

國立台灣師範大學教育心理與輔導學系  
教育心理學報，民83，27期，63~79頁

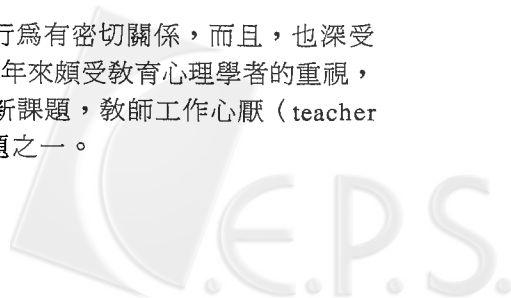
## 影響教師工作心厭因素之分析研究

郭 生 玉

本研究旨在探討教師工作壓力與專業態度係透過何種方式影響教師的工作心厭。研究樣本共有1077位教師，其中男性教師有541位，女性教師有536位。包括國中小教師434位，國中教師383位，高中教師260位。他們分別接受三種量表的施測：「教師工作壓力問卷」、「教師專業態度量表」和「教師工作心厭量表」。所得資料採用典型相關法分析後，得到下列主要發現：(一)在國小教師方面，有三個典型相關達到非常顯著水準，分別為.61、.39及.24。就第一個典型因素而言，六種教師工作壓力與五項專業態度，主要係透過第一個典型因素而影響教師三項工作心厭；就第二個典型因素而言，有三種工作壓力（學生的學習、角色方面、工作負荷）和四項專業態度（接納與信任、輔導信念、顧及個別差異、專心投入），透過第二個典型因素而影響教師的三項工作心厭；就第三個典型因素而言，僅有一種工作壓力（專業發展）與一項專業態度（顧及個別差異），透過第三個典型因素而影響個人成就感與缺乏人性兩項工作心厭。(二)在國中教師方面，有三個典型相關達到非常顯著水準，分別為.65、.41及.26。就第一個典型因素而言，六種教師工作壓力和五項專業態度，主要係透過第一個典型因素而影響三項教師工作心厭；就第二個典型因素而言，有五種工作壓力（人際關係、學生的學習、角色方面、工作負荷、問題行為）和二項專業態度（顧及個別差異、專心投入）透過第二個典型因素而影響三項教師工作心厭；就第三個典型因素而言，僅有三種工作壓力（人際關係、學生的學習、角色方面），透過第三個典型因素而影響個人成就感及缺乏人性兩項教師工作心厭。(三)在高中教師方面，有三個典型相關達到顯著水準，分別為.71、.40及.28。就第一個典型因素而言，六種教師工作壓力和五項專業態度，主要係透過第一個典型因素而影響三項教師工作心厭；就第二個典型因素而言，有一種工作壓力（工作負荷）和五項專業態度（接納與信任、輔導信念、瞭解學生特性、顧及個別差異、專心投入），透過第二個典型因素而影響教師的三項工作心厭。就第三個典型因素而言，僅有一項工作壓力（角色方面）和一項專業態度（瞭解學生特性），透過第三個典型因素而影響個人成就感及缺乏人性兩項工作心厭。

**關鍵詞：**教師壓力，教師心厭，教師專業態度

教學是師生互動的歷程，其成效不但和學生特質與學習行為有密切關係，而且，也深受教師的特質及教學行為的影響。有關學生學習行為之研究，歷年來頗受教育心理學者的重視，而有關教師行為之研究，則在近幾十年來較受研究者關注的新課題，教師工作心厭（teacher burnout）之研究，即為這個領域中愈來愈受關心的研究主題之一。



所謂教師工作心厭，Freudenberger於1975年時，首先將之界定為「助人工作者在情緒與生理上的耗竭狀態」。後來，Maslach & Jackson (1981) 經過實證研究的結果，進一步以三種成份來界定工作心厭，包括情緒耗竭 (emotional exhaustion)、缺乏人性 (depersonalization) 和個人成就感 (personal accomplishment)。具體言之，情緒耗竭係指耗盡了工作的情緒，感到精疲力竭、身心交瘁，而產生了無助感和無望感。缺乏人性係指態度冷漠、對學生缺乏同情心與耐心、指責學生的錯誤。個人成就感係指感受到自己有能力處理問題或幫助學生 (郭生玉，民79)。因此可見，工作心厭一旦產生，個人對服務的對象喪失了關懷與情愛、工作態度消極、情緒低落、沒有工作的滿足感和成就感。

教學工作何以會使教師產生工作心厭？有不少學者提出工作心厭形成的理論模式來解釋此現象，其中最能做為本研究理論依據的是Blase (1982) 所提出的教師工作—動機理論 (teacher performance-motivation theory) 模式和Kyriacou & Sutcliffe (1978) 發展出的教師壓力理論模式。依據Blase的觀點，教師根據學生需求的知覺，應用其努力和教學策略從事教學，以求達到有價值的結果或教學目標。但是，教師的努力和教學策略有時無法克服工作有關的壓力來源 (stressors)，長期累積結果，就產生了工作心厭現象 (郭生玉，民76)。在教師壓力理論模式中，Kyriacou & Sutcliffe特別強調各種壓力來源是否發生作用，須視教師知覺到的威脅而定，而影響教師知覺的因素包含教師的人格特質、信念、態度、價值系統等。如果教師知覺到對自己的自尊和福祉有威脅時，而又不能採取有效的因應策去減少威脅的情況下，就可能導致工作心厭現象的產生 (郭生玉，民78)。從上述兩個理論模式，明顯可知，工作心厭是個人長期處在工作壓力之下，無法有效採取因應機制 (coping mechanisms) 處理壓力來源的結果。因此，工作壓力是形成工作心厭的主要原因，有不少學者的研究，均支持此種觀點 (Alshuler, 1980; Belcastro & Gold, 1983; Brissie et al, 1988; Holt, Fine & Tollefson, 1987; Richarch & Krieshor, 1989; Russell, Altmaier & Van Velzen, 1987)。

教師是一種助人的專業性職業 (helping professions)。許多研究者均認為教學工作具有相當大的壓力 (Cacha, 1981; Farber & Millet, 1981; Paine, 1981)。其壓力來源涵蓋面甚廣，因素更是錯綜複雜。一般而言，教師常遇到的壓力來源包括：訓導問題、學生的冷漠、班級人數、工作負荷、家長的要求與支持、待遇陞遷，及人際關係等。美國全國教育學會 (NEA) 在所出版的「壓力與學校教師」(Stress and the Classroom Teacher) 中，將工作壓力歸類成三大來源：(1)環境因素 (environment factors)，包括：不良的教學資源和設備、課堂中的紛擾行為、過多的文書工作、缺乏晉升機會、不良的學校組織、及工作負荷過重等。(2)人際關係 (interpersonal relationships)，包括：家庭關係、同事關係、與行政人員關係及社會的支持等。(3)個人內在關係 (intrapersonal relationships)，包括：人格特質、完美主義、消極自我觀念、缺乏計畫技巧，及期望偉大成就。(Swick & Hanley, 1980)。

