表 1), 并生成研究机构的合作网络分析图(见图 2)。从图谱可看出, 师范类院校的教育/心理学科院系发文较多, 如山东师范大学心理学院(8 篇), 这类机构依托教育学、心理学的学科优势, 是高校教师职业倦怠(涉及心理状态、教育管理)研究的核心产出主体。另一方面, 医学类院校(如南京医科大学康达学院、包头医学院等)也是核心研究机构, 这也体现出高校职业倦怠与心理健康、心理干预的研究需求密切相关。

**Table 1.** Publishing institutions on job burnout of college teachers

**表 1.** 高校教师职业倦怠发文机构

序号	发文机构	发文量	初始年份
1	山东师范大学心理学院	8	2010
2	南京医科大学康达学院	5	2011
3	郑州大学体育学院	5	2012
4	吉林医药学院	4	2012
5	哈尔滨学院	4	2008
6	北京师范大学	3	2013
7	大连理工大学	3	2009
8	宁波大红鹰学院	3	2010
9	华南师范大学	3	2009
10	新疆师范大学外国语学院	3	2010

从图谱连线密度与集群状态看, 当前该领域的机构合作呈现“分散化、弱关联”的特征。如图 2 所示, 多数机构以“单点分布”为主, 仅少数核心机构形成了局部的小型合作单元(如山东师范大学心理学院与部分院校的微弱连线)。此外, 跨区域、跨类型机构的紧密合作网络尚未形成(如师范类院校与医学类、综合类院校间的连线较少), 这从侧面表明当前研究高校职业倦怠的机构相对分散, 缺乏稳定的跨机构、跨学科研究团队, 其学科交叉的深度与机构协作的紧密度仍有待提升。究其深层原因, 这一合作形态的背后, 与现行的科研评价与资源分配体系密切相关。由于评价体系以项目、论文为核心产出单元, 并明确了“第一完成单位”为主要贡献者的具体指标, 在此制度情境下, 跨机构合作, 尤其是深度、长期的实质性合作, 面临显著的“收益-成本”失衡困境。一方面, 合作成果的认定、归属与分割常存在模糊性与协商成本; 另一方面, 考评制度却要求清晰的绩效贡献证据。因而, 科研人员更倾向于采取“风险规避”策略, 将合作范围收缩至信任成本低、成果分配清晰的校内团队, 从而导致跨区域的机构合作比较短缺。

## 4. 研究热点与趋势分析

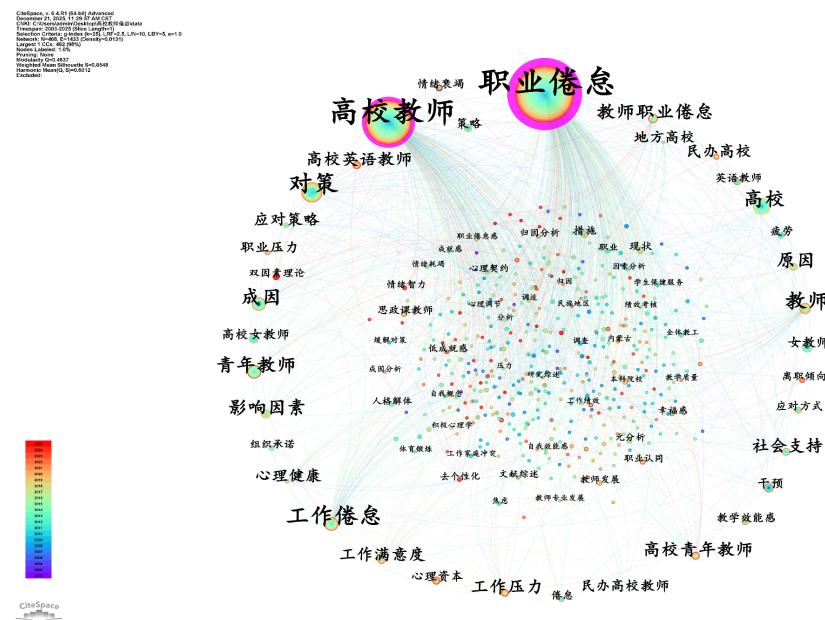
### 4.1. 高校教师倦怠研究热点分析

关键词时区图能够呈现关键词之间的共现关系和时间节点分布, 有效反映研究热点的变化情况[2]。本研究运用 CiteSpace 软件, 对 2000~2025 年的高校教师倦怠相关文献进行分析, 得到关键词共线网络(图 3)。每个节点代表一个研究热点, 节点越大, 关键词的频次则越高。如图 3 所示, 近二十年国内高校

