

# “双减”背景下中小学教师非教学负担过重： 表现、成因与化解

王希<sup>1</sup> 崔清枝<sup>2</sup>

1. 榆林大学, 陕西 榆林 719000

2. 天津师范大学, 天津 300387

**摘要:**“双减”政策是重塑基础教育生态、减轻学生学业压力的重要举措。双减政策落地实施大幅调整了中小学教师的工作结构。但原本繁杂的非教学任务持续叠加, 逐渐成为制约教师潜心育人、阻碍“双减”提质增效的突出问题。当前教师非教学负担呈现事务繁杂、形式主义凸显、工作职责泛化、心理负荷过重等特征。该问题并非“双减”政策实施的必然结果, 而是制度边界模糊、基层治理失衡、资源配置不足、教育评价偏差交织形成的结构性矛盾。本文立足基层教育实景, 聚焦“双减”背景下教师非教学负担的新形态、新痛点, 系统梳理问题表现、剖析深层成因, 结合基层实操提出针对性减负策略, 旨在推动教师回归教学主业, 充分释放“双减”育人效能。

**关键词:** 双减; 中小学教师; 非教学负担; 职业倦怠; 教育减负

DOI: 10.64649/yh.jydk.issn3080-2660.202605027

## 0 引言

“双减”政策实施有效规范了学生作业与校外培训乱象, 让基础教育回归校园主阵地。但在政策推进过程中, 工作扩容、重心下移等变化, 让教师承接了大量脱离教学主业的非教学工作, 负担持续加码, 直接扰乱正常教学节奏, 弱化了“双减”减负提质的初衷。2019年国家已出台教师减负专项政策, 各地也配套落实整治举措, 但从“双减”落地后的基层现状来看, 教师非教学负担问题并未根治。课后服务值守、常态化安全排查、多部门重复填报等新增事务, 叠加传统行政迎检、文明创建等工作, 让教师工作压力持续攀升, 超负荷工作成为常态。区别于传统教育模式, “双减”下的非教学负担具备常态化、强制性特征, 不再是临时零散任务。长期繁重的事务性工作, 严重压缩了教师备课教研、深耕课堂的核心时间, 加剧教师职业倦怠, 削弱队伍稳定性。在“双减”纵深推进的关键阶段, 精准梳理教师非教学负担的现实表现、深挖问题成因、探索落地化解路径, 对优化政策实施成效、推动基础教育良性发展具有重要实践价值。

## 1 “双减”背景下中小学教师非教学负担的主要表现

“双减”重塑了中小学育人格局, 教师非教学负担的结构与强度发生显著变化。原有非教学事务并未消减, 反而与政策配套的新增工作叠加, 形成常态化高强度压力, 具体表现在四个方面:

### 1.1 事务繁杂冗余, 挤压教学主业时间

“双减”实施后, 教师工作范畴大幅拓宽, 需要承接多部门、跨领域的各类非教学事务, 涵盖行政统计、校园创建、社会治理等多个领域, 事务庞杂且零散, 直接挤占教学核心工作空间。教育、街道等部门会常态化下达信息摸排、数据上报、专项排查任务, 这些任务往往涉及学生家庭信息、心理健康、安全整治、助学资助、政策宣传等多项内容, 且大多限时办结。教师只能利用课余、周末加班完成, 备课、教研、作业批改等核心教学工作的时间被严重压缩。各类校园督查、评估创建工作轮番开展, 学校为迎检要求教师集中整理台账、补全材料、布置现场, 工作重心偏向迎检而非育人。此外, “双减”全覆盖的课后服务, 新增了活动设计、安全管控、过程记录、家长对接等配套事务, 这类硬性非教学工作, 进一步压缩了教师专业提升与深耕课堂的时间。

### 1.2 形式主义突出, 滋生大量无效劳动

“双减”精细化、规范化的落实要求, 让基层校园管理过度侧重流程留痕、过程佐证, 形式主义问题愈发突出, 催生大量无效低效劳动, 成为教师减负的核心堵点。当前校园各项工作均要求全程留痕, 课后服务、德育管理、家校沟通等常规工作, 都需配套方案、照片、记录、总结等佐证材料。多数简单工作实操耗时短, 整理材料却需数倍时间, “做事易、留痕难”成为普遍现象。同时, 基层多头管理问题突出, 各部门同类工作填报标准、上报端口不一, 教师需要反复收集、填报、总结, 精力大量消耗在机械重复工作中。各类关联性低的线上线下培训、打卡任务, 也无端占用教师工

