

國立政治大學教育學院學校行政碩士在職專班

碩士論文

指導教授：王 鍾 和 博士

臺北市公立高中兼任行政職務教師

工作壓力、復原力與憂鬱行為表現之研究

A Study on Work-related Stress, Resilience, and the Presentation of
Depressive Symptoms of Teachers with Additional Administrative
Duties Who Work at Public Senior High Schools in Taipei City

研究生：郭 婷 婷 撰

中華民國 101 年 06 月

謝 辭

終於到了提筆寫謝辭的時候，說真的，心中著實激動，如果說要感謝的人，真的是太多了！

這本論文順利完成，最要感謝的就是恩師 王鍾和教授，從設定研究方向起，老師就一直給予很多指導與鼓勵，老師總是體諒我兼任行政工作的忙碌，盡量地配合我的時間，溫柔又堅定地督促著我完成論文。而每一次和老師晤談完後，總有智慧與心靈都滿滿的感動。另外，感謝我的口試老師 石雅惠教授與 郭俊豪教授，兩位老師花了很多的時間細心審閱這本論文，並在 612 木柵豪大雨，全臺北市都停班停課的時分，仍不辭辛勞的進行論文口試，給我許多專業的建議與指導，讓這篇論文能更加嚴謹完整。

而這一年寫論文的日子里，感謝兩位與我共同研究、奮鬥的好夥伴：秋雅與佩姿。我們一起攜手走過這辛苦的一年，不論是找文獻、研究統計、分享討論，因為有你們，讓我在這一路上有人砥礪，不覺孤單！也感謝徹鵬的技術指導，讓對數字極度恐慌的我，竟然會算統計了！

來政大最大的收穫，就是認識了政大學行碩第十一屆全班同學！謝謝你們陪我走過這風風雨雨又多變化的三年。在學行碩的第一年，我甫卸下行政工作，回任專任教師；第二年就幸運考上臺北市中正高中，也重回兼任行政的行列。一到新的學校就擔任行政工作，有很多的辛苦，但因為有你們給了我很大的支持與鼓勵，讓我能順利度過低潮，也順利完成論文。謝謝天霽的溫馨接送情，讓我總能悠悠哉哉地享有專車上學的福利；謝謝馬姐溫暖的關懷，上課的精神不濟總能被你沖的咖啡香喚醒。感謝匡姊姊、美慧、文斐三位好姊姊的陪伴，在每一次心情不好時給我最即時的安慰。

另外要感謝在學校行政工作給予提攜指導的范陽慶主任，使我在訓育組長的工作上磨練了四年的時光，體悟到原來做好學校行政人員的價值不輸給當一位好老師，亦讓我因此有了報考政大學校行政碩士在職專班的動力，有了如此豐富的學習經驗。

感謝我親如手足的好友們：吟芳、慧華、淑嬪、螞蟻、雅真，感謝你們體諒我課業、工作、家庭三頭燒的忙碌，給我靜靜與安定的支持，總在我回首想找個依靠時，永遠敞開臂膀給我大大的擁抱。這一路我們一起經歷過許多人生的改變甚至是風暴，慶幸我們都平安，也更有勇氣去面對未來的人生。

最要感謝的是我親愛的家人們，謝謝你們對我的愛與支持，對於我的倔強與固執，你們總是給予我無限的包容。在我累了、倦了的時分，給我最溫暖的守候。這本論文的撰寫過程中，我們團結挺過爸爸的心臟手術，在手術房外我們邊等著手術結果，邊陪著我趕完論文計畫，你們是我最重要的靠山，因為有你們，我才有健康的復原力從挫折中再站起來，迎向更多人生的挑戰。

謹將這份小小的成就與一路上幫助過我的人分享。

婷婷 謹誌

2012 年 6 月

摘要

本研究旨在探討臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力、復原力與憂鬱行為表現之關係，以臺北市公立高中兼任行政職務教師 279 人為研究對象，採用「臺北市高職兼任行政職務教師工作壓力量表」、「成人復原力量表」及「柯氏憂鬱量表」等研究工具，經以描述性統計、獨立樣本 t 檢定、單因子變異數分析、雪費法事後比較、皮爾遜積差相關、多元逐步迴歸分析、層次迴歸分析等統計方法進行資料分析。主要研究結果如下：

1. 臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力屬中下程度；復原力屬中上程度；有 39.1% 有輕度以上憂鬱行為表現。
2. 30 歲以下兼任行政職務教師的憂鬱行為表現顯著高於 41 歲以上者。
3. 師範院校畢業兼任行政職務教師的憂鬱行為表現顯著高於研究所以上畢業者。
4. 兼任行政職務 6 至 10 年與 11 至 15 年教師整體復原力顯著高於兼任行政職務 1 至 2 年者。兼任行政職務 1 至 2 年教師的憂鬱行為表現顯著高於 6 至 10 年者。
5. 兼任主任教師的整體復原力顯著高於兼任組長者。兼任組長教師的憂鬱行為表現顯著高於兼任主任者。
6. 已婚兼任行政職務教師整體復原力顯著高於未婚者。
7. 子女數 2 人以上兼任行政職務教師整體復原力顯著高於無子女者。
8. 學校規模 51 班兼任行政職務教師整體工作壓力顯著高於 31 至 50 班者。
9. 臺北市公立高中兼任行政職務教師整體工作壓力與憂鬱行為表現間有顯著中度正相關的關係。整體復原力與憂鬱行為表現間有顯著低度負相關的關係。
10. 專業知能工作壓力與個人強度復原力最能有效預測臺北市公立高中兼任行政職務教師的憂鬱行為表現。
11. 臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力能在工作壓力與憂鬱行為表現間扮演調節作用。

本研究依上述各項結果加以討論，並提出數點建議，以供後續相關實務工作及研究的參考。

關鍵詞：工作壓力、復原力、憂鬱行為表現、兼任行政職務教師

ABSTRACT

This study aims to investigate the correlation among work-related stress, resilience and the presentation of depressive symptoms of teachers with additional administrative duties who work at public senior high schools in Taipei city. The subjects of the study are 279 teachers with additional administrative duties who work in public senior high schools in Taipei city (referred to as “such teachers” hereafter). Research instruments include 「Quantitative Investigation on Presence of Job Stress」, 「Resilience Scale for Adults」, 「Ko Depression Inventory」. Data collected is analyzed using descriptive statistics, independent sample t-test, one-way ANOVA, Scheffé method、Pearson's correlation analysis, multiple stepwise regression analysis and hierarchical regression analysis. The main results are listed here.

1. Such teachers' work-related stress is in the lower-medium level. Their resilience is in the high-medium level. 39.1% of them show minor or more serious depressive symptoms.
2. There are significantly more such teachers under the age of 30 who show depressive symptoms than those over the age of 41.
3. There are significantly more such teachers with college/university diploma who show depressive symptoms than those with a master's degree or a higher academic qualification.
4. Resilience shown by such teachers who has been in administrative posts for 6 to 10 years and 11 to 15 years is significantly stronger than those who has only been in their administrative posts for 1 to 2 years. Those who have only been in their administrative posts for 1 to 2 years show significantly more depressive symptoms than those who have been in their administrative posts for 6 to 10 years.
5. Overall, such teachers who are directors show stronger resilience than such teacher who are section chiefs. On the other hand, such teachers who are section chiefs show more depressive symptoms than those who are directors.
6. Such teachers who are married show significantly better resilience than those who are single.
7. Such teachers who have more than 2 children show significantly better resilience than those who have none.
8. Such teachers working at schools with 51 or more classes experience significantly more work-related stress than those working at schools with 31 to 50 classes.
9. There is a significant medium correlation between work-related stress experienced by such teachers and the presentation of their depressive symptoms. There is a significant low negative correlation between overall resilience and the presentation

of their depressive symptoms.

10. Work-related stress resulting from insufficient professional knowledge and the strength of personal resilience are the best indicators for the presentation of such teacher's depressive symptoms.
11. Resilience of such teachers can effectively moderate work-related stress and depressive symptoms.

This study discusses the above-mentioned results and offers several suggestions for the reference of relevant practical work and further studies.

Keywords: work-related stress, resilience , presentation of depressive symptoms , teachers with additional administrative duties



目 錄

第一章 緒論.....	1
第一節 研究動機與目的	1
第二節 研究問題與假設	9
第三節 重要名詞解釋	14
第二章 文獻探討	17
第一節 工作壓力	17
第二節 復原力	36
第三節 憂鬱行為表現	47
第四節 工作壓力、復原力及憂鬱行為表現	56
第三章 研究方法	59
第一節 研究架構	59
第二節 研究對象	60
第三節 研究工具	62
第四節 實施程序	65
第五節 資料處理與分析	67
第四章 研究結果	73
第一節 臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力、復原力與憂鬱行為表現之現況	73
第二節 不同背景變項臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力、復原力與憂鬱行為表現之差異	76
第三節 臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力、復原力與憂鬱行為表現之關係	104
第四節 臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現之預測	129

第五節 臺北市公立高中兼任行政職務教師復原力對其工作壓力與憂鬱行為表現間的調節作用	149
第五章 討論.....	169
第一節 臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力、復原力與憂鬱行為表現概況的討論	169
第二節 不同背景變項臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力、復原力與憂鬱行為表現差異的討論	172
第三節 臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力、復原力與憂鬱行為表現關係的討論	179
第四節 臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現預測力的討論	189
第五節 臺北市公立高中兼任行政職務教師復原力對工作壓力與憂鬱行為表現調節作用的討論	196
第六章 結論與建議	201
第一節 結論	201
第二節 建議	210
參考文獻.....	215
中文部分	215
英文部分	221
附錄.....	223
臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力與身心調適現況調查表	223

表 目 錄

表 2-1 國內外學者對「工作壓力」之定義	17
表 2-2 國內兼任行政職務教師工作壓力相關研究一覽表	19
表 2-3 「性別」與工作壓力的研究發現一覽表	21
表 2-4 「年齡」與工作壓力的研究發現一覽表	22
表 2-5 「教育程度」與工作壓力的研究發現一覽表	24
表 2-6 「服務年資」與工作壓力的研究發現一覽表	26
表 2-7 「兼任行政年資」與工作壓力的研究發現一覽表	28
表 2-8 「兼任職務」與工作壓力的研究發現一覽表	30
表 2-9 「婚姻狀況」與工作壓力的研究發現一覽表	32
表 2-10 「學校規模」與工作壓力的研究發現一覽表	33
表 2-11 國內外學者對「復原力」之定義	36
表 2-12 「復原力」特質整理一覽表	38
表 2-13 國內教育工作者復原力相關研究一覽表	39
表 2-14 「性別」與復原力的研究發現一覽表	40
表 2-15 「年齡」與復原力的研究發現一覽表	41
表 2-16 「教育程度」與復原力的研究發現一覽表	42
表 2-17 「服務年資」與復原力的研究發現一覽表	43
表 2-18 「婚姻狀況」與復原力的研究發現一覽表	44
表 2-19 「學校規模」與復原力的研究發現一覽表	45
表 2-20 國內外學者對「憂鬱」之定義	47
表 2-21 國內教師憂鬱行為表現相關研究一覽表	49
表 2-22 「性別」與憂鬱行為表現的研究發現一覽表	50
表 2-23 「年齡」與憂鬱行為表現的研究發現一覽表	51
表 2-24 「教育程度」與憂鬱行為表現的研究發現一覽表	52
表 2-25 「服務年資」與憂鬱行為表現的研究發現一覽表	53
表 2-26 「婚姻狀況」與憂鬱行為表現的研究發現一覽表	54
表 2-27 「學校規模」與憂鬱行為表現的研究發現一覽表	54
表 2-28 「兼任職務」與憂鬱行為表現的研究發現一覽表	55
表 2-29 工作壓力與憂鬱行為表現相關研究一覽表	56
表 3-1 臺北市高中兼任行政職務授課節數與主管薪資加級一覽表	60
表 3-2 臺北市公立高中兼任行政職務教師一覽表	61
表 3-3 工作壓力量表相關資料	63
表 3-4 成人復原力量表相關資料	64
表 3-5 本研究問題、假設與統計分析方法一覽表	67
表 4-1 臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力量表敘述性統計表	73
表 4-2 臺北市公立高中兼任行政職務教師復原力量表敘述性統計表	74

表 4-3 臺北市公立高中兼任行政職務教師柯氏憂鬱量表敘述性統計表	75
表 4-4 性別不同兼任行政職務教師工作壓力量表統計摘要表	76
表 4-5 性別不同兼任行政職務教師復原力量表統計摘要表	77
表 4-6 性別不同兼任行政職務教師柯氏憂鬱量表統計摘要表	77
表 4-7 年齡不同兼任行政職務教師工作壓力量表平均數與標準差	78
表 4-8 年齡不同兼任行政職務教師工作壓力量表變異數分析摘要表	78
表 4-9 年齡不同兼任行政職務教師復原力量表平均數與標準差	79
表 4-10 年齡不同兼任行政職務教師復原力量表變異數分析摘要表	80
表 4-11 年齡不同兼任行政職務教師柯氏憂鬱量表平均數與標準差	80
表 4-12 年齡不同兼任行政職務教師柯氏憂鬱量表變異數分析摘要表	81
表 4-13 教育程度不同兼任行政職務教師工作壓力量表平均數與標準差	81
表 4-14 教育程度不同兼任行政職務教師工作壓力量表變異數分析摘要表	82
表 4-15 教育程度不同兼任行政職務教師復原力量表平均數與標準差	82
表 4-16 教育程度不同兼任行政職務教師工作壓力量表變異數分析摘要表	83
表 4-17 教育程度不同兼任行政職務教師憂鬱行為表現平均數與標準差	83
表 4-18 教育程度不同兼任行政職務教師憂鬱行為表現變異數分析摘要表	84
表 4-19 服務年資不同兼任行政職務教師工作壓力量表平均數與標準差	84
表 4-20 服務年資不同兼任行政職務教師工作壓力量表變異數分析摘要表	85
表 4-21 服務年資不同兼任行政職務教師復原力量表平均數與標準差	86
表 4-22 服務年資不同兼任行政職務教師復原力量表變異數分析摘要表	86
表 4-23 服務年資不同兼任行政職務教師柯氏憂鬱量表平均數與標準差	87
表 4-24 服務年資不同兼任行政職務教師柯氏憂鬱量表變異數分析摘要表	87
表 4-25 兼任行政職務年資不同教師工作壓力量表平均數與標準差	87
表 4-26 兼任行政職務年資不同教師工作壓力量表變異數分析摘要表	88
表 4-27 兼任行政職務年資不同教師復原力量表平均數與標準差	89
表 4-28 兼任行政職務年資不同教師復原力量表變異數分析摘要表	89
表 4-29 兼任行政職務年資不同教師柯氏憂鬱量表平均數與標準差	90
表 4-30 兼任行政職務年資不同教師柯氏憂鬱量表變異數分析摘要表	90
表 4-31 兼任行政職務不同教師工作壓力量表統計摘要表	91
表 4-32 兼任行政職務不同教師復原力量表統計摘要表	91
表 4-33 兼任行政職務不同教師柯氏憂鬱量表統計摘要表	92
表 4-34 婚姻狀況不同兼任行政職務教師工作壓力量表統計摘要表	92
表 4-35 婚姻狀況不同兼任行政職務教師復原力量表統計摘要表	93
表 4-36 婚姻狀況不同兼任行政職務教師柯氏憂鬱量表統計摘要表	93
表 4-37 子女數不同兼任行政職務教師工作壓力量表平均數與標準差	94
表 4-38 子女數不同兼任行政職務教師工作壓力量表變異數分析摘要表	94
表 4-39 子女數不同兼任行政職務教師復原力量表平均數與標準差	95
表 4-40 子女數不同兼任行政職務教師復原力量表變異數分析摘要表	96

表 4-41 子女數不同兼任行政職務教師柯氏憂鬱量表平均數與標準差	96
表 4-42 子女數不同兼任行政職務教師柯氏憂鬱量表變異數分析摘要表	96
表 4-43 學校規模不同兼任行政職務教師工作壓力量表統計摘要表	97
表 4-44 學校規模不同兼任行政職務教師復原力量表統計摘要表	98
表 4-45 學校規模不同兼任行政職務教師柯氏憂鬱量表統計摘要表	98
表 4-46 學校類別不同兼任行政職務教師工作壓力量表統計摘要表	99
表 4-47 學校類別不同兼任行政職務教師復原力量表統計摘要表	100
表 4-48 學校類別不同兼任行政職務教師柯氏憂鬱量表統計摘要表	100
表 4-49 臺北市公立高中兼任行政職務教師背景變項不同之工作壓力差異一覽 表	101
表 4-50 臺北市公立高中兼任行政職務教師背景變項不同之復原力差異一覽表	102
表 4-51 臺北市公立高中兼任行政職務教師背景變項不同憂鬱行為表現差異一 覽表	103
表 4-52 性別不同兼任行政職務教師工作壓力與憂鬱行為表現相關係數	104
表 4-53 年齡不同兼任行政職務教師工作壓力與憂鬱行為表現相關係數	105
表 4-54 教育程度不同兼任行政職務教師工作壓力與憂鬱行為表現相關係數	106
表 4-55 服務年資不同兼任行政職務教師工作壓力與憂鬱行為表現相關係數	107
表 4-56 兼任行政職務年資不同教師工作壓力與憂鬱行為表現相關係數	109
表 4-57 兼任行政職務不同教師工作壓力與憂鬱行為表現相關係數	110
表 4-58 婚姻狀況不同兼任行政職務教師工作壓力與憂鬱行為表現相關係數	111
表 4-59 子女數不同兼任行政職務教師工作壓力與憂鬱行為表現相關係數 ...	112
表 4-60 學校規模不同兼任行政職務教師工作壓力與憂鬱行為表現相關係數	113
表 4-61 學校類別不同兼任行政職務教師工作壓力與憂鬱行為表現相關係數	114
表 4-62 性別不同兼任行政職務教師復原力與憂鬱行為表現相關係數	115
表 4-63 年齡不同兼任行政職務教師復原力與憂鬱行為表現相關係數	116
表 4-64 教育程度不同兼任行政職務教師復原力與憂鬱行為表現相關係數 ...	117
表 4-65 服務年資不同兼任行政職務教師復原力與憂鬱行為表現相關係數 ...	118
表 4-66 兼任行政職務年資不同教師復原力與憂鬱行為表現相關係數	119
表 4-67 兼任行政職務不同教師復原力與憂鬱行為表現相關係數	120
表 4-68 婚姻狀況不同兼任行政職務教師復原力與憂鬱行為表現相關係數 ...	121
表 4-69 子女數不同兼任行政職務教師復原力與憂鬱行為表現相關係數	122
表 4-70 學校規模不同兼任行政職務教師復原力與憂鬱行為表現相關係數 ...	123
表 4-71 學校類別不同兼任行政職務教師復原力與憂鬱行為表現相關係數 ...	124
表 4-72 臺北市公立高中不同背景變項兼任行政職務教師工作壓力與憂鬱行為 表現顯著相關一覽表	126
表 4-73 臺北市公立高中不同背景變項兼任行政職務教師復原力與憂鬱行為表 現顯著相關一覽表	128

表 4-74 臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表	129
表 4-75 臺北市公立高中兼任行政職務教師復原力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表	130
表 4-76 臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表	130
表 4-77 男性兼任行政職務教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表	131
表 4-78 女性兼任行政職務教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表	131
表 4-79 30 歲以下兼任行政職務教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表	132
表 4-80 31 至 40 歲兼任行政職務教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表	132
表 4-81 41 歲以上兼任行政職務教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表	133
表 4-82 師範院校畢業兼任行政職務教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表	133
表 4-83 一般大學畢業兼任行政職務教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表	134
表 4-84 研究所以上兼任行政職務教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表	134
表 4-85 年資 3 年以下兼任行政職務教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表	135
表 4-86 年資 4 至 6 年兼任行政職務教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表	135
表 4-87 年資 7 至 10 年兼任行政職務教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表	136
表 4-88 年資 11 至 15 年兼任行政職務教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表	136
表 4-89 年資 16 至 20 年兼任行政職務教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表	137
表 4-90 年資 21 年以上兼任行政職務教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表	137
表 4-91 兼任行政職務 1 至 2 年教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表	138
表 4-92 兼任行政職務 3 至 5 年教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表	138

表 4-93 兼任行政職務 6 至 10 年教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現 逐步迴歸分析摘要表	138
表 4-94 兼任行政職務 11 至 15 年教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現 逐步迴歸分析摘要表	139
表 4-95 兼任行政職務 16 年以上教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現 逐步迴歸分析摘要表	139
表 4-96 兼任主任職務教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸 分析摘要表	140
表 4-97 兼任組長職務教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸 分析摘要表	140
表 4-98 未婚兼任行政職務教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐步 迴歸分析摘要表	141
表 4-99 已婚兼任行政職務教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐步 迴歸分析摘要表	141
表 4-100 無子女兼任行政職務教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐 步迴歸分析摘要表	142
表 4-101 子女數為一人兼任行政職務教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為 表現逐步迴歸分析摘要表	142
表 4-102 子女數為二人以上兼任行政職務教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱 行為表現逐步迴歸分析摘要表	143
表 4-103 學校規模 31 至 50 班兼任行政職務教師工作壓力與復原力各層面對憂 鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表	143
表 4-104 學校規模 51 班以上兼任行政職務教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱 行為表現逐步迴歸分析摘要表	144
表 4-105 普通高中兼任行政職務教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現 逐步迴歸分析摘要表	144
表 4-106 完全中學兼任行政職務教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現 逐步迴歸分析摘要表	145
表 4-107 不同背景變項兼任行政職務教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為 表現逐步迴歸分析摘要表	148
表 4-108 兼任行政職務教師工作壓力、復原力及憂鬱行為表現階層迴歸分析摘 要表	149
表 4-109 男性兼任行政職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階層迴歸摘 要表	150
表 4-110 女性兼任行政職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階層迴歸摘 要表	150
表 4-111 30 歲以下兼任行政職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階層迴 歸摘要表	151

表 4-112 31 至 40 歲兼任行政職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階層 迴歸摘要表	152
表 4-113 41 歲以上兼任行政職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階層迴 歸摘要表	152
表 4-114 師範院校畢業兼任行政職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階 層迴歸摘要表	153
表 4-115 一般大學畢業兼任行政職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階 層迴歸摘要表	153
表 4-116 研究所以上畢業兼任行政職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現 階層迴歸摘要表	154
表 4-117 服務年資 3 年以下兼任行政職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表 現階層迴歸摘要表	154
表 4-118 服務年資 4 至 6 年兼任行政職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表 現階層迴歸摘要表	155
表 4-119 服務年資 7 至 10 年兼任行政職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表 現階層迴歸摘要表	155
表 4-120 服務年資 11 至 15 年兼任行政職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為 表現階層迴歸摘要表	156
表 4-121 服務年資 16 至 20 年兼任行政職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為 表現階層迴歸摘要表	156
表 4-122 服務年資 21 年兼任行政職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階 層迴歸摘要表	157
表 4-123 兼任行政職務 1 至 2 年教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階層迴 歸摘要表	157
表 4-124 兼任行政職務 3 至 5 年教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階層迴 歸摘要表	158
表 4-125 兼任行政職務 6 至 10 年教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階層迴 歸摘要表	158
表 4-126 兼任行政職務 11 至 15 年教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階層 迴歸摘要表	159
表 4-127 兼任行政職務 16 年以上教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階層迴 歸摘要表	159
表 4-128 兼任主任職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階層迴歸摘要表	160
表 4-129 兼任組長職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階層迴歸摘要表	160
表 4-130 未婚兼任行政職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階層迴歸摘 要表	161

表 4-131 已婚兼任行政職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階層迴歸摘要表	161
表 4-132 無子女兼任行政職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階層迴歸摘要表	162
表 4-133 子女數 1 人兼任行政職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階層迴歸摘要表	162
表 4-134 子女數 2 人兼任行政職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階層迴歸摘要表	163
表 4-135 31 至 50 班兼任行政職務教之工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階層迴歸摘要表	164
表 4-136 51 班以上兼任行政職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階層迴歸摘要表	164
表 4-137 普通高中兼任行政職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階層迴歸摘要表	165
表 4-138 完全中學兼任行政職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階層迴歸摘要表	165
表 4-139 不同背景變項之兼任行政職務教師復原力對工作壓力與憂鬱行為表現調節作用一覽表	167





圖 目 錄

圖 3-1 研究架構圖 59



第一章 緒論

第一節 研究動機與目的

壹、研究動機

臺北市教師會、臺北市教師職業工會委託臺灣教育研究中心，於教師節前夕進行「2011 臺北市教師憂鬱傾向」調查，以深入瞭解老師們的壓力與憂鬱傾向，結果顯示：壓力負荷已達臨界點的教師高達 43%，而憂鬱傾向已達建議應找專業機構或醫療單位協助、甚至診療的教師達 36%。而教師們的壓力源，超過六成以上來自「家長的態度」(63%)和「教育政策」(60%)。不過教師們對於「學校行政人員的態度」明顯比以往較無負向情緒反應。臺北市教師會認為此與臺北市校園民主逐漸落實，學校行政人員較落實服務而非官僚精神有關。也就是學校行政人員的角色是「服務」性質。但是學校行政人員除具備公務人員資格的幹事、總務處的組長外，其餘行政工作皆是由教師兼任；如果臺北市教師因工作壓力非常憂鬱，那同時需兼任行政職務來「服務」的老師，憂鬱指數又會是多少？

根據鄭同僚(2006)以臺北市 20 所公立高中研究顯示，兼任行政職務教師自民國 89-91 三年的平均任期只有 1.6 年，所有組長平均任職年數只有 1.5 年，尤其以註冊組長、訓育組長與衛生組長留職率最低，平均任職年數僅 1.3 年。其中年年換訓育組長與衛生組長的學校皆高達 10 所。根據中國時報報導指出教師兼任行政工作異動原因以業務量太重(86%)、壓力太大及工作時間太長(75%)為主。為何臺北市公立高中校內兼任行政職務老師替換率如此高，是否因大家皆明白兼任行政職務的工作壓力更甚於一般教師？

國內高中職兼任行政職務教師的工作壓力感受程度究竟如何？雖然有些研究發現，國內高中職兼任行政職務教師的工作壓力在中等程度以上（鄭秀女，2005；鄭洸鍵，2005），但有些研究則得知國內高中職兼任行政職務教師的工作壓力只有中等的程度（林淑芬，2001；李慧雯，2009；簡茆法，2010；蘇清山，2010），甚至有些學者獲得工作壓力只有中等以下程度的結果（鄭百芬，2003；高國慶，2005；宋冠瑩，2006；徐淑玲，2007）；然而吳慧慎(2006)卻研究發現兼任行政職務教師的工作壓力達到高等程度。面對上述研究結果的不一致，究竟國內高中職兼任行政職務教師的工作壓力程度如何？研究者認為有再探討、予以確認的必要。

工作壓力可適度激發人的潛能，面對環境中的困境時，個體本身所應運而生之正向性及積極性的反應，發展出正向調適的因應策略，而不被挫折、

壓力給擊潰，這種自我回復的力量，就是復原力。復原力可以紓解工作壓力的影響，而目前高中兼任行政職務教師的復原力如何呢？目前相關研究皆發現國內教育工作者的復原力在中上程度（王淑蓉，2009；王淑女，2011；王鴻裕，2011；邱惠娟，2010；陳宜娜，2010；鄒家芸，2011）。但是這些研究卻無法具體推測與解釋高中兼任行政職務教師的復原力概況。究竟臺北市公立高中兼任行政職務教師復原力的概況如何，則成為本篇研究極為想探討的議題之一。

「憂鬱」在當前社會是一種常見的文明病，因後天環境影響而產生憂鬱行為表現的人數年年攀升。根據前述，臺北市教師會所做的研究指出，臺北市教師的憂鬱傾向已達到應找專業機構或醫療單位協助、甚至診療的教師高達36%。整理目前國內相關文獻，有些研究顯示國內教師的心理健康良好，約有六成以上並無憂鬱傾向（羅文興，2006；黃千瑛，2007）；甚至有些研究發現約有八成以上的教師並無憂鬱傾向（蔡享呈，2007；余民寧、陳柏霖、許嘉家，2010）；陳宜芬(2010)曾針對高雄市國小教師進行研究，結果發現教師的心理健康屬於良好者其實僅有42.4%，而已達到臨界憂鬱與高憂鬱傾向者已高達23.1%；張禎容(2010)亦針對臺北市高中職教師進行相關研究亦顯示，其中心理健康者僅有47%，已達到臨界憂鬱與高憂鬱傾向者甚至高達26%。因為上述研究所得結果並不一致，研究者認為有再確認的必要。且目前尚未有以臺北市公立高中兼任行政職務教師為對象的研究，因而無法得知臺北市公立高中兼任行政職務教師的心理健康狀態是否良好，是否會因兼任行政工作的壓力而導致有憂鬱的行為表現？此亦成為本篇研究極欲探究的問題之一。

因此，依據以上所述，了解臺北市公立高中兼任行政職務教師所感受到的工作壓力程度、復原力的概況及其憂鬱行為表現的趨勢，則成為本篇研究的首要動機。

根據過去國內關於工作壓力、復原力及憂鬱相關研究發現，因為不同背景變項（性別、年齡、教育程度、服務年資、兼任行政年資、婚姻狀況、子女數、兼任職務、學校規模、學校類別）的影響，教師的工作壓力、復原力及憂鬱行為表現也會有所差異。茲將相關研究發現分述如下：

在「工作壓力」方面，以「性別」來說，雖然許多研究發現性別不同的兼任行政職務之高中職教師的工作壓力感受並無顯著差異（林淑芬，2001；鄭百芬，2003；高國慶，2005；鄭秀女，2005；鄭洸鍵，2005；吳慧慎，2006；李慧雯，2009；蘇清山，2010）；但亦有部分研究獲知女性兼任行政職務的高中職教師，所感受到的工作壓力，顯著高於男性兼任行政職務的教師（宋冠瑩，2006；徐淑玲，2007；簡茆法，2010）。以「年齡」來說，雖然大部

分的研究發現，年齡不同的兼任行政職務之高中職教師的工作壓力感受，皆有顯著差異；其中，40歲以下者所感受到的工作壓力較其他年齡層高（林淑芬，2001；鄭百芬，2003；鄭洸鍵，2005；宋冠瑩，2006；李慧雯，2009；徐淑玲，2007）；但亦有部分研究顯示，年齡不同之兼任行政職務的高中職教師，所感受到的工作壓力並未見顯著差異存在（高國慶，2005；鄭秀女，2005；吳慧慎，2006；簡茆法，2010；蘇清山，2010）。以「教育程度」來說，多數研究發現，兼任行政職務之高中職教師的工作壓力，並不會因教育程度的不同，而有顯著差異（林淑芬，2001；鄭百芬，2003；高國慶，2005；宋冠瑩，2006；李慧雯，2009；簡茆法，2010；蘇清山，2010）；但徐淑玲(2007)卻研究發現，教育背景不同之高中職兼任行政職務教師，感受到的工作壓力有顯著差異存在。

以「服務年資」來說，許多研究均發現，服務年資不同之高中職兼任行政職務教師，在工作壓力感受上有顯著差異（鄭百芬，2003；宋冠瑩，2006；徐淑玲，2007；蘇清山，2010；簡茆法，2010）；但仍有部分研究發現服務年資的不同，並不會對兼任行政職務者的工作壓力感受，產生顯著性影響（鄭秀女，2005；吳慧慎，2006）。以「兼任行政年資」來說，有些研究發現兼任行政職務年資短者，其壓力的感受上大於兼任行政職務年資久者（林淑芬，2001；鄭百芬，2003；宋冠瑩，2006；李慧雯，2009；蘇清山，2010）；但仍有部分研究發現兼任行政年資的不同，教師所感受到的工作壓力，並無顯著差異存在（高國慶，2005；吳慧慎，2006；徐淑玲，2007；簡茆法，2010）。以「兼任職務」來說，雖然許多研究發現兼任職務不同之高中職兼任行政職務教師，所感受到的工作壓力，有顯著差異存在（林淑芬，2001；宋冠瑩，2006；徐淑玲，2007；李慧雯，2009），但亦有部分研究顯示，兼任行政職務的高中職教師，所感受到的工作壓力，並無顯著差異存在（鄭百芬，2003；簡茆法，2010；蘇清山，2010）。

以「婚姻狀況」來說，多數研究均發現婚姻狀況不同的高中職兼任行政職務教師的工作壓力，無顯著差異存在（鄭秀女，2005；宋冠瑩，2006；吳慧慎，2006；李慧雯，2009；簡茆法，2010；蘇清山，2010），但亦有部分研究發現，婚姻狀況不同的高中職兼任行政職務教師的工作壓力，有顯著差異存在（林淑芬，2001；鄭百芬，2003；徐淑玲，2007）。

以「學校規模」來說，大部分研究均發現，學校規模不同的高中職兼任行政職務教師的工作壓力，並無顯著差異存在（林淑芬，2001；鄭百芬，2003；高國慶，2005；吳慧慎，2006；徐淑玲，2007；李慧雯，2009；蘇清山，2010），但亦有部份研究發現，學校規模不同的兼任行政職務高中職教師的工作壓力，有顯著差異存在（鄭洸鍵，2005；宋冠瑩，2006）。在「學校類別」方面，臺北市的公立高中分為僅招收高中生的「普通高中」及學校中有國中部與高

中部兩學制並行的「完全中學」兩類。「普通高中」與「完全中學」的兼任行政職務教師的工作壓力，是否有顯著差異存在？目前文獻中僅蘇清山(2010)針對高雄市高中職兼任行政職務教師所做的研究中納入普通高中與完全中學在背景變項中進行探討，其研究發現「學校類型不同的兼任行政職務教師，其工作壓力間無顯著差異存在。」可否依此推論臺北市公立普通高中與完全中學兼任行政職務教師的工作壓力差異狀況，有待商榷。因此本研究擬以「學校類別-普通高中、完全中學」為一環境背景變項，探討在臺北市高中兼任行政職務之教師的工作壓力是否會因學校類別不同而有差異存在。

根據上述研究，在不同的「背景變項」下（性別、年齡、教育程度、服務年資、兼任行政職務年資、婚姻狀況、兼任職務、學校規模），兼任行政職務教師的工作壓力，並未獲得一致性的結果，或是研究結果與教育現場頗有出入，因此研究者認為有再確認的必要。

在「復原力」方面，以「性別」來說，雖然有些研究發現性別不同教育工作者的復原力表現，並無顯著差異存在（蕭如怡，2010；王淑女，2011；梁寶苓，2011；鄒家芸，2011）。唯王鴻裕(2011)研究發現，男性教育工作者的復原力表現顯著高於女性，但其他學者卻研究發現，女性教育工作者的復原力顯著高於男性（王淑蓉，2009；邱惠娟，2010）。以「年齡」來說，除了王鴻裕(2011)的研究發現，年齡不同國小校長的復原力有顯著差異外，其餘研究皆獲得年齡不同教育工作者的復原力表現並無顯著差異存在的結果（王淑蓉，2009；蕭如怡，2010；梁寶苓，2011；鄒家芸，2011）。以「服務年資」來說，除王淑女(2011)研究發現，服務年資不同之教育工作者的復原力表現，有顯著差異外，其他研究均發現服務年資不同之教師的復原力表現，並無顯著差異存在（王淑蓉，2009；蕭如怡，2010；梁寶苓，2011；鄒家芸，2011）。

以「婚姻狀況」來說，雖然有些研究發現婚姻狀況不同之教育工作者的復原力表現，並無顯著差異存在（王淑女，2011；鄒家芸，2011；梁寶苓，2011）。但仍有部分研究發現，不同婚姻狀況教育工作者的復原力表現有顯著差異存在（蕭如怡，2010；王淑蓉，2009；王鴻裕，2011）。以「子女數」來說，蕭如怡(2010)研究發現，「有子女」教育工作者的復原力顯著高於「無子女」者。但王淑蓉(2009)卻發現國小教師的復原力並不會因子女數的不同，而有顯著差異存在。

以「學校規模」來說，雖然有些研究發現學校規模不同教師整體復原力的表現有顯著差異存在（王淑蓉，2009；梁寶苓，2011）；但亦有研究指出規模不同學校教師整體復原力的表現，並無顯著差異存在（王淑女，2010；王鴻銘，2010；鄒家芸，2011）。

以「教育程度」來說，目前相關研究結果皆為教育程度不同的教育工作者在整體復原力表現並無顯著差異存在（王淑蓉，2009；蕭如怡，2010；王淑女，2011；梁寶苓，2011；鄒家芸，2011）。但相關文獻中卻無以臺北市公立高中兼任行政職務教師為對象之研究，因此無法知道臺北市公立高中兼任行政職務教師其復原力與背景變項相關為何。

因此，根據上述相關研究發現，不同背景變項，如性別、年齡、服務年資、婚姻狀況、子女數及學校規模、教育程度的教育工作者復原力表現，至今尚未獲得一致性結論，或無以高中教師為對象的研究，因此無法得知臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力表現的差異，研究者認為有再確認的必要，此為研究者另一極感興趣，想予以探討的重點。

在「憂鬱行為表現」方面，以「性別」來說，雖然大多數研究皆顯示性別不同教師的憂鬱行為表現，並無顯著差異存在（羅文興，2006；黃千瑛，2007；蔡享呈，2007；陳信宜，2008；馮美珠，2008；陳宜芬，2010；張禎容，2010）；但余民寧、陳柏霖與許嘉家(2010)卻發現，性別不同教師的憂鬱傾向，已達顯著差異；女性教師在情緒向度上的憂鬱行為表現高於男性教師。以「年齡」來說，大多數的研究結果均顯示不同年齡教師的憂鬱表現，並無顯著差異（黃千瑛，2007；陳信宜，2008；馮美珠，2008；陳宜芬，2010；張禎容，2010）；但羅文興(2006)及余民寧等人(2010)的研究卻皆發現40歲以下的教師其憂鬱表現較其他年齡層高。以「教育程度」來說，大多數研究皆顯示教育程度不同教師的憂鬱行為表現，並無顯著差異存在（羅文興，2006；陳信宜，2008；余民寧等人，2010；陳宜芬，2010；張禎容，2010）；但黃千瑛(2007)的研究卻發現，教育程度不同教師的憂鬱行為表現有顯著差異存在，大學畢業者的憂鬱程度高於研究所以以上者。以「服務年資」來說，雖然大多數研究皆指出，服務年資不同教師的整體憂鬱行為表現，並無顯著差異（羅文興，2006；黃千瑛，2007；陳信宜，2008；馮美珠，2008），但陳宜芬(2010)卻發現服務年資不同教師的憂鬱行為表現有顯著差異存在，服務年資滿25年以上國小教師的憂鬱行為表現，高於服務5至14年者；張禎容(2010)的研究亦發現服務年資不同之臺北市高中職教師的憂鬱行為表現，有顯著差異，年資較輕教師的憂鬱行為表現，顯著高於年資較深者。

因此，根據以上所述結果，不同背景變項，如性別、教育程度、服務年資等教師的憂鬱行為表現，至今尚未獲得一致性的結論，研究者認為有針對這些變項對憂鬱行為表現的影響，再行確認的必要。

總之，根據上述研究結果發現，不同的背景變項（性別、年齡、教育程度、服務年資、兼任行政年資、婚姻狀況、子女數、兼任職務、學校規模、學校類別）教育工作者的工作壓力、復原力及憂鬱行為的表現，仍未獲得一

致的結論，過去文獻亦無以臺北市公立高中兼任行政職務教師進行的研究，此成為本篇研究的第二項動機。

工作壓力、復原力及憂鬱行為表現間是否存有某種關係？多數研究獲得工作壓力與憂鬱行為表現成正相關的結果；也就是當教師的工作壓力愈高時，其憂鬱行為表現就會愈多（黃千瑛，2007；蔡享呈，2007；陳信宜，2008；張彩雲，2009；陳宜芬，2010；張禎容，2010）。在復原力與憂鬱行為表現相關方面，沙兆清(2009)針對臺中地區高中生所做的研究指出高中生復原力與憂鬱傾向間具顯著相關性。

在壓力、復原力及憂鬱行為表現之間關係方面，王昭琪(2005)與沙兆清(2009)研究皆發現壓力、復原力及憂鬱行為表現之間關係為：壓力與憂鬱行為表現為顯著正相關，復原力與憂鬱行為表現為顯著負相關，也就是高壓力者的憂鬱行為表現高於低壓力者，但同屬高壓力或低壓力情境下，復原力較高者其憂鬱行為表現較少。然現有探討工作壓力、復原力與憂鬱行為表現三者間關係的研究本就不多，探討高中兼任行政職務教師工作壓力、復原力與憂鬱行為表現的文獻更是付之闕如，因此，探討背景變項不同之臺北市立公立高中兼任行政職務教師，工作壓力、復原力及憂鬱行為表現三者間關係，成為本篇研究的第三項動機。

若工作壓力、復原力及憂鬱行為表現三者間確實存有顯著關係，那麼可否自工作壓力與復原力預測憂鬱行為表現？張禎容(2010)研究發現，臺北市高中職教師的「學校類別：私立高職」、「任教年資淺」及「整體工作壓力高」等三個因素，對「整體憂鬱傾向」的解釋變異量為 26%。陳宜芬(2010)的研究亦發現，高雄市國小教師的「整體教師工作壓力」對「整體教師憂鬱情緒」的解釋變異量為 17%。表示當教師的工作壓力提高時，其憂鬱行為表現亦會提高。教師工作壓力確實會對其憂鬱行為表現造成影響。

傅紹文(2010)以莫拉克颱風後災區青少年為對象的研究發現，其復原力對憂鬱情緒的解釋變異量為 18.1%；沙兆清(2009)的研究發現，臺中地區高中生的復原力對其整體憂鬱傾向的解釋變異量為 40.3%，兩研究皆顯示復原力可有效預測憂鬱行為的表現。

自上述研究可知，工作壓力與復原力可分別有效預測憂鬱行為表現。然而當工作壓力與復原力同時考慮時，兩者對於憂鬱行為表現的預測到底有多高？在國內相關文獻中，並未見探討工作壓力、復原力與憂鬱行為表現三者相關研究。因此，探討不同背景變項之臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力與復原力是否能有效預測其憂鬱行為表現，及探討其預測力的高低，成為本篇研究的第四項動機。

除了工作壓力、復原力及憂鬱行為表現三者間確實存有顯著關係外，鄒家芸(2011)在國小教務主任工作壓力、復原力及幸福感之研究中發現：復原力在國小教務主任工作壓力與幸福感間具有調節作用，工作壓力與幸福感間的關係為負相關，復原力與幸福感間的關係為正相關；也就是說當工作壓力產生時，會降低個人的幸福感，但透過復原力的調節，可減輕工作所產生的壓力，增加教師幸福感受。一個復原力愈高的人，其所能就工作壓力對幸福感帶來之影響的調節作用就愈高。由上述研究可知復原力可在教師工作壓力與幸福感間扮演調節的作用。陳艷玲(2007)及胡才美(2010)研究皆發現幸福感與憂鬱之間呈現顯著負相關，也就是指當一個人幸福感愈高時，其憂鬱行為表現就會愈低。如此是否可推論：復原力可在教師的工作壓力與憂鬱行為表現間扮演調節作用。現今國內皆未見相關文獻，因此探討不同背景變項之臺北市公立高中兼任行政職務教師其復原力是否能在工作壓力與憂鬱行為表現間，扮演調節的作用，成為本篇研究的第五項動機。



貳、研究目的

本研究主要在探討目前臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力及復原力對憂鬱行為之影響，具體研究目的說明如下：

- 一、瞭解目前臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力、復原力及憂鬱行為表現之概況。
- 二、瞭解不同背景變項（性別、年齡、教育程度、服務年資、兼任行政年資、婚姻狀況、子女數、兼任職務、學校規模、學校類別）之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力、復原力及憂鬱行為表現之差異。
- 三、瞭解不同背景變項之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力、復原力及憂鬱行為表現間之關係。
- 四、瞭解不同背景變項之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力及復原力，對其憂鬱行為表現之預測力。
- 五、瞭解不同背景變項之臺北市公立高中兼任行政職務教師，其復原力能對其工作壓力及憂鬱行為表現間的關係，扮演調節的作用。

第二節 研究問題與假設

壹、研究問題

- 一、目前臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力、復原力及憂鬱行為表現概況如何？
- 二、不同背景變項（性別、年齡、教育程度、服務年資、兼任行政年資、兼任職務、婚姻狀況、子女數、學校規模、學校類別）之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力、復原力及憂鬱行為表現間是否有顯著差異？
- 三、不同背景變項之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力、復原力及憂鬱行為表現間是否存有顯著相關？
- 四、不同背景變項之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力及復原力，是否能顯著預測其憂鬱行為表現？
- 五、不同背景變項之臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力是否能對其工作壓力及憂鬱行為表現間的關係扮演調節的作用？

貳、研究假設

- 一、不同背景變項（性別、年齡、教育程度、服務年資、兼任行政年資、兼任職務、婚姻狀況、子女數、學校規模、學校類別）之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力、復原力及憂鬱行為表現間有顯著差異存在。
 - 1-1 不同性別之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力、復原力及憂鬱行為表現間有顯著差異存在。
 - 1-2 不同年齡之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力、復原力及憂鬱行為表現間有顯著差異存在。
 - 1-3 不同教育程度之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力、復原力及憂鬱行為表現間有顯著差異存在。

- 1-4 不同服務年資之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力、復原力及憂鬱行為表現間有顯著差異存在。
- 1-5 不同兼任行政職務年資之臺北市公立高中教師的工作壓力、復原力及憂鬱行為表現間有顯著差異存在。
- 1-6 兼任不同行政職務之臺北市公立高中教師的工作壓力、復原力及憂鬱行為表現間有顯著差異存在。
- 1-7 不同婚姻狀況之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力、復原力及憂鬱行為表現間有顯著差異存在。
- 1-8 不同子女數之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力、復原力及憂鬱行為表現間有顯著差異存在。
- 1-9 不同學校規模之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力、復原力及憂鬱行為表現間有顯著差異存在。
- 1-10 不同學校類別之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力、復原力及憂鬱行為表現間有顯著差異存在。
- 二、 不同背景變項之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力、復原力及憂鬱行為表現間存有顯著相關。**
- 2-1 不同背景變項之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力與憂鬱行為表現間存有顯著相關。
- 2-1-1 不同性別之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力與憂鬱行為表現間存有顯著相關。
- 2-1-2 不同年齡之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力與憂鬱行為表現存有顯著相關。
- 2-1-3 不同教育程度之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力與憂鬱行為表現存有顯著相關。
- 2-1-4 不同服務年資之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力與憂鬱行為表現存有顯著相關。
- 2-1-5 不同兼任行政職務年資之臺北市公立高中教師的工作壓力與憂鬱行為表現存有顯著相關。

- 2-1-6 兼任不同行政職務之臺北市公立高中教師的工作壓力與憂鬱行為表現存有顯著相關。
- 2-1-7 不同婚姻狀況之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力與憂鬱行為表現存有顯著相關。
- 2-1-8 不同子女數之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力與憂鬱行為存有顯著相關。
- 2-1-9 不同學校規模之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力與憂鬱行為存有顯著相關。
- 2-1-10 不同學校類別之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力與憂鬱行為存有顯著相關。
- 2-2 不同背景變項之臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力與憂鬱行為表現間存有顯著相關。
- 2-2-1 不同性別之臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力與憂鬱行為表現間存有顯著相關。
- 2-2-2 不同年齡之臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力與憂鬱行為表現存有顯著相關。
- 2-2-3 不同教育程度之臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力與憂鬱行為表現存有顯著相關。
- 2-2-4 不同服務年資之臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力與憂鬱行為表現存有顯著相關。
- 2-2-5 不同兼任行政職務年資之臺北市公立高中教師的復原力與憂鬱行為表現存有顯著相關。
- 2-2-6 兼任不同行政職務之臺北市公立高中教師的復原力與憂鬱行為表現存有顯著相關。
- 2-2-7 不同婚姻狀況之臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力與憂鬱行為表現存有顯著相關。
- 2-2-8 不同子女數之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力、復原力及憂鬱行為存有顯著相關。

2-2-9 不同學校規模之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力、復原力及憂鬱行為存有顯著相關。

2-2-10 不同學校類別之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力、復原力及憂鬱行為存有顯著相關。

三、 不同背景變項之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力及復原力能顯著預測其憂鬱行為表現。

3-1 不同性別之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力及復原力能顯著預測其憂鬱行為表現。

3-2 不同年齡之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力及復原力能顯著預測其憂鬱行為表現。

3-3 不同教育程度之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力及復原力能顯著預測其憂鬱行為表現。

3-4 不同服務年資之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力及復原力能顯著預測其憂鬱行為表現。

3-5 不同兼任行政職務年資之臺北市公立高中教師的工作壓力及復原力能顯著預測其憂鬱行為表現。

3-6 兼任不同行政職務之臺北市公立高中教師的工作壓力及復原力能顯著預測其憂鬱行為表現。

3-7 不同婚姻狀況之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力及復原力能顯著預測其憂鬱行為表現。

3-8 不同子女數之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力及復原力能顯著預測其憂鬱行為表現。

3-9 不同學校規模之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力及復原力能顯著預測其憂鬱行為表現。

3-10 不同學校類別之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力及復原力能顯著預測其憂鬱行為表現。

四、 不同背景變項之臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力能對其工作壓力及憂鬱行為表現間的關係扮演調節的作用。

4-1 不同性別之臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力能對其工作壓力及憂鬱行為表現間的關係扮演調節的作用。

4-2 不同年齡之臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力能對其工作壓力及憂鬱行為表現間的關係扮演調節的作用。

4-3 不同教育程度之臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力能對其工作壓力及憂鬱行為表現間的關係扮演調節的作用。

4-4 不同服務年資之臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力能對其工作壓力及憂鬱行為表現間的關係扮演調節的作用。

4-5 不同兼任行政職務年資之臺北市公立高中教師的復原力能對其工作壓力及憂鬱行為表現間的關係扮演調節的作用。

4-6 兼任不同行政職務之臺北市公立高中教師的復原力能對其工作壓力及憂鬱行為表現間的關係扮演調節的作用。

4-7 不同婚姻狀況之臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力能對其工作壓力及憂鬱行為表現間的關係扮演調節的作用。

4-8 不同子女數之臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力能對其工作壓力及憂鬱行為表現間的關係扮演調節的作用。

4-9 不同學校規模之臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力能對其工作壓力及憂鬱行為表現間的關係扮演調節的作用。

4-10 不同學校類別之臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力能對其工作壓力及憂鬱行為表現間的關係扮演調節的作用。

第三節 重要名詞解釋

壹、臺北市公立高中兼任行政職務教師

本研究中所指「臺北市公立高中兼任行政職務教師」，係指 100 學年度任職於臺北市公立高中兼職行政職務教師，其中不包括校長、非編制內的行政教師、副組長及其他非教師兼任之專職行政人員（如人事室主任、會計室主任、總務處各組組長及各單位幹事），亦不包括兼任行政職務之教官（如主任教官及生輔組長）。根據臺北市教育局網站資料為依據，全臺北市計有 26 所公立高中（含完全中學，不包含國立高中），編制中兼任行政職務教師合計 442 人。

貳、工作壓力

本研究以「個人處於工作環境中，為因應工作的需求或與自我的期望，相互衝擊下，所產生之緊張、焦慮、挫敗、憂鬱等反應，致使個人身體與心理產生失衡的狀態。」作為本研究「工作壓力」的概念型定義。

本研究採用徐淑玲(2007)所編製的「臺北市高職兼任行政職務教師工作壓力量表」為壓力施測之研究工具，將各題分數累加後作為本研究對於臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力之操作型定義，總分愈高，表示工作壓力感受程度愈高；總分愈低，表示工作壓力感受程度愈低。

參、復原力

本研究以「個體在面臨壓力、挫折與受傷害等逆境時，仍能夠與環境良好的互動，並迅速將態度與情緒調節、恢復，以適應正常生活的一種正向能力或特質」作為本研究「復原力」的概念型定義。

本研究採用王紹穎(2007)翻譯自 Friborg、Hjemdal、Rosenvinge、Martinussen、Aslaksen 與 Flaten (2006)所編製之成人復原力量表 (Resilience Scale for Adults，陳淑惠老師臨床心理學研究室將之譯為「心理韌性量表」)。將其各題累加總分作為本研究對於臺北市公立高中兼任行政職務教師復原力之操作型定義，總分愈高，代表復原力愈高；總分愈低，代表復原力愈低。

肆、憂鬱行為表現

本研究將憂鬱視為一種情緒表現，而不是臨床上俗稱的「憂鬱症」。當一個人因為有憂鬱的情緒時，常會影響其生理，透過外顯行為表現出來。本研究擬以「自身一種低落、欲振乏力的情緒感受，會影響個體行為如：食慾不

佳、信心喪失、無力感強烈等負面行為表現」，作為本研究「憂鬱行為表現」的概念型定義。

本研究採用柯慧貞（1989）參考其他常用憂鬱量表後所編製之自陳式量表，計有 26 題。以加總後的分數作為本研究對憂鬱之操作型定義。總分在 0-9 分者，表示受試者目前並無顯著憂鬱行為表現；總分為 10-20 分間者，表示受試者目前有輕度至中度的憂鬱行為表現；若總分高於 21 分以上，則代表受試者目前表現出較嚴重的憂鬱行為，受試者需要及時進行相關諮商或尋求協助，甚至須轉介就醫，採取進一步的治療。





第二章 文獻探討

第一節 工作壓力

壹、工作壓力的定義

「工作壓力」是從「壓力」衍生出的概念，工作壓力是個人（工作者）與環境（職場）的特異性關係中產生的，並且，工作壓力可能會對個人的福祉造成不良的後果（陸洛，1997）。工作壓力是一個中性的概念，雖然有越來越多消極的內涵出現，但是工作壓力也能產生積極的結果。良性的壓力可能可以提高工作績效到一個理想的水平；但在本身身體或心理都較虛弱有風險的工作人員身上，工作壓力就可能產生慢性、頻繁或是激烈的結果

（James，2005）。持續性和過度的工作、不良溝通及缺乏適當的管理人員，都會造成工作壓力，甚或使工作人員健康出現狀況（CIPD，2009）。適度的壓力是必要的，但長時間處在壓力之下，就容易導致崩潰。造成個人沒有把握的原因很多，主要包括個人人格特質、工作的質與量、工作環境等，某些人抗壓性比較高，有些人則比較低；有些人把要求視為挑戰，有些人則視要求為凌虐。工作量過多，容易造成不當的壓力，但單調、無意義的工作，也容易造成不當的壓力。缺乏鼓勵與讚賞等心理層面的以及同事與好友等社會層面的支持，形成不當壓力的機會也較高（吳清山與林天祐，2005）。

綜觀而言，工作壓力具有以下特性：1.主觀性：壓力的存在是有差異性的，會因為每個人的主觀感受而有所不同。2.個別性：同樣的一件事情，也許有人覺得有壓力，但有人卻覺得不怎麼樣，這是因為每個人抗壓程度不同所致。3.價值性：同樣的壓力有人認為對自己有助，然而卻有人認為對自己產生負面的影響。4.危害性：壓力通常會對每個人造成嚴重性不一的影響，但是只要是過度的壓力都會產生危害的結果（吳清山、林天祐，2005）。

國內外許多學者曾針對工作壓力進行相關研究，也為工作壓力訂下概念性定義，研究者參考國內外相關文獻，整理如表 2-1。

表 2-1 國內外學者對「工作壓力」之定義

研究者（年代）	工作壓力的定義
Steers（1988）	當個體處於工作情境中，因面臨一工作特性所帶來的威脅而產生的反應。
Cooper 與 Marshall（1976）	工作壓力是環境因素對個人所造成的衝擊與影響，以及個人對壓力源產生的反應。
林淑芬（2001）	因工作有關的因素而引起工作者在和工作環境交互作用時，所產生心理的不平衡狀態。

表 2-1 國內外學者對「工作壓力」之定義（續）

鄭百芬(2003)	工作壓力是指個體在工作環境中，面對自身能力無法因應工作要求，或環境無法提供足夠的資源來滿足個人的需求，所產生與自我期望不相符合，導致個人在心理上產生脫離正常狀態的一種現象。
高國慶(2005)	採取交互作用的看法，認為工作壓力是指由工作的因素所導致的緊張，而使工作者感受到不愉快或負面情緒的一種現象。
鄭秀女(2005)	個體與工作情境互動中所面臨在角色上、工作上、職責上有關壓力之知覺感受，以至因而產生負面性的身心及認知反應行為。
鄭洸鍵(2005)	個體與環境互動歷程中，當個體在面對具有威脅性的工作情境時，因為知覺無法消除威脅、脫離困境而產生的一種被壓迫的感受或緊張的狀態。
吳慧慎(2006)	工作壓力乃指與工作相關的因素中，所引起個人與工作環境間產生知覺上的差距，導致個體在心理或生理上的一種失衡狀態，進而影響到工作的表現與身心的健康。
楊進成(2006)	指個體與工作環境相關的因素交互作用後，在生理與心理上產生失衡的狀態，使其感受到緊張、焦慮、挫折、憤怒和沮喪等不愉快、負面的情緒，對個體所造成一種脅迫感。
徐淑玲(2007)	個體在工作環境中，面對自身能力無法因應工作要求，或環境無法提供足夠的資源來滿足個人的需求所產生與自我的期望不相符合，導致個人在心理上產生脫離常態的一種現象。
林克泓(2008)	個人對其工作情境的變化，因其個人人格特質、專業知能、能力與經驗無法有效應付有威脅性的工作情境時，而導致產生生理及心理上的一種被壓迫的感受或緊張的狀態。
李慧雯(2009)	個人與環境的互動過程中，為因應工作環境要求與自我期望，導致生、心理狀態失衡，而有緊張、焦慮、挫折、壓迫或苦惱的反應。
劉奕宏(2009)	工作壓力是個人與在工作環境互動過程中時所產生的心理負荷，因而在生理及心理上產生失衡的狀態。
林鎮賢(2010)	工作壓力是工作環境的改變影響到個人，只得被迫適應試圖調整，環境個人差距繼續擴大，個人調適超過能力範圍時，身體心理產生了不良反應。
陳宜芬(2010)	個體因人格特質的不同，對工作情境中的要求或刺激，主觀的感覺到生理或心理的不平衡、不適應現象。
張禎容(2010)	個體在工作情境裡，與人事物互動的過程中，所產生一種生理上不適的感受反應。
蘇清山(2010)	個體在工作環境中，面對自身能力無法因應工作要求，或環境無法提供足夠資源來滿足個人的需求，所產生與自我期望不相符合，導致個人在生理、心理上產生不平衡的狀態，而有緊張、焦慮、挫敗或苦惱的反應。
鄒家芸(2011)	個人處於工作環境時，因情境的變化、需求無法達成、自我期望不相符等因素，而使個人產生生理或心理負面情緒，以致身心失衡的狀態。

資料來源：研究者參酌文獻整理

根據以上專家學者的意見發現，各研究多以工作壓力的消極內涵為定義的出發點，較強調個體與工作環境間的交互作用，作為工作壓力的來源。所

以壓力的產生不單僅來自於環境因素，個人因素也是相當重要的一個環節。依此，本研究擬以「個人處於工作環境中，為因應工作的需求或與自我的期望，相互衝擊下，所產生之緊張、焦慮、挫敗、憂鬱等反應，致使個人身體與心理產生失衡的狀態。」做為本研究「工作壓力」的概念型定義。

貳、兼任行政職務教師工作壓力概況

兼任行政職務的教師，平時除了須善盡本身教學的職責外，又需面對兼任行政職務所帶來的工時、業務量增加所產生的壓力；所以兼任行政職務的教師所面臨到的工作壓力較一般教師更為沉痾與繁雜。究竟國內兼任行政職務教師的工作壓力感受狀況為何？研究者將相關研究整理如表 2-2。

表 2-2 國內兼任行政職務教師工作壓力相關研究一覽表

研究者	研究對象	整體工作壓力	工作壓力來源分析
林淑芬 (2001)	高級職業學校 兼任行政教師	中等程度	壓力感受由高至低依序為「心理衝突」、「工作負荷」、「專業知能」、「人際關係」。
鄭百芬 (2003)	高中教師兼任 行政職務者	中偏低程度	壓力感受由高至低依序為「行政負荷」、「上級壓力」、「校務決策」。
高國慶 (2005)	高中職學務主任	中偏低程度	壓力感受由高至低依序為「時間限制壓力」、「學生管理壓力」、「同事壓力」、「社區家長壓力」、「上級壓力」。
鄭秀女 (2005)	高雄市公立高職行政 人員	中等以上程度	壓力感受由高至低依序為「工作負荷」、「人際關係」、「專業知能」、「角色期望」。
鄭洸鍵 (2005)	高中職教務主任	中等以上程度	壓力感受由高至低依序為「上級壓力」、「工作負荷」、「專業知能」、「人際關係」。
宋冠瑩 (2006)	公立高職兼任 行政工作教師	中等以下程度	壓力感受由高至低依序為「工作負荷」、「人際關係」、「專業知能」、「組織因素」。
吳慧慎 (2006)	國立高中總務主任	高等程度	壓力感受由高至低依序為「行政運作困擾」、「總務專業知能」、「行政工作負荷」。
徐淑玲 (2007)	臺北市高職兼任行政 職務教師	中等以下程度	壓力感受由高至低依序為「工作負荷」、「角色期許」、「專業知能」、「上級要求」、「人際關係」。
李慧雯 (2009)	完全中學兼任 行政教師	中等程度	壓力感受依序由高至低為「工作負荷」、「專業發展」、「人際關係」、「上級要求」。
劉奕宏 (2009)	臺北縣國民中學兼職 行政教師	中等程度	壓力感受最高為「工作負荷」

表 2-2 國內兼任行政職務教師工作壓力相關研究一覽表（續）

遇中興 (2010)	臺北縣市公立國中兼 任行政教師	中等程度	壓力感受上「工作負荷」、「角色 衝突」兩構面屬中等偏高；「上 級壓力」、「人際關係」、「專業能 力」三構面屬中度偏低。
簡茆法 (2010)	中部四縣市高中 兼職行政教師	中等程度	壓力感受由高至低依序為「工作 負荷」、「專業知能」、「內在 衝突」、「人際處理」、「決策 參與」。
蘇清山 (2010)	高雄市高中職 兼任行政教師	中等程度	壓力感受由高至低依序為「行政 工作負荷」、「專業知能」、「上級 要求」、「人際關係」。

資料來源：研究者參酌文獻整理

由上述研究結果獲知，有些研究發現，國內兼任行政職務教師的工作壓力在中等程度以上（鄭秀女，2005；鄭洸鍵，2005），有些研究則得知只有中等的程度（林淑芬，2001；李慧雯，2009；劉奕宏，2009；遇中興，2010；簡茆法，2010；蘇清山，2010），甚至有些學者卻發現工作壓力只有中等以下程度的結果（鄭百芬，2003；高國慶，2005；宋冠瑩，2006；徐淑玲，2007）；然而吳慧慎(2006)卻研究發現兼任行政職務教師的工作壓力竟達到高等程度的結果。至於造成工作壓力的來源方面，雖然大多數學者的研究多發現最大的壓力源來自於「工作的負荷(或行政負荷)」(鄭百芬，2003；鄭秀女，2005；宋冠瑩，2006；徐淑玲，2007；李慧雯，2009；劉奕宏，2009；蘇清山，2010；遇中興，2010；簡茆法，2010)，但鄭洸鍵(2005)的研究卻發現最大的壓力源是來自於「上級的壓力」；而林淑芬(2001)的研究亦獲得到最大壓力源來自「心理衝突」的結果。

上述研究結果的不一致，研究者認為有再探討的必要。臺北市為首都區，為宣導政府政策，臺北市肩負領頭羊的示範責任，因此每一政策都會要求轄區內各級學校配合辦理，在求好、求多、求快的績效需求下，加諸在臺北市各學校行政人員身上的壓力之大，是無庸置疑的。另外，臺北市由於地狹人稠，升學壓力大，家長、社區對於學校的監督是較緊密與嚴格的，在臺北市公立高中兼任行政職務的教師所感受到的壓力，相對之下也較高。但縱觀過去相關研究，較少針對臺北市公立高中兼任行政職務教師進行研究；因而無法呈現臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力現況。因此本研究擬針對臺北市公立高中擔任行政職務的教師進行研究，瞭解他們所面臨的工作壓力概況。

參、個人背景變項與工作壓力之相關研究

根據文獻顯示，過去有許多國內外學者針對兼任行政職務教師個人不同的背景變項，如：性別、年齡、教育程度、服務年資、行政年資、婚姻狀況

及學校規模……等來探討對其工作壓力的影響，在本研究中，基於研究對象與研究目的，研究者擬選擇性別、年齡、教育程度、服務年資、兼任行政的年資、兼任職務、婚姻狀況、學校規模及學校類別等為背景變項，以探討臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力的差異。以下就不同變項在相關研究上的發現整理如下：

一、性別與工作壓力

性別不同的高中職教師兼任行政職務的工作壓力是否有顯著差異存在？許多學者曾針對此變項進行研究，謹將各研究發現整理如表 2-3。

表 2-3 「性別」與工作壓力的研究發現一覽表

研究者	研究對象	研究發現
林淑芬 (2001)	高級職業學校 兼任行政教師	性別不同的整體工作壓力感受無顯著差異存在。
鄭百芬 (2003)	高中教師兼任 行政職務者	1. 性別不同的整體工作壓力感受無顯著差異存在。 2. 在「行政負荷」壓力感受上女性顯著高於男性。
高國慶 (2005)	高中職學務主任	性別不同的整體工作壓力感受無顯著差異存在
鄭秀女 (2005)	高雄市公立高職 行政人員	在「工作負荷」、「角色期望」壓力感受上男性顯著高於女性。
鄭洸鍵 (2005)	高中職教務主任	1. 性別不同的整體工作壓力感受無顯著差異存在 2. 在「工作負荷」與「人際關係」壓力感受上女性顯著高於男性。 3. 在「上級壓力」與「專業知能」壓力感受上男性顯著高於女性。
宋冠瑩 (2006)	公立高職兼任 行政工作教師	1. 在整體工作壓力感受上，女性顯著高於男性。 2. 「工作負荷」、「人際關係」、「專業知能」及「組織因素」壓力感受上，女性顯著高於男性。
吳慧慎 (2006)	國立高中 總務主任	性別不同的整體工作壓力感受無顯著差異存在。
徐淑玲 (2007)	臺北市高職兼任 行政職務教師	1. 在整體工作壓力感受上，女性顯著高於男性。 2. 在「工作負荷」、「人際關係」壓力感受上，女性顯著高於男性。
李慧雯 (2009)	完全中學兼任 行政教師	性別不同的整體工作壓力感受無顯著差異存在。
簡茆泮 (2010)	中部四縣市高中 兼職行政教師	1. 在整體工作壓力感受上，女性顯著高於男性。 2. 在「工作負荷」、「專業知能」、「決策參與」壓力感受上，女性顯著高於男性。
蘇清山 (2010)	高雄市高中職 兼任行政教師	性別不同的整體工作壓力感受無顯著差異存在。

資料來源：研究者參酌文獻整理

由上述資料獲知，大部分研究發現性別不同的高中職兼任行政職務教師的工作壓力感受並無顯著差異(林淑芬，2001；鄭百芬，2003；高國慶，2005；鄭秀女，2005；鄭洸鍵，2005；吳慧慎，2006；李慧雯，2009；蘇清山，2010)；

但亦有部分研究結果發現女性高中職兼任行政職務教師所感受到的工作壓力顯著高於男性兼任行政職務的教師（宋冠瑩，2006；徐淑玲，2007；簡茆法，2010）。

至於在造成工作壓力的來源方面，研究發現在「工作（行政）負荷」的壓力感受上，女性顯著高於男性（鄭百芬，2003；鄭洸鍵，2005；宋冠瑩，2006；徐淑玲，2007；簡茆法，2010）；但鄭秀女(2005)的研究卻發現，男性的「工作負荷壓力」感受高於女性。在「專業知能」的壓力感受上，女性卻顯著高於男性（宋冠瑩，2006；簡茆法，2010）；此外鄭洸鍵(2005)的研究還發現男性在「專業知能」上的工作壓力感受顯著的高於女性。

上述研究結果的不一致，研究者認為性別不同之高中職兼任行政職務教師工作壓力的差異性，有再探討的必要，因此本研究擬針對性別不同之高中職兼任行政職務教師之工作壓力感受，進一步探討其間是否存有顯著的差異。

二、年齡與工作壓力

年齡不同的兼任行政職務之高中職教師的工作壓力間是否有顯著差異存在？許多學者亦曾針對此變項進行研究，謹將各研究發現整理如表 2-4。

表 2-4 「年齡」與工作壓力的研究發現一覽表

鄭百芬 (2003)	高中教師兼任 行政職務者	<ol style="list-style-type: none"> 1. 在整體工作壓力感受上年齡不同者有顯著差異存在。「40 歲以下」者高於「46 歲以上」者。 2. 在「行政負荷」工作壓力感受上「40 歲以下」者高於「51 歲（含）以上」者。「31~40 歲」者亦高於「46~50 歲」者。「36~40 歲」者高於「41~45 歲」者。 3. 在「人際關係」工作壓力感受上「36~40 歲」者高於「46 歲以上」者。 4. 在「角色期許」工作壓力感受上「40 歲以下」者高於「51 歲以上」者。「36~40 歲」者亦高於「46~50 歲」者。 5. 在「校務決策」工作壓力感受上「40 歲以下」者高於「51 歲以上」者。「30 歲（含）以下」者亦高於「46~50 歲」者。
高國慶 (2005)	高中職學務主任	<ol style="list-style-type: none"> 1. 在整體工作壓力感受上年齡不同者無顯著差異存在。 2. 在「同事壓力」工作壓力感受上，「45 歲以下」者高於「51 歲以上」者。 3. 在「時間限制壓力」工作壓力感受上，「40 歲以下」者高於「51 歲以上」者。
鄭秀女 (2005)	高雄市公立高職 行政人員	在整體工作壓力感受上年齡不同者無顯著差異存在。

