

第四章 研究結果與討論

本章旨在配合研究問題、研究目的與研究假設，針對問卷調查結果所得的各項資料進行統計分析並加以討論。全章共分五節，第一節研究樣本特性分析；第二節國民中小學實習教師效能感之現況分析與討論，第三節國民中小學實習教師工作壓力之現況分析與討論，第四節國民中小學實習教師效能感與工作壓力之相關分析，第五節國民中小學實習教師背景變項、教師效能感與工作壓力之多元逐步迴歸分析，第六節實習教師教師效能感與工作感受問卷之開放性問題分析。

第一節 研究樣本特性分析

本節係就正式回收問卷有效樣本之一般性加以描述，分別以性別、教育背景、實習學校、學校規模、實習地區、任教領域等六個部分加以敘述國中小實習教師之特性。

正式問卷以叢集抽取國中 30 所、國小 60 所共 500 人當樣本，約佔桃園縣實習教師總人數(820 人)的 60.9%；回收 426 份問卷，回收率為 85.2%；經篩選有效問卷 414 份，有效率達 97.2%，顯示實習教師配合度高。

由表 4-1 可知樣本性別分配情形，「男性」75 人，佔 18.1%；「女性」339 人，佔 81.9%。

教育背景分配情形，「研究所」38 人，佔 9.2%；「師範大學大學部」150 人，佔 36.2%；「一般大學教育系」44 人，佔 10.6%；「教育學程學分班」182 人，佔 44.2%。

實習學校分配情形，「國小」231人，佔55.8%；「國中」183人，佔44.2%。

學校規模分配情形，「20班以下」39人，佔9.4%；「21-40班」126人，佔30.4%，「41班以上」249人，佔60.1%。

實習地區分配情形，「城市」300人，佔72.5%；「鄉村」114人，佔27.5%。

實習任教領域分配情形，「本國語文」56人，佔13.5%；「英語」38人，佔9.2%；「數學」26人，佔6.3%；「自然」20人，佔4.8%；「社會」26人，佔6.3%；「健康與體育」10人，佔2.4%；「藝術與人文」24人，佔5.8%；「綜合活動」36人，佔8.7%；「包班或特教」178人，佔43%。

表 4-1 整體樣本分配統計表

類別	項目	人數	百分比 (%)	樣本數
性別	男	75	18.1%	414
	女	339	81.9%	
教育背景	研究所	38	9.2%	414
	師範大學大學部	150	36.2%	
	一般大學教育系	44	10.6%	
	教育學程學分班	182	44.2%	
實習學校	國小	231	55.8%	414
	國中	183	44.2%	
學校規模	20 班以下	39	9.4%	414
	21-40 班	126	30.4%	
	41 班以上	249	60.1%	
實習地區	城市	300	72.5%	414
	鄉村	114	27.5%	
任教領域	本國語文	56	13.5%	414
	英語	38	9.2%	
	數學	26	6.3%	
	自然	20	4.8%	
	社會	26	6.3%	
	健康與體育	10	2.4%	
	藝術與人文	24	5.8%	
	綜合活動	36	8.7%	
	包班或特教	178	43%	

由以上各變項樣本分配情形，可以發現：

- 一、有效樣本中，國中小實習教師性別方面，男女人數比約 1：4，符合國中教師女性多於男性之現況。
- 二、有效樣本中，國中小實習教師教育背景方面，近四成五為教育學程或學分班；而原師範系統實習教師只佔三成六；研究所最少約一成。可看出師資培育開放以來，一般大學已大量培育國中小師資。
- 三、有效樣本中，國中小實習教師實習學校方面，取樣數約差十個百分點。符合國小比國中實習教師多的現況。
- 四、有效樣本中，國中小實習教師學校規模方面，41 班以上學校佔六成；其餘分別為 21-40 班三成；20 班以下者約一成。可見實習教師大部分選擇大型學校實習，或許有以後就業機會較多的考量。
- 五、有效樣本中，國中小實習教師「實習地區」方面，城市佔了七成；而鄉村則只佔不到三成。也可看出一般實習教師會選擇交通方便的都市做為實習學校的趨勢。
- 六、有效樣本中，國中小實習教師「實習任教領域」方面，國中小特教師資及國小因多數採包班教學部分，人數佔四成以上，而其中較少人任教的領域為健康與體育、自然、藝術與人文，可能與課程的需求有關。

