

國中融合班教師工作壓力與其因應策略之研究

鍾裕勝

桃園市光明國中

王明泉

國立臺東大學特殊教育學系

吳勝儒

國立臺東大學特殊教育學系

魏俊華

國立臺東大學特殊教育學系

摘要

本研究旨在探討國中融合班教師工作壓力與其因應策略的現況，並比較不同背景變項的融合班教師在工作壓力與其因應策略的差異情形，同時探討不同壓力程度之教師其因應策略的差異情形。

本研究採用調查研究法，以桃園市國中融合班教師為研究對象，共寄出475分問卷，回收的有效樣本為359份，有效回收76%。研究工具採用國中融合班教師工作壓力與因應策略問卷，問卷調查所得資料，以百分比、平均數、標準差、t考驗及單因子變異數分析處理。根據研究結論歸納以下結論：

- 一、國中融合班教師所感受的整體壓力，屬中等壓力。
- 二、國中融合班教師之壓力感受，最大的是處理學生層出不窮的糾紛，最小的是因無法達到家長對我的期望而感到困擾。
- 三、國中融合班教師壓力感受大小，依序是專業知能、學生問題、工作負荷、人際溝通、角色壓力、支持系統。
- 四、融合班教師工作壓力感受，會因教學年資、教育程度、任教融合班原因、學校規模及任教班級結構不同，有顯著差異。但不因性別、年齡、特教專業背景、融合班教學經驗而有顯著差異。
- 五、國中融合班教師面對工作壓力，最常採用抱持樂觀進取的人生觀，最少採用的是參加相關的研習，以增加解決問題的能力。
- 六、國中融合班教師的因應策略之頻率，最高的是理性思考，其次是尋求支持、時間管理、問題解決，最低的是自我調適的因應策略。
- 七、國中融合班教師之工作壓力因應策略的採用頻率，會因性別、年齡、教學年資及任教融合班原因不同，有顯著差異；但不因教育程度、特教專業背景、融合班教學經驗、學校規模及任教班級結構有顯著差異。

關鍵詞：融合教育、融合班教師、工作壓力、因應策略

緒論

本研究旨在探討國民中學融合班教師的工作壓力與因應策略，在融合教育的理念之下，執行融合精神的融合班教師的工作壓力及因應策略，將影響融合教育執行的品質。

融合教育已是當前世界各國致力推行的教育理念，聯合國（United Nations, UN）為更確立身心障礙者的教育需求，於2006年提出《身心障礙者權利宣言》（Convention on the Rights of Persons with Disabilities, CRPD），其中第24條規定，各締約國確認身心障礙者享有受教育的權利。為了在不受歧視和機會均等的情况下實現這一權利，締約國應當確保在各級教育實行包容性教育制度和終生學習；為了實現這一權利，締約國應當確保身心障礙者不因身心障礙而被排拒於普通教育系統及免費和義務初等教育或中等教育之外，並在普通教育系統中獲得必要的支助，以利於他們確實獲得教育（UN, 2006）。此宣言更確認了身心障礙者接受融合教育的依據。

融合教育理念也深受「正常化」（normalization）、「回歸主流」（mainstreaming）與「普通教育改革」（Regular Education Initiative, REI）的影響。其中，「普通教育改革」主張普通教育與特殊教育應從二元分流整合成一元的教育系統，進而達到全面融合。這些的融合教育運動，都彰顯身心障礙者應享有與一般人相同的人權（鈕文英，2015）。Renzaglia, Karvonen, Drasgow, 和 Stoxen（2003）認為「融合」是在於創造身心障礙者擁有美滿的生活，能夠自主決定及參與自己的生活，而不是被動的接受他人安排。家長、教師及學生三方面的配合，是融合教育成功的關鍵所在。其中最主要的執行的人物就是「教師」。教師將承擔額外的工作量並且擔任多重的角

色（鈕文英，2002）。

根據教育部2017年特殊教育統計報告，國民中學階段身心障礙類學生安置類型概況，在「自足式特教班」的學生為約占全體的15.5%，而於「普通班接受特教服務」及「分散式資源班」約占全體的84.5%（教育部特殊教育通報網，2017）。雖然國內教育安置以普通班為主，但融合教育的推展仍有諸多阻力。因為實施層面較廣泛，參與的人員較多，課程也涵蓋普通教育及特殊教育，所以實施上存有不少問題。隨著普通班教師接觸身心障礙學生的機會越來越多，融合班教師將遭遇的阻力及工作壓力也將隨之增加（劉明松，2009）；教師們基本上支持融合的理念，但若沒有獲適當的支持，而將所有學生納入普通教室中，會對教師產生巨大的壓力（Brackenreed, 2011）。

融合班教師在推展融合教育時所承受的工作壓力為何？研究者彙整一般常被討論的背景變項，發現李榮珠（2004）探討彰化縣國小融合班教師工作壓力情形，發現男性教師在整體壓力及「工作負荷」、「教學困擾」等層面所承受的壓力顯著大於女性教師；林宜君（2010）探討台北縣國中融合班教師工作壓力情況發現年齡對工作壓力並無影響，與李榮珠（2004）及廖珮倫（2007）的研究發現不一致；林宜君（2010）探討台北縣國中融合班教師工作壓力情況發現教學年資對工作壓力並無影響，與李榮珠（2004）、曾嫻婷（2007）、廖珮倫（2007）及Brackenreed（2011）的研究發現不一致。顯示國內探討融合班教師工作壓力相關課題仍有值得研究的空間。

融合班教師在推展融合教育，採用何種因應策略來紓解工作壓力？研究者彙整相關文獻，發現國內探討教師工作壓力與因應策略的相關研究，大多是以普通班教師或行政人員為主。所以本研究以國中融合班教師為研究對象

，運用問卷調查的量化研究了解目前國中融合班教師所承受的工作壓力以及面對工作壓力時的因應策略的現況，藉由教師高、低不同的工作壓力感受所採用的因應方式，了解國中融合班教師工作壓力因應策略的使用程度為何，並提出有效因應工作壓力的策略提供融合班教師參考。

基於以上研究動機，本研究擬以問卷調查的方式，探討國中融合班教師工作壓力情形以及所採取的因應策略。本研究的主要目的如下：

- (一) 了解國中融合班教師工作壓力之現況。
 - (二) 比較不同背景變項之國中融合班教師所承受工作壓力之差異情形。
 - (三) 分析國中融合班教師面對工作壓力所採取因應策略情形
 - (四) 探討不同背景變項之國中融合班教師面對其壓力所採用因應策略之差異
- 本研究的主要待答問題如下：
- (一) 國中融合班教師工作壓力之現況為何？
 - (二) 不同背景變項之國中融合班教師所承受工作壓力是否有顯著差異？
 - (三)、國中融合班教師面對工作壓力所採取因應策略之現況為何？
 - (四) 不同背景變項之國中融合班教師面對其壓力所採用因應策略是否有顯著差異？

文獻探討

一、教師工作壓力理論模式

一般而言，教師工作壓力類型以工作負荷壓力、專業素養壓力與人際關係壓力最常見（陳瑋婷、徐嫻巧，2013）。而Kyriacou與Sutcliffe（1978）被視為是教師壓力的研究先驅，其統整出教師工作壓力的理論模式，亦即壓力轉換過程為：物理或心理壓力來源→內在

評估威脅性→成為實際的壓力來源→運用是應策略減少威脅→壓力並未消除或減弱，將對教師的身心及行為產生影響→長期性壓力將導致教師慢性的身心疾病如心身病、心臟病、心病。

在1982年Moracco與McFadden修正Kyriacou與Sutcliffe的教師工作壓力理論模式，提出了另一個教師工作壓力的模式架構，指出構成教師工作潛在的壓力源：社會、工作及家庭，三者間相互影響，並間接或直接的造成教師不同程度的壓力問題。教師的評估此潛在的壓力源後，若無法適當的調整，教師就會感受到壓力的存在。在感受到實際壓力後，個體會為了減輕壓力採取一些因應措施；而教師個人的特質，包含：經驗、人格特質、價值觀念等，會影響教師對壓力的評估及因應方式。若所採取的因應措施效果不彰，就會出現某些身心上的壓力徵狀，一旦長期處於壓力之下而又無法有效紓解時，將會形成長期性的壓力徵狀，例如一些身心疾病：高血壓、心臟病等。

Tellenback、Brenner和Löfgren（1983）修正了Kyriacou和Sutcliffe的教師工作壓力模式，強調「學校鄰近地區特質」（neighbourhood characteristics）及「教師特質」都有可能成為教師工作的壓力源。許多學者認為「人」與「環境」交互作用的結果形成壓力。而學校特質包含：學校所處地區、規模大小、校長的領導風格、社區水準級學校的組織氣；教師特質則包含性別、年齡、年資及教育程度等。

綜合上述學者所提出的教師工作壓力模式，歸納如下：

- (一) 教師工作壓力來源是多向度的，包含內向物理的、心理的因素，外在因素如學校、社會、家庭，甚至是教師個人特質與非職業壓力源交互作用的結果。
- (二) 因教師本身不同的個人特質，對壓力

源會產生不同的工作壓力知覺，對壓力的反應會有個別差異。

(三) 教師在面對工作上的壓力時，需透過適應機轉，減緩壓力源所帶來的威脅，教師本身的因應機制，會決定壓力是否持續存在。若有效的因應策略能降低壓力、解除壓力，但經評估後若無良好的適應機轉時，反而會引起壓力造成身心健康的損害。

(四) 長期持續的工作壓力而無法採許有效因應策略，必然會產生身心疾病及工作倦怠，導致人體無法承擔，一旦超過個體所能承受的耐力與極限，便會使表現或效率降低。

二、融合班教師之工作壓力來源的相關研究

表1
影響融合班教師工作壓力之相關因素表

研究者	教學 困擾	工作 負荷	時間 運用	角色 壓力	學生 問題	社會 支持	同事 關係	專業 知能	行政 支持
Harding & Darling (2003)	V	V		V				V	
李榮珠 (2004)	V	V	V	V	V	V		V	
Ammah & Hodge (2005)	V	V		V				V	
黃瑋苓 (2005)		V		V	V	V		V	
蘇淑嫻 (2007)	V	V	V	V	V	V		V	
曾嫻婷 (2007)		V		V	V		V	V	V
廖珮倫 (2007)	V	V	V	V	V	V		V	
游數珠 (2008)	V	V			V			V	V
林宜君 (2010)	V	V			V	V			
合計	5	7	3	5	7	5	1	6	2