表 2-4 「年齡」與工作壓力的研究發現一覽表（續）

鄭洸鍵 (2005)	高中職 教務主任	<ol style="list-style-type: none"> 1. 在整體工作壓力感受上年齡不同有顯著差異。「31~40 歲」者高於其他各組。 2. 在「工作負荷」工作壓力感受上「31 歲以上」者高於「30 歲以下」者。 3. 在「人際關係」工作壓力感受上「31~40 歲」者高於「41 歲以上」者。 4. 在「上級壓力」工作壓力感受上「30 歲以下」者高於「41 歲~50 歲」者。 在「專業知能」工作壓力感受上「30 歲以下」者高於「31 歲以上」者。
宋冠瑩 (2006)	公立高職兼任 行政工作教師	<ol style="list-style-type: none"> 1. 在整體工作壓力感受上年齡不同有顯著差異。「45 歲以下」均高於「46 歲以上」者。 2. 在「工作負荷」、「人際關係」、「專業知能」及「組織因素」工作壓力感受上，「45 歲以下」均顯著高於「46 歲以上」者。
吳慧慎 (2006)	國立高中 總務主任	在整體工作壓力感受上年齡不同者無顯著差異存在。
徐淑玲 (2007)	臺北市高職 兼任行政職務 教師	<ol style="list-style-type: none"> 1. 在整體工作壓力感受上年齡不同者有顯著差異存在。「56 歲以下」者高於「57 歲以上」者。 2. 在「上級要求」工作壓力感受上「34 歲以下」者高於「46 歲以上」者。 3. 在「角色期許」工作壓力感受上「56 歲以下」者高於「57 歲以上」者。「34 歲以下」亦高於「46~56 歲」者。 4. 在「人際關係」工作壓力感受上「34 歲以下」者高於「46 歲以上」者。 5. 在「專業知能」工作壓力感受上「45 歲以下」者高於「46~56 歲」者，「46~56 歲」者亦高於「57 歲以上」者。
李慧雯 (2009)	完全中學兼任 行政教師	<ol style="list-style-type: none"> 1. 在整體工作壓力感受上年齡不同者有顯著差異存在，「30 歲以下」者顯著高於「31 歲以上」者。 2. 在「人際關係」工作壓力感受上，「30 歲以下」者顯著高於「31 歲以上」者。 3. 在「工作負荷」工作壓力感受上，「30 歲以下」者顯著高於「41 歲以上」者。 4. 在「專業發展」工作壓力感受上「30 歲以下」者顯著高於「31~40 歲」者。
簡蒨泮 (2010)	中部四縣市高中 兼職行政教師	<ol style="list-style-type: none"> 1. 在整體工作壓力感受上年齡不同者無顯著差異存在。 2. 在「專業知能」工作壓力感受上，「31~40 歲」者顯著高於「41 歲以上」者。 3. 在「人際關係」工作壓力感受上，「31~40 歲」及「50 歲以上」者皆顯著高於「41~50 歲」者。 4. 在「工作負荷」工作壓力感受上，「31~40 歲」顯著高於其他各組。
蘇清山 (2010)	高雄市高中職 兼任行政教師	在整體工作壓力感受上年齡不同者無顯著差異存在。

資料來源：研究者參酌文獻整理

由上述結果獲知，大部分研究均發現年齡不同的高中職兼任行政職務教師的工作壓力感受有顯著差異，年紀較輕者（特別是 40 歲以下者）所感受到的工作壓力較高於年紀較長者（林淑芬，2001；鄭百芬，2003；鄭洸鍵，2005；宋冠瑩，2006；徐淑玲，2007；李慧雯，2009）；但亦有部分研究顯示年齡不同之高中職兼任行政職務教師，所感受到的工作壓力，並未見顯著差異存在（高國慶，2005；鄭秀女，2005；吳慧慎，2006；簡茆法，2010；蘇清山，2010）。

在造成工作壓力的來源方面，研究發現在「工作（行政）負荷」的壓力感受上，年紀較輕者較高於年紀較長者（林淑芬，2001；鄭百芬，2003；宋冠瑩，2006；李慧雯，2009；簡茆法，2010）；但鄭洸鍵(2005)的研究卻發現，31 歲以上者「工作負荷」的壓力感受高於 30 歲以下者。而在「專業知能」與「人際關係」的壓力感受方面，亦有研究發現，年紀較輕者較高於年紀較長者（林淑芬，2001；鄭洸鍵，2005；宋冠瑩，2006；徐淑玲，2007；李慧文，2009）；此外，簡茆法(2010)的研究還發現除了 40 歲以下者在「專業知能」與「人際關係」的壓力感受高於 41~50 歲者外，50 歲以上的在「人際關係」上的壓力感受亦會高於 41~50 歲者。

這些研究結果的不一致，研究者認為年齡不同的高中職兼任行政職務教師工作壓力的差異性，有再探討的必要，因此本研究擬針對年齡不同之高中職兼任行政職務教師的工作壓力感受，再進行探討其間是否有顯著差異存在。

三、教育程度與工作壓力

教育程度不同的高中職兼任行政職務教師的工作壓力間是否存有差異？許多學者針對此變項進行研究，謹將各研究發現整理如表 2-5。

表 2-5 「教育程度」與工作壓力的研究發現一覽表

研究者	研究對象	研究發現
林淑芬 (2001)	高級職業學校 兼任行政教師	1. 在整體工作壓力感受上教育背景不同者無顯著差異存在。 2. 在「專業知能」工作壓力感受上，教育背景不同者有顯著差異。
鄭百芬 (2003)	高中教師兼任 行政職務者	1. 在整體工作壓力感受上最高學歷不同者無顯著差異存在。 2. 在「行政負荷」工作壓力感受上研究所畢業（博、碩士）高於暑期研究所四十學分班結業者。 3. 在「校務決策」工作壓力感受上不同最高學歷者有顯著差異。

表 2-5 「教育程度」與工作壓力的研究發現一覽表（續）

高國慶 (2005)	高中職學務主任	在整體工作壓力感受上最高學歷不同者無顯著差異存在。
鄭秀女 (2005)	高雄市公立高職 行政人員	在「工作負荷」、「專業知能」及「角色期望」工作壓力感受上「研究所以以上畢（含四十學分班）」者高於「高中職畢（含以下）」者。
宋冠瑩 (2006)	公立高職兼任 行政工作教師	在整體工作壓力感受上最高學歷不同者無顯著差異存在。
吳慧慎 (2006)	國立高中 總務主任	在整體工作壓力上博士學歷壓力感受程度最小，其次為大學畢業者，屬中壓力程度。
徐淑玲 (2007)	臺北市高職兼任 行政職務教師	<ol style="list-style-type: none"> 1. 在整體工作壓力感受上學歷不同者有顯著差異存在。「師範大學」者高於「一般大學」者。「研究所以以上」者高於「其他」學歷者。 2. 在「上級要求」工作壓力感受上「師範大學」者高於「其他」學歷者。「一般大學」者高於「研究所以以上」者。 3. 在「角色期許」工作壓力感受上「師範大學」者高於「研究所以以上」者。「一般大學」者高於「其他」學歷者。 <p>在「人際關係」、「專業知能」工作壓力感受上「師範大學」者皆高於「一般大學」者。「研究所以以上」者亦皆高於「其他」學歷者。</p>
李慧雯 (2009)	完全中學兼任 行政教師	在整體工作壓力感受上教育背景不同者無顯著差異存在。
簡茆法 (2010)	中部四縣市高中 兼職行政教師	<ol style="list-style-type: none"> 1. 在整體工作壓力感受上學歷不同者無顯著差異存在。 2. 在「工作負荷」工作壓力感受上「研究所（含40學分班）」者高於「一般大學院各系」者。 3. 在「人際關係」工作壓力感受上「一般大學院各系」者高於「研究所（含40學分班）」者。
蘇清山 (2010)	高雄市高中職 兼任行政教師	<ol style="list-style-type: none"> 1. 在整體工作壓力感受上教育程度不同者有顯著差異存在。 2. 在「行政工作負荷」工作壓力感受上「碩博士畢業」者高於「一般大學院校畢業」者。

資料來源：研究者參酌文獻整理

由上述資料獲知，大部分研究發現，高中職兼任行政職務教師的工作壓力並不會因教育程度的不同而有顯著差異（林淑芬，2001；鄭百芬，2003；高國慶，2005；宋冠瑩，2006；李慧雯，2009；簡茆法，2010；蘇清山，2010）；但徐淑玲(2007)的研究卻發現教育背景不同之高中職兼任行政職務教師，感受到的工作壓力，確有顯著差異存在。

至於在造成工作壓力的來源方面，研究發現，學歷較高者在「工作（行政）負荷」的壓力感受比學歷較低者高（林淑芬，2001；鄭百芬，2003；宋冠瑩，2006；李慧雯，2009；簡茆法，2010）；至於，在「人際關係」的壓力感受方面，徐淑玲(2007)的研究發現研究所以以上者的壓力較高於其他學歷

者；然而，簡茆法(2010)的研究卻發現，大學畢業者之壓力較高於研究所畢業者。

這些研究結果的不一致，研究者認為教育程度不同之高中職兼任行政職務教師的工作壓力差異性，有再探討的必要，因此本研究擬針對教育程度不同之高中職兼任行政職務教師，進一步探討其工作壓力是否有顯著差異存在。

四、服務年資與工作壓力

服務年資不同的高中職兼任行政職務教師間的工作壓力，是否有顯著差異存在？許多學者針對此變項進行研究，謹將各研究發現整理如表 2-6。

表 2-6「服務年資」與工作壓力的研究發現一覽表

研究者	研究對象	研究結果
鄭百芬 (2003)	高中教師兼任 行政職務者	<ol style="list-style-type: none"> 1. 在整體工作壓力感受上服務年資不同者有顯著差異。「15 年以下」者皆高於「16 年以上」者。「4~5 年」亦高於「1~3 年」、「11~15 年」者。 2. 在「行政負荷」工作壓力感受上「15 年以下」者皆高於「16 年以上」者。 3. 在「角色期許」工作壓力感受上「10 年以下」者皆高於「16 年以上」者。「4~5 年」亦高於「1~3 年」者。 4. 在「人際關係」工作壓力感受上「4~5 年」高於「16 年以上」者。 5. 在「校務決策」工作壓力感受上「4~5 年」顯著高於其他所有各組。
高國慶 (2005)	高中職學務主任	<ol style="list-style-type: none"> 1. 在整體工作壓力感受上服務年資不同者無顯著差異。 2. 在「同事壓力」工作壓力感受上，服務年資「15 年以下」者高於「21 年以上」者。
鄭秀女 (2005)	高雄市公立 高職行政人員	在整體工作壓力感受上服務年資不同者無顯著差異。
宋冠瑩 (2006)	公立高職兼任 行政工作教師	<ol style="list-style-type: none"> 1. 在整體工作壓力感受上服務年資不同者有顯著差異。「10 年以下」者顯著高於「11 年以上」者。 2. 在「工作負荷」、「人際關係」、「專業知能」及「組織因素」工作壓力感受上，「10 年以下」者顯著高於「11 年以上」者。
吳慧慎 (2006)	國立高中總務主任	在整體工作壓力感受上服務年資不同者無顯著差異。

表 2-6 「服務年資」與工作壓力的研究發現一覽表（續）

徐淑玲 (2007)	臺北市高職兼任 行政職務教師	<ol style="list-style-type: none"> 1. 在整體工作壓力感受上服務年資不同者有顯著差異。經事後比較，「0~5 年」高於「26~40 年」者。「6~15 年」亦高於「16~25 年」者。 2. 在「工作負荷」、「上級要求」、「角色期許」、「人際關係」、「專業知能」工作壓力感受上「0~5 年」高於「26~40 年」者。「6~15 年」亦高於「16~25 年」者。
簡茆法 (2010)	中部四縣市高中 兼職行政教師	<ol style="list-style-type: none"> 1. 在整體工作壓力感受上教學年資不同者有顯著差異。經事後比較，「5 年以下」者顯著高於「6 年以上」者。「25 年以下」者亦高於「26 年以上」者。 2. 在「決策參與」工作壓力感受上，「5 年以下」者顯著高於「6~15 年」、「26 年以上」者。「16~25 年」亦高於「6~15 年」及「26 年以上」者。 3. 在「人際處理」工作壓力感受上，「5 年以下」者顯著高於「6 年以上」者。 4. 在「內在衝突」工作壓力感受上，「5 年以下」者顯著高於「6 年以上」者。「25 年以下」者亦高於「26 年以上」者。 5. 在「專業知能」工作壓力感受上，「5 年以下」者顯著高於「6 年以上」者。「6~15 年」亦高於「26 年以上」者。
蘇清山 (2010)	高雄市高中職 兼任行政教師	<ol style="list-style-type: none"> 1. 在整體工作壓力感受上服務年資不同者有顯著差異。經事後比較，「5 年以下」者高於「21 年以上」者。 2. 在「專業知能」工作壓力感受上「5 年以下」者高於「21 年以上」者。

資料來源：研究者參酌文獻整理

由上述結果獲知，大部分研究發現服務年資不同的高中職兼任行政職務教師的工作壓力感受有顯著差異存在（鄭百芬，2003；宋冠瑩，2006；徐淑玲，2007；簡茆法，2010；蘇清山，2010）；但亦有部分研究發現服務年資的不同，並不會對兼任行政職務者的工作壓力感受，帶來顯著的影響（鄭秀女，2005；吳慧慎，2006）。

至於在造成工作壓力的來源方面，研究發現在「工作（行政）負荷」、「人際關係」、「專業知能」等的壓力感受上，服務年資較短者，其在大部分變項上的工作壓力高於服務年資較長者（宋冠瑩，2006；徐淑玲，2007；簡茆法，2010；蘇清山，2010）；但鄭百芬(2003)的研究卻發現，在「行政負荷」、「角色期許」、「人際關係」等方面的工作壓力感受，服務年資為「4~5 年」者反而比「1~3 年」者的壓力更大。

這些研究結果的不一致，研究者認為對服務年資不同的高中職兼任行政職務教師工作壓力的差異性，有再探討的必要，因此本研究擬針對服務年資不同的高中職兼任行政職務教師，進一步探討其所承受之工作壓力，是否有顯著差異存在。

五、兼任行政年資與工作壓力

兼任行政職務年資不同兼任行政職務高中職教師的工作壓力是否有顯著差異存在？許多學者針對此變項進行研究，謹將各研究發現結果整理如表 2-7。

表 2-7 「兼任行政年資」與工作壓力的研究發現一覽表

研究者	研究對象	研究結果
林淑芬 (2001)	高級職業學校 兼任行政教師	在整體工作壓力感受上兼任行政年資不同者有顯著差異存在。兼任目前行政工作「3 年以下」者整體工作壓力感受顯著高於「10~12 年」者。
林淑芬 (2001)	高級職業學校 兼任行政教師	1. 在「心理衝突」工作壓力感受上，兼任目前行政工作「3 年以下」者高於「10~12 年」及「16 年以上」者。 2. 在「專業知能」工作壓力感受上兼任目前行政工作「3 年以下」者高於「10~12 年」者。
鄭百芬 (2003)	高中教師兼任 行政職務者	1. 在整體工作壓力感受上兼任行政年資不同者有顯著差異存在。「5 年以下」者皆顯著高於「16 年以上」者。 2. 在「行政負荷」、「角色期許」及「校務決策」工作壓力感受上「5 年以下」者皆顯著高於「16 年以上」者。 3. 在「人際關係」工作壓力感受上「4~5 年」顯著高於「16 年以上」者。
高國慶 (2005)	高中職學務主任	1. 在整體工作壓力感受上學務主任工作年資不同者無顯著差異存在。 2. 在「同事壓力」工作壓力感受上，兼任學務主任年資「3 年以下」者所感受到的工作壓力高於「7 年以上」者。
鄭洸鍵 (2005)	高中職教務主任	1. 在整體工作壓力感受上主任工作年資不同者有顯著差異存在。 2. 在「工作負荷」工作壓力感受上，主任工作年資「3 年」者高於「2 年以下」及「4 年以上」者。 3. 在「上級壓力」工作壓力感受上，主任工作年資「4 年以上」者高於「3 年」者。 4. 在「專業知能」工作壓力感受上，主任工作年資「4 年以上」者高於「2 年以下」者。

表 2-7 「兼任行政年資」與工作壓力的研究發現一覽表（續）

宋冠瑩 (2006)	我國公立高職兼任 行政工作教師	<ol style="list-style-type: none"> 1. 在整體工作壓力感受上兼任行政年資不同者有顯著差異存在。兼任行政「5 年以下」者顯著高於「11 年以上」者。 2. 在「工作負荷」工作壓力感受上，「未滿 3 年」者顯著高於「6 年以上」者。兼任「3~5 年」者亦顯著高於「11 年以上」者。在「人際關係」、「專業知能」及「組織因素」工作壓力感受上，「5 年以下」者顯著高於「11 年以上」者。
吳慧慎 (2006)	國立高中總務主任	在整體工作壓力感受上兼任行政職務年資不同者無顯著差異存在。
徐淑玲 (2007)	臺北市高職兼任 行政職務教師	<ol style="list-style-type: none"> 1. 在整體工作壓力感受上兼任行政職務年資不同者無顯著差異存在。 2. 在「角色期許」工作壓力感受上「0~5 年」高於「16~25 年」者，「6~15 年」高於「26~40 年」者。
李慧雯 (2009)	完全中學兼任 行政教師	<ol style="list-style-type: none"> 1. 在整體工作壓力感受上兼任行政年資不同者有顯著差異存在。兼任行政「3 年以下」者高於「7~10 年」者。 2. 在「工作負荷」工作壓力感受上「3 年以下」者高於「11~20 年」者。 3. 在「人際關係」工作壓力感受上「3 年以下」者高於「4~10 年」者。
簡茆法 (2010)	中部四縣市高中 兼職行政教師	在整體工作壓力感受上兼任行政年資不同者無顯著差異存在。
蘇清山 (2010)	高雄市高中職 兼任行政教師	<ol style="list-style-type: none"> 1. 在整體工作壓力感受上兼任行政年資不同者有顯著差異存在。「3 年以下」者高於「11 年以上」者。 2. 在「專業知能」工作壓力感受上「3 年以下」者顯著高於「7 年以上」者。

資料來源：研究者參酌文獻整理

由上述結果可知，有些研究顯示兼任行政職務年資不同之高中職兼任行政職務教師其感受到的工作壓力有顯著差異存在，兼任行政職務年資較短者，其壓力感受大於兼任行政職務年資較長者（林淑芬，2001；鄭百芬，2003；宋冠瑩，2006；李慧雯，2009；蘇清山，2010）；但亦有部分研究卻發現兼任行政年資不同之高中職教師的工作壓力感受，並無顯著差異存在（高國慶，2005；吳慧慎，2006；徐淑玲，2007；簡茆法，2010）。

在造成工作壓力的來源方面，研究發現在「工作（行政）負荷」、「專業知能」的壓力感受上，兼任行政職務年資較短者，其工作壓力高於兼任行政職務年資較長者（林淑芬，2001；鄭百芬，2003；宋冠瑩，2006；李慧雯，2009；蘇清山，2010）；鄭洸鍵(2005)的研究卻發現，在「工作負荷」與「專業知能」的工作壓力感受上，兼任行政職務年資較長者反而比兼任行政職務

年資較短者壓力大。

這些研究結果的不一致，研究者認為對兼任行政職務年資不同的高中職教師工作壓力的差異性，有再探討的必要，因此本研究擬針對不同兼任行政職務年資之教師，進一步探討其工作壓力是否有顯著差異存在。

六、兼任職務與工作壓力

擔任不同行政職務高中職教師之工作壓力，是否有顯著差異存在？許多學者曾針對此變項進行研究，謹將各研究發現整理如表 2-8。

表 2-8 「兼任職務」與工作壓力的研究發現一覽表

研究者	研究對象	研究結果
林淑芬 (2001)	高級職業學校 兼任行政教師	<ol style="list-style-type: none"> 1. 在整體工作壓力感受上擔任職務不同者有顯著差異存在。兼任「教務處組長」者整體工作壓力感受顯著高於兼任「實習處組長」者。 2. 在「心理衝突」工作壓力感受上，兼任「教務處組長」者顯著高於兼任「總務主任」及「實習處組長」者。 3. 在「專業知能」工作壓力感受上兼任「教務處組長」者顯著高於兼任「實習處組長」者。
鄭百芬 (2003)	高中教師兼任 行政職務者	<ol style="list-style-type: none"> 1. 在整體工作壓力感受上兼任職務不同者無顯著差異存在。 2. 在「人際關係」工作壓力感受上，兼任「組長」者顯著高於兼任「主任」者。 3. 在「角色期許」工作壓力感受上，兼任「組長」及「科主席或學程召集人」者顯著高於兼任「主任」者。 4. 在「校務決策」工作壓力感受上，兼任「科主席或學程召集人」者顯著高於兼任「主任」者。
宋冠瑩 (2006)	公立高職兼任 行政工作教師	<ol style="list-style-type: none"> 1. 在整體工作壓力感受上兼任職務不同者有顯著差異存在。擔任「處室組長」者顯著高於擔任「處室主任」、「科主任」及「其他(含秘書)」教師。 2. 在「工作負荷」工作壓力感受上，「處室組長」顯著高於「處室主任」、「科主任」及「其他(含秘書)」者。 3. 在「人際關係」與「專業知能」工作壓力感受上，「處室組長」顯著高於擔任「處室主任」。 4. 在「組織因素」工作壓力感受上，「處室組長」顯著高於「處室主任」及「其他(含秘書)」。

表 2-8 「兼任職務」與工作壓力的研究發現一覽表（續）

徐淑玲 (2007)	臺北市高職兼任行政職務教師	<ol style="list-style-type: none"> 1. 在整體工作壓力感受上兼任職務不同者有顯著差異存在。兼任「組長」高於兼任「處室主任、秘書」；兼任「其他」職務者高於兼任「科主任」者。 2. 在「工作負荷」工作壓力感受上，兼任「其他職務」者顯著高於兼任「處室主任、秘書」者。兼任「科主任」者顯著高於兼任「組長」者。 3. 在「上級要求」、「角色期許」、「人際關係」、「專業知能」工作壓力感受上，兼任「組長」皆高於兼任「處室主任、秘書」；兼任「其他」職務者皆高於兼任「科主任」者。
李慧雯 (2009)	完全中學兼任行政教師	<ol style="list-style-type: none"> 1. 在整體工作壓力感受上兼任職務不同者有顯著差異存在。兼任「組長」者整體工作壓力感受顯著高於兼任「主任」者。 2. 在「工作負荷」、「專業發展」、「上級要求」等工作壓力感受上，兼任「組長」者高於兼任「主任」者。
簡茆法 (2010)	中部四縣市高中兼職行政教師	<ol style="list-style-type: none"> 1. 在整體工作壓力感受上兼任職務不同者無顯著差異存在。 2. 在「決策參與」、「工作負荷」、「內在衝突」及「專業知能」工作壓力感受上，兼任「組長」者皆顯著高於兼任「主任」者。
蘇清山 (2010)	高雄市高中職兼任行政教師	在整體工作壓力感受上兼任職務不同者無顯著差異存在。

資料來源：研究者參酌文獻整理

由上述結果獲知，多數研究均發現兼任行政職務不同的高中職教師，所感受到的工作壓力，有顯著差異存在（林淑芬，2001；宋冠瑩，2006；徐淑玲，2007；李慧雯，2009）；其中尤其以兼任「組長」職務者所感受到的工作壓力顯著高於兼任「主任」者（宋冠瑩，2006；徐淑玲，2007；李慧雯，2009）。然而亦有部分研究顯示兼任不同行政職務高中職教師所感受到的工作壓力間並無顯著差異存在（鄭百芬，2003；簡茆法，2010；蘇清山，2010）。

至於在造成工作壓力的來源方面，研究發現在「工作（行政）負荷」、「專業知能」及「人際關係」等方面的壓力感受，兼任「組長」職務者，較高於兼任「主任」職務者（鄭百芬，2003；宋冠瑩，2006；李慧雯，2009；簡茆法，2010）；然而徐淑玲(2007)卻研究發現，在「工作負荷」的工作壓力方面，兼任「主任」職務者反而比兼任「組長」職務者的壓力較大。

這些研究結果的不一致，研究者認為對兼任行政職務不同之高中職教師工作壓力的差異性，有再探討的必要，因此本研究擬針對兼任行政職務不同之高中職教師的工作壓力，進一步探討其間是否有顯著差異存在。

七、婚姻狀況與工作壓力

婚姻狀況不同的兼任行政職務高中職教師的工作壓力是否有顯著差異存在？許多學者曾針對此變項進行研究，謹將各研究發現整理如表 2-9。

表 2-9 「婚姻狀況」與工作壓力的研究發現一覽表

研究者	研究對象	研究結果
林淑芬 (2001)	高級職業學校 兼任行政教師	<ol style="list-style-type: none"> 1. 在整體工作壓力感受上婚姻狀況不同者有顯著差異存在。「已婚無子女」者高於「已婚有子女」者。 2. 在「專業知能」工作壓力感受上，「未婚」與「已婚無子女者」高於「已婚有子女者」。 3. 在「人際關係」與「心理衝突」工作壓力感受上「已婚無子女」者高於「已婚有子女」者。
鄭百芬 (2003)	高中教師兼任 行政職務者	<ol style="list-style-type: none"> 1. 在整體工作壓力感受上婚姻狀況不同者有顯著差異存在。「未婚」者顯著高於「已婚有子女」者。 2. 在「行政負荷」工作壓力感受上，「未婚」與「已婚無子女」者顯著高於「已婚有子女者」。 3. 在「人際關係」工作壓力感受上，「未婚」與「離婚喪偶」者顯著高於「已婚有子女」者。 4. 在「角色期許」工作壓力感受上，「未婚」與「已婚無子女」者顯著高於「已婚有子女」者與「離婚喪偶」者。 5. 在「校務決策」工作壓力感受上，「未婚」者顯著高於「已婚有子女」者。
鄭秀女 (2005)	高雄市公立高職 行政人員	在整體工作壓力感受上婚姻狀況不同者無顯著差異存在。
宋冠瑩 (2006)	公立高職兼任 行政工作教師	<ol style="list-style-type: none"> 1. 在整體工作壓力感受上婚姻狀況不同者無顯著差異存在。 2. 在「工作負荷」工作壓力感受上「未婚」者顯著高於「已婚」者。
吳慧慎 (2006)	國立高中總務主任	在整體工作壓力感受上婚姻狀況不同者無顯著差異存在。
徐淑玲 (2007)	臺北市高職兼任行 政職務教師	<ol style="list-style-type: none"> 1. 在整體工作壓力感受上婚姻狀況不同者有顯著差異存在。「未婚」者顯著高於「已婚無子女」者；「已婚有子女」者顯著高於「其他」婚姻狀況者。 2. 在「角色期許」、「人際關係」、「專業知能」工作壓力感受上，「未婚」者皆顯著高於「已婚無子女」者；「已婚有子女」者皆顯著高於「其他」婚姻狀況者。
李慧雯 (2009)	完全中學兼任行政 教師	<ol style="list-style-type: none"> 1. 在整體工作壓力感受上婚姻狀況不同者無顯著差異存在。 2. 在「上級要求」、「工作負荷」、「人際關係」工作壓力感受上「未婚」者皆高於「已婚」。

表 2-9 「婚姻狀況」與工作壓力的研究發現一覽表（續）

簡茆法 (2010)	中部四縣市高中兼 職行政教師	1. 在整體工作壓力感受上婚姻狀況不同者無顯著差異存在。 2. 在「決策參與」及「工作負荷」工作壓力感受上，「未婚」者顯著高於「已婚」者。
蘇清山 (2010)	高雄市高中職 兼任行政教師	3. 在整體工作壓力感受上婚姻狀況不同者無顯著差異存在。

資料來源：研究者參酌文獻整理

由上述結果獲知，大部分研究均發現婚姻狀況不同的高中職兼任行政職務教師的工作壓力，並無顯著差異存在（鄭秀女，2005；宋冠瑩，2006；吳慧慎，2006；李慧雯 2009；簡茆法，2010；蘇清山，2010）。但亦有部分研究發現婚姻狀況不同的高中職兼任行政職務教師者的工作壓力，有顯著差異存在（林淑芬，2001；鄭百芬，2003；徐淑玲，2007）。

至於在造成工作壓力的來源方面，研究發現在「工作（行政）負荷」、「專業知能」及「人際關係」的壓力感受上，「未婚」者的工作壓力較高於「已婚」者（林淑芬，2001；鄭百芬，2003；宋冠瑩，2006；徐淑玲，2007；李慧雯，2009；簡茆法，2010）。

上述研究結果的不一致，研究者認為對婚姻狀況不同的高中職兼任行政職務教師工作壓力的差異性，有再探討的必要，因此本研究擬針對婚姻狀況不同之兼任行政職務教師，進一步探討其工作壓力，是否有顯著差異存在。

八、學校規模與工作壓力

學校規模不同的兼任行政職務高中職教師的工作壓力，是否有顯著差異存在？許多學者曾針對此變項進行研究，謹將各研究發現整理如表 2-10。

表 2-10 「學校規模」與工作壓力的研究發現一覽表

研究者	研究對象	研究結果
林淑芬 (2001)	高級職業學校 兼任行政教師	在整體工作壓力感受上學校規模不同者無顯著差異存在。
鄭百芬 (2003)	高中教師兼任 行政職務者	1. 在整體工作壓力感受上班級數不同者無顯著差異存在。 2. 在「行政負荷」、「角色期許」、「校務決策」工作壓力感受上有顯著差異。以「41~50班」者工作壓力感受最高。
高國慶 (2005)	高中職學務主任	在整體工作壓力感受上學校規模不同者無顯著差異存在。

表 2-10 「學校規模」與工作壓力的研究發現一覽表（續）

鄭洸鍵 (2005)	高中職教務主任	<ol style="list-style-type: none"> 1. 在整體工作壓力感受上班級數不同者有顯著差異存在，「19 班以上」者顯著高於「18 班以下」者。 2. 在「人際關係」、「上級壓力」工作壓力感受上，「19 班以上」者顯著高於「18 班以下」者。
宋冠瑩 (2006)	公立高職兼任 行政工作教師	<ol style="list-style-type: none"> 1. 在整體工作壓力感受上學校規模不同者有顯著差異存在，「31~40 班」及「51~60 班」顯著高於「61 班以上」者。 2. 在「工作負荷」、「人際關係」、「專業知能」及「組織因素」工作壓力感受上「31~40 班」及「51~60 班」亦顯著高於「61 班以上」者。
吳慧慎 (2006)	國立高中總務主任	在整體工作壓力感受上學校規模不同者無顯著差異存在。
徐淑玲 (2007)	臺北市高職兼任行 政職務教師	在整體工作壓力感受上學校規模不同者無顯著差異存在。
李慧雯 (2009)	完全中學兼任 行政教師	<ol style="list-style-type: none"> 1. 在整體工作壓力感受上學校規模不同者無顯著差異存在。 2. 在「工作負荷」工作壓力感受上學校規模為中上者有較顯著的工作壓力感受。
蘇清山 (2010)	高雄市高中職 兼任行政教師	<ol style="list-style-type: none"> 1. 在整體工作壓力感受上學校規模不同者無顯著差異存在。 2. 在「上級要求」工作壓力感受上，「31~50 班」者顯著高於「51 班（含）以上」者。

資料來源：研究者參酌文獻整理

由上述結果獲知，大部分研究發現學校規模不同的高中職兼任行政職務教師的工作壓力，並無顯著差異存在（林淑芬，2001；鄭百芬，2003；高國慶，2005；吳慧慎，2006；徐淑玲，2007；李慧雯，2009；蘇清山，2010）；但亦有部份研究發現學校規模不同的兼任行政職務高中職教師的工作壓力，有顯著差異存在（鄭洸鍵，2005；宋冠瑩，2006），此外，鄭洸鍵(2005)亦研究發現任職於班級數多的高中職兼任行政職務教師之整體工作壓力，顯著高於班級數少者；然而，宋冠瑩(2006)卻研究獲知，任職於班級數少的教師其承受之整體工作壓力，反而高於任職於班級數多者。

至於在造成工作壓力的來源方面，在「人際關係」的壓力感受方面，鄭洸鍵(2005)研究發現，任職於班級數多的高中職兼任行政職務教師的壓力感受顯著高於任職於班級數較少學校者；然而宋冠瑩(2006)卻研究獲知，任職於班級數少學校的高中職兼任行政職務教師的工作壓力感受反而較高於任職於班級數多者。

這些研究結果的不一致，研究者認為任職於學校規模不同的高中職兼任

行政職務教師的工作壓力的差異性，有再探討的必要，因此本研究擬針對任職於學校規模不同的高中職兼任行政職務教師的工作壓力，再次探討其間是否有顯著差異存在。

臺北市 26 所公立高中分為普通高中與完全中學兩類，普通高中就讀學生皆為高中生，學生組成單一卻活動蓬勃；完全中學包含國中部與高中部，各階段班級數較少，學校活動規模亦較小，但因組成學生年紀差距大，管理較不易，而且雙軌的學制相關業務皆須辦理，兩種類別學校間或許有不同之工作壓力存在。因此研究者推論，任教於不同「學校類別」之公立高中兼任行政職務教師，其工作壓力會有差異性存在。目前文獻中僅蘇清山(2010)針對高雄市高中職兼任行政職務教師所做的研究中納入普通高中與完全中學在背景變項中進行探討，其研究發現「學校類型不同的兼任行政職務教師，其工作壓力間無顯著差異存在。」可否依此推論臺北市公立普通高中與完全中學兼任行政職務教師的工作壓力差異狀況，有待商榷。因此本研究擬以「學校類別-普通高中、完全中學」為一環境背景變項，探討在臺北市高中兼任行政職務之教師因學校類別不同是否在工作壓力間有顯著差異存在。另外，在相關研究中皆未發現以「子女數」的多寡作為研究變項，探討其對兼任行政職務教師工作壓力之影響，因此本研究擬加入「子女數」為變項，以為更進一步之探討。

綜上所言，由於在不同性別、年齡、教育程度、服務年資、兼任行政年資、兼任職務、婚姻狀況、子女數、學校類別及學校規模等變項對於高中職兼任行政職務教師工作壓力的影響上，至今尚未獲得一致性的結果，或無研究涉及，因此研究者認為有再繼續探討的必要。尤其在臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力方面，目前更未發現相關的研究。這些背景變項對臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力所產生的影響為何，讓研究者深感興趣，而成為本篇研究重要的動機之一。

第二節 復原力

壹、復原力的定義

復原力 (resilience)，其字根源於拉丁語，在牛津字典中解釋為「一種能快速自傷痛中進入感覺較好狀態的能力」。在國內對於「resilience」的翻譯頗為分歧，有人將之翻譯為「抗逆力」、「壓彈」，有人將之譯為「心理彈性」或「韌性」。所謂「復原」，必然是跟隨著「傷病」出現；當人歷經「傷病」後重返健康的歷程便是「復原」。而「復原力」是指當個體面對危機打擊、傷痛後，經自我療癒而恢復到生活正軌的能力。

Rak 與 Patterson (1996)認為復原力是一種能自疾病、憂鬱及困境等狀態中恢復的能力。蕭文 (1999)則認為復原力是個人所具有的某些特質或能力，使個人於壓力情境中，能發展出健康因應的策略。江志正(2008)亦將復原力定義為個體的某種心理特質，具有這種特質的人會在遭逢變故時，能從困境及低潮裡，快速恢復並彈回常規。可見復原力是一種能強化個體本身，使之能成功適應環境變化的能力。邱惠娟(2010)則認為：復原力是一種面對困境時所應運而生之正向性及積極性的反應。其主要特色便是當面對環境中的逆境或艱困時，個體能夠產生積極的態度與情緒或發展出正向調適的因應策略，而不被挫折、壓力給擊潰。

在本研究中，由於探討的是「resilience」是否能讓教師從工作壓力中得到紓解，能對工作壓力帶來調節的效能，而使兼任行政職務教師能再繼續面對著強大壓力的工作，而減緩其憂鬱行為的表現。因此在本研究中將「resilience」翻譯為「復原力」，著重在其「調節與復原」的功能。

國內外許多學者皆對復原力進行相關研究，也為復原力訂下概念性定義，研究者參考國內外相關文獻，整理如表 2-11。

表 2-11 國內外學者對「復原力」之定義

研究者 (年代)	復原力的定義
Garnezy(1991)	當個體面臨環境中的困境時，能產生積極的情緒、態度，或是應變出正向的因應策略，不被壓力與挫折擊倒，產生正向適應的結果。
Brooks(1994)	復原力是一種心理態度，是具改變性的心理特質。此種心理態度是透過持續性、動態的過程而養成，取決於個人特質與生活經驗互動關係。
黃寶萱(2007)	復原力乃因應負向情境而生，沒有危機因子就沒有復原力。復原力是指個體具有或學習到的特質或能力，能有效幫助個體在發展階段上達到正向適應的結果，甚至超越危機前的水準。

表 2-11 國內外學者對「復原力」之定義（續）

江志正(2008)	復原力係指個體的一種特質及能力，具備這種特質與能力能夠讓個體從環境的變動及挫敗中迅速恢復，以穩定的情緒及適當的思考來面對當前的狀況，並能從中再度學習而強化自我未來的環境因應能力。
王淑蓉(2009)	復原力指包括保護因子、過程和機制等，可讓個體即使經歷足以產生心理病理症狀的明顯危機壓力源，還能夠獲得比預期良好的適應結果之個人和環境特性。
陳馨怡(2009)	是正向的個人特質，在與環境互動後，協助個體克服危機並能成功的適應所處的環境，使其回復到常態的生活。
陳宜娜(2010)	復原力是一種經歷扭曲、壓縮或延展後，能迅速彈回並恢復原狀的正向能量與心理資源，換言之，復原力乃指個人具備某些特質或能力，當他（她）面臨壓力、危機情境時，能展現抵抗能力，使個人重新獲得積極生活的改變歷程。
邱惠娟(2010)	復原力不單只是一種能力，也是一種改變逆境增強的動力，個體所具有的一種潛能或特質的能力，透過與環境交互因應的過程，適時給予正向支持，以產生良好的適應結果。
王鴻裕(2011)	是一種不畏艱難挫折，百戰不殆與高度耐磨的特質和能力，使個體能夠因應挑戰，且會隨著個體與環境的互動，經由經驗、學習與發展的過程而累積或消長。
鄒家芸(2011)	個體在經歷創傷、對抗壓力或挫折等逆境時，能夠迅速恢復正常生活、正向適應與克服逆境的一種能力。
曾筱恬(2011)	為個體所具有的特質或能力，這種能力在各人與環境互動的動態性過程中能夠幫助個體在面臨威脅或危機的情境下有良好的適應結果。
王淑女(2011)	當面對環境中的逆境或挫折時，個體能夠產生積極正面的態度與情緒，從而發展正向調適的成功因應策略，而不被逆境挫折所擊潰。

資料來源：研究者參酌文獻整理

根據上述專家學者的意見發現，各研究的定義雖然略有出入，但仍可歸納出下列幾項特徵：

1. 復原力是一種正向的個人心理特質，復原力的高低係與環境交互作用的結果。
2. 復原力能讓個體在面對逆境時得到正向的支持，並迅速回歸到正常的生活。

依此，本研究擬以「個體在面臨壓力、挫折與受傷害等逆境時，仍能夠與環境良好的互動，並迅速將態度與情緒調節、恢復，以適應正常生活的一種正向能力或特質」做為本研究「復原力」的概念型定義。

貳、復原力特質

復原力是當個體遭遇挫折或逆境時，能讓情緒在衝擊中反彈回復的能

力。復原力是一種個人特質，而這種特質是個體的優勢，有助於個人的成長與發展，並利於當前及未來的工作與生活（江志正，2008）。復原力究竟包含那些的特質呢？研究者將蒐集到的文獻整理如表 2-12：

表 2-12 「復原力」特質整理一覽表

研究者（年代）	復原力的特質
蕭文（1999）	<ol style="list-style-type: none"> 1. 具有幽默感並對事件能從不同角度觀之。 2. 雖置身挫折情境，卻能將自我與情境做適度分離。 3. 能自我認同，表現出獨立和控制環境的能力。 4. 對自我和生活具有目的性和未來導向的特質。 5. 具有向環境／壓力挑戰的能力。 6. 能有良好的社會適應技巧。 7. 較少強調個人的不幸、挫敗、無價值／無力感。
朱森楠(2001)	<ol style="list-style-type: none"> 1. 復原力是正向的。 2. 復原力是一種能力、特性。 3. 復原力是可培養的一種個人力量。 4. 復原力是一種個體與環境交互作用因應的過程。
林清文(2003)	<ol style="list-style-type: none"> 1. 面臨不順遂的情境能積極主動採取因應方式。 2. 成長歷程中能使他人對自己有正向的關注。 3. 於逆境時能微笑以對，樂觀面對。 4. 能有能力創造正向價值的生活。 5. 反諸求己不靠他人的自主能力。 6. 勇於嘗試新事物。 7. 自我調整的能力佳。
Brooks R. 與 Goldstein S. (2003)	<ol style="list-style-type: none"> 1. 知道如何加強自己的抗壓力。 2. 有同理心。 3. 有效溝通、展現人際互動能力。 4. 具有扎實的解決問題及決策技巧。 5. 設立切合實際的目標與期望。 6. 由成敗中學習。 7. 是社會中具有同情心及貢獻力的一份子。 8. 根據有意義的價值觀過踏實的生活。 9. 幫助他人感受特別之處時，也覺得自己很特別（並非自以為是）。
王淑女(2011)	<ol style="list-style-type: none"> 1. 「我有」：知道自己可使用的外在資源為何，包括家庭、學校、宗教等，在面對挫折困境逆境時，能尋求適當資源以度困境。 2. 「我是」：是正向自我概念部分，屬於個人內在的力量，能減緩負向情緒所帶來的衝擊。 3. 「我能」：是社會人際的技巧，包括創造性，堅持，幽默，溝通，問題解決，衝動控制，尋求信任關係，社會技巧以及智能技巧等，藉由人際溝通、自我控制，學習相關社會技巧，獲得解決事情的能力，增強自我能力與掌控感。
鄒家芸(2011)	<ol style="list-style-type: none"> 1. 作情緒的主人、經常彈性思考、抱持樂觀態度。 2. 有同理心並體貼他人。 3. 有求知慾望，主動尋求協助。 4. 勇敢挑戰自我並相信自己有掌控能力。 5. 有自信且自我感覺良好。

資料來源：研究者參酌文獻整理

綜合以上學者所言，復原力可歸納出以下幾個特質：

1. 能在逆境中掌握自己的情緒，且以幽默、樂觀的態度面對。
2. 擁有良好社會技巧，能運用人際溝通，正面的解決問題。
3. 能適時主動地尋求協助，並相信自己、認同自己的能力。

參、教育工作人員復原力概況

復原力是當個體面對超過自身能夠負荷或接受的壓力、挫折或危機時，內在緊急因應而產生的正向力量。也就是說，只有在危機出現時，復原力才會產生效能。如果從教師的角度來看，所謂教師的復原力是指教師在面對教學環境中的挫折與困境時，能透過個體內在及外在的保護因子，以適當的因應策略，而產生之良好的適應結果與勝任能力（邱惠娟，2011）。本研究欲探討當前兼任行政職務教師的復原力狀況，國內過去曾有一些學者就此主題進行探討，茲將相關研究發現整理如表 2-13。

表 2-13 國內教育工作者復原力相關研究一覽表

研究者	研究對象	復原力現況	不同層面復原力的比較
王淑蓉 (2009)	臺北縣市 國小教師	中上程度	「社會資源」復原力表現最強，其次為「家庭團結」復原力，第三位為「個人強度」復原力，第四位為「社交能力」復原力，「未來組織風格」復原力位居第五。
邱惠娟 (2010)	中部六縣市公立 國中教師	中上程度	「社會資源」復原力表現最強，其次為「家庭團結」復原力，第三位為「個人強度」復原力，第四位為「未來組織風格」復原力，「社交能力」復原力位居第五。
陳宜娜 (2010)	臺南地區 幼教師		「樂觀想像」復原力表現最強，「自我放鬆」復原力位居第二，「幽默化解」復原力位居第三。
王淑女 (2011)	彰中投三縣市 國中教師	中上程度	「復原向度」復原力最強，其次為「嘗新向度」復原力。
王鴻裕 (2011)	臺中市 國小校長	中上程度	「家庭團結」復原力表現最強，其次為「個人強度」復原力，第三位為「社會資源」復原力，第四位為「未來組織風格」復原力，「社交能力」復原力位居第五。
梁寶苓 (2011)	臺中市 國小兼任行政職務教師	中上程度	「社會資源」復原力表現最強，其次為「家庭團結」復原力，再其次為「未來組織風格」復原力，第四位為「社交能力」復原力，第五位為「個人強度」復原力。
鄒家芸 (2011)	桃竹苗四縣市 國小教務主任	中上程度	「家庭團結」復原力表現最強，其次為「社會資源」復原力，「個人強度」復原力位居第三，「未來組織風格」復原力位居第四，第五位為「社交能力」復原力。

資料來源：研究者參酌文獻整理

由上述資料獲知，目前相關研究皆發現國內教育工作者的復原力在中上程度（王淑蓉，2009；王淑女，2011；王鴻裕，2011；邱惠娟，2010；陳宜娜，2010；鄒家芸，2011）。至於在各層面復原力的表現上，王淑蓉(2009)及邱惠娟(2010)均研究發現教師的「社會資源」復原力的強度最高；王鴻裕(2011)及鄒家芸(2011)的研究則發現教師的「家庭團結」復原力的強度最高；而陳宜娜(2010)以臺南地區幼教老師為研究對象，結果發現他們的「樂觀想像」復原力較高於「自我放鬆」與「幽默化解」復原力。

綜合上述研究，雖然結果皆發現國內教育工作者的復原力在中上程度，但是這些研究卻無法具體推測與解釋高中兼任行政職務教師的復原力概況。臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力概況如何？研究者認為有再探討的必要。因此本研究擬針對臺北市公立高中兼任行政職務教師進行研究，以瞭解其復原力的概況。

肆、個人背景變項與復原力之相關研究

根據針對國內教育工作者探討其復原力的相關文獻顯示，研究者常會針對受試的個人背景變項，如：性別、年齡、教育程度、服務年資、行政年資、婚姻狀況及學校規模……等，探討對其復原力表現的影響。在本研究中，基於研究對象與研究目的，研究者較感興趣的為性別、年齡、教育程度、服務年資、兼任行政的年資、擔任的職務、婚姻狀況、學校規模及學校類別等背景變項，探討它們對臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力表現的影響，以下將分別針對不同變項對復原力表現影響之過去研究發現整理如下：

一、性別與復原力

性別不同之教育工作者的復原力是否有顯著差異存在？有些學者曾針對此變項進行研究，謹將所得結果整理如表 2-14。

表 2-14 「性別」與復原力的研究發現一覽表

研究者	研究對象	研究發現
王淑蓉(2009)	臺北縣市 國小教師	1. 性別不同之國小教師的整體復原力有顯著差異存在。「女性」教師的整體復原力顯著高於「男性」教師。 2. 「女性」教師的「家庭團結」、「社會資源」的復原力皆顯著高於「男性」教師。
邱惠娟(2010)	中部六縣市 公立國中教師	性別不同之國中教師的整體復原力有顯著差異存在。「女性」教師的整體復原力顯著高於「男性」教師。
王淑女(2011)	彰中投三縣市 國中教師	1. 性別不同之國中教師的整體復原力並無顯著差異存在。 2. 「男性」教師的「嘗新向度」復原力顯著高於「女性」教師。

表 2-14 「性別」與復原力的研究發現一覽表（續）

王鴻裕(2011)	臺中市 國小校長	1. 性別不同之國小校長的整體復原力有顯著差異存在。「男性」校長的整體復原力顯著高於「女性」校長。 2. 「男性」校長的「個人強度」、「家庭團結」、「社會資源」、「社交能力」與「未來組織風格」復原力皆顯著高於「女性」校長。
蕭如怡(2010)	高雄縣國中教師	性別不同者整體復原力並無顯著差異存在。
梁寶苓(2011)	臺中市國小 兼任行政職務 教師	1. 性別不同之國小兼任行政職務教師的整體復原力並無顯著差異存在。 2. 「女性」教師的「社會資源」復原力顯著高於「男性」教師。
鄒家芸(2011)	桃竹苗四縣市 國小教務主任	1. 性別不同之國小教務主任的整體復原力無顯著差異存在。 2. 「女性」國小教務主任的「社會資源」復原力顯著高於「男性」國小教務主任。

資料來源：研究者參酌文獻整理

由上述資料獲知，部分研究發現性別不同之教育工作者的整體復原力表現，並無顯著差異（蕭如怡，2010；王淑女，2011；梁寶苓，2011；鄒家芸，2011）。但仍有些研究卻獲得女性教育工作者的復原力顯著高於男性教育工作者的結果（王淑蓉，2009；邱惠娟，2010）。然而王鴻裕(2011)卻研究發現其實男性工作者的整體復原力表現顯著的高於女性教育工作者。

這些研究結果的不一致，研究者認為性別不同的教育工作者，復原力間的差異性有再探討的必要，因此本研究擬針對性別不同之臺北市公立高中兼任行政職務教師，探討其復原力表現是否有顯著差異存在。

二、年齡與復原力

年齡不同的教育工作者間的復原力是否有顯著差異存在？有些學者針對此變項進行研究，謹將研究發現整理如表 2-15。

表 2-15 「年齡」與復原力的研究發現一覽表

研究者	研究對象	研究發現
王淑蓉(2009)	臺北縣市國小教師	年齡不同者整體復原力並無顯著差異存在。
蕭如怡(2010)	高雄縣國中教師	年齡不同者整體復原力並無顯著差異存在。
王鴻裕(2011)	臺中市國小校長	1. 年齡不同之國小校長的整體復原力有顯著差異存在。「46歲以上」的國小校長的整體復原力高於「41~45歲」的國小校長。 2. 「46歲以上」的國小校長的「個人強度」、「家庭團結」、「社會資源」、「社交能力」與「未來組織風格」復原力皆顯著高於「41~45歲」的國小校長。
梁寶苓(2011)	臺中市國小兼任 行政職務教師	年齡不同者整體復原力並無顯著差異存在。
鄒家芸(2011)	桃竹苗四縣市 國小教務主任	年齡不同者整體復原力並無顯著差異存在。

資料來源：研究者參酌文獻整理

由上述資料獲知，除王鴻裕(2011)的研究獲知年齡不同的國小校長的整體復原力有顯著差異，尤其是「46歲以上」的國小校長整體復原力顯著高於「41~45歲」國小校長外；其他研究結果皆發現年齡不同的教育工作者，其整體復原力表現，並無顯著差異存在（王淑蓉，2009；蕭如怡，2010；梁寶苓，2011；鄒家芸，2011）。這些研究結果的不一致，研究者認為年齡不同之教育工作者，復原力間的差異性，有再探討之必要。因此本研究擬針對年齡不同之臺北市公立高中兼任行政職務教師，探討其復原力表現是否有顯著差異存在。

三、教育程度與復原力

教育程度不同的教育工作者的復原力，是否有顯著差異存在？有些學者曾針對此變項進行研究，謹將研究發現整理如表 2-16。

表 2-16「教育程度」與復原力的研究發現一覽表

研究者	研究對象	研究發現
王淑蓉 (2009)	臺北縣市國小教師	學歷不同之國小教師的整體復原力並無顯著差異存在。
蕭如怡 (2010)	高雄縣國中教師	學歷不同之國中教師的整體復原力並無顯著差異存在。
王淑女 (2011)	彰中投三縣市 國中教師	1. 學歷不同之國中教師的整體復原力並無顯著差異存在。 2. 「碩士以上」的國中教師的「嘗新向度」復原力上顯著高於「大學畢業」者。
梁寶苓 (2011)	臺中市國小兼任行政職務教師	教育背景不同之國小兼任行政職務教師的整體復原力並無顯著差異存在。
鄒家芸 (2011)	桃竹苗四縣市 國小教務主任	學歷不同之國小教務主任的整體復原力並無顯著差異存在。

資料來源：研究者參酌文獻整理

由上述資料獲知，多項研究發現，教育程度不同的教育工作者，在整體復原力表現上，並無顯著差異存在（王淑蓉，2009；蕭如怡，2010；王淑女，2011；梁寶苓，2011；鄒家芸，2011）。然而到目前為止，針對教育程度對復原力影響的相關研究資料並不多見，且在既有研究中，多以國中小教師為研究對象，尚未見針對高中教師或高中兼任行政職務者進行研究，因此研究者以為其有繼續再探討之必要。因此，本研究擬針對教育程度不同之臺北市公立高中兼任行政職務教師，探討其復原力表現，是否有顯著差異存在。

四、服務年資與復原力

服務年資不同之教育工作者的復原力是否有顯著差異存在？有些學者曾針對此變項進行研究，謹將研究發現整理如表 2-17。

表 2-17「服務年資」與復原力的研究發現一覽表

研究者	研究對象	研究發現
王淑蓉 (2009)	臺北縣市國小教師	1. 任教年資不同之國小教師的整體復原力並無顯著差異存在。 2. 服務「16~20年」之國小教師的「組織風格」復原力顯著高於服務「6~10年」之國小教師。
蕭如怡 (2010)	高雄縣國中教師	年資不同之國中教師的整體復原力並無顯著差異存在。
王淑女 (2011)	彰中投三縣市 國中教師	1. 年資不同之國中教師的整體復原力有顯著差異存在。服務「5年以下」與「16~20年」之國中教師的整體復原力顯著高於服務「11~15年」之國中教師。 2. 服務「10年以下」及「16~20年」之國中教師的「嘗新向度」復原力顯著高於服務「11~15年」之國中教師。
梁寶苓 (2011)	臺中市國小兼任行政職務教師	教職年資不同之國小兼任行政職務教師的整體復原力並無顯著差異存在。
鄒家芸 (2011)	桃竹苗四縣市 國小教務主任	服務年資不同之國小教務主任的整體復原力並無顯著差異存在。

資料來源：研究者參酌文獻整理

由上述資料獲知，只有王淑女(2011)研究發現年資不同的彰中投三縣市國中教師的整體復原力表現有顯著差異存在，服務「5年以下」與「16~20年」之國中教師的整體復原力顯著高於服務「11~15年」之國中教師；而其他與此主題相關之研究，卻獲知服務年資不同之教育工作者的整體復原力表現，並無顯著差異存在（王淑蓉，2009；蕭如怡，2010；梁寶苓，2011；鄒家芸，2011）。由於現有研究結果的不一致，再加上可用來參考的研究資料不多，研究者認為服務年資不同之教育工作者，復原力間的差異性，有繼續探討的必要。因此本研究擬針對服務年資不同之臺北市公立高中兼任行政職務教師，探討其復原力表現，是否有顯著差異存在。

五、婚姻狀況與復原力

婚姻狀況不同之教育工作者的復原力是否有顯著差異存在？有些學者曾針對此變項進行研究，謹將研究發現整理如表 2-18。

表 2-18 「婚姻狀況」與復原力的研究發現一覽表

研究者	研究對象	研究發現
王淑蓉 (2009)	臺北縣市國小教師	<ol style="list-style-type: none"> 1. 婚姻狀況不同之國小教師的整體復原力有顯著差異存在。「離婚」之國小教師的整體復原力顯著高於「未婚」、「已婚」及「其他」婚姻狀況之國小教師。「已婚」之國小教師的整體復原力亦顯著高於「未婚」之國小教師。 2. 「已婚」與「離婚」之國小教師的「個人強度」與「家庭團結」復原力皆顯著高於「未婚」之國小教師。 3. 「離婚」之國小教師的「社會資源」復原力顯著高於「未婚」、「已婚」及「其他」之國小教師。「其他」婚姻狀況之國小教師的「社會資源」復原力亦顯著高於「已婚」之國小教師。 4. 「離婚」之國小教師的「社交能力」復原力顯著高於「未婚」與「其他」婚姻狀況之國小教師。
蕭如怡 (2010)	高雄縣國中教師	婚姻狀況不同之國中教師的整體復原力有顯著差異存在。「已婚」的國中教師的整體復原力顯著高於「未婚」的國中教師。
王淑女 (2011)	彰中投三縣市 國中教師	婚姻狀況不同之國中教師的整體復原力並無顯著差異存在。
王鴻裕 (2011)	臺中市國小校長	<ol style="list-style-type: none"> 1. 婚姻狀況不同之國小校長的整體復原力有顯著差異存在。「已婚」之國小校長的整體復原力顯著高於「其他婚姻狀況」之國小校長。 2. 「已婚」之國小校長的「個人強度」、「家庭團結」、「社會資源」復原力皆顯著高於「其他婚姻狀況」之國小校長。
梁寶苓 (2011)	臺中市國小兼任行政職務教師	<ol style="list-style-type: none"> 1. 婚姻狀況不同之國小兼任行政職務教師的整體復原力並無顯著差異存在。 2. 「已婚」之國小兼任行政職務教師的「家庭團結」復原力顯著高於「未婚」者。
鄒家芸 (2011)	桃竹苗四縣市 國小教務主任	<ol style="list-style-type: none"> 1. 婚姻狀況不同之國小教務主任的整體復原力無顯著差異存在。 2. 「已婚」的國小教務主任的「家庭團結」復原力顯著高於「未婚」的國小教務主任。

資料來源：研究者參酌文獻整理

由上述資料獲知，雖然有些研究發現婚姻狀況不同的教育工作者的整體復原力表現，並無顯著差異存在（王淑女，2011；梁寶苓，2011；鄒家芸，2011）。但王淑蓉(2009)、蕭如怡(2010)與王鴻裕(2011)的研究卻發現「已婚」者的整體復原力顯著高於「未婚」者。

這些研究結果的不一致，研究者認為婚姻狀況不同之教育工作者復原力的差異性，有再探討的必要，因此本研究擬針對婚姻狀況不同之臺北市公立高中兼任行政職務教師，探討其復原力表現是否有顯著差異存在。

六、學校規模與復原力

學校規模不同的教育工作者復原力是否有顯著差異存在？有些學者曾針對此變項進行研究，謹將研究發現整理如表 2-19。

表 2-19 「學校規模」與復原力的研究發現一覽表

研究者	研究對象	研究發現
王淑蓉 (2009)	臺北縣市國小教師	1. 學校規模不同之國小教師的整體復原力有顯著差異存在。 2. 任教於「49~72 班」之國小教師的「社交能力」復原力顯著高於任教於「48 班以下」之國小教師。
王淑女 (2011)	彰中投三縣市 國中教師	學校規模不同之國中教師的整體復原力無顯著差異存在。
王鴻裕 (2011)	臺中市國小校長	學校規模不同之國小校長的整體復原力無顯著差異存在。
梁寶苓 (2011)	臺中市國小兼任 行政職務教師	1. 學校規模不同之國小兼任行政職務教師的整體復原力有顯著差異存在。 2. 任教於「7~12 班」之國小兼任行政職務教師的「社交能力」復原力顯著高於任教於「25~48 班」者。
鄒家芸 (2011)	桃竹苗四縣市 國小教務主任	學校規模不同之國小教務主任的整體復原力無顯著差異存在。

資料來源：研究者參酌文獻整理

由上述資料獲知，雖然有些研究發現學校規模不同的教師整體復原力表現，有顯著差異存在（王淑蓉，2009；梁寶苓，2011）；但仍有研究指出學校規模不同教師的整體復原力表現並無顯著差異存在（王淑女，2010；王鴻銘，2010；鄒家芸，2011）。這些研究結果的不一致，再加上以學校規模為背景變項探討復原力的研究不多，研究者認為針對此主題有繼續探討之必要。因此本研究擬針對學校規模不同之臺北市公立高中兼任行政職務教師探討其復原力表現是否有顯著差異存在。

另外，蕭如怡(2010)以高雄縣國民中學教師為研究對象，結果發現，有無子女教師的整體復原力表現，亦有顯著差異存在。「有子女」者的整體復原力高於「無子女」者。但王淑蓉(2009)針對臺北縣市國小教師進行相關主題研究，結果發現國小教師的整體復原力並不會因子女數的不同，而有顯著差異存在。

綜上所言，由於不同性別、年齡、服務年資、婚姻狀況、子女數及學校規模等背景變項對教育工作者復原力之影響，至今尚未獲得一致性的結論，再加上研究者甚感興趣的其他個人變項與對復原力的影響方面，目前尚未見

相關研究，尤其在對高中兼任行政職務教師的復原力研究方面，目前更是付之闕如。因此研究者認為有再繼續探討的必要。到底這些背景變項是否會對高中兼任行政職務教師的復原力帶來影響，是研究者極感興趣，想要探討之處，則成為本篇研究另一重要的動機。



第三節 憂鬱行為表現

壹、憂鬱的定義

憂鬱 (depression)，有些學者將之譯為「抑鬱」，有些學者譯為「沮喪」；簡而言之，憂鬱是一種情緒低落的狀況，會出現不適感與沮喪感，活動性、反應性會降低，顯現出悲觀、憂傷、抑鬱以及其他有關的症狀(Reber, 2002)。輕微性的憂鬱，多數人都曾有過此經驗，諸如悲觀、沉悶、生活缺乏情趣、做事無精打采等的情緒低潮，即使正常人也常會遇到，不能將之視為憂鬱症。真正的憂鬱症患者的行為常異於常人，不僅在心理會上陷入悲傷、絕望、自責、錯亂行為，且在生理上也會出現食慾不振、頭痛、心悸、兩眼無神、嘴角下陷等症狀 (張春興，2011)。

憂鬱是一種情感的障礙，是一種負性情感增強的表現，充滿著不適感、沮喪感的心境狀態。這種狀態有時持續的時間短，強度弱；但有時卻持久而頻繁，甚至會隨著心理障礙伴發出相關症候群。(林崇德、楊治良、黃希庭，2003)

Hellmuth(2009)認為憂鬱症患者常見五大類行為特徵：情緒不佳，如悲傷、消沉等；缺乏行動，如極少的參與、社會退縮等；顯現過度痛苦的心情，如經常抱怨、疑病、自我攻擊等；身體不適的症狀，如失眠、賴床、持續的疲倦、擔心健康、偏頭痛等，及顯示認知失調，如低落的自我價值感、負面的期待、自責、最壞的打算。沮喪的人常處在一個難以忍受、心情不佳的狀態，且常覺得情感麻木、沒力氣、身體不適、胃痛、胸悶，常想些最糟糕的情況。而且，如果發展成躁症，病人則會有時出現過度自信，充滿幻想和妄想，但過不久又會陷入憂傷、抑鬱的情形之中。

國內外許多學者皆對憂鬱行為進行相關研究，也對憂鬱訂下概念性定義，研究者參考國內外文獻，將憂鬱的定義整理如表 2-20。

表 2-20 國內外學者對「憂鬱」之定義

研究者 (年代)	憂鬱的定義
Powell(1983)	憂鬱是一種複雜的感覺，包括無助的、自尊心低落，且心中常感覺有不吉利的狀況出現。
Peterson 等(1992)	一種複雜的感覺，一種情緒狀態、情感異常、廣泛的不快樂、或是焦慮等特質。
張春興(2011)	憂鬱是屬於抑鬱症、憂鬱、沮喪，是屬於憂愁、悲傷、頹廢、消沉等多種不愉快的情緒綜合而成的心理狀態，伴隨生理與心理問題，正常者與病態者都可能有此現象，只是輕重之別而已。

表 2-20 國內外學者對「憂鬱」之定義（續）

羅文興(2006)	憂鬱是一種具可逆與連續性質的心理狀態，幾乎所有個體都可能曾經經驗此種狀態，只是程度上的差異，而此種差異會反應在個體外顯行為（心情低落的、悲觀的、無助地及沒有自信、自殺意念）以及對其生活造成影響。
黃千瑛(2007)	一個人的心情長期處於低落，並具有多面向的症狀，如食慾不振、失去精力、心理動作激進或遲緩、體重減輕、失眠等多種不愉快情緒綜合而成的心理狀態。
陳信宜(2008)	一個人嚴重的感到心情低落，並會伴隨著憂愁、悲傷、頹廢、消沉、食慾不振、失去精力、心理動作激進或遲緩、體重減輕、失眠等多種不愉快情緒綜合而成之心理狀態。
王嘉琪(2009)	發生於對許多情境的一個反應，反應表現在情緒、任發生於對許多情境的一個反應，反應表現在情緒、認知、生理、行為等方面，正常者和病態者都可能出現此現象。
陳宜芬(2010)	個體因為感到威脅或重要他人、事、物的失落，而產生一種低落、沮喪、無助、無價值、無自信的情緒狀態，此會伴隨生理與心理問題，正常者與病態者都可能有此現象，只是有輕重之分而已。
張禎容(2010)	一種低落的情緒反應，此反應會呈現在個體的生心理狀態上，進而造成生活動中種種負面的影響。
曾筱恬(2011)	個體的一種情緒狀態，特質包括高度的憂愁、悲傷、無力感、頹喪、消沉等多種不愉快情緒，或是對壓力來源無法應對，並有極度無能為力的感覺。

資料來源：研究者參酌文獻整理

根據上述專家學者的意見發現，各研究的定義多以「憂鬱」是一種心情低落的情緒狀態，這樣的情緒狀態或多或少會對個體生理或行為表現帶來負向的影響。心情低落是每個人都會產生的情緒狀態，但個人的身體與心理的自我反應機制，常會讓情緒逐漸恢復平穩正常；但如果心情低落的狀態持續發生而沒有辦法轉換平復時，憂鬱便會從心理狀態演變心理疾病。

在本研究所欲探討的是在工作壓力下，經復原力的調節後，臺北市立高中兼任行政職務教師的憂鬱行為表現，因此，在本研究將憂鬱視為一種情緒表現，而不是臨床上俗稱的「憂鬱症」。本研究擬以「自身一種低落、欲振乏力的情緒感受，會影響個體，產生如：食慾不佳、信心喪失、無力感強烈等的負面行為表現」，做為本研究「憂鬱行為表現」的概念型定義。

貳、國內教師的憂鬱行為表現概況

本研究欲探討兼任行政職務教師憂鬱行為表現，關於目前國內教師憂鬱行為表現的概況究竟如何？研究者將近年來與教師憂鬱行為表現探討之相關研究整理如表 2-21。

表 2-21 國內教師憂鬱行為表現相關研究一覽表

研究者	研究對象	憂鬱現況
羅文興(2006)	臺中縣市國小教師	61.581%受試者無憂鬱傾向，29.963%臨界憂鬱傾向，8.465%高憂鬱傾向。
蔡享呈(2007)	臺北市國小教師	男性：89%受試者無憂鬱傾向，2.7%輕度憂鬱傾向，4.5%輕度憂鬱傾向，3.6%重度憂鬱傾向。 女性：82.9%受試者無憂鬱傾向，8.3%輕度憂鬱傾向，4.6%輕度憂鬱傾向，4%重度憂鬱傾向。
黃千瑛(2007)	全國公私立高職綜合職能科教師	62.1%心理健康良好，22.8%情緒起伏不定，4.6%臨界憂鬱傾向，10.5%高憂鬱傾向。
陳信宜(2008)	雲林縣國小兼任無給職行政工作教師	憂鬱傾向平均數為 11.89，介於量表評定範圍（9~14 分）之間，表示受試者平均來說最近情緒起伏不定，需要適當處理以免陷入憂鬱情緒。
馮美珠(2008)	高屏地區公立國小教師	憂鬱傾向感受不明顯，身體憂鬱症狀感受高於憂鬱情緒。
余民寧等(2010)	全國高中職、國中小教師	98.16%無顯著憂鬱傾向，1.84%潛在憂鬱症傾向
陳宜芬(2010)	高雄市國小教師	42.4%心理健康良好，30.6%情緒起伏不定，9.2%臨界憂鬱傾向，13.9%高憂鬱傾向。
張禎容(2010)	臺北市高中職教師	47%心理健康良好，27%情緒起伏不定，12%臨界憂鬱傾向，14%高憂鬱傾向。

資料來源：研究者參酌文獻整理

由上述資料獲知，國內探討教師憂鬱行為表現所得之結果並不一致，有些研究顯示國內教師的心理健康良好，約有六成以上的受試者並無憂鬱傾向（羅文興，2006；黃千瑛，2007）；但有部分的研究卻發現有八成以上的受試者並無憂鬱傾向（蔡享呈，2007；余民寧等，2010）。雖從這些研究看來，國內教師的心理健康應該算是相當良好；但陳宜芬(2010)針對高雄市國小教師進行研究，卻發現施測的心理健康屬於良好者，僅佔 42.4%，而達臨界憂鬱與高憂鬱傾向者竟已高達 23.1%；此外，張禎容(2010)亦針對臺北市高中職教師進行相關研究，結果發現心理健康者僅佔總人數的 47%，臨界憂鬱與高憂鬱傾向者甚至高達 26%。

這些研究結果的不一致，研究者認為有再確認的必要。且綜觀相關研究，皆未見針對臺北市公立高中兼任行政職務教師進行研究，因而無法得知臺北市公立高中兼任行政職務教師的心理健康狀況，是否會因兼任行政工作的壓力而導致其有憂鬱行為的表現？因此本研究擬針對臺北市公立高中兼任行政職務教師進行研究，探討其憂鬱行為表現的概況。

參、個人背景變項與憂鬱行為表現之相關研究

根據探討國內教師憂鬱行為表現的相關文獻顯示，過去多位學者曾針對不同的個人背景變項，如：性別、年齡、教育程度、服務年資、行政年資、婚姻狀況及學校規模……等探討教師憂鬱行為表現的差異。在本研究中，研究者較感興趣的變項在於性別、年齡、教育程度、服務年資、兼任行政年資、兼任職務、婚姻狀況、子女數、學校規模及學校類別等，因此，乃以這些變項探討臺北市公立高中兼任行政職務教師的憂鬱行為表現，是否有顯著差異。以下將所蒐集之相關研究整理如下：

一、性別與憂鬱行為表現

性別不同教師的憂鬱行為表現是否有顯著差異存在？部分學者曾針對此變項進行研究，結果發現整理如表 2-22：

表 2-22 「性別」與憂鬱行為表現的研究發現一覽表

研究者	研究對象	研究發現
羅文興(2006)	臺中縣市國小教師	不同性別間的憂鬱行為表現無顯著差異。
蔡享呈(2007)	臺北市國小教師	不同性別間的憂鬱行為表現無顯著差異。
黃千瑛(2007)	全國公私立高職 綜合職能科教師	不同性別間的憂鬱行為表現無顯著差異。
馮美珠(2008)	高屏地區 公立國小教師	不同性別間的憂鬱行為表現無顯著差異。
陳信宜(2008)	雲林縣國小兼任無給 職行政工作教師	不同性別間的憂鬱行為表現無顯著差異。
余民寧等(2010)	全國高中職、國中小 教師	1. 性別不同教師整體憂鬱行為表現有顯著差異。 2. 女性教師在憂鬱的「情緒」向度上，高於男性教師。
陳宜芬(2010)	高雄市國小教師	不同性別間的憂鬱行為表現無顯著差異。
張禎容(2010)	臺北市高中職教師	不同性別間的憂鬱行為表現無顯著差異。

資料來源：研究者參酌的文獻整理

由上述資料獲知，大多數研究皆顯示性別不同教師的整體憂鬱行為表現，並無顯著差異存在（羅文興，2006；黃千瑛，2007；蔡享呈，2007；陳信宜，2008；馮美珠，2008；陳宜芬，2010；張禎容，2010）；但余民寧等(2010)的研究卻發現，性別不同教師的憂鬱行為表現已達顯著差異存在；女性教師在情緒向度上的憂鬱行為表現高於男性教師。

因此，性別變項對教師憂鬱行為表現的影響，直到目前為止似乎並未獲得一致的結論；因此本研究擬針對不同性別之臺北市公立高中兼任行政職務教師的憂鬱行為表現，進一步探討其間是否存有差異。

二、年齡與憂鬱行為表現

年齡不同的教師間的憂鬱行為表現是否有顯著差異？部分學者曾針對此變項進行研究，結果發現整理如表 2-23：

表 2-23 「年齡」與憂鬱行為表現的研究發現一覽表

研究者	研究對象	研究發現
羅文興(2006)	臺中縣市國小教師	不同年齡間的憂鬱行為表現有顯著差異存在。40 歲以下者憂鬱傾向略高於 41 歲以上者。
黃千瑛(2007)	全國公私立高職綜合職能科教師	不同年齡間的憂鬱行為表現無顯著差異存在。
陳信宜(2008)	雲林縣國小兼任無給職行政工作教師	不同年齡間的憂鬱行為表現無顯著差異存在。
馮美珠(2008)	高屏地區公立國小教師	1. 不同年齡間的整體憂鬱情緒上無顯著差異存在。 2. 身體憂鬱症狀上有顯著差異存在，30 歲以下者顯著高於 41~50 歲者。
余民寧等(2010)	全國高中職、國中小教師	1. 不同年齡間的憂鬱行為表現有顯著差異存在。40 歲以下者憂鬱傾向略高於 51~60 歲者。 2. 在「認知」、「情緒」兩向度上 30 歲以下者皆顯著高於 51~60 歲者。
陳宜芬(2010)	高雄市國小教師	不同年齡間的憂鬱行為表現無顯著差異存在。
張禎容(2010)	臺北市高中職教師	1. 不同年齡間的整體憂鬱行為表現無顯著差異存在。 2. 在情緒指標部分，30 歲以下 > 41~50 歲、51~60 歲。