教师职业倦怠研究的热点可聚焦探索细分群体的倦怠特征、多维度影响因素、以及干预策略三大方向。



**Figure 2.** Cooperation network of research institutions  
**图 2.** 研究机构合作网络



**Figure 3.** Keyword network analysis  
图 3. 关键词网络分析

#### 4.1.1. 精准挖掘高校教师细分群体的倦怠特征

图谱中“高校青年教师”、“高校女教师”、“思政课教师”、“高校英语教师”等关键词的聚集，表明高校教师职业倦怠的研究群体从泛化的“高校教师整体”转向细分类型。其中，高校青年教师因教

科研工作与家庭较难平衡、职称晋升压力大和社会支持力度不足,成为倦怠高发群体[3]。针对青年教师面临的种种挑战,邹佩耘(2023)提出从角色定位、岗位责任、职业信念和人文关怀等方面培育价值定力,以缓解高校青年教师职业倦怠的建议[4]。高校女教师的研究则聚焦“家庭与工作角色冲突”的催化作用,由于其社会角色和生理心理影响,势必承担更多的家务、育儿工作,且投入和产出不均衡是其产生倦怠的原因[5]。在教职叠加母职的多维压力下,久而久之,高校女教师不仅身心焦虑,也面临了职业发展的巨大挑战,因此解决其角色困境急需要政策性的支持,也需要女教师的个体调整[6]。而专项岗位群体的研究,如英语教师则因教学工作量大、应试压力与教学创新冲突等,呈现出情绪耗竭、自我效能感低的倦怠特征[7]。

#### 4.1.2. 探索高校教师职业倦怠的多维度影响因素

已有文献不仅探索了高校教师职业倦怠的具体表现,还从多维角度研究其职业倦怠的影响因素。结合工作要求-资源模型(JD-R),职业倦怠源于个体长期处于高工作要求和低工作资源失衡状态所引发的持续身心耗竭过程。一方面,高校教师普遍面临教学、科研和行政的强工作压力,且年终评优评先与各项指标挂钩[8]。另一方面,高校教师能获取的“工作资源”呈现出特有的制度性配给特征。在中国特有情境下,高校推行的“事业编制”为教师提供长期稳定的组织归属感和经济保障,帮助教师从心理上抵御职业风险。然而,在人事制度改革的推进下,编制的涵盖范围与保障内涵正在发生变化。与此同时,来自团队的支持、清晰的职称晋升通道、以及单位提供的福利与生活保障等,构成了另一类重要的组织资源。然而,当高校教师意识到资源的不均衡性、获得感低时,则会产生教学积极性不高、教师角色认同降低、自我效能感低,这些是产生倦怠的核心因素[9]。除此之外,一些高校青年教师还面临经济压力的负面效应,这导致其面临生存困难,直接影响其对教学工作的投入,陷入生存与理想难以实现的两难境地,无疑进一步加深了其职业倦怠感[4]。

#### 4.1.3. 研究高校教师职业倦怠的多种干预措施

为解决高校教师心理倦怠,不少研究聚焦有效的干预策略和具体方案。早期研究聚焦个人层面的干预,如加强教师自身学习、注重教师职业发展和培训,同时营造良好的学校组织文化等[10]。然而,高校教师倦怠涉及多维因素,目前对高校教师职业倦怠的干预策略已从早期的“个体心理调适”单一路径,转向多维联动的系统支持模式。例如,姚伟(2025)基于保健-激励双因素理论,从改善学校工作环境、健全薪酬激励体系、打造公平晋升路径等多方面帮助教师缓解职业倦怠,提高工作实效[8]。黄小玲(2025)则基于生态视角,从宏观、中观和微观生态解读了高校教师倦怠的成因,提出减轻角色负荷(社会层面)、完善管理制度与减轻工作负荷(组织层面)、加强教师培训等建立可持续发展生态观,从系统层面缓解高校教师的职业倦怠[9]。由此可见,随着国家对高校教师专业发展和心理健康的高度重视,并在教育生态变革的宏观背景下,推动着现有研究注重对教师倦怠理论与实践的深度融合。

