

兰州小学教师工作负荷对效能的影响

——不同应对方式的中介作用

魏嘉卓

格乐大学国际学院, 泰国 曼谷

收稿日期: 2024年6月30日; 录用日期: 2024年8月29日; 发布日期: 2024年9月6日

摘要

目的: 研究旨在探讨甘肃省兰州市在职小学教师的工作负荷对其工作效能的影响, 并分析应对方式在其中的中介作用。方法: 通过问卷调查法, 收集了甘肃省兰州市三所小学500名在职教师的数据。研究采用控制式测量进行度量, 使用描述性统计分析、相关性分析和路径假设检验等方法对数据进行分析。结果: 工作负荷显著负向影响工作效能, 积极应对方式正向影响工作效能, 而消极应对方式则负向影响工作效能。同时, 积极和消极应对方式在工作负荷与工作效能之间起到中介作用。结论: 研究揭示了工作负荷对教师工作效能的负向影响以及应对方式在其中的关键作用。建议教育管理者应关注教师的工作负荷, 促进积极应对方式, 以提升教师的工作效能。

关键词

工作负荷, 工作效能, 应对方式

The Impact of Workload on the Efficiency of Primary School Teachers in Lanzhou

—The Mediating Role of Different Coping Strategies

Jiazhao Wei

International College, Krirk University, Bangkok, Thailand

Received: Jun. 30th, 2024; accepted: Aug. 29th, 2024; published: Sep. 6th, 2024

Abstract

Purpose: This study aims to explore the impact of workload on the work efficiency of primary school

teachers in Lanzhou City, Gansu Province, and to analyze the mediating role of coping strategies in this relationship. **Methods:** The study collected data from 500 in-service teachers from three primary schools in Lanzhou City, Gansu Province, using a questionnaire survey method. Controlled measurements were employed to collect reliable data. The study utilized descriptive statistical analysis, correlation analysis, and path hypothesis testing to analyze the data. **Results:** The results showed that workload has a significant negative impact on work efficiency. Positive coping strategies positively influence work efficiency, while negative coping strategies negatively affect work efficiency. Additionally, positive and negative coping strategies mediate the relationship between workload and work efficiency. **Conclusion:** This study reveals the negative impact of workload on teachers' work efficiency and highlights the crucial role of coping strategies in this process. It suggests that educational administrators should pay attention to teachers' workloads and promote positive coping strategies to enhance their work efficiency.

Keywords

Workload, Work Efficiency, Coping Strategies

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

在当前教育领域，甘肃省兰州市的小学教师面临着巨大的工作负荷，这一问题对其工作效能产生了重要影响。教师们不仅需要处理教学任务，还承担着管理、沟通等多重责任，这使得他们面临着持续的工作压力和资源匮乏的挑战。研究表明，工作效能直接关系到教师的教学水平和学生的学业成就[1]-[3]。

从宏观角度来看，小学教师的工作效能不仅仅是个人问题，更涉及到整个社会教育体系的健康发展。教育质量的提升需要依赖于教师的高效工作，然而，甘肃省兰州市的小学教师面对的工作负荷可能成为阻碍其工作效能提升的主要因素之一。因此，深入分析工作负荷对工作效能的影响，以及应对方式在其中的中介作用，具有重要的理论和实践意义。

在微观层面上，小学教师作为教育体系中不可或缺的一部分，承担着重要的教学任务和学生辅导责任。由于工作负荷沉重，教师们在教学管理、备课教学、学生辅导等方面面临巨大挑战，这直接影响到他们的工作效能和课堂教学质量。此外，教师在应对工作压力时选择的应对方式，如积极寻求支持或消极回避问题，也会显著影响到其工作效能的表现[4] [5]。

综上所述，深入研究甘肃省兰州市在职小学教师的工作负荷对工作效能的影响，结合应对方式的中介作用，不仅为教育管理者和决策者提供了实践指导，也为提升教师的工作效能和教育质量提供了理论支持。通过探索工作负荷、应对方式与工作效能之间的关系，可以揭示影响教师工作效能的内在机制，从而制定有效的工作管理策略，改善教师的工作环境，提高其工作满意度和学生的学业成就。