資料來源：研究者參酌文獻整理

由上述資料獲知，雖然大多數的研究結果均顯示不同年齡教師的憂鬱行為表現，並無顯著差異（黃千瑛，2007；陳信宜，2008；馮美珠，2008；陳宜芬，2010；張禎容，2010）；但羅文興(2006)與余民寧等(2010)卻研究發現年齡不同教師間的憂鬱行為表現有顯著差異存在，且兩個研究皆發現 40 歲以下的教師的憂鬱行為表現較其他年齡高。此外，馮美珠(2008)的研究亦發現 30 歲以下教師的身體憂鬱症狀顯著多於 41~50 歲者；張禎容(2010)以臺北市高中職教師所做的研究，亦發現 30 歲以下教師在情緒指標的憂鬱表現上，顯著高於 41 歲以上者。

這些研究結果的不一致，研究者認為年齡不同教師憂鬱行為表現的差異性，有再探討之必要。因此本研究擬針對年齡不同之臺北市公立高中兼任行政職務教師，探討其憂鬱行為表現，是否有顯著差異存在。

三、教育程度與憂鬱行為表現

教育程度不同教師的憂鬱行為表現是否有顯著差異存在？部分學者曾針對此變項進行研究，結果發現整理如表 2-24。

表 2-24 「教育程度」與憂鬱行為表現的研究發現一覽表

研究者	研究對象	研究發現
羅文興(2006)	臺中縣市國小教師	不同教育程度間的憂鬱行為表現無顯著差異存在
黃千瑛(2007)	全國公私立高職綜合職能科教師	不同教育程度間的整體憂鬱行為表現有顯著差異存在。大學畢業者憂鬱程度高於研究所以以上者。
陳信宜(2008)	雲林縣國小兼任無給職行政工作教師	不同教育程度間的憂鬱行為表現無顯著差異存在
余民寧等(2010)	全國高中職、國中小教師	不同教育程度間的憂鬱行為表現無顯著差異存在
陳宜芬(2010)	高雄市國小教師	不同教育程度間的憂鬱行為表現無顯著差異存在
張禎容(2010)	臺北市高中職教師	不同教育程度間的憂鬱行為表現無顯著差異存在

資料來源：研究者參酌文獻整理

由上述資料獲知，雖然大多數研究皆顯示教育程度不同的教師在整體憂鬱行為表現上並無顯著差異（羅文興，2006 陳信宜，2008；余民寧等，2010；陳宜芬，2010；張禎容，2010）；然而黃千瑛(2007)曾針對全國公私立高中職綜合職能科教師進行研究卻發現：教育程度不同教師的憂鬱行為表現有顯著差異存在，學歷為大學畢業者的憂鬱行為表現顯著高於研究所以以上學歷者。

這些研究結果的不一致，研究者認教育程度不同教師憂鬱行為表現的差異有再探討之必要。因此本研究擬針對教育程度不同之臺北市公立高中兼任行政職務教師，探討其憂鬱行為的表現，是否有顯著差異存在。

四、服務年資與憂鬱行為表現

服務年資不同教師的憂鬱行為表現是否有顯著差異存在？部分學者曾針對此變項進行研究，結果整理如表 2-25。

表 2-25 「服務年資」與憂鬱行為表現的研究發現一覽表

研究者	研究對象	研究發現
羅文興(2006)	臺中縣市國小教師	不同服務年資間的憂鬱行為表現無顯著差異存在
黃千瑛(2007)	全國公私立高職綜合職能科教師	不同服務年資間的憂鬱行為表現無顯著差異存在
陳信宜(2008)	雲林縣國小兼任無給職行政工作教師	不同服務年資間的憂鬱行為表現無顯著差異存在。
馮美珠(2008)	高屏地區公立國小教師	不同服務年資間的憂鬱行為表現無顯著差異存在。
陳宜芬(2010)	高雄市國小教師	1. 不同服務年資間的整體憂鬱行為表現有顯著差異存在。 2. 服務「滿 25 年以上」教師憂鬱情緒大於「滿 5-9 年」和「滿 10-14 年」者。
張禎容(2010)	臺北市高中職教師	1. 不同服務年資間的整體憂鬱行為表現有顯著差異存在。 2. 在情緒指標上，服務「11~20 年」、「10 年以下」教師憂鬱情緒大於「21-30 年」者。

資料來源：研究者參酌文獻整理

由上述資料獲知，雖然大多數研究皆指出服務年資不同教師在整體憂鬱行為表現上並無顯著差異（黃千瑛，2007；陳信宜，2008；馮美珠，2008；羅文興，2006）；但陳宜芬(2010)卻研究發現服務年資不同國小教師的憂鬱行為表現，有顯著差異，服務年資滿 25 年以上國小教師的憂鬱行為表現，高於服務 5 至 14 年者；此外，張禎容(2010)亦研究發現服務年資不同之臺北市高中職教師的憂鬱行為表現有顯著差異，其中年資較輕的教師憂鬱行為表現顯著高於年資較深者。

因此，服務年資變項究竟對教師憂鬱行為表現帶來何種的影響，至今似乎仍未獲得一致的答案；因此本研究擬針對不同服務年資之臺北市公立高中兼任行政職務教師，探討其憂鬱行為表現是否有顯著差異存在。

五、婚姻狀況與憂鬱行為表現

婚姻狀況不同教師的憂鬱行為表現是否有顯著差異存在？部分學者曾針對此變項進行研究，結果發現整理如表 2-26。

表 2-26 「婚姻狀況」與憂鬱行為表現的研究發現一覽表

研究者	研究對象	研究發現
羅文興(2006)	臺中縣市國小教師	不同婚姻狀況間的憂鬱行為表現無顯著差異存在。
黃千瑛(2007)	全國公私立高職綜合職能科教師	不同婚姻狀況間的憂鬱行為表現無顯著差異存在。
陳信宜(2008)	雲林縣國小兼任無給職行政工作教師	不同婚姻狀況間的憂鬱行為表現無顯著差異存在。
馮美珠(2008)	高屏地區公立國小教師	不同婚姻狀況間的憂鬱行為表現無顯著差異存在。
余民寧等(2010)	全國高中職、國中小教師	不同婚姻狀況間的憂鬱行為表現無顯著差異存在。
陳宜芬(2010)	高雄市國小教師	不同婚姻狀況間的憂鬱行為表現無顯著差異存在。
張禎容(2010)	臺北市高中職教師	1. 不同婚姻狀況間的整體憂鬱行為表現無顯著差異存在。 2. 在情緒指標上，「未婚」教師憂鬱情緒大於「已婚」教師。

資料來源：研究者參酌文獻整理

由上述資料獲知，幾乎所有研究皆顯示婚姻狀況不同教師的整體憂鬱行為表現，並無顯著差異存在(余民寧等，2010；黃千瑛，2007；陳信宜，2008；陳宜芬，2010；馮美珠，2008；張禎容，2010；羅文興，2006)；但這些研究發現卻無法具體推測與解釋兼任行政職務高中教師的婚姻狀況，是否會影響其憂鬱行為表現，因此本研究擬針對不同婚姻狀況之臺北市公立高中兼任行政職務教師，探討其憂鬱行為表現，是否有顯著差異存在。

六、學校規模與憂鬱行為表現

學校規模不同教師的憂鬱行為表現是否有顯著差異存在？部分學者曾針對此變項進行研究，結果發現整理如表 2-27。

表 2-27 「學校規模」與憂鬱行為表現的研究發現一覽表

研究者	研究對象	研究發現
陳信宜(2008)	雲林縣國小兼任無給職行政工作教師	不同學校規模間的憂鬱行為表現無顯著差異存在。
陳宜芬(2010)	高雄市國小教師	不同學校規模間的憂鬱行為表現無顯著差異存在。
張禎容(2010)	臺北市高中職教師	1. 不同學校規模間的整體憂鬱行為表現無顯著差異存在。 2. 在情緒指標上，任教於學校規模 25 班以下的教師憂鬱行為表現高於任教於學校規模 51 班以上及 26-50 班者的教師。

資料來源：研究者參酌文獻整理

由上述資料，雖獲得學校規模不同教師之整體憂鬱行為表現並無顯著差異的結果（陳信宜，2008；陳宜芬，2010；張禎容，2010）。然而因為針對學校規模與教師憂鬱行為表現的研究不多，所以研究者認為有再探討的必要。因此本研究擬針對不同學校規模之臺北市公立高中兼任行政職務教師的憂鬱行為表現，探討其間的差異性。

七、兼任職務與憂鬱行為表現

兼任職務不同教師的憂鬱行為表現是否有顯著差異存在？部分學者曾針對此變項進行研究，結果發現如表 2-28。

表 2-28 「兼任職務」與憂鬱行為表現的研究發現一覽表

研究者	研究對象及職務分別	研究發現
羅文興 (2006)	臺中縣市國小教師 專任／導師／兼任行政	兼任職務不同者的憂鬱行為表現無顯著差異存在。
陳宜芬 (2010)	高雄市國小教師 導師／導師兼行政／兼任行政	兼任職務不同者的憂鬱行為表現無顯著差異存在。
馮美珠 (2008)	高屏地區公立國小教師 專任／導師／兼任行政	兼任職務不同者的憂鬱行為表現無顯著差異存在。
張禎容 (2010)	臺北市高中職教師 專任／兼任／技術教師	兼任職務不同者的憂鬱行為表現無顯著差異存在。

資料來源：研究者參酌文獻整理

由上述資料獲知，幾乎所有研究皆顯示兼任職務不同教師的整體憂鬱行為表現，並無顯著差異存在（羅文興，2006；馮美珠，2008；陳宜芬，2010；張禎容，2010）；但這些研究發現卻無法具體推測與解釋公立高中兼任不同行政職務教師的憂鬱行為表現，是否有差別存在。因此本研究擬針對兼任不同職務之臺北市公立高中教師，探討其憂鬱行為表現，是否有顯著差異存在。

了解這些背景變項是否會對高中兼任行政職務教師的憂鬱行為表現帶來影響，成為本篇研究之重要動機之一。

第四節 工作壓力、復原力及憂鬱行為表現

壹、工作壓力與憂鬱行為表現

壓力對憂鬱行為表現具有相當的影響，在近幾年憂鬱症患者激增的狀況下，壓力與憂鬱間的相關研究逐漸受到重視。教師的工作壓力與憂鬱行為表現是否有顯著相關，以下僅將與此主題相關之研究發現整理如表 2-29。

表 2-29 工作壓力與憂鬱行為表現相關研究一覽表

研究者	研究對象	研究結果
黃千瑛(2007)	全國公私立高職綜合職能科教師	工作壓力與憂鬱情緒呈正相關，工作負荷能有效預測高職學校綜合職能科教師的憂鬱情緒。
蔡享呈(2007)	臺北市國小教師	在「整體工作壓力」、「工作負荷」、「行政支持」、「學生教學」、「個人發展」、「人際關係」、「違反教育原理」的「高壓力組」國小教師的憂鬱傾向平均數得分，顯著大於「低壓力組」國小教師的憂鬱傾向平均數得分。
陳信宜(2008)	雲林縣國小兼任無給職行政工作教師	在整體工作壓力與工作感受層面上與整體憂鬱傾向呈現高度正相關。表示工作壓力愈大，憂鬱傾向的情況會愈嚴重。
張彩雲(2009)	屏東縣國小教師	屏東縣國小教師工作壓力與憂鬱傾向有顯著的正相關。
陳宜芬(2010)	高雄市國小教師	高雄市國小教師工作壓力整體層面與憂鬱情緒整體層面呈現中度正相關，表示教師的工作壓力越高，其憂鬱情緒越高。
張禎容(2010)	臺北市高中職教師	整體工作壓力與整體憂鬱傾向達到顯著「中程度之正相關」。其中「學校因素」、「工作負荷」、「角色定位」、「教師專業發展」、「人際關係」及外部因素與整體憂鬱傾向達顯著「低程度~中程度之正相關」。換言之，當受試者對工作壓力感受愈大，其憂鬱傾向的感受程度便愈高。

資料來源：研究者參酌文獻整理

綜合上述研究發現：多數研究均獲得工作壓力與憂鬱行為表現成正相關的結果；當教師的工作壓力愈高時，其憂鬱行為表現就會愈多（黃千瑛，2007；蔡享呈，2007；陳信宜，2008；張彩雲，2009；陳宜芬，2010；張禎容，2010）。然而這些研究多以一般教師為主，對於兼任行政職務教師的工作壓力與憂鬱行為表現的探究較少著墨。而臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力與其憂鬱行為表現間是否存有顯著的相關，則成為本篇研究極感興趣的議題之一。

貳、復原力與憂鬱行為表現

復原力是一種自我保護的能力，而個體復原力的強弱是否會影響其憂鬱行為表現？沙兆清(2009)以臺中地區高中生為對象進行研究，獲得高中生整體復原力與憂鬱傾向間有顯著負相關的結果；傅紹文(2010)以莫拉克颱風後高雄縣、屏東縣的災區高中（職）二年級學生進行的研究，亦得到整體復原力與憂鬱情緒間有顯著負相關的結果。自上述研究可知，當整體復原力程度愈高時，其憂鬱行為表現愈少；當整體復原力程度愈低時，其憂鬱行為表現愈多。

目前國內探討復原力與憂鬱行為表現的研究並不多見，研究對象多著重於高中生方面，尚無探討教師復原力與憂鬱行為表現間相關研究，更未見有人針對高中兼任行政職務教師之工作壓力與憂鬱行為表現相關探討。此成為本研究欲探討的重要議題之一。

參、工作壓力、復原力及憂鬱行為表現

適度的工作壓力可以讓人充滿挑戰性而激發潛能，但當工作壓力超過負荷時，便會影響身心狀況，進而產生憂鬱行為表現；在此時，復原力是否可以發揮其作用，讓人從工作壓力中恢復，紓解其憂鬱行為的表現？究竟工作壓力對於憂鬱行為表現是否具有預測力？而復原力可否在工作壓力與憂鬱行為表現間扮演調節的作用？

一、工作壓力及復原力能否預測憂鬱行為表現

張禎容(2010)研究發現，臺北市高中職教師之「學校類別：私立高職」、「任教年資淺」及「整體工作壓力高」等三個因素，可以有效預測「整體憂鬱傾向」26%的變異量。而「整體工作壓力」與「整體憂鬱傾向」達到顯著「中程度之正相關」；陳宜芬(2010)的研究亦發現，高雄市國小教師的「整體教師工作壓力」與「整體教師憂鬱情緒」達顯著正相關，其解釋變異量為17%。從上述研究可知，當教師的工作壓力提高時，其憂鬱行為表現亦會提高。工作壓力可以有效預測及解釋憂鬱行為表現。

傅紹文(2010)以莫拉克颱風後災區青少年為對象的研究發現，其復原力可解釋憂鬱情緒18.1%的變異量；沙兆清(2009)的研究亦發現，臺中地區高中生的復原力可解釋整體憂鬱傾向40.3%的變異量。

自上述研究可知，工作壓力與復原力可分別有效預測憂鬱行為表現。然而當工作壓力與復原力同時考慮時，兩者對於憂鬱行為表現的預測到底有多高？在國內相關文獻中，並未見探討工作壓力、復原力與憂鬱行為表現三者

相關研究。因此，探討不同背景變項之公立高中兼任行政職務教師其工作壓力及復原力是否能有效預測其憂鬱行為表現，及其間預測力的高低為何？成為本篇研究極感興趣的研究動機之一。

二、復原力能否調節工作壓力與憂鬱行為表現

王昭琪(2005)與沙兆清(2009)研究皆發現，壓力、復原力及憂鬱之間關係為：壓力與憂鬱呈現顯著正相關，高壓力者的憂鬱傾向高於低壓力者，但同屬高壓力或低壓力情境下，復原力較高者其憂鬱傾向較低。可見復原力可在壓力與憂鬱間扮演調節的作用。

邱惠娟(2010)在國中教師工作壓力、工作倦怠、復原力與幸福感關係之研究中發現：國中教師的工作壓力與復原力間有顯著負相關，而復原力與幸福感間為正相關；鄒家芸(2011)在國小教務主任工作壓力、復原力及幸福感之研究中發現：復原力在國小教務主任工作壓力與幸福感間具有調節作用，工作壓力與幸福感間的關係為負相關，復原力與幸福感間的關係為正相關；也就是說當工作壓力產生時，會降低個人的幸福感，但透過復原力的調節，可減輕工作所產生的壓力，增加教師幸福感受。由上述研究可知復原力可在教師工作壓力與幸福感間扮演調節的作用。

陳艷玲(2007)及胡才美(2010)研究皆發現幸福感與憂鬱之間呈現顯著負相關，意指當一個人幸福感愈高時，其憂鬱行為表現就會愈少。綜合上述研究結果也許可間接推論：復原力可在教師的工作壓力與憂鬱行為表現間扮演調節作用。

過去探討壓力、復原力與憂鬱行為表現的相關文獻並不多，更未見有人針對高中兼任行政職務教師之工作壓力、復原力與憂鬱行為表現的關係進行探討。究竟復原力可否在教師工作壓力與憂鬱行為表現間扮演調節的作用？則成為本研究重要動機之一。因此本研究擬以臺北市公立高中兼任行政職務教師為研究對象，探討其工作壓力、復原力與憂鬱行為表現三者間的相關性。

第三章 研究方法

本研究之主旨在探討臺北市公立高中兼任行政職務教師之工作壓力、復原力與憂鬱行為表現的關係，採問卷調查方式進行量化分析研究，以達成本研究目的。茲就本研究之研究架構、研究對象、研究工具、實施步驟與程序、資料處理與分析加以說明。

第一節 研究架構

本研究主要在瞭解臺北市公立高中兼任行政職務教師之工作壓力、復原力與憂鬱行為表現之概況，主要架構包含背景變項（含個人背景變項、家庭背景變項、環境背景變項）、工作壓力、復原力及憂鬱行為表現四部分。

研究者根據前述研究動機與目的、研究問題與文獻，分析臺北市公立高中兼任行政職務教師之工作壓力、復原力與憂鬱行為表現探討之因素，提出本研究架構如圖 3-1 所示。

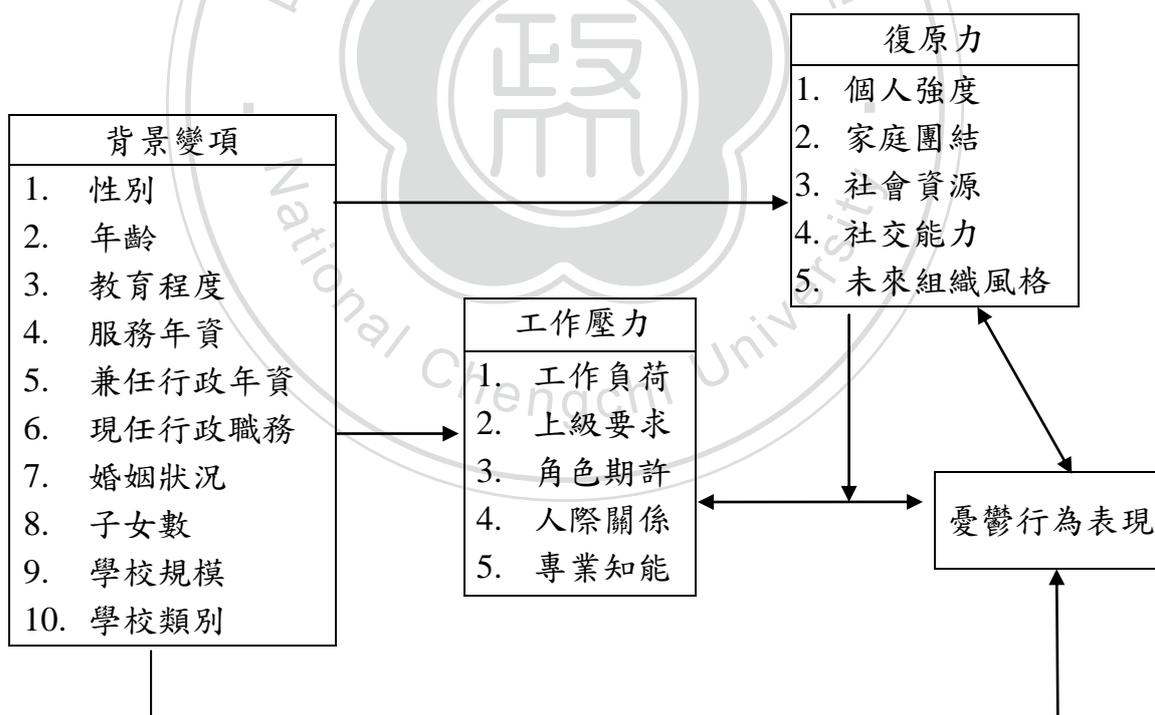


圖 3-1 研究架構圖

第二節 研究對象

本研究對象為臺北市 100 學年度公立高中兼任行政職務教師，兼職行政職務教師不包括校長、非編制內的行政教師、副組長及其他非教師兼任之專職行政人員（如人事室主任、會計室主任、總務處各組組長及各單位幹事），亦不包括兼任行政職務之教官（如主任教官及生輔組長）。各兼任行政職務教師可依臺北市高級中學教師授課鐘點規定減少授課鐘點，並依職務及基本薪資予以主管薪資加級。職務與授課節數、主管薪資加級一覽表如表 3-1。

表 3-1 臺北市高中兼任行政職務授課節數與主管薪資加級一覽表

授課節數 職位	班級數				主管加級
	31-40 班	41-50 班	51-60 班	61 班以上	
秘書、圖書館主任及各處室主任	2	0	0	0	6740 元
教學、註冊、特教、學生活動、生活輔導組長	4	2	0	0	本薪 290 元以上~5140 元 本薪 275-245 元~4220 元
以上各組以外編制內各處室組長	6	4	2	0	本薪 230 元以下~3740 元

註：臺北市高中教師授課鐘點依科目為 14 至 18 節課，如兼任導師另可減授 4 節課。

根據臺北市教育局網站資料，全臺北市計有 26 所公立高中（含完全中學，不包含國立高中），編制中兼任行政職務教師合計 442 人，本研究擬對全臺北市 26 所公立高中，依每校兼任行政職務教師員額發送問卷進行填答及回收，採全面普查式進行研究。臺北市公立高中兼任行政職務教師一覽表如表 3-2。

本研究總計發出 442 份問卷，共收回 284 份問卷，扣除無效問卷後，有效問卷數為 279 份，問卷回收有效率為 65%。其中男性 133 人，女性 146 人。

表 3-2 臺北市公立高中兼任行政職務教師一覽表

	教務主任	學務主任	總務主任	圖書館主任	主任輔導教師	秘書	教學組長	註冊組長	設備組長	特教組長	實驗研究組長	學生活動組長	衛生組長	體育組長	資料組長	資訊組長	服務推廣組長	輔導組長	生活教育組長	其他組長	總計
1. 西松高中	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		19
2. 中崙高中	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		19
3. 松山高中	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		1		1		體育實驗組長	17
4. 永春高中	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		1		1			16
5. 和平高中	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		1			18
6. 建國高中	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		1				課外活動組長	17
7. 成功高中	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1			1				15
8. 北一女中	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		1		1		課外活動組長	17
9. 中山女中	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		1					16
10. 大同高中	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		1	1	1	教務組長	18
11. 大直高中	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		1	1		18
12. 華江高中	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		1					15
13. 大理高中	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		1	1	1		18
14. 成淵高中	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	19
15. 明倫高中	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		1		18
16. 景美女中	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1					16
17. 萬芳高中	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	19
18. 陽明高中	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		1	1		18
19. 百齡高中	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1			1		美術組長	17
20. 中正高中	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1					藝能組長	17
21. 復興高中	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		1				藝術組長	16
22. 內湖高中	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		1	1				16
23. 麗山高中	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		1	1	1		1					14
24. 南湖高中	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1			1				15
25. 南港高中	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1				1		17
26. 育成高中	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		1		1		體育實驗組長	17
合計																					442

第三節 研究工具

為達成前述之研究目的，本研究以問卷調查法為主要研究方法，所使用工具包括：個人基本資料量表、工作壓力量表、復原力量表及憂鬱量表。主要調查對象為臺北市公立高中兼任行政職務教師，目的在於了解目前公立高中兼任行政職務教師工作壓力、復原力及憂鬱行為表現之概況，並做為進一步分析解釋之依據。根據調查結果，以套裝統計軟體 SPSS for Windows 17.0 版處理資料，進行統計分析。各量表說明如下：

壹、個人基本資料量表

本研究配合研究背景變項所欲蒐集之相關個人資料分為個人基本資料與服務學校基本資料兩部分。個人基本資料包含：性別、年齡、教育程度、婚姻狀況、子女數。性別分為「男性」和「女性」兩組。年齡分為「30歲(含)以下」、「31至40歲」、「41歲(含)以上」三組。教育程度分為「師範院校畢業」、「一般大學/學院畢業(含教育學程)」、「研究所畢業以上畢業」三組。婚姻狀況分為「未婚」、「已婚」兩組。子女數分為「無子女」、「子女數1人」、「子女數2人(含)以上」三組。

服務學校基本資料包含：服務年資、兼任行政年資、現任行政職務、學校規模、學校類別。服務年資分為「3年(含)以下」、「4至6年」、「7至10年」、「11年至15年」、「16年至20年」、「21年(含)以上」六組。兼任行政年資分為「1年至2年」、「3年至5年」、「6年至10年」、「11年至15年」、「16年(含)以上」五組。現任行政職務分為「主任(含秘書)」、「組長」兩組。學校規模分為「31班至50班」、「51班以上」兩組。學校類別分為「普通高中」、「完全中學」兩組。

貳、工作壓力量表

本研究採用徐淑玲(2007)所編製的「臺北市高職兼任行政職務教師工作壓力量表」。本量表共分「工作負荷」、「上級要求」、「角色期許」、「人際關係」、「專業知能」五個層面，問卷內容雖以探討臺北市公立高職學校行政業務上之工作壓力為主，卻與臺北公立高中行政業務上的工作壓力層面甚為符合，問卷中並未言及高職特殊課程或法規，故經該問卷編製者徐淑玲主任授權後，於本研究中採用此工作壓力量表進行臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力施測。

本量表採用李克特五點量表填答計分，受試者針對每一問題自「總是如此」、「經常如此」、「有時如此」、「很少如此」、「從未如此」中圈選最符合自身感受狀的選項，計分時則依次計以5、4、3、2、1分，總分愈高，表示工作壓力感受程度愈高；總分愈低，表示工作壓力感受程度愈低。

本量表在「工作負荷」分量表 Cronbach α 係數為.86、「上級要求」分量表 Cronbach α 係數為.78、「角色期許」分量表 Cronbach α 係數為.83、「人際關係」分量表 Cronbach α 係數為.80、「專業知能」分量表 Cronbach α 係數為.76，總量表的 Cronbach α 係數為.93，可解釋總變異量為 63.623%，從以上數據可知本量表信度良好，所萃取之層面因素具適當解釋量，亦具有良好之效度。此量表在本次施測中的 Cronbach α 係數為.91。工作壓力量表相關資料如表 3-3。

表 3-3 工作壓力量表相關資料

分量表	題 號	題數	Cronbach α 係數	本次施測 Cronbach α 係數
1.工作負荷	1、2、3、4、5	5	.86	.78
2.上級要求	6、7、11、12、14	5	.78	.71
3.角色期許	8、9、10、13、15、16	6	.83	.65
4.人際關係	18、20、22、23、25	5	.80	.72
5.專業知能	17、19、21、24、26	5	.76	.76
工作壓力總量表		26	.93	.91

參、復原力量表

本研究採用王紹穎(2007)翻譯自 Friborg、Hjemdal、Rosenvinge、Martinussen、Aslaksen、與 Flaten (2006)所編製之「成人復原力量表」(Resilience Scale for Adults，原名「成人復原力量表」，本中文翻譯版目前版權屬於陳淑惠老師臨床心理學研究室，並更正其譯名為「心理韌性量表」)，本量表採用李克特七點量表填答計分，第 2、4、5、7、8、9、12、15、16、17、19、22、25、26 等 14 題為正向題，正向敘述置於左側；第 1、3、6、10、11、13、14、18、20、21、23、24、27、28、29 等 15 題為反向題，正向敘述置於右側，以減少受試者順從心向反應，以增加施測效度。計分時則自正向敘述至反向敘述依次計以 7、6、5、4、3、2、1 分，總分愈高，表示個體擁有復原力愈高；總分愈低，表示個體擁有復原力愈低。

本量表在王紹穎(2007)研究中，「個人強度」分量表 Cronbach α 係數為.92、「家庭團結」分量表 Cronbach α 係數為.85、「社會資源」分量表 Cronbach α 係數為.85、「社交能力」分量表 Cronbach α 係數為.83、「未來組織風格」分量表 Cronbach α 係數為.87，總量表的 Cronbach α 係數為.89，從以上數據可知本量表信度良好。此量表在本次施測中的 Cronbach α 係數為.928。成人復原力量表相關資料如表 3-4：

表 3-4 成人復原力量表相關資料

分量表	題號	題數	Cronbach α 係數	本次施測 Cronbach α 係數
1. 個人強度	<u>2</u> 、11、 <u>17</u> 、18、 <u>26</u> 、28	6	.92	.785
2. 家庭團結	3、 <u>7</u> 、 <u>12</u> 、13、 <u>16</u> 、23、27	7	.85	.777
3. 社會資源	6、 <u>8</u> 、 <u>9</u> 、10、14、 <u>15</u> 、20、 <u>25</u>	8	.85	.838
4. 社交能力	<u>19</u> 、21、 <u>22</u> 、24	4	.83	.800
5. 未來組織風格	1、 <u>4</u> 、 <u>5</u> 、24、29	5	.87	.787
成人復原力總量表		29	.89	.928

註：題號下畫底線的 14 題為反向題

肆、憂鬱量表

本研究採用柯慧貞(1989)參考其他常用憂鬱量表後所編製之自陳式量表，計有 26 題。各題目皆會有一狀況問題，選項依次為其身心症狀由弱至強的表現行為，受試者於了解問題內容後，須自各選項中選出一項最符合自身症狀的敘述。

此量表每一選項前的號碼即為其分數，以加總後的分數評斷受試者是否有憂鬱行為表現。總分在 0-9 分者，表示受試者目前並無顯著憂鬱行為表現；總分為 10-20 分間者，表示受試者目前有輕度至中度的憂鬱行為表現；若總分高於 21 分以上，則代表受試者目前表現出較嚴重的憂鬱行為，受試者需要及時進行相關諮商或尋求協助，甚至須轉介就醫，採取進一步的治療。憂鬱行為表現會依隨著受試者目前所處的環境與承受的壓力而有所改變，本研究是針對臺北市公立高中兼任行政職務教師進行量表填答，藉此分析評估於現實環境與工作壓力下臺北市公立高中兼任行政職務教師身心是否受到影響而有憂鬱行為表現。

柯慧貞(1989)以重鬱症患者施測以進行信效度檢驗：在效度檢驗上，分析資料所得量表敏感度為 85.53%，特异性為 91.80%，且此量表與貝氏憂鬱量表具有高度正相關，顯示此量表具有良好效度；在信度檢驗上，所得的 Cronbach α 值為 .87，折半信度為 .87；本量表在曾筱恬(2011)研究中施測所得 Cronbach α 值為 .89，顯示此量表具備良好信度。此量表在本次施測中的 Cronbach α 係數為 .906。

第四節 實施程序

壹、確認研究主題與研究範圍

蒐集研究者有興趣相關研究資料，閱讀後並參照教育現場實況後，確定研究主題及研究範圍後，擬定研究計畫、研究架構並規畫研究進度及程序。

貳、相關文獻蒐集與整理

依據研究計畫蒐集相關文獻，並進行文獻整理與探究，確認研究架構，並完成文獻探討之撰寫，以作為本研究之理論基礎及研究設計之依據。

參、選擇研究工具

本研究所使用的研究工具共計三種，除個人基本資料外，另採用現有的「臺北市高職兼任行政職務教師工作壓力量表」(徐淑玲，2007)、「成人復原力量表」(王紹穎，2007)及「柯氏憂鬱量表」(柯慧貞，1989)修訂組合而成。

肆、論文計畫審查

完成論文前三章後，進行論文計畫口試，並根據口試委員之意見修正相關內容，並確定繼續研究之方向。

伍、問卷調查與實施

本研究以臺北市 26 所公立高中 100 學年度兼任行政職務教師為施測對象，進行全面性普查。於施測前先聯絡協助施測之學校，並採郵寄的方式，請該校兼任行政職務教師協助填答。問卷施測時間為 2012 年 1 月至 2 月。

陸、資料整理與分析

問卷於完成回收、整理、篩選、分類及編碼登錄之工作後，採用套裝統計軟體 SPSS for Windows 17.0 版處理資料，資料統計結果依據前章節的研究動機與研究假設，對照文獻，將資料統計結果呈現、分析並進行探討。

柒、撰寫論文報告

將問卷結果與文獻探討進行對應與比較，並進一步分析與探討，解釋研究結果與文獻相同與相異處，做出研究結論與發現，並依此提出本研究之建議。最後將此研究歷程與結果撰寫成論文。

捌、論文口試

完成論文初稿，進行論文口試。

玖、論文完成

依據論文口試委員意見進行相關修正，完成正式論文。



第五節 資料處理與分析

壹、資料處理

本研究問卷施測回收完畢後，先篩選去除無效問卷後，將有效問卷編碼後輸入建檔，採用套裝統計軟體 SPSS for Windows 17.0 版處理資料，再依據前章節的研究問題與研究假設，進行統計分析。

貳、統計方法

本篇研究問題與假設所使用之統計分析方法一覽表如表 3-5：

表 3-5 本研究問題、假設與統計分析方法一覽表

研究問題、假設	統計分析方法
問題一、 目前臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力、復原力及憂鬱行為表現概況如何？	描述性統計
假設一、 不同背景變項（性別、年齡、教育程度、服務年資、兼任行政年資、兼任職務、婚姻狀況、子女數、學校規模、學校類別）之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力、復原力及憂鬱行為表現間有顯著差異存在。	
1-1 不同性別之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力、復原力及憂鬱行為表現間有顯著差異存在。	獨立樣本 t 檢定
1-2 不同年齡之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力、復原力及憂鬱行為表現間有顯著差異存在。	單因子變異數分析 (one-way ANOVA)、 雪費法 (Scheffé method) 事後比較
1-3 不同教育程度之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力、復原力及憂鬱行為表現間有顯著差異存在。	單因子變異數分析 (one-way ANOVA)、 雪費法 (Scheffé method) 事後比較
1-4 不同服務年資之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力、復原力及憂鬱行為表現間有顯著差異存在。	單因子變異數分析 (one-way ANOVA)、 雪費法 (Scheffé method) 事後比較
1-5 不同兼任行政職務年資之臺北市公立高中教師的工作壓力、復原力及憂鬱行為表現間有顯著差異存在。	單因子變異數分析 (one-way ANOVA)、 雪費法 (Scheffé method) 事後比較
1-6 兼任不同行政職務之臺北市公立高中教師的工作壓力、復原力及憂鬱行為表現間有顯著差異存在。	獨立樣本 t 檢定

表 3-5 本研究問題、假設與統計分析方法一覽表 (續)

1-7 不同婚姻狀況之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力、復原力及憂鬱行為表現間有顯著差異存在。	獨立樣本 <i>t</i> 檢定
1-8 不同子女數之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力、復原力及憂鬱行為表現間有顯著差異存在。	單因子變異數分析 (one-way ANOVA)、雪費法 (Scheffé method) 事後比較
1-9 不同學校規模之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力、復原力及憂鬱行為表現間有顯著差異存在。	獨立樣本 <i>t</i> 檢定
1-10 不同學校類別之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力、復原力及憂鬱行為表現間有顯著差異存在。	獨立樣本 <i>t</i> 檢定
假設二、 不同背景變項之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力、復原力及憂鬱行為表現間存有顯著相關。	
2-1 不同背景變項之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力與憂鬱行為表現間存有顯著相關。	
2-1-1 不同性別之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力與憂鬱行為表現間存有顯著相關。	皮爾遜(K.Pearson)積差相關分析(Product- moment correlation analysis)
2-1-2 不同年齡之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力與憂鬱行為表現存有顯著相關。	皮爾遜(K.Pearson)積差相關分析(Product- moment correlation analysis)
2-1-3 不同教育程度之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力與憂鬱行為表現存有顯著相關。	皮爾遜(K.Pearson)積差相關分析(Product- moment correlation analysis)
2-1-4 不同服務年資之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力與憂鬱行為表現存有顯著相關。	皮爾遜(K.Pearson)積差相關分析(Product- moment correlation analysis)
2-1-5 不同兼任行政職務年資之臺北市公立高中教師的工作壓力與憂鬱行為表現存有顯著相關。	皮爾遜(K.Pearson)積差相關分析(Product- moment correlation analysis)
2-1-6 兼任不同行政職務之臺北市公立高中教師的工作壓力與憂鬱行為表現存有顯著相關。	皮爾遜(K.Pearson)積差相關分析(Product- moment correlation analysis)
2-1-7 不同婚姻狀況之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力與憂鬱行為表現存有顯著相關。	皮爾遜(K.Pearson)積差相關分析(Product- moment correlation analysis)
2-1-8 不同子女數之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力與憂鬱行為存有顯著相關。	皮爾遜(K.Pearson)積差相關分析(Product- moment correlation analysis)

表 3-5 本研究問題、假設與統計分析方法一覽表 (續)

2-1-9 不同學校規模之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力與憂鬱行為存有顯著相關。	皮爾遜(K.Pearson)積差相關分析(Product- moment correlation analysis)
2-1-10 不同學校類別之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力與憂鬱行為存有顯著相關。	皮爾遜(K.Pearson)積差相關分析(Product- moment correlation analysis)
2-2 不同背景變項之臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力與憂鬱行為表現間存有顯著相關。	
2-2-1 不同性別之臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力與憂鬱行為表現間存有顯著相關。	皮爾遜(K.Pearson)積差相關分析(Product- moment correlation analysis)
2-2-2 不同年齡之臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力與憂鬱行為表現存有顯著相關。	皮爾遜(K.Pearson)積差相關分析(Product- moment correlation analysis)
2-2-3 不同教育程度之臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力與憂鬱行為表現存有顯著相關。	皮爾遜(K.Pearson)積差相關分析(Product- moment correlation analysis)
2-2-4 不同服務年資之臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力與憂鬱行為表現存有顯著相關。	皮爾遜(K.Pearson)積差相關分析(Product- moment correlation analysis)
2-2-5 不同兼任行政職務年資之臺北市公立高中教師的復原力與憂鬱行為表現存有顯著相關。	皮爾遜(K.Pearson)積差相關分析(Product- moment correlation analysis)
2-2-6 兼任不同行政職務之臺北市公立高中教師的復原力與憂鬱行為表現存有顯著相關。	皮爾遜(K.Pearson)積差相關分析(Product- moment correlation analysis)
2-2-7 不同婚姻狀況之臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力與憂鬱行為表現存有顯著相關。	皮爾遜(K.Pearson)積差相關分析(Product- moment correlation analysis)
2-2-8 不同子女數之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力、復原力及憂鬱行為存有顯著相關。	皮爾遜(K.Pearson)積差相關分析(Product- moment correlation analysis)
2-2-9 不同學校規模之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力、復原力及憂鬱行為存有顯著相關。	皮爾遜(K.Pearson)積差相關分析(Product- moment correlation analysis)
2-2-10 不同學校類別之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力、復原力及憂鬱行為存有顯著相關。	皮爾遜(K.Pearson)積差相關分析(Product- moment correlation analysis)
假設三、	
不同背景變項之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力及復原力能顯著預測其憂鬱行為表現。	
3-1 不同性別之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力及復原力能顯著預測其憂鬱行為表現。	多元逐步迴歸分析(multiple stepwise regression)
3-2 不同年齡之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力及復原力能顯著預測其憂鬱行為表現。	多元逐步迴歸分析(multiple stepwise regression)

表 3-5 本研究問題、假設與統計分析方法一覽表 (續)

3-3 不同教育程度之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力及復原力能顯著預測其憂鬱行為表現。	多元逐步迴歸分析 (multiple stepwise regression)
3-4 不同服務年資之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力及復原力能顯著預測其憂鬱行為表現。	多元逐步迴歸分析 (multiple stepwise regression)
3-5 不同兼任行政職務年資之臺北市公立高中教師的工作壓力及復原力能顯著預測其憂鬱行為表現。	多元逐步迴歸分析 (multiple stepwise regression)
3-6 兼任不同行政職務之臺北市公立高中教師的工作壓力及復原力能顯著預測其憂鬱行為表現。	多元逐步迴歸分析 (multiple stepwise regression)
3-7 不同婚姻狀況之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力及復原力能顯著預測其憂鬱行為表現。	多元逐步迴歸分析 (multiple stepwise regression)
3-8 不同子女數之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力及復原力能顯著預測其憂鬱行為表現。	多元逐步迴歸分析 (multiple stepwise regression)
3-9 不同學校規模之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力及復原力能顯著預測其憂鬱行為表現。	多元逐步迴歸分析 (multiple stepwise regression)
3-10 不同學校類別之臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力及復原力能顯著預測其憂鬱行為表現。	多元逐步迴歸分析 (multiple stepwise regression)
假設四、 不同背景變項之臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力能對其工作壓力及憂鬱行為表現間的關係扮演調節的作用。	
4-1 不同性別之臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力能對其工作壓力及憂鬱行為表現間的關係扮演調節的作用。	層次迴歸分析(hierarchical regression)
4-2 不同年齡之臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力能對其工作壓力及憂鬱行為表現間的關係扮演調節的作用。	層次迴歸分析(hierarchical regression)
4-3 不同教育程度之臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力能對其工作壓力及憂鬱行為表現間的關係扮演調節的作用。	層次迴歸分析(hierarchical regression)
4-4 不同服務年資之臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力能對其工作壓力及憂鬱行為表現間的關係扮演調節的作用。	層次迴歸分析(hierarchical regression)
4-5 不同兼任行政職務年資之臺北市公立高中教師的復原力能對其工作壓力及憂鬱行為表現間的關係扮演調節的作用。	層次迴歸分析(hierarchical regression)
4-6 兼任不同行政職務之臺北市公立高中教師的復原力能對其工作壓力及憂鬱行為表現間的關係扮演調節的作用。	層次迴歸分析(hierarchical regression)

表 3-5 本研究問題、假設與統計分析方法一覽表 (續)

4-7 不同婚姻狀況之臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力能對其工作壓力及憂鬱行為表現間的關係扮演調節的作用。	層次迴歸分析(hierarchical regression)
4-8 不同子女數之臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力能對其工作壓力及憂鬱行為表現間的關係扮演調節的作用。	層次迴歸分析(hierarchical regression)
4-9 不同學校規模之臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力能對其工作壓力及憂鬱行為表現間的關係扮演調節的作用。	層次迴歸分析(hierarchical regression)
4-10 不同學校類別之臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力能對其工作壓力及憂鬱行為表現間的關係扮演調節的作用。	層次迴歸分析(hierarchical regression)





第四章 研究結果

本章係以本研究回收問卷所得之資料進行統計分析，以了解臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力、復原力與憂鬱行為表現之現況並驗證本研究之假設。本章共分五節：第一節說明目前臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力、復原力與憂鬱行為表現概況為何；第二節為分析不同背景變項的臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力、復原力與憂鬱行為表現的差異；第三節則探討不同背景變項的臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力、復原力與憂鬱行為表現的關係；第四節則進一步探討，臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現的預測；第五節想瞭解不同背景變項的臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力可否在其工作壓力與憂鬱行為表現間帶來調節的作用。茲將統計結果分述如下：

第一節 臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力、復原力與憂鬱行為表現之現況

根據研究問題一，為瞭解目前臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力、復原力及憂鬱行為表現概況，本節採用描述性統計，分析研究樣本在各變項中分布之情況。本研究有效樣本總數為 279 人，男性 133 人，女性 146 人。依受試者在「工作壓力量表」、「復原力量表」及「柯氏憂鬱量表」上之得分，瞭解臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力、復原力及憂鬱行為表現概況。

壹、臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力現況

本研究之「工作壓力量表」共計 26 題，包含「工作負荷」、「上級要求」、「角色期許」、「人際關係」、「專業知能」五個分量表。本量表採用李克特五點量表填答計分，受試者針對每一問題自「總是如此」、「經常如此」、「有時如此」、「很少如此」、「從未如此」中圈選最符合自身感受狀況的選項，計分時則依次計以 5、4、3、2、1 分。表 4-1 為目前臺北市公立高中兼任行政職務教師在工作壓力量表上的平均數、標準差及題平均數。

表 4-1 臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力量表敘述性統計表(N=279)

工作壓力量表	題數	平均數	標準差	題平均數
整體工作壓力	26	72.86	15.083	2.80
工作負荷	5	16.72	3.880	3.34
上級要求	5	13.09	3.171	2.62
角色期許	6	15.76	4.350	2.63
人際關係	5	13.30	3.336	2.66
專業知能	5	13.96	3.655	2.79

此量表採五點計分，最高分為 5 分，最低分為 1 分，因此以單題平均數 3 分作為比較標準，由表 4-1 可得知臺北市公立高中兼任行政職務教師的題平均數為 2.80，稍低於平均值 3，顯示目前臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力屬中下程度。其次以工作壓力分量表來看，「工作負荷」分量表的題平均數為 3.34，高於平均值 3，其餘皆低於平均值，因此顯示在臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力中，以「工作負荷」工作壓力感受最大，達到中上程度。

貳、臺北市公立高中兼任行政職務教師復原力現況

本研究之「復原力量表」共計 29 題，包含「個人強度」、「家庭團結」、「社會資源」、「社交能力」、「未來組織風格」五個分量表。本量表採用七點語意差異式計分，每一問題由受試者根據真實感受圈選和自己情形最符合的數字。將反向計分題順序調整後，即為其復原力量表得分。表 4-2 為目前臺北市公立高中兼任行政職務教師在復原力量表上的平均數、標準差及題平均數。

表 4-2 臺北市公立高中兼任行政職務教師復原力量表敘述性統計表(N=279)

復原力量表	題數	平均數	標準差	題平均數
整體復原力	29	156.43	21.743	5.39
個人強度	6	31.34	5.524	5.22
家庭團結	7	39.04	5.964	5.58
社會資源	8	44.92	6.815	5.61
社交能力	4	20.79	4.135	5.20
未來組織風格	4	20.34	4.389	5.08

此量表採七點計分，最高分為 7 分，最低分為 1 分，因此以單題平均數 4 分作為比較標準，由表 4-2 可得知臺北市公立高中兼任行政職務教師的題平均數為 5.39，高於平均值 4，顯示目前臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力屬中上程度。其次以復原力分量表來看，各層面分量表題平均數都高於平均值 4 分，其中「社會資源」分量表的題平均數為 5.61 最高，顯示在臺北市公立高中兼任行政職務教師復原力在各層面皆有中上程度，其中又以「社會資源」復原力表現最好。

參、臺北市公立高中兼任行政職務教師憂鬱行為表現現況

柯氏憂鬱量表計有 26 題。各題目皆會有一狀況問題，選項依次為其身心症狀由弱至強的表現行為，受試者於了解問題內容後，須自各選項中選出一項最符合自身症狀的敘述。此量表每一選項前的號碼即為其分數，以加總後的分數評斷受試者是否有憂鬱行為表現。總分在 0-9 分者，表示受試者目前並無顯著憂鬱行為表現；總分為 10-20 分間者，表示受試者目前有輕度至中度的憂鬱行為表現；若總分高於 21 分以上，則代表受試者目前表現出較嚴

重的憂鬱行為。表 4-3 為臺北市公立高中兼任行政職務教師於柯氏憂鬱量表得分之次數分配表及百分比。

表 4-3 臺北市公立高中兼任行政職務教師柯氏憂鬱量表敘述性統計表(N=279)

柯氏憂鬱量表	人數	百分比(%)
無憂鬱(9分以下)	170	60.9
輕度至中度憂鬱(10~20分)	85	30.5
嚴重憂鬱(21分以上)	24	8.6

由表 4-3 可知，臺北市公立高中兼任行政職務教師憂鬱量表得分為 10 至 20 分者有 85 人，百分比為 30.5%，表示在臺北市公立高中裡有超過三成的兼任行政職務教師有輕度至中度憂鬱行為表現。而得分超過 21 分者有 24 人，百分比為 8.6%，表示在臺北市公立高中兼任行政職務教師裡有近一成的人有較嚴重的憂鬱行為表現，需要及時進行相關諮商或尋求協助。而有輕度以上憂鬱行為表現的受試者合併計有 39.1%，表示有高達近四成的臺北市公立高中兼任行政職務教師有輕度以上的憂鬱行為表現。

小結：

本節旨在瞭解臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力、復原力與憂鬱行為表現的概況，根據量表得分可知：

1. 臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力屬中下程度，其中以「工作負荷」工作壓力感受最大，達到中上程度。
2. 臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力屬中上程度，其中又以「社會資源」復原力表現最好。
3. 臺北市公立高中兼任行政職務教師有 30.5%有輕度至中度憂鬱行為表現，8.6%有較嚴重的憂鬱行為表現，合併計有 39.1%有輕度以上的憂鬱行為表現。

第二節 不同背景變項臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力、復原力與憂鬱行為表現之差異

本節主要在探討不同背景變項臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力及復原力與憂鬱行為表現的差異情形，以獨立樣本 t 檢定及單因子變異數分析法進行分析，以了解其間是否達顯著差異；其中單因子變異數分析結果的 F 值如達顯著水準，則進一步以雪費法進行事後比較分析，統計結果茲分析說明如下：

壹、性別與工作壓力、復原力及憂鬱行為表現

一、性別與工作壓力

表 4-4 為性別不同兼任行政職務教師整體工作壓力與各分量表上的統計摘要表。由表 4-4 可知，女性兼任行政職務教師在整體工作壓力上得分高於男性。在各層面的分量表方面，在「工作負荷」工作壓力、「上級要求」工作壓力及「專業知能」工作壓力，女性兼任行政職務教師的得分高於男性；而在「角色期許」工作壓力與「人際關係」工作壓力方面，男性兼任行政職務教師的得分反而高於女性。

為考驗其間差異是否達顯著，乃進行獨立樣本 t 檢定，結果得知：兩性在整體工作壓力與各分量表中得分間皆未達顯著差異，表示臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力並不會因性別的不同而有顯著差異存在。

表 4-4 性別不同兼任行政職務教師工作壓力量表統計摘要表

工作壓力	性別		df	t值	
	男性(N=133)	女性(N=146)			
整體工作壓力	M	72.66	73.04	277	-.213
	SD	15.25	14.99		
工作負荷	M	16.53	16.88	277	-.748
	SD	3.85	3.92		
上級要求	M	12.98	13.18	277	-.545
	SD	2.96	3.36		
角色期許	M	15.88	15.64	277	.452
	SD	4.70	4.02		
人際關係	M	13.38	13.23	277	.374
	SD	3.27	3.41		
專業知能	M	13.89	14.03	277	-.302
	SD	3.79	3.55		

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

二、性別與復原力

表4-5為性別不同兼任行政職務教師整體復原力與各分量表上的統計摘

要表。由表4-5可知，在整體復原力上，女性兼任行政職務教師的得分高於男性。在各層面的分量表方面，除了在「未來組織風格」復原力上男性兼任行政職務教師得分略高於女性外，其餘在「個人強度」復原力、「家庭團結」復原力、「社會資源」復原力及「社交能力」復原力方面，女性兼任行政職務教師的得分皆高於男性。

為考驗其間差異是否達顯著，乃進行獨立樣本 *t* 檢定，結果得知：在整體復原力上，兩性之間並未有顯著差異；但從不同層面復原力的表現分析，發現女性兼任行政職務教師的「社會資源」復原力顯著高於男性兼任行政職務教師。

表示臺北市公立高中兼任行政職務教師的「社會資源」復原力會因性別的不同而有顯著差異存在。女性兼任行政職務教師的「社會資源」復原力顯著高於男性兼任行政職務教師。

表 4-5 性別不同兼任行政職務教師復原力量表統計摘要表

復原力	性 別		df	t值
	男性(N=133)	女性(N=146)		
整體復原力	M	154.29	277	-1.571
	SD	22.25		
個人強度	M	31.06	277	-.809
	SD	5.67		
家庭團結	M	38.56	277	-1.303
	SD	5.43		
社會資源	M	43.56	277	-3.247**
	SD	7.05		
社交能力	M	20.72	277	-.271
	SD	3.98		
未來組織風格	M	20.40	277	.223
	SD	4.34		

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

三、性別與憂鬱行為表現

表4-6為性別不同兼任行政職務教師柯氏憂鬱量表統計摘要表，從表4-6顯示出男性兼任行政職務教師的憂鬱行為表現得分高於女性兼任行政職務教師。為考驗其間差異是否達顯著，乃進行 *t* 考驗，結果發現，性別不同之臺北市公立高中兼任行政職務教師的憂鬱行為表現，並無顯著差異存在。

表 4-6 性別不同兼任行政職務教師柯氏憂鬱量表統計摘要表

工作壓力	性 別		df	t值
	男性(N=133)	女性(N=146)		
整體工作壓力	M	1.48	277	.110
	SD	.670		

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

貳、年齡與工作壓力、復原力與憂鬱行為表現

一、年齡與工作壓力

表4-7為年齡不同兼任行政職務教師整體工作壓力與各分量表上的統計摘要表，由表4-7初步分析得知：30歲以下的兼任行政職務教師在整體工作壓力上得分最高；在各層面的分量表方面，30歲以下的兼任行政職務教師在「上級要求」工作壓力、「角色期許」工作壓力、及「專業知能」工作壓力上的得分最高。且除了「工作負荷」工作壓力外，41歲以上的兼任行政職務教師，在整體工作壓力與各分量表工作壓力上的平均得分皆為最低。

表 4-7 年齡不同兼任行政職務教師工作壓力量表平均數與標準差

工作壓力		年 齡		
		30歲以下 (N=44)	31至40歲 (N=137)	41歲以上 (N=98)
整體工作壓力	M	74.14	74.08	70.59
	SD	16.05	15.81	13.38
工作負荷	M	16.05	17.04	16.56
	SD	3.93	3.75	4.03
上級要求	M	13.64	13.28	12.57
	SD	3.11	3.40	2.81
角色期許	M	16.14	16.01	15.23
	SD	4.39	4.05	4.72
人際關係	M	13.52	13.60	12.78
	SD	3.39	3.78	2.53
專業知能	M	14.80	14.07	13.45
	SD	3.97	3.83	3.19

表 4-8 年齡不同兼任行政職務教師工作壓力量表變異數分析摘要表

工作壓力		SS	df	平均平方和	F
整體工作壓力	組間	779.852	2	389.926	1.723
	組內	62460.972	276	226.308	
	總和	63240.824	278		
工作負荷	組間	36.773	2	18.387	1.223
	組內	4133.777	276	15.032	
	總和	4170.550	278		
上級要求	組間	44.294	2	22.147	2.221
	組內	2751.642	276	9.970	
	總和	2795.935	278		
角色期許	組間	41.650	2	20.825	1.101
	組內	5219.777	276	18.912	
	總和	5261.427	278		
人際關係	組間	41.350	2	20.675	1.869
	組內	3052.958	276	11.061	
	總和	3094.308	278		
專業知能	組間	57.829	2	28.914	2.183
	組內	3655.813	276	13.246	
	總和	3713.642	278		

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

為瞭解年齡不同兼任行政職務教師的工作壓力是否有顯著差異存在，乃進行單因子變異數考驗，結果如表 4-8。顯示年齡不同兼任行政職務教師的在整體工作壓力與各分量表中的得分，皆未達顯著差異，表示臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力並不會因年齡的不同而有顯著差異存在。

二、年齡與復原力

表 4-9 為年齡不同兼任行政職務教師整體復原力與各分量表上的平均數、標準差。由表 4-9 初步分析得知：41 歲以上的兼任行政職務教師在整體復原力上得分最高，在各層面的分量表方面，41 歲以上的兼任行政職務教師在「個人強度」復原力、「家庭團結」復原力、「未來組織風格」復原力上得分最高。而 30 歲以下兼任行政職務教師，在整體復原力與各分量表復原力上的平均得分皆為最低。

表 4-9 年齡不同兼任行政職務教師復原力量表平均數與標準差

復原力		年 齡		
		30歲以下 (N=44)	31至40歲 (N=137)	41歲以上 (N=98)
整體復原力	<i>M</i>	150.34	157.50	157.66
	<i>SD</i>	18.11	22.25	22.26
個人強度	<i>M</i>	29.02	31.54	32.10
	<i>SD</i>	4.95	5.47	56.1
家庭團結	<i>M</i>	37.82	39.20	39.37
	<i>SD</i>	5.74	6.11	5.84
社會資源	<i>M</i>	44.36	45.39	44.51
	<i>SD</i>	5.88	6.87	7.14
社交能力	<i>M</i>	20.32	20.90	20.86
	<i>SD</i>	4.56	4.00	4.16
未來組織風格	<i>M</i>	18.82	20.47	20.83
	<i>SD</i>	4.18	4.39	4.37

為瞭解年齡不同兼任行政職務教師的復原力是否有顯著差異存在，乃進行單因子變異數考驗，由表 4-10 結果顯示：年齡不同的兼任行政職務教師在「個人強度」復原力($F=5.036$, $p<.01$)及「未來組織風格」復原力($F=3.368$, $p<.05$)上有顯著差異。為進一步瞭解其實際差異，乃以 Scheffé 法進行事後考驗，結果發現：(1) 年齡 41 歲以上兼任行政職務教師在「個人強度」復原力與「未來組織風格」復原力顯著高於 30 歲以下兼任行政職務教師。(2) 年齡 31 至 40 歲兼任行政職務教師的「個人強度」復原力顯著高於 30 歲以下兼任行政職務教師。

表示臺北市公立高中兼任行政職務教師「個人強度」復原力與「未來組織風格」復原力，會因年齡的不同而有顯著差異存在。年齡 41 歲以上兼任行政職務教師在「個人強度」復原力與「未來組織風格」復原力顯著高於 30 歲以下兼任行政職務教師，且年齡 31 至 40 歲兼任行政職務教師的「個人強

度」復原力顯著高於 30 歲以下之兼任行政職務教師。

表 4-10 年齡不同兼任行政職務教師復原力量表變異數分析摘要表

復原力		SS	df	平均平方和	F	事後比較
整體 復原力	組間	1938.365	2	969.182	2.066	
	組內	129492.022	276	469.174		
	總和	131430.387	278			
個人強度	組間	298.666	2	149.333	5.036**	31至40歲>30歲以下
	組內	8183.986	276	29.652		41歲以上>30歲以下
	總和	8482.652	278			
家庭團結	組間	79.567	2	39.783	1.120	
	組內	9807.000	276	35.533		
	總和	9886.566	278			
社會資源	組間	60.878	2	30.439	.654	
	組內	12849.387	276	46.556		
	總和	12910.265	278			
社交能力	組間	11.828	2	5.914	.344	
	組內	4742.115	276	17.182		
	總和	4753.943	278			
未來 組織風格	組間	127.573	2	63.786	3.368*	41歲以上>30歲以下
	組內	5226.757	276	18.938		
	總和	5354.330	278			

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

三、年齡與憂鬱行為表現

表 4-11 為年齡不同兼任行政職務教師柯氏憂鬱量表之平均數、標準差。由表 4-11 初步分析得知：憂鬱行為表現的程度似乎與年齡成反比，年齡愈輕的兼任行政職務教師憂鬱行為表現似乎愈明顯。

表 4-11 年齡不同兼任行政職務教師柯氏憂鬱量表平均數與標準差

憂鬱行為表現	年 齡		
	30歲以下 (N=44)	31至40歲 (N=137)	41歲以上 (N=98)
憂鬱行為表現 M	1.70	1.47	1.39
憂鬱行為表現 SD	.59	.64	.67

為瞭解年齡不同之臺北市公立高中兼任行政職務教師的憂鬱行為表現是否有顯著差異存在，乃進行單因子變異數考驗，由表 4-12 結果顯示：不同年齡組別的兼任行政職務教師在憂鬱行為表現上存有顯著差異 ($F=3.702$, $p < .05$)。為進一步瞭解其實際差異，乃以 Scheffé 法進行事後考驗，結果發現：年齡 30 歲以下兼任行政職務教師的憂鬱行為表現顯著高於 41 歲以上兼任行政職務教師。

表示臺北市公立高中兼任行政職務教師的憂鬱行為表現，會因年齡的不同而有顯著差異存在。年齡 30 歲以下兼任行政職務教師的憂鬱行為表現顯

著高於 41 歲以上兼任行政職務教師。

表 4-12 年齡不同兼任行政職務教師柯氏憂鬱量表變異數分析摘要表

憂鬱行為表現	SS	df	平均平方和	F	事後比較
組間	3.072	2	1.536	3.702*	30歲以下> 41歲以上
憂鬱行為表現 組內	114.527	276	.415		
總和	117.599	278			

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

參、教育程度與工作壓力、復原力與憂鬱行為表現

一、教育程度與工作壓力

表 4-13 為教育程度不同兼任行政職務教師整體工作壓力與各分量表上的平均數、標準差，由表 4-13 初步分析得知：師範院校畢業兼任行政職務教師在整體工作壓力上得分最高；在各層面的分量表方面，師範院校畢業的兼任行政職務教師，在「上級要求」工作壓力、「人際關係」工作壓力、「專業知能」工作壓力上得分最高；一般大學畢業兼任行政職務教師，在「工作負荷」工作壓力與「角色期許」工作壓力上得分最高。研究所以以上畢業兼任行政職務教師，在整體工作壓力與各分量表工作壓力上的平均得分皆為最低。

表 4-13 教育程度不同兼任行政職務教師工作壓力量表平均數與標準差

工作壓力	教育程度			
	師範院校畢業 (N=56)	一般大學畢業 (N=40)	研究所以以上畢業 (N=183)	
整體工作壓力	M	75.55	73.48	71.91
	SD	17.35	13.39	14.66
工作負荷	M	16.88	16.90	16.63
	SD	4.05	3.26	3.97
上級要求	M	13.71	13.25	12.86
	SD	3.76	2.84	3.03
角色期許	M	16.29	16.40	15.45
	SD	4.61	3.43	4.44
人際關係	M	13.64	12.83	13.30
	SD	3.71	3.01	3.29
專業知能	M	15.04	14.10	13.61
	SD	4.10	3.89	3.41

為瞭解教育程度不同兼任行政職務教師的工作壓力是否有顯著差異存在，乃進行單因子變異數考驗，由表 4-14 結果顯示：教育程度不同的兼任行政職務教師在整體工作壓力上並無顯著差異。從不同層面復原力的表現分析，發現在「專業知能」工作壓力($F=3.367$, $p < .05$)得分上有顯著差異。為進一步瞭解其實際差異，乃以 Scheffé 法進行事後考驗，結果發現：師範院校畢業的兼任行政職務教師在「專業知能」工作壓力上顯著高於研究所以以上畢業的兼任行政職務教師。

表示臺北市公立高中兼任行政職務教師的「專業知能」工作壓力，會因教育程度的不同而有顯著差異存在。師範院校畢業的兼任行政職務教師在「專業知能」工作壓力上顯著高於研究所以以上畢業的兼任行政職務教師。

表 4-14 教育程度不同兼任行政職務教師工作壓力量表變異數分析摘要表

工作壓力		SS	df	平均平方和	F	事後比較
整體 工作壓力	組間	587.589	2	293.795	1.294	
	組內	62653.235	276	227.004		
	總和	63240.824	278			
工作負荷	組間	4.232	2	2.116	.140	
	組內	4166.318	275	15.150		
	總和	4170.550	277			
上級要求	組間	32.701	2	16.350	1.633	
	組內	2763.235	276	10.012		
	總和	2795.935	278			
角色期許	組間	49.043	2	24.521	1.298	
	組內	5212.384	276	18.885		
	總和	5261.427	278			
人際關係	組間	15.611	2	7.805	.700	
	組內	3078.698	276	11.155		
	總和	3094.308	278			
專業知能	組間	88.441	2	44.220	3.367*	師範院校 > 研究所以以上 畢業
	組內	3625.201	276	13.135		
	總和	3713.642	278			

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

二、教育程度與復原力

表 4-15 為教育程度不同兼任行政職務教師整體復原力與各分量表上的平均數、標準差，由表 4-15 初步分析得知：研究所以以上畢業的兼任行政職務教師在整體復原力上得分最高。在各層面的分量表方面，研究所以以上畢業的兼任行政職務教師在「個人強度」復原力、「未來組織風格」復原力得分亦為最高。一般大學畢業的兼任行政職務教師在整體復原力及「個人強度」復原力、「家庭團結」復原力、「社會資源」復原力與「社交能力」復原力的平均得分皆為最低。

表 4-15 教育程度不同兼任行政職務教師復原力量表平均數與標準差

復原力		教育程度		
		師範院校畢業 (N=56)	一般大學畢業 (N=40)	研究所以以上畢業 (N=183)
整體 復原力	M	156.59	152.23	157.30
	SD	21.54	23.48	21.43
個人強度	M	30.95	29.98	31.76
	SD	6.03	6.22	5.17
家庭團結	M	39.71	38.33	38.99
	SD	5.41	6.33	6.05
社會資源	M	45.64	43.45	45.02
	SD	6.62	7.63	6.68
社交能力	M	20.84	20.70	20.80
	SD	4.72	4.45	3.89
未來組織風格	M	19.45	19.78	20.73
	SD	4.87	4.79	4.11

為瞭解教育程度不同兼任行政職務教師的復原力是否有顯著差異存在，乃進行單因子變異數考驗，由表 4-16 結果顯示：教育程度不同的兼任行政職務教師在整體復原力與各層面分量表中的得分皆未達顯著差異，表示臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力，並不會因教育程度的不同而有顯著差異存在。

表 4-16 教育程度不同兼任行政職務教師工作壓力量表變異數分析摘要表

復原力		SS	df	平均平方和	F
整體 復原力	組間	847.389	2	423.694	.896
	組內	130582.999	276	473.127	
	總和	131430.387	278		
個人強度	組間	115.417	2	57.709	1.904
	組內	8367.235	276	30.316	
	總和	8482.652	278		
家庭團結	組間	46.385	2	23.192	.651
	組內	9840.182	276	35.653	
	總和	9886.566	278		
社會資源	組間	117.596	2	58.798	1.269
	組內	12792.670	276	46.350	
	總和	12910.265	278		
社交能力	組間	.470	2	.235	.014
	組內	4753.473	276	17.223	
	總和	4753.943	278		
未來 組織風格	組間	85.636	2	42.818	2.243
	組內	5268.694	276	19.089	
	總和	5354.330	278		

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

三、教育程度與憂鬱行為表現

表 4-17 為教育程度不同兼任行政職務教師柯氏憂鬱量表之平均數、標準差。由表 4-17 初步分析得知：一般大學畢業兼任行政職務教師的憂鬱行為表現最明顯。

表 4-17 教育程度不同兼任行政職務教師憂鬱行為表現平均數與標準差

憂鬱行為表現	教育程度			
	師範院校畢業 (N=56)	一般大學畢業 (N=40)	研究所以上畢業 (N=183)	
憂鬱行為表現	M	1.63	1.73	1.38
憂鬱行為表現	SD	.648	.784	.598

為瞭解教育程度不同之兼任行政職務教師的憂鬱行為表現是否有顯著差異存在，乃進行單因子變異數考驗，由表 4-18 結果顯示：教育程度不同的兼任行政職務教師在憂鬱行為表現上存有顯著差異($F=6.790$, $p < .01$)。為進一步瞭解其實際差異，乃以 Scheffé 法進行事後考驗。結果發現：師範院校與一般大學畢業兼任行政職務教師的憂鬱行為表現皆顯著高於研究所以上畢業者。

表示臺北市公立高中兼任行政職務教師的憂鬱行為表現會因教育程度的不同而有顯著差異存在。師範院校與一般大學畢業兼任行政職務教師的憂鬱行為表現皆顯著高於研究所以上畢業者。

表 4-18 教育程度不同兼任行政職務教師憂鬱行為表現變異數分析摘要表

	SS	df	平均平方和	F	事後比較
組間	5.515	2	2.757	6.790**	一般大學畢業 > 研究所以上畢業 師範院校畢業 > 研究所以上畢業
組內	112.084	276	.406		
總和	117.599	278			

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

肆、服務年資與工作壓力、復原力與憂鬱行為表現

一、服務年資與工作壓力

表 4-19 為服務年資不同兼任行政職務教師整體工作壓力與各分量表上的平均數、標準差，由表 4-19 初步分析得知：服務年資 4 至 6 年的兼任行政職務教師在整體工作壓力上得分最高，在各層面的分量表方面，服務年資 4 至 6 年的兼任行政職務教師在「工作負荷」工作壓力、「上級要求」工作壓力、「專業知能」工作壓力得分最高；而服務年資 7 至 10 年的兼任行政職務教師在「人際關係」工作壓力、「角色期許」工作壓力得分最高。服務年資 21 年以上的兼任行政職務教師在整體工作壓力與各分量表工作壓力上的平均得分皆為最低。

表 4-19 服務年資不同兼任行政職務教師工作壓力量表平均數與標準差

工作壓力		服務年資					
		3年以下 (N=38)	4-6年 (N=54)	7-10年 (N=57)	11-15年 (N=50)	16-20年 (N=31)	21年以上 (N=49)
整體工作壓力	M	70.53	76.81	76.07	71.56	72.19	68.35
	SD	17.56	15.39	16.15	12.41	12.03	14.47
工作負荷	M	15.47	17.44	16.98	16.68	17.32	16.22
	SD	4.30	3.79	3.70	3.51	3.17	4.46
上級要求	M	13.05	13.91	13.21	12.90	13.06	12.27
	SD	1.922	3.67	3.41	2.93	2.62	2.95
角色期許	M	15.5	16.61	17.00	14.96	15.52	14.53
	SD	4.73	3.76	5.77	3.37	3.44	3.75
人際關係	M	12.82	13.89	14.19	13.30	12.61	12.41
	SD	3.74	3.24	4.19	2.85	2.85	2.37
專業知能	M	13.68	14.96	14.47	13.72	13.68	12.92
	SD	3.99	3.87	3.97	3.00	3.08	3.52

為瞭解服務年資不同之公立高中兼任行政職務教師的工作壓力是否有顯著差異存在，乃進行單因子變異數考驗，如表 4-20 結果發現：服務年資不同的兼任行政職務教師在整體工作壓力($F=2.468$, $p < .05$)上有顯著差異；在各

層面的分量表方面，服務年資不同的兼任行政職務教師在「角色期許」工作壓力($F=2.578, p<.05$)、「人際關係」工作壓力($F=2.331, p<.05$)上有顯著差異。為進一步瞭解其實際差異，乃以 Scheffé 法進行事後考驗。由於顯著性處於臨界點，所以比較後並無顯著差異，表示臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力並不會因服務年資的不同而有顯著差異存在。

