

南華大學社會科學院國際事務與企業學系公共政策研究碩士班

碩士論文

Master Program in Public Policy Studies

Department of International Affairs and Business

College of Social Sciences

Nanhua University

Master Thesis

學前教保服務人員休閒活動參與、幸福感與教學效能之相關研究—以台南市國小附幼為例

A Study on the Relationship between Leisure Activity Participation, Happiness and Teaching Efficiency of Preschool Educational Insurance Service Personnel--Take the Attached Young Children of Elementary School in Tainan as an Example

程英芬

Ying -Fen Cheng

指導教授：張子揚博士

Advisor: Tzu-Yang Chang, Ph.D

中華民國 108 年 6 月

June 2019

南華大學

國際事務與企業學系公共政策研究碩士班

碩士學位論文

學前教保服務人員休閒活動參與、幸福感與教學效能之相關研究-以台南市國小附幼為例

A Study on the Relationship between Leisure Activity Participation, Happiness and Teaching Efficiency of Preschool Educational Insurance Service Personnel-Take the Attached Young Children of Elementary school in Tainan as an Example

研究生：

程英芬

經考試合格特此證明

口試委員：

張子揚
胡彥平
李佩珊

指導教授：

張子揚

系主任(所長)：

鍾志明

口試日期：中華民國 108年 5月 16日

摘 要

本研究的目的是瞭解台南市國小附設幼兒園學前教保服務人員休閒活動參與、幸福感與教學效能的相關性，並探討在不同的背景選項中，台南市國小附設幼兒園教保服務人員對於休閒活動參與、幸福感與教學效能的差異性。並採用問卷調查法，研究結果能提供教保服務人員在教學之外也能有不同休閒活動之參考，進而增進幼兒園教保服務人員身心健康也提昇對幼生教學效能上之運作與延伸。研究中採用問卷調查法，以台南市的國小附設幼兒園教保服務人員為抽樣的母群體，發放300份問卷，有效問卷220份，回收有效率73%，並將收集後的問卷資料以SPSS25統計軟體，進行次數分配及百分比、獨立樣本t檢定、單因子變異數分析(ANOVA)等統計方法進行資料分析。本研究結果如下：

- 一、台南市國小附設教保服務人員的休閒活動參與項目以「知識型」與動「嗜好型」活動參與程度最高，在幸福感則以「人際方面」的滿意度最高；
- 二、不同背景的教保服務人員在休閒活動參與的部分，會因年齡、服務年資、學歷、婚姻狀況與擔任職務而有顯著差異；
- 三、不同背景的台南市國小附設學前教保服務人員在幸福感的部分，會因年齡、服務年資、學歷、婚姻狀況與擔任職務而有顯著差異；
- 四、不同背景的台南市國小附設學前教保服務人員在教學效能的部分，會因年齡、服務年資、學歷、婚姻狀況與擔任職務而有顯著差異；
- 五、台南市國小附設學前教保服務人員在休閒活動參與、幸福感與教學效能之間具有顯著的正相關；

最後，本研究結果建議：可多鼓勵教師提高休閒參與的頻率與質量，藉以提升教師的教學效能。

關鍵字： 教保服務人員、休閒活動參與、幸福感、教學效能、休閒活動種類

Abstract

The purpose of this study is to understand the relationship between leisure activities participation, well-being and teaching effectiveness of preschool education and security service personnel in elementary schools attached to Tainan, and to explore the differences of leisure activities participation, well-being and teaching effectiveness among the different background options of preschool education and security service personnel in elementary schools attached to Tainan. By using the questionnaire survey method, the research results hope to provide reference for different leisure activities besides teaching, so as to improve the physical and mental health of kindergarten education and insurance service personnel and enhance the operation and extension of teaching effectiveness for young children. In the study, 300 questionnaires were distributed to the mother group of kindergarten education and insurance service providers attached to elementary schools in Tainan City. 220 valid questionnaires were validated with a recovery rate of 73%. The collected questionnaires were analyzed by SPSS25 statistical software, including frequency distribution and percentage, independent sample t test, and single factor analysis of variance (ANOVA). Analysis. The results of this study are as follows:

1. The leisure activities of the service personnel of primary school attached to kindergarten education in Tainan City are the static "knowledge-based" and dynamic "hobby-based" activities, while the satisfaction of "interpersonal aspect" is the highest.
2. Secondly, there are significant differences in the part of participation in leisure activities among the education and insurance service personnel of different backgrounds due to age, service seniority, educational background, marital status and position.
3. There are significant differences in the happiness of pre-school education and insurance service personnel with different backgrounds in Tainan elementary schools due to age, service seniority, educational background, marital status and position.

4.The teaching effectiveness of the pre-school education and insurance service personnel with different backgrounds in Tainan elementary school will vary according to their age.There were significant differences in service seniority, educational background, marital status and position.

5.The Pre-school Education and Guarantee Service Personnel of National Primary School Affiliated to Kindergartens in Tainan City Between Leisure Activity Participation, Happiness and Teaching Efficiency

There was a significant positive correlation.Finally, according to the findings of this study, it is suggested that education authorities and school units can plan or provide more leisure channels according to the different background of pre-school education and insurance service personnel attached to elementary schools in Tainan, and encourage teachers to improve the frequency and quality of leisure participation, so as to enhance teachers'teaching effectiveness.

Key words: education and insurance service personnel, participation in leisure activities, happiness, teaching effectiveness, types of leisure activities

目 錄

中文摘要.....	I
ABSTRACT	III
目 錄.....	V
圖目錄.....	VII
表目錄.....	IX
第一章 緒論.....	1
第一節 研究背景與動機.....	1
第二節 研究問題與假設.....	4
第三節 研究架構與流程.....	6
第四節 名詞解釋.....	10
第二章 文獻探討.....	15
第一節 學前教保服務人員休閒活動參與.....	15
第二節 學前教保服務人員的幸福感.....	26
第三節 學前教保服務人員的教學效能.....	37
第四節 學前教保服務人員休閒活動參與、幸福感與教學效能之相關 研究.....	41

第三章 研究方法	55
第一節 研究假設.....	55
第二節 研究對象與研究樣本.....	56
第三節 研究工具.....	57
第四節 資料分析方法.....	62
第四章 研究結果與討論	65
第一節 問卷基本資料分析.....	65
第二節 描述性統計分析與討論.....	67
第三節 不同個人變項之差異性分析.....	83
第四節 休閒活動參與、幸福感與教學效能之相關性分析.....	121
第五章 結論與建議	125
第一節 結論.....	125
第二節 建議.....	129
參考文獻	131
壹、中文部分.....	131
貳、英文文獻.....	134
附錄	137

圖目錄

圖 1-1	研究架構圖.....	7
圖 1-2	研究流程圖.....	9



表目錄

表 2-1	休閒的定義	16
表 2-2	國內外學者對於休閒的定義	19
表 2-3	幸福感定義彙整	28
表 2-4	幸福感之理論差異比較表	34
表 2-5	參與休閒活動與教學效能相關文獻之彙整表	41
表 2-6	幸福感與教學效能相關文獻之彙整表	44
表 2-7	幸福感與參與休閒活動相關文獻之彙整表	46
表 2-8	不同背景變項之教師在參與休閒活動感受顯著性彙整表	50
表 2-9	不同背景變項之教師在參與休閒活動感受顯著性彙整表	51
表 2-10	不同背景變項之教師在幸福感感受顯著性彙整表	51
表 2-11	參與休閒活動、教學效能與幸福感相關研究主題彙整表	52
表 2-12	本研究主題和相關文獻研究者分類之彙整表	53
表 3-1	107 學年度學前教保服務人員配置數資料顯示	57
表 3-2	休閒參與量表問卷設計	59
表 3-3	學前教保服務人員休閒活動參與內容彙整表	59
表 3-4	學前教保服務人員幸福感內容彙整表	61
表 3-5	教學效能量表衡量構面問項內容	62
表 4-1	研究樣本背景資料摘要表 (N=220)	66

表 4-2	參與休閒活動之各構面平均得分摘要表 (N=220)	68
表 4-3	參與休閒活動量表各題平均數與標準差摘要表 (N=220)	68
表 4-4	學前教保服務人員「運動型休閒活動」層面各題項平均數與標準差之分析摘要表 (N=220)	70
表 4-5	學前教保服務人員「社交型休閒活動」層面各題項平均數與標準差之分析摘要表 (N=220)	71
表 4-6	學前教保服務人員「知識型休閒活動」層面各題項平均數與標準差之分析摘要表 (N=220)	72
表 4-7	學前教保服務人員「嗜好型休閒活動」層面各題項平均數與標準差之分析摘要表 (N=220)	72
表 4-8	學前教保服務人員「幸福感」之層面分析摘要表 (N=220)	73
表 4-9	參與休閒活動量表各題平均數與標準差摘要表 (N=220)	74
表 4-10	學前教保服務人員「生活滿意」層面各題項平均數與標準差之分析摘要表 (N=220)	75
表 4-11	學前教保服務人員「人際關係」層面各題項平均數與標準差之分析摘要表 (N=220)	75
表 4-12	學前教保服務人員「工作成就」層面各題項平均數與標準差之分析摘要表 (N=220)	76

表 4-13 學前教保服務人員「自我肯定」層面各題項平均數與標準差 之分析摘要表 (N=220)	76
表 4-14 學前教保服務人員「教學效能」構面各題項平均數與標準差 之分析摘要表 (N=220)	77
表 4-15 教學效能量表各題平均數與標準差摘要表 (N=220)	78
表 4-16 學前教保服務人員「教學計劃」層面各題項平均數與標準差 之分析摘要表 (N=220)	79
表 4-17 學前教保服務人員「班級經營」層面各題項平均數與標準差 之分析摘要表 (N=220)	80
表 4-18 教保服務人員「教學評量」層面各題項平均數與標準差之分 析摘要表	80
表 4-19 學前教保服務人員「教材與教學策略」層面各題項平均數與 標準差之分析摘要表 (N=220)	81
表 4-20 不同年齡學前教保服務人員對「休閒活動參與」獨立樣本 T 檢定分析	84
表 4-21 不同年齡學前教保服務人員對「休閒活動參與」單因子變異 數分析	85
表 4-22 不同年齡學前教保服務人員對「休閒活動參與」單因子變異 數分析摘要表 (N=220)	85

表 4-23 最高學歷學前教保服務人員對「休閒活動參與」獨立樣本 T 檢定分析	86
表 4-24 最高學歷學前教保服務人員對「休閒活動參與」單因子變異 數分析	87
表 4-25 最高學歷學前教保服務人員對「休閒活動參與」單因子變異 數分析摘要表 (N=220)	87
表 4-26 服務年資學前教保服務人員對「休閒活動參與」獨立樣本 T 檢定分析	89
表 4-27 服務年資學前教保服務人員對「休閒活動參與」單因子變異 數分析	89
表 4-28 服務年資學前教保服務人員對「休閒活動參與」單因子變異 數分析	90
表 4-29 服務年資學前教保服務人員對「休閒活動參與」單因子變異 數分析摘要表	91
表 4-30 擔任職務學前教保服務人員對「休閒活動參與」獨立樣本 T 檢定分析	92
表 4-31 擔任職務學前教保服務人員對「休閒活動參與」單因子變異 數分析 摘要表	92

表 4-32 擔任職務學前教保服務人員對「休閒活動參與」單因子變異數分析	93
表 4-33 婚姻狀況學前教保服務人員對「休閒活動參與」獨立樣本 T 檢定分析	94
表 4-34 婚姻狀況學前教保服務人員對「休閒活動參與」單因子變異數分析	94
表 4-35 婚姻狀況學前教保服務人員對「休閒活動參與」單因子變異數分析 摘要表.....	95
表 4-36 不同年齡學前教保服務人員對「幸福感」獨立樣本 T 檢定分析	96
表 4-37 不同年齡學前教保服務人員對「幸福感」單因子變異數分析	97
表 4-38 不同年齡學前教保服務人員對「幸福感」單因子變異數分析 摘要表	97
表 4-39 最高學歷學前教保服務人員對「幸福感」獨立樣本 T 檢定分析	98
表 4-40 最高學歷學前教保服務人員對「幸福感」單因子變異數分析	99

表 4-41 最高學歷學前教保服務人員對「幸福感」單因子變異數分析	
摘要表	99
表 4-42 服務年資學前教保服務人員對「幸福感」獨立樣本 T 檢定分	
析	101
表 4-43 服務年資學前教保服務人員對「幸福感」單因子變異數分析	
.....	101
表 4-44 服務年資學前教保服務人員對「幸福感」單因子變異數分析	
摘要表	102
表 4-45 擔任職務學前教保服務人員對「幸福感」獨立樣本 T 檢定分	
析	103
表 4-46 擔任職務學前教保服務人員對「幸福感」單因子變異數分析	
.....	103
表 4-47 擔任職務學前教保服務人員對「幸福感」單因子變異數分析	
摘要表	104
表 4-48 婚姻狀況學前教保服務人員對「幸福感」獨立樣本 T 檢定分	
析	105
表 4-49 婚姻狀況學前教保服務人員對「幸福感」單因子變異數分析	
.....	106

表 4-50 婚姻狀況學前教保服務人員對「幸福感」單因子變異數分析	
摘要表	106
表 4-51 不同年齡學前教保服務人員對「教學效能」獨立樣本 T 檢定	
分析	107
表 4-52 不同年齡學前教保服務人員對「教學效能」單因子變異數分	
析	108
表 4-53 不同年齡學前教保服務人員對「教學效能」單因子變異數分	
析摘要表	108
表 4-54 最高學歷學前教保服務人員對「教學效能」獨立樣本 T 檢定	
分析	109
表 4-55 最高學歷學前教保服務人員對「教學效能」單因子變異數分	
析	110
表 4-56 最高學歷學前教保服務人員對「教學效能」單因子變異數分	
析摘要表	110
表 4-57 服務年資學前教保服務人員對「教學效能」獨立樣本 T 檢定	
分析	112
表 4-58 服務年資學前教保服務人員對「教學效能」單因子變異數分	
析	112

表 4-59 服務年資學前教保服務人員對「教學效能」單因子變異數分析摘要表	113
表 4-60 擔任職務學前教保服務人員對「教學效能」獨立樣本 T 檢定分析	114
表 4-61 擔任職務學前教保服務人員對「教學效能」單因子變異數分析	114
表 4-62 擔任職務學前教保服務人員對「教學效能」單因子變異數分析摘要表.....	115
表 4-63 婚姻狀況學前教保服務人員對「教學效能」獨立樣本 T 檢定分析	116
表 4-64 婚姻狀況學前教保服務人員對「教學效能」單因子變異數分析	117
表 4-65 婚姻狀況學前教保服務人員對「教學效能」單因子變異數分析摘要表	117
表 4-66 學前教保服務人員休閒活動參與與幸福感之積差相關摘要表 (N=220)	122
表 4-67 學前教保服務人員休閒活動參與與教學效能之積差相關摘要表 (N=220)	123

表 4-68 學前教保服務人員幸福感與教學效能之積差相關摘要表

(N=220) 124



第一章 緒論

本研究是針對台南市國小附幼學前教保服務人員休閒活動參與、幸福感與教學效能之相關研究。本章共探討四個單元，內容包含：第一節是闡述研究背景與動機；第二節說明研究問題與假設；第三節說明研究架構與流程；第四節則是名詞解釋。

第一節 研究背景與動機

近年來政府不斷的推行教育改革政策，學前教保服務人員為了適應及迎接新課程、落實在地文化與多元化的教學方式，以及配合新課綱的實施，教師自行設計課程與自編教材，且幼教工作除了注重不同的教學品質，加強幼兒的差異性，更要激發幼兒的多元潛能。幼兒教育是教育的根基，根基要紮穩，因為幼兒的學習模仿能力快，可塑性大，依賴心也強，幼稚階段是人生學習的黃金時期，無論是在生理、心理、情緒、社會行為、創造力、語文及認知各領域的發展都是很重要的基礎。對幼兒來說，教保服務人員的角色，不僅只是保護、照顧，就像「媽媽」的角色，又是老師又是媽媽，因此教保服務人員更是幼兒各項發展設計的引導者及奠定基礎的領航者，以至於學前教保服務人員必須花費更多的時間在蒐集資料與備課當中，如此繁忙導致教學效能不增反減。誠如主題課程的教學與運用、啟發幼兒的潛能與創意、教學課程的設計與引導、參與校務的推展與執行，這些都是教保服務人員必須做的課程之一。也須仰賴於教保服務人員的努力才能將教室營造成一間會說話的教室。但教保服務人員繁瑣事情過多也很容易造成教學效能不佳。也由於經濟不景氣，國人對於婚姻的觀念，越來越多人採不婚主義、不生子的頂客族（Double Income No Kid, DINK）或少子化的家庭結構出現在現今的社會（張耿介、陳文長，2004），導致學校的幼生過少或不足，地方政府的教育

經費很有限，也因社會快速變遷造成少子化的效應讓家長生得少也更加寵愛自己的小孩，讓教保服務人員的管教工作變得很無力，又要滿足家長的需求、接受家長的意見，也要配合新課綱的實施，還需兼顧幼生的學習狀況、品格教育與人際之間的互動。對於家長的要求，以及主管或相關單位的考核與評鑑，同事之間的相處與互動，讓教保服務人員的壓力與負荷與日遽增。也使得學前教保服務人員為了充實專業知能與技能，必須利用假日參加研習、進修，想想教保服務人員在進行教學時，身旁有如此繁瑣的事須完成，是否會感到快樂呢？是否會影響到教學效能？我想這也是我想探討的問題之一。

台灣自從全面實施週休二日之後，隨著大環境的變遷，政策的修改，國內休閒設施持續增加中，也看到現代人越來越重視休閒活動的參與，只為了在家庭與工作之間取得平衡。國內外的休閒學家與心理學家也將休閒視為一種「工作的儲蓄力」，覺得工作與休閒一樣占很重要的比重。而師大教授張春興曾說：「生活品質的具體表現，就是既懂得怎樣工作，也懂得休閒娛樂。」（莊慧秋，1994）。可見除了工作之外，休閒活動也應該受到重視。韓繼成（2002）指出：教師應透過參與休閒活動，才可調適緊張的身心、舒緩工作的壓力，因平時工作產生壓力，會造成諸多不便。江欣霓（2002）覺得教師若想其身心放鬆進而才能達到身體健康，需藉由休閒活動的舒壓。因此，如果教師能適時的參與休閒活動，不但對自己的身心健康有正向的影響，對於教學工作也就不會產生壓力而心情愉悅，而使其教學效能有正面的提升（蔡培村，1992）。教師減少教學挫折，而從教學效能中獲得成就感，這也是促進教師身心健康的最佳途徑之一（張春興，1997）。除此之外，教保服務人員也可以藉由參與休閒活動來認識更多志同道合的朋友，以提昇更多元的人際關係，也能改變自己的生活方式。教保服務人員也可以將適當的休閒活動及技巧帶入教學工作中，增進教學效能的提昇，也帶給幼生更多的刺激以增進學習態度。由此看來，參與休閒活動對於教師來說是很重要的，不但能夠宣洩壓力讓自己的心情愉悅，又可開闊視野以及拓展人際關係。這個部分與法

國哲學家杜馬哲（Joffre Dumazedier）所提出「休閒」三部曲為理論基礎，認為「休閒」有三個重要精神：即放鬆、娛樂和自我發展（張耿介、陳文長，2004），有相類似的看法。

因教育為百年國家大計，而教師更是這個重大計畫的直接執行者。教師身心健康，才能教育出健康的下一代（賴雪芬，2008）；而教保服務人員，更是整個教育工作的基礎。我們也可發現休閒活動在我們的生活中佔有重要的部份，休閒不再只是工作之餘的娛樂，而是能促進身心靈、工作專業成長、加強人際互動以及教學活動的提昇，因此我們發現休閒活動在我們的生活中佔了極重要的部份，也是提高工作效率的重要因子。因此教保服務人員需透過休閒參與活動來使得生理與心理的獲得滿足的需求。除此之外教保服務人員如果能利用課餘時間進行休閒活動，將有助於精神壓力的紓解，對於專業知能與技能的成長、主題課程教學更有趣與多元化，也能激發教學靈感及課程創新，也能修正教學品質，給予幼兒更適性的發展與自我的成長。因此休閒活動已經成為現代人生活的一部份。這也符合亞理斯多德曾說的：「人們戰爭是為了和平，工作是為了休閒」。我們常常都會說，「休息是為了走更長更遠的路；而休閒是為了讓自己的生活品質變好。」

因此學前教保服務人員為了讓自己的身心健康保持最佳狀態，也會促使教師更積極去參加休閒活動。教保服務人員的工作量很大，且要負責的課程與業務也遽增，這已經造成教保服務人員極大的壓力，Kyriacou（2001）認為目前壓力較高的職業之一是教師。教保服務人員運用時間從事休閒活動，將有助於精神壓力的抒發、專業知能與技能的成長以及教學效能的提昇。在休閒觀念與態度方面，許多心理和社會學家們紛紛提出警告：「正確的休閒態度與觀念，是現在社會最缺乏的，」（莊慧秋，1994）。休閒活動可以提升社會大眾親近大自然的機會，也能使人遠離疾病，更能讓身體與心靈上都獲得紓解（郭秀娟，2005）。因此，參與休閒活動的優點很多，所以休閒已成為教師生活中最重要的一部份。

Shivers（1967）指出，「在社會變遷的過程中，無論在學校、工作場所、家

庭或社區，休閒已成為生命中的一種重要元素，也代表休閒活動扮演著槓桿的作用」（鄧建中，2002）。

因此，本研究針對學前教保服務人員參與休閒活動的現況做不同的研究與分析，以期瞭解幼兒園教保服務人員如何在教學工作之餘，也能適時安排自己的休閒活動，讓自己的身心靈獲得釋放以提升教學效能。因此良好的休閒活動對幼教師而言，不但可增進身體健康，對幼兒而言也具有正面的示範作用，擁有健全的身心，教保服務人員才能面對繁瑣的幼兒教學工作勝任愉快。希望藉由教師參與休閒活動的過程中，探討休閒滿意度對其教學效能之間的正相關，以作為幼兒園教保服務人員的休閒活動安排或學術研究之參考。

綜合上述的研究背景之後，衍生出本研究的四個主要研究動機：

動機一：了解目前學前教保服務人員的休閒參與、幸福感的情形為何，以及在不同背景變項的教保服務人員是否有顯著的差異。

動機二：了解學前教保服務人員選擇休閒活動的類型

動機三：了解學前教保服務人員之休閒參與、幸福感與教學效能之間，是否有其關聯存在，其幸福感是否能與教學效能呈現正相關。

動機四：了解學前教保服務人員是否能透過休閒參與，來提高教學效能？

第二節 研究問題與假設

壹、研究目的

本研究旨在以台南市幼兒園學前教保服務人員參與休閒活動，幸福感與教學效能為主要研究，探討不同背景的幼兒園教保服務人員參與各種類型的休閒活動，對其教學效能會產生何種相關性與影響性。基於上述的研究動機，茲歸納本研究之目的有八點如下：

一、瞭解台南市國小附幼學前教保服務人員參與休閒活動的現況。

- 二、瞭解台南市國小附幼學前教保服務人員幸福感的現況。
- 三、瞭解台南市國小附幼學前教保服務人員教學效能的現況。
- 四、分析不同背景的台南市國小附幼學前教保服務人員參與休閒活動的差異情形。
- 五、分析不同背景的台南市國小附幼學前教保服務人員幸福感的差異情形。
- 六、探討台南市國小附幼學前教保服務人員參與休閒活動與幸福感之間的關係。
- 七、探討台南市國小附幼學前教保服務人員參與休閒活動與教學效能之間的關係。
- 八、探討台南市國小附幼學前教保服務人員幸福感與教學效能的關係。

貳、研究問題

根據本研究目的，本研究歸納出具體研究的問題如下：

- 一、台南市國小附幼學前教保服務人員休閒活動參與之現況為何？
- 二、台南市國小附幼學前教保服務人員的幸福感知現況為何？
- 三、台南市國小附幼學前教保服務人員的教學效能之現況為何？
- 四、不同背景的台南市國小附幼學前教保服務人員休閒活動參與的種類是否有異同？
- 五、不同背景的台南市國小附幼學前教保服務人員的幸福感知是否有異同？
- 六、台南市國小附幼學前教保服務人員的休閒活動參與和幸福感知之間是否有相關性存在？
- 七、台南市國小附幼學前教保服務人員的休閒活動參與和教學效能之間是否有關連？
- 八、台南市國小附幼學前教保服務人員的幸福感知與教學效能之間是否有相關存在？
- 九、不同背景（性別、年齡、婚姻狀況、擔任職務、...）的台南市國小附幼學

前教保服務人員在休閒參與、幸福感與教學效能差異情形為何？

參、研究假設

- 一、不同背景的台南市國小附幼學前教保服務人員休閒活動參與的種類有顯著的差異。
- 二、不同背景的台南市國小附幼學前教保服務人員幸福感有顯著的差異。
- 三、台南市國小附幼學前教保服務人員休閒活動參與和幸福感之間有顯著的正相關。
- 四、台南市國小附幼學前教保服務人員休閒活動參與和教學效能之間有顯著的正相關。
- 五、台南市國小附幼學前教保服務人員幸福感與教學效能之間有顯著的正相關。
- 六、台南市國小附幼教保服務人員休閒活動參與與幸福感及教學效能之間有顯著的正相關。

第三節 研究架構與流程

壹、研究架構

本研究想探討台南市國小附幼學前教保服務人員參與休閒活動、教學效能及幸福感的現況，還有不同背景變項對參與休閒活動、教學效能及幸福感的差異情形，及參與休閒活動、教學效能及幸福感之間的相關情形。

透過文獻探討後，將「參與休閒活動」分成運動型、社交型、知識型、嗜好型四個構面；將「教學效能」分成教學計畫、班級經營、教學評量及教材與教學策略四個構面；將「幸福感」分成生活滿意、人際關係、工作成就、及自我肯定四個構面；「個人背景變項」包含性別、年齡、擔任職務、最高學歷、在服務學校服務年資及婚姻狀況等6項。

根據過去相關文獻之探討，得出本研究之架構，其中變項包含學前教保服務人員個人變項，自變項及依變項，其中自變項為教師休閒活動參與和幸福感，依變項為教學效能。本研究將進一步探討臺南市國小附幼學前教保服務人員休閒活動參與對教師幸福感、教學效能三者間之影響。與個人變項對學前教保服務人員休閒活動參與、幸福感、教學效能之影響。其架構如下圖 3-1 所示。

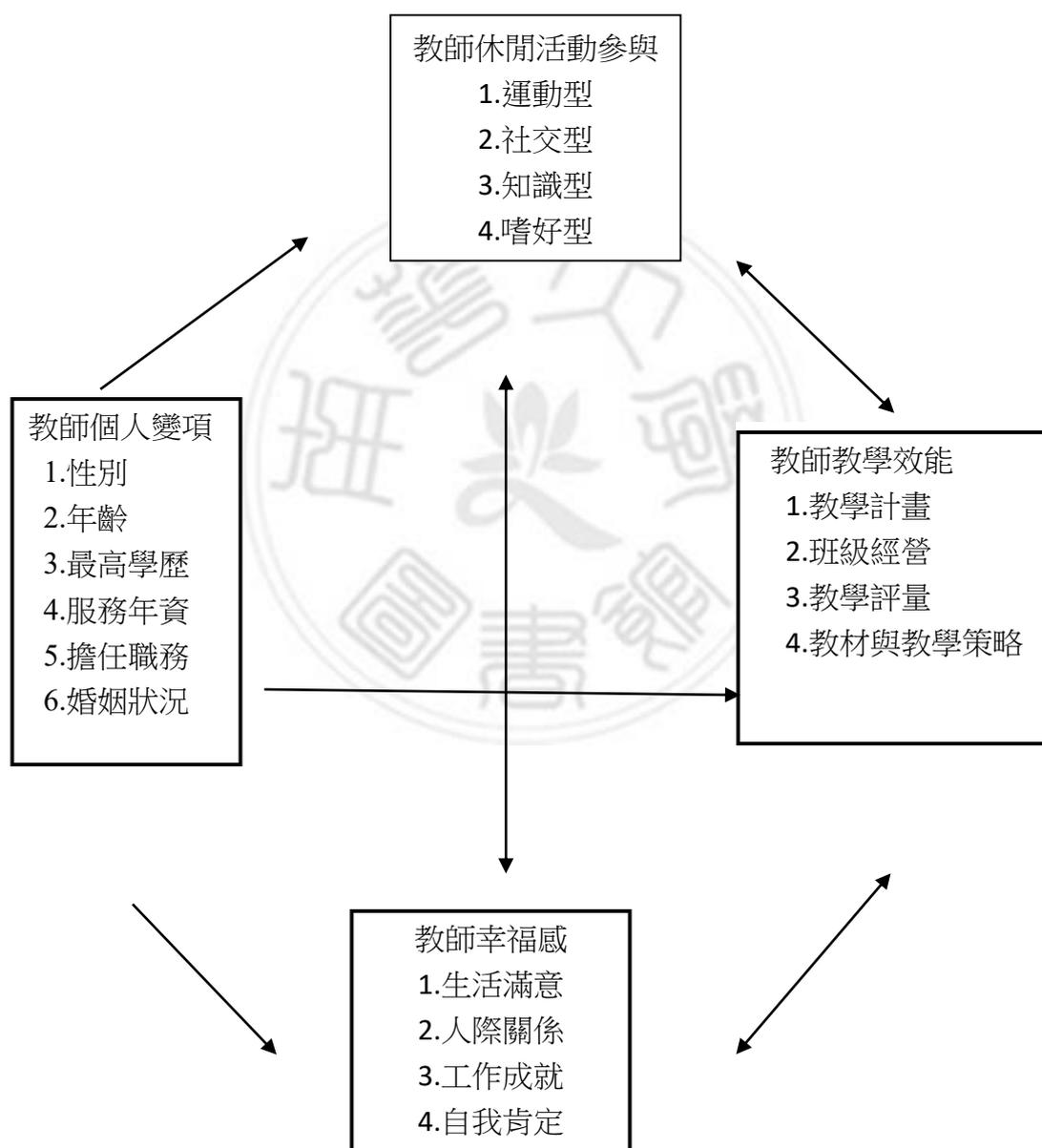


圖 1-1 研究架構圖

資料來源：本研究作者整理

貳、研究途徑

本研究將針對研究對象、研究內容和研究方法逐一說明研究範圍與途徑。

一、研究對象

本研究是以台南市國小附幼學前教保服務人員為抽樣母體，研究對象以107學年度台南市公立幼兒園正式教師（含兼任行政職務教師）、教保員為主。

依據台南市政府教育局特幼科107學年度公立幼兒園教保服務人員配置數資料顯示，台南市公立幼兒園共計194園，編制內教保服務人員共975人為避免母群體龐大造成之偏差，本研究的園所以國小附幼為主共180所，共計有676名教保服務人員，以問卷方式調查，共計抽取300名教保服務人員為研究樣本。

二、研究內容

本研究主要是想要了解台南市國小附幼教保服務人員「休閒活動參與」、「幸福感」、「教學效能」三個變項，並分析彼此的相關性。

三、研究方法

本研究循序先前所提到的研究目的與問題，根據文獻探討與問卷調查的方式進行研究。先蒐集國內外有關於幼兒園教師參與休閒活動、幸福感、教學效能的相關文獻來進行研究探討，並作為本研究的基準、架構和設計問卷的根據；再透過問卷調查的方式，了解台南市國小附幼學前教保服務人員參與休閒活動幸福感與教學效能的相關性。調查結果再進行研究分析，以作為研究討論依據。