資料來源：研究者整理

三、教師工作壓力因應策略之相關研究

陳彰儀 (1995) 認為紓解壓力的方式，比較屬於治標性，如運動、放鬆及營養等方式，這些方式不太能幫助消除壓力來源，但能增加我們對壓力的容忍力。本節主要探討教師工作壓力與因應策略之相關研究。一般而言自變項為工作壓力，而依變項為因應策略，探討兩者間的相關與影響。以下研究者整理國內外學者對教師因應策略的方式，如表2-2所示；歸納

研究者整理有關融合班教師為研究對象的文獻，歸納影響其教師工作壓力的相關因素列於表。由表2-1可知：融合班教師的工作壓力是多向度；其中工作負荷、學生問題及專業知能最常作為研究者研究之向度。而本研究中的「教師工作壓力」係指：從事國民中學融合班教師在面對教學工作時，所產生的生理或心理負面感受，也就是說教師的工作壓力，其來源包含：1.工作負荷、2.專業知能、3.人際溝通、4.學生問題、5.角色壓力、6.支持系統；並以上六個向度，作為研究者探討國中融合班教師之工作壓力來源的架構。

以上學者對於教師壓力因應策略之研究，發現大致上含有認知、情緒和行為三方面。認知層面包含：理性思考、重新評估；情緒層面包含：情緒調適、增進情誼；行動方面包含：尋求支持、問題解決。因此，本研究將教師面對工作壓力的因應策略定義為：教師在面對工作壓力情境或問題時，所採取的適當措施，藉以減少壓力，減輕或消除負面反應，從而提昇工作效率之過程。

表2
國內外學者對教師因應策略方式

研究者	年代	教師因應策略
Daane、Berine & Latham	2000	因應策略包含：積極參與、轉移注意、理性思考、接納責任、重新評估
Troman	2000	教師因應策略包含：增進師生溝通、辦理活動促進師生情誼、自我肯定積極參與
Head & Cogan	2003	積極與特殊教育專業團體和班級教師教學合作及共同發展課程
Park、Armeli & Tennen	2004	當人們都面對壓力時，發現這是比較難以控制的，個體更可能調節自己的情緒，使用的應對策略面對壓力，而不是從事努力改變這種情況
張春興	2006	認為壓力因應是指當環境改變使個體生活遭遇困難或限制時，個體為了因應環境的要求，並維護個人利益所採取的一切方法。
曾嫻婷	2007	Lazarus和Folkman（1984）將因應視為壓力的「調節器」，指出因應是指藉由認知與行為的處理方式，以控制超乎個人內在所能負荷之要求。將壓力因應分成自我調適、尋求支持、理性思考、時間管理和問題解決等五層面。
吳南成	2010	指當教師遭遇教學困擾時，為解決內外衝突，避免心理或情緒方面不安定狀態導致焦慮、無力感、工作疲乏現象，在評估所能操控的資源與自身能力後，採取在認知、情緒或行動上的努力以解決其教學困擾。因此，因應策略是一種動態的歷程，是一種問題解決的方法，目的是維護個體正常運轉。
劉秀鈴	2011	本研究的因應策略係指資源班教師與學校工作環境互動過程中，遭受困擾或壓力事件時，採取何種方式以避免長期壓力累積之下產生威脅、焦慮或其他身心疾病。認知情境之要求與思考評估本身因應資源，在生理、心理或行為上所做的努力，產生有助於減輕工作壓力負荷之行為過程，期能繼續在工作崗位上服務，提升教學品質，展現績效。
Brackenreed, D.	2011	教師因應方式有維持幽默感、借助過去的教學經驗、擬訂計畫並執行以及聚焦於下一步對老師專業知識和經驗的要求。
徐禮知	2012	教師因應方式是指教師在面對工作壓力情境或問題時，所採取的相關適當措施，藉以降低壓力，減輕或消除負面效應，從而提昇工作效率之過程。在本研究中，係將教師因應方式分成理性分析、尋求協助和情緒調適等三個層面。
吳明宗	2013	因應策略是指個體知覺外在環境改變所造成的壓力事件出現時，在認知、行為與情緒三方面的管理、調整與努力，所採取的處理方式，以減緩壓力對個體的負面影響，進而恢復個人與環境間的平衡。
林芳瑜	2013	本研究所指之壓力因應策略為教保服務人員壓力因應策略，包括解決問題、理性思考、尋求支持、情緒調適、延宕逃避。壓力因應策略問卷之得分，所得分數越高，表示該壓力因應策略層面的使用狀況越高；反之，則越低。

資料來源：研究者整理

研究方法

一、研究架構

本研究依據研究動機、研究目的、相關文獻，運用調查研究法，探究國中融合班教師工作壓力與因應策略現況及差異情型，擬定研究架構如圖3-1所示，並加以路徑說明如下：

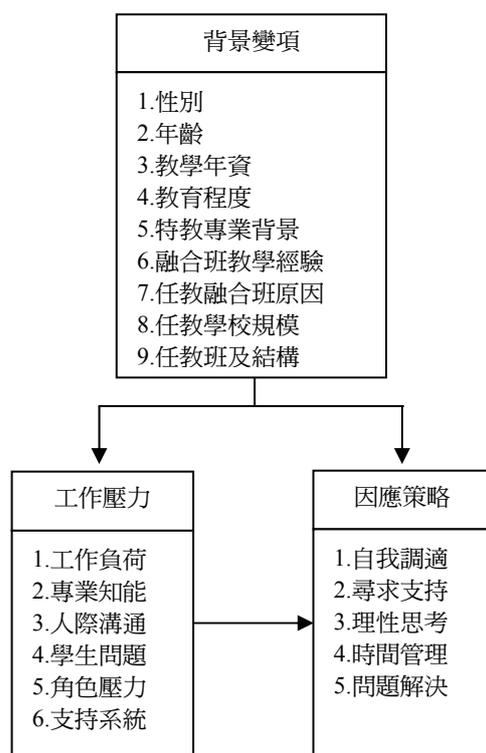


圖1 研究架構

研究架構包含一個自變項（背景變項）與兩個依變項（工作壓力、因應策略）。其中個人背景變項包括：性別、年齡、教學年資、教育程度、專業背景、融合班教學經驗、任教融合班原因、任教學校規模、任教班級結構等九項；工作壓力向度包括：工作負荷、專業知能、人際溝通、學生問題、角色壓力、支持系

統等六個層面；因應策略向度包括：自我調適、尋求支持、理性思考、時間管理、問題解決等五個層面。本研究除了解國中融合班教師工作壓力與因應策略現況外；並探討不同個人背景變項的融合班教師，其工作壓力感受和採取的因應策略是否有顯著差異；再分析國中融合教育班教師之背景變項及工作壓力對因應策略之有效預測程度。

二、研究對象

研究取樣的方法，是以2016年任職於桃園市國中融合班教師為主要的研究對象，在研究取樣上採用分層隨機抽樣的方式，以「學校規模」的大小為分層標準，分別為12（含）班以下、13至24班、25至48班、49（含）班以上等四種層級，待統計出各分層受試樣本的學校數後，每一分層各抽取三分之一（以無條件進入法取整數）為預定學校樣本數。桃園縣內含有融合班之國民中學中，49（含）班以上共有24所、25至48班共有18所、13至24班共有9所，12（含）班以下共有5所，預計抽取19所學校。

本研究的母群體共有1422位教師，採分層抽樣方式，施測475位老師，共得有效問卷359份，問卷有效回收率76%。在本研究填答者之基本資料分布，教師背景以女性居多，年齡31-50歲的教師占有七成比例，教師任教年資為6-25年者約有八成比例，教師教育程度以研究所（含四十學分班）最多；特教專業背景方面，由特殊教育系（所）組畢業者比例不到一成，由此可見只有少數人具有專業背景知識，約有六成教師曾經擔任融合班教師，而任教原因有六成的教師是經由學校編排擔任，目前擔任融合班教師以學校規模載49（含）班以上居多，而班級中特殊生與一般生比以1:21到1:30為主。

三、研究工具

為了解國民中學融合班教師在工作上知覺之壓力與因應策略情形，本研究徵詢曾焜楸同意引用，採其於2007年所編之「國小融合教育班教師工作壓力與因應策略調查問卷」，為主要調查工具進行施測，作為蒐集資料的研究工具。曾焜楸（2007）以台中縣國小融合教育班教師為研究對象，本研究則以桃園縣公立國民中學融合班教師為研究對象。本研究之問卷將國中融合教育班教師工作壓力分為六個層面，分別為（1）工作負荷、（2）專業知能、（3）人際溝通、（4）學生問題、（5）角色壓力、（6）支持系統等六部分；因應策略分為五個層面，分別為（1）自我調適、（2）尋求支持、（3）理性思考、（4）時間管理、（5）問題解決等五個部分。整體工作壓力共50題之Cronbach α 值為.9774，可見「工作壓力量表」具有相當高信度。在整體壓力因應量表中，全量表共40題之Cronbach α 值為.9603，可見「壓力因應量表」內容很好的信度；效度部分在本問卷完成時，曾徵詢國內五位相關的學者專家意見加以修改而成，問卷內容具有專家效度。

四、資料分析

本研究問卷資料部分係以社會科學統計套裝軟體SPSS套裝軟體進行資料處理：

（一）以平均數與標準差瞭解受試者的分佈情況，並分析受試者對各層面感受之歸類。

（二）以t考驗分析性別、融合班教學經驗之國中融合教育班教師工作壓力與因應策略的差異情形以及分析教師的不同背景變項在工作壓力與因應策略各層面程度上是否有顯著差異。

（三）以單因子變異數分析（onewayANOVA）分析不同背景變項之國中融合教育班教師工作壓力與因應策略的差異情形以及分析教

師的不同背景變項在工作壓力與因應策略各層面程度上是否有顯著差異，若達顯著水準，再進行事後比較。

結果與討論

一、教師整體工作壓力狀況方面

（一）國中融合班教師所感受的整體壓力，平均數為2.26，量表每個题目的得分平均數為1.87到2.76之間，壓力感受介於本問卷量表毫無壓力（1分）至有些壓力（3分）之間，整體壓力平均數2.26分，因此國中融合班教師的工作壓力可說是中等程度。其中在工作上所感到最有壓力的五項情境，分別如下：

