

高中職學校體育組長工作壓力之研究

馬君萍¹ 游正忠² 林耿宏³

¹ 僑光科技大學 ² 高苑科技大學 ³ 新化高中

摘要

本研究旨在了解高中職學校體育組長之工作壓力情形，研究對象為全國之高中職學校體育組長 474 人，並以工作壓力量表為研究工具進行調查，根據實際調查所蒐集之資料，分別以 t 考驗、單因子變異數分析等統計方法進行處理，結果發現：1. 高中職學校體育組長整體工作壓力感受屬中下程度。2. 不同個人背景變項中年齡及年資在工作壓力上達顯著的差異。3. 不同環境因素背景變項中學校規模及學校類別在工作壓力上達顯著的差異。

關鍵字：工作壓力、高中職學校、體育組長

壹、緒論

一、研究背景

體育是教育的組成要素之一，是養成學生健全體魄的重要方法，是提升國民體質水準、發展全民體育的基礎，亦是發掘和培養優秀運動人才的搖籃（行政院體育委員會，2000；洪嘉文，2001）。而在學校體育之運作與發展中，以扮演著掌舵角色的校長以及體育組長更是關鍵性的人物。體育組長若能配合校長辦學理念，做好體育行政服務工作的推動，才能使學校的體育行政功能發揮到極致。根據 Kyriacou（2001）的研究顯示，教師是目前許多工作壓力較高的職業之一，而教師的工作壓力過高對教學過程及教學目標的達成均有不利的影響。Borg 與 Ridding（1993）針對行政人員的研究中發現，學校的行政人員，不論是主管或是副手壓力來源主要包括：缺乏支持與衝突、資源不足、工作負擔與工作責任等四種。而教師的工作是屬於工作壓力較高的職業已是不爭的事實（黃義良，1999；吳正融，2002）。學校體育組工作範圍廣泛，任務艱鉅，舉凡運動會、校內競賽、校外比賽、選手組訓、體育測驗等都是體育組工作一部份。學校體育組長秉承校長、學務主任之命，帶領體育教師們負責全校體育工作之推動，而體育組長的有效領導對體育工作宏效之成敗影響甚鉅；但目前國內對教師工作壓力的研究，大多以小學、國中、高中（職）以及大學之一般教師為研究對象，而對於以體育組長為對象的研究尚不多見。因此，本研究擬了解目前高中（職）學校體育組長之工作壓力現況、不同背景變項的高中職學校體育組長工作壓力的感受情形，並期望藉由本研究結果，提出適切的因應策略，提供教育行政單位、學校機關施政參考。

二、研究目的

- (一) 瞭解高中職學校體育組長之工作壓力現況。
- (二) 探討不同個人背景變項下(性別、年齡、服務年資)，高中職學校體育組長對不同層面工作壓力的差異性。
- (三) 探討不同環境因素變項下(學校規模、類別)，高中職學校體育組長對不同層面工作壓力的差異性。

貳、研究方法

一、研究工具

本研究主要利用問卷調查法實施，所使用之研究工具乃參考吳明順(2002)之工作壓力量表。本量表共 35 題，計有五個構面：工作負荷、人際處理、決策參與、內在衝突

和專業知能。在量表信度測試方面，五個構面的 α 值介於.76 至.87 之間，而全部量表的 α 值達.93，具有很高的內部一致性。

二、研究對象

本研究係以 92 學年度之全國公私立高中職學校現任體育組長，共 474 位為問卷對象。

三、施測過程

本研究於民國 93 年 3 月 1 日至民國 93 年 3 月 31 日止進行施測，問卷共發出 474 份，回收共 308 份，回收率 65%，但經問卷回收後並去除填答不完整之問卷共得有效問卷 259 份，有效回收率為 54.6%。

四、資料處理

在問卷回收後，先剔除資料不全及作答不完整者，同時進行編碼和登錄的工作，並以 SPSS 10.0 版套裝軟體來進行統計分析。考驗研究假設所使用的統計方法有算術平均數、標準差、獨立樣本 t 考驗、單因子變異數分析等，並以 $\alpha = .05$ 為顯著水準進行統計考驗。