依据前述研究背景，本文提出的研究问题如下：

研究问题 1：甘肃省兰州市在职小学教师工作负荷对工作效能的影响如何？

研究问题 2：甘肃省兰州市在职小学教师工作负荷对教师应对方式的影响如何？

研究问题 3：甘肃省兰州市在职小学教师应对方式对教师工作效能的影响如何？

研究问题 4：甘肃省兰州市在职小学教师应对方式在工作负荷与工作效能之间的中介效应如何？

2. 方法

2.1. 研究模型

本研究依据理论架构，建立工作负荷、应对方式和工作效能的关系，并提出研究假设，其研究假设如图 1 所示。

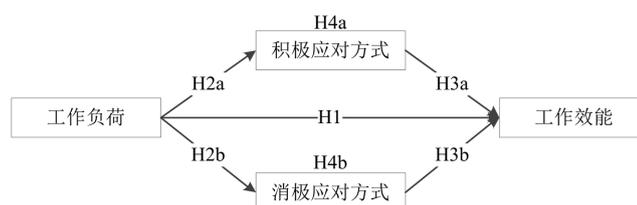


Figure 1. Research framework
图 1. 研究框架

2.2. 研究假设

2.2.1. 工作负荷对工作效能的影响研究

近年来，教学人员工作负荷对工作效能的影响成为教育领域备受关注的研究议题。随着学术界对这一主题的持续关注，相关研究逐渐增多。张晓飞和刘海燕对中小学教师工作负荷与工作效能进行了实证研究，发现高工作负荷可能会对教师的工作表现产生负面影响[6]。王琳和李强则研究高校教师工作负荷与工作效能之间的关系，发现工作负荷增加与高校教师工作效能呈现负向关联，建议采取措施缓解工作压力，以提高教师的工作效果[7]。李明和王鹏针对幼儿园教师展开研究，探讨工作负荷对幼儿园教师工作效能的显著影响，强调了有效管理工作负荷的重要性[8]。综上所述，教学人员的工作负荷与工作效能之间存在显著关联。因此，本研究基于以上结论，提出以下假设：

H1：甘肃省兰州市在职小学教师的工作负荷对其工作效能有显著负向影响。

2.2.2. 工作负荷对应对方式的影响研究

Wang 和 Smith 发现，在高负荷的工作条件下，教师更倾向于选择特定的应对方式，这些方式可能会对教师的工作效能产生显著影响[9]。张晓薇采用了双重中介模型，发现工作负荷可能通过中介变量对教师的应对方式产生影响，并进而影响其工作效能[10]。Li 和 Brown 研究了教师工作负荷与应对策略之间的关系，着重考察了小学教师的情况，研究发现，面对高工作负荷，教师可能会采用特定的应对方式，这些方式可能对其工作效能产生正面或负面影响[11]。以上文献综述阐明了教学人员工作负荷如何影响其应对方式及工作效能的研究成果。因此，本研究根据以上结论提出以下假设：

H2a：甘肃省兰州市在职小学教师工作负荷对教师积极应对方式有显著负向影响。

H2b：甘肃省兰州市在职小学教师工作负荷对教师消极应对方式有显著正向影响。

2.2.3. 应对方式对工作效能的影响研究

在 Smith 和 Li 的研究中，揭示了采用积极有效的应对方式与较高的工作效能之间存在显著正向关联[12]。Johnson 进行了一项跨文化研究，研究发现采用适当的应对方式的教师更可能体验到更高的工作效能和工作满意度，这表明不同文化背景下的教师应对方式对工作效能和幸福感都起着重要作用[13]。Brown 探讨教师的应对策略如何影响工作倦怠，研究结果显示，采用积极的应对方式的教师往往能够减轻工作倦怠感，进而提高工作效能水平[14]。教学人员的消极应对方式对工作效能的影响一直是教育领域备受关注的研究主题。消极应对方式可能导致教师在面对工作压力和挑战时，采取不利于工作效能的策

略。Wang 和 Johnson 认为采用消极应对方式的教师往往表现出较低的工作效能水平[15]。

综上所述, 各异的应对方式对工作效能有不同的影响效果。本研究根据以上结论提出以下假设:

