

國立台東大學教育系（所）

諮商心理在職專班

碩士論文

指導教授：魏俊華 先生

桃園縣國小教師工作壓力與社會支持
之相關研究

研究生：林淑雯 撰

中華民國九十八年八月

國立台東大學
學位論文考試委員審定書

系所別：教育學系(所) 諮商心理碩士在職專班(暑)

本班 林淑雯 君

所提之論文 桃園縣國小教師工作壓力與社會支持之相關研究

業經本委員會通過合於 ☒ 碩士學位論文 ☐ 博士學位論文 條件

論文學位考試委員會：

張景然

(學位考試委員會主席)

劉明松

魏俊華

(指導教授)

論文學位考試日期：98年08月16日

國立台東大學

附註：1.一式二份經學位考試委員會簽後，送交系所辦公室及註冊組或進修部存查。

2.本表為日夜學制通用，請依個人學制分送教務處或進修部辦理。

博碩士論文授權書

本授權書所授權之論文為本人在 國立臺東大學 教育學系(所)
諮商心理碩士班 98 學年度第 暑 學期取得 碩 士學位之論文。

論文名稱：桃園縣國小教師工作壓力與社會支持之相關研究

本人具有著作財產權之論文全文資料，授權予下列單位：

同意	不同意	單 位
☒	☐	國家圖書館
☒	☐	本人畢業學校圖書館
☒	☐	與本人畢業學校圖書館簽訂合作協議之資料庫業者

得不限地域、時間與次數以微縮、光碟或其他各種數位化方式重製後散布發行或上載網站，藉由網路傳輸，提供讀者基於個人非營利性質之線上檢索、閱覽、下載或列印。

☒ 同意 ☐ 不同意 本人畢業學校圖書館基於學術傳播之目的，在上述範圍內得再授權第三人進行資料重製。

本論文為本人向經濟部智慧財產局申請專利(未申請者本條款請不予理會)的附件之一，申請文號為：

，請將全文資料延後半年再公開。

公開時程

立即公開	一年後公開	二年後公開	三年後公開
	☒		

上述授權內容均無須訂立讓與及授權契約書。依本授權之發行權為非專屬性發行權利。依本授權所為之收錄、重製、發行及學術研發利用均為無償。上述同意與不同意之欄位若未勾選，本人同意視同授權。

指導教授姓名：魏俊華 (親筆簽名)

研究生簽名：林淑雯 (親筆正楷)

學 號：4496017 (務必填寫)

日 期：中華民國 98 年 8 月 19 日

1. 本授權書 (得自 <http://www.lib.nttu.edu.tw/theses/> 下載) 請以黑筆撰寫並影印裝訂於書名頁之次頁。

2. 依據 91 學年度第一學期一次教務會議決議: 研究生畢業論文「至少需授權學校圖書館數位化，並至遲於三年後上載網路供各界使用及校內瀏覽。」

授權書版本: 2008/05/29

桃園縣國小教師工作壓力與社會支持之相關研究

林淑雯

國立台東大學教育系諮商心理碩士班

中文摘要

本研究旨在探討桃園縣國小教師工作壓力與社會支持之現況及相關性，並比較在不同背景變項下之差異性。

本研究採問卷調查法，以分層隨機取樣方式來選取樣本，對象為桃園縣國小教師，共發出 857 份，回收有效問卷 734 份。研究調查工具為「桃園縣國民小學工作壓力與社會支持調查問卷」，包含「個人基本資料」、「教師工作壓力」、「教師社會支持」三部份，所得資料處理，以次數分配表、百分比法、平均數、標準差、t 考驗，單因子變異數分析、皮爾遜積差相關分析等方法來進行研究，討論結果歸納如下：

- 一、桃園縣國小教師對整體工作壓力感受偏於中等，其中以「制定政策」向度感受較為強烈，以「組職環境」向度感受為最低。
- 二、桃園縣國小教師之工作壓力因不同服務年資、任教職務、任教年段、學校地區顯著影響國小教師的工作壓力感受。
- 三、桃園縣國小教師對整體社會支持感受偏於中等，其中以「同儕支持」向度感受較為強烈，「專業支持」向度感受為最低。
- 四、桃園縣國小教師之工作壓力因不同性別、婚姻、服務年資、任教職務、學校地區、學校規模顯著影響國小教師的社會支持。
- 五、桃園縣國小教師之工作壓力與社會支持無顯著相關。

關鍵詞：工作壓力、社會支持

Study on the Work Pressure of Elementary School Teachers in Taoyuan County and Social Support

Shu-Wen Lin

Master's Program in Counseling Psychology, Department of Education,
National Taitung University

Abstract

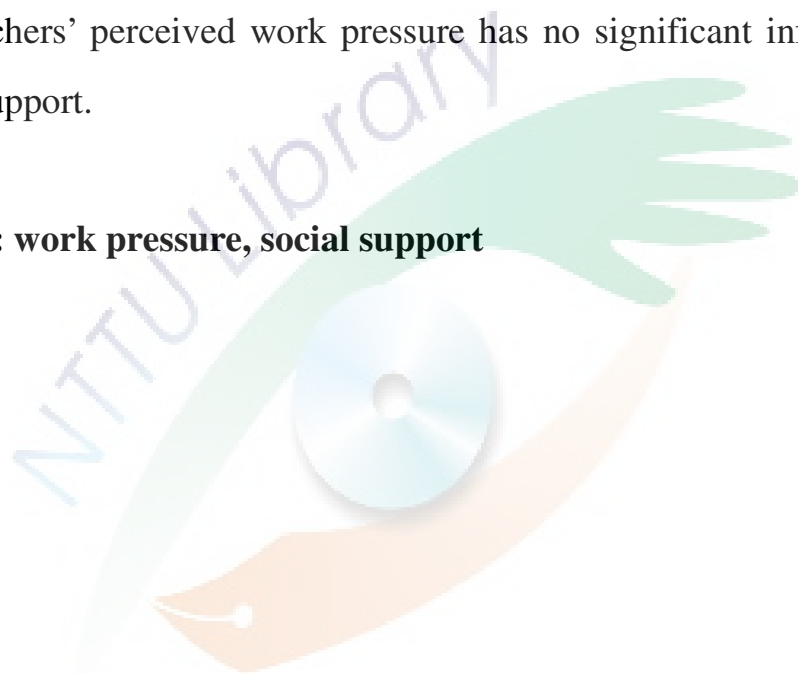
The purpose of this study is to discuss the work pressure of elementary school teachers in Taoyuan County and social support, as well as their relationship, and compared the differences of the two under different background variables.

This study adopted questionnaire survey, and sourced samples by stratified random sampling. The subjects were elementary school teachers in Taoyuan County. A total of 857 questionnaires were distributed, and 734 valid samples were collected. The research tool was “Questionnaire on the work pressure of elementary school teachers in Taoyuan County and social support”, which includes three parts: personal profile, teachers’ work pressure, and social support. The data were analyzed with frequency distribution, percentage, average mean, standard deviation, t-test, One-way ANOVA, and Pearson product-moment correlation. The results are as follows:

1. The teachers’ perceived work pressure is medium; among all aspects, the feeling toward “policy making” is the strongest, while that toward “organizational environment” is the lowest.

2. The teachers' perceived work pressure varies significantly according to years of service, teaching position, and school location.
3. The teachers' perceived overall social support is medium; among all aspect, the feeling toward "peer support" is the strongest, while that toward "professional support" is the lowest.
4. The teachers' perceived work pressure has significant influence on the social support under different gender, marital status, years of service, teaching position, and school location.
5. The teachers' perceived work pressure has no significant influence on the social support.

Keywords: work pressure, social support



目次

第一章 緒論	1
第一節 研究問題背景與動機	1
第二節 研究目的與待答問題	4
第三節 名詞解釋	5
第四節 研究範圍與研究限制	6
第二章 文獻探討	8
第一節 教師工作壓力之意涵與理論	8
第二節 教師工作壓力之相關研究	22
第三節 社會支持理論與相關研究	32
第四節 教師社會支持之相關研究	38
第五節 工作壓力和社會支持之相關研究	42
第三章 研究方法	45
第一節 研究架構	45
第二節 研究假設	48
第三節 研究對象	49
第四節 研究工具	51
第五節 資料處理與分析	53

第四章 研究結果與討論	55
第一節 研究樣本基本資料分析	55
第二節 教師工作壓力與社會支持之現況分析	59
第三節 不同背景變項之國小教師在工作壓力上 之差異分析	62
第四節 不同背景變項之國小教師在社會支持上 之差異分析	75
第五節 國小教師工作壓力與社會支持之相關情形	90
第五章 結論與建議	93
第一節 結論	93
第二節 建議	97
參考文獻	101
一、中文部分	101
二、英文部份	106
附錄	110
附錄一：國小教師工作壓力感受與社會支持調查問卷	110
附錄二：桃園縣九十七學年度國民小學班級數一覽表	114
附錄三：桃園縣九十七學年度國民小學班級數分層一覽表	116
附錄四：國小教師工作壓力問卷使用同意書	117
附錄五：國小教師社會支持問卷使用同意書	118

表 次

表 1-1 90 年以後關於國小課程的教育政策改革-----	2
表 2-1 壓力循環理論模式的四階段一覽表-----	15
表 2-2 國內學者對教師工作壓力來源之研究 -----	17
表 2-3 教師工作工作壓力理論模式比較分析-----	22
表 2-4 國內學者對於教師性別與工作壓力之研究-----	23
表 2-5 國內學者對於教師年齡與工作壓力之研究-----	24
表 2-6 國內學者對於教師婚姻狀況與工作壓力之研究-----	25
表 2-7 國內學者對於教師教學年資與工作壓力之研究 -----	26
表 2-8 國內學者對於教師教育程度與工作壓力之研究 -----	27
表 2-9 國內學者對於教師擔任職務與工作壓力之研究 -----	28
表 2-10 國內學者對於教師任教年段與工作壓力之研究 -----	29
表 2-11 國內學者對於教師任教地區與工作壓力之研究 -----	29
表 2-12 國內學者對於教師學校規模與工作壓力之研究 -----	30
表 2-13 國內學者對於教師學校歷史與工作壓力之研究 -----	31
表 2-14 社會支持的類型 -----	36
表 2-15 教師社會支持的來源-----	37
表 2-16 國內學者對於教師性別與社會支持之研究 -----	39
表 2-17 國內學者對於教師年齡與社會支持之研究 -----	39
表 2-18 國內學者對於教師婚姻狀況與社會支持之研究 -----	40
表 2-19 國內學者對於教師年資與社會支持之研究 -----	41
表 2-20 國內學者對於教師學歷與社會支持之研究 -----	41
表 2-21 國內學者對於教師任教的學校規模與社會支持之研究 -----	42
表 3-1 問卷調查抽樣原則 -----	51
表 3-2 正式問卷抽取學校與教師人數統計表-----	52
表 3-3 教師工作壓力量表因素分析及信度考驗摘要表 -----	54
表 3-4 教師社會支持量表因素分析及信度考驗摘要表 -----	54
表 4-1 研究樣本基本資料統計分析表-----	57

表 4-2	工作壓力量表各題之得分情形-----	61
表 4-3	桃園縣國小教師「工作壓力」之各向度及整體現況分析結果-----	61
表 4-4	社會支持量表各題之得分情形-----	62
表 4-5	桃園縣國小教師「社會支持」之各向度及整體現況分析結果-----	63
表 4-6	不同性別的國小教師在工作壓力向度及整體上之差異情形-----	64
表 4-7	不同年齡的國小教師在工作壓力向度及整體上之差異情形-----	65
表 4-8	不同婚姻狀況的國小教師在工作壓力向度及整體上之差異情形-----	66
表 4-9	不同服務年資的國小教師在工作壓力向度及整體上之差異情形-----	67
表 4-10	不同教育程度的國小教師在工作壓力向度及整體上之差異情形-----	68
表 4-11	不同任教職務的國小教師在工作壓力向度及整體上之差異情形-----	69
表 4-12	不同任教年段的國小教師在工作壓力向度及整體上之差異情形-----	70
表 4-13	不同學校地區的國小教師在工作壓力向度及整體上之差異情形-----	71
表 4-14	不同學校規模的國小教師在工作壓力向度及整體上之差異情形-----	72
表 4-15	不同學校歷史的國小教師在工作壓力向度及整體上之差異情形-----	73
表 4-16	不同背景變項之國小教師在工作壓力上之差異考驗結果綜合摘要表	74
表 4-17	不同性別的國小教師在社會支持向度及整體上之差異情形-----	77
表 4-18	不同年齡的國小教師在社會支持向度及整體上之差異情形-----	78
表 4-19	不同婚姻狀況的國小教師在社會支持向度及整體上之差異情形-----	79
表 4-20	不同服務年資的國小教師在社會支持向度及整體上之差異情形-----	80
表 4-21	不同教育程度的國小教師在社會支持向度及整體上之差異情形-----	82
表 4-22	不同任教職務的國小教師在社會支持向度及整體上之差異情形-----	83
表 4-23	不同任教年段的國小教師在社會支持向度及整體上之差異情形-----	84
表 4-24	不同學校地區的國小教師在社會支持向度及整體上之差異情形-----	85
表 4-25	不同學校規模的國小教師在社會支持向度及整體上之差異情形-----	86
表 4-26	不同學校歷史的國小教師在社會支持向度及整體上之差異情形-----	87
表 4-27	不同背景變項之國小教師在社會支持上之差異考驗結果綜合摘要表	88
表 4-28	桃園縣國小教師工作壓力和社會支持之積差相關分析摘要表-----	92
表 5-1	研究假設考驗之結果摘要表-----	95

圖 次

圖 2-1	Williams 之「生物心理社會」壓力模式-----	12
圖 2-2	「個人與環境適配」壓力模式-----	13
圖 2-3	「壓力循環」理論模式-----	14
圖 2-4	Kyriacou 與 Sutcliffe 的教師工作壓力模式-----	19
圖 2-5	Tellenback、Brenner 與 Lofgren 等人師工作壓力模式-----	20
圖 2-6	Greenberg (1996) 工作壓力模式-----	21
圖 2-7	社會支持的效果模式-----	44
圖 2-8	壓力事件和社會資源實驗模式-----	44
圖 3-1	研究架構圖-----	47

謝 誌

「呼！終於拿到謝誌這個權狀，實在太棒了！」是我此時此刻的心情。回首寫作過程，心中盡是無限的感激和謝意，因為沒有他人的協助，哪來今日論文的完成。

感謝我的指導教授魏俊華在兼任台東縣教育處長，行政公務及教學繁忙的狀況下，仍不辭辛勞，抽出時間展現無比的耐心的指導我。另外，亦感謝口試委員劉明松及張景然老師用心地針對我的論文提出精闢的見解，讓我擁有彌補論文不足的機會。

感謝摯友禕芸及其家人給予我無條件的協助，無論在工具性支持、訊息性支持或情感性支持方面，都給予我滿滿的動力，讓我擁有支撐下去的動力。

感謝男友章明在我寫作期間，耐心的陪伴及傾聽，讓我在情緒宣洩之後，能一次又一次的面對煎熬。

感謝水美國小陳浪勇校長及國鴻、孟洳、怡儒、順美等同事，在我暑假求學期間，協助我完成行政工作，讓我得以無後顧之憂地安心讀書。

感謝親愛的家人，因為擁有他們的包容、支持，擔任我強大的後盾，讓我在遭遇挫折之時，有個避風的港口。

感謝諮商所同學及大學同學-月秀、玉蓓、季青、小倩、上育，因為你們的鼓勵與加油打氣，讓我能跟隨大家的腳步，一步一步的往畢業的方向邁進。

最後，感謝一些不知名、曾經協助過我的人，因為有你們的幫助，讓我的問卷得以順利的發放及回收；因為有你們，我才能如期的畢業。

總之，因為擁有社會大眾的支持，今日的我才能品嚐這小而甜的果實。

林淑雯 謹致於東大諮商所

民國九十八年八月十八日上午一點十分





第一章 緒論

本研究旨在探討國小教師工作壓力及社會支持之情況，進而探討兩者相關的程度為何，以提供行政單位、學校及教師參酌。本章共分四節：第一節為研究問題背景與動機；第二節為研究目的與待答問題；第三節為名詞解釋；第四節為研究範圍與限制，茲將分述如下。

第一節 研究問題背景與動機

壹、研究問題背景

我國自古以來對於師道相當尊崇，賦予了教師極高的社會地位，社會大眾亦對於教師的角色加諸許多道德要求，但是因現代社會環境轉變，尊師重道的傳統已日漸消逝，教師的地位亦隨之低落。

許多人開始對國小教師工作總有「薪水多、假期多」的刻板印象，加上媒體的發達，常常報導教室內老師體罰學生事件等等負面新聞，多數媒體所顯現的台灣教育圖像多聚焦在教師的不良管教方面，因而讓大家對教師的觀感日漸不佳。除此之外，在少子化的影響下，現代父母極度重視孩童的教育，亦為教師在從事教育工作的同時，帶來新的要求與限制，因而教師感受到更多來自家長的壓力及質疑，這在在都凸顯了教師形象的高度危機。另外，教育部(2008)公布未來國民小學師資需求量，預計在民國102年，國小學生總人數將較目前約減少380,000人；教師總人數將比現在銳減超過22,000人，小學基層教師即將面臨超額而必須離職的窘境。

2007年教師節之前，桃園縣教師會公佈了一份教師工作痛苦指數大調查，結果發現桃園縣30-39歲年齡層，女性教師感到最痛苦，另外，10項指標中「退休制度的改革」和「教育政策與基層現狀落差」達到「紅色指標」（桃園教師會，2007），由此可見，教育政策的變遷，致使教師身處的教育環境大不如前，不只面對工作權不確定，零體罰無配套等考驗之外，還必須迎接各種的挑戰。

在 Kyriacou 和 Chien(2004)針對台灣國小教師工作壓力所做的報告中顯示百分之二十六的教師的工作壓力呈現非常或極其緊張，其主要來源是不確定的教育政策。為因應二十一世紀所面臨的國際化競爭，國內興起一波波教育改革的浪潮，整個國民教育的體質和環境，都產生了巨大的變化，如 90 年開始進行九年一貫課程改革、91 年推行小班教學、95 年進行友善校園的評鑑、98 年政府擴大補助「中低收入戶」學生營養午餐…等，這些重大政策的實施，立意雖佳，但有些卻因欠缺深思謀慮，而導致不斷的修正(如：九年一貫、小班教學)，也促使教師的工作性質必須隨之調整，扮演的角色必須更專業，更多元，不管是課程的統整、教材的編選、兼任的行政工作…等等，都必須因應時代挑戰與社會期待的能力要求。當然，無可避免的，也必須承受許多隨之而來的壓力，一旦國小教師不能有效因應工作壓力，不僅會影響個人健康與家庭和諧，也將影響教學品質。

職業倦怠常發生在助人的專業，如教師、社會工作、人力資源、護理工作以及執法人員身上(Maslach, 1982)。近幾年，因為社會變遷加劇，教師面臨種種的考驗及無力感，因而提早退休教師比例逐年增加，退休年齡也日益年輕化，這不僅衝擊教師生涯安排的問題，也牽動國家整體老年福利體系的規劃。

近年來，壓力已然成為社會學和心理學日漸重視的研究範疇，如何處理壓力，顯然是現代人必須重視的課題，而減輕壓力的所有管道中，「社會支持」是許多人面對壓力的因應策略之一。

人是社會的一份子，在與生活環境交互作用的動態過程中，面對各種壓力時，除採取做好生活型態管理、善用生理學上的技術與運用認知技術等個人取向的壓力管理來因應之外，也會以廣結善緣、多交益友的方式或與自己提供回饋的社會團體互動，使自己有被他人認定的機會，得到親友和工作伙伴的更多支持與鼓勵，慰藉失敗時的落寞與倦怠，以能適應生活壓力和增進適應。

Kyriacou 和 Chien(2004)認為教師因應工作壓力時最常運用的策略是擁有健康的家庭生活和社會的支持，而 House(1981)也認為社會支持對壓力具有緩衝效果。我們可藉由「社會支持」，讓個人面臨壓力時，因周圍的其他人(家人、同

事、朋友)所提供的援助，使得壓力得以受到緩衝。教師每天在學校需與學生家長、同事或行政單位的接觸，因此，對教師而言，除了家人以外，學生家長、同事或行政單位的支持，顯然具有舉足輕重的地位。

貳、研究動機

教師對教育工作的成敗具有舉足輕重之地位，責任相當重大，同時扮演傳道、授業與解惑的角色，在國民教育階段，兒童青少年的可塑性相當大，教師在他們心中有著楷模的地位，因而無論是在學習上或是為人處事態度上，兒童青少年受到教師個人特質及教學態度的影響皆相當深遠。

細究國小教師的工作情境及內容，步調是相當緊湊的，除了教學之外，還要面對日趨複雜的學生問題、親師溝通；而在學校組織方面，教師必須面對人際溝通、行政領導、組織決策問題等等，站在第一線的基層國小教師，有苦難言，遭受的工作壓力實在是不言可喻。Montgomery和Rupp（2005）認為人若經常處於壓力下將導致倦怠並使人出現情緒衰竭與缺乏成就感。顏秀香（2004）也認為人在面臨高度壓力時，有時會因挫折而造成攻擊行為，導致直接想除去挫折的外在來源或對象。

教師的工作壓力顯著負向影響個人教學效能（毛晉平，2005），因此教師的身心發展、教學品質、專業精神等每一項都會影響到學生的學習和人格的健全發展，當教師面對種種外在因素的衝擊，未能妥適處理，長期累積下來，不但影響到教師本身，也間接的影響到學生，更對教育品質造成莫大的衝擊。教師的養成不易，有豐富教學經驗的教師更是國教的尖兵與助力，從退休潮現象的背後，提醒我們，面臨教育生態的轉變，實在有必要深入了解教師目前承受工作壓力的狀況。

綜合以上，可見教師在現今社會是如何地重要，但他們現在卻有如此大的工作壓力，為了莘莘學子們的「學習權」及國家千秋百載的「國本」，實有加以探討研究的必要，成為本研究研究動機一。

教師的工作瑣碎而沉重，許多教師的教學熱忱有如風中蠟燭，岌岌可危，究

竟如何捍衛這小小的火焰呢？教師是否擁有強而有力的社會支持當作教師的後盾將是重要的關鍵！

Munroe和Steiner（1986）認為社會支持對身心健康具有直接的保護效果以及緩衝壓力的傷害等效益。這也就是說當個人面臨工作壓力或感到倦怠時，若能經過社會支持的作用，將能舒緩工作與生活壓力對個人身心健康所造成的傷害；相對的，若個人面對工作壓力時，缺乏社會支持的調節，將對身心健康產生直接且負面的顯著影響（黃寶園、林世華，2007），長久下來，奄奄一息的蠟燭，必滅無疑。故本研究亦以社會支持作為研究變項之一。是否當教師擁有較多社會支持時，真能減低工作壓力所帶來的衝擊？希望藉由探討教師的社會支持網絡，讓教師壓力得到舒緩的方向，成為本研究動機二。

第二節 研究目的與待答問題

根據上述研究動機，研究者提出之研究目的及待答問題如下：

壹、研究目的

- 一、瞭解桃園縣國小教師的工作壓力、社會支持和現況。
- 二、比較不同背景變項的桃園縣國小教師之工作壓力、社會支持的差異情形。
- 三、探討桃園縣國小教師工作壓力和社會支持兩者的相關情形。

針對研究結果，提出具體建議，做為國小教師化解工作壓力及提供教師選擇適合自己的社交網絡之參考。

貳、待答問題

- 一、目前桃園縣國小教師工作壓力及社會支持的現況為何？
- 二、桃園縣國小教師是否會因背景變項的不同，其知覺的工作壓力、社會支持的來源有所差異？
- 三、桃園縣國小教師在工作壓力、社會支持兩者之間的相關為何？

第三節 名詞解釋

壹、桃園縣國小教師

本研究所指是 97 學年度桃園縣公立國民小學現任編制內的合格教師，包含主任、組長，但不包括校長、特教教師、實習教師、代課（理）教師。

貳、教師工作壓力

Kyriacou 和 Chien(2004)認為教師工作壓力為教師在工作中感受到不愉快的、消極的情感(如憤怒，挫折，憂慮，沮喪和緊張)的經驗。

本研究係採用莊維仁(2007)編製之「台灣國民小學教師工作壓力問卷」測量台灣國民小學教師所感受到壓力的程度，此問卷分成「制度政策」、「學生管教」、「組織環境」三個向度，整體問卷得分為各向度分數加總，得分越高，表示工作壓力越高；反之，得分愈低，則表示工作壓力程度愈差。

參、社會支持

Caplan(1974)認為提出社會支持 (social support) 係指個體透過社會互動，獲得其社會網路中重要他人（如配偶、父母、親戚、朋友或師長等）或有關機構所提供的各種情緒上、實質上或訊息上的支持，讓個體得以處理所面臨的壓力，並促進身心健康、生活適應良好。本研究所界定的社會支持，係指受試者在張郁芬(2001)「教師社會支持問卷」上的得分代表之，此問卷共分成「一般支持」、「家人支持」、「同儕支持」、「專業支持」四個向度，得分愈高表示社會支持愈多；反之，得分愈低，則表示社會支持程度愈少。

第四節 研究範圍與限制

壹、研究範圍

本研究之範圍，依「地區」、「對象」、「內容」、「方法」、「時間」等四方面分別加以說明：

一、研究地區：桃園縣共有桃園市、八德市、大溪鎮、蘆竹鄉、大園鄉、龜山鄉、中壢市、平鎮市、楊梅鎮、觀音鄉、新屋鄉、龍潭鄉、復興鄉等十三個鄉鎮市。

二、研究對象：本研究之對象是桃園縣 187 所公立國小主任、組長及教師，但不包括校長、實習教師、代課教師及特殊班之教師。

三、研究內容：本研究以桃園縣公立國小教師為研究對象，所探討的變項如下：

(一)個人背景變項：包含性別、年齡、婚姻狀況、服務年資、教育程度、擔任職務、任教年段、學校區域、學校規模、學校歷史等十個變項。

(二)教師工作壓力來源：分為制度政策、學生管教、組織環境三個向度。

(三)教師社會支持類型：分成一般支持、家人支持、同儕支持、專業支持四種類型。

四、研究方法：本研究採問卷調查法，以瞭解當前國小教師知覺工作壓力教師社會支持之相關問題。問卷內容包含二個部份，第一部份為基本資料；第二部份為問卷題目，其中又分為教師工作壓力及教師社會支持兩部分。

五、研究時間：本研究自 97 年 8 月 1 日起至 98 年 2 月 28 日止，研究時間共有 7 個月，針對桃園縣內九十七學年度合格正式教師的工作壓力、社會支持現況進行調查與分析。

貳、研究限制

本研究之研究限制說明如下：

- 一、本研究主要方法為問卷調查法。填答者可能因部分問題敏感而產生自我防衛的心理，無法避免社會期許、自由心證及現實的影響，且填答結果亦可能會受到教師填答時內外在因素所左右，對問卷內容的填答有所保留，造成研究結果可能有誤差存在。
- 二、本研究結果只能代表桃園縣內局部的現況，而非全縣或全國的狀況，因此樣本的代表性有所限制。
- 三、本研究主要在探討國小教師工作壓力與教師社會支持的相關，因考慮問卷填答所需花費的時間，所以，探討的變項有限，尚有其他影響因素無法納入，無法完全顧及所有的相關變項。

第二章 文獻探討

本章旨在藉由對文獻的整理歸納與分析判斷，建立本研究的理論基礎與架構，作為問卷實施的依據，並瞭解桃園縣國小教師工作壓力、社會支持的關係，全章共分為五節，第一節為教師工作壓力之意涵與理論；第二節為教師工作壓力之相關研究；第三節為教師社會支持之意涵與理論；第四節為教師社會支持之相關研究；第五節為教師工作壓力與社會支持之相關研究。

第一節 教師工作壓力之意涵與理論

本節主要以教師的工作壓力相關課題為探討之重點，包括工作壓力的意義、壓力的理論模式、教師工作壓力的意義、教師工作壓力的來源、教師工作壓力的理論模式。

壹、壓力的意義

Selye (1956) 是最早將壓力概念引入社會科學領域並加以探討的先驅，他認為「人在不同壓力刺激下，會為了能重新恢復正常狀況而耗費額外的生理或心理予以因應，且不管此壓力是否已超過個人負荷程度，凡有此反應的，即表示正處於壓力之下。」

根據 Selye 的研究，人類在面對壓力時，生理方面自然而然會抵抗外界刺激而採取一些緊急應變措施。但當個體身體無法有效因應時，極可能產生焦慮、恐懼等不適當的感受，也因而導致不適當的行為。不過，Selye 也同時指出壓力源雖可能是有害的，但也可能是有益的，而壓力所導致的反應，可能是破壞性的，但也可能是具有建設性的，端取決於個人如何去調適，決定去克服或逃避，他將一般適應症候群分成三個階段：

第一階段-驚覺反應 (alarm reaction)：交感神經因為受到刺激源而增強身體某部分的功能。

第二階段-對抗階段(resistence stage)：副交感神經開始作用，讓身體回復恆定狀態。

第三階段-疲憊階段 (exhaustion stage)：當經歷第二階段之後，仍無法消除壓力源，改善身體狀況，最終身體會因枯竭而導致死亡。

爾後有許多研究者相繼提出類似或不同的定義，例如：Everly和Rosenfeld (1981) 認為壓力是對某種刺激經驗所產生的緊張和焦慮感受；Hipps和Halpin (1992) 認為壓力是個體無法因應某個要求而導致的結果；Compas、Orosan和Grant (1993) 認為壓力係指個體對客觀存在的生活事件（壓力源），產生不舒適的感受；Robbins (2003) 指出壓力是一種動態的條件，當個人面對機會、強迫或需求時，個人知覺其結果是不確定且重要的。

而在國內的方面，研究者亦陸續提出對壓力的定義，如：

張春興 (1995) 在「普通心理學」一書中對「壓力」下的定義為個人在面對具有威脅性的刺激情境中，一時無法消除或脫離困境時的一種被壓迫的感受。

張郁芬 (2001) 研究「國小教師工作壓力、社會支持與身心健康」時將壓力定義為當個體面對外在環境刺激時，依據其人格特質、認知歷程或過去經驗，加以評估其與環境的關係，是否造成過度負荷或個人資源無法應付的情況。

林昭男 (2001) 在探討「國小初任主任工作壓力與因應策略的研究」中，認為壓力是個體與環境的交互作用所產生，當刺激情境對個體產生威脅性，而個體又因一時無法消除威脅、脫離困境，因而產生一種被壓迫的感受或緊張的狀態，最後演變成為個人生活上或工作上的壓力。

洪朱璋 (2003) 探討「台北市國民小學教師工作壓力與運動參與行為之相關研究」時，認為壓力是個體與環境的互動下，面對某種具威脅性的情境時，因一時無法消除威脅、脫離困境而產生緊張、煩惱、恐懼、不安、痛苦等負面的心理感受，並因而引起情緒上和心理上的反應。

郭耀輝(2004)探討「國民小學教師工作壓力與職業倦怠關係之研究」時，界定壓力是個人與外在環境互動的過程中，受到外界刺激或內在需求的影響，心理及生理上產生緊張或受到威脅等反應，必須重新調適的現象。

林瑞真(2005)探討「高雄市國民小學資深教師工作壓力與退休態度之相關研究」時，認為壓力是個體面對不同的情境或環境變化刺激下，感受到不安全或威脅的感覺，引發情緒上或生理、心理的反應，表現出緊張、不安、焦慮、挫折或苦惱的反應現象，嚴重者可能導致心血管疾病、高血壓甚至自殺的一種歷程。

吳俐錦(2006)探討「高雄市國民小學兼任組長教師工作壓力與因應策略之研究」時，認為壓力是個體對舊有的認知經驗及知覺對資訊的掌控，當任何一方之力大於另一方而致失衡時，壓力的感受將因應而生。

馮意雄(2006)探討「工作壓力與休閒運動參與之研究」時，認為壓力是個人與環境互動的結果。

張禕芸(2008)探討「桃園縣國小教師工作壓力與休閒行為之相關研究」時，認為壓力是人與環境交互作用的結果，並且在個人對壓力的適應結果中，將會產生生理、心理與行為上的差異。

綜合研究者所論，可知壓力概念是最先著重外界環境的刺激，讓個體產生生理反應，再轉換成心理的知覺，最後造成個體生理、心理不愉快的感受。本研究認為壓力是個體與環境交互作用之後，產生身心不平衡之狀態，且造成個體感受到身心不愉悅、被壓迫的感覺。

