

南投縣國小教師工作壓力與休閒活動需求相關性分析

杜智敏、呂崇銘

E-mail: 382079@mail.dyu.edu.tw

摘要

本研究旨在瞭解國小教師工作壓力與休閒活動需求之現況，並探討不同背景之國小教師工作壓力及休閒活動需求差異情形，同時探討其間之相關情形。研究方式採用隨機抽樣法針對南投縣國小教師進行研究問卷調查，共發出300份問卷，回收297份(99%)，經以描述性統計、t檢定、單因子變異數分析及迴歸分析等統計進行考驗分析後，研究結論為：南投縣國小教師知覺工作壓力屬於中等程度，以「工作熱忱」壓力為最高，來自「學生行為」的壓力為最低；對於休閒活動需求程度屬於中等程度，以「閒逸型」為最高，對於「社交型」需求為最低。在感受工作壓力部分，僅有不同年齡及任教年資的國小教師在「工作熱忱」的感受程度上有差異存在。在休閒活動需求部分，僅有不同任教年資的國小教師在「閒逸型」需求上有差異存在。教師對於工作壓力的感受程度對於休閒活動需求具有正面之影響效果。本研究並針對研究結果對實務應用及未來研究進行建議。

關鍵詞：國小教師、工作壓力、休閒活動需求

目錄

摘要 iii	Abstract iv	誌謝 v	目錄 vi	表目錄 viii	圖目錄 x
第一章 緒論 1	第一節 研究背景與動機 1	第二節 研究目的 4	第三節 研究問題 4	第四節 研究範圍與限制 4	第五節 名詞解釋 5
第二章 文獻探討 7	第一節 工作壓力之相關研究 7	第二節 休閒需求之相關研究 13	第三節 工作壓力對休閒需求影響之研究 17	第三章 研究方法 19	第一節 研究架構 19
第二節 研究流程 20	第三節 研究對象 21	第四節 研究工具編製 24	第五節 資料分析方法 37	第四章 研究結果與討論 39	第一節 樣本基本資料分析 39
第二節 不同背景變項國小教師工作壓力之現況與差異情形性 41	第三節 不同背景國小教師休閒活動需求之現況與差異性分析 51	第四節 工作壓力、休閒活動需求影響情形 62	第五章 結論與建議 66	第一節 結論 66	第二節 建議 67
參考文獻 68	附錄一 預試問卷 77	附錄二 正式問卷 80	表目錄 表3-3-1樣本人數分佈表 23	表3-4-1研究問卷工作壓力之問卷題目 25	表3-4-2休閒活動需求之問卷題目 27
表3-4-3工作壓力問卷鑑別力分析摘要表 30	表3-4-4工作壓力之因素分析及信度分析彙整表 32	表3-4-5休閒活動需求問卷鑑別力分析摘要表 34	表3-4-6休閒活動需求之因素分析及信度分析彙整表 36	表4-1-1工作壓力各因素構面描述統計摘要表 40	表4-1-2休閒活動需求各因素構面描述統計摘要表 40
表4-2-1不同性別教師工作壓力差異分析比較表 41	表4-2-2不同性別教師工作壓力統計表 42	表4-2-3不同年齡國小教師工作壓力之變異數分析摘要表 44	表4-2-4不同任教年資國小教師工作壓力之變異數分析摘要表 46	表4-2-5不同學歷國小教師工作壓力之變異數分析摘要表 48	表4-2-6不同學校規模國小教師之變異數分析摘要表 50
表4-3-1不同性別教師休閒活動需求差異分析比較 51	表4-3-2不同年齡國小教師對休閒活動需求之變異數分析摘要表 54	表4-3-3不同年資國小教師對休閒活動需求之變異數分析摘要表 57	表4-3-4不同學歷國小教師對休閒活動需求之變異數分析摘要表 59	表4-3-5不同學校規模國小教師對休閒活動需求之變異數分析摘要表 62	表4-4-1工作壓力對休閒活動需求的迴歸分析摘要表 .63
圖目錄 圖3-1-1研究架構 19	圖3-2-1研究流程 20				

