

# 國中體育教師的不同背景變項與心理資本之差異

王元聖 淡江大學

王俊傑 新屋國中

高三福 新竹教育大學

洪敦賓 淡江大學

## 摘要

本研究目的在探討：國中體育教師的不同背景變項與心理資本之差異情形。本研究以桃園縣 57 所縣立國中體育教師 321 名為研究對象，採用問卷式調查法並以「心理資本量表」作為測量工具。資料收集後，採用描述性統計、獨立樣本  $t$  檢定、單因子變異數分析及 Scheffe 法事後比較等統計方法。根據研究結果顯示國中體育教師在年齡、教學年資及婚姻狀況與心理資本呈現顯著差異性；而在性別及最高學歷上則無明顯差異性。總言之，國中體育教師會因年齡成長，在正向的心理層面也逐漸趨於成熟而有良好的教學態度及處事之道。

**關鍵詞:**正向心理學、年齡、性別

## 壹、緒論

### 一、研究背景

過去在心理學上大部分都是著重在治療負面的心理學很少提及正向的心理層面，而新興的正向心理學在學術界發展從1998年至今大約14個年頭，但事實上它已存在在這個世上許久（江雪齡，2008），後續正向心理學者們所提出的「心理資本」則是個體自我在成長發展階段中所展現的一種積極正向的心理狀態，也是促使個體成長與工作能力表現提升的重要心理資源來源之一（Luthans, Luthans, Luthans, 2004），另外學者袁世珮（2006）則認為「心理資本」內心所表現出來正向積極的心理意識，是人力及社會資本以外的另一種核心本質的心理要素，更可以經由啟發與訓練激勵個人成長與提升工作績效的心理資源；於是 Luthans et al. (2004) 以正向組織行為學 (Positive Organizational Behavior) 理念結合正向心理學，提出的研究四個向度：自我效能感、樂觀、希望、韌性，最被心理學研究者廣為接受。

由於近年社會結構快速變遷、教育環境的改變、人口年齡老化及婚姻價值觀等等，往往讓人們在無形當中產生的焦慮、壓力與倦怠情形，讓人們的內心容易產生了負面的心態，卻也經常不被人們所重視忽略的它的存在與重要性（王俊傑，2012）。即使就連服務學校的體育老師也可能發生相同的情況，例如在教學或訓練選手上面臨到挫折與逆境等，要如何有效解決與提升體育教師正向的心理層面，是值得我們去思考一個議題。

### 二、研究目的

青少年在國中階段正值叛逆時期，國中體育教師與這群學生在相處互動上又會比其他學科教師來的更佳甚密；因此，體育教師的正向心理層面好壞，對學生往後的發展具有重要的地位，也因如此本研究目的乃在探討不同背景變項上國中體育教師心理資本之差異性，藉由研究結果將提供國中體育教師作為教學與訓練之參考依據，同時也希望能夠提升教師的正向心理素質，並以積極進取的態度去面對工作上的任何挑戰。

## 貳、研究方法

### 一、研究對象

本研究以立意抽樣法選擇100學年度服務於桃園縣縣立國民中學具有體育科登記編制內之體育教師總人數358人為對象，不含實習教師。358份問卷發放時間為2011年12月至2012年3月，以親自送達及郵寄回函兩種方式取得資料，剔除無效問卷，有效問卷321份，有效問卷佔總問卷數89%。

### 二、研究工具

本研究工具採用量化問卷填答，並分為兩部分如下所敘：

#### 1、不同背景變項

國中體育教師的基本資料：年齡、性別、本校教學年資、婚姻狀況及最高學歷。

## 2、心理資本問卷 (Psychological Capital Questionnaire, PCQ)

採用李俊賢、黃芳銘 (2010) 編製「教師心理資本量表」。此量表修訂自 Luthans, Youssef, and Avolio (2007) 所使用之 PCQ量表，採用李克特 (Likert) 6點尺度量表，得分數越高則代表心理資本越健全，相反，則代表心理資本越低。本量表包括四個向度自我效能感、希望、韌性、樂觀。本研究內部一致性係數 (Cronbach's  $\alpha$ ) 自我效能感 .77、希望 .79、韌性 .85及樂觀 .77，符合分量表信度係數在 .70以上，具有良好信度 (吳明隆，2011)。