表 4-20 服務年資不同兼任行政職務教師工作壓力量表變異數分析摘要表

工作壓力		SS	df	平均平方和	F	事後比較
整體工作壓力	組間	2735.222	5	547.044	2.468*	無差異
	組內	60505.602	273	221.632		
	總和	63240.824	278			
工作負荷	組間	114.576	5	22.915	1.537	
	組內	4055.974	272	14.912		
	總和	4170.550	277			
上級要求	組間	72.108	5	14.422	1.445	
	組內	2723.827	273	9.977		
	總和	2795.935	278			
角色期許	組間	237.227	5	47.445	2.578*	無差異
	組內	5024.199	273	18.404		
	總和	5261.427	278			
人際關係	組間	126.696	5	25.339	2.331*	無差異
	組內	2967.613	273	10.870		
	總和	3094.308	278			
專業知能	組間	130.767	5	26.153	1.993	
	組內	3582.875	273	13.124		
	總和	3713.642	278			

* $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$

二、服務年資與復原力

表 4-21 為服務年資不同兼任行政職務教師整體復原力與各分量表上的平均數、標準差，由表 4-21 初步分析得知：服務年資 11 至 15 年的兼任行政職務教師在整體復原力上得分最高；在各層面的分量表方面，服務年資 11 至 15 年的兼任行政職務教師在「個人強度」復原力、「社會資源」復原力、「社交能力」復原力與「未來組織風格」復原力得分最高；除了「未來組織風格」復原力外，服務年資 3 年以下的兼任行政職務教師在整體復原力與各分量表復原力上的平均得分皆為最低。

為瞭解服務年資不同兼任行政職務教師的復原力是否有顯著差異存在，乃進行單因子變異數考驗，由表 4-22 結果發現：服務年資不同的兼任行政職務教師在「個人強度」($F=3.890, p<.05$)復原力上有顯著差異。為瞭解其實際差異，乃以 Scheffé 法進行事後考驗。由於顯著性處於臨界點，所以比較後並無顯著差異，表示臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力並不會因服務年資的不同而有顯著差異存在。

表 4-21 服務年資不同兼任行政職務教師復原力量表平均數與標準差

復原力	服務年資						
	3年以下 (N=38)	4-6年 (N=54)	7-10年 (N=57)	11-15年 (N=50)	16-20年 (N=31)	21年以上 (N=49)	
整體復原力	<i>M</i>	151.37	152.91	155.35	162.34	154.10	160.94
	<i>SD</i>	17.22	19.74	24.10	20.97	25.90	20.92
個人強度	<i>M</i>	29.45	29.96	31.05	33.22	30.90	33.02
	<i>SD</i>	5.28	4.46	5.98	5.09	5.92	5.61
家庭團結	<i>M</i>	37.63	38.56	39.14	39.54	38.74	40.23
	<i>SD</i>	5.22	6.14	6.04	5.82	7.05	5.63
社會資源	<i>M</i>	44.40	44.65	44.67	46.42	43.19	45.49
	<i>SD</i>	5.02	6.37	7.51	6.61	9.16	6.07
社交能力	<i>M</i>	20.26	20.72	20.32	21.80	20.29	21.12
	<i>SD</i>	4.42	3.89	4.39	3.94	4.32	3.91
未來 組織風格	<i>M</i>	19.63	19.02	20.18	21.36	20.97	21.08
	<i>SD</i>	4.61	4.04	4.46	4.05	4.18	4.70

表 4-22 服務年資不同兼任行政職務教師復原力量表變異數分析摘要表

復原力		SS	df	平均平方和	F	事後比較
整體復原力	組間	4621.279	5	924.256	1.990	
	組內	126809.108	273	464.502		
	總和	131430.387	278			
個人強度	組間	564.220	5	112.844	3.890*	無差異
	組內	7918.432	273	29.005		
	總和	8482.652	278			
家庭團結	組間	172.628	5	34.526	.970	
	組內	9713.939	273	35.582		
	總和	9886.566	278			
社會資源	組間	238.941	5	47.788	1.030	
	組內	12671.324	273	46.415		
	總和	12910.265	278			
社交能力	組間	87.773	5	17.555	1.027	
	組內	4666.170	273	17.092		
	總和	4753.943	278			
未來組織風格	組間	206.099	5	41.220	2.186	
	組內	5148.230	273	18.858		
	總和	5354.330	278			

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

三、服務年資與憂鬱行為表現

表 4-23 為服務年資不同兼任行政職務教師柯氏憂鬱量表的平均數、標準差。由表 4-23 初步分析得知：服務年資 4 至 6 年的兼任行政職務教師憂鬱行為表現最明顯。

表 4-23 服務年資不同兼任行政職務教師柯氏憂鬱量表平均數與標準差

憂鬱行為表現	服務年資					
	3年以下 (N=38)	4-6年 (N=54)	7-10年 (N=57)	11-15年 (N=50)	16-20年 (N=31)	21年以上 (N=49)
憂鬱行為表現	<i>M</i>	1.55	1.59	1.58	1.40	1.42
	<i>SD</i>	0.60	0.66	0.63	0.64	0.72
					0.72	0.65

為瞭解服務年資不同兼任行政職務教師的憂鬱行為表現是否有顯著差異存在，乃進行單因子變異數考驗，由表 4-24 結果顯示：服務年資不同的兼任行政職務教師在憂鬱行為表現上並無顯著差異($F=1.785, p>.05$)，表示臺北市公立高中兼任行政職務教師的憂鬱行為表現不會因服務年資的不同而有顯著差異存在。

表 4-24 服務年資不同兼任行政職務教師柯氏憂鬱量表變異數分析摘要表

	<i>SS</i>	<i>df</i>	平均平方和	<i>F</i>
組間	3.724	5	.745	1.785
組內	113.875	273	.417	
總和	117.599	278		

* $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$

伍、兼任行政職務年資與工作壓力、復原力與憂鬱行為表現

一、兼任行政職務年資與工作壓力

表 4-25 為兼任行政職務年資不同教師整體工作壓力與各分量表上的平均數、標準差，由表 4-25 初步分析得知：兼任行政職務 3 至 5 年的教師在整體工作壓力上得分最高。在各層面的分量表方面，兼任行政職務 3 至 5 年的教師在「上級要求」工作壓力與「角色期許」工作壓力上得分最高。兼任行政職務 1 至 2 年的教師在「工作負荷」工作壓力、「人際關係」工作壓力與「專業知能」工作壓力上得分最高。兼任行政職務 16 年以上的教師除了「工作負荷」工作壓力與「人際關係」工作壓力外，在整體工作壓力與各分量表工作壓力上的平均得分皆為最低。

表 4-25 兼任行政職務年資不同教師工作壓力量表平均數與標準差

工作壓力	兼任行政職務年資				
	1-2年 (N=93)	3-5年 (N=77)	6-10年 (N=54)	11-15年 (N=30)	16年以上 (N=22)
整體工作壓力	<i>M</i>	75.10	75.25	70.43	68.73
	<i>SD</i>	15.45	15.56	13.41	14.67
工作負荷	<i>M</i>	16.91	16.80	16.65	16.23
	<i>SD</i>	4.38	3.53	3.26	3.90
上級要求	<i>M</i>	13.34	13.49	12.80	12.73
	<i>SD</i>	3.05	3.58	2.84	3.17
角色期許	<i>M</i>	16.40	16.69	15.04	14.23
	<i>SD</i>	4.05	5.28	3.83	3.21
人際關係	<i>M</i>	13.90	13.66	12.48	12.60
	<i>SD</i>	3.51	3.58	2.70	3.45
專業知能	<i>M</i>	14.54	14.44	13.46	12.93
	<i>SD</i>	3.68	3.68	3.41	3.55

為瞭解兼任行政職務年資不同教師的工作壓力是否有顯著差異存在，乃進行單因子變異數考驗，由表 4-26 結果發現：兼任行政職務年資不同的教師在「角色期許」工作壓力($F=3.201$, $p<.05$)得分上有顯著差異。為進一步瞭解其實際差異，乃以 Scheffé 法進行事後考驗。由於顯著性處於臨界點，比較後並無顯著差異，表示臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力並不會因兼任行政職務年資的不同而有顯著差異存在。

表 4-26 兼任行政職務年資不同教師工作壓力量表變異數分析摘要表

工作壓力		SS	df	平均平方和	F	事後比較
整體工作壓力	組間	2469.192	5	493.838	2.218	
	組內	60771.632	273	222.607		
	總和	63240.824	278			
工作負荷	組間	14.427	5	2.885	.189	
	組內	4156.124	272	15.280		
	總和	4170.550	277			
上級要求	組間	66.589	5	13.318	1.332	
	組內	2729.347	273	9.998		
	總和	2795.935	278			
角色期許	組間	291.395	5	58.279	3.201*	無差異
	組內	4970.031	273	18.205		
	總和	5261.427	278			
人際關係	組間	117.913	5	23.583	2.163	
	組內	2976.395	273	10.903		
	總和	3094.308	278			
專業知能	組間	144.122	5	28.824	2.205	
	組內	3569.519	273	13.075		
	總和	3713.642	278			

* $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$

二、兼任行政職務年資與復原力

表 4-27 為兼任行政職務年資不同教師整體復原力的平均數、標準差，由表 4-27 初步分析得知：兼任行政職務 11 至 15 年的教師在整體復原力上得分最高；在各層面的分量表方面，兼任行政職務 11 至 15 年的教師在「個人強度」復原力、「社會資源」復原力、「社交能力」復原力與「未來組織風格」復原力上，得分最高；兼任行政職務 1 至 2 年的教師，在整體復原力與各分量表復原力上的平均得分皆為最低。

為瞭解兼任行政職務年資不同教師的復原力是否有顯著差異存在，乃進行單因子變異數考驗，由表 4-28 結果顯示：兼任行政職務年資不同的教師在整體復原力與各分量表復原力上皆有顯著差異。為進一步瞭解其實際差異，乃以 Scheffé 法進行事後考驗。結果發現：(1)兼任行政職務 6 至 10 年的教師在整體復原力與「個人強度」復原力、「家庭團結」復原力上顯著高於兼任行政 1 至 2 年者。(2)兼任行政職務 11 至 15 年的教師在整體復原力與「個人強度」復原力、「未來組織風格」復原力上顯著高於兼任行政職務 1 至 2 年者。

以上結果表示臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力會因兼任行政職務年資的不同而有顯著差異存在。兼任行政職務 6 至 10 年的教師在整體復原力與「個人強度」復原力、「家庭團結」復原力上顯著高於兼任行政職務 1 至 2 年者。兼任行政職務 11 至 15 年的教師在整體復原力與「個人強度」復原力、「未來組織風格」復原力上顯著高於兼任行政職務 1 至 2 年者。

表 4-27 兼任行政職務年資不同教師復原力量表平均數與標準差

復原力	兼任行政職務年資					
	1-2年 (N=93)	3-5年 (N=77)	6-10年 (N=54)	11-15年 (N=30)	16年以上 (N=22)	
整體復原力	M	149.70	154.08	163.72	166.47	163.32
	SD	20.18	22.31	20.39	19.43	22.67
個人強度	M	29.52	30.71	33.37	34.03	32.82
	SD	5.37	5.38	5.00	4.74	6.22
家庭團結	M	37.53	38.79	40.98	40.23	40.73
	SD	6.18	5.77	5.02	6.72	5.14
社會資源	M	43.61	43.81	46.96	47.53	46.09
	SD	6.30	7.64	6.44	5.87	6.47
社交能力	M	19.83	20.74	21.28	22.27	21.86
	SD	4.07	4.13	4.26	3.60	3.99
未來組織風格	M	19.22	20.03	21.13	22.40	21.82
	SD	4.53	4.06	4.34	3.59	4.82

表 4-28 兼任行政職務年資不同教師復原力量表變異數分析摘要表

復原力		SS	df	平均平方和	F	事後比較
整體復原力	組間	12091.545	5	2418.309	5.532***	6至10年>1至2年
	組內	119338.842	273	437.139		11至15年>1至2年
	總和	131430.387	278			
個人強度	組間	836.214	5	167.243	5.971***	6至10年>1至2年
	組內	7646.439	273	28.009		11至15年>1至2年
	總和	8482.652	278			
家庭團結	組間	635.996	5	127.199	3.754**	6至10年>1至2年
	組內	9250.570	273	33.885		
	總和	9886.566	278			
社會資源	組間	730.245	5	146.049	3.274**	無差異
	組內	12180.020	273	44.615		
	總和	12910.265	278			
社交能力	組間	189.933	5	37.987	2.272*	無差異
	組內	4564.010	273	16.718		
	總和	4753.943	278			
未來組織風格	組間	361.451	5	72.290	3.953**	11至15年>1至2年
	組內	4992.879	273	18.289		
	總和	5354.330	278			

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

三、兼任行政職務年資與憂鬱行為表現

表 4-29 為兼任行政職務年資不同教師柯氏憂鬱量表之平均數、標準差。由表 4-29 初步分析得知：兼任行政職務 1 至 2 年的教師在憂鬱行為表現得分

上最高。

表 4-29 兼任行政職務年資不同教師柯氏憂鬱量表平均數與標準差

憂鬱行為表現	兼任行政職務年資				
	1-2年 (N=93)	3-5年 (N=77)	6-10年 (N=54)	11-15年 (N=30)	16年以上 (N=22)
憂鬱行為表現 <i>M</i>	1.67	1.56	1.30	1.23	1.18
憂鬱行為表現 <i>SD</i>	0.67	0.66	0.57	0.57	0.59

為瞭解兼任行政職務年資不同教師的憂鬱行為表現是否有顯著差異存在，乃進行單因子變異數考驗，由表 4-30 結果顯示：兼任行政職務年資不同的教師在憂鬱行為表現上存有顯著差異($F=4.732$ ， $p<.001$)。為進一步瞭解其實際差異，乃以 Scheffé 法進行事後考驗。結果發現：兼任行政職務 1 至 2 年的教師其憂鬱行為表現顯著高於兼任行政職務 6 至 10 年者。

以上結果表示臺北市公立高中兼任行政職務教師的憂鬱行為表現會因兼任行政職務年資的不同而有顯著差異存在。兼任行政職務 1 至 2 年教師的憂鬱行為表現顯著高於兼任行政職務 6 至 10 年者。

表 4-30 兼任行政職務年資不同教師柯氏憂鬱量表變異數分析摘要表

	SS	df	平均平方和	F	事後比較
組間	9.380	5	1.876	4.732***	1至2年>6至10年
組內	108.219	273	.396		
總和	117.599	278			

* $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$

陸、兼任行政職務與工作壓力、復原力與憂鬱行為表現

一、兼任行政職務與工作壓力

表 4-31 為兼任行政職務不同教師整體工作壓力與各分量表上的統計摘要表。由表 4-31 可知，兼任組長的教師在整體工作壓力及各分量表工作壓力上的得分皆高於兼任主任者。

為考驗其間是否達顯著差異，乃進行獨立樣本 t 檢定。結果發現：兼任組長的教師在「專業知能」工作壓力上顯著高於兼任主任者。表示臺北市公立高中兼任行政職務教師在「專業知能」工作壓力上會因兼任行政職務的不同而有顯著差異存在，兼任組長的教師在「專業知能」工作壓力上顯著高於兼任主任者。

表 4-31 兼任行政職務不同教師工作壓力量表統計摘要表

工作壓力	兼任行政職務		df	t值
	主任(N=90)	組長(N=189)		
整體工作壓力	M	70.80	277	-1.607
	SD	14.08		
工作負荷	M	16.56	277	-.476
	SD	3.78		
上級要求	M	12.96	277	-.474
	SD	3.15		
角色期許	M	15.20	277	-1.477
	SD	4.88		
人際關係	M	12.89	277	-1.590
	SD	2.59		
專業知能	M	13.17	277	-2.540*
	SD	3.35		

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

二、兼任行政職務與復原力

表 4-32 為兼任行政職務不同教師整體復原力與各分量表上的統計摘要表。由表 4-32 可知，兼任主任的教師在整體復原力及各層面復原力分量表的平均得分上，皆高於兼任組長的教師。

為考驗其間是否達顯著差異，乃進行獨立樣本 t 檢定。結果得知：兼任主任教師其整體復原力顯著高於兼任組長者，從不同層面復原力的表現分析，兼任主任教師其「個人強度」復原力、「家庭團結」復原力、「社會資源」復原力及「未來組織風格」復原力皆顯著高於兼任組長者。表示臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力會因兼任行政職務不同而有顯著差異存在。兼任主任教師的整體復原力與「個人強度」復原力、「家庭團結」復原力、「社會資源」復原力及「未來組織風格」復原力皆顯著高於兼任組長者。

表 4-32 兼任行政職務不同教師復原力量表統計摘要表

復原力	兼任行政職務		df	t值
	主任(N=90)	組長(N=189)		
整體復原力	M	162.00	277	2.853**
	SD	21.84		
個人強度	M	32.83	277	3.165**
	SD	5.64		
家庭團結	M	40.08	277	2.018*
	SD	5.98		
社會資源	M	46.16	277	2.101*
	SD	6.48		
社交能力	M	21.46	277	1.857
	SD	4.01		
未來組織風格	M	21.22	277	2.344*
	SD	4.40		

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

三、兼任行政職務與憂鬱行為表現

表 4-33 為兼任行政職務不同教師柯氏憂鬱量表統計摘要表。由表 4-33 可知，兼任組長的教師之憂鬱行為表現較高於兼任主任的教師。為考驗其間是否達顯著差異，乃進行獨立樣本 *t* 檢定。結果發現兼任組長的教師其憂鬱行為表現顯著高於兼任主任者。

表示臺北市公立高中兼任行政職務教師的憂鬱行為表現會因兼任行政職務不同而有顯著差異存在。兼任組長教師的憂鬱行為表現顯著高於兼任主任者。

表 4-33 兼任行政職務不同教師柯氏憂鬱量表統計摘要表

憂鬱行為表現	兼任行政職務		df	t值	
	主任(N=90)	組長(N=189)			
憂鬱行為表現	M	1.32	1.55	277	-2.793**
	SD	0.63	0.65		

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

柒、婚姻狀況與工作壓力、復原力與憂鬱行為表現

一、婚姻狀況與工作壓力

表 4-34 為婚姻狀況不同兼任行政職務教師整體工作壓力與各分量表上的統計摘要表。由表 4-34 可知，已婚的兼任行政職務教師在整體工作壓力上高於未婚者，在各層面的分量表方面，除「上級要求」工作壓力外，已婚的兼任行政職務教師各分量表工作壓力上的平均得分皆高於未婚者。

為考驗其間是否達顯著差異，乃進行獨立樣本 *t* 檢定。結果發現：已婚的兼任行政職務教師在「工作負荷」工作壓力上的得分顯著高於未婚者。表示臺北市公立高中兼任行政職務教師的「工作負荷」工作壓力會因婚姻狀況的不同而有顯著差異存在。已婚的兼任行政職務教師的「工作負荷」工作壓力顯著高於未婚者。

表 4-34 婚姻狀況不同兼任行政職務教師工作壓力量表統計摘要表

工作壓力	婚姻狀況		df	t值	
	未婚(N=97)	已婚(N=182)			
整體工作壓力	M	72.00	73.33	277	-.706
	SD	15.72	14.76		
工作負荷	M	15.94	17.13	277	-2.469*
	SD	3.68	3.93		
上級要求	M	13.34	12.95	277	.977
	SD	3.34	3.08		
角色期許	M	15.60	15.84	277	-.443
	SD	4.15	4.46		
人際關係	M	13.18	13.36	277	-.446
	SD	3.30	3.36		
專業知能	M	13.94	13.98	277	-.087
	SD	3.83	3.57		

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

二、婚姻狀況與復原力

表 4-35 為婚姻狀況不同兼任行政職務教師整體復原力與各分量表上的統計摘要表。由表 4-35 可知，已婚兼任行政職務教師在整體復原力與各層面分量表復原力的得分皆高於未婚兼任行政職務教師者。

為考驗其間是否達顯著差異，乃進行獨立樣本 t 檢定。結果發現：已婚兼任行政職務教師在整體復原力顯著高於未婚兼任行政職務教師；從不同層面復原力的表現分析，已婚兼任行政職務教師的「個人強度」復原力、「家庭團結」復原力與「未來組織風格」復原力上皆顯著高於未婚兼任行政職務教師。表示臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力會因婚姻狀況不同而有顯著差異存在。已婚兼任行政職務教師在整體復原力與「個人強度」復原力、「家庭團結」復原力與「未來組織風格」復原力上皆顯著高於未婚兼任行政職務教師。

表 4-35 婚姻狀況不同兼任行政職務教師復原力量表統計摘要表

復原力	婚姻狀況		df	t值
	未婚(N=97)	已婚(N=182)		
整體復原力	M	151.00	277	-2.953**
	SD	19.72		
個人強度	M	29.68	277	-3.750***
	SD	5.19		
家庭團結	M	37.30	277	-3.636***
	SD	5.62		
社會資源	M	44.30	277	-1.114
	SD	6.23		
社交能力	M	20.39	277	-1.181
	SD	4.20		
未來組織風格	M	199.57	277	-2.153*
	SD	4.21		

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

三、婚姻狀況與憂鬱行為表現

表 4-36 為婚姻狀況不同兼任行政職務教師柯氏憂鬱量表的統計摘要表。由表 4-36 可知，未婚兼任行政職務教師憂鬱行為表現較高於已婚兼任行政職務教師。為考驗其間是否達顯著差異，乃進行獨立樣本 t 檢定。結果發現：婚姻狀況不同的兼任行政職務教師在憂鬱行為表現上並無顯著差異 ($t = .726, p > .05$)，表示臺北市公立高中兼任行政職務教師的憂鬱行為表現並未因婚姻狀況的不同而有顯著差異存在。

表 4-36 婚姻狀況不同兼任行政職務教師柯氏憂鬱量表統計摘要表

憂鬱行為表現	婚姻狀況		df	t值
	未婚(N=97)	已婚(N=182)		
憂鬱行為表現	M	1.52	277	.726
	SD	0.61		

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

捌、子女數與工作壓力、復原力與憂鬱行為表現

一、子女數與工作壓力

表 4-37 為子女數不同兼任行政職務教師整體工作壓力與各分量表上的平均數、標準差，由表 4-37 初步分析得知：子女數 1 名的兼任行政職務教師在整體工作壓力上得分最高；在各層面的分量表方面，子女數 1 名的兼任行政職務教師在「工作負荷」工作壓力、「上級要求」工作壓力、「角色期許」工作壓力上得分最高。無子女的兼任行政職務教師在「人際關係」工作壓力上得分最高，擁有 2 名以上子女的兼任行政職務教師在「專業知能」工作壓力上得分最高。

表 4-37 子女數不同兼任行政職務教師工作壓力量表平均數與標準差

工作壓力		子女數		
		無子女(N=134)	1人(N=56)	2人以上(N=89)
整體工作壓力	M	73.23	73.89	71.84
	SD	15.57	14.16	15.53
工作負荷	M	16.51	17.04	16.90
	SD	3.88	3.70	4.20
上級要求	M	13.43	13.45	12.66
	SD	3.28	2.95	3.09
角色期許	M	15.78	16.29	14.91
	SD	4.03	3.84	3.97
人際關係	M	13.52	13.29	13.34
	SD	3.63	2.92	3.21
專業知能	M	13.99	13.82	14.03
	SD	3.71	3.61	3.77

表 4-38 子女數不同兼任行政職務教師工作壓力量表變異數分析摘要表

工作壓力		SS	df	平均平方和	F	事後比較
整體工作壓力	組間	190.381	2	95.190	.415	
	組內	63026.702	275	229.188		
	總和	63217.083	277			
工作負荷	組間	12.659	2	6.329	.419	
	組內	4157.892	275	15.120		
	總和	4170.550	277			
上級要求	組間	61.378	2	30.689	3.144*	無差異性
	組內	2684.165	275	9.761		
	總和	2745.543	277			
角色期許	組間	25.422	2	12.711	.669	
	組內	5221.845	275	18.989		
	總和	5247.266	277			
人際關係	組間	13.411	2	6.705	.604	
	組內	3052.733	275	11.101		
	總和	3066.144	277			
專業知能	組間	1.579	2	.790	.059	
	組內	3711.129	275	13.495		
	總和	3712.709	277			

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

為瞭解子女數不同兼任行政職務教師的工作壓力是否有顯著差異存在，乃進行單因子變異數考驗，由表 4-38 結果顯示：子女數不同兼任行政職務教師在「上級要求」工作壓力上存有顯著差異($F=3.144, p<.05$)。為進一步瞭解其實際差異，乃以 Scheffé 法進行事後考驗。由於顯著性處於臨界點，所以比較後並無顯著差異，表示臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力並不會因子女數的不同而有顯著差異存在。

二、子女數與復原力

表 4-39 為子女數不同兼任行政職務教師整體復原力與各分量表上的平均數、標準差，由表 4-39 初步分析得知：擁有 2 名以上子女的兼任行政職務教師在整體復原力上得分最高，在各層面的分量表方面，擁有 2 名以上子女的兼任行政職務教師在「個人強度」復原力、「家庭團結」復原力、「社會資源」復原力及「社交能力」復原力上得分最高。無子女的兼任行政職務教師在整體復原力上及各分量表復原力上的得分皆為最低。

表 4-39 子女數不同兼任行政職務教師復原力量表平均數與標準差

復原力	子女數			
	無子女(N=134)	1人(N=56)	2人以上(N=89)	
整體復原力	M	153.00	155.43	161.51
	SD	20.37	25.07	20.83
個人強度	M	30.24	31.30	33.02
	SD	5.24	6.20	5.12
家庭團結	M	37.87	39.14	40.74
	SD	5.65	6.53	5.70
社會資源	M	44.63	44.04	45.91
	SD	6.38	7.69	6.82
社交能力	M	20.74	20.18	21.26
	SD	4.06	4.53	3.98
未來組織風格	M	20.00	20.77	20.57
	SD	4.14	4.69	4.56

為瞭解子女數不同兼任行政職務教師的復原力是否有顯著差異存在，乃進行單因子變異數考驗，由表 4-40 結果顯示：子女數不同的兼任行政職務教師在整體復原力與「個人強度」復原力、「家庭團結」復原力上皆有顯著差異。為進一步瞭解其實際差異，乃以 Scheffé 法進行事後考驗，結果發現：子女數為 2 名以上的兼任行政職務教師在整體復原力上顯著高於無子女的兼任行政職務教師。在各分量表復原力方面，子女數為 2 名以上的兼任行政職務教師在「個人強度」復原力、「家庭團結」復原力方面亦顯著高於無子女的兼任行政職務教師。

表示臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力會因子女數的不同而有顯著差異存在。子女數為 2 名以上的兼任行政職務教師在整體復原力及「個人強度」復原力、「家庭團結」復原力方面皆顯著高於無子女的兼任行政職

務教師。

表 4-40 子女數不同兼任行政職務教師復原力量表變異數分析摘要表

復原力		SS	df	平均平方和	F	事後比較
整體復原力	組間	3516.993	2	1758.496	3.794*	2人以上>
	組內	127913.394	276	463.454		無子女
	總和	131430.387	278			
個人強度	組間	414.500	2	207.250	7.090**	2人以上>
	組內	8068.153	276	29.232		無子女
	總和	8482.652	278			
家庭團結	組間	443.071	2	221.535	6.475**	2人以上>
	組內	9443.495	276	34.216		無子女
	總和	9886.566	278			
社會資源	組間	141.974	2	70.987	1.534	
	組內	12768.292	276	46.262		
	總和	12910.265	278			
社交能力	組間	40.814	2	20.407	1.195	
	組內	4713.129	276	17.077		
	總和	4753.943	278			
未來組織風格	組間	30.572	2	15.286	.792	
	組內	5323.757	276	19.289		
	總和	3516.993	278			

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

三、子女數與憂鬱行為表現

表 4-41 為子女數不同兼任行政職務教師柯氏憂鬱量表之平均數、標準差。由表 4-41 初步分析得知：擁有子女 1 名的兼任行政職務教師憂鬱行為表現較明顯。

表 4-41 子女數不同兼任行政職務教師柯氏憂鬱量表平均數與標準差

憂鬱行為表現	子女數			
	無子女(N=134)	1人(N=56)	2人以上(N=89)	
憂鬱行為表現	M	1.53	1.54	1.36
	SD	0.65	0.66	0.64

為瞭解子女數不同兼任行政職務教師的憂鬱行為表現是否有顯著差異存在，乃進行單因子變異數考驗，由表 4-42 結果顯示：子女數不同兼任行政職務教師在憂鬱行為表現上並無顯著差異($F=2.139$, $p > .05$)，表示臺北市公立高中兼任行政職務教師的憂鬱行為表現不會因子女數的不同而有顯著差異存在。

表 4-42 子女數不同兼任行政職務教師柯氏憂鬱量表變異數分析摘要表

	SS	df	平均平方和	F
組間	1.795	2	.898	2.139
組內	115.804	276	.420	
總和	117.599	278		

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

玖、學校規模與工作壓力、復原力與憂鬱行為表現

一、學校規模與工作壓力

表 4-43 為學校規模不同兼任行政職務教師整體工作壓力與各分量表上的統計摘要表。由表 4-43 可知，學校規模 51 班以上的兼任行政職務教師在整體工作壓力的得分高於學校規模 31 至 50 班的兼任行政職務教師，在工作壓力各層面的分量表得分亦呈現一樣的狀況。

為考驗其間是否達顯著差異，乃進行獨立樣本 t 檢定。研究結果發現：學校規模 51 班以上的兼任行政職務教師的整體工作壓力上的得分顯著高於學校規模 31 至 50 班的兼任行政職務教師；在各層面分量表方面，學校規模 51 班以上的兼任行政職務教師在「人際關係」工作壓力與「專業知能」工作壓力上，亦顯著高於學校規模 31 至 50 班的兼任行政職務教師。

表示臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力會因學校規模的不同而有顯著差異存在。學校規模 51 班以上的兼任行政職務教師的整體工作壓力與「人際關係」工作壓力與「專業知能」工作壓力上，皆顯著高於學校規模 31 至 50 班的兼任行政職務教師。

表 4-43 學校規模不同兼任行政職務教師工作壓力量表統計摘要表

工作壓力	學校規模		df	t值
	31至50班 (N=61)	51班以上 (N=218)		
整體工作壓力	M	69.34	277	-2.074*
	SD	15.84		
工作負荷	M	15.95	277	-1.749
	SD	4.23		
上級要求	M	12.74	277	-.970
	SD	3.34		
角色期許	M	15.26	277	-1.003
	SD	5.42		
人際關係	M	12.38	277	-2.460*
	SD	3.18		
專業知能	M	13.02	277	-2.309*
	SD	3.60		

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

二、學校規模與復原力

表 4-44 為學校規模不同之臺北市公立高中兼任行政職務教師整體復原力與各分量表上統計摘要表。由表 4-44 可知，學校規模 31 至 50 班的兼任行政職務教師的整體復原力上的得分高於學校規模 51 班以上的兼任行政職務教師。在各層面的分量表方面，學校規模 31 至 50 班的兼任行政職務教師在

「個人強度」復原力、「社會資源」復原力及「社交能力」復原力上的得分高於學校規模 51 班以上的兼任行政職務教師。

為考驗其間是否達顯著差異，乃進行獨立樣本 t 檢定。研究結果發現：在整體復原力與復原力各層面的分量表方面，兩組皆無顯著差異，表示臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力不會因學校規模的不同而有顯著差異存在。

表 4-44 學校規模不同兼任行政職務教師復原力量表統計摘要表。

復原力	學校規模		<i>df</i>	<i>t</i> 值
	31至50班 (<i>N</i> =61)	51班以上 (<i>N</i> =218)		
整體復原力	<i>M</i>	157.82	277	.564
	<i>SD</i>	22.53		
個人強度	<i>M</i>	31.70	277	.582
	<i>SD</i>	5.41		
家庭團結	<i>M</i>	39.05	277	.014
	<i>SD</i>	5.70		
社會資源	<i>M</i>	45.48	277	.718
	<i>SD</i>	6.83		
社交能力	<i>M</i>	21.38	277	1.251
	<i>SD</i>	4.55		
未來組織風格	<i>M</i>	20.21	277	-.249
	<i>SD</i>	4.69		

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

三、學校規模與憂鬱行為表現

表 4-45 為學校規模不同兼任行政職務教師柯氏憂鬱量表的統計摘要表。由表 4-45 可知，學校規模 51 班以上的兼任行政職務教師憂鬱行為表現較高於學校規模 31 至 50 班的兼任行政職務教師。

為考驗其間是否達顯著差異，乃進行獨立樣本 t 檢定。研究結果發現：學校規模不同之兼任行政職務教師在憂鬱行為表現上並無顯著差異 ($t = -1.712, p > .05$)，表示臺北市公立高中兼任行政職務教師的憂鬱行為表現並為因學校規模不同而有顯著差異存在。

表 4-45 學校規模不同兼任行政職務教師柯氏憂鬱量表統計摘要表

憂鬱行為表現	學校規模		<i>df</i>	<i>t</i> 值
	31至50班(<i>N</i> =61)	51班以上(<i>N</i> =218)		
憂鬱行為表現	<i>M</i>	1.36	277	-1.712
	<i>SD</i>	0.58		

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

拾、學校類別與工作壓力、復原力與憂鬱行為表現

一、學校類別與工作壓力

表 4-46 為學校類別不同兼任行政職務教師整體工作壓力與各分量表上的統計摘要表。由表 4-46 可知，完全中學兼任行政職務教師的整體工作壓力得分高於普通高中兼任行政職務教師；在各層面的分量表方面，除「工作負荷」工作壓力外，完全中學兼任行政職務教師在其餘各層面工作壓力分量表的得分皆高於普通高中兼任行政職務教師。

為考驗其間是否達顯著差異，乃進行獨立樣本 t 檢定。研究結果發現：完全中學兼任行政職務教師在「上級要求」工作壓力上的得分顯著高於普通高中兼任行政職務教師。表示臺北市公立高中兼任行政職務教師的「上級要求」工作壓力會因學校類別的不同而有顯著差異存在。完全中學兼任行政職務教師在「上級要求」上的工作壓力顯著高於普通高中兼任行政職務教師。

表 4-46 學校類別不同兼任行政職務教師工作壓力量表統計摘要表

工作壓力	學校類別		df	t 值
	普通高中 (N=145)	完全中學 (N=134)		
整體工作壓力	M	71.44	277	-1.64
	SD	14.67		
工作負荷	M	17.00	277	-.395
	SD	4.18		
上級要求	M	12.53	277	-3.09**
	SD	3.12		
角色期許	M	15.65	277	-.431
	SD	4.53		
人際關係	M	13.04	277	-1.34
	SD	3.24		
專業知能	M	13.59	277	-1.77
	SD	3.38		

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

二、學校類別與復原力

表 4-47 為學校類別不同兼任行政職務教師整體復原力與各分量表上的統計摘要表。由表 4-47 可知，普通高中兼任行政職務教師在整體復原力上的得分高於完全中學兼任行政職務教師；在各層面的分量表方面，普通高中兼任行政職務教師在「個人強度」復原力、「家庭團結」復原力、「社會資源」復原力及「社交能力」復原力上的得分皆高於完全中學兼任行政職務教師。

為考驗其間是否達顯著差異，乃進行獨立樣本 t 檢定。研究結果發現：學校類別不同之兼任行政職務教師在整體復原力與復原力各分量表間得分

上皆未達顯著差異；表示臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力不會因學校類別的不同而有顯著差異存在。

表 4-47 學校類別不同兼任行政職務教師復原力量表統計摘要表

復原力	學校類別		df	t值
	普通高中 (N=145)	完全中學 (N=134)		
整體復原力	M	156.70	277	.218
	SD	21.51		
個人強度	M	31.59	277	.794
	SD	5.12		
家庭團結	M	39.10	277	.166
	SD	6.11		
社會資源	M	45.00	277	.201
	SD	6.87		
社交能力	M	20.85	277	.236
	SD	4.22		
未來組織風格	M	20.17	277	-.678
	SD	4.45		

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

三、學校類別與憂鬱行為表現

表 4-48 為學校類別不同兼任行政職務教師柯氏憂鬱量表統計摘要表。由表 4-48 可知，完全中學兼任行政職務教師的憂鬱行為表現較高於普通高中兼任行政職務教師。

為考驗其間是否達顯著差異，乃進行獨立樣本 t 檢定。研究結果發現：學校類別不同之兼任行政職務教師在憂鬱行為表現上並無顯著差異 ($t = -.759, p > .05$)，表示臺北市公立高中兼任行政職務教師的憂鬱行為表現並未因學校類別的不同而有顯著差異存在。

表 4-48 學校類別不同兼任行政職務教師柯氏憂鬱量表統計摘要表

憂鬱行為表現	學校類別		df	t值
	普通高中 (N=145)	普通高中 (N=145)		
憂鬱行為表現	M	1.45	277	-.759
	SD	0.63		

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

小結：

一、臺北市公立高中兼任行政職務教師的「工作壓力」方面：

- (一) 「師範院校畢業」兼任行政職務教師的「專業知能」工作壓力顯著高於「研究所以以上畢業」兼任行政職務教師。

- (二) 「兼任組長」教師的「專業知能」工作壓力顯著高於「兼任主任」的教師。
- (三) 「已婚」兼任行政職務教師的「工作負荷」工作壓力顯著高於「未婚」兼任行政職務教師。
- (四) 「學校規模 51 班以上」的兼任行政職務教師之整體工作壓力顯著高於「學校規模 31 至 50 班」的兼任行政職務教師，尤其在「人際關係」工作壓力與「專業知能」工作壓力方面。
- (五) 「完全中學」兼任行政職務教師的「上級要求」工作壓力顯著高於「普通高中」兼任行政職務教師。
- (六) 「性別」、「年齡」、「服務年資」、「兼任行政職務年資」及「子女數」不同的兼任行政職務教師之工作壓力間並無顯著差異存在。

以上結果驗證假設 1-3、1-6、1-7、1-9、1-10。但並未驗證假設 1-1、1-2、1-4、1-5、1-8。

臺北市公立高中兼任行政職務教師背景變項不同之工作壓力差異一覽表如表 4-49 所示。

表 4-49 臺北市公立高中兼任行政職務教師背景變項不同之工作壓力差異一覽表

背景變項	整體工作壓力	工作負荷	上級要求	角色期許	人際關係	專業知能
性別						
年齡						
教育程度						師範院校畢業 > 研究所以上畢業
服務年資						
兼任年資						
兼任職務						組長 > 主任
婚姻狀況		已婚 > 未婚				
子女數						
學校規模	51 班以上 > 31 至 50 班				51 班以上 > 31 至 50 班	51 班以上 > 31 至 50 班
學校類別			完全中學 > 普通高中			

二、臺北市公立高中兼任行政職務教師的「復原力」方面：

- (一) 「女性」兼任行政職務教師的「社會資源」復原力顯著高於「男性」兼任行政職務教師。
- (二) 1. 「41 歲以上」兼任行政職務教師的「個人強度」與「未來組織風格」復原力顯著高於「30 歲以下」兼任行政職務教師。
2. 「31 至 40 歲」兼任行政職務教師的「個人強度」復原力顯著高於「30 歲以下」兼任行政職務教師。
- (三) 1. 兼任行政職務「6 至 10 年」教師在整體復原力上顯著高於兼任行政職務「1 至 2 年」教師，尤其在「個人強度」與「家庭團結」復

原力方面。

2.兼任行政職務「11至15年」教師在整體復原力上顯著高於兼任行政職務「1至2年」教師，尤其在「個人強度」與「未來組織風格」復原力方面。

(四)「兼任主任」的教師在整體復原力上顯著高於「兼任組長」的教師，尤其在「個人強度」、「家庭團結」、「社會資源」與「未來組織風格」復原力方面。

(五)「已婚」兼任行政職務教師在整體復原力上顯著高於「未婚」兼任行政職務教師，尤其在「個人強度」、「家庭團結」與「未來組織風格」復原力方面。

(六)「子女數2人以上」兼任行政職務教師在整體復原力上顯著高於「無子女」兼任行政職務教師，尤其在「個人強度」與「家庭團結」復原力方面。

(七)「教育程度」、「服務年資」、「學校規模」及「學校類別」不同的兼任行政職務教師之復原力間並無顯著差異存在。

以上結果驗證假設 1-1、1-2、1-5、1-6、1-7、1-8。但並未驗證假設 1-3、1-4、1-9、1-10。

臺北市公立高中兼任行政職務教師背景變項不同之復原力差異一覽表如表 4-50 所示。

表 4-50 臺北市公立高中兼任行政職務教師背景變項不同之復原力差異一覽表

背景變項	整體復原力	個人強度	家庭團結	社會資源	社交能力	未來組織風格
性別				女性 > 男性		
年齡		31至40歲 > 30歲(含)以下 41歲(含)以上 > 30歲(含)以下				41歲以上 > 30歲以下
教育程度						
服務年資						
兼任年資	6至10年 > 1至2年 11至15年 > 1至2年	6至10年 > 1至2年 11至15年 > 1至2年	6至10年 > 1至2年			11至15年 > 1至2年
兼任職務	主任 > 組長	主任 > 組長	主任 > 組長	主任 > 組長		主任 > 組長
婚姻狀況	已婚 > 未婚	已婚 > 未婚	已婚 > 未婚			已婚 > 未婚
子女數	2人以上 > 無子女	2人以上 > 無子女	2人以上 > 無子女			
學校規模						
學校類別						

三、臺北市公立高中兼任行政職務教師的「憂鬱行為表現」方面：

1. 「30歲以下」兼任行政職務教師的憂鬱行為表現顯著高於「41歲以上」兼任行政職務教師。
2. 「師範院校畢業」及「一般大學畢業」兼任行政職務教師的憂鬱行為表現顯著高於「研究所以上畢業」兼任行政職務教師。
3. 兼任行政職務「1至2年」教師的憂鬱行為表現顯著高於兼任行政職務「6至10年」教師。
4. 「兼任組長」教師的憂鬱行為表現顯著高於「兼任主任」教師。
5. 「性別」、「服務年資」、「婚姻狀況」、「子女數」、「學校規模」及「學校類別」不同之兼任行政職務教師的憂鬱行為表現沒有顯著差異存在。

以上結果驗證假設 1-2、1-3、1-5、1-6。但並未驗證假設 1-1、1-4、1-7、1-8、1-9、1-10。

臺北市公立高中兼任行政職務教師背景變項不同之憂鬱行為表現差異一覽表如表 4-51 所示。

表 4-51 臺北市公立高中兼任行政職務教師背景變項不同憂鬱行為表現差異一覽表

背景變項	憂鬱行為表現
性別	
年齡	30歲以下 > 41歲以上
教育程度	一般大學畢業 > 研究所以上畢業 師範院校畢業 > 研究所以上畢業
服務年資	
兼任年資	1至2年 > 6至10年
兼任職務	組長 > 主任
婚姻狀況	
子女數	
學校規模	
學校類別	

第三節 臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力、復原力與憂鬱行為表現之關係

本節主要在探討不同背景變項臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力、復原力與憂鬱行為表現間的關係，採用皮爾遜積差相關分析，並依據邱皓政(2010)書中所分析各研究變項間的相關係數值，相關係數為 1.00 屬於完全相關，相關係數在.70 至.99 者為高度相關，相關係數在.40 至.69 者為中度相關，相關係數在.10 至.39 者為低度相關，相關係數在.10 以下者屬於微弱或無相關。

壹、不同背景變項臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力與憂鬱行為表現之關係

一、性別不同兼任行政職務教師工作壓力與憂鬱行為表現之關係

性別不同兼任行政職務教師工作壓力與憂鬱行為表現之間的關係，誠如表 4-52 所示。

表 4-52 性別不同兼任行政職務教師工作壓力與憂鬱行為表現相關係數

憂鬱行為表現	組別	整體工作壓力	工作負荷	上級要求	角色期許	人際關係	專業知能
	男(N=133)	.488 ^{***}	.361 ^{***}	.399 ^{***}	.358 ^{***}	.408 ^{***}	.489 ^{***}
女(N=146)	.460 ^{***}	.360 ^{***}	.272 ^{***}	.391 ^{***}	.413 ^{***}	.433 ^{***}	
整體(N=279)	.474 ^{***}	.360 ^{***}	.329 ^{***}	.373 ^{***}	.410 ^{***}	.461 ^{***}	

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

關聯程度：.10 < r < .39 低度；.40 < r < .69 中度；.70 < r < .99 高度（邱皓正，2010）

自表 4-52 得知，全部兼任行政職務教師的整體工作壓力與憂鬱行為表現間呈現顯著中度正相關的關係($r=.474$, $p < .001$)，表示臺北市公立高中兼任行政職務教師的憂鬱行為會隨著工作壓力的增加而提昇。其中「工作負荷」工作壓力($r=.360$, $p < .001$)、「上級要求」工作壓力($r=.329$, $p < .001$)及「角色期許」工作壓力($r=.373$, $p < .001$)與全部兼任行政職務教師的憂鬱行為表現間存有顯著低度正相關的關係；而「人際關係」工作壓力($r=.410$, $p < .001$)及「專業知能」工作壓力($r=.461$, $p < .001$)與憂鬱行為表現間的相關係數較高，皆達顯著中度正相關的關係。

男性兼任行政職務教師的整體工作壓力與憂鬱行為表現間，呈現顯著中度正相關的關係($r=.488$, $p < .001$)；至於在工作壓力各層面的分量表方面，「工作負荷」工作壓力($r=.361$, $p < .001$)、「角色期許」工作壓力($r=.358$, $p < .001$)與憂鬱行為表現間存有顯著低度正相關的關係；而「上級要求」工作壓力($r=.399$, $p < .001$)、「人際關係」工作壓力($r=.408$, $p < .001$)、及「專

業知能」工作壓力($r=.489, p<.001$)與憂鬱行為表現間，皆存有顯著中度正相關的關係，其中又以「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現的相關最高。表示男性兼任行政職務教師的憂鬱行為表現會因「專業知能」工作壓力升高而最愈形顯著。

女性兼任行政職務教師的整體工作壓力與憂鬱行為表現間，亦呈現顯著中度正相關的關係 ($r=.460, p<.001$)，至於在工作壓力各層面的分量表方面，「工作負荷」工作壓力($r=.360, p<.001$)、「上級要求」工作壓力($r=.272, p<.001$)、「角色期許」工作壓力($r=.391, p<.001$)與憂鬱行為表現間存有顯著低度正相關的關係；而「人際關係」工作壓力($r=.413, p<.001$)、「專業知能」工作壓力($r=.433, p<.001$)則皆與憂鬱行為表現間存有顯著中度正相關的關係，其中又以「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現的相關最高。表示當女性兼任行政職務教師的「專業知能」工作壓力愈高時，會出現愈多的憂鬱行為表現。

二、年齡不同兼任行政職務教師工作壓力與憂鬱行為表現之關係

年齡不同兼任行政職務教師工作壓力與憂鬱行為表現之間的關係，誠如表 4-53 所示。

表 4-53 年齡不同兼任行政職務教師工作壓力與憂鬱行為表現相關係數

組別		整體 工作壓力	工作 負荷	上級 要求	角色 期許	人際 關係	專業 知能
憂鬱行為 表現	30歲以下(N=44)	.468***	.395**	.343*	.391**	.368*	.487**
	31~40歲(N=137)	.433***	.357***	.284**	.372***	.408***	.373***
	41歲以上(N=98)	.544***	.390***	.370***	.360***	.455***	.570***
	整體(N=279)	.474***	.360***	.329***	.373***	.410***	.461***

* $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$

關聯程度：.10< r <.39 低度；.40< r <.69 中度；.70< r <.99 高度 (邱皓正，2010)

自表 4-53 得知，30 歲以下兼任行政職務教師的整體工作壓力與憂鬱行為表現間，呈現顯著中度正相關的關係($r=.468, p<.001$)；至於在工作壓力各層面的分量表方面，「上級要求」工作壓力($r=.343, p<.05$)、「角色期許」工作壓力($r=.391, p<.01$)、「人際關係」工作壓力($r=.368, p<.05$)與憂鬱行為表現間存有顯著低度正相關的關係；而「工作負荷」工作壓力($r=.395, p<.01$)、「專業知能」工作壓力($r=.487, p<.01$)與憂鬱行為表現間則存有顯著中度正相關的關係，其中以「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現的相關最高，表示當 30 歲以下兼任行政職務教師的「專業知能」工作壓力愈高時，會出現愈多的憂鬱行為表現。

31 至 40 歲兼任行政職務教師的整體工作壓力與憂鬱行為表現間，呈現顯著中度正相關的關係($r=.433, p<.001$)，至於在工作壓力各層面的分量表

方面，「工作負荷」工作壓力($r=.357, p<.001$)、「上級要求」工作壓力($r=.284, p<.01$)、「專業知能」工作壓力($r=.373, p<.001$)與憂鬱行為表現間存有顯著低度正相關的關係；而「角色期許」工作壓力($r=.372, p<.001$)、「人際關係」工作壓力($r=.408, p<.001$)，與憂鬱行為表現間則存有顯著中度正相關的關係，其中以「人際關係」工作壓力與憂鬱行為表現的相關最高，表示當 31 至 40 歲兼任行政職務教師的「人際關係」工作壓力愈高時，會出現愈多的憂鬱行為表現。

41 歲以上兼任行政職務教師的整體工作壓力與憂鬱行為表現間，呈現顯著中度正相關的關係($r=.544, p<.001$)，至於在工作壓力在各層面的分量表方面，「工作負荷」工作壓力($r=.390, p<.001$)、「上級要求」工作壓力($r=.370, p<.01$)、「角色期許」工作壓力($r=.373, p<.001$)與憂鬱行為表現間存有顯著低度正相關的關係；而「人際關係」工作壓力($r=.455, p<.001$)、「專業知能」工作壓力($r=.570, p<.001$)與憂鬱行為表現間則存有顯著中度正相關的關係，其中以「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現的相關最高，表示當 41 歲以上兼任行政職務教師的「人際關係」工作壓力愈高時，會出現愈多的憂鬱行為表現。

三、教育程度不同兼任行政職務教師工作壓力與憂鬱行為表現之關係

教育程度不同兼任行政職務教師工作壓力與憂鬱行為表現間的關係，程如表 4-54 所示。

表 4-54 教育程度不同兼任行政職務教師工作壓力與憂鬱行為表現相關係數

組別	整體工作壓力	工作負荷	上級要求	角色期許	人際關係	專業知能
憂鬱行為表現						
師範院校畢業(N=56)	.486***	.363**	.358**	.432***	.381**	.539***
一般大學畢業(N=40)	.545***	.360*	.342*	.519***	.587***	.413**
研究所以上畢業(N=183)	.453***	.369***	.303***	.314***	.405***	.432***
整體(N=279)	.474***	.360***	.329***	.373***	.410***	.461***

* $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$

關聯程度： $.10<r<.39$ 低度； $.40<r<.69$ 中度； $.70<r<.99$ 高度(邱皓正，2010)

自表 4-54 得知，師範院校畢業兼任行政職務教師的整體工作壓力與憂鬱行為表現間，呈現顯著中度正相關的關係($r=.486, p<.001$)，至於在工作壓力各層面的分量表方面，「工作負荷」工作壓力($r=.363, p<.01$)、「上級要求」工作壓力($r=.358, p<.01$)、「人際關係」工作壓力($r=.381, p<.01$)與憂鬱行為表現間存有顯著低度正相關的關係；而「角色期許」工作壓力($r=.432, p<.001$)、「專業知能」工作壓力($r=.539, p<.001$)與憂鬱行為表現間則存有顯著中度正相關的關係，其中以「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現的相關最高，表示當師範院校畢業兼任行政職務教師的「專業知能」工作壓力愈高時，會出現愈多的憂鬱行為表現。

一般大學畢業兼任行政職務教師的整體工作壓力與憂鬱行為表現間，呈現顯著中度正相關的關係($r=.545, p<.001$)，至於在工作壓力各層面的分量表方面，「工作負荷」工作壓力($r=.360, p<.05$)、「上級要求」工作壓力($r=.342, p<.05$)與憂鬱行為表現間存有顯著低度正相關的關係；而「角色期許」工作壓力($r=.519, p<.001$)、「人際關係」工作壓力($r=.587, p<.001$)及「專業知能」工作壓力($r=.413, p<.01$)與憂鬱行為表現間則存有顯著中度正相關的關係，其中以「人際關係」工作壓力與憂鬱行為表現相關最高，表示當一般大學畢業兼任行政職務教師的憂鬱行為表現會因「人際關係」工作壓力升高而愈形顯著。

研究所以以上畢業兼任行政職務教師的整體工作壓力與憂鬱行為表現間，呈現顯著中度正相關的關係($r=.453, p<.001$)，至於在工作壓力各層面的分量表方面，「工作負荷」工作壓力($r=.369, p<.001$)、「上級要求」工作壓力($r=.303, p<.001$)、「角色期許」工作壓力($r=.314, p<.001$)與憂鬱行為表現間存有顯著低度正相關的關係；而「人際關係」工作壓力($r=.405, p<.001$)、「專業知能」工作壓力($r=.432, p<.001$)則與憂鬱行為表現間存有顯著中度正相關的關係，其中以「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現的相關最高，表示研究所以以上畢業兼任行政職務教師的憂鬱行為表現會因「專業知能」工作壓力升高而愈形顯著。

四、服務年資不同兼任行政職務教師工作壓力與憂鬱行為表現之關係

服務年資不同兼任行政職務教師工作壓力與憂鬱行為表現之間的關係，誠如表 4-55 所示。

表 4-55 服務年資不同兼任行政職務教師工作壓力與憂鬱行為表現相關係數

組別	整體工作壓力	工作負荷	上級要求	角色期許	人際關係	專業知能
3年以下(N=38)	.476**	.481**	.352*	.470**	.347*	.435**
4~6年(N=54)	.416***	.346*	.234	.407**	.376**	.386**
7~10年(N=57)	.392**	.341*	.277*	.144	.427**	.348**
11~15年(N=50)	.463**	.313*	.349*	.273	.472**	.453**
16~20年(N=31)	.506***	.275	.462**	.434*	.342	.499**
21年以上(N=49)	.589***	.412**	.331*	.634***	.453**	.643***
整體(N=279)	.474***	.360***	.329***	.373***	.410***	.461***

* $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$

關聯程度：.10< r <.39 低度；.40< r <.69 中度；.70< r <.99 高度（邱皓正，2010）

自表 4-55 得知，服務年資 3 年以下兼任行政職務教師的整體工作壓力與憂鬱行為表現間，呈現顯著中度正相關的關係($r=.476, p<.01$)，至於在工作壓力各層面的分量表方面，「上級要求」工作壓力($r=.352, p<.05$)、「人際關係」工作壓力($r=.347, p<.05$)與憂鬱行為表現間存有顯著低度正相關的關

係；而「工作負荷」工作壓力($r=.481, p<.01$)、「角色期許」工作壓力($r=.470, p<.01$)、「專業知能」工作壓力($r=.435, p<.001$)則與憂鬱行為表現間存有顯著中度正相關的關係，其中以「工作負荷」工作壓力與憂鬱行為表現相關最高，表示當服務年資在3年以下兼任行政職務教師的「工作負荷」工作壓力愈高時，會出現愈多的憂鬱行為表現。

服務年資4至6年兼任行政職務教師的整體工作壓力與憂鬱行為表現間，呈現顯著中度正相關的關係($r=.416, p<.001$)，至於在工作壓力各層面的分量表方面，「工作負荷」工作壓力($r=.346, p<.05$)、「人際關係」工作壓力($r=.376, p<.01$)、「專業知能」工作壓力($r=.386, p<.01$)與憂鬱行為表現間存有顯著低度正相關的關係；而「角色期許」工作壓力($r=.407, p<.01$)與憂鬱行為表現則存有顯著中度正相關的關係，與憂鬱行為表現的相關最高，表示服務年資4至6年兼任行政職務教師的憂鬱行為表現會因「角色期許」工作壓力升高而愈形顯著。

服務年資7至10年兼任行政職務教師的整體工作壓力與憂鬱行為表現間，呈現顯著低度正相關的關係($r=.392, p<.01$)，至於在工作壓力各層面的分量表方面，「工作負荷」工作壓力($r=.341, p<.05$)、「上級要求」工作壓力($r=.277, p<.05$)、「專業知能」工作壓力($r=.348, p<.01$)與憂鬱行為表現間則存有顯著低度正相關的關係；而「人際關係」工作壓力($r=.427, p<.01$)，則與憂鬱行為表現間則有顯著中度正相關的關係，與憂鬱行為表現的相關最高，表示當服務年資7至10年的兼任行政職務教師「人際關係」工作壓力愈高時，會出現愈多的憂鬱行為表現。

服務年資11至15年兼任行政職務教師的整體工作壓力與憂鬱行為表現間，呈現顯著中度正相關的關係($r=.463, p<.01$)，至於在工作壓力各層面的分量表方面，「工作負荷」工作壓力($r=.313, p<.05$)、「上級要求」工作壓力($r=.349, p<.05$)與憂鬱行為表現間存有顯著低度正相關的關係；而「人際關係」工作壓力($r=.472, p<.01$)、「專業知能」工作壓力($r=.453, p<.01$)與憂鬱行為表現間則存有顯著中度正相關的關係，其中以「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現的相關最高，表示當服務年資11至15年兼任行政職務教師的「專業知能」工作壓力愈高時，會出現愈多的憂鬱行為表現。

服務年資16至20年兼任行政職務教師的整體工作壓力與憂鬱行為表現間，呈現顯著中度正相關的關係($r=.506, p<.01$)，至於在工作壓力各層面的分量表方面，「上級要求」工作壓力($r=.462, p<.01$)、「角色期許」工作壓力($r=.434, p<.05$)、「專業知能」工作壓力($r=.499, p<.01$)與憂鬱行為表現間則存有顯著中度正相關的關係，其中以「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現的相關最高，表示當服務年資11至15年兼任行政職務教師的「專業知

能」工作壓力愈高時，會出現愈多的憂鬱行為表現。

服務年資 21 年以上兼任行政職務教師的整體工作壓力與憂鬱行為表現間，呈現顯著中度正相關的關係($r=.589, p<.001$)，至於在工作壓力各層面的分量表方面，「上級要求」工作壓力($r=.331, p<.05$)與憂鬱行為表現間存有顯著低度正相關的關係；而「工作負荷」工作壓力($r=.412, p<.01$)、「角色期許」工作壓力($r=.634, p<.001$)、「人際關係」工作壓力($r=.453, p<.01$)、「專業知能」工作壓力($r=.643, p<.001$)與憂鬱行為表現間則存有顯著中度正相關的關係，其中以「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現的相關最高，表示當服務年資在 21 年以上兼任行政職務教師的「專業知能」工作壓力愈高時，會出現愈多的憂鬱行為表現。

五、兼任行政職務年資不同教師工作壓力與憂鬱行為表現之關係

兼任行政職務年資不同教師工作壓力與憂鬱行為表現之間的關係，誠如表 4-56 所示。

表 4-56 兼任行政職務年資不同教師工作壓力與憂鬱行為表現相關係數

組別	整體工作壓力	工作負荷	上級要求	角色期許	人際關係	專業知能
憂鬱行為表現						
1~2年(N=93)	.415***	.360***	.245*	.361***	.355***	.376***
3~5年(N=77)	.366**	.304**	.272*	.168	.355**	.380**
6~10年(N=54)	.597***	.432**	.468***	.513***	.482***	.587***
11~15年(N=30)	.504**	.395*	.495**	.441*	.348	.469**
16年以上(N=22)	.543**	.406	.159	.652**	.498*	.585**
整體(N=279)	.474***	.360***	.329***	.373***	.410***	.461***

* $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$

關聯程度：.10< r <.39 低度；.40< r <.69 中度；.70< r <.99 高度（邱皓正，2010）

自表 4-56 得知，兼任行政職務 1 至 2 年教師的整體工作壓力與憂鬱行為表現間，呈現顯著中度正相關的關係($r=.415, p<.001$)，至於在工作壓力各層面的分量表方面，「工作負荷」工作壓力($r=.360, p<.001$)、「上級要求」工作壓力($r=.245, p<.05$)、「角色期許」工作壓力($r=.361, p<.001$)、「人際關係」工作壓力($r=.355, p<.001$)、「專業知能」工作壓力($r=.376, p<.001$)與憂鬱行為表現間存有顯著低度正相關的關係；其中又以「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現的相關最高，表示當兼任行政職務 1 至 2 年教師的「專業知能」工作壓力愈高時，會出現愈多的憂鬱行為表現。

兼任行政職務 3 至 5 年的教師整體工作壓力與憂鬱行為表現間，呈現顯著低度正相關的關係($r=.366, p<.01$)，至於在工作壓力各層面的分量表方面，「工作負荷」工作壓力($r=.304, p<.01$)、「上級要求」工作壓力($r=.272, p<.05$)、「人際關係」工作壓力($r=.355, p<.001$)、「專業知能」工作壓力

($r=.380, p<.01$)與憂鬱行為表現間存有顯著低度正相關的關係；其中又以「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現相關最高，表示當兼任行政職務3至5年教師的「專業知能」工作壓力愈高時，會出現愈多的憂鬱行為表現。

兼任行政職務6至10年的教師的整體工作壓力與憂鬱行為表現間，呈現顯著中度正相關的關係($r=.597, p<.001$)，至於在工作壓力各層面的分量表方面，「工作負荷」工作壓力($r=.432, p<.01$)、「上級要求」工作壓力($r=.468, p<.001$)、「角色期許」工作壓力($r=.513, p<.001$)、「人際關係」工作壓力($r=.482, p<.001$)、「專業知能」工作壓力($r=.587, p<.001$)與憂鬱行為表現間則皆存有顯著中度正相關的關係；其中以「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現的相關最高，表示當兼任行政職務6至10年教師的「專業知能」工作壓力愈高時，會出現愈多的憂鬱行為表現。

兼任行政11至15年兼任行政職務教師整體工作壓力與憂鬱行為表現間，呈現顯著中度正相關的關係($r=.504, p<.001$)，至於在工作壓力各層面的分量表方面，「工作負荷」工作壓力($r=.395, p<.05$)、「上級要求」工作壓力($r=.495, p<.01$)、「角色期許」工作壓力($r=.441, p<.05$)、「專業知能」工作壓力($r=.469, p<.01$)與憂鬱行為表現間皆存有顯著中度正相關的關係；其中以「上級要求」工作壓力與憂鬱行為表現的相關最高，表示當兼任行政11至15年兼任行政職務教師的「上級要求」工作壓力愈高時，會出現愈多的憂鬱行為表現。

兼任行政職務16年以上教師的整體工作壓力與憂鬱行為表現間，呈現顯著中度正相關的關係($r=.543, p<.01$)，至於在工作壓力各層面的分量表方面，「角色期許」工作壓力($r=.652, p<.01$)、「人際關係」工作壓力($r=.498, p<.05$)及「專業知能」工作壓力($r=.585, p<.01$)與憂鬱行為表現間皆存有顯著中度正相關的關係；其中以「角色期許」工作壓力與憂鬱行為表現的相關最高，表示當兼任行政職務16年以上教師的「角色期許」工作壓力愈高時，會出現愈多的憂鬱行為表現。

六、兼任行政職務不同教師工作壓力與憂鬱行為表現之關係

兼任行政職務不同教師工作壓力與憂鬱行為表現之間的關係，誠如表4-57所示。

表 4-57 兼任行政職務不同教師工作壓力與憂鬱行為表現相關係數

憂鬱行為 表現	組別	整體 工作壓力	工作 負荷	上級 要求	角色 期許	人際 關係	專業 知能
	主任(N=90)	.586 ^{***}	.408 ^{***}	.430 ^{***}	.361 ^{***}	.530 ^{***}	.663 ^{***}
組長(N=189)	.416 ^{***}	.338 ^{***}	.282 ^{***}	.370 ^{***}	.366 ^{***}	.359 ^{***}	
整體(N=279)	.474 ^{***}	.360 ^{***}	.329 ^{***}	.373 ^{***}	.410 ^{***}	.461 ^{***}	

* $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$

關聯程度：.10< r <.39 低度；.40< r <.69 中度；.70< r <.99 高度（邱皓正，2010）

自表 4-57 得知，兼任主任職務教師整體工作壓力與憂鬱行為表現間，呈現顯著中度正相關的關係($r=.586, p<.001$)，至於在工作壓力各層面的分量表方面，除「角色期許」工作壓力($r=.361, p<.001$)與憂鬱行為表現為顯著低度正相關的關係外，其他各層面：「工作負荷」工作壓力($r=.408, p<.001$)、「上級要求」工作壓力($r=.430, p<.001$)、「人際關係」工作壓力($r=.530, p<.001$)、「專業知能」工作壓力($r=.663, p<.001$)與憂鬱行為表現間皆存有顯著中度正相關的關係；其中以「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現的相關最高，表示當兼任主任職務教師的「專業知能」工作壓力愈高時，會出現愈多的憂鬱行為表現。

兼任組長職務教師整體工作壓力與憂鬱行為表現間，呈現顯著中度正相關的關係($r=.416, p<.001$)，至於在工作壓力各層面的分量表方面，「工作負荷」工作壓力($r=.338, p<.001$)、「上級要求」工作壓力($r=.282, p<.001$)、「角色期許」工作壓力($r=.370, p<.001$)、「人際關係」工作壓力($r=.366, p<.001$)、「專業知能」工作壓力($r=.359, p<.001$)與憂鬱行為表現間皆存有顯著低度正相關的關係；其中以「角色期許」工作壓力與憂鬱行為表現的相關最高，表示當兼任組長職務教師的「角色期許」工作壓力愈高時，會出現愈多的憂鬱行為表現。

七、婚姻狀況不同兼任行政職務教師工作壓力與憂鬱行為表現之關係

婚姻狀況不同兼任行政職務教師工作壓力與憂鬱行為表現之間的關係，誠如表 4-58 所示。

表 4-58 婚姻狀況不同兼任行政職務教師工作壓力與憂鬱行為表現相關係數

憂鬱行為 表現	組別	整體 工作壓力	工作 負荷	上級 要求	角色 期許	人際 關係	專業 知能
	未婚(N=97)	.433***	.342***	.305**	.397***	.382***	.425***
已婚(N=182)	.501***	.384***	.341***	.365***	.427***	.483***	
整體(N=279)	.474***	.360***	.329***	.373***	.410***	.461***	

* $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$

關聯程度：.10< r <.39 低度；.40< r <.69 中度；.70< r <.99 高度（邱皓正，2010）

自表 4-58 得知，未婚的兼任行政職務教師整體工作壓力與憂鬱行為表現間，呈現顯著中度正相關的關係($r=.433, p<.001$)，至於在工作壓力各層面的分量表方面，「工作負荷」工作壓力($r=.342, p<.001$)、「上級要求」工作壓力($r=.305, p<.01$)、「人際關係」工作壓力($r=.382, p<.001$)與憂鬱行為表現間存有顯著低度正相關的關係；而「角色期許」工作壓力($r=.397, p<.001$)、「專業知能」工作壓力($r=.425, p<.001$)與憂鬱行為表現間則存有顯著中度正相關的關係，其中以「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現的相關最高，表示當未婚的兼任行政職務教師的「專業知能」工作壓力愈高時，

會出現愈多的憂鬱行為表現。

已婚的兼任行政職務教師整體工作壓力與憂鬱行為表現間，呈現顯著中度正相關的關係($r=.501, p<.001$)，至於在工作壓力各層面的分量表方面，「工作負荷」工作壓力($r=.384, p<.001$)、「上級要求」工作壓力($r=.341, p<.001$)、「角色期許」工作壓力($r=.365, p<.001$)與憂鬱行為表現間存有顯著低度正相關的關係；而「人際關係」工作壓力($r=.427, p<.001$)、「專業知能」工作壓力($r=.483, p<.001$)與憂鬱行為表現間則存有顯著中度正相關的關係，其中以「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現的相關最高，表示當已婚的兼任行政職務教師的「專業知能」工作壓力愈高時，會出現愈多的憂鬱行為表現。

八、子女數不同兼任行政職務教師工作壓力與憂鬱行為表現之關係

子女數不同兼任行政職務教師工作壓力與憂鬱行為表現之間的關係，誠如表 4-59 所示。

表 4-59 子女數不同兼任行政職務教師工作壓力與憂鬱行為表現相關係數

組別	整體	工作	上級	角色	人際	專業	
	工作壓力	負荷	要求	期許	關係	知能	
憂鬱行為 表現	無子女(N=134)	.491 ^{***}	.417 ^{***}	.280 ^{***}	.423 ^{***}	.452 ^{***}	.476 ^{***}
	1人(N=56)	.423 ^{***}	.226	.325 [*]	.370 ^{**}	.418 ^{***}	.361 ^{**}
	2人以上(N=89)	.472 ^{***}	.372 ^{***}	.375 ^{***}	.314 ^{**}	.328 ^{**}	.517 ^{***}
	整體(N=279)	.474 ^{***}	.360 ^{***}	.329 ^{***}	.373 ^{***}	.410 ^{***}	.461 ^{***}

* $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$

關聯程度：.10< r <.39 低度；.40< r <.69 中度；.70< r <.99 高度(邱皓正, 2010)

自表 4-59 得知，無子女之兼任行政職務教師的整體工作壓力與憂鬱行為表現間存有顯著中度正相關的關係($r=.491, p<.001$)，至於在工作壓力各層面的分量表方面，「上級要求」工作壓力($r=.280, p<.001$)與憂鬱行為表現間存有顯著低度正相關的關係；而「工作負荷」工作壓力($r=.417, p<.001$)、「角色期許」工作壓力($r=.423, p<.001$)、「人際關係」工作壓力($r=.452, p<.001$)、「專業知能」工作壓力($r=.476, p<.001$)與憂鬱行為表現間則存有顯著中度正相關的關係，其中以「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現的相關最高，表示當無子女之兼任行政職務教師的「專業知能」工作壓力愈高時，會出現愈多的憂鬱行為表現。

子女數為一人之兼任行政職務教師的整體工作壓力與憂鬱行為表現間存有顯著中度正相關的關係($r=.423, p<.001$)，至於在工作壓力各層面的分量表方面，「上級要求」工作壓力($r=.325, p<.05$)、「角色期許」工作壓力($r=.370, p<.01$)、「專業知能」工作壓力($r=.361, p<.01$)與憂鬱行為表現間存有顯著低度正相關的關係；而「人際關係」工作壓力($r=.418, p<.001$)與憂鬱行為

表現間則達到顯著中度正相關的關係，與憂鬱行為表現相關最高，表示當子女數為一人之兼任行政職務教師的「人際關係」工作壓力愈高時，會出現愈多的憂鬱行為表現。

子女數為二人以上之兼任行政職務教師者的整體工作壓力與憂鬱行為表現有顯著中度正相關的關係($r=.472, p<.001$)，至於在工作壓力各層面的分量表方面，「工作負荷」工作壓力($r=.372, p<.001$)、「上級要求」工作壓力($r=.375, p<.001$)、「角色期許」工作壓力($r=.314, p<.01$)、「人際關係」工作壓力($r=.328, p<.01$)與憂鬱行為表現間存有顯著低度正相關的關係；而「專業知能」工作壓力($r=.517, p<.001$)與憂鬱行為表現間則存有顯著中度正相關的關係，與憂鬱行為表現相關最高，表示當子女數為二人以上之兼任行政職務教師的「專業知能」工作壓力愈高時，會出現愈多的憂鬱行為表現。

