

# 幼兒體育指導員工作滿意度、職場生涯發展與工作倦怠之研究

莊登科、雷文谷

E-mail: 9806162@mail.dyu.edu.tw

## 摘要

本研究主要目的在瞭解幼兒體育指導員工作滿意度、職場生涯發展與工作倦怠之現況，並分析不同背景變項幼兒體育指導員在三個變項之差異。本研究以台中、彰化及雲林三個縣市幼兒體能工作室之幼體指導員為研究對象，利用幼兒體育指導員工作滿意度、職場生涯發展與工作倦怠情形之問卷為研究工具，以立意抽樣的方式進行問卷施測，共計發放了150份問卷，回收142份，有效問卷135份，回收率為95.1%。分析後所得結果如下：

(一)幼兒體育指導員整體工作滿意度感受為中上程度。

(二)幼兒體育指導員整體職場生涯發展感受為中上度。

(三)幼兒體育指導員整體工作倦怠感受為中下程度。

(四)不同婚姻情形幼兒體育指導員在工作滿意度上顯著差異。

(五)不同畢業科系、婚姻、教學年資、月收入及是否參與幼兒體育相關研習之幼兒體育指導員在職場生涯發展有顯著差異。

(六)不同畢業科系、婚姻、教學年資幼兒體育指導員在工作倦怠上有顯著差異。

(七)工作滿意度、職場生涯發展與工作倦怠間皆為顯著負相關。

(八)工作滿意度和職場生涯發展均能有效預測工作倦怠情形。

關鍵詞：幼兒體育指導員、工作滿意度、職場生涯發展、工作倦怠

## 目錄

中文摘要	iii
英文摘要	iv
誌謝辭	vi
內容目錄	vii
表目錄	ix
圖目錄	xii
第一章 緒論	1
第一節 研究背景與動機	1
第二節 研究目的	3
第三節 研究問題	4
第四節 研究範圍	4
第五節 研究限制	4
第六節 名詞解釋	5
第二章 文獻探討	6
第一節 台灣幼兒體能教學發展	6
第二節 工作滿意度相關文獻探討	10
第三節 職場生涯發展相關文獻探討	18
第四節 工作倦怠相關文獻探討	26
第三章 研究方法	36
第一節 研究架構	36
第二節 研究過程	37
第三節 研究對象與取樣	37
第四節 研究工具	38
第五節 統計分析	47
第四章 研究結果與討論	49
第一節 幼兒體育指導員背景現況分析	49
第二節 幼兒體育指導員工作滿意度分析	50

第三節 幼兒體育指導員職場生涯發展分析 . . . . .	62
第四節 幼兒體育指導員工作倦怠分析 . . . . .	75
第五節 工作滿意度、職場生涯發展與工作倦怠之相關分析 . . . . .	86
第六節 工作滿意度與職場生涯發展對工作倦怠之預測 . . . . .	88
第五章 結論與建議 . . . . .	93
第一節 結論 . . . . .	93
第二節 建議 . . . . .	96
參考文獻 . . . . .	98
附錄A 台灣幼兒體能發展紀錄 . . . . .	111
附錄B 預試研究問卷 . . . . .	119
附錄C 正式研究問卷 . . . . .	123