參考文獻

- 一、中文部分 王琦瑜(2006)。臺北市國中生課業壓力與休閒需求之相關研究。國立台灣師範大學體育學系研究所碩士論文。文崇一(1990)。台灣居民的休閒活動。台北:東大出版。汪慧玲、沈佳生(2010)。幼保系學生任教意願之調查研究。美和技術學院學報, 29(1), 103-119。呂佩珊(2006)。大台北地區國小教師工作壓力、休閒參與與身心健康之相關研究, 華梵大學工業工程與經營資訊學研究所。余嬪(1999)。婦女的忙與盲—談婦女的休閒賦權與自覺。1999性別與兩性研究會。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。吳筱雯(2004)。桃園縣國中已婚女性教師生活壓力與休閒參與、休閒滿意及幸福感之相關研究, 國立體育學院碩士論文。吳學燕(1995)。警察壓力管理, 收錄於「第二屆警察行政管理學術研討會論文集」, 中央警察大學行政管理學系主辦, 40-46。吳萬益與林清河(2005)。企業研究方法(Business Research Methods), 第2版, 華泰圖書出版公司。吳明順(2002)。國中主任工作壓力與因應策略之研究。國立彰化師範大學教育研究所碩士論文。何吉郡(2005)。空軍志願役人員工作壓力、休閒活動需求及其參與關係之探討—以空軍官校為例, 大葉大學休閒事業管理學系碩士論文。林鳳貞(2004)。兒童壓力反映與解除壓力方式之探討。馬偕學報, 4, 25-40。林育妃(2005)。國民小學總務主任工作壓力與工作滿意度關係之研究。屏東師範學院教育行政研究所碩士論文。李碧玉、柯任貴、黃士惠、李翠芬、李美靜、莊昭華(2005)。健康促進與護理。臺北:啟英文化事業有限公司。許義雄(1980)。休閒的意義、內容及其方法。體育學報, 2, 27-40。連婷怡(1998)。台北縣國小教師休閒態度與休閒參與之相關研究。國立新竹師範大學國民教育研究所, 未出版碩士論文, 新竹市。邱秀霞、吳政崎(2003)。台北地區護理人員參與休閒運動現況

