第三章　研究設計與實施

本章主要說明本研究之設計與實施方式，作爲整個研究實施的方向。基此，本章主要內容規劃如下：第一節研究架構，第二節研究對象，第三節研究工具，第四節研究方法與步驟，第五節實施程序，第六節資料分析。

第一節　研究架構

本研究以文獻探討及問卷調查法方式進行研究，文獻探討方面：本研究主要蒐集之文獻有四方面：一、爲國中實習教師之相關研究；二、爲教師效能的相關研究；三、爲工作壓力的相關研究；四、爲教師效能與工作壓力之相關研究。上述文獻經各方蒐集後，隨即進行研讀、歸納與分析，決定本研究方向及問卷設計。問卷調查方面：本研究的調查對象主要爲九十二學年度畢業分發或申請至桃園縣國中小實習之實習教師；另外預試爲求時效乃以桃園縣內各國中小實習教師八十名作預試，由預試有效問卷進行因素分析檢定問卷之有效因素，再組成正式問卷。

茲將本研究文獻探討及預試問卷因素分析結果歸納之研究架構圖示如下(圖 3-1)，以國中小實習教師個人背景變項：「性別、教育背景、、實習學校、學校規模、實習地區及任教領域」六項爲自變項，以國中小實習教師效能的二向度：「一般教學效能、個人教學效能」和國中小實習教師工作壓力的二向度：「工作負荷與生涯角色、管教問題與人際溝通」爲依變項進行研究分析，另外以國中小實習教師效能感爲自變項，國中小實習教師工作壓力爲依變項，探究教師效能感與工作壓力的關聯性。