參、研究流程

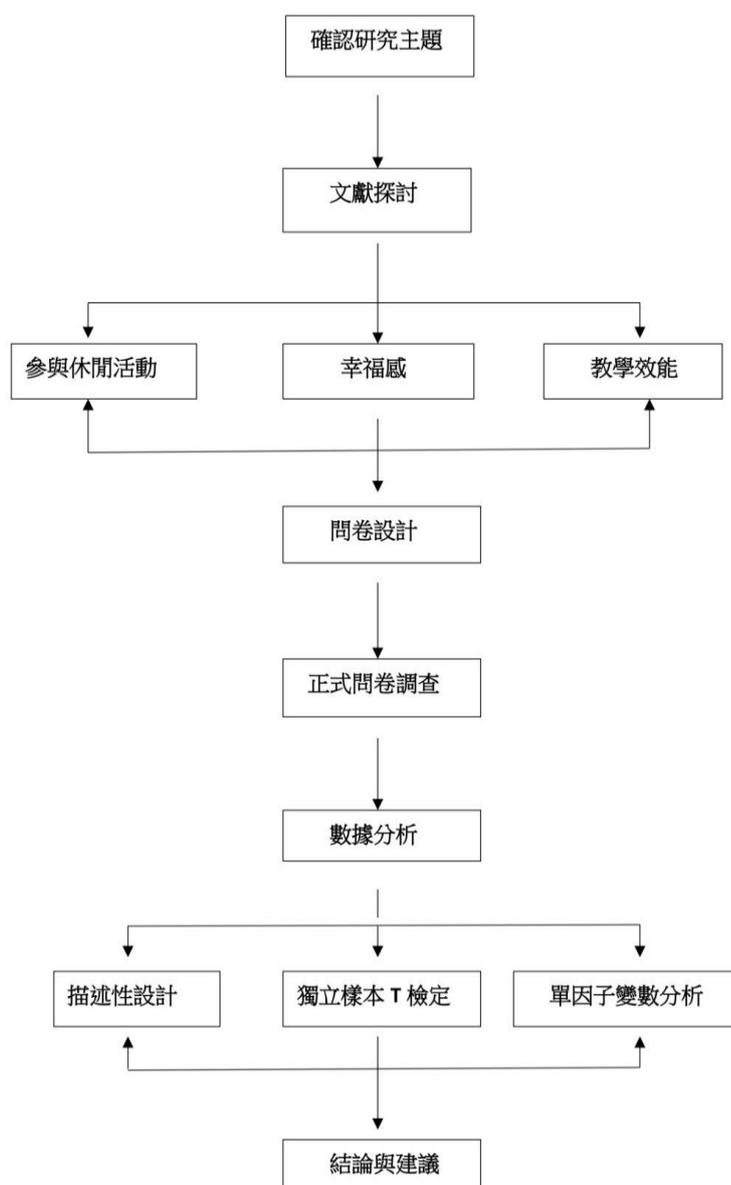


圖 1-2 研究流程圖

資料來源：本研究作者整理

第四節 名詞解釋

張春興(1983)認為休閒是指個人可自由支配的時間也就是閒暇。Dumazedier (1974)認為leisure是「指在工作之餘，用來滿足個人條件需要，吃、睡、照顧自己的健康、外表以及那些家庭的、社會的、宗教的或公共事務上的責任義務以外的時間，其餘可以自由運用的時間就是休閒」。因而有了不同學者的論述之後，可以瞭解休閒的重要性，也看到人們能多重選擇多樣化的活動，來達到放鬆、娛樂、消遣、心靈平靜，以及自我充實、提昇、滿足等目的。

壹、名詞解釋

根據研究之研究對象、探討本研究的問題與，做相關的解釋，以釐清研究的相關問題。

一、台南市國小附幼學前教保服務人員

本研究的研究對象為目前服務於台南市國小附幼教保服務人員，並實際有擔任教學工作者。

本研究所指之教保服務人員係以「幼兒教育及照顧法」所指稱之教保服務人員，定義在幼兒園服務之園長、教師、教保員，並符合「幼兒教育及照顧法」第三章第十九條至第二十二-5條之學歷資格認定，依幼照法規定取得遴用資格，且任職於幼兒園者統稱之（全國法規資料庫，2017）。

二、休閒活動參與

「休閒活動參與」指能在自由時間範圍內選擇並從事休閒活動而達到放鬆心靈的成效，但與個人職務無關（鄭政宗、周勝方，2005）。可見休閒活動的參與大多是為了給予個人在休閒之餘，可以依照自己的喜好選擇自己喜歡的休閒活動，來達到身心靈的放鬆。休閒參與的定義為：是指在自由的情況下執行，可從事休閒活動項目的頻率和參與的情形。（林佳蓉，2001；高俊雄，2002）。許義雄

(1980)認為，放下生產勞動後的自由時間或自由活動就是休閒。張春興(1983)認為休閒是指「閒暇」，即個人可以自由支配的時間。謝政論(1989)認為休閒是可以達到娛樂身心、發展個人社會成就的活動，也就是人們擺脫受約束時間之外，自己可以自由支配的時間。劉子利(2001)指出休閒，人們能自由選擇從事多樣化的活動，是在非工作及其之後的時間以達到鬆弛、娛樂、消遣、心靈平靜，以及自我充實、提昇、滿足等目的。吳萬福(2006)則認為休閒的意義可以說是除了工作、睡眠與休憩以外的時間，可依其本身的興趣或意願從事愜意性的活動。

三、幸福感

所謂的幸福感是指台南市國小附幼學前教保服務人員在教學活動過程中，受本身專業知能、教學時間壓力、師生互動、學生學習態度等不同面向的影響下，教師所呈現的正向、滿足、愉悅的情緒狀態與個人主觀的感受。本研究綜合專家學者對教學幸福感來源的分類，以下列四個向度為研究重點：1. 生活滿意、2. 人際關係、3. 工作成就、4. 自我肯定，並由受試者在「幸福感量表」上之得分代表其感受幸福感的程度，分數愈高，表示幸福感程度愈高。

幸福感是一種積極且正向正向的情緒狀態(Chang, Geert and Li, 2011) Diener and Suh (2000)指出幸福感為個人對於本身目前生活品質整體滿意度之評論，其中也包括對生活滿意認知層面的評估以及情緒與心情等情緒層面的評估。Buss (2000)指出幸福感為個人對於此刻，一種感受自我抱負的實現，甚至是指全部生活中，覺察生命有意義且愉快的一種持續性的感覺。事實上，幸福感乃個體之主觀感受，因此Diener, Lucas and Oishi (2005)進一步指出主觀幸福感為個人對生活的認知與情感上的評價，而這些評價包括正、負向情意，以及生活滿意的認知評價。張家婕(2012)則指出幸福感為個體對整體生活狀況滿意度之評估，包含認知、情緒、身心健康層面，是個體自由心證的主觀感受，也提及情緒方面的思考。從上述各學者對幸福感之看法可知幸福感為個體對其生活整體情況滿意度之評估與正負面情緒之評估，較偏主觀之感受與評估。總之，本研究將幸福感定

義為：「學前教保服務人員主觀之整體生活滿意、人際關係、工作成就與自我肯定滿意度評估」。

四、教學效能

「教學效能」是指學前教保服務人員在教學工作中，是否能營造良好的班級氣氛，教學環境的改變，提昇教學與幼生的學習成效，以及建立和諧的師生關係，藉以達成教學的目標。Bandura (1977) 提出自我效能理論，自我效能乃是個體對自己執行某項工作之能力的判斷，而這項判斷會影響個體的認知、動機、情緒與選擇也會帶來不同的論述 (孫志麟，2005)。本研究所指的教學效能，是指教保服務人員在教學工作中，能夠營造幼生良好的班級氣氛與學習環境，並建立良好的師生關係，使用有效能的教學技巧，且依據教學實施計畫與課程活動設計來呈現合適的教學內容，以便達到其教育目標。也可指教保服務人員在從事教學工作時，就其整體的教學內容，能夠透過不同的學習方式適宜的運用在幼生學習或行為表現上，以增進教學目標的能力。

大致上來說，效率 (effectiveness) 是指投入與產出之比；效能則是指達成目標的程度。在教學效能之定義上，許多學者均認為教保服務人員教學效能乃指教保服務人員相信他們具有能力去影響學生表現的程度 (Ashton, 1984; Dembo and Gibson, 1985)。教學效能除了能為教保服務人員本身增加自我效能感之外，林進財 (2001) 認為教學效能是指教師在教室中透過師生互動的程，運用一連串多樣且複雜的策略行動，達成教育的預期目標。張德銳 (2004) 亦認為運用各種教學策略與技巧是教師教學效能為教師在教學歷程中最重要的一環，使學生學習成效提升，以達成預期教育目標。吳清山 (2004) 則提出教學效能是指教師在教學上，能使學生在學習上或行為上有優良的表現，以達到特定的教育目標。綜上所述，本研究將教師教學效能定義為：「教師利用有效的教學技巧進行教學，提升學生的學習，以達到教育的預期目標，同時這種效能是教師對於自己教學能力之信念」。

貳、研究目的

本研究旨在以台南市幼兒園學前教保服務人員參與休閒活動，幸福感與教學效能為主要研究，探討不同背景的幼兒園教保服務人員參與各種類型的休閒活動，對其教學效能會產生何種相關性與影響性。基於上述的研究動機，茲歸納本研究之目的有八點如下：

- 一、瞭解台南市國小附幼學前教保服務人員參與休閒活動的現況。
- 二、瞭解台南市國小附幼學前教保服務人員幸福感的現況。
- 三、瞭解台南市國小附幼學前教保服務人員教學效能的現況。
- 四、分析不同背景的台南市國小附幼學前教保服務人員參與休閒活動的差異情形。
- 五、分析不同背景的台南市國小附幼學前教保服務人員幸福感的差異情形。
- 六、探討台南市國小附幼學前教保服務人員參與休閒活動與幸福感之間的關係。
- 七、探討台南市國小附幼學前教保服務人員參與休閒活動與教學效能之間的關係。
- 八、探討台南市國小附幼學前教保服務人員幸福感與教學效能的關係。

第二章 文獻探討

此研究旨在研究台南市國小附設幼兒園學前教保服務人員休閒活動參與、幸福感與教學效能之相關研究。以了解台南市國小附設幼兒園學前教保服務人員休閒活動參與、幸福感與教學效能的現況，同時探討不同背景變項台南市附設幼兒園學前教保服務人員休閒活動參與、幸福感與教學效能是否有差異情形。也了解教保服務人員休閒活動參與、幸福感與教學效能三者間之關係。本研究將先探討學前教保服務人員休閒活動參與、幸福感及教學效能等三大構面，之後再探討三者間之關係。本章一共分為四節：第一節為學前教保服務人員休閒活動參與；第二節為學前教保服務人員的幸福感；第三節為學前教保服務人員的教學效能；第四節為學前教保服務人員休閒活動參與、幸福感與教學效能之相關研究。

第一節 學前教保服務人員休閒活動參與

在現今忙碌緊張的大環境下，休閒活動參與也受到大家的重視。學前教保服務人員在教育環境以及教育改革的改變下，生活壓力大幅提高。由於休閒活動的參與可以調節身心以及抒壓，進而提升幸福感，因此以下茲將休閒活動參與定義、效益、理論基礎、衡量構面及相關探討分述如下，希望可以成為後續研究之基礎。

壹、休閒定義

『休息是為了走更長更遠的路』，的確，人真的需要藉由休息來調整腳步。英文的休閒（leisure）源自於拉丁文的「licere」，Mannell and Kleiber（1999）在『A Social Psychology of Leisure』一書中有提到休閒的定義（詳如表2-1），作者將休閒依現象的形式分成主觀、客觀、外在和內在等四個向度，在主觀的現象部分，主要觀察休閒是否可滿足體驗、滿足與意義等現象，外在（external）部分由研究者來判斷，內在（internal）部分由參與者來判斷，兩者都是休閒主觀體驗的

定義，由於作者只說明休閒定義並沒有提出兩者間的比較，對於同一個現象是否會影響不同的結果並沒有論述。在工業革命之後，隨著經濟日益繁榮，「休閒」在近代有越來越受到人們重視的趨勢。而休閒的定義眾說紛紜，學者強調重點及角度不同，其意義之界定也不完全相同，因此在探討本主題前有必要先行針對休閒意義之各種觀點來加以探究。

表2-1 休閒的定義

現象的形式	外在	內在
客觀	由「研究者」定義活動、環境和時間是否為休閒。	由「參與者」定義活動、環境和時間是否為休閒。
主觀	由「研究者」定義體驗、滿足和意義是否為休閒。	由「參與者」定義體驗、滿足和意義是否為休閒。

資料來源：本研究作者整理

一、從時間上進行

Dumazedier (1974) 認為 *leisure* 是「可以自由運用的時間，扣除工作時間，如吃、睡、照顧自己的健康、外表以及有些家庭的、社會的、宗教的或公共事務上的責任義務以外的時間皆屬之」；Kraus (1990) 的研究認為 *leisure* 是「為了維持生理機能以外的時間，指一段不需工作義務職責、在這段時間中個人可以依自己的意願選擇從事各種活動，可從中獲得放鬆、得到充實、產生愉悅及滿足感等（引自許志賢，2002）。

張春興（1983）休閒指個人可自由支配的時間也就是閒暇。謝政論（1989）認為是在擺脫約束時間之外的一段自由時間指休閒，既可身心娛樂，也可達到個人發展及社會成就的形式。蔡培村（1992）的界定為，個人可以支配自己自由的時間，扣除生理上的需求（吃飯、睡眠）、家務、學業…等平常會做的事外，所從事的各種活動，就叫做休閒活動。程紹同（1997）綜合各家以時間的觀點來看

休閒，個體須扣除勞務時間，但又可自由支配自由時間與閒暇時間，重點是放在如何紓解工作壓力等問題。

因此，採用從時間上進行認為，工作之餘的時間稱為「休閒時間」，也就是在解決了生理上所必須做的維持生命的事情，以及一些義務的事情之外，所剩餘的時間是自由運作的時間，可以讓自己決定或選擇來使用。

二、從活動上進行

Brightbill (1960) 將休閒定義為「只要提倡個人自由不被佔據的時間，依自己喜愛，自由的休閒、娛樂、遊戲或從事提升身心靈的活動」；Veblen 在 1899 年界定休閒為「非生產性的時間消費」(許志賢，2002)。Murphy (1974) 說明了休閒的意義，休閒指個人從事自己所喜歡的活動且是在自己可以掌控的時間內，如體能活動、運動鍛鍊、志工服務等(歐正中，2006)。程紹同(1997)的研究認為，除了工作、義務外，休閒是可以依照個人自由意識所從事的活動，重點在於個人可從事喜愛的活動。蔡宏進(2004)也提到了休閒是一種活動，休閒是一種提升活力的行為與動作，這種活動是為自己自由喜愛與選擇的，不是以別人為主要目的。從活動上的進行可了解休閒是單獨進行，也可能與他人共同合作或成團體性的活動由此可知，「休閒」就是「依照自己的自由時間，在放鬆時間內，所進行的一種自我具有樂趣、正面價值，且具有發揮創新的活動。」因此，休閒是不受外來壓力所影響，且樂於從事之休閒活動。休閒活動的目的是為了提升知識領域，參與社會，以及自由發展個人的創造力休息、放鬆、暫時放下工作，。最重要的讓身心獲得休息。

三、從心理上進行

Berger (1963) 把休閒定義為兩種：其一是將休閒定義為自我追求較高的價值感和自我修養。De Grazia (1962) 將休閒定義為：個人從事的一種放鬆因子以及能自由感受不同的一種心態。它不須有何需求，也可能不會從中獲得什麼。從這論點中發現這主要是在強調內心層面的休閒觀，而不是外在的、形式化的休閒

活動（聶夢玲，2004）。Friedman（1961）強調休閒即心境狀態（a state of mind）：此論點主要發展身心靈狀態的重要性。這個觀點最主要的是強調休閒是一種透過心靈上的一種延伸狀態，這不代表不運動，重要的是透過心情方面就可去除任何責任感，而快樂的去找尋開心的心理狀態即使不必真正去做任何事（聶夢玲，2004）。在1970年之後，休閒研究學者逐漸重視個人主觀對休閒的界定，由 Kelly（1972）首先提出休閒與自由感覺的關連性並且表示休閒是一種心靈狀態（郭肇元，2003）。Godbey 與 Geoffrey（1981）從心理狀態將休閒定義為「自我完全不受文化上或實質上之外力驅迫，且依照生活型態，個體因此可以完全根據自我內心的需要，追求愉悅的體驗，或直覺上感到值得的體驗」（許志賢，2002）。程紹同（1997）的研究認為，休閒是一種心靈上的體驗，是一種存在感的狀態，是一種理想化的意境生活，有超越自我、自我滿足的心情感受。由以上得知，休閒重視的是體能自由的參與休閒活動。

四、從綜合性觀點進行

採用綜合性觀點的國外學者認為，休閒應具備以上條件，例如Kraus（1964）將休閒的內涵歸納為四種：1.休閒是自我修為；2.休閒是社會階級的象徵；3.休閒是一種活動的形式；4.休閒是自由時間。Kaplan（1975）認為休閒是透過下列要素的建構：1.與工作相互相對；2.個體自願或自由的活動；3.自我有愉快的期望或回憶（引自林新龍，2000）。我國學者文崇一（1990）認為：休閒是指個人自由自在地去打發時間可以尋求工作外精神上或物質上的滿足也是利用閒暇時間，做想做的事。張春興（1983）、及黃嘉宗（1986）則一致認為國人對休閒一辭的界定，通常涵蓋三種論點：一為工作的相對詞，就是指個體不工作或休息。二為增加閒暇的意思，指個人可自由支配的時間而言。三為個人在生活幽雅心境，此種心境可來自休閒，也可得之於工作，忙與閒純屬心理感受（引自薛卿，1994）。

綜合以上所述，整合歸納國內外專家學者對休閒的概念如下

- 1.自由發揮時間；
- 2.非工作時間的活動；
- 3.自由選擇適合自己的休閒活動；
- 4.

能獲得滿足與愉悅感。本研究在定義休閒方面採綜合性的觀點，休閒的定義為：個人需扣除工作時間及生理上的需求（如：吃飯、睡覺...等）之外的自由時間內，再依照自己自由選擇適合自己的休閒活動，來達到身心靈的愉快與滿足的，以完成達到自我實現的目標。Kelly（1990）在其研究中以時間、活動、體驗三個向度來闡釋休閒之定義。第一，在時間上，休閒是指在工作之餘、可自由支配之時間下所行使的；第二，在活動上，休閒活動的形式不拘，但需具備正向意義；第三，在體驗上，休閒過程中需對人、事、物有所感受，進而產生滿足感。陳錦和、林清白、林恩賜（2008）在其研究中則認為休閒活動是不受外在環境的約束，能在身心愉快、滿足下，從中獲得額外的經驗，並能自由選擇從事各種之活動形式。

從上述探討可知，休閒最少須具備三種要素，第一，在時間上，休閒乃指學校或工作外之自由支配時間，可自由的參與；第二，在活動上，休閒乃指學校或工作外之活動，可自由地選擇；第三，在體驗上，休閒可帶來愉悅感與放鬆，或具有其他正面意義。綜合上述探討，本研究認為休閒乃指個人在學校或工作外之自由時間，可自由地從事正當活動，而該休閒活動能帶給個人滿足成就感，及具有正面鼓勵的意義。

有關休閒的定義，國內外學者各有不同的看法，本研究整理如表2-2，以期對休閒有更進一步的了解。

表2-2 國內外學者對於休閒的定義

研究者/年代	定義
Russell (1996)	認為扣掉義務責任的時間就是休閒、不是指非工作性的活動、休閒是自我生活上的實現。
李文題 (2001)	休閒不僅需要時間，來從事動態或靜態的活動，也需要經驗和學習，具有其多方面，是人們不可或缺的生活要素。
鄧建中 (2002)	休閒活動是一種生活方式，人們可藉從事不同類型的活動自我放鬆而獲得身心靈的舒壓，及美好的經驗累積，來使人生更美好。
陳文長	認為休閒之始是為了放鬆，為了克服身心疲憊，所以

研究者/年代	定義
(2004)	從事休閒行為，投入休閒活動，目的即在放鬆自己。人們為了要去除工作上的緊張、壓力、焦慮和負擔，
Sharma, N. (2016)	認為休閒是指個人不從事任何工作，社會或家庭責任時自願從事的活動。

資料來源：本研究作者整理

貳、休閒參與的定義

工業革命之後，機器代替了人力，因此人們的工作時間減少，休息的時間逐漸增加，對於這段可以自由分配的「時間」，便可以適當的運用，是非常重要的。所謂「休閒」就是在工作以外的休閒時間。對成人而言，是指上班以外，自己可以自由去選擇想從事的休閒活動；對學生來說，就是上學、做功課後所剩下的時間，換言之，就是自己自我選擇，利用實際的時間，在休閒時間內所從事的活動，即稱為「休閒活動」。

休閒參與通常其主要的衡量方法是指參與活動的次數與頻率有時間運用法與參與活動的頻率，而所參與的活動是採自由選擇參與或不參與，也是在個人的自由時間下自由運作選擇（陳艷麗，2002）。

國內外學者將休閒活動參與定義為：

Ragheb & Beard (1982) 將休閒參與定義為：其目的是依據個人滿足休閒活動參與者個人生理、心理及社會需求，而個體依據個人需求，在不同時間與地點選擇從事的休閒活動，依照個體之休閒需求獲得最高之滿意程度也指參與某種活動的頻率高或象徵個體所參與的休閒活動類型。（林晏州，1982）。Iso-Ahoal & Croweley (1991) 研究美國青少年的休閒無聊感與休閒參與時，將休閒參與予以概念化，其使用自我報告的方式，列出休閒參與的頻率，分為五點量表，從「不曾」到「常常」代表 0-4 分（陳艷麗，2002）。高俊雄（1999）將休閒參與定義為，一個人在一天二十四小時必須扣除所使用的時間及義務時間之外，才能支配的自由時間，從事參與活動的情形。並覺得衡量一個人的休閒參與的基本方法包

括有時間運用法 (time utilization or time budget)：將一個人一天中分為數個時間單位，記錄所從事的休閒活動；休閒參與頻率 (leisure activity participation)：將個人在某一段時間與其他活動的頻率，以數字或描述差異(經常參與、偶爾參與..)等方式表達。

陳南琦(2000)是將休閒參與研究分為兩類：運用因素分析(factor analysis)、叢集分析(cluster analysis)等統計方式活動項目做歸類統整並依據參與休閒活動頻率的多少來衡量，另一類為了解參與活動時，透過時間支配所花費的時間以及大多何時參與活動。

吳文銘(2001)將休閒參與歸納成兩個因素：參與的多少與否及種類的多樣性指，是代表其活動涉入的程度也指頻率多少與種類。

王福生(2003)認為休閒參與的最終目的是可以滿足各種層次的需求，可透過參與休閒活動的過程，使得休閒參與是一種個體選擇性的行為，會依照個體不同層次需求，來選擇適當的休閒活動，以保持最佳的休閒品質(王微茹，2007)。

由上述各家學者的定義可知休閒參與一般是指個人自由選擇時間，自由選擇休閒活動，而休閒參與的衡量可用時間運用法及參與頻率法。本研究之休閒活動參與，以衡量參與次數，個人可在自由閒暇時間，從事自我感到休閒參與的項目及參與次數。

叁、休閒參與之功能

休閒與工作是生活的兩面，是一體兩面的(陳彰儀，1989；許義雄、陳皆榮，1992)，當你工作疲倦時就需要透過從事休閒活動，可紓壓與降低身心之壓力，而休閒活動的有效運用，對於各方面發展、工作效果、人生目的、社會文明的提升，均有密切的關係與影響(高俊雄，1996)就個人而言調劑身心靈、可提升個人品質與豐富精神生活、調解人際關係、平均生活體驗、增進生活內涵、增進生活品質，不僅可促進身心健康、它可以降低壓力所造成的影響，並給予個體心理的及生理的放鬆等；對社會而言，可增進經濟上揚，提升社會風氣，創造和諧的

社會風氣 (Bammel & Burrus-Bammel, 1992; 中華民國造園學會、台灣大學園藝系, 1998; 朱明謙, 2001)。

Beard & Regheb (1983) 研究指出休閒在身、心、靈層面提供了六個優勢，有心理上的滿足、知性的滿足、刺激學習及充實知識、社交上的人際拓展、紓壓與放鬆、健康體能的增進、個人感官滿足的刺激。而劉泳倫 (2003) 亦表示休閒參與的功能包含有：

一、個人方面：

休閒可以增進生理及心理健康、進而增廣見聞拓展經驗、開啟人的智慧及創造力、提升人際的關係、促進自我實踐、減輕壓力並放鬆心情等。

二、家庭方面：

休閒可以促進家庭和諧快樂，增進家人的感情，提升生活品質。

二、社會方面：

休閒可以降低犯罪並增進個體的融合以維護社會和諧並增進社會福祉等。

學前教保服務人員若能在閒暇之餘從事休閒活動，藉由參與休閒獲得舒壓及放鬆可藉此提高工作效率與教學效能。黃金柱 (1999) 指透過個體參與各類的休閒活動，可提升身體、心理、社交、情緒和技能等方面的學習效益。綜觀中外學者 (Bammel & Burrus-Bammel, 1992; 周文慶, 2009; 張宮熊, 2002; 黃金柱, 1999; 余嬪, 1999; 黃雅蘭, 2013) 論述休閒參與的功能，可從七方面來探討，茲說明如下：

- (一) 生理功能：改善身體健康並促進體適能的伸展。
- (二) 心理功能：舒緩受創心靈並減少負面情緒的產生。
- (三) 放鬆功能：放鬆身心等功能以及減輕壓力。
- (四) 教育功能：開發智慧、補充學校功能並促進生活視野的成長等。
- (五) 社會功能：維護家庭和諧及促進情感交流等功能。

(六) 工作功能：紓壓並獲得可增進工作效能與技能。

(七) 美學功能：提升精神生活、豐富生活品質、促進藝術與文化交流及文化再造、社會創新等功能。

參與休閒活動可獲得情緒上的紓壓、增加體能與放鬆身心、促進群體合作，因此個人若想從休閒中獲得放鬆，就要知道自己所參與活動的時間、項目、頻率及積極程度而定，這樣才能增進生活品質和工作表現。

肆、休閒參與的分類

在休閒活動的實證研究過程中加以分類探討，其分類的標準會依研究目的及對象加以歸納整理，將相同屬性的活動加以組合分類，故有不同的類型出現。一般研究者大致有研究者主觀分類法、因素分析法、多元尺度評定法三種 (Holbrook, 1980)，茲分述如下：

一、主觀分類法

此法是依據研究對象的不同做分類，以個人的判斷，針對研究的對象及需求，對相同特質的分類。學者通常採用群集 (cluster) 的方式，將休閒命名並分為數個領域或類型，其優點為可以去除排斥，可將所整理歸納的所有活動作區別，缺點方面填答上較不方便。國內學者對於休閒活動類型的用語也許會有想法，但還是會在限定的框架內，像是社交性、嗜好性、康樂性及藝文性的休閒活動。

也有其他學者會再加上其他不同的休閒活動。國外學者也會加入不同類型的活動，像社會服務或是旅遊等 (許建民, 1999)。Maslow (1970) 需求層次理論，將休閒活動類型依其動機分成七類：知識類、休憩類、社交類、感官刺激類、健康促進類、自我實現類及美感類。

交通部觀光局 (1995) 也將國人的休閒活動分為娛樂活動 (逛街)、戶外健身活動 (爬山、健行)、藝文活動 (看展覽及表演)、視聽活動 (看電視及DVD、聽音樂)、怡情活動 (編織、手工藝品) 及其他活動等。教育部於 (1989) 所訂頒「休閒教育實施計畫」也將休閒活動項目歸納為五大類。黃中科 (1990) 依

照主觀分類法將休閒活動類型分為消遣性、嗜好性、社交性、體能性、益智性及服務性；鄭順聰（2001）參考Ragheb（1980）主觀分類法所提出的休閒參與構面為架構，可分為「大眾媒體」、「文化活動」、「運動」、「社交活動」、「戶外活動」、「個人嗜好」六大構面。林清崎（2002）則是分為戶外遊憩性、體育性、知識性、技藝性、嗜好性、娛樂性及社交性而梁玉芳（2004）則是分為運動健身型、嗜好休憩型、家庭社交型、戶外遊憩型、進修友誼型、視聽娛樂型、消遣閒逸型等幾大類。

二、因素分析法

萃取顯著代表性的因素，並透過因素分析的統計方法進行休閒活動的分類，依因素中所包含的活動項目特徵來命名。此方法普遍較常被採用也較客觀。

此種分類法是透過因素分析的統計方法來進行分類，並抽取出具顯著性的因素，依受試者參與活動的特性，透過電腦統計而加以歸類，這方法使用最普遍，也是較為客觀的方法。文崇一（1981）依因素分析法將休閒活動分類為消遣性、社交性、娛樂性、玩樂性、運動性、及知識性；陳彰儀（1985）則將之分為藝術性、知識性、體育性、作業性、社交服務性、休憩性及與小孩有關之活動；梁坤茂（2000）則分為娛樂休憩型、運動型、知識型、技藝作業型及社交型；而李文題（2001）則是分為進修型、家庭型、休憩型、消遣型、社交型、遊憩型及運動型等幾類。

三、多元尺度評定法

此法將休閒活動兩兩配對，由受試者自己將兩種相似性的活動加以歸納，並說明其相似處以即可形成多組的休閒活動。並由受試者說明其相似處（張坤鄉，1991）。雖然分類方法較為簡單，但類型卻很少，如主動/被動；戶內/戶外；個人/團體等（Grazia,1962;Brent,1975），但問卷較為複雜。Brent（1975）採多元尺度法將休閒活動類型分為主動/被動、個人團體、心智/非心智及戶內/戶外；張宮熊（2002）則將之分為山岳休閒活動類型、濱海休閒活動及文化休閒活動幾類。多

元尺度評定法所得分類結果較簡單，雖然只有兩、三個，也可清楚瞭解每一類型活動的特性，且各類型活動其展現較高。只是問卷較複雜，難以填答，較少人採用。

綜合上述學者研究得知，休閒活動主要依照研究者對活動自己來做決定，沒有固定的分類方法，不同的分類方法會產生不同的結果，每個方法都有其優缺點及其研究價值，端看研究者的研究需求而定之。

本研究依據主觀分類方法加以歸納整理，將教保服務人員休閒參與分「運動型活動」、「社交型活動」、「嗜好型活動」、「知識型活動」四個構面來分析探討。

綜合上表的休閒分類方式，不管是從主觀分類法、因素分析法或是多元尺度評量法，休閒活動大致可分為大眾媒體、運動體能型、社交人際型、文化活動型、知識型、個人嗜好型、戶外活動型、家庭型等八種主要的類型（Kelly,1990；連婷治，1998；陳中雲，2001；陳艷麗，2003；孫謹杓，2006；楊怡寧，2007；柯政利，2007）顯示：本研究在根據上述的分類，加以歸納，將教師常做的休閒活動分為「運動型活動」、「社交型活動」、「知識型活動」及「嗜好型活動」等四類活動，其活動項目依其相似性質得加以整合，分述如下：

- 1.運動型活動：能鍛鍊體魄、提昇體適能的活動。
- 2.社交型活動：增進人與人之間的交流，並放鬆調劑身心的活動。
- 3.知識型活動：能增加個人知識學問與培養藝術涵養能力的活動。
- 4.嗜好型活動：屬於個人自由的放鬆及調劑身心的活動。

伍、休閒參與的衡量

休閒參與是透過自身用方式來衡量，讓大家可以瞭解自己對活動的涉入程度。高俊雄（2004）認為個體休閒參與方式分時間運用法和參與頻率兩種方法，將衡量方法說明如下：

一、時間運用法

將一天二十四小時分割成好幾個時段，此法可以清楚瞭解個體參與活動的情

況，再將每個時段從事的活動加以記錄。若記錄者遺漏紀錄，將無法達到預期。

二、參與頻率法

個體在單位時間內，如：一天、一週、一個月、一季、一年等，參與某個活動的次數，測量的頻率又可以分相對頻率和絕對頻率兩種：

（一）相對頻率（又叫語意差異頻率）

個體依照自己的狀況作勾選，如：經常、偶爾、很少、不參與等，參與頻率高所得分數越高。

（二）絕對頻率

個體在某時間內，如：一天、一週、一個月、一季、一年等，用數字表達參與某活動的次數，例如：每天1次、每週3次、每月5次，次數越高所得分數越高。這兩種測量頻率比較之下，受試者使用比較容易填相對頻率，但是會與實際情形產生落差，而絕對頻率對受試者而言要做回溯參與情形，易造成填答時的不完全。

