

香港中小學教師職業為何變得厭惡性

1. 導論

什麼是厭惡性職業呢？根據規劃署《公眾衛生及市政條例》第48條的規定，當局如認為任何行業、業務、加工業或製造業，引致產生具厭惡性或有臭氣或塵埃，或因其他原因而具有厭惡性或損害性，或涉及屠宰動物或禽鳥，例如毛皮加工、加工處理魚糧、製煉皮革、加工處理魚翅等，均可藉憲報刊登的公告，宣布其為厭惡性行業。

由此看來，中小學教師職業在香港本來並不應歸於此類。可是，近年都市人的精神健康狀態每況越下，相關的社會問題亦日趨嚴重而被受關注。因此，厭惡性職業的定義應被更新為「任何對從業員的日常生活，包括社交生活、精神心理健康，帶來嚴重的負面影響，或引致災難性想法的工作」。本文將會由自殺數字、精神心理健康評估及流失率等客觀指標入手，探討現今香港中小學教師職業的厭惡性傾向和其主要成因，以及金融海瀾的影響。

2. 教師自殺個案

今年教育界的悲劇接二連三地發生：不足兩個月內有三宗教師跳樓自盡個案。記得在06年初時兩名中小學老師先後自殺後，當時的教育統籌局常任秘書長羅范椒芬曾被記者問及是否與教改有關，她回答說：「根本上教改咁多學校都做，如果係（教改），點解淨係兩位老師（自殺）呢？如果你認為係教改形成的話。」從統計學以及精神病學上，她的回答本來都是無懈可擊的。平心而論，如果單從統計學去分析，兩名教師的自殺不足以與教改拉上關連；而精神病學會告訴你，九成多自殺成功的人，背後都是因為抑鬱病，而基因因素可能比環境因素有著更重要的影響。

然而，中大精神科教授李誠的最新調查則發現，教師壓力主要來自教改，感情及家庭影響反而甚微，而他們的自殺指標比常人高3倍，與4年的調查比較，情況並無改善。李醫生呼籲當局正視問題，「因為調查數據顯示，每當1名教師自殺身亡，即意味着有30名教師嘗試過自殺，另有數以百計教師泛起過自殺念頭！」

近年教師自殺死亡事件簿

日期	事件
08/11/20	4 2 歲女教師陳瑞娟疑因受情緒及家庭問題困擾，在海怡半島寓所跳樓身亡
08/11/15	2 6 歲男教師梁慶旭疑因感情問題，到柴灣杏翠苑女友家籬煲不成，跳樓喪命
08/10/03	2 4 歲小學女教師梁翠玲疑因工作壓力，在深水埗任教學學校跳樓身亡
07/04/24	4 5 歲中學男教師疑難抵工作壓力，在沙田第一城住所燒炭死亡
06/04/03	3 2 歲中學女教師何淑英疑憂心語文基準試成績，從青衣海欣花園跳樓斃命
06/01/07	4 2 歲小學男教師余其昌因工作壓力，在大埔太湖花園跳樓身亡
06/01/04	5 4 歲中學男教師林幸康疑為工作壓力，從荃灣城市廣場住所跳下不治

當中不難發現教師自殺個案數字上升，而且有年輕化的趨勢。最近三宗個案，不能肯定的是教師的個別輕生原因，有的說是工作壓力、有說「情關闖不過」、有說「疑涉婚姻問題」、亦有說「教學指標變精神困擾」。前教統局局長李國章曾說：「一個人自殺總有很多理由，工作亦受很多因素影響……無人可以百分百肯定兩個教師單純因為工作壓力而自殺，人死了無得追問，大家糾纏這個問題無意思。」但可以肯定的是三位老師都活得不開心，都處於一個備受困擾的精神狀態，在沒有被恰當保護的苦海中浮沉。

美國的「自殺學協會」研究自殺行為多年，找出了防止自殺的兩大保護網：環境及個人保護因素，前者包括社會資源及機構支援的可得性；後者指個人的應變能力、對機構的歸屬感及主宰生活的能力等。

本地教育界可有提供足夠的環境保護網？社會資源投放得足以令教師安心教學嗎？學校提供給教師的支援足夠嗎？答案恐怕都是否定的。特區政府辦教育，用了營商哲學，教改推行如一盤生意。要基準、講增值指標、量化自評和外評、設定「家長受歡迎指數」，一間學校的生存價值，被一大堆數字扭曲得偏離正軌；教師營營役役，就是為了達所有的標、為了應付教育局不斷對數字的苛索。校董監察校長、校長鞭策教師，學校已成為殺戮戰場，加上殺校危機，教育大氣候長期處於嚴冬或酷熱中，教師又哪有喘息空間？更遑論保護網。