歷年來，研究教師工作心厭的文獻，為數甚多，且多數的研究均明白指出上述三大工作壓力來源是影響教師工作心厭的重要因素 (如Byrne, 1992; Russell, Altmaier & Van Velzen, 1987)。綜合言之，過去在這個主題方面的研究有幾個主要趨勢：第一，偏重教師背景因素和工作心厭關係之研究。例如，研究性別、年齡、年資、職務、任教地區、婚姻狀況等和工作心厭的關係 (郭生玉，民76；黃淑珍，民77；Anderson & Iwanicki, 1984; Beck & Gargiulo, 1983; Schwab, Jackson & Schuler, 1984)。第二，偏重環境因素和工作心厭關係之研究。例如，研究角色衝突、角色模糊、工作負荷、班級氣氛、參與決定、訓導問題等和工作心厭的關係 (郭生玉，民78；廖貴鋒，民75；Armstrong, 1992; Bensky et al., 1980; Bacharach et al., 1986; Chichon & Koff, 1980; French & Caplan, 1973; Jackson et al., 1986; Schwab & Iwanicki, 1982; Hock, 1985; Weiskopf, 1980)。第三，個人內在關係 (人

格特質)因素和工作心厭關係之研究,近年來逐漸受到注意。例如,研究內外控信念、自我觀念、A型人格特質等和工作心厭的關係。(Farber, 1991; Byrne, 1992; Friedman & Farber, 1992; Motowidlo, Packard, & Manning, 1986)。

雖然有愈來愈多的研究者致力於探討教師工作心厭的問題,但是,大多數的研究均強調單一個別因素對教師工作心厭的影響力,而忽略各個因素的綜合影響力。例如,只重視個人內在關係因素或環境因素對工作心厭的單獨影響效果,而很少分析這兩個因素的綜合影響。爲了更清楚正確了解教師工作心厭的影響因素,組合上述因素在一起研究,乃有其必要性和重要性。再從Kyiadou & Sutcliffe (1978)的教師壓力理論模式來看,教師的人格特質、信念、態度或價值系統是決定各種壓力來源能否產生壓力作用,進而導致工作心厭的重要因素。因此,組合環境因素與個人內在關係兩大因素在一起,分析其對教師工作心厭的影響,確有研究上的意義和價值。在探討分析國內外的研究文獻後,筆者發現有關教師的專業態度對教師工作心厭的影響研究,尚缺乏有系統性和實證研究。至於把來自環境因素的工作壓力和教師的專業態度組合一起,分析其對教師工作心厭影響的研究,更是付之闕如。

基於上述原因,本研究擬探討的問題是:教師的工作壓力與專業態度,究竟對國小、國中及高中教師的工作心厭具有何種影響力?而且,這兩大因素係透過何種方式影響教師的三項工作心厭?因此,本研究擬考驗以下三個研究假設:

1. 國小教師所知覺到的六種工作壓力與五項專業態度,和情緒耗竭、缺乏人性、個人成就感等三項教師的工作心厭,具有顯著的典型相關。
2. 國中教師所知覺到的六種工作壓力與五項專業態度,和情緒耗竭、缺乏人性、個人成就感等三項教師的工作心厭,具有顯著的典型相關。
3. 高中教師所知覺到的六種工作壓力與五項專業態度,和情緒耗竭、缺乏人性、個人成就感等三項教師的工作心厭,具有顯著的典型相關。

## 方 法

本研究係筆者從事「工作壓力與專業態度對教師工作心厭高低區別功能研究」及「國小、國中與高中教師工作心厭之比較研究」系列研究中之一,鑑於研究對象爲國小、國中、高中三類教師,取樣較困難和費時費事,故資料的施測係在一次時間,同時完成,茲分別說明如下:

### 一、研究對象

本研究樣本係從國小、國中、高中三類教師中抽取。全部樣本共有1077人,其中國小教師434人,國中教師383人,高中教師260人;男性教師541人,女性教師536人。國小教師係取自國立台北師範學院和台南師範學院的在職進修班教師。國中教師則取自國立台灣師範大學教育研究所、教育心理與輔導研究所、歷史研究所、地理研究所、英語研究所、數學研究所及化學研究所的進修班教師。高中教師除了部份來自上述進修班教師之外,大部分樣本係從豐原中等學校教師研習中心的高中導師研習班中抽取,他們來自全省高級中學,除擔任導師工作外,亦擔任學科教學,各科目均有。有關研究樣本的分佈情形如表一所示。



表一 研究樣本分佈情形

	男	女	合計
國 小 教 師	224	210	434
國 中 教 師	176	207	383
高 中 教 師	141	119	260
合 計	541	536	1077

## 二、研究工具

### (一)教師工作壓力問卷

此問卷係蔡先口（民74）依據調查教師壓力情境的資料，以及參考國內外教師壓力量表所編製完成。全量表共有42題，採用李克（Likert）型式作答。每個題目均按程度分為「從未困擾」、「很少困擾」、「有些困擾」、「相當困擾」、「非常困擾」五點，計分時分別給予1、2、3、4、5分。經過因素分析後，確定此量表測量六種教師工作壓力分數，它們分別是：人際關係、學生的學習、角色方面、工作負荷、問題行為、專業發展。信度方面，Conbach  $\alpha$  係數介於.68~.91之間，分量表與總分的相關為.50~.80；再測信度係數為.56~.75之間（間隔5週）。效度方面，此量表之編製過程注重內容效度，收集我國教育情境中，教師實際工作壓力的事件為編擬題目之依據，並經因素分析抽得特徵值大於1的六個因素。

### (二)教師專業態度量表

此量表旨在測量教師對教育與教學的態度，係由蔡先口（民74）依據國內所修訂的明尼蘇答教師態度量表（Minnesota Teacher Attitude Inventory, MTAI）重新編擬完成。全量表共有60題，採用李克特（Likert）方式作答。每個題目分為「非常同意」、「同意」、「無意見」、「不同意」、「極不同意」五點計分，正向題目依5、4、3、2、1給分，反向題則採相反計分。此量表分別測量五種專業態度，它們分別是：接納與信任學生、輔導的信念、瞭解學生特性、顧及個別差異、專心投入。在信度方面，Cronbach  $\alpha$  係數介於.57~.88之間；重測信度係數為.51~.72（間隔5週）。在效度方面，此量表主要係依據MTAI的理論架構編製，各分量表與總量表的相關均很適當，大約介於.62~.82之間。

### (三)教師工作心厭量表

此量表係Maslach和Jackson（1981）所編製，筆者於民國76年加以修訂。由於修訂後之量表由原來的22題減為17題，題數少了5題，為求量表的完整性，並驗證三個因素結構的穩定性，此次研究乃重新修訂。此次的修訂也僅採用「強度」向度評定工作心厭傾向，不過評定的量尺由八點量表減化為六點量表，以利填寫。而且，除原量表22題外，另依據其因素理論架構，再增加4個新題目。經過因素分析法中的映像分析（image analysis），並用斜交轉軸後，同樣得到三個工作心厭分數，分別是「情緒耗竭」、「個人成就感」和「缺乏人性」。依照這三項因素的因素負荷量，選擇達.32以上的題目，並淘汰因素負荷量不清楚的題目，總共保留了23題做為全量表的題目。

