

## 数字化背景下幼儿教师数字焦虑的 样态呈现、成因剖析与路径纾解

洪淑文 李静

湖州师范大学，湖州

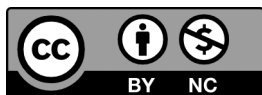
**摘要** | 在数字化全面推进的过程中，新一代信息技术不断深化和创新，其在教育领域广泛应用，而学前教育教学中幼儿教师逐渐面临由数字化介入教育所引发的职业压力与困惑，形成“数字焦虑”现象，成为日益凸显的幼儿教师数字焦虑问题。当前，幼儿教师数字焦虑在认知、情感、行为层面，呈现适应性焦虑、发展性焦虑、适用性焦虑、模糊化焦虑、价值性焦虑、依赖性焦虑、规范性焦虑、成熟化焦虑的多元样态，以内在、外在方面剖析“能力鸿沟”“认同危机”“制度供给不足”“深层冲突”的内外成因，并在个体、组织、社会层面，提出从“被动适应”走向“主动驾驭”、从“数字驱动”转向“人文赋能”、从“数字崇拜”走向“价值共识”的针对性纾解路径。可以帮助幼儿教师更快适应数字化教育趋势，并积极融入数字化教育转型，提升幼儿教师数字素养与职业幸福感，从而实现教育中人文精神与科学技术的交融。

**关键词** | 幼儿教师；数字焦虑；数字化；数字化转型

Copyright © 2026 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



### 1 引言

当今数字化进程全面加速，正推动各领域实现深刻变革与创新发展。随着教育强国建设步伐的加快，推进教育数字化加速，教育领域的数字化转型已然成为不可逆转的时代必然趋势<sup>[1]</sup>。教育数字化在为教师群体带来信息获取便利、多元更新等新契机的同时，也衍生出信息迭代滞后、技术泛化不适应等现实挑战。在机遇与挑战中，面对爆炸式增长的数字信息与快速变革的环境，教师自我调节失败会引发非理性、负面的心理状态，即

“数字焦虑”。幼儿教师职业工作的复合性和特殊性，与现代数字化转型需求之间存在结构性张力，这会引发系列问题且无法得到解决，由此产生的数字焦虑。随着数字化在学前教育领域的渗透，幼儿教师作为特殊的职业群体，其焦虑状况却在很大程度上被忽视，这一问题既关系教师自身的发展状态，也通过教育互动影响至其幼儿的发展成长。“数字焦虑”正成为影响教师心理健康的新成因，亟需深入研究。

焦虑是一种因目标受阻或感知障碍无法逾越，而诱发一系列以紧张、不安、内疚及恐惧为主要特征的情感

基金项目：省级大学生创新创业训练计划资助项目“数字化背景下幼儿教师的数字焦虑及其纾解研究”（S202510347015）。

通讯作者：洪淑文，湖州师范大学，研究方向：学前教育。

文章引用：洪淑文，李静. 数字化背景下幼儿教师数字焦虑的样态呈现、成因剖析与路径纾解[J]. 教育研讨, 2026, 8(4): 459-465.

<https://doi.org/10.35534/es.0804082>

状态<sup>[2]</sup>。教育数字化转型下的教师数字焦虑，是因数字信息更新、技术变革、教学场景和方法更迭而生的复杂多维情感现象<sup>[3]</sup>，反映了教师教育生态重塑中的紧张、不安与适应困难等复合情绪体验。其焦虑的效应具有两面性特征：适度的焦虑能够激发教师积极性，然而过度的焦虑则会使教师对数字化变革产生畏惧与抵触甚至逃避心理，导致教师职业角色转型适应困难<sup>[4]</sup>。目前，现有研究多聚焦于数智时代下教师群体的数字焦虑问题，而针对幼儿教师数字焦虑这一问题和解决办法仍缺乏系统研究。因此，本研究将进一步梳理和系统呈现幼儿教师数字焦虑的现实样态，深入剖析其诱发因素，并探索有效的纾解路径，以期在数字教育中实现人文关怀与科学精神的有机融合。

