

人格特質、工作壓力對工作倦怠影響之研究 = The impact of personality traits and work stress on burnout

王玉如、鍾育明

E-mail: 350799@mail.dyu.edu.tw

摘要

本研究主要目的是探討教師工作壓力對工作倦怠之影響及人格特質對工作壓力與工作倦怠之干擾效果。本研究採用問卷調查法，以桃園縣國小教師為研究對象，取樣370人，問卷回收354份，有效問卷346份，有效回收率為93.51%。本研究係以SPSS軟體對有效問卷進行描述性統計分析、信度分析、相關分析，與迴歸分析來探討變數之間的關係。研究結果指出，工作壓力對工作倦怠具有顯著的正向影響，而和善性人格特質對工作壓力與工作倦怠之關係具有干擾作用。

關鍵詞：人格特質、工作壓力、工作倦怠

目錄

內容目錄	中文摘要	iii	英文摘要	iii
	iv 誌謝辭		v 內容目錄	
	vi 表目錄		viii 圖目錄	
	x 第一章 緒論	1	1 第一節 研究背景與動機	1
	1 第二節 研究目的	3	3 第三節 研究方法與步驟	3
	4 第二章 文獻探討	4	4 第一節 工作壓力相關理論及研究	4
	5 第二節 工作倦怠相關理論及研究	16	16 第三節 人格特質相關理論及研究	16
	26 第四節 工作壓力、人格特質對工作倦怠影響之相關研究	36	36 第三章 研究方法	40
	40 第二節 研究假設	41	41 第一節 研究架構	41
	42 第四節 操作性定義與衡量工具	42	42 第三節 抽樣對象與抽樣方法	42
	48 第四章 研究結果	50	50 第五節 資料分析方法	50
	50 第二節 因素分析	51	51 第一節 樣本資料分析	51
	55 第四節 相關分析	58	58 第三節 信度分析	58
	59 第六節 人格特質對工作壓力與工作倦怠之干擾分析	60	60 第五節 工作壓力對工作倦怠影響之分析	59
	66 第五章 結論與建議	67	67 第七節 實證結果	67
	67 第二節 建議	68	68 第一節 結論	68
	70 第三節 研究限制與後續研究建議	70	70 第三節 研究限制與後續研究建議	70
	70 參考文獻	72	72 附錄 研究問卷	72
	84 表目錄	84	84 表 2-1 國內學者對工作壓力的定義	84
	11 表 2-2 教師工作壓力來源	11	11 表 2-2 教師工作壓力來源	11
	16 表 2-3 教師工作壓力現狀分析	13	13 表 2-3 教師工作壓力現狀分析	13
	16 表 2-4 工作倦怠的定義	16	16 表 2-4 工作倦怠的定義	16
	27 表 2-5 教師工作倦怠現狀分析	23	23 表 2-5 教師工作倦怠現狀分析	23
	27 表 2-6 人格特質的定義	27	27 表 2-6 人格特質的定義	27
	33 表 2-7 人格特質的分類	28	28 表 2-7 人格特質的分類	28
	33 表 2-8 教師人格特質的現狀分析	33	33 表 2-8 教師人格特質的現狀分析	33