1.處理學生層出不窮的糾紛。

2.學生障礙類別太多，我個人的專業能力不足以應付。

3.因缺乏促進特殊學生與一般學生互動的策略感到困擾。

4.因特殊學生缺乏學習動機感到困擾。

5.因缺乏處理特殊學生在融合班上的人際問題感到困擾。

（二）教師工作壓力各層面分析

如表3所示。在六個壓力層面中，國中融合班教師工作壓力程度相近，其大小依序是專業知能、學生問題、工作負荷、人際溝通、角色壓力、支持系統。

由分析結果可發現國中融合班教師之整體工作壓力接近中等程度，造成融合班教師之最大壓力感受的前五個問題，分別是處理學生層出不窮的糾紛、學生障礙類別太多，我個人的專業能力不足以應付、因缺乏促進特殊學生與一般學生互動的策略感到困擾、因特殊學生缺乏學習動機感到困擾、因缺乏處理特殊學生在融合班上的人際問題感到困擾。教師較不感到壓力的三項問題分別是：在特殊學生家長面

前專業角色不被肯定、因必須常與特教教師溝通特殊學生的問題感到困擾、因無法達到家長對我的期望而感到困擾。較大的壓力感受的問題均集中於「專業知能」及「學生問題」，較

低程度的壓力問題則為「角色壓力」及「支持系統」，壓力之大小依序是專業知能、學生問題、工作負荷、人際溝通、角色壓力及支持系統。

表3
國中融合班教師工作壓力各層面之統計分析表

層面	題數	平均數	標準差	單題平均數	量表中間數	等級
專業知能	10	24.57	7.94	2.46	3	1
學生問題	8	19.25	6.54	2.41	3	2
工作負荷	10	23.42	7.27	2.43	3	3
人際溝通	6	12.98	4.62	2.16	3	4
角色壓力	8	16.61	5.83	2.08	3	5
支持系統	8	16.18	6.12	2.02	3	6
整體壓力	50	113.01	33.83	2.26	3	

N=359

二、不同背景變項教師工作壓力之差異

探討國中融合班教師工作壓力情形，是否因個人背景變項的不同而有差異。個人背景變項包括：性別、年齡、任教年資、教育程度、特教專業背景、融合班教學經驗、任教融合

班原因、學校規模、任教班級結構。

(一) 性別

由表4顯示，不同性別的桃園縣國中融合班教師的工作壓力，以t考驗分析，顯示未達顯著差異。

表4
不同性別教師之工作壓力分析摘要表

層面	性別	個數	平均數	標準差	t值
工作負荷	男	94	22.96	7.57	-0.501
	女	263	23.40	7.17	
專業知能	男	94	23.94	8.09	-0.828
	女	263	24.73	7.89	
人際溝通	男	94	12.64	4.50	-0.734
	女	263	13.05	4.66	
學生問題	男	94	18.78	6.52	-0.791
	女	263	19.40	6.56	
角色壓力	男	94	17.07	6.35	-0.925
	女	263	16.42	5.649	
支持系統	男	94	16.12	6.16	-0.185
	女	263	15.98	6.10	
工作壓力總分	男	94	111.5	34.77	-0.362
	女	263	112.97	33.54	

註：*P<0.05，**P<0.01

(二) 年齡

均數差異不大，以單因子變異數分析，F值均

如表5所示。各組在「整體工作壓力」等層面的工作壓力知覺方面之得分雖不同，但平

未達.05顯著水準。

表5

不同年齡與教師工作壓力差異情形之分析摘要表

層面	年齡	個數	平均數	標準差	F值	事後比較
工作負荷	1. 30歲以下	76	24.93	6.22	1.82	
	2. 31-40歲	154	22.73	7.57		
	3. 41-50歲	117	23.20	7.49		
	4. 51歲以上	11	21.55	6.61		
專業知能	1. 30歲以下	76	25.74	6.69	1.05	
	2. 31-40歲	154	24.14	8.64		
	3. 41-50歲	117	24.53	7.6		
	4. 51歲以上	11	22.09	9.28		
人際溝通	1. 30歲以下	76	13.87	4.65	1.56	
	2. 31-40歲	154	12.48	4.79		
	3. 41-50歲	117	13.06	4.2		
	4. 51歲以上	11	12.73	6.07		
學生問題	1. 30歲以下	76	20.61	5.81	1.56	
	2. 31-40歲	154	19.14	7.04		
	3. 41-50歲	117	18.68	6.07		
	4. 51歲以上	11	17.91	8.51		
角色壓力	1. 30歲以下	76	17.41	5.57	0.64	
	2. 31-40歲	154	16.31	6.28		
	3. 41-50歲	117	16.58	5.33		
	4. 51歲以上	11	16.09	6.64		
支持系統	1. 30歲以下	76	17.03	6.37	2.56	
	2. 31-40歲	154	15.06	6		
	3. 41-50歲	117	16.70	5.91		
	4. 51歲以上	11	17.09	6.69		
工作壓力總分	1. 30歲以下	76	119.58	30.94	1.50	
	2. 31-40歲	154	109.87	36.46		
	3. 41-50歲	117	112.74	30.99		
	4. 51歲以上	11	107.45	41.94		

註：*P<0.05，**P<0.01

(三) 教學年資

由表6顯示，不同教學年資的國中融合班教師對工作壓力感受的差異情形，在「整體工作壓力」等層面的工作壓力知覺方面存在顯著差異；進行Scheffe法事後比較發現：在「角

色壓力」並無顯著差異，而在「整體工作壓力」、「工作負荷」、「專業知能」、「人際溝通」、「學生問題」及「支持系統」層面均顯示，教學年資在5年以下的教師壓力顯著大於教學年資6-15年之間的教師。

表6
不同教學年資與教師工作壓力差異情形之分析摘要表

層面	教學年資	個數	平均數	標準差	F值	事後比較
工作負荷	1. 5年以下	68	25.82	5.94	4.36**	1>2
	2. 6-15年	186	22.25	7.39		
	3. 16-25年	100	23.56	7.50		
	4. 26年以上	3	20.33	6.51		
專業知能	1. 5年以下	68	27.35	7.14	4.19**	1>2
	2. 6-15年	186	23.68	8.08		
	3. 16-25年	100	24.32	7.89		
	4. 26年以上	3	19.00	4.36		
人際溝通	1. 5年以下	68	14.82	4.41	5.32**	1>2
	2. 6-15年	186	12.27	4.71		
	3. 16-25年	100	13.02	4.33		
	4. 26年以上	3	11.67	5.13		
學生問題	1. 5年以下	68	21.57	6.00	4.37**	1>2
	2. 6-15年	186	18.48	6.48		
	3. 16-25年	100	19.12	6.60		
	4. 26年以上	3	14.67	6.51		
角色壓力	1. 5年以下	68	18.25	5.44	2.80*	n.s.
	2. 6-15年	186	15.99	6.13		
	3. 16-25年	100	16.65	5.28		
	4. 26年以上	3	13.67	5.13		
支持系統	1. 5年以下	68	18.04	6.47	5.21**	1>2
	2. 6-15年	186	14.95	6.06		
	3. 16-25年	100	16.71	5.53		
	4. 26年以上	3	13.33	4.73		
工作壓力總分	1. 5年以下	68	125.87	30.60	5.4**	1>2
	2. 6-15年	186	107.62	34.87		
	3. 16-25年	100	113.38	31.60		
	4. 26年以上	3	92.67	30.04		

註：*P<0.05，**P<0.01

(四) 教育程度

由表7顯示，不同教育程度的國中融合班教師對工作壓力感受的差異情形，在「整體工作壓力」、「專業知能」、「人際溝通」、「

學生問題」、「角色壓力」及「支持系統」等層面的工作壓力知覺方面有顯著差異，經事後比較，教育程度為學士學位的教師工作壓力感受顯著大於教育程度為碩士學位的教師。

表7
不同教育程度與教師工作壓力差異情形之分析摘要表

層面	教育程度	個數	平均數	標準差	F值	事後比較
工作負荷	1. 研究所	163	22.24	7.08	3.43*	n.s.
	2. 師範大學	111	23.97	7.01		
	3. 一般大學	83	24.53	7.83		
專業知能	1. 研究所	163	23.26	8.15	4.86**	3>1
	2. 師範大學	111	25.05	7.31		
	3. 一般大學	83	26.46	7.97		
人際溝通	1. 研究所	163	12.38	4.53	3.42*	3>1
	2. 師範大學	111	13.11	4.53		
	3. 一般大學	83	13.99	4.81		
學生問題	1. 研究所	163	18.27	6.41	4.6*	3>1
	2. 師範大學	111	19.58	6.04		
	3. 一般大學	83	20.87	7.12		
角色壓力	1. 研究所	163	15.54	5.62	7.35**	3>1
	2. 師範大學	111	16.97	5.80		
	3. 一般大學	83	18.45	5.79		
支持系統	1. 研究所	163	15.10	5.92	5.4**	3>1
	2. 師範大學	111	16.25	5.93		
	3. 一般大學	83	17.77	6.46		
工作壓力總分	1. 研究所	163	106.80	33.15	6.05**	3>1
	2. 師範大學	111	114.93	32.39		
	3. 一般大學	83	122.06	35.13		

註：*P<0.05，**P<0.01

(五) 特教專業背景

由表8的資料顯示，不同特教專業背景的桃園縣國中融合班教師對工作壓力感受的差異情形，各組在「整體工作壓力」、「工作負荷」、「專業知能」、「人際溝通」、「學生問

題」、「角色壓力」及「支持系統」等層面的工作壓力知覺方面之得分雖不同，但平均數差異不大，以單因子變異數分析，F值均未達.05顯著水準。

表8
不同特教專業背景與教師工作壓力差異情形之分析摘要表

層面	特教專業背景	個數	平均數	標準差	F值	事後比較
工作負荷	1.特教系(所)畢	9	26.78	4.84	1.60	
	2.特教3學分或54研習	242	22.87	7.19		
	3.從未修習特教學分	87	24.33	7.54		
	4其他	9	22.56	6.46		
專業知能	1.特教系(所)畢	9	24.78	7.22	0.82	
	2.特教3學分或54研習	242	24.26	7.90		
	3.從未修習特教學分	87	25.59	8.07		
	4其他	9	22.56	2.83		
人際溝通	1.特教系(所)畢	9	15.22	4.82	1.07	
	2.特教3學分或54研習	242	12.85	4.54		
	3.從未修習特教學分	87	13.39	4.92		
	4其他	9	12.22	3.63		
學生問題	1.特教系(所)畢	9	20.78	6.63	0.86	
	2.特教3學分或54研習	242	19.34	6.58		
	3.從未修習特教學分	87	19.59	6.79		
	4其他	9	16.22	3.93		
角色壓力	1.特教系(所)畢	9	17.00	6.75	1.35	
	2.特教3學分或54研習	242	16.24	5.84		
	3.從未修習特教學分	87	17.69	5.75		
	4其他	9	16.33	4.09		
支持系統	1.特教系(所)畢	9	18.56	6.62	1.89	
	2.特教3學分或54研習	242	15.63	6.16		
	3.從未修習特教學分	87	17.18	6.03		
	4其他	9	15.56	5.66		
工作壓力總分	1.特教系(所)畢	9	123.11	34.18	1.22	
	2.特教3學分或54研習	242	111.19	34.24		
	3.從未修習特教學分	87	117.77	33.81		
	4其他	9	105.44	22.13		