### 4.2. 高校教师倦怠研究趋势分析

#### 4.2.1. 高校教师倦怠理论框架的本土化引入(2003~2010)

2003~2010年作为国内高校教师倦怠研究的起步阶段,关键词以“职业倦怠”、“影响因素”、“心理因素”为核心,直观反映了研究的核心任务——完成国际理论框架的本土化引入与基础议题的初步探索。这一时期,研究者主要聚焦Maslach [11]职业倦怠三维模型(情绪耗竭、去个性化、低成就感)的本土适配性验证,通过区域性小规模问卷调查,将西方理论概念与国内高校教师的职业特征相结合,初步界定了高校教师倦怠的宏观表现形态。后期随着研究推进,逐步融入教育学视角,但整体未形成跨学科整合,研究方法以描述性统计为主,仅能初步呈现倦怠的宏观分布特征,尚未深入解析内在关联逻辑。

#### 4.2.2. 研究内容和方法更为丰富(2011~2018)

2011~2018 年的研究趋势呈现显著的“精准化”与“深度化”特征, 时间线图中“干预对策”、“干预路径”、“情绪衰竭”、“自我效能感”、“组织承诺”、“多元回归分析”、“实证调研”等关键词的密集出现, 对应着两大核心趋势: 其一, 从研究内容上, 聚焦高校教师倦怠的成因分析与干预对策相结合。其二, 研究方法从描述性统计转向量化机制分析, 结构方程模型、多元回归等方法被广泛应用。例如, 高峰强(2011)等以全国 1656 位高校教师为研究对象, 采用结构方程模型, 探讨了高校教师的组织承诺、工作倦怠和工作满意度之间的关系[12]。范琳等(2017)通过调研浙江省高校教师, 论证自我概念、教学效能感与职业倦怠之间的相关关系[13]。孙玉、郭福(2018)则基于调查访谈, 对民办高校教师职业倦怠开展归因分析并提出对策[14]。这些研究都表明, 关于高校教师倦怠的研究方法较为多元, 从现象关联转为机制解构, 为后续提供系统的干预措施及回应实践需求奠定了基础。

#### 4.2.3. 政策回应与干预策略的体系化建构(2019~2025)

如图 4 所示, 2019~2025 年是国内高校教师倦怠研究深度回应实践需求、并升级干预逻辑的阶段, 出现了“心理韧性”、“环境因素”、“生态系统”等符合新时代背景下的关键词。在政策实践回应维度, 随着高等教育评价改革与人事制度调整的深化, 其“刚性量化考核 + 短周期评价”特征与教师“情绪耗竭加剧”的关联被持续验证, 进一步通过“学术资源竞争过载”放大了倦怠的消极影响。在干预逻辑升级维度, 研究从“个体心理调适”转向“生态系统”视角下的多层级协同, 以“组织支持”(情感、工具、制度三维体系)与“留职意愿”为核心观测指标, 构建了从个体提升到组织和制度完善的系统性干预框架。