分析各題目與其分量表總分之相關，其係數介於.32~.80之間，可見三個分量表的題目，均在測量該量表的同一特質。三個分量表的 $\alpha$ 係數分別為.76、.77、.88，這表示各分量表的內部一致性頗高。從因素分析、題目與量表的內部一致性分析結果來看，本量表的因素結構與Maslach & Jackson的量表，頗為吻合，內部一致性亦堪稱十分理想。

### 三、實施程序

本研究的樣本包括國小、國中及高中三類教師，施測工作係分別在不同時間進行。國小教師的施測工作，由研究助理及台北、台南兩所師院的初教系教授協助辦理；國中教師的資料收集，則由筆者和研究助理共同分別施測；高中教師部份亦由筆者親自實施。施測時，依「教師工作心厭量表」、「教師工作壓力問卷」、「教師專業態度量表」順序同時實施。由於三個量表可在一小時之內填答完成，故將之合訂成一份，並採不記名方式作答，以提高回答的誠實性。全部資料的收集工作，大約歷時兩個月完成。

### 四、資料分析

本研究資料收集完成之後，請研究助理及一名高職學生共同做整理的工作，並將整理之所有資料輸入電腦，儲存於磁碟片。因本研究旨在探討教師工作壓力與專業態度係透過何種方式影響教師工作心厭，故上述三個研究假設均以典型相關法（canonical correlation analysis），加以考驗。

為達成考驗研究假設之目的，資料的分析係使用SPSS-X（Statistical Package for the Social Science）程式輯，利用教育部電子計算中心的設備，從事分析的工作。在分析時，以人際關係、學生的學習、角色方面、工作負荷、問題行為、專業發展六種工作壓力和接納與信任、輔導信念、了解學生等性、顧及個別差異、專心投入等五項專業態度，做為X組變項，而以情緒耗竭、個人成就感與缺乏人性三項教師工作心厭，做為Y組變項。根據典型相關分析結果，再繪製影響的徑路圖，以了解上述十一項因素的影響路徑。上述資料的分析，均依國小、國中及高中教師分別統計分析。

## 結 果

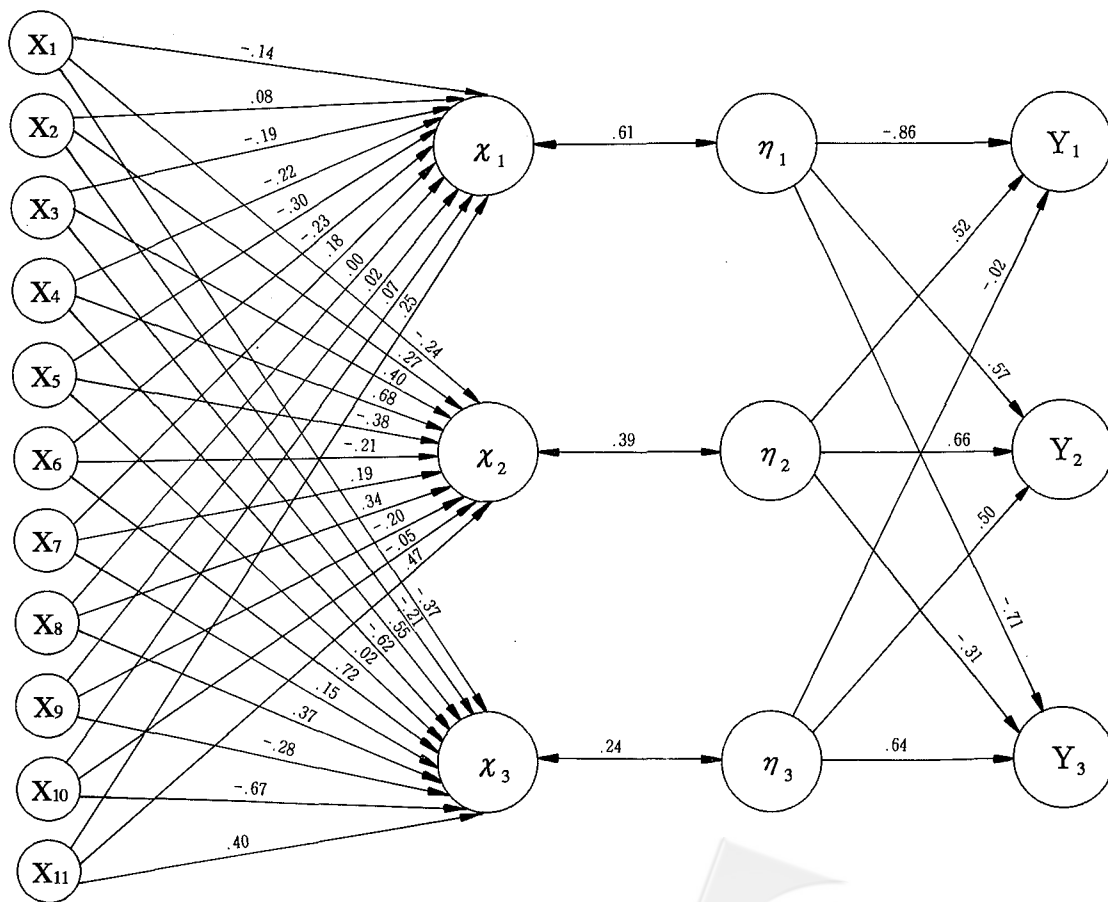
本研究主要目的在探討教師工作壓力與專業態度是透過何種方式影響教師的三項工作心厭？因此，資料採用典型相關法分析結果。在此項分析中，以教師六種工作壓力，包括：人際關係、學生的學習、角色方面、工作負荷、問題行為、專業發展，和五項專業態度：包括接納與信任、輔導信念、瞭解學生特性、顧及個別差異、專心投入為X組變項，而以教師工作心厭的情緒耗竭、個人成就感、缺乏人性三項做為Y組變項。以下分別就國小、國中、高中的典型相關分析結果，及影響的徑路圖說明之。



一、國小教師工作心厭的典型相關分析結果

表二 國小教師工作壓力、專業態度和教師工作心厭之典型相關分析

自變項	典型變項			依變項	典型變項		
	$\chi_1$	$\chi_2$	$\chi_3$		$\eta_1$	$\eta_2$	$\eta_3$
X <sub>1</sub> 人際關係	-0.7082	0.1963	-0.0830	①情緒耗竭	-0.8552	0.5178	-0.0230
X <sub>2</sub> 學生的學習	-0.6924	0.3609	-0.1391	②個人成就感	0.5661	0.6564	0.4987
X <sub>3</sub> 角色方面	-0.7563	0.4204	0.1267	③缺乏人性	-0.7060	-0.3101	0.6367
X <sub>4</sub> 工作負荷	-0.7530	0.5327	-0.2765				
X <sub>5</sub> 問題行爲	-0.7536	0.0534	-0.0430	抽出變異數百分比	51.6752	26.5040	21.8208
X <sub>6</sub> 專業發展	-0.7537	0.0800	0.3102	重疊	19.1217	4.0943	1.2396
X <sub>7</sub> 接納與信任	0.4569	0.4403	-0.0077				
X <sub>8</sub> 輔導信念	0.3642	0.5928	0.1132	$\rho^2$	0.3700	0.1545	0.0568
X <sub>9</sub> 瞭解學生特性	0.3535	0.2171	-0.1653	典型相關( $\rho$ )	0.6083	0.3930	0.2384
X <sub>10</sub> 顧及個別差異	0.3452	0.3541	-0.4418	顯著性考驗(F)	9.1230***	4.6600***	2.6100**
X <sub>11</sub> 專心投入	0.5502	0.4993	0.2357				
抽出變異數百分比	37.6723	14.5966	4.6158	**P<.01			
重疊	13.9401	2.2549	0.2622	***P<.001			