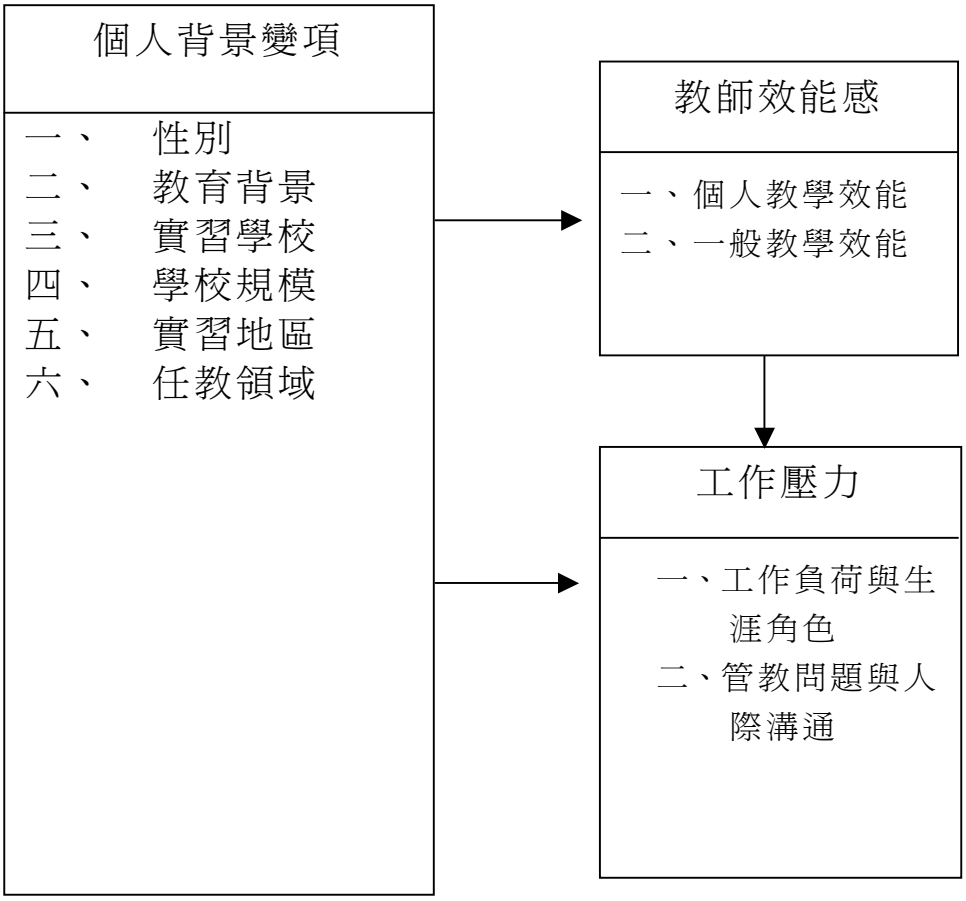

圖 3-1 本研究架構圖

第二節　研究對象

本研究以桃園縣內國中小九十二學年度實習教師八百廿名爲樣本母群體，叢集抽取五百人爲主要施測對象。

研究對象分爲預試問卷與正式問卷對象兩類，茲分別說明：

一、預試問卷受試對象

以九十二學年度桃園縣內國中小實習之隨機抽樣八十位教師爲預試問卷受測對象，經篩選得有效問卷七十六份。

二、預試樣本基本資料

表 3-1「實習教師效能感與工作感受調查問卷」預試者之個人背景變項，次數分配表　　(預試 80 人，有效卷 76 人)

變項	類別	人數	百分比（%）
一、性別	男性	9	11.8%
	女性	67	88.2%
二、教育背景	研究所	18	23.7%
	師範大學大學部	5	6.6%
	一般大學教育系	17	22.4%
	教育學程學分班	36	47.4%
三、實習學校	國小	12	15.8%
	國中	64	84.2%
四、學校規模	20 班以下	8	10.5%
	21-40 班	18	23.7%
	41 班以上	50	65.8%
五、實習地區	城市	70	92.1%
	鄉村	6	7.9%
六、任教領域	本國語文	17	22.3%
	英　語	12	15.8%
	數　學	7	9.2%
	自　然	4	5.3%
	社　會	9	11.8%
	健康與體育	3	3.9%
	藝術與人文	3	3.9%
	綜合活動	9	11.8%
	包班或特教	12	15.8%

二、正式問卷受試對象

(一)抽樣方法

本研究係以及桃園縣內國中小九十二學年度實習教師爲研究母群體，叢集抽取五百人當樣本。正式問卷回收情形及次數分配於第四章討論。

第三節　研究工具

本節旨在說明本研究用以蒐集資料的研究工具－「實習教師效能感與工作感受調查問卷」,問卷主要在探討國中小實習教師教師效能感與所面對工作壓力情形及其兩者之關係，問卷內容分爲五部分：(一)致國中小實習教師簡函；(二) 國中小實習教師個人基本資料；(三) 國中小實習教師效能量表；(四) 國中小實習教師工作感受量表(五)實習感受開放性問題。茲分項說明如下：

(一)致國中小實習教師簡函

本部分旨在說明此次施測的主要目的，強調學術研究屬性，問題無標準答案，以匿名方式進行調查，資料完全保密，排除填答者的疑慮，請填答者安心據實以答，並致上感謝之意，最後問安具名。

(二)國中小實習教師個人基本資料

本部分旨在請實習教師填寫個人之性別、教育背景、實習學校、學校規模、實習地區及任教領域等六項的基本資料。

(三)國中小實習教師效能量表

茲就問卷內容架構、題目內容編製、填答與計分方式、建立專家內容效度、預試結果分析及編製正式問卷等方面，說明如下：

1.問卷內容架構

本問卷內容架構係參考徐昊杲(民 85) 編製的「教師效能感受量表」、王受榮（民 82）編製之「教師效能感受量表」及孫志麟（民 80）編製的「國小教師自我效能量表」，由研究者自編，內容架構主要分爲個人教學效能及一般教學效能兩方面，茲分述其內涵如下：

(1)個人教學效能（personal teaching efficacy）： 指教師知覺自己所具備的教學技巧或能力，是對自己教學技巧及能力的自信程度，屬效能預期。