之研究。台灣體育運動管理學報，2，66-84。郭秀娟(2005)，運動休閒健康管理總論。臺北:新文京。唐全騰(2009)。國中生生活壓力、壓力因應及憂鬱情緒之相關研究-以新竹縣為例。國立新竹教育大學教育心理與諮商學系研究所碩士論文。程一民(1996)，國民小學教師工作壓力與因應方式之研究，市立臺北師範學院碩士論文。游森期、余民寧(2006)。網路問卷與傳統問卷之比較:多樣本均等性方法學之應用。測驗學刊，53(1)，103-127。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，國立臺東師範學院碩士論文。陳柏齡(2000)。國中生生活壓力、失敗容忍力與憂鬱傾向之相關研究。國立高雄師範大學教育研究所，碩士論文，高雄市。陳弘順(2007)。大學生休閒活動與休閒教育推展之探討。休閒運動期刊，6，63-68。陳寬裕、王正華(2009)。論文統計分析實務Spss與Amos的運用。臺北市:五南。劉雅惠(2011)，中小學教師工作壓力之探究，學校行政，72期，77-98頁。張家銘、吳政杰、江金山(2006)。屏東市居民休閒需求及休閒阻礙之研究。運動事業管理學術研討會論文集，5，1-6。張宮熊(2002)。休閒事業概論(第一版)。台北市:揚智文化事業股份有限公司。張孝銘、高俊雄(2001)。休閒需求與休閒阻礙間之相關研究--以彰化市居民為實證。體育學報，30，143-152。詹三源(2001/5/29)，28%中小學教師鬱卒。聯合報，<http://192.192.148.27/news/2001/05/29/2001-0529ud01.html>。鄧建中(2002)，綜合高中教師休閒需求及參與之研究，私立朝陽科技大學碩士論文。蔡嘉慧(1998)。國中生的社會支持、生活壓力與憂鬱傾向之相關研究。國立高雄師範大學教育研究所，碩士論文，高雄市。鄭嬭云(2007)。台中市游泳指導人員的工作倦怠、休閒活動需求及休閒活動參與之研究。未出版碩士論文，國立台灣體育學院，臺中市。鄭琦玉。(1995)。日月潭風景特區遊客特性及遊憩需求型態分析。觀光研究學報。1(4)，39-53。曾文志(2006)。復原力保護因子效果概化之統合分析。諮商輔導學報，14，1-35。曾文志(2007)。大一學生歷經創傷事件與復原力模式之研究。教育心理學報，39(2)，317-334。曾文志(2008)。大學生的生活事件、人際長處與心理健康之復原力取向研究:仲介與調節效果的探討。教育心理學報，40(2)，221-240。曾中正(2009)，基層員警之工作壓力、休閒參與、休閒滿意度與工作滿意度之探討以臺南地區為例，運動知識學報，第5期，293-304。謝瀛華(1992)。快樂人生:怎樣克服壓力和憂鬱。台北:健行文化。賴美娟(1997)，高雄市基層警察工作壓力、休閒活動參與現況，中央警察大學學報，(31)，203-226。盧雅萍(2006)，高雄市國小級任教師運動參與行為、工作壓力與身心健康之研究，國立高雄師範大學教育學系碩士論文。盧俊宏(1998)，從事體適能運動所帶來的106種利益。臺灣省學校體育，第47期，17-22。藍采風(2000)。壓力與適應。台北市:幼獅文化。藍采風、廖榮利(1994)。組織行為學。台北:三民。藍采風(2003)。全方位壓力管理。台北市:幼獅。蘇國興(2004)，臺北市國小教師工作壓力、運動行為與身心健康之相關研究，臺北市立師範學院國民教育研究所碩士論文。二、英文部份 Arthur PB, Randall SS, Mary VS, Managing job stress. Canada: Brown & Company, 1981. Beehr TA, Newman JE, Job stress, employee health, and organizational effectiveness: A facet analysis, model and literature review. Personal Psychology.1978; 31: 665-669. Brightbill, C.K. (1960). The challenge of leisure. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall. Beehr, T. A., & Newman J.E. (1978).Job stress, employee health, and organization effectiveness: A facet analysis, model and literature review. Personnel Psychology,31, 665-699. Caltabiano, M. L. (1994). Measuring the similarity among activities based on perceived stress-reduction benefit. Leisure Studies, 13(1), 17-31. Chaplain, R.P. (1995).Stress and job satisfaction: A study of English primary school teachers. Educational Psychology, 15(4), 473-498. Caplan, R.D., Jones, K.E., Effect of work load, role ambiguity and type A personality on anxiety, depression and heart rate, J of Appl Psychol. 1975;60: 713-719 Cumming, T.G., Cooper, C.L., A cybernetic frame work for studying occupational stress, Human Relation. 1979; 32: 395-481. Cunningham, S. M.(1967). The Major Dimensions of Perceived Risk. In D.F. Cox(Ed.), Risk Taking and Information Handling in Consumer Behavior,Boston: Harvard University Press, 82-108. Caplan, R. D., & Jones, K. E. (1975). Effects of work load, role ambiguity, and type A personality on anxiety, depression, and heart rate. Journal of Applied Psychology, 60, 713-719. Cooper, C. L. & Payne, R. (1980).Current Concerns in Occupational Stress, JohnWiley and Sons. Clark, E. H. (1980). An analysis of occupation at stress. New York: Plenum Press Deville, J. (1970). Coping with pressure of your job. Supervisory Management, 15,2-5. Deng, J., Walker, G. J., & Swinerton, G. (2005). Leisure attitudes: A comparison between Chinese in Canada and Anglo-Canadians. Everly, G. S. Jr. & Rosenfeld, R.