	45 表 3-1 人格特質量表向度及題目分配	43	43 表 3-1 人格特質量表向度及題目分配	43
	45 表 3-2 工作壓力量表向度及題目分配	46	46 表 3-2 工作壓力量表向度及題目分配	46
	51 表 3-3 工作倦怠量表向度及題目分配	46	46 表 3-3 工作倦怠量表向度及題目分配	46
	51 基本資料分析	51	51 表 4-1 樣本的基本資料分析	51
	53 表 4-2 工作壓力因素分析	52	52 表 4-2 工作壓力因素分析	52
	53 表 4-3 工作倦怠因素分析	53	53 表 4-3 工作倦怠因素分析	53
	56 表 4-4 人格特質因素分析	55	55 表 4-4 人格特質因素分析	55
	56 表 4-5 工作壓力信度分析表	56	56 表 4-5 工作壓力信度分析表	56
	57 表 4-6 工作倦怠信度分析表	57	57 表 4-6 工作倦怠信度分析表	57
	57 表 4-7 人格特質信度分析表	57	57 表 4-7 人格特質信度分析表	57
	60 表 4-8 各變數相關檢驗表	59	59 表 4-8 各變數相關檢驗表	59
	60 表 4-9 工作壓力對工作倦怠的迴歸分析	60	60 表 4-9 工作壓力對工作倦怠的迴歸分析	60
	62 表 4-10 工作壓力與和善性人格特質對工作倦怠的階層迴歸分析	61	61 表 4-10 工作壓力與和善性人格特質對工作倦怠的階層迴歸分析	61
	62 表 4-11 工作壓力與嚴謹性人格特質對工作倦怠的階層迴歸分析	62	62 表 4-11 工作壓力與嚴謹性人格特質對工作倦怠的階層迴歸分析	62
	63 表 4-12 工作壓力與外向性人格特質對工作倦怠的階層迴歸分析	63	63 表 4-12 工作壓力與外向性人格特質對工作倦怠的階層迴歸分析	63
	64 表 4-13 工作壓力與情緒穩定性人格特質對工作倦怠的階層迴歸分析	64	64 表 4-13 工作壓力與情緒穩定性人格特質對工作倦怠的階層迴歸分析	64
	65 表 4-14 工作壓力與開放性人格特質對工作倦怠的階層迴歸分析	65	65 表 4-14 工作壓力與開放性人格特質對工作倦怠的階層迴歸分析	65
	66 表 4-15 研究假設與結果彙整表	66	66 表 4-15 研究假設與結果彙整表	66
	8 圖目錄	8	8 圖 2-1 Kyraicou and Sutcliffe的教師工作壓力模式	8
	9 圖 2-2 Moracco and Mcfadden的教師工作壓力模式	9	9 圖 2-2 Moracco and Mcfadden的教師工作壓力模式	9
	10 圖 2-3 Tellenback,Brenner and Lofgren的教師工作壓力模式	10	10 圖 2-3 Tellenback,Brenner and Lofgren的教師工作壓力模式	10
	20 圖 2-4 Harrison社會能力模式	20	20 圖 2-4 Harrison社會能力模式	20
	40 3-1 架構圖	40	40 3-1 架構圖	40