## 參考文獻

- 一、中文部份王健次(1991), 台灣省的幼兒體育運動, 國民體育季刊, 20(1), 69-80。王俊民(1990), 國民中學教師成就動機與職業倦怠之關係研究, 國立政治大學教育研究所未出版之碩士論文。王敬芷(1994), 台灣地區公共圖書館工作環境與館員工作倦怠之研究, 國立台灣師範大學社會教育研究所未出版之碩士論文。王博弘(1998), 台北市國民小學工友工作滿意度調查研究, 國立花蓮師範學院國民教育研究所未出版之碩士論文。江旺益, 黃永寬(2004), 幼兒體育教師專業能力之探討, 大專體育, 72, 102-106。江旺益, 黃永寬(2003), 幼兒運動遊戲課程之風險管理, 大專體育, 64, 90-96。行政院青輔會(2002), 生涯規劃[線上資料], 來源: <http://life.nyc.gov.tw/expand/expandview.asp?catid=101>[2008 July 18]。牟素雯(2002), 人力成本精簡方案和員工個人特質對工作態度與生涯規劃認知相關研究-以新竹科學園區積體路產業為例, 中原大學企業管理研究所未出版之碩士論文。朱宏偉(2008), 國民小學樂樂棒球校隊教練參與動機、領導行為與工作滿意度之相關研究 - 以彰化縣為例, 彰化縣大葉大學運動事業管理研究所未出版之碩士論文。李詠秋(2003), 原住民大學生生涯發展狀況、生涯自我效能與其生涯阻礙因素之關係研究, 國立新竹師範學院國民教育研究所未出版之碩士論文。李垣武(1988), 台灣省國民小學教師工作疲乏與其背景因素差異之研究, 國立台灣師範大學教育研究所未出版之碩士論文。李美燕(1995), 臺灣地區大學圖書館館員工作倦怠現象研究, 淡江大學教育資料科學研究所未出版之碩士論文。杜光玉, 鍾國銘(2008), 幼兒運動遊戲師資專業化之探討, 大專體育, 97, 58-63。杜光玉(2003), 幼兒運動遊戲器材之探討。大專體育, 69, 32-36。杜光玉(2004), 大地托兒所家長對幼兒運動遊戲課程看法之調查研究。?文發表於2004?台灣體育運動與健康休閒發展趨勢研討會。嘉義縣, 吳鳳技術學院。辛秋菊(1993), 生涯發展、離職傾向及其關係之研究 - 以製造業及服務業為研究對象, 淡江大學管理科學研究所未出版之碩士論文。何信助(1999), 國民中學教師工作倦怠與學校組織氣氛關係之探討, 國立雲林科技大學文理通識學科科技學刊, 1(8), 83-96。何永彬(2001), 運動休閒俱樂部之運動指導員職場生涯發展、工作情境及工作倦怠之相關研究, 輔仁大學體育學系未出版之研究所碩士論文。林靖芬(1999), 台北市國小女性教師生涯發展與工作滿意度之研究, 國立台灣師範學院國民教育研究所未出版之碩士論文。林幸台(1987), 生計輔導的理論與實施, 台北:五南出版社。林欽榮(1994), 生涯規劃在管理上的重要性, 人事管理, 2, 4-15。林風南(1990), 幼兒體能與遊戲, 台北:五南圖書出版公司。林海清(1994), 高中教師激勵模式與工作滿意服務士氣教學效能之研究, 國立政治大學教育研究所未出版之碩士論文。林義豐(2005), 台南縣國小學校行政服務品質與教師工作滿意度關係之研究, 國立臺南大學教育經營與管理研究所未出版之碩士論文。林保源(1998), 中華基督教青年會游泳訓練班教練工作倦怠與上級領導行為關係之研究, 國立臺灣大學體育研究所未出版之碩士論文。吳雅芳(2007), 中部區域幼稚園幼兒運動遊戲課程實施現況與園長認知程度之研究, 輔仁大學體育系未出版之碩士論文。徐瑞娟(2007), 休閒健身俱樂部運動指導員工作滿意度與職場生涯發展之研究 - 以中部地區為例, 台灣體育學院體育研究所未出版之碩士論文。梁玉秋(2002), 國民中學棒球教練工作壓力與工作倦怠之研究。輔仁大學體育學系未出版之碩士班論文。梁素君(1999), 職場生涯發展與工作倦怠關係之研究, 中國文化大學觀光事業研究所未出版之碩士論文。許義雄(1994), 運動教育與人文關懷(上) - 政策與思想篇, 臺?市:師大書苑。許士軍(1995), 管理學。臺北市:東華書局。許士軍(1977), 工作滿足、個人特徵與組織氣候, 政大學報, 35, 13-51。教育部(2007), 推動幼稚園運動遊戲方案[線上資料], 來源: [http://www.edu.tw/EDU\\_WEB/EDU\\_MGT/PHYSICAL/EDU-7663001/sport/930204.doc](http://www.edu.tw/EDU_WEB/EDU_MGT/PHYSICAL/EDU-7663001/sport/930204.doc)[2007 October 23]。陳木金(2004), 追尋生命發展的彩虹 - 談生涯教育[線上資料], 來源: <http://163.20.44.7/gsjh/web/right/career/career/jh/pro/16.doc>[2004 June 5]。陳鴻雁, 黃永寬(2005), 國內幼兒運動遊戲實施現況調查結果, 幼兒運動遊戲年刊, 1, 9-27。陳秋蓉(1991), 國民小學校長轉型領導與教師工作滿意關係之研究 - 以台灣北部五縣市為例, 國立新竹師範學院國民教育研究所未出版之碩士論文。陳博楨(2005), 台北縣市幼兒運動遊戲指導員工作價值觀、工作投入與工作倦怠之研究, 輔仁大學體育學系研究所未出版之碩士論文。陳佳瑩(2005), 國中體育教師工作壓力、壓力因應方式與工作倦怠之研究, 國立體育學院運動科學研究所未出版之碩士論文。郭志純(2003), 國民小學教師工作壓力、社會支援與職業倦怠之研究, 國立嘉義大學教育學院國民教育研究所未出版之碩士論文。黃永寬(2007), 幼兒運動遊戲課程實施概況之探討, 輔大體育學刊, 6, 137-149。黃榮真(1992), 啟智教養機構教保人員工作滿意、工作壓力及其因應方式之研究, 國立彰化師範大學特殊教育研究所未出版之碩士論文。張苙雲(1989), 行政機關女性公務人員的現況與發展, 台北:行政院研究發展委員會委託專案研究。楊朝祥(1989), 生計輔導 - 終生的輔導歷程, 台北:行政院青年輔導委員會。楊誌卿(1997), 教師的工作壓力與自我調適, 社教資料雜誌, 225