### 三、資料分析

彙整問卷後，首先剔除無效問卷，將有效問卷予以編碼排序，並把問卷資料轉檔，使用 SPSS for Window 18.0 中文版統計套裝軟體為分析研究工具，以描述性統計分析目前桃園縣國中體育教師不同背景變項對心理資本的現況；再以獨立樣本  $t$  檢定與單因子變異數分析考驗不同背景變項之桃園縣國中體育教師心理資本的差異情形，顯著水準為  $p < .05$ ，以 Scheffe 法進行事後比較。

### 參、結果

本研究針對國中體育教師的不同背景變項，依據不同統計檢定分為第一部份描述性與第二、三部分推論性，其研究結果如下所示：

#### 一、目前桃園縣國中體育教師不同背景變項對心理資本的描述性現況：

1、年齡：本研究共區分為3組，在自我效能感方面：23-31歲組為110人，平均數為4.26、32-37歲組為92人，平均數4.53、38-60歲組為119人，平均數為4.71。希望：23-31歲組平均數為4.94、32-37歲組平均數5.01、38-60歲組平均數4.94。韌性：23-31歲組平均數為4.54、32-37歲組平均數4.64、38-60歲組平均數4.71。樂觀：23-31歲組為平均數為4.39、32-37歲組平均數4.44、38-60歲組平均數4.54。

2、性別：在自我效能感方面：男生為168人，平均數為4.55、女生為153人，平均數為4.45。希望：男生平均數4.99，女生平均數4.94。韌性：男生平均數4.66，女生平均數4.60。樂觀：男生平均數4.48，女生平均數4.43。

3、本校教學年資：本研究共區分為3組，在自我效能感方面：1-4年組為117人，平均數為4.38、5-9年組為98人，平均數為4.45、10-37年組為106人平均數為4.68。希望：1-4年組為均數5.03、5-9年組為平均數4.90、10-37年組為平均數4.94。韌性：1-4年組為平均數4.59、5-9年組為平均數4.66、10-37年組為平均數4.65。樂觀：1-4年組為平均數4.41、5-9年組為平均數4.51、10-37年組為平均數4.47

4、婚姻狀況：本研究共區分為3組，在自我效能感方面：未婚為132人，平均數為4.37、已婚為185人，平均數為4.59、其他為4人平均數為4.75。希望：未婚平均數4.99、已婚平均數4.94、其他平均數5.00。韌性：未婚平均數4.56、已婚平均數4.67、其他平均數4.75。樂觀：未婚平均數4.37、已婚平均數4.52、其他平均數4.69。

1           5、最高學歷：本研究共區分為2組，在自我效能感方面：大學為208人，平均數為4.45、  
2 碩士為113人，平均數為4.60。希望：大學平均數4.99、碩士平均數4.91。韌性：大學平均  
3 數4.61、碩士平均數4.66。樂觀：大學平均數4.47、碩士平均數4.45。

4           二、以單因子變異數分析針對國中體育教師的年齡、教學年資及婚姻狀況對心理資本之差  
5 異做比較，研究結果如下所敘及下頁表1顯示之：

6           1、年齡

7           單因子變異數分析結果發現不同年齡在心理資本的自我效能感有顯著差異 ( $F =$   
8  $11.44, p < .01$ )，經事後比較 Scheffe 法發現，23-31歲組小於32-37歲及38-60歲兩組；  
9 其餘向度與不同年齡均無顯著差異性。

10          2、本校教學年資

11          單因子變異數分析考驗結果發現本校教學年資在心理資本的自我效能感有顯著差異  
12 ( $F = 5.08, p < .01$ )，經事後比較 Scheffe 法發現，1-4年組小於10-37年組；其餘向  
13 度與本校教學年資均無顯著差異性。

14          3、婚姻狀況

15          單因子變異數分析考驗結果發現婚姻狀況在心理資本的自我效能感有顯著差異 ( $F$   
16  $= 3.86, p < .05$ )，經事後比較 Scheffe 法發現，未婚教師小於已婚教師；其餘向度與  
17 婚姻狀況均無顯著差異性。