第二節 國民中小學實習教師效能感之現況分析與討論

本節主要是透過描述統計及單因子變異數分析 (one-way

ANOVA)，比較不同個人背景變項的國民中小學實習教師知覺教師效能感之現況。本研究採用李克特(Likert-type)五點量表，請受試者依「實習教師教師效能與工作感受問卷」之「教師自我效能量表」部分，在完全符合、非常符合、符合、不太符合、不符合等五個不同選項中勾選答案，依次給予 5-1 分，反向題則按 1-5 計分，得分愈高者表示該敘述與受試者的知覺符合程度愈高，也就是該向度教師效能愈高。依其結果，藉以考驗假設一 1 至假設一 6，回答待答問題一。

一、國民中小學實習教師教師效能感之現況

本研究採平均數與標準差進行分析，用以瞭解國民中小學實習教師在教師效能感量表問卷的反應情形。

表 4-2 實習教師之教師效能感現況分析表

層面	總平均數(M)	總標準差(SD)	題數	每題平均得分	排序
個人教學效能	28.97	4.45	9	3.21	2
一般教學效能	19.52	3.56	6	3.25	1
整體效能	48.49	5.68	15	3.23	

樣本數 (N= 414)

如表 4-2 所示，在整體教師效能量表每題平均得分為 3.23 分，總標準差為 5.68，在「一般教學效能」層面的平均得分較高(每題平均得分為 3.25 分)，其次為「個人教學效能」(每題平均得分為 3.21 分)，由以上的數據顯示，桃園縣國民中小學教師在教師自我教學效能感得分均高於平均數，屬中上程度。

二、 國民中小學實習教師教師效能感之差異分析

本研究採單因子多變量檢定，用以瞭解性別、教育背景、實習學校、學校規模、實習地區、實習任教領域等六個背景變項與教師自我教學效能感之相關情形。

(一)性別方面

由表 4-3 分析結果發現，Wilks' $\Lambda = .96$ ， $F(2, 411) = 8.765$ ， $p < .001$ ，顯示性別在桃園縣國中小實習教師教師效能感上有顯著差異存在。

表 4-3 不同性別實習教師效能感之多變量檢定表

效應項		樣本數	數值	假設自由度	誤差自由度	F 檢定
性別	Pillai's	414	10.41	2	411	8.765***
	Trace					
	Wilks'	414	0.96	2	411	8.765***
	Lambda					

*** p<.001

自表 4-4 單變量考驗結果發現，不同性別國中小實習教師在「個人教學效能感」層面達顯著水準，且男性得分高於女性，顯示在此層面男性有較高的個人教學效能，原因可能與中國重男輕女傳統社會的價值觀，一般男性必需自許是屬較剛毅、有自信有關；而在「一般教學效能」層面也達顯著水準，經 Scheffe 法事後比較分析，其差異卻是女性得分高於男性，此點可能原因是女性較認命且具耐心，所以較多認為理想教師應能引導學生朝向正面改變，而對一般教學效能感較具信心。

表 4-4 不同性別實習教師效能感之描述統計及單變量分析摘要表

層面	性別	樣本數 (N)	平均數 (M)	標準差 (SD)	F 值	差異情形
個人教學效能	男 (1)	75	30.24	5.20	7.56**	(1) > (2)
	女 (2)	339	28.69	4.23		
一般教學效能	男 (1)	75	18.37	3.95	9.75**	(2) > (1)
	女 (2)	339	19.78	3.42		

**p<.01

(二)教育背景

由表 4-5 分析結果發現，Wilks, $\Lambda = .972$, $F(6, 818) = 1.979$ ，顯示不同教育背景實習教師之教師效能感之多變量檢定未達顯著差異。

表 4-5 不同教育背景實習教師效能感之多變量檢定表

效應項		樣本數	數值	假設自由度	誤差自由度	F 檢定
教育背景	Pillai's Trace	414	0.028	6	820	1.973
	Wilks' Lambda	414	0.972	6	818	1.979

