

# 辅导员职业倦怠研究现状与展望

## ——基于 CNKI 核心期刊文献研究

黄俊锋<sup>1</sup> 魏锡坤<sup>2</sup> 林汉斌<sup>1</sup> 尹荣欣<sup>2</sup>

1. 顺德职业技术学院学生工作部, 佛山;

2. 顺德职业技术学院设计学院, 佛山

**摘要** | 以知网 (CNKI) 的核心期刊为样本, 收集和整理辅导员职业倦怠的文献, 发现辅导员职业倦怠的研究情况有视角较单一、方法欠丰富、理论缺深入的现状。未来可以从拓展研究视角和丰富研究方法来加强辅导员职业倦怠的研究。

**关键词** | 辅导员; 职业倦怠; 实证研究

Copyright © 2021 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/>



辅导员是高校教师队伍中的重要组成部分, 是开展大学生思想政治教育的骨干力量, 也是高校学生日常思想政治教育和管理工作的组织者、实施者和指导者。辅导员因其职业特点和工作性质, 常被认为是一项高强度、高压力的职业, 也被认为是职业倦怠的易感人群<sup>[1, 2]</sup>。研究辅导员职业倦怠, 对推进辅导员职业化、专业化的建设有重要的理论价值和现实意义。本文将对近 15 年以辅导员职业倦怠为主题的论文进行整理和总结, 展示辅导员职业倦怠研究的现状, 对未来相关研究提出展望。

## 1 研究数据来源

通过知网 (CNKI) 的主题词搜索可以发现, 关于辅导员职业倦怠的文献有 1000 余篇。由于相关论文数量较多, 且各类学术期刊质量不一, 不利于分析, 因此选取来源于《中文核心期刊要目总览》和《中

项目基金: 本研究受 2019 年度广东省哲学社会科学“十三五”规划一般项目《“后真相时代”大学生网络意识形态安全教育导控研究》(编号: GD19CMK07), 佛山市顺德区哲学社会科学规划项目《“后真相”时代青年网络意识形态安全导控研究》课题编号: 2019-BZZ20, 顺德职业技术学院 2019 年度宣传思想工作重点项目《“后真相”时代青年网络意识形态安全导控研究》资助。

通讯作者: 黄俊锋, 发展与教育心理学硕士, 助教。

文章引用: 黄俊锋, 魏锡坤, 林汉斌, 等. 辅导员职业倦怠研究现状与展望——基于 CNKI 核心期刊文献研究 [J]. 中国心理学前沿, 2021, 3 (6): 645-649.

<https://doi.org/10.35534/pc.0306077>

文社会科学引文索引》的期刊论文作为检索对象<sup>①</sup>，以主题为“辅导员职业倦怠”或“辅导员工作倦怠”或“辅导员职业枯竭”，或以关键词为“辅导员”且有“职业倦怠”或“工作倦怠”或“职业枯竭”进行检索，符合检索条件的论文作为研究对象，合计文献 116 篇。

## 2 文献分布情况

### 2.1 年代分布

早在 2006 年，就有学者开始注意到了辅导员职业倦怠的问题。在随后的 5 年，辅导员职业倦怠迅速受到了研究者的关注。2012 年到 2016 年期间，辅导员职业倦怠的研究处于平稳发展阶段。2017 年开始，辅导员职业倦怠的研究热度呈明显下降趋势。详见图 1。

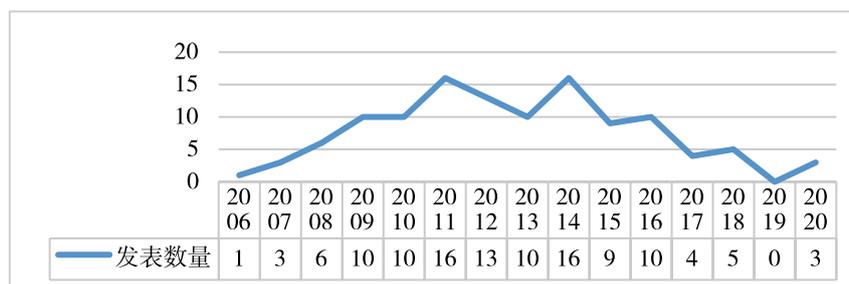


图 1 以辅导员职业倦怠为主题的论文在核心期刊上的发表年份分布

Figure 1 Year of Publication on research of college advisors' job burnout

### 2.2 期刊分布

根据核心期刊的分类，关于辅导员职业倦怠的核心论文在不同类型期刊上的分布如图 2。其中，有 91 篇（78.4%）的研究论文是发表在教育学期刊上，且多发表在思想政治教育类期刊上。在综合性社科类、社会学类和医学类等核心期刊上也有少量的研究发表。职业倦怠作为一个心理学概念，心理学期刊发表量仅占 3.4%。

