

银龄教师的教学恐惧

——线上教学的反思与应对

孔 婷

安徽大学高等教育研究所, 安徽 合肥

收稿日期: 2024年10月16日; 录用日期: 2024年11月20日; 发布日期: 2024年11月29日

摘 要

近年来随着科技的飞速发展,教育信息化不断向前推进,数字化教学资源的普及、科技辅助的教学管理、线上教学等逐渐迫使银龄教师必须走出熟悉的教学舒适区,银龄教师面对这场教学范式变革充满恐惧。银龄教师的线上教学恐惧是在应对线上教学造成的教学形态的一系列转变时所产生的的一种畏难心理。银龄教师线上教学恐惧可分为以下三种类型:技术恐惧、交往恐惧、数字恐惧。为应对线上教学恐惧的消极影响,银龄教师可以从以下几方面入手去克服恐惧:掌握技术,克服恐惧;适应线上交往新常态,加强家校沟通桥梁;建立教学安全规范,必要时进行心理疏导与寻求外界支持。

关键词

银龄教师, 教学恐惧, 线上教学, 教育信息化

Silver Age Teachers' Teaching Fear

—Reflection and Coping with Online Teaching

Ting Kong

Institute of Higher Education, Anhui University, Hefei Anhui

Received: Oct. 16th, 2024; accepted: Nov. 20th, 2024; published: Nov. 29th, 2024

Abstract

In recent years, with the rapid development of technology, educational informatization has continued to advance, and the popularization of digital teaching resources, technology-assisted teaching management, and online teaching has gradually forced silver-haired teachers to step out of their familiar teaching comfort zones. Silver-haired teachers are filled with fear in the face of this transformation in teaching paradigms. Their fear of online teaching stems from a reluctance to confront the series of changes in teaching formats brought about by online teaching. This fear can be categorized

into three types: technology fear, communication fear, and digital fear. To address the negative impacts of online teaching fear, silver-haired teachers can overcome their fears by focusing on the following aspects: mastering technology to overcome fear, adapting to the new normal of online communication and strengthening the bridge of communication between home and school, and establishing teaching safety norms, with psychological counseling and seeking external support when necessary.

Keywords

Silver-Haired Teachers, Teaching Fear, Online Teaching, Educational Informatization

Copyright © 2024 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

进入 21 世纪的门槛，即 2000 年之际，我国正式迈入了老龄化社会的行列，这一社会变迁不仅带来了人口结构上的深刻变化，也为教育领域带来了新的机遇与挑战。在这一背景下，我国退休教师队伍作为一笔宝贵的人力资源财富，其潜力与价值日益凸显。我国退休教师大部分是低龄健康的老人，70%~85% 的退休教师有较为强烈的发挥余热、重返教育事业的愿望[1]。为积极响应这一社会需求，国家层面近年来密集出台了一系列旨在充分利用退休教师资源的政策举措，如《银龄讲学计划实施方案》《高校银龄教师支援西部计划实施方案》以及《国家银龄教师行动计划》等，这些政策不仅体现了国家对银龄教师群体的高度重视，更是向全社会传递出一个明确信号：要深入挖掘并发挥退休教师的智慧与力量，为构建高质量的教育体系、促进教育公平与均衡发展注入新的活力与动力。然而，在银龄教师积极投身教育事业发展的过程中，时代的发展和科技的进步也给银龄教师带来了许多现实困境。在科技赋能教育发展的进程中，教育领域也正在经历着前所未有的变革。

线上教学以它更加灵活和高效的优势成为了一种新型且被广泛使用的教学形式。作为一种新型教学方式，线上教学在实施过程中也面临一些挑战，主要表现为：教师需要花费大量的时间精力来学习一门新技术，在适应新技术过程中可能会产生挫败与恐惧情绪，加重了教师的教学负担[2]。对于银龄教师来说，他们由于对现代教育技术不够熟悉，这种技术上的陌生感导致他们对新技术产生恐惧和抗拒心理远远高于年轻教师。因此，本文聚焦于银龄教师在面对线上教学时所展现出的教学恐惧，揭示其本质，提出超越恐惧的办法，帮助银龄教师超越技术恐惧的束缚，在新时代的教育舞台上继续发光发热，为推动我国教育事业的高质量发展贡献“银龄力量”。