註：*P<0.05，**P<0.01

(六) 融合教學經驗

由表9顯示，不同融合班教學經驗的國中融合班教師對工作壓力感受的差異情形，各組在「整體工作壓力」、「工作負荷」、「專業

知能」、「人際溝通」、「學生問題」、「角色壓力」及「支持系統」等層面的工作壓力知覺方面之得分雖不同，但平均數差異不大，以t考驗分析均未達.05顯著水準。

表9
不同融合班教學經驗與教師工作壓力差異情形之分析摘要表

層面	融合班教學經驗	個數	平均數	標準差	t值
工作負荷	1.首次擔任融合班教師	139	22.88	7.12	-1.03
	2.曾經擔任融合班教師	211	23.70	7.34	
專業知能	1.首次擔任融合班教師	139	23.94	8.12	-1.28
	2.曾經擔任融合班教師	211	25.06	7.84	
人際溝通	1.首次擔任融合班教師	139	12.54	4.57	-1.37
	2.曾經擔任融合班教師	211	13.23	4.64	
學生問題	1.首次擔任融合班教師	139	18.32	6.30	-2.24
	2.曾經擔任融合班教師	211	19.91	6.67	
角色壓力	1.首次擔任融合班教師	139	16.38	6.09	-0.75
	2.曾經擔任融合班教師	211	16.86	5.65	
支持系統	1.首次擔任融合班教師	139	15.42	6.29	-1.65
	2.曾經擔任融合班教師	211	16.52	5.99	
工作壓力 總分	1.首次擔任融合班教師	139	109.47	33.76	-1.57
	2.曾經擔任融合班教師	211	115.27	33.79	

註：*P<0.05，**P<0.01

(七) 任教融合班原因

由表10的資料顯示，不同任教融合班原因的國中融合班教師對工作壓力感受的差異情形，在「整體工作壓力」、「工作負荷」、「專業知能」、「人際溝通」、「學生問題」、

「角色壓力」及「支持系統」等層面的工作壓力知覺方面存在顯著差異，根據事後比較結果，非自願擔任，如抽籤及學校編排任教融合班的教師壓力感受顯著大於自願任教融合班的教師。

表10
不同任教融合班原因與教師工作壓力差異情形之分析摘要表

層面	任教融合班原因	個數	平均數	標準差	F值	事後比較
工作負荷	1.自願	75	21.11	7.77	6.10**	3>1
	2.抽籤	71	22.70	7.13		
	3.學校編排	201	24.40	6.98		

(續下頁)

表10 (續)

層面	任教融合班原因	個數	平均數	標準差	F值	事後比較
專業知能	1.自願	75	20.80	7.77	12.32**	2>1
	2.抽籤	71	24.35	8.48		3>1
	3.學校編排	201	26.00	7.46		
人際溝通	1.自願	75	10.55	4.04	14.38**	2>1
	2.抽籤	71	13.20	4.58		3>1
	3.學校編排	201	13.78	4.58		
學生問題	1.自願	75	15.49	5.58	17.91**	2>1
	2.抽籤	71	19.63	7.25		3>1
	3.學校編排	201	20.56	6.17		
角色壓力	1.自願	75	13.79	5.47	13.54**	2>1
	2.抽籤	71	16.59	5.83		3>1
	3.學校編排	201	17.76	5.64		
支持系統	1.自願	75	13.25	5.50	11.96**	2>1
	2.抽籤	71	15.79	6.09		3>1
	3.學校編排	201	17.18	6.08		
工作壓力總分	1.自願	75	94.99	31.30	15.62**	2>1
	2.抽籤	71	112.27	34.23		3>1
	3.學校編排	201	119.68	32.60		

註：*P<0.05，**P<0.01

(八) 學校規模

由表11顯示，不同學校規模的國中融合班教師對工作壓力感受的差異情形，在「整體工作壓力」、「人際溝通」、「角色壓力」及「支持系統」等層面的工作壓力知覺方面存在顯著差異。事後比較結果，任教學校規模12班以下的融合班教師在「人際溝通」層面的壓力感受顯著大於任教學校規模25-48班以及49班以上的融合班教師；任教學校規模12班以下的

融合班教師在「角色壓力」層面的壓力感受顯著大於任教學校規模13-24班、25-48班以及49班以上的融合班教師；任教學校規模12班以下的融合班教師在「支持系統」層面的壓力感受顯著大於任教學校規模13-24班以及49班以上的融合班教師；任教學校規模12班以下的融合班教師在「整體工作壓力」層面的壓力感受顯著大於任教學校規模49班以上的融合班教師。

表11
不同學校規模與教師工作壓力差異情形之分析摘要表

層面	學校規模	個數	平均數	標準差	F值	事後比較
工作負荷	1. 12 (含) 班以下	18	26.50	5.32	1.49	
	2. 13-24班	54	22.70	7.65		
	3. 25-48班	132	23.61	6.68		
	4. 49 (含) 班以上	154	22.94	7.76		
專業知能	1. 12 (含) 班以下	18	27.83	8.16	1.55	
	2. 13-24班	54	25.13	8.28		
	3. 25-48班	132	24.68	7.42		
	4. 49 (含) 班以上	154	23.84	8.19		
人際溝通	1. 12 (含) 班以下	18	16.28	4.70	3.29*	
	2. 13-24班	54	12.81	5.27		1>3
	3. 25-48班	132	12.74	4.25		1>4
	4. 49 (含) 班以上	154	12.86	4.59		
學生問題	1. 12 (含) 班以下	18	23.00	5.63	2.19	
	2. 13-24班	54	19.54	7.65		
	3. 25-48班	132	18.93	6.18		
	4. 49 (含) 班以上	154	19.03	6.44		
角色壓力	1. 12 (含) 班以下	18	21.44	5.54	4.66**	1>2
	2. 13-24班	54	16.72	6.59		1>3
	3. 25-48班	132	16.07	5.11		1>4
	4. 49 (含) 班以上	154	16.51	5.97		
支持系統	1. 12 (含) 班以下	18	20.17	6.39	3.22*	1>2
	2. 13-24班	54	15.28	6.00		1>4
	3. 25-48班	132	16.20	5.85		
	4. 49 (含) 班以上	154	15.74	6.23		
工作壓力總分	1. 12 (含) 班以下	18	135.22	29.69	2.85*	1>4
	2. 13-24班	54	112.19	36.67		
	3. 25-48班	132	112.23	31.17		
	4. 49 (含) 班以上	154	110.92	34.85		

註：*P<0.05，**P<0.01

(九) 任教班級結構

由表12顯示，不同任教班級結構的國中融合班教師對工作壓力感受的差異情形，除了「人際溝通」層面以外，在「整體工作壓力」

、「工作負荷」、「專業知能」、「人際溝通」、「學生問題」及「支持系統」等層面的工作壓力知覺方面存在顯著差異。根據事後比較結果，任教特殊生與一般生比例是1：21-1：

30融合班教師在「工作負荷」層面的壓力感受顯著大於特殊生與一般生比例是1：31以上融合班教師；任教特殊生與一般生比例是1：21-1：30融合班教師在「專業知能」層面的壓力感受顯著大於特殊生與一般生比例是1：31以上融合班教師；任教特殊生與一般生比例是

1：16-1：20融合班教師在「學生問題」層面的壓力感受顯著大於特殊生與一般生比例是1：31以上融合班教師；任教特殊生與一般生比例是1：21-1：30融合班教師在「整體工作壓力」層面的壓力感受顯著大於特殊生與一般生比例是1：31以上融合班教師。

表12
不同任教班級結構與教師工作壓力差異情形之分析摘要表

層面	任教班級結構	個數	平均數	標準差	F值	事後比較
工作負荷	1. 1:15以下	67	23.81	5.99	4.28**	3>4
	2. 1:16到1:20	41	24.15	5.93		
	3. 1:21到1:30	164	24.15	7.35		
	4. 1:31以上	84	20.87	8.16		
專業知能	1. 1:15以下	67	25.06	7.20	4.00**	3>4
	2. 1:16到1:20	41	25.05	6.06		
	3. 1:21到1:30	164	25.52	7.94		
	4. 1:31以上	84	22.00	8.67		
人際溝通	1. 1:15以下	67	13.09	4.00	2.80*	n.s.
	2. 1:16到1:20	41	14.12	4.29		
	3. 1:21到1:30	164	13.24	4.86		
	4. 1:31以上	84	11.83	4.55		
學生問題	1. 1:15以下	67	19.33	5.72	3.05*	2>4
	2. 1:16到1:20	41	21.27	5.86		
	3. 1:21到1:30	164	19.55	6.76		
	4. 1:31以上	84	17.70	6.73		
角色壓力	1. 1:15以下	67	17.03	5.37	2.21	
	2. 1:16到1:20	41	18.20	5.52		
	3. 1:21到1:30	164	16.67	5.60		
	4. 1:31以上	84	15.48	6.59		
支持系統	1. 1:15以下	67	16.34	5.21	3.01*	n.s.
	2. 1:16到1:20	41	17.29	5.86		
	3. 1:21到1:30	164	16.47	6.23		
	4. 1:31以上	84	14.38	6.42		
工作壓力 總分	1. 1:15以下	67	114.66	27.39	3.91**	3>4
	2. 1:16到1:20	41	120.07	30.17		
	3. 1:21到1:30	164	115.60	34.08		
	4. 1:31以上	84	102.26	37.32		