3. 教師精神心理健康評估

全人教育基金在06年1月至今年8月間以問卷訪問了852名香港中小學教師，了解其精神心理健康情況。有關問卷分別要求教師就整體生活的滿意度作自我評價，又通過多條問題分別了解其抑鬱、焦慮及壓力指數，再作綜合參考，以衡量其精神心理狀態。結果顯示有達23%教師出現精神心理困擾，另外有52%雖未有嚴重問題出現，但亦處於容易發展成問題的「亞健康」狀態，餘下全港僅得四分之一老師屬於精神健康。

無病不代表健康。造成「亞健康」的主因是工作過勞和生活方式劇變，正正是前線教師面對的困境。「亞健康」較真正患病更危險，因為它是一個灰色地帶，徘徊於健康與患病之中，人們傾向忽略自己這種狀況，當身體的免疫系統減弱時，病菌便乘虛而入，一發不可收拾。

「全人發展中心」臨床心理學家翁婉雯表示，若教師有精神心理困擾，往往會發展成抑鬱、焦慮、擔心等狀態，會產生睡不着或早醒等症狀，更嚴重的甚至會有自殺的念頭，後果非常嚴重，有關老師應及早求醫及求助，「若發展成抑鬱症便會太遲；全世界患抑鬱症的病人，有15%死於自殺。」

若針對生活滿意度一項，調查亦顯示香港教師情況並不樂觀，有近3成人表明對生活不滿，覺得滿意的不足4成。是次調查亦就教師的抑鬱、焦慮、壓力指數，與過往研究中一般白領及整體市民有關指數作出比較，教師情況均較為嚴重，其中焦慮指數為8.5，明顯高於白領的7.1及香港市民的6.5。

每年總有不少新人滿腔熱誠地加入教師行列，但未到學期末抱着絕望心情離開教育界的又有多少？據教育局官方統計，十年來教師流失率逐年遞升，從十年前的百分之三，遞升至現時百分之九。剛過去的零七至零八學年，便有二千人以上對教育界感到絕望而離開。「不能承受熱度的，我抱歉地說，他們需要離開這個廚房。」前教育統籌局常任秘書長羅范椒芬說。或者總會有能承受的人，但是這樣的高溫真的有必要嗎？把教育界不斷升溫的又是什麼呢？以下筆者將會由「高壓力下工作」、「工作時間過長」及「公眾形象低落」等三項主要因素探討為何現今香港中小學教師職業變得厭惡性。

4. 高壓力下工作

現時不少學校迫着老師積極取進、自我完善，也許滿以為是為了大家好，把教師團隊鍛煉成教學機器，猛往學生的小嘴巴灌考試的硬材料，務必令公開試成績捷陣。縮班殺校潮未止，行政工作又沒完沒了，令教師壓力大增，變成「壓力煲」。

香港中文大學亞太研究所於七月就「香港中小學教師工作壓力與經常焦慮症調查」，訪問約二千一百名全職中小學教師。調查發現，近九成受訪者表示對現時自己的教師工作感到頗大壓力，其中七成八認為壓力來自學校的教學評核；因照顧學生的情緒及行為問題而承受壓力有七成四，另有認為平日的教學工作和新高中課程的校本評核亦是壓力來源，各佔六成九。不過最令人擔心的是，約一成三受訪教師患上經常焦慮症（GAD），當中九成八表示在過去六個月經常感到疲勞、八成九失眠及睡眠質素差，另有八成七和八成四感到肌肉繃緊及易發脾氣。患者中約三成要利用藥物減壓，包括服用鎮靜劑和安眠藥，嚴重影響工作表現。

「比例高，很震驚。」中大精神科教授李誠指出教育界病發率高，而且潛藏患病人數眾多，如按全港有53357名中小學教師推算，現時有7000名在職教師患「經常焦慮症」，即這批老師可能同樣有失眠、難以集中精神等徵狀，長遠影響教學質素。而近年殺校浪潮、教改政策令教師無所適從，導致他們壓力大增。「今次調查數據與4年前相比有輕微上升，教育局應明確教師是以教學工作為重，不可單以校本評核釐定他們的表現，因而承受額外的行政工作。」

香港教育專業人員協會（教協）理事區伯權指出，不少學校在9月、10月公布教師周年評估報告，曾有老師反映接獲有關報告後壓力增加且心情低落。他警告，教育界對待精神病的態度非常保守，七成患病教師都諱疾忌醫。教師恐公開病情會嚇壞學生，甚至被校方辭退，於是默默獨自面對，令病情更易惡化。