(三)實習學校方面

表 4-6 分析結果發現，Wilks' $\Lambda = .990$, $F(2, 411) = 2.107$ ，顯示不同實習學校實習教師之效能感之多變量檢定未達顯著差異。

表 4-6 不同實習學校實習教師效能感之多變量檢定表

效應項		樣本數	數值	假設自由度	誤差自由度	F 檢定
實習學校	Pillai 's	414	0.010	2	441	2.107
	Trace					
	Wilks '	414	0.990	2	411	2.107
	Lambda					

(四)實習學校規模

由表 4-7 分析結果發現，Wilks' $\Lambda = .997$ ， $F(4, 820) = .286$ ，顯示不同學校規模實習教師之效能感之多變量檢定未達顯著差異。

表 4-7 不同學校規模實習教師效能感之多變量檢定表

效應項		樣本數	數值	假設自由度	誤差自由度	F 值
學校 規模	Pillai 's	414	0.003	4	822	0.287
	Trace					
	Wilks '	414	0.997	4	820	0.286
	Lambda					

(五)實習地區方面

由表 4-8 分析結果發現，Wilks' $\Lambda = .999$ ， $F(2, 411) = .109$ ，顯示不同實習地區實習教師之效能感之多變量檢定未達顯著差異。

表 4-8 不同實習地區實習教師效能感之多變量檢定表

效應項		樣本數	數值	假設自由度	誤差自由 度	F 檢定
實習 學校	Pillai's	414	0.001	2	441	0.109
	Trace					
	Wilks'	414	0.999	2	411	0.109
	Lambda					

(六)實習任教領域方面

由表 4-9 分析結果發現，Wilks' $\Lambda = .962$ ， $F(16, 808) = .999$ ，顯示不同任教領域實習教師之效能感之多變量檢定未達顯著差異，瞭解實習教師不同實習任教領域與教師效能感無大的影響。

表 4-9 不同任教領域實習教師效能感之多變量檢定表

效應項		樣本數	數值	假設自由度	誤差自由度	F 檢定
任教領域	Pillai ' s	414	0.039	16	810	0.998
	Trace					
	Wilks '	414	0.962	16	808	0.999
	Lambda					

三、 國民中小學實習

四、 教師效能感之討論

從以上統計資料發現，國中小實習教師整體教師效能感屬中高等程度(M=3.23)，其中又以「一般教學效能」層面較高，此點與鄧珮秀(民 91)對台北縣國小教師教學效能研究看法一致，而根據郭峰偉(民 89)、魏方亭(民 89)針對國中教師的教師效能感屬中低程度不同，可能為國中小實習教師初入學校環境中，對教育及個人教學工作充滿了熱情與期待所致。

本研究其餘各不同背景變項與教師效能感研究結果分析討論如下：

(一)不同性別國中小實習教師在「個人教學效能感」層面達顯著水準，且男性得分高於女性，此點與 Ashton & Webb(1986)及徐昊杲(民 85)等研究相似，顯示在此層面男性有較高的個人教學效能，原因可能與中國重男輕女傳統社會的價值觀，一般男性必需自許是屬較剛毅有自信的

有關；而在「一般教學效能」層面也達顯著水準，經事後 Scheffe 法分析，其差異卻是女性得分高於男性，此點與 Cavers(1988)看法一致，可能原因是女性較認命且具耐心，所以較多認為理想教師能引導學生向正面改變。

(二)不同教育背景之國中小實習教師在教師教學效能二層面 ($F=0.83, p>.05$) 均未達顯著水準，可能實習教師對學校教學都有基本的信心和期望之故；此與國小教師教學效能研究結果大致相符(孫志麟，民 80)。