參、結果與討論

一、高中職學校體育組長之工作壓力現況

表一

高中職學校體育組長工作壓力分析摘要表

層面	單題平均數	等級	量表中間數
人際處理	2.64	1	3
工作負荷	2.41	2	3
專業知能	2.29	3	3
決策參與	2.23	4	3
內在衝突	2.14	5	3
整體壓力	2.33		

N=259

表一為高中職學校體育組長工作壓力分析摘要表。從表一結果可知，本研究各構面的壓力得分介於 2.14 至 2.64 之間，各構面分數大小依序排列為：人際處理、工作負荷、專業知能、決策參與、內在衝突。由上述可知，在五個構面中「人際處理」、「工作負荷」兩項分數較高，表示在此方面有較大之壓力感受。此原因可能和高中職學校體育組長除了體育教學工作外，在體育行政的工作推展上，如舉辦運動會、代表隊訓練、班際球賽……等，都需面對學校各處室行政的協調、溝通及家長會的支持等。因此在「人際處理」的感受上會相對的比較沉重。而同時需常接受上級單位或學校主管的指示行事、督導及考評，故其「工作負荷」上的壓力亦不輕。

二、不同背景變項高中職學校體育組長工作壓力感受差異情形

(一) 不同性別高中職學校體育組長工作壓力各層面之差異分析

從表二結果可知，不同性別的高中職學校體育組長在工作負荷、人際處理、決策參與、內在衝突、專業知能等層面均未達顯著差異水準。此結果與吳宗立(1996)、陳貞芳(1996)、Defrank 與 Stroup (1989)、Russell (1987) 等人之研究認為教師工作壓力不受性別影響相符。究其原因可能女性體育組長，在運動環境成長之下，個性上多少容易養成大而化之及較獨立、好勝、抗壓性強等運動選手之特質，因此在工作上並不一定輸給男性。

表二
不同性別高中職學校體育組長工作壓力各層面之差異摘要表

變數	平均差異	t 值	p 值
決策參與	.04	0.48	.630
工作負荷	.04	0.46	.621
人際處理	.13	1.12	.271
內在衝突	.15	1.42	.156
專業知能	.17	1.79	.074

* $p < .05$

(二) 不同年齡高中職學校體育組長工作壓力之差異分析

表三為不同年齡高中職學校體育組長各層面工作壓力變異數分析摘要表。從表三的結果可知不同年齡層高中職體育組長在工作負荷、人際處理、決策參與、內在衝突、專業知能等工作壓力層面均達顯著差異水準 ($p < .05$)。經事後比較發

現，28至40歲以下的體育組長，其工作壓力各層面均顯著大於51歲以上的體育組長。由以上之分析結果與林純文(1996)、張進上(1990)、Russel(1987)等人之研究認為年輕教師壓力較大與相符。其原因可能是年齡較大的高中職學校體育組長，由於教學年資及行政工作經驗較豐富，且人際關係技巧較圓熟，家庭婚姻生活較固定，因此當其面臨壓力時，可立即採取有效之因應策略，故其所感受之壓力會較小。

表三
不同年齡高中職學校體育組長各層面工作壓力變異數分析摘要表

變數	變異來源	ss	df	ms	F	p	事後比較
決策參與	組間	3.260	3	1.087	2.704	.041*	B>D
	組內	102.512	255	.402			
	全部	105.772	258				
工作負荷	組間	6.679	3	2.226	5.042	.002*	B>D
	組內	112.588	255	.442			
	全部	119.266	258				
人際處理	組間	3.557	3	1.186	3.231	.023*	B>D
	組內	93.576	255	.367			
	全部	97.133	258				
內在衝突	組間	5.016	3	1.672	3.546	.015*	B>D
	組內	120.252	255	.472			
	全部	125.268	258				
專業知能	組間	7.556	3	2.519	6.148	.000*	B>D
	組內	104.459	255	.410			
	全部	112.015	258				