參考文獻

- 一、中文部分 王俐珍(2010), 國民中學教師人格特質、思考風格與創造力教學之相關研究, 國立彰化師範大學教育研究所碩士論文。
- 王欽洲(2006), 國民小學行政人員工作壓力與學校效能之研究, 國立嘉義大學國民教育研究所碩士論文。
- 王誼邦(2000), 國民中學體育教師專業發展之研究-以臺北市、縣為例, 國立臺灣師範大學體育研究所碩士論文。
- 王蕾雅(2006), 人格特質、情緒管理方式與工作倦怠關係之研究-以百貨公司化妝品專櫃人員為例, 國立中山大學人力資源管理研究所碩士論文。
- 方曉喻(2002), 由性格因素探討婦女憂鬱焦慮之共病現象, 國立成功大學行為醫學研究所碩士論文。
- 丘雪琪(2010), 屏東縣國民小學教師工作壓力與情緒管理關係之研究, 國立屏東教育大學教育行政研究所碩士論文。
- 朱名之(2008), 桃園縣國民小學教師人格特質、情緒智力、工作壓力、壓力因應方式關係之研究, 中原大學教育研究所碩士論文。
- 江淑娟(2008), 國中教師人格特質、生活壓力與工作滿意度之相關研究, 國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系碩士論文。
- 吳宗立(1997), 國民中學組織衝突、外在壓力、行政決策與學校效能關係之研究, 國立政治大學教育學系博士論文。
- 吳清山、林天佑(2004), 工作壓力。教育資料與研究雙月刊, 65, 135。
- 李永鑫, 白楊, 李慧民(2004), 工作倦怠及其測量。河南職工醫學院學報, 16(4), 349-351。
- 李旺憲(2008), 屏東縣兼任組長教師之人格特質、工作壓力、社會支持與工作耗竭之相關研究, 國立臺東大學教育學系碩士論文。
- 李泓瑩(2009), 國小教師工作壓力知覺、制握信念與工作倦怠之研究—以彰化縣為例, 國立嘉義大學國民教育研究所碩士論文。
- 李珈慧(2007), 臺北市高級職業學校教師人格特質與職業倦怠關係之研究, 國立台北科技大學技術及職業教育研究所碩士論文。
- 李昱憲(2007), 台中市國民小學行政人員情緒勞務與工作倦怠相關之研究, 國立新竹教育大學教育學系碩士班碩士論文。
- 李聖民(2008), 國民小學教師工作壓力、社會支持與職業倦怠之關係研究, 高雄師範大學教育學系碩士論文。
- 李雯娣(1999), 國小兒童性格特質之研究, 屏東師範學院國民教育研究所碩士論文。
- 李惠雅(2010), 在外的外籍勞工五大人格特質、跨文化適應與工作倦怠關係之研究, 大葉大學管理學院碩士在職專班碩士論文。
- 呂幸珠(2007), 桃園縣公立國民中學導師工作壓力與工作倦怠相關之研究, 國立臺灣師範大學工業教育學系在職進修碩士班碩士論文。
- 呂秀華(1997), 國民中學教師背景變項、工作壓力、行動控制與工作倦怠關係之研究, 國立政治大學教育研究所碩士論文。
- 吳英璋(1994), 從健康壓力與因應方式談全方位的身心均衡之研究, 國教輔導, 34, 16-29。
- 林雨軒(2009), 桃園縣國小教師工作壓力與休閒運動參與之相關研究, 國立體育大學體育研究所碩士論文。
- 林淑琴(2010), 台中市國中教師工作壓力、教師效能與教師職業倦怠之相關研究, 國立彰化師範大學教育研究所碩士論文。
- 林郁真(2009), 國小特教教師情緒勞務與工作倦怠關係之研究, 國立嘉義大學國民教育研究所碩士論文。
- 邱思瀛(2008), 桃園縣國小低年級教師工作壓力與工作滿意度之研究, 銘傳大學教育研究所碩士在職專班碩士論文。
- 邱惠娟(2009), 國中教師工作壓力、工作倦怠、復原力與幸福感關係之研究 - 以台灣中部地區六縣市為例, 國立彰化師範大學教育研究所碩士論文。
- 郁淑芳(2009), 澎湖縣國民中學教師人格特質與工作壓力相關性之研究, 國立臺南大學教育學系課程與教學澎湖碩士班碩士論文。
- 柯健?(2009), 高雄縣市國民中學教師人格特質、工作壓力與因應策略關係之研究, 國立中山大學教育研究所碩士論文。
- 洪朱璋(2003), 台北市國民小學教師工作壓力與運動參與行為之相關研究, 臺北市立師範學院國民教育研究所碩士論文。
- 洪靜惠(2004), 高雄縣市國民中學專任行政人員人格特質、工作壓力與工作績效關係之研究, 國立高雄師範大學成人教育研究所碩士在職專班碩士論文。
- 翁好卉(2009), 檢驗人格特質(樂觀)、自我效能與工作倦怠的關係—以台灣護士為例, 元智大學領導研究所碩士論文。
- 莊見智(2005), 台北縣國小教師工作壓力、自我效能與職業倦怠感關係之研究, 臺北市立師範學院國民教育研究所碩士論文。
- 莊耀嘉、李雯娣(2001), 兒童性格結構:五大模型的本土化檢驗, 中華心理學刊, 43(1), 65-82。
- 張芳琪(2008), 教師人格特質、工作特性及評鑑制度對工作壓力之影響研究 - 以彰化縣國小教師為例, 大葉大學工業工程與科技管理學系碩士在職專班碩士論文。
- 張春興(1994), 現代心理學。台北:東華。
- 張嘉茹(2008), 台北縣國民小學教師工作壓力與因應策略之研究, 國立臺北教育大學教育政策與管理研究所碩士論文。
- 張曉春(1983), 專業人員工作疲乏研究模式以社會工作員為例。思與言, 21(1), 66-69。
- 許功餘、王登峰與楊國樞(2000), 台灣與大陸華人基本性格向度的比較, 第五屆華人心理與行為科際學術研討會, 中研院民族學研究所。
- 許芷霖(2006), 國小教師工作壓力、因應策略與自我效能關係之研究--以彰化縣為例, 國立嘉義大學國民教育研究所碩士論文。