(三)不同實習學校之國民中小學實習教師在教師教學效能二層面均未達顯著水準，可能為國中小實習教師實習內容相似造成。

(四)不同學校規模之實習教師在感受未達顯著水準，此與孫志麟(民 80)研究相似，或許是實習教師不會因學校規模不同，課程節數或行政工作會有所不同所致。

(五)不同實習地區的國中小實習教師在教師教學效能二層面 均未達顯著水準，可能為城市鄉村實習內容並無不同所致。

(六)不同實習任教領域之實習教師在教師教學效能二層面均未達顯著水準，瞭解實習教師不同實習任教領域與教師效能感無大的影響差異。

總之，實習教師個人背景變項中，經單因子多變量變異數分析，對教師效能感方面，僅「性別」一項具顯著差異存在，說明了大部分國中小實習教師對教學效能感受是不受教育背景、實習學校、學校規模、實習地區及實習任教領域影響的，可見其所面對相當一致的實習環境。

第三節 國民中小學實習教師工作壓力之現況分析與討論

本節主要是透過描述統計及單因子變異數分析 (one-way ANOVA)，比較不同個人背景變項的國民中小學實習教師知覺工作壓力之現況。本研究採用李克特(Likert-type)五點量表，請受試者依「實習教師教師效能與工作感受問卷」之「教師工作感受量表」部分，在「總是如此、經常如此、偶爾如此、很少如此、從不如此」等五個不同選項中勾選答案，依次給予 5-1 分，反向題則按 1-5 分計分，得分愈高者表示該敘述與受試者的知覺符合程度愈高，也就是該向度工作壓力愈高。依其結果，藉以考驗假設二 1 至假設二 6，回答待答問題二。

一、國民中小學實習教師工作壓力之現況

本研究採平均數與標準差進行分析，用以瞭解國民中小學實習教師在工作感受量表問卷的反應情形。

如表 4-10 所示，在整體教師工作感受量表每題平均得分為 2.56 分，標準差為 12.47，在「工作負荷與生涯角色」層面的平均得分較高(每題平均得分為 2.60 分)，其次為「管教問題與人際溝通」(每題平均得分為 2.51 分)，桃園縣國民中小學教師在教師工作感受整體工作壓力之平均得分為 2.56 分，屬中等程度，顯示整體實習教師具有工作壓力存在。

表 4-10 實習教師之工作壓力現況分析表

層面	量表總平均數 (M)	總標準差 (SD)	題數	每題平均得分	排序
工作負荷與生涯角色	36.35	9.02	14	2.60	1
管教問題與人際溝通	32.68	5.98	13	2.51	2
整體工作壓力	69.03	12.47	27	2.56	

樣本數 (N=414)

二、國民中小學實習教師工作壓力之差異分析

本研究採單因子多變量檢定，用以瞭解性別、教育背景、實習學校、學校規模、實習地區、實習任教領域等六個背景變項與教師工作壓力之相關情形。

(一)性別方面

由表 4-11 分析結果發現，Wilks' $\Lambda = .999$ ， $F(2, 411) = .236$ ，顯示不同性別實習教師在工作壓力之多變量檢定未達顯著差異，顯示在工作壓力層面男性和女性實習教師並無太大差異存在，可能原因為教學工作是一種心智活動，非體力或其他男女特性區別大的行業。

表 4-11 不同性別實習教師工作壓力之多變量檢定表

效應項		樣本數	數值	假設自由度	誤差自由度	F 檢定
性別	Pillai ' s	414	0.001	2	411	0.236
	Trace					
	Wilks ' s	414	0.999	2	411	0.236
	Lambda					

(二)教育背景方面

由表 4-12 分析結果發現，Wilks ' $\Lambda = .972$ ， $F(6, 818) = 1.924$ ，顯示不同教育背景實習教師在工作壓力之多變量檢定未達顯著差異。

表 4-12 不同教育背景實習教師工作壓力之多變量檢定表

效應項		樣本數	數值	假設自由度	誤差自由度	F 檢定
教育背景	Pillai ' s	414	0.028	6	820	1.925
	Trace					
	Wilks ' s	414	0.972	6	818	1.924
	Lambda					

(三)實習學校方面

由表 4-13 分析結果發現，Wilks' $\Lambda = .994$ ， $F(2, 411) = 1.311$ ， $p < .01$ ，顯示不同實習學校實習教師在工作壓力之多變量檢定達顯著差異。

表 4-13 不同實習學校實習教師工作壓力之多變量檢定表

效應項		樣本數	數值	假設自由度	誤差自由度	F 檢定
實習學校	Pillai's	414	0.006	2	411	1.311**
	Trace					
	Wilks'	414	0.994	2	411	1.311**
	Lambda					