* $p < .05$ A=28歲以下 B=28-40歲 C=41-50歲 D=51歲以上

(三) 不同服務年資的高中職學校體育組長工作壓力之差異分析

表四

不同服務年資高中職學校體育組長各層面工作壓力變異數分析摘要表

變數	變異來源	ss	df	ms	F	p	事後比較
決策參與	組間	5.181	3	1.727	4.422	.005*	B>D
	組內	100.591	255	.391			C>D
	全部	105.772	258				
工作負荷	組間	8.496	3	2.832	6.499	.000*	A>D
	組內	110.770	255	.436			B>D
	全部	119.266	258				C>D
人際處理	組間	3.150	3	1.050	2.849	.038*	B>D
	組內	93.984	255	.369			C>D
	全部	97.133	258				
內在衝突	組間	7.021	3	2.340	5.047	.002*	A>D
	組內	118.247	255	.464			B>D
	全部	125.268	258				C>D
專業知能	組間	10.439	3	3.480	8.736	.000*	A>D
	組內	101.576	255	.398			B>D
	全部	112.015	258				C>D

* $p < .05$ A = 未滿 5 年 B = 5-10 年 C = 11-20 年 D = 21 年以上

表四為不同服務年資高中職學校體育組長各層面工作壓力變異數分析摘要表。從表中發現，就工作壓力各層面而言，在工作負荷、人際處理、決策參與、內在衝突、專業知能均達顯著差異水準 ($p < .05$)。經由事後比較發現，年資 21 年以上之體育組長，其工作壓力各層面顯著小於體育組長年資為 5 至 10 年、11 至 20 年之高中職學校體育組長。本研究結果與程一民 (1996)、蔡璧煌 (1989)、Kyriacou 與 Sutcliffe (1978) 等人之研究認為服務年資較淺教師工作壓力較大相符。而造成此結果的原因可能是，年資較深者在工作經驗之累積較多，對於行政工作之適應能力較服務年資資淺者來的好。

三、不同環境因素變項高中職學校體育組長工作壓力感受差異情形

(一) 不同學校規模高中職學校體育組長工作壓力各層面之差異分析

表五

不同學校規模高中職學校體育組長各層面工作壓力變異數分析摘要表

變數	變異來源	ss	df	ms	F	p	事後比較
決策參與	組間	2.780	2	1.390	3.457	.011*	A>B
	組內	102.992	256	.402			A>C
	全部	105.772	258				
工作負荷	組間	2.221	2	1.110	2.429	.067	
	組內	117.045	256	.457			
	全部	119.266	258				
人際處理	組間	3.152	2	1.576	4.294	.007*	A>B
	組內	93.981	256	.367			A>C
	全部	97.133	258				
內在衝突	組間	5.264	2	2.632	5.614	.004*	A>B
	組內	120.004	256	.469			A>C
	全部	125.268	258				
專業知能	組間	2.914	2	1.457	3.420	.010*	A>B
	組內	109.101	256	.426			A>C
	全部	112.015	258				

* $p < .05$ A=24 班以下 B=25-49 班 C=50 班以上

表五為不同學校規模高中職學校體育組長各層面工作壓力變異數分析摘要表。從表中發現，不同學校規模的高中職學校體育組長工作壓力各層面僅工作負荷未達顯著差異水準，其餘工作壓力各層面均達顯著差異水準。經由事後比較發現，學校規模 24 班以下的高中職學校體育組長，其工作壓力各層面中的決策參與、人際處理、內在衝突與專業知能等壓力顯著大於 24 至 49 班及 50 班以上的高中職學校體育組長。本研究結果大致上與黃義良（1999）、蔡璧煌（1989）等的研究結果相符。黃義良（1999）、蔡璧煌（1989）等的研究發現學校規模小的教師壓力大於學校規模大的教師。

(二) 不同類別高中職學校體育組長在工作壓力各層面之差異分析

表六 不同類別高中職學校體育組長在工作壓力各層面之差異摘要表

變數	平均差異	t 值	p 值
決策參與	.16	2.05	.042
工作負荷	.13	1.52	.128
人際處理	.16	2.17	.031
內在衝突	.14	1.64	.103
專業知能	.06	0.73	.468

表六為不同類別高中職學校體育組長在工作壓力各層面之差異摘要表。從表六結果得知，不同類別高中職學校體育組長在工作壓力各層面中僅人際處理以及決策參與方面達顯著差異水準。普通高中的體育組長，其工作壓力顯著大於職業學校體育組長。尤其在人際處理及決策參與層面的壓力上，普通高中體育組長的壓力顯然大於職業學校體育組長。究其原因，可能與普通高中較重視升學率有關，舉凡和體育活動有關的推廣，都需要全體師生及社區家長的配合，因此在人際關係上的壓力感受較大。另外，因受制於升學因素之考量，在決策參與時，也多所保留，其壓力感受亦不小。