(2)一般教學效能（general teaching efficacy）：指教師對一般教師能影響學生學習結果的能力信念，即教師預期教學工作於外在環境限制下，仍能改善及影響學生學習的程度，屬結果預期。

2.問卷編製過程

依據本研究量表問卷架構內涵，本問卷題目的編製過程如下：

(1)首先由研究者參考徐昊杲(民 85) 編製的「教師效能感受量表」、王受榮（民 82）編製之「教師效能感受量表」及孫志麟（民 80）編製的「國小教師自我效能量表」，再依研究者擔任國中實習教師輔導之經驗，根據教師效能分項內涵，編製「教師自我效能量表」。

(2)由研究者依據上述，暫編成問卷初稿 24 題（如附錄四草卷）

(3)根據初稿，先請桃園縣自強國中九十一學年度實習教師謝佳芳、黃逸翔、謝筱梅、陳淑菁、王如意等討論，認爲適切後，文句力求清晰易懂，再請桃園縣楊梅國中羅新炎校長、山腳國中胡六金校長、龍潭農工徐文淞主任研討指正，最後經指導教授修改指導後定稿成預試問卷（如附錄五）

3.問卷填答與計分

本研究問卷採李克特式（Likert-type）的五點式量表，依照受試者的實際感受程度填答。本量表是以勾選方式從感受完全符合、非常符合、符合、不太符合到不符合，計分分別按 5 分、4 分、3 分、2 分、1 分，反向題則按 1 分、 2 分、3 分、4 分、5 分計分，各題分別計分後，累計成各向度的總分，向度分數愈高代表該向度教師效能愈大。

4.建立專家內容效度

本研究經指導教授推薦（推薦函如附錄一），共擬邀請學者專家 3 位、現任國中校長 3 位、現任國中主任 2 位，總共 8 位（如下表），就附錄四之第一部分初稿題目，請專家提供寶貴意見，作爲形成專家內容效度與預試問卷的重要參考。

表 3-2　預試問卷邀請專家學者名單

編號	職　　稱	姓　　名	備　　註
1	國立政治大學心理系教授	林邦傑教授	學者專家
2	國立政治大學教育學院院長	秦夢群教授	學者專家
3	國立台灣師範大學工教系教授	徐昊杲教授	學者專家
4	桃園縣立八德國中校長	鍾禮章校長	實務工作者
5	桃園縣立楊梅國中校長	羅新炎校長	實務工作者
6	新竹縣立竹北國中校長	黃增新校長	實務工作者
7	桃園縣立自強國中主任	張美珍主任	實務工作者
8	桃園縣立大崗國中主任	曾守誌主任	實務工作者

根據專家學者意見，將不適合者刪除，語氣文意經適度修飾後，編製成預試問卷。

5.進行預試問卷結果分析及編製正式問卷

經過專家學者考驗之後，再經指導教授討論修正後，編製成預試問卷 21 題。隨即於九十三年一月至二月進行桃園縣內國中小實習教師八十名預試，委請各國中小教務主任協助完成發收，問卷回收後篩選有效問卷七十六份，立刻進行資料處理與 SPSS 統計分析，以考驗研究工具的信度與效度, 分析情形如下：

（1）因素分析

爲確認因素結構，依據 Kaiser－Meyer－Olkin 取樣適切性檢定爲 .685，且 Barlett 球形檢定結果爲 $\chi 2(210, N=76)=571.699$，$P<.001$。顯示資料爲適合進行因素分析。本研究以因素分析確認因素結構，並作爲選題之依據。本問卷量表使用主成分分析法（Principal component analysis）抽取因素，並以正交轉軸法之最大變異法（Varimax）進行分析。在決定因素數目方面，則根據陡坡圖，決定抽取兩個因素。表 3-3 爲各題轉軸後的因數負荷，其中第 20、12、16、3 題負荷量未達 .37 以上，故予刪除；第 15、21 在兩個因數的因數負荷量均大於 .37，因此亦予以刪除。