上述兩種休閒參與衡量的工具，在使用上均有其優缺點，時間運用法如果運用於蒐集平日生活中的活動資料既方便又有效，但如果不是日常生活的活動資料，會因記憶的緣故，而產生遺漏或忽略的情況；而參與頻次法在活動項目的分類上也會有其難處，項目分得太細則會發生填答困難，分得太寬則以後分析較不容易（王微茹，2007）。

第二節 學前教保服務人員的幸福感

根據哲學家羅素認為：「動物只要不生病，有足夠的食物，便是快樂了，人類也應該如此」。然而，當人們有了足夠的糧食，富裕的生活，還是無法感到幸福。這是因為人的幸福感不只是侷限在物質上的滿足與享受，還有更高層次的心靈上滿足。

幸福感的研究始於1950年代後期，用以作為探討生活品質的指標，並以此來

檢視社會變遷之變化與提升社會政策 (Keyes, Shmotkin and Ryff, 2002)。由於本研究旨在探討台南市國小附幼學前教保服務人員教師休閒活動參與及幸福感對教學效能之影響，以下探討幸福感之定義、理論基礎與衡量構面，以利後續研究之進行。

壹、幸福感的定義

幸福感是會讓人讓人想到快樂、樂觀、活力、自我實現、自我積極、有目的的生活、最理想的行為和生活滿意等概念 (Carruthers and Hood,2004)。而幸福感也是一種積極且正向的情緒表現 (Chang, Geert and Li,2011)。Diener and Suh (2000) 指出幸福感為個人對於自己整體滿意度在生活品質上之評價，其中包括對生活滿意認知層面的評估以及自我情緒與心情等情緒上層面的評估。Buss (2000) 指出幸福感為個人對於現階段，甚至是指全部自我生活中，一種感受自我抱負的實現，覺察生命有意義且愉快的一種持續性的感覺。Ryan and Deci (2001) 認為幸福感是自我體驗最佳行為與經驗，幸福感也能構成生活上美好的要素，它包含了快樂與開心兩個重要的內涵。

事實上，研究者發現幸福感較屬於個體主觀感受，因此Diener,Lucas and Ois (2005) 進一步指出幸福感為個人主觀對生活的認知與情緒上的評價，而這些評價包括自我正、負向情意，以及生活滿意的認知價值。施建彬 (1995) 亦指出幸福是個人主觀、正向的感受，而非外在客觀標準為評斷依據。陸洛 (1998) 亦認為所謂幸福感是對生活品質主觀的認定評鑑，是一種包括高尚的正向情緒及對整體生活滿意的主觀感受。張家婕 (2012) 則指出幸福感為個人對整體生活狀況滿意度之評估，及其思考自身正負向情緒強度之總和結果，包含認知、情緒、身心健康層面，是個體自由想法的主觀感受。

表2-3 幸福感定義彙整

學者（年代）	定義
施建彬（1995）	幸福評斷依據而是個人主觀非外在客觀標準行為、正向的感受而不是外在客觀標準。
陸洛（1998）	主觀幸福感，是一種包括生活品質的評鑑，以及高尚的正向情緒及對整體生活滿意的主觀感受。
Diener and Suh（2000）	幸福感為包括對自身目前生活品質整體滿意度之評價，也是生活滿意認知層面的評估以及情緒與心情等情緒層面的評估。
Buss（2000）	幸福感是指一種感受自我抱負的實現，覺察生命有意義且愉快的一種持續性的感覺。
Ryan and Deci（2001）	幸福感是構成美好生活的要素，它包含了快樂與意義兩個重要的內涵。也是從中體驗最佳機能與經驗。
Carruthers and Hood（2004）	幸福是常會令人聯想最理想的運作和生活滿意等概念，也是快樂、樂觀、活力、自我實現、自我接受、有目的的生活。
Diener, Lucas and Oishi（2005）	主觀幸福感為個人對生活的認知與情感上的評價包括正、負向情意，以及生活滿意的認知提升。
Chang, Geert and Li（2011）	幸福感是面臨情緒的一種正向且積極的狀態。
張家婕（2012）	幸福感是個體自由心證的主觀感受對整體生活狀況滿意度之評估，也是自身正負向情緒之加總結果，包含認知、情緒、身心健康層面，。

資料來源：研究者自行整理

貳、幸福感理論基礎

想想幸福感是如何產生的呢？是受個人因素，還是受外在因素所產生呢？還是受到生活周遭環境所影響呢？雖然「幸福」（well-being）是一個抽象的字眼，但卻是所有現代人一生想達到的最終目標及理想境界，幸福是人類生活中不可缺少的原動力，從中人們可更了解自己，也了解自己存在的意義（呂敏昌，1993）。人活在世間，無不期望幸福（Diener, 1984）。到底什麼是幸福？

是大家越來越重視的議題，更值得我們加以研究與進一步探討。有關幸福感理論很多學者的論述界定不同，有些論述也發展出不同的理論基礎，根據本研究文獻檢閱結果，幸福感之理論基礎可從不同角度來解釋個體的幸福感受，可分成三種理論與模式，分別為需求滿足理論、特質理論與動力平衡模式。以下茲分述如下：

一、需求滿足理論（Theory of Need Gratification）

需求滿足理論認為幸福感來自個體需求後所產生的滿足感。Maslow (1970) 的需求滿足理論假設人類的需要由低到高分為七個層級，分別是生理的需要 (Physiological needs)、安全感的需要 (Safety needs)、愛 (社會) 的需要 (Social needs)、尊榮感的需要 (Esteem needs)、求知的需要 (Needs to know and understand)、審美的需要 (Aesthetic needs)、自我實現的需要 (Self-actualization needs)。生理的需要泛指飢餓、口渴的需求；安全感的需要即保障身心不受到傷害的安全需求，如保險、退休金制度、消遣等；愛 (社會) 的需要指追求家人、朋友或所屬社會團體的接納與歸屬感；求知的需求是指對事物充滿好奇心，有瞭解不同事物的需求；審美的需求稱情意需求，指的是追求對稱、系統美感的經驗；榮耀感的需要包括自我內在的尊重因素 (如自尊心與成就感) 與外在的尊重因素 (如地位、認同、受人重視)；自我實現的需要是需藉由其他行為、商品來滿足達到身心靈層面上的需求。當上述需求被滿足後，個體即會自我產生滿足感，接著就會有幸福感。發現與需求滿足理論取向相關的理論又可分為三個學派，包括：目標理論、活動理論、苦樂交雜理論。

(一) 目標理論 (telic theory)

目標理論假設每個人都有內在隱藏的需求，幸福就是由需求的滿足或目標的實現而來的 (吳靜吉、郭俊賢，1996)。如 Sheldon and Kasser (2001) 認為幸福感來自於因目標達成而滿足需求時所造成的幸福感。施建彬 (1995) 亦指幸福來自於追求目標努力達成自我需求。莊慧秋 (1987) 認為幸福是自我需求的滿足或

實現目標而來的，因此若需求愈強烈、目標愈堅定，那麼得到滿足後的快樂就愈值得珍惜。莊慧秋（1987）Diener（1984）認為快樂和痛苦是來自同一根源，無所匱乏的人因為其缺少了幸福的前提和要件—痛苦，就不能感受到真正的幸福，所以當失去的愈多、承受的痛苦愈大，表示得到幸福時會愈快樂。

就像 Maslow 的需求層次論，認為人類會努力追求生理、心理、愛與隸屬、尊重、自我實現等不同層次上的需求，因此需求如果滿足，幸福感就會產生。

（二）活動理論（Activity Theory）

認為幸福是人類活動下所產生的產品，透過有意義、健康的相關活動來參與並滿足個體工作、休閒、人與人之間互動與社會扶持的需求，也就是指幸福感的產生是參與相關社會性活動，進而促使個人感到成就感與幸福感 Argyle（1987）。

（三）苦樂交雜理論（Pleasure and Pain theory）

它將幸福看成是一種目的、成果，苦樂交雜理論認為快樂和痛苦其實是來自同一根源，因此沒經歷過的人就不能體會到真正的幸福（Houston,1981）。Sarvimi and Stenbock-Hult（2000）認為只有痛苦與開心相互均衡，才能因提昇相關的生活品質而感到幸福。唯有個體真正痛過，才能體認幸福的感受，進而更知福惜福再提升幸福（王淑女，2011）。

綜上所述，此理論的主要論點則是認為幸福與不幸福（痛苦）是伴隨在一起的，來自同一根源是一體兩面無法分離的；沒有經歷過不幸福就不能體認真正的幸福，當失去的愈多、承受的痛苦愈大，表示得到它時會愈快樂。因此在脫離痛苦之後就能感受幸福感的存在，在達成目的時，也才会有強烈的幸福感出現。

二、特質理論（Trait Theory）

特質理論論者認為幸福感乃因不同人格特質而有不同的幸福感感受。莊慧秋（1987）認為人們對於事情的認識大多是一點一滴累積的，幸福感較高的人，容易建立一個幸福的記憶網絡路，當生活中發生某件事情時，個人因從其網絡提取

資料較能做適當的感知與判斷，而不容易變得悲觀消極，所以當個人透過向快樂的運作來解釋生活事件時，較容易產生幸福感。

特質理論取向相關的理論又可分為二個學派，包括：人格特質理論、連結理論。

(一) 人格特質理論 (trait theory)

人格特質理論論者認為幸福感常因於個人之人格特質 (Headey and Wearing,1991;Lu,1999)。(Lu,1999) 將幸福視為人格特質上的穩定，強調個人與生俱來的能力。Costa 和 McRae (1980) 提出幸福感是一種特質上的穩定性，可能來自先天的遺傳或後天學習成果。幸福感之相關研究大多都發現外向型人格特質的人具有較高度的幸福感，而神經質人格特質則與幸福感會呈現負相關 (Headey and Wearing,1991；施建彬，1995；陸洛，1996；黃怡禎，2007；黃惠玲，2008)。

綜上所述，人格特質也會影響幸福感的成立，只有個體外向積極，相信會有產生高度的幸福感。

(二) 連結理論 (association theory)

連結理論論者認為幸福感源自於可透過記憶網路提取資料。施建彬 (1995) 指出幸福感較高的人，擁有高度幸福感的記憶網，當生活事件發生時，它會透過提取資料依據記憶網路，所以比較容易提高幸福感的發生。(莊慧秋，1987) 認為人們對於世事的認識多是一點一滴累積的，幸福感較高的人，容易建立一個幸福的記憶網絡，當生活中某件事情發生時，個人因從其網絡提取資料較能做正向的感知與判斷，而不容易變得悲觀消極，所以當個人解釋生活事件並透過正向指導時，較容易產生幸福感。倘若個體能夠建立強大的正向記憶連結網路並且學會習慣以正向角度思考時，大多能獲致快樂與幸福感 (王淑女，2011)。

綜上所述，在目前相關的研究中也指出擁有以幸福感為正向網路的人，相對幸福感接受度比較高，也較正向積極的認知來面對發生的事件，故較容易產生幸

福感。

三、判斷理論 (Judgment Theory)

判斷理論認為幸福感是一種正向積極感受的結果，依照判斷過程比較不同，又分成不同的理論。

(一) 適應理論 (Adaptation Theory)

(Diener,1984) 強調和「自己」做比較，並依據自己過去的狀況作為日後判斷的標準。因此若當前所發生的事件較以往的標準好時，個體便會產生幸福，但若這美好的事件持續的發生不佳則會產生適應情形再次內隱而成為日後判斷的標準。

(二) 社會比較理論 (Social Comparison Theory)

(陸洛，1998) (Diener,1984) 強調和「他人」比較，以他人作為的判斷標準。

綜合以上的論點，認為幸福感是一種互相的、比較自我標準與實際狀況後所得到的結果；個人認知、記憶及刺激反應的制約與連結；受到穩定的人格因素影響外，也會受到短期正、負向生活事件變動的影響；當生活發生特別的事件或不同於以往的經驗時，個人的幸福感將隨之改變。

四、動力平衡模式 (Dynamic Equilibrium Theory)

動力平衡模式論者認為幸福感源自於日常生活事件的影響。(Heady and Wearing,1989) 認為幸福感是長期正向而穩定的人格特質影響，並還會受到短期正負向生活事件的影響。(高苑圻，2009) 想獲得幸福感的支持，除了要有穩定人格因素影響外，也受到生活事件的影響，當發生特別事件在生活中，個人的幸福感將隨之改變 (DeNeve & Cooper ,1998) 受到人格因素也因個人回饋的影響，幸福感也都保持在穩定的平衡狀態，但當幸福感因外在環境影響而提高或降低時，此時個人特質會發揮均衡水準，將幸福感回復到最初穩定的時刻。

由以上所描述幸福感理論可代表三種不同的思考模式，分別是由上而下

(top-down)、由下而上(bottom-up)與整合性(Integrated)。需求滿足理論乃由下到上的去思考個體是否被滿足在思考與認知層面;特質理論係從人格特質及幸福網路面由上而下的思考人格認知及記憶網絡對個體幸福感之影響;動力平衡模式則是從統整之觀點去說明幸福感是一種受到人格特質及生活事件所產生的正向影響。而從上述幸福感理論亦可知,個體幸福感如果其目標與需求被滿足而達到正向影響,其人格特質有可能為正向。根據學者認定目前並沒有單一理論或是單一因素可以完全解釋影響個體幸福感之來源。以下,本研究將進一步探討幸福感之衡量模式,以求更進一步了解及界定本研究之幸福感內涵所在。

(Dynamic Equilibrium Model) DeNeve & Cooper (1998) 個體大部份時間受到人格因素的影響,穩定的平衡狀態是幸福感的重要因素,但當幸福感因外在環境影響而提高或降低時,此時個人特質會發揮平衡水準,將幸福感回復到原本穩定的狀態。

綜上所述,幸福感的內涵包含各個層面,例如:需求的滿足、目的的實現、痛苦、比較而來的結果(和「他人」或「自己過去的狀況」做比較)、人類活動的其他層面、個人特質、生活事件影響。需求能獲得滿足,就會產生幸福的感覺。目標的實現,需求愈強烈、目標愈重要。當失去的愈多、承受的痛苦愈大,表示得到幸福時會愈快樂,有些人因為缺少了幸福的前提和痛苦,而不能體會到真正的幸福。人類活動是透過活動參與來滿足個人需求達到幸福進而感到成就感與幸福感。個人的幸福是互些比對而來的結果,和「他人」與「自己過去的狀況」做比對由個人特質的觀點來解釋幸福感產生的原因,幸福也是個人與生俱來的能力,幸福感較高的人,容易成立一個幸福的快樂網絡,個人透過特質和變動的生活事件所影響,幸福感不僅可透過外向性、神經性質等長期穩定的個人特質來施測,還會受到相關正負向日常生活事件的影響。受到人格因素的影響,幸福感大多保持在穩定的均衡狀態,但當幸福感因外在環境影響而提高或降低時,此時個人特質會發揮平衡水準,將幸福感回復到原本穩定的狀態。

根據上述對幸福感的相關理論探討後可發現，其實影響個人幸福感的因素很多，每一學派所支持的理論亦各有其優缺點。

表2-4 幸福感之理論差異比較表

理論名稱	理論要點	優點	限制
需求滿足理論	幸福是來自目的達成所產生的幸福感	重視人生目標及訂定與目的合理性	無法解釋某些人具有幸福特質的傾向
特質理論	以認知、記憶等人格特質解釋幸福感的產生	可以解釋某些人容易感到幸福的原因	無法解釋生活事件在幸福感中的影響力
動力平衡理論	幸福感是一種同時感受到人格及日常生活事件影響的動的均衡型態。	不同因素的想法	實證研究無法清楚分辨人格特質與生活事件間的相對關係

資料來源：引自林子雯（1996）

叁、幸福感量表

綜觀國內外學者之研究，大致將幸福感之測量分為兩大部分：一是整體滿意度的測量；二是個人正負情緒出現頻率的測量。而用來測量幸福感的主要研究工具為問卷調查法，研究者因研究對象與目的的不同，所設計的量表其重點也不同。

一、牛津幸福量表（Oxford Happiness Inventory）

此量表是Argyle（1987）依據「貝克的憂鬱量表」加以反向編寫，再加上十一題幸福感的題目而來。Argyle and Crossland（1987）的「牛津幸福感量表」是依據「貝克憂鬱量表」（Beck Depression Inventory）共得28題，其中二十一道題反向編寫，並另外加上其他相關幸福感題目編寫，這也成為具有正偏態量尺的幸福感量表。該量表將幸福感分為七個構面，分別是「樂觀」、「社會承諾」、「正向情感」、「掌控感」、「身體健康」、「自我滿足」與「心理感覺」。在信度方面，牛

津幸福感量表Cronbach α 介於.87-.90；效度方面，關聯效度為.43（廖淑容，2011；陳紋瑤，2013）。此量表之信效度均非常良好，採用正偏態量尺，能充分反應出幸福感正向的特質，在幸福感的測量中廣為使用。

二、中國人幸福感量表（Chinese Happiness Inventory）

陸洛與施建彬等人（1995）根據九大本土幸福感向度（自尊的滿足、人際關係的和諧、金錢的追求、工作成就、樂天知命、活得好、自我控制與理想的實現、短暫的快樂及對健康的需求），另增編了20題，新編成共48題的「中國人幸福感量表」。牛津幸福量表的28題，可加上依質性訪談料彙整。

陸洛、施建彬（1995）的中國人幸福感量表乃針對五十四位高雄市民行幸福感來源之半結構性訪談，並參照Argyle and Crossland（1987）的牛津幸福感量表而來。該量表共48題，且均為正偏態量尺。該量表將幸福感分為和諧親友關係、他人讚賞、物質滿足、工作成就、活得比別人好、樂觀知命、自我控制及自我實現感等八構面。該量表具有良好的信、效度。在信度方面，Cronbach α 為.95；效度方面中國人幸福感量表各題項間的相關為.48-.62，呈現適當相關。在國內，此中國人幸福感量表乃最常被用來探討教師幸福感之量表（黃惠玲，2008；蔡明霞，2008；曾艾岑，2009；陳安妮，2010；王淑女，2011；劉秀枝，2011；陳紋瑤，2013）

三、生活滿意度量表

Diener, Emmons, Larsen & Griffin（1985）基於只限於特定年齡層使用透過很多生活滿意度量表，此量表採 Likter 七點距加以計分，範圍從1（非常不同意）-4（無意見）-7（非常同意）量表總分介於5至35分之間，得分愈高者表示對於整體生活滿意程度愈高，其幸福感也愈高。且問項子題裡可能藏著心理測量上的問題，於是在1985年設計出此生活滿意度量表，以綜觀性評價來估測生活滿意，兼具簡明、適用各年齡層之優點。

四、幸福感量表

林子雯（1996）依據「牛津幸福量表」加以修訂所編製而成，包括：自我肯定、人際關係、生活滿意以及身心健康四個分量表，採用正偏態量尺，四點計分的方式。

五、抑鬱自評量表（Self-rating Depression Scale,SDS）

由Zung於1965年編製而成。能全面、迅速、確實地反映受試者抑鬱狀態的有關症狀及其嚴重程度。為短程自評量表，容易掌握，操作方便，應用範圍頗廣，適用於各種文化階層、不同職業及年齡層的正常人。

由於本研究旨在探討台南市國小附幼學前教保服務人員休閒活動參與及幸福感對教學效能之影響，鑒於陸洛、施建彬（1995）的中國人幸福感量表乃最常被用來探討教師幸福感之量表，且該量表擁有良好信效度，且衡量之構面較貼近國人價值觀與生活。因此，本研究將參考陸洛、施建彬（1995）的中國人幸福感量表，作為本研究教師幸福感之測量工具。

肆、幸福感衡量模式

從以上陸洛、施建彬（1995）的中國人幸福感量表發現其擁有良好信效度，且衡量之構面較貼近國人價值觀與生活，但研究者認為中國人幸福感量表共48題，題目述敘句過多，不易實行。因此，本研究將進一步檢視教保服務人員幸福感的相關研究，用以了解教保服務人員幸福感衡量構面之選擇。

根據本研究文獻檢閱之結果，國內教師幸福感衡量構面之選擇多以生活滿意（蔡明霞，2008；曾艾岑，2009；陳安妮，2010；廖淑容，2011；王淑女，2011；劉秀枝，2011）、工作成就（黃惠玲，2008；蔡明霞，2008；王淑女，2011；陳紋瑤，2013）、人際關係（黃惠玲，2008；陳安妮，2010；廖淑容，2011）、正向情緒（曾艾岑，2009；劉秀枝，2011；王淑女，2011）與身心健康（蔡明霞，2008；黃惠玲，2008；陳安妮，2010；廖淑容，2011）等五個構面作為教師幸福感衡量

構面之基礎。因此在考量研究構面之可用性與實務性之下，本研究將教師幸福感之衡量構面區分為生活滿意、工作成就、人際關係、自我肯定等四大構面。

第三節 學前教保服務人員的教學效能

教師效能是教育改革的核心議題，也是教師專業發展評鑑的重要依據。教學是一種師生互動的歷程，在此歷程中，學生是學習的主體，而教師是主宰整個教學活動進行的執行者，扮演著極為重要的角色。如果教師能夠實施良好有效的教學活動，則學生的學習成就和行為表現將會更加良好。因此，教師教學的良窳、教學效能的高低，將會影響學生的學習和身心發展。所以，有關教師教學效能的探究，一直都是很受重視的一項課題。(葉又慈，2005)。教學效能的研究，最早可追溯至Heider與White之研究。後來美國的蘭德公司(Rand Corporation)更提出教育評鑑研究報告，指出教師教學效能與學生成就具有顯著相關，自此便開啟了後來教師效能研究的開端(吳清山，2004)。以下茲探討教學效能之定義與衡量構面，以利後續研究之進行。

壹、教學效能定義

教師「教學效能」是很抽象的名詞，但其重點擺放在有效教學(邱曉音，2009)。事實上，教學效能一詞源自於Bandura(1977)的自我效能理論(self-efficacy theory)，意即行為的產生係受到個體自我認知所產生之結果。

當得到之結果會比預期付出的高，則自我效教學能高，付出效力也越高。若運用至教師教學模式上則是指教師預測自己是否具備引導幼兒改變之教學能力。有關教學效能理念的建構，一般都以班杜拉有關「自我效能」(self-efficacy)的構念為基礎。國內有關教學效能的研究，仍著重在「教師自我效能」(teacher efficacy)的研究，教師主觀地評論自己能夠影響幼兒學習效果的一種知覺改變或信念，來預測幼兒可達到一些學校基本教育目標而呈現進步表現的結果。但仍有

部分學者也會從「教師有效教學」的角度切入教學效能，其主要重視教師在教學過程中教學效果的運用，了解教材和鼓勵關懷學生，使幼兒在學習上或行為上有優秀的表現，以追求良好的教學效果，進而達到有效的教學目標。

在教學效能之定義上，很多學者均認為教師教學效能乃指教師相信他們具有方法與能力去影響幼兒課堂表現的程度（Ashton,1984;Dembo and Gibson,1985）（Lin,2001）在其研究中更進一步發現教師教學效能是一種能力，即教師可以自己有更多機會去做決定，有多元管道去取得新知，進而能對幼兒學習有更大之影響力。由此可知教師教學效能可視為是教師對自己達成自我教學效能所持之自我效能感。

教學效能除為教師本身之自我效能之外，林進財（2001）認為教學效能是指教師在教室中也可透過師生互動的過程，加上一連串多樣且符合幼兒的策略行動，達到教學的預期目標。張德銳（2004）亦認為，教師教學效能是教師在教學歷程中，運用各種教學策略與技巧，使幼兒學習效果提升，以達到預期教學目標。吳清山（2004）則教學效能是指教師在教學上，能使幼兒在學習上或行為上有更佳的表現，以達到特定的教學目標。邱曉音（2009）在其研究中則認為教師教學效能為教師教學中的技巧具有教學模式及良好人格特質，在教學活動中，能根據教學情境以及個別差異，增訂教學計畫，並運用多元化的教學技巧策略，以及良好的班級經營，提昇幼兒教學成效，以達成教學目標。

目前國內外研究，對教學效能因有不同的研究目的、對象、觀點而有所不同的定義。以下為綜覽國內外學者對教學效能相關研究歸納之：

（一）國外學者對教學效能相關研究之定義

1.Ryan（1986）認為教師能使學生達到一些特定教育目標或大量進步的結果增加教學效能的提升。

2.Hoover,et.al.(1987)等人將教學效能定義為教師本身的教學能力與專業知識 可以提升幼兒及幫助幼兒增加學習的態度。

3. Marsh (1991) 提出教學效能是一種多元化的評鑑，其內容包含學習價值、教學熱忱、表達清晰、團體互動、和諧師生關係、評量方式、課外指定作業、課程內容、學習難度等九個向度作為評鑑標準。
4. Moneys (1992) 指出良好的教師教學效能應包括：良好的親師溝通、有效教授教材的知識、具備教材組織的能力、具有激勵學習動機的能力、親切的態度與良好的教師管理技巧等。
5. Borich (1994) 指出一位教師能夠有效的教與學，其教學必須是全心投入有自己的理念及方法，並能提高教學成功率，以達成教學目標。

(二) 國內學者對教學效能相關研究之定義

1. 吳清山 (1992) 一位教師在教學工作中，能使幼兒在學習成果上或行為上有最佳的表現，以達到指定的教學目標。
2. 黃政傑 (1993) 一位有效的優秀教師應將所學所知運用在教學實務與課堂上，並能依照自己的教學理念來調整改變；並進行行動研究，以考驗教學模式和效能的有效性，使自己成為教學認知的啟發者。
3. 陳金木 (1997) 教師透過教學效能理念、呈現教材系統內容、有效教學技術、有效運用教學效能時間、建立師生和諧關係、營造班級的良好氣氛等六個向度來創造一個有效率的學習環境，營造學習氣氛良好呈現，促進有效教學與學習。
4. 蔡麗華 (2001) 教師在教學各方面表現良好，以及達成學校課程教育目標的表現。其內容包括：教學準備與計畫、教師專業知能與教學技巧、班級經營管理及教學成果與評量。
5. 林美惠 (2005) 認為教師在面對教學工作時，對自己教學能力之認知，並能創造良好的教學環境，營造溫馨的班級氣氛，並能有效使用教學技巧，安排合宜的教學活動，呈現有系統的教學內容，以達教育之目標。
6. 葉又慈 (2005) 認為教師對於自己的教學能力的信念及預期所從事的教學活動能夠對幼兒的產生學習影響，以及教師為完成目的，在教學時所給予幼兒表現

的有效教學行為。

由上述各學者對教學效能之看法，教學效能除了是教師提升自己教學能力之理念外，教師效能亦是透過一連串有計畫的的教學策略以達成教育的預期目標。由此可知可對教師效能的看法，大致著重在課堂上效能，雖然其定義未有統一，但大部分的資料來源皆認為教師效能應屬於多元化的理念則是一致的。而本研究則將教師效能定義為，指教師在教學工作中，能夠搭配主題營造良好的班級氣氛，建立師生的和諧與親師關係，並有運用用教學技巧，根據教學計畫，來做系統的有效教學內容，進而達到教育之目標。

綜上所述，本研究將教保服務人員教學效能定義為：「教師透過有效的教學技巧進行教學，提升幼兒的學習，以達到教育的預期目標，同時這種效能教保服務人員對於自己教學能力之信念」。

貳、教學效能衡量構面

Money（1992）指出包含有效之認知教材、師生良好溝通、教材組織能力、學生的學習動機能夠被激勵，以及教室管理技巧等衡量構面這就是教學效能。

McHaney and Impey（1992）的研究中則指出教師教學效能包括下列七項構面，分別是課程設計與發展、教學的觀念化、教學統整化、問題解決能力、課程教材呈現方式、課外作業的指定、教學活動的評鑑。

李安明（2004）指出教學效能的構面應包括課程設計與教學準備、教學與評量策略、班級經營與師生關係、人際關係等四構面。張德銳（2004）則認為，教師教學效能包含許多層面教學態度、教學清晰、教學活潑多樣、班級氣氛、學生有效學習等五構面。張奕華、吳怡佳（2008）以國民小學教師為研究樣本，將教師教學效能分為五個衡量構面有教材內容使用、教學技巧使用、班級氣氛與師生互動、教學評量設計、自我效能信念等。邱曉音（2009）在其研究中分五種構面分為教學態度、課程設計、教學策略、評量方式、班級經營等。

根據上述探討可知，各學者對教師教學效能之衡量構面看法不盡相同，與教

學與班級經營兩主題相關。本研究綜合學者的共同觀點，將教師教學效能之衡量層面分為教學計畫、班級經營、教學評量、教材與教學策略等四大方面。

第四節 學前教保服務人員休閒活動參與、幸福感與教學效能之相關研究

由於本研究係以學前教保服務人員休閒活動參與、幸福感及教學效能三者間之關係，以及個人變項對學前教保服務人員休閒活動參與、幸福感、教學效能之影響為研究主題，因此本節將針對以學前教保服務人員休閒活動參與、幸福感及教學效能之相關研究進行文獻回顧，以瞭解各概念間之關係。

壹、「學前教保服務人員休閒活動參與」與「教學效能」之相關研究

根據本研究文獻查詢之結果，目前相關研究結果均顯示學前教保服務人員休閒活動參與會對教學效能產生正向顯著影響（賴雪芬，2007；廖淑容，2011）。賴雪芬（2007）在其研究中發現高中職教師於整體休閒活動參與和教學效能之各構面間的結果皆達顯著相關。廖淑容（2011）在其研究中亦發現教師休閒活動參與和教學效能具顯著相關。本研究將進一步探討臺南市國小附幼學前教保服務人員休閒活動參與對教學效能之影響。

表2-5 參與休閒活動與教學效能相關文獻之彙整表

研究者 (年份)	研究主題	研究結果	參與 休閒 活動	教學 效能	相關
賴雪芬 (2007)	教師休閒 活動參與、身心 健康與教	1.不同的性別、不同的年齡、教學年資、婚姻狀況及不同任教科別之高中職教師其於休閒活動參與差異達顯著水準。	◎	◎	◎

研究者 (年份)	研究主題	研究結果	參與 休閒 活動	教學 效能	相關
	學效能關係之研究—以嘉義市國立高中職教師為例	2.不同年齡、教學年資、婚姻狀況、學歷及不同任教科別於教學效能差異達顯著水準。 3.於整體休閒活動參與和教學效能之各構面間的結果皆達顯著相關。			
龍昱廷 (2009)	高雄市國中教師休閒參與、休閒滿意、幸福感與教學效能之相關研究	高雄市國中教師之教學效能、休閒滿意度與幸福感受同屬於中等偏高水準，但休閒參與頻率屬中低參與。在典型相關方面，休閒滿意、幸福感與教學效能三者間具有相關存在；另外，休閒滿意與休閒參與間具有相關存在，對於幸福感有直接影響效果，而休閒滿意對於教學效能有直接效果，而休閒參與需透過幸福感，才能影響教學效能。	◎	◎	◎
廖淑容 (2010)	教師休閒活動參與、幸福感與教學效能之研究-以苗栗縣國小教師為例	1.國小教師的休閒活動參與和性別、年齡、任教職務等變項有顯著影響。 2.幸福感和年齡、任教年資等變項有顯著影響。 3.教學效能和服務年資等變項有顯著影響。 4.休閒活動參與和幸福感具顯著相關；休閒活動參與和教學效能具顯著相關；幸福感與教學效能具顯著相關。 5.休閒活動參與、幸福感與教學效能三者變項之間呈顯著相關。	◎	◎	◎
周子仁 (2012)	臺中市國小教師休閒活動參與	1.國小教師的休閒活動參與情形屬於中等程度。 2.幸福感屬於中高程度。	◎	◎	◎

研究者 (年份)	研究主題	研究結果	參與 休閒 活動	教學 效能	相關
	與、幸福 感與教學 效能之研 究	3.教學效能屬中高程度。 4.不同性別、年齡、學歷、服務年資、擔任職務、婚姻狀況之國小教師在休閒活動參與、幸福感及教學效能表現有部分顯著差異情況。 5.休閒活動參與與幸福感之關係為中度正相關；休閒活動參與與教學效能之關係為中度正相關；幸福感與教學效能之關係為中度正相關。			

資料來源：研究者自行整理

◎顯著

由表得到的重要結論：教師休閒活動參與情形屬於中等或中等偏低程度。教學效能屬中高程度。不同背景變項在休閒活動參與及教學效能表現有部分顯著差異情況。教師的休閒活動參與情形與教學效能有顯著正相關。