H3a: 甘肃省兰州市在职小学教师积极应对方式对教师工作效能有显著正向影响。

H3b: 甘肃省兰州市在职小学教师消极应对方式对教师工作效能有显著负向影响。

2.2.4. 工作负荷、应对方式对工作效能的影响研究

Liu 进行了一项横断面研究, 探讨了教师工作负荷对工作满意度的影响, 结果显示, 高工作负荷可能对教师的工作效能和满意度造成消极影响, 凸显了工作压力对教师心理状态的重要影响[16]。Johnson 研究结果表明, 采用有效的应对方式有助于提升教师的工作效能[13]。Brown 研究发现, 高工作负荷可能导致教师倦怠感增加, 进而影响其工作效能表现, 这凸显了减轻教师工作压力对维持工作效能的重要性[17]。Smith 研究强调了积极的应对方式与较高的工作效能之间的正向关联, 为教师应对工作挑战提供了有效策略[18]。这些研究共同揭示了教学人员工作负荷及应对方式对工作效能的重要影响。Smith 和 Li 认为高工作负荷和采用消极应对策略的教师往往表现出较低的工作效能水平[19]。以上文献综述凸显了教学人员工作负荷及不同应对方式对工作效能的研究成果。因此本研究提出以下假设:

H4a: 甘肃省兰州市在职小学教师积极应对方式在工作负荷与工作效能之间起到中介作用。

H4b: 甘肃省兰州市在职小学教师消极应对方式在工作负荷与工作效能之间起到中介作用。

2.3. 研究方法

研究者通过问卷调查法搜集到可靠数据, 这是社会科学常用的实证研究方法之一。问卷调查可以在短时间内高效收集所需数据, 优势在于可以打破时间和空间的限制, 在大范围内同时开展调查; 方便进行定量研究; 节省人力、时间和财力。但问卷调查也有其挑战和限制, 只能获取书面信息, 难以理解具体社会情况; 缺乏弹性, 难以深入定性调查; 调查者难以确定受访者的认真程度; 受访者可能不理解问题或回答方式, 无法获得详细指导; 从众心理可能影响回答的真实性。由于工作负荷、应对方式与工作效能三个变量的研究较丰富, 量表设计成熟, 因此本研究采用问卷调查法, 对兰州市在职小学教师的工作负荷、应对方式与工作效能状况进行测量, 以深入探讨三者之间的影响。

2.4. 研究对象

本研究选取甘肃省兰州市三所普通小学的 500 名在职教师, 采用便利抽样方式进行。Gorsuch 建议样本数至少是题数最多的量表题数的五倍, 且大于 100[20]。本研究《工作效能量表》有 25 题, 取其二十倍为 500 份。2024 年 6 月 3 日至 6 月 7 日, 共回收问卷 547 份, 剔除 13 份无效问卷, 获得有效问卷 534 份, 回收率 97.62%。性别分布: 男性 192 人(36.0%), 女性 342 人(64.0%)。婚姻状况: 已婚 368 人(68.9%), 未婚 166 人(31.1%)。工作年限: 5 年以下 121 人(22.7%), 5~10 年 178 人(33.3%), 11~15 年 144 人(27.0%), 15 年以上 91 人(17.0%)。本次调查样本结构与实际人口结构基本符合, 说明这 534 份问卷具有代表性。

2.5. 研究工具

本研究参考王硕[21]所编制的工作效能量表, 共计 25 题。包含五个构面, 分别是自我提升效能 5 题, 教材 5 题, 教学计划与技术 5 题, 班级经营 5 题, 教学评量 5 题。量表计分方式采用 Likert 五点量表。验证性因子分析模型拟合指标显示, $\chi^2/df=2.701 < 5$, $GFI=0.917 > 0.9$, $AGFI=0.896 > 0.8$, $CFI=0.923 > 0.9$, $RMSEA=0.057 < 0.08$, $PCFI=0.809 > 0.5$, 模型与数据的匹配程度较好。工作效能的 α 系数为 0.864, 其五个维度的 α 系数分别为 0.856、0.816、0.825、0.875 和 0.775。说明工作效能量表具有较好的信效度。

本研究参考张颖玟[22]所编制的工作效能量表, 共计 14 题。包含三个构面, 分别是课程教学 5 题、

班级管理 4 题, 行政服务 5 题, 共计 14 题。量表计分方式采用 Likert 五点量表。验证性因子分析模型拟合指标显示, $\chi^2/df = 4.749 < 5$, $GFI = 0.918 > 0.9$, $AGFI = 0.883 > 0.8$, $CFI = 0.906 > 0.9$, $RMSEA = 0.074 < 0.08$, $PCFI = 0.736 > 0.5$; 模型与数据的匹配程度较好。工作负荷的 α 系数为 0.923, 其中三个维度的 α 系数分别为 0.853、0.825 和 0.872。说明工作负荷量表具有较好的信效度。