## 2 幼儿教师数字焦虑的样态呈现

数字化在推动学前教育数字化转型、为幼儿教师减轻工作负担且有更多精力投入教学带来的机遇同时<sup>[5]</sup>，也给幼儿教师带来了前所未有的心理压力与情感困扰挑战。这种“数字焦虑”的心理状态，并非单一维度的心理状态，而是渗透于教师认知、情感与行为多个层面的复杂体验，可归纳幼儿教师数字焦虑为以下样态。

### 2.1 认知焦虑：信息更新和技术冲击迷惘

#### 2.1.1 数字技术泛化使用的工具适应性焦虑

当前，幼儿教师需要面对日益多样的数字工具与平台，从电子白板到教学平板，从各类“幼师贝壳”“幼师宝典”等智能手机的第三方应用程序（以下简称“App”）到“当代学前教育网”“幼儿教师网”等网络资源管理平台，数字技术的应用已从单一辅助工具演变为多平台融合、多设备叠加的复杂形式。多样数字技术的叠加使用情况泛化，这需要教师具备娴熟的技术使用和整合能力，而部分教师在使用过程中出现注意力涣散、操作迟滞、疲惫感增强等认知超载反应<sup>[6]</sup>，面对不断迭代的技术工具生态，持续产生的不确定性与陌生感，进一步诱发其技术障碍焦虑<sup>[7]</sup>。当教师缺乏对数字技术的掌握和运用能力时，技术操作障碍不仅表现为“不会用”，更体现为对教学流畅性的持续干扰。教师在活动中频繁遭遇设备卡顿、软件切换失误或资源无法打开等技术障碍时，不得不频繁停顿下来处理故障，注意力从儿童身上转向设备屏幕，教学活动被迫中断。面对多样数字技术的泛化使用情境，幼儿教师因自身操作能力不足而产生的紧张与不安，对数字化存在工具化认知的窘境，不断侵蚀着其教学自信，产生了“技术鸿沟不可逾越”的挫败感与焦虑。

#### 2.1.2 数字信息迭代滞后的专业发展性焦虑

随着数字化信息迭代变换，幼儿教师要对更新的多元信息进行学习，并同步于其专业成长节奏，在手机、

平板等移动端，以及电脑等PC端，无论是图文、视频、直播等内容形态，还是长期沉淀的静态信息、周期性迭代的交互信息、秒级刷新的动态信息，数字信息的交织发展都催生出千人千面的信息网。不同教育理念、模式及活动方式层出不穷，“智慧教育”等新概念不断涌入学前教育领域。教师在日常保教工作外，还需追赶日新月异的專業话语体系，往往心余力绌，传统教师专业成长遵循渐进式经验积累，难以匹配技术迭代速度，数字信息迭代与教师个体学习节奏错位<sup>[8]</sup>。当教师缺乏持续更新信息支持时，新发展的教学理念与教师长期积累的个人经验之间出现断裂，产生“落伍了”的无力感。信息迭代速度远超教师专业成长的节奏，教师刚刚掌握某种工具的使用，更新一代信息已然登场，教师发现自己信赖的传统经验在新的技术话语面前逐渐“失语”，而新的专业能力又未能及时建立，使得不少教师陷入学习断层与认知脱节的困境，便会在专业认同层面产生深层落寞感与焦虑。