** $p < .01$

自表 4-14 單變量考驗結果發現，不同實習學校國中小實習教師在「工作負荷與生涯角色」層面未達顯著水準($F=2.125, p>.05$)，在「管教問題與人際溝通」層面也未達顯著水準($F=1.390, p>.05$)，可能是實習教師實習內容並不因實習學校而異之故，但國小的兩個二個工作壓力層面平均數都高於國中($36.92>35.62$ ； $32.99>32.29$)，推測可能為國小採包班制所需實習事務較繁瑣且服務對象年紀小需更大耐心對待所致。

表 4-14 不同實習學校實習教師工作壓力之描述統計及單變量分析摘要表

層面	實習學校	樣本數 (N)	平均數 (M)	標準差 (SD)	F 值	差異情形
工作負荷 與生涯角 色	國小 (1)	231	36.92	8.99	2.125	
	國中 (2)	183	35.62	9.03		
管教問題 與人際溝 通	國小 (1)	231	32.99	6.15	1.390	
	國中 (2)	183	32.29	5.76		

(一)學校規模方面

由表 4-15 分析結果發現，Wilks' $\Lambda = .991$ ， $F(4, 820) = .931$ ，顯示不同學校規模實習教師在工作壓力之多變量檢定未達顯著差異，可能是實習教師實習內容並不因學校而異之故。

表 4-15 不同學校規模實習教師工作壓力之多變量檢定表

效應項		樣本數	數值	假設自由度	誤差自由度	F 檢定
學校規模	Pillai's	414	0.009	4	822	0.932
	Trace					
	Wilks'	414	0.991	4	820	0.931
	Lambda					

(五)實習地區方面

由表 4-16 分析結果發現，Wilks' $\Lambda = .999$ ， $F(2, 411) = .109$ ，顯示不同實習地區實習教師在工作壓力之多變量檢定未達顯著差異，可能是實習教師實習內容並不因城鄉實習地區而異之故。

表 4-16 不同實習地區實習教師工作壓力之多變量檢定表

效應項		樣本數	數值	假設自由度	誤差自由度	F 檢定
實習地區	Pillai's	414	0.001	2	411	0.109
	Trace					
	Wilks'	414	0.999	2	411	0.109
	Lambda					

(六)實習任教領域方面

由表 4-17 分析結果發現，Wilks' $\Lambda = .961$ ， $F(16, 808) = 1.008$ ，顯示不同實習任教領域實習教師在工作壓力之多變量檢定未達顯著差異。

表 4-17 不同實習任教領域實習教師工作壓力之多變量檢定表

效應項		樣本數	數值	假設自由度	誤差自由度	F 檢定
任教領域	Pillai 's	414	0.039	16	810	1.009
	Trace					
	Wilks '	414	0.961	16	808	1.008
	Lambda					

三、國民中小學實習教師工作壓力之討論

從以上統計資料得知，國中小實習教師整體工作壓力屬中等程度，其中又以「工作負荷與生涯角色」層面較高，此點與陳文俊(民 90)及葉兆祺(民 88)針對國小實習教師的研究結果認「角色壓力」的壓力最大吻合，可能為實習教師在學校角色介於學生與教師間，角色模糊又因實習工作繁瑣，對未來充滿不確定性所致；而「管教問題與人際溝通」層面壓力屬中等程度也與該等學者研究之「人際關係」層面符合，可能因實習教師初入教學現場，尚不熟悉與家長、同儕及學生人際溝通技巧所致。

本研究其餘各不同背景變項與工作壓力結果分析討論如下：

(一)不同性別國中小實習教師在工作壓力兩層面均無顯著相關，可能原因為教學工作是一種心智活動，非體力或其他男女特性區別大的行業，此點與陳貞芳(民 85)對國小教師研究符合。若以平均數看可發現「工作負荷與生涯角色」層面女性略高於男性，可能是女性實習教師對角色