註：*P<0.05，**P<0.01

綜合上述，歸納成表13，顯示在教學年資、教育程度、任教融合班原因、學校規模及任教班級結構等方面有顯著差異，在教師性別

、年齡、特教專業背景及融合班教學經驗方面顯示沒有顯著差異。

表13
不同個人背景變項與教師工作壓力差異情形 綜合歸納表

層面		1.工作 負荷	2.專業 知能	3.人際 溝通	4.學生 問題	5.角色 壓力	6.支持 系統	7.工作壓 力總分
一、 性別	1.男							
	2.女	t=-0.501	t=-0.828	t=-0.734	t=-0.791	t=-0.925	t=-0.185	t=-0.362
二、 年齡	1.30歲以下							
	2.31-40歲	F=1.82	F=1.05	F=1.56	F=1.56	F=0.64	F=2.56	F=1.50
	3.41-50歲							
	4.51歲以上							
三、 教學年資	1.5年以下	F=4.36**	F=4.19**	F=5.32**	F=4.37**	F=2.80*	F=5.21**	F=5.4**
	2.6-15年							
	3.16-25年	事後比較	事後比較	事後比較	事後比較	事後比較	事後比較	事後比較
四、 教育程度	4.26年以上	1>2	1>2	1>2	1>2	n.s.	1>2	1>2
	1.研究所	F=3.43*	F=4.86**	F=3.42*	F=4.6*	F=7.35**	F=5.4**	F=6.05**
	2.師範大學	事後比較	事後比較	事後比較	事後比較	事後比較	事後比較	事後比較
五、 特教專業 背景	3.一般大學	n.s.	3>1	3>1	3>1	3>1	3>1	3>1
	1.特教系(所) 畢							
	2.特教3學分或 54研習	F=1.60	F=0.82	F=1.07	F=0.86	F=1.35	F=1.89	F=1.22
	3.從未修習特 教學分							
六、 融合班教 學經驗	4.其他							
	1.首次擔任 融合班教師	t=-1.03	t=-1.28	t=-1.37	t=-2.24	t=-0.75	t=-1.65	t=-1.57
七、 任教融合 班原因	2.曾經擔任 融合班教師							
	1.自願	F=6.10**	F=12.32**	F=14.38**	F=17.91**	F=13.54**	F=11.96**	F=15.62
	2.抽籤	事後比較	事後比較	事後比較	事後比較	事後比較	事後比較	事後比較
八、 學校規模	3.學校編排	3>1	2、3>1	2、3>1	2、3>1	2、3>1	2、3>1	2、3>1
	1.12(含)班 以下	F=1.49	F=1.55	F=3.29*	F=2.19	F=4.66	F=3.22*	F=2.85
	2.13-24班			事後比較		事後比較	事後比較	事後比較
	3.25-48班			1>3、4		1>2、3、 4	1>2、4	1>4
九、 任教班級 結構	4.49(含)班 以上							
	1.1:15以下	F=4.28**	F=4.00**	F=2.80*	F=3.05*	F=2.21	F=3.01*	F=3.91**
	2.1:16到1:20	事後比較	事後比較	事後比較	事後比較		事後比較	事後比較
	3.1:21到1:30	3>4	3>4	n,s	2>4		n,s	3>4
	4.1:31以上							

註：*P<0.05，**P<0.01

三、融合班教師壓力因應各層面分析

本研究將國中融合班教師壓力因應分成五個層面，「自我調適」、「尋求支持」、「理性思考」、「時間管理」及「問題解決」。以下將逐一分析五個層面之壓力因應採用情形，利用描述性統計，計算各層面的平均數和標準差，據以比較各層面的使用頻率。

由表14顯示融合班教師壓力因應的五個層面中，各層面得分介於3.36到3.61之間，教師採用因應策略的頻率大約為有時到經常使用的程度。教師採取的壓力因應頻率高低，最高的是「理性思考」（M=3.61），其次是「尋求支持」（M=3.48），最低的是「自我調適」（M=3.36）。而國中融合班教師面對工作壓力，最常採用的是「理性思考」，較少採用「自我調適」，五個層面的採用程度幾乎都在有時使用和經常使用之間。

表14
國中融合班教師壓力因應各層面之統計分析

層面	題數	單題平均數	標準差	量表中 間數	排序
理性思考	10	3.61	0.89	3	1
尋求支持	8	3.48	0.84	3	2
時間管理	7	3.47	0.74	3	3
問題解決	8	3.44	0.78	3	4
自我調適	7	3.36	0.91	3	5

四、不同背景變項與教師工作壓力因應策略之差異

為探討國中融合班教師工作壓力因應情

形，是否因個人背景變項的不同而有差異。個人背景變項包括：性別、年齡、任教年資、教育程度、特教專業背景、融合班教學經驗、任教融合班原因、學校規模、任教班級結構。

（一）性別

由表15顯示，不同性別的桃園縣國中融合班教師的壓力因應策略，經t考驗分析，在「尋求支持」層面不同性別達顯著差異，女性教師在採用「尋求支持」方面，大於男性教師。

表15
不同性別教師之工作壓力因應統計分析摘要表

壓力因應層面	性別	個數	平均數	標準差	t值
自我調適	男	94	22.81	4	-1.96
	女	263	23.76	4.07	
尋求支持	男	94	26.33	4.81	-3.49**
	女	263	28.37	4.88	
理性思考	男	94	35.76	5.74	-0.62
	女	263	36.21	6.34	
時間管理	男	94	24.57	4.25	-0.7
	女	263	24.24	3.94	
問題解決	男	94	27.38	4.38	-0.42
	女	263	27.6	4.34	
整體因應	男	94	136.85	17.26	-1.51
	女	263	140.19	18.76	

註：*P<0.05，**P<0.01

（二）年齡

如表16所示。不同年齡的國中融合班教師的壓力因應策略，經單因子變異數分析，在「問題解決」層面達差異，經事後比較並無顯著差異；在「時間管理」層面不同年齡達顯著差異，30歲及31-40歲以下教師在採用「時間管理」方式顯著大於41到50歲組的教師。

表16
不同年齡教師之工作壓力因應統計分析摘要表

工作壓力因應層面	年齡	個數	平均數	標準差	F值	事後比較
自我調適	1. 30歲以下	76	23.75	3.52	.82	
	2. 31-40歲	154	23.22	3.89		
	3. 41-50歲	117	23.89	4.51		
	4. 51歲以上	11	22.73	4.71		
尋求支持	1. 30歲以下	76	28.66	3.69	1.47	
	2. 31-40歲	154	27.96	4.90		
	3. 41-50歲	117	27.30	5.57		
	4. 51歲以上	11	26.55	4.37		
理性思考	1. 30歲以下	76	35.55	4.93	1.83	
	2. 31-40歲	154	35.48	7.00		
	3. 41-50歲	117	37.11	5.85		
	4. 51歲以上	11	36.91	4.04		
時間管理	1. 30歲以下	76	23.37	3.19	5.26**	1>3 2>3
	2. 31-40歲	154	23.90	3.81		
	3. 41-50歲	117	25.45	4.60		
	4. 51歲以上	11	24.45	2.91		
問題解決	1. 30歲以下	76	26.86	4.13	2.9*	n.s.
	2. 31-40歲	154	27.14	4.36		
	3. 41-50歲	117	28.46	4.41		
	4. 51歲以上	11	27.91	3.62		
整體因應	1. 30歲以下	76	138.18	13.96	1.48	
	2. 31-40歲	154	137.69	19.04		
	3. 41-50歲	117	142.21	20.11		
	4. 51歲以上	11	138.55	14.02		

註：*P<0.05，**P<0.01

(三) 教學年資

由表17顯示，不同教學年資的桃園縣國中融合班教師的壓力因應策略，經單因子變異數，在「時間管理」層面不同教學年資達顯著

差異，教學年資在16到25年的教師在採用「時間管理」方式顯著大於教學年資5年以下的教師。

表17
不同教學年資教師之工作壓力因應統計分析摘要表

工作壓力因應層面	教學年資	個數	平均數	標準差	F值	事後比較
自我調適	1. 5年以下	68	23.47	3.19	0.21	
	2. 6-15年	186	23.53	4.21		
	3. 16-25年	100	23.53	4.36		
	4. 26年以上	3	21.67	4.51		

(續下頁)

表17 (續)

工作壓力因應層面	教學年資	個數	平均數	標準差	F值	事後比較
尋求支持	1. 5年以下	68	28.71	3.62	1.15	
	2. 6-15年	186	27.82	4.97		
	3. 16-25年	100	27.27	5.60		
	4. 26年以上	3	28.00	4.00		
理性思考	1. 5年以下	68	34.94	5.47	1.33	
	2. 6-15年	186	36.05	6.58		
	3. 16-25年	100	36.83	5.91		
	4. 26年以上	3	37.67	3.21		
時間管理	1. 5年以下	68	23.32	3.17	3.92**	3>1
	2. 6-15年	186	24.12	4.00		
	3. 16-25年	100	25.37	4.41		
	4. 26年以上	3	24.67	3.51		
問題解決	1. 5年以下	68	27.06	3.75	1.47	
	2. 6-15年	186	27.33	4.55		
	3. 16-25年	100	28.18	4.36		
	4. 26年以上	3	30.00	1.73		
整體因應	1. 5年以下	68	137.50	14.23	0.62	
	2. 6-15年	186	138.85	19.05		
	3. 16-25年	100	141.18	19.89		
	4. 26年以上	3	142.00	14.73		

註：*P<0.05，**P<0.01

(四) 教育程度

由表18顯示，不同教育程度的桃園縣國中融合班教師的壓力因應策略，經單因子變異

數分析，除了「理性思考」層面有達差異，經事後比較發現不同教育程度教師並無顯著差異；其餘各層面不同教育程度均未達顯著差異。

表18

不同教育程度教師之工作壓力因應統計分析摘要表

工作壓力因應層面	教育程度	個數	平均數	標準差	F值	事後比較
自我調適	1. 研究所	163	23.64	3.91	0.36	
	2. 師範大學	111	23.25	3.84		
	3. 一般大學	83	23.66	4.61		
尋求支持	1. 研究所	163	27.98	4.95	0.48	
	2. 師範大學	111	27.98	4.39		
	3. 一般大學	83	27.37	5.55		

(續下頁)

表18 (續)