貳、壓力的理論模式

壓力的模式主要說明壓力的來源，其狀態如何，以及對個體的影響，以下探討四項有關壓力的理論模式：

一、「生物心理社會」理論模式

Redford和Williams於1990年提出此理論，認為經由周遭環境的長期刺激易引發個體的生理及心理反應，而若生理方面長期適應不良，則可能導致心血管疾病(引自李彥君，2002)，其理論模式如圖2-1所示：

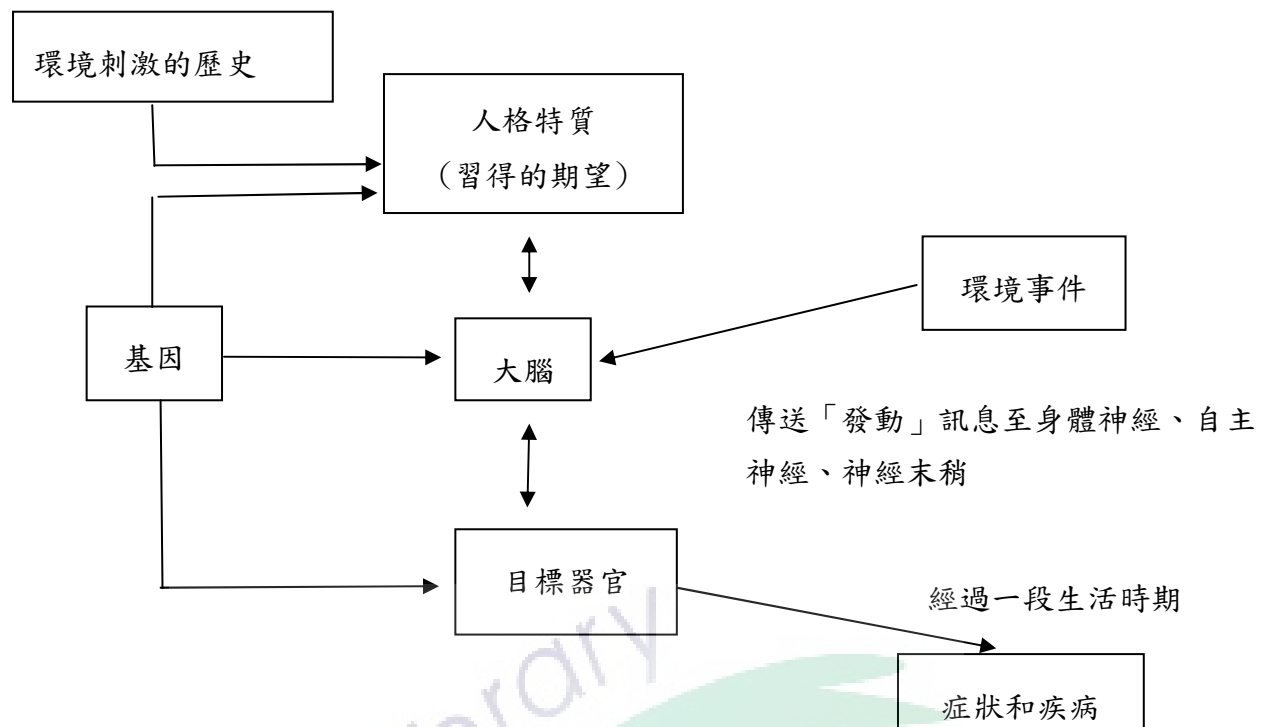


圖 2-1 Williams 之「生物心理社會」壓力模式

資料來源：引自教師工作壓力與情緒管理關係之研究，李彥君，2002，頁 15。

由圖 2-1 可知，當外在環境產生刺激源時，腦部會輸送訊息至身體神經系統，而腦部傳送的方式會深受人格特質、遺傳基因的影響。因此同樣的刺激，發生在不同的個體上，會因人而異，有不同的詮釋方式，但若經長時間累積不愉快的感受，則最後可能會導致症狀或疾病的出現。

由於此一模式忽略了個人對環境的回饋與兩者之間的雙向互動，因此以下的「個人與環境適配」壓力模式，即填補了此模式的不足。

二、「個人與環境適配」壓力模式(Person-Environment Fit Model)

此理論由Harrison於1978提出，如圖2-2所示：

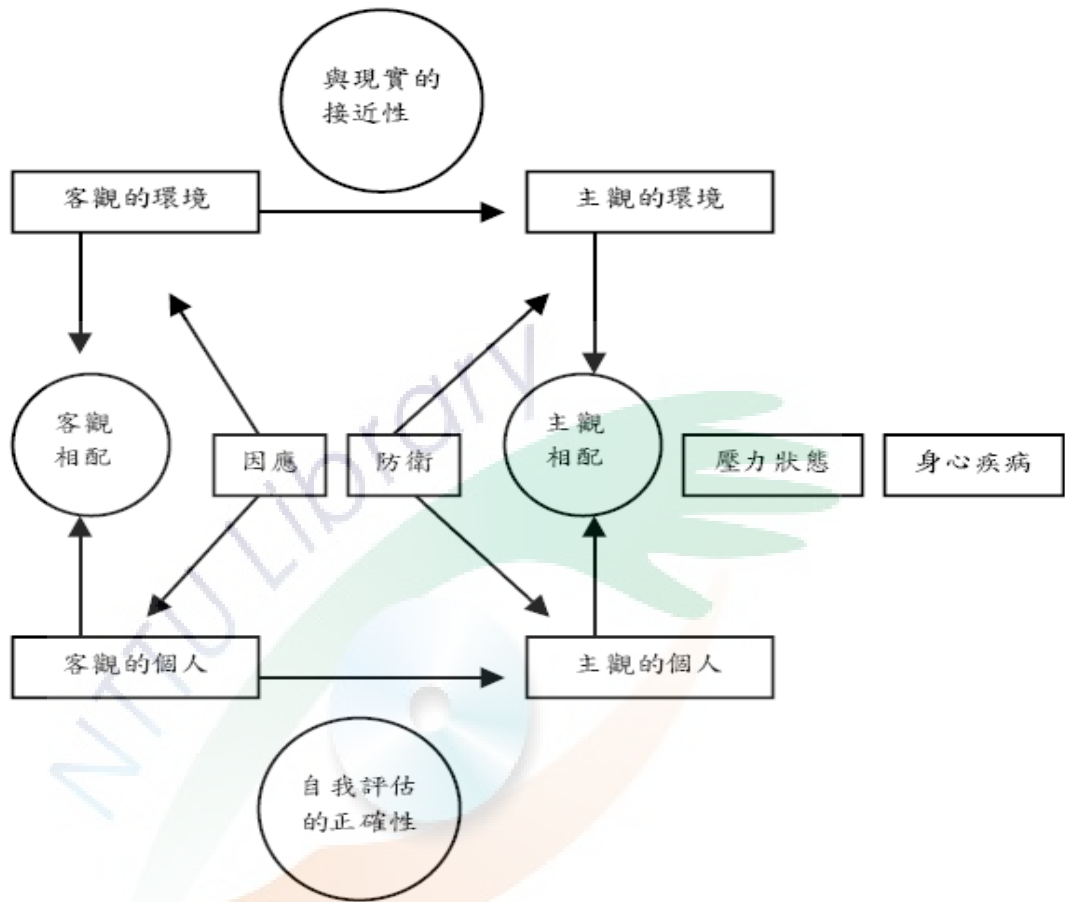


圖 2-2 「個人與環境適配」壓力模式

資料來源：引自屏東縣國民中學教師兼任行政職務者工作壓力與因應策略之研究，黃善慈，2004，頁 39。

根據上圖，此模式將個人與環境的相配情形分為兩類：

第一類為「客觀的相配」：環境與個人之間供需的相配程度，亦指客觀環境與客觀的個人之間的因應關係。

第二類為「主觀的相配」：個人能力與環境的相配程度，亦指主觀的環境與主觀的個人之防衛心理造成。

根據這樣的理論，當情境的要求遠超過個人知覺滿足此一要求的能力，或者

是無法滿足此一要求時，都會產生壓力，因此，其間隱含了三部分的意涵：情境的要求、滿足要求的能力、無法滿足要求時的後果（吳俊容，2003）。因此，人與環境相配的程度，可決定壓力的大小。

Cooper和Marshall（1976）的研究指出，個人與環境的適配模式包括工作關係、工作特性、組織中的角色、組織氣氛與結構以及事業的發展等情境，如果組織中的個體無法適當的處理或適應這些情境，便會感受到壓力的徵兆。

三、「壓力循環」理論模式（Stress Cycle Model）

「壓力循環理論模式」是由Gmelch於1988年綜合歸納了過去專家研究者在壓力理論方面的研究而提出，主張壓力循環過程，如圖2-3所示：

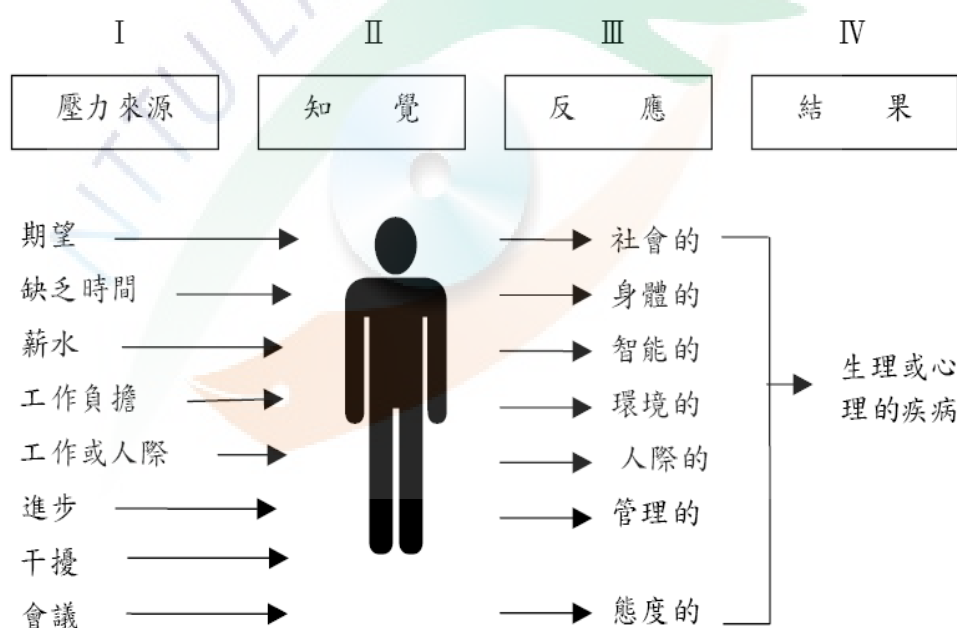


圖2-3 「壓力循環」理論模式

資料來源：屏東縣國民中學教師兼任行政職務者工作壓力與因應策略之研究，黃善慈，2004，頁41。

由圖2-3可知，此模式共包括了「壓力來源」、「個人知覺」、「因應反應」與「結果」四個階段順序，研究者彙整如下表2-1:

表2-1 壓力循環理論模式的四階段一覽表

階段順序	階段名稱	相關內容
階段一	壓力來源	包括加諸於個人身上的需求，如：薪水、期望、工作負擔、專業上的進步或是個人工作情境的刺激與要求，如：工作負擔、缺乏時間、進步、干擾、工作與人際、會議等。
階段二	個人知覺	包含生理和心理的反應，且兩者會相互影響。
階段三	因應反應	當人無法應付環境給予的要求時，人會因社會的、智能的、環境的、身體的、人際的、管理的與態度等的不同而有不同的因應方式，通常因應良好的人能彈性的使用各種因應方式。
階段四	因應結果	個人在過度壓力或負壓力的長期影響下，造成生理的或心理的疾病。

此模式主張，壓力來源、個人知覺、因應反應、因應結果四階段是為一個循環的過程，每個人都會因不同的知覺而有不同的因應方式，但在長期壓力的累積之下，一旦人無法再負荷環境給予的要求，則會造成生、心理的疾病。

由以上三個壓力理論模式，研究者歸納出下列幾點：

- (一)壓力的刺激是多面向的，且彼此會相互作用。
- (二)壓力會因個體知覺與個人特質、遺傳基因等有不同的感受。
- (三)個體若對於壓力缺乏自我調適，長期下來則將產生生理和心理的疾病。

參、教師工作壓力的意義

著名研究者Kyriacou和Chien(2004)在研究台灣國小教師壓力時，將教師工作壓力定義為教師因工作而產生之負向情感(如生氣或沮喪)而導致的反應症狀；Pearson和Moomaw(2005)在研究教師自主權、壓力、工作滿意度和專業能力之相關研究時，將教師工作壓力定義為因工作方面引起，導致如憤怒般的不愉快情境，以及緊張、挫折、憂慮、沮喪與焦躁的情緒。

在國內的方面，由於相當多的研究者亦提出對教師壓力的定義，故研究者僅列出近五年的相關研究。

洪朱璋（2004）在研究「高雄市國民小學資深教師工作壓力與退休態度之相關研究」中，定義為教師在學校工作環境中，在教學、行政上或與學生、家長、同事的互動過程中所產生個人無法適應的負面情感。

郭耀輝（2004）在探討「國民小學教師工作壓力與職業倦怠關係之研究」中，定義為教師在學校從事教學工作，與外在人、事、物互動的歷程，因為工作情境因素、學生因素或個人因素，引發心理不安的知覺或生理不適的反應，終而形成能量匱乏的過程與現象。

林瑞貞（2005）在研究「高雄市國民小學資深教師工作壓力與退休態度之相關研究」中，定義為教師處於學校工作環境中，對於教學工作職務上所賦予的要求、期許、職責等情境因素，與學校、家長、同事、學生互動之下，經由教師主觀知覺無法符合自我標準，造成教師生理與心理正常狀態下產生負向的情感反應與行為改變。

杜昌霖（2005）在研究「行政工作壓力、壓力因應方式與職業倦怠關係之研究-以高雄市國民小學主任暨組長為例」中，定義為教師在工作環境中，與外在的人、事、物互動時，某些要求無法達成任務或個人需求無法獲得滿足，在心理上、生理上產生異於一般教師的正常狀況，使得身心失去平衡的一種現象。

陳怡如（2006）在探討「屏東縣國小教師工作壓力對管教行為影響之研究」中，定義為教師在學校工作情境中，對於教學、行政等工作；與學生、家長、同事互動的過程，及外在環境之變遷需求，因無法適應而在生理、心理及行為上產生負向的反應。

馮意雄（2006）在研究「工作壓力與休閒運動參與之研究-以臺北縣國中兼職行政教師為例」中，定義為教師從事與其有關的教學活動或行政工作時，對於某些工作關聯的要求無法達成，或個人需求程度無法獲得滿足時，在心理、生理上產生異於正常的狀況，使得身心失去平衡而產生不適的一種現象。

張禕芸（2008）在「桃園縣國小教師工作壓力與休閒行為之相關研究」中，定義為教師在其工作環境中，知覺到威脅與困擾，所引發個人在生理、心理及行為的改變。

綜合對教師工作壓力的描述，本研究將教師工作壓力定義為教師在教學互動情境中，察覺到在教學、行政等工作或與學生、家長、同事相處上引發不愉快的負面情感，且造成教學效能的下降。

肆、教師工作壓力的來源

教師這個職業是相當具有社會性的，面臨的工作壓力並非單一來源，而是錯綜複雜、多面性的，且彼此相互影響。另外，從文獻探討中，得知相同的壓力，每個人的解讀及感受亦會隨個人特質而有所不同，那究竟哪些因素是教師工作壓力的來源呢？各研究多不一致，為顧及國內近幾年來教育環境及政策不斷地變革，研究者只列舉近五年內的相關研究，如表2-2：

表2-2 國內研究者對教師工作壓力來源之研究

研究者	年份	研究對象	教師工作壓力來源
洪朱璋	2004	台北市國小教師	1. 學校行政環境 2. 教學與輔導 3. 人際關係 4. 專業成長 5. 學校外部因素 6. 工作負荷
柳敏秀	2004	高高屏國小教師	1. 班級經營 2. 工作負荷 3. 專業角色 4. 人際關係
郭耀輝	2004	高高屏國小教師	1. 工作負荷 2. 學生行為 3. 時間支配 4. 行政支持 5. 專業發展
郭文瑞	2004	高高屏國小教師	1. 工作負荷 2. 社區家長互動 3. 教育變革

表2-2 (續)

研究者	年份	研究對象	教師工作壓力來源
邱姮娟	2005	屏東縣國小教師	1. 工作負荷 2. 行政支持 3. 學生行為 4. 人際關係 5. 變革適應
吳俐錦	2006	高雄市國民小學 兼任組長教師	1. 工作負荷 2. 人際關係 3. 決策參與 4. 工作肯定 5. 專業知能
馮意雄	2006	臺北縣兼任 行政國中教師	1. 工作負荷 2. 行政支持 3. 教學工作 4. 家長互動 5. 個人發展
陳怡如	2006	屏東縣國小教師	1. 學生行為 2. 工作負荷 3. 專業知能 4. 人際關係
莊維仁	2007	彰化縣國小教師	1. 組織環境 2. 學生管教 3. 制度政策
張禕芸	2008	桃園縣國小教師	1. 人際關係 2. 班級經營 3. 行政支持 4. 工作負擔 5. 專業成長
Kyriacou 和 chien	2004	台灣國小教師	1. 學校組織環境 2. 學生管教 3. 制度政策

由表 2-2 可獲得下列結論：研究者常討論的壓力來源涵蓋的內容十分廣泛，但其中有許多相似處，綜合歸納之後，國小教師主要工作壓力來源包括：

1. 學校組織環境因素：如時間支配、工作負荷、行政支持、人際關係、社區家長互動等。
2. 學生管教因素：如學生行為、教學與輔導等。
3. 制度政策因素：如專業知能、專業發展、教育變革、變革適應等。

根據上述教師工作壓力來源，其歸類結果與莊維仁所研究結果相似，故研究者採用莊維仁所編制之「國小教師工作壓力問卷」當做此研究工具。

伍、教師工作壓力模式

一、Kyriacou 和 Sutcliffe 教師工作壓力模式（1978）

Kyriacou和Sutcliffe被認為是研究教師工作壓力的先驅，其主張的教師工作壓力模式，如圖2-4所示：

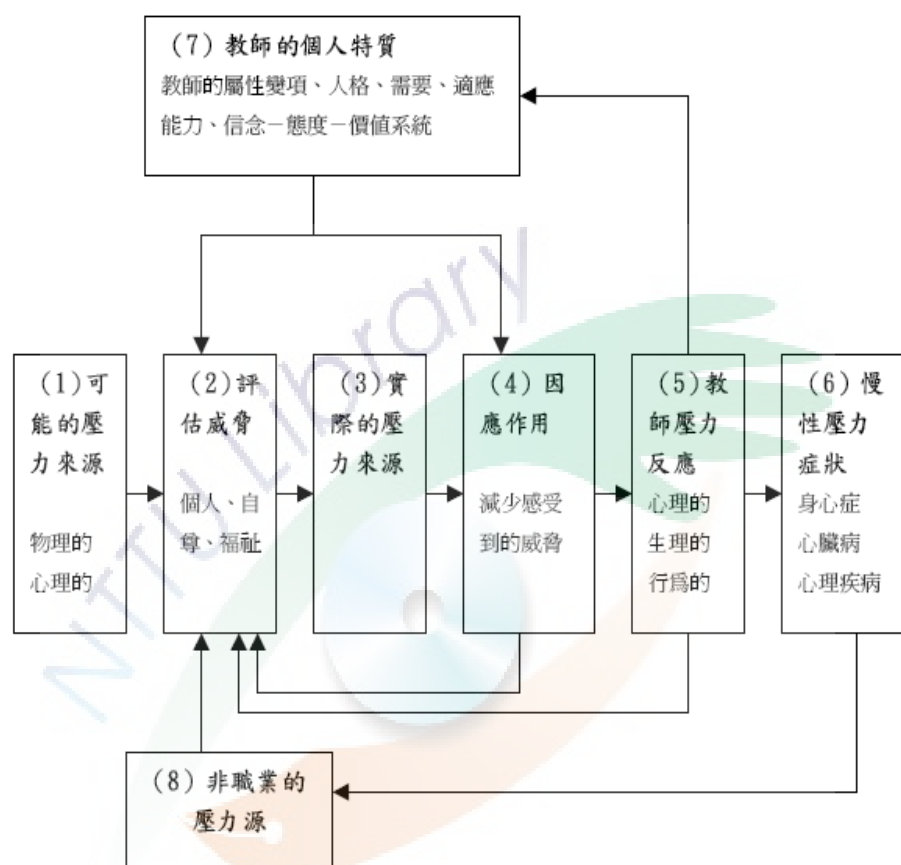


圖 2-4 Kyriacou 與 Sutcliffe 的教師工作壓力模式

資料來源：引自教師心理衛生，王以仁、林本喬和陳芳玲，1992，頁103。

由圖2-4 Kyriacou和Sutcliffe的教師工作壓力模式可知，教師的壓力是多向度的，可能的壓力源會經由個體自行評估，成為實際的壓力來源，而這時個體會自行發展出相對的因應作用，若調解效果不佳，則壓力會顯現在教師心理、生理、行為三方面，最後導致慢性壓力症狀。

二、Tellenback、Brenner 和 Lofgren 教師工作壓力模式（1983）

由於Kyriacou 和 Sutcliffe的教師工作壓力模式中，忽視了學校社會特質，因此之後的Tellenback、Brenner和Lofgren等人加以修正，如圖2-5所示。

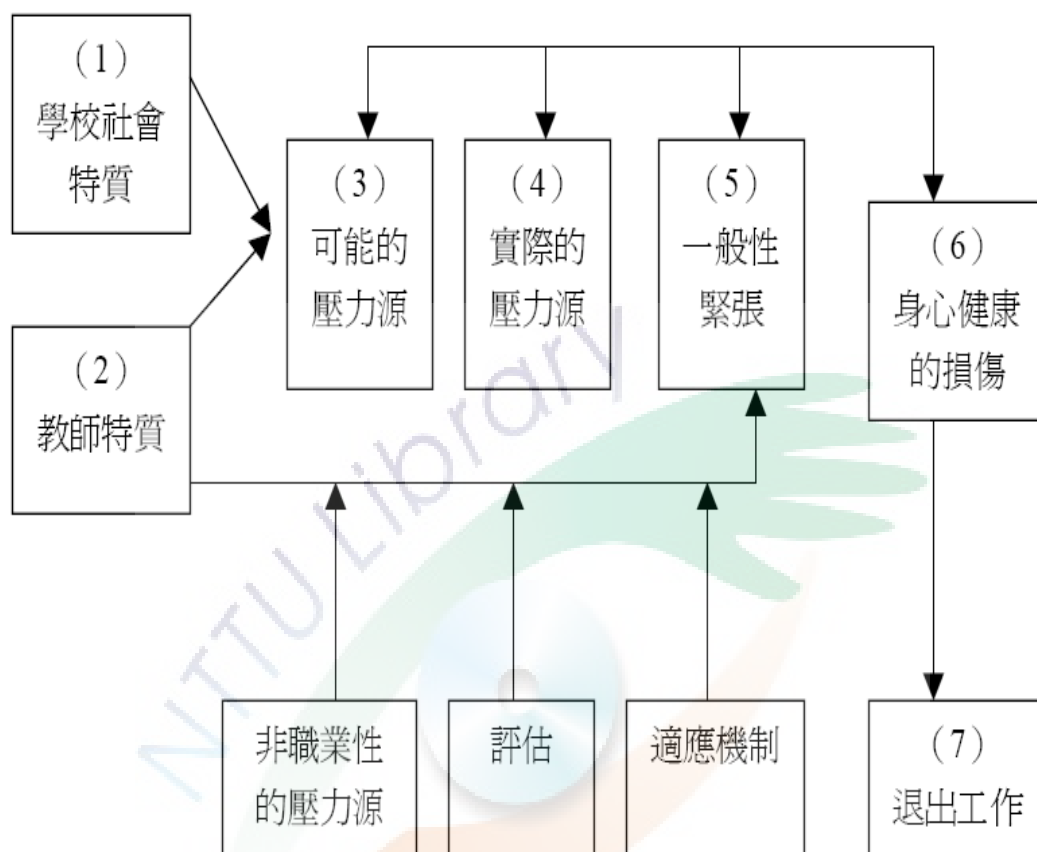


圖 2-5 Tellenback、Brenner 與 Lofgren（1983）教師工作壓力模式

資料來源：Tellenback, S., Brenner, S., D., & Lofgren, H(1983). Teacher stress: Exploratory model building. *Journal of Occupational Psychology*, 56, 19-33.

由圖2-5可知，學校的環境特性，也可能是產生壓力的來源，同樣的，經由教師個體的評估與自身適應機制的調解，最後成為真正的壓力源，如果教師的特質又是屬於容易焦慮、緊張的A型個性，則壓力就更容易導致個體生理、心理健康的損傷，甚至讓個體因此退出工作職場。

三、Greenberg 的工作壓力模式 (1996)

Greenberg提出此一工作壓力模式，其內涵如圖2-6所示：

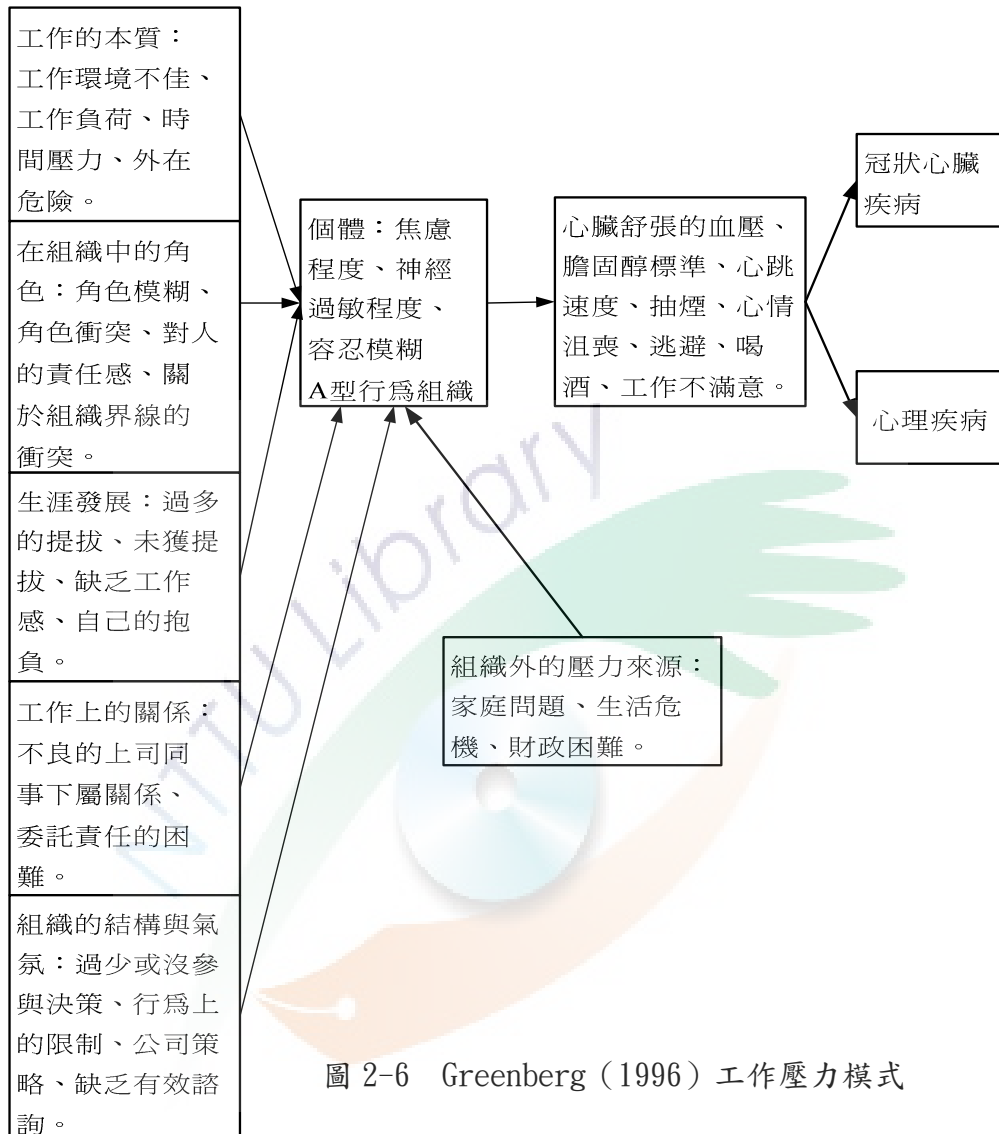


圖 2-6 Greenberg (1996) 工作壓力模式

資料來源：引自桃園縣國小教師工作壓力與休閒行為之相關研究，張禕芸，2008，頁 23。

在Greenberg工作壓力模式中，可歸納以下幾點：

- (一)個體承受的壓力的來源不只包含組織內，還有組織外的個人壓力。
- (二)個人的特質(如:焦慮程度、神經過敏程度、容忍程度、A型行為)皆會影響壓力是否對個體造成影響。
- (三)壓力形成之後，將會對個體造成身體的不適(如:高血壓、心跳速度加快)及情緒低落、憂鬱(如:工作不滿意、抽菸、心情沮喪)，最後產生身心疾病。

四、綜合討論

上述三位學者們對於教師工作壓力的看法，大致相同，Kyriacou和Sutcliffe (1978) 兩位學者，更是奠定教師工作壓力研究的模範，後來的研究者所提出的論點，大多遵循前兩位學者的理論而發展，將各學者的主張分析比較：

表 2-3 教師工作工作壓力理論模式比較分析

學者	年份	理論重點
Kyriacou 和 Sutcliffe	1978	壓力的來源是多向度，經由教師自身的評估，成為實際的壓力源。
Tellenback、Btenner 和 Lofgren	1983	學校環境特性和教師本身的特質，都是造成教師工作壓力的主要來源。
Greenberg	1996	壓力源包含組織內及組織外，而個人的特質與知覺，是形成壓力的最重要因素。

由以上相關文獻，可獲得下列的結論：

- (一)教師壓力來源是多元的，可能是來自學校環境、非職業、或其他的壓力，而這些壓力會彼此交互作用對個體產生影響。
- (二)教師會依照個人特質而對壓力源有不同的評估，且會產生不同的因應方式。
- (三)教師發展出不同的因應方式，會決定是否造成身心症。
- (四)教師長期處於的工作壓力下，將導致職業倦怠。

第二節 教師工作壓力之相關研究

由教師工作壓力模式可以發現到，教師壓力的形成，除了壓力源本身的刺激之外，還會經過個人特質的評價及外在因素來決定是否構成壓力，因而個體間存有極大的差異。個人特質的背景變項包含性別、年齡、婚姻狀況、教學年資、教育程度，外在因素則包含擔任職務、任教年段、任教地區、學校規模、學校歷史等變項，茲就整理不同研究者研究結果，分析近年來的相關研究。

壹、教師人口特質

一、性別

在與教師工作壓力相關研究中，性別一直是研究者研究的主要背景變項之一，可見男女在面臨工作壓力時，常有不同的差異，現將國內外研究者對於教師性別與工作壓力之研究結果整理如表 2-4。

表 2-4 國內外對於教師性別與工作壓力之研究

研究者（年份）	教師性別與工作壓力之關係	研究結果
江欣寬（2003）	在「行政支持向度」上的壓力，女性高於男性。	女性教師工作壓力高於男性教師。
柳敏秀（2004）	在「人際關係」上，女性教師的壓力大於男性教師。	
吳宗立（2003）	在「自我期許」上，男性教師壓力大於女性教師。	男性教師工作壓力高於女性教師
洪朱璋（2004）	在「人際關係」上，男性教師，所感受到的工作壓力明顯高於女性教師。	
郭文瑞（2004）	在「專業適任感」、「人際關係」、「工作負荷」這三方面，男教師工作壓力上大於女教師。	
劉敏秀（2004）	在「人際關係」方面，男教師的工作壓力大於女教師。	
Chaplin（1995）	在「學生行為態度、專業工作上」男教師工作壓力比女老師大	
吳俐錦（2006）	教師的工作壓力知覺並不會受性別影響而有所不同。	教師工作壓力和性別無相關
林玉鳳（2003）	工作壓力與不同性別無顯著差異。	
林月娜（2004）	教師工作壓力不受性別影響。	
郭耀輝（2004）	教師壓力和性別無顯著相關。	
陳怡如（2006）	男女教師在工作壓力知覺上無顯著差異。	
莊維仁（2007）	女性教師和男性教師在工作壓力方面尚無顯著差異。	
馮意雄（2006）	教師的工作壓力並無性別之差異。	
張禕芸（2008）	不同性別的國小教師在工作壓力各向度上並沒有顯著差異。	

表 2-4 (續)

研究者 (年份)	教師性別與工作壓力之關係	研究結果
Borg 和 Riding (1993)	工作壓力不受性別影響。	教師工作壓力和性別無相關
Petrie (2001)	教師壓力的程度與性別沒有顯著差異。	