「無可否認，教改係帶來特別多工作，亦帶來特別多壓力。如果教師唔可以接受呢啲挑戰，我地有提早退休計劃。」前教統局局長李國章說。教育局為協助教師解決工作壓力而設立的教師陽光專線，自06年1月成立至今年10月底，共接獲1984個求助，主要涉及人事管理、學校行政、私人問題等。

教協副會長黃克廉指，教改給教師帶來大量額外行政工作及評核試，已過度虛耗教師精力，雖然教育局有設立輔導熱線，「但教育局的政策正是教學壓力的來源，教師怎會打去求助？怎會得到真正的渲泄？」

教協會長張文光認為，教改是教師壓力的主要來源，如外評、自評及校本評核校為教師帶來沉重負擔，另外照顧學生情緒及行為問題同樣增加工作量。他預計隨着教學語言政策改革，更多中學會改以英語授課，令非英文科教師為達要求而報考英文試，壓力急升。（一般而言語文教師的課業較繁重，手握基準後轉職亦較有議價能力，故面對校方高層的無理要求還可斷然說「不」。至於一些市場競爭力較低，如任教數學、常識等科的教師只能任由校方高層肆意魚肉，直把他們往死裏推。）加上縮班殺校問題已蔓延至中學，令學界出現惡性競爭，教師被迫虛耗精神為學校宣傳，因而要求局方盡快解決縮班殺校問題、落實中學小班教學。

表一：不同教師工作壓力的平均分及標準差

	平均分 (mean)*	標準差 (standard deviation)
自評外評	78.36	16.851
照顧學生的情緒及行為問題	74.44	16.194
平日的教學工作	69.04	16.207
新高中課程的校本評核	68.49	21.560
學校之間的競爭壓力	67.12	23.135
縮班殺校危機	64.80	30.222
語文基準試評核要求	63.61	29.166

* 由0分至100分，0分代表壓力最低，100分代表壓力最高，評分愈高表示壓力愈大。

表二：「經常焦慮症」與不同教師工作壓力的相關分析（相關係數）

教師工作的壓力評分	可能患有「經常焦慮症」
教師工作的整體壓力	0.247
平日的教學工作	0.176
照顧學生的情緒及行為問題	0.170
學校之間的競爭壓力	0.140
新高中課程的校本評核	0.137
自評外評	0.134
語文基準試評核要求	0.117
縮班殺校危機	0.091

5. 工作時間過長

近年教師的工時愈來愈長，但精力都用於處理行政工作，反而照顧學生的時間愈見不足。一位任教於大埔知名小學的前線教師，她日常的「行政工作」如下：早上，她必須七時正回校化身為衛生督導員，巡視一樓至六樓所有洗手間；午飯時，長期胃痛的她需要充當保母，服侍三十多位剛從課堂抑壓中鬆弛下來、吵作一團的「貴賓」們用膳；下課後，已是頭昏腦脹的她就化身為客戶服務主任，即使面對投訴文化盛行下的刁蠻家長，仍須保持適當微笑；好不容易迎來暑假，學校也會「貼心」安排，強迫她充當導遊帶領各種各樣的交流團，不但沒有超時工資，更要自掏腰包購買來回機票……

繁重頻密的課節是最為常見的情形。由於老師短缺，在學校（尤其是小學）老師每周至少都必須擔任二十四節以上的授課時節，每節課約是三十五分鐘至四十五分鐘。雖然內容上基本相同，但每班至少都有二十五名學生。並非個個學生都那麼靜乖。「學級崩壞」是代表日本教育問題的詞彙之一。根據日本文部科學省的定義為學生在不服從老師的狀況下，老師做不到職業責任，在一定的期間內不能維持教學的狀態。老師除了要教好課外，還要絞盡腦汁，想出應付那些調皮搗蛋、不喜聽課的學生的策略。學校還委以「當某班班主任」的重任，當班主任所耗費的心血和精神，是無法用時間去計算的。

如今教學改革，大講創意，有許多學校在教學上只有大致上要共同遵守的教學大綱，放手讓老師在教學形式、技巧上作個人的創意發揮。負責任的老師為了取得較好的教學效果，在做某一個單元的教學計劃時，往往花費大量的精力和時間。從購買有關的參考書、做出教案、內容設計、電腦打字、效果估計等，這些準備功夫並不簡單，有點像奧運開幕式一樣，觀眾只看到場面的精采，卻看不到幕後無名英雄的辛苦付出。