18

19

1 表1  
2 不同年齡、教學年資及婚姻狀況對心理資本的單因子變異數分析摘要表

各項變數		個數	平均數	標準差	F 值	事後比較	
年齡	自我效能感	23-31歲	110	4.26	.66	11.44**	23-31歲<32-37歲 23-31歲<38-60歲
		32-37歲	92	4.53	.70		
		38-60歲	119	4.71	.74		
	希望	23-31歲	110	4.94	.66	.34	
		32-37歲	92	5.01	.56		
		38-60歲	119	4.94	.74		
	韌性	23-31歲	110	4.54	.64	1.85	
		32-37歲	92	4.64	.67		
		38-60歲	119	4.71	.67		
樂觀	23-31歲	110	4.39	.65	1.35		
	32-37歲	92	4.44	.68			
	38-60歲	119	4.54	.70			
教學年資	自我效能感	1-4年	117	4.38	.69	5.08**	1-4年<10-37年
		5-9年	98	4.45	.79		
		10-37年	106	4.68	.67		
	希望	1-4年	117	5.03	.60	1.07	
		5-9年	98	4.90	.78		
		10-37年	106	4.94	.61		
	韌性	1-4年	117	4.59	.65	.31	
		5-9年	98	4.66	.68		
		10-37年	106	4.65	.66		
樂觀	1-4年	117	4.41	.71	.64		
	5-9年	98	4.51	.64			
	10-37年	106	4.47	.67			
婚姻狀況	自我效能感	未婚	132	4.37	.70	3.86*	未婚<已婚
		已婚	185	4.59	.73		
		其他	4	4.75	.74		
	希望	未婚	132	4.99	.55	.21	
		已婚	185	4.94	.73		
		其他	4	5.00	.82		
	韌性	未婚	132	4.56	.63	1.14	
		已婚	185	4.67	.67		
		其他	4	4.75	1.04		
樂觀	未婚	132	4.37	.71	2.21		
	已婚	185	4.52	.65			
	其他	4	4.69	.66			

3 \*\*  $p < .01$  \*  $p < .05$

4

5 三、以獨立樣本  $t$  檢定分析針對國中體育教師的性別及最高學歷對心理資本之差異做比  
6 較，研究結果如下所敘及表2顯示之：

7 1、性別

8 獨立樣本  $t$  檢定分析考驗結果發現性別在心理資本無顯著差異，其  $t$  值為  
9 ( $t = 1.32$ 、 $.68$ 、 $.75$ 、 $.63$ ， $p > .05$ )。

10 2、最高學歷

11 獨立樣本  $t$  檢定分析考驗結果發現最高學歷在心理資本無顯著差異，其  $t$  值為  
12 ( $t = -1.71$ 、 $.90$ 、 $-.59$ 、 $.20$ ， $p > .05$ )。

1 表2  
2 不同性別、最高學歷對心理資本的獨立樣本 *t* 檢定分析摘要表

各項變數		個數	平均數	標準差	<i>t</i> 值	
性別	自我效能感	男生	168	4.55	.73	1.32
		女生	153	4.45	.71	
	希望	男生	168	4.99	.71	.68
		女生	153	4.94	.60	
	韌性	男生	168	4.66	.66	.75
		女生	153	4.60	.66	
	樂觀	男生	168	4.48	.63	.63
		女生	153	4.43	.72	
最高學歷	自我效能感	大學	208	4.45	.74	-1.71
		碩士	113	4.60	.69	
	希望	大學	208	4.99	.62	.90
		碩士	113	4.91	.72	
	韌性	大學	208	4.61	.66	-.59
		碩士	113	4.66	.65	
	樂觀	大學	208	4.47	.66	.20
		碩士	113	4.45	.72	

3 \**p* < .05

#### 5 肆、結論

##### 6 一、在年齡方面

7 研究顯示，不同年齡的國中體育教師，在自我效能感有顯著差異；表示年齡較長的  
8 教師比年齡較輕的教師擁有較高自我效能，能夠相信自己有能力去接受挑戰並完成它，  
9 其餘向度與年齡均無顯著差異。此結果與過去相關研究結果一致，如：學者黃雅芳  
10 (2009)、陳銘峰 (2010)。

##### 11 二、在性別方面

12 研究顯示，不同性別的國中體育教師，在整體心理資本各向度均無顯著差異。表示  
13 國中體育教師不會因為自己本身性別的不同而對其心理資本程度上產生影響。此結果與  
14 學者施美芬 (2009) 以嘉義縣國小已婚教師為受試樣本呈現一致。

##### 15 三、在本校教學年資方面

16 研究顯示，不同本校教學年資的國中體育教師，在自我效能感有顯著差異。表示年  
17 資較長的教師在長期教學的累積的經驗，比較好應變能力去解決教學或是訓練上所發生  
18 的問題。