從表 2-4，可知最近的研究中，性別對教師工作壓力的影響並無一致，有些研究者認為性別對於工作壓力的知覺無顯著相關，有些則認為女性工作壓力大於男性，有些則認為男性工作壓力傾向大於女性，其研究結果不同，可能因研究者選取的母群不同或研究方法不同所造成結果有所差異，因此桃園縣國小教師工作壓力是否因教師性別有顯著差異，尚待本研究來加以證明。

二、年齡

在國內外研究者的研究中，可發現不同年齡層的教師有不同的工作壓力感受。現將教師年齡與工作壓力之研究整理如下表 2-5：

表 2-5 國內外對於教師年齡與工作壓力之研究

研究者 (年份)	教師年齡與工作壓力之關係	研究結果
吳俐錦 (2006)	年齡愈低的教師其工作壓力的知覺愈高。	不同年齡的教師和工作壓力感受有顯著相關
呂佩珊 (2006)	在工作壓力整體方面，「31~40 歲」顯著高於「51 歲以上」。	
洪朱璋 (2004)	在「人際關係上」，「31—40 歲」的教師的工作壓力高於「21—30 歲」教師及「41 歲以上」教師。而在「工作負擔」上，「31—40 歲」教師的工作壓力明顯高於「41 歲」以上。	
張禕芸 (2008)	在「人際關係」方面，「51 歲以上」的國小教師工作壓力顯著高於「30 歲以下」之國小教師。	
郭耀輝 (2004)	在「學生行為向度」上，「31 至 35 歲」年齡層的國小教師的工作壓力高於「46 至 50 歲」年齡層的國小教師。在「工作負荷向度」上，年齡在「21 至 25 歲」的國小教師，遠高於其他年齡較長的教師。	
陳榮茂 (2002)	「41-50」歲的教師其工作壓力高於其他年齡層。	
蕭育 (2003)	「組織溝通向度」上，年輕者工作壓力大於年長者。	

表 2-5 (續)

研究者 (年份)	教師年齡與工作壓力之關係	研究結果
Chaplin (1995)	年紀最大的教師所感受到的工作壓力較大，其次是年紀最輕的，中年教師的感受就不如前兩者	不同年齡的教師和工作壓力感受有顯著相關
Defrank 和 Stroup (1989)	年長者在同事關係上工作壓力較高	
Evans 和 Johnson(1991)	教師的工作壓力受到年齡層的影響	

由表 2-5 可知，在多數的國內外研究中，發現年齡和工作壓力有顯著的相關，不過有些研究者認為年輕教師對工作壓力有較大的感受（呂佩珊，2006；吳俐錦，2006；蕭育，2003），有些研究者認為資深教師對工作壓力感受較深（張禕芸，2008；Chaplin，1995；Defrank 和 Stroup，1989）；不過亦有些研究者則認為年齡和工作壓力的關係會依據不同的工作壓力種類而有不同的結果（洪朱璋，2004）。因此依據上述整理資料得知，年齡與教師工作壓力之關係並沒一致的結果，針對此，則需做進一步探討。

三、婚姻狀況

教師婚姻狀況是否會影響工作壓力，國內外研究者各有其不同的發現，如表 2-6：

表 2-6 國內外對於教師婚姻狀況與工作壓力之研究

研究者 (年份)	教師年齡與工作壓力之關係	研究結果
呂佩珊 (2006)	已婚教師壓力高於未婚教師。	不同婚姻狀況的教師和工作壓力感受有顯著相關
郭文瑞 (2004)	已婚教師其工作壓力較大	
張禕芸 (2008)	在「人際關係」、「班級經營」、「專業成長」、「整體工作壓力」向度上，「其他(離婚、喪偶、分居、同居等)」婚姻狀況的國小教師工作壓力顯著高於「單身」、「已婚」之國小教師。	
Shearin(1997)	工作壓力感受上，未婚高於已婚者	
吳俐錦 (2006)	不同婚姻狀況的兼任組長與未兼任組長教師的工作壓力知覺表現上並無差異存在。	教師婚姻狀況與工作壓力沒有顯著相關。
洪朱璋 (2004)	不同婚姻狀況之台北市國民小學教師在各個工作壓力因素的感受上，並無顯著差異。	
郭耀輝 (2004)	在整體工作壓力未達顯著水準。	
謝榮茂 (2003)	教師婚姻狀況對工作壓力沒有影響。	
Russell(1987)	教師工作壓力和婚姻狀況無顯著關係。	

從研究者的研究發現，教師婚姻狀況中，有些研究者認為已婚教師感受到較大的工作壓力(呂佩珊，2006；郭文瑞，2004)，有些則認為未婚感受到較大的工作壓力(Shearin，1997)，有些則認為性別與教師工作壓力感受並無相關(吳例錦，2006；洪朱璋，2004；郭耀輝，2004；謝榮茂，2003；Russell，1987)，不過，亦有研究者認為其他婚姻狀況(離婚、喪偶、分居、同居等)的教師對工作壓力的感受反而是多於未婚或已婚者(張禕芸，2008)

綜合上述，教師婚姻狀況是否會影響其工作壓力，目前尚無一致結論，對此，有待進一步探討。

貳、教師專業背景

一、年資

教學年資和工作壓力的關係，會因研究者的研究角度不同而有所差異，如表 2-7：

表 2-7 國內外對於教師教學年資與工作壓力之研究

研究者（年份）	教師教學年資與工作壓力之關係	研究結果
吳宗立（2003）	在「專業知能」上，資深教師壓力大於資淺教師。	教師年資與工作壓力有顯著相關。
郭耀輝（2004）	在「時間支配向度」上，國小教師的服務年資在「11 至 15 年」者，比「25 年以上」者的工作壓力得分為高。在「工作負荷向度」上，服務年資在「16 至 20 年」的國小教師比服務年資在「5 年以下」的國小教師得分為高。	
Braaten(1991)	年資愈高的工作者，其工作壓力感受會降低	
DeFrank 和 Stroup (1989)	資淺教師對於待遇壓力高於資深教師。	
Turnage 和 Spielberger(1991)	年資愈高的工作者，其工作壓力感受會降低	
吳例錦（2006）	年資在工作壓力的知覺上並無差異存在。	教師年資與工作壓力沒有顯著相關。
張禕芸（2008）	不同服務年資國小教師在工作壓力各分向度及整體向度上並沒有顯著差異。	
Montalvo、Bair 和 Boor（1995）	教師工作壓力會因服務年資不同而有所差異	

由上表得知有些研究結果顯示資深教師在某些向度有較高的工作壓力（吳宗立，2003），有些結果顯示資淺的教師在整體承受的壓力上或某些向度上有較高的工作壓力（Braaten，1991；DeFrank 和 Stroup，1989；Turnage 和

Spielberger,1991),有些研究則顯示依據工作壓力不同類別而有不同的結果(郭耀輝,2004),但也有部份研究顯示教師服務年資與工作壓力無關(吳俐錦,2006;張禕芸,2008)。

歸納上述有關教師服務年資與其工作壓力的關連性,研究者們有不同的認定,這是值得繼續加以探討的。

二、教育程度

國內外研究者對教育程度是否會影響教師工作壓力,各有不一致的發現,如表 2-8:

表 2-8 國內外對於教師教育程度與工作壓力之研究

研究者(年份)	教師教育程度與工作壓力之關係	研究結果
吳俐錦(2006)	「教育學程」結業的工作壓力較高。	教師教育程度與工作壓力有顯著差異
呂佩珊(2006)	「研究所以上」的教師壓力高於「大學院校」的教師。	
郭耀輝(2004)	在「工作負荷向度」上,研究所畢業(含四十學分班)的國小教師的工作壓力比「一般大學畢業」的國小教師得分為高。在「專業發展向度」上,師範學院畢業的國小教師的工作壓力比研究所畢業(含四十學分班)的國小教師來的高。	
張禕芸(2008)	「師範大學、師範學院」的國小教師工作壓力顯著高於「研究所或四十學分班」之國小教師	
馮意雄(2006)	兼任行政教師教育程度為「研究所或四十學分班」在家長互動得分顯著高於「大學或學院」者;在個人發展方面,「大學或學院」的得分顯著高於「研究所或四十學分班」。	
Mo(1991)	「大學」畢業的教師感受較大的工作壓力。	
吳榮福(2002)	總務主任的工作壓力感受與教育程度無關。	教師教育程度與工作壓力沒有顯著差異
陳榮茂(2002)	教師的教育程度與工作壓力無關。	
張淑雲(2002)	教育程度不同與工作壓力的感受並無顯著差異。	

由表 2-8 可知,早期的研究多發現教育程度與工作壓力沒有顯著差異(吳榮福,2002;陳榮茂,2002;張淑雲,2002;),而近年來研究者的研究發現中,教師教育程度與工作壓力有顯著相關(呂佩珊,2006;吳俐錦,2006;郭耀輝,2004;張禕芸,2008;馮意雄,2006;Mo,1991)。教育程度是否影響教師工作壓力,國內外研究者各有其不同的看法,基於此,本研究將做進一步探討。

三、擔任職務

教師在學校中所擔任的職務是否會造成工作壓力上知覺的差異，因研究角度而有所不同，如表 2-9：

表 2-9 國內外對於教師擔任職務與工作壓力之研究

研究者（年份）	教師擔任職務與工作壓力之關係	研究結果
李彥君（2002）	級任教師工作壓力高於兼任行政工作教師。	
吳宗立（2003）	在「人際壓力」、「專業知能」、「自我期許」上，專任科任教師壓力均大於級任教師。	
吳俐錦（2006）	在「人際關係」向度，兼任組長教師所知覺到的壓力最低；在「工作負荷」向度，所知覺到的壓力最高。	擔任不同職務的教師在工作壓力上有顯著的不同。
洪朱璋（2004）	整體而言，以級任導師的工作壓力感受最大，科任教師的工作壓力是最輕的。	
郭文瑞（2004）	擔任教師兼主任或組長者的工作壓力最大。	
郭耀輝（2004）	在整體工作壓力上，國小教師兼任「組長（或比照組長之職務）」者比兼任「主任」者的工作壓力得分為高。	
張禕芸（2008）	在整體工作壓力向度上，教師兼組長及級任教師工作壓力高於教師兼主任教師。	
黃宏建（2002）	教師工作壓力不受職務的影響。	擔任不同職務的教師在工作壓力上沒有顯著
鄭全利（2003）	教師擔任職務不影響教師工作壓力。	

國內研究者李彥君（2002）和洪朱璋（2004）的研究指出，級任教師有較大的工作壓力；吳俐錦（2006）和郭文瑞（2004）則認為兼任行政工作教師的工作壓力會較大；國外研究者 Manthei 和 Sloman（1988）則認為，教師會因擔任不同的職務，在不同的向度感受到較大的工作壓力，但也有研究研究者認為教師工作壓力不受擔任職務影響（黃宏建，2002；鄭全利，2003）。

從上述討論教師因擔任職務的不同，研究者各有其研究主張，是否因此而造成教師的工作壓力或向度的差異性，有待研究進一步討論。

四、任教年段

由表 2-10 可知，根據郭耀輝(2004)及 Borg 和 Riding(1991)的研究顯示高年級教師的工作壓力比低年級教師的壓力大，但國內外近年來對於任教年段與工作壓力的相關研究較少，因而是否真的造成教師的工作壓力差異性，有待研究進一步討論。

表 2-10 國內外對於教師任教年段與工作壓力之研究

研究者（年份）	教師任教年段與工作壓力之關係	研究結果
郭耀輝（2004）	在「工作負荷向度」上，擔任高年級的國小教師在工作負荷向度上的工作壓力高於擔任低年級的國小教師。	不同任教年段的教師在工作壓力上有顯著的不同。
Borg 和 Riding（1991）	高年級教師壓力比低年級教師大。	

參、學校環境

一、任教地區

研究者們對於教師所在學校區域是否會影響其工作壓力，各有不同的研究結果，如表 2-11。

表 2-11 國內外對於教師任教地區與工作壓力之研究

研究者（年份）	教師任教地區與工作壓力之關係	研究結果
吳宗立（2003）	都市型學校教師之專業知能壓力大於偏遠學校教師。	教師工作壓力受其所在地區影響
陳怡如（2006）	在「學生行為」上，任教鄉村地區教師壓力大於市區教師。	
張淑雲（2002）	「時間管理向度」，城市的教師所感受的工作壓力高於鄉鎮教師。	
張禕芸（2008）	整體工作壓力向度上，位於「城市」、「鄉鎮」教師工作壓力高於「偏遠」教師。	
謝榮茂（2003）	一般鄉鎮區的教師工作壓力高於都會區與偏遠或特偏遠地區教師。	
Gary 和 Ann(1998)	城市教師壓力重，郊區教師壓力小；鄉下教師壓力中等程度。	

表 2-11 (續)

研究者 (年份)	教師任教地區與工作壓力之關係	研究結果
吳榮福 (2002)	不同任教地區的國小總務主任感受到的工作壓力並無差異。	教師工作壓力不受其所在地區影響
邱義煊 (2002)	工作壓力不受任教區域影響。	
陳榮茂 (2002)	教師工作壓力與學校所在地區無關。	
郭耀輝 (2004)	在整體工作壓力未達顯著水準。	

有研究發現，在某些工作壓力向度，城市或都市型的教師工作壓力較大（吳宗立，2003；張淑雲，2002；張禕芸，2008；Gary 和 Ann，1998）；有些研究發現鄉村型學校工作壓力大於都市型（陳怡如，2006）；另外，也有研究指出教師任教地區不會影響工作壓力（吳榮福，2002；邱義煊，2002；陳榮茂，2002；郭耀輝，2004）。

從上表整理資料發現，在不同區域任教的教師有不同向度的壓力或不受影響，對此，仍需進一步探討。

二、學校規模

根據國內研究顯示，學校規模是否會造成作壓力的差異，尚未有一致的答案，因此本研究亦將針對此一變項加以探討，如表 2-12。

表 2-12 國內對於教師任教的學校規模與工作壓力之研究

研究者 (年份)	教師任教的學校規模與工作壓力之關係	研究結果
陳榮茂 (2002)	「6 班以下」學校規模的教師，工作壓力顯著高於「25 班以上」。	任教不同學校規模的教師在工作壓力上有顯著的不同
陳淑娟 (2002)	學校規模「49 班以上」之國小教師工作壓力顯著高於學校規模「13-48 班」之國小教師。	
張禕芸 (2008)	學校規模在「25-48 班」、「49 班以上」教師工作壓力皆高於「12 班以下」。	
吳榮福 (2002)	不同學校規模的國小總務主任，感受到的工作壓力並無差異。	任教不同學校規模的教師在工作壓力上沒有顯著的不同
邱義煊 (2002)	教師工作壓力不受學校規模的影響。	

表 2-12 (續)

研究者 (年份)	教師任教的學校規模與工作壓力之關係	研究結果
吳俐錦 (2006)	教師任教的學校規模大小在工作壓力的知覺上並無差異存在。	不同學校規模的教師在工作壓力上沒有顯著的 不同
郭耀輝 (2004)	在整體工作壓力未達顯著水準。	
陳怡如 (2006)	在整體工作壓力未達顯著水準。	

國內研究者的研究指出，學校規模大小對教師有不同向度的工作壓力，陳榮茂 (2002) 認為在小型學校教師的工作壓力較大；陳淑娟 (2002)、張禕芸 (2008) 則認為在大型學校教師比小型學校教師的工作壓力大；亦有部份國內研究者認為教師工作壓力不受任教學校規模所影響 (吳榮福，2002；吳俐錦，2006；邱義煊，2002；陳淑娟，2002；陳怡如，2006；郭耀輝，2006)。

根據上述資料整理得知，學校規模大小是否會影響教師工作壓力，研究者看法不盡相同，因此仍需做進一步討論。

三、學校歷史

由表 2-13 可知，國內近年來對於學校歷史與工作壓力的相關研究較少，因而是否造成教師的工作壓力差異性，有待研究進一步討論。

表 2-13 國內對於教師任教的學校歷史與工作壓力之研究

研究者 (年份)	教師任教的學校歷史與工作壓力之關係	研究結果
張禕芸 (2008)	「整體工作壓力」向度上，學校歷史在「10 年以下」教師工作壓力高於「11-20 年」、「21 年以上」	不同學校歷史的教師在工作壓力上有顯著的不同

綜合上述教師個人背景與工作壓力相關研究論點，可以歸納得知以下結論：

(一) 教師人口特質方面

不同性別的教師，因為社會化賦予的期望不同，加上社會化過程中存在著角色認知的差異，這些差異造成教師對工作壓力的認知有所不同；不同年齡的教師，其工作經驗及經歷不盡相同，所知覺的工作壓力層面亦不同；婚姻狀態的有無，是否會影響教師的工作壓力，研究者各有其見解，有待進一步探討。

(二)教師專業背景方面

有關服務年資對其覺知工作壓力程度的影響研究，結果並不一致，一般而言教學年資愈深者，其教學經驗就愈豐富，在學生行為、心理支持、教學專業發展的壓力較資淺者小，但亦有研究者指出較資深的老師，可能因長期使用同一種教材教法上，因此反而在「專業知能」這方面的工作壓力感受比年輕者多；有較多的研究指出，教育程度與工作壓力之間有明顯的差異性；任教不同職務的教師，經驗到不同的工作壓力，但有兼任行政工作教師的工作壓力明顯高於未兼任行政工作教師；任教不同年段的教師，感受到不同的工作壓力，據文獻多顯示高年級教師所承受的工作壓力比低年級高。

(三)學校環境方面

從研究資料得知，任教於城市、鄉鎮或偏遠地區的教師，經驗到的工作壓力有所差異，因此教師任教區域是否會造成教師工作壓力，仍需進一步研究；任教不同規模大小的教師，對工作壓力的感受不同，有研究者認為任教於小規模學校的教師必須承擔的事務較多，因此壓力較大，但亦有研究者認為任教大規模學校的教師面對的人事物較繁雜，因此壓力較大，可見各個研究者的研究結果不盡相同；學校歷史的相關研究，論述較少，依據張禕芸研究結果，任教學校歷史較短的教師工作壓力較大。

第三節 社會支持理論與相關研究

以往心理學的研究重點大多在於個體，忽略了人與環境之互動，如今社區心理學的觀點則將研究範圍擴大到社會環境與系統(邱文彬，2001)，因為人是社會的一部份。社會生活是一種雙向溝通的過程，在與生活環境交互作用的動態作用中，面對壓力時，除了衡量本身的能力之外，外在給予的支持的力量，不管來源為何，以哪種支持方式出現，只要能幫助解決問題，都有益於信念及行為的增強。

本節分別以社會支持的意義、社會支持的類型、教師社會支持的來源之研究來做進一步說明。

壹、社會支持的意義

Caplan於1974 年提出社會系統 (social system) 的概念，自此開始一連串有關社會支持的假設與研究，也從中發現所謂「社會支持」是從正式與非正式資源中所得到的情緒及實質上的支持，身旁的家人、朋友或重要他人所提供不同形式的支持與幫助，包括訊息的提供、情緒的安慰等(陳宇杉，2004)，皆可以緩和及生活壓力對個體生理或心理健康所造成的衝擊，增進個人的生活調適(曾麗華，2005)。

社會支持包括「社會」和「支持」兩個概念，「社會」指個人所接連的社會環境，包括親密關係、信賴者、網路連結及社會人士；「支持」則指感情和工具性支援行動(單小琳，1990)。所以社會支持可說是個人在社會環境中，透過各種社會關係的運作、獲得支持、幫助的過程與結果(張郁芬，2001)。關於社會支持的定義，各家說法不一，研究者整理如下。

一、國內研究者對社會支持的相關研究

- (一) 關美華(2000) 認為社會支持係指由正式組織 (如專業機構) 及非正式團體 (家人、親戚、師長、行政主管、同儕)，對個體所提供有關情緒性、資訊性、評價、工具及陪伴支持。

- (二)鄭秀足(2000)綜合國內外研究者觀點，認為社會支持是個人得到來自所身處的社會網絡中，提供的各種支持行動，這種支持行動的性質包含情感的和工具的；社會支持也是一種資源交換行為，這種交流互動有助於接受者面對挑戰、壓力和困難。
- (三)張郁芬(2001)認為社會支持係個體藉由與環境中人、事、物的互動，獲得社會網路中重要他人(如配偶、父母、朋友或師長等)所提供的各種形式協助，而能夠讓個體處理所面臨的壓力、促進身心健康、生活適應良好。
- (四)林佳蓉(2002)綜合各種社會支持的定義認為社會支持是個體面對壓力時，藉著與周圍重要他人的互動歷程(家人、朋友、同事、家長、師長等)得到緩衝壓力的需求。
- (五)陳宇杉(2004)認為社會支持的意義係個體在面對所處情境中的壓力事件時，為了滿足其心理、物質上的需求，以人際互動的形式所得到的支持力量。
- (六)張佩娟(2004)認為社會支持是個體透過社會互動，而感受到被照顧、被愛與尊重，具有價值。社會支持不僅能滿足個體需求，還能幫助個體對抗壓力和減輕壓力所帶來的不良影響，進而使個人產生新活力，面對未來。
- (七)王嬋媚(2004)認為社會支持是個人在社會環境中，透過社會網絡，個人或團體的互動，彼此交換資源以獲得個人的滿足，減少個體的壓力，適應個人心理和生理的情緒狀態，社會支持是一種人際溝通的網絡。

二、國外研究者對社會支持的相關研究

- (一)House & Kahn(1985)當個人面對來自生活上的壓力而以個人的能力無法因應時，形成一種威脅，導致無力感的產生。個人擁有正向的社會關係，則可使個人在心理上減少負面的情緒，並經由這種社會關係網路，提供個人情緒支持及肯定自我的價值。
- (二)Cohen & wills(1985)認為社會支持是人際間的互相交流，彼此可獲得情感上的、物質上的、協助知識訊息的交換及評價支持。

(三)Thoits(1986)認為社會支持是由重要他人(家人、鄰居、朋友、同事和親戚)提供給在壓力情境下的受困者協助的力量。

(四)Tracy(1990)認為社會支持指的是人們對他人提供各種不同方式的協助，包括情感性的鼓勵或支持、建議或勸告、傳遞訊息和資訊、指導、以及實體或有形的幫助，社會支持可能是經由家庭與朋友這些聯絡網絡所提供，也有可能由專業的協助所提供。

(四)Lopez(1999)認為社會支持是指支持者在某特定地方，直接提供給個體實質上的物品、服務、社會介入和指引。

三、綜合討論

經由以上國內外研究者對社會支持的定義發現：

1. 社會支持是一種互動的關係，以人際關係為基礎。
2. 社會支持是當個體面對環境變化時正向支持的力量，可讓個體感受到愛與歸屬感，並且減輕壓力所帶來的負向影響。
3. 「人」是社會支持的重要來源，因此人們必需營造良好的人際網路。

貳、社會支持的類型

House(1981)則認為社會支持是持續與另一個人、社交網路、團體或組織的互動，它提供個人對自己的回饋、被他人認定的機會，也彌補個人在社會中溝通的不定性，因而社會支持也可說是一種人際交流，其類型可包含四項：

- 一、情緒支持：例如自尊、信任、情感、關注和傾聽等。
- 二、資訊支持：例如提供和問題有關資訊、建議和指引。
- 三、工具支持：在需要時，直接給予的幫助，如金錢、勞力、時間及實質上的幫助。
- 四、評價支持：他人所給予的評價、回饋及自我的評鑑。

由以上之述，國外研究者對社會支持的方式，因個體研究的不同，所感受的社會支持的方式也不同，研究者整理國內外研究者相關研究，如表 2-14 所示：

表 2-14 社會支持的類型

研究者（年份）	研究對象	類別數	類別
王嬋媚(2004)	高中教師	三類	情感支持、訊息支持、工具支持
林佳蓉(2000)	幼兒教師	三類	情感性支持、實質性支持、訊息性支持
徐靜芳(2004)	研究生	四類	情緒的、尊重的、訊息的、工具的支持
崔來意(2000)	高科技公司女性專業人員	四類	自尊支持、訊息支持、社交支持、工具支持
張郁芬(2000)	國小教師	四類	情緒性支持、訊息支持、社交支持、物質支持
闕美華(2000)	國小教師	三類	情感性支持、實質性支持、訊息性支持
Birch(1998)	學校教師	四種	情緒支持、訊息支持、實質支持、評估支持
Cutrona(1996)	夫婦	五類	情感性、尊重性、訊息性、實質性、同伴之誼的支持
Lopez(1999)	女性	四類	社會性的支持、工具性或諮商性的支持、主動支持、物質性支持
Thoits(1982)	大學生	二類	情感性、工具性支持

綜合以上之述發現，社會支持視個體互動的社交關係，而有不同方式來提供個體情感上與實質上的協助並滿足需求。

雖然國內外研究者對於社會支持分類名稱有些不一致，但其意涵大多包含以下幾點：

- (一)情緒支持(emotional support)：在人際互動中能得到別人尊重與接納，且獲得信任、情感與歸屬感等感受。
- (二)訊息支持(information support)：提供個人解決問題之方法、建議或相關資訊，也稱為評價性支持。
- (三)工具支持(instrumental support)：提供經濟或物質上的援助，也稱為實質性支持。

參、教師社會支持的來源

個體在社會網絡中，不同的支持來源提供不同的支持方式，彼此間相互合作，促進個體對環境的適應能力。House(1981)認為社會支持的來源包括來自配

偶、親戚、朋友、上司、工作伙伴等；Felner(1984)認為社會支持的來源有三種，第一種為正式支持來源，例如老師及專業人員、第二種為非正式來源，例如朋友、第三種為家庭支持，例如有血緣關係的親戚，下表2-15為教師社會支持來源的相關研究：

表2-15 教師社會支持的來源

研究者 (年份)	研究對象	類別	來源
單小琳 (1987)	國中女姓導師	三類	親密者:配偶、家人、知己 社會網絡:朋友、同事、學校行政人員家長 社會人士:專業諮詢機構
林佳蓉 (2002)	幼稚園教師	五類	園長及行政人員:園長、主任、組長 同事朋友:同儕教師、朋友 親友:家人、親戚 家長:學生家長 專業團體:專業人員或機構
張郁芬 (2001)	國小教師	四類	家庭:父母、配偶、兄弟、姐妹、親戚 學校:校長、教師、學校行政人員 同儕:朋友、同學、同輩 社會機構:醫護人員、心理輔導機構、宗教人員
張佩娟 (2004)	國中輔導教師	三類	主管:校長與輔導主任的支持 同事:全校同仁的支持 親友支持:同事之外的親友,特別是家人部份
郭志純 (2003)	國小教師	五類	教育主管人員:校長、主任 家庭:家人、親戚 同儕:學校教師、朋友、同學 專業:專業人員或機構 其他:學生、學生家長
陳宇杉 (2004)	國小資源班教師	五類	一般支持:行政人員、學生家長等 家人支持:父母、配偶、兄弟姐妹、子女、親戚等。 同儕支持:同事、朋友等 專業支持:諮商員、社工人員、宗教人員、心理輔導機構、社會機構等。
曾麗華 (2004)	國中教師	三類	行政人員:校長、主任等 同事:學校教師 親友家人:家人、親戚、朋友
謝菊英 (2002)	國小女校長	五類	上司:長官 同事:同校的老師們 家人:配偶、父母、兄弟姐妹等 學生家長:學校學生的家長 其他:其他的校長
關美華 (2000)	國中老師	四類	專業團體:社工、諮商員 親人:父母、配偶、兄弟姐妹、親戚 師長、行政主管:校長、主任 同儕:同事、朋友

表2-15 (續)

研究者	年份	研究對象	類別	來源
劉妙真 (2004)		幼稚園教師	五類	親友：家人、親戚 同事朋友：同儕教師、朋友 園長及行政人員：園長、主任、組長 家長：學生家長 專業團體：專業人員或機構
Cheuk和Wong (1995)		教師	四類	督導：校長及長官 其他教師：學校同事 學生：學校的學生 家長：學生的家長
Zinn (1997)		教師	四類	同事：同儕教師 行政管理者：校長、主任 家庭：父母、配偶、兄弟姐妹、子女、親戚等 朋友：學校系統之外的友人

從國內外相關文獻的探討歸納，教師社會支持主要來自初級團體（如家庭）、知己（如朋友、同學）及社會網絡（如學校、專業團體）等重要他人，這些亦分別提供不同功能的行動支持。而依據單小琳（1987）的研究顯示教師在不同支持項目會尋找不同的支持來源，在感情支持上找配偶或同事；在教學上找同事；行政支持上則找同事和校長，經由這些支持，教師增加對工作的自信，也減少工作對身心的衝突。

本研究則依文獻探討結果及教師教學實際環境而把教師社會支持分為家庭支持、學校支持、同儕支持、專業支持。

第四節 教師社會支持之相關研究

有關社會支持方面的研究，皆顯示出教師個人的背景變項會影響社會支持的來源及多寡，因而本研究針對個體背景變項與教師社會支持關係做進一步的探討。

壹、教師人格特質方面

一、性別

由表 2-16 可知國內近年來對於性別與社會支持的相關研究較少，因而是否造成教師的社會支持差異性，有待研究進一步討論。

表 2-16 國內對於教師性別與社會支持之研究

研究者（年份）	教師性別與社會支持之關係	研究結果
張佩娟(2004)	「女性」國中輔導教師在「親友支持」上的得分顯著高於男性國中輔導教師。	教師社會支持和性別有
闕美華(2000)	在「同儕支持」的社會支持上，男性較女性低。	顯著相關

由以上相關研究可知，闕美華(2000)認為女性在「同儕支持」上比男性高，因為女性比男性會跟同儕分享工作上的心得；張佩娟(2004)認為女性國中輔導教師在「親友支持」上給予較多的支持力量，使她們投注較多的心力於工作上，不需面臨家庭、事業難以兼顧的困境；這與部分男性有「公務不需與親友分享」的觀念是迥然不同，因而使得性別在「親友支持」向度呈現差異。

二、年齡

由表2-17可知國內近年來對於年齡別與社會支持的相關研究不多，因而有待研究進一步討論。

表2-17 國內對於教師年齡與社會支持之研究

研究者（年份）	教師年齡與社會支持之關係	研究結果
陳宇杉(2004)	「31 至 40 歲」年齡層的資源班教師較其它年齡層的教師獲得較多來自行政人員方面的支持。	教師社會支持和年齡有顯著相關
林佳蓉(2002)	年齡對於獲得社會支持的程度之間沒有任何關係存在。	教師社會支持和年齡沒有顯著相關
張佩娟(2004)	國中輔導教師在年齡上未有顯著的差異存在。	有顯著相關

陳宇杉(2004)認為「31至40歲」年齡層的資源班教師獲得較多來自行政人員方面支持的可能原因為其本身即擔任行政人員的工作，例如特教組長、輔導教師等，或是因資源班行政方面的工作而必須時常與學校的行政人員聯繫等因素。但依據林佳蓉(2002)、張佩娟(2004)的相關研究則顯示教師年齡和社會支持的程度沒有相關，因而教師年齡是否影響社會支持的程度，尚有待加以證明。

三、婚姻狀況

由表2-18可知國內近年來對於婚姻狀況與社會支持的相關研究不多，因而是否造成教師的社會支持差異性，有待研究進一步討論。

表 2-18 國內外對於教師婚姻狀況與社會支持之研究

研究者（年份）	婚姻狀況與社會支持之關係	研究結果
劉威德(1994)	已婚教師比未婚教師獲得較高程度的社會支持。	教師社會支持和婚姻狀況有顯著相關
闕美華(2000)	有婚姻經驗比無婚姻經驗的教師所獲得的社會支持高。	
Connidis 和 McMullin (1994)	未婚者較缺乏情緒性支持及感覺被需要、陪伴的友伴支持，但工具性支持則未見顯著差異。	
Longino 和 Lipman (1982)	已婚者較未婚者接受到更多來自家中的情緒性或工具性的社會支持，但來自朋友的支持並無顯著差異	
張佩娟(2004)	國中輔導教師在婚姻狀況上均未有顯著的差異存在。	

依據國內研究者劉威德（1994）、闕美華（2000）；國外研究者Longino 和 Lipman（1982）、Connidis和McMullin（1994）的研究顯示，已婚的教師可能因比未婚教師多了配偶、孩子等的支持，因此社會支持程度較高，但張佩娟（2004）的研究卻顯示婚姻狀況和社會支持並無相關，因而教師婚姻狀況和社會支持的相關究竟為何，尚有待證明。