工作壓力因應層面	教育程度	個數	平均數	標準差	F值	事後比較
理性思考	1. 研究所	163	36.70	6.90	3.11*	n.s.
	2. 師範大學	111	34.88	5.16		
	3. 一般大學	83	36.42	5.51		
時間管理	1. 研究所	163	24.69	4.06	3	
	2. 師範大學	111	23.54	3.52		
	3. 一般大學	83	24.55	4.34		
問題解決	1. 研究所	163	28.01	4.10	2.04	
	2. 師範大學	111	26.95	4.35		
	3. 一般大學	83	27.41	4.67		
整體因應	1. 研究所	163	141.02	18.34	1.95	
	2. 師範大學	111	136.60	16.40		
	3. 一般大學	83	139.42	20.12		

註：*P<0.05，**P<0.01

(五) 特教專業背景
 由表19顯示，不同特教專業背景的桃園縣國中融合班教師的壓力因應策略，經單因子

變異數分析，在「尋求支持」達顯著差異，經事後比較發現不同特教專業背景並未有顯著差異。

表19
 不同特教專業背景教師之工作壓力因應統計分析摘要表

工作壓力因應層面	特教專業背景	個數	平均數	標準差	F值	事後比較
自我調適	1.特教系(所)畢	9	25.11	2.47	1.65	
	2.特教3學分或54研習	242	23.74	4.04		
	3.從未修習特教學分	87	22.82	3.65		
	4其他	9	23.56	5.34		
尋求支持	1.特教系(所)畢	9	29.56	2.30	2.7*	n.s.
	2.特教3學分或54研習	242	28.19	4.89		
	3.從未修習特教學分	87	26.85	4.69		
	4其他	9	25.67	3.94		
理性思考	1.特教系(所)畢	9	36.67	4.74	0.37	
	2.特教3學分或54研習	242	35.92	6.69		
	3.從未修習特教學分	87	36.06	4.72		
	4其他	9	38.00	3.39		
時間管理	1.特教系(所)畢	9	24.33	4.21	0.45	
	2.特教3學分或54研習	242	24.15	3.99		
	3.從未修習特教學分	87	24.69	3.77		
	4其他	9	23.78	4.18		

(續下頁)

表19 (續)

工作壓力因應層面	特教專業背景	個數	平均數	標準差	F值	事後比較
問題解決	1.特教系(所)畢	9	28.89	2.37	0.35	
	2.特教3學分或54研習	242	27.49	4.49		
	3.從未修習特教學分	87	27.40	3.69		
	4其他	9	27.22	4.94		
整體因應	1.特教系(所)畢	9	144.56	11.36	0.47	
	2.特教3學分或54研習	242	139.48	18.90		
	3.從未修習特教學分	87	137.82	15.43		
	4其他	9	138.22	14.86		

註：*P<0.05，**P<0.01 N=347 遺漏值=12 n.s.：無顯著差異

(六) 融合教學經驗

由表20顯示，不同教育程度的桃園縣國

中融合班教師的壓力因應策略，經t考驗分析

，在各層面不同教育程度未達顯著差異。

表20

不同融合班教學經驗教師之工作壓力因應統計分析摘要表

工作壓力因應層面	融合班教學經驗	個數	平均數	標準差	t值
自我調適	1.首次擔任融合班教師	139	23.62	3.86	0.49
	2.曾經擔任融合班教師	211	23.40	4.21	
尋求支持	1.首次擔任融合班教師	139	27.79	4.61	0.12
	2.曾經擔任融合班教師	211	27.73	5.14	
理性思考	1.首次擔任融合班教師	139	35.73	6.65	-0.68
	2.曾經擔任融合班教師	211	36.18	5.84	
時間管理	1.首次擔任融合班教師	139	24.01	3.67	-1.09
	2.曾經擔任融合班教師	211	24.49	4.28	
問題解決	1.首次擔任融合班教師	139	27.24	4.31	-0.77
	2.曾經擔任融合班教師	211	27.61	4.37	
整體因應	1.首次擔任融合班教師	139	138.39	17.34	-0.51
	2.曾經擔任融合班教師	211	139.41	19.22	

(七) 任教融合班原因

由表21顯示，不同任教融合班原因的國中融合班教師的壓力因應策略，經單因子變異數分析，在「時間管理」、「問題解決」及「整體因應」層面不同任教融合班達顯著差異；自願擔任融合班教師在「時間管理」方法使用

頻率顯著大於學校編排擔任融合班教師，自願擔任融合班教師在「問題解決」方法使用頻率顯著大於抽籤擔任融合班教師，自願擔任融合班教師在「整體因應」方法使用頻率顯著大於學校編排擔任融合班教師。

表21
不同任教融合班原因教師之工作壓力因應統計分析摘要表

工作壓力因應層面	任教融合班原因	個數	平均數	標準差	F值	事後比較
自我調適	1.自願	75	24.08	3.98	1.18	
	2.抽籤	71	23.58	4.31		
	3.學校編排	201	23.24	4.06		
尋求支持	1.自願	75	28.56	4.67	2.3	
	2.抽籤	71	28.32	5.33		
	3.學校編排	201	27.31	4.85		
理性思考	1.自願	75	37.12	5.26	1.58	
	2.抽籤	71	35.93	8.02		
	3.學校編排	201	35.63	5.79		
時間管理	1.自願	75	25.63	3.78	5.46**	1>3
	2.抽籤	71	24.10	4.21		
	3.學校編排	201	23.86	4.00		
問題解決	1.自願	75	28.49	3.85	3.53*	1>2
	2.抽籤	71	26.61	4.78		
	3.學校編排	201	27.42	4.32		
整體因應	1.自願	75	143.88	16.67	3.36*	1>3
	2.抽籤	71	138.54	21.34		
	3.學校編排	201	137.45	17.94		

註：* $P < 0.05$ ，** $P < 0.01$ N=347 遺漏值=12

(八) 學校規模

由表22顯示，不同學校規模的桃園縣國中融合班教師的壓力因應策略，經單因子變異

數分析，在各層面層面不同學校規模皆未達顯著差異。

表22
不同學校規模教師之工作壓力因應統計分析摘要表

工作壓力因應層面	學校規模	個數	平均數	標準差	F值	事後比較
自我調適	1. 12(含)班以下	18	24.56	4.45	1.07	
	2. 13-24班	54	24.04	3.70		
	3. 25-48班	132	23.14	3.85		
	4. 49(含)班以上	154	23.54	4.32		
尋求支持	1. 12(含)班以下	18	28.11	4.68	2.17	
	2. 13-24班	54	28.65	4.49		
	3. 25-48班	132	27.00	4.89		
	4. 49(含)班以上	154	28.25	5.05		
理性思考	1. 12(含)班以下	18	36.94	5.21	0.15	
	2. 13-24班	54	35.98	4.89		
	3. 25-48班	132	36.15	6.95		
	4. 49(含)班以上	154	35.95	6.03		

(續下頁)

表22 (續)

工作壓力因應層面	學校規模	個數	平均數	標準差	F值	事後比較
時間管理	1. 12(含)班以下	18	24.61	3.18	0.14	
		54	24.06	3.97		
	2. 13-24班	132	24.27	3.98		
	3. 25-48班	154	24.41	4.18		
	4. 49(含)班以上					
問題解決	1. 12(含)班以下	18	28.11	4.70	0.16	
		54	27.44	4.39		
	2. 13-24班	132	27.42	4.07		
	3. 25-48班	154	27.60	4.55		
	4. 49(含)班以上					
整體因應	1. 12(含)班以下	18	142.33	14.68	0.46	
		54	140.17	16.11		
	2. 13-24班	132	137.97	18.17		
	3. 25-48班	154	139.75	19.73		
	4. 49(含)班以上					

(九) 任教班級結構

變異數分析，在各層面不同任教班級結構皆未達顯著差異。

由表23顯示，不同任教班級結構的桃園縣國中融合班教師的壓力因應策略，經單因子

表23

不同任教班級結構教師之工作壓力因應統計分析摘要表

工作壓力因應層面	任教班級結構	個數	平均數	標準差	F值	事後比較
自我調適	1. 1:15以下	67	23.76	4.51	0.38	
		41	23.80	3.70		
	2. 1:16到1:20	164	23.25	3.71		
	3. 1:21到1:30	84	23.54	4.48		
	4. 1:31以上					
尋求支持	1. 1:15以下	67	28.01	5.17	0.21	
		41	27.59	4.97		
	2. 1:16到1:20	164	27.63	4.64		
	3. 1:21到1:30	84	28.06	5.35		
	4. 1:31以上					
理性思考	1. 1:15以下	67	36.91	7.83	0.8	
		41	35.10	5.99		
	2. 1:16到1:20	164	36.13	5.34		
	3. 1:21到1:30	84	35.81	6.37		
	4. 1:31以上					
時間管理	1. 1:15以下	67	23.84	3.78	0.46	
		41	24.71	4.09		
	2. 1:16到1:20	164	24.35	3.87		
	3. 1:21到1:30	84	24.38	4.51		
	4. 1:31以上					
問題解決	1. 1:15以下	67	27.46	4.71	0.01	
		41	27.59	4.70		
	2. 1:16到1:20	164	27.54	3.93		
	3. 1:21到1:30	84	27.49	4.74		
	4. 1:31以上					

(續下頁)

表23 (續)

工作壓力因應層面	任教班級結構	個數	平均數	標準差	F值	事後比較
整體因應	1. 1:15以下	67	139.99	20.78	0.06	
	2. 1:16到1:20	41	138.78	19.46		
	3. 1:21到1:30	164	138.91	16.45		
	4. 1:31以上	84	139.27	19.90		

註：*P<0.05，**P<0.01 N=355 遺漏值=4

綜合上述，歸納個人背景變項對工作壓力因應的影響結果如表24所示，在教師工作壓力因應上，在任教融合班原因有顯著差異，餘

在性別、年齡、教學年資、教育程度、特教專業背景、融合班教學經驗、學校規模及任教班級結構方面均無顯著差異。

表24

不同個人背景變項與教師工作壓力因應之綜合歸納摘要表

層面		1.自我調適	2.尋求支持	3.理性思考	4.時間管理	5.問題解決	6. 整體因應
一、性別	1.男	t=-1.96	t=-3.39**	t=-0.62	t=-0.7	t=-0.42	t=-1.51
	2.女						
二、年齡	1.30歲以下	F=0.82	F=1.47	F=1.83	F=5.26**	F=2.9*	F=1.48
	2.31-40歲						
	3.41-50歲						
	4.51歲以上						
三、教學年資	1.5年以下	F=0.21	F=1.15	F=1.33	F=3.92**	F=1.47	F=0.62
	2.6-15年						
	3.16-25年						
	4.26年以上						
四、教育程度	1.研究所	F=0.36	F=0.48	F=3.11	F=3	F=2.04	F=1.95
	2.師範大學						
	3.一般大學						
五、特教專業背景	1.特教系(所)畢	F=1.65	F=2.7*	F=0.37	F=0.45	F=0.35	F=0.47
	2.特教3學分或54研習						
	3.從未修習特教學分						
	4.其他						
六、融合班教學經驗	1.首次擔任融合班教師	t=0.49	t=0.12	t=-0.68	t=-1.09	t=-0.77	t=-0.51
	2.曾經擔任融合班教師						