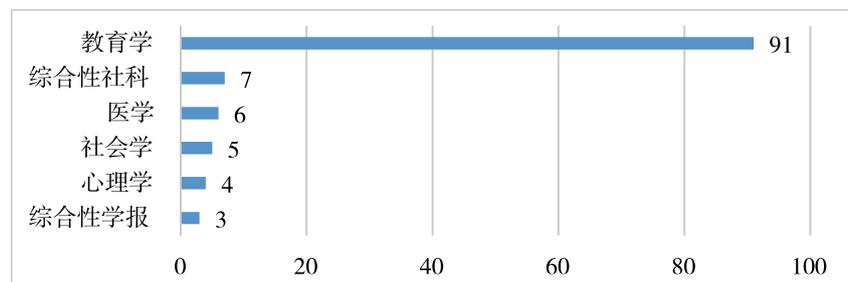


图 2 以辅导员职业倦怠主题的论文在不同类型的核心期刊上的分布

Figure 2 Subject of Publication on research of college advisors' job burnout

① 简称“北大核心（PKU）”和“南大核心（CSSCI）”期刊，本文为了表达方便，属两者来源的期刊论文合称为核心论文

## 2.3 研究类型

116篇核心期刊文献中,思辨类论文有80篇,占69.0%,实证类论文有36篇,占31%。进一步探索可以发现,思辨类论文中,研究者更多会通过经验总结而非理论分析的方法进行研究。实证类论文中,几乎所有研究者都会倾向选择问卷法进行研究。见表1。

表1 以辅导员职业倦怠为主题的核心论文其研究方法分布

Table 1 Method Adapting in research of college advisors' job burnout

研究方法	数量
思辨	80
经验总结	66
理论分析	14
实证	36
文献计量	1
问卷法	34
追踪干预	1

## 2.4 研究内容

纵览116篇关于辅导员职业倦怠的核心论文,可以发现其研究内容集中在现状探究和对策思考两个方面。

第一,现状探究。关于辅导员职业倦怠的现状研究,一般分为思辨总结和问卷调查两种方式研究。无论是通过思辨总结还是问卷调查,研究者都发现,辅导员会经常感觉到职业倦怠,其具体表现有(1)情绪衰竭,幸福感较低,(2)人格解体,人际关系紧张,(3)低成就感,工作效能降低<sup>[3-5]</sup>。他们认为职业倦怠需要得到重视,否则辅导员的身心健康会被侵害。王玉花等人<sup>[6]</sup>的研究支持了此观点,他们通过问卷调查发现了减少辅导员职业倦怠,将有助于提升辅导员的心理健康水平。同样地,郭佩佩,高凯和叶俊<sup>[7]</sup>的研究结果也发现了这一点。

第二,对策思考。缓解辅导员职业倦怠成了研究者关心的议题,大部分研究者都从辅导员的政策层面做出了分析建议,如王永坤<sup>[8]</sup>认为减少辅导员的职业倦怠应当从行政上着手干预,如对辅导员的角色进行明确定位、改善和提高辅导员的待遇、打通辅导员的晋升渠道等。也有部分研究者从辅导员的心理层面着手提出缓解思路,如轩希等人<sup>[9]</sup>组织设计了为期四次,每次1.5—2个小时的舞动治疗团体对辅导员职业倦怠进行干预,结果发现舞动治疗团体能缓解辅导员职业倦怠,其具体表现在有效降低情绪耗竭,有效提升辅导员的成就感。

## 3 研究现状思考

对相关文献进行上述计量分析后可以发现,当前辅导员职业倦怠的研究情况有视角较单一、方法欠丰富、理论缺深入现状。

### 3.1 研究视角较为单一

关于辅导员职业倦怠的研究集中在教育学领域,因此导致研究视角不够丰富。虽然辅导员职业倦怠

与行政政策息息相关,但由于种种现实考量,相关政策的推动和落实仍然需要时间,只从教育行政的角度难以高效地降低辅导员的职业倦怠感。

思想政治教育是具有教育学和社会科学双重属性的,开展相关研究不仅可以立足教育学角度,也可以尝试从社会科学角度切入<sup>[10]</sup>。职业倦怠的研究就是发轫于心理学领域,也在心理学领域不断积累影响力,吸引更多领域的研究者参与进来,在管理学和人类学中也得到了广泛的研究,积累了大量研究成果。辅导员职业倦怠的研究可以适当转向心理学的视角,就减轻辅导员职业倦怠的心理路径上开展干预研究,以弥补行政干预相对的滞后性。

### 3.2 研究方法不够丰富

由于辅导员职业倦怠是一个具有鲜明工作实务的研究主题,所以相关更多是立足于实务层面的经验总结或者现状调研,这导致了辅导员职业倦怠的研究方法相对单一。理论思辨是辅导员职业倦怠的研究者最常用的方法,其中多以工作经验总结为主,难以得出普遍性结论和干预思路。实证研究方法不受研究者青睐,这导致了数据驱动的研究较少,不利于辅导员职业倦怠研究的长期发展。