貳、教師專業背景方面

一、年資

由表2-19可知國內近年來對於年資與社會支持的相關研究結果不一，因而有待研究進一步討論。

表2-19 國內對於教師年資與社會支持之研究

研究者（年份）	教師年資與社會支持之關係	研究結果
陳宇杉(2004)	教學總年資「7 年以上」的資源班教師在「家人支持」向度比「3 年以下」的教師獲得較多的社會支持。	教師社會支持和年資有顯著相關
劉威德(1994)	服務 5 年以下的教師所獲得「同事支持」的比例較高；服務 20 年以上的教師則以「行政人員支持」的比例較高。	
闕美華(2000)	資淺教師剛加入教師行列，會感受到較多的社會支持，其後有一段支持低的潛伏時間，等到年資累積到 16 年以上，越資深教師所獲得的社會支持就越高。	
張佩娟(2004)	國中輔導教師在年資上均未有顯著的差異存在。	教師社會支持和年資沒有顯著相關

根據劉威德(1994)、闕美華(2000)、陳宇杉(2004)的研究結果顯示，教師的社會支持狀況和年資有顯著的相關，因為資淺的教師初進教學領域的工作，在社會支持各向度中，可能對來自行政人員及同事、朋友的支持感受較為強烈；但張佩娟(2004)的研究結果卻顯示兩者並無相關。

二、學歷

由表 2-20 可知國內近年來對於學歷與社會支持的相關研究結果不一，因而有待研究進一步討論。

表 2-20 國內對於教師學歷與社會支持之研究

研究者（年份）	教師學歷與社會支持之關係	研究結果
張佩娟(2004)	「碩士學歷」之國中輔導教師在「社會支持整體」、「主管支持」及「同事支持」上的得分顯著高於學士學歷之輔導教師。	教師社會支持和學歷有顯著相關
陳得添(2006)	學歷越高，整體社會支持越高。	
林佳蓉(2002)	學歷的高低對於獲得社會支持的程度之間沒有任何關係存在。	教師社會支持和學歷沒有顯著相關

依據張佩娟(2004)、陳得添(2006)的研究結果顯示，學歷越高，可能也代表受過學術研究訓練，能力較佳，主管較信任、願意授權，因而擁有的社會支持程度也跟著提高，但林佳蓉(2002)的研究顯示卻顯示兩者並無相關。

參、學校環境變項方面

一、學校規模

由表 2-21 可知國內近年來對於學校規模與社會支持的相關研究結果不一，有待研究進一步討論。

表 2-21 國內對於教師任教的學校規模與社會支持之研究

研究者（年份）	學校規模與社會支持之關係	研究結果
張佩娟(2004)	學校規模在「49 班以上」的國中輔導教師，其「同事支持」顯著高於其他學校規模的輔導教師。	教師社會支持和學校規模有顯著相關
闕美華(2000)	學校層級不同之教師在「同儕支持」達顯著差異。	顯著相關
陳得添(2006)	不同班級數之高雄市普通班與特教班國中教師，在整體社會支持上沒有顯著差異。	教師社會支持和學校規模沒有顯著相關。

國內研究者闕美華(2000)、張佩娟(2004)認為學校規模越大，人力資源越充裕，師資結構較佳，在良性循環下所獲得的社會支持也高，但陳得添(2006)的研究結果顯示兩者並無相關。

綜合上述教師個人背景與社會支持相關研究論點，可以歸納得知以下結論：

(一)教師人口特質方面

不同性別的教師，因為先天或社會化的過程，造就特質的不同，使得女性比較會尋找支持管道來紓解情緒；不同年齡的教師，是否會影響教師的工作壓力，研究者各有其見解，有待進一步探討；婚姻狀態對社會支持造成的影響，多數研究者認為因為已婚者比未婚者多了配偶、孩子等支持，因此有較高的社會支持系統。

(二)教師專業背景方面

有關服務年資對其覺知社會支持高低的影響研究，多數研究者認為不同年資的教師所擁有的社會支持系統各不同，在向度上各有高低；而在不同學歷、任教職務、任教年段方面因為相關文獻較少，因此有待進一步去探究。

(三)學校環境方面

有關不同的任教地區、學校規模、學校歷史等，因為相關文獻較少，研究者無法舉出實證，因而亦有待探討。

第五節 工作壓力和社會支持之相關研究

建立良好的社會網絡有助於調節壓力的效應，並減少疾病的死亡；相反的，缺乏外在的支持系統時，將使壓力來源更具殺傷力，並減弱個人抗衡的能力(謝菊英，2002)。本節就依社會支持的效果模式、教師工作壓力與教師社會支持的相關研究來說明。

壹、社會支持的效果模式

一、House社會支持的效果模式

House(1981)曾提出社會支持的效果模式，如圖2-7所示，他認為社會支持對工作壓力的效果，主要有兩種，茲說明如下：

(一)主要效果(main effect)

社會支持能直接增進個體的身心健康，減輕壓力對人的負面作用，不論是否處於壓力之下，社會支持對個體皆有正面的效果，能滿足個人的重要需求，並且提升個人的身心健康及幸福感。

(二)緩衝效果 (buffering effect)

社會功能扮演緩衝壓力的中介角色，個體藉由社會支持，減緩壓力對個體所造成的影響，間接對身心健康及生活適應產生正面的效果，不過，緩衝效果模式需個人處於壓力情境中才有特殊的意義。

由圖2-7可知，社會支持在個體對抗壓力時，無論是扮演直接效果或緩衝效果，都對個體的身心健康有直接或間接的影響，爾後的研究者，Shumaker和Brownell(1984)也認為社會支持具有直接和緩衝效果，直接效果在於滿足個體的親密需求，維持並提升個人自我認同和個人自尊；緩衝效果則在於提供認知的引導及因應壓力時所需的訊息和資源(引自陳宇杉，2004)。

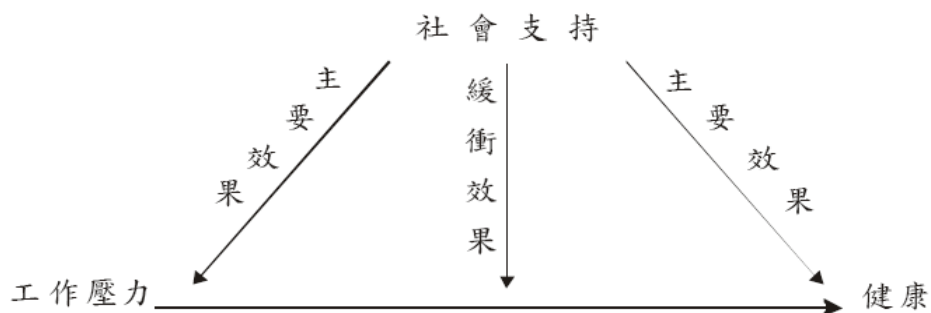


圖 2-7 社會支持的效果模式

資料來源：House, (1981). *Work Stress and Social Support*. MA: Addison-Wesley, 31.

二、Lieberman壓力事件和社會資源實驗模式

Lieberman (1982) 以壓力事件和社會資源實驗模式說明了他對社會支持效果的看法，如圖2-8。

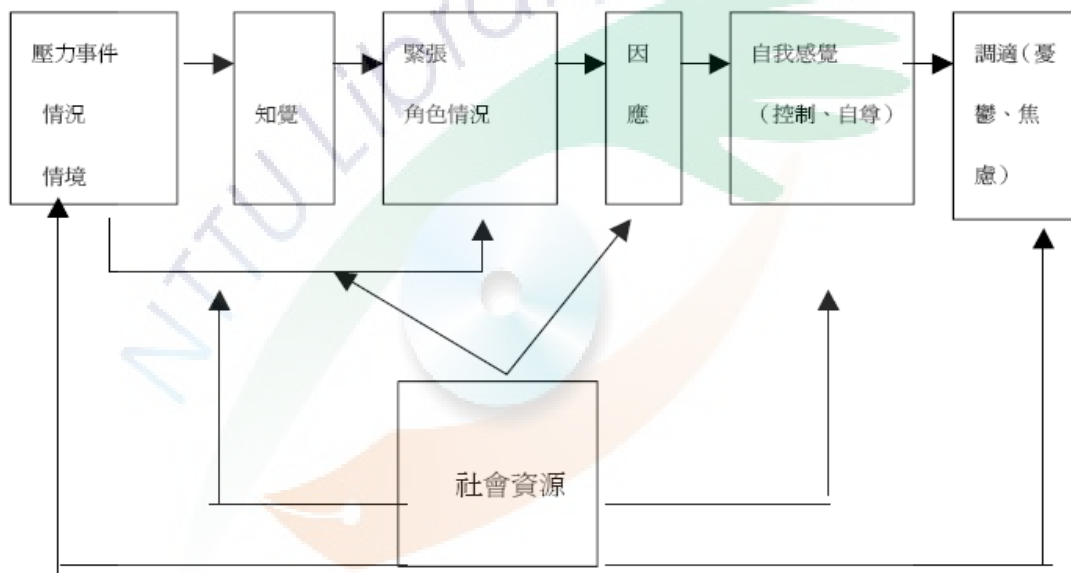


圖 2-8 壓力事件和社會資源實驗模式

資料來源：高屏區國小女性校長工作壓力與社會支持之研究，謝菊英，2002，頁 80。

由圖 2-8「壓力事件和社會資源實驗模式」中可看出，個體面對壓力事件時，若無社會資源的緩衝，會對個體直接造成若干衝擊，使得個體焦慮、憂鬱，影響身心健康；相反之，若有社會資源的提供，則能達到壓力緩衝的效果，使個體能達到控制、自尊的效果，並作最好的調適(謝菊英，2002)

三、綜合討論

有些研究者特別指出社會支持的主要效果，不論壓力水準多大，支持都是有幫助的（Kessler, Price, & Wortman, 1985），有些研究者則發現，介於壓力與支持之間的交互作用，讓「壓力-結果」的關係在高度支持之下顯得較弱（施惠文，2005）。

根據林佳蓉(2002)研究，藉由同輩團體、家庭成員、事業伙伴及終身的朋友組合成的支持系統可彼此分享痛苦、喜悅、緩和情緒上的緊張及舒解身體上的痛苦，而張郁芬(2001)、黃寶園和林世華(2007)的研究亦證實社會支持與壓力的交互作用，能緩和了壓力對身心的負面影響。因此我們可說「社會支持」是個人面對壓力時，藉由周圍的其他人（家人、同事、朋友）所提供的援助，使得壓力得以受到緩衝。謝菊英(2002)亦據研究結果指出高社會支持的人比低社會支持的人有較低的壓力。

簡言之，當個人擁有較高層次的社會支持後，面臨壓力事件時會經驗到較少的壓力，且較能成功地因應；相對的，若沒有社會支持的調節，將對身心健康產生直接且負面的顯著影響。

第三章 研究方法

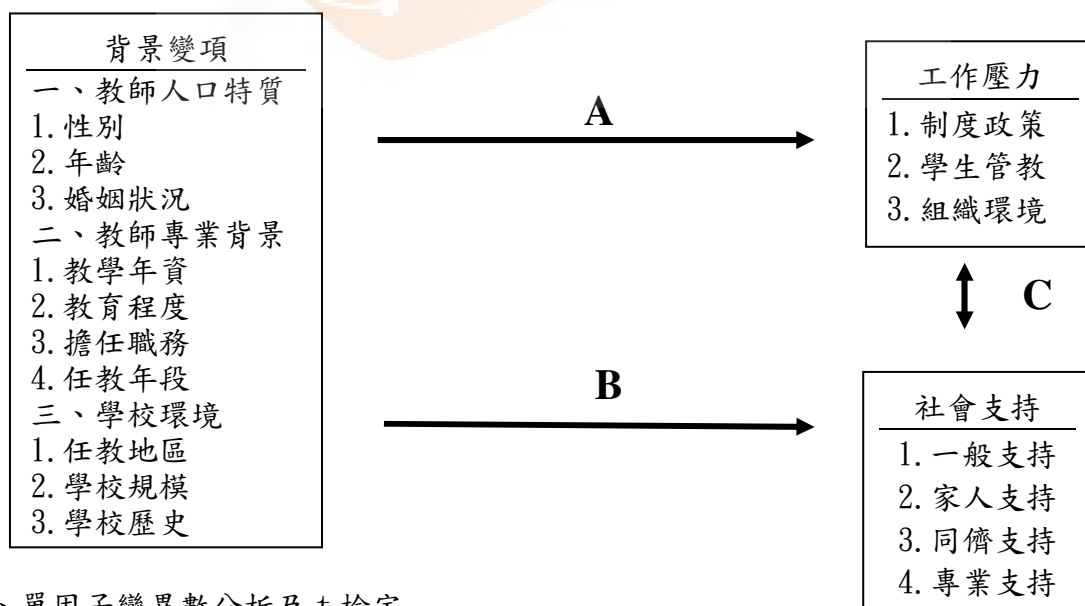
第二章的文獻探討，發現工作壓力及社會支持兩者間相互會影響，對於教師個人的工作士氣也造成一定程度的影響。

本研究根據文獻探討的結果，進行實證研究，藉以進一步瞭解教師工作壓力與社會支持彼此間的關係。本章共分成五節，依序分別闡述研究架構、研究假設、研究對象、研究工具、資料處理與分析。

第一節 研究架構

壹、研究架構

本研究架構大致可分為個人背景變項、教師工作壓力變項及教師社會支持變項三部份，其中個人背景變項包含教師人口特質變項（包含性別、年齡、婚姻狀況）、教師專業背景變項（包含教育程度、服務年資、擔任職務及任教年段）和學校環境變項（包含學校規模、學校地區、學校歷史）。教師工作壓力包含組織環境、學生管教、制度政策三個向度；教師社會支持包括學校支持、家人支持、同儕支持、專業支持等四個向度。架構圖中的 A、B 線則在瞭解不同背景變項在教師工作壓力與教師社會支持的差異性，而 C 線則在瞭解教師工作壓力與教師社會支持的相關性。



A、單因子變異數分析及 t 檢定

B、單因子變異數分析及 t 檢定

C、皮爾森積差相關

圖 3-1 研究架構圖

貳、研究主要變項

本研究架構所涉及的主要變項，分述如下：

一、個人背景變項

本研究的個人背景變項分為三部份，分別為教師人口特質變項、教師專業背景變項及學校環境變項，分述如下：

(一)教師人口特質變項部份：

1. 性別：分「男」、「女」兩組。
2. 年齡：分為「30 歲以下」、「31—40 歲」、「41—50 歲」、「51 歲以上」四組。
3. 婚姻狀況：「單身」、「已婚」、「其他（離婚、喪偶、分居、同居等）」三組。

(二)教師專業背景變項部份：

1. 服務年資：分為「5年以下」、「6—10 年」、「11—15 年」、「16—20 年」、「21年以上」等五組。
2. 教育程度：分為「師範專科學校」、「一般大學及師資班」、「師範大學、師範學院」、「研究所或四十學分班」等四組。
3. 擔任職務：分為「主任」、「科任教師兼組長」、「級任教師兼組長」、「級任教師」和「科任教師」等五組。
4. 任教年段：分為「低」、「中」、「高」年級等三組

(三)學校環境變項部份：

1. 學校地區：分為「城市（縣轄市以上）」、「鄉鎮地區」和「偏遠地區」等三組。
2. 學校規模：分為「12 班以下」、「13—24 班」、「25—48 班」、「49 班以上」等四組。
3. 學校歷史：分為「10年以下」、「11—20年」、「21年以上」等三組。

二、教師工作壓力

綜合歸納文獻探討的結論，本研究將教師工作壓力分為三個向度，包含：

- (一) 制度政策：教育政策、社會環境對教師的觀感等。
- (二) 組織環境：同事間的競爭、附加行政工作、工作環境、校長領導風格等。
- (三) 學生管教：班級特殊兒童的輔導、學生不良的行為、各式各樣的附加職責、與學生父母溝通。

三、教師社會支持

綜合歸納文獻探討的結論，本研究將教師社會支持分為四個向度，包含：

- (一) 一般支持：行政主管、學生家長等。
- (二) 家人支持：父母、配偶、兄弟姐妹、孩子、親戚等。
- (三) 同儕支持：同事、朋友等。
- (四) 專業團體：專業人員及機構資源的協助，如張老師、生命線等社會機構。

第二節 研究假設

假設一、國小教師在工作壓力各向度及整體向度上的感受超過問卷的平均數。

假設二、不同背景變項之國小教師在工作壓力各向度及整體向度上有顯著差異。

1-1：不同性別之國小教師在工作壓力各向度及整體向度上有顯著差異。

1-2：不同年齡之國小教師在工作壓力各向度及整體向度上有顯著差異。

1-3：不同婚姻狀況之國小教師在工作壓力各向度及整體向度上有顯著差異。

1-4：不同服務年資之國小教師在工作壓力各向度及整體向度上有顯著差異。

1-5：不同教育程度之國小教師在工作壓力各向度及整體向度上有顯著差異。

1-6：不同擔任職務之國小教師在工作壓力各向度及整體向度上有顯著差異。

1-7：不同任教年段之國小教師在工作壓力各向度及整體向度上有顯著差異。

1-8：不同學校區域之國小教師在工作壓力各向度及整體向度上有顯著差異。

1-9：不同學校規模之國小教師在工作壓力各向度及整體向度上有顯著差異。

1-10：不同學校歷史之國小教師在工作壓力各向度及整體向度上有顯著差異。

假設三、國小教師在社會支持各向度及整體向度上的感受超過問卷的平均數

假設四、不同背景變項之國小教師在社會支持各向度及整體向度上的感受有顯著差異。

4-1：不同性別之國小教師在社會支持各向度及整體向度上有顯著差異。

4-2：不同年齡之國小教師在社會支持各向度及整體向度上有顯著差異。

4-3：不同婚姻狀況之國小教師在社會支持各向度及整體向度上有顯著差異。

4-4：不同服務年資之國小教師在社會支持各向度及整體向度上有顯著差異。

4-5：不同教育程度之國小教師在社會支持各向度及整體向度上有顯著差異。

4-6：不同擔任職務之國小教師在社會支持各向度及整體向度上有顯著差異。

4-7：不同任教年段之國小教師在社會支持各向度及整體向度上有顯著差異。

4-8：不同學校區域之國小教師在社會支持各向度及整體向度上有顯著差異。

4-9：不同學校規模之國小教師在社會支持各向度及整體向度上有顯著差異。

4-10：不同學校歷史之國小教師在社會支持各向度及整體向度上有顯著差異。

假設五、國小教師工作壓力各向度及整體向度與教師社會支持各向度及整體向度上有顯著相關。

第三節 研究對象

本研究是以桃園縣公立國小教師為調查研究之母群體，以其作為問卷實施之對象，計發出 857 份問卷，問卷發放後，委請學校校長及主任協助問卷回收。

壹、調查抽樣原則

桃園縣共 187 所，8981 位教師，依學校歸規模(班級數)分為 12 班以下、13-24 班、25-48 班、49 班以上等四類，據桃園縣教育局資料(97.08.21)所載桃園縣公立國民小學之學校數，其中 12 班以下有 57 所，13-24 班有 39 所，25-48 班有 56 所，49 班以上有 35 所(如附錄二、附錄三)。最後依據 Gay(1992) 提出樣本數的抽樣原則，樣本數最少應佔母群體的 10%(引自吳明隆，2007)。

本研究問卷施測前，先以電話聯繫受試學校的校長，懇請是否能協助調查研究的實施，獲得同意後，再以親送或郵寄方式送交受試學校，並隨函附上回郵信封及小禮物，委託各校之校長或教務主任，協助轉請相關教師填寫，對於超過預定期限而未回收之學校，則以電話催收問卷。

表 3-1 問卷調查抽樣原則

學校規模	全縣學校數	全縣班級數	全縣國小教師數	正式問卷發出數	說明
12班以下	57	443	777	73	學校規模之教師總數及實際發出問卷數之比例約為
13-24 班	39	698	1620	161	
25-48 班	56	2032	3054	280	
49班以上	35	2283	3581	343	
合計	187	5456	9032	857	10.5:1

貳、研究對象

本調查研究以桃園縣政府教育局九十七學年度國民小學之合格教師為取樣範圍，取樣方式分二個階段進行，先以分層抽樣取樣取得不同學校規模樣本數，再以簡單隨機抽樣進行。首先，將桃園縣各國民小學依規模大小(班級數)區分為：12 班(含)以下、13-24 班、25-48 班、49 班以上等四類的學校。研究樣本的選取從所抽取的 41 所國小中，再依據不同的學校規模抽取不同數目的研究樣本。規

模在「12 班以下」的學校抽取 9 所，共 73 名（各校含主任、組長各一人、低、中、高教師至少各一人）；「13-24 班」的學校抽取 9 所，共 161 名（各校含主任一人、組長二人、低、中、高教師至少各二人）；「25-48 班」的學校抽取 11 所，共 280 名（各校含主任二人、組長三人、低、中、高教師至少各三人），「49 班以上」的學校抽取 12 所，共 343 名（各校含主任二人、組長四人、低、中、高教師至少各四人）。

表 3-2 正式問卷抽取學校與教師人數統計表

學校規模	學校名稱	發出份數	回收份數	可用份數
12 班以下	外社、蘆竹、大湖、仁和、南興、崙坪、瑞原、瑞祥、樹林	73	65	58
13-24 班	竹圍、霄裡、上大、溪海、新興、山腳、公埔、永安、宋屋	161	157	139
25-48 班	果林、草漯、高榮、祥安、田心、雙龍、新坡、會稽、瑞塘、幸福、新勢	280	243	218
49 班以上	南崁、文山、文化、南勢、富台、中山、大竹、錦興、光明、龍安、大園、武漢	343	327	319
合 計		857	792	734
有效回收率：85.6%				

第四節 研究工具

本研究旨在探討桃園縣國小教師在目前工作環境中承受的工作壓力與社會支持相關情形，並以問卷調查法為主要研究方法。以下分別就問卷內容、填答計分方式、問卷因素分析及信度考驗來做說明。

壹、調查問卷

本問卷分兩部份，第一部份為教師基本資料；第二部份為問卷題目，包含(一)教師工作壓力問卷、(二)教師社會支持問卷，說明如下：

一、個人基本資料

本研究第一部份為教師個人背景變項，包括性別、年齡、婚姻狀況、服務年資、教育程度、擔任職務、任教年段、學校地區、學校規模、學校歷史等十項。

二、問卷題目

(一)教師工作壓力問卷

本研究教師工作壓力問卷，係採用莊維仁（2007）編製之「台灣國民小學教師工作壓力問卷」，該問卷以二十個題項來測量國民小學教師所感受到壓力的程度，共分為「學校組織」、「學生管教」、「制度政策」三個向度。

(三)教師社會支持問卷

本研究教師社會支持問卷係採用張郁芬(2001)編製的「教師社會支持問卷」。該問卷以三十八個題項來測量國民小學教師社會支持的來源，共分為「一般支持」、「家人支持」、「同儕支持」、「專業支持」等四個向度。

貳、計分方式

一、教師工作壓力問卷

莊維仁（2007）的問卷填答方式係採用李克特式五點量表，工作壓力問卷填答方式，1分表示「沒有壓力」、2分表示「有少許壓力」、3分表示「有些壓力」、4分表示「有許多壓力」、5分表示「極大的壓力」，總得分越高，代表感受到的壓力越

大；反之相反。

二、教師社會支持問卷

張郁芬(2001)的問卷，係採用李克特式四點量表的計分方式，1 分表示「從未如此」、2 分表示「偶爾如此」、3 分表示「經常如此」、4 分表示「總是如此」，總得分得分越高，代表所得到的社會支持越多；反之越少。

參、問卷因素分析及信度考驗

一、教師工作壓力問卷

「教師工作壓力問卷」之信效度如表 3-3。

表 3-3 教師工作壓力問卷因素分析及信度考驗摘要表

向度	特徵值	解釋 變異量%	累積解釋 變異量	Cronbach α 值	總問卷 Cronbach α 值
制度政策	1.006	5.589%	58.426%	.749	.929
學生管教	1.269	7.050%		.876	
組織環境	8.242	45.786%		.888	

二、教師社會支持問卷

「教師社會支持問卷」之信效度如表 3-4。

表 3-4 教師社會支持問卷因素分析及信度考驗摘要表

向度	特徵值	解釋 變異量%	累積解釋 變異量	Cronbach α 值	總問卷 Cronbach α 值
一般支持	18.07	43.01	65.6	.93	.967
家人支持	4.60	11.0		.93	
同儕支持	2.58	6.15		.92	
專業支持	2.31	5.50		.92	

第五節 資料處理與分析

本研究之調查問卷回收後，即先行檢視填寫內容，凡填答不全者則列為無效問卷予以刪除，接著將有效問卷予以編碼，輸入建檔。問卷調查所得之資料係採 SPSS 12.0 作為資料分析工具，以回答本研究探討之問題，其研究使用資料處理的方式及統計分析如下：

壹、資料處理

一、資料檢核

當問卷調查回收後，檢視每份問卷的填答情形，對於基本資料不完整或填寫不完全的問卷，即予以刪除。

二、資料編碼

將每份有效問卷依序編碼，輸入電腦建檔，使問卷調查資料成為統計的數據。

三、資料核對

資料建檔完成後，列印資料加以核對，修正錯誤，使資料正確無誤。

貳、統計分析

本研究先將「國小教師工作壓力」、「國小教師社會支持」等問卷的施測結果，進行描述性統計分析，求取各變項的平均數及標準差，以了解問卷的總得分及各向度的得分情形。

一、t 考驗

以 t 考驗來分析不同的教師之性別在教師工作壓力、教師社會支持方面是否有所差異。

二、單因子變異數分析

採用單因子變異數分析考驗不同教師之「年齡」、「婚姻狀況」、「專業背景」、「教學年資」、「教育程度」、「擔任職務」、「任教年段」、「任教地區」、「學校規模」、

「學校歷史」方面在教師工作壓力和教師社會支持各向度及總分是否有所差異，若差異達到顯著水準，則進一步以薛費多重比較方式進行事後比較分析。

三、皮爾遜積差相關

以皮爾遜積差相關檢證教師工作壓力及社會支持之各向度及整體的相關情形。



第四章 研究結果與討論

本章旨在探討桃園縣國小教師工作壓力與社會支持之關係，以描述性統計、差異性分析（t 檢定、變異數分析）及皮爾遜積差相關等統計方法，以瞭解各研究假設的考驗結果。本章共分為五節，第一節針對有效樣本之個人資料作一描述性分析；第二節為國小教師對工作壓力感受力與社會支持之現況分析；第三節為不同背景變項之國小教師在工作壓力上之分析；第四節為不同背景變項之國小教師在社會支持上之分析；第五節則說明國小教師工作壓力與社會支持之相關情形。

第一節 研究樣本基本資料分析

本節針對 734 位有效樣本之國小教師的基本資料進行分析，以人數分配、百分比來說明，如表 4-1：

表 4-1 研究樣本基本資料統計分析表 (n=734)

變項	組別	人數	百分比 (%)
性別	男生	216	29.4
	女生	518	70.6
年齡	21-30	149	20.3
	31-40	370	50.4
	41-50	193	26.3
	51以上	22	3.0
婚姻狀況	未婚	234	31.8
	已婚	490	66.8
	其他	10	1.4
服務年資	5年以下	134	18.3
	6-10年	288	39.2
	11-15年	139	18.9
	16-20年	102	13.9
	21年以上	71	9.7
教育程度	師範專科學校	57	7.7
	一般大學及師資班	213	29.0
	師範大學、師院	330	45.0
	研究所及四十學分班	134	18.3

表 4-1 (續)

變項	組別	人數	百分比(%)
任教職務	主任	68	9.3
	科任教師及組長	122	16.6
	級任教師兼組長	55	7.5
	級任教師	478	65.1
	科任教師	11	1.5
任教年段	低年級	171	32.6
	中年級	174	33.1
	高年級	180	34.3
學校地區	城市	230	31.3
	鄉鎮地區	471	64.2
	偏遠地區	33	4.5
學校規模	12班以下	58	7.6
	13-24班	138	19.1
	25-48班	233	32.2
	49班以上	305	41.1
學校歷史	10年以下	73	10.0
	11-20年	166	22.6
	21年以上	495	67.4

研究樣本之個人資料包括性別、年齡、服務年資、婚姻狀況、教育程度、任教職務、任教年段、學校地區、學校規模、學校歷史等十個項目，茲針對其分析資料加以敘述如下：

壹、性別

「女性」教師較「男性」教師為多，「女性」教師佔 70.6%，「男性」教師佔 29.4%。男女教師比例約為 1：2.3，意味著每 3 位教師，至少有 2 位是女教師。分析可能因素為社會賦予的傳統觀念，認為國小教師這行業比較適合女性，另外，女性教師在投入此工作職業生涯後，中途轉業或離職的比例比男性低，大多會任職至退休。

貳、年齡

以「31-40 歲」教師最多，佔 50.4%，其次依序為「41-50 歲」教師，佔 26.3%；「21-30 歲」教師，佔 20.3%；「51 歲以上」教師，佔 3.0%。桃園縣教師多集中在「31-40 歲」及「41-50 歲」，共佔抽樣調查有效樣本人數的近八成左右，屬於青壯年階段。

參、婚姻狀況

「已婚」較「未婚」為多，「已婚」佔 66.8%，「未婚」佔 31.8%，其他(含離婚、喪偶、分居、同居等)，佔 1.4%。顯示教師失婚狀況比例並不高，可能因為教師的工作性質與待遇，讓教師們有規律的生活與穩定的經濟基礎，在婚姻的選擇機會與經營維繫上，比起社會其他行業人員，所要面對的壓力較小些，故國小教師的婚姻狀況是穩定的。

肆、服務年資

服務年資為「6-10 年」，佔 39.2%，其次依序為「11-15 年」，佔 18.9%；「5 年以下」，佔 18.3%；「16-20 年」，佔 13.9%；「21 年以上」，佔 9.7%。桃園縣教師服務年資在「10 年以下」，共佔抽樣調查有效樣本人數約六成左右，顯示現階段教師年資偏資淺。

伍、教育程度

以「師範大學、師範學院」為最高，佔 45.0%，其次依序為「一般大學及師資班」，佔 29.0%；「研究所及四十學分班」，佔 18.3%，；「師範專科學校」，佔 7.7%。從上述百分比得知，桃園縣教師教育程度以大學院校為主，共佔 74%，研究所及四十學分班的比例在提高當中，這也許是因為當前教育環境，不斷要求教師專業能力的提升，加上進修管道的多元化，促使教師為提高自己的專業知能，不斷從事專業進修。

陸、擔任職務

以「級任教師」為最多，佔 65.1%，其次依序為「科任教師兼組長」，佔 16.6%；「教師兼主任」，佔 9.3%；「教師兼組長」，佔 7.5%；「科任教師」，佔 1.5%。依學校人員職務的整體編制而言，級任教師所佔的比例皆比其他職務多，佔了所有職務的六成以上。

柒、任教年段

高年級老師為多，佔了 34.3%；中年級老師次之，比例佔了 33.1%，低年級老師為最少，佔了 32.6%。

捌、學校地區

位居於「城市」的教師佔 31.3%；位居於「鄉鎮地區」的教師佔 64.2%；而位居「偏遠地區」的教師佔 4.5%。以桃園縣教師所在學校區域來說，包含的縣轄市只有四個(桃園市、八德市、中壢市、平鎮市)，但鄉鎮卻有 10 個之多，因此屬於「鄉鎮」型的學校數也較多，相對的，教師人數自然就多；而「偏遠地區」型學校因處於鄉鎮偏僻的行政區域，幾乎皆為六班小型學校，因此抽測的教師數也較少。

玖、學校規模

任教「49 班以上」的教師最多，佔 41.1%，其次依序為「25-48 班」的教師，佔 32.2%；而任教「13-24 班」的教師，佔 19.1%；「12 班以下」的教師，佔 7.6%。根據桃園縣教育局統計資料推估，任教「12 班以下」及「13-24 班」的教師因學校規模較小，因此人數比例較少，而「25-48 班」及「49 班以上」屬中大型學校，故教師所佔比例較多。

拾、學校歷史

任教在「21 年以上」的教師，佔 67.4%；「11-20 年」的教師，佔 22.6%；「10 年以下」的教師，佔 9.9%。以桃園縣 187 所學校歷史來看，較多學校屬於「21 年以上」，而成立在 10 年以內的學校較少，故教師比例較低。

由表 4-1 得知，桃園縣國小教師以女性(70.6%)教師居多；年齡多集中在「31-40 歲」(50.4%)及「41-50 歲」(26.3%)，屬於青壯年階段；婚姻狀況以「已婚」(66.8%)最多。

在服務年資方面，則集中於「10 年以下」(57.5%)，顯示現階段大部份教師年資偏資淺；教育程度以「師範大學、師範學院」(45%)為最高，「研究所及四十學分班」(18.3%)的比例亦在提高當中；擔任職務以「級任教師」(65.1%)為最多，其中任教年段以高年級(34.3%)為最多。

以學校區域來說，「鄉鎮」型(64.2%)的學校數較多；教師任教的學校多屬於「25-48 班」(32.2%)及「49 班以上」(41.1%)中大型規模學校且學校歷史多屬於「21 年以上」(67.4%)。