2. 银龄教师之于线上教学恐惧的内涵

线上教学是什么？尽管国内外学者对线上教学概念的表述不尽相同，但对其核心要素的认识基本一致。首先，线上教学的终极目标指向学生的发展；其次，技术媒介是线上教学得以进行的必要前提；最后，线上教学的本质特征是教与学的时空分离[3]。因此，线上教学是指教师和学生通过网络这种技术手段开展的非面对面性质的教育教学活动。技术是线上教学的传播媒介，跨时空化、高效率化是线上教学的显著特点，促进学生发展是线上教学的最终目标。恐惧是一种强烈的情感反应，表现为对某种具体事物、情境或未知结果的担忧、害怕和不安。它可能源于对潜在威胁的感知。恐惧是一种正常的情绪体验，是每个人都会感知到的情绪反应。那什么是教学恐惧？巴西著名教育家保罗·弗莱雷认为，“恐惧是指

面临实际的或想象的危险概念时所产生的不安”。帕克·帕尔默教授提出，恐惧是一种使我们和同事、学生、学科以及我们自己相分离的东西，其存在会导致自我封闭，割断人与人之间的联系及破坏教师的教与学生的学的能力[4]。所谓教师教学恐惧，指的是教师在教学情境中面临并企图摆脱某种危险性情境所产生的防御性反应，并伴有不安全感、危机感、无能为力感等情绪体验[5]。基于此，我们将银龄教师的教学恐惧定义为：在银龄教师在进行网络教学的过程中，面临新技术的挑战和各种突发状况而产生的紧张、焦虑等一系列不愉快的心理反应。

3. 银龄教师线上教学恐惧的类型

银龄教师线上教学中所面临的教学恐惧是多方面的，有技术和环境带来的恐惧，也有自身心理状态、对新技术的接受程度等内部因素带来的恐惧。

3.1. 技术恐惧

技术恐惧是技术与恐惧的复合词，指的是“对技术的恐惧，对科学的恐惧，对一般变化的恐惧”[6]。技术恐惧是与计算机等新技术的使用相关的担心、害怕、焦虑和不安等情绪，以及这些情绪进一步引发的生理和行为等方面的反应和显现，是对个体或群体健康和生存安全的担忧[7]。我们通常将因使用新技术而引发的恐惧、焦虑、排斥等负面情绪称为技术恐惧[8]。技术恐惧会给教师教学带来负面影响，并且银龄教师的年龄较大，相较于年轻教师学习和适应新技能的能力较为欠缺，因此他们在面对日新月异的技术变革时会产生紧张焦虑的恐惧心理，阻碍教学的正常开展。

3.1.1. 学习新技术的恐惧

随着科技的发展，线上教学平台和教学工具不断更新换代，教师需要学习新技术来适应教学需求。教学软件是线上教学的载体，多数教师在学习新的教学软件时都会产生恐惧、排斥等情绪体验，这是个体在面对新事物时的正常现象，需要学校提供支架帮助，给予技术支持。银龄教师教学经验丰富，但接受新事物的能力较差，大多数银龄教师都是“技术盲”，软件的学习触及了他们的盲区，因而会产生强烈的抵触、害怕的心理。学校和教育局会组织一些教育培训会，但是这些培训太过笼统，没有考虑到不同年龄段教师的学习需求，产生的效果不佳。另外，社会对老年人也存在着刻板印象。社会上普遍认为老年人思想保守、难以接受新事物。然而，这并非绝对。许多老年人对新技术、新观念持有开放态度，并愿意学习和尝试。只是他们学习新技术较慢，需要时间去适应。

3.1.2. 面对突发状况的茫然

教学设备的正常运行是线上教学开展的基础，而在实际教学过程中大多数教师都会遇到一些突发状况，例如网络中断、声音不清晰、画面卡顿等情况。这些突发状况会打乱教师的教学进度，影响学生的学习体验。而银龄教师对于设备故障的应对能力较弱，反应时间较长，通常需要求助于在网络教学上更有能力的他者。对突发状况的解决不仅会耽误正常的教学进度，还会削弱银龄教师线上教学的信心和激情。

3.2. 交往恐惧

线上教学中，教师与学生、同事的交往跨时空化了，教学的开展需要家长更多的支持与帮助，线上教学中教师交往恐惧主要表现在与学生、家长的交往之中[9]。对于银龄教师而言，他们习惯了面对面地与学生、家长、同事进行交往，当这种面对面的交往转变成面对屏幕、看不见表情的线上交往时，大多数银龄教师都会产生交往恐惧。