圖一 影響國小教師工作心厭徑路圖



表二典型相關分析結果顯示：有三個典型相關達到非常顯著水準，分別為.6083、.3939、.2384。

X組變項的第一個典型因素（ $\chi_1$ ），可以解釋Y組變項的第一個典型因素（ $\eta_1$ ）總變異量的37%（ $\rho^2=.37$ ）；而Y組變項的第一個典型因素（ $\eta_1$ ），可以解釋Y組變項總變異量的51.68%。因X組變項與Y組變項在第一個典型因素的重疊部分是19.1217，所以，六種教師工作壓力和五項專業態度透過典型因素 $\chi_1$ 與 $\eta_1$ ，可以解釋三項工作心厭總變異量的19.12%。更清楚言之，本研究中的六種工作壓力和五項專業態度透過第一個典型因素，可以說明教師情緒耗竭、缺乏人性及個人成就感三項工作心厭總變異量的19.12%。

X組變項的第二個典型因素（ $\chi_2$ ），可以說明Y組變項第二個典型（ $\eta_2$ ）總變異量的15.45%（ $\rho^2=.1545$ ）；而Y組變項的第二個典型因素，可以說明Y組總變異量的26.5%。因X組變項與Y組變項第二個典型因素的重疊部份是4.0943，故六種工作壓力與五項專業態度透過典型因素 $\chi_2$ 和 $\eta_2$ ，可以解釋三項工作心厭總變異量的4.09%。

X組變項的第三個典型因素（ $\chi_3$ ），可以說明Y組變項第三個典型（ $\eta_3$ ）總變異量的5.68%（ $\rho^2=.22384$ ）；而Y組變項的第三個典型因素，可以說明Y組總變異量的21.82%。因X組變項與Y組變項第三個典型因素的重疊部份是1.2396，故六種工作壓力與五項專業態度透過典型因素 $\chi_3$ 和 $\eta_3$ ，可以解釋三項工作心厭總變異量的1.24%。

就第一個典型相關而言，在X組變項中，六種教師工作壓力與五項專業態度和第一個典型因素（ $\chi_1$ ）的相關均高，而在Y組變項中，三項工作心厭也和第一個典型因素（ $\eta_1$ ）相關均高。因此，本研究的第一個典型相關，主要係由六種工作壓力和五項專業態度，透過第一個典型因素而影響教師的情緒耗竭、缺乏人性及個人成就感三項工作心厭。

就第二個典型相關而言，在X組變項中，學生的學習、角色方面、工作負荷三項教師工作壓力與接納與信任、輔導信念、顧及個別差異、專心投入四項專業態度和第二個典型因素（ $\chi_2$ ）的相關較高。而在Y組變項中，情緒耗竭、個人成就感、缺乏人性三項工作心厭和第二個典型因素（ $\eta_2$ ）的相關均高。可見，本研究的第二個典型相關，主要係由學生的學習、角色方面、工作負荷三項工作壓力和接納與信任、輔導信念、顧及個別差異、專心投入四項專業態度，透過第二個典型因素而影響教師的三項工作心厭。

就第三個典型相關而言，在X組變項中，專業發展和顧及個別差異兩項和第三個典型因素（ $\chi_3$ ）相關較高。而在Y組變項中，僅有個人成就感和缺乏人性兩項工作心厭和第三個典型因素（ $\eta_3$ ）的相關較高。因此，本研究的第三個典型因素，主要係由專業發展和顧及個別差異兩項，透過第三個典型因素而影響個人成就感和缺乏人性兩項教師工作心厭。