第二節 教師工作壓力與社會支持之現況分析

本節針對問卷調查所得資料，分析國小教師在工作壓力及社會支持的情形。

壹、桃園縣國小教師工作壓力之現況分析

桃園縣國小教師在「工作壓力」之各向度及整體現況情形分析結果，如表 4-2、4-3 所示：

表 4-2 工作壓力量表各題之得分情形

歸屬向度	題項內容	平均數	標準差	沒有壓力	少許壓力	有些壓力	許多壓力	極大壓力
制度政策	大眾對教師工作負擔的誤解	3.49	.993	1.9	14.4%	33.2%	33.8%	16.6%
制度政策	面臨多變的教育政策	3.36	.941	2.9	12.7%	41.3%	31.7%	11.4%
學生管教	班上有特殊兒童	3.28	1.070	3.8	20.6%	34.1%	26.4%	15.0%
學生管教	處理學生不良的行為	3.08	1.057	6.1	24.4%	34.5%	25.5%	9.4%
學生管教	學生學習意願不高	2.88	1.033	7.5	30.5%	35.0%	20.2%	6.8%
學生管教	學生上課態度不佳	2.87	1.050	8.2	30.5%	34.9%	19.1%	7.4%
組職環境	休息時間不足	2.86	1.138	10.6	30.7%	30.5%	18.3%	9.9%
組職環境	校長的管理風格	2.83	1.135	11.3	31.1%	30.8%	17.3%	9.5%
學生管教	必須承擔不同職責	2.79	1.130	12.4	30.5%	30.8%	17.7%	8.4%
組職環境	班上學生太多	2.78	1.118	12.3	30.2%	33.7%	14.9%	8.9%
學生管教	必須和家長的雙向溝通	2.73	1.005	9.9	32.4%	37.2%	15.1%	5.2%
組職環境	要教的內容太多	2.70	1.029	10.9	34.2%	34.3%	15.1%	5.4%
組職環境	指導學生參加比賽	2.67	1.145	16.2	30.4%	31.2%	14.2%	8.0%
組職環境	不佳的工作環境	2.63	1.078	13.8	35.3%	30.8%	13.8%	6.3%
組職環境	教授科目、年級與自己期望不同	2.50	1.050	17.6	36.0%	29.7%	12.7%	4.1%
組職環境	學校給予的教學資源不足	2.49	1.004	14.3	41.0%	30.1%	10.1%	4.5%
組職環境	必須參加許多研習	2.46	1.051	17.2	40.7%	26.6%	10.5%	5.0%
組職環境	同事、班級之間的競爭	2.26	1.029	22.9	44.3%	21.4%	6.9%	4.5%

表 4-3 桃園縣國小教師「工作壓力」之各向度及整體現況分析結果

各向度名稱	平均總分	標準差	題數	平均數/題數	排序
制度政策	6.85	1.74	2	3.42	1
學生管教	18.16	4.86	6	3.03	2
組織環境	27.31	8.01	10	2.73	3
整體工作壓力	52.19	12.73	18	2.90	

桃園縣國小教師在工作壓力的三個向度中，平均數介於 2.73-3.42 之間，以「制定政策」向度得分最高(平均數為 3.42)，其依據莊維仁(2007)認為這可能是因為國小教師面臨一改再改、不穩定的教改政策及對因少子化而產生的超額問題感到無所適從，加上一般人誤解老師這行業是個「錢多事少放假多，又不用繳稅」的輕鬆行業，因此更使老師工作時深覺無力。

其次令老師工作壓力感受向度較大的為「學生管教」(平均數 3.03)，其因可能因特殊學生不易管教，往往動輒得咎，被人批評為歧視學生；處置不守規矩學生時，教育主管當局至今又未有明確的標準處理程序，造成教師在處理這些事件時深怕一不小心誤觸法條；今日社會，資訊設備充裕，學生學習管道多元，因而干擾學生學習意願，也讓學生勇於挑戰教師的權威，這在在都使教師倍感壓力。

最不令教師感受工作壓力的為「組織環境」(平均數為 2.73)，這表示教師能發揮長才，專注於學生的學習，並且勝任教學工作，對於同事或班級間的競爭，亦能做好心理調適，因而不易感受到壓力。

另外，就整體工作壓力而言，其平均值為 52.19，標準差為 12.73，平均數除於題數為 2.90。本研究之「工作壓力量表」以李克特氏五點量尺計分，就每題中間值為 3 分而言，桃園縣國小教師整體工作壓力的感受力未高於平均數。

貳、桃園縣國小教師社會支持之現況分析

桃園縣國小教師在「社會支持」之各向度及整體現況情形分析結果，如表 4-4、4-5 歸納如下：

表 4-4 社會支持量表各題之得分情形

歸屬向度	題項內容	平均數	標準差	從未如此	偶爾如此	時常如此	常常如此
家人支持	家人願意與我溝通	3.03	.782	2.6%	21.4%	46.6%	29.2%
同儕支持	朋友能夠肯定我、鼓勵我	2.99	.680	1.5%	19.2%	58.3%	21.0%
同儕支持	同事願意與我溝通	2.97	.642	1.2%	18.4%	62.4%	18.0%
同儕支持	同事願意傾聽我的困難	2.95	.655	1.2%	22.1%	59.5%	17.2%
同儕支持	朋友願意傾聽我的困難	2.94	.700	1.4%	23.3%	54.9%	20.4%
家人支持	家人陪我聊天，讓我忘記煩惱	2.94	.811	4.1%	23.7%	46.0%	25.9%
家人支持	家人肯定、鼓勵我	2.93	.797	3.5%	24.9%	46.4%	24.8%
同儕支持	同事能夠幫我分析問題、提供建議	2.93	.661	1.2%	22.1%	59.5%	17.2%
同儕支持	朋友願意與我溝通	2.92	.676	1.2%	23.3%	57.4%	18.0%
同儕支持	同事能夠肯定我、鼓勵我	2.92	.659	1.2%	22.6%	59.5%	16.6%
同儕支持	朋友會陪我聊天，讓我忘記煩惱	2.89	.709	1.8%	26.2%	53.8%	18.3%
家人支持	家人傾聽困難	2.80	.799	3.8%	32.4%	43.3%	20.0%
同儕支持	朋友能夠幫我分析問題、提供建議	2.79	.695	1.8%	31.5%	52.7%	14.0%
同儕支持	同事會陪我聊天，讓我忘記煩惱	2.77	.699	2.3%	31.7%	52.7%	13.2%
家人支持	親戚肯定、鼓勵我	2.72	.852	6.8%	33.7%	40.1%	19.3%
家人支持	家人提供實質的資源	2.64	.941	11.7%	33.2%	33.9%	21.0%
家人支持	家人幫忙提供意見	2.52	.819	7.2%	47.1%	31.7%	13.8%
家人支持	親戚願意陪我聊天	2.50	.864	11.0%	42.0%	33.2%	13.8%
一般支持	行政主管願意與我溝通	2.47	.713	6.1%	47.1%	39.9%	6.8%
家人支持	親戚願意與我溝通	2.46	.841	11.0%	43.7%	33.4%	11.9%
一般支持	行政主管能夠肯定我、鼓勵我	2.44	.734	7.2%	48.6%	36.8%	7.4%
家人支持	親戚願意傾聽我的困難	2.44	.870	13.2%	42.0%	32.6%	12.3%
一般支持	行政主管願意傾聽我的困難	2.41	.733	8.2%	48.8%	36.5%	6.5%
一般支持	學生家長能夠肯定我、鼓勵我	2.38	.759	10.9%	46.7%	37.1%	6.1%
一般支持	行政主管能夠幫我分析問題、提供建議	2.35	.723	8.9%	53.1%	32.2%	5.9%

表 4-4 (續)

歸屬向度	題項內容	平均數	標準差	從未如此	偶爾如此	時常如此	常常如此
家人支持	親戚能夠幫我分析問題、提供建議	2.33	.844	15.0%	46.6%	28.9%	9.5%
一般支持	行政主管會陪我聊天，讓我忘記煩惱	2.02	.764	24.9%	51.1%	20.8%	3.1%
一般支持	學生家長願意傾聽我的困難	2.00	.717	22.1%	58.9%	15.7%	3.4%
家人支持	親戚願意提供我實質性資源	1.99	.862	32.4%	41.3%	21.1%	5.2%
一般支持	朋友願意提供我實質性資源	1.98	.800	28.5%	49.6%	17.4%	4.5%
一般支持	行政主管願意提供我實質性資源	1.95	.756	29.4%	48.4%	20.3%	1.9%
專業支持	專業團體能夠幫我分析問題、提供建議	1.81	.807	41.3%	39.8%	16.1%	2.9%
專業支持	專業團體能夠肯定我、鼓勵我	1.76	.809	44.8%	36.4%	19.3%	2.5%
專業支持	專業團體願意傾聽我的困難	1.75	.802	45.1%	37.3%	15.0%	2.6%
專業支持	專業團體願意與我溝通	1.75	.784	44.6%	38.0%	15.5%	1.9%
一般支持	學生家長會陪我聊天，讓我忘記煩惱	1.67	.706	45.1%	45.2%	7.6%	2.0%
專業支持	專業團體會陪我聊天，讓我忘記煩惱	1.66	.787	51.3%	33.7%	12.3%	2.5%
一般支持	學生家長願意提供我實質性資源	1.65	.716	47.3%	42.8%	7.6%	2.2%

表 4-5 桃園縣國小教師「社會支持」之各向度及整體現況分析結果

各向度名稱	平均總分	標準差	題數	平均數/題數	排序
一般支持	21.7	5.17	10	2.13	3
家人支持	31.32	7.57	12	2.61	2
同儕支持	31.12	5.8	11	2.82	1
專業支持	8.72	3.78	5	1.34	4
整體社會支持	92.90	16.19	38	2.45	

桃園縣國小教師在社會支持的四個向度中，平均數介於 1.34-2.82 之間，以「同儕支持」(2.82) 得分最高，其可能原因為同事同處於相同的工作職場，因此容易感同身受，且因同為教師，因此面對工作上問題時，亦能共同商討解決之道。其次教師獲得社會支持較高的為「家人支持」(2.61)，其原因可能為家人是教師朝夕相處、關係緊密的人，因而較能體恤教師的辛勞。

教師社會支持排名第三為「一般支持」(2.13)，張郁芬(2001)認為其原因可能為有些學校行政和教師立場對立，造成教師不喜歡在工作之外接近學校的行政人員，寧願找尋處於相同地位，能相互扶持的同事或願意傾聽自己心事的朋友。教師社會支持排名最後的是「專業支持」(1.34)，其可能原因為教師認為「專業」的社會機構太「遙不可及」，亦或是教師認為自己的壓力及情緒藉由週遭朋友即可排遣，並未嚴重到需要「專業的機構」來介入。

另外就整體社會支持而言，其平均值為 92.90，標準差為 16.19，平均數除於題數為 2.45。本研究之「社會支持量表」以李克特氏四點量尺計分，就每題中間值為 2.5 分而言，桃園縣國小教師之整體社會支持的感受力未高於平均數。

第三節 不同背景變項之國小教師在工作壓力上之差異分析

本節主要在探討不同個人背景變項，以獨立樣本 t 檢定及單因子變異數分析方式，來分析各種變項對於教師在工作壓力之向度及整體感受上是否有顯著差異。

壹、不同人口特質的國小教師在工作壓力上之差異分析

一、性別

就不同性別的國小教師在工作壓力向度及整體上進行 t 考驗分析，分析結果如表 4-6 所示：

表 4-6 不同性別的國小教師在工作壓力向度及整體上之差異情形

工作壓力各向度	性別	個數	平均數	標準差	t 值
制定政策	男生(1)	216	6.9676	1.92990	1.108
	女生(2)	517	6.8012	1.65993	
學生管教	男生(1)	216	18.5231	4.90841	.764
	女生(2)	517	18.2224	4.83435	
組織環境	男生(1)	216	27.8935	8.24298	1.859
	女生(2)	517	26.6770	8.00957	
整體工作壓力	男生(1)	216	53.3843	13.00682	1.630
	女生(2)	517	51.7041	12.60550	

(一)在各向度上

1. 分析「制定政策」向度上之工作壓力，並未達顯著水準($p > .05$)，表示不同性別的國小教師在制定政策向度上並沒有顯著差異。
2. 分析「學生管教」向度上之工作壓力，並未達顯著水準($p > .05$)，表示不同性別的國小教師在學生管教向度上沒有顯著差異。
3. 分析「組織環境」向度上之工作壓力，並未達顯著水準($p > .05$)，表示不同性別的國小教師在組織環境向度上沒有顯著差異。

(二)在整體向度上

分析工作壓力整體向度上，並未達顯著水準($p > .05$)，表示不同性別的國小教師在工作壓力整體向度上並沒有顯著差異。

二、年齡

就不同年齡的國小教師在工作壓力向度及整體上進行單因子變異數分析，分析結果如表 4-7 所示：

表 4-7 不同年齡的國小教師在工作壓力向度及整體上之差異情形

	工作壓力 各向度/組別	個數	平均數	標準差	來源	平方和 (SS)	自由度 (df)	平均平方和 (MS)	F 檢定
制定 政策	21-30歲(1)	149	6.6824	1.82960	組間	10.448	3	3.483	1.147
	31-40歲(2)	370	6.8973	1.69656	組內	2209.798	727	3.035	
	41-50歲(3)	193	6.9171	1.75397	總和	2220.246	730		
	51歲以上(4)	22	6.3810	1.80212					
學生 管教	21-30歲(1)	149	17.9122	5.06009	組間	85.520	3	28.507	1.209
	31-40歲(2)	370	18.6459	4.67729	組內	17137.932	727	23.573	
	41-50歲(3)	193	18.0938	4.97129	總和	17223.453	730		
	51歲以上(4)	22	17.5714	5.39047					
組織 環境	21-30歲(1)	149	26.9257	8.49497	組間	374.225	3	124.742	1.910
	31-40歲(2)	370	27.3838	7.96325	組內	47483.507	727	65.314	
	41-50歲(3)	193	26.8125	7.92611	總和	47857.732	730		
	51歲以上(4)	22	23.1429	8.59236					
整體 工作 壓力	21-30歲(1)	149	51.5203	13.34955	組間	836.879	3	278.960	1.720
	31-40歲(2)	370	52.9270	12.41022	組內	117908.445	727	162.185	
	41-50歲(3)	193	51.8333	12.76872	總和	118745.324	730		
	51歲以上(4)	22	47.0952	13.67445					

(一)在各向度上

1. 分析「制定政策」向度上工作壓力，並未達顯著水準($p > .05$)，表示不同年齡的國小教師在制定政策向度上並沒有顯著差異。
2. 分析「學生管教」向度上之工作壓力，並未達顯著水準($p > .05$)，表示不同年齡的國小教師在學生管教向度上沒有顯著差異。
3. 分析「組織環境」向度上之工作壓力，並未達顯著水準($p > .05$)，表示不同年齡的國小教師在組織環境向度上沒有顯著差異。

(二)在整體向度上

分析工作壓力整體向度上，並未達顯著水準($p > .05$)，表示不同年齡的國小教師在工作壓力整體向度上並沒有顯著差異。

三、婚姻狀況

就不同婚姻狀況的國小教師在工作壓力向度及整體上進行單因子變異數分析，分析結果如表 4-8 所示：

表 4-8 不同婚姻狀況的國小教師在工作壓力向度及整體上之差異情形

工作壓力 各向度/組別		個數	平均數	標準差	來源	平方和 (SS)	自由度 (df)	平均平方和 (MS)	F 檢定
制定 政策	未婚	234	6.8675	1.74180	組間	2.244	2	1.122	.368
	已婚	490	6.8327	1.74222	組內	2227.271	730	3.047	
	其他	10	7.3000	2.00278	總和	2229.515	732		
學生 管教	未婚	234	18.5342	5.03900	組間	17.204	2	8.602	.364
	已婚	490	18.2045	4.77132	組內	17235.877	730	23.611	
	其他	10	18.3000	4.83161	總和	17253.080	732		
組織 環境	未婚	234	27.7650	8.31568	組間	186.510	2	93.255	1.426
	已婚	490	26.7055	8.00584	組內	47750.568	730	65.412	
	其他	10	26.1000	6.33246	總和	47937.078	732		
整體 工作 壓力	未婚	234	53.1667	13.26820	組間	321.763	2	160.882	.991
	已婚	490	51.7464	12.53312	組內	118473.156	730	162.292	
	其他	10	51.7000	9.42868	總和	118794.920	732		

(一)在各向度上

1. 分析「制定政策」向度上之工作壓力，並未達顯著水準($p > .05$)，表示不同婚姻狀況的國小教師在制定政策向度上並沒有顯著差異。
2. 分析「學生管教」向度上之工作壓力，並未達顯著水準($p > .05$)，表示不同婚姻狀況的國小教師在學生管教向度上沒有顯著差異。
3. 分析「組織環境」向度上之工作壓力，並未達顯著水準($p > .05$)，表示不同婚姻狀況的國小教師在組織環境向度上沒有顯著差異。

(二)在整體向度上

分析工作壓力整體向度上，並未達顯著水準($p > .05$)，表示不同婚姻狀況的國小教師在工作壓力整體向度上並沒有顯著差異。

貳、不同專業背景的國小教師在工作壓力上之差異分析

一、服務年資

就不同服務年資的國小教師在工作壓力向度及整體上進行單因子變異數分析，分析結果如表 4-9 所示：

表 4-9 不同服務年資的國小教師在工作壓力向度及整體上之差異情形

	工作壓力 各向度/組別	個數	平均數	標準差	來源	平方和 (SS)	自由度 (df)	平均平方和 (MS)	F 檢定	事後 比較
制定 政策	5年以下(1)	134	6.7463	1.80928	組間	4.463	4	1.116	.366	
	6-10年(2)	288	6.8368	1.65419	組內	2225.052	728	3.052		
	11-15年(3)	139	6.9137	1.83557	總和	2229.515	732			
	16-20年(4)	102	6.9902	1.63195						
	20年以上(5)	71	6.7746	1.96539						
學生 管教	5年以下(1)	134	17.8060	4.86738	組間	407.976	4	101.994	4.385**	2>5
	6-10年(2)	288	18.7604	4.72832	組內	16933.719	728	23.261		
	11-15年(3)	139	18.2518	4.99579	總和	17341.694	732			
	16-20年(4)	102	18.2475	4.27412						
	20年以上(5)	71	16.1549	5.47109						
組織 環境	5年以下(1)	134	26.9179	8.13241	組間	386.468	4	96.617	1.507	
	6-10年(2)	288	27.8646	7.69853	組內	46660.467	728	64.094		
	11-15年(3)	139	27.3597	8.62168	總和	47046.936	732			
	16-20年(4)	102	27.6040	8.13889						
	20年以上(5)	71	25.3662	7.53324						
整體 工作 壓力	5年以下(1)	134	51.1567	13.05043	組間	1088.859	4	272.215	1.684	
	6-10年(2)	288	53.1146	12.15538	組內	117706.061	728	161.684		
	11-15年(3)	139	52.1439	13.86977	總和	118794.920	732			
	16-20年(4)	102	53.1188	11.67672						
	20年以上(5)	71	49.2535	13.34564						

**p<.01

(一)在各向度上

1. 分析「制定政策」向度上之工作壓力，並未達顯著水準($p>.05$)，表示不同服務年資的國小教師在制定政策向度上並沒有顯著差異。
2. 分析「學生管教」向度上之工作壓力，已達顯著水準($p<.01$)，表示不同服務年資的國小教師在學生管教向度上有顯著差異。進行事後比較之後，其結果發現，服務年資為「6-10 年」的國小教師在「學生管教」向度之工作壓力顯著高於服務年資為「20 年以上」之國小教師。
3. 分析「組織環境」向度上之工作壓力，並未達顯著水準($p>.05$)，表示不同服務年資的國小教師在組織環境向度上沒有顯著差異。

(二)在整體向度上

分析工作壓力整體向度上，並未達顯著水準($p>.05$)，表示不同服務年資的國小教師在工作壓力整體向度上並沒有顯著差異。

二、教育程度

就不同教育程度的國小教師在工作壓力向度及整體上進行單因子變異數分析，分析結果如表 4-10 所示：

表 4-10 不同教育程度的國小教師在工作壓力向度及整體上之差異情形

工作壓力 各向度/組別		個數	平均數	標準差	來源	平方和 (SS)	自由度 (df)	平均平方和 (MS)	F 檢定
制定 政策	師範專科學 校 (1)	57	7.3333	1.44338	組間	16.773	3	5.591	1.845
	一般大學及 師資班 (2)	213	6.7559	1.67008	組內	2212.742	729	3.031	
	師範大學、師 院 (3)	330	6.8697	1.74986	總和	2229.515	732		
	研究所及四 十學分班 (4)	134	6.7463	1.93382					
學生 管教	師範專科學 校 (1)	57	19.0877	4.38862	組間	141.821	3	47.274	2.004
	一般大學及 師資班 (2)	213	18.2911	4.74041	組內	17199.874	729	23.594	
	師範大學、師 院 (3)	330	18.2553	5.01782	總和	17341.694	732		
	研究所及四 十學分班 (4)	134	17.3582	4.82693					
組織 環境	師範專科學 校 (1)	57	28.6140	9.11387	組間	129.992	3	43.331	.673
	一般大學及 師資班 (2)	213	27.3192	7.57051	組內	46916.944	729	64.358	
	師範大學、師 院 (3)	330	27.2979	8.20671	總和	47046.936	732		
	研究所及四 十學分班 (4)	134	26.8134	7.76745					
整體 工作 壓力	師範專科學 校 (1)	57	54.9649	13.47082	組間	697.669	3	232.556	1.436
	一般大學及 師資班 (2)	213	52.2488	11.92227	組內	118097.250	729	161.999	
	師範大學、師 院 (3)	330	52.2553	13.09680	總和	118794.920	732		
	研究所及四 十學分班 (4)	134	50.8060	12.72643					

(一)在各向度上

1. 分析「制定政策」向度上之工作壓力，並未達顯著水準($p > .05$)，表示不同教育程度的國小教師在制定政策向度上並沒有顯著差異。
2. 分析「學生管教」向度上之工作壓力，並未達顯著水準($p > .05$)，表示不同教育程度的國小教師在學生管教向度上沒有顯著差異。
3. 分析「組織環境」向度上之工作壓力，並未達顯著水準($p > .05$)，表示不同教育程度的國小教師在組織環境向度上沒有顯著差異。

(二)在整體向度上

分析工作壓力整體向度上，並未達顯著水準($p > .05$)，表示不同教育程度的國小教師在工作壓力整體向度上並沒有顯著差異。

三、任教職務

就不同任教職務度的國小教師在工作壓力向度及整體上進行單因子變異數分析，分析結果如表 4-11 所示：

表 4-11 不同任教職務的國小教師在工作壓力向度及整體上之差異情形

工作壓力 各向度/組別		個數	平均數	標準差	來源	平方和 (SS)	自由度 (df)	平均平方和 (MS)	F 檢定	事後 比較
制定 政策	主任 (1)	68	6.9265	6.9265	組間	8.384	4	2.096	.688	
	科任教師及 組長 (2)	122	122	6.7541	組內	2221.131	728	3.047		
	級任教師兼 組長 (3)	55	55	6.8364	總和	2229.515	732			
	級任教師 (4)	478	478	6.8828						
	科任教師 (5)	11	11	6.0909						
學生 管教	主任 (1)	68	67	16.4030	組間	517.372	4	129.343	5.597***	4>1
	科任教師及 組長 (2)	122	122	17.3852	組內	16824.322	728	23.110		
	級任教師兼 組長 (3)	55	55	18.4909	總和	17341.694	732			
	級任教師 (4)	478	478	18.6506						
	科任教師 (5)	11	11	14.9091						
組織 環境	主任 (1)	68	25.7761	7.16012	組間	3090.357	4	772.589	12.795***	3>1
	科任教師及 組長 (2)	122	26.3689	7.43812	組內	43956.579	728	60.380		
	級任教師兼 組長 (3)	55	34.3091	7.20564	總和	47046.936	732			
	級任教師 (4)	478	27.0397	7.97562						
	科任教師 (5)	11	24.3636	8.55889						
整體 工作 壓力	主任 (1)	68	49.4179	11.91275	組間	4377.198	4	1094.299	6.963***	3>1
	科任教師及 組長 (2)	122	50.6148	12.86256	組內	114417.722	728	157.167		
	級任教師兼 組長 (3)	55	59.7091	10.33095	總和	118794.920	732			
	級任教師 (4)	478	52.2762	12.76226						
	科任教師 (5)	11	45.8182	12.56040						

*** $p < .001$

(一)在各向度上

1. 分析「制定政策」向度上之工作壓力，並未達顯著水準($p > .05$)，表示不同擔任職務的國小教師在制定政策向度上並沒有顯著差異。
2. 分析「學生管教」向度上之工作壓力，已達顯著水準($p < .001$)，表示不同擔任職務的國小教師在學生管教向度上有顯著差異。進行事後比較之後，其結果發現，擔任職務為「級任教師」的國小教師在「學生管教」向度之工作壓力顯著高於擔任職務為「主任」之國小教師。

3. 分析「組織環境」向度上之工作壓力，已達顯著水準($p < .001$)，表示擔任不同職務的國小教師在組織環境向度上有顯著差異。進行事後比較之後，其結果發現，擔任職務為「級任教師兼組長」的國小教師在「組織環境」向度之工作壓力顯著高於擔任職務為「主任」、「科任教師及組長」、「級任教師」、「科任教師」之國小教師。

(二)在整體向度上

分析工作壓力整體向度上，已達顯著水準($p < .001$)，表示不同擔任職務的國小教師在工作壓力整體向度上有顯著差異。進行事後比較之後，其結果發現，「級任教師兼組長」國小教師在工作壓力上顯著高於擔任職務為「主任」、「科任教師及組長」、「級任教師」、「科任教師」之國小教師。

四、任教年段

就任教不同年段的國小教師在工作壓力向度及整體上進行單因子變異數分析，分析結果如表 4-12 所示

表 4-12 不同任教年段的國小教師在工作壓力向度及整體上之差異情形

工作壓力 各向度/組別		個數	平均數	標準差	來源	平方和 (SS)	自由度 (df)	平均平方和 (MS)	F 檢定	事後 比較
制定 政策	低年級 (1)	171	6.8421	1.74682	組間	.910	2	.455	.155	
	中年級 (2)	174	6.9425	1.61178	組內	1530.740	522	2.932		
	高年級 (3)	180	6.9111	1.77282	總和	1531.650	524			
學生 管教	低年級 (1)	171	18.6608	4.69188	組間	.480	2	.240	.010	
	中年級 (2)	174	18.6264	4.63881	組內	12132.846	522	23.243		
	高年級 (3)	180	18.7000	5.10657	總和	12133.326	524			
組織 環境	低年級 (1)	171	26.7602	8.55816	組間	489.824	2	244.912	3.666**	3>1
	中年級 (2)	174	27.4713	7.94321	組內	34872.854	522	66.806		
	高年級 (3)	180	29.0611	8.01755	總和	35362.678	524			
整體 工作 壓力	低年級 (1)	171	52.3450	13.13743	組間	174.290	2	87.145	.535	
	中年級 (2)	174	53.1667	12.13178	組內	84974.560	522	162.787		
	高年級 (3)	180	53.7500	12.98296	總和	85148.850	524			

** $p < .01$

(一)在各向度上

1. 分析「制定政策」向度上之工作壓力，並未達顯著水準($p > .05$)，表示不同任教年段的國小教師在制定政策向度上並沒有顯著差異。

2. 分析「學生管教」向度上之工作壓力，並未達顯著水準($p > .05$)，表示不同任教年段的國小教師在學生管教向度上並沒有顯著差異。
3. 分析「組織環境」向度上之工作壓力，已達顯著水準($p < .01$)，表示不同任教年段的國小教師在組織環境向度上有顯著差異。進行事後比較之後，其結果發現，任教年段為「高年級」的國小教師在「組織環境」向度之工作壓力顯著高於任教年段為「低年級」之國小教師。

(二)在整體向度上

分析工作壓力整體向度上，並未達顯著水準($p > .05$)，表示不同任教年段的國小教師在工作壓力整體向度上並沒有顯著差異。

參、不同學校環境的國小教師在工作壓力上之差異分析

一、學校地區

就任教不同學校地區的國小教師在工作壓力向度及整體上進行單因子變異數分析，分析結果如表 4-13 所示：

表 4-13 不同學校地區的國小教師在工作壓力向度及整體上之差異情形

	工作壓力 各向度/組別	個數	平均數	標準差	來源	平方和 (SS)	自由度 (df)	平均平方和 (MS)	F 檢定	事後 比較
制定 政策	城市(1)	230	7.0261	1.82396	組間	11.317	2	5.659	1.865	
	鄉鎮地區(2)	471	6.7813	1.70511	組內	2218.198	730	3.034		
	偏遠地區(3)	33	6.6061	1.67592	總和	2229.515	732			
學生 管教	城市(1)	230	19.0652	5.00394	組間	305.918	2	152.959	6.554**	1>2
	鄉鎮地區(2)	470	17.8255	4.78530	組內	17035.776	730	23.337		1>3
	偏遠地區(3)	33	16.7576	4.19099	總和	17341.694	732			
組織 環境	城市(1)	230	27.7087	8.40188	組間	127.771	2	63.886	.994	
	鄉鎮地區(2)	470	27.2426	7.81944	組內	46919.165	730	64.273		
	偏遠地區(3)	33	25.6667	8.05709	總和	47046.936	732			
整體 工作 壓力	城市(1)	230	53.9348	13.33184	組間	1214.004	2	607.002	3.769	
	鄉鎮地區(2)	470	51.5745	12.46444	組內	117580.915	730	161.070		
	偏遠地區(3)	33	49.0000	11.19989	總和	118794.920	732			

** $p < .01$

(一)在各向度上

1. 分析「制定政策」向度上之工作壓力，並未達顯著水準($p > .05$)，表示不同學校地區的國小教師在制定政策向度上並沒有顯著差異。

2. 分析「學生管教」向度上之工作壓力，已達顯著水準($p < .01$)，表示不同學校地區的國小教師在學生管教向度上有顯著差異。進行事後比較之後，其結果發現，學校地區為「城市」的國小教師在「學生管教」向度之工作壓力顯著高於學校地區為「鄉鎮地區」、「偏遠地區」之國小教師。

3. 分析「組織環境」向度上之工作壓力，並未達顯著水準($p > .05$)，表示不同學校地區的國小教師在組織環境向度上並沒有顯著差異。

(二)在整體向度上

分析工作壓力整體向度上，並未達顯著水準($p > .05$)，表示不同學校地區的國小教師在工作壓力整體向度上並沒有顯著差異。

二、學校規模

就任教不同學校規模的國小教師在工作壓力向度及整體上進行單因子變異數分析，分析結果如表 4-14 所示

表 4-14 不同學校規模的國小教師在工作壓力向度及整體上之差異情形

	工作壓力 各向度/組別	個數	平均數	標準差	來源	平方和 (SS)	自由度 (df)	平均平方和 (MS)	F 檢定
制定 政策	12班以下(1)	58	7.0172	1.45688	組間	16.090	3	5.363	1.769
	13-24班(2)	138	6.8551	1.86614	組內	2213.425	729	3.032	
	25-48班(3)	233	7.0172	1.73942	總和	2229.515	732		
	49班以上(4)	305	6.6885	1.73339					
學生 管教	12班以下(1)	58	16.9310	4.24207	組間	184.135	3	61.378	2.608
	13-24班(2)	138	17.8333	5.32393	組內	17157.560	729	23.536	
	25-48班(3)	233	18.0215	4.89233	總和	17341.694	732		
	49班以上(4)	305	18.6645	4.70088					
組織 環境	12班以下(1)	58	25.3966	7.27394	組間	236.998	3	78.999	1.230
	13-24班(2)	138	27.3913	8.29689	組內	46809.938	729	64.211	
	25-48班(3)	233	27.4206	8.48091	總和	47046.936	732		
	49班以上(4)	305	27.5724	7.63793					
整體 工作 壓力	12班以下(1)	58	49.3448	10.38648	組間	539.696	3	179.899	1.109
	13-24班(2)	138	52.0797	13.84010	組內	118255.224	729	162.216	
	25-48班(3)	233	52.4464	13.52577	總和	118794.920	732		
	49班以上(4)	305	52.6086	11.97087					