### 2.1.3 数字应用幼儿教育的教育适用性焦虑

从传统教学转向数字化教学，并非简单工具替换，而是涉及教育理念、方法、内容与师幼互动模式的深层变革，学前教育的核心在于具身体验、情感联结与生活化的学习。在这一转型过程中，部分教师存在一系列对于数字化适用教育中难以把握的担忧：数字技术的介入是否会影响课堂的教育效果？是否会改变幼儿的学习兴趣？是否会异化自己的教学方法？这种教育适用性的思考，本质上是对“数字化是否适合学前教育”的审慎追问。幼儿需要陪伴与情感支持，而非冷冰冰的技术工具，当前数字化教育虽然能让幼儿觉得“好玩”，但要真正产生教育意义还需要进行更多研究。当教师精心准备的电子课件无法吸引幼儿的注意力，当孩子们更感兴趣的是窗外飞过的蒲公英而非屏幕上的动画形象，教师便会持续陷入“数字化教学适用吗”“应用于何种教育活动”“推进至何种程度”的认知纠结与行为踌躇，这是教师对教育本真性的坚守与学前教育数字化之间冲突的焦虑。

### 2.2 情感焦虑：身份危机与交往疏离冲击

#### 2.2.1 数字替代人工教师的身份模糊化焦虑

数字化一定程度上渗透学前教育，使幼儿教师的传统权威象征逐渐弱化，“数字代沟”带来的身份危机日益凸显。当幼儿可通过AI伙伴等数字化工具自主获取知识、解答疑惑，当家长愈发期待教师在教学活动中展现“现代化”的技术应用能力，教师不禁追问“我是否依然不可替代？”。当幼儿习惯于与平板互动，当家长将数字化应用于教学娴熟度视为评价教师的隐性标准，教师传统的专业权威在悄然间被消解。这种对幼儿教师主导身份地位被算法系统部分替代的担忧，以及其在专业认同、职业角色转型适应面临挑战，共同引发了幼儿教育

师身份模糊化的焦虑。

### 2.2.2 数字普及渗透情感的交往价值性焦虑

普及渗透在学前教育领域的数字化，在一定程度上改变了幼儿教师的人际交往生态，“交往价值”面临着重新审视。教师担忧过多的屏幕互动会取代真实的同伴游戏和师幼互动，进而影响幼儿的社会性发展和情感健康。这种渗透情感的焦虑，一方面是对幼儿健康发展的担忧，在电子屏幕对幼儿视力、专注力的潜在风险已是不争的事实；另一方面是对教育质量的顾虑，当幼儿沉浸在动画片或平板游戏中，真实的交往体验被虚拟互动所替代。再者是对职业转型的挑战，为了满足某些家长或社会对于“现代化”的期待，教师不得不增加电子设备的使用时长，导致部分教师产生职业愧疚感，自我价值感随之下降，带来职业转型期挑战。当数字信息技术凌驾于学前领域的教育教学上，甚至将师生间的情感互动纳入技术控制范式时，便可能背离教育应有的价值导向<sup>[9]</sup>，这正是数字只能停留在外部存在显见事物，无法触及人与人之间的内心情感动态，而引发幼儿教师情感和社会交往的价值性焦虑。

## 2.3 行为焦虑：实践惯习与工作边界变化

### 2.3.1 数字教学依附于设备的行为依赖性焦虑

长期习惯性地依赖使用数字设备，可能导致其在技术依赖中逐渐丧失主体能动性。当教师离开预设课件或电子白板，就无法流畅组织教学活动，习惯于按照屏幕流程推进教学，难以根据幼儿的现场反应灵活调整教学策略，甚至过度依赖设备的互动功能，而弱化了自身教学语言的感染力，教学行为逐渐僵化、缺乏灵活应变能力。当教学越来越依赖数字设备的中介，教师的教学过程会固化，且其作为教育主体的能动性存在被消解的可能。教师的教学行为被流程所规训，教育的生成性与创造性便面临被侵蚀的风险。

### 2.3.2 数字教育管理使用数据边界规范化焦虑

随着学前教育数字化管理系统普及，幼儿教师保教活动中频繁采集、存储与使用幼儿个人信息，包括照片、视频、健康记录、行为观察数据等。然而，《未成年人保护法》《个人信息保护法》等法规，对幼儿数据隐私提出了严格保护要求，但部分园所缺乏明确的操作指引与保障，教师往往陷入“数据应用”与“隐私合规”的两难境地。一方面，数字化教学需要借助数据，实现个性化观察与家园共育；另一方面，过度采集或不当使用，可能侵犯幼儿隐私权，甚至引发法律风险。教师担心拍照上传时无意泄露幼儿面部信息、使用相关App时数据被违规留存、家长授权范围不清导致超权限使用等。这种“不敢用、不会用、怕出错”的焦虑，本质上是规范要求与日常工作脱节所产生的边界规范化焦虑。