表 3-3　實習教師效能感量表第一次因素分析摘要表

預試題號	因素一	因素二
8	.777	
1	.733	
7	.725	
14	.665	
5	.658	
2	.593	
13	.549	
6	.532	
19	.491	
15 刪	.452	.409
20 刪	.353	-.139
12 刪	.300	.113
16 刪	.225	
18	.209	.702
11	-.237	.697
9	-.176	.694
4	-.214	.665
17		.645
10		.563
21 刪	.464	.466
3 刪	.163	.347
特徵值	4.615	3.247
佔共同變異量百分比(%)	21.975	15.461

註：本表列出各題因素負荷量，以單因素負荷量大於 .37 者爲選題標準。

（2）項目分析

本研究採決斷值（Critical ratio, CR）相關分析法（Correlational analysis）對於保留的 15 題進行項目分析。其中前者爲內部一致性效標

分析法，乃爲依照所屬層面總分之高低分來排序，本研究以前 27%作爲高分組，以後 27%爲低分組，計算高、低分組在某依題項平均數的差異顯著性，求取決斷值。

CR 值大且差異達顯著水準 .05 時，表示該題能鑑別不同受試者反應的程度。

至於後者，係計算每一題目分數總分予所屬層面總分的積差相關係數，若相關係數較低時，即表示該題未能區分受試者反應的程度。本研究的選題標準爲相關係數須達 .30 以上，且決斷值須達顯著水準，由於 15 個題目均符合前述標準，故全予保留，詳如表 3-4 所示。

表 3-4 實習教師效能感量表項目分析摘要表

預試題號	CR 值	r 值
8	7.516***	.762***
7	5.726***	.711***
1	4.948***	.715***
5	6.491***	.656***
14	7.549***	.661***
2	6.883***	.653***
6	4.187***	.602***
13	5.133***	.561***
19	4.691***	.522***
11	7.479***	.760***
9	7.199***	.725***
18	6.382***	.669***
4	8.360***	.684***
17	4.993***	.611***
10	5.960***	.630***

***p< .001

（3） 正式量表內容

依據上述因素分析及項目分析後，實習教師效能感因素之正式量

表共計選取 15 題，包含兩個因素，分別命名如下：

a.因素一：「個人教學效能」－係指指國中小實習教師知覺自己所具備的教學技巧或能力，是對自己教學能力及技巧的自信程度，屬於效能的預期。

b.因素二：「一般教學效能」－係指國中小實習教師對一般教師能影響學生學習結果的能力信念，即教師預期教學工作於外在環境限制下，仍能改善及影響學生學習的程度，是一種結果的預期。

茲將正式量表各層面及題號、題數分配，以表 3-5 表示之。

表 3-5　實習教師效能感量表之題號表

層面		題號	題數
個人教學效能	預試卷	1,2,5,6,7,8,13,14,19	9
	正式卷	1,2,6,4,5,7,10,12,15	
一般教學效能	預試卷	4,9,10,11,17,18	6
	正式卷	3,8,9 ,11,13,14	
合計			15

註：正式題的反向題爲 3,8,9,11,13,14(共六題)

（4）信度分析

本研究採用 Cronbach α 係數進行信度考驗，用以了解量表的內部一致性，表 3-6 爲信度分析的結果。由表 3-6 可知，量表與分層面之信度係數介於 .759 ~ .8177 之間，可見本量表之內部一致性尚佳。

表 3-6　　實習教師效能感量表之信度分析

層面	Cronbach α 係數
個人教學效能	.8177
一般教學效能	.7595
總量表	.7248

（5）考驗建構效度

在進行項目分析後，接著進行第二次因素分析，以考驗量表之構念之效度，所用方法和標準與第一次因素分析時相同。

由表 3-5 可知，因素一包含「個人教學效能」的 9 個題目，因素二包含「一般教學效能」的 6 個題目，共計 15 題。本量表可解釋的共同變異量達 45.97%，如表 3-7 所示。