(一)在各向度上

1. 分析「制定政策」向度上之工作壓力，並未達顯著水準($p > .05$)，表示不同學校規模的國小教師在制定政策向度上並沒有顯著差異。

2. 分析「學生管教」向度上之工作壓力，並未達顯著水準($p>.05$)，表示不同學校規模的國小教師在學生管教向度上沒有顯著差異。

3. 分析「組織環境」向度上之工作壓力，並未達顯著水準($p>.05$)，表示不同學校規模的國小教師在組織環境向度上沒有顯著差異。

(二)在整體向度上

分析工作壓力整體向度上，並未達顯著水準($p>.05$)，表示不同學校規模的國小教師在工作壓力整體向度上並沒有顯著差異。

三、學校歷史

就任教不同學校歷史的國小教師在工作壓力向度及整體上進行單因子變異數分析，分析結果如表 4-15 所示：

表 4-15 不同學校歷史的國小教師在工作壓力向度及整體上之差異情形

工作壓力 各向度/組別		個數	平均數	標準差	來源	平方和 (SS)	自由度 (df)	平均平方和 (MS)	F 檢定
制定	10年以下(1)	73	6.4658	1.53733	組間	13.168	2	6.584	2.172
政策	11-20年(2)	166	6.8193	1.81004	組內	2216.347	730	3.032	
	21年以上(3)	495	6.9172	1.74579	總和	2229.515	732		
學生	10年以下(1)	73	17.2466	3.81073	組間	89.932	2	44.966	1.903
管教	11-20年(2)	166	18.5783	5.13366	組內	17251.762	730	23.633	
	21年以上(3)	495	18.1640	4.90430	總和	17341.694	732		
組織	10年以下(1)	73	26.4384	8.18872	組間	109.306	2	54.653	.850
環境	11-20年(2)	166	27.8735	8.25295	組內	46937.630	730	64.298	
	21年以上(3)	495	27.2611	7.91324	總和	47046.936	732		
整體	10年以下(1)	73	49.9726	11.47094	組間	482.510	2	241.255	1.489
工作	11-20年(2)	166	53.0482	13.50681	組內	118312.410	730	162.072	
壓力	21年以上(3)	495	52.2429	12.63763	總和	118794.920	732		

(一)在各向度上

1. 分析「制定政策」向度上之工作壓力，並未達顯著水準($p>.05$)，表示不同學校歷史的國小教師在制定政策向度上並沒有顯著差異。

2. 分析「學生管教」向度上之工作壓力，並未達顯著水準($p>.05$)，表示不同學校歷史的國小教師在學生管教向度上沒有顯著差異。

3. 分析「組織環境」向度上之工作壓力，並未達顯著水準($p>.05$)，表示不同學校歷史的國小教師在組織環境向度上沒有顯著差異。

(二)在整體向度上

分析工作壓力整體向度上，並未達顯著水準($p>.05$)，表示不同學校歷史的國小教師在工作壓力整體向度上並沒有顯著差異。

肆、綜合討論

將不同背景變項之國小教師在工作壓力上之統計分析結果，歸納為下表 4-16：

表 4-16 不同背景變項之國小教師在工作壓力上之差異考驗結果綜合摘要表

工作壓力 背景變項	制訂政策	學生管教	組織環境	整體工作壓力
性別	-	-	-	-
年齡	-	-	-	-
婚姻狀況	-	-	-	-
服務年資	-	6-10 年>20 年以上	-	-
教育程度	-	-	-	-
任教職務	-	級任教師>主任	級任教師兼組長>主任 級任教師兼組長> 科任教師兼組長 級任教師兼組長> 級任教師 級任教師兼組長> 科任教師	級任教師兼組長>主任 級任教師兼組長> 科任教師兼組長 級任教師兼組長> 級任教師 級任教師兼組長> 科任教師
任教年段	-	-	高年級>低年級	-
學校地區	-	城市地區>鄉鎮地區 城市地區>偏遠地區	-	-
學校規模	-	-	-	-
學校歷史	-	-	-	-

據研究結果得知，研究假設二：「不同背景變項之國小教師在工作壓力分向度及整體向度上有顯著差異」，部分獲得證實。研究結論如下所述：

一、教師人口特質

(一) 國小教師「性別」與工作壓力

本研究發現，不同性別之國小教師，在工作壓力分向度「制訂政策」、「學生管教」、「組織環境」及整體向度上，並沒有顯著差異。此結果與林玉鳳(2003)、林月娜(2004)、郭耀輝(2004)、吳俐錦(2006)、馮意雄(2006)、陳怡如(2006)、莊維仁(2007)、張禕芸(2008)、Borg 與 Riding(1993)、Petrie(2001)的研究相似，教師工作壓力不受性別的影響。

(二) 國小教師「年齡」與工作壓力

本研究發現，不同年齡之國小教師，在工作壓力分向度「制訂政策」、「學生管教」、「組織環境」及整體向度上，並沒有顯著差異。此結果與 Defrank 與 Stroup(1989)、Evans 與 Johnson(1991)、Chaplin (1995) 的研究相似，教師工作壓力不受年齡的影響。

(三)國小教師「婚姻狀況」與工作壓力

本研究發現，不同婚姻狀況之國小教師，在工作壓力分向度「制訂政策」、「學生管教」、「組織環境」及整體向度上，並沒有顯著差異。此結果與謝榮茂（2003）、洪朱璋（2004）、郭耀輝（2004）、吳俐錦（2006）的研究相似，教師工作壓力不受婚姻狀況的影響。

二、教師專業背景

(一)國小教師「服務年資」與工作壓力

本研究發現，不同服務年資之國小教師，在工作壓力「學生管教」向度上，達顯著差異，其中年資「6-10年」教師的工作壓力高於「20年以上」教師。此與 DeFrank 與 Stroup(1989)、Turnage 與 Spielberger(1991)的研究相似。

究其原因可能年資較深的教師已累積長期的教學經驗，因此在管教學生方面已建立一套有效的教學方法，而年資在 6-10 年的教師，可能自己孩子也正年幼，必須兼顧家庭及學校兩方，因此在管教方面較顯得力不從心。

(二)國小教師「教育程度」與工作壓力

本研究發現，不同教育程度之國小教師，在工作壓力分向度「制訂政策」、「學生管教」、「組織環境」及整體向度上，並沒有顯著差異。此結果與吳榮福（2002）、陳榮茂（2002）的研究結果相似，教師工作壓力不受教育程度的影響。

(三)國小教師「任教職務」與工作壓力

本研究發現，不同任教職務之國小教師，在工作壓力各向度「學生管教」、「組織環境」及整體工作壓力向度上達顯著差異。其中在「學生管教」向度方面，「級任教師」的工作壓力高於「主任」；在「組織環境」向度及「整體工作壓力」方面，「級任教師兼組長」的工作壓力高於「主任」、「科任教師及組長」、「級任教師」、「科任教師」，此研究結果與洪朱璋（2004）、郭耀輝（2004）、張禕芸（2008）的研究相類似，不同任教職務之國小教師感受到不同的工作壓力。

推估其可能原因，級任教師在國小為包班制，必須統籌整班級的事務(含教學、輔導、級務處理……等)，在在皆需要老師投入很大的心力，而主任上課節數少，因此管教學生的機會相對減少許多，故在學生管教向度的工作壓力感受低於級任教師。另外，級任教師工作已繁重，而級任教師兼組長的教師更需同時負擔教學及學校行政工作，配合學校所做的行政革新，隨時加強自己的專業知能，所以在「組織環境」向度及「整體工作壓力」較高。

(四)國小教師「任教年段」與工作壓力

本研究發現，不同任教年段之國小教師，在「組織環境」向度達顯著差異。任教「高年級」教師在「組織環境」向度的工作壓力高於「低年級」，此結果與郭耀輝（2004）、Borg 和 Riding（1991）的研究相似，擔任不同年段之教師體驗到不同的工作壓力。

推估其可能原因為高年級教師與孩童相處時間較長、必須教導的課程較多、有時還必須花費額外的授課時間指導學生參與比賽，導致休息時間較短，所以在「組織環境」向度上的工作壓力感受高於低年級教師。

三、學校環境

(一)國小教師「學校地區」與工作壓力

本研究發現，任教不同學校地區之國小教師，在「學生管教」向度達顯著差異。任教於「城市」的教師，在「學生管教」向度上，工作壓力高於任教於「鄉鎮地區」及「偏遠地區」的教師。此研究與張禕芸（2008）、Gary 與 Ann（1998）的研究相似。

究其原因，任教於「城市」的教師必須面對較複雜的人際網絡及因應不同的學生需求，故任教於「城市」的教師在學生管教向度上，感受較大的工作壓力。

(二)國小教師「學校規模」與工作壓力

本研究發現，不同學校規模之國小教師，在工作壓力分向度「制訂政策」、「學生管教」、「組織環境」及整體向度上，並沒有顯著差異。此研究與邱義煊（2002）、吳榮福（2002）、郭耀輝（2004）、吳俐錦（2006）、陳怡如（2006）的研究相似，教師工作壓力不受學校規模的影響。

(三)國小教師「學校歷史」與工作壓力

本研究發現，不同學校歷史之國小教師，在工作壓力分向度「制訂政策」、「學生管教」、「組織環境」及整體向度上，並沒有顯著差異。

第四節 不同背景變項之國小教師在社會支持之差異分析

本節主要在探討不同個人背景變項，以獨立樣本 t 檢定及單因子變異數分析方式，來分析各種變項對於教師在社會支持之各向度及整體是否有顯著差異。

壹、不同人口特質的國小教師在社會支持上之差異分析

一、性別

就不同性別的國小教師在社會支持向度及整體上進行 t 考驗，分析結果如表 4-17 所示：

表 4-17 不同性別的國小教師在社會支持向度及整體上之差異情形

社會支持各向度	性別	個數	平均數	標準差	t 值
一般支持	男(1)	216	21.5046	5.22872	.546
	女(2)	518	21.2843	4.87781	
家人支持	男(1)	216	30.7407	7.55183	-1.27
	女(2)	518	31.5213	7.57753	
同儕支持	男(1)	216	29.5926	5.57659	-4.400***
	女(2)	518	31.6267	5.75955	
專業支持	男(1)	216	9.1343	3.68978	1.900
	女(2)	518	8.5521	3.81995	
整體社會支持	男(1)	216	90.9722	16.24290	-1.552
	女(2)	518	93.0117	16.18858	

*** $p < .001$

(一)在各向度上

1. 分析「家人支持」向度上之社會支持，並未達顯著水準($p > .05$)，表示不同性別的國小教師在家人支持向度上並沒有顯著差異。
2. 分析「一般支持」向度上之社會支持，並未達顯著水準($p > .05$)，表示不同性別的國小教師在一般支持向度上沒有顯著差異。
3. 分析「同儕支持」向度上之社會支持，達顯著水準($p < .001$)，表示不同性別的國小教師在同儕支持向度上有顯著差異。其結果發現，「女性」的國小教師在「同儕支持」向度之社會支持顯著高於「男性」之國小教師。

4. 分析「專業支持」向度上之社會支持，並未達顯著水準($p>.05$)，表示不同性別的國小教師在專業支持向度上並沒有顯著差異。

(二)在整體向度上

分析社會支持整體向度上，並未達顯著水準($p>.05$)，表示不同性別的國小教師在社會支持整體向度上並沒有顯著差異。

二、年齡

就不同年齡的國小教師在社會支持向度及整體上進行單因子變異數分析，分析結果如表 4-18 所示：

表 4-18 不同年齡的國小教師在社會支持向度及整體上之差異情形

社會支持 各向度/組別		個數	平均數	標準差	來源	平方和 (SS)	自由度 (df)	平均平方和 (MS)	F 值
一般支持	30 歲以下(1)	148	21.4054	5.31950	組間	206.179	3	68.726	2.804
	31-40 歲(2)	370	20.9350	4.83208	組內	17820.377	726	24.512	
	41-50 歲(3)	193	21.7979	4.78557	總和	18026.555	729		
	51 歲以上(4)	21	23.5714	5.79285					
家人支持	30 歲以下(1)	148	31.2703	7.67059	組間	245.522	3	81.841	1.431
	31-40 歲(2)	370	30.8780	7.61033	組內	41516.490	726	57.185	
	41-50 歲(3)	193	31.8229	7.39321	總和	41762.012	729		
	51 歲以上(4)	21	33.7619	7.46261					
同儕支持	30 歲以下(1)	148	32.2177	6.43356	組間	286.976	3	95.659	2.90
	31-40 歲(2)	370	30.7595	5.58006	組內	23984.476	726	32.991	
	41-50 歲(3)	193	30.5596	5.47226	總和	24271.453	729		
	51 歲以上(4)	21	31.7143	5.92573					
專業支持	30 歲以下(1)	148	9.1014	4.10034	組間	97.983	3	32.661	2.282
	31-40 歲(2)	370	8.5541	3.64904	組內	10421.606	726	14.315	
	41-50 歲(3)	193	8.5596	3.71621	總和	10519.589	729		
	51 歲以上(4)	21	10.4286	4.38830					
整體社會支持	30 歲以下(1)	148	94.0204	17.11063	組間	2040.725	3	680.242	2.613
	31-40 歲(2)	370	91.1440	15.76301	組內	188490.039	726	260.345	
	41-50 歲(3)	193	92.7448	15.78363	總和	190530.764	729		
	51 歲以上(4)	21	99.4762	18.67249					

(一)在各向度上

1. 分析「家人支持」向度上之社會支持，並未達顯著水準($p>.05$)，表示不同年齡的國小教師在家人支持向度上並沒有顯著差異。

2. 分析「一般支持」向度上之社會支持，並未達顯著水準($p>.05$)，表示不同年齡的國小教師在一般支持向度上沒有顯著差異。

3. 分析「同儕支持」向度上之社會支持，並未達顯著水準($p>.05$)，表示不同年齡的國小教師在同儕支持向度上並沒有顯著差異。

4. 分析「專業支持」向度上之社會支持，並未達顯著水準($p>.05$)，表示不同年齡的國小教師在專業支持向度上並沒有顯著差異。

(二)在整體向度上

分析社會支持整體向度上，並未達顯著水準($p>.05$)，表示不同年齡的國小教師在社會支持整體向度上並沒有顯著差異。

三、婚姻狀況

就不同婚姻狀況的國小教師在社會支持向度及整體上進行單因子變異數分析，分析結果如表 4-19 所示：

表 4-19 不同婚姻狀況的國小教師在社會支持向度及整體上之差異情形

社會支持 各向度/組別		個數	平均數	標準差	來源	平方和 (SS)	自由度 (df)	平均平方和 (MS)	F 值	事後 比較
一般支持	未婚(1)	234	20.6923	4.86992	組間	161.669	2	80.835	3.278*	2>1
	已婚(2)	490	21.6339	4.94177	組內	18000.923	730	24.659		
	其他(3)	10	22.8000	7.87119	總和	18162.592	732			
家人支持	未婚(1)	234	29.3504	7.68401	組間	1298.879	2	649.439	11.654***	2>1
	已婚(2)	490	32.1906	7.33130	組內	40626.142	730	55.729		
	其他(3)	10	32.8000	8.77876	總和	41925.020	732			
同儕支持	未婚(1)	234	31.6567	5.97716	組間	144.822	2	72.411	2.176	
	已婚(2)	490	30.7143	5.66227	組內	24288.632	730	33.272		
	其他(3)	10	31.7000	5.98238	總和	24433.454	732			
專業支持	未婚(1)	234	8.7821	3.79512	組間	3.772	2	1.886	.131	
	已婚(2)	490	8.6857	3.77474	組內	10519.085	731	14.390		
	其他(3)	10	9.2000	4.66190	總和	10522.857	733			
整體社會支持	未婚(1)	234	90.4850	16.14458	組間	1369.731	2	684.866	2.615	
	已婚(2)	490	93.2444	16.04546	組內	190428.619	727	261.938		
	其他(3)	10	96.5000	23.17686	總和	191798.351	729			

** $p<.01$ *** $p<.001$

(一)各向度分析

1. 分析「家人支持」向度上之社會支持，達顯著水準($p<.001$)，表示不同婚姻狀況的國小教師在家人支持向度上有顯著差異。進行事後比較之後，其結果發現，「已婚」的國小教師在「家人支持」向度之社會支持顯著高於「未婚」之國小教師。
2. 分析「一般支持」向度上之社會支持，達顯著水準($p<.05$)，表示不同婚姻狀況的國小教師在一般支持向度上有顯著差異。進行事後比較之後，其結果發現，「已婚」的國小教師在「一般支持」向度之社會支持顯著高於「未婚」之

國小教師。

3. 分析「同儕支持」向度上之社會支持，未達顯著水準($p>.05$)，表示不同婚姻狀況的國小教師在同儕支持向度上並沒有顯著差異。

4. 分析「專業支持」向度上之社會支持，並未達顯著水準($p>.05$)，表示不同婚姻狀況的國小教師在專業支持向度上並沒有顯著差異。

(二)在整體向度上

分析社會支持整體向度上，並未達顯著水準($p>.05$)，表示不同婚姻狀況的國小教師在社會支持整體向度上並沒有顯著差異。

四、服務年資

就不同服務年資狀況的國小教師在社會支持向度及整體上進行單因子變異數分析，分析結果如表 4-20 所示：

表 4-20 不同服務年資的國小教師在社會支持向度及整體上之差異情形

社會支持 各向度/組別		個數	平均數	標準差	來源	平方和 (SS)	自由度 (df)	平均平方和 (MS)	F 值	事後 比較
一般 支持	5年以下(1)	134	5.31940	21.2537	組間	360.710	4	90.177	3.688**	5>2
	6-10年(2)	288	4.63200	20.8646	組內	17801.883	727	24.453		
	11-15年(3)	139	4.60785	21.0362	總和	18162.592	731			
	16-20年(4)	102	5.33993	22.0000						
	20年以上(5)	71	5.46675	23.1690						
家人 支持	5年以下(1)	134	7.97264	30.9701	組間	464.352	4	116.088	2.036	
	6-10年(2)	288	7.40321	30.9340	組內	41460.669	727	57.030		
	11-15年(3)	139	7.18243	30.5870	總和	41925.020	731			
	16-20年(4)	102	7.56641	32.6078						
	20年以上(5)	71	8.01020	32.8429						
同儕 支持	5年以下(1)	134	6.13139	32.0000	組間	319.865	4	79.966	2.414	
	6-10年(2)	288	5.59463	30.9721	組內	24113.589	727	33.123		
	11-15年(3)	139	5.68774	30.7986	總和	24433.454	731			
	16-20年(4)	102	5.71714	29.7843						
	20年以上	71	5.85076	31.6479						
專業 支持	5年以下(1)	134	3.86351	8.9254	組間	45.432	4	11.358	.790	
	6-10年(2)	288	3.72119	8.5799	組內	10477.425	727	14.372		
	11-15年(3)	139	3.71907	8.4964	總和	10522.857	731			
	16-20年(4)	102	4.03373	8.7451						
	20年以上(5)	71	3.71462	9.3380						
整體社 會支持	5年以下(1)	134	16.97300	93.1493	組間	2242.634	4	560.658	2.144	
	6-10年(2)	288	15.30575	91.3589	組內	189555.717	727	261.456		
	11-15年(3)	139	14.36366	90.9635	總和	191798.351	731			
	16-20年(4)	102	18.67441	93.1373						
	20年以上(5)	71	17.42885	97.0571						

** $p<.01$

(一)在各向度上

1. 分析「家人支持」向度上之社會支持，未達顯著水準($p > .05$)，表示不同服務年資的國小教師在家人支持向度上並沒有顯著差異。
2. 分析「一般支持」向度上之社會支持，達顯著水準($p < .01$)，表示不同服務年資的國小教師在一般支持向度上有顯著差異。進行事後比較之後，其結果發現，年資「20 年以上」的國小教師在「一般支持」向度之社會支持顯著高於年資「6-10 年」之國小教師。
3. 分析「同儕支持」向度上之社會支持，未達顯著水準($p > .05$)，表示不同服務年資的國小教師在同儕支持向度上並沒有顯著差異。
4. 分析「專業支持」向度上之社會支持，並未達顯著水準($p > .05$)，表示不同服務年資的國小教師在專業支持向度上並沒有顯著差異。

(二)在整體向度上

分析社會支持整體向度上，並未達顯著水準($p > .05$)，表示不同服務年資的國小教師在社會支持整體向度上並沒有顯著差異。

五、教育程度

就不同教育程度的國小教師在社會支持向度及整體上進行單因子變異數分析，分析結果如表 4-21 所示：

表 4-21 不同教育程度的國小教師在社會支持向度及整體上之差異情形

	社會支持 各向度/組別	個數	平均數	標準差	來源	平方和 (SS)	自由度 (df)	平均平方和 (MS)	F值
一般	師範專科學校(1)	57	21.2632	4.77914	組間	90.527	3	30.176	1.217
支持	一般大學及師資班(2)	213	21.0094	4.52899	組內	18072.065	729	24.790	
	師範大學、師院(3)	330	21.3000	5.31137	總和	18162.592	732		
	研究所及四十學分班(4)	134	22.0448	4.89263					
家人	師範專科學校(1)	57	32.9649	7.37022	組間	283.331	3	94.444	1.651
支持	一般大學及師資班(2)	213	31.1221	7.08001	組內	41641.690	729	57.200	
	師範大學、師院(3)	330	30.8506	7.64697	總和	41925.020	732		
	研究所及四十學分班(4)	134	31.9254	8.15787					
同儕	師範專科學校(1)	57	31.3860	6.59750	組間	21.095	3	7.032	.210
支持	一般大學及師資班(2)	213	30.8498	5.56912	組內	24412.359	729	33.487	
	師範大學、師院(3)	330	31.1398	5.83450	總和	24433.454	732		
	研究所及四十學分班(4)	134	30.8806	5.64227					
專業	師範專科學校(1)	57	8.5088	3.65534	組間	32.179	3	10.726	.746
支持	一般大學及師資班(2)	213	8.4460	3.79960	組內	10490.678	729	14.371	
	師範大學、師院(3)	330	8.8333	3.72775	總和	10522.857	732		
	研究所及四十學分班	134	8.9851	3.98302					
整體	師範專科學校(1)	57	94.1228	16.22066	組間	640.400	3	213.467	.811
社會	一般大學及師資班(2)	213	91.5142	15.47739	組內	191157.951	729	263.303	
支持	師範大學、師院(3)	330	92.1040	16.59556	總和	191798.351	732		
	研究所及四十學分班(4)	134	93.8358	16.47381					

(一)在各向度上

1. 分析「家人支持」向度上之社會支持，未達顯著水準($p > .05$)，表示不同教育程度的國小教師在家人支持向度上並沒有顯著差異。
2. 分析「一般支持」向度上之社會支持，未達顯著水準($p > .05$)，表示不同教育程度的國小教師在一般支持向度上並沒有顯著差異。
3. 分析「同儕支持」向度上之社會支持，未達顯著水準($p > .05$)，表示不同教育程度的國小教師在同儕支持向度上並沒有顯著差異。
4. 分析「專業支持」向度上之社會支持，並未達顯著水準($p > .05$)，表示不同教育程度的國小教師在專業支持向度上並沒有顯著差異。

(二)在整體向度上

分析社會支持整體向度上，並未達顯著水準($p > .05$)，表示不同教育程度的國小教師在社會支持整體向度上並沒有顯著差異。

六、任教職務

就不同任教職務的國小教師在社會支持向度及整體上進行單因子變異數分析，分析結果如表 4-22 所示：

表 4-22 不同任教職務的國小教師在社會支持向度及整體上之差異情形

	社會支持 各向度/組別	個數	平均數	標準差	來源	平方和 (SS)	自由度 (df)	平均平方和 (MS)	F值	事後 比較
一般	主任(1)	68	23.3824	4.11778	組間	1225.879	4	306.470	13.173***	1>4
支持	科任教師兼組長(2)	122	23.1885	4.75921	組內	16936.713	729	23.265		2>4
	級任教師兼組長(3)	55	21.8000	5.26835	總和	18162.592	733			
	級任教師(4)	478	20.4549	4.79020						
	科任教師(5)	11	24.9091	7.99318						
家人	主任(1)	68	31.4706	7.47228	組間	417.794	4	104.449	1.829	
支持	科任教師及組長(2)	122	32.6475	7.19380	組內	41507.226	729	57.094		
	級任教師兼組長(3)	55	32.3818	9.22856	總和	41925.020	733			
	級任教師(4)	478	30.7815	7.44485						
	科任教師(5)	11	31.7273	7.60383						
同儕	主任(1)	68	30.5147	5.22763	組間	128.653	4	32.163	.963	
支持	科任教師兼組長(2)	122	31.2951	6.02569	組內	24304.802	729	33.386		
	級任教師兼組長(3)	55	31.6909	5.35369	總和	24433.454	733			
	級任教師(4)	478	30.8973	5.85683						
	科任教師(5)	11	33.5455	4.52468						
專業	主任(1)	68	10.1765	3.80864	組間	216.066	4	54.016	3.821**	1>4
支持	科任教師兼組長(2)	122	8.7541	4.00684	組內	10306.791	729	14.138		
	級任教師兼組長(3)	55	9.0000	4.01848	總和	10522.857	733			
	級任教師(4)	478	8.4393	3.60402						
	科任教師(5)	11	10.3636	5.69689						
整體	主任(1)	68	95.5441	15.93591	組間	4775.475	4	1193.869	4.628***	2>4
社會	科任教師兼組長(2)	122	95.8852	15.88918	組內	187022.876	729	257.963		
支持	級任教師兼組長(3)	55	94.8727	16.39789	總和	191798.351	733			
	級任教師(4)	478	90.5886	16.00983						
	科任教師(5)	11	100.5455	19.24247						

p<.01 *p<.001

(一)在各向度上

1. 分析「家人支持」向度上之社會支持，未達顯著水準($p>.05$)，表示不同任教職務的國小教師在家人支持向度上並沒有顯著差異。
2. 分析「一般支持」向度上之社會支持，達顯著水準($p<.001$)，表示不同任教職務的國小教師在一般支持向度上有顯著差異。進行事後比較之後，其結果發現，任教職務為「主任」及「科任教師兼組長」的國小教師在「一般支持」向度之社會支持顯著高於任教職務為「級任教師」之國小教師。

3. 分析「同儕支持」向度上之社會支持，未達顯著水準($p>.05$)，表示不同任教職務的國小教師在同儕支持向度上並沒有顯著差異。

4. 分析「專業支持」向度上之社會支持，達顯著水準($p<.01$)，表示不同任教職務的國小教師在專業支持向度上有顯著差異。進行事後比較之後，其結果發現，任教職務為「主任」的國小教師在「專業支持」向度之社會支持顯著高於任教職務為「級任教師」之國小教師。

(二)在整體向度上

分析社會支持整體向度上，已達顯著水準($p<.001$)，表示不同任教職務的國小教師在社會支持整體向度上有顯著差異。進行事後比較之後，其結果發現，任教職務為「科任教師兼組長」的國小教師在整體社會支持顯著高於任教職務為「級任教師」之國小教師。

七、任教年段

就不同任教年段的國小教師在社會支持向度及整體上進行單因子變異數分析，分析結果如表 4-23 所示：

表 4-23 不同任教年段的國小教師在社會支持向度及整體上之差異情形

社會支持 各向度/組別		個數	平均數	標準差	來源	平方和	自由度	平均 平方和	F 檢定
一般	低年級 (1)	171	20.4824	4.92094	組間	15.228	2	7.614	.319
支持	中年級 (2)	174	20.8448	4.88173	組內	12422.207	521	23.843	
	高年級 (3)	180	20.4833	4.84794	總和	12437.435	523		
家人	低年級 (1)	171	31.0292	6.96920	組間	10.163	2	5.082	.086
支持	中年級 (2)	174	30.8613	8.36683	組內	30632.284	521	58.908	
	高年級 (3)	180	31.2011	7.61974	總和	30642.447	523		
同儕	低年級 (1)	171	31.3000	6.00084	組間	72.335	2	36.168	1.054
支持	中年級 (2)	174	30.4368	5.83928	組內	17876.566	521	34.312	
	高年級 (3)	180	31.1278	5.73729	總和	17948.901	523		
專業	低年級 (1)	171	8.3216	3.54410	組間	14.762	2	7.381	.566
支持	中年級 (2)	174	8.6782	3.72306	組內	6808.598	521	13.043	
	高年級 (3)	180	8.3222	3.56528	總和	6823.360	523		
整體 社會 支持	低年級 (1)	171	91.2544	15.73631	組間	16.195	2	8.097	.031
	中年級 (2)	174	90.8208	17.09744	組內	136082.700	521	262.708	
	高年級 (3)	180	91.0670	15.75821	總和	136098.894	523		

(一)在各向度上

1. 分析「家人支持」向度上之社會支持，未達顯著水準($p>.05$)，表示不同任教年段的國小教師在家人支持向度上並沒有顯著差異。

2. 分析「一般支持」向度上之社會支持，未達顯著水準($p>.05$)，表示不同任教年段的國小教師在一般支持向度上並沒有顯著差異。
3. 分析「同儕支持」向度上之社會支持，未達顯著水準($p>.05$)，表示不同任教年段的國小教師在同儕支持向度上並沒有顯著差異。
4. 分析「專業支持」向度上之社會支持，未達顯著水準($p>.05$)，表示不同任教年段的國小教師在專業支持向度上並沒有顯著差異。

(二)在整體向度上

分析社會支持整體向度上，未達顯著水準($p>.05$)，表示不同任教年段的國小教師在社會支持整體向度上並沒有顯著差異。

八、學校地區

就不同學校地區的國小教師在社會支持向度及整體上進行單因子變異數分析，分析結果如表 4-24 所示：

表 4-24 不同學校地區的國小教師在社會支持向度及整體上之差異情形

社會支持 各向度/組別		個數	平均數	標準差	來源	平方和	自由度	平均平方和	F 檢定	事後 比較
一般	城市地區(1)	230	21.8952	5.43199	組間	371.552	2	185.776	7.064***	3>1
支持	鄉鎮地區(2)	470	21.4013	4.95408	組內	19199.553	730	26.301		3>2
	偏遠地區(3)	34	24.8182	5.41095	總和	19571.105	732			
家人	城市地區(1)	230	31.4391	7.97886	組間	5.539	2	2.770	.048	-
支持	鄉鎮地區(2)	470	31.2532	7.35903	組內	41893.397	730	57.388		
	偏遠地區(3)	34	31.3939	7.73765	總和	41898.936	732			
同儕	城市地區(1)	230	31.5348	6.09002	組間	57.319	2	28.660	.855	-
支持	鄉鎮地區(2)	470	30.9298	5.67091	組內	24468.874	730	33.519		
	偏遠地區(3)	34	30.9697	5.28255	總和	24526.194	732			
專業	城市地區(1)	230	8.7565	3.99255	組間	8.381	2	4.190	.291	-
支持	鄉鎮地區(2)	470	8.6730	3.71302	組內	10510.922	730	14.379		
	偏遠地區(3)	34	9.1818	3.45013	總和	10519.302	732			
整體	城市地區(1)	230	93.7118	17.16905	組間	734.998	2	367.499	1.404	-
社會	鄉鎮地區(2)	470	92.2665	15.72342	組內	190618.299	730	261.838		
支持	偏遠地區(3)	34	96.3636	15.51978	總和	191353.297	732			

*** $p<.001$

(一)在各向度上

1. 分析「家人支持」向度上之社會支持，未達顯著水準($p>.05$)，表示不同學校地區的國小教師在家人支持向度上並沒有顯著差異。

2. 分析「一般支持」向度上之社會支持，達顯著水準($p < .001$)，表示不同學校地區的國小教師在一般支持向度上有顯著差異。進行事後比較之後，其結果發現，任教職務為「偏遠地區」的國小教師在「一般支持」向度之社會支持顯著高於學校地區為「城市地區」、「鄉鎮地區」之國小教師。
3. 分析「同儕支持」向度上之社會支持，未達顯著水準($p > .05$)，表示不同學校地區的國小教師在同儕支持向度上並沒有顯著差異。
4. 分析「專業支持」向度上之社會支持，未達顯著水準($p > .05$)，表示不同學校地區的國小教師在專業支持向度上並沒有顯著差異。