### 2.3.3 数字应用教育系统的工作成熟化焦虑

数字化转型不仅改变了幼儿园的课堂教学形态，也重塑了幼儿教师的工作生态。尽管工作负荷因弹性机制而显著增加，大量事务性工作的成效却往往呈现形式化倾向的状态，实际教育效能与投入之间产生错位。同时，教师工作的时效、质量、完成率、满意度、排名等质性评价变为量化指标，被要求数据留痕、系统记录，其与绩效、奖金、晋升直接挂钩。教师的工作时长不再局限为上班时间，工作地点不再局限在幼儿园内，教师的工作边界已不再囿于传统的八小时工作制与园所围墙之内，而是通过数字媒介与家园共育的渗透，不断向家庭、社会与虚拟空间延伸。工作强度的持续攀升与绩效考核机制的日趋透明化，进一步加剧了教师的职业压力，倒逼其工作模式向精细化、显性化方向演进，形成“内卷化”的工作生态。各类数字化管理的应用，使得教师的工作时空边界日益模糊，数字化带来的工作负荷超出教师承受能力，压力持续累积。教师可能不得不以降低专业追求为代价，来应对现实转型期挑战。数字化的智能信息技术通过对教师教学行为进行有边界的数据采集、分析反馈，形成刚性外部评价机制，使教师日益陷入对评价系统的敏感与焦虑<sup>[10]</sup>。

## 3 幼儿教师数字焦虑的成因剖析

数字化的学前教育，使幼儿教师产生多维度的数字焦虑，并非单一因素作用的结果，而是数字化嵌入教育过程中个体适应困境与生态系统张力相互交织的产物，可以从内在与外在两个维度，对幼儿教师数字焦虑的成因进行剖析。

### 3.1 内在成因：教师个体适应性与数字更迭的脱节

#### 3.1.1 数字素养与应用失衡的“能力鸿沟”

幼儿教师具备数字信息技术的基础，但与当下复杂的数字化生态之间存在显著断层，这种“能力鸿沟”成为数字焦虑生成的首要内因。当前，幼儿园教师数字技术操作能力明显滞后于认知层面的接纳度，这一脱节在年轻教师与年长教师之间尤为显著。第一，教师的学习速度滞后于数字产品的更新迭代速度，在面对多工具叠加、多平台融合使用的教育场景时，教学过程流畅性频繁受到技术卡顿干扰，教学资源丰富性经常因其信息滞后而阻碍，挫败感与失控感便在日积月累中沉淀为持久的职业焦虑。第二，教师长期在教学实践过程中的临场应变能力及对幼儿细微反应捕捉中积累的传统经验，当教学中融合和依赖数字化时，教师逐渐失去自身专业能力而依赖数字设备，在“经验决策者”向“技术协同者”角色转变过程中产生的认知冲突，教师面临着两难抉择：究竟是该相信过往教育直觉所积淀的专业判断，还是该依赖预设的数字流程以保证教学规范？这种困境使其不能很好地平衡专业性发挥和数字素养应用能

力<sup>[11]</sup>，最终陷入迷茫。此外，教师在数字化教学情境中，由于频繁使用数字设备，发现自身教学行为逐渐依赖于数字设备，一旦离开依附于数字设备而已然习惯的教学模式，将无法流畅组织教学活动，难以临场发挥调整教学方式和活动的计划与组织，弱化甚至失去了教师教学的灵活性和因材施教的能力，由此产生内耗与焦虑。这种焦虑源于对自身专业判断力的怀疑，究竟是该相信过往的教育直觉，还是该依赖预设的数字流程？这种因数字素养应用能力失衡而产生的内在拉扯，导致了幼儿教师教学的固化与迷茫。