##### 19 四、在婚姻狀況方面

20 研究顯示，不同婚姻狀況的國中體育教師，在自我效能感有顯著差異。從事後比較  
21 發現已婚的教師比未婚的教師在自我效能感方面顯示有不同能力上的差異性，表示已婚  
22 教師身邊有一位能夠為他訴說心事與分擔心事的伴侶，讓他能夠更有信心去接受挑戰且  
23 完成它。其餘向度與婚姻狀況均無顯著差異。此結果與過去相關研究結果一致，如：學  
24 者陳銘峰 (2010)、黃靜文 (2009)。

1 五、在最高學歷方面

2 研究顯示，不同最高學歷的國中體育教師，在整體心理資本各向度均無顯著差異。  
3 本研究大部分國中體育教師為大學畢業佔有64.8%，最高學歷為碩士則有35.2%，其表  
4 示國中體育教師不會因學歷的高低而在心理資本有所差異性，此結果與學者高夏雯(2010)  
5 以國中教師心理資本對教學表現研究結果一致。

6 綜合以上研究結論發現：國中體育教師的心理資本不會因性別及學歷而有所不同，  
7 然而卻會隨著年紀的增長及良好的家庭生活，在實務教學上學習到更多的專業技能及經  
8 驗，面對教學或是訓練上更能駕輕就熟，從容應對。所以，多向資深教師請益對於自我  
9 的本質學能都會如魚得水，事半功倍之效果。

10

## 參考文獻

- 1  
2 王俊傑 (2012)。國中體育教師心理資本對組織承諾、工作滿意度之預測研究 (未出版碩  
3 士論文)。國立體育大學，桃園縣。
- 4 江雪齡 (2008)。正向心理學—生活、工作和教學的實用。臺北市：心理出版社。
- 5 吳明隆 (2011)。SPSS統計應用學習實務：問卷分析與應用統計。新北市：易學圖書。
- 6 李俊賢、黃芳銘 (2010)。教師心理資本問卷，未出版手稿，嘉義。
- 7 施美芬 (2009)。嘉義縣國民小學已婚教師心理資本與工作-家庭衝突之研究 (未出版碩士  
8 論文)。國立嘉義大學，嘉義市。
- 9 高夏雯 (2010)。台北縣國民中學教師心理資本與教學表現關係之研究 (未出版碩士論文)。  
10 輔仁大學，新北市。
- 11 袁世珮 (譯) (2006)。真誠領導發展與實踐。臺北：美商麥格羅·希爾。(Avolio B. J., &  
12 Luthans F., 2005)
- 13 陳銘峰 (2010)。嘉義縣國民中學教師心理資本與工作倦怠之研究 (未出版碩士論文)。  
14 國立嘉義大學，嘉義市。
- 15 黃雅芳 (2009)。雲林縣國民小學學校組織氣候與教師心理資本之關係研究 (未出版碩士  
16 論文)。國立嘉義大學，嘉義市。
- 17 黃靜文 (2009)。雲林縣國民小學教師心理資本與組織公民行為關係之研究 (未出版碩士  
18 論文)。國立嘉義大學，嘉義市。
- 19 Luthans, F., Luthans, K.W., & Luthans, B. C. (2004). Positive psychological capital: Beyond  
20 human and social capital. *Business Horizons*, 47, 45-50.
- 21 Luthans, F., Youssef, C. M., & Avolio, B. J. (2007). *Psychological capital: Developing the*  
22 *human competitive edge*. Oxford, UK: Oxford University Press.
- 23

# **The Differences between Backgrounds and Psychological Capital on PE Teachers in Junior High Schools**

Wang, Yuan-Sheng Tamkang University

Wang, Chun-Chieh Sinwu Junior High School

Kao, San-Fu National Hsinchu University of Education

Liu, Tsun-Te Tamkang University

## **Abstract**

The purpose of the study was to realize the differences between Backgrounds and Psychological Capital on PE teachers in junior high schools. The participants of the study were 321 PE teachers in 57 junior high schools in Tao-Yuan County. Psychological Capital Questionnaire was applied to test the participants. Descriptive Statistics, Independent Sample T Test, One-Way ANOVA, and Scheffe Method were applied to analyze the collected data. The result of the study showed that there were significant differences between Psychological Capital and Age, Years of Working Experiences and Marital Status on PE teachers in junior high schools; on the other hand, there was no significant difference between Gender and the Highest Education. To sum up, with the age growing, PE teachers would persist in more mature and positive teaching attitudes, and be able to get along well with others.

**Keyword : positive psychology, age, gender**