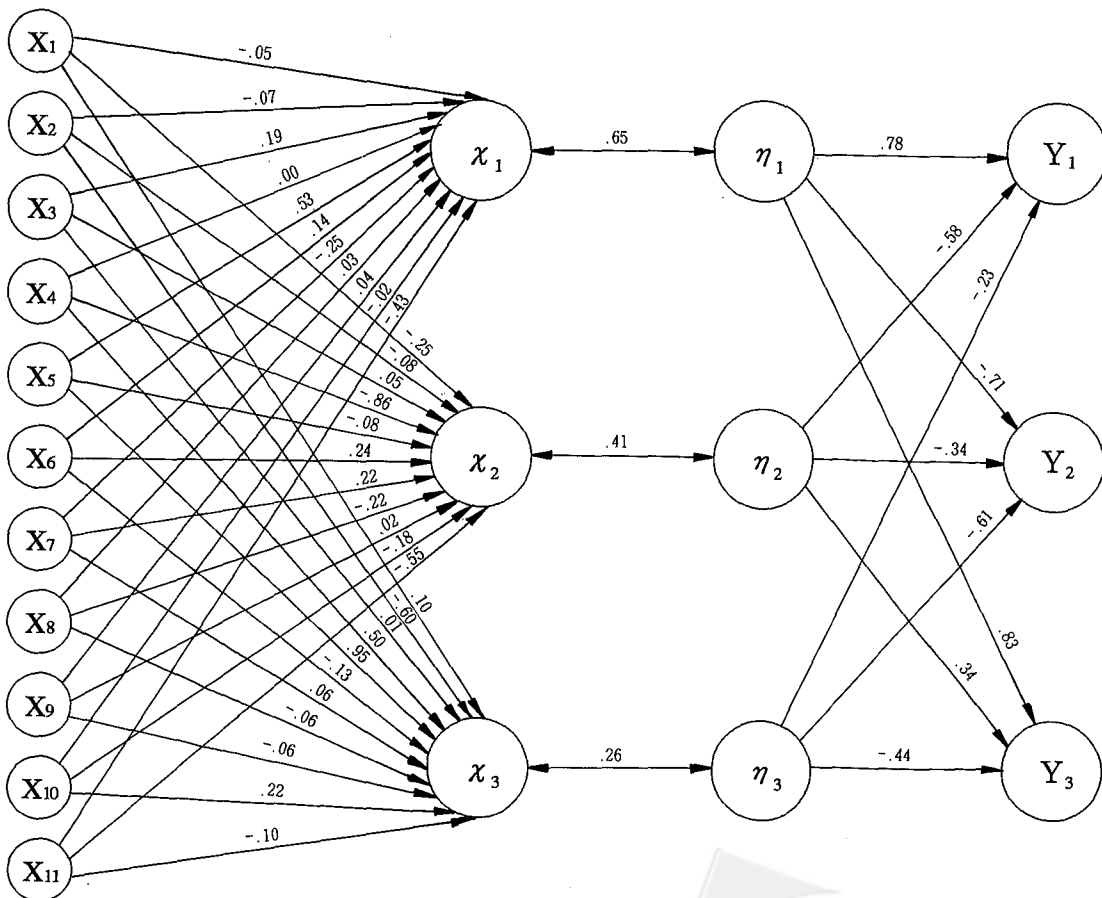
上述六種教師工作壓力與五項專業態度對教師工作三項心厭影響的徑路圖，如圖一所示。



二、國中教師工作心厭的典型相關分析結果

表三 國中教師工作壓力、專業態度和教師工作心厭之典型相關分析

自變項	典型變項			依變項	典型變項		
	$\chi_1$	$\chi_2$	$\chi_3$		$\eta_1$	$\eta_2$	$\eta_3$
X <sub>1</sub> 人際關係	0.5343	-0.4572	-0.3133	①情緒耗竭	0.7778	-0.5834	-0.2340
X <sub>2</sub> 學生的學習	0.5657	-0.4674	-0.3021	②個人成就感	-0.7143	-0.3361	0.6138
X <sub>3</sub> 角色方面	0.6309	-0.3935	-0.5931	③缺乏人性	0.8329	0.3389	0.4375
X <sub>4</sub> 工作負荷	0.5423	-0.7036	-0.1001	抽出變異數百分比	60.2993	18.9361	20.7646
X <sub>5</sub> 問題行為	0.7935	-0.3213	0.2491	重疊	25.6163	3.2065	1.3906
X <sub>6</sub> 專業發展	0.6303	-0.2196	-0.2959	$\rho^2$	0.4248	0.1693	0.0670
X <sub>7</sub> 接納與信任	-0.6604	-0.0931	0.0057	典型相關( $\rho$ )	0.6518	0.4115	0.2588
X <sub>8</sub> 輔導信念	-0.5643	-0.2808	-0.0219	顯著性考驗(F)	10.0909***	4.8787***	2.8711**
X <sub>9</sub> 瞭解學生特性	-0.4481	-0.0928	-0.0489				
X <sub>10</sub> 顧及個別差異	-0.5042	-0.3028	0.1154				
X <sub>11</sub> 專心投入	-0.6844	-0.4906	0.0163				
抽出變異數百分比	36.3880	15.0656	6.5213	**P<.01			
重疊	15.4583	2.5511	0.4367	***P<.001			



圖二 影響國中教師工作心厭徑路圖





從表三典型相關分析結果可以看出，有三個典型相關達到非常顯著水準，分別為.6518、.4115、.2588。

X組變項的第一個典型因素（ $\chi_1$ ），可以解釋Y組變項的第一個典型因素（ $\eta_1$ ）總變異量的42.48%（ $\rho^2=.4248$ ）；而Y組變項的第一個典型因素（ $\eta_1$ ），可以解釋Y組變項總變異量的60.30%。因X組變項與Y組變項在第一個典型因素的重疊部分是25.6163，所以，六種教師工作壓力和五項專業態度透過典型因素 $\chi_1$ 與 $\eta_1$ ，可以解釋三項工作心厭總變異量的25.62%。更清楚言之，本研究中的六種工作壓力和五項專業態度透過第一個典型因素，可以說明情緒耗竭、缺乏人性及個人成就感三項工作心厭的25.62%。

X組變項的第二個典型因素（ $\chi_2$ ），可以說明Y組變項第二個典型（ $\eta_2$ ）總變異量的16.93%（ $\rho^2=.1693$ ）；而Y組變項的第二個典型因素，可以說明Y組總變異量的18.94%。因X組變項與Y組變項第二個典型因素的重疊部份是3.2065，故六種工作壓力與五項專業態度透過典型因素 $\chi_2$ 和 $\eta_2$ ，可以解釋三項工作心厭總變異量的3.21%。

X組變項的第三個典型因素（ $\chi_3$ ），可以說明Y組變項第三個典型（ $\eta_3$ ）總變異量的6.7%（ $\rho^2=.0670$ ）；而Y組變項的第三個典型因素，可以說明Y組總變異量的20.76%。因X組變項與Y組變項第三個典型因素的重疊部份是1.3906，故六種工作壓力與五項專業態度透過典型因素 $\chi_3$ 和 $\eta_3$ ，可以解釋三項工作心厭總變異量的1.39%。

就第一個典型相關而言，在X組變項中，六種教師工作壓力與五項專業態度和第一個典型因素（ $\chi_1$ ）的相關均高，而在Y組變項中，三項工作心厭也和第一個典型因素（ $\eta_1$ ）相關均高。因此，本研究的第一個典型相關，主要係由六種工作壓力和五項專業態度，透過第一個典型因素而影響教師的三項工作心厭。

就第二個典型相關而言，在X組變項中，人際關係、學生的學習、角色方面、工作負荷、問題行為五項教師工作壓力與顧及個別差異、專心投入二項專業態度和第二個典型因素（ $\chi_2$ ）的相關較高。而在Y組變項中，三項工作心厭和第二個典型因素（ $\eta_2$ ）的相關均高。可見，本研究的第二個典型相關，主要係由人際關係、學生的學習、角色方面、工作負荷、問題行為五項工作壓力和顧及個別差異、專心投入二項專業態度，透過第二個典型因素而影響教師的三項工作心厭。

就第三個典型相關而言，在X組變項中，僅人際關係、學生的學習、角色方面三項工作壓力和第三個典型因素（ $\chi_3$ ）相關較高。而在Y組變項中，僅有個人成就感和缺乏人性兩項工作心厭和第三個典型因素（ $\eta_3$ ）的相關較高。因此，本研究的第三個典型的因素，主要係由人際關係、學生的學習、角色方面三項工作壓力，透過第三個典型因素而影響個人成就感和缺乏人性兩項教師工作心厭。

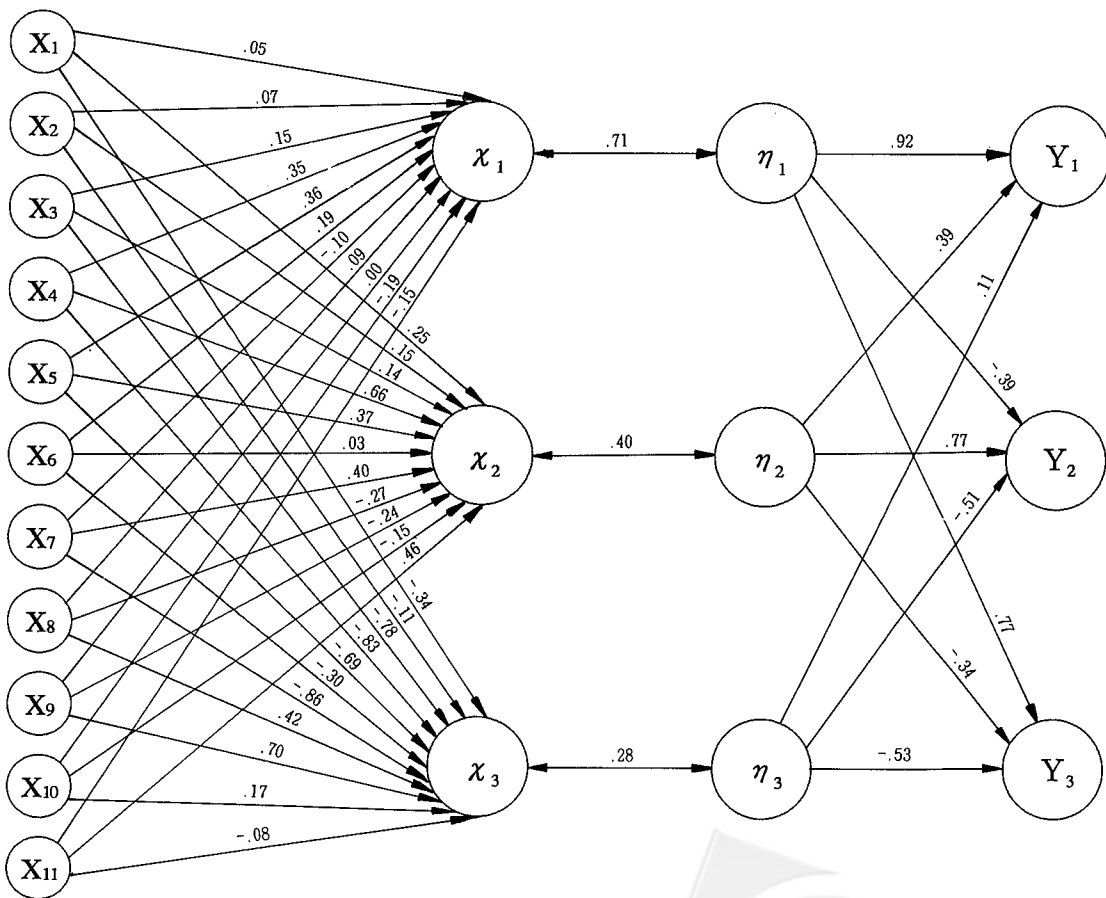
上述六種教師工作壓力與五項專業態度，對教師工作三項心厭的影響徑路圖，如圖二所示。