- 郭生玉(1987), 教師工作壓力與工作心厭關係之研究, 教育心理學報, 22期, 131-146頁。
- 郭耀輝(2004), 國民小學教師工作壓力與職業倦怠關係之研究, 屏東師範學院國民教育研究所碩士論文。
- 陳怡如(2005), 屏東縣國小教師工作壓力對管教行為影響之研究, 國立屏東教育大學初等教育學系碩士班碩士論文。
- 陳怡如(2009), 國民小學一年級教師工作壓力與工作倦怠之關係研究, 國立東華大學教育研究所碩士論文。
- 陳莉佳(2009), 工作壓力對工作倦怠之影響:以人格特質為干擾變數, 淡江大學會計學系碩士班碩士論文。
- 陳聖芳(1999), 台東地區國小教師的工作壓力與工作滿意度之研究, 臺東師範學院國民教育研究所碩士論文。
- 陳馨蘭(1998), 教師人格特質、自我效能、學生行為信念與班級經營風格之相關研究, 國立彰化師範大學教育研究所之碩士論文。
- 游家興(2010), 公立國民中學學務主任人格特質、工作壓力與情緒管理之研究, 國立彰化師範大學教育研究所碩士論文。
- 單小琳(1990), 國中導師專業倦怠與工作壓力社會支持調適的相關研究, 國立政治大學教育研究所博士論文。
- 曾暉(2008), 教師工作倦怠與積極心理資源的開發。中國學校衛生, 29(7), 671-672。
- 曾繁基(2010), 高級中等學校學務主任人格特質、工作壓力及因應策略之研究, 國立彰化師範大學工業教育與技術學系碩士論文。
- 黃淑寬(2005), 國小級任教師人格特質、教學信念與班級經營效能關係之研究, 國立臺南大學教育學系輔導教學碩士班碩士論文。
- 黃惠玲(2007), 國小女教師人格特質工作壓力與主觀幸福感之相關研究, 國立新竹教育大學人資處輔導教學碩士班碩士論文。
- 黃堅厚(1999), 人格心理學。台北:心理。
- 黃雅芳(2010), 臺中市國民小學級任教師工作壓力與班級經營效能關係之研究, 國立臺中教育大學教育學系碩士論文。
- 黃鈴雅(2005), 國小資源班教師人格特質與工作壓力之研究---以桃園縣為例, 臺北市立教育大學身心障礙教育研究所碩士論文。
- 黃慶化(2008), 教師工作壓力與工作滿意關係之研究:以桃園縣國民小學教師為例, 國立臺北教育大學教育政策與管理研究所碩士論文。
- 彭楊盛(2009), 國小教師人格特質、生涯發展與幸福感之研究, 大葉大學教育專業發展研究所碩士在職專班碩士論文。
- 馮美珠(2007), 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國，立屏東教育大學心理輔導教育研究所碩士論文。彭楊盛（2009），國小教師人格特質、生涯發展與幸福感之研究，大葉大學教育專業發展研究所碩士在職專班碩士論文。楊宜蓁（2009），國小教師人格特質與班級經營效能關係之研究，國立東華大學教育行政與管理學系碩士論文。楊素青（2010），台南縣國民小學教師工作壓力與情緒管理關係之研究，國立中正大學教學專業發展數位學習碩士在職專班碩士論文。楊國樞（1982），實用心理學，台北：黎明文化。楊國樞（1999），中國人的五大性格向度：本土化的實徵研究，中華心理學年會。楊國樞、張春興（1975），心理學，台北：三民書局。楊國樞、葉光輝、黃曬莉（1989），孝道的社會態度與行為：理論與測量，中央研究院民族學研究所集刊，65，171-227。楊智翔（2009），國小教師人格特質、幸福感與師生關係之研究，國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系碩士論文。遇中興（2009），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，國立彰化師範大學工業教育與技術學系碩士論文。路婉林（2010），國小教師人格特質與教師效能之相關研究-以台南市教師為例，國立臺中教育大學教育測驗統計研究所碩士論文。葉兆祺（1999），國民小學實習教師工作壓力與因應方式之研究，臺中師範學院國民教育研究所碩士論文。葉青雅（2004），國小教師人格特質、人際關係和寬恕態度三者相互關係之研究，國立新竹教育大學進修部輔導教學碩士班碩士論文。劉金輝（2009），國小教師人格特質與其教學創新關係之研究，國立屏東教育大學社會發展學系碩士論文。劉淑慧（1988），助人工作者職業倦怠量表之編製與調查研究，國立彰化師範大學輔導研究所碩士論文。蔡享呈（2007），男女國小教師工作壓力、因應策略與憂鬱傾向之差異研究，中國文化大學心理輔導研究所碩士論文。蔡佩宜（2008），國小教師工作壓力、休閒調適策略與健康相關生活品質之相關研究，國立臺北教育大學教育事業創新經營碩士學位班在職進修專班碩士論文。蔡翠娥（2005），台北市國小教師工作壓力、因應方式與工作滿意度之研究，臺北市立師範學院國民教育研究所碩士論文。鄭志隆（2008），屏東縣國民小學校長人格特質與學校創新經營關係之研究，國立屏東教育大學教育行政研究所碩士論文。鄭良得（2008），桃園縣國民小學資訊組長角色壓力與工作倦怠關係之研究，中原大學教育研究所碩士論文。駱仁（2006），國民小學兼任行政工作教師工作壓力與工作滿意度之研究-以雲林縣為例，國立嘉義大學國民教育研究所碩士論文。賴東榮（2009），國立高中職教師工作倦怠、情緒智慧與教師效能感關聯性之研究，國立彰化師範大學工業教育與技術學系碩士論文。劉舒妍（2009），會計從業人員人格特質、工作倦怠、工作壓力之關聯性研究。大葉大學會計資訊學系碩士班碩士論文。謝中平（2008），國民小學教育人員情緒勞務負荷、社會支持與工作倦怠關係之研究 - 以台中市公立國民小學為例，國立彰化師範大學工業教育與技術學系碩士論文。