伍、結論與建議

一、結論

- 1.高中職學校體育組長整體工作壓力感受屬中下程度。
- 2.不同個人背景變項中，有年齡、年資在工作壓力各層面上達顯著的差異。
- 3.不同環境因素背景變項中，有學校規模及學校類別兩項，在工作壓力上達顯著的差異。

二、建議

- 1.本研究以全國高中職學校體育組長為對象，而大專、國中、小等學校之體育組長都是將來可以繼續研究探討其工作壓力的對象。
- 2.本研究以問卷調查研究為主，若能輔以質化研究，對受試對象作訪談，以便能更深入的了解，當使研究結果更臻完善。

參考文獻

一、中文部分

行政院體育委員會（2000）。*中華民國體育白皮書*。台北：行政院體育委員會。

- 吳宗立(1996)。國中學校行政人員工作壓力與因應策略之研究。《國教學報》，8，頁 99-131。
- 吳明順（2002）。《國民中學主任工作壓力與因應策略之研究》。國立彰化師範大學教育研究所碩士論文。
- 吳政融（2002）。《大學體育教師工作壓力及因應方式之研究》。國立臺灣師範大學體育學系碩士論文。
- 林純文(1996)。《國民小學組織氣候教師工作壓力及其因應方式之研究》。國立屏東師範學院教育研究所碩士論文。
- 洪嘉文（2001）。《學校體育經營管理策略》。台北：師大書苑。
- 陳貞芳（1998）。小型國小教師行政工作角色壓力之研究。《國立花蓮師院實小教育研究論文集》，1，頁 33-64。
- 黃義良(1999)。《國小兼任行政工作教師的工作壓力與調適方式的研究》。國立屏東師範學院國民教育研究所碩士論文。
- 張進上(1990)。國小教師控制信念工作壓力與生涯發展之相關研究。《國立台南師範學院初等教育學報》，5，頁 33-89。
- 程一民(1996)。《國民小學教師工作壓力及因應方式之研究》。台北市立師範學院教育研究所碩士論文。
- 蔡壁煌(1989)。國民中小學教師壓力之研究。《師大學報》，34，頁 75-114。

二、西文部分

- Borg, M. G., & Riding, R. J. (1993). Occupational stress and satisfaction among school administrators. *Journal of Educational Administration*, 31(1), 4-21.
- DeFrank, R. S., & Stroup, C. A. (1989). Teacher stress and health; examination of a model. *Journal of Psychosomatic Research*, 33(1), 99-109.
- Kyriacou, C. (2001). Teacher stress: Directions for future. *Educational Review*, 5(1), 26-35.
- Kyriacou, C., & Sutcliffe, J. (1979). Teacher stress and satisfaction. *Educational Research*, 21(2), 89-96.
- Russell, D. W. (1987). Job-related, social support, and burnout among classroom teachers. *Journal of Applied Psychology*, 72(2), 269-274.

Research on the Work Stress of Physical Education Directors at Senior High Schools and Vocational High Schools

Ma, Chun-Ping¹ Yu, Cheng-Chung² Ling, Keng-Hung³

¹Overseas Chinese University ²Kao Yuan University

³Hsion Hua Senior High School

Abstract

The purpose of this study aimed to understand the current work stress of physical education directors at the senior high schools and vocational high schools. The subjects included 474 physical education directors from the senior high schools and vocational high schools nationwide. The “Work Stress Inventory” was adopted as the research instrument, and the data were analyzed by T-test, one-way ANOVA. The findings were summarized as follows: 1. The overall work stress of physical education directors at the senior high schools and vocational high schools were at the intermediate and lower level. 2. Under the variable of personal background, two independent variables were found significant difference in work stress, which were ages and years of teaching career. 3. Under the variable of environmental background, two independent variables were found significant difference in work stress, which were the school size and category.

Key words: work stress, senior high school, physical education director.