### 3.1.2 数字替代与职业产生的“认同危机”

数字化深度嵌入教育场景，触发了幼儿教师对自身职业不可替代性的深层追问，其迫切需要明确自己的职业价值重要性、职业发展的长久性和自身的不可替代性。当屏幕互动逐渐取代真实的师幼拥抱，当电子设备的使用时长由家长的“现代化期待”而非教育本心决定时，教师内在的育人价值观受到剧烈冲击。这种因过度使用数字设备，而导致的职业愧疚感和自我价值感下降，本质上是教师角色边界认知不清的内在冲突，这一过程是教师转型期的挑战。当幼儿可以通过算法获取信息、通过屏幕完成学习，教师作为“知识权威”的传统角色被技术祛魅，职业认同的根基在不知不觉中被松动。

## 3.2 外在成因：教育生态系统与数字逻辑的碰撞

### 3.2.1 教育管理的支持体系与评估机制存在“制度供给不足”

幼儿园及教育管理部门在推进数字化转型的过程中，部分园所及其地区存在支持体系与评估机制有待完善的状况，教师在被动承受数字化的指标、绩效等的压力，也需要学校和教育系统的人文关怀。一方面，幼儿园针对性、低门槛的数字化培训长期供给不足，但教育部门要求教师开展数字化教学和教育工作，使得教师无法提升数字素养，应用的困境始终难以得到有效纾解而产生焦虑。另一方面，教师工作考核评估机制过度倚重数据留痕与教学形式的数字化呈现，教师评价机制有待完善，迫使其在其中陷入无序竞争与被动应付，在不断扩大的工作边界和增大的工作强度中，最终催生出形式化倾向的异化<sup>[12]</sup>。此外，幼儿数据隐私与未成年人个人信息保护的制度规范供给不足，部分幼儿园缺乏针对幼儿个人信息采集、存储、使用与共享的明确操作指引，教师在拍摄活动照片、上传幼儿作品至家园共育平台、使用教学App记录成长档案时，不清楚哪些数据可以采集、须经何种授权、存储期限多长，稍有不慎便可能违反《未成年人保护法》《个人信息保护法》等法规，而部分数字工具默认收集过多，如面部识别、位置轨迹等信息。教师不具备数据脱敏与权限管理能力，园所亦未建立数据安全审查机制，致使教师在日常工作中因“不

知如何合规”而产生持续的紧张与回避等焦虑。数字化专业发展制度不健全，是制约教师数字素养提升的关键瓶颈<sup>[13]</sup>。数字化建设幼儿园课程中同样存在信息技术应用碎片化、实施路径不系统、保障机制缺位等现实困境<sup>[14]</sup>，教师缺乏在教学实践中试错、调整、成长的制度空间，数字教学的心理疏导与容错机制不足，教师只能在技术压力下被动前行，这种不完善的体系与机制加剧了教育工作的焦虑。

### 3.2.2 教育交往价值与数字化发展存在“深层冲突”

学前教育数字化的普及渗透，重构了传统教师的人际关系格局，教师需要被肯定自我职业价值和自我效能感需要。在传统教育场景中，教师是知识的权威来源，但智能App、动画片等数字载体让幼儿可以通过算法直接获取信息，“学灵伴读”等数字产品以多样角色介入保教实践，教师的“知识垄断”被技术打破，教师角色边界需重新界定。同时，家长对数字的信任有时超过对教师专业能力的尊重，教师的专业判断正在被系统的算法推荐和标准化课件“部分替代”，职业边界被技术无声侵蚀，进一步导致教师主导地位的旁落。部分家长和其他群体存在技术偏好、存在技术至上的片面倾向，这种价值取向迫使教师在真实互动与屏幕教学之间艰难平衡。当过分强调数字化的工具效率而贬低教育的情感劳动价值时，教师陷入明知过度依赖数字可能产生负面影响，却不得不为迎合期待而为之的困境。这种“现代化期待”与教育本真之间的价值观撕裂，是焦虑产生的深层原因。