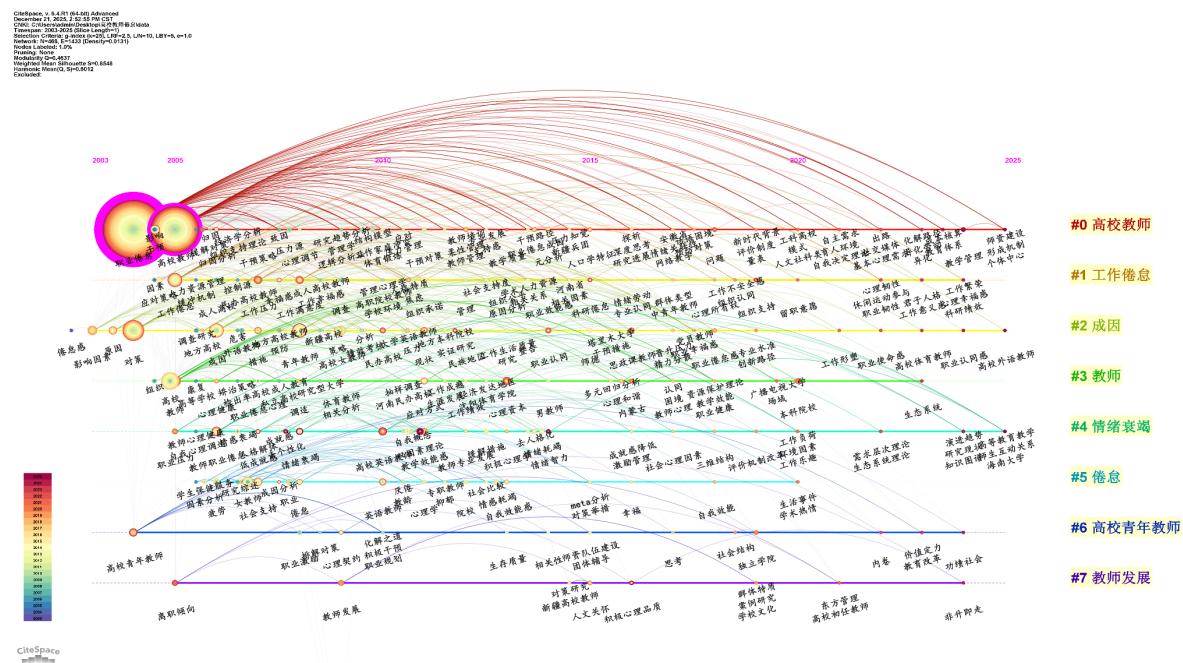


Figure 4. Diagram of keywords timeline  
图 4. 关键词时间线图

#### 4.3. 核心文献的深度内容分析

除了对上述宏观层面的计量分析, 本研究还对样本中被引频次最高的 20 篇文献进行了系统精读与编码。分析发现, 国内高校教师职业倦怠研究在测量工具、研究深度及干预探索上呈现清晰的演变轨迹,

但亦存在一些研究局限性。

首先, 测量工具的运用呈现“从标准化测量到中国情境”的演变趋势, 但本土化建构仍显不足。早期研究几乎全部采用或改编 Maslach 倦怠量表(MBI)作为测量工具, 确保了研究的可比性与国际对话基础 [15] [16]。随着研究深化, 学者们开始意识到普适性量表在捕捉中国高校教师特有体验上的局限, 从而尝试开发本土化工具。例如, 袁红梅等人(2009)编制的量表增加了“人际关系敏感”与“身心疲惫”维度, 更贴合中国学术职场文化[17]; 刘建平等(2013)则修订了针对高校教师的心理资本问卷[18]。然而, 此类本土化的量表建构在高被引文献中占比仍低, 绝大多数研究仍沿用 MBI 框架, 提示核心测量工具的本土效度建构仍是未来关键方向。

其次, 研究范式经历了“描述性研究到检验机制”的深化, 但对效应值的报告尚未形成规范。从 20 篇高被引文献而知, 高被引文献清晰地记录了研究重心的转移: 2005-2010 年的研究多为现状调查与简单相关分析, 旨在揭示问题与厘清相关因素的关联性; 2010 年后, 研究迅速转向对中介、调节机制的检验。例如, 汤舒俊(2010)验证了社会支持在工作家庭冲突与职业倦怠间的中介作用[19]; 刘建平等(2013)和张佳等(2022)的研究则系统检验了心理资本、心理韧性的复杂中介与调节模型[18] [20]。然而, 这些文献鲜见对效应值(effect size)的报告。早期文献多报告显著性( $p$  值), 近年文献虽增加了标准化回归系数( $\beta$ ), 但缺乏对解释变异量( $R^2$ )的统一呈现, 使得不同研究间的影响力度难以比较。仅徐长江等(2015)的元分析明确提供了性别、年龄等人口学变量的 Cohen's d 值[21], 为领域提供了难得的效应量基准。

最后, 对策研究长期停留在“建议层面”, 缺乏实证干预与实效性对比。编码显示, 全部 20 篇高被引文献均提出了从个体到社会层面的建议, 但无一篇是真正的实证干预研究。干预建议多源于横断面数据的推论, 如发现心理资本有保护作用, 便建议开发心理资本培训; 发现社会支持重要, 便建议构建支持系统。这些建议虽具价值, 但缺乏对具体干预方案(如正念训练、领导力培训、制度再造)的随机对照试验或准实验研究来验证其实际效果与效应大小。这使得该领域的研究与实践之间存在一道“转化鸿沟”。未来研究亟需从“相关因素识别”迈向“干预方案研发与评估”, 通过严谨的实验设计比较不同干预手段的实效性, 从而为教育管理机构提供基于证据的决策依据。