九、學校規模不同兼任行政職務教師工作壓力與憂鬱行為表現之關係

學校規模不同兼任行政職務教師工作壓力與憂鬱行為表現之間的關係，誠如表 4-60 所示。

表 4-60 學校規模不同兼任行政職務教師工作壓力與憂鬱行為表現相關係數

憂鬱行為 表現	組別	整體	工作	上級	角色	人際	專業
		工作壓力	負荷	要求	期許	關係	知能
	31~50班(N=61)	.190	.321*	.067	.065	.160	.157
	51班以上(N=218)	.541***	.365***	.393***	.478***	.458***	.526***
	整體(N=279)	.474***	.360***	.329***	.373***	.410***	.461***

* $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$

關聯程度：.10 < r < .39 低度；.40 < r < .69 中度；.70 < r < .99 高度（邱皓正，2010）

自表 4-60 得知，學校班級數為 31 至 50 班之兼任行政職務教師的整體工作壓力與憂鬱行為表現間並無顯著相關的關係($r=.190, p>.05$)，至於在工作壓力各層面的分量表方面，除「工作負荷」工作壓力($r=.321, p<.05$)與憂鬱行為表現間存有顯著低度正相關的關係外，其餘各層面的工作壓力與憂鬱行為表現間未有顯著相關的關係存在，表示當學校班級數為 31 至 50 班之兼任行政職務教師的「工作負荷」工作壓力愈高時，會出現愈多的憂鬱行為表現。

學校班級數 51 班以上的兼任行政職務教師整體工作壓力與憂鬱行為表現間呈現顯著中度正相關的關係($r=.541, p<.001$)，至於在工作壓力各層面的分量表方面，「工作負荷」工作壓力($r=.365, p<.001$)、「上級要求」工作壓力($r=.393, p<.001$)與憂鬱行為表現間存有顯著低度正相關的關係；而「角色期許」工作壓力($r=.478, p<.001$)、「人際關係」工作壓力($r=.458, p<.001$)、「專業知能」工作壓力($r=.526, p<.001$)與憂鬱行為表現間則存有顯著中度正相關的關係；表示當學校班級數為 51 班以上之兼任行政職務教

師的「專業知能」工作壓力愈高時，會出現愈多的憂鬱行為表現。

十、學校類別不同兼任行政職務教師工作壓力與憂鬱行為表現之關係

學校類別不同兼任行政職務教師工作壓力與憂鬱行為表現之間的關係，誠如表 4-61 所示。

表 4-61 學校類別不同兼任行政職務教師工作壓力與憂鬱行為表現相關係數

憂鬱行為 表現	組別	整體	工作	上級	角色	人際	專業
		工作壓力	負荷	要求	期許	關係	知能
	普通高中(N=145)	.386 ^{***}	.331 ^{***}	.219 ^{**}	.256 ^{**}	.332 ^{***}	.403 ^{***}
	完全中學(N=134)	.556 ^{***}	.398 ^{***}	.436 ^{***}	.504 ^{***}	.482 ^{***}	.510 ^{***}
	整體(N=279)	.474 ^{***}	.360 ^{***}	.329 ^{**}	.373 ^{***}	.410 ^{***}	.461 ^{***}

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

關聯程度：.10 < r < .39 低度；.40 < r < .69 中度；.70 < r < .99 高度（邱皓正，2010）

自表 4-61 得知，普通高中兼任行政職務教師的整體工作壓力($r=.386$, $p < .001$)與憂鬱行為表現間呈現顯著低度正相關的關係，至於在工作壓力各層面的分量表方面，「工作負荷」工作壓力($r=.331$, $p < .001$)、「上級要求」工作壓力($r=.219$, $p < .01$)、「角色期許」工作壓力($r=.256$, $p < .01$)、「人際關係」工作壓力($r=.332$, $p < .001$)與憂鬱行為表現間存有顯著低度正相關的關係；而「專業知能」工作壓力($r=.403$, $p < .001$)與憂鬱行為表現間則存有顯著中度正相關的關係；其中以「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現的相關最高，表示當普通高中兼任行政職務教師的「專業知能」工作壓力愈高時，會出現愈多的憂鬱行為表現。

完全中學兼任行政職務教師的整體工作壓力($r=.556$, $p < .001$)與憂鬱行為表現間呈現顯著中度正相關的關係，至於在工作壓力各層面的分量表方面，「工作負荷」工作壓力($r=.398$, $p < .001$)、「上級要求」工作壓力($r=.436$, $p < .001$)、「角色期許」工作壓力($r=.504$, $p < .001$)、「人際關係」工作壓力($r=.482$, $p < .001$)、「專業知能」工作壓力($r=.510$, $p < .001$)與憂鬱行為表現間皆存有顯著中度正相關的關係；其中以「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現的相關最高，表示當完全中學兼任行政職務教師的「專業知能」工作壓力愈高時，會出現愈多的憂鬱行為表現。

貳、不同背景變項臺北市公立高中兼任行政職務教師復原力與憂鬱行為表現之關係

一、性別不同兼任行政職務教師復原力與憂鬱行為表現之關係

性別不同兼任行政職務教師復原力與憂鬱行為表現之間的關係，誠如表 4-62 所示。

表 4-62 性別不同兼任行政職務教師復原力與憂鬱行為表現相關係數

憂鬱行為 表現	組別	整體	個人	家庭	社會	社交	未來
		復原力	強度	團結	資源	能力	組織風格
	男(N=133)	-.415***	-.422***	-.307***	-.332**	-.313***	-.366***
	女(N=146)	-.291***	-.486***	-.141	-.161	-.086	-.277**
	整體(N=279)	-.352***	-.454***	-.214***	-.246***	-.193***	-.320***

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

關聯程度：.10 < r < .39 低度；.40 < r < .69 中度；.70 < r < .99 高度（邱皓正，2010）

自表 4-62 得知，全部兼任行政職務教師的整體復原力與憂鬱行為表現間呈現顯著低度負相關的關係($r = -.352, p < .001$)，表示臺北市公立高中兼任行政職務教師的憂鬱行為會隨著復原力的增加而顯著減少。至於在復原力各層面的分量表方面，「家庭團結」復原力($r = -.214, p < .001$)、「社會資源」復原力($r = -.246, p < .001$)、「社交能力」復原力($r = -.193, p < .001$)及「未來組織風格」復原力($r = -.320, p < .001$)與全部兼任行政職務教師的憂鬱行為表現間存有顯著低度負相關的關係；而「個人強度」復原力($r = -.454, p < .001$)則與憂鬱行為表現間存有顯著中度負相關的關係，與憂鬱行為表現的相關最高。表示當臺北市公立高中兼任行政職務教師的「個人強度」復原力愈高時，憂鬱行為表現就會愈少。

男性兼任行政職務教師的整體復原力與憂鬱行為表現間，亦呈現顯著中度負相關的關係($r = -.415, p < .001$)；至於在復原力各層面的分量表方面，「家庭團結」復原力($r = -.307, p < .001$)、「社會資源」復原力($r = -.332, p < .001$)、「社交能力」復原力($r = -.313, p < .001$)、「未來組織風格」復原力($r = -.366, p < .001$)與憂鬱行為表現間有顯著低度負相關的關係；而「個人強度」復原力($r = -.422, p < .001$)與憂鬱行為表現間達顯著中度負相關的關係，與憂鬱行為表現相關最高，表示當男性兼任行政職務教師的「未來組織風格」復原力愈高時，憂鬱行為表現就會愈少。

女性兼任行政職務教師的整體復原力與憂鬱行為表現間則為顯著低度負相關的關係($r = -.291, p < .001$)，至於在復原力各層面的分量表方面，「未來組織風格」復原力($r = -.277, p < .01$)與憂鬱行為表現間存有顯著低度負相關的關係；而「個人強度」復原力($r = -.486, p < .001$)與憂鬱行為表現間則有顯著中度負相關的關係，與憂鬱行為表現的相關最高，表示當女性兼任行政職務教師的「個人強度」復原力愈高時，其憂鬱行為表現就會愈少。

二、年齡不同兼任行政職務教師復原力與憂鬱行為表現之關係

年齡不同兼任行政職務教師復原力與憂鬱行為表現之間的關係，誠如表 4-63 所示。

表 4-63 年齡不同兼任行政職務教師復原力與憂鬱行為表現相關係數

	組別	整體 復原力	個人 強度	家庭 團結	社會 資源	社交 能力	未來 組織風格
憂鬱行為 表現	30歲以下(N=44)	-.239	-.282	-.166	-.168	.061	-.303*
	31~40歲(N=137)	-.347***	-.474***	-.222**	-.242**	-.236**	-.264**
	41歲以上(N=98)	-.366***	-.443***	-.193	-.280**	-.236*	-.354***
	整體(N=279)	-.352***	-.454***	-.214***	-.246***	-.193***	-.320***

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

關聯程度：.10 < r < .39 低度；.40 < r < .69 中度；.70 < r < .99 高度（邱皓正，2010）

自表 4-63 得知，30 歲以下兼任行政職務教師的整體復原力與憂鬱行為表現間並無顯著相關($r = -.239, p > .05$)；至於在復原力各層面的分量表方面，僅「未來組織風格」復原力($r = -.303, p < .05$)與憂鬱行為表現間則存有顯著低度負相關的關係，表示當 30 歲以下兼任行政職務教師的「未來組織風格」復原力愈高時，其憂鬱行為表現便會愈少。

31 至 40 歲兼任行政職務教師的整體復原力與憂鬱行為表現間，呈現顯著低度負相關的關係($r = -.347, p < .001$)，在各層面的分量表方面，「家庭團結」復原力($r = -.222, p < .05$)、「社會資源」復原力($r = -.242, p < .01$)、「社交能力」復原力($r = -.236, p < .01$)、「未來組織風格」復原力($r = -.264, p < .01$)與憂鬱行為表現間皆存有顯著低度負相關的關係；而「個人強度」復原力($r = -.474, p < .001$)與憂鬱行為表現間則存有顯著中度負相關的關係，與憂鬱行為表現相關最高，表示當 31 至 40 歲兼任行政職務教師的「個人強度」復原力愈高時，其憂鬱行為表現便會愈少。

41 歲以上兼任行政職務教師的整體復原力與憂鬱行為表現間，呈現顯著低度負相關的關係($r = -.366, p < .001$)，至於在復原力各層面的分量表方面，「社會資源」復原力($r = -.280, p < .01$)、「社交能力」復原力($r = -.236, p < .01$)、「未來組織風格」復原力($r = -.354, p < .001$)與憂鬱行為表現間皆存有顯著低度負相關的關係；而「個人強度」復原力($r = -.443, p < .001$)與憂鬱行為表現間則存有顯著中度負相關的關係，與憂鬱行為表現相關最高，表示當 41 歲以上兼任行政職務教師的「個人強度」復原力愈高時，其憂鬱行為表現便會愈少。

三、教育程度不同兼任行政職務教師復原力與憂鬱行為表現之關係

教育程度不同兼任行政職務教師復原力與憂鬱行為表現之間的關係，誠如表 4-64 所示。

表 4-64 教育程度不同兼任行政職務教師復原力與憂鬱行為表現相關係數

組別		整體 復原力	個人 強度	家庭 團結	社會 資源	社交 能力	未來 組織風格
憂鬱行為 表現	師範院校畢業(N=56)	-.438 ^{***}	-.564 ^{***}	-.368 ^{**}	-.278 [*]	-.038	-.419 ^{**}
	一般大學畢業(N=40)	-.658 ^{***}	-.685 ^{***}	-.302	-.549 ^{***}	-.569 ^{***}	-.536 ^{***}
	研究所以上畢業(N=183)	-.223 ^{**}	-.316 ^{***}	-.154 [*]	-.136	-.142	-.185 [*]
	整體(N=279)	-.352 ^{***}	-.454 ^{***}	-.214 ^{***}	-.246 ^{***}	-.193 ^{***}	-.320 ^{***}

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

關聯程度：.10 < r < .39 低度；.40 < r < .69 中度；.70 < r < .99 高度（邱皓正，2010）

自表 4-64 得知，師範院校畢業兼任行政職務教師的整體復原力與憂鬱行為表現間，呈現顯著中度負相關的關係($r = -.438, p < .001$)，至於在復原力各層面的分量表方面，「家庭團結」復原力($r = -.368, p < .01$)、「社會資源」復原力($r = -.278, p < .05$)與憂鬱行為表現間存有顯著低度負相關的關係；而「個人強度」復原力($r = -.564, p < .001$)、「未來組織風格」復原力($r = -.419, p < .01$)與憂鬱行為表現間則存有顯著中度負相關的關係，其中以「個人強度」復原力與憂鬱行為表現相關最高，表示當師範院校畢業兼任行政職務教師的「個人強度」復原力愈高時，其憂鬱行為表現便會愈少。

一般大學畢業兼任行政職務教師的整體復原力與憂鬱行為表現間，呈現顯著中度負相關的關係($r = -.658, p < .001$)，至於在復原力各層面的分量表方面，「個人強度」復原力($r = -.685, p < .001$)、「社會資源」復原力($r = -.549, p < .001$)、「社交能力」復原力($r = -.569, p < .001$)及「未來組織風格」復原力($r = -.536, p < .001$)與憂鬱行為表現間皆存有顯著中度負相關的關係，其中以「個人強度」復原力與憂鬱行為表現的相關最高，表示當一般大學畢業兼任行政職務教師的「個人強度」復原力愈高時，其憂鬱行為表現便會愈少。

研究所以上畢業兼任行政職務教師的整體復原力與憂鬱行為表現間，呈現顯著低度負相關的關係($r = -.223, p < .01$)，至於在復原力各層面的分量表方面，「個人強度」復原力($r = -.316, p < .001$)、「家庭團結」復原力($r = -.154, p < .05$)、「未來組織風格」復原力($r = -.185, p < .05$)與憂鬱行為表現間存有顯著低度負相關的關係；其中以「個人強度」復原力與憂鬱行為表現相關最高，表示當研究所以上畢業兼任行政職務教師的「個人強度」復原力愈高時，其憂鬱行為表現便會愈少。

四、服務年資不同兼任行政職務教師復原力與憂鬱行為表現之關係

服務年資不同兼任行政職務教師復原力與憂鬱行為表現之間的關係，誠如表 4-65 所示。

表 4-65 服務年資不同兼任行政職務教師復原力與憂鬱行為表現相關係數

憂鬱行為 表現	組別	整體	個人	家庭	社會	社交	未來
		復原力	強度	團結	資源	能力	組織風格
	3年以下(N=38)	-.242	-.378*	.006	-.244	.086	-.295
	4~6年(N=54)	-.328*	-.404**	-.167	-.156	-.236	-.429**
	7~10年(N=57)	-.405**	-.538***	-.367**	-.262*	-.308*	-.223
	11~15年(N=50)	-.114	-.298*	-.147	-.079	.130	-.002
	16~20年(N=31)	-.582**	-.529**	-.457**	-.493**	-.533**	-.449*
	21年以上(N=49)	-.341*	-.462**	-.018	-.238	-.237	-.441**
	整體(N=279)	-.352***	-.454***	-.214***	-.246***	-.193***	-.320***

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

關聯程度：.10 < r < .39 低度；.40 < r < .69 中度；.70 < r < .99 高度（邱皓正，2010）

自表 4-65 得知，服務年資 3 年以下兼任行政職務教師的整體復原力與憂鬱行為表現間，並無顯著相關的關係($r = -.242$, $p > .05$)；至於在復原力各層面的分量表方面，「個人強度」復原力($r = -.378$, $p < .05$)與憂鬱行為表現間有顯著低度負相關的關係，表示當服務年資 3 年以下兼任行政職務教師的「個人強度」復原力愈高時，其憂鬱行為表現就會愈少。

服務年資 4 至 6 年兼任行政職務教師的整體復原力與憂鬱行為表現間，呈現顯著低度負相關的關係($r = -.328$, $p < .05$)；至於在復原力各層面的分量表方面，「個人強度」復原力($r = -.404$, $p < .01$)、「未來組織風格」復原力($r = -.429$, $p < .01$)與憂鬱行為表現間存有顯著中度負相關的關係；其中「未來組織風格」復原力與憂鬱行為表現的相關最高，表示當服務年資 4 至 6 年兼任行政職務教師的「未來組織風格」復原力愈高時，其憂鬱行為表現就會愈少。

服務年資 7 至 10 年兼任行政職務教師的整體復原力與憂鬱行為表現間，呈現顯著中度負相關的關係($r = -.405$, $p < .01$)，至於在復原力各層面的分量表方面，「家庭團結」復原力($r = -.367$, $p < .01$)、「社會資源」復原力($r = -.262$, $p < .05$)、「社交能力」復原力($r = -.308$, $p < .05$)與憂鬱行為表現間存有顯著低度負相關的關係；而「個人強度」復原力($r = -.538$, $p < .001$)則與憂鬱行為表現間存有顯著中度負相關的關係，與憂鬱行為表現的相關最高，表示當服務年資 7 至 10 年的兼任行政職務教師的「個人強度」復原力愈高時，其憂鬱行為表現便會愈少。

服務年資 11 至 15 年兼任行政職務教師的整體復原力與憂鬱行為表現間並無顯著相關存在($r = -.114$, $p > .05$)，至於在復原力各層面的分量表方面，「個人強度」復原力($r = -.298$, $p < .05$)與憂鬱行為表現間存有顯著低度負相關的關係；表示當服務年資 11 至 15 年的兼任行政職務教師的「個人強度」復原力愈高時，其憂鬱行為表現就會愈少。

服務年資 16 至 20 年兼任行政職務教師的整體復原力與憂鬱行為表現間，呈現顯著中度負相關的關係($r=-.582, p<.01$)，至於在復原力各層面的分量表方面，「個人強度」復原力($r=-.529, p<.01$)、「家庭團結」復原力($r=-.457, p<.01$)、「社會資源」復原力($r=-.493, p<.01$)、「社交能力」復原力($r=-.533, p<.01$)、「未來組織風格」復原力($r=-.449, p<.05$)與憂鬱行為表現則皆存有顯著中度負相關的關係，其中「社交能力」復原力與憂鬱行為表現相關最高，表示當服務年資 16 至 20 年的兼任行政職務教師的「社交能力」復原力愈高時，其憂鬱行為表現就會愈少。

服務年資 21 年以上兼任行政職務教師的整體復原力與憂鬱行為表現間，呈現顯著低度負相關的關係($r=-.341, p<.05$)，至於在復原力各層面的分量表方面，「個人強度」復原力($r=-.462, p<.01$)、「未來組織風格」復原力($r=-.441, p<.01$)與憂鬱行為表現間存有顯著中度負相關的關係，其中以「個人強度」復原力與憂鬱行為表現的相關最高，表示當服務年資 21 年以上的兼任行政職務教師的「個人強度」復原力愈高時，其憂鬱行為表現就會愈少。

五、兼任行政職務年資不同教師復原力與憂鬱行為表現之關係

兼任行政職務年資不同教師復原力與憂鬱行為表現之間的關係，誠如表 4-66 所示。

表 4-66 兼任行政職務年資不同教師復原力與憂鬱行為表現相關係數

組別	整體復原力	個人強度	家庭團結	社會資源	社交能力	未來組織風格
憂鬱行為表現						
1~2年(N=93)	-.277**	-.417***	-.211*	-.190	.003	-.189
3~5年(N=77)	-.213	-.251*	-.076	-.156	-.226*	-.207
6~10年(N=54)	-.534***	-.648***	-.209	-.433**	-.368**	-.519***
11~15年(N=30)	-.095	-.272	-.204	.137	.019	-.014
16年以上(N=22)	-.411	-.563**	-.140	-.255	-.111	-.626**
整體(N=279)	-.352***	-.454***	-.214***	-.246***	-.193***	-.320***

* $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$

關聯程度：.10< r <.39 低度；.40< r <.69 中度；.70< r <.99 高度 (邱皓正, 2010)

自表 4-66 得知，兼任行政職務 1 至 2 年教師的整體復原力與憂鬱行為表現間，呈現顯著低度負相關的關係($r=-.277, p<.01$)，至於在復原力各層面的分量表方面，「家庭團結」復原力($r=-.211, p<.05$)與憂鬱行為表現間存有顯著低度負相關的關係；「個人強度」復原力($r=-.417, p<.001$)則與憂鬱行為表現間存有顯著中度負相關的關係，與憂鬱行為表現的相關最高，表示當兼任行政職務 1 至 2 年教師的「個人強度」復原力愈高時，其憂鬱行為表現就會愈少。

兼任行政職務 3 至 5 年的教師其整體復原力與憂鬱行為表現間並無顯著負相關的關係存在($r=-.213, p>.05$)，至於在復原力各層面的分量表方面，「個人強度」復原力($r=-.251, p<.05$)、「社交能力」復原力($r=-.226, p<.05$)與憂鬱行為表現間則存有顯著低度負相關的關係；其中以「個人強度」復原力與憂鬱行為表現的相關最高，表示當兼任行政職務 3 至 5 年教師的「個人強度」復原力愈高時，其憂鬱行為表現就會愈少。

兼任行政職務 6 至 10 年的教師其整體復原力與憂鬱行為表現間，呈現顯著中度負相關的關係($r=-.534, p<.001$)，至於在復原力各層面的分量表方面，「社交能力」復原力($r=-.368, p<.01$)與憂鬱行為表現間存有顯著低度負相關的關係；而「個人強度」復原力($r=-.648, p<.01$)、「社會資源」復原力($r=-.433, p<.01$)、「未來組織風格」復原力($r=-.519, p<.001$)與憂鬱行為表現間則存有顯著中度負相關的關係；其中以「個人強度」復原力與憂鬱行為表現的相關最高，表示當兼任行政職務 6 至 10 年教師的「個人強度」復原力愈高時，其憂鬱行為表現就會愈少。

兼任行政職務 11 至 15 年教師其整體復原力與憂鬱行為表現間並無顯著相關的關係存在($r=-.095, p>.05$)，至於在復原力各層面的分量表方面，各層面復原力也與憂鬱行為表現間無顯著相關的關係存在。

兼任行政職務 16 年以上的教師其整體復原力與憂鬱行為表現間並無顯著相關的關係存在($r=-.411, p>.05$)，至於在復原力各層面的分量表方面，「個人強度」復原力($r=-.563, p<.01$)及「未來組織風格」復原力($r=-.626, p<.01$)與憂鬱行為表現間則存有顯著中度負相關的關係；其中以「個人強度」復原力與憂鬱行為表現的相關最高，表示當兼任行政職務 16 年以上教師的「個人強度」復原力愈高時，其憂鬱行為表現就會愈少。

六、兼任行政職務不同教師復原力與憂鬱行為表現之關係

兼任行政職務不同教師復原力與憂鬱行為表現之間的關係，誠如表 4-67 所示。

表 4-67 兼任行政職務不同教師復原力與憂鬱行為表現相關係數

憂鬱行為 表現	組別	整體	個人	家庭	社會	社交	未來
		復原力	強度	團結	資源	能力	組織風格
	主任(N=90)	-.476***	-.599***	-.250*	-.355**	-.284**	-.473***
	組長(N=189)	-.266***	-.358***	-.175*	-.176*	-.131	-.224**
	整體(N=279)	-.352***	-.454***	-.214**	-.246***	-.193***	-.320***

* $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$

關聯程度：.10< r <.39 低度；.40< r <.69 中度；.70< r <.99 高度（邱皓正，2010）

自表 4-67 得知，兼任主任的教師整體復原力與憂鬱行為表現間，呈現顯

著中度負相關的關係($r=-.476, p<.001$)，至於在復原力各層面的分量表方面，「家庭團結」復原力($r=-.250, p<.05$)、「社會資源」復原力($r=-.355, p<.01$)、「社交能力」復原力($r=-.284, p<.01$)與憂鬱行為表現間存有顯著低度負相關的關係；而「個人強度」復原力($r=-.599, p<.001$)、「未來組織風格」復原力($r=-.473, p<.001$)與憂鬱行為表現間則存有顯著中度負相關的關係；其中以「個人強度」復原力與憂鬱行為表現的相關最高，表示當兼任主任的教師其「個人強度」復原力愈高時，憂鬱行為表現就會愈少。

兼任組長的教師整體復原力與憂鬱行為表現間，呈現顯著低度負相關的關係($r=-.266, p<.001$)，至於在復原力各層面的分量表方面，「個人強度」復原力($r=-.358, p<.001$)、「家庭團結」復原力($r=-.175, p<.05$)、「社會資源」復原力($r=-.176, p<.05$)、「未來組織風格」復原力($r=-.224, p<.001$)與憂鬱行為表現間則存有顯著低度負相關的關係；其中以「個人強度」復原力與憂鬱行為表現的相關最高，表示當兼任組長的教師其「個人強度」復原力愈高時，憂鬱行為表現就會愈少。

七、婚姻狀況不同兼任行政職務教師復原力與憂鬱行為表現之關係

婚姻狀況不同兼任行政職務教師復原力與憂鬱行為表現之間的關係，誠如表 4-68 所示。

表 4-68 婚姻狀況不同兼任行政職務教師復原力與憂鬱行為表現相關係數

憂鬱行為 表現	組別	整體	個人	家庭	社會	社交	未來
		復原力	強度	團結	資源	能力	組織風格
	未婚(N=97)	-.305**	-.425***	-.235*	-.182	-.043	-.279**
	已婚(N=182)	-.370***	-.470***	-.199**	-.269***	-.265**	-.335**
	整體(N=279)	-.352***	-.454***	-.214***	-.246***	-.193***	-.320***

* $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$

關聯程度：.10 < r < .39 低度；.40 < r < .69 中度；.70 < r < .99 高度 (邱皓正, 2010)

自表 4-68 得知，未婚的兼任行政職務教師整體復原力與憂鬱行為表現間，呈現顯著低度負相關的關係($r=-.305, p<.01$)，至於在復原力各層面的分量表方面，「家庭團結」復原力($r=-.235, p<.05$)、「未來組織風格」復原力($r=-.279, p<.01$)與憂鬱行為表現間存有顯著低度負相關的關係；而「個人強度」復原力($r=-.425, p<.001$)與憂鬱行為表現間則存有顯著中度負相關的關係，與憂鬱行為表現的相關最高，表示當未婚的兼任行政職務教師其「個人強度」復原力愈高時，憂鬱行為表現就會愈少。

已婚的兼任行政職務教師整體復原力與憂鬱行為表現間，呈現顯著低度負相關的關係($r=-.370, p<.001$)，至於在復原力各層面的分量表方面，「家庭團結」復原力($r=-.199, p<.01$)、「社會資源」復原力($r=-.269, p<.001$)、

「社交能力」復原力($r=-.265, p<.01$)、「未來組織風格」復原力($r=-.335, p<.01$)與憂鬱行為表現間皆存有顯著低度負相關的關係；而「個人強度」復原力($r=-.470, p<.001$)與憂鬱行為表現間則存有顯著中度負相關的關係，與憂鬱行為表現的相關最高，表示當已婚的兼任行政職務教師其「個人強度」復原力愈高時，憂鬱行為表現就會愈少。

八、子女數不同兼任行政職務教師復原力與憂鬱行為表現之關係

子女數不同兼任行政職務教師復原力與憂鬱行為表現之間的關係，誠如表 4-69 所示。

表 4-69 子女數不同兼任行政職務教師復原力與憂鬱行為表現相關係數

憂鬱行為 表現	組別	整體	個人	家庭	社會	社交	未來
		復原力	強度	團結	資源	能力	組織風格
憂鬱行為 表現	無子女(N=134)	-.299 ^{***}	-.413 ^{***}	-.207 [*]	-.199 [*]	-.113	-.248 ^{**}
	1人(N=56)	-.536 ^{***}	-.596 ^{***}	-.343 ^{**}	-.376 ^{**}	-.435 ^{***}	-.564 ^{***}
	2人以上(N=89)	-.252 [*]	-.372 ^{***}	-.073	-.189	-.116	-.257 [*]
	整體(N=279)	-.352 ^{***}	-.454 ^{***}	-.214 ^{***}	-.246 ^{***}	-.193 ^{***}	-.320 ^{***}

* $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$

關聯程度： $.10<r<.39$ 低度； $.40<r<.69$ 中度； $.70<r<.99$ 高度（邱皓正，2010）

自表 4-69 得知，無子女之兼任行政職務教師的整體復原力($r=-.299, p<.001$)與憂鬱行為表現間有顯著低度負相關的關係，至於在復原力各層面的分量表方面，「家庭團結」復原力($r=-.207, p<.05$)、「社會資源」復原力($r=-.199, p<.05$)、「未來組織風格」復原力($r=-.248, p<.01$)與憂鬱行為表現間存有顯著低度負相關的關係；而「個人強度」復原力($r=-.416, p<.001$)與憂鬱行為表現間則存有顯著中度負相關的關係，其中以「個人強度」復原力與憂鬱行為表現的相關最高，表示當無子女的兼任行政職務教師其「個人強度」復原力愈高時，憂鬱行為表現就會愈少。

子女數為一人之兼任行政職務教師的整體復原力($r=-.536, p<.001$)與憂鬱行為表現間有顯著中度負相關的關係，至於在復原力各層面的分量表方面，「家庭團結」復原力($r=-.343, p<.01$)、「社會資源」復原力($r=-.376, p<.01$)與憂鬱行為表現間存有顯著低度負相關的關係；而「個人強度」復原力($r=-.596, p<.001$)、「社交能力」復原力($r=-.435, p<.001$)、「未來組織風格」復原力($r=-.564, p<.001$)與憂鬱行為表現間則存有顯著中度負相關的關係，其中以「個人強度」復原力與憂鬱行為表現的相關最高，表示當子女數為一人的兼任行政職務教師，其「個人強度」復原力愈高時，憂鬱行為表現就會愈少。

子女數為二人以上之兼任行政職務教師者的整體復原力($r=-.252, p<.05$)與憂鬱行為表現間存有顯著低度負相關的關係，至於在復原力各層面的分量

表方面，「個人強度」復原力($r=-.372, p<.001$)、「未來組織風格」復原力($r=-.257, p<.05$)與憂鬱行為表現間存有顯著低度負相關的關係；其中以「個人強度」復原力與憂鬱行為表現的相關最高，表示當子女數為二人以上的兼任行政職務教師其「個人強度」復原力愈高時，憂鬱行為表現就會愈少。

九、學校規模不同兼任行政職務教師復原力與憂鬱行為表現之關係

學校規模不同兼任行政職務教師復原力與憂鬱行為表現之間的關係，誠如表 4-70 所示。

表 4-70 學校規模不同兼任行政職務教師復原力與憂鬱行為表現相關係數

憂鬱行為 表現	組別	整體 復原力	個人 強度	家庭 團結	社會 資源	社交 能力	未來 組織風格
	31~50班(N=61)	-.307*	-.274*	-.208	-.251	-.255*	-.293*
51班以上(N=218)	-.363***	-.495***	-.217**	-.241***	-.170*	-.332***	
整體(N=279)	-.352***	-.454***	-.214***	-.246***	-.193***	-.320***	

* $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$

關聯程度：.10< r <.39 低度；.40< r <.69 中度；.70< r <.99 高度（邱皓正，2010）

自表 4-70 得知，學校班級數為 31 至 50 班的兼任行政職務教師的整體復原力($r=-.307, p<.05$)與憂鬱行為表現間存有顯著低度負相關的關係；至於在復原力各層面的分量表方面，「個人強度」復原力($r=-.274, p<.001$)、「社交能力」復原力($r=-.255, p<.05$)、「未來組織風格」復原力($r=-.293, p<.05$)與憂鬱行為表現間皆存有顯著低度負相關的關係；其中「未來組織風格」復原力與憂鬱行為表現的相關最高，表示當學校班級數為 31 至 50 班的兼任行政職務教師其「未來組織風格」復原力愈高時，憂鬱行為表現就會愈少。

學校班級數 51 班以上的兼任行政職務教師整體復原力($r=-.363, p<.001$)與憂鬱行為表現間呈現顯著低度負相關的關係，其中「家庭團結」復原力($r=-.217, p<.01$)、「社會資源」復原力($r=-.241, p<.001$)、「社交能力」復原力($r=-.170, p<.05$)、「未來組織風格」復原力($r=-.332, p<.001$)與憂鬱行為表現間存有顯著低度負相關的關係；而「個人強度」復原力($r=-.495, p<.001$)與憂鬱行為表現間則存有顯著中度負相關的關係，與憂鬱行為表現的相關最高，表示當學校班級數 51 班以上的兼任行政職務教師其「個人強度」復原力愈高時，憂鬱行為表現就會愈少。

十、學校類別不同兼任行政職務教師復原力與憂鬱行為表現之關係

學校類別不同兼任行政職務教師復原力與憂鬱行為表現之間的關係，誠如表 4-71 所示。

表 4-71 學校類別不同兼任行政職務教師復原力與憂鬱行為表現相關係數

憂鬱行為 表現	組別	整體 復原力	個人 強度	家庭 團結	社會 資源	社交 能力	未來 組織風格
	普通高中(N=145)		-.315***	-.363***	-.157	-.258**	-.208*
完全中學(N=134)		-.389***	-.533***	-.277**	-.232**	-.177*	-.351***
整體(N=279)		-.352***	-.454***	-.214***	-.246***	-.193***	-.320***

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

關聯程度：.10 < r < .39 低度；.40 < r < .69 中度；.70 < r < .99 高度（邱皓正，2010）

自表 4-71 得知，普通高中兼任行政職務教師的整體復原力($r = -.315$, $p < .001$)與憂鬱行為表現間呈現顯著低度負相關的關係，其中「個人強度」復原力($r = -.363$, $p < .001$)、「社會資源」復原力($r = -.258$, $p < .01$)、「社交能力」復原力($r = -.208$, $p < .05$)、「未來組織風格」復原力($r = -.295$, $p < .001$)與憂鬱行為表現皆存有顯著低度負相關的關係；其中以「個人強度」復原力與憂鬱行為表現的相關最高，表示當學校班級數 51 班以上的兼任行政職務教師其「個人強度」復原力愈高時，憂鬱行為表現就會愈少。

完全中學兼任行政職務教師的整體復原力($r = -.389$, $p < .001$)與憂鬱行為表現間呈現顯著低度負相關的關係，其中「家庭團結」復原力($r = -.277$, $p < .01$)、「社會資源」復原力($r = -.232$, $p < .01$)、「社交能力」復原力($r = -.177$, $p < .05$)、「未來組織風格」復原力($r = -.351$, $p < .001$)與憂鬱行為表現有顯著低度負相關的關係；而「個人強度」復原力($r = -.533$, $p < .001$)與憂鬱行為表現則存有顯著中度負相關的關係，與憂鬱行為表現的相關最高，表示當學校班級數 51 班以上的兼任行政職務教師，其「個人強度」復原力愈高時，憂鬱行為表現就會愈少。

小結：

- 一、臺北市公立高中兼任行政職務教師的整體工作壓力與其憂鬱行為表現間，呈現顯著中度正相關的關係，其中尤以「專業知能」的工作壓力與憂鬱行為表現間的正相關係數最高。
- 二、臺北市公立高中兼任行政職務教師的整體復原力與憂鬱行為表現間呈現顯著低度負相關的關係，其中以「個人強度」復原力與憂鬱行為表現間

的負相關係數最高。

三、不同背景變項之臺北市公立高中兼任行政職務教師，其工作壓力與憂鬱行為表現的關係統整如下（詳見表 4-72）：

- (一) 男性、女性兼任行政職務教師的「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現間存有最強的中度正相關的關係。
- (二) 30 歲以下與 41 歲以上兼任行政職務教師的「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現間存有最強中度正相關的關係。而 31 至 40 歲兼任行政職務教師的「人際關係」工作壓力與憂鬱行為表現存有最強的中度正相關的關係。
- (三) 師範院校畢業與研究所以上畢業兼任行政職務教師的「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現間存有最強的中度正相關的關係。一般大學畢業兼任行政職務教師的「人際關係」工作壓力與憂鬱行為表現存有最強的中度正相關的關係。
- (四) 服務年資 3 年以下與兼任行政職務 4 至 6 年教師分別以「工作負荷」工作壓力與「角色期許」工作壓力與憂鬱行為表現間存有最強的中度正相關關係。服務年資 7 至 10 年兼任行政職務教師的「人際關係」工作壓力與憂鬱行為表現存有最強的中度正相關的關係。服務年資 16 年以上兼任行政職務教師則是「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現間存有最強的中度正相關的關係。
- (五) 兼任行政職務 1 至 5 年的教師其「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現間存有最強的低度正相關的關係。兼任行政職務 6 至 10 年的教師其「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現間則存有最強的中度正相關的關係。兼任行政職務 11 至 15 年與 16 年以上的教師分別以「上級要求」工作壓力與「角色期許」工作壓力與憂鬱行為表現間存有最強的中度正相關關係。
- (六) 兼任主任教師的「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現間存有最強的中度正相關的關係。兼任組長教師的「角色期許」工作壓力與憂鬱行為表現間存有最強的低度正相關關係。
- (七) 未婚、已婚兼任行政職務教師的「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現間存有最強的中度正相關的關係。
- (八) 無子女、子女數 2 人以上兼任行政職務教師的「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現間存有最強的中度正相關的關係。而子女數 1 人兼任行政職務教師的「人際關係」工作壓力與憂鬱行為表現存有最強的中度正相關的關係。
- (九) 30 至 50 班學校之兼任行政職務教師「工作負荷」工作壓力與憂鬱行為表現存有最強的低度正相關的關係。而 51 班以上學校之兼任行政職務教師「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現存有最強的中度正相關的關係。
- (十) 普通高中、完全中學兼任行政職務教師的「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現間存有最強的中度正相關的關係。

以上結果綜合驗證假設 2-1。

表 4-72 臺北市公立高中不同背景變項兼任行政職務教師工作壓力與憂鬱行為表現顯著相關一覽表

不同背景變項		整體 工作壓力	工作 負荷	上級 要求	角色 期許	人際 關係	專業 知能
性別	男性	.488 ^{***}	.361 ^{***}	.399 ^{***}	.358 ^{***}	.408 ^{**}	.489^{***}
	女性	.460 ^{***}	.360 ^{***}	.272 ^{***}	.391 ^{***}	.413 ^{***}	.433^{***}
年齡	30 歲以下	.468 ^{***}	.395 ^{**}	.343 [*]	.391 ^{**}	.368 [*]	.487^{**}
	31-40 歲	.433 ^{***}	.357 ^{***}	.284 ^{**}	.372 ^{***}	.408^{***}	.373 ^{***}
	41 歲以上	.544 ^{***}	.390 ^{***}	.370 ^{***}	.360 ^{***}	.455 ^{***}	.570^{***}
教育程度	師範院校	.486 ^{***}	.363 ^{**}	.358 ^{**}	.432 ^{***}	.381 ^{**}	.539^{***}
	一般大學	.545 ^{***}	.360 [*]	.342 [*]	.519 ^{***}	.587^{***}	.413 ^{**}
	研究所以上	.453 ^{***}	.369 ^{***}	.303 ^{***}	.314 ^{***}	.405 ^{***}	.432^{***}
服務年資	3 年以下	.476 ^{**}	.481^{**}	.352 [*]	.470 ^{**}	.347 [*]	.435 ^{**}
	4-6 年	.416 ^{**}	.346 [*]		.407^{**}	.376 ^{**}	.386 ^{**}
	7-10 年	.392 ^{**}	.341 [*]	.277 [*]		.427^{**}	.348 ^{**}
	11-15 年	.463 ^{**}	.313 [*]	.349 [*]		.472^{**}	.453 ^{**}
	16-20 年	.506 ^{**}		.462 ^{**}	.434 [*]		.499^{**}
兼任行政 年資	21 年以上	.589 ^{***}	.412 ^{**}	.331 [*]	.634 ^{***}	.453 ^{**}	.643^{***}
	1-2 年	.415 ^{***}	.360 ^{***}	.245 [*]	.361 ^{***}	.355 ^{***}	.376^{***}
	3-5 年	.366 ^{**}	.304 ^{**}	.272 [*]		.355 ^{**}	.380^{**}
	6-10 年	.597 ^{***}	.432 ^{**}	.468 ^{***}	.513 ^{***}	.482 ^{***}	.587^{***}
	11-15 年	.504 ^{**}	.395 [*]	.495^{**}	.441 [*]		.469 ^{**}
兼任職務	16 年以上	.543 ^{**}			.652^{**}	.498 [*]	.585 ^{**}
	主任	.586 ^{***}	.408 ^{***}	.430 ^{***}	.361 ^{***}	.530 ^{***}	.663^{***}
婚姻狀況	組長	.416 ^{***}	.338 ^{***}	.282 ^{***}	.370^{***}	.366 ^{***}	.359 ^{***}
	未婚	.433 ^{***}	.342 ^{***}	.305 ^{**}	.397 ^{***}	.382 ^{***}	.425^{***}
子女	已婚	.501 ^{***}	.384 ^{***}	.341 ^{***}	.365 ^{***}	.427 ^{**}	.483^{***}
	無子女	.491 ^{***}	.417 ^{***}	.280 ^{***}	.423 ^{***}	.452 ^{***}	.476^{***}
	子女 1 人	.423 ^{***}		.325 [*]	.370 ^{**}	.418^{**}	.361 ^{**}
學校規模	子女 2 人以上	.472 ^{***}	.372 ^{***}	.375 ^{***}	.314 ^{**}	.328 ^{**}	.517^{***}
	30-50 班		.321[*]				
學校類別	51 班以上	.541 ^{***}	.365 ^{**}	.393 ^{***}	.478 ^{***}	.458 ^{**}	.526^{***}
	普通高中	.386 ^{***}	.331 ^{***}	.219 ^{**}	.256 ^{**}	.332 ^{***}	.403^{***}
	完全中學	.556 ^{***}	.398 ^{**}	.436 ^{***}	.504 ^{***}	.482 ^{**}	.510^{***}

註：加粗體的數字表示其為該背景變項中相關係數最高者。

四、不同背景變項之臺北市公立高中兼任行政職務教師，其復原力與憂鬱行為表現的關係統整如下（詳見表 4-73）：

- (一) 男性、女性兼任行政職務教師的「個人強度」復原力與憂鬱行為表現間存有最強的中度負相關的關係。
- (二) 30 歲以下兼任行政職務教師的「未來組織風格」復原力與憂鬱行為表現間存有最強的低度負相關的關係。31 歲以上兼任行政職務教師的「個人強度」復原力與憂鬱行為表現間存有最強的中度負

相關的關係。

- (三) 師範院校畢業與一般大學／學院畢業兼任行政職務教師的「個人強度」復原力與憂鬱行為表現間存有最強的中度負相關的關係。研究所以以上畢業兼任行政職務教師的「個人強度」復原力與憂鬱行為表現間存有最強的低度負相關的關係。
- (四) 服務年資 3 年以下與兼任行政職務 11 至 15 年教師的「個人強度」復原力與憂鬱行為表現間存有最強的低度負相關的關係。服務年資 7 至 10 年與 21 年以上兼任行政職務教師的「個人強度」復原力與憂鬱行為表現間存有最強的中度負相關的關係。服務年資 4-6 年與 16 至 20 年兼任行政職務教師則分別以「未來組織風格」復原力與「社交能力」復原力與憂鬱行為表現間存有最強的中度負相關的關係。
- (五) 兼任行政職務 1 至 2 年與 6 至 10 年的教師其「個人強度」復原力與憂鬱行為表現間存有最強的中度負相關的關係。兼任行政職務 3 至 5 年的教師其「個人強度」復原力與憂鬱行為表現間則存有最強的低度負相關的關係。兼任行政職務 16 年以上的教師則以「未來組織風格」復原力與憂鬱行為表現間存有最強的中度負相關的關係。
- (六) 兼任主任教師的「個人強度」復原力與憂鬱行為表現間存有最強的中度負相關的關係。兼任組長教師的「個人強度」工作壓力與憂鬱行為表現間則存有最強的低度負相關關係。
- (七) 未婚、已婚兼任行政職務教師的「個人強度」復原力與憂鬱行為表現間存有最強的中度負相關的關係。
- (八) 無子女與子女數 1 人兼任行政職務教師的「個人強度」復原力與憂鬱行為表現間存有最強的中度負相關的關係。子女數 2 人以上的兼任行政職務教師的「個人強度」復原力與憂鬱行為表現間則存有最強的低度負相關的關係。
- (九) 30 至 50 班學校之兼任行政職務教師「未來組織風格」復原力與憂鬱行為表現存有最強的低度負相關的關係。而 51 班以上學校之兼任行政職務教師的「個人強度」復原力則與憂鬱行為表現存有最強的中度負相關的關係。
- (十) 普通高中之兼任行政職務教師的「個人強度」復原力與憂鬱行為表現間存有最強的低度負相關的關係。完全中學之兼任行政職務教師的「個人強度」復原力與憂鬱行為表現間則存有最強的中度負相關關係。

以上結果綜合驗證假設 2-2。

表 4-73 臺北市公立高中不同背景變項兼任行政職務教師復原力與憂鬱行為表現顯著相關一覽表

不同背景變項		整體 復原力	個人 強度	家庭 團結	社會 資源	社交 能力	未來 組織風格
性別	男性	-.415 ^{***}	-.422^{***}	-.307 ^{***}	-.332 ^{***}	-.313 ^{***}	-.366 ^{***}
	女性	-.291 ^{***}	-.486^{***}				-.277 ^{**}
年齡	30歲以下						-.303[*]
	31-40歲	-.347 ^{***}	-.474^{***}	-.222 ^{**}	-.242 ^{**}	-.236 ^{**}	-.264 ^{**}
	41歲以上	-.366 ^{***}	-.443^{***}		-.280 ^{**}	-.236 [*]	-.354 ^{***}
教育 程度	師範院校	-.438 ^{***}	-.564^{***}	-.368 ^{**}	-.278 [*]		-.419 ^{**}
	一般大學/學院	-.658 ^{***}	-.685^{***}		-.549 ^{***}	-.569 ^{***}	-.536 ^{***}
	研究所以上	-.223 ^{**}	-.316^{***}	-.154 [*]			-.185 [*]
服務 年資	3年以下		-.378[*]				
	4-6年	-.328 [*]	-.404 ^{**}				-.429^{**}
	7-10年	-.405 ^{**}	-.538^{***}	-.367 ^{**}	-.262 [*]	-.308 [*]	
	11-15年		-.298[*]				
	16-20年	-.582 ^{**}	-.529 ^{**}	-.457 ^{**}	-.493 ^{**}	-.533^{**}	-.449 [*]
	21年以上	-.341 [*]	-.462^{**}				-.441 ^{**}
兼任 行政 年資	1-2年	-.277 ^{**}	-.417^{***}	-.211 [*]			
	3-5年		-.251[*]			-.226 [*]	
	6-10年	-.534 ^{***}	-.648^{***}		-.433 ^{**}	-.368 ^{**}	-.519 ^{***}
	11-15年						
	16年以上		-.563 ^{**}				-.626^{**}
兼任 職務	主任	-.476 ^{***}	-.599^{***}	-.250 [*]	-.355 ^{**}	-.284 ^{**}	-.473 ^{***}
	組長	-.266 ^{***}	-.358^{***}	-.175 [*]	-.176 [*]		-.224 ^{**}
婚姻 狀況	未婚	-.305 ^{**}	-.425^{***}	-.235 [*]			-.279 ^{**}
	已婚	-.370 ^{***}	-.470^{***}	-.199 ^{**}	-.269 ^{***}	-.265 ^{**}	-.335 ^{**}
子女	無子女	-.299 ^{***}	-.413^{***}	-.207 [*]	-.199 [*]		-.248 ^{**}
	子女1人	-.536 ^{***}	-.596^{***}	-.343 ^{**}	-.376 ^{**}	-.435 ^{***}	-.564 ^{***}
	子女2人以上	-.252 [*]	-.372^{***}				-.257 [*]
學校 規模	30-50班	-.307 [*]	-.274 [*]			-.255 [*]	-.293[*]
	51班以上	-.363 ^{***}	-.495^{***}	-.217 ^{**}	-.241 ^{***}	-.170 [*]	-.332 ^{***}
學校 類別	普通高中	-.315 ^{***}	-.363^{***}		-.258 ^{**}	-.208 [*]	-.295 ^{***}
	完全中學	-.389 ^{***}	-.533^{**}	-.277 ^{**}	-.232 ^{**}	-.177 [*]	-.351 ^{***}

註：加粗體的數字表示其為該背景變項中相關係數最高者。

第四節 臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現之預測

本節主要在探討不同背景變項臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力、復原力對憂鬱行為表現的預測作用，採用多元逐步迴歸分析，以了解各變項對憂鬱行為表現的預測力。

壹、臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力對憂鬱行為表現之預測分析

本部份主要在探討臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力對憂鬱行為表現的預測作用，以「工作負荷」、「上級要求」、「角色期許」、「人際關係」、「專業知能」五個工作壓力分量層面為預測變項，以「憂鬱行為表現」為效標變項，進行逐步迴歸分析。分析結果如表 4-74。

表 4-74 臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表

效標變項	預測變項	t值	β值	ΔR^2	R	R^2
憂鬱行為表現	專業知能	4.362***	.338	.214	.477	.227
	人際關係	2.196*	.170	.014		

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

逐步迴歸分析的結果，「專業知能」工作壓力及「人際關係」工作壓力可以有效預測臺北市公立高中兼任行政職務教師的「憂鬱行為表現」($F=40.491, p < .001$)，其多元相關係數為 $R=.477$ ，解釋總變異量為22.7%，其中以「專業知能」工作壓力的解釋力最大，β值為.338，解釋的變異量為21.4%；其次為「人際關係」工作壓力，β值為.170，解釋的變異量為1.4%。由於β值均為正值，表示兼任行政職務教師的「專業知能」工作壓力與「人際關係」工作壓力愈高，憂鬱行為表現就會愈明顯；尤其是「專業知能」工作壓力愈大，愈會對個人憂鬱行為表現帶來顯著影響。

貳、臺北市公立高中兼任行政職務教師復原力對憂鬱行為表現之預測分析

本部份主要在探討臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力對憂鬱行為表現的預測作用，以「個人強度」、「家庭團結」、「社會資源」、「社交能力」、「未來組織風格」五個復原力分量層面為預測變項，以「憂鬱行為表現」為效標變項，進行逐步迴歸分析。分析結果如表 4-75。

表 4-75 臺北市公立高中兼任行政職務教師復原力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表

效標變項	預測變項	t值	β值	ΔR ²	R	R ²
憂鬱行為表現	個人強度	-8.477***	-.454	.206	.454	.206

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

逐步迴歸分析的結果，僅「個人強度」復原力可以有效預測臺北市公立高中兼任行政職務教師的「憂鬱行為表現」($F=71.855$, $p < .001$)，其多元相關係數為 $R=.454$ ，解釋總變異量為20.6%，其β值為-.454，表示「個人強度」復原力與憂鬱行為表現間有負向關係，亦即兼任行政職務教師的「個人強度」復原力愈高，憂鬱行為表現就會愈少。

參、臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力與復原力對憂鬱行為表現之預測分析

本部份主要在探討臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力與復原力對憂鬱行為表現的預測作用，以「工作負荷」、「上級要求」、「角色期許」、「人際關係」、「專業知能」五個工作壓力分量層面，及「個人強度」、「家庭團結」、「社會資源」、「社交能力」、「未來組織風格」五個復原力分量層面為預測變項，以「憂鬱行為表現」為效標變項，進行逐步迴歸分析。分析結果如表 4-76。

表 4-76 臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表

效標變項	預測變項	t值	β值	ΔR ²	R	R ²
憂鬱行為表現	專業知能	3.486**	.238	.214	.564	.319
	個人強度	-6.224***	-.338	.091		
	工作負荷	2.334*	.149	.014		

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

逐步迴歸分析的結果，「專業知能」工作壓力、「工作負荷」工作壓力及「個人強度」復原力可以有效預測臺北市公立高中兼任行政職務教師的「憂鬱行為表現」($F=42.708$, $p < .001$)，其多元相關係數為 $R=.564$ ，解釋總變異量為31.9%，其中以「專業知能」工作壓力解釋力最大，β值為.238，解釋的變異量為21.4%；其次為「個人強度」復原力、「工作負荷」工作壓力，β值為分別為-.338、.149，解釋變異量分別為9.1%、1.4%。其中「專業知能」與「工作負荷」工作壓力與憂鬱行為表現為正向關係，「個人強度」復原力則為負向關係，表示當兼任行政職務教師的「專業知能」工作壓力、「工作負荷」工作壓力愈高及「個人強度」復原力愈低時，其憂鬱行為表現就會愈多。

肆、不同背景變項之臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力與復原力對憂鬱行為表現之預測分析

本部份主要在探討不同背景變項臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力與復原力對憂鬱行為表現的預測作用，以「工作負荷」、「上級要求」、「角色期許」、「人際關係」、「專業知能」五個工作壓力分量層面，及「個人強度」、「家庭團結」、「社會資源」、「社交能力」、「未來組織風格」五個復原力分量層面為預測變項，以「憂鬱行為表現」為效標變項，進行逐步迴歸分析，以了解各預測變項對憂鬱行為表現的預測力。

一、不同性別兼任行政職務教師的工作壓力與復原力對憂鬱行為表現之預測分析

(一) 男性兼任行政職務教師的工作壓力與復原力對憂鬱行為表現之預測分析

表 4-77 男性兼任行政職務教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表

效標變項	預測變項	t值	β值	ΔR ²	R	R ²
憂鬱 行為表現	專業知能	-5.934 ^{***}	.443	.239	.547	.300
	社會資源	-3.351 ^{**}	-.250	.060		

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

逐步迴歸分析的結果，在男性兼任行政職務教師部分，「專業知能」工作壓力及「社會資源」復原力可以有效預測其「憂鬱行為表現」($F=27.825$, $p < .001$)，其多元相關係數為 $R=.547$ ，解釋總變異量為30.0%，其中以「專業知能」工作壓力解釋力最大，β值為.443，解釋的變異量為23.9%；其次為「社會資源」復原力，β值為-.250，解釋的變異量為6.0%。其中「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現為正向關係，「社會資源」復原力則與憂鬱行為表現為負向關係，表示當男性兼任行政職務教師的「專業知能」工作壓力愈高及「社會資源」復原力愈低時，其憂鬱行為表現就會愈多。

(二) 女性兼任行政職務教師工作壓力與復原力對憂鬱行為表現之預測分析

表 4-78 女性兼任行政職務教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表

效標變項	預測變項	t值	β值	ΔR ²	R	R ²
憂鬱 行為表現	個人強度	-6.865 ^{***}	-.532	.245	.576	.332
	人際關係	5.022 ^{***}	.352	.086		

* $p < .05$ *** $p < .01$ *** $p < .001$

逐步迴歸分析的結果，在女性兼任行政職務教師部分，「個人強度」復

原力及「人際關係」工作壓力可以有效預測其「憂鬱行為表現」($F=35.228$, $p<.001$), 其多元相關係數為 $R=.576$, 解釋總變異量為33.2%, 其中以「個人強度」復原力對憂鬱行為表現的解釋力最大, β 值為 $-.532$, 解釋的變異量為24.5%; 其次為「人際關係」工作壓力, β 值為 $.352$, 解釋變異量分別為8.6%。其中「人際關係」工作壓力與憂鬱行為表現間為正向關係, 「個人強度」復原力則與憂鬱行為表現間為負向關係, 表示當女性兼任行政職務教師的「人際關係」工作壓力愈高及「個人強度」復原力愈低時, 其憂鬱行為表現就會愈多。

二、不同年齡兼任行政職務教師工作壓力與復原力對憂鬱行為表現之預測分析

(一)30歲以下兼任行政職務教師工作壓力與復原力對憂鬱行為表現之預測分析

表 4-79 30 歲以下兼任行政職務教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表

效標變項	預測變項	t值	β 值	ΔR^2	R	R^2
憂鬱行為表現	專業知能	3.614**	.487	.237	.487	.237

* $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$

逐步迴歸分析的結果, 在30歲以下兼任行政職務教師部分, 僅「專業知能」工作壓力可以有效預測其「憂鬱行為表現」($F=13.058$, $p<.01$), 其多元相關係數為 $R=.487$, 解釋總變異量為23.7%, 其 β 值為 $.487$, 表示當30歲以下兼任行政職務教師的「專業知能」工作壓力愈高, 憂鬱行為表現就會愈多。

(二) 31至40歲兼任行政職務教師工作壓力與復原力對憂鬱行為表現之預測分析

表 4-80 31 至 40 歲兼任行政職務教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表

效標變項	預測變項	t值	β 值	ΔR^2	R	R^2
憂鬱行為表現	個人強度	-5.347***	-.394	.233	.586	.344
	人際關係	2.416*	.209	.087		
	工作負荷	2.184*	.183	.024		

* $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$

逐步迴歸分析的結果, 在31至40歲兼任行政職務教師部分, 「個人強度」復原力及「人際關係」工作壓力、「工作負荷」工作壓力可以有效預測「憂鬱行為表現」($F=23.046$, $p<.001$), 其多元相關係數為 $R=.586$, 解釋總變異

量為34.4%，其中以「個人強度」復原力對憂鬱行為表現的解釋力最大，β值為-.394，解釋的變異量為23.3%；其次為「人際關係」工作壓力、「工作負荷」工作壓力，β值為分別為.209、.183，解釋變異量分別為8.7%、2.4%。其中「人際關係」工作壓力與「工作負荷」工作壓力皆與憂鬱行為表現間為正向關係，「個人強度」復原力則與憂鬱行為表現間為負向關係，表示當31至40歲兼任行政職務教師的「人際關係」與「工作負荷」工作壓力愈高及「個人強度」復原力愈低時，其憂鬱行為表現就會愈多。

(三) 41歲以上兼任行政職務教師工作壓力與復原力對憂鬱行為表現之預測分析

表 4-81 41歲以上兼任行政職務教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表

效標變項	預測變項	t值	β值	ΔR ²	R	R ²
憂鬱行為表現	專業知能	6.804***	.570	.325	.570	.325

*p<.05 **p<.01 ***p<.001

逐步迴歸分析的結果，在41歲以上兼任行政職務教師部分，僅「專業知能」工作壓力可以有效預測其「憂鬱行為表現」(F=46.289, p<.001)，多元相關係數為R=.570，解釋總變異量為32.5%，其β值為.570，表示當41歲以上之兼任行政職務教師的「專業知能」工作壓力愈高，憂鬱行為表現就會愈多。

三、不同教育程度兼任行政職務教師工作壓力與復原力對憂鬱行為表現之預測分析

(一) 臺北市公立高中師範院校畢業兼任行政職務教師工作壓力與復原力對憂鬱行為表現之預測分析

表 4-82 師範院校畢業兼任行政職務教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表

效標變項	預測變項	t值	β值	ΔR ²	R	R ²
憂鬱行為表現	個人強度	-3.459**	-.404	.318	.649	.421
	專業知能	3.075**	.359	.103		

*p<.05 **p<.01 ***p<.001

逐步迴歸分析的結果，在師範院校畢業兼任行政職務教師部分，「個人強度」復原力及「專業知能」工作壓力可以有效預測其「憂鬱行為表現」(F=19.268, p<.001)，其多元相關係數為R=.649，解釋總變異量為42.1%，其中以「個人強度」復原力對憂鬱行為表現的解釋力最大，β值為-.404，解釋的變異量為31.8%；其次為「專業知能」工作壓力，β值為.359，解釋變異量

分別為10.3%。其中「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現間為正向關係，「個人強度」復原力與憂鬱行為表現則為負向關係，表示當師範院校畢業之臺北市公立高中兼任行政職務教師的「專業知能」工作壓力愈高及「個人強度」復原力愈低時，其憂鬱行為表現就會愈多。

(二)一般大學畢業兼任行政職務教師工作壓力與復原力對憂鬱行為表現之預測分析

表 4-83 一般大學畢業兼任行政職務教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表

效標變項	預測變項	t值	β值	ΔR ²	R	R ²
憂鬱 行為表現	個人強度	-4.198***	-.524	.469	.746	.556
	人際關係	2.693*	.336	.087		

* p < .05 ** p < .01 *** p < .001

逐步迴歸分析的結果，在一般大學畢業兼任行政職務教師部分，「個人強度」復原力及「人際關係」工作壓力可以有效預測其「憂鬱行為表現」(F=23.179, p < .001)，多元相關係數為R=.746，解釋總變異量為55.6%，其中以「個人強度」復原力對憂鬱行為表現的解釋力最大，β值為-.524，解釋的變異量為46.9%；其次為「人際關係」工作壓力，β值為.336，解釋的變異量為8.7%。其中「個人強度」復原力與憂鬱行為表現間為負向關係，「人際關係」工作壓力則與憂鬱行為表現間為負向關係，表示當一般大學畢業兼任行政職務教師的「人際關係」工作壓力愈高及「個人強度」復原力愈低時，其憂鬱行為表現就會愈多。

(三)研究所以上兼任行政職務教師工作壓力與復原力對憂鬱行為表現之預測分析

表 4-84 研究所以上兼任行政職務教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表

效標變項	預測變項	t值	β值	ΔR ²	R	R ²
憂鬱 行為表現	專業知能	2.338*	.226	.189	.489	.239
	個人強度	-2.530*	-.178	.031		
	人際關係	2.096*	.199	.019		

* p < .05 ** p < .01 *** p < .001

逐步迴歸分析的結果，在研究所以上兼任行政職務教師部分，「專業知能」工作壓力、「人際關係」工作壓力及「個人強度」復原力可以有效預測「憂鬱行為表現」(F=18.637, p < .001)，其多元相關係數為R=.489，解釋總變異量為23.9%，其中以「專業知能」工作壓力對憂鬱行為表現的解釋力最大，β值為.226，解釋的變異量為18.9%；其次為「個人強度」復原力、「人

際關係」工作壓力，β值為分別為-.178、.199，解釋變異量分別為3.1%、1.9%。其中「專業知能」工作壓力與「人際關係」工作壓力與憂鬱行為表現間為正向關係，「個人強度」復原力則與憂鬱行為表現間為負向關係，表示當研究所以上兼任行政職務教師的「專業知能」與「人際關係」工作壓力愈高及「個人強度」復原力愈低時，其憂鬱行為表現就會愈多。

四、不同服務年資兼任行政職務教師工作壓力與復原力對憂鬱行為表現之預測分析

(一)兼任行政年資3年以下職務教師工作壓力與復原力對憂鬱行為表現之預測分析

表 4-85 年資 3 年以下兼任行政職務教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表

效標變項	預測變項	t值	β值	ΔR ²	R	R ²
憂鬱行為表現	工作負荷	3.295**	.481	.232	.481	.232

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

逐步迴歸分析的結果，在年資3年以下兼任行政職務教師部分，僅「工作負荷」工作壓力可以有效預測「憂鬱行為表現」($F=10.854, p < .01$)，其多元相關係數為 $R=.481$ ，解釋總變異量為23.2%，其β值為.481，表示當年資3年以下兼任行政職務教師的「工作負荷」工作壓力愈高，憂鬱行為表現就會愈多。

(二)年資4至6年兼任行政職務教師工作壓力與復原力對憂鬱行為表現之預測分析

表 4-86 年資 4 至 6 年兼任行政職務教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表

效標變項	預測變項	t值	β值	ΔR ²	R	R ²
憂鬱行為表現	未來組織風格	-3.889***	-.441	.184	.586	.344
	專業知能	3.522**	.400	.160		

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

逐步迴歸分析的結果，在年資4至6年兼任行政職務教師部分，「未來組織風格」復原力及「專業知能」工作壓力可以有效預測其「憂鬱行為表現」($F=13.364, p < .001$)，其多元相關係數為 $R=.586$ ，解釋總變異量為34.4%，其中以「未來組織風格」復原力對憂鬱行為表現的解釋力最大，β值為-.441，解釋的變異量為18.4%；其次為「專業知能」工作壓力，β值為.400，解釋的變異量為16.0%。其中「未來組織風格」復原力與憂鬱行為表現間為負向關

係，「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現間則為正向關係，表示當年資4至6年兼任行政職務教師的「專業知能」工作壓力愈高及「未來組織風格」復原力愈低時，其憂鬱行為表現就會愈多。

(三)年資7至10年兼任行政職務教師工作壓力與復原力對憂鬱行為表現之預測分析

表 4-87 年資 7 至 10 年兼任行政職務教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表

效標變項	預測變項	t值	β值	ΔR ²	R	R ²
憂鬱 行為表現	個人強度	-4.662 ^{***}	-.489	.311	.662	.438
	人際關係	3.467 ^{**}	.363	.127		

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

逐步迴歸分析的結果，在年資7至10年兼任行政職務教師部分，「個人強度」復原力及「人際關係」工作壓力可以有效預測其「憂鬱行為表現」($F=20.676$, $p < .001$)，其多元相關係數為 $R=.662$ ，解釋總變異量為43.8%，其中以「個人強度」復原力對憂鬱行為表現的解釋力最大，β值為-.489，解釋的變異量為31.1%；其次為「人際關係」工作壓力，β值為.363，解釋的變異量為12.7%。其中「個人強度」復原力與憂鬱行為表現間為負向關係，「人際關係」工作壓力與憂鬱行為表現間則為正向關係，表示當年資7至10年兼任行政職務教師的「人際關係」工作壓力愈高及「個人強度」復原力愈低時，其憂鬱行為表現就會愈多。

(四)年資11至15年兼任行政職務教師工作壓力與復原力對憂鬱行為表現之預測分析

表 4-88 年資 11 至 15 年兼任行政職務教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表

效標變項	預測變項	t值	β值	ΔR ²	R	R ²
憂鬱 行為表現	人際關係	3.706 ^{**}	.472	.222	.472	.222

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

逐步迴歸分析的結果，在年資11至15年兼任行政職務教師部分，僅「人際關係」工作壓力可以有效預測「憂鬱行為表現」($F=13.732$, $p < .01$)，其多元相關係數為 $R=.472$ ，解釋總變異量為22.2%，其β值為.472，表示當年資11至15年之臺北市公立高中兼任行政職務教師的「人際關係」工作壓力愈高，憂鬱行為表現就會愈多。

(五)年資16至20年兼任行政職務教師工作壓力與復原力對憂鬱行為表現之預測分析

表 4-89 年資 16 至 20 年兼任行政職務教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表

效標變項	預測變項	t值	β值	ΔR ²	R	R ²
憂鬱 行為表現	社交能力	-3.098**	-.458	.284	.644	.415
	上級要求	2.495*	.369	.130		

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

逐步迴歸分析的結果，在年資16至20年兼任行政職務教師部分，「社交能力」復原力及「上級要求」工作壓力可以有效預測其「憂鬱行為表現」($F=9.912$, $p < .01$)，其多元相關係數為 $R=.644$ ，解釋總變異量為41.5%，其中以「社交能力」復原力對憂鬱行為表現的解釋力最大，β值為-.458，解釋的變異量為28.4%；其次為「上級要求」工作壓力，β值為.369，解釋的變異量為13.0%。其中「社交能力」復原力與憂鬱行為表現間為負向關係，「上級要求」與憂鬱行為表現間則為正向關係，表示當年資16至20年兼任行政職務教師的「上級要求」工作壓力愈高及「社交能力」復原力愈低時，其憂鬱行為表現就會愈多。

(六)年資21年以上兼任行政職務教師工作壓力與復原力對憂鬱行為表現之預測分析

表 4-90 年資 21 年以上兼任行政職務教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表

效標變項	預測變項	t值	β值	ΔR ²	R	R ²
憂鬱 行為表現	專業知能	5.750***	.643	.413	.643	.413

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

逐步迴歸分析的結果，在年資21年以上兼任行政職務教師部分，僅「專業知能」工作壓力可以有效預測「憂鬱行為表現」($F=33.065$, $p < .001$)，其多元相關係數為 $R=.643$ ，解釋總變異量為41.3%，其β值為.643，表示當年資21年以上兼任行政職務教師的「專業知能」工作壓力愈高，憂鬱行為表現就會愈多。

五、不同兼任行政職務年資之臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力與復原力對憂鬱行為表現之預測分析

(一)兼任行政職務1至2年教師工作壓力與復原力對憂鬱行為表現之預測分析

表 4-91 兼任行政職務 1 至 2 年教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表

效標變項	預測變項	t值	β值	ΔR ²	R	R ²
憂鬱 行為表現	個人強度	-4.458***	-.398	.174	.535	.287
	工作負荷	3.773***	.336	.113		

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

逐步迴歸分析的結果，在兼任行政職務 1 至 2 年教師部分，「工作負荷」工作壓力及「個人強度」復原力可以有效預測「憂鬱行為表現」($F=18.091$, $p < .001$)，其多元相關係數為 $R=.535$ ，解釋總變異量為 28.7%，其中以「個人強度」復原力對憂鬱行為表現的解釋力最大，β 值為 $-.398$ ，解釋的變異量為 17.4%；其次為「工作負荷」工作壓力，β 值為 $.336$ ，解釋變異量分別為 1.13%。其中「工作負荷」工作壓力與憂鬱行為表現間為正向關係，「個人強度」復原力與憂鬱行為表現間則為負向關係，表示當兼任行政職務 1 至 2 年教師的「工作負荷」工作壓力愈高及「個人強度」復原力愈低時，其憂鬱行為表現就會愈多。

(二) 兼任行政職務 3 至 5 年教師工作壓力與復原力對憂鬱行為表現之預測分析

表 4-92 兼任行政職務 3 至 5 年教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表

效標變項	預測變項	t值	β值	ΔR ²	R	R ²
憂鬱 行為表現	專業知能	3.585**	.385	.148	.385	.148

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

逐步迴歸分析的結果，在兼任行政職務 3 至 5 年教師部分，僅「專業知能」工作壓力可以有效預測「憂鬱行為表現」($F=12.853$, $p < .01$)，其多元相關係數為 $R=.385$ ，解釋總變異量為 14.8%，其 β 值為 $.385$ ，表示當兼任行政職務 3 至 5 年教師的「專業知能」工作壓力愈高，憂鬱行為表現就會愈多。

(三) 兼任行政職務 6 至 10 年教師工作壓力與復原力對憂鬱行為表現之預測分析

表 4-93 兼任行政職務 6 至 10 年教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表

效標變項	預測變項	t值	β值	ΔR ²	R	R ²
憂鬱 行為表現	個人強度	-3.712**	-.463	.420	.696	.484
	專業知能	2.512*	.313	.064		

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

逐步迴歸分析的結果，在兼任行政職務 6 至 10 年教師部分，「專業知能」

工作壓力及「個人強度」復原力可以有效預測其「憂鬱行為表現」($F=23.912$, $p<.001$), 其多元相關係數為 $R=.696$, 解釋總變異量為48.4%, 其中以「個人強度」復原力對憂鬱行為表現解釋力最大, β 值為 $-.463$, 解釋的變異量為42.0%; 其次為「專業知能」的復原力, β 值為 $.313$, 解釋的變異量為6.4%。其中「個人強度」復原力與憂鬱行為表現間為負向關係, 「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現間則為正向關係, 表示當兼任行政職務6至10年教師的「專業知能」工作壓力愈高及「個人強度」復原力愈低時, 其憂鬱行為表現就會愈多。

(四)兼任行政職務11至15年教師工作壓力與復原力對憂鬱行為表現之預測分析

表 4-94 兼任行政職務 11 至 15 年教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表

效標變項	預測變項	t值	β 值	ΔR^2	R	R^2
憂鬱行為表現	專業知能	3.012**	.495	.245	.495	.245

* $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$

逐步迴歸分析的結果, 在兼任行政職務11至15年教師部分, 僅「專業知能」工作壓力可以有效預測「憂鬱行為表現」($F=9.074$, $p<.01$), 其多元相關係數為 $R=.495$, 解釋總變異量為24.5%, 其 β 值為 $.495$, 表示當兼任行政職務11至15年教師的「專業知能」工作壓力愈高, 憂鬱行為表現就會愈多。