## 4 幼儿教师数字焦虑的路径纾解

数字化普及渗透在学前教育领域，而随数字化发展产生的幼儿教师数字焦虑，急需得到纾解。这并非简单的心理调适问题，而是涉及个体、组织、社会三个层面相互交织的复杂议题，基于前文对数字焦虑样态呈现与成因剖析的讨论，可以为幼儿教师数字焦虑的纾解提出以下路径。

### 4.1 个体层面：从“被动适应”走向“主动驾驭”，提升教师数字素养

在数字化转型中幼儿教师群体的数字素养，存在显著的代际差异与个体差异。一方面，教师需要提升数字信息与技术的学习应用能力，以此缩小数字素养鸿沟。教龄、年龄与教师素养存在一定的相关性，这要求在提升教师素养时，可以采取构建学习群组、实行“分流分层”的策略<sup>[15]</sup>。基于此，教师应主动提升数字信息获取、数字技术应用等能力，缩小因年龄、经验差异导致的数字素养鸿沟，从“惧怕叠加工具”转向“掌握底层逻辑”，形成教师之间“青蓝结对”的互助形式。年轻教师反哺技术，资深教师传授教育直觉，在真实教学场景中攻克多平台融合的操作障碍，服务于教学流畅性，

而非成为教学干扰。另一方面,教师需要提升专业能教育教学和数字适用能力,强化教师的专业认同感,确保数字信息技术应用符合幼儿的身心发展规律和需求特点,将数字工具视为观察幼儿、捕捉兴趣的辅助手段,而非教学的唯一脚本。在备课和上课环节,教师应有意识地预留弹性化的空间,敢于在教学流程与幼儿教育现场反应发生冲突时,凭借专业经验和直觉摒除数字设备来回归真实互动。幼儿教师在不断挖掘信息技术的多元应用和提升专业能力与数字适用能力的协同发展中,实现了从“被动适应”走向“主动驾驭”,并在数字环境中确立自身的专业主体地位。

#### 4.2 组织层面:从“数字驱动”转向“人文赋能”,优化园所教育系统

为纾解幼儿教师数字焦虑,建设面向幼儿园教师群体的数字素养培训体系,是提升其数字化能力的有效途径。数字化素养空间,让教师群体之间从同事关系转化为双向赋能的同伴协作关系,帮助教师群体在攻克数字化教育教学障碍的过程中,循序掌握数字化信息技术和逐步建立信心。通过依托线上线下平台,建立“新手探索—熟练应用—创新引领”的分层学习共同体,针对不同发展阶段的教师,建立“低门槛、高频率、重实操”的差异化培训体系,针对老教师重点解决单一工具深度使用问题,针对新教师则引导多平台融合创新。同时,完善数字管理的支持体系和评估机制,明确屏幕互动的时长标准与时间、空间限制,划定了数字化工具使用的合理边界,设立数字教学“试错期”,允许教师在探索中暂时出现教学不流畅,减少因考核透明化引发的工作焦虑,教师能在规定范围内安心地做出专业判断,如2021年4月欧盟出台的《人工智能法案》,整体上对人工智能技术的发展与应用进行了系统全面规范<sup>[16]</sup>。建立科学的评价机制,设立专门的人员和部门负责监督和评估数字教育系统使用的合规性和应用标准性,从参与度、学习成果、应用效果等多个维度进行综合考量,引导教师关注数字化应用教育的价值而非数字化本身。尤为关键的是,强化幼儿数据隐私与未成年人信息保护,以此纾解教师因涉及隐私及数据合规不确定性而产生的焦虑。制定幼儿数据采集与使用的分级授权规范,明确活动影像、发展评估、健康数据等敏感信息的存储期限与访问权限,优先选用默认关闭非必要收集功能的“隐私保护型”教学工具,并为教师提供数据安全操作手册与应急处理流程。建立家长知情同意机制,任何涉及幼儿数据的采集与应用均需获得监护人明确授权,并赋予家长查阅、删除数据的权利,并将《未成年人保护法》《个人信息保护法》等法律法规纳入教师数字素养必修模块,通过案例研讨提升隐私风险防范能力。教师在制度规范、技术工具与伦理培训协同下,合规开展数字化教育教学,发挥数字技术的教育价值,而非因畏惧法律风险而产生新的焦虑。