謝俊民（2009），加護病房護理人員人格特質、情緒智力、工作特性、情緒勞務與工作倦怠關係之研究，國立成功大學高階管理碩士在職專班碩士論文。謝連陽（2007），國民中學資訊組長工作壓力與工作倦怠之研究，國立嘉義大學國民教育研究所碩士論文。簡淑惠（2010），新竹縣國民小學教師工作壓力與學校組織文化之研究，國立臺北教育大學教育政策與管理研究所碩士論文。蘇耿輝（2008），國小教師工作壓力、情緒管理與管教信念之相關研究，致遠管理學院教育研究所碩士論文。蘇暉貴（2007），人格特質、工作倦怠與興趣之相關研究 - 以國內銀行業為例，國立彰化師範大學人力資源管理研究所碩士論文。謝連陽（2007），國民中學資訊組長工作壓力與工作倦怠之研究，嘉義大學國民教育研究所碩士論文。濮世璋（1997），國小校長轉型領導、教師制握信念與教師職業倦怠關係之研究，國立政治大學教育研究所碩士論文。戴國良（2008），組織行為學，台北市：五南。韓繼成（2002），國民中學訓導人員角色壓力、人格特質與工作滿意度的關係之研究，高雄師範大學教育學系博士論文。顧麗芬（2009），國小導師工作倦怠與情緒管理能力之探討 - 以彰化縣為例，國立彰化師範大學商業教育學系碩士論文。? 二、英文部分 Allport, G. W. (1961). *Pattern and Growth in Personality*. New York: Holt, Rinehart & Winston. Allport, G. W., and Odbert, H. S. (1936). Trait-names: A psycho-lexical study. *Psychological Monographs*, 47, No.1. Burke and Weir (1980). What stresses school administrators. *Theory into Practice*, 22, 64-69. Carroll, J. X., and White, W. (1982). Theory building: Integration individual and environmental factors within an ecological framework. In W. S. Paine (ed.), *Job stress and burnout*. California: Sage. Cattell, R.B. (1943). The Description of Personality: Basic Trait Resolved into Clusters. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 38, 476-506. Cooper, C. L., and 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. Cooper, C. L. & Baglioni, A. J., (1988). A structural model approach toward the development of a theory of the link between stress and mental health, *British Journal of Medical Psychology*, 87-102. Edelwich, J., and Brodsky, A. (1980). *Burnout: Stage of disillusionment in the helping profession*. New York: Human Sciences Press. Edelwich, J., and Brodsky, A. (1982). Training guidelines linking the workshop experience to needs on and off the job. In W. S. Paine (Eds.). *Job stress and burnout*. Beverly Hills: Sage. Farber, B. A. (1983). *Stress and burnout in human professions*. New York: Pergamon Press. Fiske, D. W. (1949). Consistency of factorial structure of personality ratings from different sources. *Journal of Personality and Abnormal Psychology*, 44, 329-344. Freudenberg, H.J. (1974). Staff Burnout. *Journal of Social Issues*, 30(1), 159-165. Goldberg, L. R. (1992). The development of markers for the Big-Five factor structure. *Psychological Assessm.