期許大、較完美主義有關，此點與劉焜輝(民 73)、林玟玟(民 76)、陳文俊(民 90)、邱素珠(民 92)等研究相吻合，而「管教問題與人際溝通」層面則為男性略高於女性，可能是男性實習教師在管教學生方面較不易控制情緒所致，此點與周立勳(民 75)、謝琇玲(民 79)等人研究相同。

(二)不同教育背景實習教師在工作壓力兩層面均未達顯著水準。

(三)不同實習學校國中小實習教師在工作壓力層面達顯著水準，但經單變量進一步考驗，卻未發現顯著相關，可能是實習教師實習內容並不因國中小而異之故，但國小的兩個二個工作壓力層面平均數都略高於國中(36.92>35.62；32.99>32.29)，推測可能為國小採包班制所需實習事務較繁瑣且服務對象年紀小需更大耐心對待所致。

(四)不同學校規模國中小實習教師在工作壓力二層面均未達顯著水準，可能是實習教師實習內容並不因學校規模而異之故，此點與國小實習教師研究大致相符(林昭南，民 90；葉兆祺，民 88；葉龍源，民 86)。

(五)不同實習地區國中小實習教師在工作壓力二層面均未達顯著水準，可能是實習教師實習內容並不因城鄉實習地區而異之故。

(六)不同任教領域國中小實習教師在工作壓力二層面均未達顯著水準，可見實習教師工作壓力不因不同實習任教領域而有大的差異存在。

第四節 國民中小學實習教師效能感與工作壓力之相關分析

本節在探討國中小實習教師效能感與工作壓力之相關情形，分別以國中小實習教師整體教師效能感及其各分層面信念為自變項，工作壓力

整體與各分層面感受為依變項，藉由 *Pearson* 積差相關係數統計結果，分析國民中小教師效能感與工作壓力之相關情形，其結果如表 4-28 所示，依其分析藉以考驗假設三並回答待答問題三。

一、國民中小學實習教師效能感與工作壓力之相關分析

依據 *Pearson* 積差相關結果分析，如表 4-18 顯示：

(一)國中小實習教師效能感之「個人教學效能」與工作壓力之「工作負荷與生涯角色」的相關係數為 $-.043$ ，未達到顯著水準 ($P > .01$)。由此可知，「個人教學效能」與「工作負荷與生涯角色」沒有關聯。

(二)國中小實習教師效能感之「個人教學效能」與工作壓力之「管教問題與人際溝通」的相關係數為 $-.479$ ，達到顯著水準 ($P < .001$)。由此可知，「個人教學效能」與「管教問題與人際溝通」呈現顯著負相關。

(三)國中小實習教師效能感之「一般教學效能」與工作壓力之「工作負荷與生涯角色」的相關係數為 $-.145$ ，達到顯著水準 ($P < .01$)。由此可知，「個人教學效能」與「工作負荷與生涯角色」呈現顯著負相關。

(四)國中小實習教師效能感之「一般教學效能」與工作壓力之「管教問題與人際溝通」的相關係數為 $-.249$ ，達到顯著水準 ($P < .001$)。由此可知，「一般教學效能」與「管教問題與人際溝通」呈現顯著負相關。

表 4-18 實習教師效能感與工作壓力之皮爾遜積差相關分析表

	個人教學效能	一般教學效能
工作負荷與生涯角色	-.043	-.145**
管教問題與人際溝通	-.479***	-.249***

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

二、國民中小學實習教師效能感與工作壓力之相關討論

依據 *Pearson* 積差相關結果分析(如表 4-18)討論如下：

(一)國中小實習教師效能感之「個人教學效能」與工作壓力之「工作負荷與生涯角色」沒有關聯，此點與鄧珮秀（民 92）針對台北縣國小教師的研究指出工作壓力與教學效能呈低度負相關不吻合。

(二)國中小實習教師效能感之「個人教學效能」與工作壓力之「管教問題與人際溝通」呈現顯著負相關及國中小實習教師效能感之「一般教學效能」與工作壓力之「工作負荷與生涯角色」呈現顯著負相關，此點和郭峰偉(民 89)研究國中教師工作壓力與教師效能之關係結果吻合。

(三)國中小實習教師效能感之「一般教學效能」與工作壓力之「管教問題與人際溝通」呈現顯著負相關，此點和國外 Greenwood、Olejnik(1988)研究教師工作壓力與學生行為相關達顯著也吻合(資料引自郭峰偉，民 89)。