#### 4.3 社会层面:从“数字崇拜”走向“价值共识”,重塑教师职业价值

数字化认知取向深刻影响着教师的职业体验与身份认同,需在更广阔的社会场域中重建幼儿教师数字化教育的价值共识。第一,教师应提升专业教学能力与数字应用能力中,把握教育话语权,明确主导权,维护专业权威,重建教育场域信任,通过家长学校、社区宣传等渠道,传递“技术只是媒介,教师才是灵魂”的观念,引导社会认识到幼儿教育的关键在于情感联结与生命互动。第二,教育行政部门应出台相应激励政策,推动数字素养培训常态化,因工作压力对幼儿教师数字素养具有显著的负向影响,而过重的工作负荷是压力源之一<sup>[17]</sup>,可通过专项经费支持、培训资源建设、职称评定引导等方式,将数字素养培训纳入教师专业发展的常规体系,为教师提供持续稳定的发展支持。第三,社会应强调教师情感交往,重视情感劳动价值,在数字化和算法的渗透下,人的核心价值与主体地位被简化为茫茫数据中的一串代码<sup>[18]</sup>。因此,社会媒体与教育政策应共同发声,摒弃对数字化的片面认知,深入挖掘数字时代下情感劳动的独特价值,只有当社会形成这一共识,让社会从“数字崇拜”走向“价值共识”,才能真正重塑教师的职业价值与尊严。

## 5 结语

数字化转型下的教育数字化,是数字与教育耦合发展共同催生的生态。幼儿教师数字焦虑,是个体内在心理和外在行为与系统生态变革之间张力的显现<sup>[19]</sup>。本研究通过对幼儿教师数字焦虑的多元表现样态、多方内外成因及多层纾解路径的系统考察,发现在其多维性与复杂性背后,幼儿教师数字焦虑本质上是教育数字化转型过程中“赋能本位”在教师群体的集中映照。未来研究可进一步深化,使数字化真正成为教育创新、减负增效的有力支撑,引导教师突破焦虑桎梏,适应和融入数字化教育转型,提升数字素养与职业幸福感。在数字赋能中实现教师个人发展、教育建设与社会进步的共振,为教育高质量发展和文化强国建设贡献力量,最终实现人文精神与科学技术的交融。

## 参考文献

- [1] 段世飞,杨秋菊.数智时代小学教师数字焦虑的表征、成因及其消解路径[J].集美大学学报(教育科学版),2025,26(6):1-10,31.
- [2] 陈东城.焦虑心理学[M].北京:中央编译出版社,2017.
- [3] 傅密.教育数字化转型背景下教师数字焦虑的内生形态、形成逻辑与纾解路径[J].电化教育研究,2025,46(12):49-55.