表 3-7 實習教師效能感量表之第二次因素分析摘要表

預試題號	正式題號	個人教學效能	一般教學效能
8	7	.783	
7	5	.751	
1	1	.737	
5	6	.679	
14	12	.676	
2	2	.649	
6	4	.561	
13	10	.527	
19	15	.452	
11	11		.774
9	8		.736
18	14		.711
4	3		.657
17	13		.607
10	9		.590
特徵值		4.036	2.858
佔共同變異量百分比(%)		26.910	19.055

註：本表僅列出單因素負荷量大於 .37 者。

(四)國中小實習教師工作感受量表

本部分旨在請國中小實習教師根據「國中小實習教師工作感受量表」的題目作答，以作爲本研究針對國中小實習教師工作壓力主要問題的分析來源。茲就問卷內容架構，題目內容編製、填答與計分方式、建立專家內容效度、預試結果分析及編製正式問卷等方面，說明如下：

1.問卷內容架構

本問卷內容架構係參酌葉兆祺（民 88）所編之「國民小學實習教師工作感受量表」及邱憲義（民 85）「國小教師工作壓力問卷」，加上研究者自行體驗研發而得，內容架構主要分為人際關係、工作負荷、角色壓力、生涯發展和管教學生等五向度，茲分述其內涵如下：

（1）人際關係層面：

指國中小實習教師在工作上包括與校長、主任、組長及實習輔導老師、實習學校之同儕、同事、家長或學生間互動產生的壓力因素。

（2）工作負荷層面：

指國中小實習教師由於工作特性，所產生工作時間和工作量方面的壓力。

（3）角色壓力層面：

指國中小實習教師對於角色期許、角色模糊及角色衝突所感受的壓力。

（4）生涯發展層面：

指國中小實習教師對於工作本身其發展性所產生的壓力，包括晉升機會、專業發展、工作待遇、進修研究及甄試錄取機會。

（5）管教學生層面：

指國中小實習教師對於班級經營、學生行為問題、教學技巧、學生學習等方面所感受的壓力。

2.問卷編製過程

依據本研究量表問卷架構內涵，本問卷題目的編製過程如下：

(1)首先由研究者參酌葉兆祺（民 88）之「國小實習教師工作感受」及邱憲義（民 85）「國小教師工作壓力問卷」問卷，再依

研究者擔任國中小實習教師輔導之經驗，根據各工作壓力內涵逐一設計題目內容。

(2)由研究者依據上述，暫編成問卷初稿 37 題（如附錄四草卷）

(3)根據初稿，先請桃園縣自強國中九十一學年度實習教師謝佳芳、黃逸翔、謝筱梅、陳淑菁、王如意等討論，認為適切後，文句力求清晰易懂，再請桃園縣楊梅國中羅新炎校長、山腳國中胡六金校長、桃園縣國立龍潭農工徐文淞主任、桃園縣龍岡國中黃麗米主任、桃園縣自強國中張美珍主任研討指正，最後經指導教授修改指導後定稿成預試問卷 35 題（如附錄五）。

3.問卷填答與計分

本研究問卷採李克特式（Likert-type）的五點式量表，依照受試者的實際感受程度填答。本量表是以勾選方式從感受總是如此、經常如此、偶爾如此、很少如此到從不如此，計分分別按 5 分、4 分、3 分、2 分、1 分，反向題則按 1 分、 2 分、3 分、4 分、5 分計分，各題分別計分後，累計成各向度的總分，向度分數愈高代表該向度工作壓力愈大。