作时间。常态化的事务干扰与材料压力,让教师陷入被动应付状态,难以静下心来开展课堂创新、作业优化等深度教研工作,直接制约“双减”育人提质效果。

### 1.3 家校社职责外溢,模糊教师工作边界

“双减”让学生成长重心回归校园,家庭与社会对学校教育的依赖度大幅提升,家校社育人职责边界失衡,原本属于家庭、社区的责任持续向教师转移,不断外延教师非教学负担。家长不再依赖校外培训,对学校课后服务、学业辅导、学生管理的期待显著提高,常利用教师休息时间咨询沟通、反馈问题。部分家长将学生习惯养成、情绪疏导、行为矫正等家庭教育责任完全转嫁给教师,留守儿童、困境儿童的成长帮扶、家访谈心等额外工作也持续增加。同时,校园安全、防欺凌、心理健康预警等底线工作责任持续加码,教师需常态化开展排查、记录、整改、上报。社会对教师的道德与责任要求不断拔高,舆情风险对应的沟通维稳工作,进一步加重教师负担,让教师的专业育人属性被大幅弱化。

### 1.4 身心负荷累积,加剧教师职业倦怠

“双减”衍生的各类非教学事务,不仅占用教师工作时间,更带来长期情绪消耗与心理压力,身心双重负荷持续累积,导致教师职业倦怠问题愈发普遍。

教师的职业成就感源于教学创新与学生成长,而重复性、形式化的事务性工作,与教师育人理想脱节,难以产生价值感,容易滋生消极疲惫情绪。课后延时服务、夜间家校沟通、周末紧急工作,这些非教学任务彻底模糊了工作与生活边界,挤压教师休息与家庭陪伴时间,青年教师、班主任的工作生活矛盾尤为突出。基层严苛的问责机制,让教师长期处于紧绷焦虑状态,担心任务遗漏、材料缺失引发追责。同时,额外非教学工作缺乏配套激励与补偿,教师付出与回报失衡,职业认同感持续下降,严重影响教师队伍稳定性与“双减”长效推进。

## 2 “双减”背景下中小学教师非教学负担过重的成因分析

“双减”后教师非教学负担持续加码,并非偶然现象,而是制度、治理、资源、评价多重因素交织形成的结构性问题。

### 2.1 制度权责模糊,教师职责无限扩张

现有教育法律法规对教师工作职责界定较为笼统,未结合“双减”全新育人格局,明确划分教学主业与非教学事务的边界,也未界定非教学任务的承接范围与上限。学校与政府、社区、家庭的育人权责划分不清,为外部任务

随意摊派提供了制度漏洞,教师无明确依据拒绝不合理任务。现行教师减负政策多为柔性指导意见,刚性约束与问责机制不足,基层执行易出现变通、反弹、加码等问题。尤其在“双减”安全管控、舆情严控的背景下,学校和教师为规避履职风险,会主动增加台账留痕、材料佐证等形式化工作,进一步放大非教学负担,造成负担“减而不消”的局面。

### 2.2 基层治理失衡,多头管理催生形式主义

基层教育治理统筹机制缺失,是“双减”后教师负担激增的核心诱因。教育、宣传、卫健、街道等多个部门均可独立向学校布置工作,任务交叉重叠、标准不一、时间冲突,学校只能被动承接后分摊给一线教师。教育主管部门对同级职能部门缺乏约束权限,无法从源头管控任务总量、整合冗余工作。部分学校管理者减负意识薄弱、治理能力不足,对上级任务不加筛选、全盘承接,甚至为迎合考核主动加码形式化工作。

### 2.3 资源配置不足,专业人员力量存在缺口

教育人力、物力、财力资源配置不足,是教师非教学负担过重的直接现实原因。多数中小学尤其是农村小规模、薄弱学校,行政、后勤等专职人员缺口较大,各类事务性工作只能由任课教师兼任,形成“一人多岗、一岗多责”的常态。

校内负担分配不均问题突出,班主任、主科教师在承担繁重“双减”教学任务的同时,还要包揽大部分家校沟通、班级管理、课后服务统筹工作。再者,课后服务过度依赖校内在职教师,校外专业机构、志愿者、退休教师等多元资源未充分利用,进一步加重教师负荷。

### 2.4 评价导向偏差,减负提质相互脱节

错位的教育评价导向,是教师减负难的深层体制原因。当前部分地区对学校的考核仍侧重升学率、分数排名、校园创建等显性指标,对“双减”核心的课堂提质、作业优化、学生发展、教师减负等工作关注度不足。学校为完成考核指标,只能通过加压加码、强化督查推进工作,忽视教师实际工作负荷。教师考核同样存在“重事务、轻教学”的问题,材料上报、台账完善、活动参与等非教学任务考核占比偏高,教研能力、育人实效、课堂质量等核心指标权重不足,倒逼教师优先完成事务性工作。同时,社会与家长存在认知误区,将减负等同于放松管理,不理解教师工作压力,难以形成上下联动的减负合力,导致减负政策落地成效不佳。