### 3.3 理论研究不够深入

虽然职业倦怠的研究在国外积累颇丰,但辅导员是一个具有中国特色的职业。国外的理论对辅导员职业倦怠可能存在“移植”的困境,不能良好的解释我国辅导员职业倦怠的现象。以 Maslach 职业倦怠理论为例,该理论认为职业倦怠由三部分组成,分别是情感枯竭(没有工作活力和热情,常感到疲劳)、去人格化(对工作和工作对象采取冷漠忽视的态度)、低成就感(认为该工作不能发挥自身的才能)。但通过观察辅导员日常工作可以发现,辅导员的“工作—家庭”平衡可能也是他们职业倦怠感的重要组成部分。此外,影响辅导员职业倦怠的因素,职业倦怠对辅导员身心健康的作用机制,都是当前理论研究需要关注的议题。

## 4 未来研究展望

2017年后,辅导员职业倦怠的研究就陷入了停滞不前的困境,这可能是由于研究视角的局限、研究方法的欠缺和理论研究的薄弱所导致的。未来相关研究可以从拓展研究视角和丰富研究方法两个方面进行加强。

### 4.1 拓宽研究视角

其实,职业倦怠是一个跨学科的概念。辅导员职业倦怠在以往的研究中更多属于教育学的范畴,但辅导员职业倦怠此现象涉及了诸多学科,如心理学、管理学、社会学、人类学等。未来研究可以采取学科交叉的视角入手将会提升辅导员职业倦怠研究的数量和质量,如以心理咨询为出发点,研究正念训练对辅导员职业倦怠的影响和干预效果等;如以更新辅导员工作的管理模式为出发点,提升实际工作效率,促进辅导员职业倦怠的降低等。

### 4.2 丰富研究方法

随着大数据时代的来临,数据驱动的研究的作用更加凸显。当前辅导员职业倦怠研究的数据收集更多是

以单次问卷调查所得,相关实证研究也多横断分析为主,缺少纵向追踪,这不利于辅导员职业倦怠的影响因素和发生机制的研究。未来研究可以尝试使用追踪研究开展,丰富数据的来源;也可以尝试使用经验取样法(experience sampling method)从日常生活中的不同时刻收集数据,让辅导员职业倦怠的数据更加生活化和即时化,提升实证研究和数据驱动研究的质量,也有助于探索本土背景下辅导员职业倦怠的理论模型。

## 参考文献

- [1] 饶红,倪洁.从“职业倦怠”谈高校辅导员的心理健康[J].华东理工大学学报(社会科学版),2009(1):118-121.
- [2] 杨清刚,郑祥福.高校教师“去倦怠”研究——以辅导员为例[J].江淮论坛,2012(2):189-191.
- [3] 蒋丽琳,覃干超.高校辅导员职业倦怠的现状调查与分析[J].教育与职业,2008(32):62-64.
- [4] 邹群,田铁杰.高校辅导员职业倦怠的现状分析与对策建议[J].教育科学,2012(1):71-74.
- [5] 黄丽娟,汪勇.高校辅导员职业倦怠表现、成因及对策探析[J].广西社会科学,2018(1):217-220.
- [6] 王玉花,赵阿勤,胡灵佳,等.北方高校辅导员职业倦怠与心理健康的关系[J].中国健康教育,2016(7):626-628.
- [7] 郭佩佩,高凯,叶俊.上海市高校辅导员职业倦怠与心理健康现状及相关性分析[J].中国职业医学,2020,47(6):676-680.
- [8] 王永坤.高校辅导员职业倦怠的影响因素与应对策略[J].教育评论,2015(9):107-110.
- [9] 轩希,徐晟,陈瀛,等.舞动治疗对高校辅导员职业倦怠的干预研究[J].心理与行为研究,2016(5):697-700.
- [10] 余双好.思想政治教育的科学研究现状、特点及发展趋势探析[J].思想政治教育,2009(10):83-89.

## Current Status and Future Direction of Research of College Advisors' Job burnout

Huang Junfeng<sup>1</sup> Wei Xinkun<sup>2</sup> Lin Hanbin<sup>1</sup> Yin Rongxin<sup>2</sup>

1. Division of Student Affairs, Shunde Polytechnic, Foshan;

2. School of Design, Shunde Polytechnic, Foshan

**Abstract:** Based on the key journals of CNKI data pool, we reviewed the current status of research of college advisors' job burnout and concluded that related research is lack of multi-perspective such as monotonous method adaption and theoretical approach. In future, researcher could study college advisors' job burnout from different perspective and use novel method like experience sampling method.

**Key words:** College advisors; Job burnout; Empirical research