## 5. 高校教师职业倦怠研究展望

基于近二十年国内高校教师职业倦怠研究的热点演进与趋势特征, 结合《中国教育现代化 2035》《深化新时代教育评价改革总体方案》等政策导向, 未来研究需在理论深度、方法创新、内容聚焦等实现精准突破。

### 5.1. 教师倦怠理论整合与本土化创新

未来研究需突破当前单一理论应用的局限, 基于已有研究中“自我决定理论+生态系统理论”的融合基础, 同时引入教育学、管理学等理论, 构建多元的理论框架。例如, 针对青年教师倦怠的现状, 可结合资源保存理探讨学术资源获取、心理资本与倦怠之间的动态循环机制, 同时嵌入职业发展阶段特征(如预聘期、晋升期), 解释不同阶段教师倦怠的核心矛盾差异。同时, 未来研究需突破西方理论的简单套用, 立足中国高校独特的制度生态、文化语境与政策背景, 构建兼具本土解释力与理论原创性的框架。此外, 当前研究多使用普适性压力量表, 难以精准捕捉中国高校场域中由特定管理制度与文化衍生的压力源。未来研究首要任务是开发并验证一个具有良好信效度的本土化量表, 以捕捉教师职业倦怠背后承担的各项压力, 包括考评压力(教科研工作)、行政负担(频繁的表格填报、各项会议及评估检查)、处理复杂人际关系的精力消耗、资源竞争与支持匮乏等。通过严谨的信效度检验, 开发本土化量表将成为诊断高校教师压力生态、识别关键干预策略的精确工具, 并为后续研究提供可比对的测量基础。

## 5.2. 丰富研究方法与拓展研究场景

现有研究仍以横截面数据和量化分析为主, 未来需转向“动态追踪 + 混合方法 + 跨场景比较”的多元设计。为超越横截面数据的局限, 建议未来研究采用迭代式的历时研究范式, 动态追踪高校教师职业倦怠的形成过程, 以便后期采用精准化的干预策略。建议选取一批新入职的“青椒”教师作为研究对象, 进行为期3~5年的追踪调研。研究可采用“量化问卷追踪 + 质性深度访谈”的混合方法序列设计。在量化层面, 每年定期测量其工作要求、工作资源、心理资本、职业倦怠等核心变量, 描绘其变化轨迹并识别关键转折点(如中期考核前后)。在质性层面, 每年选取典型案例进行深度访谈, 动态捕捉其对制度压力的认知演变、应对策略的调整以及职业认同的建构过程。此研究能精准揭示“制度压力如何与个人资源互动, 最终导致职业分化(晋升、稳定或离职)”的过程性黑箱, 为实施分阶段、个性化的支持政策提供坚实证据。在跨场景比较层面, 可结合教育数字化转型背景, 开展“线上教学场景 vs 线下教学场景”、“双一流高校 vs 地方高校”、“理工科 vs 人文社科”的多维度比较研究, 运用分层结构方程模型验证倦怠影响因素的场景差异, 为差异化干预提供方法支撑。最后, 由于本研究数据源限于中文期刊, 结论主要反映国内学术共同体的知识生产特征, 建议未来研究系统整合 Web of Science 等数据库中的相关英文文献, 开展跨语种、跨文化的比较计量分析, 以探究教师职业倦怠研究在全球范围内的理论分野、议题分异与知识交融。

## 5.3. 研究内容紧扣政策热点与新兴议题

未来研究需紧扣政策导向与教育发展新形势, 聚焦三大前沿内容: 其一, 深化“教师评价与倦怠缓解”的政策效应研究。基于《深化新时代教育评价改革总体方案》中的文件精神, 重点研究“教学创新成果认定”、“社会服务贡献量化”、“学术评价代表作制度”等多元评价方式对教师倦怠的缓解效应。特别是, 具体分析不同评价权重对不同学科教师倦怠维度(尤其是低个人成就感)的影响差异, 为高校评价制度优化提供实证依据。其二, 拓展特殊群体的精准化研究。通过上述分析, 不同群体如青年教师、高校女性教师以及民族地区的高校教师展现出不同的倦怠特征, 建议未来研究关注一些特殊高校教师群体倦怠的行为表现, 提出精准化的干预措施。其三, 聚焦教育数字化转型中的新型倦怠议题。针对已有研究中初现的“技术焦虑型倦怠”, 深入探讨高校教师目前存在的智慧教学工具使用负荷、数字素养不足等现状, 分析不同数字化水平高校教师的倦怠差异。结合《教育部关于加强新时代高校教师队伍建设改革的指导意见》中“提升教师数字教学能力”的要求, 研究“数字教学培训 + 技术支持平台 + 教学创新激励”的组合干预路径。