(二)在整體向度上

分析社會支持整體向度上，未達顯著水準($p > .05$)，表示不同學校地區的國小教師在同儕支持向度上並沒有顯著差異。

九、學校規模

就不同學校規模的國小教師在社會支持向度及整體上進行單因子變異數分析，分析結果如表 4-25 所示：

表 4-25 不同學校規模的國小教師在社會支持向度及整體上之差異情形

社會支持 各向度/組別		個數	平均數	標準差	來源	平方和	自由度	平均平方和	F 檢定	事後比較
一般支持	12班以下(1)	58	3.79607	26.1034	組間	1259.953	3	419.984	16.720***	1>2
	13-24班(2)	138	5.05366	20.8768	組內	18311.153	729	25.118		1>3
	25-48班(3)	233	4.71811	21.5880	總和	19571.105	732			1>4
	49班以上(4)	305	5.39723	21.3421						
家人支持	12班以下(1)	58	7.37897	32.8448	組間	195.840	3	65.280	1.141	
	13-24班(2)	138	7.86293	30.9203	組內	41703.096	729	57.206		
	25-48班(3)	233	7.36651	31.5536	總和	41898.936	732			
	49班以上(4)	305	7.60836	31.0263						
同儕支持	12班以下(1)	58	4.66043	31.2931	組間	201.867	3	67.289	2.017	
	13-24班(2)	137	6.09870	30.0657	組內	24324.327	729	33.367		
	25-48班(3)	233	5.49282	31.1888	總和	24526.194	732			
	49班以上(4)	305	6.02304	31.5115						
專業支持	12班以下(1)	58	3.56802	9.3793	組間	41.275	3	13.758	.959	
	13-24班(2)	137	3.71046	8.4493	組內	10478.027	729	14.353		
	25-48班(3)	233	3.66594	8.6009	總和	10519.302	732			
	49班以上(4)	305	3.95216	8.8131						
整體社會支持	12班以下(1)	58	12.94635	99.6207	組間	3531.630	3	1177.210	4.557**	1>2
	13-24班(2)	137	16.74862	90.3285	組內	187821.667	729	258.352		1>3
	25-48班(3)	233	15.67351	92.9313	總和	191353.297	732			1>4
	49班以上(4)	305	16.59060	92.7624						

** $p < .01$ *** $p < .001$

(一)在各向度上

1. 分析「家人支持」向度上之社會支持，未達顯著水準($p > .05$)，表示不同學校規模的國小教師在家人支持向度上並沒有顯著差異。

2. 分析「一般支持」向度上之社會支持，達顯著水準($p < .001$)，表示不同學校規模的國小教師在一般支持向度上有顯著差異。進行事後比較之後，其結果發現，任教職務為「12 班以下」的國小教師在「一般支持」向度之社會支持顯著高於學校規模為「13-24 班」、「25-48 班」、「49 班以上」之國小教師。
3. 分析「同儕支持」向度上之社會支持，未達顯著水準($p > .05$)，表示不同學校規模的國小教師在同儕支持向度上並沒有顯著差異。
4. 分析「專業支持」向度上之社會支持，未達顯著水準($p > .05$)，表示不同學校規模的國小教師在專業支持向度上並沒有顯著差異。

(二)在整體向度上

分析社會支持整體向度上，達顯著水準($p < .01$)，表示不同學校規模的國小教師在同儕支持向度上有顯著差異。進行事後比較之後，其結果發現，任教職務為「12 班以下」的國小教師在整體社會支持顯著高於學校規模為「13-24 班」、「25-48 班」、「49 班以上」之國小教師。

十、學校歷史

就不同學校歷史的國小教師在社會支持向度及整體上進行單因子變異數分析，分析結果如表 4-26 所示：

表 4-26 不同學校歷史的國小教師在社會支持向度及整體上之差異情形

社會支持 各向度/組別		個數	平均數	標準差	來源	平方和	自由度	平均平方和	F 檢定
一般支持	10年以下(1)	73	22.5342	4.68770	組間	60.621	2	30.311	1.134
	11-20年(2)	166	21.7758	5.17187	組內	19510.484	730	26.727	
	21年以上(3)	495	21.5657	5.23566	總和	19571.105	732		
家人支持	10年以下(1)	73	30.6301	7.75046	組間	51.479	2	25.739	.449
	11-20年(2)	166	31.1506	7.41057	組內	41847.457	730	57.325	
	21年以上(3)	495	31.4757	7.59807	總和	41898.936	732		
同儕支持	10年以下(1)	73	31.3151	4.58523	組間	84.169	2	42.085	1.257
	11-20年(2)	166	31.7048	5.71364	組內	24442.024	730	33.482	
	21年以上(3)	495	30.8968	5.96503	總和	24526.194	732		
專業支持	10年以下(1)	73	8.0411	3.59181	組間	51.344	2	25.672	1.793
	11-20年(2)	166	8.5482	3.72470	組內	10467.959	730	730	
	21年以上(3)	495	8.8808	3.83093	總和	10519.302	732	732	
整體社會支持	10年以下(1)	73	92.5205	14.82875	組間	38.942	2	19.471	.074
	11-20年(2)	166	93.2970	16.63277	組內	191314.355	730	262.794	
	21年以上(3)	495	92.8296	16.26206	總和	191353.297	732		

(一)在各向度上

1. 分析「家人支持」向度上之社會支持，未達顯著水準($p > .05$)，表示不同學校歷史的國小教師在家人支持向度上並沒有顯著差異。

2. 分析「一般支持」向度上之社會支持，未達顯著水準($p>.05$)，表示不同學校歷史的國小教師在一般支持向度上並沒有顯著差異。
3. 分析「同儕支持」向度上之社會支持，未達顯著水準($p>.05$)，表示不同學校歷史的國小教師在同儕支持向度上並沒有顯著差異。
4. 分析「專業支持」向度上之社會支持，未達顯著水準($p>.05$)，表示不同學校歷史的國小教師在專業支持向度上並沒有顯著差異。

(二)在整體向度上

分析社會支持整體向度上，未達顯著水準($p>.05$)，表示不同學校歷史的國小教師在社會支持整體向度上並沒有顯著差異。

肆、綜合討論

將不同背景變項之國小教師在社會支持上之統計分析結果，歸納為下表 4-27：

表 4-27 不同背景變項之國小教師在社會支持上之差異考驗結果綜合摘要表

社會支持 背景變項	一般支持	家人支持	同儕支持	專業支持	整體社會支持
性別	-	-	女>男	-	-
年齡	-	-	-	-	-
婚姻狀況	已婚>未婚	已婚>未婚	-	-	-
服務年資	20 年以上> 6-10 年	-	-	-	-
教育程度	-	-	-	-	-
任教職務	主任>級任教師 科任教師兼組長> 級任教師	-	-	主任>級任教師	科任教師兼組長> 級任教師
任教年段	-	-	-	-	-
學校地區	偏遠地區>鄉鎮地 區 偏遠地區>城市地 區	-	-	-	-
學校規模	12 班以下>13-24 班 12 班以下>25-48 班 12 班以下>49 班以 上	-	-	-	12 班以下>13-24 班 12 班以下>25-48 班 12 班以下>48 班以上
學校歷史	-	-	-	-	-

據研究結果得知，研究假設四：「不同背景變項之國小教師在社會支持分向度及整體向度上有顯著差異」，部分獲得證實。研究結論如下所述：

一、教師人口特質

(一)國小教師「性別」與社會支持

本研究發現，不同性別之國小教師，在社會支持分向度「同儕支持」上，達顯著差異，其中「女性」教師高於「男性」，此結果與關美華(2000)的研究相同。

推估其可能原因，女性因本身特質，較男性容易主動與周遭的同事、朋友分享生活點滴，相對的，遇到教學瓶頸或困難時，也容易獲得這些人的支持。

(二)國小教師「年齡」與社會支持

本研究發現，不同年齡之國小教師，在社會支持分向度「一般支持」、「家人支持」、「同儕支持」、「專業支持」及整體向度上，並沒有顯著差異。此結果與林佳蓉(2002)、張佩娟(2004)的研究相似，教師社會支持不受年齡的影響。

(三)國小教師「婚姻狀況」與社會支持

本研究發現，不同婚姻狀況之國小教師，在社會支持分向度「一般支持」、「家人支持」上，達顯著差異。此結果與劉威德(1994)、關美華(2000)、Longino 與 Lipman (1982)、Connidis 與 McMullin (1994) 的研究相似，教師社會支持深受婚姻狀況的影響。

究其原因，可能已婚教師能從親密的伴侶中獲得較多情緒性或訊息性的支持，因此「家人支持」向度上取得的社會支持比未婚高。另外，許多已婚者可能已扮演父母的角色，因此較能同理學生家長的難處、因應家長問題與需求，相較之下，也獲得比未婚者較多的家長認同與支持。

二、教師專業背景

(一)國小教師「服務年資」與社會支持

本研究發現，不同服務年資之國小教師，在社會支持「一般支持」向度上，達顯著差異，其中年資「20 年以上」的教師高於「6-10 年以上」教師。此與劉威德(1994)、關美華(2000)的研究相似。

究其原因可能年資較深的教師已累積長期的行政經驗，在學校本身亦可能擔任行政人員，因此容易獲得行政的資源與支持，而年資 6-10 年的教師，自己的孩子多尚年幼，本身承受的壓力較大，無力擔負行政要職，相對的，獲得的行政資源也較少。

(二)國小教師「教育程度」與社會支持

本研究發現，不同教育程度之國小教師，在社會支持分向度「一般支持」、「家長支持」、「同儕支持」、「專業支持」及整體向度上，並沒有顯著差異。此結果與林佳蓉(2002)的研究結果相似，教師社會支持不受教育程度的影響。

(三)國小教師「任教職務」與社會支持

本研究發現，不同任教職務之國小教師，在社會支持各向度「一般支持」、「專業支持」及整體社會支持向度上達顯著差異。其中在「一般支持」向度方面，「主任」及「科任教師兼組長」的社會支持均高於「級任教師」；在「專業支持」向度則「主任」的社會支持高於「級任教師」；「整體社會支持」方面，則「科任教師兼組長」的社會支持高於「級任教師」。

推估其可能原因，主任及科任教師兼組長兩者皆為行政人員，本身亦為科任教師，不用管理班級事務，較能完全的投入行政工作，相對的，獲得的行政支援亦較未擔任行政職的級任教師高。另外，主任因位階及本身兼任的行政職關係，易獲得專業支持的管道，遇到難題也容易向專業團體尋求解決的方法，而非和一般教師尋求同儕的支持。「科任教師兼組長」一職，兼具一般教師及行政人員身分，因而較能獲得同儕及一般的支持，所以在整體的社會支持感受力比級任教師高。

(四)國小教師「任教年段」與社會支持

本研究發現，不同任教年段之國小教師，在「一般支持」、「家長支持」、「同儕支持」、「專業支持」及整體向度上，並沒有顯著差異。

三、學校環境

(一)國小教師「學校地區」與社會支持

本研究發現，任教不同學校地區之國小教師，在「一般支持」向度達顯著差異。任教於「偏遠地區」教師的社會支持高於任教於「鄉鎮地區」及「城市地區」的教師。

究其原因可能為「偏遠地區」的學校多為六班的小學校，班級人數不多，教師有較多時間處理家長的個別問題，因而也易獲得家長的支持。另外，偏遠學校教職人員編制少，彼此接觸機會多，教師本身亦可能也兼任行政職，故較能獲得行政支持。所以綜合以上兩點，可能讓任教於偏遠地區的教師在「一般支持」向度上的感受力高於任教於城市及鄉鎮學校的教師

(二)國小教師「學校規模」與社會支持

本研究發現，不同學校規模之國小教師，在「一般支持」向度及整體社會支持上，達顯著差異。任教於「12 班以下」教師的社會支持高於任教於「13-24 班」、「25-48 班」、「49 班以上」的教師。

推估其可能原因為 12 班以下的學校，教職人員編制少，行政人員與教師彼此熟悉，易互相分享教學經驗，也因而較容易獲得行政、同儕、專業等支持的管道，所以在整體社會支持上高於任教其他規模學校的教師。

(三)國小教師「學校歷史」與社會支持

本研究發現，不同學校歷史之國小教師，在「一般支持」、「家長支持」、「同儕支持」、「專業支持」及整體向度上，並沒有顯著差異。



第五節 國小教師工作壓力與社會支持之相關情形

本節主要在探討桃園縣國小教師在工作壓力與社會支持之相關情形，以皮爾遜積差相關係數來檢定工作壓力、社會支持各向度與整體間是否有關聯性，其關聯程度如何。以下針對國小教師工作壓力與社會支持間的關係來進行分析。

壹、國小教師工作壓力和社會支持之相關分析

國小教師工作壓力與社會支持之積差相關分析結果，如表 4-28 所述：

表 4-28 桃園縣國小教師工作壓力和社會支持之積差相關分析摘要表

社會支持 工作壓力	一般支持	家人支持	同儕支持	專業支持	整體社會支持
制定政策	-.077*	.009	-.017	-.062	-.043
學生管教	-.141**	-.031	-.045	-.031	-.085*
組織環境	-.161**	.046	-.037	.011	-.041
整體工作壓力	-.160**	.018	-.041	-.013	-.062

* $p < .05$ ** $p < .01$

一、社會支持與工作壓力各向度及整體間之情形

- (一)分析「家人支持」與「制定政策」、「學生管教」、「組織環境」、「整體工作壓力」，未達顯著水準($p > .05$)，表示彼此間沒有顯著相關。
- (二)分析「一般支持」與「制定政策」($p < .05$)、「學生管教」($p < .01$)、「組織環境」($p < .01$)、「整體工作壓力」($p < .01$)，皆達顯著水準，表示彼此間有顯著負相關。
- (三)分析「同儕支持」與「制定政策」、「學生管教」、「組織環境」、「整體工作壓力」，未達顯著水準($p > .05$)，表示彼此間沒有顯著相關。
- (四)分析「專業支持」與「制定政策」、「學生管教」、「組織環境」、「整體工作壓力」，未達顯著水準($p > .05$)，表示彼此間沒有顯著相關。
- (五)分析「整體社會支持」與「制定政策」、「組織環境」、「整體工作壓力」，未達顯著水準($p > .05$)，表示彼此間沒有顯著相關；「整體社會支持」與「學生管教」($p < .05$)呈顯著負相關。

二、工作壓力與社會支持各向度及整體間之情形

- (一)分析「制定政策」與「家人支持」、「同儕支持」、「專業支持」、「整體社會支持」，未達顯著水準($p > .05$)，表示彼此間沒有顯著相關。「制定政策」與「一般支持」($p < .05$)呈現顯著負相關。
- (二)分析「學生管教」與「家人支持」、「同儕支持」、「專業支持」，未達顯著水準($p > .05$)，表示彼此間沒有顯著相關。「學生管教」與「一般支持」($p < .01$)、「整體社會支持」($p < .05$)呈現顯著負相關。
- (三)分析「組織環境」與「家人支持」、「同儕支持」、「專業支持」、「整體社會支持」，未達顯著水準($p > .05$)，表示彼此間沒有顯著相關。「組織環境」與「一般支持」($p < .01$)呈現顯著負相關。
- (四)分析「整體工作壓力」與「家人支持」、「同儕支持」、「專業支持」、「整體社會支持」，未達顯著水準($p > .05$)，表示彼此間沒有顯著相關。「整體工作壓力」與「一般支持」($p < .01$)呈現顯著負相關。

三、工作壓力與社會支持間之情形

分析「整體工作壓力」與「整體社會支持」未達顯著水準($p > .05$)，表示兩者之間沒有顯著相關。

貳、綜合討論

據研究結果得知，研究假設四：「國小教師工作壓力各向度及整體向度上與教師社會支持各向度及整體向度上有顯著相關」，部份獲得證實，研究結論如下所述：

一、與工作壓力各向度及整體向度之關係

- (一)「家人支持」、「同儕支持」、「專業支持」與工作壓力各向度及整體向度間，未呈顯著相關。
- (二)「一般支持」與工作壓力各向度及整體向度間，皆呈顯著負相關，即教師若獲得較多來自於家長、行政的支持，則在制定政策、學生管教、組織環境的工作壓力感受也會較低。
- (三)「整體社會支持」與工作壓力之「學生管教」呈現顯著負相關，即表示教師若獲得較多家人、親朋好友、行政、家長、同事及專業團體的支持，則在學生管教向度的工作壓力感受會較低。

二、與社會支持各向度及整體向度之關係

「制定政策」、「學生管教」、「組織環境」、「整體工作壓力」與社會支持之「一般支持」，皆呈顯著負相關，即在制定政策、學生管教、組織環境或整體工作壓力感受較高者，獲得行政、家長的支持就較少。

三、工作壓力與行政支持之關係

整體工作壓力與整體社會支持未呈顯著相關，即表示兩者間未有絕對的關係，不過從本研究結果仍可顯示工作壓力各向度及整體向度和社會支持之一般支持仍有密切的關係，因此若能透過行政、家長的支持，教師工作壓力感受亦會愈低。



第五章 結論與建議

本研究主要目的在探討桃園縣國小教師工作壓力與社會支持的現況、差異及相關情形。為達研究目的，研究者針對所蒐集到的相關理論與文獻加以分析探討，並藉由問卷調查法，以桃園縣國小 734 位教師為研究對象，瞭解國小教師工作壓力與社會支持的整體情形，並發現本研究之研究假設，部分得到支持。

本章分成二節，第一節為結論；第二節為建議。主要依據第四章的研究結果歸納出主要研究發現，作成結論並提出建議。俾利國小教師、學校單位、教育行政機關及未來研究者之參考。

第一節 結論

本研究係以「國小教師工作壓力量表」、「國小教師社會支持量表」為研究工具，並採用描述性統計、t 考驗、單因子變異數分析、皮爾遜積差相關等統計方法，以研究國小教師工作壓力與社會支持之相關。

茲將本研究統計分析後所得之結論整理列表於 5-1

表 5-1 研究假設考驗之結果摘要表

研究假設	研究假設 是否獲得支持	研究結果
假設一、國小教師在工作壓力各向度及整體向度上的感受超過量表的平均數。	部份獲得支持	「制定政策」、「學生管教」兩向度超過平均數，但「組織環境」向度及「整體工作壓力」則否。
假設二、不同背景變項之國小教師在工作壓力各向度及整體向度上有顯著差異。		
2-1 不同性別之國小教師在工作壓力各向度及整體向度上有顯著差異。	否	不同性別之國小教師在工作壓力各向度及整體向度上未有顯著差異。
2-2 不同年齡之國小教師在工作壓力各向度及整體向度上有顯著差異。	否	不同年齡之國小教師在工作壓力各向度及整體向度上未有顯著差異。
2-3 不同婚姻狀況之國小教師在工作壓力各向度及整體向度上有顯著差異。	否	不同婚姻狀況之國小教師在工作壓力各向度及整體向度上未有顯著差異。
2-4 不同服務年資之國小教師在工作壓力各向度及整體向度上有顯著差異。	部分獲得支持	在「學生管教」向度上，年資 6-10 年的教師，工作壓力高於年資 20 年以上的教師。
2-5 不同教育程度之國小教師在工作壓力各向度及整體向度上有顯著差異。	否	不同教育程度之國小教師在工作壓力各向度及整體向度上未有顯著差異。
2-6 不同職務之國小教師在工作壓力各向度及整體向度上有顯著差異。	部分獲得支持	在「學生管教」向度上，級任教師高於主任；「組織環境」向度及整體工作壓力上則級任教師兼組長高於主任、科任教師兼組長、級任教師、科任教師。

表 5-1 (續)

研究假設	研究假設 是否獲得支持	研究結果
2-7 不同任教年段之國小教師在工作壓力各向度及整體向度上有顯著差異。	部分獲得支持	在「組織環境」向度上，高年級教師高於低年級教師。
2-8 不同學校區域之國小教師在工作壓力各向度及整體向度上有顯著差異。	部分獲得支持	在「學生管教」向度上，城市的教師高於鄉鎮地區、偏遠地區的教師。
2-9 不同學校規模之國小教師在工作壓力各向度及整體向度上有顯著差異。	否	不同學校規模之國小教師在工作壓力各向度及整體向度上未有顯著差異。
2-10 不同學校歷史之國小教師在工作壓力各向度及整體向度上有顯著差異。	否	不同學校歷史之國小教師在工作壓力各向度及整體向度上未有顯著差異。
假設三、國小教師在社會支持各向度及整體向度上的感受超過量表의平均數。	部分獲得支持	在「家人支持」及「同儕支持」兩向度超過平均數，但「一般支持」、「同儕支持」、「整體社會支持」則否。
假設四、國小教師在社會支持各向度及整體向度上的參與有顯著差異。		
4-1 不同性別之國小教師在社會支持各向度及整體向度上有顯著差異。	部分獲得支持	在「同儕支持」向度上，女性教師高於男性教師。
4-2 不同年齡之國小教師在社會支持各向度及整體向度上有顯著差異。	否	不同年齡之國小教師在社會支持各向度及整體向度上未有顯著差異。
4-3 不同婚姻狀況之國小教師在社會支持各向度及整體向度上有顯著差異。	部分獲得支持	在「一般支持」向度上，已婚教師高於未婚教師。
4-4 不同服務年資之國小教師在社會支持各向度及整體向度上有顯著差異。	部分獲得支持	在「一般支持」向度上，年資 20 年以上的教師高於年資 6-10 年的教師。
4-5 不同教育程度之國小教師在社會支持各向度及整體向度上有顯著差異。	否	不同服務年資之國小教師在社會支持各向度及整體向度上未有顯著差異。
4-6 不同職務之國小教師在社會支持各向度及整體向度上有顯著差異。	部分獲得支持	在「一般支持」向度上，「主任」及「科任教師兼組長」高於「級任教師」；在「專業支持」向度上，「主任」高於「級任教師」；在「整體社會支持」上，「科任教師兼組長」高於「級任教師」。
4-7 不同任教年段之國小教師在社會支持各向度及整體向度上有顯著差異。	否	不同任教年段之國小教師在社會支持各向度及整體向度上未有顯著差異。
4-8 不同學校區域之國小教師在社會支持各向度及整體向度上有顯著差異。	部分獲得支持	在「一般支持」向度上，偏遠地區教師高於鄉鎮地區教師及城市地區教師。
4-9 不同學校規模之國小教師在社會支持各向度及整體向度上有顯著差異。	部分獲得支持	在「一般支持」向度及「整體社會支持」上，任教 12 班以下的教師高於 13-24 班、25-48 班、49 班以上的教師。
4-10 不同學校歷史之國小教師在社會支持各向度及整體向度上有顯著差異。	否	不同學校歷史之國小教師在社會支持各向度及整體向度上未有顯著差異。
假設五、國小教師工作壓力各向度及整體向度與教師社會支持各向度及整體向度上有顯著相關。	部分獲得支持	工作壓力之「制定政策」、「學生管教」、「組織環境」向度及「整體工作壓力」與社會支持之「一般支持」具有負相關。「學生管教」與「整體社會支持」也具負相關。

本節據研究結果分析與討論所提出的研究發現，得到以下結論。

壹、現今國小教師工作壓力的現況

- 一、桃園縣國小教師在工作壓力之「制定政策」向度感受較為強烈，以「組織環境」向度感受為最低。
- 二、桃園縣國小教師對整體工作壓力感受偏於中等。

貳、現今國小教師社會支持之現況

- 一、桃園縣國小教師在社會支持之「同儕支持」向度感受較為強烈，以「專業支持」向度感受為最低。
- 二、桃園縣國小教師對整體社會支持感受偏於中等。

參、不同背景變項之國小教師與工作壓力之差異關係

- 一、年資為「6-10 年」的國小教師在「學生管教」向度之工作壓力高於服務年資為「20 年以上」之國小教師。
- 二、職務為「級任教師」的國小教師在「學生管教」向度之工作壓力高於擔任職務為「主任」之國小教師；職務為「級任教師兼組長」的國小教師在「組織環境」向度之工作壓力及整體工作壓力皆高於擔任職務為「主任」、「科任教師及組長」、「級任教師」、「科任教師」之國小教師。
- 三、任教年段為「高年級」的國小教師在「組織環境」向度之工作壓力高於任教年段為「低年級」之國小教師。
- 四、學校地區為「城市」的國小教師在「學生管教」向度之工作壓力高於學校地區為「鄉鎮地區」、「偏遠地區」之國小教師。

肆、不同背景變項之國小教師與社會支持之差異關係

- 一、「女性」的國小教師在「同儕支持」向度之社會支持高於「男性」之國小教師。
- 二、「已婚」的國小教師在「家人支持」、「同儕支持」向度之社會支持高於「未婚」之國小教師。
- 三、年資「20 年以上」的國小教師在「一般支持」向度之社會支持高於年資「6-10 年」之國小教師。

- 四、任教職務為「主任」及「科任教師兼組長」的國小教師在「一般支持」向度之社會支持高於任教職務為「級任教師」之國小教師；任教職務為「主任」在「專業支持」向度上高於「級任教師」；任教職務為「科任教師兼組長」在「整體社會支持」上高於「級任教師」。
- 五、任教地區為「偏遠地區」的國小教師在「一般支持」向度之社會支持高於學校地區為「城市地區」、「鄉鎮地區」之國小教師。
- 六、任教規模為「12 班以下」的國小教師在「一般支持」向度之社會支持及整體社會支持高於學校規模為「13-24 班」、「25-48 班」、「49 班以上」之國小教師。

伍、工作壓力與社會支持的相關

整體工作壓力與整體社會支持未有絕對的關係，不過從本研究結果仍可顯示工作壓力各向度及整體向度和社會支持之一般支持仍有密切的關係，因此若能透過行政、家長的支持，教師工作壓力感受亦會愈低。

第二節 建議

根據研究發現與結論，分別對國小教師、學校單位、教育主管機關及未來研究者提出下列建議：

壹、對教師的建議

一、靈活運用壓力策略

據本研究結果，雖然國小教師工作壓力偏於中等，但隨著於生育率節節下降，家長望子成龍、望子成鳳的心態更趨明顯，加上輿論對老師的要求節節高升，因此教師面臨漸高的工作壓力，已是無法避免的局面，老師必須學習調適壓力的策略及技巧，且與家長及行政人員建立良好的關係，畢竟教師這行業是現今低景氣、高流浪教師的環境中，還算穩定、吸引人的工作。

二、重視專業成長，因應政策變革

由本研究可知國小教師在工作壓力三大向度當中，「制定政策」向度的感受最為強烈，不過縱使教育政策的多變，令教師深感無所適從，但老師只要堅守本分、把握任何學習的機會，多吸取新知，充實本身的專業知能，為自己建立一套充實的進修計劃，並且掌握最新教育動態，相信亦能成為大家肯定的專業之士。

三、建立良好的人際網絡

尋求社會支持是人們面對壓力時最常運用的策略之一，從本研究亦可知，在教師社會支持的來源當中，其中以朝夕相處的家人、朋友及同事佔了相當大的份量，因此，在家庭方面，教師應扮演好本身的角色，取得家人的體恤及充分支持；在學校，教師應與朋友、同事多互動，互相分享工作上遭遇的問題及解決的方法；讓自己多個傾訴心情的出口。人是情感的動物，相信藉由完整的人際網路支持，能讓自己的心情得到抒發，並且能藉由自己的人脈，增廣見聞，如此一來，面對壓力時，會因解決能力提升而不再懼怕。

四、建立親師良好關係

從研究當中，可知國小教師在「一般支持」向度感受不高，可見國小教師獲得來自學校行政長官及家長的支持不多。研究者認為親師若有良性互動與溝通，不僅能令老師獲得家長較多的支持，亦能讓老師及家長彼此有更多的了解及信任，教師也能無後顧之憂的教導學生，而家長也較願意配合教師的教學理念，而藉由兩者的互助，學生也會有更多的成長與學習機會。

貳、對學校單位的建議

一、建立良好的行政支持系統

根據本次研究發現，一般級任教師比擔任行政職的教師獲得較少行政主管的支持。學校行政工作的主要目的應是支援所有教師達成教學目標，讓老師教學時能因獲得協助而更順利，因此學校行政必須和所有教師保持溝通管道的暢通，讓所有教師更懂得善用學校資源，獲得學校行政主管的支持。

二、辦理多元進修活動，提昇教師各方知能

學校在辦理研習課程時，往往以加強教師教學職能為主要目的，忽略了抗壓教育。事實上，專業知能的增加和是否擁有良好的教學心境息息相關，如果教師能適時的抒解工作壓力，隨時保持高度的教學熱誠，才能將吸取到的專業知能實際運用在教學上。

三、營造和諧的教學環境氣氛

由研究得知，同事的支持對教師而言是相當重要的，有工作夥伴的支持，能降低自己單獨面對壓力的恐懼，因此學校應隨時營造和諧愉快的工作環境，避免製造教師的惡性競爭，讓教師能彼此相互觀摩學習，互相分享教學心得，減低教師工作上的壓力。

四、平均安排工作量，提供充分休息時間

由研究得知，高年級教師在教學環境承受的壓力比低年級教師大，可能因高年級教師因和學生相處時間長，加上高年級學生參與比賽的機會較多，老師必須多花額外的時間加以培訓，因此學校若能適時地給予高年級教師人力支援，減低高年級教師的工作量，應該有助於高年級老師工作壓力的降低。

五、鼓勵年長教師傳承實務經驗

由研究得知，年資 20 年以上的教師不只承受的工作壓力最低，且獲得的社會支持最高，可見“薑還是老得辣”，教學經驗累積的成效，實在不容小覷，因此學校若能安排年長教師對其他教師分享自己多年實務經驗，相信對其他資淺的教師在工作壓力調適上應該有很大的助益。

參、對教育行政機關的建議

一、擬訂教育政策時應多納各方意見，審思而為

由本研究可知國小教師在「制定政策」向度的感受最深，故政府當局在擬定及落實教育政策時應更審慎而為，因為牽一髮而動全身，另外，也應多聆聽在第一線實際教學的教師意見，而非一昧的推行及要求教師的配合，若不循此而行，朝夕令改、層出不窮的教育政策，不僅帶給教師莫大的工作壓力，恐怕也難有實際的成效。

二、規劃聯誼活動，調劑教師身心

根據研究，已婚的教師獲得較多的家人與行政支持，因此行政機關可利用周末或寒暑假期間，針對未婚教師，規劃一些休閒聯誼的活動，鼓勵未婚教師積極參與，讓未婚的老師們能有更多的機會能互相認識及交流，相信對教師們的身心壓力的調適，有良好的效果。

三、針對城市地區的學校增設專門的輔導教師，協助教師輔導學生

根據研究，學校位於城市的教師在學生管教方面承受較大的壓力，這可能因為城市的學生，所處環境較為複雜，老師管教起來較為困難，因此城市地區的學校若能增設專門的輔導教師，針對需要協助的學生加以輔導，不只能讓城市老師管教上不再沉重，也能更加落實輔導工作，讓學生獲得更多的關心及幫助。

肆、對未來研究者的建議

一、研究對象方面

受限研究者的財力及時間，本研究只針對桃園縣單一縣市的公立國小教師進行研究，研究者建議未來的研究者可以將研究對象拓展至其他區域之教師以利做比較，橫向研究設計上，所取樣本能包含台灣地區各縣市之公立與私立國小教師，使研究對象更具完整性，期能擴大有效的推論範圍；在縱向研究設計上，研究調查可將高中教師、國中教師、幼稚園教師納入，藉此對不同對象進行比較之研究，使研究的推論範圍及應用層面更為廣泛。

二、研究工具方面

本研究所使用之工具為「國小教師工作壓力與社會支持調查問卷」，問卷中將工作壓力分成三個向度、社會支持分成四個向度。教師的工作壓力來源很廣，本研究僅以「制定政策」、「學生管教」、「組織環境」為測量指標，但依據其他研究者(洪朱樟，2004；劉敏秀，2004；郭耀揮，2004)的研究結果發現教師工作壓力的來源尚包括「家長互動」、「人際關係」、「時間分配」這些因素，因此未來有意從事後續研究的研究者，可切合其研究需要，另設計或選擇更妥善適切的研究工作。

三、研究方法方面

本研究採量化的問卷調查方式，並以文獻分析為輔。受試者填答問卷時，容易受到當時生活中情境之影響，因而導致研究結果與實際狀況有所出入，且無法深入地了解受試者真正的感受與想法，故本研究建議未來的研究者可輔以質性研究，藉以深度訪談，補足量化研究之不足。

參考文獻

一、中文部分

- 毛晉平 (2005)。中學教師工作壓力與教學效能感的關係。中國臨床心理學雜誌，13(4)，458-459。
- 王以仁、陳芳玲和林本喬 (1992)。教師心理衛生。台北市：心理。
- 江欣霓 (2002)。國小教師工作壓力、情緒智慧與身心健康之相關研究。國立高雄師範大學教育學系研究所碩士論文，未出版，高雄市。
- 吳明隆 (2007)。SPSS統計應用學習實務：問卷分析與應用統計。台北，家樺國際。
- 吳俊容 (2003)。國小特殊班教師與普通班教師工作壓力及其調適策略之研究。國立台中師範學院國民教育研究所碩士論文，未出版，台中市。
- 吳俐錦 (2006)。高雄市國民小學兼任組長教師工作壓力與因應策略之研究。國立臺東大學教育研究所，未出版，台東縣。
- 吳政融 (2002)。大學體育教師工作壓力及因應方式之研究。國立臺灣師範大學體育研究所碩士論文，未出版，台北市。
- 吳榮福 (2002)。台南縣國民小學總務主任工作壓力及其因應策之研究。國立台南師範學院學校行政研究所碩士論文，未出版，台南市。
- 呂秀華 (1997)。國民中學教師背景變項、工作壓力、行動控制與工作倦怠關係之研究。國立政治大學教育研究所碩士論文，未出版，台北市。
- 呂佩珊 (2006)。大台北地區國小教師工作壓力、休閒參與與身心健康之相關研究。私立華梵大學工業工程與經營資訊研究所，未出版，台北縣。
- 李彥君 (2002)。國民小學教師工作壓力與情緒管理關係之研究。國立台中師範學院國民教育研究所碩士論文，未出版，台中市。
- 杜昌霖 (2006)。行政工作壓力、壓力因應方式與職業倦怠關係之研究-以高雄市國民小學主任暨組長為例。國立屏東師範學院教育行政研究所碩士論文，未出版，屏東縣。