貳、「學前教保服務人員幸福感」與「教學效能」之相關研究

根據本研究文獻檢閱之結果，目前許多相關研究結果均顯示教師幸福感會對教學效能產生正向顯著影響（王冠堯，2009；林芝瑤，2010；龍昱廷，2010；林萃芃，2011；廖淑容，2011）。本研究將進一步驗證臺南市國小附幼學前教保服務人員幸福感對教學效能之影響。

表2-6 幸福感與教學效能相關文獻之彙整表

研究者 (年份)	研究主題	研究結果	幸福感	教學 效能	相關
廖淑容 (2010)	教師幸福感與教學效能之研究以苗栗縣國小教師為例	1.國小教師的幸福感和「年齡」、「任教年資」等變項有顯著影響。 2.教學效能和「服務年資」等變項有顯著影響。 3.幸福感與教學效能具顯著相關。 4.休閒活動參與、幸福感與教學效能三者變項之間呈顯著相關。	◎	◎	◎
張家婕 (2011)	幼兒園教師幸福感與教學效能之關係—以新竹市為例	1.新竹市幼兒園教師幸福感屬於中上程度。 2.教學效能屬於中上程度。 3.不同任教年資、婚姻狀況、園所屬性在教師幸福感有顯著差異。 4.不同任教年資、婚姻狀況、園所屬性在教師教學效能有顯著差異。 5.幸福感與教學效能呈中度正相關。	◎	◎	◎
周子仁 (2012)	臺中市國小教師休閒活動參與、幸福感與教學效能之研究	1.國小教師的幸福感受屬於中高程度。 2.國小教師的教學效能屬中高程度。 3.不同性別、年齡、學歷、服務年資、擔任職務、婚姻狀況之國小教師在休閒活動參與、幸福感及教學效能表現有部分顯著差異情況。 4.幸福感與教學效能之關係為中度正相關。	◎	◎	◎
吳淑芬 (2012)	嘉義縣國小教師社會支持、幸福感、校長領導與教學效能之相關研究	1.社會支持對教學效能有顯著的正向影響。 2.社會支持對幸福感有顯著的正向影響。 3.幸福感對教學效能有顯著的正向影響。 4.校長領導對教學效能有顯著的正向影響。 5.幸福感對社會支持與教學效能之間具有中介效果。 6.校長領導對社會支持與教學效能之	◎	◎	◎

研究者 (年份)	研究主題	研究結果	幸福感	教學 效能	相關
		間不具有干擾效果。			
洪怡靜 (2012)	高中職餐 旅群教師 教學效能 與幸福感 關係之研 究	<ol style="list-style-type: none"> 1.高中職餐旅群教師教學效能屬於中上程度。 2.幸福感屬於中上程度。 3.不同「性別」、「年齡」、「婚姻狀況」、「餐旅群班級數」、「服務年資」在教師教學效能有顯著差異。 4.不同「年齡」、「婚姻狀況」、「餐旅群班級數」在教師幸福感有顯著差異。 5.「年齡」與「婚姻狀況」是影響教師教學效能與幸福感最重要背景因素，其次為「服務年資」與「餐旅群班級數」。 6.「已婚有子女」之教師在教學效能與幸福感各層面均優於「未婚」之教師。 7.教學效能與幸福感呈正相關。 	◎	◎	◎
張美婷 (2013)	教師幸 福感與 教學效 能關係 之研究- 以桃園 縣私立 國中小 學為例	<ol style="list-style-type: none"> 1.桃園縣私立國中小學教師之整體幸福感屬中高程度。 2.整體教學效能屬中高程度。 3.不同「性別」、「教育程度」、「年齡」、「服務年資」與「擔任職務」等變項上，幸福感受並無差異。 4.以41歲以上、服務年資達11年以上，其教學效能較高。 5.教師幸福感與教學效能二者呈中度正相關，亦具顯著典型相關。 	◎		◎

資料來源：本研究作者整理

◎顯著

由表所得到的重要結論：教師幸福感屬中高程度，教師教學效能屬於中高程度。不同背景變項在教學效能表現及幸福感有部分顯著差異情況。教師的教學效

能與幸福感有顯著中度正相關。

叁、「教師休閒活動參與」與「幸福感」之相關研究

Shivers (1967) 指出，對於個人的身心健康有改善效果外，進一步可以提升其幸福感休閒活動的滿足 (廖淑容，2011)。陳文英 (2012) 在其研究中亦發現幸福感運動與參與程度成正相關。根據本研究文獻之結果，目前較少研究直接探討教師休閒活動參與對幸福感之影響，僅有廖淑容 (2011) 與陳桂彬、郭信聰、徐國峯 (2010) 研究教師休閒活動參與對幸福感之影響，其研究結果均顯示教師休閒活動參與其實是會影響教師幸福感。由此可知教師休閒活動參與與教師幸福感之間有著不可分開的關係，本研究將進一步驗證臺南市國小附幼教保服務人員休閒活動參與對幸福感之影響。

表2-7 幸福感與參與休閒活動相關文獻之彙整表

研究者 (年份)	研究主題	研究結果	幸福感
廖淑容 (2010)	教師休閒活動參與、幸福感與教學效能之研究-以苗栗縣國小教師為例	1.國小教師的休閒活動參與和性別、年齡、任教職務等變項有顯著影響。 2.國小教師的幸福感和年齡、任教年資等變項有顯著影響。 3.國小教師休閒活動參與和幸福感具顯著相關。 4.休閒活動參與、幸福感與教學效能三者變項之間呈顯著相關。	◎
陳祥慈 (2011)	老年人參與休閒活動對休閒活動參與效益、生活品質與幸福感之影響探討-以臺中縣長青學苑為例	性別、年齡、每月固定收入、子女數及是否與子女同住與是否有慢性病等6項，對休閒活動參與效益、生活品質、幸福感等項皆達顯著差異；而在休閒活動參與對其休閒活動參與效益及幸福感方面皆具正向影響。參與休閒活動可提昇老年人之休閒活動參與之效益及幸福感。	◎

研究者 (年份)	研究主題	研究結果	幸福感
蔡秀卿 (2011)	臺中市國小教師休閒活動類型與幸福感之相關研究	<ol style="list-style-type: none"> 1. 國小教師在休閒活動的參與頻率上屬中等偏高程度； 2. 國小教師的幸福感就整體而言屬中等偏高程度； 3. 國小教師在參與休閒活動類型上會受背景變項之影響，如性別、年齡、婚姻狀況、自覺健康狀況及自覺幸福感受等； 4. 國小教師的幸福感僅受「自覺健康狀況」與「自覺幸福感受」兩背景變項之影響； 5. 國小教師參與休閒活動類型與幸福感具正向關係，以「運動健身類」與「身心健康」的相關性最高。 	◎
王鳳嬌 (2012)	老人休活動類型與幸福感之研究以竹山鎮老人會為例	<ol style="list-style-type: none"> 1. 竹山地區老人在休閒參與方面以消遣型的看電視勾選次數為最高，其次是健身型的散步；在幸福感方面有顯著差異。 2. 年齡以55-64歲參與休閒人數較多，年齡越長參與範圍越小。已婚配偶健在者參與程度顯著。退休參與休閒活動明顯較高。軍公教休閒參與人數較多。經濟來源以儲蓄多數。 3. 生活滿意、身心健康、自我肯定三分構面皆呈現高學歷和高收入及工作較穩定者具有較高的幸福感。 	◎
周子仁 (2012)	臺中市國小教師休閒活動參與、幸福感與教學效能之研究	<ol style="list-style-type: none"> 1. 國小教師的休閒活動參與情形屬於中等程度。 2. 國小教師的幸福感屬於中高程度。 3. 不同性別、年齡、學歷、服務年資、擔任職務、婚姻狀況之國小教師在休閒活動參與、幸福感及教學效能表現有部分顯著差異情。 4. 國小教師休閒活動參與與幸福感之關係為中度正相關。 	◎

研究者 (年份)	研究主題	研究結果	幸福感
施錦蓉 (2012)	家庭休閒活動對國中小學生的家庭功能與主觀幸福感關係之研究	<ol style="list-style-type: none"> 1.國小學生的家庭休閒活動參與程度高於國中生。 2.家庭休閒活動參與程度越高之學生其家庭功能越佳，主觀幸福感越強。 3.參與不同類型家庭休閒活動的學生其家庭功能與主觀幸福感是有差異的。 4.參與不同時段家庭休閒活動的學生其家庭功能與主觀幸福感是有差異的。 5.平日家庭休閒活動參與程度高的學生其家庭功能優於只在寒暑假參與程度高而平日參與程度低的學生。 6.家庭功能越佳的學生其主觀幸福感越強。 	◎

資料來源：本研究作者整理

◎顯著

由表得到的重要結論：教師的休閒活動參與情形屬於中等程度，休閒活動的參與頻率屬中等偏高程度。不同背景變項在幸福感及休閒活動參與有顯著差異情況。教師的休閒活動參與與幸福感也有顯著相關。

肆、個人變項與「教師休閒活動參與」之相關研究

根據本研究文獻之結果，過去教師休閒活動參與之相關研究分析的人變項大致包括性別、年齡、服務年資、擔任職務、婚姻狀況等。以下茲將教師休閒活動參與與個人變項之相關研究，加以歸納如下：

在個人變項與教師休閒活動參與之相關研究，許多研究都發現教師休閒活動參與和「性別」（賴雪芬，2007；張清標、鄭玉珠、劉彥良，2009；廖淑容，2011）、「年齡」（賴雪芬，2007；廖淑容，2011）、「擔任職務」（張清標、鄭玉珠、劉彥良，2009；李昭憲、陳美慧、梁仲正，2009；廖淑容，2011）、「任教年資」（張清標、鄭玉珠、劉彥良，2009；賴雪芬，2007）、「婚姻狀況」（賴雪芬，

2007)等變項有顯著影響。然也有研究結論發現教師個人變項對教師休閒活動參與其實影響不大(李昭憲、陳美慧、梁仲正,2009)。本研究將進一步探討臺南市國小附幼教保服務人員其性別、年齡、最高學歷、服務年資、擔任職務及婚姻狀況等六項個人變項對教師休閒活動參與之影響。

伍、個人變項與「學前教保服務人員幸福感」之相關研究

根據本研究文獻之結果,過去教師幸福感之相關研究分析的個人變項大致包括性別、年齡、服務年資、擔任職務、婚姻狀況等。以下茲將教師幸福感個人變項之相關研究,加以歸納如下:

在個人變項與學前教保服務人員幸福感之相關研究,許多研究都發現教師幸福感和「性別」(陳安妮,2010)、「年齡」(張家婕,2012)、「最高學歷」(蔡明霞,2008;曾艾岑,2009)、「服務年資」(黃惠玲,2008;曾艾岑,2009;廖淑容,2011;劉秀枝,2011;張家婕,2012)、「擔任職務」(黃惠玲,2008)、「婚姻狀況」(黃惠玲,2008;曾艾岑,2009;劉秀枝,2011;張家婕,2012)等變項有顯著影響。本研究將進一步探討臺南市國小附幼學前教保服務人員其性別、年齡、最高學歷、服務年資、擔任職務及婚姻狀況等六項個人變項對教師幸福感之影響。

陸、個人變項與「學前教保服務人員教學效能」之相關研究

根據本研究文獻檢閱之結果,過去教師教學效能之相關研究分析的個人變項大致包括性別、年齡、服務年資、擔任職務、最高學歷、婚姻狀況等。以下茲將教師教學效能個人變項之相關研究,加以歸納如下:

在個人變項與教師教學效能之相關研究,許多研究都發現教師教學效能和「性別」(賴阿福、塗淑君,2006)、「年齡」(賴雪芬,2007)、「擔任職務」(李純慧、程鈺雄,2009)、「任教年資」(賴雪芬,2007;廖淑容,2011;張德銳、張

素偵，2012)、「最高學歷」(李梅雪，2012)、「婚姻狀況」(賴雪芬，2007)等變項有顯著影響。也有研究結論發現教師個人變項中之對教師之性別、任教年資、擔任職務不會影響教師教學效能(李純慧、程鈺雄，2009)。

本研究將進一步探討臺南市國小附幼學前教保服務人員其性別、年齡、最高學歷、服務年資、擔任職務及婚姻狀況等六項個人變項對教師教學效能之影響。

柒、參與休閒活動與教學效能、幸福感之相關研究結論彙整

茲彙整不同背景變項之教保服務人員在參與休閒活動、教學效能、幸福感之感受顯著性如表。

表2-8 不同背景變項之教師在參與休閒活動感受顯著性彙整表

研究者 (年份)	性別	年齡	擔任職務	最高學歷	服務年資	婚姻狀況
賴雪芬 (2007)	◎	◎			◎	◎
廖淑容 (2010)	◎	◎	◎			
蔡秀卿 (2011)	◎	◎				◎
周子仁 (2012)	◎	◎	◎		◎	◎

資料來源：引自(鍾素玲，2015)

◎顯著

表2-9 不同背景變項之教師在參與休閒活動感受顯著性彙整表

研究者 (年份)	性別	年齡	擔任職務	最高學歷	服務年資	婚姻狀況
賴雪芬 (2007)				◎	◎	◎
廖淑容 (2010)					◎	
林萃芃 (2010)		◎	◎		◎	
張家婕 (2011)					◎	◎
洪怡靜 (2012)	◎	◎			◎	◎
周子仁 (2012)		◎	◎	◎	◎	
張美婷 (2013)		◎			◎	◎

資料來源：引自（鍾素玲，2015）

◎顯著

本研究「教師教學效能」包括「教材計畫」、「班級氣氛」、「教學評量」、「教材與教學策略」等四個構面，談及六個教師背景變項：性別、年齡、擔任職務、最高學歷、服務年資、婚姻狀況。

表2-10 不同背景變項之教師在幸福感感受顯著性彙整表

研究者 (年份)	性別	年齡	擔任職務	最高學歷	服務年資	婚姻狀況
林萃芃 (2010)				◎	◎	
廖淑容 (2010)		◎			◎	
張家婕 (2011)					◎	

研究者 (年份)	性別	年齡	擔任職務	最高學歷	服務年資	婚姻狀況
洪怡 (2012)		◎				◎
周子仁 (2012)	◎	◎	◎	◎	◎	

資料來源：引自（鍾素玲，2015）

◎顯著

表2-11 參與休閒活動、教學效能與幸福感相關研究主題彙整表

研究者 (年份)	研究主題	相關主題
賴雪芬 (2007)	教師休閒活動參與、身心健康與教學效能關係之研究—以嘉義市國立高中職教師為例	休閒活動、 教學效能
龍昱廷 (2009)	高雄市國中教師休閒參與、休閒滿意、幸福感與休閒活動參與、教學效能之相關研究	休閒活動、 幸福感 教學效能
廖淑容 (2010)	教師休閒活動參與、幸福感與教學效能之研究以苗栗縣國小教師為例	休閒活動、 幸福感
林萃芃 (2010)	臺北市國民小學教師社會支持與教學效能、幸福感之研究	幸福感、 教學效能
陳祥慈 (2011)	老年人參與休閒活動對休閒活動參與效益、生活品質與幸福感之影響探討—以臺中縣長青學苑為例	休閒活動、 幸福感
蔡秀卿 (2011)	臺中市國小教師休閒活動類型與幸福感之相關研究	休閒活動、 幸福感
張家婕 (2011)	幼兒園教師幸福感與教學效能之關係—以新竹市為例	幸福感、 教學效能
周子仁 (2012)	臺中市國小教師休閒活動參與、幸福感與教學效能之研究	休閒活動、 幸福感、 教學效能
施錦蓉 (2012)	家庭休閒活動對國中小學生的家庭功能與主觀幸福感關係之研究	休閒活動、 幸福感
曾慧芬 (2012)	課程式休閒活動參與動機、持續涉入與幸福感相關之研究-- 以臺北士林社區大學學員為例	幸福感、 休閒活動

研究者 (年份)	研究主題	相關主題
王鳳嬌 (2012)	老人休閒活動類型與幸福感之研究-以竹山鎮老人會為例	休閒活動、 幸福感
吳淑芬 (2012)	嘉義縣國小教師社會支持、幸福感、校長領導 幸福感與教學效能之相關研究	教學效能
洪怡靜 (2012)	高中職餐旅群教師教學效能與幸福感關係之研究	幸福感、 教學效能
張美婷 (2013)	教師幸福感與教學效能關係之研究-以桃園縣私立國中小學為例	幸福感、 教學效能

資料來源：引自（鍾素玲，2015）

表2-12 本研究主題和相關文獻研究者分類之彙整表

參與休閒活動	賴雪芬（2007）、龍昱廷（2009）、廖淑容（2010）、陳祥慈（2011）、蔡秀卿（2011）、周子仁（2012）、施錦蓉（2012）、曾慧芬（2012）、王鳳嬌（2012）
幸福感	賴雪芬（2007）、龍昱廷（2009）、廖淑容（2010）、林萃芃（2010）、張家婕（2011）、周子仁（2012）、吳淑芬（2012）、洪怡靜（2012）、張美婷（2013）
教學效能	龍昱廷（2009）、廖淑容（2010）、林萃芃（2010）、陳祥慈（2011）、蔡秀卿（2011）、張家婕（2011）、施錦蓉（2012）、周子仁（2012）、曾慧芬（2012）、王鳳嬌（2012）、吳淑芬（2012）、洪怡靜（2012）、張美婷（2013）

資料來源：引自（鍾素玲，2015）

第三章 研究方法

本研究欲探討學前教保服務人員休閒活動參與對學前教保服務人員幸福感、教學效能之影響，以及學前教保服務人員幸福感對教學效能之影響。經第二章針對休閒活動參與、幸福感及教學效能進行相關文獻探討後，本章將討論研究方法。本研究先探討休閒活動參與、幸福感與教師教學效能之相關文獻，以形成研究理論基礎，並確立研究架構、研究假設及設計適切之問卷，再進行問卷調查與資料處理，來探討其結果。本章一共分為五節：第一節為研究假設；第二節為研究對象與研究樣本；第三節為研究工具；第四節為資料分析方法。

第一節 研究假設

根據文獻探討分析結果，本研究提出下列研究假說，希望能透過調查所蒐集的資料，運用敘述性統計分析、單因子變異分析及T檢定、相關分析，驗證這些假說的成立與否。並探討不同教師特性在休閒活動參與、幸福感與教學效能之關係。

假設一：不同變項學前教保服務人員在參與休閒活動認知上有顯著差異。

1-1：不同性別的學前教保服務人員在參與休閒活動認知上有顯著差異。

1-2：不同年齡的學前教保服務人員在參與休閒活動認知上有顯著差異。

1-3：不同擔任職務的學前教保服務人員在參與休閒活動認知上有顯著差異。

1-4：不同學歷背景的教保服務人學前教保服務人員在參與休閒活動認知有顯著差異。

1-5：不同服務年資的學前教保服務人員在參與休閒活動認知上有顯著差異。

1-6：不同婚姻狀況的學前教保服務人員在參與休閒活動認知上有顯著差異。

假設二：不同變項國小附幼學前教保服務人員在教學效能有顯著差異。

2-1：不同性別的國小附幼學前教保服務人員在教學效能上有顯著差異。

2-2：不同年齡的學前教保服務人員在教學效能認知上有顯著差異。

2-3：不同擔任職務的學前教保服務人員在教學效能認知上有顯著差異。

2-4：不同學歷背景的學前教保服務人員在教學效能認知上有顯著差異。

2-5：不同服務年資的學前教保服務人員在教學效能認知上有顯著差異。

2-6：不同婚姻狀況的學前教保服務人員在教學效能認知上有顯著差異。

假設三：不同變項國小附幼學前教保服務人員在幸福感有顯著差異。

3-1：不同性別的學前教保服務人員在幸福感認知上有顯著差異。

3-2：不同年齡的學前教保服務人員在幸福感認知上有顯著差異。

3-3：不同擔任職務的學前教保服務人員在幸福感認知上有顯著差異。

3-4：不同學歷背景的學前教保服務人員在教學效能認知上有顯著差異。

3-5：不同服務年資的學前教保服務人員在幸福感認知上有顯著差異。

3-6：不同婚姻狀況的學前教保服務人員在幸福感認知上有顯著差異。

假設四：學前教保服務人員參與休閒活動與教師教學效能間有顯著相關。

假設五：學前教保服務人員參與休閒活動與幸福感間有顯著相關。

假設六：學前教保服務人員教學效能與幸福感間有顯著相關。

第二節 研究對象與研究樣本

壹、研究對象

本研究主要瞭解台南市之公立附設幼兒園學前教保服務人員的休閒參與、幸福感與教學效能之相關研究，研究對象以 107學年度台南市公立幼兒園正式教師（含兼任行政職務教師）、教保員為主。

依據台南市政府教育局特幼科107學年度公立幼兒園教保服務人員配置數資料顯示，台南市公立幼兒園共計194園，編制內教保服務人員共975人，為避免母群體龐大造成之偏差，本研究的園所以國小附幼為主共180所，共計有676名教保

服務人員，以問卷方式調查，共計抽取300名教保服務人員為研究樣本。

表3-1 107學年度學前教保服務人員配置數資料顯示

資料數據	研究對象	數量
180所園所	正式教師	424
	教保員	252

資料來源：台南市政府教育局特幼科

根據幼兒教育及照顧法第 18條規定，公立幼兒園行政組織及員額設置為標準，進行問卷調查，調查範圍以台南市之國小附設幼兒園為範圍，不包含其他縣市。

貳、研究樣本

本研究以台南市國小附幼現任之編制內教保服務人員為研究母群體，所以依據台南市政府教育局特幼課107學年度國小附幼教保服務人員配置數資料顯示台南市國小附幼為主共180所，共計有676名教保服務人員，以問卷方式調查，共計抽取300名教保服務人員為研究樣本。

本研究正式施測對象以台南市國小附幼學前教保服務人員，進行正式問卷施測共計發出正式問卷300份，回收問卷共220份，(包含剔除問卷填寫不齊全)，回收率為73%共得有效問卷220份。

第三節 研究工具

本研究的目的是在探討臺南市國小附幼學前教保服務人員休閒活動參與、幸福感與教學效能三者間之關係，採問卷調查法作為研究資料蒐集的方法。本研究所採用的「臺南市國小附幼教保服務人員休閒活動參與、幸福感與教學效能調查問

卷」係根據研究架構而發展出，內容共涵蓋四個部分。第一部份為「學前教保服務人員個人變項」、第二部份為「學前教保服務人員休閒活動參與量表」、第三部份為「學前教保服務人員幸福感量表」、第四部份為「學前教保服務人員教學效能量表」，茲分述如下：

壹、學前教保服務人員個人變項

本研究教師個人變項衡量項目包括性別、年齡、最高學歷、服務年資、擔任職務及婚姻狀況等六項個人變項。

一、性別：分為男性、女性。

二、年齡：分為 30 歲以下、31-40 歲、41-50 歲。

三、最高學歷：分為教育大學、一般大學、研究所（含碩、博士）以上、專科學校。

四、服務年資：分為 5 年（含）以下、6-10 年、10-20 年、21 年（含）以上。

五、擔任職務：分為園長、主任、教師兼行政、教師、教保員。

六、婚姻狀況：分為單身、已婚。

貳、學前教保服務人員休閒參與量表

休閒參與量表參考陳美伶（2014）並加以編修為本研究休閒量表，共分為娛樂型、藝文型、運動型、社交型、嗜好型、遊憩型活動六大類，問卷題項共 6 題，如表 3-1 所示。量表問卷採 Likert 五點量表，依受試者對自身感受分別給予 1 分表示「從未參加」、2 分表示「很少參加」、3 分表示「偶爾參加」、4 分表示「較常參加」、5 分表示「常常參加」，依據教保服務人員在「休閒參與問卷」上的得分作為現況指標，參與分數越高者表示其參與頻率就越高，反之，參與分數越低者表示其參與頻率越低。本研究「學前教保服務人員休閒活動參與、幸福感與教學效能調查問卷」中之休閒參與感衡量構面則分為運動型、社交型、知識型、嗜好型等四大構面。本研究所使用的休閒活動參與量表如下表 3-2

表3-2 休閒參與量表問卷設計

編號	構面	休閒參與問項
1	運動型活動	快走、慢跑、球類運動、游泳、登山健行、騎自行車、健身運動（瑜珈、有氧、舞蹈等）
2	社交型活動	泡茶聊天、與親友聚餐聚會、參加志工及社會服務、參加社團或宗教活動、KTV、聯誼活動
3	藝文型活動	參觀各式藝文展覽（博物館、美術館等）欣賞藝文表演、彈奏樂器、聽演講、進修研習、學習各種才藝（書法、繪畫、舞蹈等）
4	嗜好型活動	手工藝製作（串珠、毛衣、模型等）、園藝性活動（植栽、種花、插花等）、逛街、追劇、飼養寵物、烹飪、攝影
5	娛樂型活動	聽音樂、閱讀書籍、雜誌或報紙、看電視、影片、DVD、與家人到電影院看電影、線上遊戲、上網、線上學習

資料來源：作者修改整理

表3-3 學前教保服務人員休閒活動參與內容彙整表

休閒活動類型	休閒活動項目
運動型	1.瑜珈、跳舞、韻律操、有氧舞蹈、太極拳、其它律動
	2.慢跑、快走、健行、其它田徑運動
	3.登山、爬山
	4.游泳、潛水、其它親水運動
	5.球類運動
	6.騎自行車、兜風
社交型	7.聚餐
	8.社會服務、義工、志工
	9.聊天、喝下午茶、去 KTV 唱歌
	10.拜訪親友、家庭聚會
	11.聯誼活動、社團活動
知識型	12.藝文活動（參觀展覽、看表演、書法、繪畫、寫作、攝影、插花、彈奏樂器）
	13.參加研習活動
	14.聽演講

休閒活動類型	休閒活動項目
	15.研究、進修
	16.語言學習、電腦學習、樂器學習
	17.閱讀書報雜誌
	18.看電視新聞
嗜好型	19.手工藝、居家布置、拼布、編織、烹飪、飼養寵物
	20.園藝、種菜
	21.休息小睡、發呆
	22.聽廣播、聽音樂
	23.下棋、桌遊
	24.上網、線上遊戲
	25.追劇（大陸劇、韓劇）、看電影
	26.逛街、逛夜市

資料來源：本研究作者自行整理

叁、學前教保服務人員幸福感量表

本研究幸福感問卷內容係參考廖淑容(2011)、張家婕(2012)、陳紋瑤(2013)之分類方式，以及參閱王慶田(2009)修訂所編製的牛津幸福感量表(Oxford Happiness Inventory)，而後依據本研究之需求而加以歸納修編之。本研究「學前教保服務人員休閒活動參與、幸福感與教學效能調查問卷」中之幸福感衡量構面分為生活滿意、工作成就、人際關係、自我成就等四大構面。

在幸福感之量表上，生活滿意部份有5道題項；工作成就部分有5道題項；人際關係部份有4道題項；自我肯定部份有2道題項，共計共 16道題項。本量表採用 Likert 五點量表；問卷採正向計分，依照「非常不同意」、「不同意」、「普通」、「同意」、「非常同意」，依序給予 1、2、3、4、5 分，其中分數越高代表受測者越認同題目所描述的狀況。本研究所使用的幸福感量表衡量構面問項內容如下：

表3-4 學前教保服務人員幸福感內容彙整表

衡量構面	問項內容
生活滿意	1.我的理想可以獲得實現
	2.我認為世上的事情是美好的
	3.我對現在生活中的事感到滿意
	4.我常保持輕鬆自在的心情
	5.我很享受並珍惜現在所擁有的一切
人際關係	6.我喜歡幫助別人
	7.我和同事相處氣氛和諧融洽
	8.我認為世上的事情總有美好的一面
	9.我能與他人建立良好關係
工作成就	10.我有能力解決工作上的問題
	11.我的專業付出受到別人的肯定
	12.我的工作表現總能帶給我成就感
	13.過去所面對的工作難題，現在都是我成長的助力
	14.我的工作具備發展的潛能與機會
自我肯定	15.我對自己有信心，重視自己的價值
	16.我有能力解決生活中的問題

資料來源：本研究作者自行整理

肆、學前教保服務人員教學效能量表

本研究教學效能問卷係參考李純慧、程鈺雄（2009）、李梅雪（2012）之教學效能量表之問項，之後依據本研究之需求再加以整理修編之。本研究中之教學效能衡量構面分為教學計畫、班級經營、教學評量、教材與教學策略等四大構面。

在教學效能之量表上，教學計劃部分4道題項；班級經營部份有4道題項；教學評量部份3道題項；教材與教學策略部份6道題項，共計共17道題項。本量表採用Likert五點量表；問卷採正向計分，依照「非常不同意」、「不同意」、「普通」、「同意」、「非常同意」，依序給予1、2、3、4、5分，其中分數越高代表受測者越認同題目所描述的狀況。

表3-5 教學效能量表衡量構面問項內容

衡量構面	問項內容
教學計劃	1.我能在教學活動前，先準備相關資料，充實教材內容
	2.我能在教學前設計與幼兒舊經驗相關的活動與教材
	3.上課前我會先進行備課活動
	4.我會在教學前布置與教學內容相關情境來引起幼兒的學習動機
班級經營	5.我能傾聽幼兒的想法並與幼兒溝通
	6.我能與幼兒保持友善的關係，避免使用負面的言詞
	7.我能適時的給予幼兒關心與鼓勵
	8.我能有效維持班級秩序，營造良好的學習環境
教學評量	9.我會使用多元方式（觀察、實作、開放式問答）評量學習結果
	10.我會適時讚美，鼓勵學習進步的幼兒
	11.我會依評量結果，調整教學活動
教材與教學策略	12.上課前我會將教學相關教材、設備準備齊全
	13.我會運用不同的教學方法來呈現教材
	14.我會以活潑、生動、有趣的教學方式來設計教學活動
	15.我的教學方式很生動，常常能引起幼兒的學習興趣
	16.我會依教學之需要，選擇適當的教學媒體
	17.我會依幼兒對課程之吸收情形來調整課程的內容與進度

資料來源：本研究作者自行整理

第四節 資料分析方法

本研究問卷回收後，研究者將有效問卷加以編號，並將問卷填答資料輸入電腦，以 SPSS 25.0 For Windows 統計軟體做為資料分析工具。本研究針對問卷回收調查的資料，進行有關的統計分析工作，以驗證是否成立。

採用的統計方法計有下列六項，茲分別詳述如下

一、描述性分析

本研究首先針對研究樣本之個人基本資料進行描述性統計分析，分析重點包

括性別、年齡、最高學歷、服務年資、擔任職務及婚姻狀況等六項個人變項，本研究將藉由使用次數性分配與百分比等統計來描述資料分佈情形。

三、獨立樣本 t 檢定

獨立樣本t檢定係用來檢定兩平均數差異之檢定，本研究個人變項中之年齡、婚姻狀況屬於類別尺度，依變項教師休閒活動參與、幸福感、教學效能屬連續尺度，因此使用獨立樣本t檢定，考驗個人基本資料中之年齡、婚姻狀況在教師休閒活動參與、幸福感、教學效能平均得分之差異性。

三、單因子變異數分析 (One-Way ANOVA)

單因子變異數係考驗三組平均數之差異性檢定，本研究將個人變項分別與三組面向做比較，因此使用單因子變異數分析，當達顯著差異時，則必須使用Scheffe事後檢定，以檢定兩兩之間顯著差異之情形。

四、皮爾森積差相關 (Pearson Product Moment Correlation)

Pearson積差相關係數分為五個層次：1.00為完全相關，.07-.99為高相關，.40-.69為中度相關，.10-.39為低度相關，.10以下為弱或無相關（邱皓政，2004）。透過皮爾森積差相關來分析休閒活動參與、幸福感與教學效能三者關係。

第四章 研究結果與討論

本研究欲探討台南市國小附幼學前教保服務人員休閒活動參與、幸福感和教學效能三者之關係。問卷回收後，進行問卷整理、校對及刪除廢卷工作，並進行電腦編碼，並以統計套裝軟體 SPSS 25.0 For Windows 進行資料統計分析及分析結果之撰寫與討論。本章共分為四節：第一節 問卷基本資料分析，第二節 描述性統計分析與討論，第三節不同背景變項之差異性分析，第四節休閒活動參與、幸福感與教學效能之相關性分析。