由以上討論可知，實習教師效能感與工作壓力之相關，與針對國小教師或國中教師之相關研究大致吻合，故本研究也再度驗證了教師之效能與工作壓力間存在顯著的負相關，即支持實習教師若對自己教學能力與自信預期及對理想教師能影響學生的信念，兩者預期信念愈高，則其

工作壓力愈低。

第五節 國民中小學實習教師背景變項、教師效能感對工作壓力之迴歸分析

由 MANOVA 分析結果，發現背景變項中只有實習學校對工作壓力有影響，故本節以實習教師效能感二個層面（個人教學效能、一般教學效能）及教師的「實習學校」個人背景變項等三個因素為預測變項，工作壓力及其二個層面（工作負荷與生涯角色、管教問題與人際溝通）為效標變項，進行逐步多元迴歸分析，以了解各因素之精簡預測變項組合，由表 4-19 及表 4-20 分析藉以回答待答問題四。

一、國民中小學實習教師工作壓力之「工作負荷與生涯角色」層面預測

由表 4-19 中可看出，在預測國民中小學實習教師工作壓力之「工作負荷與生涯角色」層面感受，僅有教師效能感之「一般教學效能」一個預測變項達到顯著水準。其聯合預測力或解釋工作壓力之「工作負荷與生涯角色」層面感受的總變異量為 2.1%，且 β 值為負值，顯示「工作負荷與生涯角色」具有負向的預測功能。

表 4-19 實習教師背景變項與教師效能感預測工作壓力「工作負荷與生涯角色」之逐步多元迴歸分析表

投入變項 順序	多元相關 係數 R	決定係數 R ²	R ² 之增加 值	標準化係數 Beta	F
一般教學 效能	.145	.021	.021	-.145	8.843**

** $p < .01$

二、國民中小學實習教師工作壓力之「管教問題與人際溝通」層面預測

由表 4-20 中可看出，在預測國民中小學實習教師工作壓力之「管教問題與人際溝通」層面感受，有教師效能感之「個人教學效能」、「一般教學效能」等二個預測變項達到顯著水準。其聯合預測力或解釋教師工作壓力之「管教問題與人際溝通」層面感受的總變異量為 29.3%，其中「個人教學效能」對「管教問題與人際溝通」感受的影響最大，可解釋獲預測量為 22.9%，且 β 值為負值，顯示「個人教學效能」具有負向的預測功能；「一般教學效能」變項的 β 值亦具有負向的預測功能。

表 4-20 實習教師背景變項與教師效能感預測工作壓力「管教問題與人際溝通」之逐步多元迴歸分析表

投入變項順序	多元相關係數 R	決定係數 R^2	R^2 之增加值	標準化係數 Beta	F
個人教學效能	.479	.229	.229	-.480	122.474***
一般教學效能	.541	.293	.063	-.252	84.992***

*** $P < .001$

第六節 實習教師效能感與工作感受問卷之開放性問題分析

本節以國中小實習教師效能感與工作感受正式問卷中，最後設計三個開放性問題，希望瞭解實習教師近一年來實習的真實的心裡感受，以補充量化選擇題設計之不足，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 可以簡單寫出為什麼嗎？
- 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。

以上三題開放性問題，由表 4-30 描述統計分析回收情形，並試討論，藉以補充及驗證量化結果。

一、「實習教師效能感與工作感受問卷」開放性問題「這一年教育實習您的感受是？」描述統計分析

由表 4-21 描述統計分析可看出，國中小實習教師感受實習過程最多

的是「快樂」(佔 38.69%)，而其他依次為「有壓力」(26.49%)、「普通」(19.05%)、「壓力很大」(11.90%)及將近一成的是「非常快樂」的(9.52%)。

表 4-21 「實習教師效能感與工作感受問卷」開放性問題第一題描述統計分析表

實習感受	非常快樂	快樂	普通	有壓力	壓力很大
各項目百分比	9.52%	38.69%	19.05%	26.49%	11.90%
排序	5	1	3	2	4

N=336

二、「實習教師教師效能感與工作感受問卷」開放性問題「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？」描述統計分析