本研究参考解亚宁[23]所编制的工作效能量表, 共计 20 题。该量表借鉴应对方式量表, 结合人群特点编制的, 共 20 题, 内有积极与消极两构面, 其中, “积极应对”定义为应对事件主动寻求支持, 试图改变等方式, 含前 12 道题。“消极应对”定义为应对事件回避、发泄等方式, 含后 8 道题。本量表计分方式采用 Likert 五点量表。验证性因子分析模型拟合指标显示, $\chi^2/df = 4.588 < 5$, $GFI = 0.900 > 0.9$, $AGFI = 0.862 > 0.8$, $CFI = 0.937 > 0.9$, $RMSEA = 0.082 < 0.10$, $PCFI = 0.759 > 0.5$; 模型与数据的匹配程度较好。积极应对的 α 系数为 0.929, 消极应对的 α 系数为 0.933。说明应对方式量表具有较好的信效度。

3. 结果

3.1. 相关性分析

表 1 展示了不同变量的描述性统计分析和相关性分析, 旨在衡量受试者对每个变量的感知程度。所有变量均使用李克特 5 点量表进行评估, 其中 3 分为中间值, 高于 3 分表示中等偏上, 低于 3 分表示中等偏下。结果显示, 工作负荷、积极应对、消极应对和工作效能的均值均高于 3 分, 说明受试者在这些方面的感知和行为均为中等偏上。

在相关性分析中, 工作负荷与积极应对之间具有显著负向相关关系($r = -0.600, p < 0.01$)。工作负荷与消极应对之间具有显著的正向相关关系($r = 0.423, p < 0.01$)。工作负荷与工作效能之间具有显著的负向相关关系($r = -0.238, p < 0.01$)。积极应对与消极应对之间具有显著的负向相关关系($r = -0.700, p < 0.01$)。积极应对与工作效能之间具有显著的正向相关关系($r = 0.352, p < 0.01$)。消极应对与工作效能之间具有显著的负向相关关系($r = -0.266, p < 0.01$)。

Table 1. Correlation analysis

表 1. 相关性分析

变量	M	SD	工作负荷	积极应对	消极应对
工作负荷	3.380	0.403	-		
积极应对	3.456	0.378	-0.600**	-	
消极应对	3.625	0.491	0.423**	-0.700**	-
工作效能	3.696	0.361	-0.238**	0.352**	-0.266**

注: ** $p < 0.01$ 。

3.2. 假设检验

本研究采用 Baron 和 Kenny [24]的逐步检验法来检验中介效应。逐步检验法有 4 个条件, 分述如下。条件 1: 自变量对因变量具有显著影响关系。条件 2: 自变量对中介变量具有显著影响关系。条件 3: 中介变量对因变量有显著影响关系。条件 4: 加入中介变量后, 自变量对因变量的影响系数减小。如表 2 所示。

模型 1 中, 自变量为工作负荷, 因变量为工作效能, 建立回归分析, 结果显示, F 值为 31.950, 且达到显著水平, 说明该模型具有统计意义, 模型的解释力为 $R^2 = 0.057$, 即工作负荷仅能解释工作效能的 5.7%的变异。回归系数显示, 工作负荷负向影响工作效能($\beta = -0.238, p < 0.001$), 假设 H1 获得支持, 满

足 Baron 和 Kenny [24]的逐步检验法的条件 1。

模型 2 中, 自变量为工作负荷, 因变量为积极应对, 建立回归分析, 结果显示, F 值为 298.731, 且达到显著水平, 说明该模型具有统计意义, 模型的解释力为 $R^2=0.360$, 即工作负荷能解释积极应对的 36% 的变异。回归系数显示, 工作负荷负向影响积极应对($\beta=-0.600, p<0.001$), 假设 H2a 获得支持。模型 3 中, 自变量为工作负荷, 因变量为消极应对, 建立回归分析, 结果显示, F 值为 115.609, 且达到显著水平, 说明该模型具有统计意义, 模型的解释力为 $R^2=0.179$, 即工作负荷能解释消极应对的 17.9% 的变异。回归系数显示, 工作负荷正向影响消极应对($\beta=0.423, p<0.001$), 假设 H2b 获得支持, 满足 Baron 和 Kenny [24]的逐步检验法的条件 2。