(續下頁)

表24 (續)

層面	1.自我調適	2.尋求支持	3.理性思考	4.時間管理	5.問題解決	6. 整體因應	
七、 任教融合班原因	1.自願 2.抽籤 3.學校編排	F=1.18	F=2.3	F=1.58	F=5.46** 事後比較 1>3	F=3.53* 事後比較 1>2	F=3.36* 事後比較 1>3
八、 學校規模	1. 12(含)班 以下 2. 13-24班 3. 25-48班 4. 49(含)班 以上	F=1.07	F=2.17	F=0.15	F=0.14	F=0.16	F=0.46
九、 任教班級結構	1. 1:15以下 2. 1:16到1:20 3. 1:21到1:30 4. 1:31以上	F=0.38	F=0.21	F=0.8	F=0.46	F=0.01	F=0.06

註：*P<0.05，**P<0.01 n.s.：無顯著差異

五、綜合討論

(一) 教師整體工作壓力狀況及壓力各層面討論

本研究調查結果融合班教師工作壓力感受接近中等程度，此項結果與吳俊容（2002）、李榮珠（2004）、李榮妹（2004）、曾嫻婷（2007）及劉秀鈴（2011）之研究結果相似；在老師的壓力中，缺乏專業知能及必須處理特殊學生的相關問題比起其他層面的壓力來得高。

融合班教師工作壓力較大的層面為「專業知能」、其次為「學生問題」，較小的為「角色壓力」及「支持系統」，此研究結果與曾嫻婷（2007）及李榮妹（2004）研究的結論，「工作壓力較大層面為工作負荷、其次是專業知能，較小的為人際溝通及角色壓力」不一致。與劉秀鈴（2011）的研究結果為「資源班教師最大壓力為行政支持，最小壓力為專業知能。」相比較，資源班教師對於行政支持層面最感壓力，對於專業知能層面壓力感受最小，融合班教師壓力感受則反之。

(二) 教師不同背景變項與教師工作壓力之差異

融合班教師不因性別不同而有顯著差異；此結果與劉秀鈴（2011）、曾嫻婷（2007）及李榮妹（2004）的研究結果一致，性別對教師工作壓力感受未達顯著差異。也不因年齡的不同而有顯著差異。此結果與李榮珠（2004）、廖珮倫（2007）的研究結果不一致；而與洪玉珊（2009）、劉秀鈴（2011）研究一致，無法由年齡狀況來區分教師工作壓力。

不同教學年資教師對工作壓力感受有顯著的差異，此結果與林宜君（2010）的研剛，整體工作壓力感受，不因教學年資不同而有顯著差異不一致。而與廖珮倫（2007）的研究相符，一般而言，由於新任融合班教師可能因教學經驗較少，導致工作壓力感受較高於其他組別。

不同教育程度的融合班教師對工作壓力感受有顯著的差異，此結果與廖珮倫（2007）的研究不一致，與劉秀鈴（2011）的結果相同。

不同特教專業背景的融合班教師對工作壓力沒有顯著的差異，此結果與劉秀鈴（2011）、曾嫻婷（2007）及李榮妹（2004）的研究結果一致，不同特教專業背景對教師工作壓力感受未達顯著差異。也不因融合班教學經驗的不同而有顯著差異。此結果與廖珮倫（2007）的研究不一致。

不同任教融合班原因融合班教師對工作壓力有顯著差異，此結果與廖珮倫（2007）的結果一致。由此推論，因自願而擔任融合班教師的工作壓力感受均低於因抽籤或學校編排而擔任融合班教師可能原因是自願者其大多已具備面對融合班可能產生的突發狀況且有心理上及專業能力上應對準備，所以在擔任融合班教師的過程中，面對所發生的情況比較不會產生困擾，心理上也較不會因排斥而導致壓力的上升。

不同學校規模的融合班教師對工作壓力感受有顯著差異，此結果與曾嫻婷（2007）的研究不一致。不同任教班級結構的融合班教師對工作壓力有顯著差異，與廖珮倫（2007）的研究結果相似。

（三）融合班教師工作壓力因應之分析

國中融合班教師，最常採用的前五項因應策略，「找一些嗜好（如看電影、聽音樂）來調適心情。」屬於「自我調適」層面；「和有經驗的同事共商對策。」屬於「問題解決」層面；「有時間和同事討論工作的感受以紓解心中苦悶。」屬於「尋求支持」層面；「抱持樂觀進取的人生觀。」及「當遇到困難時，會重新思考，設定較實際的目標。」屬於「理性思考」層面。

Lazarus & Folkman（1984）認為面對壓力可善用壓力紓解方式並尋求良好的社會支持有助降低工作壓力感受。由平均數可得知大部分的融合班教師較常選擇以理性思考分析問題

原因找出解決方法並利用自己的嗜好以降低壓力感受，然而利用參加鬆弛技術、情緒管理的方法來調適壓力及利用社區資源來協助處理事情的比例卻不高。而國中融合班教師面對工作壓力，最常採用的是「理性思考」，較少採用「自我調適」，和曾嫻婷（2007）發現台中縣國小融合班教師較常使用「理性思考」的因應方式相符合。

（四）國中融合班教師不同背景變項與教師工作壓力因應策略之差異

不同性別的融合班教師對壓力因應策略未達顯著差異，與詹美春（2002）、李勝彰（2003）、杜昌霖（2005）、蔡玉董（2006）、李怡芬（2007）、莊博文（2009）等人研究在整體因應策略上並無差異的結果一致；與廖翌妙（2002）的研究結果一致。不同年齡的融合班教師對壓力因應策略沒有顯著差異，與詹美春（2002）、李勝彰（2003）、蔡玉董（2006）、李怡芬（2007）、莊博文（2009）等人研究並無差異的結果一致。

不同教學年資的融合班教師對壓力因應策略沒有顯著差異與詹美春（2002）、李勝彰（2003）、蔡玉董（2006）、李怡芬（2007）、莊博文（2009）及Lewis（2006）等人研究的結果一致。不同特教專業背景的融合班教師對壓力因應策略沒有顯著差異，與林金生（2003）、周元璋（2003）、陳錫港（2004）、莊博文（2009）等人的研究發現不一致。不同學校規模的融合班教師對壓力因應策略沒有顯著差異，與吳榮福（2002）、李思儀（2003）、蔡玉董（2006）等人研究發現的結果一致。

結論與建議

本研究旨在探討融合班教師在工作壓力與因應策略情形，分析不同背景融合班教師在

工作壓力與因應策略的差異，並進一步探討工作壓力與因應策略的關係。

一、在融合班教師工作壓力現況方面

國中融合班教師所感受的整體壓力，屬中等壓力。在融合班教師工作壓力的六個層面中，教師感受的工作壓力，其大小依序是專業知能、學生問題、工作負荷、人際溝通、角色壓力、支持系統。

二、在不同背景變項與教師工作壓力之差異方面

(一) 在教學年資、教育程度、任教融合班原因、學校規模及任教班級結構等方面的工作壓力知覺方面具顯著差異。

(二) 在教師性別、年齡、特教專業背景及融合班教學經驗方面的工作壓力知覺方面顯示沒有顯著差異。

三、在融合班教師壓力因應策略方面

壓力因應策略的五個層面中，依序是「理性思考」、「尋求支持」、「時間管理」、「問題解決」及「自我調適」。最常採用的五種因應策略是：「抱持樂觀進取的人生觀。」、「和有經驗的同事共商對策。」、「有時間和同事討論工作的感受以紓解心中苦悶。」、「當遇到困難時，會重新思考，設定較實際的目標。」及「抱持樂觀進取的人生觀。」

四、在不同背景變項與教師壓力因應策略之差異方面

融合班教師對工作壓力因應，在任教融合班原因方面有顯著差異，其他在性別、年齡、教學年資、教育程度、特教專業背景、融合班教學經驗、學校規模及任教班級結構方面均無顯著差異。

五、建議

(一) 對教育行政單位：

1. 提升國中普通班教師特教知能：教師感受的工作壓力最大的是「專業知能」，教育主管機關針對普通班教師定期舉辦相關課程及研習以提升特教知能。

2. 配置特殊教育行政教師：目前桃園市大部分的學校都沒有特教專責單位，因此建議在未設置特教組的學校可配置特教行政教師專責處理特教相關事務。

3. 加強指導特殊生行為問題支援系統：造成教師之最大壓力除了專業知能層面之外還有學生問題，建議教育主管機關能加強特教支援服務系統，包含情緒巡迴輔導教師、校內諮詢教師時間併入授課時數、諮詢專線等。

(二) 對學校行政與教師

1. 建立特殊教育支援小組：在校內組成特教支援小組不但可以讓教師適時得到協助，也可讓教師產生困擾時心理上有所調適，以舒緩工作壓力。

2. 依教師需求辦理相關特教研習：讓大部分教師能定期充實特教知能，並安排經驗分享的研討會，提供有效策略和方法，讓更多教師有成功楷模得以學習，加強自我效能。

3. 多向有經驗的教師請益：研究顯示教學年資6-15年之間的教師，其壓力感受較低於其他組別的壓力狀況，年資較淺的教師可多向有經驗的老師請益、學習，吸取別人的經驗幫助自己降低工作壓力。