4.建立專家內容效度

本研究邀請如表 3-3 上之學者專家，就附錄三之第二部分初稿題目，請專家提供寶貴意見，作為形成專家內容效度與預試問卷的重要參考。

根據專家學者意見調查統計表，將不適合者刪除，語氣文意經適度修飾後，編製成預試問卷。

5.進行預試問卷結果分析及編製正式問卷

經過專家學者考驗之後，再經指導教授討論修正後，編製成預試問卷 32　題。隨即於九十三年一月至二月進行桃園縣內國中小實習教師八

十名預試，委請各國中小教務主任協助完成發收，問卷回收後篩選出有效問卷七十六份，立刻進行資料處理與統計分析，以考驗研究工具的信度與效度，分析情形如下：

（1）因素分析

為確認因素結構，依據 Kaiser－Meyer－Olkin 取樣適切性檢定為 .616，且 Bartlett 球形檢定結果為 $\chi 2$（595,N＝76）＝1373.328，P＜ .001。顯示資料適合進行因素分析。本研究以因素分析來確認因素結構並作為選題之依據。本量表使用主成份分析法抽取因素，並以正交轉軸法之最大變異法進行分析。在決定因素數目方面，則根據陡坡圖，決定抽取兩個因素，表 3-8 為各題轉軸後的因素負荷量。其中第 27,15,35,11,14,13 題之因素負荷量未達 .37 以上，故予以刪除；第 3,17 題在兩個因素的因素負荷量均大於 .37，因此亦予以刪除，詳如表 3-9。

表 3-8 實習教師工作感受量表之第一次因素分析

預試題號	因素一	因素二
21	.843	.197
29	.819	-.113
22	.807	
7	.744	.123
31	.695	
2	.674	
12	.633	.332
3 刪	.571	.378
4	.557	-.107
26	.536	
33	.484	.293
34	.471	.109
1	.427	
25	.415	.702
32	.409	.129
27 刪	.320	
5		.755
24		.731
28		.726
6		.687
20	.250	.610
23		.573
19		.554
10		.540
30	.285	.521
18	.304	.504
17 刪	.383	.489
9		.439
16		.434

8		.393
15 刪	.332	.368
35 刪	.148	.231
11 刪		.228
14 刪	-.138	.206
13 刪	.163	.186
特徵值	6.483	5.501
佔共同變異量百分比(%)	18.524	15.718

註：本表列出各題因素負荷量，以單因素負荷量大於 .37 者爲選題標準。

（2）項目分析

本研究採用決斷值及相關分析法對於保留的 27 題進行項目分析，選題標準爲相關係數須達 .30 以上，且決斷值須達顯著水準，結果分析計，27 個題目均符合前述標準，故全數予以保留。詳如表 3-9 所示：

表 3-9 實習教師工作感受量表之項目分析摘要表

預試題號	CR 值	r 值
21	10.095***	.826***
29	10.258***	.780***
22	7.345***	.772***
7	8.098***	.776***
31	5.688***	.658***
2	5.754***	.678***
12	6.085***	.698***
4	4.609***	.547***
26	4.784***	.583***
33	4.796***	.532***
34	3.602**	.473***
1	3.444**	.459***
25	4.328***	.448***
32	3.085**	.451***
5	5.395**	.722***
24	6.324***	.690***
28	5.838***	.683***
6	6.144***	.694***
20	7.729***	.729***
23	3.893***	.544***
10	3.089**	.503***
19	3.419**	.532***
30	4.834***	.555***
16	5.869***	.525***
18	4.238***	.543***
8	3.958***	.488***
9	3.288**	.450***

**P＜ .01 ***P＜ .001

（3）正式量表的內容

根據上述因素分析及項目分析後，國中小實習教師工作感受正式量表共計選取 27 題，包含兩個因素，分別命名如下：

a.因素一：「工作負荷與生涯角色」－係指國中小實習教師由於工作特性及對角色期待和本身未來生涯發展所產生的負面心理感受。

b.因素二：「管教問題與人際溝通」－係指國中小實習教師對班級經營、學生行為、教學技巧及其與學校人員間溝通所產生的負向心理感受。

茲將正式量表各層面及題號、題數分配，以表 3-10 表示之。

表 3-10 實習教師工作感受量表之題號表

層面	題號		題數
工作負荷與生涯角色	預試卷	1,2,4,7,12,21,22,25,26,29,31,32,33,34	14
	正式卷	1,2,3,6,10,15,16,19,20,22,24,25,26,27	
管教問題與人際溝通	預試卷	5,6,8,9,10,16,18,19,20,23,24,28,30	13
	正式卷	4,5,7,8,9,11,12,13,14,17,18,21,23	
合計			27