如模型 4 所示, 自变量为积极应对, 因变量为工作效能, 建立回归分析, 结果显示, F 值为 75.206, 且达到显著水平, 说明该模型具有统计意义, 模型的解释力为 $R^2=0.122$, 即积极应对能解释工作效能的 12.4% 的变异。回归系数显示, 积极应对正向影响工作效能($\beta=0.352, p<0.001$)。假设 H3a 获得支持, 如模型 5 所示, 自变量为消极应对, 因变量为工作效能, 建立回归分析, 结果显示, F 值为 40.664, 且达到显著水平, 说明该模型具有统计意义, 模型的解释力为 $R^2=0.071$, 即消极应对能解释工作效能的 7.1% 的变异。回归系数显示, 消极应对负向影响工作效能($\beta=-0.266, p<0.001$), 假设 H3b 获得支持, 满足 Baron 和 Kenny [24]的逐步检验法的条件 3。

如模型 6 所示, 自变量为工作负荷、积极应对和消极应对, 因变量为工作效能, 建立回归分析, 结果显示, F 值为 25.417, 且达到显著水平, 说明该模型具有统计意义, 模型的解释力为 $R^2=0.355$, 即工作负荷、积极应对和消极应对能解释工作效能的 35.5% 的变异。通过回归系数比较可知, 在加入了中介变量积极应对和消极应对后, 自变量工作负荷对工作效能的影响系数由模型 1 的-0.238 降低为模型 6 的-0.042, 说明积极应对和消极应对在工作负荷对工作效能之间具有部分中介作用, 满足 Baron 和 Kenny [24]的逐步检验法的条件 4, 因此假设 H4a 和 H4b 获得支持。

Table 2. Summary table of regression analysis

表 2. 回归分析摘要表

	工作效能	积极应对	消极应对	工作效能	工作效能	工作效能
	模型 1	模型 2	模型 3	模型 4	模型 5	模型 6
工作负荷	-0.238***	-0.600***	0.423***			-0.042
积极应对				0.352***		0.299***
消极应对					-0.266***	-0.039
F	31.950***	298.731***	115.609***	75.206***	40.664***	25.417***
R	0.238	0.600	0.423	0.352	0.266	0.355
R ²	0.057	0.360	0.179	0.124	0.071	0.126
Adj R ²	0.055	0.358	0.177	0.122	0.069	0.121
假设结果	H2 成立	H3a 成立	H3b 成立	H4a 成立	H4b 成立	

注: * $p<0.05$; ** $p<0.01$; *** $p<0.001$ 。

4. 讨论

甘肃省兰州市在职小学教师的工作负荷显著影响其工作效能、积极和消极应对方式。首先, 工作负荷增加会显著降低教师的工作效能。这种现象表明, 随着任务增加, 教师面临更大的压力和工作负担, 从而可能降低工作表现和绩效水平。过高的工作负荷还可能导致心理疲劳和工作焦虑, 削弱教师的工作

积极性和动力, 进而影响教学质量和学生表现。

工作负荷的增加会显著减少教师的积极应对方式。过重的工作负荷使得教师更难以有效应对压力和挑战, 可能导致其积极应对能力下降。教师面对大量工作时, 常常感到焦虑和疲劳, 这可能降低他们面对困难和挑战时的积极态度和能力, 从而影响工作效率和绩效水平。

此外, 工作负荷增加会显著促使教师采取消极应对方式。高工作负荷可能导致教师情绪低落和无助感增加, 使他们更倾向于采取逃避问题、抱怨和情绪化反应等消极方式来面对工作困难和挑战。这种应对策略不仅加剧了工作压力和负面情绪, 还可能对工作效能和个人健康造成负面影响。

教师的积极应对方式对工作效能有显著正向影响。积极主动地应对工作挑战, 如寻求解决问题的途径和设定目标, 有助于提升工作效能水平。相反, 消极应对方式对工作效能产生显著负向影响。采取消极的应对策略, 如逃避问题和情绪化反应, 可能进一步降低工作表现和绩效水平。

最后, 在甘肃省兰州市的小学教师中, 积极和消极应对方式在工作负荷与工作效能之间起到中介作用。积极的应对方式有助于教师更好地应对工作挑战, 维持高效能和高质量的工作表现; 而消极的应对方式则可能加剧压力和负面情绪, 从而降低工作效能和整体表现。