三、高中教師工作心厭的典型相關分析結果

表四 國中教師工作壓力、專業態度和教師工作心厭之典型相關分析

自變項	典型變項			依變項	典型變項		
	$\chi_1$	$\chi_2$	$\chi_3$		$\eta_1$	$\eta_2$	$\eta_3$
X <sub>1</sub> 人際關係	0.7052	0.2714	-0.2950	①情緒耗竭	0.9162	0.3866	0.1054
X <sub>2</sub> 學生的學習	0.7336	0.2282	-0.0199	②個人成就感	-0.3888	0.7687	-0.5077
X <sub>3</sub> 角色方面	0.8006	0.1390	-0.3033	③缺乏人性	0.7740	-0.3394	-0.5346
X <sub>4</sub> 工作負荷	0.7733	0.5099	0.1951	抽出變異數百分比	52.9849	28.5261	18.4890
X <sub>5</sub> 問題行爲	0.8446	-0.2103	0.0796	重疊	26.4217	4.5258	1.4376
X <sub>6</sub> 專業發展	0.7700	0.1651	-0.2077	$\rho^2$	0.4987	0.1587	0.0788
X <sub>7</sub> 接納與信任	-0.5446	0.5280	-0.0467	典型相關( $\rho$ )	0.7062	0.3983	0.2808
X <sub>8</sub> 輔導信念	-0.4453	0.5328	0.2246	顯著性考驗(F)	7.7767***	3.1395***	2.2062*
X <sub>9</sub> 瞭解學生特性	-0.4281	0.3113	0.3217				
X <sub>10</sub> 顧及個別差異	-0.4766	0.3398	0.1408				
X <sub>11</sub> 專心投入	-0.5076	0.5908	-0.0063				
抽出變異數百分比	43.1238	14.5509	4.0246	*P<.01 ***P<.001			
重疊	21.5043	2.3085	0.3173				



圖三 影響高中教師工作心厭徑路圖



表四典型相關分析結果顯示：有三個典型相關達到非常顯著水準，分別為.7062、.3983、.2808。

X組變項的第一個典型因素（ $\chi_1$ ），可以解釋Y組變項的第一個典型因素（ $\eta_1$ ）總變異量的49.87%（ $\rho^2=.4987$ ）；而Y組變項的第一個典型因素（ $\eta_1$ ），可以解釋Y組變項總變異量的52.98%。因X組變項與Y組變項在第一個典型因素的重疊部份是26.4217，故六種教師工作壓力和五項專業態度透過典型因素 $\chi_1$ 與 $\eta_1$ ，可以解釋三項工作心厭總變異量的26.42%。更具體言之，本研究中的六種工作壓力和五項專業態度透過第一個典型因素，可以說明教師情緒耗竭、缺乏人性及個人成就感三項工作心厭的26.42%。

X組變項的第二個典型因素（ $\chi_2$ ），可以說明Y組變項第二個典型（ $\eta_2$ ）總變異量的15.87%（ $\rho^2=.1587$ ）；而Y組變項的第二個典型因素，可以說明Y組總變異量的28.53%。因X組變項與Y組變項第二個典型因素的重疊部份是4.5258，故六種工作壓力與五項專業態度透過典型因素 $\chi_2$ 和 $\eta_2$ ，可以解釋三項工作心厭總變異量的4.53%。

X組變項的第三個典型因素（ $\chi_3$ ），可以說明Y組變項第三個典型（ $\eta_3$ ）總變異量的7.88%（ $\rho^2=.0788$ ）；而Y組變項的第三個典型因素，可以說明Y組總變異量的18.49%。因X組變項與Y組變項第三個典型因素的重疊部份是1.4576，故六項工作壓力與五項專業態度透過典型因素 $\chi_3$ 和 $\eta_3$ ，可以解釋三項工作心厭總變異量的1.46%。

就第一個典型相關而言，在X組變項中，六種教師工作壓力與五項專業態度和第一個典型因素（ $\chi_1$ ）的相關均高，而在Y組變項中，三項工作心厭也和第一個典型因素（ $\eta_1$ ）相關均高。因此，在本研究的第一個典型相關，主要係由六種工作壓力和五項專業態度，透過第一個典型因素而影響教師的三項工作心厭。

就第二個典型相關而言，在X組變項中，工作負荷一項工作壓力和五項專業態度，和第二個典型因素（ $\chi_2$ ）的相關較高。而在Y組變項中，三項工作心厭和第二個典型因素（ $\eta_2$ ）的相關均高。因此可見，本研究的第二個典型相關，主要係由工作負荷一項工作壓力和接納與信任、輔導信念、瞭解學生特性、顧及個別差異、專心投入五項專業態度，透過第二個典型因素而影響教師的三項工作心厭。

就第三個典型相關而言，在X組變項中，僅角色方面與瞭解學生特性和第三個典型因素（ $\chi_3$ ）相關較高。而在Y組變項中，僅有個人成就感和缺乏人性兩項工作心厭和第三個典型因素（ $\eta_3$ ）的相關較高。因此，本研究的第三個典型因素，主要係由角色方面與瞭解學生特性，透過第三個典型因素而影響個人成就感和缺乏人性兩項教師工作心厭。

上述五種教師工作壓力與五項專業態度，對教師工作三項心厭的影響徑路圖，如圖三所示。

## 討 論

本研究主要目的是在探討國小、國中與高中教師所知覺到的六種工作壓力與五項專業態度，係透過何種方式影響其三項工作心厭。資料經過典型相關分析結果，依國小、國中及高中三類教師的主要發現，分述如下：