### 3 “双减”背景下中小学教师非教学负担的化解对策

针对“双减”背景下教师非教学负担的新型痛点与深层成因,减负工作需摒弃表面整治,坚持根源治理、精准施策,切实为教师松绑,持续释放“双减”育人价值。

#### 3.1 健全刚性制度,明晰教师权责边界

中小学应主动对标“双减”减负政策要求,立足本校办学实际细化教师岗位职责清单,清晰区分教学主业与各类非教学事务的边界,明确校内非教学工作的承接范围、内容标准与工作量上限,从校内源头杜绝任务随意叠加、无序加码。学校需严格落实非教学事务入校管理规范,主动对接属地教育主管部门,执行校外事务入校审批备案流程。面对各类校外下沉的非教育类任务,学校行政部门需先行审核甄别,未经上级教育部门统一审批备案的任务,一律不予向下分摊部署,切实为学校管理层、一线教师筑牢拒绝不合理摊派的制度依据。针对校内变相增负、形式主义留痕、违规承接外部摊派任务等问题,开展常态化自查自纠,及时整改各类加重教师负担的低效工作。

#### 3.2 优化校内基层治理,破除形式主义

中小学应进一步整合各类入校工作任务,化解教育领域重复劳作、多头迎检、层层报送等治理症结。普及应用教育事务一体化平台,依托数据互通、任务统合的数字化功能,精简重复性事务工作,为一线教师减负增效。与此同时,中小学需革新内部管理理念,摒弃“重留痕、轻实效”的形式化工作导向,精简冗余台账、影像留存、重复总结等非必要形式化要求,优化会议开展与材料报送流程,推动校园管理从单一过程痕迹管控,转向聚焦课堂提质、育人增效的实效化治理。

#### 3.3 补齐资源短板,专业化剥离非教学事务

充足的资源保障是落实教师减负、深耕教学主业的重要基础。中小学可结合自身办学规模与办学需求,优化校内人员配置,配齐专职

行政、教辅、后勤、安全管理人员,通过专业化岗位分工,将台账整理、数据统计、日常安全排查等事务性工作从一线教师岗位职责中剥离,保障教师全身心投入备课教研、作业等核心教学工作。同时,学校可构建多元化课后服务体系,通过政府购买服务、引入优质校外机构、招募社会志愿者及退休教师等多元途径,充实课后服务师资力量,分流教师工作压力。此外,中小学应进一步健全教师薪酬补贴、调休保障机制,全面普及信息化办公工具,以优质资源赋能工作效能提升,减少低效、无效人工劳动。

#### 3.4 深化评价改革,实现减负提质双向赋能

各地中小学可依托教育评价改革导向,重构校内办学与教师评价体系,弱化升学率、校园排名、台账资料等形式化显性指标权重,将“双减”落地成效、课堂教学质量、学生综合发展、教师减负实效确立为核心评价标准。同步优化教师绩效考核机制,压缩非教学事务考核占比,聚焦教研能力、作业设计、班级育人、课堂实效等核心维度构建考核体系,引导教师深耕教育教学主业。同时,学校可以充分利用自身教育资源开展宣传引导,面向家长与社会常态化普及“双减”政策核心内涵,引导社会树立科学育人认知,凝聚各界对教师减负、教育提质工作的共识与支持。

## 4 结语

“双减”是基础教育改革的关键举措,教师队伍的稳定与专注是政策落地的核心保障。当前中小学教师非教学负担过重的问题,是制度建设、基层治理、资源配置、评价导向多重矛盾的集中体现,也是制约基础教育高质量发展的重要瓶颈。教师减负并非降低育人标准、放松教育管理,而是剔除无效冗余事务,让教育回归教书育人的本质。唯有明晰教师权责边界、优化校内基层治理、补齐资源短板、深化评价改革,才能从根源上破解教师非教学负担困境。

## 参考文献:

- [1] 李志.“双减”背景下中小学教师负担:现实表征及破解路径[J].文教资料,2025,(9):148-151.
- [2] 郭德侠,王玉,刘晶.“双减”背景下中小学教师的工作“负荷”与“减负”治理的实践路径[J].教育与教学研究,2024,38(6):56-68.
- [3] 蔡雪雅.“双减”背景下中小学教师工作负担表征及破解路径[J].邢台学院学报,2023,38(3):107-113.

**作者简介:**王希(1996.09—),女,汉族,重庆人,榆林大学硕士在读,研究方向:教育管理。