3.2.1. 无法面对面的互动

教学是教师的教和学生的学共同组成的一种双边互动活动，教师和学生的互动是教学的本质属性。

师生间良好的互动有助于提升教学质量，促进学生发展。银龄教师习惯于传统教学，教师和学生同一时空里，学生的语言、表情、肢体语言都能给教师提供有效的教学反馈，师生间的互动是流畅高效的。当银龄教师进行线上教学时，此时教师和学生不在同一空间，只是由网络联结着。课堂上看不见学生的表情，也许能从网络课堂的评论区得到学生的信息回复，但在教学效果上毕竟和课堂上同学们的应声回答不同。这就好像学生并不在场，师生间的互动变得愈加冰冷。教师只能通过评论区一些简单的文字信息来判断学生对知识的掌握程度，而这些文字传达的信息有限并且真实性存疑，在这样的情况下，课堂逐渐变成教师的独舞台。无法与学生进行有效的互动让银龄教师丧失了对课堂的把控感，教师需要重新思考如何让学生参与到课堂互动之中，这对银龄教师的新型交往能力提出考验，产生不安的情绪。

3.2.2. 反馈的不确定性

教学反馈可以帮助教师了解学生的学习情况，促进学生的自我反思和自我管理。区别于传统教学，线上教学的反馈更多的需要家长配合完成，此时更加凸显出家校合作、协同育人的重要性。在线上教学的情境中，家长与学生有更多的时间相处，许多教学反馈如微信群、QQ群的打卡、作业上传、消息通知都需要家长参与其中。当大量的线上反馈成为家长每天必须要完成的任务时，不耐烦、抵触心理会使家长对教师，对线上教学产生不满。更有甚者，会出现家长退群、视而不见等极端情况。这种家师矛盾是银龄教师职业生涯中从未遇到的难题，教师也难以了解其真实原因，解决起来也相对复杂，耗费精力。反馈的不确定性加大了银龄教师线上教学的恐惧。

3.3. 数字恐惧

数字恐惧是教师在数字时代下面对那些看似无害却无处不在的数字痕迹的深切忧虑，它如同一张无形的网裹挟着教师。银龄教师对于网络的敏感性较低，当信息和隐私通过网络暴露时，带来一些被揪住错误的担心，会产生强烈的不安全感。

3.3.1. 信息留痕

信息留痕是大数据时代避免不了的问题，当网络成为教学的媒介时，信息留痕也悄然出现在银龄教师的面前。线上教学教师上课的视频语音可以被反复播放、长期留存，因而银龄教师对于自己的言行要格外注意，小心翼翼，一点错处可能就会被无限放大。这样的技术特性，无疑对银龄教师的专业素养和教学态度提出了更为严苛的要求，自己的言行都可能在未来的某个时刻被学生、家长、同行再次审视。因此，在镜头面前他们必须保持高度警惕，对每一个知识点，每一个教学环节的处理都力求精准无误。即便是一些微不足道的口误或者笔误，也可能成为质疑其教学能力的把柄。在这样的情况下，银龄教师不得不一遍遍录制视频，注意自己的言行，这让银龄教师耗费大量心力，倍感压力。

3.3.2. 隐私暴露

在数字化教育日益普及的今天，银龄教师们积极拥抱线上教学的新模式，以满腔热情继续发光发热，传授知识与经验。然而，这一过程中，他们也不得不面对一个不容忽视的挑战——个人隐私保护。由于部分银龄教师对电脑及网络技术的掌握相对有限，在线上教学过程中，一不小心就可能成为隐私泄露的“风险点”。具体而言，当银龄教师们利用腾讯会议等在线会议平台进行授课时，复杂的操作界面和多样的功能设置往往让他们感到陌生和困惑。在尝试使用投屏功能展示教学材料时，若未加留意，可能会不小心将自己电脑桌面上的私人文件、照片或聊天记录等隐私信息暴露给所有在线的学生，这不仅侵犯了个人隐私权，还可能引发不必要的尴尬和误解。此外，下课后忘记关闭麦克风也是常见的安全隐患之一。在放松的家庭环境中，银龄教师们可能会与家人进行闲聊，而这些本应是私密对话的内容，却可能因为忘记关闭麦克风而被正在等待下节课开始的学生们意外听到，造成隐私泄露的尴尬局面，甚至可能