(1981).The nature and treatment of the stress response. New York: Plenum Press. French,J.,Roger,W.,&Cobb,S.(1974).Adjustment as rson-environment fit. In G. V. Koelho, D. A. Hamburg, & J.E. Adams (Eds.). New York: Basic Books. Huang, A. C. H. (2000) , Taiwanese university students ' satisfaction withsports facilities and exercise equipment in school. Doctor ' s dissertation, University of South Dakota,Vernilliom, U.S.A. Hutchinson, S. L., Baldwin, C. K., & Oh, S. S. (2006). Adolescent coping:Exploring adolescents ' leisure-based responses to stress. Leisure Sciences,28(2), 115-131. Ivancevich, J. M. & Matteson,M. T. (1980). Stress and Work a Managerial Perspective. New York: Scoot, Foresman. Iso-Ahola, S. E., & Allen, J. R. (1982) .The dynamics of leisure motivation: The effect of outcome on leisure needs. Research Quarterly for Exercise and Sport, 53,141-149. John R, Edward A, An organ system approach. Handbook of stress medicine. 1998. Jackson, E. J. &Dunn, E. (1988). Integrating ceasing participation withother aspects of leisure behavior. Journal of Leisure Research, 20(1), 31-45. Kabanoff, B., & O ' Brien, G. E. (1986). Stress and the Leisure Needs and Activities of Different Occupations. Hunan Relations, 39(10), 903-916. Kraus, R. G. (1990) , Recreation and leisure in the modern society. 4 th Ed . Harper Collins. Kyriacou C., Sutcliffe J. Teacher Stress and Satisfaction. Educational Research. 1979; 21: 89-96.. Kyriacou, C., & Sutcliffe, J. (1979) , Teacher stress:Prevalence, sources and symptoms. British Journal of Educational Psychology, 48 (2) , 159-167. Kahn, R. L., Wolfe, D. M., Quinn, R. P., Snoek, J. D. & Rosenthal, R. A. (1964).Organizational stress: Study in role conflict and role ambiguity. New York: John Wiley. Lazarus, R. S. (1966) Psychological Stress and the Coping process. N. Y.: McGraw-Hill. Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). Stress, appraisal and coping. New York: Springer. Lavery, N.(1975) The demand for recreation : A review of studies. Town Planning Review, 46(2), pp.185-200. Needle,. H., Griffin, T., Sevendsen, R., Berney, C. (1980). Teacher stress: Sources and consequences. The Journal of School Health, February, 96-99. Noppe C. I., Noppe D. L., & Bartell D. (2006). Terrorism and Resileice: Adolescents ' and Teachers ' Responses to September 11,2001. Death Studies, 30, 41 – 60. Pithers, A.F. (1995). The sociological study of stress. Journal of Heath & Social Behavior, 30,241-256. Robbins SP, Organizational Behavior: Concepts, Controversies and Applications. 5th ed., Enblewood Cliffs, NJ: Prentice

Hall, 1991. Shaw, B. J., & Weekley, A. J. (1985). The Effects of Objective Work-load variations of Selye, H. (1956) , The stress of life. New York:McGraw-Hill. Tellenback, S., Brenner,S., D., & Lofgren, H (1983) , Teacher stress:Exploratory model building. Journal of Occupational Psychology, 56, 19-33. Schuler RS, Definition and conceptualization of stress in organizations.Organization Behavior and Human Performance. 1980; 25: 184-215. Schuler, T. S. (1980). Definition and Conceptualization of Stress inOrganization. Organizational Behavior and Human Performance, 25,184-215. psychological strain and Post-Work-Load performance. Journal of management,11(l), 87-98. Weiss, R. S., & Kahn, R. L. (1960).Definition of work and occupation. Social roblems, 8,142-151. Witt, P. A., & Ellis, G. D. (1989).The Leisure Diagnostic Battery Users Manual.State College, PA: Venture.