在國小教師方面，有三個典型相關，達到非常顯著水準。第一個典型相關，主要係由六種教師工作壓力（人際關係、學生的學習、角色方面、工作負荷、問題行為、專業發展）與五項專業態度（接納與信任、輔導信念、了解學生特性、顧及個別差異、專心投入），透過第一個典型因素而影響教師的情緒耗竭、缺乏人性與個人成就感三項工作心厭，解釋變異量為19.12%。第二個典型相關可以解釋三項工作心厭總變異量的4.09%。唯其中主要係由學生

的學習、角色方面、工作負荷等三種工作壓力和四項專業態度（接納與信任、輔導信念、顧及個別差異、專心投入），透過第二個典型因素而影響教師的三項工作心厭。第三個典型相關可以解釋三項教師工作心厭總變異量的1.24%。唯其中主要係由專業發展和顧及個別差異兩個變項，透過第三個典型因素而影響教師的個人成就感與缺乏人性兩項工作心厭。

在國中教師方面，也有三個典型相關，達到非常顯著水準。第一個典型相關，主要係由六種教師工作壓力和五項專業態度，透過第一個典型因素而影響教師的三項工作心厭，其解釋的總變異量為25.62%。第二個典型相關可以說明三項工作心厭總變異量的3.21%。唯其中主要係由五種工作壓力（人際關係、學生的學習、角色方面、工作負荷、問題行為）和二項專業態度（顧及個別差異、專心投入），透過第二個典型因素而影響教師的三項工作心厭。第三個典型因素可以解釋三項工作心厭的總變異量1.39%。唯其中主要係由三種工作壓力（人際關係、學生的學習、角色方面），透過第三個典型因素而影響個人成就感及缺乏人性兩項教師工作厭。

在高中教師方面，也得到三個顯著水準的典型相關。第一個典型相關，主要係由六種教師工作壓力和五項專業態度，透過第一個典型因素而影響教師的三項工作心厭，其解釋的變異量為26.42%。第二個典型相關可以解釋三項工作心厭總變異量的4.53%，唯其中主要係由一種工作壓力（工作負荷）和五項專業態度（如上述），透過第二個典型因素而影響教師的三項工作心厭。第三個典型相關可解釋三項工作心厭的總變異量1.46%。唯其中主要係由一種工作壓力（角色方面）和一項專業態度（了解學生特性），透過第三個典型因素而影響個人成就感及缺乏人性兩項教師工作心厭。

綜觀上述結果，可以得到以下三個結論：第一，六種教師工作壓力與五項專業態度和三項工作心厭的關係，無論對國小、國中或高中教師，均有三個顯著水準的典型相關存在。第二，在三個典型相關中，無論是國小、國中或高中教師，均以第一個典型相關最為重要，因為透過它，六種教師工作壓力和五項專業態度，可以解釋國小教師三項工作心厭總變異量的19.12%，國中教師的25.62%，高中教師的26.42%。第三，對三類教師而言，雖然其餘的兩個典型相關也達到顯著水準，但是因為解釋變異量均在5%以下，較無實際的應用意義。從上述發現或結論來看，本研究所提出的三個研究假設，均可獲得支持。

教師工作壓力和專業態度兩大因素和工作心厭間的關係，透過第一個典型相關可以得到有意義的解釋，這足以說明六種教師工作壓力和五項專業態度綜合一起對教師三項工作心厭具有重要的解釋力，此項發現可支持Blase（1982）所提出的工作心厭理論模式和Kyriacou與Sutcliffe（1978）所提出的工作壓力模式。依據兩個模式的共同觀點，工作心厭是長期處在工作壓力下所導致的結果，後兩位學者更進一步認為教師的特質是工作壓力和工作心厭的中介變項，本研究的專業態度即具有此種功能。歷年來，有關工作壓力對工作心厭影響之研究，可謂相當豐富，而且結果也多支持工作壓力可用來有效預測工作心厭。例如，Schwab & Iwanicki（1982）及Jackson等學者（1986）的研究均指出角色衝突（role conflict）和情緒耗竭、缺乏人性兩項工作心厭有密切關係，而角色模糊（role ambiguity）可影響情緒耗竭與個人成就感的工作心厭。Byrne（1992）的研究也發現角色衝突、工作負荷、班級氣氛、參與決策、同伴支持等是影響教師工作心厭的重要組織因素。有不少學者的研究發現，學生訓導問題、態度及侮辱和教師工作心厭有顯著的相關（Bacharach et al, 1986; Cichon & Koff, 1980; Olson & Matuskey, 1982）。由此可見，本研究結果大致和這些研究相符合一致。

至於有關教師專業態度和工作心厭關係之研究，歷年來的研究，似乎很少。郭生玉（民79）的研究曾發現：六種工作壓力與五項專業態度無論對國小、國中或高中教師，均可有效

區別情緒耗竭、個人成就感與缺乏人性三種工作心厭高低兩組教師。Cassel (1984) 的研究認為專業訓練不是導致工作心厭的主要原因之一。本研究結果似乎可從這兩個研究發現獲得間接的支持。這顯示教師的專業態度也是影響其工作心厭的重要因素，頗值得繼續進一步做深入的研究。

工作壓力是否對個人產生影響，因人而異。具有相同背景或經驗的人，即使在相同情境下工作，對相同的壓力時常會有不同的反應，其主要關鍵在於個人的人格特質不同。人格特質在適應壓力的過程中，扮演著十分重要的角色，蓋因壓力為個人對壓力事件的知覺所決定，而非壓力事件本身，而個人的人格特質則是影響其知覺的重要因素。因此，人格因素是調解工作壓力導致負面影響的中介因素。(Holt, Fine, & Tollefson, 1987) 本研究將工作壓力和專業態度綜合在一起，探討其對工作心厭之影響，雖然發現透過一個重要典型因素而可解釋其影響力，但是，為了更清楚了解專業態度在工作壓力和工作心厭中所扮演的中介功能，設計研究分析工作壓力、專業態度（或人格特質）和工作心厭之間的影響因徑，實有研究的意義和價值。

### 參考文獻

- 郭生玉 (民 79) : 工作壓力與專業態度對教師工作心厭高低之區別功能研究。師大教育心理學報, 第 23 期, 71-98。
- 郭生玉 (民 76) : 國中教師工作心厭與背景因素關係之研究。師大教育心理學報, 第 20 期, 37-54。
- 郭生玉 (民 78) : 教師工作壓力與工作心厭關係之研究。師大教育心理學報, 第 22 期, 131-146。
- 黃淑珍 (民 77) : 國中教師背景因素、工作情境、人格特質與工作倦怠的相關研究。國立台灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文。
- 廖貴鋒 (民 75) : 國中教師角色衝突、角色不正確與工作倦怠之研究。國立台灣師範大學教育研究所碩士論文。
- 蔡先口 (民 74) : 國民中學教師工作壓力和專業態度的關係及其相關因素之研究。國立台灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文。
- Alshuler, A.S. (1980). *Teacher burnout*. Washington, D.C.: National Educational Association.
- Anderson, M.B., & Iwanicki, E.F. (1984). Teacher motivation and its relationship to burnout. *Educational Administration Quarterly*, 20, 109-132.
- Armstrong, R.L. (1992). Review of literature. *North-Central Association Quarterly*, 66(3), 536-540.
- Bacharach, S.B., Bauer, S.C., & Conley, S. (1986). Organizational analysis of stress: The case of elementary and secondary schools. *Work and Occupations*, 13, 7-32.
- Beck, C.L., & Gargiulo, R.M. (1983). Burnout in teachers of retarded and nonretarded children. *Journal of Educational Research*, 76, 169-173.
- Belcastro, R.A., & Gold, R.S. (1983). Teacher stress and burnout: Implication for school