(三) 未來研究建議

1. 研究對象方面：未來研究可將全台灣國中融合班教師納入研究的範圍並加以比較，以了解不同地區國中融合班教師在工作壓力和因應策略的差異情形。

2. 研究方法方面：未來研究可以質量合併

，輔以半結構訪談或質性研究方式，進一步實地的觀察和記錄。或長期追蹤研究以了解工作壓力和因應策略的關係。

參考文獻

一、中文部分

- 吳明宗 (2013)。臺中市國小教師兼任行政職務工作壓力與因應策略之研究 (未出版之碩士論文)。東海大學，台中市。
- 吳南成 (2010)。融合班教師對實施融合教育的觀點、教學困擾與因應策略之研究—屏東縣一所小學教師之觀點 (未出版之碩士論文)。國立屏東教育大學，屏東縣。
- 吳俊容 (2002)。國小特殊班教師與普通班教師工作壓力及其調適策略之研究 (未出版之碩士論文)。國立台中師範學院，台中市。
- 吳淑妙 (2007)。高雄市國小特殊教育教師工作壓力與因應方式 (未出版之碩士論文)。國立台東大學，台東縣。
- 吳榮福 (2002)。台南縣國民小學總務主任在工作壓力及其因應策略之研究 (未出版之碩士論文)。國立台南大學，台南市。
- 李世同 (2007)。臺北市國民小學兼任組長教師工作壓力與因應策略之研究 (未出版之碩士論文)。國立臺北教育大學，臺北市。
- 李怡芬 (2007)。國民小學教務主任工作壓力與因應策略之研究-以桃竹苗地區為例 (未出版之碩士論文)。台北市立教育大學，台北市。
- 李思儀 (2003)。國民中學特殊教育組長工作壓力與工作適應之研究 (未出版之碩士論文)。國立彰化師範大學，彰化縣。
- 李勝彰 (2003)。國民中學教師工作壓力、因應策略與退休態度之研究-以台灣中部地區為例 (未出版之碩士論文)。國立彰化師範大學，彰化縣。
- 李榮妹 (2004)。國民小學資源班教師工作壓力及因應策略之研究 (未出版之碩士論文)。國立彰化師範大學，彰化縣。
- 李榮珠 (2004)。國小融合教育班教師工作壓力之研究 (未出版之碩士論文)。國立台東大學，台東縣。
- 杜昌霖 (2005)。行政工作壓力、壓力因應方式與職業倦怠關係之研究-以高雄市國民小學主任暨組長為例 (未出版之碩士論文)。國立屏東教育大學，屏東縣。
- 沈儀方 (2004)。國小身心障礙資源班教師工作壓力、工作價值觀與專業承諾關係之研究 (未出版之碩士論文)。屏東教育大學，屏東縣。
- 周元璋 (2003)。彰化縣國民小學兼任行政職務教師工作壓力與因應方式之研究 (未出版之碩士論文)。台中師範學院，台中市。
- 林宜君 (2010)。國民中學教師在融合教育下之工作壓力與專業需求研究：以臺北縣為例 (未出版之碩士論文)。私立淡江大學，新北市。
- 林芳瑜 (2013)。花蓮縣國民小學附設幼兒園教保服務人員工作壓力與因應策略之研究 (未出版之碩士論文)。國立東華大學，花蓮縣。
- 林金生 (2003)。國民中學輔導教師工作壓力、因應策略與負向情緒經驗之研究 (未出版之碩士論文)。國立高雄師範大學，高雄市。
- 洪玉珊 (2009)。桃園縣國民小學兼任行政職務教師工作壓力與身心健康之研究 (未出版之碩士論文)。國立台北教育大學，台北市。
- 徐禮知 (2012)。慈輝班教師工作壓力及其因應方式之研究 (未出版之碩士論文)。台灣師範大學，臺北市。
- 張春興 (2006)。張氏心理學辭典。台北市：東

- 華。
- 教育部 (2016)。特殊教育通報網-特殊教育統計年報。台北市：教育部。
- 莊淑灣 (2005)。中部地區國民小學主任工作壓力與因應方式之研究 (未出版之碩士論文)。國立台中師範學院，台中市。
- 莊博文 (2009)。國小小型學校兼任行政業務教師工作壓力與因應策略之探究 (未出版之碩士論文)。私立亞洲大學，台中市。
- 陳瑋婷、許瑛巧 (2013)。教師工作壓力、工作滿意與組織承諾之關係研究：後效分析與路徑分析的應用。*教育理論與實踐學刊*，27，109-137。
- 陳彰儀 (1995)。組織心理學。台北市：心理。
- 陳錫港 (2004)。中部四縣市國民小學總務主任工作壓力與因應策略之研究 (未出版之碩士論文)。國立嘉義大學，嘉義縣。
- 曾嫻婷 (2007)。國小融合班教師工作壓力與因應策略之調查研究 (未出版之碩士論文)。國立台東大學，台東縣。
- 游數珠 (2008)。國中融合教育班教師工作壓力之研究 (未出版之碩士論文)。國立台東大學，台東縣。
- 鈕文英 (2002)。國小階段融合教育實施模式與策略初探。*特教園丁*，18 (2)，1-20。
- 鈕文英 (2015)。擁抱個別差異的新典範-融合教育第二版。台北市：心理。
- 黃瑋苓 (2005)。國小融合教育班教師工作壓力與其因應策略之研究。*身心障礙研究*，3 (3)，201-215。
- 詹美春 (2002)。國小特殊教育教師工作壓力與因應方式之研究 (未出版之碩士論文)。國立台中師範學院，台中市。
- 廖珮倫 (2007)。桃園縣國小融合班教師工作壓力之研究 (未出版之碩士論文)。國立台東大學，台東縣。
- 廖翌妙 (2002)。國小教師壓力事件、因應方式與情緒經驗之研究 (未出版之碩士論文)。國立屏東教育大學，屏東縣。
- 劉秀鈴 (2011)。桃園縣國民中學資源班教師工作壓力與因應策略之研究 (未出版之碩士論文)。國立臺灣師範大學，台北市。
- 劉明松 (2009)。台東地區國中小融合教育實施成效及問題之研究。*東臺灣特殊教育學報*，11，31-52。
- 蔡玉董 (2006)。國民小學教師工作壓力與因應策略之研究 (未出版之碩士論文)。國立台南大學，台南市。
- 蘇淑嫻 (2007)。高雄市國小融合教育班教師工作壓力之研究 (未出版之碩士論文)。國立台東大學，台東縣。

二、英文部分

- Ammah, J.O.A., and Hodge, S.R.(2005). Secondary physical education teachers' beliefs and practices in teaching students with severe disabilities: A descriptive analysis. *High School Journal*, 89(2), 40-54.
- Brackenreed, D.(2011). Inclusive Education: Identifying Teachers' Strategies for Coping with Perceived stressors in Inclusive Classrooms. *Canadian Journal of Educational Administration and Policy*, 122, 1-37.
- Daane,C.J.,Berine,S.M.,& Latham,D.(2000).Administrators'and teachers'conceptions of the collaborative efforts of inclusion in the elementary grades. *Education*, 121(2), 331-338.
- Harding, K.A., & Darling, C.A. (2003). Understanding inclusion: The perspectives of family and consumer sciences teachers. *Journal of Family and Consumer Sciences: From Research*

- to *Practice* 95(1), 38-46.
- Head, G., J. K., & Cogan, N. (2003). Behavior support in secondary schools: What works for schools? *Emotional and Behavioral Difficulties* 8(1), 33-42.
- Kyriacou, C. & Sutcliffe, J. (1978). A model of teacher stress, *Educational Studies*, 4, 1-6.
- Lazarus, R. S. & Folkman, S. (1984). *Stress appraisal coping*. New York Springer Publishing Company.
- Lewis, B. (2006). Avoid burnout?!?! Is it possible? Your guide to elementary educators. Retrieved from <http://k6educators.about.com/cs/helpforteachers/a/avoidburnout.htm>.
- Moracco, J. C. & Mcfadden, H. (1982). Principals and Counselors: Collaborative roles in reducing teacher stress. *NASSP Bulletin*, October, 41-46.
- Park, C. L., Armeli, S., & Tennen, H. (2004). Appraisal coping good-ness of fit: A daily internet study. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 30(5), 558-569.
- Renzaglia, A., Karvonen, M., Drasgow, E., & Stoxen, C. C. (2003). Promoting a lifetime of inclusion. *Focus on Autism & Other Developmental Disabilities*, 18(3), 140-150.
- Tellenback, S. ; Brenner, S.; Löfgren, H. (1983). Teacher stress: Exploratory model building. *Journal of Occupational Psychology*, 56(1), 19-33.
- Troman, G. (2000). Teacher stress in the low-trust society. *British Journal of Sociology of Education*, 21 (3) , 331-354.
- United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization. (2006). World data on education, 6th edition, 2006/07: Finland. Retrieved from <http://www.ibe.unesco.org/Countries/WD13/2006/WESTERNwEU>

A Study on Job Stress and Coping Strategies of the junior high schools' inclusionary classes teachers in Taiwan

Yu-Sheng Zhong
Taoyuan City Guang Ming Junior
High School

Ming-Quan Wang
National Tatung University

Shung-Ru Wu Jun-Hua Wei
National Tatung University

Abstract

This study aims were to examine the job stress and coping strategies of the junior high school s' inclusiongry classes teachers in Taoyuan County . It also means to reveal the differences of and between these two variables for teachers with various backgrounds.

The researcher adopted survey method and received 359 valid questionnaires out of 475, with an 76% effective rate. Data collected from the questionnaire then were statistically analyzed through ways of percentage, mean, standard deviation, t-test and one-way ANOVA.

The main findings were as following:

- 1.The average job stress perceived by the 359 subjects was in medium level.
- 2.The most stressed feeling comes from dealing with students' endless problems and the result falls short of parents' expectations torments teachers the least.
- 3.The categories of job stress perceived from the highest to the lowest were professional knowledge, students' problems,work load, intercommunication, role pressure and support system.
- 4.The perceived job stress did not differ because of teachers' genders, age, teachers' special education background, or teaching experiences in inclusive education class.Yet, significant differences were shown due to teachers' Teaching years, level of education, the cause of being in clusive education class teacher, the school size and the structure of his/her own class .
- 5.The mostly adopted coping strategy when facing job stress is to keep optimistic about life, and the least adopted to participate in workshops about special topics helps to increase the knowledge and abilities of solving problems..
- 6.The coping strategies adopted by teachers from the most to the least where rational thinking, support seeking , time management, problem solving, and self adjustment.

7. The frequency of adopted coping strategies were similar for teachers with different level of education, special education background, teaching experiences in inclusive education class, the school size and the structure of his/her own class. However, different gender, age, teaching years and the cause of being in inclusive education class teacher, significantly altered teachers' coping strategies.

Keywords: inclusion education, inclusion classroom teachers, job stress, coping strategies