有些權力在校長、副校長之下的個別行政人員，罔顧老師已承受不住的課時壓力，沒有商量餘地分派大量行政工作給老師，行政工作不勝負荷。「你們別貪得無厭！政府不是花了幾十億讓學校聘請教學助理，減輕教師壓力嗎？」表面上教學人員增加了，但受惠的，實際上只是那些月入四萬、連中文輸入法也不懂的主任們，協助他們處理「繁重」的文書工作而已。

在現時教學制度下，學校竟要兼顧社區中心及家長的服務中心之功能，下課後不停地來電，老師們要聽各種投訴，投訴的內容大半是孩子之間的小小問題，根本不應該由大人介入的，不過老師也要以顧客第一的態度來接待家長，所以他們只好忍耐地聽，甚至弄得沒有時間去準備教課。除了照顧自己的班之外，還要照顧年輕老師，因為他們大多是畢業後便當老師，社會上的經驗也不足，受不了壓力，學級崩潰之前，他們的精神便已經崩潰。

另一個更為可悲的問題是，日校老師的教學表現並不能主宰其晉升機會。晉升機會反而是先看老師年資，再看其對課外活動及學校行政的參與度。結果傑出教師要被逼從事行政工作，才能提升薪酬待遇，改善生活質素。

推行小班教學無疑可令教師更全面地兼顧每位學生，然而要減低教師壓力，提升教學質素，香港必須和台灣、馬來西亞等地看齊，把教師的課節上限定於二十四節以下，並明確界定教學範疇，讓教師們專注於教與學，而不是洗手間是否清潔等不知所謂的工作。這些不是教育局投資幾多億所能取代的。

6. 公眾形象低落

最新一期的《教協報》指出，教協近日接到多名教師就「女教師」色情照的投訴。不少老師發現，在Google及Yahoo等常用搜尋網站，以「女教師」為名的大量淫褻及不雅相片，長期佔據了圖片搜尋排行榜首10位，而由於相片都為虛假的女教師，又多以課室為背景進行裸露及性愛，部分更涉及被塑造為師生的做愛場面。張文光指，網站將該等色情照片歸類為「女教師」刻意將其色情化和淫褻化，嚴重傷害數以萬計女教師的心靈和形象，不能容忍。

女教師協會顧問兼淫褻物品審裁處委員張民炳表示，「女教師」色情照泛濫出現日子不短，過往協會已多次收到老師投訴，指對此非常反感。色情照高據搜尋結果的前列位置，市民及青少年容易接觸，更加劇其打擊教師形象的破壞力，「差唔多一click就見到，但那些色情照多是來自日本成人電影，與香港女教師完全無關，簡直是對香港教育專業的侮辱。」

今年發生多宗涉及教師與師生戀的性醜聞，「為人師表」的教師形象和聲譽大大蒙污，使不少為人父母者減低對老師的信任，令社會對師德的關注升溫。這類案件和一般強暴案不同，男女雙方幾乎都有師生關係，性行為在女方也幾乎是在同意和接受的情況下發生的，而涉案男方並非什麼「屋邨色魔」或歹徒，而是頭上戴着無形「為人師表」光環的教師。不少教育界人士多次提倡，成立近似律師、醫生公會的組織，為教師操守把關，但一直只聞樓梯響。

教育人員專業操守議會上次召開大會，討論是否在教師專業守則中加入有關師生戀的規定。主席余惠冰表示，修改教師守則須經過全港教師的諮詢及決議，難以一朝一夕完成。其實目前守則已有相關條文，如「尊重法律及社會接受的行為準則」一項，因此他們計畫在短期內通過傳媒，詮釋與師生關係有關的原則，提醒教師對個人操守的關注。

操守議會於06年中至08年4月接獲99宗有關教師失德行為的投訴，當中僅1宗成立，成功率約1%。教育工作者聯會主席黃均瑜則批評，操守議會多年來角色模糊及過分被動，過去發生多宗教師風化案、專業失德，操守議會亦無動於中，就連發表聲明及回應也欠奉。操守議會促請政府盡早成立教學專業議會（GTC），建立教師專業形象，長遠對確立教師專業有重要的正面作用。不過，近年教師參與操守議會事務的投入不高，因此專業議會須得到教師團隊及公眾的認同為基礎，到時自然水到渠成。

7 · 金融海嘯的影響

美國金融海嘯自9月爆發以來，危機逐漸擴散影響全球。近期裁員之聲此起彼落，各行各業人人自危。雖然最新公布的失業率只溫和攀升0.1個百分點，為3.5%，但統計數字並未反映金融海嘯的全貌，一方面是因為數字滯後於形勢，另一方面，目前仍然是金融海嘯爆發期，隨着全球金融危機蔓延，影響將陸續浮現。