由表 4-22 描述統計分析可看出，國中小實習教師感受實習過程有壓力時，舒解壓力方式使用最多的是「找人聊天」(佔 79.17%)，而其他依次為「聽音樂」(39.29%)、「運動」(31.25%)、「閱讀」(28.27%)、散步(19.64%)及其他(13.69%)。

表 4-22 「實習教師教師效能感與工作感受問卷」開放性問題第二題描述統計分析表

舒解壓力方式	聽音樂	運動	閱讀	散步	找人聊天	其他
各項目百分比	39.29%	31.25%	28.27%	19.64%	79.17%	13.69%
排序	2	3	4	5	1	6

N=336

三、「實習教師效能感與工作感受調查問卷」開放性問題統計分析討論

(一)由表 4-21 統計分析可看出，國中小實習教師感受實習過程最多的是「快樂」(佔 38.69%)及「非常快樂」的(9.52%)加起來將近五成，可見一般的實習教師感受愉快，而認為「有壓力」(26.49%)及「壓力很大」(11.90%)者也將近四成，與前節量化實習壓力(M=2.56)屬中等程度情形吻合，壓力主要來自工作繁忙、對未來不確定、人際關係、津貼低等，因題目採開放性填答，有效卷 336 份中，有些實習教師以複選勾答，故各項目百分比加總逾 100%；題目各分項可能原因依實習教師自述與現實狀況頗為符合，歸納如下：

- 1.非常快樂：心理調適佳，能愉快投入實習，並有成就感
- 2.快樂：
 - (1)從學生得到成就感
 - (2)與輔導老師互動良好
 - (3)行政團隊和諧氣氛佳
 - (4)與同儕相處愉快
- 3.普通：
 - (1)行政臨時交辦事項太多
 - (2)學校對實習教師有差別待遇
- 4.有壓力：
 - (1)教師甄試及對未來的不確定性
 - (2)與輔導老師溝通互動不良
 - (3)行政實習工作雜，常不知該做什麼
 - (4)工作繁忙，覺得時間不夠用

(5)津貼過低

5.壓力很大：

(1)面對未來感到非常徬徨

(2)與行政或輔導教師無法配合

(二)由表 4-22 描述統計分析可看出，國中小實習教師感受實習過程有壓力時，舒解壓力方式使用最多的是「找人聊天」(佔 79.17%)，尤其與以前同學最多，再來是與同校實習教師及輔導教師等，而其他依次為「聽音樂」、「運動」、「閱讀」、散步等均可以因此得到支持或放鬆心情，讓情緒緩和效果，而「其他」也佔有 13.69%，由實習教師自述其他部分以睡覺、上網、洗個熱水澡等舒解情緒居多，也有許多人同時採用以上多種方式處理面臨的壓力，一般實習教師認為自己採用以上方法後，效果為「可以放鬆心情，讓情緒獲得舒解與緩和」，可見實習教師能積極調適壓力，讓自己處於較好實習工作狀態。

(三)由實習真實感受開放性問題第三題「您還有心中想訴說的實習感受或建議嗎?請盡情寫出」問卷回收情形良好，意見反應熱烈，茲依其次數多寡順序歸納如下十點：

- 1.應建立更完整的實習制度，才可讓實習教師定位更為清楚
- 2.上級單位缺乏監督的機制，實習品質落差大
- 3.行政實習，各處室應有系統指導計畫，非只淪為打字工
- 4.輔導老師對實習影響教學心態很大，學校應慎選輔導教師
- 5.教師甄試壓力過大，無法全心投入實習工作
- 6.學生的回饋是我們在實習過程中最大的成就與快樂
- 7.建議先通過教師甄試再實習，如此較能全心於實習學習工作

8.由實習經驗瞭解，考試通過並不代表是好老師

9.對實習學校真誠的輔導與照顧，心存感謝

10. 希望上級能多釋放教師名額

由以上陳述整體而言，可見實習教師態度是積極正面的，有心投入實習工作，也瞭解到不管是主管單位或實習輔導學校都還有很多改善的空間，其所提出的看法值得我們共同去思考。