第一節 問卷基本資料分析

本研究是以「台南市國小附學前教保服務人員」為抽樣樣本，共發出300份問卷，回收 300 份，回收率 73 %。有效問卷為 220 份，可用率為100 %。以下將回收問卷之有效樣本背景部分，依百分比方式呈現，以了解樣本數分佈情形，其基本資料如表 4-1 所示，並說明如後：

- 1.性別：本研究抽樣的 220 位「台南市國小附幼教保服務人員」成員中，女生220人占 100 %。
- 2.年齡：本研究抽樣的 220位「台南市國小附幼學前教保服務人員」成員中，30（含）歲以下40人占 18.2 %;31至40歲85人占 38.6 %;41至 50歲95人占43.2 %。
- 3.擔任職務：本研究抽樣的 220位「台南市國小附幼學前教保服務人員」成員中，園長4人佔1.8%，主任17人佔7.7%，教師兼行政職務 34 人占1%，教師 57 人占 25.9 %，教保員108人占 49.1%。
- 4.最高學歷：本研究抽樣的 220位「台南市國小附幼學前教保服務人員」成員中，教育大學（含師範大學）者 50 人，占 22.7%；一般大學者117人，占53.2%；專科者26人占11.8%；研究所（含碩士、博士）者27人，占 12.3%。

- 5.婚姻狀況：本研究抽樣的 220位「台南市國小附幼學前教保服務人員」成員中 已婚 138人占 62.7%;單身 82 人占 37.3%。
- 6.在服務學校任教年資：本研究抽樣的 220位「台南市國小附幼學前教保服務人員」成員中，5（含）年以下 68人占 30.9%；6 至 10年60人占27.3%；11 至 20 年 61人占 27.7%；21年以上31 人占14.1%。

表4-1 研究樣本背景資料摘要表（N=220）

項目	組別	人數	百分%	排序
性別	1.男生	0	0	2
	2.女生	222	100%	1
年齡	1.30（含）歲以下	40	18.2%	3
	2.31 至 40 歲	85	38.6%	2
	3.41 至 50 歲	95	43.2%	1
擔任職務	1.園長	4	1.8%	5
	2.主任	17	7.7%	4
	3.教師兼行政職務	34	15.5%	3
	4.教師	57	25.9%	2
	5.教保員	108	49.1%	1
最高學歷	1.教育大學（含師範大學）	50	22.7%	2
	2.一般大學	117	53.2%	1
	3.專科學校	26	11.8%	4
	4.研究所（含碩士、博士）	27	12.3%	3
婚姻狀況	1.已婚	138	62.7%	1
	2.單身	82	37.3%	2
在服務學校 任教年資	1.5（含）年以下	68	30.9%	1
	2.6 至10 年	60	27.3%	3
	3.11 至20 年	61	27.7%	2
	4.21 年以上	30	14.1%	4

資料來源：本研究作者自行整理

第二節 描述性統計分析與討論

依據問卷調查所得資料，分析台南市國小附幼資料來源：本研究作者行整理參與休閒活動、幸福感與教學效能之關係之描述性統計數據，茲分述如下：

壹、台南市國小附幼學前教保服務人員休閒活動參與之現況分析

一、教保服務人員休閒活動參與整體現況與各層面分析

台南市國小附幼資料來源：本研究作者自行整理休閒活動參與現況乃根據受試者在「台南市國小附幼學前教保服務人員休閒活動參與、幸福感與教學效能調查問卷」的作答結果進行分析，本量表之計分方式採Likert 五點量表，請受試者就自己的休閒活動參與現況填答，問卷採正向計分，依照「從未參與」、「不曾參與」、「偶爾參與」、「較常參與」、「常常參與」，依序給予1、2、3、4、5分，其中分數越高代表受測者越符合題目所描述的狀況。以下根據台南市國小附幼資料來源：本研究作者自行整理在休閒活動參與上之作答結果進行現況分析其結果如表4-2所示。台南市國小附幼資料來源：本研究作者自行整理「參與休閒活動」之現況分析為瞭解台南市國小附幼資料來源：本研究作者自行整理參與休閒活動之現況，以描述性統計分析之。本問卷採李克特五點式量表，以5分至1分表示符合程度，分數愈高表示參與度的得分愈高。

本研究以各構面的平均數為統計分析之依據，量表的平均值為3分，將1分至5分等距分成五等分，因此得分為1以下界定為不佳、2界定為中下、3界定為中等、4界定為中上、5以上界定為良好，本研究樣本在各構面的平均得分、標準差和各該構面的每題平均得分。

表4-2 參與休閒活動之各構面平均得分摘要表 (N=220)

構面名稱	題數	平均數	標準差	排序
運動型	6	2.7	1.031	4
社交型	4	2.95	1.038	3
知識型	6	3.29	1.076	2
嗜好型	8	3.30	1.099	1
總量表	25	3.06	1.063	

資料來源：本研究作者自行整理

研究結果得知，台南市國小附幼資料來源：本研究作者自行整理「參與休閒活動」之現況整體平均數 (M) 為3.06，分數接近「偶爾參與」。由表4-2 中，可知「參與休閒活動」之參與度最高的是「嗜好型」層面 (M=3.30)，依次是「知識型」層面 (M=3.29) 和「社交型」構面 (M=2.95)，最低者為「運動型」層 (M=2.7)。但各構面之間的平均數差距不大，分數中等，顯示台南市國小附幼教保服務人員「參與休閒活動」在各層面的參與度均為接近中等。可看出學前教保服務人員參與休閒活動高低順序依序為「嗜好型」、「知識型」、「社交型」與「運動型」。

表4-3 參與休閒活動量表各題平均數與標準差摘要表 (N=220)

構面名稱	問項	平均數	標準差	排序
運動型	1.瑜珈、跳舞、韻律操、有氧舞蹈、太極拳、其它律動	2.31	1.088	18
	2.慢跑、快走、健行、其它田徑運動	2.61	1.026	17
	3.登山、爬山	2.08	0.931	24
	4.游泳、潛水、其它親水運動	1.73	0.847	26
	5.球類運動	1.99	0.958	25
	6.騎自行車、兜風	2.31	1.108	18
社交型	7.聚餐、聊天、喝下午茶、去 KTV 唱歌	3.20	0.973	10

構面名稱	問項	平均數	標準差	排序
知識型	8.社會服務、義工、志工	2.10	1.040	23
	9.拜訪親友、家庭聚會	3.31	0.958	8
	10.聯誼活動、社團活動	2.25	1.129	22
	11.藝文活動（參觀展覽、看表演、書法、繪畫、寫作、攝影、插花、彈奏樂器）	2.70	1.011	13
	12.參加研習活動	3.79	0.889	3
	13.聽演講、研究、進修	3.02	0.991	12
	14.語言學習、電腦學習、樂器學習	2.55	1.140	14
	15.閱讀書報雜誌	3.38	1.037	7
	16.看電視新聞	3.86	1.083	1
	嗜好型	17.手工藝、居家布置、拼布、編織、烹飪、飼養寵物	3.04	1.201
18.園藝、種菜		2.29	1.116	15
19.休息小睡、發呆		3.80	1.015	2
20.聽廣播、聽音樂		3.77	0.985	4
21.下棋、桌遊		2.27	0.954	16
22.上網、線上遊戲		3.57	1.174	5
23.追劇（大陸劇、韓劇）、看電影		3.26	1.232	9
24.逛街、逛夜市		3.44	1.077	6

資料來源：本研究作者自行整理

（一）台南市國小附幼資料來源：本研究作者自行整理整體休閒活動參與之平均得分為 3.06，可知，教保服務人員整體休閒活動參與情形尚稱良好，屬中等度。此數值介於「偶爾參與」，表示教保服務人員的休閒活動參與屬於中等程度。

（二）台南市國小附幼學前教保服務人員休閒活動參與各向度的單題平均數，

其中以「嗜好型休閒活動」方面得分最高 (M=3.30)，其次為「知識型休閒活動」，每題平均得分 (M=3.29)、「社交性休閒活動」每題平均得分 (M=2.95)、「運動性休閒活動」每題平均得分 (M=2.7)，所以，在學前教保服務人員休閒活動參與上，可看出台南市國小附幼學前教保服務人員休閒活動參與頻率高低順序依序為「嗜好型休閒活動」、「知識型休閒活動」、「社交性休閒活動」、「運動性休閒活動」。

由此得知，在台南市教師參與休閒活動量表中，教師對「嗜好型」方面的認同程度最高；教師在「運動型」方面表現稍弱，平均數接近 3，在平均值之下。整體平均值為 3.06，顯示台南市國小附幼學前教保服務人員在「參與休閒活動」的表現普通，平均值接近 3.06，所以為中等之程度。

二、休閒活動參與各層面子題之分析

本研究將根據各層面子題之平均數及標準差，進一步分析各子題在四個層面中的差異情形，以了解台南市國小附幼學前教保服務人員在休閒活動參與之現況。

(一)「運動型休閒活動」層面

由表4-4所示在「運動型休閒活動」層面的四個題目中，該層面的題目以「慢跑、快走、健行、其它田徑運動」的平均數最高 (M=2.61)，以「瑜珈、跳舞、韻律操、有氧舞蹈、太極拳、其它律動」的平均數為第二高 (M=2.31)，而以「游泳、潛水、其它親水運動」的平均數最低 (M=1.73)，其結果如表4-4所示：

表4-4 學前教保服務人員「運動型休閒活動」層面各題項平均數與標準差之分析摘要表 (N=220)

題號	題目內容	平均數	標準差	排序
1	瑜珈、跳舞、韻律操、有氧舞蹈、太極拳、其它律動	2.31	1.088	2
2	慢跑、快走、健行、其它田徑運動	2.61	1.026	1

題號	題目內容	平均數	標準差	排序
3	登山、爬山	2.08	0.931	4
4	游泳、潛水、其它親水運動	1.73	0.847	6
5	球類運動	1.99	0.958	5
6	騎自行車、兜風	2.31	1.108	3

資料來源：本研究作者自行整理

(二)「社交型休閒活動」層面

由表4-5所示在「社交型休閒活動」層面的五個題目中，該層面的題目中以「拜訪親友、家庭聚會」的平均數最高 (M=3.31)，以「聚餐、聊天、喝下午茶、去 KTV唱歌」的平均數為第二高 (M=3.20)，而以「社會服務、義工、志工」的平均數最低 (M=2.10) 其結果如表4-5所示。

表4-5 學前教保服務人員「社交型休閒活動」層面各題項平均數與標準差之分析摘要表 (N=220)

題號	題目內容	平均數	標準差	排序
1	聚餐、聊天、喝下午茶、去 KTV 唱歌	3.20	0.973	2
2	社會服務、義工、志工	2.10	1.040	4
3	拜訪親友、家庭聚會	3.31	0.958	1
4	聯誼活動、社團活動	2.25	1.129	3

資料來源：本研究作者自行整理

(三)「知識型休閒活動」層面

由表4-6所示在「知識型休閒活動」層面的六個題目中，該層面的題目中以「看電視新聞」的平均數最高 (M=3.86)，以「參加研習活動」的平均數為第二高 (M=3.79)，而以「語言學習、電腦學習、樂器學習」的平均數最低 (M=2.55) 其結果如表4-6所示。

表4-6 學前教保服務人員「知識型休閒活動」層面各題項平均數與標準差之分析摘要表 (N=220)

題號	題目內容	平均數	標準差	排序
1	藝文活動（參觀展覽、看表演、書法、繪畫、寫作、攝影、插花、彈奏樂器）	2.70	1.011	5
2	參加研習活動	3.79	0.889	2
3	聽演講、研究、進修	3.02	0.991	4
4	語言學習、電腦學習、樂器學習	2.55	1.140	6
5	閱讀書報雜誌	3.38	1.037	3
6	看電視新聞	3.86	1.083	1

資料來源：本研究作者自行整理

（四）「嗜好型休閒活動」層面

由表4-7所示在「嗜好型休閒活動」層面的八個題目中，該層面的題目中以「休息小睡、發呆」的平均數最高（M=3.80），以「聽廣播、聽音樂」的平均數為第二高（M=3.77），而以「下棋、桌遊」的平均數最低（M=2.27），其結果如表4-7所示。

表4-7 學前教保服務人員「嗜好型休閒活動」層面各題項平均數與標準差之分析摘要表 (N=220)

題號	題目內容	平均數	標準差	排序
1	手工藝、居家布置、拼布、編織、烹飪、飼養寵物	3.04	1.201	6
2	園藝、種菜	2.29	1.116	7
3	休息小睡、發呆	3.80	1.015	1
4	聽廣播、聽音樂	3.77	0.985	2
5	下棋、桌遊	2.27	0.954	8
6	上網、線上遊戲	3.57	1.174	3
7	追劇（大陸劇、韓劇）、看電影	3.26	1.232	5
8	逛街、逛夜市	3.44	1.077	4

資料來源：本研究作者自行整理

貳、台南市國小附幼學前教保服務人員幸福感之現況分析

一、學前教保服務人員幸福感整體現況與各層面分析

學前教保服務人員幸福感現況乃根據受試者在「台南市國小附幼教保服務人員休閒活動參與、幸福感與教學效能調查問卷」的作答結果進行分析，本量表之計分方式採Likert 五點量，臺南市國小附幼學前教保服務人員休閒活動參與、幸福感與教學效能之研究表，請受試者就自己的幸福感感受現況填答，問卷採正向計分，依照「非常不同意」、「不同意」、「普通」、「同意」、「非常同意」，依序給予1、2、3、4、5分，其中分數越高代表受測者越認同題目前所描述的狀況。以下根據台南市國小附幼學前教保服務人員在幸福感上之作答結果進行現況分析，其結果如表4-8所示。

表4-8 學前教保服務人員「幸福感」之層面分析摘要表 (N=220)

構面名稱	標準差	題數	平均數	排序
生活滿意	0.880	5	3.45	4
人際關係	0.734	4	3.97	1
工作成就	0.616	5	3.83	3
自我肯定	0.751	2	3.85	2
總量表	0.745	16	3.775	

資料來源：本研究作者自行整理

二、根據上述統計分析之結果可知：

- (一) 學前教保服務人員整體幸福感之平均得分為 3.775，可知，教保服務人員整體幸福感良好，屬中高等程度。此數值介於「滿意」與「普通」之間，趨近「滿意」，表示學前教保服務人員的整體幸福感屬於中高程度。
- (二) 學前教保服務人員幸福感各向度的單題平均數介於 3.45-3.95 之間，其中

以「人際關係」方面得分最高 (M=3.97)，其次為「自我肯定」(M=3.85) 與「工作成就」每題平均得分 (M=3.83)。可看出教保服務人員幸福感高低順序依序為「人際關係」、「自我肯定」、「工作成就」與「生活滿意」。

表4-9 參與休閒活動量表各題平均數與標準差摘要表 (N=220)

構面	問項	平均數	標準差	排序
生活滿意	1.我的理想可以獲得實現	3.31	0.818	14
	2.我認為世上的事情是美好的	3.48	0.841	12
	3.我對現在生活中的事感到滿意	3.35	0.907	13
	4.我常保持輕鬆自在的心情	3.30	0.970	15
	5.我很享受並珍惜現在所擁有的一切	3.82	0.867	8
人際關係	6.我喜歡幫助別人	4.08	0.668	1
	7.我和同事相處氣氛和諧融洽	3.93	0.770	4
	8.我認為世上的事情總有美好的一面	3.94	0.771	3
	9.我能與他人建立良好關係	3.56	0.727	11
工作成就	10.我有能力解決工作上的問題	3.84	0.734	6
	11.我的專業付出受到別人的肯定	3.82	0.794	7
	12.我的工作表現總能帶給我成就感	3.82	0.790	7
	13.過去所面對的工作難題，現在都是我成長的助力	4	0.765	2
自我肯定	14.我的工作具備發展的潛能與機會	3.67	0.957	10
	15.我對自己有信心，重視自己的價值	3.79	0.767	9
	16.我有能力解決生活中的問題	3.91	0.751	5

資料來源：本研究作者自行整理

三、學前教保服務人員幸福感各層面子題之分析

本研究將根據各層面子題之平均數及標準差，進一步分析各子題在四個層面中的差異情形，以了解臺南市教保服務人員幸福感之現況。

(一)「生活滿意」層面由表4-10所示在「生活滿意」層面的5個題目中，各題項的平均數介於3.81-4.27之間，總平均為3.45。該層面的題目中以「我很享受並珍惜現在所擁有的一切」的平均數最高 (M=3.82)，以「我認為世上的事情是美好的」的平均數為第二高 (M=3.48)，而以「我常保持輕鬆自在的心情」的平均數最低 (M=3.30) 其結果如表4-10所示。

表4-10 學前教保服務人員「生活滿意」層面各題項平均數與標準差之分析摘要表 (N=220)

題號	題目內容	平均數	標準差	排序
1	我的理想可以獲得實現	3.31	0.818	4
2	我認為世上的事情是美好的	3.48	0.841	2
3	我對現在生活中的事感到滿意	3.35	0.907	3
4	我常保持輕鬆自在的心情	3.30	0.970	5
5	我很享受並珍惜現在所擁有的一切	3.82	0.867	1

資料來源：本研究作者自行整理

(二)「人際關係」層面

由表4-11所示在「人際關係」層面的四個題目中，各題項的平均數介於3.56-4.08之間，總平均為3.97。該層面的題目中以「我喜歡幫助別人」的平均數最高 (M=4.08)，以「我認為世上的事情總有美好的一面」的平均數為第二高 (M=3.94)，而以「我能與他人建立良好關係」的平均數最低 (M=3.48)，其結果如表4-11所示。

表4-11 學前教保服務人員「人際關係」層面各題項平均數與標準差之分析摘要表 (N=220)

題號	題目內容	平均數	標準差	排序
6	我喜歡幫助別人	4.08	0.668	1

題號	題目內容	平均數	標準差	排序
7	我和同事相處氣氛和諧融洽	3.93	0.770	3
8	我認為世上的事情總有美好的一面	3.94	0.771	2
9	我能與他人建立良好關係	3.56	0.727	4

資料來源：本研究作者自行整理

(三)「工作成就」層面

由表4-12所示在「人際關係」層面的五個題目中，各題項的平均數介於 3.67-4之間，總平均為3.83。該層面的題目中以「我覺得和朋友在一起很有趣」的平均數最高（M=4.27），以「我喜歡幫助別人」的平均數為第二高（M=4.20），而以「我對別人有愛心」的平均數最低（M=4.13），其結果如表4-12所示。

表4-12 學前教保服務人員「工作成就」層面各題項平均數與標準差之分析摘要表（N=220）

題號	題目內容	平均數	標準差	排序
10	我有能力解決工作上的問題	3.84	0.734	2
11	我的專業付出受到別人的肯定	3.82	0.794	3
12	我的工作表現總能帶給我成就感	3.82	0.790	3
13	過去所面對的工作難題，現在都是我成長的助力	4	0.765	1
14	我的工作具備發展的潛能與機會	3.67	0.957	4

資料來源：本研究作者自行整理

表4-13 學前教保服務人員「自我肯定」層面各題項平均數與標準差之分析摘要表（N=220）

題號	題目內容	平均數	標準差	排序
15	我對自己有信心，重視自己的價值	3.79	0.767	2
16	我有能力解決生活中的問題	3.91	0.751	1

資料來源：本研究作者自行整理

參、台南市國小附幼學前教保服務人員教學效能之現況分析

一、學前教保服務人員教學效能整體現況與各層面分析

教保服務人員教學效能現況乃根據受試者在「教保服務人員休閒活動參與、幸福感與教學效能調查問卷」的作答結果進行分析，本量表之計分方式採Likert五點量表，請受試者就自己的教學效能進行評比，問卷採正向計分，依照「非常不同意」、「不同意」、「普通」、「同意」、「非常同意」，依序給予1、2、3、4、5分，其中分數越高代表受測者越認同題目所描述的狀況。以下根據教保服務人員在教學效能上之作答結果進行現況分析，其結果如表4-14所示。

表4-14 學前教保服務人員「教學效能」構面各題項平均數與標準差之分析摘要表 (N=220)

構面名稱	題數	平均數	標準差	排序
教學計劃	4	4.03	0.707	4
班級經營	4	4.15	0.651	1
教學評量	3	4.09	0.684	2
教材與教學策略	6	4.04	0.677	3
總量表	17	4.07	0.703	

資料來源：本研究作者自行整理

根據上述統計分析之結果可知：

- (一) 教保服務人員整體教學效能之平均得分為 4.07，可知，學前教保服務人員整體教學效能良好，屬中高程度。此數值介於「同意」與「非常同意」之間，表示教保服務人員的教學效能屬於中高程度。
- (二) 國小教師教學效能各向度的單題平均數介於 4.03-4.15 之間，其中以「班級經營」方面得分最高 (M=4.15)，其次為「教學評量」，每題平均得分

($M=4.09$)，而「教學計劃」每題平均得分 ($M=4.03$) 最低。所以，在教保服務人員教學效能上，可看出教保服務人員教學效能高低順序依序為「班級經營」、「教學評量」、「教材與教學策略」、「教學計劃」。

表4-15 教學效能量表各題平均數與標準差摘要表 (N=220)

構面	問項	平均數	標準差	排序
教學計劃	1.我能在教學活動前，先準備相關資料，充實教材內容	3.96	0.691	13
	2.我能在教學前設計與幼兒舊經活動與教材	4.04	0.698	10
	3.上課前我會先進行備課活動	4.12	0.720	4
	4.我會在教學前布置與教學內容相關情境來引起幼兒的學習動機	4.02	0.718	11
	5.我能傾聽幼兒的想法並與幼兒溝通	4.16	0.634	3
班級經營	6.我能與幼兒保持友善的關係，避免使用負面的言詞	4.04	0.695	10
	7.我能適時的給予幼兒關心與鼓勵	4.27	0.594	2
	8.我能有效維持班級秩序，營造良好的學習環境	4.16	0.681	3
教學評量	9.我會使用多元方式（觀察、實作、開放式問答）評量學習結果	3.92	0.736	15
	10.我會適時讚美，鼓勵學習進步的幼兒	4.28	0.641	1
	11.我會依評量結果，調整教學活動	4.07	0.676	8
教材與教學策略	12.上課前我會將教學相關教材、設備準備齊全	4.01	0.672	12
	13.我會運用不同的教學方法來呈現材	4.08	0.678	7
	14.我會以活潑、生動、有趣的教學方式來設計教學活動	4.11	0.666	5
	15.我的教學方式很生動，常常能引起幼兒的學習興趣	3.94	0.709	14
	16.我會依教學之需要，選擇適當的教學媒體	4.06	0.677	9
	17.我會依幼兒對課程之吸收情形來調整課程的內容與進度	4.10	0.657	6

資料來源：本研究作者自行整理

二、學前教保服務人員教學效能各層面子題之分析

本研究將根據各層面子題之平均數及標準差，進一步分析各子題在四個層面中的差異情形，以了解臺南市學前教保服務人員教學效能之現況。

(一)「教學計劃」層面

由表4-16所示在「教學計劃」層面的四個題目中，各題項的平均數介於3.96-4.12之間，總平均為4.03。該層面的題目中以「上課前我會先進行備課活動」的平均數最高(M=4.12)，以「我能在教學前設計與幼兒舊經驗相關的活動與教材」的平均數為第二高(M=4.04)，而以「我能在教學活動前，先準備相關資料，充實教材內容」的平均數最低(M=3.96)，其結果如表4-16所示。

表4-16 學前教保服務人員「教學計劃」層面各題項平均數與標準差之
分析摘要表(N=220)

題號	題目內容	平均數	標準差	排序
1	我能在教學活動前，先準備相關資料，充實教材內容	3.96	0.691	4
2	我能在教學前設計與幼兒舊經驗相關的活動與教材	4.04	0.698	2
3	上課前我會先進行備課活動	4.12	0.720	1
4	我會在教學前布置與教學內容相關情境來引起幼兒的學習動機	4.02	0.718	3

資料來源：本研究作者自行整理

(二)「班級經營」層面

由表4-18所示在「班級經營」層面的四個題目中，各題項的平均數介於4.04-4.27之間，總平均為4.15。該層面的題目中以「我能適時的給予幼兒關心與鼓勵」的平均數最高(M=4.27)，以「我能有效維持班級秩序，營造良好的學習環境」與「我能傾聽幼兒的想法並與幼兒溝通」的平均數為第二高(M=4.16)，而以「我能與幼兒保持友善的關係，避免使用負面的言詞」的平均數最低(M=4.04)，其

結果如下表4-17所示。

表4-17 學前教保服務人員「班級經營」層面各題項平均數與標準差之分析摘要表 (N=220)

題號	題目內容	平均數	標準差	排序
5	我能傾聽幼兒的想法並與幼兒溝通	4.16	0.634	2
6	我能與幼兒保持友善的關係，避免使用負面的言詞	4.04	0.695	3
7	我能適時的給予幼兒關心與鼓勵	4.27	0.594	1
8	我能有效維持班級秩序，營造良好的學習環境	4.16	0.681	2

資料來源：本研究作者自行整理

(三)「教學評量」層面

由表4-19所示在「教學評量」層面的三個題目中，各題項的平均數介於3.92-4.28之間，總平均為4.09。該層面的題目中以「我會適時讚美，鼓勵學習進步的幼兒」的平均數最高 (M=4.28)，以「我會依評量結果，調整教學活動」的平均數為第二高 (M=4.07)，而以「我會使用多元方式 (觀察、實作、開放式問答) 評量學習結果」的平均數最低 (M=3.92)，其結果如下表4-18所示。

表4-18 教保服務人員「教學評量」層面各題項平均數與標準差之分析摘要表

題號	題目內容	平均數	標準差	排序
9	我會使用多元方式 (觀察、實作、開放式問答) 評量學習結果	3.92	0.736	3
10	我會適時讚美，鼓勵學習進步的幼兒	4.28	0.641	1
11	我會依評量結果，調整教學活動	4.07	0.676	2

資料來源：本研究作者自行整理

(四)「教材與教學策略」層面

由表4-20所示在「教材與教學策略」層面的六個題目中，各題項的平均數介於3.94-4.11之間，總平均為4.04。該層面的題目中以「我會以活潑、生動、有趣的教學方式來設計教學活動」的平均數最高（ $M=4.11$ ），以「我會依幼兒對課程之吸收情形來調整課程的內容與進度」的平均數為第二高（ $M=4.10$ ），而以「我的教學方式很生動，常常能引起幼兒的學習興趣」的平均數最低（ $M=3.94$ ），其結果如下表4-19所示。

表4-19 學前教保服務人員「教材與教學策略」層面各題項平均數與標準差之分析摘要表（ $N=220$ ）

題號	題目內容	平均數	標準差	排序
12	上課前我會將教學相關教材、設備準備齊全	4.01	0.672	5
13	我會運用不同的教學方法來呈現教材	4.08	0.678	3
14	我會以活潑、生動、有趣的教學方式來設計教學活動	4.11	0.666	1
15	我的教學方式很生動，常常能引起幼兒的學習興趣	3.94	0.709	6
16	我會依教學之需要，選擇適當的教學媒體	4.06	0.677	4
17	我會依幼兒對課程之吸收情形來調整課程的內容與進度	4.10	0.657	2

資料來源：本研究作者自行整理

肆、綜合討論

綜合以上所述，歸納出幾點如下：

一、學前教保服務人員之休閒活動參與現況分析

根據本研究調查發現，整體而言，臺南市國小附幼學前教保服務人員的休閒活動參與，在「嗜好型休閒活動」、「知識型休閒活動」、「社交型休閒活動」上，都表現良好，而「運動型休閒活動」，表現較不熱衷。其中在「嗜好型休閒活動」

層面的題目中，以休息小睡、發呆與聽廣播、聽音樂最多；下棋、桌遊最少；「知識型休閒活動」層面的題目中，以閱讀書報雜誌與參加研習活動最多；藝文活動（參觀展覽、看表演、書法、繪畫、寫作、攝影、插花、彈奏樂器）最少；「社交型休閒活動」層面的題目中以拜訪親友、家庭聚會與聚餐、聊天、喝下午茶、去KTV唱歌最多；社會服務、義工、志工最少；「運動型休閒活動」層面的題目中以慢跑、快走、健行、其它田徑運動最多；游泳、潛水、其它親水運動最少。本研究所得結果，與陳中雲(2001)、鄧健中(2003)、沈永昆(2006)、賴雪芬(2007)、廖淑容(2011)等多數研究研究結果相符，教師的休閒活動參與多為靜態活動、嗜好活動或社交活動，再來才是動態活動。因此可得知，教保服務人員平日在休閒活動參與仍以選擇參與較為靜態、輕鬆、不需消耗太多體力的休閒活動類型為主，如看電視、聚餐、聽音樂、逛街購物等休閒活動。本研究推測其因乃因教師之工作性質較需要補充相關知識，加上平日忙於校務，因此在下班後會較傾向參與知識型與嗜好型之休閒活動，而較不傾向參與運動型之休閒活動。

二、學前教保服務人員之幸福感現況分析

根據本研究調查發現，整體而言，臺南市國小附幼學前教保服務人員的幸福感屬於中高程度。其中以「人際關係」表現最好，「自我肯定」與「工作成就」表現次之。而幸福感量表在「工作成就」層面裡，以「過去所面對的工作難題，現在都是我成長的助力」得分最高，本研究所得結果，與陳鈺萍(2004)、謝玫芸(2007)、侯辰宜(2007)、許秋鈺(2008)、王慶田(2009)、廖淑容(2011)等多數研究研究結果相符，教師的幸福感屬於中高程度。很多老師雖有想要塑造的目標，但因現今影響學生的因素過多，如：家長、環境...等，使得很多時候無法達到自己的目標，也透露出了老師的無奈與無力感。

三、學前教保服務人員之教學效能現況分析

根據本研究調查發現，整體而言，臺南市國小附幼學前教保服務人員的教學效能屬於中高程度。其中以「班級經營」表現最好，「教學評量」與「教材與教

學策略」表現次之。本研究所得結果，與蔡慶文（2005）、邱曉音（2009）、李純慧、程鈺雄（2009）、廖淑容（2011）等多數研究研究結果相符，教師的教學效能屬於中高程度。本研究推測其因乃因近幾年政府推行教師專業發展（professional development）與教師專業成長（professional growth）相關理念之促進下，教師除了被視為是構成學校重要資產之一，亦是身為教育下一代的關鍵角色。在教師工作被視為是專業工作之下，教師必須不斷的進修成長，以維持一定的教育品質，因此整體而言，我國教師之教學效能當屬良好。另外，在「教材計畫」裡的「我能在教學活動前，先準備相關資料，充實教材內容」分數最低，推測為現今老師課務繁重，進行背課活動過少，以至於在充實教材內容部分比較微弱學生，這也提醒老師必須用更多不同的方法來引起學生的學習動機以及可利用空閒時間增添不同課程的內容。

第三節 不同個人變項之差異性分析

本節主要在探討不同個人變項之學前教保服務人員在休閒活動參與、幸福感與教學效能方面之差異情形，茲分述如下：

壹、不同個人變項學前教保服務人員在休閒活動參與的差異情形

透過獨立樣本t檢定，進行性別、婚姻狀況、年齡、最高學歷、服務年資、擔任職務的差異，接著再進行性別、婚姻狀況、年齡、最高學歷、服務年資、擔任職務與休閒活動參與之單因子變異數分析進行考驗。

一、性別

就整體休閒活動參與而言，不同性別之學前教保服務人員其差異未達顯著水準（ $P>.05$ ），因學前教保服務人員大多以女性居多，因而無法判讀。也表示性別在獨立樣本T檢定部分未有顯著差異存在。

二、年齡

就整體休閒活動參與而言，不同年齡之學前教保服務人員其差異未達顯著水準 ($P>.05$)，表示不同年齡之學前教保服務人員在整體休閒活動參與未有顯著差異存在。就各構面的檢定上，不同年齡在對「參與休閒活動」的差異情形，在社交型 ($p=.034$)、知識型 ($p=.045$)、嗜好型 ($p=.042$) 有顯著差異，其餘構面上無顯著異。

整體上有顯著差異。在休閒活動參與各層面而言，不同年齡之學前教保服務人員在「知識性休閒活動」($P<.05$)、「社交性休閒活動」($P<.05$)及「嗜好型休閒活動」($P<.05$)其差異達顯著水準，經比較發現，年齡41-50歲教師其知識型休閒活動、社交型休閒活動活動參與較高於30歲以下之教師，但30歲以下之教師參與「嗜好型休閒活動」則較其他年齡高。