- [4] 付卫东, 卢春华. 教育数字化转型中乡村教师焦虑的形态、动因及消解路径[J]. 电化教育研究, 2023(10): 32-39.
- [5] 徐鹏. 人工智能时代的教师专业发展——访美国俄勒冈州立大学玛格丽特·尼斯教授[J]. 开放教育研究, 2019, 25(4): 4-9.
- [6] Sweller J. Element Interactivity and Intrinsic, Extraneous, and Germane Cognitive Load [J]. *Educational Psychology Review*, 2010, 22(2): 123-138.
- [7] 刘成新, 邹建梅. 教师信息化焦虑问题调查分析[J]. 电化教育研究, 2005, 26(5): 42-46.
- [8] 于慧, 于智. 中小学教师AI焦虑的样态、动因与纾解[J]. 教学与管理, 2025(28): 24-29.
- [9] 陈琳. 教学数字化转型中情感互动的隐忧与规避[J]. 教育与教学研究, 2024, 38(5): 42-54.
- [10] 张安富, 罗蓉, 王剑. 数智技术赋能下教育教学评估的设计与挑战[J]. 高教发展与评估, 2025, 41(2): 1-12, 129.
- [11] 丁春艳, 蔡迎旗, 占淑玮. 数字化背景下幼儿园教师角色转变的内在逻辑与现实路径[J]. 陕西学前师范学院学报, 2025, 41(5): 58-66.
- [12] 陈晓前, 闵兰斌. 生成式人工智能赋能幼儿园教师专业发展: 价值、风险与对策[J]. 教师教育研究, 2025, 37(4): 33-39.
- [13] 王声平, 许佳妍, 沈皇金音. 幼儿园教师数字素养现状的调查研究及优化路径[J]. 内蒙古师范大学学报(教育科学版), 2025, 38(3): 67-88.
- [14] 杨优优. 数字赋能幼儿园课程生长: 价值意蕴、实践路径与保障机制[J]. 江苏教育研究, 2025(8): 88-91.
- [15] 万超, 冯璐, 卢阳. 幼儿教师信息素养现状及影响因素实证分析——以沈阳市为例[J]. 沈阳大学学报(社会科学版), 2018, 20(3): 261-267.
- [16] 宋黎磊, 陈悦. “去风险”视域下欧盟人工智能战略的推进及影响——以《人工智能法案》为例[J]. 战略决策研究, 2024, 15(4): 72-90, 134-135.
- [17] 蔡红梅, 王茜. 西部地区幼儿园教师工作压力对数字素养的影响机制研究[J]. 重庆师范大学学报(社会科学版), 2024, 44(4): 36-48.
- [18] Li J, Zhang G, Deng X, et al. Innovation and Optimization Logic of Grassroots Digital Governance in China under Digital Empowerment and Digital Sustainability [J]. *Sustainability*, 2022, 14(24): 16470-16470.
- [19] 马妍婷, 王芳. 数智时代教师数字焦虑的现实样态、生成机理与纾解之道[J]. 教育观察, 2025, 14(36): 118-121.

# The Manifestation Presentation, Cause Analysis, and Path Relief of Digital Anxiety Among Preschool Teachers in the Digital Context

Hong Shuwen Li Jing

*Huzhou Normal University, Huzhou*

**Abstract:** During the comprehensive advancement of digitalization, new-generation information technologies are constantly deepening and innovating, and they are widely applied in the field of education. In early childhood education, preschool teachers are gradually facing professional pressures and confusion caused by the intervention of digitalization in education, resulting in the phenomenon of “digital anxiety”, which has become an increasingly prominent issue of digital anxiety among preschool teachers. Currently, digital anxiety among preschool teachers presents diverse manifestations at the cognitive, emotional, and behavioral levels, including adaptive anxiety, developmental anxiety, applicable anxiety, ambiguous anxiety, value-based anxiety, dependent anxiety, standardized anxiety, and mature anxiety. The internal and external causes of “ability gap”, “identity crisis”, “insufficient institutional supply”, and “deep conflicts” are analyzed, and targeted relief paths are proposed at the individual, organizational, and social levels, such as moving from “passive adaptation” to “active control”, from “digital drive” to “humanistic empowerment”, and from “digital worship” to “value consensus”. These can help preschool teachers adapt to the trend of digital education more quickly and actively integrate into the transformation of digital education, enhance the digital literacy and professional happiness of preschool teachers, and thereby achieve the integration of humanistic spirit and scientific technology in education.

**Key words:** Early childhood educators; Digital anxiety; Digitalization; Digital transformation