註：正式卷反向題：11(共一題)

（4）信度分析

本研究採用 Cronbach α係數進行信度的考驗，用以了解量表的內部一致性，表 3-9 爲信度分析的結果。由表 3-11 可知，總量表與分層面之信度係數介於 .8392~ .8809 之間，可見本量表之內部一致性應屬尚佳。

表 3-11 實習教師工作感受量表之信度分析

層面	Cronbach α係數
工作負荷與生涯角色	.8809
管教問題與人際溝通	.8392
總量表	.8766

（5）考驗建構效度

在項目分析之後，接著第二次因素分析，以考驗量表的構念效度。所使用方法和標準，與第一次因素分析時相同。由表 3-8 可知，因素一包含「工作負荷與生涯角色」的 14 個題目，因素二包含「管教問題與人際溝通」的 13 個題目，共計 27 題。本量表可解釋的共同變異量達 39.74%，如表 3-12 所示。

表 3-12 實習教師工作感受量表之第二次因素分析摘要表

預試題號	正式題號	工作負荷與生涯角色	管教問題與人際溝通
21	15	.835	
29	22	.824	
22	16	.792	
7	6	.772	
31	24	.692	
2	2	.685	
12	10	.649	
4	3	.567	
26	20	.565	
33	26	.503	
34	27	.489	
1	1	.442	
25	19	.421	
32	25	.399	
5	4		.760
24	18		.722
28	21		.721
6	5		.717
20	14		.666
23	17		.555
10	9		.553
19	13		.542
30	23		.527
16	11		.508
18	12		.454
8	7		.412
9	8		.373
特徵值		5.919	4.809
佔共同變異量百分比(%)		21.922	17.813

註：本表僅列出因素負荷量大於 .37 者。

（五）實習感受開放性問題

設計三個開放性問題，希望瞭解實習教師一年來實習的真實的心裡感受，以補充選擇題設計之不足，並從中去探討實習存在的更深層可能問題，歸納提出供三題問題如下：

1.這一年教育實習，您的感受是□非常快樂 □快樂 □普通□有壓力□壓力很大　　可以簡單寫出爲什麼嗎?

2.這一年中，如果您有工作上不愉快或壓力時，您是如何排遣的呢?□聽音樂 □運動 □閱讀 □散散步 □找人聊天□其他　　可以簡單寫出效果如何嗎?

3.您還有心中想訴說的實習感受或建議嗎?請盡情寫出。

第四節　研究方法與步驟

本研究旨在探討國中小實習教師的教師效能感情形及面對工作壓力狀況，瞭解在不同的性別、教育背景、實習學校、學校規模、實習地區、任教領域之差異，並試著分析兩者之相關，最後歸納研究所得，提出結論與建議。本節分別就研究方法與研究步驟敘述說明如下：

一、研究方法：

本研究主要研究方法，係採用文獻探討及問卷調查法，經由預試、正式問卷施測後，進行量化統計分析，茲將所用之研究方法敘述如下：

(一)文獻探討

研究者確定研究題目後，立即進行相關文獻資料之蒐集、分析及整理，並據此提出研究假設及研究架構。

(二)問卷調查法

本研究採問卷調查法進行研究，研究工具爲「實習教師教師效能與工作感受調查問卷」。研究對象爲九十二年六月畢業於師範院校或一般大學教育學程，且分發或申請至台灣省桃園縣各國民中小學實習的教師，採叢集抽樣方式抽取樣本，蒐集實徵資料，以分析、解釋及討論統計結果，作爲整理研究結果、撰寫研究報告及提出建議之依據。