表4-20 不同年齡學前教保服務人員對「休閒活動參與」獨立樣本t檢定分析

層面內容		F 值	顯著性	t 檢定	自由度
運動型加總	採用相等變異數	.648	.422	2.071	218
	不採用相等變異數			2.123	183.519
社交型加總	採用相等變異數	.648	.744	1.707	218
	不採用相等變異數			1.696	166.683
知識型加總	採用相等變異數	.120	.729	.110	218
	不採用相等變異數			.110	169.146
嗜好型加總	採用相等變異數	2.931	.088	-2.269	218
	不採用相等變異數			-2.358	190.825
參與休閒活動加總	採用相等變異數	1.988	.160	.247	218
	不採用相等變異數			.255	187.196

資料來源：本研究作者自行整理

表4-21 不同年齡學前教保服務人員對「休閒活動參與」單因子變異數分析

層面內容	變異來源	平方和	自由度	平均平方和	F 值	顯著性
運動型加總	組間	76.739	2	38.369	2.041	.132
	組內	4079.098	217	18.798		
	總和	4155.836	219	57.167		
社交型加總	組間	62.196	2	31.098	3.437	.034
	組內	1963.149	217	9.047		
	總和	2025.345	219	51.694		
知識型加總	組間	103.388	2	51.694	3.156	.045
	組內	3554.408	217	16.380		
	總和	3657.795	219	68.074		
嗜好型加總	組間	130.782	2	65.391	2.525	.042
	組內	5619.195	217	25.895		
	總和	5749.977	219	91.285		
總量表	組間	232.482	2	116.241	.757	.471
	組內	33339.900	217	153.640		
	總和	33572.382	219	269.881		

資料來源：本研究作者自行整理

表4-22 不同年齡學前教保服務人員對「休閒活動參與」單因子變異數分析摘要表 (N=220)

構面	年齡	平均數	標準差	F 值	p 值
運動型加總	1.30 (含) 歲以下	12.1500	4.47529	2.041	.132
	2.31 至 40 歲	12.7294	4.45717		
	3.41 至 50 歲	13.6632	4.16319		
社交型加總	1.30 (含) 歲以下	10.3250	3.45215	3.437	.034
	2.31 至 40 歲	10.4235	3.01337		
	3.41 至 50 歲	11.4632	2.79746		
知識型加總	1.30 (含) 歲以下	18.4250	4.53978	3.156	.045
	2.31 至 40 歲	18.8471	4.40645		
	3.41 至 50 歲	20.0632	3.45121		
嗜好型加總	1.30 (含) 歲以下	26.3250	4.36412	2.525	.042
	2.31 至 40 歲	25.9882	5.28586		
	3.41 至 50 歲	24.5579	5.18737		

構面	年齡	平均數	標準差	F 值	p 值
總量表	1.30 (含) 歲以下	67.2250	12.37965	.757	.471
	2.31 至 40 歲	67.9882	13.41951		
	3.41 至 50 歲	69.7474	11.40919		

資料來源：本研究作者自行整理

三、最高學歷

就整體休閒活動參與而言，不同學歷之學前教保服務人員其差異未達顯著水準 ($P>.05$)，表示不同最高學歷之學前教保服務人員在整體休閒活動參與未有顯著差異存在。就各構面的分析上，不同學歷的教師對「參與休閒活動」參與「知識型」($p=.045$) 此構面上，有明顯差異。最高學歷為「研究所」的教師對「休閒活動」的參與度低於最高學歷為「教育大學」的教師；但在其他構面上，並無顯著差異。

整體的檢定而言 ($p=.377$)，不同最高學歷的教師對「參與休閒活動」參與度在整體表現上 (p 值) 有顯著的差異存在。

就休閒活動參與各層面而言，不同最高學歷之學前教保服務人員在「知識型休閒活動」($P<.01$) 其差異達顯著水準，經 Scheffè 法事後比較發現，最高學歷教育大學 (含師院) 教師其知識型休閒活動參與高於碩士 (含) 以上之教師。

表4-23 最高學歷學前教保服務人員對「休閒活動參與」獨立樣本t檢定分析

		F	顯著性	t 檢定	自由度
運動型加總	採用相等變異數	.106	.956	.825	126
	不採用相等變異數			.839	125.8
社交型加總	採用相等變異數	.318	.813	.604	35
	不採用相等變異數			.717	33.074
知識型加總	採用相等變異數	1.165	.324	.342	27
	不採用相等變異數			.510	.425
嗜好型加總	採用相等變異數	.175	.913	.620	36
	不採用相等變異數			.350	41.2

		F	顯著性	t 檢定	自由度
總量表	採用相等變異數	.377	.770	.408	42.85
	不採用相等變異數			.512	.321

資料來源：本研究作者自行整理

表4-24 最高學歷學前教保服務人員對「休閒活動參與」單因子變異數分析

層面內容	變異來源	平方和	自由度	平均平方和	F 值	顯著性
運動型加總	組間	6.113	3	2.038	.106	.956
	組內	4149.723	216	19.212		
	總和	4155.836	219	21.25		
社交型加總	組間	8.895	3	2.965	.318	.813
	組內	2016.450	216	9.335		
	總和	9.335	219	12.3		
知識型加總	組間	58.240	3	19.413	1.165	.324
	組內	3599.555	216	16.665		
	總和	3657.795	219	36.078		
嗜好型加總	組間	13.937	3	4.646	.175	.913
	組內	5736.040	216	26.556		
	總和	5749.977	219	31.202		
總量表	組間	174.782	3	58.261	.377	.770
	組內	33397.600	216	154.619		
	總和	33572.382	219	212.88		

資料來源：本研究作者自行整理

表4-25 最高學歷學前教保服務人員對「休閒活動參與」單因子變異數

分析摘要表 (N=220)

構面	最高學歷	平均數	標準差	F 值	p 值
運動型加總	1.教育大學 (含師範大學)	13.3200	4.44210		
	2.一般大學	12.9145	4.47131	1.248	.789
	3.專科學校	13.0769	4.10778		
	4.研究所	12.9259	4.12241		

構面	最高學歷	平均數	標準差	F 值	p 值
	5.總計	13.0273	4.35619		
社交型加總	1.教育大學 (含師範大學)	11.2000	2.58725	.318	.813
	2.一般大學	10.7009	3.29907		
	3.專科學校	10.9231	3.17393		
	4.研究所	10.8148	2.58750		
	5.總計	10.8545	3.04108		
知識型加總	1.教育大學 (含師範大學)	19.9400	4.09285	0.165	.045
	2.一般大學	19.3761	4.03375		
	3.專科學校	18.2308	4.24554		
	4.研究所	18.7778	4.11688		
	5.總計	19.2955	4.08684		
嗜好型加總	1.教育大學 (含師範大學)	25.7400	4.70696	.175	.913
	2.一般大學	25.2991	5.25761		
	3.專科學校	25.8077	4.63913		
	4.研究所	25.0741	5.90258		
	5.總計	25.4318	5.12402		
總量表	1.教育大學 (含師範大學)	70.2000	11.56878	1.906	1.272
	2.一般大學	68.2906	12.75232		
	3.專科學校	68.0385	12.40800		
	4.研究所	67.5926	12.59811		
	5.總計	68.6091	12.38138		

資料來源：本研究作者自行整理

四、服務年資

就整體休閒活動參與而言，不同服務年資之學前教保服務人員其差異達顯著水準 ($P>.05$)，表示不同服務年資之學前教保服務人員在整體休閒活動參與有顯著差異存在。

就休閒活動參與各層面而言，不同服務年資之學前教保服務人員在「運動型休閒活動」、「社交型休閒活動」及「知識型休閒活動」差異達顯著水準。

經結果發現，服務年資21年以上之教師其知識性休閒活動參與高於6年（含）以下之教師，而在社交型休閒活動上也是服務年資 21年以上之教師其知識型休閒活動參與高於6年（含）以下之教師，經Scheffè 法事後比較發現，服務年資11-20年之教師其嗜好型休閒活動參與高於其他服務年資。

表4-26 服務年資學前教保服務人員對「休閒活動參與」獨立樣本t檢定分析

		F 值	顯著性	t 檢定	自由度
運動型加總	採用相等變異數	5.643	.001	-.962	35
	不採用相等變異數			-.933	20.192
社交型加總	採用相等變異數	2.695	.047	-.612	27
	不採用相等變異數			-.799	1.286
知識型加總	採用相等變異數	2.704	.046	-.891	18
	不採用相等變異數			-1.159	12.334
嗜好型加總	採用相等變異數	.514	.673	-.267	18
	不採用相等變異數			-.243	4.197
總量表	採用相等變異數	3.569	.015	-.425	31
	不採用相等變異數				

資料來源：本研究作者自行整理

表4-27 服務年資學前教保服務人員對「休閒活動參與」單因子變異數分析

層面內容	變異來源	平方和	自由度	平均平方和	F 值
運動型加總	組間	302.027	3	100.676	5.643
	組內	3853.810	216	17.842	
	總和	4155.836	219		
社交型加總	組間	73.079	3	24.360	2.695
	組內	1952.266	216	9.038	
	總和	2025.345	219		
知識型加總	組間	132.407	3	44.136	2.704
	組內	3525.388	216	16.321	
	總和	3657.795	219		
嗜好型加總	組間	40.718	3	13.573	.514
	組內	5709.259	216		

層面內容	變異來源	平方和	自由度	平均平方和	F 值
	總和	5749.977	219		
總量表	組間	1585.658	3	528.553	3.569
	組內	31986.724	216	148.087	
	總和	33572.382	219		

資料來源：本研究作者自行整理

表4-28 服務年資學前教保服務人員對「休閒活動參與」單因子變異數分析

構面	年齡	平均數	標準差	F 值	p 值
運動型加總	1.5 (含) 年以下	11.3676	3.99591		
	2.6 至 10 年	13.2667	4.07500		
	3.11 至 20 年	13.9180	4.41699	5.643	.171
	4.21 年以上	14.4516	4.59593		
	5.總和	13.0273	4.35619		
社交型加總	1.5 (含) 年以下	10.1765	3.17613		
	2.6 至 10 年	10.9000	3.09565		
	3.11 至 20 年	10.9836	2.76581	2.695	.615
	4.21 年以上	12.0000	2.89828		
	5.總和	10.8545	3.04108		
知識型加總	1.5 (含) 年以下	18.2941	4.12874		
	2.6 至 10 年	19.2167	4.29067		
	3.11 至 20 年	19.9016	3.85878	2.704	.071
	4.21 年以上	20.4516	3.66823		
	5.總和	19.2955	4.08684		
嗜好型加總	1.5 (含) 年以下	24.9706	4.92623		
	2.6 至 10 年	25.7500	5.18350		
	3.11 至 20 年	25.8852	4.98029	.514	.837
	4.21 年以上	24.9355	5.80193		
	5.總和	25.4318	5.12402		
總量表	1.5 (含) 年以下	64.8088	11.55681		
	2.6 至 10 年	69.1333	12.76179		
	3.11 至 20 年	70.6885	11.58957	3.569	.123
	4.21 年以上	71.8387	13.37933		
	5.總和	68.6091	12.38138		

資料來源：本研究作者自行整理

表4-29 服務年資學前教保服務人員對「休閒活動參與」單因子變異數

分析摘要表

構面	服務年資	平均數	標準差	F 值	p 值
運動型加總	1.5 (含) 年以下	11.3676	3.99591	5.643	.001
	2.6 至 10 年	13.2667	4.07500		
	3.11 至 20 年	13.9180	4.41699		
	4.21 年以上	14.4516	4.59593		
社交型加總	1.5 (含) 年以下	14.4516	4.41699	2.695	.047
	2.6 至 10 年	10.1765	3.17613		
	3.11 至 20 年	10.9000	3.09565		
	4.21 年以上	12.0000	2.89828		
知識型加總	1.5 (含) 年以下	18.2941	4.12874	2.704	.046
	2.6 至 10 年	19.2167	519.9016		
	3.11 至 20 年	19.9016	3.85878		
	4.21 年以上	19.2955	4.08684		
嗜好型加總	1.5 (含) 年以下	24.9706	4.92623	.514	.673
	2.6 至 10 年	25.7500	5.18350		
	3.11 至 20 年	25.8852	4.98029		
	4.21 年以上	24.9355	5.80193		
總量表	1.5 (含) 年以下	64.8088	11.55681	3.569	.015
	2.6 至 10 年	69.1333	12.76179		
	3.11 至 20 年	70.6885	11.58957		
	4.21 年以上	71.8387	13.37933		

資料來源：本研究作者自行整理

五、擔任職務

就整體休閒活動參與而言，不同職務之學前教保服務人員其差異達顯著水準 ($P>.05$)，表示不同職務之學前教保服務人員在整體休閒活動參與有顯著差異。就休閒活動參與各層面而言，不同擔任職務之學前教保服務人員在「知識性休閒活動」與「社交型休閒活動」其差異達顯著水準，經Scheffè 法事後比較發現，園長在其知識型休閒活動參與高於其他教師；社交型休閒活動則為教師參與高。

表4-30 擔任職務學前教保服務人員對「休閒活動參與」獨立樣本t檢定分析

		F 值	顯著性	t 檢定	自由度
運動型加總	採用相等變異數	1.845	.183	-.192	35
	不採用相等變異數			-.164	15.311
社交型加總	採用相等變異數	5.888	.022	1.070	27
	不採用相等變異數			2.25	26
知識型加總	採用相等變異數	2.061	.165	1.380	23
	不採用相等變異數			1.409	20.771
嗜好型加總	採用相等變異數	2.925	.101	1.176	23
	不採用相等變異數			1.037	11.721
總量表	採用相等變異數	3.425	.212	1.02	25
	不採用相等變異數			2.11	13.25

資料來源：本研究作者自行整理

表4-31 擔任職務學前教保服務人員對「休閒活動參與」單因子變異數分析

摘要表

構面	擔任職務	平均數	標準差	F 值	p 值
運動型加總	1.園長	12.7500	6.07591	.777	.541
	2.主任	14.7647	4.95643		
	3.教師兼行政教師	12.7353	4.04002		
	4.教師	13.0877	4.18876		
	5.教保員	12.8241	4.40015		
	6.總計	13.0273	4.35619		
社交型加總	1.園長	11.0000	1.63299	.392	.841
	2.主任	11.5294	2.71840		
	3.教師兼行政教師	10.6765	2.74933		
	4.教師	11.0702	2.73770		
	5.教保員	10.6852	3.37015		
	6.總計	10.8545	3.04108		
知識型加總	1.園長	21.0000	.81650	1.498	0.04
	2.主任	20.8235	3.33982		
	3.教師兼行政教師	18.8529	4.43903		
	4.教師	19.8596	4.12067		
	5.教保員	18.8333	4.07523		
	6.總計	19.2955	4.08684		

構面	擔任職務	平均數	標準差	F 值	p 值
嗜好型加總	1.園長	26.2500	7.13559	.841	.500
	2.主任	24.4706	5.88555		
	3.教師兼行政教師	25.2941	4.80864		
	4.教師	26.4211	5.59320		
	5.教保員	25.0741	4.77475		
	6.總計	25.4318	5.12402		
總量表	1.園長	71.0000	7.39369	.904	.462
	2.主任	71.5882	10.96619		
	3.教師兼行政教師	67.5588	11.74267		
	4.教師	70.4386	13.13259		
	5.教保員	67.4167	12.50056		
	6.總計	68.6091	12.38138		

資料來源：本研究作者自行整理

表4-32 擔任職務學前教保服務人員對「休閒活動參與」單因子變異數分析

層面內容	變異來源	平方和	自由度	平均平方和	F 值	顯著性
運動型加總	組間	59.191 4	14	.798	.777	.541
	組內	4096.645	215	19.054		
	總和	4155.836	219			
社交型加總	組間	14.653	4	3.663	.392	.814
	組內	2010.692	215	9.352		
	總和	2025.345	219			
知識型加總	組間	99.183	4	24.796	1.498	.204
	組內	3558.612	215	16.552		
	總和	3657.795	219			
嗜好型加總	組間	88.631	4	22.158	.841	.500
	組內	5661.346	215	26.332		
	總和	5749.977	219			
總量表	組間	555.597	4	138.899	.904	.462
	組內	33016.785	215	153.566		
	總和	33572.382	219			

資料來源：本研究作者自行整理

六、婚姻狀況

就整體休閒活動參與而言，不同婚姻狀況之學前教保服務人員其差異未達顯著(>.05)，表示不同婚姻狀況之學前教保服務人員在整體休閒活動參與上未有顯著差異存在。

就休閒活動參與各層面而言，不同婚姻狀況之學前教保服務人員在「知識型休閒活動」、「運動型休閒活動」、「社交型休閒活動」、「運動性休閒活動」未達顯著差異（ $P>.05$ ，表示不同婚姻狀況之學前教保服務人員在「社交性休閒活動」、「運動性休閒活動」構面上沒有顯著差異存在，但在「嗜好型休閒活動」中有顯著差異以單身居多，而在「知識性休閒活動」中則已婚高於單身。

表4-33 婚姻狀況學前教保服務人員對「休閒活動參與」獨立樣本t檢定分析

		F 值	顯著性	t 檢定	自由度
運動型加總	採用相等變異數	.648	.422	2.072	218
	不採用相等變異數	.107		2.143	183.519
社交型加總	採用相等變異數	.120	.744	1.707	218
	不採用相等變異數	2.931		1.696	166.683
知識型加總	採用相等變異數	1.988	.729	.110	218
	不採用相等變異數	.648		.110	169.146
嗜好型加總	採用相等變異數	.107	.038	-2.269	218
	不採用相等變異數	.120		-2.358	190.825
總量表	採用相等變異數	2.931	.160	.247	218
	不採用相等變異數	1.988		.255	187.196

資料來源：本研究作者自行整理

表4-34 婚姻狀況學前教保服務人員對「休閒活動參與」單因子變異數分析

層面內容	變異來源	平方和	自由度	平均平方和	F 值
運動型加總	組間	6.261	1	7.67	.648
	組內	224.121	218	11.86	
	總和	259.359	219		

層面內容	變異來源	平方和	自由度	平均平方和	F 值
社交型加總	組間	6.305	1	1.670	2.931
	組內	150.872	218	.573	
	總和	157.177	219		
知識型加總	組間	2.081	1	.006	.012
	組內	198.901	218	.466	
	總和	200.982	219		
嗜好型加總	組間	1.225	1	2.072	2.931
	組內	134.346	218	.403	
	總和	279.250	219		
總量表	組間	12.642	1	2.854	1.988
	組內	266.608	218	.630	
	總和	279.050	219		

資料來源：本研究作者自行整理

表4-35 婚姻狀況學前教保服務人員對「休閒活動參與」單因子變異數分析

摘要表

構面	婚姻狀況	平均數	標準差	F 值	p 值
運動型加總	已婚	13.4928	4.47254	.648	.422
	單身	12.2439	4.05992		
社交型加總	已婚	11.1232	2.99745	.107	.744
	單身	10.4024	3.07864		
知識型加總	已婚	19.3188	4.08305	.120	.729
	單身	19.2561	4.11805		
嗜好型加總	已婚	24.8333	5.34309	2.931	.038
	單身	26.4390	4.58957		
總量表	已婚	68.7681	12.94869	1.988	.160
	單身	68.3415	11.43551		

資料來源：本研究作者自行整理

貳、不同個人變項學前教保服務人員在幸福感的差異情形

統計分析過程首先採用獨立樣本t檢定，考驗性別、婚姻狀況、年齡、最高學

歷、服務年資、擔任職務在各總量表及各分量表上的差異，也以單因子變異數分析（ANOVA）。

一、性別

就整體休閒活動參與而言，不同性別之學前教保服務人員其差異未達顯著水準（ $P>.05$ ），因學前教保服務人員大多以女性居多，因而無法判讀。也表示性別在獨立樣本t檢定部分未有顯著差異存在。

二、年齡

在「不同年齡之學前教保服務人員其差異達顯著水準（ $P>.05$ ），表示不同年齡之學前教保服務人員在整體幸福感上有顯著差異存在」。

就幸福感各層面而言，不同年齡之學前教保服務人員在「工作成就」與「人際關係」層面上均達顯著差異（ $P>.05$ ），表示不同年齡之學前教保服務人員在「工作成就」與「人際關係」構面上有顯著差異存在，從「人際關係」顯示31至40歲的老師其人際關係較其他年齡層較高，可能工作幾年也累積許多人脈，進而在人際這個區塊呈現較佳；另「工作成就」在41至50歲階段的表現較其他年齡層來的高，可能因教學豐富，在職場上較能得心應手，因而幸福感優於其他年齡層。

表4-36 不同年齡學前教保服務人員對「幸福感」獨立樣本t檢定分析

		F 值	顯著性	t 檢定	自由度
生活滿意加總	採用相等變異數	.158	.707	-2.255	5
	不採用相等變異數			-2.200	4.032
人際關係加總	採用相等變異數	5.676	.019	-.418	95
	不採用相等變異數			-.361	23.729
工作成就加總	採用相等變異數	8.366	.005	-.868	93
	不採用相等變異數			-.760	34.252
自我肯定加總	採用相等變異數	2.826	.095	-2.509	133
	不採用相等變異數			-2.328	72.778
總量表	採用相等變異數	4.989	.037	-2.194	20
	不採用相等變異數			-2.044	13.042

資料來源：本研究作者自行整理

表4-37 不同年齡學前教保服務人員對「幸福感」單因子變異數分析

層面內容	變異來源	平方和	自由度	平均平方和	F 值
生活滿意加總	組間	65.714	2	32.857	2.394
	組內	2978.031	217	13.724	
	總和	3043.745	219	46.581	
人際關係加總	組間	38.186	2	19.393	3.216
	組內	1308.573	217	6.030	
	總和	1347.359	219	25.423	
工作成就加總	組間	37.115	2	18.558	.386
	組內	2372.230	217	10.932	
	總和	2409.345	219	29.49	
自我肯定加總	組間	3.859	2	229.613	2.75
	組內	438.341	217	83.483	
	總和	442.200	219	313.096	
總量表	組間	51.238	2	32.418	3.21
	組內	8.443	217	41.025	
	總和	59.681	219	73.443	

資料來源：本研究作者自行整理

表4-38 不同年齡學前教保服務人員對「幸福感」單因子變異數分析摘要表

構面	年齡	平均數	標準差	F 值	p 值
運動型加總	1.30 (含) 歲以下	16.1500	4.27005	.158	.707
	2.31 至 40 歲	17.3059	3.89145		
	3.41 至 50 歲	17.6737	3.25329		
	4.總計	17.2545	3.72805		
人際關係加總	1.30 (含) 歲以下	15.1000	2.79927	5.676	.019
	2.31 至 40 歲	16.2941	2.19753		
	3.41 至 50 歲	15.9158	2.52082		
	4.總計	15.9136	2.48039		
工作成就加總	1.30 (含) 歲以下	18.2750	3.55894	8.366	.005
	2.31 至 40 歲	19.3176	3.43723		
	3.41 至 50 歲	19.3579	3.06981		
	4.總計	19.1455	3.31686		
自我肯定加總	1.30 (含) 歲以下	7.4250	1.48302	2.826	.095
	2.31 至 40 歲	7.7294	1.40905		

構面	年齡	平均數	標準差	F 值	p 值
	3.41 至 50 歲	7.7895	1.40587		
	5.總計	7.7000	1.42098		
總量表	1.30 (含) 歲以下	56.9500	9.79521	4.989	.037
	2.31 至 40 歲	60.6471	9.35504		
	3.41 至 50 歲	60.7368	8.64330		
	4.總計	60.0136	9.20962		

資料來源：本研究作者自行整理

三、最高學歷

就整體幸福感而言，不同最高學歷之學前教保服務人員其差異達顯著水準，表示不同最高學歷之學前教保服務人員在整體幸福感上有顯著差異存在。就幸福感各層面而言，不同最高學歷之學前教保服務人員在「生活滿意」、「工作成就」與「人際關係」層面上均未達顯著差異 ($P>.05$)，表示不同最高學歷之學前教保服務人員在「生活滿意」、「工作成就」與「人際關係」向度上沒有顯著差異存在，而在「自我肯定」構面上有明顯差異，且大學學歷較其他學歷獲得更多的自我肯定。

表4-39 最高學歷學前教保服務人員對「幸福感」獨立樣本t檢定分析

		F 值	顯著性	t 檢定	自由度
生活滿意加總	採用相等變異數	1.276	.310	-.756	5
	不採用相等變異數			-.853	4.172.063
人際關係加總	採用相等變異數	2.379	.216	.063	95
	不採用相等變異數			-.053	23.393
工作成就加總	採用相等變異數	.419	.519	-.741	93
	不採用相等變異數			-.765	45.032
自我肯定加總	採用相等變異數	3.588	.049	1.236	133
	不採用相等變異數			1.177	77.560
總量表	採用相等變異數	.145	.707	-.155	20
	不採用相等變異數			-.158	18.357

資料來源：本研究作者自行整理

表4-40 最高學歷學前教保服務人員對「幸福感」單因子變異數分析

層面內容	變異來源	平方和	自由度	平均平方和	F 值
生活滿意加總	組間	34.424	3	11.475	.482
	組內	3009.321	216	13.932	
	總和	3043.745	219	25.407	
人際關係加總	組間	5.659	3	1.886	.304
	組內	1341.700	216	6.212	
	總和	1347.359	219	8.098	
工作成就加總	組間	35.600	3	11.867	1.080
	組內	2373.745	216	10.990	
	總和	2409.345	219	22.857	
自我肯定加總	組間	6.762	3	2.254	1.118
	組內	435.438	216	2.016	
	總和	442.200	219	4.27	
總量表	組間	192.278	3	64.093	.753
	組內	18382.681	216	85.105	
	總和	18574.959	219	149.198	

資料來源：本研究作者自行整理

表4-41 最高學歷學前教保服務人員對「幸福感」單因子變異數分析摘要表

構面	最高學歷	平均數	標準差	F 值	p 值
生活滿意加總	1.教育大學 (含師範大學)	17.9400	2.96517	.543	.524
	2.一般大學	17.1111	3.84344		
	3.專科學校	16.6923	4.51459		
	4.研究所	17.1481	3.69723		
	5.總計	17.2545	3.72805		
人際關係加總	1.教育大學 (含師範大學)	15.8800	2.80408	.890	.304
	2.一般大學	2.80408	2.35399		
	3.專科學校	16.0427	2.72114		
	4.研究所	15.7308	2.22329		
	5.總計	15.5926	2.48039		
	1.教育大學	19.7400	2.86292	.457	1.118

構面	最高學歷	平均數	標準差	F 值	p 值
工作成就加總	(含師範大學)				
	2.一般大學	19.1538	3.23935		
	3.專科學校	18.6154	3.67779		
	4.研究所	18.5185	4.00356		
	5.總計	19.1455	3.31686		
自我肯定加總	1.教育大學	7.7400	1.32187		
	(含師範大學)				
	2.一般大學	7.8034	1.35976	.753	.522
	3.專科學校	7.6154	1.47179		
	4.研究所	7.2593	1.76706		
總量表	5.總計	7.7000	1.42098		
	1.教育大學	61.3000	8.54341		
	(含師範大學)				
	2.一般大學	60.1111	8.87827	.422	.753
	3.專科學校	58.6538	10.95424		
總量表	4.研究所	58.5185	10.11994		
	5.總計	60.0136	9.20962		

資料來源：本研究作者自行整理

四、服務年資

就整體幸福感而言，不同服務年資之學前教保服務人員其差異達顯著水準，表示不同服務年資之學前教保服務人員在整體幸福感有顯著差異，服務年資11-20年之教師在「工作成就」高於21年以上之教師，而服務年資21年以上年資教師其整體幸福感亦高於6-10年之教師。

就幸福感各層面而言，不同服務年資之學前教保服務人員在「工作成就」其差異達顯著水準，比較發現，服務年資11-20年之教師在「工作成就」高於21年以上之教師。這階段的老師處於經驗豐富時期，最早的醞釀學習期來到工作成就上的獲得最後樂在工作。

表4-42 服務年資學前教保服務人員對「幸福感」獨立樣本t檢定分析

		F 值	顯著性	t 檢定	自由度
生活滿意加總	採用相等變異數	.158	.707	-2.255	5
	不採用相等變異數			-2.200	4.032
班級經營加總	採用相等變異數	.006	.939	.580	95
	不採用相等變異數			.581	27.519
工作成就加總	採用相等變異數	.575	.450	-.598	93
	不採用相等變異數			-.608	43.616
自我肯定加總	採用相等變異數	.454	.502	-2.399	133
	不採用相等變異數			-2.403	88.532
總量表	採用相等變異數	.910	.351	-1.453	20
	不採用相等變異數			-1.505	19.223

資料來源：本研究作者自行整理

表4-43 服務年資學前教保服務人員對「幸福感」單因子變異數分析

層面內容	變異來源	平方和	自由度	平均平方和	F 值
生活滿意加總	組間	44.791	3	14.930	1.275
	組內	2988.954	216	13.884	
	總和	3043.745	219	28.814	
人際關係加總	組間	40.999	3	13.666	2.260
	組內	1306.360	216	6.048	
	總和	1347.359	219	19.714	
工作成就加總	組間	80.904	3	26.968	2.502
	組內	2328.441	216	10.780	
	總和	2409.345	219	37.748	
自我肯定加總	組間	10.516	3	3.505	1.754
	組內	431.684	216	1.999	
	總和	442.200	219	5.504	
總量表	組間	572.514	3	190.838	2.290
	組內	18002.445	216	83.345	
	總和	18574.959	219	274.183	

資料來源：本研究作者自行整理

表4-44 服務年資學前教保服務人員對「幸福感」單因子變異數分析摘要表

構面	服務年資	平均數	標準差	F 值	p 值
生活滿意加總	1.5 (含) 年以下	16.6765	3.85344	1.075	.360
	2.6 至 10 年	17.1667	4.15450		
	3.11 至 20 年	17.7377	3.38084		
	4.21 年以上	17.7419	3.16194		
	5.總計	17.3301	3.63768		
人際關係加總	1.5 (含) 年以下	17.2545	3.72805	2.260	.082
	2.6 至 10 年	15.9167	2.27210		
	3.11 至 20 年	16.5574	2.37715		
	4.21 年以上	15.5161	2.95377		
	5.總計	15.9136	2.48039		
工作成就加總	1.5 (含) 年以下	18.3235	3.19253	2.502	.048
	2.6 至 10 年	19.1500	3.53589		
	3.11 至 20 年	19.8361	2.84125		
	4.21 年以上	19.5806	3.75743		
	5.總計	19.1455	3.31686		
自我肯定加總	1.5 (含) 年以下	7.3971	1.31739	1.750	.157
	2.6 至 10 年	7.7167	1.49680		
	3.11 至 20 年	7.8710	1.35995		
	4.21 年以上	7.9344	1.45910		
	5.總計	7.7000	1.42098		
總量表	1.5 (含) 年以下	57.9118	8.73957	2.290	.079
	2.6 至 10 年	59.9500	9.84701		
	3.11 至 20 年	62.0656	8.69074		
	4.21 年以上	60.7097	9.36730		
	5.總計	60.0136	9.20962		

資料來源：本研究作者自行整理

五、擔任職務

就整體幸福感而言，不同擔任職務之學前教保服務人員其差異未達顯著水準 ($P>.05$)，表示不同擔任職務之學前教保服務人員在整體幸福感上未有顯著差異存在。就幸福感各層面而言，不同擔任職務之學前教保服務人員在「自我肯定」、「工作成就」與「人際關係」層面上均未達顯著差異 ($P>.05$)，表示不同擔任職

務之學前教保服務人員在「自我肯定」、「工作成就」與「人際關係」構面上沒有顯著差異存在，但在「生活滿意」就有顯著差異，尤其是主任的生活滿意度優於其他職務老師。

表4-45 擔任職務學前教保服務人員對「幸福感」獨立樣本t檢定分析

		F 值	顯著性	t 檢定	自由度
生活滿意加總	採用相等變異數	.631	.207	1.039	57
	不採用相等變異數			1.042	55.906
人際關係加總	採用相等變異數	2.117	.149	.883	95
	不採用相等變異數			1.047	35.222
工作成就加總	採用相等變異數	.551	.460	.991	93
	不採用相等變異數			.996	42.727
自我肯定加總	採用相等變異數	.147	.702	1.369	.33
	不採用相等變異數			1.415	96.379
總量表	採用相等變異數	1431	.519	.931	20
	不採用相等變異數			.955	18.744