9-11。蔡仁川(2004)，師院轉型後體育學系學生的生涯規劃，*國教世紀*，213，7-14。蔡金田(1998)，國民小學啟智班教師工作壓力與職業倦怠之關係，*教育研究資訊*，116(6)，69-87。劉淑慧(1987)，助人工作者職業倦怠量表之編制與調查研究，國立台灣教育學院輔導研究所未出版之碩士論文。劉妙真(2004)，幼稚園教師工作壓力、社會支持與職業倦怠之研究，屏東師範學院國民教育研究所未出版之碩士論文。劉怡秀(2004)，運動健身俱樂部之運動指導員休閒參與、職場生涯發展與工作倦怠之研究，雲林科技大學休閒運動研究所未出版之碩士論文。廖學明(2007)，臺灣幼兒體育發展之研究，臺北市立體育學院運動科學研究所未出版之碩士論文。廖貴鋒(1986)，國中教師角色衝突、角色不明確與工作倦怠之研究，國立台灣師範大學教育研究所未出版之碩士論文。鄭媛文(2005)，桃園縣國小資源班教師工作壓力與工作滿意度相關之研究，中原大學教育研究所未出版之碩士論文。潘安堂(2002)，國民小學教師授能與工作滿意之研究，國立暨南教育政策與行政研究所未出版之碩士論文。謝月英(1988)，三種輔導介入策略對國小教師工作倦怠、非理性信念及內外控信念影響效果之實驗研究，國立台灣師範大學教育研究所未出版之碩士論文。謝金青(1993)，國民小學行政兼職教師角色衝突與工作滿意之研究，國立政治大學教育研究所未出版之碩士論文。鄧崇英(1995)，如何輔導職業倦怠的學校教師，*諮商與輔導*，119，38-40。賴奕文(2005)，台灣地區縣市督學工作壓力與工作滿意度之研究，國立台北師範學院教育政策與管理研究所未出版之碩士論文。鍾靜琪(2004)，保育人員與幼教老師的工作滿意度 - 以台中市為例，朝陽科技大學幼兒保育系碩士班未出版之碩士論文。蘇素美(1995)，美國教師的「職業倦怠」之探討，*教育資料文摘*，35(3)，135-147。蘇伊文(1993)，教師職業倦怠研究的回顧與前瞻，*初等教育研究集刊*，1，105-120。饒邦安(1991)，台北市國小教師行政兼職與工作滿意之研究，國立台灣師範大學教育研究所未出版之碩士論文。