- health personnel. *Journal & School Health*, 53(7), 404-407.
- Bensky, J.M., Shaw, S.F., Gouse, A.S., Bates, H., Dixon, B., & Beane, W.E. (1980). Public Law 94-142 and stress: A problem for educators. *Exceptional Children*, 47, 24-29.
- Blase, J.J. (1982). A social-Psychological grounded theory of teacher stress and burnout. *Educational Administration Quarterly*, 18(4), 93-113.
- Brissie, J.S., Hoover-Dempsey, K.V., & Bassler, O.C. (1988). Individual, situational Contributors to teacher burnout. *The Journal of Educational Research*, 82(2), 106-112.
- Byrne, B.M. (1992). Investigating causal links to burnout for elementary, intermediate, and secondary teachers. (ERIC Document Reproduction service, No. ED 344886).
- Cacha, F.B. (1981). Teacher burnout Causes and solutions. *Kappa Delta Pi Record*, 18, 23, 26-27.
- Cassel, R.N. (1984). Critical factors related to teacher burnout. *Education*, 105(1), 162-106.
- Cichon, D.J., & Koff, R.H. (1980). Stress and teaching. *NASSP Bulletin*, 64, 91-104.
- Farber, B.A., & Miller, J. (1981). Teacher burnout: A psychological educational perspective. *Teachers College Record*, 83, 235-243.
- French, J.R.P., & Caplan, R.D. (1973). Organizational stress and individual strain. In A.J. Morrow (Ed.), *The failure of success*. New York: AMACOM.
- Freudenberger, H. (1975). The staff burnout syndrome in alternative institution. *Psychotherapy: Theory, Research, and Practice*, 12, 73-78.
- Friedman, I.A., & Farber, B.A. (1992). Professional self-concept as a predictor of teacher burnout. *Journal of Educational Research*, 86(1), 28-35.
- Hock, R.R. (1985). Professional burnout among public school teachers. (ERIC Document Reproduction Services, No. ED264219).
- Holt, P., Fine, M.J., & Tollefson, No. (1987). Mediating stress: Survival of the hardy. *Psychology in the school*, 224, 51-58.
- Jackson, S.E., Schwab, R.L., & Schuler, R.S. (1986). Toward an understanding of the burnout phenomenon. *Journal of Applied Psychology*, 71, 630-640.
- Kyriacou, C., & Sutcliffe, J. (1978). A model of teacher stress. *Educational Review*, 29, 299-306.
- Maslach, C., & Jackson, S.E. (1981). *Maslach Burnout Inventory: Manual*. Palo Alto, CA.: Consulting Psychologists Press.
- Molowidlo, S.J., Packard, J.S., & Manning, M.R. (1986). Occupational stress: Its causes and consequences for job performance. *Journal of applied Psychology*, 71, 618-629.
- Olson, J., & Matuskey, P.V. (1982). Causes of burnout in SLD teachers. *Journal of Learning Disabilities*, 15, 97-99.
- Paine, W.S. (1981). The burnout phenomenon. *Vocational Education*, 56(8), 30-33.
- Richard, G.V., & Krieshok, T.S. (1989). Occupational stress, strain, and coping in university faculty. *Journal of Vocational Behavior*, 34(1), 117-132.

- Russell, D.W., Altmaier, E., & Van Velzin, D. (1987). Job-related stress, social support, and burnout among classroom teachers. *Journal of Applied Psychology, 72*(2), 269-274.
- Schwab, R.L., & Iwanicki, E.F. (1982). Perceived role conflict, role ambiguity, and teacher burnout. *Educational Administration Quarterly, 18*, 60-70.
- Schwab, R.L., Jackson, S.E., & Schuler, R.S. (1984). Educator burnout: Sources and consequences. Paper presented at meeting of the American Educational Research Association, New Orleans.
- Swick, K.G., & Hanley, P.E. (1980). Stress and the classroom teacher. National Education Association Publication.
- Weiskopf, P.A. (1980). Burnout among teachers of exceptional children. *Exception Children, 47*, 18-23.



## A STUDY OF THE FACTORS ASSOCIATED WITH TEACHER BURNOUT

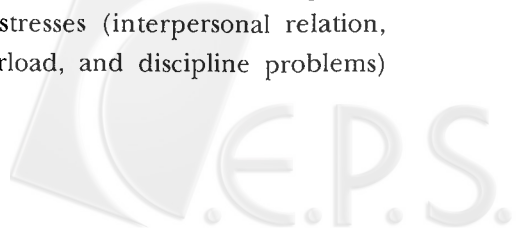
Sheng-Yu Kuo

### ABSTRACT

The purpose of this research was to explore the paths through which teacher's stresses and professional attitudes affect teacher burnout. The subjects for this study included 1077 school teachers, 434 from primary school, 383 from junior high school, and 260 from senior high school. They were administered the teacher stress Questionnaire, the Professional Attitude Scale, and the Teacher Burnout Inventory. The data was analyzed by canonical correlation analysis. The main findings were as follows:

1. In the case of elementary school teachers, three canonical correlations were statistically significant. They were about .61, .39, and .24. Through the first canonical factor, six teacher stresses and five teacher's professional attitudes exerted influence on three teacher burnouts. Through the second canonical factor, three teacher stresses (student learning, role strain, and work overload) and four teacher's professional attitudes (acceptance and trust, guidance belief, consideration of individual difference, and commitment) exerted influence on three teacher burnouts. Only one teacher stress (professional development) and teacher's professional attitude (consideration of individual difference) influenced personal accomplishment and depersonalization through the third canonical factor.

2. In the case of junior high school teachers, three canonical correlations were statistically significant. They were about .65, .41, and .26. Six teacher's stresses and five teacher's professional attitudes influenced three teacher burnouts through the first canonical factor. Through the second canonical factor, five teacher stresses (interpersonal relation, student learning, role strain, work overload, and discipline problems)





and two teacher's professional attitudes (consideration of individual difference and commitment) exerted influence on teacher burnout. Three teacher stresses (interpersonal relation, student learning and role strain) influenced personal accomplishment and depersonalization through the third canonical factor.

3. In case of senior high school teachers, three canonical correlations were statistically significant. They were about .71, .40, and .28. Through the first canonical factor, six teacher's stresses and five teacher's professional attitudes exerted influence on three teacher burnouts. Through the second canonical factor, one teacher's stress (work overload) and five teacher's professional attitudes (acceptance and trust, guidance belief, understanding student, consideration of individual difference, commitment) exerted influence on three teacher burnouts. Only one teacher stress (role strain) and one teacher's professional attitude (understanding student) influenced personal accomplishment and depersonalization through the third canonical factor.

*Key words:* teacher stress, teacher burnout, teacher's professional attitude