資料來源：本研究作者自行整理

表4-46 擔任職務學前教保服務人員對「幸福感」單因子變異數分析

層面內容	變異來源	平方和	自由度	平均平方和	F 值
生活滿意加總	組間	121.949	4	30.489	2.243
	組內	2921.796	215	13.590	
	總和	3043.745	219	44.079	
人際關係加總	組間	8.640	4	2.160	.347
	組內	1338.719	215	6.227	
	總和	1347.359	219	8.387	
工作成就加總	組間	82.673	4	20.668	1.910
	組內	2326.673	215	10.822	
	總和	2409.345	219	31051	
自我肯定加總	組間	7.788	4	1.947	.964
	組內	434.412	215	2.021	
	總和	442.200	219	3.968	

層面內容	變異來源	平方和	自由度	平均平方和	F 值
總量表	組間	476.855	4	119.214	1.416
	組內	18098.104	215	84.177	
	總和	18574.959	219	203.391	

資料來源：本研究作者自行整理

表4-47 擔任職務學前教保服務人員對「幸福感」單因子變異數分析摘要表

構面	擔任職務	平均數	標準差	F 值	p 值
生活滿意加總	1.園長	18.5000	3.10913	2.243	.05
	2.主任	18.5294	2.18282		
	3.教師兼行政	16.5294	3.23087		
	4.教師	18.1404	3.79115		
	5.教保員	16.7685	3.94733		
	6.總計	17.2545	3.72805		
人際關係加總	1.園長	15.5000	.57735	.347	.846
	2.主任	15.4706	2.37481		
	3.教師兼行政	15.6471	1.79025		
	4.教師	16.0702	2.89001		
	5.教保員	16.0000	2.50979		
	6.總計	15.9136	2.48039		
工作成就加總	1.園長	18.2500	1.70783	1.910	.110
	2.主任	20.6471	2.78256		
	3.教師兼行政	18.5882	3.64415		
	4.教師	19.7193	3.04581		
	5.教保員	18.8148	3.39914		
	6.總計	19.1455	3.31686		
自我肯定加總	1.園長	7.2500	.95743	.964	.428
	2.主任	8.2353	1.09141		
	3.教師兼行政	7.5000	1.23705		
	4.教師	7.7895	1.64465		
	5.教保員	7.6481	1.40303		
	6.總計	7.7000	1.42098		
總量表	1.園長	59.5000	3.87298	1.416	.230
	2.主任	62.8824	6.31350		
	3.教師兼行政	58.2647	8.05778		
	4.教師	61.7193	9.91707		

構面	擔任職務	平均數	標準差	F 值	p 值
	5.教保員	59.2315	9.55320		
	6.總計	60.0136	9.20962		

資料來源：本研究作者自行整理

六、婚姻狀況

就整體幸福感而言，不同婚姻狀況之學前教保服務人員其差異未達顯著水準 ($P>.05$)，表示不同婚姻狀況之學前教保服務人員在整體幸福感上未有顯著差異存在。就幸福感各層面而言，不同婚姻狀況之國小教師在「生活滿意」、「工作成就」與「人際關係」層面上均未達顯著差異 ($P>.05$)，表示不同婚姻狀況之學前教保服務人員在「生活滿意」、「工作成就」與「人際關係」、「自我肯定」構面上有顯著差異存在，從表中可發現已婚老師的幸福感受高於單身老師的幸福感受。

表4-48 婚姻狀況學前教保服務人員對「幸福感」獨立樣本t檢定分析

		F 值	顯著性	t 檢定	自由度
生活滿意加總	採用相等變異數	.061	.805	3.484	218
	不採用相等變異數			3.424	161.183
人際關係加總	採用相等變異數	3.017	.084	2.733	218
	不採用相等變異數			2.671	158.265
工作成就加總	採用相等變異數	7.540	.007	4.466	218
	不採用相等變異數			4.225	142.446
自我肯定加總	採用相等變異數	3.723	.055	2.421	218
	不採用相等變異數			2.385	162.568
總量表	採用相等變異數	1.955	.163	4.161	218
	不採用相等變異數			4.050	56.247

資料來源：本研究作者自行整理

表4-49 婚姻狀況學前教保服務人員對「幸福感」單因子變異數分析

層面內容	變異來源	平方和	自由度	平均平方和	F 值
生活滿意加總	組間	7.705	18	.428	1.968
	組內	43.731	207	.218	
	總和	51.436	219	0.646	
人際關係加總	組間	4.956	12	.413	1.838
	組內	46.483	207	.225	
	總和	51.436	219	0.655	
工作成就加總	組間	5.543	12	.462	2.083
	組內	45.894	207	.202	
	總和	51.436	219	0.664	
自我肯定加總	組間	3.487	7	.498	2.202
	組內	47.950	207	.226	
	總和	51.436	219	0.724	
總量表	組間	29.987	12	.268	1.336
	組內	21.450	207	.200	
	總和	51.436	219	0.468	

資料來源：本研究作者自行整理

表4-50 婚姻狀況學前教保服務人員對「幸福感」單因子變異數分析摘要表

構面	婚姻狀況	平均數	標準差	F 值	p 值
生活滿意加總	已婚	17.9130	3.54219	1.968	.013
	單身	16.1463	3.79122		
人際關係加總	已婚	16.2609	2.35934	1.838	.044
	單身	15.3293	2.58225		
工作成就加總	已婚	19.8841	2.58225	2.083	.019
	單身	17.9024	2.89745		
自我肯定加總	已婚	7.8768	1.37471	2.202	.035
	單身	7.4024	1.45602		
總量表	已婚	61.9348	8.51894	1.336	.066
	單身	56.7805	9.47124		

資料來源：本研究作者自行整理

參、不同個人變項學前教保服務人員在教學效能的差異情形

統計分析過程首先採用獨立樣本T檢定，考驗性別、婚姻狀況、年齡、最高學歷、服務年資、擔任職務在各總量表及各分量表上的差異，也以單因子變異數分析（ANOVA）。

一、性別

就整體休閒活動參與而言，不同性別之學前教保服務人員其差異未達顯著水準（ $P>.05$ ），因學前教保服務人員大多以女性居多，因而無法判讀。也表示性別在獨立樣本T檢定部分未有顯著差異存在。

二、年齡

就整體教學效能而言，不同年齡之學前教保服務人員其差異未達顯著水準（ $P>.05$ ），表示不同年齡之學前教保服務人員在整體教學效能上沒有顯著差異存在。就教學效能各層面而言，不同年齡之學前教保服務人員在「教材與教學策略」層面上達顯著差異，表示不同年齡之學前教保服務人員在「教材與教學策略」上有顯著差異存在，發現年齡41-50歲之教師其教學評量優於30歲以下之教師，31-40歲（含以上）之教師其教學評量優於30歲以下之教師。

表4-51 不同年齡學前教保服務人員對「教學效能」獨立樣本T檢定分析

		F 值	顯著性	t 檢定	自由度
教學計劃加總	採用相等變異數	.314	.576	-.439	93
	不採用相等變異數			-.416	30.054
班級經營加總	採用相等變異數	.047	.830	.132	83
	不採用相等變異數			.132	16.681
教學評量加總	採用相等變異數	.021	.884	-.859	94
	不採用相等變異數			-.818	28.051
教材與教學策略 加總	採用相等變異數	.380	.540	-.773	76
	不採用相等變異數			-.721	27.452

		F 值	顯著性	t 檢定	自由度
總量表	採用相等變異數	.926	.342	-.354	37
	不採用相等變異數			-.310	9.445

資料來源：本研究作者自行整理

表4-52 不同年齡學前教保服務人員對「教學效能」單因子變異數分析

層面內容	變異來源	平方和	自由度	平均平方和	F 值
教學計劃加總	組間	.898	2	.449	.074
	組內	1324.447	217	6.103	.
	總和	1325.345	219		
班級經營加總	組間	2.419	2	1.209	.231
	組內	1135.18	217	5.230	
	總和	1137.436	219		
教學評量加總	組間	5.714	2	2.857	.897
	組內	690.995	217	3.184	
	總和	696.709	219		
教材與教學策略加總	組間	19.288	2	9.644	.748
	組內	2798.508	217	12.856	
	總和	2817.795	219		
總量表	組間	51.887	2	25.944	.321
	組內	17556.890	217	80.407	
	總和	17608.777	219		

資料來源：本研究作者自行整理

表4-53 不同年齡學前教保服務人員對「教學效能」單因子變異數分析摘要表

構面	年齡	平均數	標準差	F 值	p 值
教學計劃加總	1.30 (含) 歲以下	16.1750	2.48985	.314	.345
	2.31 至 40 歲	16.2118	2.55927		
	3.41 至 50 歲	16.0737	2.38007		
	4.總和	16.1455	2.46004		
班級經營加總	1.30 (含) 歲以下	16.5250	2.32034	.047	.265
	2.31 至 40 歲	16.5412	2.32764		
	3.41 至 50 歲	16.7474	2.23592		
	4.總和	16.6273	2.27899		

構面	年齡	平均數	標準差	F 值	p 值
教學評量加總	1.30 (含) 歲以下	11.9250	1.74514	.021	.089
	2.31 至 40 歲	12.3647	1.77178		
	3.41 至 50 歲	12.3158	1.81168		
	4.總和	12.2636	1.78363		
教材與教學策略 加總	1.30 (含) 歲以下	23.7000	3.43586	.380	.042
	2.31 至 40 歲	24.3176	3.54297		
	3.41 至 50 歲	24.5263	3.69543		
	4.總和	3.69543	3.69543		
總量表	1.30 (含) 歲以下	68.3250	8.73069	.926	.704
	2.31 至 40 歲	69.4353	9.20203		
	3.41 至 50 歲	69.6632	8.91522		
	4.總和	69.3318	8.96690		

資料來源：本研究作者自行整理

三、最高學歷

就整體教學效能而言，不同最高學歷之學前教保服務人員其差異未達顯著水準 ($P>.05$)，表示不同最高學歷之學前教保服務人員在整體教學效能上沒有顯著差異存在。就教學效能各構面而言，不同最高學歷之學前教保服務人員在「教學評量」構面上達顯著差異 ($P<.05$)，表示不同最高學歷之學前教保服務人員在「教學評量」上有顯著差異存在，發現最高學歷較大學之教師其教學評量優於大學(含師院)之教師，碩士(含)以上之教師其教學評量優於大學(含師院)之教師。

表4-54 最高學歷學前教保服務人員對「教學效能」獨立樣本t檢定分析

		F 值	顯著性	t 檢定	自由度
教學計劃加總	採用相等變異數	1.181	.125	.167	98
	不採用相等變異數			.152	28.800
班級經營加總	採用相等變異數	.642	.223	.153	83
	不採用相等變異數			.145	15.935
教學評量加總	採用相等變異數	.001	.032	.092	94
	不採用相等變異數			.093	30.456

		F 值	顯著性	t 檢定	自由度
教材與教學策略加總	採用相等變異數	.373	.088	-.444	76
	不採用相等變異數			-.482	35.290
總量表	採用相等變異數	.041	.579	-.137	37
	不採用相等變異數			-.133	10.547

資料來源：本研究作者自行整理

表4-55 最高學歷學前教保服務人員對「教學效能」單因子變異數分析

層面內容	變異來源	平方和	自由度	平均平方和	F 值
教學計劃加總	組間	9.508	3	3.169	.669
	組內	1315.838	216	6.092	
	總和	1325.345	219		
班級經營加總	組間	9.353	3	3.118	.618
	組內	1128.084	216	5.223	
	總和	1137.436	219		
教學評量加總	組間	18.806	3	6.269	.379
	組內	677.903	216	3.138	
	總和	696.709	219		
教材與教學策略 加總	組間	39.824	3	83.076	1.034
	組內	2777.971	216	80.368	
	總和	2817.795	219		
總量表	組間	249.229	3	33.275	1.032
	組內	7359.548	216	12.861	
	總和	17608.777	219		

資料來源：本研究作者自行整理

表4-56 最高學歷學前教保服務人員對「教學效能」單因子變異數分析摘要表

構面	最高學歷	平均數	標準差	F 值	p 值
教學計劃加總	1.教育大學 (含師範大學)	16.3600	2.64776		
	2.一般大學	16.0256	2.33955	.520	.737
	3.專科學校	15.8846	2.55072		
	4.研究所	16.5185	2.59245		

構面	最高學歷	平均數	標準差	F 值	p 值
	5.總計	16.1455	2.46004		
班級經營加總	1.教育大學 (含師範大學)	16.9600	2.35571	.597	.625
	2.一般大學	16.5897	2.16617		
	3.專科學校	16.2692	2.60089		
	4.研究所	16.5185	2.34308		
	5.總計	16.6273	2.27899		
教學評量加總	1.教育大學 (含師範大學)	12.7400	1.83848	1.997	.352
	2.一般大學	12.0598	1.69833		
	3.專科學校	12.0385	1.96938		
	4.研究所	12.4815	1.76222		
	5.總計	12.2636	1.7836		
教材與教學策略 加總	1.教育大學(含師範大 學)	24.9400	3.82478	1.034	.713
	2.一般大學	23.9829	3.53793		
	3.專科學校	24.0000	3.84708		
	4.研究所	24.7407	3.03306		
	5.總計	24.2955	3.58701		
總量表	1.教育大學 (含師範大學)	71.0000	9.92215	1.032	.597
	2.一般大學	68.6581	8.47223		
	3.專科學校	68.1923	9.67479		
	4.研究所	70.2593	8.47890		
	5.總計	69.3318	8.96690		

資料來源：本研究作者自行整理

四、服務年資

就整體教學效能而言，不同服務年資之學前教保服務人員其差異達顯著水準 ($P<.05$)，表示不同服務年資之學前教保服務人員在整體教學效能上有顯著差異存在。

就教學效能各層面而言，同服務年資之學前教保服務人員在「班級經營」、

「教學評量」層面上達顯著差異，表示不同服務年資之學前教保服務人員在「班級經營」、「教學評量」上有顯著差異存在，經發現後得知在「教學評量」構面上服務年資21年之上教師其教學評量優於11-20年下之教師，21年以上教師其教學評量亦優於6-10年以下之教師。而在班級經營上服務年資21年之上教師其教學評量優於11-20年（含）以下之教師。

表4-57 服務年資學前教保服務人員對「教學效能」獨立樣本t檢定分析

		F 值	顯著性	t 檢定	自由度
教學計劃加總	採用相等變異數	.516	.495	-1.425	93
	不採用相等變異數			-1.480	14.096
班級經營加總	採用相等變異數	.873	.046	-1.273	83
	不採用相等變異數			-1.751	18.450
教學評量加總	採用相等變異數	5.781	.018	-1.538	94
	不採用相等變異數			-1.821	38.991
教材與教學策略加總	採用相等變異數	.011	.915	-1.214	76
	不採用相等變異數			-1.219	30.676
總量表	採用相等變異數	.456	.504	-1.129	37
	不採用相等變異數			-1.202	11.878

資料來源：本研究作者自行整理

表4-58 服務年資學前教保服務人員對「教學效能」單因子變異數分析

層面內容	變異來源	平方和	自由度	平均平方和	F 值
教學計劃加總	組間	15.399	10	1.539	1.437
	組內	223.861	209	1.271	
	總和	239.250	219		
班級經營加總	組間	20.506	9	2.178	2.187
	組內	218.744	210	31.042	
	總和	239.250	219		
教學評量加總	組間	18.801	7	2.686	2.583
	組內	220.449	212	1.040	
	總和	239.250	219		
教材與教學策略加總	組間	27.467	14	1.962	1.899

層面內容	變異來源	平方和	自由度	平均平方和	F 值
總量表	組內	211.983	205	1.033	
	總和	239.50	219		
	組間	108.402	90	1.204	1.189
	總和	239.250	219	1.014	

資料來源：本研究作者自行整理

表4-59 服務年資學前教保服務人員對「教學效能」單因子變異數分析摘要表

構面	服務年資	平均數	標準差	F 值	p 值
教學計劃加總	1.5 (含) 年以下	15.8382	2.48344		
	2.6 至 10 年	16.0333	2.47678	.897	
	3.11 至 20 年	16.3770	2.53090		.519
	4.21 年以上	16.5806	2.23270		
	5.總計	16.1455	2.46004		
班級經營加總	1.5 (含) 年以下	15.9412	2.39329		
	2.6 至 10 年	16.5333	2.18210		
	3.11 至 20 年	17.0492	2.25408	4.445	.039
	4.21 年以上	17.4839	1.84157		
	5.總計	16.6273	2.27899		
教學評量加總	1.5 (含) 年以下	11.8382	1.63552		
	2.6 至 10 年	12.0667	1.81208		
	3.11 至 20 年	12.5574	1.88436	4.004	.041
	4.21 年以上	13.0000	1.57056		
	5.總計	12.2636	1.78363		
教材與教學策略加總	1.5 (含) 年以下	23.3382	3.46673		
	2.6 至 10 年	24.6333	3.37973		
	3.11 至 20 年	24.5902	3.57014	2.586	.089
	4.21 年以上	25.1613	3.98411		
	5.總計	24.2955	3.58701		
總量表	1.5 (含) 年以下	66.9559	8.76294		
	2.6 至 10 年	69.2667	8.68442		
	3.11 至 20 年	70.5738	9.34783	3.149	.425
	4.21 年以上	72.2258	8.23290		
	5.總計	69.3318	8.96690		

資料來源：本研究作者自行整理

五、擔任職務

就整體教學效能而言，不同擔任職務之學前教保服務人員其差異未達顯著水準 ($P>.05$)，表示不同擔任職務之學前教保服務人員在整體教學效能上沒有顯著差異存在。就教學效能各層面而言，不同擔任職務之學前教保服務人員在「教學評量」及「教材與教學策略」層面上達顯著差異，表示不同擔任職務資學前教保服務人員在「教材與教學策略」及「教學評量」上有顯著差異存在，在「教材與教學策略」方面，主任優於教師職務；而教師優於教保員職務，在「教學評量」構面上其結果也與「教材與教學策略」的結果相同，主任職務大多從教師資歷做起，因而經驗豐富，教學豐富使用策略也較多元。

表4-60 擔任職務學前教保服務人員對「教學效能」獨立樣本t檢定分析

		F 值	顯著性	t 檢定	自由度
教學計劃加總	採用相等變異數	1.548	.461	1.091	93
	不採用相等變異數			1.228	39.076
班級經營加總	採用相等變異數	1.137	.289	.795	93
	不採用相等變異數			.912	19.049
教學評量加總	採用相等變異數	4.555	.035	1.875	94
	不採用相等變異數			2.358	40.285
教材與教學策略 加總	採用相等變異數	3.208	.046	1.710	76
	不採用相等變異數			2.019	42.268
總量表	採用相等變異數	1.813	.186	1.315	3713.238
	不採用相等變異數			1.499	

資料來源：本研究作者自行整理

表4-61 擔任職務學前教保服務人員對「教學效能」單因子變異數分析

層面內容	變異來源	平方和	自由度	平均平方和	F 值
教學計劃加總	組間	52.443	4	13.111	2.214
	組內	1272.903	215	5.920	
	總和	1325.343	219		
班級經營加總	組間	21.431	4	5.358	1.232

層面內容	變異來源	平方和	自由度	平均平方和	F 值
	組內	1116.005	215	5.191	
	總和	1137.436	219		
	組間	33.015	4	8.254	2.074
教學評量加總	組內	663.694	215	3.087	
	總和	696.709	219		
	組間	151.923	4	37.981	3.063
教材與教學策略加總	組內	2665.872	215	12.399	
	總和	2817.795	219		
	組間	880.358	4	220.089	2.821
總量表	組內	16328.420	215	77.801	
	總和	17608.777	219		

資料來源：本研究作者自行整理

表4-62 擔任職務學前教保服務人員對「教學效能」單因子變異數分析

摘要表

構面	擔任職務	平均數	標準差	F 值	p 值
教學計劃加總	1.園長	15.7500	2.06155	2.214	.068
	2.主任	16.7647	2.25082		
	3.教師兼行政	16.7059	2.54093		
	4.教師	16.5614	2.54262		
	5.教保員	15.6667	2.37589		
	6.總計	16.1455	2.46004		
班級經營加總	1.園長	16.2500	2.06155	1.232	3.923
	2.主任	16.9412	2.07577		
	3.教師兼行政	17.0882	2.30109		
	4.教師	16.8421	2.55503		
	5.教保員	16.3333	2.14868		
	6.總計	16.6273	2.27899		
教學評量加總	1.園長	12.2500	2.06155	3.063	.043
	2.主任	12.8824	1.83311		
	3.教師兼行政	12.5882	1.81104		
	4.教師	12.6140	1.72952		
	5.教保員	11.8796	1.73322		
	6.總計	12.2636	1.78363		

構面	擔任職務	平均數	標準差	F 值	p 值
教材與教學策略加總	1.園長	24.5000	2.51661	2.821	.018
	2.主任	25.1765	3.26411		
	3.教師兼行政	25.1471	3.28571		
	4.教師	25.1053	3.52888		
	5.教保員	23.4537	3.64649		
	6.總計	24.2955	3.58701		
總量表	1.園長	68.7500	8.61684	2.829	.026
	2.主任	71.7647	9.02448		
	3.教師兼行政	71.5294	8.44316		
	4.教師	71.1228	9.41327		
	5.教保員	67.3333	8.58601		
	6.總計	69.3318	8.96690		

資料來源：本研究作者自行整理

六、婚姻狀況

就整體教學效能而言，不同婚姻狀況之學前教保服務人員其差異達顯著水準，表示不同婚姻狀況之學前教保服務人員在整體教學效能上有顯著差異存在，經結果發現已婚教師其整體教學效能高於單身教師。

就教學效能各層面而言，不同婚姻狀況之學前教保服務人員在「教學評量」(P<.05)層面上達顯著差異，表示不同婚姻狀況之學前教保服務人員在「教學評量」上有顯著差異存在，經結果發現已婚教師「教學評量」均高於單身教師。

表4-63 婚姻狀況學前教保服務人員對「教學效能」獨立樣本t檢定分析

		F	顯著性	t 檢定	自由度
教學計劃加總	採用相等變異數	.382	.537	1.558	218
	不採用相等變異數			1.595	172.534
班級經營加總	採用相等變異數	.092	.762	1.067	218
	不採用相等變異數			1.047	160.463
教學評量加總	採用相等變異數	0.25	.874	1.222	218
	不採用相等變異數			1.210	165.141

		F	顯著性	t 檢定	自由度
教材與教學策略加總	採用相等變異數	.065	.798	1.886	218
	不採用相等變異數			1.842	158.125
總量表	採用相等變異數	.209	.648	1.706	218
	不採用相等變異數			1.727	170.687

資料來源：本研究作者自行整理

表4-64 婚姻狀況學前教保服務人員對「教學效能」單因子變異數分析

層面內容	變異來源	平方和	自由度	平均平方和	F 值
教學計劃加總	組間	2.412	10	.241	.382
	組內	49.024	209	.235	
	總和	51.436	219		
班級經營加總	組間	4.227	9	.470	.092
	組內	47.007	209	.225	
	總和	51.436	219		
教學評量加總	組間	3.048	7	.435	.025
	組內	48.386	212	.228	
	總和	3.564	219		
教材與教學策略加總	組間	47.872	14	.255	.065
	組內	51.436	205	.234	
	總和	22.137	219		
總量表	組間	29.300	90	.246	.209
	組內	28.714	129	.227	
	總和	51.436	219		

資料來源：本研究作者自行整理

表4-65 婚姻狀況學前教保服務人員對「教學效能」單因子變異數分析摘要表

構面	婚姻狀況	平均數	標準差	F 值	p 值
教學計劃加總	已婚	16.3478	2.46628	.382	.519
	單身	15.8049	2.42639		
班級經營加總	已婚	16.7536	2.21413	.092	.211
	單身	16.4146	2.38284		
教學評量加總	已婚	12.3768	1.75592	.025	.071
	單身	12.0732	1.82426		

構面	婚姻狀況	平均數	標準差	F 值	p 值
教材與教學策略加總	已婚	24.6449	3.44042	.065	.089
	單身	23.7073	3.76956		
總量表	已婚	70.1232	8.39729	.209	.425
	單身	68.0000	8.1247		

資料來源：本研究作者自行整理

肆、綜合討論

綜合以上所述，歸納出研究結果如下：

一、不同個人變項學前教保服務人員在休閒活動參與之差異情形

(一) 不同性別之學前教保服務人員在休閒活動參與之差異

本研究發現不同性別之前教保服務人員在整體休閒活動參與上無顯著差異存在。本研究推測可能是因為社會改變造成大家的知識水平提高，在性別所造成之生活差異漸少，性別已不影響其休閒活動參與。

(二) 不同年齡之學前教保服務人員在休閒活動參與之差異

本研究發現不同年齡之學前教保服務人員在「知識型休閒活動」及「社交型休閒活動」及「嗜好型休閒活動」差異達顯著水準，本研究推測可能是因現今社會資訊豐富休閒活動參與的管道眾多之影響，反而年齡已不固定的刻板印象，因此年齡大致不會影響教師休閒活動之參與。

(三) 不同學歷之學前教保服務人員在休閒活動參與之差異

本研究發現不同學歷之學前教保服務人員在整體休閒活動參與上無顯著差異存在，但在「知識型休閒活動」差異達顯著水準，本研究推測可能是因為現今教師大多是碩士（含）以上或大學（含師院）畢業，在教育程度差距相隔不大。因而最高學歷似乎已有影響其休閒活動參與。

(四) 不同服務年資之學前教保服務人員在休閒活動參與之差異

本研究發現不同服務年資之學前教保服務人員在整體休閒活動參與有顯著

差異，但在「嗜好型休閒活動」、「社交型休閒活動」及「運動型休閒活動」差異達顯著水準，本研究推測可能是因為教師服務年資越久其年齡也就越大，且工作負荷量也就越大，因而大多選擇較為靜態的休閒活動，但「嗜好型休閒活動」則以30歲以下老師參與較多，因此服務年資是會影響教師休閒活動之參與。

（五）不同擔任職務之學前教保服務人員在休閒活動參與之差異

本研究發現不同職務之學前教保服務人員在整體休閒活動參與上有顯著差異存在，尤其是在「知識性休閒活動」及「社交型休閒活動」層面差異達顯著水準，本研究推測可能為主任因職務之需要常要參加特定的研習和進修，所以產生此差異，因而在休閒活動參與需求大於其他職務老師。

（六）不同婚姻狀況之學前教保服務人員在休閒活動參與之差異

本研究發現不同婚姻狀況之學前教保服務人員在整體休閒活動參與上大多有顯著差異存在，尤其是在「知識性休閒活動」及「嗜好型休閒活動」有顯著差異。

二、不同個人變項學前教保服務人員在幸福感之差異情形

（一）不同性別之學前教保服務人員在幸福感之差異

本研究發現不同性別之學前教保服務人員在整體幸福感上無顯著差異存在，因參與老師全部為女性，學前教保服務人員幾乎以女性老師居多，因此性別已不足以影響其幸福感。

（二）不同年齡之學前教保服務人員在幸福感之差異

本研究發現不同年齡之學前教保服務人員在整體幸福感上有顯著差異存在，尤其是在「工作成就」與「人際關係」構面達顯著水準，推測每個階段皆有不同幸福感之來源，及不同的幸福定義，因此年齡也是會影響其幸福感。

（三）不同最高學歷之學前教保服務人員在幸福感之差異

本研究發現不同學歷之學前教保服務人員在整體幸福感上有顯著差異存在，尤其是以「自我肯定」構面達顯著水準，研究推測可能是因為現今教師學歷相當，

因此最高學歷影響其幸福感不大。

(四) 不同服務年資之學前教保服務人員在幸福感之差異

本研究發現不同服務年資之學前教保服務人員在整體幸福感中以「工作成就」層面上有顯著差異存在，其幸福感有顯著差異」獲得支持。本研究推測可能是因為不同服務年資下之教師其目標實現標準的有所差異，以及在社會上的歷久、有豐富的人生經驗，比較知道如何去面對不同的人際現象，因此服務年資將會影響「工作成就」。

(五) 不同擔任職務之學前教保服務人員在幸福感之差異

本研究發現不同職務之學前教保服務人員在整體幸福感上有顯著差異存在，尤其是在「生活滿意」這部分有顯著水準，本研究推測可能是因為不同職務之教師在生活目標上有不同的理念，因此不同職務也是間接影響其幸福感。

(六) 不同婚姻狀況之學前教保服務人員在幸福感之差異

本研究發現不同婚姻狀況之學前教保服務人員在整體幸福感上有顯著差異存在，婚姻部分影響「工作成就」、「人際關係」、「自我肯定」及「生活滿意」構面，本研究推測可能是時代的變遷，現代人接觸較多的資訊，因此婚姻狀況也會影響其幸福感。

三、不同個人變項學前教保服務人員在教學效能之差異情形

(一) 不同性別之學前教保服務人員在教學效能之差異

研究發現不同性別之學前教保服務人員在整體幸福感上無顯著差異存在，因參與老師全部為女性，學前教保服務人員幾乎以女性老師居多因此，性別已不足以影響其幸福感。

(二) 不同年齡之學前教保服務人員在教學效能之差異

本研究發現不同年齡之學前教保服務人員在整體教學效能上有顯著差異在，尤其是在「教學與教材策略」層面有顯著差異，本研究推測可能是年齡較大者，通常比較資深，教學經驗豐富，所以在「教學與教材策略」方面比較知道使用哪

種方式教育孩子也比較容易找出學習重點。

(三) 不同最高學歷之學前教保服務人員在教學效能之差異

本研究發現不同最高學歷之前教保服務人員在整體教學效能上有顯著差異存在，尤其在「教學評量」層面有顯著差異，本研究推測可能是因老師的學歷較高，思想觀念開放，較能從不同的角度分析事情，也能給於孩子不同的評量。

(四) 不同服務年資之學前教保服務人員在教學效能之差異

本研究發現不同服務年資之學前教保服務人員在整體教學效能上達顯著水準，尤其在「教學評量」層面有顯著差異，本研究推測服務年資越久，教學經驗越豐富，越能掌握學習的重點，較能從不同的角度分析事情，也能給於孩子不同的評量。

(五) 不同擔任職務之學前教保服務人員在教學效能之差異

本研究發現不同擔任職務之學前教保服務人員在整體教學效能上有顯著差異存在，尤其在「教學評量」層面有顯著差異，本研究推測服務年資越久，教學經驗越豐富，越能掌握學習的重點，較能從不同的角度分析事情，也能給於孩子不同的評量。

(六) 不同婚姻狀況之學前教保服務人員在教學效能之差異

本研究發現不同婚姻狀況之學前教保服務人員在整體教學效能、「班級經營」及「教學評量」上達顯著水準，本研究推測可能是因單身者，比較可以把重心放在學校及生活瑣事，也可以在教學工作上面。付出更多的時間和精神。

第四節 休閒活動參與、幸福感與教學效能之相關性分析

為了瞭解學前教保服務人員休閒活動參與、幸福感與教學效能之間的相關情形，最後進行Pearson積差相關分析。Pearson積差相關係數分為五個層次：1.00為

完全相關，.07-.99為高相關，.40-.69為中度相關，.10-.39為低度相關，.10以下為弱或無相關（邱皓政，2004）。本節根據邱皓政對相關係數的定義，針對學前教保服務人員休閒活動參與、幸福感與教學效能間之關係進行探討。

壹、休閒活動參與與幸福感之積差相關

從結果中發現休閒活動參與各層面與幸福感各層面均具有顯著的正相關，其中整體休閒活動參與與整體幸福感之相關係數為.484，呈中度正相關；知識型休閒活動與幸福感各層面之相關係數分別為.468、.497、.480、.417，呈中度相關；嗜好型休閒活動與幸福感各層面之相關係數分別為.309、.384、.382、.482，呈正低度相關；社交型休閒活動與幸福感各層面之相關係數分別為.388、.305、.264、.402，呈低至中度正相關；運動型休閒活動與幸福感各層面之相關係數分別為.346、.332、.370、.384，呈低度正相關；休閒活動參與總量表與幸福感各層面之相關係數分別為.471、.350、.336、.451，呈中度正相關，本研究相關分析如表4-66所示。