二、英文部份Anderson, M. G. (1980). A study of the differences among perceived need deficiencies, perceived burnout, and selected background variables for classroom teacher. *Dissertation abstracts international*, 41(10), 4218. Ammodson, P. (2000). Job burnout *Society of Management*, 74(3), 11-12. Alderfer, C. P. (1972). Existence, relatedness, and growth. New York: Free Press. Adams, J. S. (1963). Toward an understanding of inequity. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 67, 422-436. Cherniss, C. (1980). Professional burnout in human service organization. New York: Praeger. Edelwich, J., & Brodsky, A. (1980). Burnout: Stages of disillusionment in the helping professions. New York: Human science press. Freudenberger, H. J. (1974). Staff burn-out. *Journal of Social Issues*, 30(1), 159-165. Freudenberger, H. J., & Richelson, G. (1980). Burn out: The high cost of high achievement. New York: Doubleday. Fejgin, N., Ephraty, N., & Ben-Sira, D. (1995). Work environment and burn out of physical education teacher. *Journal of Teaching in Physical education*, 15(1), 64-78. Gaines, J., & Jermier, J. M. (1983). Emotional exhaustion in a high stress Organization. *Academy of Management Journal*, 26(4), 567-586. Ginzberg, E., Ginzburg, S. W., Axelrad, S., & Herma, J. (1951). Occupational Choice: An Approach to a General Theory. New York: Columbia University Press. Henderson, B. (1979). Teacher burnout: How to recognize it, what to do about it. *Learning*, January, 37-39. Hall, D. T. (1986). An overview of current career development theory and practice. In D. T. Hall. *Career development in organization*. Jossey Bass, San Francisco, California. Herr, E. L., & Cramer, S. H. (1988). Career guidance and counseling through the life span: Systematic approaches. Glenview, Illinois: Scott Foresman. Hoppock, R. (1935). Job satisfaction. New York: Random Harper. Hall, T. D., & Louis, M. R. (1988). When career plateau. *Research Technology Management*, 31(2), 41-45. Herzberg, F. (1966). Work and the nature of man. New York: Van Nostrand. Kelly, B. (1990). Carolina an examination of a Model of Burnout in Dual-Role Teacher Coaches DAI 51/12A, 4060. Lester, P. E. (1985). Teacher job satisfaction K-12. *Illinois School Research and Development*, 22, 32-33. Lock, E. A. (1969). What is job satisfaction? *Organizational Behavior and Human Performance*, 4, 309-336. Maslach, C. (1976). Burned-out. *Human Behavior*, 5(9), 16-22. Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. *Psychological Review*, 50, 370-396. Milstein, M., & Golaszewski, T. (1985). Effects of organizationally based and individually based stress management efforts in elementary school settings. *Urban Education*, 19(4), 389-409. Noe, R. A. (1996). Is career management related to employee development and Performance, *Journal of Organizational Behavior*, 7(2), 119-133. Pate, R. P., & McClenaghan, B. (1984). Scientific foundation of coaching. pp. 120-126. New York: Saunders Publishing Co. Robbins, S. P. (2001). *Organizational behavior* (9th ed.). Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice Hall. Super, D. E. (1957). The psychology of careers. New York: Harper & Row. Super, D. E. (1990). A life-span, life-space approach to career development. In D. Brown, L. Brooks, & Associates (Eds.), *Career choice and development* (2nd. Ed.). San Francisco, California: Jossey-Bass. 197-261. Smith, P. C., Kendall, L. M., & Hulin, C. L. (1969). The measurement of satisfaction in work and retirement. Chicago: Rand McNally. Stroh, L. K., Brett, J. M., & Reilly, A. H. (1994). A decade of change-managers attachment to their organizations and their job. *Human Resource Management*, 33(4), 531-548. Tomas, G. (1988). Career development in organizations. San Francisco: Jossey-Bass Inc. Tesluk, P. E., & Jacobs, R. R. (1998). Toward an integrated model of work experience. *Personnel Psychology*, 51(2), 321-355. Vroom, V. H. (1964). *Work and Motivation*. New Jersey: Holt, Rinehart & Winston, Inc.