## 基金项目

本研究为浙江越秀外国语学院校级高等教育教学改革研究项目资助(大语言模型赋能二语写作思辨力的提升路径与效用研究, 编号: 2506020007)。

## 参考文献

- [1] 张迅, 郭建鹏, 王易, 等. 困顿与突围: 高校教师职业倦怠的潜在类别及干预策略[J]. 中国高教研究, 2025(4): 89-95+108.
- [2] 李婉婷, 陈高红, 陈彩杰. 国内体育教师职业倦怠研究的热点分析和趋势展望——基于 CNKI 数据库的知识图谱可视化分析[J]. 职业教育, 2024, 23(2): 30-37+58.
- [3] 邢青, 孔夏萌. 高校青年教师职业倦怠的归因分析——基于 NVivo10 的质性分析[J]. 上海理工大学学报(社会科学版), 2024, 46(3): 272-277.
- [4] 邹佩耘. 高校青年教师职业倦怠的归因与引导——基于“混合四因素模型”的分析[J]. 中国青年研究, 2023(1):

- 105-112.
- [5] 李悦池, 姚小玲. 高校女教师职业倦怠的归因分析——基于 NVivo10 的质性研究[J]. 高教探索, 2017(12): 114-118.
- [6] 胡晓丽, 庄仕文. 压力应对视角下高校女“青椒”教职与母职的冲突及融通路径探究[J]. 黑龙江高教研究, 2024, 42(3): 129-134.
- [7] 蒋晓艳. 我国大学英语教师工作倦怠研究述评与启示[J]. 外语界, 2019(3): 76-84.
- [8] 姚伟. 基于双因素理论的高校外语教师职业倦怠研究[J]. 大学, 2025(25): 148-151.
- [9] 黄小玲. 基于生态学视角的高校教师职业倦怠成因及对策分析[J]. 高教探索, 2025(S1): 144-146.
- [10] 张艳梅. 新建本科院校教师职业倦怠及其干预[J]. 中国教育技术装备, 2012(23): 45-46.
- [11] Maslach, C., Schaufeli, W.B. and Leiter, M.P. (2001) Job Burnout. *Annual Review of Psychology*, **52**, 397-422. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.397>
- [12] 高峰强, 邱冬燕, 刘晓丽. 高校教师组织承诺、工作满意度与工作倦怠的关系[J]. 山东理工大学学报(社会科学版), 2011, 27(5): 91-95.
- [13] 范琳, 李梦莉, 史红薇, 等. 高校英语教师自我概念、教学效能感与职业倦怠现状及关系研究[J]. 外语教学理论与实践, 2017(1): 53-59.
- [14] 孙玉, 郭福. 民办高校教师职业倦怠归因分析及对策[J]. 中国成人教育, 2018(18): 58-62.
- [15] 李兆良, 高燕, 于雅琴, 等. 高校教师工作压力状况及与职业倦怠关系调查分析[J]. 医学与社会, 2007(2): 60-62.
- [16] 唐芳贵, 彭艳. 高校教师职业倦怠与工作满意度、社会支持关系[J]. 中国公共卫生, 2008(8): 930-932.
- [17] 袁红梅, 张珊明, 王小凤, 等. 高校教师职业倦怠量表的初步编制[J]. 中国临床心理学杂志, 2009, 17(6): 690-692.
- [18] 刘建平, 付丹. 高校教师的职业倦怠与心理健康关系: 心理资本的中介与调节作用[J]. 心理与行为研究, 2013, 11(6): 765-769.
- [19] 汤舒俊. 高校教师工作家庭冲突与职业倦怠: 社会支持的中介作用[J]. 教育学术月刊, 2010(9): 35-38.
- [20] 张佳, 白东欢, 宋鹏威, 等. 新形势下高校教师工作压力、心理韧性与休闲运动参与对职业倦怠影响的实证研究[J]. 中国健康心理学杂志, 2022, 30(11): 1660-1668.
- [21] 徐长江, 解晓龙, 莫世亮. 哪类高校教师易患职业倦怠: 10 年研究的元分析[J]. 教师教育研究, 2015, 27(1): 79-87.