影响到教师的个人形象和职业声誉。

4. 银龄教师线上教学恐惧的应对路径

黑格尔曾说过“不再感到恐惧的人，也就是丧失了关爱之心的人”[10]。因此，恐惧作为一种基本普通的情感，我们需要对它有一个正确的认知。教学恐惧存在普遍性，它广泛出现在银龄教师群体之中。同时，教学恐惧也促进银龄教师进行自我反思，提升教学质量。直面教学恐惧，是迈向勇敢的开端。银龄教师可以从以下几点出发，悦纳教学恐惧。

4.1. 掌握技术，克服恐惧

教师年龄对技术恐惧的产生与发展有着重要的影响。不同时代技术发展程度与形式不同，教师对技术的接受程度也不同[11]。银龄教师所处的时代技术并不发达，且技术在教育中的应用较少，当他们接触技术时，会产生抵触不安的情绪。因此我们要对银龄教师普及技术知识，加强信息化教学，培养对技术教学的信心。

首先，学校和相关部门应当系统地普及技术知识，通过举办培训班、工作坊等形式，以通俗易懂的方式讲解信息技术的基本原理、操作方法及在教育中的应用案例，帮助银龄教师逐步建立起对技术的正确认识和初步掌握能力。

其次，学校应当加强信息化教学的推广与实践，鼓励银龄教师尝试将多媒体课件、在线教学平台、虚拟实验室等现代教学工具融入课堂，让银龄教师亲身体验技术如何使教学内容更加生动有趣，提高学生的学习兴趣 and 参与度。同时，通过组织观摩课、教学竞赛等活动，为银龄教师提供展示和交流的平台，让他们在实践中不断积累经验，增强对技术教学的信心。

此外，我们还需关注银龄教师的心理变化，及时给予他们心理支持和鼓励。引导他们认识到技术只是辅助教学的工具，关键在于教师自身的专业素养和教育情怀。通过分享成功案例、树立榜样人物等方式，激发银龄教师的内在动力，让他们看到技术教学的美好前景，从而更加积极地投入到信息化教学的实践中去。

4.2. 适应线上交往新常态，加强家校沟通桥梁

当线上教学成为一种基本的教学形式时，传统的面对面交往演变成了跨时空化的，不在场的线上交往。这一转变重塑了教育的空间与时间的边界。在这一新的交往环境下，家校沟通成为教育体系中不可或缺的一环。加强家校之间的线上沟通，成为了提升教育质量、促进学生全面发展的关键路径。

为了有效适应线上交往的新常态，家校双方需要共同努力，积极探索并实践多样化的线上沟通策略。学校方面，可以充分利用各种教育信息化平台，如学校官网、微信公众号、钉钉、腾讯会议等，建立家校联系网络，定期发布学校动态、教学计划、学生表现等信息，让家长能够随时了解孩子在校的学习与生活情况。同时，还可以设置在线家长咨询室、教育论坛等，为家长提供专业的教育指导与心理支持，帮助家长更好地理解和支持孩子的成长。

教师方面，银龄教师要调整心理，拥抱变化。银龄教师应该适应线上交往模式，提升互动效率，主动学习和掌握线上教学平台中的互动功能，如举手、连麦、实时投票、小测验等，这些工具可以有效模拟面对面教学的互动效果，帮助学生更加积极地参与课堂。除了文字互动外，还可以尝试使用图片、音频等多种形式进行互动，增加互动的有效性。

家长方面，则需要积极转变角色定位，从被动接收信息者转变为主动参与者。家长可以通过加入班级微信群、参与线上家长会等方式，与教师保持密切联系，及时了解孩子的学习状态与心理变化，并积极参与学校的各项活动，共同为孩子的成长助力。此外，家长还应主动提升自身的信息素养，学会利用

网络资源辅助孩子学习，引导孩子合理使用电子产品，营造良好的家庭学习氛围。

4.3. 建立教学安全规范，提供心理疏导与支持

在线上教学日益普及的当下，教师的每一次网络互动与教学内容都留下了数字足迹，这无疑对教师的个人信息安全构成了新的挑战。因此，构建一套完善的教学安全规范体系显得尤为迫切和重要。

一方面，教育行政部门应主动作为，积极联合大型网络服务提供商、专业的网络教学设备供应商以及软件研发团队，共同制定并严格执行教学安全标准。这包括建立线上教学内容的严格审核机制，确保所有教学视频、课件资料在公开发布前都经过细致审查，剔除任何可能泄露个人隐私或敏感信息的元素，从而避免教师因信息留痕而承担不必要的风险。同时，针对在线会议平台的使用，应提供详尽的隐私设置指南，指导银龄教师正确配置权限，确保非教学时段不会遭受未经授权的监听或录制，为他们的网络教学活动筑起一道坚实的安全防线。