二、研究步驟：

本研究正式實施程序，包含下列步驟

(一)文獻蒐集與閱讀

廣泛蒐集晚近相關文獻，充分研讀並加以分析，保留珍貴文獻資料備用之。

(二)文獻探討與擬定題目

深入研究蒐集之相關文獻後，選定研究題目，與指導教授共同探討可行性後，正式確定題目。

(三)撰寫研究計畫

依據文獻及研究架構圖逐步推定研究計畫之各細節，並依此撰述研究計畫。

(四)研究計畫發表

經多次與指導教授會談研究後，獲首肯後申請發表本研究計畫，請三位資深教授提供修正意見。

(五)正式施測

於九十三年二月進行預試，二月至三月的時間進行正式問卷之施測。

(六)資料分析

本問卷自九十三年四月起以 SPSS 統計軟體進行資料量的分析，另問卷中第五部分開放性問題，則以歸納處理。

(七)撰寫論文

九十三年四月起對資料分析後所呈現之資訊結果，加以分析比較，最後整理論文進行論文撰寫並完稿發表。

第五節　實施程序

本研究之實施程序共分爲五個階段進行，概述如下：

一、準備階段

(一)確定研究主題

(二)蒐集相關文獻

(三)決定研究架構與研究問題

二、編製研究工具

三、撰寫論文計畫，經指導教授指正，舉行論文計畫口試

四、實施階段

(一)預試問卷及編製正式問卷

(二)正式問卷施測、問卷回收及資料處理

(三)研究問卷回收之後，立即將原始資料編碼、輸入電腦、統計處理，最後進行結果分析與討論。

五、完成階段

結果分析討論之後，歸納成結論及建議，並撰寫研究論文初稿，在經指導教授討論指正後，舉行論文口試，修正論文，付印完成本研究論文。

第六節　資料分析

本研究以 SPSS 統計套裝軟體程式 11.0 視窗版，進行所需之統計分析工作，開放性問題則另由人工歸納各種感受程度之原因，茲將使用的

統計方法說明如下：

一、因素分析(factor analysis)與信度分析(reliability analysis)

本研究以因素分析法及信度分析法考驗量表，藉以編成正式問卷。

二、描述統計分析

以「實習教師效能感與工作感受問卷」正式問卷施測結果進行次數分配分析與描述分析，描述受試之實習教師背景資料，另求各題、各向度、總量表之平均數與標準差，以瞭解國中小實習教師師教師效感與工作壓力的現況。另求問卷開放性問題次數分配分析，以協助回答待答問題二。

三、單因子多變量變異數分析(one-way MANOVA)

(一)以教師效能的二個向度（個人教學效能、一般教學效能）爲依變項，進行單因子多變量變異數分析，以瞭解性別、教育背景、學校規模、實習地區、實習學校、任教領域各變項的差異情形。當單因子多變量變異數分析達顯著差異水準時，再對每個依變項分別進行單因子單變量變異數分析。如果 F 值顯著，即再進行 Scheffe’事後比較，以瞭解差異情形, 以考驗假設一 1 至假設一 6，回答本研究待答問題一。

(二)以工作壓力的二個向度（工作負荷與生涯角色、管教問題與人際溝通）爲依變項，進行單因子多變量變異數分析，以瞭解性別、教育背景、學校規模、實習地區、實習學校、任教領域各變項的差異情形，當單因子多變量變異數分析達顯著差異水準時，再對每個依變項分別進行

單因子單變量變異數分析。如果 F 值顯著，即再進行 Scheffe’事後比較，以瞭解差異情形, 以考驗假設二 1 至假設二 6，回答本研究待答問題二。

四、皮爾遜積差相關分析(Pearson product-moment correlation)

以國中小實習教師自我效能爲自變項，工作壓力二向度（工作負荷與生涯角色、管教問題與人際溝通）爲依變項，分別進行皮爾遜積差相關分析，考驗假設三並回答待答問題三。

五、逐步多元迴歸分析(Stepwise multiple regression)

以實習教師個人背景變項、教師效能感爲預測變項，以工作壓力爲效標變項，進行多元逐步迴歸分析(stepwise multiple regression)，考驗假設四並回答待答問題四。