* Greenberg, G., and Baron, R. (1997). *Behavior in organization* (6th ed.). Nglewoodiffs, N. J.: Prentice-Hall. Harrison, S.N. (1983) The sources of burnout among the elementary teachers Mississippi. *Dissertation Ab-stracts International*, 43, 31 Iwanicki, E. F. (1990). Teacher evaluation for school improvement. In J. Millman & L. Darling-Hammond (Eds.), *The new handbook of teacher evaluation: Assessing elementary and secondary school teachers* (pp.35-45). Newbury Park, CA: Sage. Plenum. Karger, H.J. (1981). Burnout as alienation. *Social Service Review*, 55, 270-283. Kassarian, Harold H. (1971), "Personality and Consumer Behavior: A Review," *Journal of Marketing Research*, 8 (November). 409-18 Kyriacou, C., and Sutcliffe, J. (1978). Teacher Stress: Prevalence, sources and symptoms. *British journal of Education Psychology*, 48, 159-167. Liljegren, M. (2008). *Health at Work: The relationship between organizational justice, behavioral responses, and health*. Unpublished doctoral dissertation, Linkoping University, Sweden. Maslach, C., and Jackson, S.E. (1981). The measurement of experience burnout. *Journal of Occupational Behavior*, 2(1), 99-113. McCrae, R. R. and Costa, P. T. Jr. (1987). Validation of the five-factor model of personality across instruments and observers, *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 81-90. Tellenback, S., Brenner, S. and Lofgren, H. (1983). Teacher stree: exploratory model building. *Journal of Occupational Psychology*, 56, 20. McGuire, W. (1979).

Teacher burnout. *Today's Education*, 68(4), 5. Moracco, J. C., and McFadden, H. (1982). The Counselor ' s role in Reducing Teacher Stress. *The Personnel and Guidance Journal*, 42, 549-552 . Norman, W. T. (1963). Toward an adequate taxonomy of personality attributes: Replicated factor structure. Pithers (1995). Teacher stress research: Problem and process. *British Journal of educational Psychology*, 65, 387-392. Robbins, S. P. (1996). *Organizational behavior: Concepts, controversies, and application* (7th ed.). New Jersey: Prentice-Hall. Selye, H. (1956). *The stress of life*. New York: Smith, R.L. and Mc Carthy, M.B. (1982). Teacher burnout and Perceived job security. At The Annual Meeting of The American Association of Colleges for Teacher uca turs. Houston, Texax. Steers (1988) . *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 66, 574-583. Tupes, E. C. and Christal, R. E. (1961). Recurrent personality factors based on trait ratings. *Journal of Personality*, 60, 225-251. Zimbardo P. G.. (1985). *Psychology and life* (12th ed.). Glenville, IL: Scott, Foresman.