(五)兼任行政職務16年以上教師工作壓力與復原力對憂鬱行為表現之預測分析

表 4-95 兼任行政職務 16 年以上教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表

效標變項	預測變項	t值	β 值	ΔR^2	R	R^2
憂鬱行為表現	角色期許	3.841**	.652	.425	.652	.425

* $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$

逐步迴歸分析的結果, 在兼任行政職務16年以上教師部分, 僅「角色期許」工作壓力可以有效預測其「憂鬱行為表現」($F=14.756$, $p<.01$), 其多元相關係數為 $R=.652$, 解釋總變異量為42.5%, β 值為 $.652$, 「角色期許」工作壓力與憂鬱行為表現為正向關係, 表示當兼任行政職務16年以上教師「角色期許」工作壓力愈高時, 其憂鬱行為表現就會愈多。

六、兼任行政職務不同教師工作壓力與復原力對憂鬱行為表現之預測分析

(一)兼任主任職務教師工作壓力與復原力對憂鬱行為表現之預測分析

表 4-96 兼任主任職務教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表

效標變項	預測變項	t值	β值	ΔR^2	R	R^2
憂鬱 行為表現	專業知能	4.977***	.475	.440	.708	.501
	個人強度	-3.252**	-.310	.061		

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

逐步迴歸分析的結果，在兼任主任職務教師部分，「專業知能」工作壓力及「個人強度」復原力可以有效預測其「憂鬱行為表現」($F=43.627$, $p < .001$)，其多元相關係數為 $R=.708$ ，解釋總變異量為50.1%，其中以「專業知能」工作壓力對憂鬱行為表現的解釋力最大，β值為.475，解釋的變異量為44.0%；其次為「個人強度」復原力，β值為-.310，解釋的變異量為6.1%。其中「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現為正向關係，「個人強度」復原力與憂鬱行為表現間則為負向關係，表示當兼任主任職務教師「專業知能」工作壓力愈高及「個人強度」復原力愈低時，其憂鬱行為表現就會愈多。

(二)兼任組長職務教師工作壓力與復原力對憂鬱行為表現之預測分析

表 4-97 兼任組長職務教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表

效標變項	預測變項	t值	β值	ΔR^2	R	R^2
憂鬱 行為表現	人際關係	2.496*	.194	.140	.501	.251
	個人強度	-4.568***	-.300	.081		
	工作負荷	2.685**	.204	.029		

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

逐步迴歸分析的結果，在兼任組長職務教師部分，「人際關係」工作壓力、「工作負荷」工作壓力及「個人強度」復原力可以有效預測「憂鬱行為表現」($F=20.559$, $p < .001$)，其多元相關係數為 $R=.501$ ，解釋總變異量為25.1%，其中以「人際關係」工作壓力對憂鬱行為表現的解釋力最大，β值為.194，解釋的變異量為14%；其次為「個人強度」復原力、「工作負荷」工作壓力，β值為分別為-.300、.204，解釋變異量分別為8.1%、2.9%。其中「人際關係」工作壓力與「工作負荷」工作壓力與憂鬱行為表現為正向關係，「個人強度」復原力則與憂鬱行為表現為負向關係，表示當兼任組長職務教師的「人際關係」工作壓力與「工作負荷」工作壓力愈高及「個人強度」復原力愈低時，其憂鬱行為表現就會愈多。

七、不同婚姻狀況之臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力與復原力對憂鬱行為表現之預測分析

(一) 未婚兼任行政職務教師工作壓力與復原力對憂鬱行為表現之預測分析

表 4-98 未婚兼任行政職務教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表

效標變項	預測變項	t值	β值	ΔR ²	R	R ²
憂鬱 行為表現	專業知能	2.948**	.294	.181	.500	.250
	個人強度	-2.944**	-.294	.069		

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

逐步迴歸分析的結果，在未婚兼任行政職務教師部分，「專業知能」工作壓力及「個人強度」復原力可以有效預測「憂鬱行為表現」($F=15.666$, $p < .001$)，其多元相關係數為 $R=.500$ ，解釋總變異量為25%，其中以「專業知能」工作壓力對憂鬱行為表現的解釋力最大，β值為.294，解釋的變異量為18.1%；其次為「個人強度」復原力，β值為-2.94，解釋變異量為6.9%。其中「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現間為正向關係，「個人強度」復原力與憂鬱行為表現間則為負向關係，表示當未婚兼任行政職務教師的「專業知能」工作壓力愈高及「個人強度」復原力愈低時，其憂鬱行為表現就會愈多。

(二) 已婚兼任行政職務教師工作壓力與復原力對憂鬱行為表現之預測分析

表 4-99 已婚兼任行政職務教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表

效標變項	預測變項	t值	β值	ΔR ²	R	R ²
憂鬱 行為表現	專業知能	5.402***	.356	.235	.579	.335
	個人強度	-5.173***	-.341	.100		

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

逐步迴歸分析的結果，在已婚兼任行政職務教師部分，「專業知能」工作壓力及「個人強度」復原力可以有效預測「憂鬱行為表現」($F=44.901$, $p < .001$)，其多元相關係數為 $R=.579$ ，解釋總變異量為33.5%，其中以「專業知能」工作壓力對憂鬱行為表現解釋力最大，β值為.356，解釋的變異量為23.5%；其次為「個人強度」復原力，β值為-0.341，解釋變異量為10.0%。其中「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現為正向關係，「個人強度」復原力與憂鬱行為表現則為負向關係，表示當已婚兼任行政職務教師的「專業知能」工作壓力愈高及「個人強度」復原力愈低時，其憂鬱行為表現就會愈多。

八、子女數不同兼任行政職務教師工作壓力與復原力對憂鬱行為表現之預測分析

(一)無子女兼任行政職務教師工作壓力與復原力對憂鬱行為表現之預測分析

表 4-100 無子女兼任行政職務教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表

效標變項	預測變項	t值	β值	ΔR ²	R	R ²
憂鬱 行為表現	專業知能	2.267*	.223	.227	.559	.312
	個人強度	-.267**	-.267	.051		
	工作負荷	2.537*	.229	.034		

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

逐步迴歸分析的結果，在無子女兼任行政職務教師部分，「專業知能」及的工作壓力、「工作負荷」工作壓力及「個人強度」復原力可以有效預測「憂鬱行為表現」($F=19.678, p < .001$)，其多元相關係數為 $R=.559$ ，解釋總變異量為31.2%，其中以「專業知能」工作壓力對憂鬱行為表現的解釋力最大，β值為.223，解釋的變異量為22.7%；其次為「個人強度」復原力、「工作負荷」工作壓力，β值為分別為-.267、.229，解釋變異量分別為5.1%、3.4%。其中「專業知能」工作壓力與「工作負荷」工作壓力與憂鬱行為表現為正向關係，「個人強度」復原力則與憂鬱行為表現為負向關係，表示當無子女兼任行政職務教師的「專業知能」工作壓力與「工作負荷」工作壓力愈高及「個人強度」復原力愈低時，其憂鬱行為表現就會愈多。

(二)子女數為一人兼任行政職務教師工作壓力與復原力對憂鬱行為表現之預測分析

表 4-101 子女數為一人兼任行政職務教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表

效標變項	預測變項	t值	β值	ΔR ²	R	R ²
憂鬱 行為表現	個人強度	-4.596***	-.517	.379	.661	.437
	人際關係	2.299*	.259	.057		

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

逐步迴歸分析的結果，在子女數為一人兼任行政職務教師部分，「個人強度」復原力及「人際關係」工作壓力可以有效預測「憂鬱行為表現」($F=20.149, p < .001$)，其多元相關係數為 $R=.661$ ，解釋總變異量為43.7%，其中以「個人強度」復原力對憂鬱行為表現的解釋力最大，β值為-.517，解釋的變異量為37.9%；其次為「人際關係」工作壓力，β值為.259，解釋變異量為5.7%。其中「人際關係」工作壓力與憂鬱行為表現為正向關係，「個人強

度」復原力則與憂鬱行為表現為負向關係，表示當子女數為一人兼任行政職務教師的「人際關係」工作壓力愈高及「個人強度」復原力愈低時，其憂鬱行為表現就會愈多。

(三)子女數為二人以上兼任行政職務教師工作壓力與復原力對憂鬱行為表現之預測分析

表 4-102 子女數為二人以上兼任行政職務教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表

效標變項	預測變項	t值	β值	ΔR ²	R	R ²
憂鬱 行為表現	專業知能	4.519***	.439	.267	.551	.303
	個人強度	-2.115*	-.206	.036		

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

逐步迴歸分析的結果，在子女數為二人以上兼任行政職務教師部分，「專業知能」工作壓力及「個人強度」復原力可以有效預測「憂鬱行為表現」($F=18.737, p < .001$)，其多元相關係數為 $R=.551$ ，解釋總變異量為30.3%，其中以「專業知能」工作壓力對憂鬱行為表現的解釋力最大，β值為.439，解釋的變異量為26.7%；其次為「個人強度」復原力，β值為-.206，解釋變異量為3.6%。其中「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現為正向關係，「個人強度」復原力與憂鬱行為表現則為負向關係，表示當子女數為二人以上兼任行政職務教師「專業知能」工作壓力愈高及「個人強度」復原力愈低時，其憂鬱行為表現就會愈多。

九、學校規模不同兼任行政職務教師工作壓力與復原力對憂鬱行為表現之預測分析

(一)學校規模31至50班兼任行政職務教師工作壓力與復原力對憂鬱行為表現之預測分析

表 4-103 學校規模31至50班兼任行政職務教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表

效標變項	預測變項	t值	β值	ΔR ²	R	R ²
憂鬱 行為表現	工作負荷	2.468*	.298	.103	.404	.163
	個人強度	-2.041*	-.246	.060		

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

逐步迴歸分析的結果，在學校規模31至50班兼任行政職務教師部分，「工作負荷」工作壓力及「個人強度」復原力可以有效預測「憂鬱行為表現」($F=5.651, p < .01$)，其多元相關係數為 $R=.404$ ，解釋總變異量為16.3%，其中以「工作負荷」工作壓力對憂鬱行為表現的解釋力最大，β值為.298，解釋的

變異量為10.3%；其次為「個人強度」復原力，β值為-.246，解釋變異量為6.0%。其中「工作負荷」工作壓力與憂鬱行為表現為正向關係，「個人強度」復原力則與憂鬱行為表現為負向關係，表示當31至50班兼任行政職務教師的「工作負荷」工作壓力愈高及「個人強度」復原力愈低時，其憂鬱行為表現就會愈多。

(二)學校規模51班以上兼任行政職務教師工作壓力與復原力對憂鬱行為表現之預測分析

表 4-104 學校規模 51 班以上兼任行政職務教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表

效標變項	預測變項	t值	β值	ΔR ²	R	R ²
憂鬱 行為表現	專業知能	6.507***	.387	.279	.612	.374
	個人強度	-5.171***	-.340	.096		

* p < .05 ** p < .01 *** p < .001

逐步迴歸分析的結果，在學校規模51班以上兼任行政職務教師部分，「專業知能」工作壓力及「個人強度」復原力可以有效預測「憂鬱行為表現」(F=64.013, p < .001)，其多元相關係數為R=.612，解釋總變異量為37.4%，其中以「專業知能」工作壓力對憂鬱行為表現解釋力最大，β值為.387，解釋的變異量為27.9%；其次為「個人強度」復原力，β值為-.340，解釋變異量為9.6%。其中「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現為正向關係，「個人強度」復原力則與憂鬱行為表現為負向關係，表示當學校規模51班以上兼任行政職務教師的「專業知能」工作壓力愈高及「個人強度」復原力愈低時，其憂鬱行為表現就會愈多。

十、學校類別不同兼任行政職務教師工作壓力與復原力對憂鬱行為表現之預測分析

(一)臺北市普通高中兼任行政職務教師工作壓力與復原力對憂鬱行為表現之預測分析

表 4-105 普通高中兼任行政職務教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表

效標變項	預測變項	t值	β值	ΔR ²	R	R ²
憂鬱 行為表現	專業知能	4.052***	.318	.163	.471	.222
	個人強度	-3.291**	-.258	.059		

* p < .05 ** p < .01 *** p < .001

逐步迴歸分析的結果，在普通高中兼任行政職務教師部分，「專業知能」工作壓力及「個人強度」復原力可以有效預測「憂鬱行為表現」(F=20.246，

$p < .001$)，其多元相關係數為 $R = .471$ ，解釋總變異量為22.2%，其中以「專業知能」工作壓力對憂鬱行為表現的解釋力最大， β 值為.318，解釋的變異量為16.3%；其次為「個人強度」復原力， β 值為-.258，解釋變異量為5.9%。其中「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現為正向關係，「個人強度」復原力則與憂鬱行為表現為負向關係，表示普通高中兼任行政職務教師的「專業知能」工作壓力愈高及「個人強度」復原力愈低時，其憂鬱行為表現就會愈多。

(二) 臺北市完全中學兼任行政職務教師工作壓力與復原力對憂鬱行為表現之預測分析

表 4-106 完全中學兼任行政職務教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表

效標變項	預測變項	t值	β 值	ΔR^2	R	R^2
憂鬱 行為表現	個人強度	-6.256***	-.435	.293	.659	.434
	人際關係	3.016**	.259	.122		
	工作負荷	2.111*	.175	.020		

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

逐步迴歸分析的結果，在完全中學兼任行政職務教師部分，「工作負荷」工作壓力、「人際關係」工作壓力及「個人強度」復原力可以有效預測「憂鬱行為表現」($F = 32.997$, $p < .001$)，其多元相關係數為 $R = .659$ ，解釋總變異量為43.4%，其中以「個人強度」復原力對憂鬱行為表現解釋力最大， β 值為-.435，解釋的變異量為29.3%；其次為「人際關係」工作壓力、「工作負荷」工作壓力， β 值分別為.259、.175，解釋變異量分別為12.2%、2.0%。其中「人際關係」工作壓力與「工作負荷」工作壓力與憂鬱行為表現為正向關係，「個人強度」復原力則與憂鬱行為表現為負向關係，表示當完全中學兼任行政職務教師的「人際關係」工作壓力與「工作負荷」工作壓力愈高及「個人強度」復原力愈低時，其憂鬱行為表現就會愈多。

小結：

- 一、「專業知能」工作壓力與「人際關係」工作壓力可有效預測臺北市公立高中兼任行政職務教師的憂鬱行為表現，解釋變異量分別為21.4%及1.4%，解釋總變異量為22.7%。
- 二、「個人強度」復原力可以有效預測臺北市公立高中兼任行政職務教師的憂鬱行為表現，解釋變異量為20.6%，解釋總變異量為20.6%。
- 三、「專業知能」工作壓力、「個人強度」復原力及「工作負荷」工作壓力可有效預測臺北市公立高中兼任行政職務教師的憂鬱行為表現，解釋變異量分別為21.4%、9.1%及1.4%，解釋總變異量為31.9%。
- 四、工作壓力及復原力可以有效預測，不同背景變項臺北市公立高中兼任行政職務教師的憂鬱行為表現，預測結果統整如下（詳見表4-107）：
 - (一) 性別方面：
 1. 男性兼任行政職務教師「專業知能」工作壓力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋變異量為23.9%。
 2. 女性兼任行政職務教師「個人強度」復原力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋變異量為24.5%。
 - (二) 年齡方面：
 1. 30歲以下兼任行政職務教師「專業知能」工作壓力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋變異量為23.7%。
 2. 31至40歲兼任行政職務教師「個人強度」復原力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋變異量為23.3%。
 3. 41歲以上兼任行政職務教師「專業知能」工作壓力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋變異量為32.5%。
 - (三) 教育程度方面：
 1. 師範院校畢業兼任行政職務教師「個人強度」復原力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋變異量為31.8%。
 2. 一般大學／學院畢業兼任行政職務教師「個人強度」復原力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋變異量為46.9%。
 3. 研究所以上畢業兼任行政職務教師「專業知能」工作壓力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋變異量為18.9%。
 - (四) 服務年資方面：
 1. 服務年資3年以下兼任行政職務教師「工作負荷」工作壓力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋變異量為23.2%。
 2. 服務年資4至6年兼任行政職務教師「未來組織風格」復原力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋變異量為18.4%。
 3. 服務年資7至10年兼任行政職務教師「個人強度」復原力最能有效預

測其憂鬱行為表現，解釋變異量為 31.1%。

4. 服務年資 11 至 15 年兼任行政職務教師「人際關係」工作壓力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋變異量為 22.2%。
5. 服務年資 16 至 20 年兼任行政職務教師「社交能力」復原力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋總變異量為 28.4%。
6. 服務年資 21 年以上兼任行政職務教師「專業知能」工作壓力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋變異量為 41.3%。

(五) 兼任行政職務年資方面：

1. 兼任行政職務 1 至 2 年教師「個人強度」復原力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋變異量為 17.4%。
2. 兼任行政職務 3 至 5 年教師「專業知能」工作壓力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋總變異量為 14.8%。
3. 兼任行政職務 6 至 10 年教師「個人強度」復原力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋變異量為 42.0%。
4. 兼任行政職務 11 至 15 年教師「專業知能」工作壓力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋變異量為 24.5%。
5. 兼任行政職務 16 年以上教師「角色期許」工作壓力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋變異量為 42.5%。

(六) 兼任職務方面：

1. 兼任主任職務教師「專業知能」工作壓力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋變異量為 44.0%。
2. 兼任組長職務教師「人際關係」工作壓力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋變異量為 14.0%。

(七) 婚姻狀況方面：

1. 未婚兼任行政職務教師「專業知能」工作壓力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋變異量為 18.1%。
2. 已婚兼任行政職務教師「專業知能」工作壓力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋變異量為 23.5%

(八) 子女數方面：

1. 無子女之兼任行政職務教師「專業知能」工作壓力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋變異量為 22.7%。
2. 子女數一人之兼任行政職務教師「個人強度」復原力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋變異量為 37.9%。
3. 子女數二人以上之兼任行政職務教師「專業知能」工作壓力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋變異量為 26.7%。

(九) 學校規模方面：

1. 30 至 50 班學校之兼任行政職務教師「工作負荷」工作壓力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋總變異量為 10.3%。
2. 51 班以上學校之兼任行政職務教師「專業知能」工作壓力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋變異量為 27.9%。

(十) 學校類別方面：

1. 普通高中兼任行政職務教師「專業知能」工作壓力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋變異量為 16.3%。
 2. 完全中學兼任行政職務教師「個人強度」復原力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋變異量為 29.3%。
- 以上結果驗證假設 3-1、3-2、3-3、3-4、3-5、3-6、3-7、3-8、3-9、3-10。

表 4-107 不同背景變項兼任行政職務教師工作壓力與復原力各層面對憂鬱行為表現逐步迴歸分析摘要表

不同背景變項	總變異量 (%)	可解釋憂鬱行為表現之變異量(%) 工作壓力					可解釋憂鬱行為表現之變異量(%) 復原力				
		工作負荷	上級要求	角色期許	人際關係	專業知能	個人強度	家庭團結	社會資源	社交能力	未來組織風格
性別	男性	30.0				23.9					6.0
	女性	33.2			8.6		24.5				
年齡	30歲以下	23.7				23.7					
	31-40歲	34.4	2.4		8.7		23.3				
	41歲以上	32.5				32.5					
教育程度	師範院校	42.1				10.3					31.8
	一般大學	55.6			8.7		46.9				
	研究所以上	23.9			1.9	18.9					3.1
服務年資	3年以下	23.2	23.2								
	4-6年	34.4				16.0					18.4
	7-10年	43.8			12.7		31.1				
	11-15年	22.2			22.2						
	16-20年	41.5		13.0							28.4
兼任行政年資	1-2年	28.7	11.3								17.4
	3-5年	14.8				14.8					
	6-10年	48.4				6.4	42.0				
	11-15年	24.5				24.5					
	16年以上	42.5				42.5					
兼任職務	主任	50.1				44.0					6.1
	組長	25.1	2.9		14.0						8.1
婚姻狀況	未婚	25.0				18.1					6.9
	已婚	33.5				23.5					10.0
子女	無子女	31.2				22.7					5.1
	子女1人	43.7			5.7		37.9				
	子女2人以上	30.3				26.7					3.6
學校規模	31-50班	16.3	10.3								6.0
	51班以上	37.4				27.9					9.6
學校類別	普通高中	22.2				16.3					5.9
	完全中學	43.4	2.0		12.2		29.3				

註：加粗體的數字表示其為該背景變項解釋變異量最高者。

第五節 臺北市公立高中兼任行政職務教師復原力對其工作壓力與憂鬱行為表現間的調節作用

復原力是否可在兼任行政職務教師的工作壓力與憂鬱行為表現間產生調節作用？本節擬採用階層迴歸分析來探討復原力在工作壓力與憂鬱行為表現中所扮演的角色。

壹、兼任行政職務教師的復原力對工作壓力與憂鬱行為表現的調節作用

表 4-108 兼任行政職務教師工作壓力、復原力及憂鬱行為表現階層迴歸分析摘要表

獨變項	模式一			模式二			模式三		
	β	t	p	β	t	p	β	t	p
性別	.011	.190	.849	-.001	-.011	.991	.023	.428	.669
年齡	-.002	-.019	.984	-.010	-.104	.917	-.022	-.247	.805
教育程度	-.169	-2.715	.007	-.130	-2.294	.023	-.141	-2.549	.011
服務年資	.007	.063	.950	.050	.468	.640	.027	.263	.793
兼任行政年資	-.234	-2.854	.005	-.159	-2.139	.033	-.136	-1.864	.063
現任行政職務	.035	.487	.627	.039	.603	.547	.019	.296	.768
婚姻狀況	.146	1.733	.084	.058	.755	.451	.101	1.325	.186
子女數3組	-.074	-.832	.406	-.056	-.698	.486	-.051	-.644	.520
學校規模	.081	1.345	.180	.037	.684	.495	.038	.706	.481
學校類別	.002	.035	.972	-.026	-.483	.629	-.024	-.451	.652
整體工作壓力				.428	7.859	.000	.356	6.281	.000
整體復原力							-.208	-3.678	.000
R	.103			.272			.307		
F	3.086**			9.057***			9.819***		
p	.001			.000			.000		
ΔR^2	.103			.168			.035		
ΔF	3.086**			61.770***			13.524***		
Δp	.001			.000			.000		

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

從模式一可得知，本研究中的 10 個背景變項對憂鬱行為表現的解釋力為 10.3%；在模式二中，投入整體工作壓力後，背景變項與整體工作壓力共可對憂鬱行為表現出現 27.2% 的解釋力，在排除背景變項的影響下，整體工作壓力可對憂鬱行為表現增加 16.8% 的解釋力。整體工作壓力的 β 值為 .428 ($t=7.859^{***}$, $p < .001$)，表示在排除背景變項的影響下，整體工作壓力對憂鬱行為表現有顯著的正向影響。

在模式三的迴歸模式中再投入整體復原力此一變項，背景變項、整體工

作壓力與復原力總共可對憂鬱行為表現產生 30.7% 的解釋力。扣除背景變項與整體工作壓力的影響，整體復原力可對憂鬱行為表現產生 3.5% 的解釋力；整體復原力對憂鬱行為表現的 β 值為 $-0.208(t=-3.678^{***}, p<.001)$ ，表示整體復原力對憂鬱行為表現有顯著的負向影響。而整體工作壓力對憂鬱行為表現的 β 值，在投入整體復原力此變項後，從 $.428$ 下降為 $.356$ ，表示復原力的加入，可減少工作壓力對憂鬱行為表現的正向影響，降低憂鬱行為的表現。因此可知，在本研究中復原力可對工作壓力與憂鬱行為表現間產生調節作用。

壹、性別不同兼任行政職務教師復原力對工作壓力與憂鬱行為表現的調節作用

一、男性兼任行政職務教師復原力對工作壓力與憂鬱行為表現的調節作用

表 4-109 男性兼任行政職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階層迴歸摘要表

模式	R	R ²	F	ΔR^2	ΔF
一	.488	.238	40.940 ^{***}	.238	40.940 ^{***}
二	.553	.306	28.608 ^{***}	.068	12.639 ^{***}

* $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$

模式一預測變項：整體工作壓力(β 值= $.488$ ， $t=6.398^{***}$)

模式二預測變項：整體工作壓力(β 值= $.390$ ， $t=4.994^{***}$)、整體復原力(β 值= $-.278$ ， $t=-3.555^{***}$)

從模式一可得知，整體工作壓力可對憂鬱行為表現出現 23.8% 的解釋力，整體工作壓力的 β 值為 $.488(t=6.398^{***}, p<.001)$ ，在模式二的迴歸模式中投入整體復原力此一變項，整體工作壓力與復原力總共可對憂鬱行為表現產生 30.6% 的解釋力。扣除整體工作壓力的影響，整體復原力可對憂鬱行為表現產生 6.8% 的解釋力；整體復原力對憂鬱行為表現的 β 值為 $-.278(t=-3.555^{***}, p<.001)$ ，表示整體復原力對憂鬱行為表現有顯著的負向影響。而整體工作壓力對憂鬱行為表現的 β 值，在投入整體復原力此變項後，從 $.488$ 下降為 $.390$ ，表示復原力的加入，可減少工作壓力對憂鬱行為表現的正向影響，降低憂鬱行為的表現。因此可知，男性兼任行政職務教師的復原力可對其工作壓力與憂鬱行為表現間產生調節作用。

二、女性兼任行政職務教師復原力對工作壓力與憂鬱行為表現的調節作用

表 4-110 女性兼任行政職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階層迴歸摘要表

模式	R	R ²	F	ΔR^2	ΔF
一	.460	.212	38.732 ^{***}	.212	38.732 ^{***}
二	.483	.233	21.738 ^{***}	.021	3.950 [*]

* $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$

模式一預測變項：整體工作壓力(β 值= $.460$ ， $t=6.223^{***}$)

模式二預測變項：整體工作壓力(β 值= $.409$ ， $t=5.264^{***}$)、整體復原力(β 值= $-.154$ ， $t=-1.988^*$)

從模式一可得知，整體工作壓力可對憂鬱行為表現產生 21.2% 的解釋

力，整體工作壓力的β值為.460 ($t=6.223^{***}$, $p<.001$)，在模式二的迴歸模式中投入整體復原力此一變項，整體工作壓力與復原力總共可對憂鬱行為表現產生 23.3%的解釋力。扣除整體工作壓力的影響，整體復原力可對憂鬱行為表現產生 2.1%的解釋力；整體復原力對憂鬱行為表現的β值為-.154($t=-1.988^{***}$, $p<.05$)，表示整體復原力對憂鬱行為表現有顯著的負向影響。而整體工作壓力對憂鬱行為表現的β值，在投入整體復原力此變項後，從.460 下降為.409，表示復原力的加入，可減少工作壓力對憂鬱行為表現的正向影響，降低憂鬱行為的表現。因此可知，女性兼任行政職務教師的復原力可對其工作壓力與憂鬱行為表現間產生調節作用。

貳、年齡不同兼任行政職務教師復原力對工作壓力與憂鬱行為表現的調節作用

一、30歲以下兼任行政職務教師復原力對工作壓力與憂鬱行為表現的調節作用

表 4-111 30 歲以下兼任行政職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階層迴歸摘要表

模式	R	R ²	F	ΔR ²	ΔF
一	.468	.219	11.775 ^{**}	.219	11.775
二	.475	.226	5.978 ^{**}	.007	.360

* $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$

模式一預測變項：整體工作壓力(β值=.468, $t=3.432^{**}$)

模式二預測變項：整體工作壓力(β值=.438, $t=2.988$)、整體復原力(β值=-.088, $t=-.600$)

從模式一可得知，整體工作壓力可對憂鬱行為表現產生 21.9%的解釋力，整體工作壓力的β值為.468 ($t=3.432^{***}$, $p<.01$)，在模式二的迴歸模式中投入整體復原力此一變項，整體工作壓力與復原力總共可對憂鬱行為表現產生 22.6%的解釋力。扣除整體工作壓力的影響，整體復原力僅能對憂鬱行為表現產生 0.7%的解釋力；且整體復原力對憂鬱行為表現的β值為-.088($t=-.600$)未達顯著，因此可知，30 歲以下兼任行政職務教師的復原力並無法對其工作壓力與憂鬱行為表現間產生顯著調節作用。

二、31至40歲兼任行政職務教師復原力對工作壓力與憂鬱行為表現的調節作用

表 4-112 31 至 40 歲兼任行政職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階層迴歸摘要表

模式	R	R ²	F	ΔR ²	ΔF
一	.433	.187	31.115 ^{***}	.187	31.115 ^{***}
二	.493	.243	21.565 ^{***}	.056	9.951 ^{**}

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

模式一預測變項：整體工作壓力(β 值=.433, $t=5.578^{***}$)

模式二預測變項：整體工作壓力(β 值=.365, $t=4.671^{***}$)、整體復原力(β 值=-.247, $t=-3.155^{**}$)

從模式一可得知，整體工作壓力可對憂鬱行為表現產生 18.7% 的解釋力，整體工作壓力的 β 值為 .433($t=5.578^{***}$, $p < .001$)，在模式二的迴歸模式中投入整體復原力此一變項，整體工作壓力與復原力總共可對憂鬱行為表現產生 24.3% 的解釋力。扣除整體工作壓力的影響，整體復原力可對憂鬱行為表現產生 5.6% 的解釋力；整體復原力對憂鬱行為表現的 β 值為 -.247($t=-3.155^{**}$, $p < .001$)，表示整體復原力對憂鬱行為表現有顯著的負向影響。而整體工作壓力對憂鬱行為表現的 β 值，在投入整體復原力此變項後，從 .433 下降為 .365，表示復原力的加入，可減少工作壓力對憂鬱行為表現的正向影響，降低憂鬱行為的表現。因此可知，31 至 40 歲兼任行政職務教師的復原力可對其工作壓力與憂鬱行為表現間產生調節作用。

三、41 歲以上兼任行政職務教師復原力對工作壓力與憂鬱行為表現的調節作用

表 4-113 41 歲以上兼任行政職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階層迴歸摘要表

模式	R	R ²	F	ΔR ²	ΔF
一	.544	.296	40.338 ^{***}	.296	40.338 ^{***}
二	.560	.314	21.715 ^{***}	.018	2.473

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

模式一預測變項：整體工作壓力(β 值=.544, $t=6.351^{***}$)

模式二預測變項：整體工作壓力(β 值=.476, $t=4.992^{***}$)、整體復原力(β 值=-.150, $t=-1.572$)

從模式一可得知，整體工作壓力可對憂鬱行為表現產生 29.6% 的解釋力，整體工作壓力的 β 值為 .544($t=6.351^{***}$, $p < .001$)，在模式二的迴歸模式中投入整體復原力此一變項，整體工作壓力與復原力對憂鬱行為表現的解釋力雖上升至 31.4%，但整體復原力對憂鬱行為表現的 β 值為 -.150($t=-1.572$)並未達顯著影響。也就是在本研究中復原力並未對 41 歲以上之兼任行政職務教師的工作壓力與憂鬱行為表現間產生顯著調節作用。

參、不同教育程度之兼任行政職務教師復原力對工作壓力與憂鬱行為表現的調節作用

一、師範院校畢業兼任行政職務教師復原力對工作壓力與憂鬱行為表現的調節作用

表 4-114 師範院校畢業兼任行政職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階層迴歸摘要表

模式	R	R ²	F	ΔR ²	ΔF
一	.486	.236	16.696 ^{***}	.236	16.696 ^{***}
二	.551	.304	11.558 ^{***}	.068	5.139 [*]

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

模式一預測變項：整體工作壓力(β 值=.486, $t=4.086^{***}$)

模式二預測變項：整體工作壓力(β 值=.367, $t=2.916^{**}$)、整體復原力(β 值=-.286, $t=-2.267^*$)

從模式一可得知，整體工作壓力可對憂鬱行為表現產生 23.6% 的解釋力，整體工作壓力的 β 值為 .486 ($t=4.086^{***}$, $p < .001$)，在模式二的迴歸模式中投入整體復原力此一變項，整體工作壓力與復原力總共可對憂鬱行為表現產生 30.4% 的解釋力。扣除整體工作壓力的影響，整體復原力可對憂鬱行為表現產生 6.8% 的解釋力；整體復原力對憂鬱行為表現的 β 值為 -.286 ($t=-2.267$)，表示整體復原力對憂鬱行為表現有負向影響。而整體工作壓力對憂鬱行為表現的 β 值，在投入整體復原力此變項後，從 .486 下降為 .367，表示復原力的加入，可減少工作壓力對憂鬱行為表現的正向影響，降低憂鬱行為的表現。因此可知，師範院校畢業兼任行政職務教師的復原力可對其工作壓力與憂鬱行為表現間產生調節作用。

二、一般大學或學院畢業兼任行政職務教師復原力對工作壓力與憂鬱行為表現的調節作用

表 4-115 一般大學畢業兼任行政職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階層迴歸摘要表

模式	R	R ²	F	ΔR ²	ΔF
一	.545	.297	16.067 ^{***}	.297	16.067 ^{**}
二	.763	.581	25.701 ^{***}	.284	25.132 ^{**}

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

模式一預測變項：整體工作壓力(β 值=.545, $t=4.008^{***}$)

模式二預測變項：整體工作壓力(β 值=.399, $t=3.622^{**}$)、整體復原力(β 值=-.553, $t=-5.013^{***}$)

從模式一可得知，整體工作壓力可對憂鬱行為表現產生 29.7% 的解釋力，整體工作壓力的 β 值為 .545 ($t=4.008^{***}$, $p < .001$)，在模式二的迴歸模式

中投入整體復原力此一變項，整體工作壓力與復原力總共可對憂鬱行為表現產生 58.1% 的解釋力。扣除整體工作壓力的影響，整體復原力可對憂鬱行為表現產生 28.4% 的解釋力；整體復原力對憂鬱行為表現的 β 值為 $-.553(t=-5.013^{***})$ ，表示整體復原力對憂鬱行為表現有負向影響。而整體工作壓力對憂鬱行為表現的 β 值，在投入整體復原力此變項後，從 .545 下降為 .399，表示復原力的加入，可顯著減少工作壓力對憂鬱行為表現的正向影響，降低憂鬱行為的表現。因此可知，一般大學或學院畢業兼任行政職務教師的復原力可對其工作壓力與憂鬱行為表現間產生調節作用。

三、研究所以上畢業兼任行政職務教師復原力對工作壓力與憂鬱行為表現的調節作用

表 4-116 研究所以上畢業兼任行政職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階層迴歸摘要表

模式	R	R ²	F	ΔR^2	ΔF
一	.453	.205	46.769 ^{***}	.205	46.769 ^{***}
二	.460	.211	24.100 ^{***}	.006	1.343

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

模式一預測變項：整體工作壓力(β 值=.453, $t=6.839^{***}$)

模式二預測變項：整體工作壓力(β 值=.426, $t=6.070^{**}$)、整體復原力(β 值=-.081, $t=-1.159$)

從模式一可得知，整體工作壓力可對憂鬱行為表現產生 20.5% 的解釋力，整體工作壓力的 β 值為 .453($t=6.839^{***}$, $p < .001$)，在模式二的迴歸模式中投入整體復原力此一變項，整體工作壓力與復原力對憂鬱行為表現的解釋力雖上升至 21.1%，但整體復原力對憂鬱行為表現的 β 值為 $-.081(t=-1.159)$ 並未達顯著影響。也就是在本研究中復原力並未對研究所以上畢業兼任行政職務教師的工作壓力與憂鬱行為表現間產生顯著調節作用。

肆、不同服務年資之兼任行政職務教師復原力對工作壓力與憂鬱行為表現的調節作用

一、服務年資3年以下兼任行政職務教師復原力對工作壓力與憂鬱行為表現的調節作用

表 4-117 服務年資 3 年以下兼任行政職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階層迴歸摘要表

模式	R	R ²	F	ΔR^2	ΔF
一	.476	.226	10.526 ^{**}	.226	10.526 ^{**}
二	.476	.226	5.117 [*]	.000	.000

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

模式一預測變項：整體工作壓力(β 值=.476, $t=3.244^{**}$)

模式二預測變項：整體工作壓力(β 值=.475, $t=2.755^{**}$)、整體復原力(β 值=-.001, $t=-.003$)

從模式一可得知，整體工作壓力可對憂鬱行為表現產生 22.6% 的解釋力，整體工作壓力的 β 值為 .476 ($t=3.244^{***}$, $p<.001$)，在模式二的迴歸模式中投入整體復原力此一變項，整體解釋力並未增加，表示復原力在服務年資 3 年以下兼任行政職務教師身上並無法顯著對其工作壓力與憂鬱行為表現間產生調節作用。

二、服務年資 4 至 6 年兼任行政職務教師復原力對工作壓力與憂鬱行為表現的調節作用

表 4-118 服務年資 4 至 6 年兼任行政職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階層迴歸摘要表

模式	R	R ²	F	ΔR^2	ΔF
一	.416	.173	10.902 ^{**}	.173	10.902 ^{**}
二	.524	.274	9.630 ^{***}	.101	7.082 [*]

* $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$

模式一預測變項：整體工作壓力 (β 值=.416, $t=3.302^{**}$)

模式二預測變項：整體工作壓力 (β 值=.408, $t=3.422^{**}$)、整體復原力 (β 值=-.318, $t=-2.661^*$)

從模式一可得知，整體工作壓力可對憂鬱行為表現產生 17.3% 的解釋力，整體工作壓力的 β 值為 .416 ($t=3.302^{**}$, $p<.01$)，在模式二的迴歸模式中投入整體復原力此一變項，整體工作壓力與復原力總共可對憂鬱行為表現產生 27.4% 的解釋力。扣除整體工作壓力的影響，整體復原力可對憂鬱行為表現產生 10.1% 的解釋力；整體復原力對憂鬱行為表現的 β 值為 -.318 ($t=-2.661^*$)，表示整體復原力對憂鬱行為表現有負向影響。而整體工作壓力對憂鬱行為表現的 β 值，在投入整體復原力此變項後，從 .416 下降為 .408，表示復原力的加入，可減少工作壓力對憂鬱行為表現的正向影響，降低憂鬱行為的表現。因此可知，服務年資 4 至 6 年兼任行政職務教師的復原力可對其工作壓力與憂鬱行為表現間產生調節作用。

三、服務年資 7 至 10 年兼任行政職務教師復原力對工作壓力與憂鬱行為表現的調節作用

表 4-119 服務年資 7 至 10 年兼任行政職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階層迴歸摘要表

模式	R	R ²	F	ΔR^2	ΔF
一	.392	.154	9.992 ^{**}	.154	9.992 ^{**}
二	.505	.255	9.219 ^{***}	.101	7.301 ^{**}

* $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$

模式一預測變項：整體工作壓力 (β 值=.392, $t=3.161^{**}$)

模式二預測變項：整體工作壓力 (β 值=.311, $t=2.563^*$)、整體復原力 (β 值=-.328, $t=-2.702^{**}$)

從模式一可得知，整體工作壓力可對憂鬱行為表現產生 15.4% 的解釋力，整體工作壓力的 β 值為 .392 ($t=3.161^{**}$, $p<.01$)，在模式二的迴歸模式中投入整體復原力此一變項，整體工作壓力與復原力總共可對憂鬱行為表現產生 25.5% 的解釋力。扣除整體工作壓力的影響，整體復原力可對憂鬱行為表現產生 10.1% 的解釋力；整體復原力對憂鬱行為表現的 β 值為 $-.328$ ($t=-2.702^{**}$)，表示整體復原力對憂鬱行為表現有負向影響。而整體工作壓力對憂鬱行為表現的 β 值，在投入整體復原力此變項後，從 .392 下降為 .311，表示復原力的加入，可減少工作壓力對憂鬱行為表現的正向影響，降低憂鬱行為的表現。因此可知，服務年資 7 至 10 年兼任行政職務教師的復原力可對其工作壓力與憂鬱行為表現間產生調節作用。

四、服務年資 11 至 15 年兼任行政職務教師復原力對工作壓力與憂鬱行為表現的調節作用

表 4-120 服務年資 11 至 15 年兼任行政職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階層迴歸摘要表

模式	R	R ²	F	ΔR^2	ΔF
一	.463	.214	13.084 ^{**}	.214	13.084 ^{**}
二	.469	.220	6.629 ^{**}	.006	.350

* $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$

模式一預測變項：整體工作壓力 (β 值=.463, $t=3.617^{**}$)

模式二預測變項：整體工作壓力 (β 值=.496, $t=3.532^{**}$)、整體復原力 (β 值=.083, $t=.592$)

從模式一可得知，整體工作壓力可對憂鬱行為表現產生 21.4% 的解釋力，整體工作壓力的 β 值 .463 為 ($t=3.617^{**}$, $p<.01$)，在模式二的迴歸模式中投入整體復原力此一變項，整體工作壓力與復原力總共可對憂鬱行為表現產生 22.0% 的解釋力。扣除整體工作壓力的影響，整體復原力僅對憂鬱行為表現產生 0.6% 的解釋力；且整體復原力對憂鬱行為表現未達顯著解釋力 (β 值=.083, $t=.592$)；因此可知，服務年資 11 至 15 年兼任行政職務教師的復原力並無法對其工作壓力與憂鬱行為表現間產生顯著調節作用。

五、服務年資 16 至 20 年兼任行政職務教師復原力對工作壓力與憂鬱行為表現的調節作用

表 4-121 服務年資 16 至 20 年兼任行政職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階層迴歸摘要表

模式	R	R ²	F	ΔR^2	ΔF
一	.506	.256	9.986 ^{**}	.256	9.986 ^{**}
二	.647	.419	10.089 ^{**}	.163	7.837 ^{**}

* $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$

模式一預測變項：整體工作壓力 (β 值=.506, $t=3.160^{**}$)

模式二預測變項：整體工作壓力 (β 值=.314, $t=1.970$)、整體復原力 (β 值=-.447, $t=-2.800^{**}$)

從模式一可得知，整體工作壓力可對憂鬱行為表現產生 25.6% 的解釋力，整體工作壓力的 β 值為 .506 ($t=3.160^{**}$, $p<.01$)，在模式二的迴歸模式中投入整體復原力此一變項，整體工作壓力與復原力總共可對憂鬱行為表現產生 41.9% 的解釋力。扣除整體工作壓力的影響，整體復原力可對憂鬱行為表現產生 16.3% 的解釋力；整體復原力對憂鬱行為表現的 β 值 -.447 為 ($t=-2.800^{**}$)，表示整體復原力對憂鬱行為表現有負向影響。而整體工作壓力對憂鬱行為表現的 β 值，在投入整體復原力此變項後，從 .506 下降為 .314，表示復原力的加入，可減少工作壓力對憂鬱行為表現的正向影響，降低憂鬱行為的表現。因此可知，服務年資 16 至 20 年兼任行政職務教師的復原力可對其工作壓力與憂鬱行為表現間產生調節作用。

六、服務年資 21 年以上兼任行政職務教師復原力對工作壓力與憂鬱行為表現的調節作用

表 4-122 服務年資 21 年兼任行政職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階層迴歸摘要表

模式	R	R ²	F	ΔR^2	ΔF
一	.589	.347	24.985 ^{***}	.347	24.985 ^{***}
二	.589	.347	12.232 ^{***}	.000	.007

* $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$

模式一預測變項：整體工作壓力 (β 值=.589, $t=4.998^{***}$)

模式二預測變項：整體工作壓力 (β 值=.596, $t=4.033^{***}$)、整體復原力 (β 值=.012, $t=.082$)

從模式一可得知，整體工作壓力可對憂鬱行為表現產生 34.7% 的解釋力，整體工作壓力的 β 值為 .347 ($t=4.998^{***}$, $p<.001$)，在模式二的迴歸模式中投入整體復原力此一變項，整體解釋力並未增加，表示復原力在服務年資 21 年以上兼任行政職務教師身上並無法顯著對其工作壓力與憂鬱行為表現間產生調節作用。

伍、不同兼任行政職務年資之兼任行政職務教師復原力對工作壓力與憂鬱行為表現的調節作用

一、兼任行政職務 1 至 2 年教師工作壓力與復原力對憂鬱行為的調節作用

表 4-123 兼任行政職務 1 至 2 年教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階層迴歸摘要表

模式	R	R ²	F	ΔR^2	ΔF
一	.415	.172	18.910 ^{***}	.172	18.910 ^{***}
二	.465	.216	12.402 ^{***}	.044	5.052 [*]

* $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$

模式一預測變項：整體工作壓力 (β 值=.415, $t=4.349^{***}$)

模式二預測變項：整體工作壓力 (β 值=.379, $t=4.003^{***}$)、整體復原力 (β 值=-.213, $t=-2.248^*$)

從模式一可得知，整體工作壓力可對憂鬱行為表現產生 17.2 % 的解釋力，整體工作壓力的 β 值為 .415 ($t=4.349^{***}$, $p<.001$)，在模式二的迴歸模式中投入整體復原力此一變項，整體工作壓力與復原力總共可對憂鬱行為表現產生 21.6% 的解釋力。扣除整體工作壓力的影響，整體復原力可對憂鬱行為表現產生 4.4% 的解釋力；整體復原力對憂鬱行為表現的 β 值為 $-.213$ ($t=-2.248^*$)，表示整體復原力對憂鬱行為表現有負向影響。而整體工作壓力對憂鬱行為表現的 β 值，在投入整體復原力此變項後，從 .415 下降為 .379，表示復原力的加入，可減少工作壓力對憂鬱行為表現的正向影響，降低憂鬱行為的表現。因此可知，兼任行政職務 1 至 2 年教師的復原力可對其工作壓力與憂鬱行為表現間產生調節作用。

二、兼任行政職務 3 至 5 年教師工作壓力與復原力對憂鬱行為的調節作用

表 4-124 兼任行政職務 3 至 5 年教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階層迴歸摘要表

模式	R	R^2	F	ΔR^2	ΔF
一	.366	.134	11.618 ^{**}	.134	11.618 ^{**}
二	.392	.153	6.704 ^{**}	.019	1.684

* $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$

模式一預測變項：整體工作壓力 (β 值=.366, $t=3.409^{**}$)

模式二預測變項：整體工作壓力 (β 值=.336, $t=3.071^{**}$)、整體復原力 (β 值=-.142, $t=-1.298$)

從模式一可得知，整體工作壓力可對憂鬱行為表現產生 13.4% 的解釋力，整體工作壓力的 β 值 .366 為 ($t=3.409^{**}$, $p<.01$)，在模式二的迴歸模式中投入整體復原力此一變項，整體工作壓力與復原力總共可對憂鬱行為表現產生 15.3% 的解釋力。扣除整體工作壓力的影響，整體復原力僅對憂鬱行為表現產生 1.9% 的解釋力；且整體復原力對憂鬱行為表現未達顯著解釋力 (β 值=-.142, $t=-1.298$)；因此可知，兼任行政職務 3 至 5 年教師的復原力並無法對其工作壓力與憂鬱行為表現間產生顯著調節作用。

三、兼任行政職務 6 至 10 年教師工作壓力與復原力對憂鬱行為的調節作用

表 4-125 兼任行政職務 6 至 10 年教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階層迴歸摘要表

模式	R	R^2	F	ΔR^2	ΔF
一	.597	.357	28.815 ^{***}	.357	28.815 ^{***}
二	.648	.419	18.416 ^{***}	.063	5.515 [*]

* $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$

模式一預測變項：整體工作壓力 (β 值=.597, $t=5.368^{***}$)

模式二預測變項：整體工作壓力 (β 值=.435, $t=3.427^{**}$)、整體復原力 (β 值=-.298, $t=-2.348^*$)

從模式一可得知，整體工作壓力可對憂鬱行為表現產生 35.7% 的解釋力，整體工作壓力的 β 值為 .597 ($t=5.368^{***}$, $p<.001$)，在模式二的迴歸模式中投入整體復原力此一變項，整體工作壓力與復原力總共可對憂鬱行為表現產生 41.9% 的解釋力。扣除整體工作壓力的影響，整體復原力可對憂鬱行為表現產生 6.3% 的解釋力；整體復原力對憂鬱行為表現的 β 值為 $-.298$ ($t=-2.348^*$)，表示整體復原力對憂鬱行為表現有負向影響。而整體工作壓力對憂鬱行為表現的 β 值，在投入整體復原力此變項後，從 .597 下降為 .435，表示復原力的加入，可減少工作壓力對憂鬱行為表現的正向影響，降低憂鬱行為的表現。因此可知，兼任行政職務 6 至 10 年教師的復原力可對其工作壓力與憂鬱行為表現間產生調節作用。

四、兼任行政職務 11 至 15 年教師工作壓力與復原力對憂鬱行為的調節作用

表 4-126 兼任行政職務 11 至 15 年教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階層迴歸摘要表

模式	R	R^2	F	ΔR^2	ΔF
一	.504	.254	9.543 ^{**}	.254	9.543 ^{**}
二	.516	.266	4.892 [*]	.012	.434

* $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$

模式一預測變項：整體工作壓力 (β 值=.504, $t=3.089^{**}$)

模式二預測變項：整體工作壓力 (β 值=.550, $t=3.075^{**}$)、整體復原力 (β 值=.118, $t=-.659$)

從模式一可得知，整體工作壓力可對憂鬱行為表現產生 25.4% 的解釋力，整體工作壓力的 β 值 .504 為 ($t=3.089^{**}$, $p<.01$)，在模式二的迴歸模式中投入整體復原力此一變項，整體工作壓力與復原力總共可對憂鬱行為表現產生 26.6% 的解釋力。扣除整體工作壓力的影響，整體復原力僅對憂鬱行為表現產生 1.2% 的解釋力；且整體復原力對憂鬱行為表現未達顯著解釋力 (β 值 =-.118, $t=-.659$)；因此可知，兼任行政職務 11 至 15 年教師的復原力並無法對其工作壓力與憂鬱行為表現間產生顯著調節作用。

五、兼任行政職務 16 年以上教師工作壓力與復原力對憂鬱行為的調節作用

表 4-127 兼任行政職務 16 年以上教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階層迴歸摘要表

模式	R	R^2	F	ΔR^2	ΔF
一	.543	.295	8.368 ^{**}	.295	8.368 ^{**}
二	.546	.298	4.027 [*]	.003	.074

* $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$

模式一預測變項：整體工作壓力 (β 值=.543, $t=2.893^{**}$)

模式二預測變項：整體工作壓力 (β 值=.494, $t=1.864$)、整體復原力 (β 值=-.072, $t=-.272$)

從模式一可得知，整體工作壓力可對憂鬱行為表現產生 29.5% 的解釋力，整體工作壓力的 β 值 .543 為 ($t=2.893^{**}$, $p<.01$)，在模式二的迴歸模式中投入整體復原力此一變項，整體工作壓力與復原力總共可對憂鬱行為表現產生 29.8% 的解釋力。扣除整體工作壓力的影響，整體復原力僅對憂鬱行為表現產生 0.3% 的解釋力；且整體復原力對憂鬱行為表現未達顯著解釋力 (β 值 $-.072$, $t=-.272$)；因此可知，兼任行政職務 16 年以上教師的復原力並無法對其工作壓力與憂鬱行為表現間產生顯著調節作用。

陸、現任行政職務不同教師復原力對工作壓力與憂鬱行為表現的調節作用

一、兼任主任職務教師復原力對工作壓力與憂鬱行為表現的調節作用

表 4-128 兼任主任職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階層迴歸摘要表

模式	R	R ²	F	ΔR^2	ΔF
一	.586	.344	46.046 ^{***}	.344	46.046 ^{***}
二	.614	.377	26.351 ^{***}	.034	4.713 [*]

* $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$

模式一預測變項：整體工作壓力 (β 值=.586, $t=6.786^{***}$)

模式二預測變項：整體工作壓力 (β 值=.465, $t=4.587^{***}$)、整體復原力 (β 值 $-.220$, $t=-2.171^{*}$)

從模式一可得知，整體工作壓力可對憂鬱行為表現產生 34.4% 的解釋力，整體工作壓力的 β 值為 .586 ($t=6.786^{***}$, $p<.001$)，在模式二的迴歸模式中投入整體復原力此一變項，整體工作壓力與復原力總共可對憂鬱行為表現產生 37.7% 的解釋力。扣除整體工作壓力的影響，整體復原力可對憂鬱行為表現產生 3.4% 的解釋力；整體復原力對憂鬱行為表現的 β 值為 $-.220$ ($t=-2.171^{*}$)，表示整體復原力對憂鬱行為表現有負向影響。而整體工作壓力對憂鬱行為表現的 β 值，在投入整體復原力此變項後，從 .586 下降為 .465，表示復原力的加入，可減少工作壓力對憂鬱行為表現的正向影響，降低憂鬱行為的表現。因此可知，兼任主任職務教師的復原力可對其工作壓力與憂鬱行為表現間產生調節作用。

二、兼任組長職務教師復原力對工作壓力與憂鬱行為表現的調節作用

表 4-129 兼任組長職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階層迴歸摘要表

模式	R	R ²	F	ΔR^2	ΔF
一	.416	.173	39.243 ^{***}	.173	39.243 ^{***}
二	.451	.204	23.798 ^{***}	.030	7.078 ^{**}

* $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$

模式一預測變項：整體工作壓力 (β 值=.416, $t=6.264^{***}$)

模式二預測變項：整體工作壓力 (β 值=.375, $t=5.568^{***}$)、整體復原力 (β 值 $-.179$, $t=-2.660^{**}$)

從模式一可得知，整體工作壓力可對憂鬱行為表現產生 17.3% 的解釋力，整體工作壓力的 β 值為 .416 ($t=6.264^{***}$, $p<.001$)，在模式二的迴歸模式中投入整體復原力此一變項，整體工作壓力與復原力總共可對憂鬱行為表現產生 20.4% 的解釋力。扣除整體工作壓力的影響，整體復原力可對憂鬱行為表現產生 3% 的解釋力；整體復原力對憂鬱行為表現的 β 值為 $-.179$ ($t=-2.660^{**}$)，表示整體復原力對憂鬱行為表現有負向影響。而整體工作壓力對憂鬱行為表現的 β 值，在投入整體復原力此變項後，從 .416 下降為 .375，表示復原力的加入，可減少工作壓力對憂鬱行為表現的正向影響，降低憂鬱行為的表現。因此可知，兼任組長職務教師的復原力可對其工作壓力與憂鬱行為表現間產生調節作用。

柒、婚姻狀況不同之兼任行政職務教師復原力對工作壓力與憂鬱行為表現的調節作用

一、未婚兼任行政職務教師復原力對工作壓力與憂鬱行為表現的調節作用

表 4-130 未婚兼任行政職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階層迴歸摘要表

模式	R	R^2	F	ΔR^2	ΔF
一	.433	.188	21.943 ^{***}	.188	21.943 ^{***}
二	.460	.211	12.604 ^{***}	.024	2.841

* $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$

模式一預測變項：整體工作壓力 (β 值=.433, $t=4.684^{***}$)

模式二預測變項：整體工作壓力 (β 值=.371, $t=3.757^{***}$)、整體復原力 (β 值=-.166, $t=-1.685$)

從模式一可得知，整體工作壓力可對憂鬱行為表現產生 18.8% 的解釋力，整體工作壓力的 β 值 .433 為 ($t=4.684^{***}$, $p<.001$)，在模式二的迴歸模式中投入整體復原力此一變項，整體工作壓力與復原力總共可對憂鬱行為表現產生 21.1% 的解釋力。扣除整體工作壓力的影響，整體復原力僅對憂鬱行為表現產生 2.4% 的解釋力；且整體復原力對憂鬱行為表現未達顯著解釋力 (β 值=-.166, $t=-1.685$)：因此可知，未婚兼任行政職務教師的復原力並無法對其工作壓力與憂鬱行為表現間產生顯著調節作用。

二、已婚兼任行政職務教師復原力對工作壓力與憂鬱行為表現的調節作用

表 4-131 已婚兼任行政職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階層迴歸摘要表

模式	R	R^2	F	ΔR^2	ΔF
一	.501	.251	60.265 ^{***}	.251	60.265 ^{***}
二	.543	.295	37.447 ^{***}	.044	11.210 ^{**}

* $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$

模式一預測變項：整體工作壓力 (β 值=.501, $t=7.763^{***}$)

模式二預測變項：整體工作壓力 (β 值=.424, $t=6.335^{***}$)、整體復原力 (β 值=-.224, $t=-3.348^{**}$)

從模式一可得知，整體工作壓力可對憂鬱行為表現產生 25.1% 的解釋力，整體工作壓力的 β 值為 .501 ($t=7.763^{***}$, $p<.001$)，在模式二的迴歸模式中投入整體復原力此一變項，整體工作壓力與復原力總共可對憂鬱行為表現產生 29.5% 的解釋力。扣除整體工作壓力的影響，整體復原力可對憂鬱行為表現產生 4.4% 的解釋力；整體復原力對憂鬱行為表現的 β 值為 $-.224$ ($t=-3.348^{**}$)，表示整體復原力對憂鬱行為表現有負向影響。而整體工作壓力對憂鬱行為表現的 β 值，在投入整體復原力此變項後，從 .501 下降為 .424，表示復原力的加入，可減少工作壓力對憂鬱行為表現的正向影響，降低憂鬱行為的表現。因此可知，已婚兼任行政職務教師的復原力可對其工作壓力與憂鬱行為表現間產生調節作用。

捌、子女數不同兼任行政職務教師復原力對工作壓力與憂鬱行為表現的調節作用

一、無子女兼任行政職務教師復原力對工作壓力與憂鬱行為表現的調節作用

表 4-132 無子女兼任行政職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階層迴歸摘要表

模式	R	R ²	F	ΔR^2	ΔF
一	.491	.241	42.005 ^{***}	.241	42.005 ^{***}
二	.509	.259	22.923 ^{***}	.018	3.156

* $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$

模式一預測變項：整體工作壓力 (β 值=.491, $t=6.481^{***}$)

模式二預測變項：整體工作壓力 (β 值=.441, $t=5.479^{***}$)、整體復原力 (β 值=-.143, $t=-1.776$)

從模式一可得知，整體工作壓力可對憂鬱行為表現產生 24.1% 的解釋力，整體工作壓力的 β 值 .491 ($t=6.481^{***}$, $p<.001$)，在模式二的迴歸模式中投入整體復原力此一變項，整體工作壓力與復原力總共可對憂鬱行為表現產生 25.9% 的解釋力。扣除整體工作壓力的影響，整體復原力僅對憂鬱行為表現產生 1.8% 的解釋力；且整體復原力對憂鬱行為表現未達顯著解釋力 (β 值=-.143, $t=-1.776$)；因此可知，無子女之兼任行政職務教師的復原力並無法對其工作壓力與憂鬱行為表現間產生顯著調節作用。

二、子女數 1 人兼任行政職務教師復原力對工作壓力與憂鬱行為表現的調節作用

表 4-133 子女數 1 人兼任行政職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階層迴歸摘要表

模式	R	R ²	F	ΔR^2	ΔF
一	.423	.179	11.739 ^{**}	.179	11.739 ^{**}
二	.601	.362	15.018 ^{***}	.183	15.209 ^{***}

* $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$

模式一預測變項：整體工作壓力 (β 值=.423, $t=3.426^{**}$)

模式二預測變項：整體工作壓力 (β 值=.286, $t=2.479^*$)、整體復原力 (β 值=-.449, $t=-3.900^{***}$)

從模式一可得知，整體工作壓力可對憂鬱行為表現產生 17.9% 的解釋力，整體工作壓力的 β 值為 .423 ($t=3.426^{**}$, $p<.01$)，在模式二的迴歸模式中投入整體復原力此一變項，整體工作壓力與復原力總共可對憂鬱行為表現產生 36.2% 的解釋力。扣除整體工作壓力的影響，整體復原力可對憂鬱行為表現產生 18.3% 的解釋力；整體復原力對憂鬱行為表現的 β 值為 $-.449$ ($t=-3.900^{***}$)，表示整體復原力對憂鬱行為表現有顯著負向影響。而整體工作壓力對憂鬱行為表現的 β 值，在投入整體復原力此變項後，從 .423 下降為 .286，表示復原力的加入，可顯著減少工作壓力對憂鬱行為表現的正向影響，降低憂鬱行為的表現。因此可知，子女數 1 人之兼任行政職務教師的復原力可對其工作壓力與憂鬱行為表現間產生顯著調節作用。

三、子女數 2 人以上兼任行政職務教師復原力對工作壓力與憂鬱行為表現的調節作用

表 4-134 子女數 2 人兼任行政職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階層迴歸摘要表

模式	R	R ²	F	ΔR^2	ΔF
一	.472	.223	24.914 ^{***}	.223	24.914 ^{***}
二	.482	.232	12.982 ^{***}	.009	1.038

* $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$

模式一預測變項：整體工作壓力 (β 值=.472, $t=4.991^{***}$)

模式二預測變項：整體工作壓力 (β 值=.437, $t=4.344^{***}$)、整體復原力 (β 值=-.102, $t=-1.019$)

從模式一可得知，整體工作壓力可對憂鬱行為表現產生 22.3% 的解釋力，整體工作壓力的 β 值 .472 ($t=4.991^{***}$, $p<.001$)，在模式二的迴歸模式中投入整體復原力此一變項，整體工作壓力與復原力總共可對憂鬱行為表現產生 23.2% 的解釋力。扣除整體工作壓力的影響，整體復原力僅對憂鬱行為表現產生 0.9% 的解釋力；且整體復原力對憂鬱行為表現未達顯著解釋力 (β 值=-.102, $t=-1.019$)；因此可知，子女數 2 人以上之兼任行政職務教師的復原力並無法對其工作壓力與憂鬱行為表現間產生顯著調節作用。

玖、學校規模不同之兼任行政職務教師復原力對工作壓力與憂鬱行為表現的調節作用

一、31 至 50 班兼任行政職務教師復原力對工作壓力與憂鬱行為表現的調節作用

表 4-135 31 至 50 班兼任行政職務教之工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階層迴歸摘要表

模式	R	R ²	F	ΔR ²	ΔF
一	.190	.036	2.211	.036	2.211
二	.323	.104	3.382*	.068	4.425*

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

模式一預測變項：整體工作壓力(β 值=.190, $t=1.487$)

模式二預測變項：整體工作壓力(β 值=.106, $t=.810$)、整體復原力(β 值=-.275, $t=-2.104^*$)

從模式一可得知，整體工作壓力僅可對憂鬱行為表現產生 3.6%的解釋力，整體工作壓力的 β 值為.190($t=1.487$)，並無法對憂鬱行為產生顯著解釋力。在模式二的迴歸模式中投入整體復原力此一變項，整體工作壓力與復原力總共可對憂鬱行為表現產生 10.4%的解釋力。扣除整體工作壓力的影響，整體復原力可對憂鬱行為表現產生 6.8%的解釋力；整體復原力對憂鬱行為表現的 β 值為-.275($t=-2.104^*$)，表示整體復原力對憂鬱行為表現有顯著負向影響。而整體工作壓力對憂鬱行為表現的 β 值，在投入整體復原力此變項後，雖有下降，卻皆未達顯著性，因此雖復原力對憂鬱行為表現有顯著解釋力，卻無法對任教於 31 至 50 班的兼任行政職務教師的工作壓力與憂鬱行為表現間產生調節作用。

二、51班以上兼任行政職務教師復原力對工作壓力與憂鬱行為表現的調節作用

表 4-136 51 班以上兼任行政職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階層迴歸摘要表

模式	R	R ²	F	ΔR ²	ΔF
一	.541	.293	89.591***	.293	89.591***
二	.573	.328	52.417***	.035	11.067**

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

模式一預測變項：整體工作壓力(β 值=.541, $t=9.465^{***}$)

模式二預測變項：整體工作壓力(β 值=.472, $t=7.916^{***}$)、整體復原力(β 值=-.198, $t=-3.327^{**}$)

從模式一可得知，整體工作壓力可對憂鬱行為表現產生 29.3%的解釋力，整體工作壓力的 β 值為.541($t=9.465^{***}$, $p < .001$)，在模式二的迴歸模式中投入整體復原力此一變項，整體工作壓力與復原力總共可對憂鬱行為表現產生 32.8%的解釋力。扣除整體工作壓力的影響，整體復原力可對憂鬱行為表現產生 3.5%的解釋力；整體復原力對憂鬱行為表現的 β 值為-.198($t=-3.327^{**}$)，表示整體復原力對憂鬱行為表現有負向影響。而整體工作壓力對憂鬱行為表現的 β 值，在投入整體復原力此變項後，從.541下降為.472，表示復原力的加入，可減少工作壓力對憂鬱行為表現的正向影響，降低憂鬱行為的表現。因此可知，任教於 51 班以上之兼任行政職務教師的

復原力可對其工作壓力與憂鬱行為表現間產生調節作用。

拾、學校類別不同之兼任行政職務教師復原力對工作壓力與憂鬱行為表現的調節作用

一、臺北市公立普通高中兼任行政職務教師復原力對工作壓力與憂鬱行為表現的調節作用

表 4-137 普通高中兼任行政職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階層迴歸摘要表

模式	R	R ²	F	ΔR ²	ΔF
一	.386	.149	25.091 ^{***}	.149	25.091 ^{***}
二	.431	.186	16.185 ^{***}	.036	6.342 [*]

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

模式一預測變項：整體工作壓力(B 值=.386, $t=5.009$ ^{***})

模式二預測變項：整體工作壓力(B 值=.314, $t=3.880$ ^{***})、整體復原力(B 值=-.204, $t=-2.518$ ^{*})

從模式一可得知，整體工作壓力可對憂鬱行為表現產生 14.9% 的解釋力，整體工作壓力的 B 值為 .386 ($t=5.009$ ^{***}, $p < .001$)，在模式二的迴歸模式中投入整體復原力此一變項，整體工作壓力與復原力總共可對憂鬱行為表現產生 18.6% 的解釋力。扣除整體工作壓力的影響，整體復原力可對憂鬱行為表現產生 3.6% 的解釋力；整體復原力對憂鬱行為表現的 B 值為 -.204 ($t=-2.518$ ^{*})，表示整體復原力對憂鬱行為表現有負向影響。而整體工作壓力對憂鬱行為表現的 B 值，在投入整體復原力此變項後，從 .386 下降為 .431，表示復原力的加入，可減少工作壓力對憂鬱行為表現的正向影響，降低憂鬱行為的表現。因此可知，普通高中兼任行政職務教師的復原力可對其工作壓力與憂鬱行為表現間產生調節作用。

二、臺北市公立完全中學兼任行政職務教師復原力對工作壓力與憂鬱行為表現的調節作用

表 4-138 完全中學兼任行政職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現階層迴歸摘要表

模式	R	R ²	F	ΔR ²	ΔF
一	.556	.309	58.997 ^{***}	.309	58.997 ^{***}
二	.598	.357	36.380 ^{***}	.048	9.821 ^{**}

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

模式一預測變項：整體工作壓力(B 值=.556, $t=7.681$ ^{***})

模式二預測變項：整體工作壓力(B 值=.480, $t=6.472$ ^{***})、整體復原力(B 值=-.232, $t=-3.134$ ^{**})

從模式一可得知，整體工作壓力可對憂鬱行為表現產生 30.9% 的解釋力，整體工作壓力的 B 值為 .556 ($t=7.681$ ^{***}, $p < .001$)，在模式二的迴歸模式

中投入整體復原力此一變項，整體工作壓力與復原力總共可對憂鬱行為表現產生 35.7 % 的解釋力。扣除整體工作壓力的影響，整體復原力可對憂鬱行為表現產生 4.8% 的解釋力；整體復原力對憂鬱行為表現的 β 值為 $-.232(t=-3.134^{***})$ ，表示整體復原力對憂鬱行為表現有負向影響。而整體工作壓力對憂鬱行為表現的 β 值，在投入整體復原力此變項後，從 .556 下降為 .480，表示復原力的加入，可減少工作壓力對憂鬱行為表現的正向影響，降低憂鬱行為的表現。因此可知，臺北市公立完全中學兼任行政職務教師的復原力可對其工作壓力與憂鬱行為表現間產生調節作用。

小結：

- 一、 兼任行政職務教師的復原力能對其工作壓力與憂鬱行為表現間帶來調節作用。
- 二、 不同背景變項之兼任行政職務教師的復原力能對其工作壓力與憂鬱行為表現間帶來調節作用(詳見表4-139)：
 - (一)性別方面：
 1. 男性及女性兼任行政職務教師的復原力能對其工作壓力與憂鬱行為表現間帶來調節作用。
 - (二)年齡方面：
 1. 31至40歲兼任行政職務教師的復原力能對其工作壓力與憂鬱行為表現間帶來調節作用。
 2. 30歲以下及41歲以上兼任行政職務教師的復原力無法對其工作壓力與憂鬱行為表現間帶來調節作用。
 - (三)教育程度方面：
 1. 師範院校畢業及一般大學畢業之兼任行政職務教師的復原力能對其工作壓力與憂鬱行為表現間帶來調節作用。
 2. 研究所以以上畢業兼任行政職務教師的復原力無法對其工作壓力與憂鬱行為表現間帶來調節作用。
 - (四)服務年資方面：
 1. 服務年資4至6年、7至10年及16至20年之兼任行政職務教師的復原力能對其工作壓力與憂鬱行為表現間帶來調節作用。
 2. 服務年資3年以下、11至15年及21年以上之兼任行政職務教師的復原力無法對其工作壓力與憂鬱行為表現間帶來調節作用。
 - (五)兼任行政職務年資方面：
 1. 兼任行政職務1至2年與6至10年教師的復原力能對其工作壓力與憂鬱行為表現間帶來調節作用。
 2. 兼任行政職務3至5年、11至15年、16年以上教師的復原力無法對其工作壓力與憂鬱行為表現間帶來調節作用。
 - (六)兼任行政職務方面：
 1. 兼任主任、組長職務教師的復原力能對其工作壓力與憂鬱行為表現間帶來調節作用。
 - (七)婚姻狀況方面：

1. 已婚兼任行政職務教師的復原力能對其工作壓力與憂鬱行為表現間帶來調節作用。
 2. 未婚兼任行政職務教師的復原力無法對其工作壓力與憂鬱行為表現間帶來調節作用。
- (八)子女數方面：
1. 子女數1人兼任行政職務教師的復原力能對其工作壓力與憂鬱行為表現間帶來調節作用。
 2. 無子女、子女數2人以上兼任行政職務教師的復原力無法對其工作壓力與憂鬱行為表現間帶來調節作用。
- (九)學校規模方面：
1. 51班以上兼任行政職務教師的復原力能對其工作壓力與憂鬱行為表現間帶來調節作用。
 2. 31至50班兼任行政職務教師的復原力無法對其工作壓力與憂鬱行為表現間帶來調節作用。
- (十)學校類別方面：
1. 臺北市公立普通高中、完全中學兼任行政職務教師的復原力能對其工作壓力與憂鬱行為表現間帶來調節的作用。

以上結果驗證假設4-1、4-2、4-3、4-4、4-5、4-6、4-7、4-8、4-9、4-10。

表 4-139 不同背景變項之兼任行政職務教師復原力對工作壓力與憂鬱行為表現調節作用一覽表

不同背景變項		具有調節作用	不具有調節作用
性別	男性	*	
	女性	*	
年齡	30歲以下		--
	31-40歲	*	
	41歲以上		--
教育程度	師範院校	*	
	一般大學	*	
	研究所以上		--
服務年資	3年以下		--
	4-6年	*	
	7-10年	*	
	11-15年		--
	16-20年	*	
兼任行政年資	21年以上		--
	1-2年	*	
	3-5年		--
	6-10年	*	
兼任職務	11-15年		--
	16年以上		--
	主任	*	
婚姻狀況	組長	*	
	未婚		--
子女	已婚	*	
	無子女		--
	子女1人	*	
學校規模	子女2人以上		--
	31-50班		--
學校類別	51班以上	*	
	普通高中	*	
	完全中學	*	