「中產失業人士可以考慮去教書。」前教育統籌局常任秘書長羅羅范椒芬的失言，或多或少都反映了香港大眾市民仍然以為香港教師屬於中產階層。現時多數社會人士對教師的印象，仍停留於上世紀「薪高、糧準、假期多」的標準。這句話也許適用二十年前的香港，然而卻與新一代的教師無緣。教師往往將每月固定薪金的八成花在樓宇租金，再加上其他七葷八素的固定開支如子女教育費等。

全人發展中心顧問黃重光醫生表示，金融海嘯發生後，教師將面對更多壓力，包括家庭經濟出現危機、減薪、拖欠債務及面臨被裁的壓力。教師在工作、生活及情緒方面，受職業規範飽受壓力，但因為文化包袱及自尊心作祟，而傾向把情緒問題留給自己解決，因而延誤尋找專業輔導的機會而把問題惡化。現今年輕教師又缺乏心理培訓，難免不夠「硬淨」，他預料教師患有精神病及自殺的個案將會大大增加。

相對於其他行業，教育界在一片裁員潮之中，影響可能較少。經驗得知，每逢遇上經濟不景氣時，便會有更多人願意投身教育行業，因此，現在反而是有利時機吸納各式各樣的人才。不過在這般環境下聘請教師，有優點也有缺點。優點是更多擁有其他工作經驗、經歷過社會的急速變化、較能掌握社會脈搏的人才加入教育界。教師的見識，是無形的資產，有助開闊學生的視野，豐富學校的文化；缺點是他們當中有部分可能未必打算長期留在教育界發展，「教書」只是權宜之計，待經濟轉佳，他們或會離開。

8. 結語

長時間在高壓力下工作，加上公眾形象持續向下，使香港中小學教師的身心狀態及團隊士氣經常處於負增長，與厭惡性工作無異。金融海嘯不但令很多不明白教學現實的外行人在準備不足的情況下入行，也使熱誠盡失的教師因經濟環境被迫繼續留下受苦。

「別入職！」是不少經驗豐富的前輩給予的衷心忠告。可是，對於那些雙腳早已踏進泥沼的準教師來說，當然不希望多年來的青春和努力付諸流水，唯有及時裝備自己、提升競爭力及堅強信心。每當感到壓力時，總要想到教學工作不是單打獨鬥，而是整體教師、校長之間的合作和同工互相鼓勵與支持。

9. 參考書目：

1. Thody, Angela (2007) 成功教師的教育策略 (第1版) 北京：北京師範大學出版社，楊秀治，謝艷紅譯
2. Brock B. L. & Grady M. L. (2008) 重燃火焰：校長如何幫助教師擺脫職業倦怠 (第1版) 北京：中國輕工業出版社，劉曉明，孫文影譯
3. 王以仁, 陳芳玲, 林本喬 (2005) 教師心理衛生 (第2版) 台北市：心理出版社有限公司
4. 單小琳 (1997) 老師家長別生氣 (第1版) 臺北市：聯經出版事業公司

10. 參考剪報：

報章	日期	標題
am730	08年12月8日	Good Education BAD Education 由體罰說起
星島日報	08年12月5日	沒有可能的同台較量
文匯報	08年12月3日	委身教育 重在熱誠
明報	08年12月1日	教院推課程助教師抗逆
蘋果日報	08年11月25日	探針：教師自殺的根源
明報	08年11月22日	工作家庭問題困擾疑致抑鬱病發教師跳樓亡兩月第三宗
東方日報	08年11月16日	為人師表更難開口求助
大公報	08年11月5日	全港萬二教師長期抑鬱 工作壓力大易生自殺念頭
東方日報	08年11月5日	港四萬教師壓力大抑鬱
香港商報	08年11月5日	「海嘯」添教師危機感
信報財經	08年11月5日	中產不穩的社會後果
文匯報	08年10月15日	網尋「女教師」9成屬淫照長佔搜索排行榜前列
明報	08年10月14日	教師操守議會投訴成功率1%
大公報	08年10月9日	珍惜老師勿再施壓
蘋果日報	08年10月9日	校長睡得好嗎
信報財經	08年10月8日	自殺與教協
蘋果日報	08年10月7日	探針：教師頸上的絞索
明報	08年10月5日	「讓別人開心自己卻很苦」自殺教師留言：我需要輔導
星島日報	08年9月29日	操守議會爭取實權
信報財經	08年9月23日	芬蘭？太遙遠了！
大公報	08年9月22日	一成三教師患焦慮症 三成依賴鎮靜劑和安眠藥減壓
星島日報	08年9月22日	怕遭歧視不求醫恐變抑鬱症教師患經常焦慮症高兩倍