5. 结论

通过对甘肃省兰州市在职小学教师的工作负荷、应对方式与工作效能的研究, 我们发现, 工作负荷对教师的工作效能具有显著负面影响。积极应对方式有助于提升工作效能, 而消极应对方式则会进一步削弱工作效能。积极和消极应对方式在工作负荷与工作效能之间起到中介作用, 证明了应对方式在缓解或加剧工作负荷影响中的重要角色。因此, 教育管理者应注重减轻教师的工作负荷, 并鼓励积极应对策略, 以提升教师的工作效能和整体教育质量。

参考文献

- [1] 张萍, 葛明贵. 中小学教师教学效能感与工作满意度的关系分析[J]. 教学与管理, 2013(4): 22-24.
- [2] 贺亮. 课程改革背景下小学教师工作负荷的实证研究——以湖南、上海 10 所小学的调查为例[J]. 华东师范大学学报, 2024(3): 85-92.
- [3] 李红琴, 赵燕, 尹天子. 工作负荷对小学教师工作时间压力的影响: 来自有调节的中介效应模型[J]. 兴义民族师范学院学报, 2023(2): 46-51.
- [4] 申艳娥, 叶一舵. 中小学教师应对方式相关因素研究[J]. 心理科学, 2004, 27(6): 33-36.
- [5] 李新翠. 中小学教师工作负荷研究[M]. 北京: 北京师范大学出版社, 2020.
- [6] 张晓飞, 刘海燕. 工作负荷对中小学教师工作效能影响的实证研究[J]. 教育科学, 2015(3): 68-73.
- [7] 王琳, 李强. 高校教师工作负荷对工作效能的影响研究[J]. 当代教育探索, 2017(9): 44-49.
- [8] 李明, 王鹏. 幼儿园教师工作负荷与工作效能相关性研究[J]. 幼儿教育研究, 2020(4): 30-36.
- [9] Wang, Y. and Smith, J. (2016) The Impact of Teacher Workload on Coping Strategies: A Qualitative Study. *Journal of Educational Psychology*, **42**, 321-335.
- [10] 张晓薇. 工作负荷对大学教师应对方式的影响: 一个双重中介模型[J]. 心理学研究, 2018, 35(2): 56-72.
- [11] Li, H. and Brown, K. (2020) Exploring the Relationship between Teacher Workload and Coping Strategies in Primary Schools. *Educational Research Quarterly*, **28**, 423-438.
- [12] Smith, J. and Li, H. (2017) The Impact of Coping Strategies on Job Performance among Teachers. *Contemporary Educational Psychology*, **68**, Article ID: 102030.
- [13] Johnson, M. (2018) Teacher Coping Strategies and Their Impact on Job Performance: A Longitudinal Study. *Journal of Educational Research*, **32**, 389-403.
- [14] Brown, K. (2020) A Longitudinal Study of Teacher Coping Strategies and Their Impact on Job Burnout. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, **19**, 5776.

-
- [15] Wang, L. and Johnson, M. (2019) The Impact of Teachers' Passive Coping Strategies on Job Performance: A Qualitative Study. *Educational Psychology Journal*, **38**, 210-225.
- [16] Liu, H. (2017) The Impact of Teacher Workload on Job Satisfaction: A Cross-Sectional Study. *Educational Psychology Review*, **25**, 167-182.
- [17] Brown, K. (2019) The Relationship between Teacher Workload and Burnout: A Meta-Analysis. *Educational Psychology Journal*, **42**, 56-71.
- [18] Smith, J. (2020) Coping Strategies and Job Performance among Elementary School Teachers: An Empirical Study. *Contemporary Educational Psychology*, **38**, 301-315.
- [19] Smith, J. and Li, H. (2016) The Impact of Teacher Workload and Passive Coping Strategies on Job Performance: A Longitudinal Study. *Educational Psychology Journal*, **41**, 289-305.
- [20] Gorsuch, R.L. (1983) *Factor Analysis*. Lawrence Erlbaum Associates, Hillsdale.
- [21] 王硕. 国小教师工作负荷对教学成效之影响[J]. 开南大学学报, 2020(2): 57-63.
- [22] 张颖玟. 偏远地区国民小学教师工作负荷、进修与流动影响因素之研究——以北部地区为例[J]. 教师教育研究, 2019(3): 79-88.
- [23] 解亚宁. 简易应对方式量表信度和效度的初步研究[J]. 中国临床心理学, 1998, 6(2): 55-59.
- [24] Baron, R.M. and Kenny, D.A. (1986) The Moderator-Mediator Variable Distinction in Social Psychological Research: Conceptual, Strategic, and Statistical Considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, **51**, 1173-1182.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.51.6.1173>