第五章 討論

本章係以第四章統計分析的結果，分別自(一)臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力、復原力與憂鬱行為表現概況；(二)不同背景變項的臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力、復原力與憂鬱行為表現的差異；(三)不同背景變項的臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力、復原力與憂鬱行為表現的關係；(四)不同背景變項的臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現的預測力；(五)不同背景變項臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力，對其工作壓力與憂鬱行為表現間的調節作用等五方面進行討論。

第一節 臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力、復原力與憂鬱行為表現概況的討論

本節主要討論臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力、復原力與憂鬱行為表現的概況，經統計分析結果發現：臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力屬中下程度，復原力屬中上程度，計有 39.1% 有輕度以上的憂鬱行為表現。

壹、臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力概況

依據本研究調查結果發現，在整體工作壓力方面，臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力平均數為 2.80，稍低於平均值 3，屬中下程度，這項研究發現所獲得結果與宋冠瑩(2006)、高國慶(2005)、鄭百芬(2003)的研究發現一致，其研究結果均顯示兼任行政職務的教師的工作壓力感受為中等以下程度。

在現實生活中，雖然許多兼任行政職務的教師常抱怨工作壓力很大，但在調查統計後，卻發現其工作壓力僅達中下程度，研究者推論：與普通教師相較，兼任行政職務的確是工作較為繁瑣，且工時較長；但如果和社會上其他行業相較，兼任行政職務教師仍屬公務人員，享有較多的福利與保障，且兼任行政職務者亦皆有退回擔任普通教師的後路，若平心而論，當兼任行政職務教師真正反思其自身的工作壓力時，常未必呈現和其嘴上喊的壓力程度相同，因此僅達中下程度似乎是可理解的。

至於在不同層面的工作壓力方面，壓力值介於 2.63 至 3.34 之間，其中尤其以「工作負荷」的工作壓力感受程度最高，屬於中上程度，這項的結果與鄭百芬(2003)、鄭秀女(2005)、宋冠瑩(2006)、徐淑玲(2007)、李慧雯(2009)、劉奕宏(2009)、簡茆法(2010)、蘇清山(2010)的研究發現一致，其研究結果均

顯示兼任行政職務的教師在「工作負荷」的工作壓力感受程度最高。

之所以獲得兼任行政職務教師「工作負荷」的工作壓力最高似乎是可理解的結果，研究者認為不論擔任那一個職務，批閱不完的公文、辦不完的專案、管不完的學生與談不完的家長……在在都不斷增加兼任行政職務教師的工作負荷。特別是，在臺北市兼任行政職務教師，為了應付定期的市議會開議，每一個單位隨時都會因為蒐集議員需要的問政資料，而要填寫多如牛毛的表單資料，且經常不到 24 小時內就要回報。因此，每一個看來似乎不用花很多時間就可以完成的表單資料，其實都得要放下手邊正在進行的工作去動作處理，而增加兼任行政職務教師的工作負荷。再加上目前正為十二年國教實驗改變的階段，朝令夕改、慢令致期的狀況更是嚴重，因此在不同工作壓力層面上，「工作負荷」的工作壓力最高，似乎是符合實際現況的。

貳、臺北市公立高中兼任行政職務教師復原力概況

根據本研究結果發現，臺北市公立高中兼任行政職務教師的整體復原力平均數為 5.39，高於平均值 4，顯示目前臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力屬中上程度。至於在不同層面的復原力方面，復原力值介於 5.08 至 5.61 之間；其中以「社會資源」復原力為各層面復原力中最高者。此項研究發現所獲結果與王淑蓉(2009)、邱惠娟(2010)、梁寶苓(2011)研究發現一致，其研究結果均顯示教師的復原力為中上程度，其中以「社會資源」復原力為各層面復原力最高者。

臺北市為全國首善之區，為眾所矚目的焦點，因此在臺北市任職的教師，本身便需面對較多的教育挑戰，要能在這個戰場上生存，本身便需具備較高的復原力，如果被挫折擊敗，很可能會淪為不適任教師。加上絕大多數在臺北市任教的教師，皆是在教師甄試上身經百戰的強者，本身已磨練出極佳的抗壓性，也同時培養出較強的復原力。也許這就是目前臺北市公立高中兼任行政職務教師復原力屬中上程度的原因。

所謂的「社會資源」復原力，是指會尋求朋友協助、支持，讓自己從挫折中恢復的能力。都市地區人際互動是較頻繁與重要的，加上兼任行政職務的工作時間較長，與同事、朋友相處的時間可能超過與家人相處的時間，因此同事、朋友的支持有時會勝過家庭的力量，也因此會更注重與同事、朋友間關係的經營。或許這就是臺北市公立高中兼任行政職務教師「社會資源」復原力較高的緣故。

參、臺北市公立高中兼任行政職務教師憂鬱行為表現概況

根據本研究結果發現，臺北市公立高中裡有 30.5% 的兼任行政職務教師有輕度至中度憂鬱行為表現；而有較嚴重的憂鬱行為表現，需要即時進行相

關諮商或尋求協助者有 8.6%。有輕度以上憂鬱行為表現的受試者合併計有 39.1%，表示有高達近四成的臺北市公立高中兼任行政職務教師有輕度以上的憂鬱行為表現。

本研究討論的不是病症上的憂鬱症，而是憂鬱行為表現；當工作壓力提高或心情不穩定時，憂鬱行為表現都可能會隨之改變。在本研究施測對象中，包含相當多初任教職或初兼任行政職務者，剛開始在不了解行政作業流程或教育局規定時，一定會出現許多徒勞無功的狀況，工作壓力因此提升，心理影響生理的狀況或許就會出現，例如影響飲食習慣、睡眠品質……等，此便為憂鬱行為表現。但如果兼任行政的職務熟稔後，因工作煩心，而影響憂鬱行為表現的狀態就會減低許多。因此 30.5% 的兼任行政職務教師有輕度至中度憂鬱行為表現應非誇張。不過需要正視的是，如果擔任教育工作第一線的高中職兼任行政職務教師有近四成的老師有憂鬱行為表現，對於公立高中的教育品質是一大危機。

不過在本研究中有 8% 受試者達重度憂鬱行為表現，分析其背景，24 位達重度憂鬱行為表現的受試者中有 16 位兼任組長職務，其中有 13 位年齡在 40 歲以下，10 位兼任行政年資僅 1 至 2 年。或許可因此推論：兼任組長且年紀較輕、行政經歷少的教師面對壓力可能會產生較強的憂鬱行為表現，甚至會達到重度憂鬱行為表現。因此對於年輕教師初兼任行政職務的工作壓力調適及復原力培養的重要性，不容忽視。

第二節 不同背景變項臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力、復原力與憂鬱行為表現差異的討論

壹、性別與兼任行政工作教師的工作壓力、復原力及憂鬱行為表現

依據本研究結果，性別不同兼任行政職務教師的工作壓力並沒有顯著差異，此項發現與林淑芬(2001)、鄭百芬(2003)、高國慶(2005)、鄭秀女(2005)、鄭洸鍵(2005)、吳慧慎(2006)、李慧雯(2009)、蘇清山(2010)的研究發現「性別不同高中職兼任行政職務教師的工作壓力感受並無顯著差異」大致相同。對於此項研究發現，研究者認為：行政工作大多為文書作業或計畫執行，會受性別影響的部分較少，這或許就是性別不同兼任行政職務教師的工作壓力沒有差異的緣故。

在復原力方面，性別不同兼任行政職務教師的整體復原力並沒有顯著差異，但在不同層面的復原力方面，女性兼任行政職務教師的「社會資源」復原力方面顯著高於男性兼任行政職務教師。此結果與王淑蓉(2009)、梁寶苓(2011)、鄒家芸(2011)的研究發現一致，其研究結果均顯示性別不同的教師整體復原力並無顯著差異，但女性在「社會資源」復原力方面顯著高於男性。對於此項研究發現，研究者認為：當一個人的「社會資源」復原力強時，會在遇到困境時願意向外尋求朋友情感的慰藉與援助。在社會期許中，女性在遇到不愉快時會找人訴苦，宣洩情緒；且較不會受限於面子問題的侷限，而找人討論與幫忙；至於男性則較會因為社會價值所賦予應有堅強形象的成見，不太願意在人面前「示弱」。或許這就是女性兼任行政職務教師的「社會資源」復原力顯著高於男性兼任行政教師的緣故。

在憂鬱行為方面，性別不同兼任行政職務教師的憂鬱行為表現並沒有顯著差異，此結果與羅文興(2006)、黃千瑛(2007)、蔡享呈(2007)、陳信宜(2008)、馮美珠(2008)、陳宜芬(2010)、張禎容(2010)的研究結果「性別不同教師的憂鬱行為表現，並無顯著差異存在」大致相同。對於此項研究發現，研究者認為：兼任行政職務教師的憂鬱行為表現是受環境對自身的影響而有所差異，因為兼任行政職務教師的工作負擔與家庭、社會責任及壓力並不會因性別而有所差異，因而對憂鬱行為表現的影響也不會有差異存在。這或許就是性別不同的兼任行政職務教師憂鬱行為表現沒有差異的緣故。

貳、年齡與兼任行政工作教師的工作壓力、復原力與憂鬱行為表現

依據本研究結果，年齡不同兼任行政職務教師的工作壓力並沒有顯著差異。此結果與高國慶(2005)、鄭秀女(2005)、吳慧慎(2006)、簡茆泮(2010)、蘇清山(2010)的研究發現「年齡不同高中職兼任行政職務教師的工作壓力並無顯著差異」大致相同。對於此項研究發現，研究者認為：兼任行政職務具體的工作負荷與無形的心理壓力，並不會因年齡不同而有所改變，這也許就是年齡不同兼任行政職務教師的工作壓力沒有差異的緣故。

在復原力方面，依據本研究結果，年齡不同兼任行政職務教師的整體復原力並沒有顯著差異。此結果與王淑蓉(2009)、蕭如怡(2010)、梁寶苓(2011)、鄒家芸(2011)的研究發現「年齡不同教師的整體復原力並無顯著差異」大致相同。但在不同層面的復原力方面，本研究發現，年齡41歲以上兼任行政職務教師「個人強度」復原力與「未來組織風格」復原力顯著高於30歲以下兼任行政職務教師。31至40歲兼任行政職務教師的「個人強度」復原力亦顯著高於30歲以下兼任行政職務教師。對於此項研究發現，研究者認為：當一個人社會經驗歷練豐富後，對於挫折的容忍度與從挫折中恢復的能力會逐漸提升，因此年齡較長者的「個人強度」復原力應該會較年齡較低者高。

在憂鬱行為表現方面，依據本研究結果，30歲以下兼任行政職務教師的憂鬱行為表現顯著高於年齡41歲以上兼任行政職務教師。此結果與馮美珠(2008)的研究發現「30歲以下的高屏地區國小教師在身體憂鬱症狀上顯著高於41至50歲者」、張禎容(2010)的研究結果「30歲以下的臺北市高中職教師在情緒指標上顯著高於41歲以上者」大致相同。根據的統計結果發現，年齡不同的兼任行政職務教師在工作壓力感受上並不會有顯著差異，但在復原力上，年齡較低者的復原力低於年齡較長者，因此研究者推論：在面對工作壓力時，一個年紀較輕的兼任行政職務教師因為復原力較低，較無法有效調節壓力對心理、生理所造成的影響，以致於有較顯著的憂鬱行為表現。或許這就是30歲以下兼任行政職務教師的憂鬱行為表現顯著高於年齡41歲以上者的緣故。

參、教育程度與兼任行政工作教師的工作壓力、復原力與憂鬱行為表現

依據本研究結果，教育程度不同兼任行政職務教師的整體工作壓力並沒有顯著差異。此結果與林淑芬(2001)、鄭百芬(2003)、高國慶(2005)、宋冠瑩(2006)、李慧雯(2009)、簡茆泮(2010)、蘇清山(2010)的研究發現「教育程度不同高中職兼任行政職務教師的整體工作壓力並無顯著差異」大致相同。但在不同層面的工作壓力方面，本研究發現，師範院校畢業兼任行政職務教師在「專業知能」的工作壓力上顯著高於研究所以上畢業者。對於此項研究發現，研究者認為：師範院校畢業的教師常會被外界賦予「科班」出身的印象，對於其專業知能的期許與要求，會較其他非師範體系出身的教師來得高，或許這就是造成其在「專業知能」的工作壓力較為顯著的緣故。

在復原力方面，依據本研究結果，教育程度不同兼任行政職務教師的復原力並沒有顯著差異。此結果與王淑蓉(2009)、蕭如怡(2010)、梁寶苓(2011)、鄒家芸(2011)的研究發現「教育程度不同教師的復原力並無顯著差異」大致相同。對於此項研究發現，研究者認為：復原力是一種個人調節、療傷的能力，與教育程度相關性不高，這也許是教育程度不同兼任行政職務教師的復原力沒有差異的緣故。

在憂鬱行為表現方面，師範院校畢業及一般大學畢業兼任行政職務教師的憂鬱行為表現顯著高於研究所以以上畢業者。此結果與黃千瑛(2007)的研究發現「大學畢業的高職綜合職能科教師憂鬱程度高於研究所以以上者」大致一致。對於此項研究發現，研究者認為：現今高中師資為研究所畢業的比例逐漸提高，尚未取得碩士資格的教師所承受社會觀感、期許的壓力或許會因此提升，進而影響其有較顯著的憂鬱行為表現。也許這就是師範院校及大學畢業兼任行政職務教師憂鬱行為表現顯著高於研究所以以上畢業者的緣故。

肆、服務年資與兼任行政工作教師的工作壓力、復原力與憂鬱行為表現

依據本研究結果，服務年資不同兼任行政職務教師的工作壓力並沒有顯著差異，此結果與高國慶(2005)、吳慧慎(2006)、鄭秀女(2005)的研究發現「服務年資不同者的工作壓力並無顯著差異存在」大致相同，對於此項研究發現，研究者推論：要去適應兼任行政工作所帶來的身分轉變、工作壓力的增加，及因對法令、標準作業流程不熟稔所帶來的案牘勞形，與服務年資深淺無關，也許這就是服務年資不同兼任行政職務教師的工作壓力無顯著差異的緣故。

在復原力方面，依據本研究結果，服務年資不同兼任行政職務教師的復原力並沒有顯著差異。此結果與王淑蓉(2009)、蕭如怡(2010)、梁寶苓(2011)、鄒家芸(2011)的研究發現「服務年資不同者的整體復原力並無顯著差異存在」大致相同。對於此項研究發現，研究者認為：復原力是一種個人能力與特質，未必會因服務年資增加而有所改變，也許這就是服務年資不同兼任行政職務教師的復原力沒有差異的緣故。

在憂鬱行為表現方面，依據本研究結果，服務年資不同兼任行政職務教師的憂鬱行為表現並沒有顯著差異。此結果與羅文興(2006)、黃千瑛(2007)、馮美珠(2008)、陳信宜(2008)、張禎容(2010)的研究發現「服務年資不同者的憂鬱行為表現並無顯著差異存在」大致相同。對於此項研究發現，研究者認為：憂鬱行為表現會受個人背景與當時壓力與心情影響，與服務年資關係不大，也許這就是服務年資不同兼任行政職務教師的憂鬱行為表現沒有差異的緣故。

伍、兼任行政職務年資與兼任行政工作教師的工作壓力、復原力與憂鬱行為表現

依據本研究結果，兼任行政職務年資不同教師在工作壓力上沒有顯著差異。此結果與高國慶(2005)、吳慧慎(2006)、徐淑玲(2007)、簡茆泮(2010)研究發現相同，其研究結果均顯示兼任行政職務年資不同的教師在工作壓力上並無顯著差異。對於此項研究發現，研究者推論：兼任行政年資長的教師雖然頗具行政經驗，但鮮少會久任同職務，在職務異動中，會衍生出不同面向的工作壓力，與兼任年資低者相較，工作壓力未必會減少，或許這就是兼任

行政年資不同教師在工作壓力上沒有顯著差異的原因。

在復原力方面，兼任行政職務 6 至 10 年與 11 至 15 年的教師其整體復原力顯著高於兼任行政職務 1 至 2 年者；至於在不同層面的復原力方面，兼任行政職務 6 至 10 年者在「個人強度」復原力與「家庭團結」復原力顯著高於兼任行政職務 1 至 2 年者。兼任行政職務 11 至 15 年者在「個人強度」復原力與「未來組織風格」復原力亦顯著高於兼任行政 1 至 2 年者。

對於此項研究發現，研究者推論：會兼任行政工作超過 5 年以上，基本上應該已較能認同兼任行政的身分，對自己能勝任行政職務的信心也會提高，進而可能會有未來在行政工作上能更有發展的期許，而家庭也因為已習慣其兼任行政職務所帶來的影響，對其支持度是較高的。也許這就是兼任行政職務 6 年以上者，在「個人強度」復原力及「未來組織風格」復原力及「家庭團結」復原力上較強的緣故。

在憂鬱行為表現方面，兼任行政職務 1 至 2 年的教師其憂鬱行為表現顯著高於兼任行政 6 至 10 年者。對於此項研究發現，研究者推論：兼任行政職務才 1 至 2 年的教師很可能並非自願兼任行政工作，很可能是趕鴨子上架，更可能兼任的職務是無人願接手的燙手山芋，也許會因工作壓力及對自我角色迷惘影響其身心，而有較顯著的憂鬱行為表現。

陸、兼任職務與兼任行政工作教師的工作壓力、復原力與憂鬱行為表現

依據本研究結果，兼任不同行政職務教師的整體工作壓力並無顯著差異，此結果與鄭百芬(2003)、簡茆法(2010)、蘇清山(2010)的研究發現「高中職兼任不同行政職務教師的整體工作壓力並無顯著差異」大致相同。在不同層面工作壓力方面，研究發現兼任組長的教師在「專業知能」工作壓力顯著高於兼任主任者。此結果與宋冠瑩(2006)、徐淑玲(2007)、簡茆法(2010)研究結果大致一致，其研究發現均顯示兼任組長的教師在「專業知能」工作壓力顯著高於兼任主任者。

對於此項研究發現，研究者認為：兼任主任職務的教師皆應有兼任組長的經驗，其對行政流程與法令的瞭解自然高於擔任組長者，因此來自「專業知能」的工作壓力自然較低。

在復原力方面，兼任主任教師在整體復原力上顯著高於兼任組長者。在各層面復原力方面，兼任主任教師在「個人強度」、「家庭團結」、「社會資源」、「社交能力」及「未來組織風格」五個層面復原力上皆顯著高於兼任組長者。

對於此項研究發現，研究者認為：兼任主任職務的教師其兼任行政職務的時間應該都超過三年，對於自身角色的認同及信心，人生未來的規劃與方向以及家庭的支持應該都較高，這或許就是其復原力顯著較高的原因。

在憂鬱行為表現方面，兼任組長職務的教師其憂鬱行為表現顯著高於兼任主任者。對於此項研究發現，研究者推論：在施測之際，受試者中兼任組長的行政年資可能在未滿 1-2 年的狀態，工作壓力感受可能還較高，自我調適尚不足，或許也就容易有較顯著的憂鬱行為表現。

柒、婚姻狀況與兼任行政工作教師的工作壓力、復原力與憂鬱行為表現

依據本研究結果，婚姻狀況不同兼任行政職務教師的整體工作壓力並無顯著差異，此結果與鄭秀女(2005)、宋冠瑩(2006)、吳慧慎(2006)、李慧雯(2009)、簡茆泮(2010)、蘇清山(2010)的研究發現「高中職婚姻狀況不同兼任行政職務教師的整體工作壓力並無顯著差異」大致相同。在不同層面工作壓力方面，研究發現已婚兼任行政職務教師的「工作負荷」工作壓力顯著高於未婚者。

對於以上研究發現，研究者認為：已婚者與未婚者相較，家庭責任較重，因著行政職務所必須的加班或需佔用下班時間完成的工作便可能會影響家庭生活，或許因此為其帶來較高的「工作負荷」的工作壓力。

在復原力方面，已婚的兼任行政職務教師的整體復原力顯著高於未婚者，此結果與蕭如怡(2010)的研究發現「已婚的國中教師的整體復原力高於未婚的國中教師」大致相同。在不同層面的復原力方面，已婚的兼任行政職務教師的「個人強度」復原力與「家庭團結」復原力及「未來組織風格」復原力皆顯著高於未婚者。此結果與王淑蓉(2009)的研究發現「已婚之國小教師個人強度與家庭團結復原力皆高於未婚之國小教師」、梁寶苓(2011)、鄒家芸(2011)的研究發現「已婚之國小兼任行政職務教師的家庭團結復原力顯著高於未婚者」大致相同。

對於此項研究發現，研究者以為：家庭責任雖會讓兼任行政工作的教師感到較高的工作負荷壓力，但另一方面家庭可給予的慰藉與支持，以及對家庭的責任感，亦會提升其挫折容忍度，增強其復原力，也許這就是已婚者復原力高於未婚者的原因。

在憂鬱行為表現方面，婚姻狀況不同兼任行政職務教師的憂鬱行為表現並沒有顯著差異。此結果與羅文興(2006)、黃千瑛(2007)、陳信宜(2008)、馮美珠(2008)、陳宜芬(2010)、張禎容(2010)研究發現大致相同，其研究均發現「婚姻狀況不同者憂鬱行為表現並無顯著差異存在」。對於此項研究結果，研究者推論：影響一個人憂鬱行為的面向多元，婚姻可能會讓人壓力沉重，未婚也可能會因心靈無依而有壓力，因此婚姻狀況是否會對憂鬱行為有所影響，在本研究中並未發現其顯著差異。

捌、子女數與兼任行政工作教師的工作壓力、復原力與憂鬱行為表現

依據本研究結果，子女數不同兼任行政職務教師的工作壓力無顯著差異。關於此項研究發現，研究者推論：在臺北市任職的教師因工作時間長，大多會對子女於工作時的規劃進行妥善安排，或許因此子女數並未對其工作壓力產生較大的影響。

但在復原力方面，子女數 2 名以上的兼任行政職務教師在整體復原力上顯著高於無子女者；在不同層面的復原力方面，子女數 2 名以上的兼任行政職務教師的「個人強度」復原力與「家庭團結」復原力上亦顯著高於無子女者。此結果與蕭如怡(2010)以高雄縣國民中學教師為研究對象的研究發現「有子女者的整體復原力高於無子女者」大致相同。

根據研究者觀察，有子女的兼任行政職務教師面對工作壓力與挫折時，較能迅速從低落的情緒中恢復，因為需肩負照顧子女的責任，不容許情緒低迷過久；且在子女面前，要堅強與自信，才能扮演好父母的角色，而且子女數愈多，自信心就愈高，復原力便會愈強。而家庭對其的支持，亦是讓其能在擁有 2 名子女之際還能兼行政工作的支柱，所以有 2 名以上子女的兼任行政職務教師復原力強，研究者以為是合理的現象。

在憂鬱行為表現方面，子女數不同兼任行政職務教師的憂鬱行為表現無顯著差異。關於此項研究發現，研究者推論：憂鬱行為表現是各層面壓力累積影響而來，子女的有無不能說不是一項壓力，但也許在造成憂鬱行為表現影響不大，所以無顯著差異呈現。

玖、學校規模與兼任行政工作教師的工作壓力、復原力與憂鬱行為表現

本研究結果發現，學校規模在 51 班以上的兼任行政職務教師其整體工作壓力顯著高於學校規模 31 至 50 班者。在不同層面的工作壓力方面，學校規模在 51 班以上的臺北市公立高中兼任行政職務教師的「人際關係」工作壓力與「專業知能」工作壓力上亦顯著高於學校規模 31 至 50 班者。此結果與鄭洸鍵(2005)的研究發現「在整體工作壓力、人際關係工作壓力感受上班級數高者顯著高於班級數較低者」大致相同。

對於以上研究發現，研究者認為：學校規模愈大，表示師生都愈多，所需處理事務的繁雜度也就愈高，工作壓力應該會較大。而大學校裡老師多，如何經營好人際關係，適時、恰如其分的與老師溝通，進行校務協商，亦是一大考驗，因此在大學校裡的兼任行政職務教師，在「人際關係」上的工作壓力便會上升；另外，老師多，對於行政效能的要求相對也就會提高，這可能就是大學校裡的兼任行政職務教師在「專業知能」上的工作壓力較高的緣故。

在復原力方面，學校規模不同的兼任行政職務教師，在整體復原力上並沒有顯著差異。此結果與王淑女(2011)、王鴻裕(2011)、鄒家芸(2011)的研究發現大致相同，以上研究發現均顯示任教於學校規模不同者的整體復原力並無顯著差異。對於此項研究結果，研究者推論：復原力是一種個人能力，是個人面對壓力長久積累的自我調適力，與學校規模大小無明確關係，這或許就是整體復原力上無差異的原因。

在憂鬱行為表現方面，學校規模不同的兼任行政職務教師的憂鬱行為表現並沒有顯著差異。此結果與陳信宜(2008)、陳宜芬(2010)、張禎容(2010)的研究發現「學校規模不同之教師的憂鬱行為表現無顯著差異存在」大致相同。關於此項研究發現，研究者推論：憂鬱行為是個人對環境不適的一種身心反應，與學校規模的相關應該不大，或許因此不同學校規模的教師間的憂鬱行為表現不會有顯著差異呈現。

拾、學校類別與兼任行政工作教師的工作壓力、復原力與憂鬱行為表現

本研究結果發現，普通高中與完全中學兼任行政職務教師的整體工作壓力沒有顯著差異，但在不同層面的工作壓力方面，完全中學兼任行政職務教師的「上級要求」工作壓力顯著高於普通高中兼任行政職務教師。

對於此項研究發現，研究者認為：完全中學因為本身具有高中部及國中部雙軌學制，因此在學校行政上常會比照國中採較收斂式的管理方式。但同時，如上級希望能營造出學校特色，又要像普通高中一樣要辦理多元活潑的活動。收斂與活潑，要於其中取得讓上級滿意的平衡點，確實會帶來較大的壓力。也許這就是完全中學的兼任行政職務教師「上級要求」的工作壓力較普通高中的兼任行政職務教師高的緣故。

在復原力方面，普通高中與完全中學兼任行政職務教師的復原力並無顯著差異。關於此項研究發現，研究者推論：學校類別與個人復原力的積累無太大相關，或許這就是兩類學校裡兼任行政職務教師的復原力未有顯著差異的原因。

在憂鬱行為表現方面，普通高中與完全中學兼任行政職務教師的憂鬱行為表現並無顯著差異。關於此項研究發現，研究者推論：如同復原力一般，學校類別對憂鬱行為表現的影響層面並不大，或許因此不會造成其間有顯著差異的存在。

第三節 臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力、復原力與憂鬱行為表現關係的討論

本節所要探討的是不同背景變項的臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力、復原力與憂鬱行為表現間的關係，以下分別予以討論：

壹、不同背景變項臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力與憂鬱行為表現關係的討論

本研究結果發現，臺北市公立高中兼任行政職務教師的整體工作壓力與憂鬱行為表現間呈現顯著中度正相關的關係，至於在不同層面的工作壓力方面，「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現間，存有最強的中度正相關的關係，表示臺北市公立高中兼任行政職務教師的憂鬱行為表現會隨著工作壓力的增加而愈形顯著，特別是在「專業知能」工作壓力方面。此結果與黃千瑛(2007)、陳信宜(2008)、張彩雲(2009)、陳宜芬(2010)、張禎容(2010)的研究結果「工作壓力與憂鬱行為表現間有顯著正相關的關係」大致相同。

對於此項研究發現，研究者認為：當兼任行政職務教師的工作壓力提高時，對其身體、心理都會造成影響，過多的工作量讓身體無法休息，在身體過度疲倦下，情緒難免受到影響；而難以處理的人際關係、及對自身專業知能不足的憂慮與缺少信心，在在都加重兼任職務教師的工作壓力感，而在無意中透過憂鬱行為表現出來。因此可推論：工作壓力的強弱會影響憂鬱行為表現的強弱，工作壓力愈高，憂鬱行為表現就愈高；工作壓力愈低，其憂鬱行為表現就會愈低。

關於不同背景變項下，臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力與憂鬱行為表現的關係，統計結果與討論如下：

一、性別不同兼任行政教師的工作壓力與憂鬱行為表現關係的討論

男性、女性兼任行政職務教師的整體工作壓力皆與憂鬱行為表現有顯著中度正相關的關係；在不同層面的工作壓力方面，男性、女性兼任行政職務教師的「專業知能」工作壓力皆與憂鬱行為表現間存有最強的中度正相關的關係。

對於此項研究發現，研究者推論：如果工作上的專業知能不足，很容易造成工作延宕或處理失宜的狀況，不論男女，這樣的狀況對於其工作壓力都會有顯著影響，這或許就是其「專業知能」工作壓力對男性、女性兼任行政職務教師憂鬱行為表現影響最大的原因。

二、年齡不同兼任行政教師的工作壓力與憂鬱行為表現關係的討論

年齡不同兼任行政職務教師的整體工作壓力皆與憂鬱行為表現有顯著中

度正相關的關係。在不同層面的工作壓力方面，30歲以下兼任行政職務教師的「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現間存有最強中度正相關的關係。

對於此項研究發現，研究者推論：30歲以下兼任行政職務教師者，多半兼任行政職務年資不長，對於行政工作所需擁有的程序概念、會計流程、人事規則，甚至是高中校園的學生基本管理規則都不夠清楚；雖然是新人上路，每天該依程序處理的行政工作還是如雪花般飛來，並未給新人熟悉業務及喘息的機會。在面對各單位以不符合行政流程或政府規定而退件量愈大，就會讓年輕的兼任行政職務教師感受到來自「專業知能」不足的強大工作壓力。

31至40歲兼任行政職務教師的「人際關係」工作壓力與憂鬱行為表現存有最強的中度正相關的關係。關於此項研究發現，研究者推論：對於31至40歲的兼任行政職務教師而言，對自己的專業知能信心較高，反而是要如何與同仁溝通以推動業務，完成工作，會給自己帶來較大的壓力，也因此「人際關係」上的工作壓力便會提高而顯著反應到行為上，而有憂鬱行為表現。

41歲以上兼任行政職務教師的「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現間存有最強中度正相關的關係。41歲以上者應非初任行政職，且多半已兼任主任職務，行政經驗豐富，並對自己兼任行政職務的身分有相當的認同，甚至會有更上一層樓發展的規畫。當此時，因為自己已不是菜鳥，所以環境對於自己的專業知能要求會更高，行政工作更不容許出錯，所以對於所有行政規定、法律條文、事情處理應有的流程、態度都要更瞭然審慎，如果自身專業知能充足，便會得心應手；但如果一些行政流程上被質疑，在別人對自己「應該很專業」的觀感下，來自「專業知能」上的工作壓力就會顯著影響到自己的身心，並在憂鬱行為表現上反應出來。

三、教育程度不同兼任行政教師的工作壓力與憂鬱行為表現關係的討論

教育程度不同兼任行政職務教師的整體工作壓力皆與憂鬱行為表現有顯著中度正相關的關係。在不同層面的工作壓力方面，師範院校與一般大學畢業兼任行政職務教師「專業知能」的工作壓力與憂鬱行為表現間存有最強的中度正相關的關係。

對於以上研究發現，筆者認為：師範院校及研究所以上畢業之兼任行政職務教師，因在社會認知下，是教育專業知能較高者，可能因此使其容易因「專業知能」的工作壓力對自己的憂鬱行為表現造成影響。

而一般大學畢業兼任行政職務教師則以「人際關係」的工作壓力與憂鬱行為表現存有最強的中度正相關的關係。不可否認的，在現今臺北市公立高中師資仍是以師範體系出身為多數，特別是兼任行政職者；而一般大學畢業的兼任行政職務教師要打入師範色彩強烈的氛圍，人際關係好壞，無形中便會影響其工作壓力。這也許就是一般大學畢業兼任行政職務教師「人際關係」

的工作壓力與憂鬱行為表現相關性最強的緣故。

四、服務年資不同兼任行政教師的工作壓力與憂鬱行為表現關係的討論

除服務 7 至 10 年兼任行政職務教師的整體工作壓力與憂鬱行為表現間為顯著低度正相關的關係外，其他各組服務年資之兼任行政職務教師的整體工作壓力皆與憂鬱行為表現有顯著中度正相關的關係。在不同層面的工作壓力方面，服務年資 3 年以下者，「工作負荷」的工作壓力與憂鬱行為表現間存有最強的中度正相關的關係。對於以上研究發現，研究者認為：服務年資 3 年以下者，或許因為行政經驗不足，加上年紀輕，不好意思麻煩其他同仁，所以自己承擔的工作量加大，所以來自「工作負荷」上的工作壓力對其憂鬱行為表現可能因此產生顯著影響。

服務年資 4 至 6 年者，「角色期許」的工作壓力與憂鬱行為表現間存有最強的中度正相關的關係。關於此研究發現，研究者以為：服務年資 4 至 6 者，會開始思索在自己需要與追求的到底是成為一名專業教師還是專業行政人員，對於自我角色的認定出現迷惘，也許這就是「角色期許」的工作壓力對其憂鬱行為表現影響最大的原因。

服務年資 7 至 10 年與 11 至 15 年者，「人際關係」的工作壓力與憂鬱行為表現間存有最強的中度正相關的關係。服務年資 16 年以上者，「專業知能」的工作壓力與憂鬱行為表現間存有最強的中度正相關的關係。關於此研究發現，研究者以為：服務年資 7 至 15 年的兼任行政職務教師，因為和同仁都很熟，可是在辦理行政工作時難免會有政策上需對同仁的要求甚至糾正，如此很容易傷到同仁情誼，可能因此「人際關係」的工作壓力便會顯著影響其憂鬱行為表現。

服務年資 16 至 20 年及 21 年以上者，則以「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現間存有最強的中度正相關的關係。關於以上研究發現，研究者推論：服務年資 16 年以上的兼任行政教師皆應為行政經驗豐富，並對自己兼任行政職務的身分有相當的認同者，在外界與自身都期許自己要「很專業」的要求下，因此來自「專業知能」的工作壓力就會顯著影響到憂鬱行為表現。

五、兼任行政職務年資不同教師的工作壓力與憂鬱行為表現關係的討論

除兼任行政職務 3 至 5 年教師的整體工作壓力與憂鬱行為表現為顯著低度正相關的關係外，其他各組兼任行政年資教師的整體工作壓力皆與憂鬱行為表現有顯著中度正相關的關係。在不同層面的工作壓力方面，兼任行政職務 1 至 2 年、3 至 5 年、6 至 10 年者，皆以「專業知能」的工作壓力與憂鬱行為表現間存有最強的中度正相關的關係。對於以上研究發現，研究者認為：對於兼任行政職務教師而言，專業知能的完備與否最容易影響其工作順暢度，連帶反應在工作壓力上，也許便成為其與憂鬱行為表現相關性最大的

原因。

兼任行政職務 11 至 15 年者，「上級要求」的工作壓力與憂鬱行為表現間存有最強的中度正相關的關係。對於以上研究發現，研究者認為：兼任行政職務 11 至 15 年的教師或許因為在上級心目中是行政經驗豐富，更是可以配合上級政策進行改革或創新者，所以對其要求、期許會提高，或許因此「上級要求」的工作壓力會成為其影響憂鬱行為表現最大的原因。

兼任行政職務 16 年以上者，「角色期許」的工作壓力與憂鬱行為表現間存有最強的中度正相關的關係。對於以上研究發現，研究者認為：兼任行政職務 16 年以上者多半是兼任主任職務，可能在行政路上已闖盪多年，在是否要更是上一層樓發展，還是想上一層樓卻一直苦無機會的狀況中擺盪。因此「角色期許」的工作壓力會對其憂鬱行為表現產生最大的影響力。

六、兼任行政職務不同教師的工作壓力與憂鬱行為表現關係的討論

兼任主任、組長的教師的整體工作壓力與憂鬱行為表現間，皆存有最強顯著中度正相關的關係。在不同層面的工作壓力方面，兼任主任者的「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現間存有最強的中度正相關的關係。對於以上研究發現，研究者認為：因為兼任主任者多有兼任組長的經驗，皆應為行政經驗豐富，並對自己兼任行政職務的身分有相當的認同者，在外界與自身都期許自己要「很專業」的要求下，來自「專業知能」的工作壓力就會顯著影響到憂鬱行為表現。

兼任組長者的「角色期許」工作壓力與憂鬱行為表現間存有最強的低度正相關的關係。對於以上研究發現，研究者認為：兼任組長者因為是第一線的行政人員，可以選擇回去當一般教師，亦可期許自己在行政工作上更進一步發展，或許這就是「角色期許」的工作壓力與其憂鬱行為表現間相關性最強的原因。

七、婚姻狀況不同兼任行政教師的工作壓力與憂鬱行為表現關係的討論

已婚、未婚兼任行政職務教師的整體工作壓力皆與憂鬱行為表現有顯著中度正相關的關係；在不同層面的工作壓力方面，已婚、未婚兼任行政職務教師的「專業知能」工作壓力皆與憂鬱行為表現間存有最強的中度正相關的關係。

對於此項研究發現，研究者推論：不論婚姻狀況，如果工作上的專業知能不足，很容易影響工作效能，增加工作壓力，這或許就是對婚姻狀況不同者，其「專業知能」工作壓力皆與憂鬱行為表現間相關性最強的原因。

八、子女數不同兼任行政教師的工作壓力與憂鬱行為表現關係的討論

子女數不同的兼任行政職務教師其整體工作壓力皆與憂鬱行為表現有顯著中度正相關的關係；在不同層面的工作壓力方面，無子女的兼任行政職務教師其「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現間存有最強的中度正相關的關係。對於此項研究發現，研究者推論：對於無子女而兼任行政職務者，因為相較之下，家庭負擔似乎看來較低，外界或許會對其工作期待加深，也因此增加其「專業知能」的工作壓力。

而子女數為 1 人者，則是「人際關係」的工作壓力與憂鬱行為表現間存有最強的中度正相關的關係。對於此項研究發現，研究者推論：對於子女數僅 1 人的兼任行政職務教師來說，除了兼任行政工作外，子女會是他的生活重心，可能就疏忽了人際關係的經營，而產生較大的工作壓力，影響憂鬱行為的表現。

子女數 2 人以上的兼任行政職務教師其「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現間存有最強的中度正相關的關係。對於此項研究發現，研究者推論：一個擁有 2 名以上子女的兼任行政職務教師，家庭負擔會分散其在工作上自我精進的時間，因此或許會產生「專業知能」不足的工作壓力，也許這就是其「專業知能」的工作壓力與憂鬱行為表現相關性最強的緣故。

九、學校規模不同兼任行政教師的工作壓力與憂鬱行為表現關係的討論

學校規模在 51 班以上的兼任行政職務教師其整體工作壓力與憂鬱行為表現間存有顯著中度正相關的關係。在不同層面的工作壓力方面，30 至 50 班學校之兼任行政職務教師「工作負荷」工作壓力與憂鬱行為表現存有最強的低度正相關的關係。

對於此項研究發現，研究者推論：如果學校規模愈大，工作量愈大的狀況下，繁瑣的工作程序與法規，亦會讓兼任行政職務教師對「專業知能」上的工作壓力增加，或許會因此讓兼任行政職務教師在「專業知能」的工作壓力對憂鬱行為表現產生顯著影響。而學校規模 30 至 50 班的學校，看起來班級數較少，為何「工作負荷」工作壓力會與其憂鬱行為表現正相關關係最強？依臺北市高中教師授課時數規定，班級數 50 班以下兼任組長者，仍需有二至四堂課的基本授課鐘點，行政工作與教師工作兩者並行，與 51 班以上學校最多僅二堂授課鐘點相較，或許這就是在 31 至 50 班學校兼任行政職務教師的「工作負荷」工作壓力對其憂鬱行為表現的影響最強的原因。

51 班以上學校之兼任行政職務教師則以「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現存有最強的中度正相關的關係。對於此項研究發現，研究者推論：規模大的學校其教師編制規模亦較大，因此教學、輔導及總務管理的複雜程度也會較高，或許因此會讓於 50 班以上學校兼任行政職務的教師感到專業知

能不足的壓力，而影響其憂鬱行為的表現。

十、學校類別不同兼任行政教師的工作壓力與憂鬱行為表現關係的討論

普通高中、完全中學兼任行政職務教師的整體工作壓力皆與憂鬱行為表現有顯著中度正相關的關係；在不同層面的工作壓力方面，普通高中、完全中學兼任行政職務教師的「專業知能」工作壓力皆與憂鬱行為表現間存有最強的中度正相關的關係。

對於此項研究發現，研究者推論：不論學校類別，如果工作上的專業知能不足，很容易影響工作效能，增加工作壓力，這或許就是學校類別不同者，其「專業知能」工作壓力皆與憂鬱行為表現間相關性最強的原因。

貳、不同背景變項臺北市公立高中兼任行政職務教師復原力與憂鬱行為表現關係的討論

本研究結果發現，臺北市公立高中兼任行政職務教師的整體復原力與憂鬱行為表現間呈現顯著低度負相關的關係；至於在不同層面的復原力方面，以「個人強度」復原力與憂鬱行為表現間的顯著負相關的關係最強，表示臺北市公立高中兼任行政職務教師的憂鬱行為會隨著復原力的增加而顯著減少，特別是在「個人強度」復原力方面。

對於此項研究發現，研究者推論：當兼任行政職務教師的復原力高時，其從挫折中恢復，克服逆境對其造成的衝擊的能力就愈高，相對之下，心裡所承載的壓力便會降低，因憂鬱而影響的行為表現也會減少。所以復原力愈高，其憂鬱行為表現就會愈低，反之亦然。

關於不同背景變項下兼任行政職務教師復原力與憂鬱行為表現的關係，統計結果與討論如下：

一、性別不同兼任行政職務教師復原力與憂鬱行為表現關係的討論

男性兼任行政職務教師的整體復原力與憂鬱行為表現間存有顯著中度負相關的關係，女性兼任行政職務教師的整體復原力與憂鬱行為表現間存有顯著低度負相關的關係。至於在不同層面的復原力方面，男性、女性的「個人強度」復原力皆與憂鬱行為表現間存有最強的中度負相關的關係。

對於此項研究發現，研究者推論：復原力可以來自社會的資源與家庭的支持，但行政職務所給自己帶來的心理負荷與挫折感，靠著外力協助復原是比不上讓自己能力增強、心態健康樂觀，正面迎向問題來得有效能。因此當一個兼任行政職務教師面對困境時，最重要的是自己要有勇於面對問題的心態，願意樂觀、積極地去尋求解決問題的方式，這樣外力的支援才有辦法產

生影響。所以「個人強度」的復原力強，其自怨自艾的機會就會減低，憂鬱行為表現也就會減少；相對的，當一個兼任行政職務教師耽溺在抱怨他人、迴避解決危機、不願積極面對問題，亦就是其「個人強度」復原力弱時，其憂鬱行為表現也就會較顯著。

二、年齡不同兼任行政職務教師復原力與憂鬱行為表現關係的討論

31歲以上兼任行政職務教師的整體復原力與憂鬱行為表現間存有顯著低度負相關的關係。至於在不同層面的復原力方面，30歲以下兼任行政職務教師的「未來組織風格」復原力與憂鬱行為表現間存有最強的低度負相關的關係。關於此項研究發現，研究者推論：30歲以下兼任行政職務教師泰半是兼任組長者，是屬於教育行政第一線的「工作」人員，依常理說其教學經驗上尚不算充分，行政經驗亦僅可能剛熟悉，此時正處在專心從事教學與兼任行政職務的抉擇上。如果自己的「未來組織風格」復原力強，表示對自己的未來有信心，已經有定見，當壓力加諸身上時，便會有足夠的抗壓性去支撐，也就較不會有憂鬱行為表現產生。可是如果對自己、對未來還是茫然無信心，「未來組織風格」復原力或許就會降低，當面臨挫折與挑戰時，憂鬱行為表現可能就會提高。

31至40歲、41歲以上兼任行政職務教師的「個人強度」復原力與憂鬱行為表現間存有最強的中度負相關的關係。對於此項研究發現，研究者推論：31歲以上的教師，對自己的信心與其他因素相較可能是影響自己因應工作壓力與憂鬱行為的最大關鍵，或許因此其「個人強度」復原力會最顯著影響其憂鬱行為表現。

三、教育程度不同兼任行政職務教師復原力與憂鬱行為表現關係的討論

師範院校畢業與一般大學畢業兼任行政職務教師的整體復原力與憂鬱行為表現間存有顯著中度負相關的關係，研究所以以上畢業兼任行政職務教師的整體復原力則與憂鬱行為表現間存有顯著低度負相關的關係。至於在不同層面的復原力方面，師範院校畢業與一般大學畢業兼任行政職務教師的「個人強度」復原力與憂鬱行為表現間存有最強的中度負相關的關係。研究所以以上畢業兼任行政職務教師的「個人強度」復原力與憂鬱行為表現間存有最強的低度負相關的關係。

以上研究發現，表示不論教育程度，在五個復原力層面中，仍是以「個人強度」復原力與憂鬱行為表現的負相關的關係最強，對憂鬱行為表現影響最大。

四、服務年資不同兼任行政職務教師復原力與憂鬱行為表現關係的討論

服務年資7至10年及16至20年兼任行政職務教師的整體復原力與憂鬱行為表現間存有顯著中度負相關的關係；服務年資4至6年與21年以上兼

任行政職務教師的整體復原力則與憂鬱行為表現間存有顯著低度負相關的關係。至於在不同層面的復原力方面，服務年資3年以下與11至15年兼任行政職務教師的「個人強度」復原力與憂鬱行為表現間存有最強的低度負相關的關係。服務年資7至10年兼任行政職務教師的「個人強度」復原力與憂鬱行為表現間存有最強的中度負相關的關係。關於以上研究發現，研究者推論：對於服務年資已達7年的教師而言，個人的信心強度或許是最顯著影響其因應壓力的關鍵因素，或許因此會影響其憂鬱行為表現。

服務年資4至6年兼任行政職務教師「未來組織風格」復原力與憂鬱行為表現有最強負相關的關係，對於此項研究發現，研究者認為：服務年資4至6年者與前段論及30歲以下兼任行政職務者一般亦多為兼任組長者，亦是擺盪於「專心教書」與「兼任行政職務」中，因此，其「未來組織風格」復原力的強弱，或許就是影響其憂鬱行為表現的最大原因。

而服務年資16至20年兼任行政職務教師以「社交能力」復原力與憂鬱行為表現間存有最強顯著負相關的關係，關於此項結果，研究者推論：當一個教師有16年以上的年資，所兼任的職務應該不會是組長，多半是主任；而兼任主任所要處理的就不是瑣碎的雜務，更多時候是要去進行人際上的斡旋與政策的溝通，這時候如果「社交能力」復原力不夠強，對於人際溝通上所衍生出的壓力便無法紓解，憂鬱行為表現就會較顯著出現；如果「社交能力」復原力夠強，就會降低其壓力感受，憂鬱行為也就比較不會出現。

服務年資21年以上兼任行政職務教師的「個人強度」復原力與憂鬱行為表現間存有最強的中度負相關的關係。關於此項研究發現，研究者推論：服務已逾21年的教師，應該已有餘裕面對來亦專業知能及人際關係的問題，個人信心與心態的健康與否或許是影響其面對工作壓力與產生憂鬱行為表現最大原因。

五、兼任行政職務年資不同教師復原力與憂鬱行為表現關係的討論

兼任行政職務6至10年教師的整體復原力與憂鬱行為表現間存有顯著中度負相關的關係；兼任行政職務1至2年教師的整體復原力則與憂鬱行為表現間存有顯著低度負相關的關係。至於在不同層面的復原力方面，兼任行政職務1至2年與6至10年教師的「個人強度」復原力與憂鬱行為表現間存有最強的中度負相關的關係。兼任行政職務3至5年教師的「個人強度」復原力與憂鬱行為表現間則存有最強的低度負相關的關係。關於以上研究發現，研究者推論：對一位兼任行政職務教師而言，個人如何面對問題、解決問題以及看待挫折的態度，亦即個人強度上的復原力高低，或許是其面對工作壓力是否會產生憂鬱行為表現的關鍵。

兼任行政職務16年以上教師則以「未來組織風格」復原力與憂鬱行為表現間存有最強的中度負相關的關係。關於此項研究發現，研究者推論：在工

作壓力與憂鬱行為表現相關的討論中有提到，對一個在臺北市公立高中兼任行政職務長達 16 年以上的教師，其實其對於行政職務應有一定的理想與企圖心，譬如要更上一層樓去考校長或希望在行政上有所建樹；因此其對自己未來規劃的信心會影響其面對壓力的態度，因此其「未來組織風格」復原力與其憂鬱行為的表現的關係會最顯著。

六、兼任行政職務不同教師復原力與憂鬱行為表現關係的討論

兼任主任職務教師的整體復原力與憂鬱行為表現間存有顯著中度負相關的關係；兼任組長職務教師的整體復原力則與憂鬱行為表現間存有顯著低度負相關的關係。至於在不同層面的復原力方面，兼任主任職務教師的「個人強度」復原力與憂鬱行為表現間存有最強的中度負相關的關係。兼任組長教師的「個人強度」工作壓力與憂鬱行為表現間則存有最強的低度負相關關係。

以上研究發現，表示不論兼任行政職務為何，在五個復原力層面中，仍是以「個人強度」復原力與憂鬱行為表現的負相關的關係最強，對憂鬱行為表現影響最大。

七、婚姻狀況不同兼任行政職務教師復原力與憂鬱行為表現關係的討論

未婚、已婚兼任行政職務教師的整體復原力與憂鬱行為表現間存有顯著低度負相關的關係，至於在不同層面的復原力方面，未婚、已婚兼任行政職務教師的「個人強度」復原力與憂鬱行為表現間皆存有最強的中度負相關的關係。

以上研究發現，表示不論婚姻狀況，在五個復原力層面中，仍是以「個人強度」復原力與憂鬱行為表現的負相關的關係最強，對憂鬱行為表現影響最大。

八、子女數不同兼任行政職務教師復原力與憂鬱行為表現關係的討論

子女數 1 名兼任行政職務教師的整體復原力與憂鬱行為表現間存有顯著中度負相關的關係；無子女與子女數 2 名以上兼任行政職務教師的整體復原力則與憂鬱行為表現間則存有顯著低度負相關的關係。至於在不同層面的復原力方面，無子女與子女數 1 人兼任行政職務教師的「個人強度」復原力與憂鬱行為表現間存有最強的中度負相關的關係。子女數 2 人以上的兼任行政職務教師的「個人強度」復原力與憂鬱行為表現間則存有最強的低度負相關的關係。

以上研究發現，表示不論子女數多寡，在五個復原力層面中，仍是以「個人強度」復原力與憂鬱行為表現的負相關的關係最強，對憂鬱行為表現影響最大。

九、學校規模不同兼任行政職務教師復原力與憂鬱行為表現關係的討論

30 至 50 班與 51 班以上學校兼任行政職務教師的整體復原力與憂鬱行為表現間存有顯著低度負相關的關係，至於在不同層面的復原力方面，30 至 50 班學校兼任行政職務教師的「未來組織風格」復原力與憂鬱行為表現存有最強的低度負相關的關係。而 51 班以上學校之兼任行政職務教師的「個人強度」復原力則與憂鬱行為表現存有最強的中度負相關的關係。

關於以上研究發現，在工作壓力與憂鬱行為表現相關一節有說明：學校規模 30 至 50 班的兼任行政職務教師有二至六節的基本授課鐘點，也就是其必然具備行政職務與專任教師兩種身分，對於其未來的規劃與對自我未來角色的期許，會對其面對工作壓力產生很大的影響，進而影響其憂鬱行為的表現。這也許就是 30 至 50 班學校兼任行政職務教師的「未來組織風格」復原力與憂鬱行為表現存有負相關性最強的緣故。

十、學校類別不同兼任行政職務教師復原力與憂鬱行為表現關係的討論

普通高中與完全中學兼任行政職務教師的整體復原力與憂鬱行為表現間存有顯著低度負相關的關係，至於在不同層面的復原力方面，普通高中兼任行政職務教師的「個人強度」復原力與憂鬱行為表現間存有最強的低度負相關的關係。完全中學兼任行政職務教師的「個人強度」復原力與憂鬱行為表現間則存有最強的中度負相關關係。

以上研究發現，表示不論學校類別，在五個復原力層面中，仍是以「個人強度」復原力與憂鬱行為表現的負相關的關係最強，對憂鬱行為表現影響最大。

第四節 臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現預測力的討論

本節所要討論的是臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力、復原力與憂鬱行為表現的預測力。以下根據研究發現分別予以說明與討論。

壹、工作壓力對憂鬱行為表現預測的討論

從研究結果發現，在工作壓力各層面中，「專業知能」與「人際關係」工作壓力可以顯著預測臺北市公立高中兼任行政職務教師的憂鬱行為表現。此結果與張禎容(2010)、陳宜芬(2010)等研究結果「工作壓力可以有效預測教師工作憂鬱行為表現」相似，也就是說當臺北市公立高中兼任行政職務教師的「專業知能」與「人際關係」工作壓力愈高時，可預測其憂鬱行為表現會愈多。

對於此項研究發現，研究者推論：臺北市因處首都圈，家長與社會對於學校的期待相對於其他縣市是較高的，加上管轄單位教育局近在咫尺，很多的公務要求都是較緊迫且人且繁瑣；市議會的質詢更等於是定期的稽查檢核，時時擔心自身是否有違法失職，因此在教育專業與法規的熟悉度，這種來自「專業知能」的工作壓力在各層面壓力上，相對是較容易影響其身心感受，影響其憂鬱行為的表現。這也許就是臺北市公立高中兼任行政職務教師「專業知能」的工作壓力可顯著預測其憂鬱行為表現的緣故。

貳、復原力對憂鬱行為表現預測的討論

從研究結果發現，在復原力各層面中，「個人強度」復原力可顯著預測臺北市公立高中兼任行政職務教師憂鬱行為表現，此結果顯示，當兼任行政職務教師的「個人強度」復原力增強時，可預測其憂鬱行為會顯著減少。

對於這項研究發現，研究者推論：所謂「個人強度」復原力是指一個人看待事物的角度、對自己的信心及面對問題的態度。當一個人能以樂觀面去看待事物，對自己充滿信心，願意正面迎向問題、解決問題，表示其「個人強度」復原力是強的，在這種狀況下，當壓力進來時，身心就比較不會受到影響，也就較不會有憂鬱行為的表現。可是如果一個較沒自信、悲觀又不願面對問題的人，其抗壓性較低，就比較會有憂鬱行為的出現。這樣的論點可以套用在臺北市公立高中兼任行政職務教師身上，因為行政工作的壓力偶爾可以靠家庭或朋友的安慰得到紓解，但這終究是治標不治本的，最重要的是要增強自己「個人強度」復原力，才能挺身而面對兼任行政所帶來的挫折與挑戰。這也許就是可以從臺北市公立高中兼任行政職務教師的「個人強度」復原力強弱，去預測其憂鬱行為表現高低的緣故。

參、工作壓力與復原力對憂鬱行為表現預測的討論

如果同時考慮工作壓力與復原力十個預測變項對憂鬱行為的預測力，結果發現，「專業知能」、「工作負荷」工作壓力及「個人強度」復原力可有效預測臺北市公立高中兼任行政職務教師憂鬱行為表現，顯示臺北市公立高中兼任行政職務教師的「專業知能」及「工作負荷」工作壓力愈高，「個人強度」復原力愈低時，確實會增加其憂鬱行為表現。

肆、不同背景變項之臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力與復原力對憂鬱行為表現預測的討論

以下分別就不同背景變項臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力與復原力對憂鬱行為表現預測結果討論說明：

一、性別不同兼任行政職務教師工作壓力與復原力對憂鬱行為表現預測力的討論

在前章節工作壓力及復原力與憂鬱行為表現相關的研究結果發現，「男性」兼任行政職務教師在專業知能工作壓力及個人強度復原力與憂鬱行為表現相關最強；但在同時投入工作壓力五個及復原力五個變項後發現，「男性」兼任行政職務教師的「專業知能」工作壓力對憂鬱行為表現預測力最高。表示其所承受的「專業知能」工作壓力最能顯著預測「男性」兼任行政職務教師的憂鬱行為表現，其「專業知能」工作壓力愈高，其憂鬱行為表現就會愈多。

「女性」兼任行政職務教師則以專業知能工作壓力及個人強度復原力與憂鬱行為表現相關最強；但在同時投入工作壓力五個及復原力五個變項後發現，「女性」兼任行政職務教師的「個人強度」復原力對憂鬱行為表現預測力最高。表示其「個人強度」復原力愈高，憂鬱行為表現就會愈少。

二、年齡不同兼任行政職務教師工作壓力與復原力對憂鬱行為表現預測力的討論

「30歲以下」兼任行政職務教師在專業知能工作壓力及未來組織風格復原力與憂鬱行為表現相關最強；但在同時投入十個預測變項後，發現「專業知能」工作壓力對憂鬱行為表現預測力最高。對於此項研究發現，研究者推論：或許因為30歲以下兼任行政職務教師多半兼任行政職務年資不長，在專業知能較為不足，可能因此最容易感受到工作壓力，影響其有愈多的憂鬱行為表現。

「31至40歲」兼任行政職務教師的人際關係工作壓力及個人強度復原力

與憂鬱行為表現相關最強；但在同時投入十個預測變項後，發現「個人強度」復原力最能有效預測其憂鬱行為表現。對於此項研究發現，研究者推論：「31至40歲」的兼任行政職務教師其教育專業成熟度已較高，因此對自我的肯定與解決問題的能力等個人強度復原力最有可能影響其憂鬱行為表現，因此從其「個人強度」復原力高低，最能預測其憂鬱行為表現。

「41歲以上」兼任行政職務教師的專業知能工作壓力及個人強度復原力與憂鬱行為表現相關最強；但在同時投入十個預測變項後，發現「專業知能」工作壓力最能有效預測其憂鬱行為表現。對於此項研究發現，研究者推論：「41歲以上」的兼任行政職務教師多半為兼任主任者，在領導下屬及面對校園問題時，是被認定專業知能完備的，亦較不容出錯的，其承受來自專業知能的壓力也就愈高，可能因此對其憂鬱行為表現產生最大影響；當其專業知能工作壓力大時，就會有愈顯著的憂鬱行為表現。

三、教育程度不同兼任行政職務教師工作壓力與復原力對憂鬱行為表現預測力的討論

「師範院校畢業」與「一般大學畢業」兼任行政職務教師的專業知能工作壓力及個人強度復原力與憂鬱行為表現相關最強；但在同時投入十個預測變項後，發現「個人強度」復原力最能有效預測其憂鬱行為表現。對於此項研究發現，研究者推論：尚未就讀研究所的兼任行政職務教師或許會比較擔心自己的專業知能不足，可是如果對自己的信心強，態度健康樂觀，正面而積極，面對挫折與挑戰，就不容易受到影響而產生憂鬱行為表現。反之，當其「個人強度」復原力不夠時，就會因為對自己缺乏信心，而無法紓壓，進而影響其憂鬱行為表現。或許這就是其「個人強度」復原力最能有效預測其憂鬱行為表現的原因。

「研究所以上畢業」兼任行政職務教師的角色期許、人際關係及專業知能工作壓力與憂鬱行為表現皆有顯著中度正相關的關係；但在同時投入十個預測變項後，發現「專業知能」工作壓力最能有效預測其憂鬱行為表現。對於此項研究發現，研究者推論：對於學歷愈高的教師，大家都會對其有專業知能應該愈高的期待，也因此讓其在專業知能上感受到最大的壓力，影響其憂鬱行為的表現。

四、服務年資不同兼任行政職務教師工作壓力與復原力對憂鬱行為表現預測力的討論

「服務年資3年以下」兼任行政職務教師的工作負荷工作壓力及個人強度復原力與憂鬱行為表現相關最強；但在同時投入十個預測變項後，發現「工作負荷」工作壓力最能有效預測其憂鬱行為表現。對於此項研究發現，研究

者推論：服務年資3年以下的教師，本身教學經驗與行政經驗皆是不足的，對於教師工作尚在摸索適應中，因此同樣的工作量，可能會讓其感受到較高工作負荷壓力，增加其憂鬱行為表現。

「服務年資4至6年」兼任行政職務教師的角色期許工作壓力及未來組織風格復原力與憂鬱行為表現相關最強；但在同時投入十個預測變項後，發現「未來組織風格」復原力最能有效預測其憂鬱行為表現。對於此項研究發現，研究者推論：服務年資4至6年的教師或許會在兼任行政職務與專業教學中開始思索未來的規畫，如果其「未來組織風格」復原力愈強，似乎就可以降低角色期許所帶來的工作壓力，減緩其憂鬱行為表現。

「服務年資7至10年」兼任行政職務教師的人際關係工作壓力及個人強度復原力與憂鬱行為表現相關最強；但在同時投入十個預測變項後，發現「個人強度」復原力最能有效預測其憂鬱行為表現。對於此項研究發現，研究者推論：服務年資7至10年的教師，雖然在兼任行政職務上可能會因人際關係產生較高的工作壓力，但只要個人強度復原力夠強，便可成為阻擋工作壓力的關鍵能量，減少憂鬱行為表現。

「服務年資11至15年」兼任行政職務教師的人際關係工作壓力與憂鬱行為表現相關最強；在同時投入十個預測變項後，亦發現「人際關係」工作壓力最能有效預測其憂鬱行為表現。對於此項研究發現，研究者推論：服務年資11至15年教師多半兼任主任職務，常需要與人溝通斡旋，如果其人際關係不佳，工作壓力感受便會提升，因此會有顯著憂鬱行為表現；如果其人際關係佳，就不會強化其工作壓力，也較不會有憂鬱行為表現。

「服務年資16至20年」兼任行政職務教師的專業知能工作壓力及社交能力復原力與憂鬱行為表現相關最強；但在同時投入十個預測變項後，發現「社交能力」復原力最能有效預測其憂鬱行為表現。對於此項研究發現，研究者推論：服務年資16至20年的教師亦多為兼任主任者，如果其有良好的社交能力，與同仁間便能有良好的互動與溝通，似乎可舒緩其工作壓力，減少憂鬱行為表現。

「服務年資21年以上」兼任行政職務教師的專業知能工作壓力及個人強度復原力與憂鬱行為表現相關最強；但在同時投入十個預測變項後，發現「專業知能」工作壓力最能有效預測其憂鬱行為表現。對於此項研究發現，研究者推論：服務年資21年以上的兼任行政職務教師，大多兼任主任職務已多年，因此對其專業知能的期望是較高，或許因此帶給其較強的工作壓力，影響其憂鬱行為的表現。

五、兼任行政職務年資不同教師工作壓力與復原力對憂鬱行為表現預測力的討論

兼任行政職務「1至2年」與「6至10年」教師皆以專業知能工作壓力及個人強度復原力與憂鬱行為表現相關最強；但在同時投入十個預測變項後，發現「個人強度」復原力最能有效預測兼任行政職務「1至2年」與「6至10年」教師的憂鬱行為表現。表示個人強度復原力似乎是阻擋工作壓力的關鍵能量，只要個人強度復原力夠強，似乎就能減少兼任行政職務「1至2年」與「6至10年」教師的憂鬱行為表現。

兼任行政職務「3至5年」教師的專業知能工作壓力及個人強度復原力與憂鬱行為表現相關最強；但在同時投入十個預測變項後，發現「專業知能」工作壓力最能有效預測其憂鬱行為表現。對於此項研究發現，研究者推論：兼任行政職務「3至5年」教師已非菜鳥，較不容許出現專業知能不足的狀況，此時如果因專業知能不足而產生的工作壓力，便可能會顯著影響其憂鬱行為表現。

兼任行政職務「11至15年」教師在上級要求、角色期許及專業知能工作壓力與憂鬱行為表現皆有顯著中度正相關的關係；在同時投入十個預測變項後，發現「專業知能」工作壓力最能有效預測其憂鬱行為表現。對於此項研究發現，研究者推論：與兼任行政職務「3至5年」教師相同，如果兼任行政職務「11至15年」教師有專業知能不足的工作壓力出現時，便可能會被放大看待，而提高其憂鬱行為表現。

兼任行政職務「16年以上」教師的角色期許工作壓力及未來組織風格復原力與憂鬱行為表現相關最強；但在同時投入十個預測變項後，發現「角色期許」工作壓力最能有效預測其憂鬱行為表現。對於此項研究發現，研究者推論：願意兼任行政職務16年以上，表示其對行政工作有一定的想法與企圖心，因此對於自己的角色期許會有較強烈的壓力感受，影響其憂鬱行為的表現。

六、兼任行政職務不同教師工作壓力與復原力對憂鬱行為表現預測力的討論

兼任「主任」職務教師的專業知能工作壓力及個人強度復原力與憂鬱行為表現相關最強；但在同時投入十個預測變項後，發現「專業知能」工作壓力最能有效預測其憂鬱行為表現。對於此項研究發現，研究者推論：兼任主任者多有兼任組長的經驗，因此對於所有行政規定、法律條文、事情處理應有的流程、態度都要更瞭然審慎，無形中來自專業知能上的工作壓力就會顯著影響到自己的身心。或許這就是「專業知能」工作壓力最能有效預測其憂鬱行為表現的緣故。

兼任「組長」職務教師的工作負荷、上級要求、角色期許、人際關係與專業知能工作壓力及個人強度、家庭團結、社會資源、未來組織風格復原力與憂鬱行為表現皆有低度顯著相關；但在同時投入十個預測變項後，發現「人際關係」工作壓力最能有效預測其憂鬱行為表現。對於此項研究發現，研究者推論：兼任組長的教師因有較多行政文書工作，並沒有太多的時間可以培養自己的人際關係，因此人際關係的工作壓力可能會給其較強烈的感受，提高其憂鬱行為表現。

七、婚姻狀況不同兼任行政職務教師工作壓力與復原力對憂鬱行為表現預測力的討論

「未婚」和「已婚」兼任行政職務教師的專業知能工作壓力及個人強度復原力與憂鬱行為表現相關最強；但在同時投入十個預測變項後，發現「專業知能」工作壓力最能有效預測其憂鬱行為表現。對於此項研究發現，研究者推論：專業知能是影響工作壓力的重要因素，當其對專業知能感受到較大工作壓力，便容易有顯著的憂鬱行為表現。

八、子女數不同兼任行政職務教師工作壓力與復原力對憂鬱行為表現預測力的討論

「無子女」與「子女數2人以上」兼任行政職務教師的專業知能工作壓力及個人強度復原力與憂鬱行為表現相關最強；但在同時投入十個預測變項後，發現「專業知能」工作壓力最能有效預測其憂鬱行為表現。對於此項研究發現，研究者推論：如同前段所言，如能有效降低其專業知能的工作壓力，便可減少其憂鬱行為表現。

「子女數1人」兼任行政職務教師的人際關係工作壓力及個人強度復原力與憂鬱行為表現相關最強；但在同時投入十個預測變項後，發現「個人強度」復原力最能有效預測其憂鬱行為表現。對於此項研究發現，研究者推論：子女數1人者的個人強度復原力如果夠強，表示對生活與工作皆可以樂觀健康的態度因應，也就可以有效紓解其憂鬱行為表現。

九、學校規模不同兼任行政職務教師工作壓力與復原力對憂鬱行為表現預測力的討論

學校班級數「30至50班」之兼任行政職務教師的工作負荷工作壓力及未來組織風格復原力與憂鬱行為表現相關最強；但在同時投入十個預測變項後，發現「工作負荷」工作壓力最能有效預測其憂鬱行為表現。對於此項研究發現，研究者推論：在「30至50班」的學校，兼任行政職務教師多半仍有2至4堂基本授課鐘點，因此在其需同時負責行政工作與專業教學時，工作負

荷的增加便會強化其工作壓力感受，提高其憂鬱行為表現。

學校班級數「51班以上」之兼任行政職務教師的專業知能工作壓力及個人強度復原力與憂鬱行為表現相關最強；但在同時投入十個預測變項後，發現「專業知能」工作壓力最能有效預測其憂鬱行為表現。對於此項研究發現，研究者推論：在「51班以上」的學校，兼任行政職務教師最多工作量來自未修過學分的行政工作，或許因此在專業知能上有較大的工作壓力，影響其憂鬱行為表現。

十、學校類別不同兼任行政職務教師工作壓力與復原力對憂鬱行為表現預測力的討論

「普通高中」、「完全中學」兼任行政職務教師的專業知能工作壓力及個人強度復原力與憂鬱行為表現相關最強；但在同時投入十個預測變項後，發現「專業知能」工作壓力最能有效預測「普通高中」兼任行政職務教師的憂鬱行為表現，而「完全中學」兼任行政職務教師卻以「個人強度」復原力最能有效預測其憂鬱行為表現。對於此項研究發現，研究者推論：臺北市普通高中的教師只要校長聘任皆可兼任行政職務，因此其未必具有行政工作所需專業知能，因此專業知能的不足可能最容易讓其產生顯著的工作壓力，而影響其憂鬱行為表現。而在完全中學兼任行政職務的教師，因其體制中包含國中學制，可參加國中主任培訓，增強其專業知能，因此個人強度復原力成為最顯著影響其憂鬱行為表現的因素。

第五節 臺北市公立高中兼任行政職務教師復原力對工作壓力與憂鬱行為表現調節作用的討論

本節所要討論的是臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力對其工作壓力與憂鬱行為表現間的調節作用。經統計發現，兼任行政職務教師的整體復原力確實可對其整體工作壓力與憂鬱行為表現間產生調節的作用。表示兼任行政職務教師，本身的復原力確實可以在其工作壓力及憂鬱行為表現間產生調節的作用。也就是一個工作壓力高的兼任行政職務教師，如果擁有較高的復原力，其憂鬱行為表現就會減少，其復原力可以有效調節工作壓力對其身心所造成的影響。

筆者推論：工作壓力是一種感受，並非取決於工作量，同樣的工作在一樣的背景變項下，有的人覺得輕鬆，有的人卻覺得沉重，原因就在個人感受不同；個人感受與復原力有相當大的關係，如果一個兼任行政職務的教師復原力強，表示其抗壓性、自信心及來自家庭、朋友的支持較高，所以其能積極面對挑戰，並能迅速從挫折中再站起來。因此同樣的工作壓力加諸其身上時，就能以較健康的心態去面對，而身心就較不會有憂鬱行為的表現。所以要減少一個兼任行政職務教師的憂鬱行為表現，除了減低其工作壓力外，提升其復原力亦是一項可行的方法。透過提升復原力來積極舒緩、調節工作壓力對兼任行政職務教師所帶來的身心影響。

以下分別就不同背景變項的臺北市公立高中兼任行政職務教師復原力，對其工作壓力與憂鬱行為表現間的調節作用研究結果討論說明：

一、性別不同的臺北市公立高中兼任行政職務教師復原力對工作壓力及憂鬱行為表現的調節作用討論

研究結果發現，「男性」、「女性」兼任行政職務教師的整體工作壓力可以有效預測其憂鬱行為表現，但在加入復原力為其中介變項後，確實可減少工作壓力對憂鬱行為表現的影響，表示不論性別的復原力皆可對工作壓力及憂鬱行為表現的關係帶來調節作用。關於這樣的結果，研究者推論：男性通常具備在面對挫折時能將自我與情境作適度的分離，不會耽溺在失落感中太久的復原力，其復原力可有效調節工作對其帶來的壓力，而減少憂鬱行為的表現。而女性雖然較容易受情緒影響，但女性通常具備良好的社會資源復原力及社交能力復原力，在面對工作壓力時會找人訴苦、尋求資源，有效紓解其工作壓力，減少憂鬱行為的表現。