另一方面，鉴于银龄教师在面对线上教学时可能产生的数字恐惧心理，提供及时有效的心理疏导与情感支持同样不可或缺。教育机构应设立专门的心理咨询服务，邀请专业心理咨询师为银龄教师提供一对一咨询，帮助他们正视并克服因技术陌生感、信息泄露担忧等引发的焦虑与恐惧。此外，鼓励建立教师互助社群，特别是促进年轻教师与银龄教师之间的交流与互动，让经验丰富的年轻教师分享他们在技术应用、教学方法等方面的宝贵经验，同时倾听银龄教师的困惑与需求，形成一种相互扶持、共同进步的良好氛围。通过这样的方式，不仅能够有效缓解银龄教师的心理压力，还能进一步激发他们的教学热情，促进线上教学质量的整体提升。

5. 结论与展望

随着信息技术的迅猛发展，教育信息化的浪潮正以前所未有的速度重塑着传统教学模式，为教育领域带来了前所未有的机遇与挑战。对于银龄教师而言，这场教学范式的深刻变革既是对其专业能力的考验，也是自我成长与转型的契机。面对线上教学带来的教学形态变革，银龄教师普遍存在的线上教学恐惧现象不容忽视。经过以上分析，我们发现这种恐惧主要体现为技术恐惧、交往恐惧和数字恐惧三个方面，这些恐惧心理在一定程度上阻碍了银龄教师适应并充分利用线上教学资源步伐。

通过本文的分析与探讨，我们认识到，要有效缓解并克服银龄教师的线上教学恐惧，关键在于多维度、全方位地支持与引导。加强技术培训，使银龄教师能够熟练掌握并运用信息技术工具，是消除技术恐惧的直接途径。建立线上交往的新常态，促进家校之间的有效沟通与合作，不仅能够缓解交往恐惧，还能提升教学质量与效果。构建完善的教学安全规范体系，提供必要的心理疏导与支持，保障银龄教师身心健康，促进银龄教师顺利融入信息化教学环境。

随着教育信息化的持续深入发展，线上教学将成为越来越重要的教学形态。对于银龄教师而言，如何更好地适应这一变化，不仅关乎个人的职业发展，更直接影响到整个教育体系的稳定与繁荣。因此，社会各界应继续加大对银龄教师的关注与支持力度，为他们提供更多元化、个性化的学习与发展机会。同时，银龄教师也应保持开放的心态与积极的态度，勇于面对挑战，不断探索与实践，为教育信息化事业贡献自己的力量。

参考文献

- [1] 杨小丽, 杜学元. “银龄计划”背景下退休教师人力资源的开发[J]. 教育学术月刊, 2023(10): 43-50.
- [2] 罗儒国, 宋琦. 国外教师网络教学研究的回溯与启示[J]. 外国中小学教育, 2016(11): 54-58+45.
- [3] 安富海. 在线教学: 历史回溯、现实审视及价值引领[J]. 课程教材教法, 2020(6): 66-72.
- [4] 叶贞莹, 傅淳华. 教师线上教学恐惧的反思与应对[J]. 教师教育论坛, 2021, 34(8): 28-31.

-
- [5] 孙华, 田友谊. 论教师教学恐惧及其超越[J]. 中国教育学刊, 2014(10): 83-87.
- [6] Harold, H. (1976) *Technophobia: Getting out of the Technology Trap*. UNKNO Publisher.
- [7] 覃泽宇. 教学技术恐惧的内涵、生成与化解[J]. 中国教育学刊, 2017(8): 78-81.
- [8] 陈奕延, 李晔. 人工智能技术恐惧症的定义、诱因、衡量及克服路径研究[J]. 计算机应用与软件, 2022, 39(12): 23-33+63.
- [9] 程雯, 谢翌, 陈瑞华. “面对屏幕的审判”: 教师网络教学恐惧的现象学研究[J]. 中国教育学刊, 2023(4): 58-64.
- [10] 拉斯·史文德森. 恐惧的哲学[M]. 范晶晶, 译. 北京: 北京大学出版社, 2010.
- [11] 赵慧臣, 李皖豫, 李琳, 等. 教育信息化进程中教师技术恐惧的产生、原因与对策[J]. 数字教育, 2022, 8(3): 10-18.