周元璋 (2003)。**彰化縣國民小學兼任行政職務教師工作壓力與因應方式之研究**。

國立台中師範學院國民教育所碩士論文，未出版，台中市。

林月娜 (2004)。**國小專任行政人員角色衝突、工作壓力與因應策略之研究**。學校行政雙月刊，33，52-70。

林玉鳳 (2003)。**國民小學教師工作壓力與因應方式之個案研究**。國立臺灣體育學院國民教育研究所碩士論文，未出版，桃園縣。

林佳蓉 (2002)。**幼兒教師任教職志、工作壓力社會支持之質性研究**。國立屏東師範學院國民教育研究所碩士論文，未出版，屏東縣。

林昭男 (2001)。**國小初任主任工作壓力與因應策略之研究**。國立高雄師範大學工業科技教育研究所碩士論文，未出版，高雄市。

林若慧和翁振益 (2006)。**工作-休閒衝突、社會支持與幸福感之關係**。觀光研究學報，12(3)，183-205。

林瑞真 (2005)。**高雄市國民小學資深教師工作壓力與退休態度之相關研究**。國立台東大學教育研究所碩士論文，未出版，台東縣。

邱文彬 (2001)。**社會支持因應效果的回顧與展望**。國家科學委員會研究彙刊：人文及社會科學，11 (4)，311-330。

邱姮娟 (2005)。**國民小學教師工作壓力與情緒管理關係之探討**。國立屏東師範學院教育行政研究所碩士論文，未出版，屏東縣。

邱義烜 (2002)。**國民小學教師知覺九年一貫課程實施工作壓力與因應策略之研究**。國立臺中師範學院國民教育研究所碩士論文，未出版，台中市。

柳敏秀 (2004)。**國小教師工作壓力與因應策略之研究**。國立屏東師範學院國民教育研究所碩士論文，未出版，屏東縣。

洪朱樟 (2003)。**台北市國民小學教師工作壓力與運動參與行為之相關研究**。臺北市立師範學院國民教育研究所碩士論文，未出版，台北市。

徐靜芳 (2004)。**研究生生活壓力、社會支持與身心健康之關係研究**。國立高雄師範大學輔導研究所碩士論文，未出版，高雄市。

- 桃園縣教師會 (2007)。**苦澀的教師節，老師不快樂！**2007 年 9 月 27 日，取自
www.tyt.org.tw/fbbsxp/images/upfile/2007-9/256 痛苦指數--桃園縣教師會新聞稿.doc
- 張佩娟(2004)。**國中輔導教師社會支持與其輔導角色實踐相關之研究**。國立高雄師範大學輔導研究所碩士論文，未出版，高雄市。
- 張春興 (1995)。**普通心理學**。台北市：東華。
- 張郁芬 (2001)。**國小教師工作壓力、社會支持與身心健康之研究**。國立嘉義大學國民教育研究所碩士論文，未出版，嘉義縣。
- 張淑雲 (2002)。**國小教師面對九年一貫課程工作壓力、因應策略與專業成長需求之研究**。國立台南師範學院初等教育系碩士論文，未出版，台南市。
- 張禕芸 (2008)。**桃園縣國小教師工作壓力與休閒行為之相關研究**。國立台東大學社會教育研究所碩士論文，未出版，台東縣。
- 教育部統計處網站(2008)。國民中小學歷年暨 96~110 學年度學生數推估。2008 年10月17日，取自：
http://www.edu.tw/files/site_content/B0013/overview47.xls
- 莊維仁 (2007)。**彰化縣國小教師工作壓力、組織公平與組織承諾之研究**。大葉大學人力資源暨公共關係學系碩士論文，未出版，彰化縣。
- 郭文瑞 (2004)。**偏遠地區國小教師工作生活品質、工作壓力與組織承諾關係之研究—以高屏地區為例**。國立屏東師範學院國民教育研究所碩士論文，未出版，屏東縣。
- 郭志純 (2003)。**國小教師工作壓力、社會支持與職業倦怠之研究**。國立嘉義大學國民教育研究所碩士論文，未出版，嘉義縣。
- 郭耀輝 (2004)。**國民小學教師工作壓力與職業倦怠關係之研究**。國立屏東師範學院國民教育研究所碩士論文，未出版，屏東縣。
- 陳秀玉 (2004)。**人事人員工作壓力、社會支持與身心健康之研究**。國立高雄師範大學成人教育研究所碩士論文，未出版，高雄市。

- 陳怡如 (2006)。**屏東縣國小教師工作壓力對管教行為影響之研究**。國立屏東教育大學初等教育研究所碩士論文，未出版，屏東縣。
- 陳淑娟 (2002)。**組織變革下國民小學教師工作壓力與因應策略之研究**。國立台南師範學院國民教育研究所碩士論文，未出版，台南市。
- 陳聖芳 (1999)。**臺東地區國小教師工作壓力與工作滿意度之研究**。國立臺東師範學院國民教育研究所碩士論文，未出版，台東縣。
- 陳榮茂 (2002)。**國民小學教師工作壓力與工作倦怠關係之研究**。國立台中師範學院國民教育研究所學校行政碩士學位班碩士論文，未出版，台中市。
- 單小琳 (1987)。**國中導師專業倦怠與工作壓力、社會支持、調適的相關研究**。國立政治大學教育研究所博士論文，未出版，台北縣。
- 單小琳 (1990)。**教師的社會支持及其相關素之探討**。國立台北市立師範學院學報，21，123-154。
- 曾麗華 (2005)。**國中教師社會支持、問題解決態度與輔導諮詢態度相關之研究**。國立高雄師範大學輔導研究所碩士論文，未出版，高雄市。
- 馮意雄 (2006)。**工作壓力與休閒運動參與之研究-以臺北縣國中兼職行政教師為例**。國立台灣師範大學體育學系體育行政教學研究所碩士論文，未出版，台北市。
- 黃宏建 (2002)。**臺中縣國中教師工作壓力之研究**。國立彰化師範大學教育研究所碩士論文，未出版，彰化縣。
- 黃善慈 (2004)。**屏東縣國民中學教師兼任行政職務者工作壓力與因應策略之研究**。國立屏東科技大學高階經營管理研究所碩士論文，未出版，屏東縣。
- 黃寶園、林世華(2007)。**人格特質與社會支持對壓力反應歷程影響之研究：結合統合分析與結構方程模式二計量方法**。**教育心理學報**，39(2)，263-294。
- 楊妙芬 (1997)。**國小教師工作價值觀、工作滿意度、任教職志與其相關因素之研究**。屏東師院學報，10，97-132。

- 廖相如(2003)。**桃竹苗四縣市國民小學教師成就動機、制握信念與工作倦怠關係之研究**。國立新竹師範學院國民教育研究所碩士論文，未出版，新竹縣。
- 劉妙真(2004)。**幼稚園教師工作壓力、社會支持與職業倦怠之研究**。國立屏東師範學院國民教育研究所碩士論文，未出版，屏東縣。
- 蔡孟翰(2000)。**中年教師覺知教育改革壓力、工作價值觀與生涯發展需求之關係研究**。國立高雄師範大學成人教育研究所碩士論文，未出版，高雄市。
- 鄭全利(2003)。**屏東縣國民小學資深教師工作壓力知覺、工作滿意度與退休態度之相關研究**。國立屏東師範學院教育心理與輔導學系碩士論文，未出版，屏東縣。
- 鄭秀足(2000)。**已婚男女研究生學習與家庭衝突、因應策略及社會支持需求之研究**。國立高雄師範大學成人教育研究所碩士論文，未出版，高雄市。
- 蕭育(2003)。**國小教師所知覺組織溝通滿意與教師工作壓力關係之研究**。國立嘉義大學教育學院國民教育研究所碩士論文，未出版，嘉義縣。
- 謝菊英(2002)。**高屏區國小女性校長工作壓力與社會支持之研究**。國立屏東師範學院國民教育研究所碩士論文，未出版，屏東縣。
- 闕美華(2000)。**國中小教師情緒智慧、社會支持與工作滿意度之研究**。國立彰化師範大學教育研究所碩士論文，未出版，彰化縣。
- 顏秀香(2004)。**國小校長領導特質、工作壓力與因應策略之研究**。國立屏東師範學院國民教育研究所碩士論文，未出版，屏東縣。

二、英文部份

- Birch, D. A. (1998). Identifying sources of social support. *Journal of School Health*, 68(4), 159-161.
- Borg, M. G., & Riding, R. J. (1993). Occupational stress and job satisfaction among school administrators. *Journal of Educational Administration*, 31(1), 4-21.
- Borg, Mark G.; Riding, Richard J. (1991) Stress in teaching: a study of occupational stress and its determinants, job satisfaction and career commitment among primary schoolteachers, *Educational Psychology*, 11, 59-88 .
- Braaten, S. L. (1990). Role-related stress in special education teacher of students with emotional and behavioral disorders. (Doctoral dissertation, University of Minnesota). *Dissertation Abstracts International* , 52(2), 355 .
- Chaplain, R. P. (1995). Stress and job satisfaction: A study of English primary school teachers. *Educational Psychology*, 15(4), 473-489.
- Cheuk, W. H., & Wong, K. S. (1995). Stress, social support, and teacher burnout in Macau. *Current Psychology*, 14, 42-46.
- Cohen. S. & Wills, T. A. (1985), Stress, social support and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98, 310-357.
- Compas, B. E., Orosan, P. G., & Grant, K. E. (1993). Adolescent stress and coping: Implications for psychopathology during adolescence. *Journal of Adolescence*, 16, 33-39.
- Connidis, I. A., & McMullin, J. A. (1994). Social support in older 152 age: Assessing the impact of marital and parent status. *Canadian Journal on Aging*, 13, 510-527.
- Cooper, C. L., & Marshall, J. (1976). Occupational sources of stress: A review of the literature relating to coronary heart disease and mental ill health. *Journal of Occupation Psychology*, 49, 11-28.
- DeFrank, R. S., & Stroup, C. A. (1989). Teacher stress and health, examination of a model. *Journal of Psychosomatic Research*, 33(1), 99-109.

- Evans, J. A., & Johnson, S. D. (1990). Advanced technology and the workforce: An evolving agenda for instructor preparation. (ERIC Document Reproduction Service No. ED: 336640)
- Everly, G. S. Jr. & Rosenfeld, R. (1981). *The nature and treatment of the stress response*. New York: Plenum Press.
- Gladow, N. W., & Ray, M. P. (1986). The impact of informal support systems on the well being of low income single parents. *Family relations*, 35, 113-123.
- Hipps, E. S., & Halpin, G. (1992). *The differences in teacher and principals' general stress and stress related to performance-based accreditation*. (ERIC Document Reproduction Service No. ED353345)
- House, J. S. & Kahn, R. L. (1985), Measures and concept of social support, in Cohen, S. & Syme, L. (Eds), *Social support and health*, 83-108.
- House, J. S. (1981). *Work stress and social support*. Philippines: Addison-Wesley Publishing Company.--inistrator health. paper presenter at the Annual meeting 172 of the American educational research association. (ERIC Document Reproduction Service No. ED218761)
- Kessler, Price, & Wortman (1985) . Social Factors in Psychopathology: Stress, Social Support, and Coping Processes. *Annual Review of Psychology*, 36, 531-572.
- Kyriacou, C., & Sutcliffe. (1978). Model of teacher stress . *Educational Studies*, 4, 4-6.
- Kyriacou, C., & Chien, P. Y. (2004). Teacher stress in Taiwanese primary schools. *Journal of Educational Enquiry*, 5(2), 86-104.
- Longino, L. F., & Lipman, A. (1982). The marriedthe formerly married and never married: Support systemof older women in planned retirement communities. *International Journal of Aging and Human Development*, 15, 285-297.
- Lopata, H. Z. (1975). Support System of Elderly Urbanites: Chicago of the 1970s'. *The gerontologist*, 15(2), 35-41.

- Lopez, R. A. (1999). Las comadres as a social support system. *Affilia: Journal of Woman & Social Work, 14*, 24-41.
- Manthei, J. C., & McFadden. (1984). Comparison of perceived occupational stress between teachers who are contented and discontented in their career choice. *Journal of Educational Psychology, 54 (1)*, 84-92.
- Maslach, C. (1982). *Burn out: The cost of caring*. New Jersey: Prentice-Hall.
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behavior, 2*, 99-113.
- McCormick, J. (1997). Occupational stress of teachers: Biographical differences in large school System. *Journal of Education Administration, 35(1)*, 18-38.
- Mo, Kimwan (1991). Teacher Burnout: Relations with Stress, Personality and Social Support. *Education-Journal, 19(1)*, 3-11.
- Montalvo, A., Bair, J. H., & Boor, M. (1995). Teachers' perception of occupational stress factors. *Psychological Reports, 76*, 846.
- Montgomery, C., & Rupp, A. (2005). A meta-analysis for exploring the diverse causes and effects of stress in teachers. *Canadian Journal of Education, 28(3)*, 458-486.
- Munroe, S. M., & Steiner, S. C. (1986). Social support and psychopathology: Interrelations with preexisting disorder, stress and personality. *Journal of Abnormal Psychology, 95(1)*, 29-39.
- Pearson, L. C., & Moomaw, W. (2005). The relationship between teacher autonomy and stress, work satisfaction, empowerment, and professionalism. *Educational Research Quarterly, 29(1)*, 37-53.
- Petrie, L. (2001). *The relationship between teacher stress and counseling referrals in elementary schools*. Unpublished doctoral dissertation, University of Houston.
- Reglin, Gary, & Reitzammer, Ann (1998). Dealing with the stress of teacher, *Education Chula Vista, 118*, 590-596.
- Robbins, S. T. (2003). *Organizational Behavior, tenth edition*. Pearson Education,

New Jersey.

Russell, D. W. (1987). Job-related, social support, and burnout among classroom teachers. *Journal of Applied Psychology*, 72(2), 269-274.

Selye, H. (1956) .The stress of life. New York: McGraw-Hill. studying social support as a buffer against life stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 23, 145-159.

Shearin, E.V. (1997). Pattern of stress among classroom teachers (burnout). *DAI-A57*, 12, 5121.

Tellenback, S., Brenner, S., D., & Lofgren, H (1983). Teacher stress: Exploratory model building. *Journal of Occupational Psychology*, 56, 19-33.

Turnage, J. J., & Spielberger, C. D. (1991). Job stress in managers, professionals and clerical workers. *Work & Stress*, 5(3), 165-176.

Zinn, L. F. (1997). *Supports and barriers to teacher leadership: Resource of teacher leaders*. (ERIC Document Reproduction Service No. ED 408259)

附錄一：國小教師工作壓力感受與社會支持調查問卷

敬愛的老師：

首先，非常感謝您於百忙之中，慨允協助填答問卷。本問卷之研究目的，在於了解桃園縣國民小學教師工作壓力與社會支持之相關性，以作為本人進行碩士論文研究的重要參考資料。

本問卷共分為兩部分，第一部份為基本資料；第二部份為教師工作壓力與社會支持問卷，其中包含「教師工作壓力問卷」及「教師社會支持問卷」。問卷上不必具名，您的寶貴意見僅作為研究分析之用，因此請您依實際情形或個人感受填答，並於五日內送交貴校問卷回收人員。

由衷的感謝您熱心的協助，使得本研究更具有價值性，在此，對您的支持與協助，致上最誠摯的謝意。敬頌

國立台東大學諮商與心理輔導碩士班

研究生 林淑雯 敬上

指導教授 魏俊華 教授

中華民國九十七年十一月

壹、基本資料(請依個人實際狀況，在下列的□上填答選項的號碼。)

一、性別：☐男 ☐女

二、年齡：☐21~ 30歲 ☐31~ 40歲 ☐41~ 50歲 ☐51歲以上

三、婚姻狀況：☐未婚 ☐已婚 ☐其他（離婚、喪偶、分居、同居等）。

四、服務年資：☐5年以下 ☐6~ 10年 ☐11~ 15年 ☐16~ 20年 ☐20年以上

五、教育程度：☐師範專科學校 ☐一般大學及師資班 ☐師範大學、師範學院

☐研究所或四十學分班。

六、任教職務：☐主任 ☐科任教師兼組長 ☐級任教師兼組長 ☐級任教師
☐科任教師。

七、任教年段：☐低年級 ☐中年級 ☐高年級

八、學校地區：☐城市地區（縣轄市以上）☐鄉鎮地區 ☐偏遠地區

九、學校規模：☐12班以下 ☐13—24班 ☐25—48班 ☐49班以上

十、學校歷史：☐10年以下 ☐11-20年 ☐21年以上

貳、問卷題目

一、名詞界定

(一)工作壓力：教師在工作中感受到不愉快的、消極的情感(例如憤怒，挫折，憂慮，沮喪和緊張)的經驗。

(二)社會支持：教師透過社會互動，獲得社會網路提供的支持，讓自己能處理所面臨的壓力、促進身心健康、生活適應良好。

二、填答說明

本問卷分二部份，第一部分為「教師工作壓力問卷」與第二部份為「教師社會支持問卷」，請您仔細閱讀每個問題後，依據個人實際的察覺與感受來填答，在□內勾選適合的答案。

(一)教師工作壓力

問 題	沒有 壓力	少許 壓力	有些 壓力	許多 壓力	極大 壓力
1. 政府多變的教育政策。	☐	☐	☐	☐	☐
2. 大眾對於教師工作負擔的態度及誤解。(例：不課稅、沒意識到教師有大的工作量)	☐	☐	☐	☐	☐
3. 在班上有特殊的學生(例：自閉、過動、注意力不集中、智能不足或低EQ學生)-	☐	☐	☐	☐	☐
4. 處理學生不守規矩的態度與行為。	☐	☐	☐	☐	☐
5. 必須承擔不同類型的職責(例如：收寄生蟲或尿液檢體，代收午餐費或學費)。	☐	☐	☐	☐	☐
6. 和學生父母的雙向溝通。	☐	☐	☐	☐	☐
7. 班級的學生太多。	☐	☐	☐	☐	☐
8. 不佳的工作環境。	☐	☐	☐	☐	☐
9. 校長的管理風格。	☐	☐	☐	☐	☐
10. 學校給予的教學資源不足。	☐	☐	☐	☐	☐
11. 課程中要教的內容太多。	☐	☐	☐	☐	☐
12. 必須參加太多教師研習活動。	☐	☐	☐	☐	☐
13. 指導學生參加國內外的比賽。	☐	☐	☐	☐	☐
14. 可以休息的時間太短。	☐	☐	☐	☐	☐
15. 學生的上課態度不佳。	☐	☐	☐	☐	☐
16. 學生的學習意願不高	☐	☐	☐	☐	☐
17. 所教的科目或年級和我的專長或期望不同	☐	☐	☐	☐	☐
18. 同事或班級之間的競爭。	☐	☐	☐	☐	☐

(二)教師社會支持

問 題	從未 如此	偶爾 如此	時常 如此	總是 如此
1. 家人能夠幫我分析問題、提供建議	☐	☐	☐	☐
2. 家人願意傾聽我的困難。	☐	☐	☐	☐
3. 家人能夠肯定我、鼓勵我。	☐	☐	☐	☐
4. 家人願意提供我金錢、書籍或場所等實質性資源。	☐	☐	☐	☐
5. 家人會陪我聊天或從事我感興趣的休閒活動，以幫助我忘記煩惱。	☐	☐	☐	☐
6. 家人願意與我溝通。	☐	☐	☐	☐
7. 親戚能夠肯定我、鼓勵我。	☐	☐	☐	☐
8. 親戚會陪我聊天或從事我感興趣的休閒活動，以幫助我忘記煩惱。	☐	☐	☐	☐
9. 親戚願意傾聽我的困難	☐	☐	☐	☐
10. 親戚願意與我溝通	☐	☐	☐	☐
11. 親戚能夠幫我分析問題、提供建議	☐	☐	☐	☐
12. 親戚願意提供我金錢、書籍或場所等實質性資源。	☐	☐	☐	☐
13. 行政主管願意傾聽我的困難。	☐	☐	☐	☐
14. 行政主管願意與我溝通。	☐	☐	☐	☐
15. 行政主管會陪我聊天或從事我感興趣的休閒活動，以幫助我忘記煩惱。	☐	☐	☐	☐
16. 行政主管能夠肯定我、鼓勵我。	☐	☐	☐	☐
17. 行政主管願意提供我金錢、書籍或場所等實質性資源。	☐	☐	☐	☐
18. 行政主管能夠幫我分析問題、提供建議。	☐	☐	☐	☐
19. 學生家長願意傾聽我的困難。	☐	☐	☐	☐
20. 學生家長會陪我聊天或從事我感興趣的休閒活動，以幫助我忘記煩惱。	☐	☐	☐	☐
21. 學生家長願意提供我金錢、書籍或場所等實質性資源。	☐	☐	☐	☐
22. 學生家長能夠肯定我、鼓勵我。	☐	☐	☐	☐
23. 朋友願意提供我金錢、書籍或場所等實質性資源。	☐	☐	☐	☐

問 題	從未 如此	偶爾 如此	時常 如此	總是 如此
24. 朋友能夠幫我分析問題、提供建議	☐	☐	☐	☐
25. 朋友願意與我溝通。	☐	☐	☐	☐
26. 朋友會陪我聊天或從事我感興趣的休閒活動，以幫助我忘記煩惱	☐	☐	☐	☐
27. 朋友願意傾聽我的困難	☐	☐	☐	☐
28. 朋友能夠肯定我、鼓勵我	☐	☐	☐	☐
29. 同事願意與我溝通	☐	☐	☐	☐
30. 同事願意傾聽我的困難	☐	☐	☐	☐
31. 同事能夠幫我分析問題、提供建議	☐	☐	☐	☐
32. 同事能夠肯定我、鼓勵我。	☐	☐	☐	☐
33. 同事會陪我聊天或從事我感興趣的休閒活動，以幫助我忘記煩惱	☐	☐	☐	☐
34. 專業團體能夠幫我分析問題、提供建議	☐	☐	☐	☐
35. 專業團體能夠肯定我、鼓勵我	☐	☐	☐	☐
36. 專業團體願意與我溝通	☐	☐	☐	☐
37. 專業團體願意傾聽我的困難	☐	☐	☐	☐
38. 專業團體會陪我聊天或從事我感興趣的休閒活動，以幫助我忘記煩惱	☐	☐	☐	☐

問卷到此結束，謝謝您的熱心協助！

附錄二：桃園縣九十七學年度國民小學班級數一覽表(北桃園)

資料來源：桃園縣教育局 97.08.21

區域	鄉鎮市	編號	校 名	班級數	
北 桃園	桃	園	1	桃園國小	38
			2	東門國小	37
			3	中埔國小	18
			4	成功國小	38
			5	會稽國小	38
			6	建國國小	74
			7	中山國小	102
			8	文山國小	49
			9	南門國小	39
			10	西門國小	55
			11	龍山國小	43
			12	北門國小	42
			13	青溪國小	54
			14	同安國小	76
			15	建德國小	61
			16	大有國小	48
			17	慈文國小	48
			18	大業國小	60
			19	同德國小	64
			20	莊敬國小	60
			21	快樂國小	18
			22	永順國小	24
			23	新埔國小	18
			24	龍安國小	52
	市	25	大成國小	87	
		26	大勇國小	64	
		27	八德國小	43	
		28	瑞豐國小	44	
		29	霄裡國小	15	
		30	大安國小	25	
		31	茄苳國小	37	
		32	廣興國小	12	
		33	大忠國小	56	
		八 德 市	34	大溪國小	34
			35	美華國小	6
			36	內柵國小	12
			37	福安國小	14
			38	百吉國小	6
			39	瑞祥國小	6
			40	中興國小	10
			41	員樹林國小	38
			42	仁善國小	30
			43	僑愛國小	51
			44	南興國小	12
			45	永福國小	6
			46	田心國小	40

區域	鄉鎮市	編號	校 名	班級數		
北 桃園	蘆 竹	鄉	47	南崁國小	67	
			48	公埔國小	14	
			49	蘆竹國小	12	
			50	大竹國小	55	
			51	新興國小	14	
			52	外社國小	6	
			53	頂社國小	8	
			54	海湖國小	26	
			55	山腳國小	15	
			56	大華國小	12	
			57	新莊國小	12	
			58	錦興國小	63	
			59	光明國小	72	
			大 園	60	大園國小	72
				61	圳頭國小	12
				62	內海國小	7
				63	溪海國小	17
				64	潮音國小	18
	65	竹圍國小		22		
	66	果林國小		30		
	67	后厝國小		8		
	68	沙崙國小		7		
	69	埔心國小		19		
	鄉	70		五權國小	16	
		71		陳康國小	6	
		龜 山	72	龜山國小	47	
			73	壽山國小	17	
			74	福源國小	13	
			75	大崗國小	17	
			76	大埔國小	6	
			77	大坑國小	10	
			78	山頂國小	21	
			79	龍壽國小	6	
	80		新路國小	21		
	81		樂善國小	13		
	82		迎龍國(中)小	22		
	83		幸福國小	37		
	84		文華國小	30		
	85		楓樹國小	23		
	86	南美國小	60			
	87	自強國小	20			
	88	文欣國小	21			
	89	長庚國小	18			
	90	大湖國小	11			

桃園縣九十七學年度國民小學班級數一覽表(南桃園)

區域	鄉鎮市	編號	校 名	班級數	區域	鄉鎮市	編號	校 名	班級數		
桃園	中壢	91	中壢國小	24	桃園	楊梅鎮	139	楊明國小	31		
		92	中平國小	49			140	瑞塘國小	43		
		93	新明國小	63			141	楊心國小	38		
		94	芭里國小	6			142	楊光國(中)小	36		
		95	新街國小	57			143	觀音國小	29		
	壠	96	信義國小	59		觀音鄉	144	大潭國小	6		
		97	普仁國小	45			145	保生國小	6		
		98	富台國小	54			146	新坡國小	41		
		99	青埔國小	14			147	崙坪國小	12		
		100	內壠國小	58			148	上大國小	15		
		101	大崙國小	36			149	育仁國小	10		
		102	山東國小	7			150	草漯國小	43		
		103	中正國小	50			151	富林國小	6		
		104	自立國小	29			152	樹林國小	6		
		105	龍岡國小	26			153	新屋國小	55		
		106	內定國小	18		154	啟文國小	6			
		107	興國國小	56		155	東明國小	8			
		108	華勳國小	63		156	頭洲國小	12			
		109	林森國小	62		157	永安國小	18			
	市	110	忠福國小	32		新屋鄉	158	笨港國小	6		
		111	興仁國小	41			159	北湖國小	6		
		112	中原國小	49			160	大坡國小	9		
		113	元生國小	60			161	蚵間國小	6		
	平鎮	114	南勢國小	58			鄉	162	社子國小	6	
		115	宋屋國小	23				163	埔頂國小	9	
		116	新勢國小	36				龍潭鄉	164	龍潭國小	39
		117	忠貞國小	75					165	德龍國小	15
		118	東勢國小	24		166	潛龍國小		40		
		119	山豐國小	34		167	石門國小		42		
		120	復旦國小	38		168	高原國小		19		
		121	北勢國小	46		169	龍源國小		12		
		122	東安國小	41		170	三和國小	6			
		123	祥安國小	32		171	武漢國小	50			
	市	124	文化國小	60		鄉	172	龍星國小	46		
		125	平興國小	48			173	三坑國小	8		
		126	義興國小	40			174	雙龍國小	34		
		127	新榮國小	17			175	介壽國小	6		
	楊梅鎮	128	楊梅國小	47		復興鄉	176	三民國小	6		
		129	上田國小	16			177	義盛國小	6		
		130	大同國小	40			178	霞雲國小	6		
		131	富岡國小	30			179	奎輝國小	6		
		132	瑞原國小	6			180	光華國小	6		
		133	上湖國小	10		181	高義國小	6			
		134	水美國小	13		182	長興國小	6			
		135	瑞埔國小	29		183	三光國小	6			
		136	高榮國小	25		184	高坡國小	6			
		137	四維國小	14	185	羅浮國小	6				
138		瑞梅國小	20	186	巴陵國小	6					

附錄三：桃園縣九十七學年度國民小學班級數分層一覽表

12 班以下 (A 類，共 57 所)		13-24 班 (B 類，共 39 所)		25-48 班 (C 類，共 56 所)		49 班以上 (D 類，共 35 所)	
蘆竹國小	蚵間國小	永順國小	福安國小	大有國小	大崙國小	中山國小	中正國小
龍源國小	笨港國小	中壢國小	公埔國小	慈文國小	新勢國小	大成國小	武漢國小
頭洲國小	啟文國小	東勢國小	新興國小	平興國小	楊光國小	同安國小	文山國小
廣興國小	高義國小	宋屋國小	水美國小	中平國小	東門國小	忠貞國小	中原國小
新莊國小	高坡國小	楓樹國小	福源國小	楊梅國小	山豐國小	建國國小	
崙坪國小	美華國小	迴龍國小	樂善國小	龜山國小	雙龍國小	光明國小	
南興國小	奎輝國小	竹圍國小		北勢國小	大溪國小	大園國小	
圳頭國小	保生國小	山頂國小		龍星國小	忠福國小	南崁國小	
內柵國小	長興國小	新路國小		普仁國小	祥安國小	同德國小	
大華國小	芭里國小	文欣國小		瑞豐國小	富岡國小	大勇國小	
大坡國小	社子國小	瑞梅國小		八德國小	楊明國小	新明國小	
大湖國小	百吉國小	自強國小		草漯國小	仁善國小	華勛國小	
育仁國小	光華國小	高原國小		龍山國小	文華國小	錦興國小	
中興國小	永福國小	埔心國小		瑞塘國小	果林國小	林森國小	
大坑國小	外社國小	中埔國小		北門國小	自立國小	建德國小	
上湖國小	北湖國小	快樂國小		石門國小	瑞埔國小	大業國小	
埔頂國小	巴陵國小	新埔國小		興仁國小	觀音國小	莊敬國小	
頂社國小	介壽國小	內定國小		東安國小	龍岡國小	元生國小	
東明國小	仁和國小	長庚國小		新坡國小	海湖國小	文化國小	
后厝國小	大潭國小	潮音國小		義興國小	高榮國小	南美國小	
三坑國小	大埔國小	永安國小		大同國小	大安國小	信義國小	
沙崙國小	三和國小	新榮國小		潛龍國小		內壢國小	
內海國小	三光國小	壽山國小		田心國小		南勢國小	
山東國小	三民國小	大崗國小		南門國小		新街國小	
羅浮國小		溪海國小		龍潭國小		興國國小	
霞雲國小		上田國小		桃園國小		大忠國小	
龍壽國小		五權國小		成功國小		西門國小	
樹林國小		德龍國小		會稽國小		大竹國小	
義盛國小		霄裡國小		復旦國小		新屋國小	
瑞祥國小		山腳國小		楊心國小		青溪國小	
瑞原國小		上大國小		員樹林國小		富台國小	
富林國小		青埔國小		茄國小荖		龍安國小	
陳康國小		四維國小		幸福國小		僑愛國小	

附錄四： 國小教師工作壓力量表使用同意書

研究工具使用同意書

本研究工具乃指莊維仁君所翻譯Kyriacou 與 Chien之「台灣國民小學教師工作壓力量表」，並經同意允以使用。此量表將作為「桃園縣國小教師工作壓力與社會支持之相關研究」之研究工具。

使用者將遵守本研究工具的使用準則，以符合原著之精神；並願意提供研究資料與結果予本研究工具之作者，供其研究工具未來發展之參考。

林淑雯 97.12.15

研究生林淑雯 日期

本研究工具作者同意提供本研究工具使用者使用於上述研究主題，以符合其研究目的。

莊維仁 97.12.16

莊維仁碩士 日期

附錄五： 國小教師社會支持量表使用同意書

研究工具使用同意書

本研究工具乃指張郁芬所編修之「教師社會支持量表」，並經同意允以使用。此量表將作為「桃園縣國小教師工作壓力與社會支持之相關研究」之研究工具。

使用者將遵守本研究工具的使用準則，以符合原著之精神；並願意提供研究資料與結果予本研究工具之作者。

林淑雯 6.1.2009
研究生林淑雯 日期

本研究工具作者同意提供本研究工具使用者使用於上述研究主題，以符合其研究目的。

張郁芬 6.4.2009
張郁芬碩士 日期