表4-66 學前教保服務人員休閒活動參與與幸福感之積差相關摘要表

(N=220)

層面	生活滿意	人際關係	工作成就	自我肯定	幸福表加總
運動型	.346**	.332**	.370**	.389**	.416**
社交型	.388**	.305**	.264**	.380**	.402**
知識型	.468**	.497**	.480**	.417**	.409**
嗜好型	.309**	.384**	.382**	.482**	.420**
休閒加總	.471**	.350**	.336**	.451**	.484**

*P<.05；**P<.01；***P<.001

資料來源：本研究作者自行整理

貳、休閒活動參與與教學效能之積差相關

從結果中發現休閒活動參與各層面與教學效能各層面均具有顯著的正相關。其中整體休閒活動參與與整體教學效能之相關係數為.450，呈中度正相關；知識性休閒活動與教學效能各層面之相關係數分別為.305、.399、.426、.450呈中度正相關；嗜好性休閒活動與教學效能各層面之相關係數分為.325、.282、.311、.302，呈低度正相關；社交性休閒活動與教學效能各層面之相關係數分為.260、.354、.397，呈低度正相關；運動性休閒活動與教學效能各層面之相關係數為.185、.177、.302、.200呈低度正相關；休閒活動參與總量表與教學效能各層面之相關係數分別.402、.452、.422、.399，呈中度正相關，本研究相關分析如表4-67所示。

表4-67 學前教保服務人員休閒活動參與與教學效能之積差相關摘要表
(N=220)

層面	教學計劃	班級經營	教學評量	教材與教學策略	教學效能加總
運動型	.185**	.177**	.302**	.200**	.310**
社交型	.260**	.354**	.397**	.233**	.396**
知識型	.305**	.399**	.378**	.426**	.450**
嗜好型	.325**	.282**	.311**	.302**	.328**
休閒加總	.402**	.452**	.422**	.399**	.450**

*P<.05；**P<.01；***P<.001

資料來源：本研究作者自行整理

參、幸福感與教學效能之積差相關

從結果發現幸福感各層面與教學效能各層面均具有顯著的正相關，其中整體幸福感與整體教學效能之相關係數為.671，呈中度正相關；生活滿意與教學效能各層面之相關係數分別為.383、.300、.440、.354低度正相關；工作成就與教學效

能各層面之相關係數分別為.605、.510、.614、.606，呈中度正相關；人際關係與教學效能各層面之相關係數分別為.426、.493、.471、.402，呈中度正相關；幸福感總量表與教學效能各層面之相關係數分別為.611、.550、.639、.573，呈中度正相關。

表4-68 學前教保服務人員幸福感與教學效能之積差相關摘要表 (N=220)

層面	教學計劃	班級經營	教學評量	教材與教學策略	教學效能加總
生活滿意	.383**	.300**	.440**	.354**	.418**
人際關係	.426**	.493**	.471**	.402**	.504**
工作成就	.605**	.510**	.614**	.606**	.661**
自我肯定	.633**	.555**	.617**	.505**	.670**
幸福感加總	.611**	.550**	.639**	.573**	.671**

*P<.05；**P<.01；***P<.001

資料來源：本研究作者自行整理

肆、綜合討論

結果顯示休閒活動參與和幸福感之間有顯著正相關影響，與周子仁(2012)、蔡秀卿(2011)、廖淑容(2010)等人研究相符合；休閒活動參與和教學效能之間亦呈現顯著正相關影響，與符合賴雪芬(2007)、廖淑容(2010)等人研究相符合；幸福感與教學效能之間亦呈現顯著正相關影響，與廖淑容(2010)、張家婕(2011)、周子仁(2012)的研究結果相同。就整體而言，教師休閒活動參與、幸福感與教學效能之間均達顯著相關。

第五章 結論與建議

本章依據研究目的、研究問題及研究假設，透過研究方法，以台南市國小附幼學前教保服務人員「參與休閒活動」、「幸福感」及「教學效能」之三個面向進行相關資料蒐集，經由問卷調查法透過不同背景變項對研究樣本進行描述性統計、獨立樣本t 檢定、單因子變異數分析等統計分析之結果，了解台南市國小附幼學前教保服務人員「參與休閒活動」、「幸福感」及「教學效能」之現況、差異情形與關聯程度，根據研究結果提出結論進而提出建議。本章內容共分為兩節：第一節 結論；第二節 建議。

第一節 結論

本節依據研究目的、研究問題及研究假設，透過研究方法所得之結果歸納結論。本研究結果發現：

一、台南市國小附幼學前教保服務人員「參與休閒活動」之現況

根據研究結果，台南市國小附幼學前教保服務人員「參與休閒活動」參與度達中等之程度。問項方面以「看電視新聞、休息小睡」認同程度最高，其次為「參加研習活動」、「聽廣播、聽音樂」。「參與休閒活動」構面包括「運動型」、「社交型」、「知識型」與「嗜好型」，以「知識型」構面認同程度最高，最低者為「運動型」構面。但各構面之間差距不大，均為接近中等，顯示台南市國小附幼學前教保服務人員「參與休閒活動」之現況為中等。

二、台南市國小附幼學前教保服務人員「教學效能」之現況

根據研究結果，台南市國小附幼學前教保服務人員「教學效能」為中上程度。問項方面得分最高為「我會維持良好的師生關係。」，其次為「我會努力營造教室裡和諧愉快的學習氣氛。」、「我會與學生分享經驗，增進師生情感的流。」。

教學效能構面包括「教材與教學評量」、「教材計畫」、「班級氣氛」、「教學評量」，其中以「班級氣氛」的認同程度最高，最後是「教學評量」。各構面均高於平均值，顯示台南市國小附幼學前教保服務人員的教學效能表現良好。

三、台南市國小附幼學前教保服務人員幸福感之現況

根據研究結果，台南市國小附幼學前教保服務人員之幸福感達中上程度。問項方面得分最高為「我喜歡幫助別人。」其次為「我覺得和朋友在一起很有趣。」、「我有能力解決生活中的問題。」。幸福感構面包括「生活滿意」、「人際關係」、「工作成就」與「自我肯定」，其中以「人際關係」構面分數最高，「生活滿意」構面為最低，但仍在平均值之上，顯示台南市國小附幼學前教保服務人員之幸福感現況良好。

四、不同背景變項在「參與休閒活動」之差異

以整體分析結果來說，性別在台南市國小附幼學前教保服務人員參與休閒活動參與度之整體分析結果並無顯著差異；不同年齡、擔任職務、婚姻狀況、在服務學校任教年資等背景變項在台南市國小附幼學前教保服務人員教師參與休閒活動參與度之整體分析結果有顯著差異。以各個變項和各個構面來說，其顯著差異如下：

- 1.性別變項，性別變項在其他構面皆沒有達顯著差異。
- 2.年齡變項在「社交型」、「知識型」與「嗜好型」構面上，有顯著的差異，社交型「41至50歲」參與度高於「31至40歲」、與「30（含）歲以下」、「知識型」參與度「41至50歲」高於「30（含）歲以下」；「嗜好型」參與度「30（含）歲以下」高於「41至50歲」。
- 3.擔任職務變項也僅在「社交型」、「知識型」構面上有顯著的差異。「社交型」參與度「主任」高於「教師」與「園長」；「知識型」參與度「園長」高於「主任」與「教師」。
- 4.服務年資變項在「社交型」、「知識型」與「運動型」構面上，有顯著的差異

- 「社交型」參與度「5（含）年以下」高於「21年以上」與「11 至20 年」；
- 「知識型」參與度「教師」；知識型參與度是「11 至20 年」高於「21年以上」。
- 5.最高學歷變項也僅在「知識型」構面上，有顯著的差異。「研究所」學歷參與度低於「教育大學」。
- 6.婚姻狀況變項也僅在「嗜好型」構面上有顯著的差異。「單身」參與度高於「已婚」。

五、不同背景變項在「幸福感」之差異

不同性別、年齡、擔任職務、最高學歷、婚姻狀況、服務年資等背景變項在「教學效能」之整體分析結果皆有顯著差異，但性別除外。

- 1.性別變項，性別變項在其他構面皆沒有達顯著差異。
- 2.年齡變項在「人際關係」與「工作成就」構面上，有顯著的差異，「人際關係」
「41至50歲」參與度低於「31至40歲」；「工作成就」參與度「41至50歲」高於「31至40歲」。
- 3.擔任職務變項也僅在「生活滿意」、構面上有顯著的差異。「生活滿意」參與度「主任」高於「教師」與「園長」。
- 4.服務年資變項在「工作成就」構面上，有顯著的差異，「工作成就」參與度「11 至20 年」高於「21年以上」。
- 5.最高學歷變項也僅在「自我肯定」構面上，有顯著的差異。「一般大學」學歷參與度低於「專科學校」。
- 6.婚姻狀況變項在「生活滿意」、「自我肯定」、「人際關係」與「工作成就」構面上有顯著的差異。皆為「單身」參與度低於「已婚」。

六、不同背景變項在「教學效能」之差異

不同性別、年齡、擔任職務、最高學歷、婚姻狀況、服務年資等背景變項在「教學效能」之整體分析結果皆有顯著差異，但性別除外。

- 1.性別變項，性別變項在其他構面皆沒有達顯著差異。

- 2.年齡變項在「教材與教學策略」構面上，有顯著的差異，「教材與教學策略」在「41至50歲」參與度高於「31至40歲」。
- 3.擔任職務變項也僅在「教學評量」與「教材與教學策略」構面上有顯著的差異。「教學評量」參與度「主任」高於「教師」；「教材與教學策略」參與度「教保員」低於「教師」。
- 4.服務年資變項在「教學評量」與「班級經營」構面上，有顯著的差異，「教學評量」參與度「11至20年」低於「21年以上」；「班級經營」參與度「11至20年」高於「6至10年」。
- 5.最高學歷變項也僅在「自我肯定」構面上，有顯著的差異。「一般大學」學歷參與度低於「專科學校」。
- 6.婚姻狀況變項僅在「教學評量」構面上有顯著的差異，「已婚」參與度高於「單身」。

七、台南市國小附幼學前教保服務人員「參與休閒活動」、「幸福感」與「教學效能」之相關分析

「參與休閒活動」參與度與「教學效能」間有顯著正相關，屬低度相關，且相關顯著，即「參與休閒活動」參與度越高則「教學效能」就越好。「教學效能」與「幸福感」整體呈正向相關，屬於中度相關，且相關顯著，亦即「教學效能」越高，則「幸福感」就越佳。「幸福感」與「參與休閒活動」整體呈正向相關，屬於中度相關，且相關顯著，亦即「幸福感」越高，則「參與休閒活動」整體佳。根據本研究參考文獻與問卷分析研究結果，提出幾項建議，以供教師與學校行政單位及未來研究者之參考。

第二節 建議

壹、對學前教保服務人員之建議

依據本研究推論，參與休閒活動方面，老師們較不常參加的休閒活動是「運動型」。建議老師們要可多運動，運動可以促進身心健康，及保持好心情，健康的身心靈對於我們而言是很重要的。

教學效能方面，根據本研究推論：已婚老師且在服務學校任教年資21年以上，在「教學效能」表現上似乎較為良好。老師們可多跟資深教師請益，因資深老師教學經驗豐富，在教學資源與評量運用較多元，在資深教師身上可學到教學效能的各種方法，值得我們多加學習。

幸福感方面，在服務學校任教年資「21年以上」的台南市國小附幼學前教保服務人員「幸福感」感受良好的程度比其他年資教師都高。建議老師們，在同一學校待得越久，跟同事們友善的相處。會感受到快樂且幸福感自然就越來越高。參與休閒活動、教學效能、幸福感，兩兩皆呈正相關。由此可知長時間的工作，沒達到放鬆，反而讓身心更緊繃，並不能提升教學效能，在工作職場上也無法有更多元的想法，適度的休閒可以為人生增添更多幸福感，且教學效能也會更好。老師們要好好的愛自己，多做些休閒活動。

教育是老師的志業，要長長久久從事的志業，一定要照顧好自己的幸福感，這樣教學效能自然而然也會提升。

貳、對教育學校行政單位之建議

從研究結果得知教育主管機關與學校行政單位可多提供各類休閒活動的相關資訊，協助宣導與推廣，也可以帶動教師參與休閒活動達到身心健康的目標，參與休閒活動有助於提升教師之教學效能和幸福感，可讓教師充滿活力及熱情。

學校方面則可將教師休閒活動與教學效能、幸福感融入各領域會議或研習中可幫助教師接觸各類型的休閒活動，多接觸不排斥，建立活潑的教學效能，提升

教師幸福感，帶動國家的進步。

叁、對未來研究之建議

本研究在時間與人力有所限制，在研究範圍與對象、研究變項與研究方法上仍有不足」茲針對不足之處」提供建議，以作為後續研究參考之用。

一、延伸更多的研究範圍與對象：

本研究因考量時間、經費及能力等因素，僅以「台南市國小附幼學前教保服務人員」為樣本，並未擴展到其他縣市若未來在人力與物力許可的情況下，建議增加調查區域的樣本或擴大調查區域，加以比較研究，以提升研究的深度與廣度。

二、增加研究變項：

在本研究中，僅以性別、年齡、擔任職務、最高學歷、婚姻狀況、在服務學校任教年資、服務學校規模等變項，探討教師對參與休閒活動的參與度、教學效能與幸福感的關係。然而綜合國內外學者的研究，發現影響或造成差異的原因還有很多，如家庭類型、家庭年收入、個性、觀念、婚姻關係、家庭氣氛、感情狀況等，均是潛在的影響因素。整體而言，在本研究之外，仍有其他需要進一步研究的主題，有待未來的研究者繼續探討與驗證。

三、採用質性研究方法：

本研究採用問卷調查的量化研究方式，讓「台南市國小附幼學前教保服務人員」自行評估參與休閒活動的參與度、教學效能與幸福感的現況，呈現其與不同變項間的關係。但由於受試者在填答過程中，易受主觀情緒、社會期望或心理因素影響，所得的資料僅代表受試者主觀上的反應，故研究結果之推論有其限制。

因此，若要進一步分析其內涵與相互影響的情形，研究者建議未來相關主題可搭配質性之研究，例如「採取教師成員的個別訪談、記錄教師成員的活動情形及教師活動與互動之心得、反應等質化紀錄，作為量化研究之檢視與佐證，以豐富研究內涵，使研究結果更趨周延。

參考文獻

壹、中文部分

- 文崇一（1990）。台灣居民的休閒生活，台北：東大圖書公司。
- 毛晉平（2005）。中學教師工作壓力與教學效能感的關係，中國臨床心理學雜誌，13（4），458-459。
- 王力行（2004）。學習追求幸福，遠見雜誌，220（10），取自 2014/12/20
http://www.gvm.com.tw/Boardcontent_10203.html。
- 王冠堯（2009）。國中教師幸福感與教學效能之關係研究－以臺北縣為例。慈濟大學教育研究所碩士論文，未出版，花蓮市。
- 王淑女（2011）。國中教師自我復原力、教師效能感與幸福感關係之研究。國立彰化師範大學教育研究所碩士論文，未出版，彰化市。
- 王慶田（2009）。國小教師休閒涉入、休閒效益及幸福感之研究。亞洲大學國際企業學系碩士論文，未出版，台中市。
- 朱俶儀（2003）。國民中學教師其生活型態與休閒參與之關係研究－以臺北市為例。國立東華大學觀光暨遊憩管理研究所碩士論文，未出版，花蓮市。
- 李梅雪（2012）。臺北市國民小學教師專業發展學校知覺與教學效能關係之研究。臺北市立教育大學教育行政與評鑑研究所碩士論文，未出版，台北市。
- 李純慧、程鈺雄（2009）。花東地區身心障礙源班教師專業角色知覺及教學效能之研究。東臺灣特殊教育學報，11，53-78。
- 沈永昆（2006）。國中教師休閒參與和休閒阻礙之研究－以新竹縣、市為例。國立臺灣師範大學體育學系在職進修碩士班論文，未出版，台北市。
- 李昭憲、陳美慧、梁仲正（2009）。高雄縣東方技術學院教職員工休閒活動參與及休閒態度關聯模式之驗證與建構。嘉大體育健康休閒，8（2），94-

103。

- 李文題（2001）。國中教師的代間流動及影響其休閒參與之研究。朝陽科技大學休閒事業管理系碩士論文。
- 吳清山（2004）。學校行政。臺北：心理。
- 吳靜吉、郭俊賢（1996）。大學生快樂來源量表之建立。測驗年刊，43，263-278。
- 吳耀明（2004）。國小教師教學效能之研究：教師自評和學生評鑑比較。屏東師院學報，21，188-216。
- 邱皓政（2004）。量化研究與統計分析。台北市：五南。
- 邱翔蘭（2004）。高雄市退休老人休閒活動參與與其幸福感之研究。私立大葉大學休閒事業管理學系碩士班碩士論文，未出版，彰化縣。
- 周子仁（2012）。臺中市國小教師休閒活動參與、幸福感與教學效能之研究。逢甲大學公共政策研究所碩士論文。
- 周新富（1991）。國民小學教師專業承諾、教師效能信念與學生學業成就關係之研究。高雄師範大學教育研究所碩士論文。
- 林清山（1985）。休閒活動的理論與實務。台北：輔仁大學出版。
- 洪怡靜（2012）。高中職餐旅群教師教學效能與幸福感關係之研究。高雄餐旅大學餐旅教育研究所在職專班碩士論文。
- 陳柏青（2008）。國小教師休閒參與、工作壓力與幸福感之相關研究。國立雲林科技大學休閒運動研究所碩士論文，未出版，雲林縣。
- 莊秋慧（1987）。幸福哪裏來？幸福理論的探索。載於張老師月刊編輯部（主編），中國人的幸福觀—命運與幸福，台北：張老師出版社，192-202。
- 張春興（1998）。張氏心理學辭典。台北市：東華。
- 陸洛（1998）。中國人幸福感之內涵、測量及相關因素探討。國家科學委員會研究會刊：人文及社會科學，8（1），115-137。

- 陸洛、施建彬譯（1997）。Michael Argyle（1987）原著。幸福心理學。台北市：巨流。
- 張家婕（2012）。幼兒園教師幸福感與教學效能之關係—以新竹市為例。東海大學教育研究所碩士論文，未出版，花蓮市。
- 張清標、鄭玉珠、劉彥良（2009）。國小教師人格特質與休閒活動偏好之相關性研究。運動與遊憩研究，3（4）93 - 116。
- 張德銳、郭淑芳（2011）。我國中小學教師專業發展實務與研究的問題與展望。師資培育與教師專業發展期刊，4（2），21-44
- 張坤鄉（1991）。國中教師休閒活動狀況之調查研究。教育資料文摘，165，150-163。
- 廖淑容（2011）。教師休閒活動參與、幸福感與教學效能之研究-以苗栗縣國小教師為例。亞洲大學休閒與遊憩管理學系碩士論文，未出版，桃園市。
- 劉秀枝（2011）。私立幼兒園教師職場幸福感與工作滿意度之關係研究。幼兒教保研究期刊，6，87-115。
- 賴雪芬（2007）。教師休閒活動參與、身心健康與教學效能關係之研究—以嘉義市國立高中職教師為例。國立嘉義大學管院碩士論文，未出版，嘉義市。
- 鄭政宗、周勝方（2005）。影響臺中市員警工作疏離及休閒活動參與因素之研究。朝陽學報，10，210-211。
- 劉秀枝（2011）。私立幼兒園教師職場幸福感與工作滿意度之關係研究。幼兒教保研究期刊，6，87-115。
- 龍昱廷（2010）。高雄市國中教師休閒參與、休閒滿意、幸福感與教學效能之相關研究。樹德科技大學經營管理研究所碩士論文，未出版，高雄市。
- 謝玫芸（2007）。高雄市國小教師外向性人格、角色壓力與幸福感之關係研究。國立高雄師範大學碩士論文，未出版，高雄市

- 林新龍（2000）。參與休閒活動行為之探討。大專體育，49，09-115。
- 許義雄（1983）。體育學原理。台北：文景書局。
- 陳艷麗（2003）。台南縣、市大專教師休閒參與型態、休閒活動參與項目滿意度之研究。碩士論文，國立體育學院體育研究所，台北。
- 歐正中（2006）。臺灣地區民眾休閒活動參與之研究。碩士論文，國立台北大學社會學系碩士班，台北。
- 蔡宏進（2004）。休閒社會學。台北：三民書局。
- 蔡培村（1992）。從教育的價值談休閒生活（二）。教育資料文摘，29（3），73-80。
- 謝政諭（1989）。休閒活動的理論與實際。台北市：幼獅出版社。
- 聶夢玲（2004）。在職進修者工作壓力與休閒行為及相關因素之研究——以國立空中大學學生為例。碩士論文，佛光人文社會學院管理學研究所，新竹。
- 程紹同（1997）。優質休閒、超值人生。師友月刊，366，15-19。
- 許志賢（2002）。臺閩地區高級中等學校校長參與休閒運動之研究。碩士論文，國立台灣體育學院體育研究所，台北。
- 全國法規資料庫（2017）。幼兒教育及照顧法，修正日期 2015 年 7 月 1 日。法規整編資料截止於 2017 年 9 月 22 日。
<http://law.moj.gov.tw/LawClass/LawAll.aspx?PCode=H0070031>
- 全國教保資訊網（2017）。幼兒園資料查詢，修正日期 2016 年 7 月
http://www.ece.moe.edu.tw/?page_id=141

貳、英文文獻

- Ashton,P. T.（1984）. Teacher's efficacy:A motivational paradigm for effective teacher.
- Argyle,M.（1987）,The psychology of happiness,New York,NY:Routedge.
- Bandura, A.（1977）. Self-sefficacy: toward a unifying theory of behavioral

- change. *Psychological Review*, 84,191-215.
- Buss,D. M. (2000) . The evolution of happiness. *American Psychologist*,55 (1) , 15-23.
- Bammel, G.,& Burrus-bmmel,L. L. (1992) . *Leisure and Human*.
- Brent Ritchie, J. R. (1975) . On the derivation of leisure activity : A perceptual mapping. *Journal of Leisure Research*, 7, 128-140.
- Chang,Z.,Geert, D., & Li, Y. (2011) . Teacher perceptions of school culture and their organizational commitment and well-being in a Chinese school. *Asia Pacific Education*.12, 319-328.
- Diener, E. (2000) . Subjective well-being: The science of happiness and proposal for anational index.*American Psychologist*, 55 (1) , 34-43.
- Diener, E., Lucas, R. E., & Oishi, S. (2005) . Subject well-being: The science of happiness and life satisfacation. In C. R. Snyder & S.J.Lopez (Eds.) . *Handbook of positive psychology*. New York:Oxford University Press.
- Diener, Ed., Robert, A., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985) . The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49 (1) , 71-75.
- Empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82 (6) , 1007-1022.
- Dumazedier, J. (1974) , *Sociology of leisure*, NY: Elsevier.
- Godbey, G. (2003) . *Leisure in your life: An exploration (6th ed.)* . State College, PA:Venture
- Grazia, S. (1962) . *off time, work and leisure*, New York: Doubleday and Company.
- Godbey, G. (1994) . *Leisure in your life: An exploration*. State College, PA: Venture Publishing.

- Grazia, S. D. (1962) . Off time, work and leisure. Nova York, 20.
- Headey, B. & Wearing, A. (1989) , Personality, life events, and subjective well-being: Toward a dynamic equilibrium model, *Journal of Personality and Social Psychology*, 57 (4) , 731-739
- Kyriacou, C. (2001) . Teacher stress: Directions for future. *Educational*
- Kelly, J. (1972) , Work and leisure: A simplified paradigm, *Journal of Leisure Research*, 4, 50-62.
- Money, S. M. (1992) . What is teaching effectiveness? A survey of student and teacherperceptions of teacher effectiveness. (ERIC Document Reproduction Service No.Review ,53 (1) , 26-53.education. *Journal of Teacher Education*, 31 (5) , 28-32.
- Maslow, A. H. (1970) . A theory of human motivation. *Psychological review*. 50 (4) ,70-396.
- Mannell, R. C., & Kleiber, D. A. (1999) . *A Social Psychology of Leisure*. PA: Venture Publishing, Inc.
- Ragheb, M. G., & Beard, J. G. (1982) . Measuring leisure attitude. *Journal of LeisureResearch*,14 (2) , 155-167.
- Sharma, N. (2016, July) . Role of Leisure Satisfaction in Health and Happiness. In *Third ISA Forum of Sociology (July 10-14, 2016) . Isaconf.*

附錄

學前教保服務人員休閒活動參與、幸福感與教學效能之相關研究-

以台南市國小附幼為例（正式問卷）

親愛的老師您好：

我是南華大學的研究生，十分感謝您參與本問卷之填答，此為一份學術研究問卷，本研究目的是針對「幼兒園學前教保服務人員休閒活動參與、幸福感與教學效能」進行分析與探討。問卷採不記名方式，所填寫的資料均僅供學術研究使用，您的寶貴意見對本研究影響甚鉅，請直接依照您實際的感受填寫，由衷感謝您的幫忙與支持！

敬祝萬事如意、健康快樂！

南華大學國際事務與企業學系公共政策研究所

指導教授：張子揚博士

研究生：程英芬 敬上

中華民國 107年12月

本問卷分成四大部份：第一部份為基本資料，第二部份為參與休閒活動問卷量表，第三部份為幸福感問卷量表，第四部份為教學效能問卷量表。

【第一部份】基本資料

填答說明：請根據您個人及服務學校的狀況，在□內打「✓」。

一、性別：

(1) 男 (2) 女

二、年齡：

(1) 30 (含) 歲以下 (2) 31 至 40 歲

(3) 41 至 50 歲

三、擔任職務：

(1) 園長 (2) 主任 (3) 教師兼行政職務

(4) 幼教師 (5) 教保員

四、最高學歷：

(1) 教育大學 (含師範大學) (2) 一般大學

(3) 專科學校 (4) 研究所 (含碩士、博士)

五、婚姻狀況：

(1) 已婚 (2) 單身

六、在服務學校任教年資：

(1) 5 (含) 年以下 (2) 6 至 10 年

(3) 11 至 20 年 (4) 21 年以上

【第二部份】參與休閒活動量表

說明：		1	2	3	4	5
<p>1.以下題目是想請教各位老師您在過去半年內休閒活動參與的程度，請老師依自己休閒活動參與的頻率勾選。</p> <p>2.同一問項中數個休閒活動，只要符合其中一個即可勾選，例如：「聊天、喝下午茶、去 KTV 唱歌」，覺得自己偶爾「喝下午茶」，但並沒有「聊天、去KTV 唱歌」，仍直勾選偶爾參與即可。</p> <p>3.每題只能勾選一個答案。</p>		從 未 參 與	很 少 參 與	偶 爾 參 與	較 常 參 與	常 常 參 與
運動 型	1.瑜珈、跳舞	<input type="checkbox"/>				
	2.慢跑、快走、健行	<input type="checkbox"/>				
	3.登山、爬山	<input type="checkbox"/>				
	4.游泳	<input type="checkbox"/>				
	5.球類運動	<input type="checkbox"/>				
	6.騎自行車、兜風	<input type="checkbox"/>				
社 交 型	7.聚餐、聊天、喝下午茶、去 KTV 唱歌	<input type="checkbox"/>				
	8.社會服務、義工、志工	<input type="checkbox"/>				
	9.拜訪親友、家庭聚會	<input type="checkbox"/>				
	10.聯誼活動、社團活動	<input type="checkbox"/>				
知 識 型	11.藝文活動（參觀展覽、看表演、書法、繪畫、寫作、攝影、插花、彈奏樂器）	<input type="checkbox"/>				
	12.參加研習活動	<input type="checkbox"/>				
	13.聽演講、研究、進修	<input type="checkbox"/>				
	14.語言學習、電腦學習、樂器學習	<input type="checkbox"/>				
	15.閱讀書報雜誌	<input type="checkbox"/>				
	16.看電視新聞	<input type="checkbox"/>				
嗜 好 型	17.手工藝、居家布置、拼布、編織、烹飪	<input type="checkbox"/>				
	18.園藝、種菜	<input type="checkbox"/>				
	19.休息小睡、發呆	<input type="checkbox"/>				
	20.聽廣播、聽音樂	<input type="checkbox"/>				
	21.下棋、桌遊	<input type="checkbox"/>				
	22.上網、線上遊戲	<input type="checkbox"/>				
	23.追劇（大陸劇、韓劇）	<input type="checkbox"/>				
	24.逛街、逛夜市	<input type="checkbox"/>				

【第三部份】幸福感量表

說明： 以下問題是想要了解各位老師您對於目前生活的幸福 感程度，請依實際狀況勾選。	1	2	3	4	5
	非常 不同 意	不 同 意	普 通	同 意	非 常 同 意
一、生活滿意					
1.我的理想可以獲得實現	<input type="checkbox"/>				
2.我認為世上的事情是美好的	<input type="checkbox"/>				
3.我對現在生活中的事感到滿意	<input type="checkbox"/>				
4.我很享受並珍惜擁有的一切	<input type="checkbox"/>				
5.保持輕鬆自在的心情	<input type="checkbox"/>				
二、人際關係					
6.我喜歡幫助別人	<input type="checkbox"/>				
7.我和同事相處氣氛和諧融洽	<input type="checkbox"/>				
8.我認為世上的事情總有美好的一面	<input type="checkbox"/>				
9.我能與他人建立良好關係	<input type="checkbox"/>				
三、工作成就					
10.我有能力解決工作上的問題	<input type="checkbox"/>				
11.我的專業付出受到別人的肯定	<input type="checkbox"/>				
12.我的工作表現總能帶給我成就感	<input type="checkbox"/>				
13.過去所面對的工作難題，現在都是我成長的助力	<input type="checkbox"/>				
14.我的工作具備發展的潛能與機會	<input type="checkbox"/>				
四、自我肯定					
15.我對自己有信心，重視自己的價值	<input type="checkbox"/>				
16.我有能力解決生活中的問題	<input type="checkbox"/>				

【第四部份】教學效能量表

說明： 此部分主要了解各位教師教學情況，請依實際教學狀況 做勾選。	1	2	3	4	5
	非 常 不 同 意	不 同 意	普 通	同 意	非 常 同 意
一、教學計劃					
1.我能在教學活動前，先準備相關資料，充實教材	<input type="checkbox"/>				

內容					
2.我能在教學前設計與幼兒舊經驗相關的活動與教材	<input type="checkbox"/>				
3.上課前我會先進行備課活動	<input type="checkbox"/>				
4.我會在教學前布置與教學內容相關情境來引起幼兒的學習動機	<input type="checkbox"/>				
二、班級經營					
1.我能傾聽幼兒的想法並與幼兒溝通	<input type="checkbox"/>				
2.我能與幼兒保持友善的關係，避免使用負面的言詞	<input type="checkbox"/>				
3.我能適時的給予幼兒關心與鼓勵	<input type="checkbox"/>				
4.我能有效維持班級秩序，營造良好的學習環境	<input type="checkbox"/>				
三、教學評量					
1.我會使用多元方式（觀察、實作、開放式問答）評量學習結果	<input type="checkbox"/>				
2.我會適時讚美，鼓勵學習進步的幼兒	<input type="checkbox"/>				
3.我會依評量結果，調整教學活動	<input type="checkbox"/>				
四、教材與教學策略					
1.上課前我會將教學相關教材、設備準備齊全	<input type="checkbox"/>				
2.我會運用不同的教學方法來呈現教材	<input type="checkbox"/>				
3.我會將之前的教學經驗融入在教材設計中	<input type="checkbox"/>				
4.我會以活潑、生動、有趣的教學方式來設計教學活動	<input type="checkbox"/>				
5.我會透過良好的教學表達能力，引導幼兒學習	<input type="checkbox"/>				
6.我的教學方式很生動，常常能引起幼兒的學習興趣	<input type="checkbox"/>				
7.我會依幼兒對課程之吸收情形來調整課程的內容與進度	<input type="checkbox"/>				
8.我會依教學之需要，選擇適當的教學媒體	<input type="checkbox"/>				

※本問卷到此結束，請再幫忙檢查是否有遺漏填寫，感謝您的填答※