二、 年齡不同的臺北市公立高中兼任行政職務教師復原力對工作壓力及憂鬱行為表現的調節作用討論

研究結果發現，「31 至 40 歲」兼任行政職務教師的工作壓力可以有效預測其憂鬱行為表現，但在加入復原力為其中介變項後，確實可減少工作壓力對憂鬱行為表現的影響，表示「31 至 40 歲」兼任行政職務教師的復原力可對工作壓力及憂鬱行為表現的關係帶來調節作用。關於這樣的結果，研究者推論：「31 至 40 歲」兼任行政職務教師的社會資源復原力及社交能力復原力在所有年齡中是最高的，31 至 40 歲是一個人建立自己人際關係最有機會的階段，因此面對工作壓力時，比較容易透過朋友等資源尋找到解決問題的方法，也透過不斷解決問題，增強自我肯定與認同，而減低因工作壓力產生憂鬱行為表現的可能。

三、 教育程度不同的臺北市公立高中兼任行政職務教師復原力對工作壓力及憂鬱行為表現的調節作用討論

研究結果發現，「師範院校」及「一般大學」畢業的兼任行政職務教師的工作壓力可以有效預測其憂鬱行為表現，但在加入復原力為其中介變項後，確實可減少工作壓力對憂鬱行為表現的影響，表示「師範院校」及「一般大學」畢業的兼任行政職務教師其復原力可對工作壓力及憂鬱行為表現的關係帶來調節作用。這樣的結果，研究者推論：「師範院校」畢業的兼任行政教師，自己的人際圈亦多為擔任教師工作者，因此在面對工作困境時，較容易找到同行有經驗的人指點迷津或給予關懷，而有效紓解因工作壓力所影響的憂鬱行為表現。而「一般大學」畢業的兼任行政職務教師，和一進大學就知道自己要當老師的師範院校畢業教師不同，通常是在對未來有所規畫後，才決定選擇教職，其未來組織風格的復原力是較強的，因此在面對工作壓力時，較容易因未來有所期望，而能從挫折中迅速恢復，降低憂鬱行為的表現。

四、 服務年資不同的臺北市公立高中兼任行政職務教師復原力對工作壓力及憂鬱行為表現的調節作用討論

研究結果發現，服務年資「4 至 6 年」、「7 至 10 年」及「16 至 20 年」兼任行政職務教師的工作壓力可以有效預測其憂鬱行為表現，但在加入復原力為其中介變項後，確實可減少工作壓力對憂鬱行為表現的影響。對於以上研究發現，研究者以為：服務年資「4 至 6 年」、「7 至 10 年」的兼任行政職務教師對自己的工作應該已經具備相同的認同感與自我肯定，且對於兼任行政工作所會面對的工作壓力，其實是有心理準備的，因此其較能從工作所帶來的壓力與挫折中抽離、復原，因此其復原力可有效調節其憂鬱行為的表現。而服務年資「16 至 20 年」的兼任行政職務教師，其教育專業與對工作

的態度多已達到圓融完整的狀態，歷練過的風雨，讓其可以樂觀的心態去面對工作壓力，而有效調節其憂鬱行為的表現。

五、 兼任行政職務年資不同的臺北市公立高中兼任行政職務教師復原力對工作壓力及憂鬱行為表現的調節作用討論

研究結果發現，兼任行政職務「1至2年」及「6至10年」兼任行政職務教師的工作壓力可以有效預測其憂鬱行為表現，但在加入復原力為其中介變項後，確實可減少工作壓力對憂鬱行為表現的影響，表示兼任行政職務「1至2年」及「6至10年」兼任行政職務教師的復原力可對工作壓力及憂鬱行為表現的關係帶來調節作用。關於這樣的結果，研究者推論：兼任行政職務「1至2年」者因對兼任行政工作尚在摸索適應，如果有錯，也較容易受到大家的包容與鼓勵，也因為資淺，所以比較敢向人請求協助，在失敗中學習成長，而克服工作壓力對自己身所帶來的負面影響。而兼任行政職務6至10年者，因為其對行政工作多已熟稔，面對挫折的復原力亦已建構完整，就較能調節工作壓力對其來的影響，減少憂鬱行為的表現。

六、 兼任行政職務不同的臺北市公立高中兼任行政職務教師復原力對工作壓力及憂鬱行為表現的調節作用討論

研究結果發現，兼任「組長」、「主任」職務教師的工作壓力可以有效預測其憂鬱行為表現，但在加入復原力為其中介變項後，確實可減少工作壓力對憂鬱行為表現的影響，表示兼任「組長」、「主任」職務教師的復原力可對工作壓力及憂鬱行為表現的關係帶來調節作用。關於這樣的結果，研究者推論：擔任組長者多半亦是資歷較淺者，如同兼任行政1至2年者一般，工作上的失誤比較可以包容，主任也會適時協助解決困境，給予指導，增強其挫折復原力，而減緩其憂鬱行為的表現。擔任主任者因為其工作經驗豐富，在歷經風雨仍能堅守行政崗位上，表示其具有相當健全的個人強度復原力，因此可調節工作壓力對其憂鬱行為表現的影響。

七、 婚姻狀況不同的臺北市公立高中兼任行政職務教師復原力對工作壓力及憂鬱行為表現的調節作用討論

研究結果發現，「已婚」兼任行政職務教師的工作壓力可以有效預測其憂鬱行為表現，但在加入復原力為其中介變項後，確實可減少工作壓力對憂鬱行為表現的影響，表示「已婚」兼任行政職務教師的復原力可對工作壓力及憂鬱行為表現的關係帶來調節作用。這樣的結果，研究者推論：已婚兼任行政職務教師，雖然因為家庭工作兩頭燒，會讓其受到較高的工作壓力，但是家庭可以讓他感受到的溫暖與支持，以及「為親則強」的責任感，會讓已婚者的復原力能克服工作壓力給其的影響，恢復到心情健康的狀態。

八、 子女數不同的臺北市公立高中兼任行政職務教師復原力對工作壓力及憂鬱行為表現的調節作用討論

研究結果發現，「子女數 1 人」兼任行政職務教師的工作壓力可以有效預測其憂鬱行為表現，但在加入復原力為其中介變項後，確實可減少工作壓力對憂鬱行為表現的影響，表示「子女數 1 人」兼任行政職務教師的復原力可對工作壓力及憂鬱行為表現的關係帶來調節作用。關於這樣的結果，研究者推論：有子女的兼任行政職務因有孩子而生活有了不同的重心與慰藉，而子女數 1 人的兼任行政職務教師既擁有孩子帶來被需要的肯定感，又不同於子女數 2 人以上者較沉重的家庭責任，因此其幸福感所帶來的復原力，可為憂鬱行為帶來調節作用。

九、 學校規模不同的臺北市公立高中兼任行政職務教師復原力對工作壓力及憂鬱行為表現的調節作用討論

研究結果發現，「學校班級數 51 班以上」兼任行政職務教師的工作壓力可以有效預測其憂鬱行為表現，但在加入復原力為其中介變項後，確實可減少工作壓力對憂鬱行為表現的影響，表示「學校班級數 51 班以上」兼任行政職務教師的復原力可對工作壓力及憂鬱行為表現的關係帶來調節作用。關於以上研究結果，研究者推論：學校班級數 51 班以上的學校行政業務較多，一天要解決的師生問題多如牛毛，因此其沒有多餘的時間去耽溺在挫折情緒中，而被環境訓練出迅速自我調整，有效解決問題的能力。也因此雖然外人看來其工作負荷大，其未必會有憂鬱行為表現，就是因為被環境訓練出強大的復原力，足以調節其憂鬱行為表現。

十、 學校類別不同的臺北市公立高中兼任行政職務教師復原力對工作壓力及憂鬱行為表現的調節作用討論

研究結果發現，「普通高中」、「完全中學」兼任行政職務教師的工作壓力可以有效預測其憂鬱行為表現，但在加入復原力為其中介變項後，確實可減少工作壓力對憂鬱行為表現的影響，表示「普通高中」、「完全中學」兼任行政職務教師的復原力可對工作壓力及憂鬱行為表現的關係帶來調節作用。這樣的結果，研究者推論：於「普通高中」兼任行政職務教師，其必定有隸屬的專業科目，而普通高中同科老師的人數通常是完全中學多的，因此在「挺同科」的心態下，兼任行政教師在推動事務時，同科老師多半會給予最大的支持，當其遇到挫折時，也會出面安慰與協助，或許因此讓兼任行政教師有較佳的復原力，減緩工作壓力對憂鬱行為表現的影響。

而「完全中學」兼任行政職務教師因學校採雙軌學制，統一管理上仍多似國中限制性較多，老師說話仍具相當分量，因此在完全中學兼任行政職務

的教師自我肯定與個人強度的復原力應該是較強的，因此可有效調節工作壓力對身心造成的影響，減少憂鬱行為的表現。

而本研究亦發現：30 歲以下、41 歲以上、研究所以上畢業、服務年資 3 年以下、11-15 年及 21 年以上、兼任行政 3-5 年、11 年以上、未婚、無子女與子女數 2 人以上，學校規模 30-50 班的臺北市公立高中兼任行政職務教師，本身的復原力並無法在其工作壓力及憂鬱行為表現間產生顯著的調節作用。在前兩節復原力與憂鬱行為表現相關與預測力的研究結果中即發現，以上背景變項的復原力與憂鬱行為表現間最強都僅存有低度負相關的關係，且其不同層面的復原力皆對憂鬱行為表現皆不具最強的預測力；表示以上背景變項的復原力對憂鬱行為並未具有顯著影響，也就無法在工作壓力間與憂鬱行為表現間扮演調節的角色。在以上背景變項的工作壓力與憂鬱行為表現中是否存有其他中介變項可對其產生影響，仍有待後續研究繼續再加以探討。



第六章 結論與建議

本研究的目的主要探討(一)目前臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力、復原力與憂鬱行為表現概況；(二)不同背景變項的臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力、復原力與憂鬱行為表現的差異；(三)不同背景變項的臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力、復原力與憂鬱行為表現的關係；(四)不同背景變項的臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現的預測力；(五)不同背景變項不同背景變項的臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力對其工作壓力與憂鬱行為表現間的調節作用。為達成研究目的，首先蒐集相關文獻與理論，建立研究架構、待答問題與研究假設，再採用「兼任行政職務教師工作壓力量表」、「成人復原力量表」及「柯氏憂鬱量表」等研究工具進行施測，獲得有效研究樣本 279 人，經以描述性統計、獨立樣本 t 檢定、單因子變異數分析、雪費法事後比較、皮爾遜積差相關、多元逐步迴歸分析、層次迴歸分析等統計方法進行資料分析。茲將研究所得主要發現、結論與建議分項說明如下。

第一節 結論

壹、臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力、復原力與憂鬱行為表現的概況

- 一、臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力屬中下程度，其中以「工作負荷」的工作壓力感受最大，達到中上程度。
- 二、臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力屬中上程度，其中又以「社會資源」復原力表現最好。
- 三、臺北市公立高中兼任行政職務教師有 30.5% 有輕度至中度憂鬱行為表現，8.6% 有較嚴重的憂鬱行為表現，合併計有 39.1% 有輕度以上的憂鬱行為表現。

貳、臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力、復原力與憂鬱行為表現的差異

- 一、臺北市公立高中兼任行政職務教師的「工作壓力」方面：
 - (一) 「師範院校畢業」兼任行政職務教師的「專業知能」工作壓力顯著高於「研究所以上畢業」兼任行政職務教師。
 - (二) 「兼任組長」教師的「專業知能」工作壓力顯著高於「兼任主任」的

教師。

- (三) 「已婚」兼任行政職務教師的「工作負荷」工作壓力顯著高於「未婚」兼任行政職務教師。
- (四) 「學校規模 51 班」的兼任行政職務教師之整體工作壓力顯著高於「學校規模 31 至 50 班」的兼任行政職務教師，尤其在「人際關係」工作壓力與「專業知能」工作壓力方面。
- (五) 「完全中學」兼任行政職務教師的「上級要求」工作壓力顯著高於「普通高中」兼任行政職務教師。
- (六) 「性別」、「年齡」、「服務年資」、「兼任行政職務年資」及「子女數」不同的兼任行政職務教師之工作壓力間並無顯著差異存在。

二、臺北市公立高中兼任行政職務教師的「復原力」方面：

- (一) 「女性」兼任行政職務教師的「社會資源」復原力顯著高於「男性」兼任行政職務教師。
- (二) (1) 「41 歲以上」兼任行政職務教師的「個人強度」與「未來組織風格」復原力顯著高於「30 歲以下」兼任行政職務教師。
(2) 「31 至 40 歲」兼任行政職務教師的「個人強度」復原力顯著高於「30 歲以下」兼任行政職務教師。
- (三) (1) 兼任行政職務「6 至 10 年」教師在整體復原力上顯著高於兼任行政職務「1 至 2 年」教師，尤其在「個人強度」與「家庭團結」復原力方面。
(2) 兼任行政職務「11 至 15 年」教師在整體復原力上顯著高於兼任行政職務「1 至 2 年」教師，尤其在「個人強度」與「未來組織風格」復原力方面。
- (四) 「兼任主任」的教師在整體復原力上顯著高於「兼任組長」的教師，尤其在「個人強度」、「家庭團結」、「社會資源」與「未來組織風格」復原力方面。
- (五) 「已婚」的兼任行政教師在整體復原力上顯著高於「未婚」兼任行政職務教師，尤其在「個人強度」、「家庭團結」與「未來組織風格」復原力方面。
- (六) 「子女數 2 人以上」的兼任行政教師在整體復原力上顯著高於「無子女」的兼任行政職務教師，尤其在「個人強度」與「家庭團結」復原力方面。
- (七) 「教育程度」、「服務年資」、「學校規模」及「學校類別」不同的兼任行政職務教師之復原力間並無顯著差異存在。

三、臺北市公立高中兼任行政職務教師的「憂鬱行為表現」方面：

- (一) 「30 歲以下」兼任行政職務教師的憂鬱行為表現顯著高於「41 歲以上」兼任行政職務教師。

- (二) 「師範院校畢業」及「一般大學畢業」兼任行政職務教師的憂鬱行為表現顯著高於「研究所以以上畢業」兼任行政職務教師。
- (三) 兼任行政職務「1至2年」教師的憂鬱行為表現顯著高於兼任行政職務「6至10年」教師。
- (四) 「兼任組長」教師的憂鬱行為表現顯著高於「兼任主任」教師。
- (五) 「性別」、「服務年資」、「婚姻狀況」、「子女數」、「學校規模」及「學校類別」不同之兼任行政職務教師的憂鬱行為表現沒有顯著差異存在。

參、不同背景變項臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力、復原力與憂鬱行為表現之關係

- 一、臺北市公立高中兼任行政職務教師的整體工作壓力與其憂鬱行為表現間，呈現顯著中度正相關的關係，其中尤以「專業知能」的工作壓力與其憂鬱行為表現間的正相關係數最高。
- 二、臺北市公立高中兼任行政職務教師的整體復原力與憂鬱行為表現間呈現顯著低度負相關的關係，其中以「個人強度」復原力與憂鬱行為表現間的負相關係數最高。
- 三、不同背景變項之臺北市公立高中兼任行政職務教師，其工作壓力與憂鬱行為表現的關係統整如下：
 - (一) 男性、女性兼任行政職務教師的「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現間存有最強的中度正相關的關係。
 - (二) 30歲以下與41歲以上兼任行政職務教師的「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現間存有最強中度正相關的關係。而31至40歲兼任行政職務教師的「人際關係」工作壓力與憂鬱行為表現存有最強的中度正相關的關係。
 - (三) 師範院校畢業與研究所以以上畢業兼任行政職務教師的「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現間存有最強的中度正相關的關係。一般大學畢業兼任行政職務教師的「人際關係」工作壓力與憂鬱行為表現存有最強的中度正相關的關係。
 - (四) 服務年資3年以下與兼任行政職務4至6年教師分別以「工作負荷」工作壓力與「角色期許」工作壓力與憂鬱行為表現間存有最強的中度正相關關係。服務年資7至15年兼任行政職務教師的「人際關係」工作壓力與憂鬱行為表現存有最強的中度正相關的關係。服務年資16年以上兼任行政職務教師則是「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現間存有最強的中度正相關的關係。
 - (五) 兼任行政職務1至5年的教師其「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現間存有最強的低度正相關的關係。兼任行政職務6至10年的教師其「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現間則存有最強的中度正相關

的關係。兼任行政職務 11 至 15 年與 16 年以上的教師分別以「上級要求」工作壓力與「角色期許」工作壓力與憂鬱行為表現間存有最強的中度正相關關係。

- (六) 兼任主任教師的「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現間存有最強的中度正相關關係。兼任組長教師的「角色期許」工作壓力與憂鬱行為表現間存有最強的低度正相關關係。
- (七) 未婚、已婚兼任行政職務教師的「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現間存有最強的中度正相關關係。
- (八) 無子女、子女數 2 人以上兼任行政職務教師的「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現間存有最強的中度正相關關係。而子女數 1 人兼任行政職務教師的「人際關係」工作壓力與憂鬱行為表現存有最強的中度正相關關係。
- (九) 30 至 50 班學校之兼任行政職務教師「工作負荷」工作壓力與憂鬱行為表現存有最強的低度正相關關係。而 51 班以上學校之兼任行政職務教師「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現存有最強的中度正相關關係。
- (十) 普通高中、完全中學兼任行政職務教師的「專業知能」工作壓力與憂鬱行為表現間存有最強的中度正相關關係。

四、不同背景變項之臺北市公立高中兼任行政職務教師，其復原力與憂鬱行為表現的關係統整如下：

- (一) 男性、女性兼任行政職務教師的「個人強度」復原力與憂鬱行為表現間存有最強的中度負相關關係。
- (二) 30 歲以下兼任行政職務教師的「未來組織風格」復原力與憂鬱行為表現間存有最強的低度負相關關係。31 歲以上兼任行政職務教師的「個人強度」復原力與憂鬱行為表現間存有最強的中度負相關關係。
- (三) 師範院校畢業與一般大學畢業兼任行政職務教師的「個人強度」復原力與憂鬱行為表現間存有最強的中度負相關關係。研究所以以上畢業兼任行政職務教師的「個人強度」復原力與憂鬱行為表現間存有最強的低度負相關關係。
- (四) 服務年資 3 年以下與兼任行政職務 11 至 15 年教師的「個人強度」復原力與憂鬱行為表現間存有最強的低度負相關關係。服務年資 7 至 10 年與 21 年以上兼任行政職務教師的「個人強度」復原力與憂鬱行為表現間存有最強的中度負相關關係。服務年資 4 至 6 年與 16 至 20 年兼任行政職務教師則分別以「未來組織風格」復原力與「社交能力」復原力與憂鬱行為表現間存有最強的中度負相關關係。
- (五) 兼任行政職務 1 至 2 年與 6 至 10 年的教師其「個人強度」復原力與憂鬱行為表現間存有最強的中度負相關關係。兼任行政職務 3 至 5 年的教師其「個人強度」復原力與憂鬱行為表現間則存有最強的低度

負相關的關係。兼任行政職務 16 年以上的教師則以「未來組織風格」復原力與憂鬱行為表現間存有最強的中度負相關的關係。

- (六) 兼任主任教師的「個人強度」復原力與憂鬱行為表現間存有最強的中度負相關的關係。兼任組長教師的「個人強度」工作壓力與憂鬱行為表現間則存有最強的低度負相關關係。
- (七) 未婚、已婚兼任行政職務教師的「個人強度」復原力與憂鬱行為表現間存有最強的中度負相關的關係。
- (八) 無子女與子女數 1 人兼任行政職務教師的「個人強度」復原力與憂鬱行為表現間存有最強的中度負相關的關係。子女數 2 人以上的兼任行政職務教師的「個人強度」復原力與憂鬱行為表現間則存有最強的低度負相關的關係。
- (九) 30 至 50 班學校之兼任行政職務教師「未來組織風格」復原力與憂鬱行為表現存有最強的低度負相關的關係。而 51 班以上學校之兼任行政職務教師的「個人強度」復原力則與憂鬱行為表現存有最強的中度負相關的關係。
- (十) 普通高中之兼任行政職務教師的「個人強度」復原力與憂鬱行為表現間存有最強的低度負相關的關係。完全中學之兼任行政職務教師的「個人強度」復原力與憂鬱行為表現間則存有最強的中度負相關關係。

肆、臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力、復原力對憂鬱行為表現的預測力

- 一、「專業知能」工作壓力與「人際關係」工作壓力可有效預測臺北市公立高中兼任行政職務教師的憂鬱行為表現，解釋變異量分別為 21.4% 及 1.4%，解釋總變異量為 22.7%。
- 二、「個人強度」復原力可以有效預測臺北市公立高中兼任行政職務教師的憂鬱行為表現，解釋變異量為 20.6%，解釋總變異量為 20.6%。
- 三、「專業知能」工作壓力、「個人強度」復原力及「工作負荷」工作壓力可有效預測臺北市公立高中兼任行政職務教師的憂鬱行為表現，解釋變異量分別為 21.4%、9.1% 及 1.4%，解釋總變異量為 31.9%。
- 四、工作壓力及復原力可以有效預測，不同背景變項臺北市公立高中兼任行政職務教師的憂鬱行為表現，預測結果統整如下：
 - (一) 性別方面：
 1. 男性兼任行政職務教師「專業知能」工作壓力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋變異量為 23.9%。
 2. 女性兼任行政職務教師「個人強度」復原力最能有效預測其憂鬱行為

表現，解釋變異量為 24.5%。

(二) 年齡方面：

1. 30 歲以下兼任行政職務教師「專業知能」工作壓力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋變異量為 23.7%。
2. 31 至 40 歲兼任行政職務教師「個人強度」復原力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋變異量為 23.3%。
3. 41 歲以上兼任行政職務教師「專業知能」工作壓力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋變異量為 32.5%。

(三) 教育程度方面：

1. 師範院校畢業兼任行政職務教師「個人強度」復原力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋變異量為 31.8%。
2. 一般大學／學院畢業兼任行政職務教師「個人強度」復原力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋變異量為 46.9%。
3. 研究所以上畢業兼任行政職務教師「專業知能」工作壓力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋變異量為 18.9%。

(四) 服務年資方面：

1. 服務年資 3 年以下兼任行政職務教師「工作負荷」工作壓力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋變異量為 23.2%。
2. 服務年資 4 至 6 年兼任行政職務教師「未來組織風格」復原力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋變異量為 18.4%。
3. 服務年資 7 至 10 年兼任行政職務教師「個人強度」復原力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋變異量為 31.1%。
4. 服務年資 11 至 15 年兼任行政職務教師「人際關係」工作壓力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋變異量為 22.2%。
5. 服務年資 16 至 20 年兼任行政職務教師「社交能力」復原力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋總變異量為 28.4%。
6. 服務年資 21 年以上兼任行政職務教師「專業知能」工作壓力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋變異量為 41.3%。

(五) 兼任行政職務年資方面：

1. 兼任行政職務 1 至 2 年教師「個人強度」復原力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋變異量為 17.4%。
2. 兼任行政職務 3 至 5 年教師「專業知能」工作壓力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋總變異量為 14.8%。
3. 兼任行政職務 6 至 10 年教師「個人強度」復原力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋變異量為 42.0%。
4. 兼任行政職務 11 至 15 年教師「專業知能」工作壓力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋變異量為 24.5%。

5. 兼任行政職務 16 年以上教師「角色期許」工作壓力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋變異量為 42.5%。

(六) 兼任職務方面：

1. 兼任主任職務教師「專業知能」工作壓力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋變異量為 44.0%。
2. 兼任組長職務教師「人際關係」工作壓力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋變異量為 14.0%。

(七) 婚姻狀況方面：

1. 未婚兼任行政職務教師「專業知能」工作壓力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋變異量為 18.1%。
2. 已婚兼任行政職務教師「專業知能」工作壓力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋變異量為 23.5%

(八) 子女數方面：

1. 無子女之兼任行政職務教師「專業知能」工作壓力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋變異量為 22.7%。
2. 子女數一人之兼任行政職務教師「個人強度」復原力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋變異量為 37.9%。
3. 子女數二人以上之兼任行政職務教師「專業知能」工作壓力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋變異量為 26.7%。

(九) 學校規模方面：

1. 30 至 50 班學校之兼任行政職務教師「工作負荷」工作壓力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋總變異量為 10.3%。
2. 51 班以上學校之兼任行政職務教師「專業知能」工作壓力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋變異量為 27.9%。

(十) 學校類別方面：

1. 普通高中兼任行政職務教師「專業知能」工作壓力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋變異量為 16.3%。
2. 完全中學兼任行政職務教師「個人強度」復原力最能有效預測其憂鬱行為表現，解釋變異量為 29.3%。

伍、不同背景變項的臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力對其工作壓力與憂鬱行為表現間的調節作用

- 一、 臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力能對其工作壓力與憂鬱行為表現間帶來調節作用。
- 二、 臺北市公立高中不同背景變項之兼任行政職務教師的復原力能對其工作壓力與憂鬱行為表現間帶來調節作用。

三、不同背景變項之兼任行政職務教師的復原力能對其工作壓力與憂鬱行為表現間帶來調節作用：

(一) 性別方面：

1. 男性及女性兼任行政職務教師的復原力能對其工作壓力與憂鬱行為表現間帶來調節作用。

(二) 年齡方面：

1. 31 至 40 歲兼任行政職務教師的復原力能對其工作壓力與憂鬱行為表現間帶來調節作用。
2. 30 歲以下及 41 歲以上兼任行政職務教師的復原力無法對其工作壓力與憂鬱行為表現間帶來調節作用。

(三) 教育程度方面：

1. 師範院校畢業及一般大學／學院畢業之兼任行政職務教師的復原力能對其工作壓力與憂鬱行為表現間帶來調節作用。
2. 研究所以上畢業兼任行政職務教師的復原力無法對其工作壓力與憂鬱行為表現間帶來調節作用。

(四) 服務年資方面：

1. 服務年資 4 至 6 年、7 至 10 年及 16 至 20 年之兼任行政職務教師的復原力能對其工作壓力與憂鬱行為表現間帶來調節作用。
2. 服務年資 3 年以下、11 至 15 年及 21 年以上之兼任行政職務教師的復原力無法對其工作壓力與憂鬱行為表現間帶來調節作用。

(五) 兼任行政職務年資方面：

1. 兼任行政職務 1 至 2 年與 6 至 10 年教師的復原力能對其工作壓力與憂鬱行為表現間帶來調節作用。
2. 兼任行政職務 3 至 5 年、11 至 15 年、16 年以上教師的復原力無法對其工作壓力與憂鬱行為表現間帶來調節作用。

(六) 兼任行政職務方面：

1. 兼任主任、組長職務教師的復原力能對其工作壓力與憂鬱行為表現間帶來調節作用。

(七) 婚姻狀況方面：

1. 已婚兼任行政職務教師的復原力能對其工作壓力與憂鬱行為表現間帶來調節作用。
2. 未婚兼任行政職務教師的復原力無法對其工作壓力與憂鬱行為表現間帶來調節作用。

(八) 子女數方面：

1. 子女數 1 人兼任行政職務教師的復原力能對其工作壓力與憂鬱行為表現間帶來調節作用。
2. 無子女、子女數 2 人以上兼任行政職務教師的復原力無法對其工作壓力與憂鬱行為表現間帶來調節作用。

(九) 學校規模方面：

1. 51 班以上兼任行政職務教師的復原力能對其工作壓力與憂鬱行為表現間帶來調節作用。
2. 31 至 50 班兼任行政職務教師的復原力無法對其工作壓力與憂鬱行為表現間帶來調節作用。

(十) 學校類別方面：

1. 臺北市公立普通高中、完全中學兼任行政職務教師的復原力能對其工作壓力與憂鬱行為表現間帶來調節的作用。



第二節 建議

綜合上述各項研究結果，本研究擬針對臺北市公立高中兼任行政職務教師、學校單位、教育行政主管機關及未來研究者，提出數點建議以供參考：

壹、對臺北市公立高中兼任行政職務教師的建議

一、提升兼任行政職務的專業知能

根據本研究結果發現：男性、30歲以下、41歲以上、研究所以上畢業、服務年資21年以上、兼任行政年資3至5年及11至15年、兼任主任、未婚、已婚、無子女及子女數2人以上、學校規模51班以上及普通高中的臺北市公立高中兼任行政職務教師的「專業知能」工作壓力對憂鬱行為表現的預測力最高，表示當專業知能的工作壓力愈高時，兼任行政職務教師的憂鬱行為表現可能愈顯著。

因此，建議那些兼任行政職務教師應多利用機會閱讀與工作相關之法令規定，多上教育局網站搜尋相關公告資料，如果有相關研習，盡可能抽空參加，不要因為工作多就放棄參加研習，而錯過提升自身專業知能的機會。相信當個人的專業知能提升後，會較有效的減低專業知能不足所產生的工作壓力，而防範憂鬱行為的發生。

二、增強個人強度復原力

根據本研究結果發現：女性、31至40歲、師範院校及一般大學畢業、服務年資7至10年、兼任1至2年及6至10年、子女數1人、完全中學的臺北市公立高中兼任行政職務教師皆以「個人強度」復原力對憂鬱行為表現的預測力最高，表示當「個人強度」復原力愈高時，兼任行政職務教師的憂鬱行為可能愈低。

因此建議兼任行政職務的教師要積極增強個人強度的復原力，在工作上建立信心。發現錯誤，就是去面對它，坦然承認自己的失誤，用樂觀、正向、積極的心態去尋求解決問題的方式。更重要的是要記下自己犯錯的原因何在，採取所謂「PDCA」程序--「PLAN-計畫」、「DO-執行」、「CHECK-檢核」、「ACTION-行動修正」，謹慎的執行業務，檢核辦理過程中可再修正或改進之處，並且確實修正，如此，相信在下次執行時，會逐漸減少失誤的可能。當從錯誤中重新出發的信心建立之後，便能有效提升個人強度復原力，如此將可減少憂鬱行為發生的可能性。

三、建立社交能力，強化人際關係

根據本研究結果發現：服務年資 16 至 20 年的兼任行政職務教師，以「社交能力」復原力對憂鬱行為表現的預測力最高；服務年資 11 至 15 年及兼任組長的兼任行政職務教師的「人際關係」工作壓力對憂鬱行為表現的預測力最高；表示如果有效增強行政職務教師的「社交能力」復原力及降低「人際關係」工作壓力可減緩其憂鬱行為的表現。

因此建議兼任行政職務教師，要在工作之餘多走出辦公室，積極建立與老師、行政人員的良好互動，並多多利用機會請益他人。諮詢的對象可以是自己的上司、前任的兼任職務教師。尤其是那些前任的兼任職務教師，因為皆有在同校的工作經驗，會傳授一些在處理業務上人、事、時、地、物需注意的小細節，如此將可讓自己少碰釘子或避開人際地雷。前賢與他校擔任相同職務之兼任行政職務教師亦會因將對這份工作的甘苦，提供支持與慰藉，無形中也會增加其「社會資源」的復原力。如此不僅能降低「人際關係」的工作壓力，亦能提升其「社交能力」的復原力，對憂鬱行為的減緩可能帶來極大的成效。

四、快樂生活，減少憂鬱行為表現

根據本研究結果發現：臺北市公立高中的兼任行政教師中有近四成有輕度以上的憂鬱行為表現。因此建議在臺北市公立高中兼任行政職務的教師平時要適當「卸載」自己的工作壓力，不要因為硬撐，而讓壓力成為自己身心健康的隱形殺手。定期休假，讓身心有時間放鬆；和朋友維持正常聯誼活動，譬如聚餐、運動，不要讓工作占據了自己所有的生命；休息是為了走更長遠的路，時時聆聽身體的聲音，保持樂觀的心情，營造自己的快樂生活，便可活力十足的面對工作上的挑戰，減緩憂鬱行為表現的可能。

貳、對學校的建議

一、減輕兼任行政職務教師工作負荷

根據本研究結果發現：服務年資 3 年以下及學校規模 30 至 50 班的兼任行政職務教師，以「工作負荷」工作壓力對憂鬱行為表現的預測力最高。表示如果有效減緩兼任行政職務教師的「工作負荷」，則可減緩其憂鬱行為的表現。

因此建議學校在行政作業上，應對常態、規則性業務建立標準作業流程(SOP)，讓兼任行政職務教師有所遵循，並定期辦理校內工作知能研習與討論，如教師完全不熟稔的會計、文書、採購、人事等業務與法規，學校應主

動予以協助，對於與兼任行政工作相關的法規問題更可協請相關單位列席，特別予以解說，相信當兼任行政職務教師的專業知能增加後，將較不會因為無所適從或錯誤頻繁的工作，增加其心理負荷，進而減少其憂鬱行為的表現。

二、降低角色期許工作壓力，增強兼任行政助教師未來組織風格復原力

根據本研究結果發現：服務年資 4 至 6 年的兼任行政職務教師，以「未來組織風格」復原力對憂鬱行為表現的預測力最高。兼任行政年資 16 年以上，以「角色期許」工作壓力對憂鬱行為表現的預測力最高。換言之，學校如果能夠有效的提升兼任行政職務教師「未來組織風格」的復原力，及降低其在「角色期許」上的工作壓力，可減少其憂鬱行為的表現。依臺北市公立高中的規定，擔任過組長，且經驗足夠者，將具有被校長禮聘為主任的可能；且當教師兼任主任四年後，即可參加校長遴選；換言之，臺北市公立高中的校長都是從組長、主任一路培養上來。所以，兼任行政職務的教師若有願景、有信心的願意累積自己的行政歷練，強化其未來組織風格的復原力，或許可降低其在角色期許上感受到的工作壓力。

因此建議校長應多給予兼任行政職務教師鼓勵或協助，成為其靠山，當其工作上遇到困境時，多傾聽與輔導其對挫折的因應與壓力的紓解，讓兼任行政職務者對未來擁有信心，願意繼續在兼任行政職務的路上發展。如此，可降低角色期許所帶來的工作壓力，亦可提升未來組織風格的復原力，不僅能減緩兼任行政職務教師的憂鬱行為表現，更可讓學校能在擁有健康心態的行政人員規畫下有健全發展。

三、給予支持與鼓勵，強化兼任組長教師的復原力

根據本研究結果發現，兼任組長的高中教師在專業知能工作壓力顯著高於兼任主任者，而在整體復原力及個人強度、家庭團結、社會資源、未來組織風格各層面復原力上，兼任組長者則顯著低於兼任主任者。而使兼任組長者的憂鬱行為表現上顯著高於兼任主任者。

兼任組長大多是年輕，工作經驗較為不足的教師，因此在面對行政工作時也較容易因為對行政流程、法令規章、學校人事、組織的運作不熟稔，而造成較大的工作壓力；又因為其年輕，復原力較弱，無法有效調節壓力對身心所造成的影響，容易出現顯著的憂鬱行為表現，也產生對兼任行政職務強烈的排斥。因此建議擔任學校主管(校長與主任)應在教師接任組長工作之際，多給予職前說明與協助，進行經驗分享以及理想的強化；當組長於工作上遭遇挫折時，校長與主任要減少咎責，多與組長們溝通教育理念，積極鼓勵，以建構其個人強度的復原力，更可成為其對教育行政工作堅持的依據。當校長、主任注重這一塊，不僅能紓解組長的工作壓力，強化其復原力，更

能增加其兼任行政職務的意願，強化為學生服務的動力，而為學校行政保留適任的人才。

參、對教育行政主管機關的建議

一、辦理工作壓力因應課程，提升兼任行政職務教師專業知能

本研究結果發現：臺北市公立高中兼任行政職務教師「專業知能」工作壓力最能有效預測憂鬱行為表現，表示當「專業知能」工作壓力愈低時，其憂鬱行為表現亦會降低。因此建議教育行政主關機關應針對兼任行政職務教師的專業知能規畫研習課程，譬如辦理行政知能研習，辦理行政業務座談會以交換工作經驗並溝通活動執行重點，給予專業知能的增強，減少因專業知能不足而產生的工作壓力，進而降低其憂鬱行為表現。

二、辦理增強復原力研習，提升兼任行政職務教師復原力

本研究結果發現：臺北市公立高中兼任行政職務教師的復原力可有效對工作壓力與憂鬱行為表現產生調節作用；也就是說當兼任行政職務教師的復原力愈高時，便愈可舒緩其因工作壓力所產生的憂鬱行為表現。因此建議教育行政主管機關可針對兼任行政職務教師辦理復原力的培訓課程，建立其自信心及樂觀正向面對困境的思維，增強學校兼任行政職務者的復原力。當其復原力提升時，因工作壓力影響而來的憂鬱行為或許便會因此減少。

肆、對未來研究方面的建議

一、在研究對象方面

在過去的研究中，探討兼任行政職務教師的工作壓力所在多有，但進一步探討其憂鬱行為表現的文獻卻付之闕如。本研究僅就臺北市公立高中兼任行政職務教師進行工作壓力、復原力與憂鬱行為表現之間相關的探討，建議如能進一步擴增研究對象，譬如探討北中南都會區高中兼任行政職務教師的工作壓力、復原力與憂鬱行為表現，加以分析比較，可使研究層面更廣，研究結論將更具實證意義。

二、在研究方法方面

本研究係以文獻探討及問卷調查為主要研究方法，單次問卷施測容易受到施測時間及許多外在主客觀因素的影響，加上對問卷題目的理解度不同，以致影響資料的真實性與研究的精準度。建議未來研究者可加入質性研究方法或作長期的追蹤研究，以交互印證研究的真實性。

三、在研究設計方面

本研究探討兼任行政職務教師的憂鬱行為表現，是一項對教育品質提升有正向性的調查，本研究採用柯氏憂鬱量表為憂鬱行為表現的施測工具，但因為柯氏憂鬱量表的設計仍是屬於較為病理型的施測量表，問卷題目給受試者的感受上或許因此會產生較強的抗拒性，對於容易讓防衛心較強的受試者，有隱私受到侵犯的感覺，因此不願逐題完成作答或是拒絕受試，使本研究問卷的回收率受到相當影響，甚至有協助發送問卷的學校人員被指責，整所學校拒絕填答的窘況發生。建議未來設計研究工具時，能建構一個較為針對情緒行為表現填答的問卷，確實回應到憂鬱行為表現而非憂鬱症的行為表現，或許能降低受試者的排斥感，讓研究資料能更完整而更具實證意義。



參考文獻

中文部分

- 王昭琪(2005)。生活壓力、憂鬱經驗與青少年復原力之相關研究。未出版碩士論文，暨南國際大學輔導與諮商研究所，南投縣。
- 王淑女(2011)。國中教師自我復原力、教師效能感與幸福感關係之研究。未出版碩士論文，國立彰化師範大學教育研究所，彰化縣。
- 王嘉琪(2010)。大學生憂鬱情緒、自尊、污名化、自我揭露與求助態度之關係。未出版碩士論文，國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系，臺北市。
- 王淑蓉(2009)。臺北縣市國小教師生活壓力、復原力與身心健康之相關研究。未出版碩士論文，臺北市立教育大學心理與諮商學系碩士班，臺北市。
- 王鴻裕(2011)。臺中市國民小學校長復原力之研究。未出版碩士論文，國立臺中教育大學教育學系碩士，臺中市。
- 石文南（1996，8月18日）。行政職，教師視為畏途，學校主任組長更換率高不利傳承。中國時報，頁C2。
- 朱森楠(2001)。一位國中中輟復學生的復原力及相關因素之探討研究。新竹縣教育研究集刊，創刊號，171-202。
- 江志正(2008)，學校領導者復原力的思考與實踐，教育研究與發展期刊，4(3)，173-196。
- 余民寧、陳柏霖、許嘉家(2010)。教師憂鬱傾向的影響因素之研究。輔導與諮商學報，32(2)，73-97。
- 吳和堂(2010)。教育論文寫作與實用技巧。臺北市：高等教育。
- 吳清山、林天祐(2005)。教育新詞書。臺北市：高等教育。
- 吳清山、林天祐(2005)。工作壓力。教育資料與研究雙月刊。(65)，135。
- 吳慧慎(2006)。國立高級中等學校總務主任工作壓力及其因應策略之探討。未

- 出版碩士，國立彰化師範大學工業教育與技術學系，彰化市。
- 宋冠瑩(2006)。我國公立高職兼任行政工作教師工作壓力與因應之研究。未出版碩士，國立臺北科技大學技術及職業教育研究所，臺北市。
- 李慧雯(2009)。完全中學兼任行政教師行政辭卸傾向之研究：以工作滿意、工作壓力、生涯規劃為探討變項。未出版碩士論文，國立政治大學學校行政碩士在職專班，臺北市。
- 沙兆清(2009)。臺中地區高中生生活壓力、復原力與憂鬱傾向之關聯性研究。未出版碩士論文，靜宜大學青少年兒童福利研究所，臺中縣。
- 林克泓(2008)。臺北市國民小學兼任行政工作教師工作壓力與工作倦怠之研究。未出版碩士論文，臺北市立教育大學教育行政與評鑑研究所碩士班，臺北市。
- 林淑芬(2001)。我國高級職業學校兼任行政教師工作壓力與因應方式研究。未出版碩士，彰化師範大學商業教育學系在職進修專班，彰化縣。
- 林崇德、楊治良、黃希庭(2003)。心理學大辭典。上海：上海教育。
- 林清文(2003)。復原力。教育研究月刊，112，149-150。
- 林清南(2005)。兼任行政工作教師離職的現況與成因--以國立高中職學校主任為例。未出版碩士論文，國立政治大學學校行政碩士班，臺北市。
- 林鎮賢(2010)。高雄縣國小兼任行政職務教師工作壓力與教學效能關係之研究。未出版碩士論文，國立高雄師範大學成人教育研究所，高雄市。
- 邱皓正(2010)。量化研究與統計分析：SPSS(PASW)資料分析範例解析。臺北市：五南。
- 邱惠娟(2010)。國中教師工作壓力、工作倦怠、復原力與幸福感關係之研究—以臺灣中部地區六縣市為例。未出版碩士論文，國立彰化師範大學教育研究所，彰化縣。
- 胡才美(2010)。國中生家庭功能、幸福感與憂鬱之相關研究。未出版碩士論文，國立嘉義大學輔導與諮商學系研究所，嘉義市。

- 高國慶(2005)。高中職學務主任工作壓力與因應策略之研究。未出版碩士論文，國立臺灣師範大學工業教育學系，臺北市。
- 徐淑玲(2007)。臺北市高職兼任行政職務教師工作壓力與因應策略之研究。未出版碩士，國立臺北科技大學技術及職業教育研究所，臺北市。
- 陸 洛(1997)。工作壓力之歷程：理論與研究的對話。中華心理衛生學刊，10(4)，19-51
- 張芳全(2010)。論文就是要這樣寫。臺北市：心理。
- 張彩雲(2009)。屏東縣國小教師工作壓力與憂鬱傾向之相關研究。未出版碩士論文，國立臺東大學教育學研究所，臺東縣。
- 張禎容(2010)。臺北市高中職教師工作壓力、憂鬱傾向與生活品質之研究。未出版碩士，中國文化大學生活應用科學研究所，臺北市。
- 張春興(2011)。張氏心理學辭典。臺北市：臺灣東華。
- 梁寶苓(2011)。臺中市國小兼任行政職務教師工作壓力與復原力之關係研究。未出版碩士論文，國立臺中教育大學教育學系，臺中市。
- 陳艷玲(2007)。國小學童父母教養方式、情緒能力、幸福感與憂鬱傾向之相關研究。未出版碩士論文，國立臺南大學教育學系輔導教學碩士班，臺南市。
- 陳信宜(2008)。國小教師兼任學校無給職行政工作之工作壓力與憂鬱傾向之研究。未出版碩士論文，國立嘉義大學國民教育研究所，嘉義市。
- 陳馨怡(2009)。國中生感恩、復原力及創造傾向之相關研究。未出版碩士論文，國立臺灣師範大學教育心理與輔導研究所，臺北市。
- 陳宜芬(2010)。高雄市國小教師工作壓力、憂鬱情緒與自殺傾向之關係研究。未出版碩士論文，高雄師範大學教育學系，高雄市。
- 陳宜娜(2010)。幼教師職場復原力與職業倦怠之相關研究。未出版碩士論文，樹德科技大學兒童與家庭服務系碩士班，高雄縣。
- 傅紹文(2010)。莫拉克颱風後災區青少年逆境感受、復原力、社會支持與焦慮、

- 憂鬱情緒關係之探討。未出版碩士論文，屏東科技大學技術及職業教育研究所，屏東縣。
- 曾文彥(2009)。知覺教師創造思考教學、復原力與軍校生學習適應之相關研究。未出版碩士論文，國防大學政治作戰學院心理碩士班，臺北市。
- 曾筱恬(2011)。自尊、人際關係、復原力與大學生的憂鬱行為表現。未出版碩士，國立政治大學教育研究所，臺北市。
- 游明順(2007)。國立高職進修學校教師兼任行政工作壓力來源與因應策略之研究。未出版碩士論文，國立彰化師範大學商業教育學系，彰化縣。
- 黃千瑛(2007)。高職學校綜合職能科教師工作壓力、負向情緒調適預期與憂鬱情緒之相關研究。未出版碩士論文，國立臺灣師範大學工業教育學系，臺北市。
- 馮美珠(2008)。國小教師人格特質、生活壓力、因應策略與憂鬱傾向之相關研究。未出版碩士論文，國立屏東教育大學心理輔導教育研究所，屏東縣。
- 黃寶萱(2007)。復原力對離異家庭高職學生生活適應之影響研究。未出版碩士論文，國立彰化師範大學輔導與諮商學系，彰化市。
- 楊進成(2006)。臺北市國民小學校長工作壓力與因應策略之研究。未出版碩士論文，國立臺北教育大學教育政策與管理研究所，臺北市。
- 溫世頌(2006)。心理學辭典。臺北市：三民。
- 葉翠珊(2009)。桃園地區高職兼任行政教師工作壓力及因應策略之探討。未出版碩士，萬能科技大學經營管理研究所，桃園縣。
- 遇中興(2010)。臺北縣市公立國民中學兼任行政教師工作壓力與職業倦怠及因應策略之研究。未出版碩士論文，國立彰化師範大學工業教育與技術學系，彰化縣。
- 鄒家芸(2011)。國小教務主任工作壓力、復原力及幸福感之研究—以桃竹苗四縣市為例。未出版碩士論文，國立政治大學學校行政碩士在職專班，臺北市。

臺北市教師會(2010, 9月28日)。「臺北市教師憂鬱傾向調查」新聞稿。取自
http://www.tta.tp.edu.tw/1_news/detail.asp?titleid=3616

劉奕宏(2009)。臺北縣國民中學兼職行政教師知覺校長激勵策略、工作壓力與組織承諾關係之研究。未出版碩士論文，國立政治大學學校行政碩士在職專班，臺北市。

蔡享呈(2006)。男女國小教師工作壓力、因應策略與憂鬱傾向之差異研究。未出版碩士，中國文化大學心理輔導研究所，臺北市。

鄭百芬(2003)。高中教師兼任行政職務者工作壓力與因應策略之研究。未出版碩士，國立臺灣師範大學工業教育學系在職進修碩士班，臺北市。

鄭同僚(2006)。公立高級中學教師兼任行政人員離職問題分析—以臺北市為例。研習資訊，23(6)。7-18。

鄭秀女(2005)。高雄市公立高職行政人員工作壓力工作滿足與因應策略之研究。未出版碩士論文，樹德科技大學經營管理研究所，高雄縣。

鄭洸鍵(2005)。我國高中職教務主任工作壓力與因應方式之研究。未出版碩士論文，國立臺灣師範大學工業教育學系在職進修碩士班，臺北市。

蕭文(1999)。災變事件前的前置因素對心理復建的影響-復原力探討與建構。測驗與輔導，156，3249-3253。

蕭文(2000)。災變事件的前置因素與復原力在創傷壓力症候反應心理復健上的影響。九二一震災心理復健學術研討會論文集，32-40。

蕭如怡(2010)。國中教師同理心、挫折復原力與工作熱忱之研究。未出版碩士論文，國立臺北教育大學生命教育與健康促進研究所，臺北市。

蕭美雯(2011)。中部地區國中教師制握信念、復原力與幸福感關係之研究。未出版碩士，國立彰化師範大學教育研究所，彰化縣。

簡茆法(2010)。高中兼職行政教師領導行為、工作壓力與工作滿意度之相關研究。未出版碩士論文，國立彰化師範大學教育研究所學校行政碩士班，彰化縣。

魏昌國(2005)。國立高級中學教師兼任行政職務工作滿意度之研究。未出版碩士，國立彰化師範大學工業教育與技術學系，彰化縣。

羅文興(2006)。國小教師職業倦怠、因應策略與憂鬱傾向之相關研究。未出版碩士，暨南國際大學輔導與諮商研究所，南投縣。

蘇清山(2010)。高雄市高中職兼任行政教師辭卸行政傾向之研究：以工作壓力與角色衝突為探討變項。未出版碩士論文，高雄師範大學成人教育研究所，高雄市。

Reber, A. S. (2002)。心理學辭典(李伯黍等譯)。臺北市：五南。

Benesch, H. (2009), dtv 心理學百科(2)：臨床、應用與社會範疇(林敏雅譯)。臺北市：商周出版社。

Brooks, R. & Goldstein, S. (2003). 挫折復原力：在人生中找到平衡、自信與能量(洪慧芳譯)。臺北市：天下。



英文部分

- Brewer, E.W., & McMahan, J. (2004). Job stress and burnout among industrial and technical teacher educators. *Journal of Vocational Education Research*, 28(2), 125-140.
- Brooks, R. B. (1994). Children at risk: Fostering resilience and hope. *American Journal of Orthopsychiatry*, 64(4), 545-553.
- Brooks, R. & Goldstein, S.(2003).*The Power of Resilience: Achieving Balance, Confidence, and Personal Strength in Your Life*.New York: Contemporary Books.
- CIPD. (2009). *Stress at work*. Retrieved July 20, 2009, from <http://www.cipd.co.uk/subjects/health/stress/stress.htm>
- 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 Occupational Psychology*, 49, 11-28.
- Croom, D. B. (2003). Teacher burnout in agricultural education. *Journal of Agricultural Education*, 44(2), 1-13.
- Friborg, O., Hjemdal, O., Rosenvinge, J. H., Martinussen, M., Aslaksen, P. M., & Flaten, M. A. (2006). Resilience as a moderator of pain and stress. *Journal of Psychosomatic Research*, 61(2), 213-219.
- Garnezy, N. (1991). Resilience in children's adaptation to negative life events and stressed environments. *Pediatric Annals*, 20(9), 459-463.
- Humphrey, J. N., & Humphrey, J. H. (1986). *Coping with stress in teaching*. New York : AMS Press, Inc.
- James C. Q. (2005) *Health San Francisco* 7(4), 1-1
- McLean, A. A. (1979). *Work stress*. USA: Addison-Wesley.
- Peterson, A. V., Compas, B. E. & Brooks-Gunn, J. (1992). *Depression in adolescence: Current knowledge, research directions, and implications for programs and policy*. Working Paper commissioned by the Carnegie Council on Adolescent Development. New York: Carnegie' Corp.
- Powell, D. H.(1983).*Understanding human adjustment : Normal adaptation in the life*

cycles. Boston: Little-Brown.

Quick, J. C. *Health San Francisco* (2005) , 7(4), 1-2.

Rak, C. F. & Patterson, L. E. (1996). Promoting resilience in at-risk children.
Journal of Counseling and Development, 74, 368-373.

Steers, R. M. (1988). Work and stress. Introduction to organizational behavior.
NSCCP Bullentin, 27, 109-133.



附錄

臺北市公立高中兼任行政職務教師工作壓力與身心調適現況調查表

各位敬愛的老師 您好：

您辛苦了！感謝 您在繁忙的公事之餘，撥冗填答此問卷。本問卷旨在瞭解臺北市公立高中兼任行政職務教師的工作壓力與身心調適現況，本問卷採無記名方式填答，答案無所謂對錯，請根據 您的實際感受圈選答案。調查結果僅供學術研究使用，資料絕對保密，敬請放心填答。 您所提供每一項意見皆相當重要且深具價值，能讓本研究資料更清楚呈現反映臺北市立公立高中兼任行政職務教師的工作壓力與身心調適現況。衷心感謝 您的鼎力協助與支持。敬祝
教安

國立政治大學教育學院
學校行政碩士在職專班
指導教授：王鍾和博士
研 究 生：郭婷婷敬啟
中華民國 101 年 1 月

【第一部分】基本資料

- 1.性 別：男 女
- 2.年 齡：30歲(含)以下 31-40歲 41歲(含)以上
- 3.教育程度：師範院校畢業 一般大學/學院畢業(含教育學程)
研究所以上畢業
- 4.服務年資：3年(含)以下 4至6年 7至10年
11年至15年 16年至20年 21年(含)以上
- 5.兼任行政年資(組長、主任〈含秘書〉合併計算，跨校兼任行政年資亦合併計算)：
1年至2年 3年至5年 6年至10年
11年至15年 16年以上
- 6.現任行政職務：主任(含秘書) 組長
- 7.婚姻狀況：未婚 已婚
- 8.子 女 數：無子女 1人 2人(含)以上
- 9.學校規模(含國中部班級數)：31班至50班 51班(含)以上
- 10.學校類別：普通高中 完全中學

【第二部分】以下問題是想探討 您對兼任行政工作所感受的壓力程度，每

一題均有五個選擇，請在符合 您實際感受之選項數字打○。

從 很 有 經 總
未 少 時 常 是
如 如 如 如 如
此 此 此 此 此

1. 行政工作職掌分配不當，使我倍感壓力。	1	2	3	4	5
2. 因為業務要評鑑或訪視而感到煩躁有壓力。	1	2	3	4	5
3. 因工作太多，必須帶回家做，或利用午休及下班後來辦理。	1	2	3	4	5
4. 開會、出差，讓我覺得時間不夠用。	1	2	3	4	5
5. 行政工作會干擾或影響我與家人相處的時間與情緒。	1	2	3	4	5
6. 校長或上級的未充分授權，常導致自己做決策推動執行上的困擾。	1	2	3	4	5
7. 校長或上級的想法會影響我的行政管理(計畫、組織、執行)。	1	2	3	4	5
8. 別人對我工作能力之期待，超過我能力範圍。	1	2	3	4	5
9. 校務會議或行政會報時，自己的意見不受學校重視。	1	2	3	4	5
10. 我覺得個人特質不適合擔任行政職務，但卻無法辭掉。	1	2	3	4	5
11. 行政工作績效，未能獲得校長或同事的肯定，而形成心理壓力。	1	2	3	4	5
12. 我會為了行政主管或上級的要求，而對同仁或學生施加壓力。	1	2	3	4	5
13. 兼任行政工作，缺乏成就感，且與個人生涯規畫不符合。	1	2	3	4	5
14. 我會因未能有效的配合校長或上司所交待的任務而感到有壓力。	1	2	3	4	5
15. 在參與學校的決策事宜時，自己表現的不夠理想。	1	2	3	4	5
16. 有些行政工作，我不能做得很好，但仍苦撐做下去。	1	2	3	4	5
17. 我覺得行政工作會影響教學品質或進度，形成自己在教學上的壓力。	1	2	3	4	5
18. 我覺得與家長的溝通，是令人困擾且浪費時間的。	1	2	3	4	5
19. 我會擔心行政措施有違相關教育法令規定，而感到有壓力。	1	2	3	4	5
20. 我會因要扮演好學校與老師間的傳達、溝通角色而感到壓力。	1	2	3	4	5
21. 我會因行政工作中須隨時追求新知而感到有壓力。	1	2	3	4	5
22. 我覺得各處室不能合作，導致我個人推展行政業務的困擾。	1	2	3	4	5
23. 我因為行政職務的關係，缺少與其他教師之間的互動。	1	2	3	4	5
24. 這些年來，教改政策的變動，不斷地對我造成行政上困擾與厭煩。	1	2	3	4	5
25. 在處理或推動行政業務時，無法獲得多數的同仁或學生認同與支持。	1	2	3	4	5
26. 因自己的專業不足，參與校內重要決策或活動時，發生不了影響力。	1	2	3	4	5

【第三部分】以下問題是探討關於 您自己和身邊他人關係的敘述，請根據
您的一般狀況或是過去一個月的狀況，在最符合自己想法程度的數字打○。

1. 我的未來計畫是	很難實現	1	2	3	4	5	6	7	可能實現
2. 當無法預料的事情發生時	我總是能找到解決 的辦法	1	2	3	4	5	6	7	我常常覺得困惑
3. 我的家庭裡對生命中什麼是重 要的體會	和我相當不同	1	2	3	4	5	6	7	和我非常相似
4. 我覺得我的未來是	很有前途的	1	2	3	4	5	6	7	不確定的
5. 我未來的目標	我知道如何實現	1	2	3	4	5	6	7	我不確定如何實現
6. 我可以和誰討論個人的事情	沒有人	1	2	3	4	5	6	7	朋友或是家人
7. 我覺得	和我的家人 在一起很快樂	1	2	3	4	5	6	7	和我的家人 在一起很不快樂
8. 我喜愛	與其他人在一起	1	2	3	4	5	6	7	自己一個人
9. 那些善於鼓勵我的人	一些親近的 朋友和家人	1	2	3	4	5	6	7	無處可尋
10. 我朋友之間的聯結是	弱的	1	2	3	4	5	6	7	強的
11. 我個人的問題	是無法解決的	1	2	3	4	5	6	7	我知道如何解決
12. 當家人經歷危機或緊急時	我會馬上被通知	1	2	3	4	5	6	7	過好一陣子後我才 會被告知
13. 我家庭的特性是	沒有聯結	1	2	3	4	5	6	7	健康的團結一致
14. 在社交場合上保持彈性	對我並不重要	1	2	3	4	5	6	7	對我真的很重要
15. 我所獲得的支持來自於	朋友或家人	1	2	3	4	5	6	7	沒有任何人
16. 在困難的時候我的家人	保持對未來 正面的展望	1	2	3	4	5	6	7	對未來持 悲觀的看法
17. 我的能力	我強烈相信	1	2	3	4	5	6	7	我不確定
18. 我的判斷和決定	我常常懷疑	1	2	3	4	5	6	7	我完全相信
19. 新的友誼	我很容易建立	1	2	3	4	5	6	7	我有建立的困難
20. 當需要時	沒有人可以 幫助我	1	2	3	4	5	6	7	總是有人 可以幫助我
21. 認識新朋友	對我是困難的	1	2	3	4	5	6	7	是我所擅長的
22. 當我和他人在一起時	我很容易笑	1	2	3	4	5	6	7	我很少笑
23. 面對其他人，我們家人表現出	對彼此不支持	1	2	3	4	5	6	7	對彼此忠誠
24. 對我而言，想一個好的聊天話 題是	困難的	1	2	3	4	5	6	7	容易的
25. 我親近的朋友們或家人們	欣賞我的特質	1	2	3	4	5	6	7	不喜歡我的特質
26. 我擅長	安排我的時間	1	2	3	4	5	6	7	浪費我的時間
27. 在我的家庭裡我們喜歡	各做各的事	1	2	3	4	5	6	7	一起做事情
28. 在困難的時候我會傾向	對每件事 持悲觀的看法	1	2	3	4	5	6	7	找一些好的事情幫 助自己振作起來
29. 我未來的目標是	不清楚的	1	2	3	4	5	6	7	好好想過的

【第四部分】請 您仔細閱讀每一題中的每個敘述，然後將最符合 您最近七天來的生活情況之敘述的數字打○。

1.你是否覺得心情低落、沮喪呢？
0 並沒有感到心情低落、沮喪；或很少感到。 1 心情感到低落、沮喪，但如果做別的事情就會好轉。 2 心情時時感到低落、沮喪，不能好轉，但還可以忍受。 3 心情時時感到低落、沮喪，不能好轉，並且痛苦地無法忍受。
2.你是否覺得悶悶不樂呢？
0 並沒有感到悶悶不樂；或很少感到。 1 心情悶悶不樂，但如果做別的事情就會好轉。 2 心情時時悶悶不樂，不能好轉；但還可以忍受。 3 心情時時悶悶不樂，不能好轉；並且痛苦地無法忍受。
3.你是否感到悲傷？是否比以前更會哭？是否經常哭呢？是否現在想哭而哭不出來呢？
0 並不比以前更容易哭。 1 比以前更愛哭，但只是有時如此。 2 現在經常哭或掉眼淚。 3 過去很會哭，但如今縱使想哭也哭不出來了。
4.你對將來的看法是如何呢？是否感到沒有希望？覺得目前的困難或問題可以改善嗎？
0 對於將來並不特別感到沮喪。 1 對於將來，感到沮喪、沒有希望，但這種感受持續不久；若受到支持、鼓勵，可以化解。 2 經常覺得將來沒希望；但這種感受若受到支持鼓勵，可以化解。 3 一直感到將來沒希望；並且相信目前的困難或問題不能改善。
5.你是否變得容易對事情感到厭煩？
0 和以前一樣，並沒有對事情特別感到厭煩。 1 現在比以前容易對事情感到厭煩。 2 對大部分的事情感到厭煩。 3 對任何事都感到不滿或厭煩。
6.你覺得自己變得對周圍的人或事物看不順眼而很想發脾氣嗎？你總是這樣或有時如此？一發脾氣要持續多久才能消氣？會不會持續很久卻一點也不能消氣？
0 和以前一樣，並沒有變得更容易生氣或暴躁。 1 變得比以前容易生氣或暴躁，但只是有時如此。 2 變得經常感到憤怒或暴躁；只要有一些小事情就會生氣起來。 3 隨時因一點小事情就感到憤怒或暴躁，並且持續很久，一點也不能消氣。
7.你的胃口是否變差了呢？是否很勉強才去吃的？若沒有別人強迫你會去吃嗎？
0 胃口沒有變差。 1 胃口變得比平常差了一些；三餐仍照常進食。 2 胃口變差了許多，需要勉強才能進食；而且吃的很少。 3 變得一點也不再胃口；若沒有人強迫，任何東西都不吃。
8.你的胃口增加了嗎？可以克制自己不吃太多嗎？
0 胃口沒有增加；即使增加也不是太多。 1 每天的三餐都吃的比以前多。 2 比以前吃的多，即使不餓，也一直吃東西。

請 您仔細閱讀每一題中的每個敘述，然後將最符合 您最近七天來的生活情況之敘述的數字打○。

<p>9.在你沒有特意去減肥與控制體重下，你的體重減輕了嗎？</p> <p>0 體重沒有減輕，即使減輕也不是太多。 1 體重減輕 1 公斤至 2 公斤。 2 體重減輕至少 2 公斤。 3 體重減輕 3.5 公斤以上。 4 體重減輕 6.6 公斤以上。 5 體重減輕 10 公斤以上。</p>
<p>10.在你不是有意去增胖下，你的體重增加了嗎？</p> <p>0 體重沒有增加，即使增加也不是很多。 1 體重增加 1 公斤至 2 公斤。 2 體重增加至少 2 公斤。 3 體重增加 3.5 公斤以上。 4 體重增加 6.6 公斤以上。 5 體重增加 10 公斤以上。</p>
<p>11.晚上睡覺容不容易睡著？若不容易睡著，要等多久才能睡覺？一週內會有幾天是如此？</p> <p>0 大致而言，容易睡著。 1 不容易入睡，但 1 小時內能夠睡著，並且一個禮拜內不超過 3 天。 2 不容易入睡，至少要 1 小時或 1 小時以上才能睡著，但一個禮拜內不超過 3 天。 (或)不容易入睡，但 1 小時內能夠睡著；並且一個禮拜內-少有三天是如此。 3 不容易入睡，至少要 1 小時或 1 小時以上才能睡著，並且一個禮拜內至少有 3 天如此。 4 整夜或幾乎整夜都睡不著，但一個禮拜內不超過三天。 5 整夜或幾乎整夜都睡不著，並且一個禮拜內-少有三天是如此。</p>
<p>12.睡著後，是否會在半夜醒過來呢？是否容易再睡著？一週內有幾天如此？</p> <p>0 半夜很少會醒過來。 1 半夜會醒過來，但在 1 小時內能再睡著，並且一個禮拜內不超過三天。 2 半夜會醒過來，但在 1 小時內能再睡著，並且一個禮拜內至少有三天是如此。 (或)半夜會醒過來，至少要 1 個小時以上才能再睡著，但一個禮拜內不超過三天。 3 半夜會醒過來，至少要 1 個小時以上才能再睡著，並且一個禮拜內至少有三天是如此。</p>
<p>13.並不是有意要早起，但早上的時候卻比平常容易早醒過來嗎？</p> <p>0 大致而言，和往常一樣，沒有特別早醒的情況。 1 有早醒的情況，但不超過 2 小時，並且一個禮拜內不超過三天。 2 有早醒的情況，但不超過 2 小時，並且一個禮拜內-少有三天。(或)有早醒 2 小時的情況，但一個禮拜內不超過三天。 3 有早醒 2 小時的情況，並且天天都如此。</p>
<p>14.你的睡眠需要量比往常多嗎？</p> <p>0 睡眠並沒有比以前增加；或只是偶爾睡得多。 1 每天晚上都睡得比平常多，而白天也想睡覺。 2 每天晚上都睡得比平常多，有時白天也在睡覺。 3 睡眠需要量大為增加，大部分的時間都在睡覺，以致於日常的活動沒有參加或該做的事沒有去做。</p>

請 您仔細閱讀每一題中的每個敘述，然後將最符合 您最近七天來的生活情況之敘述的數字打○。

<p>15.說話及活動量是否變少或變慢了呢？回答問題時，是否反應變慢或沒有反應了？</p> <p>0 和平常一樣沒有變慢或變少。 1 做事反應、說話回答問題的速度，變得比以前稍慢。 2 做事的反應變慢很多，而且與人交談時，說話、答話的速度均明顯地變慢很多了。 3 幾乎靜呆不動；很少動也很少說話。</p>
<p>16.心情沮喪、難過，同時感到煩躁不安，動作變多了嗎？</p> <p>0 並沒有因煩躁不安而動作變多。 1 感到有點煩躁不安，動作變得比較多(例如：玩弄手指、抓衣服或抖腿等動作變多) 2 感到非常煩躁不安或坐立不安，坐也不是、站也不是；與人交談時，經常會坐不住而站起來走動。</p>
<p>17.你是否對以前喜歡的工作、嗜好或娛樂不再感興趣了呢？是否要勉強自己才會去做？是否要人強迫才會去做？</p> <p>0 和往常一樣，沒有對以前喜歡的工作、嗜好或娛樂失去興趣。 1 對以前喜歡的工作、嗜好或娛樂，比較沒有興趣去參加。 2 對以前喜歡的工作、嗜好或娛樂不感興趣，需要他人一再強迫才會去做或參加；若沒有人強迫則不會去做或參加。 3 對任何工作、嗜好或娛樂完全不感興趣；即使他人一再強迫，也不會去做或參加。</p>
<p>18.男女之間有些正常的需要，最近你在這方面的興趣有沒有減少呢？是否減少很多？是否完全沒有興趣了？</p> <p>0 對性的興趣沒有減低。 1 對性比以前不感興趣。 2 對性的興趣明顯地減少很多。 3 對性已完全失去興趣。</p>
<p>19.你是否感到比平常沒有力氣或更容易累呢？是否做什麼事都會累？沒有做什麼事也會累嗎？是不是還可以照常做事，還是做什麼事都無法做了？</p> <p>0 並沒有感到比平常更容易累。 1 做事比以前容易累。 2 幾乎任何事一做就累。(或)沒做什麼事也覺得累。 3 隨時都很累，以致無法做任何事。</p>
<p>20.你對自己的看法是如何？覺得自己是個沒有用的人嗎？</p> <p>0 不覺得自己是個沒有用的人。 1 有時懷疑自己是個沒有用的人。 2 經常覺得自己是個沒有用的人。 3 時時覺得自己一文不值或一無是處。 4 深信自己就是一堆沒有用的垃圾或廢物，而不是人。</p>
<p>21.是否變得很會批評自己的弱點或錯誤？是不是覺得每件壞事情是自己造成的？</p> <p>0 沒有比以前更會批評自己。 1 現在比以前更會因自己有弱點或錯誤而批評自己。 2 現在變得經常會自責自己的錯誤或弱點。(或)相信大部分的壞事情，都是自己造成。 3 相信一切壞事情都是自己造成的。</p>

請 您仔細閱讀每一題中的每個敘述，然後將最符合 您最近七天來的生活情況之敘述的數字打○。

<p>22.是否常感到做錯事，而內心後悔、不安或罪惡感嗎？(或)覺得自己對不起家人或朋友？(或)覺得自己做了很多沒面子或丟臉的事嗎？(或)覺得自己沒有盡到應盡的責任嗎？這種感覺一直存在嗎？有沒有聽到指責你的聲音？或看到威脅你的景象？</p>
<p>0 並不特別覺得。 1 常常覺得自己似乎錯事(或對不起人，或丟面子，或沒有盡到應盡的責任)。 2 大部分時間覺得，而且難以拋開這種感覺。 3 總是覺得；並且反覆想到過去那些做錯的事(或對不起別人或沒面子、丟臉或未盡責的事情)，而無法不去想它。 4 總是覺得，並且聽到責罵或威脅或恐嚇自己的景象(但別人沒有聽到)。(或)總是覺得，並且看到威脅或恐嚇自己的景象(但別人沒有看到)。</p>
<p>23.思考或反應的速度，是否變得遲鈍了呢？</p>
<p>0 思考或反應的速度像以前一樣沒有改變。 1 頭腦變得比較遲鈍，思考或反應的速度，稍微比以前慢。 2 頭腦遲鈍，思考或反應的速度明顯地變慢很多。 3 頭腦非常遲鈍，對外界刺激幾乎不再有反應。</p>
<p>24.你是否可集中注意力去唸書、工作或做事呢？有時或經常如此呢？勉強自己是否可持續很久呢？是否所有的事都無法集中注意呢？</p>
<p>0 唸書、工作或做事時，大致可以集中注意力。 1 唸書、工作或做事時，有時無法集中注意力。 2 唸書、工作或做事時，且常不能集中注意力；即使勉強集中，也持續不久。 3 無論做什麼事，幾乎都無法集中注意力。</p>
<p>25.在決定事情方面，你是否變得比以前猶豫或難以下決定呢？需要別人幫忙嗎？日常生活穿什麼衣服，吃什麼東西等瑣事是不是可以自己做決定？</p>
<p>0 大致而言，可以像以前一樣做決定。 1 現在比以前更會拖延去做決定。 2 現在比以前更難做決定，需要別人幫忙才能作決定。 3 再也無法做任何決定，即使日常生活中的瑣事，我也無法自己做決定。</p>
<p>26.您是否有過自殺的念頭呢？</p>
<p>0 沒有自殺的念頭。 1 不斷想到死的念頭，但不會真的自殺。 2 想自殺，或希望自己死了算了。(或)不斷出現自己可能會死的念頭。 3 如果有機會，會自殺。(或)計畫要自殺。(或)告訴別人要自殺。 4 真的有自殺的舉動</p>

【問卷到此結束，由衷感謝 您的鼎力相助！】