

臺中市公私立幼兒園教師社會支持與幸福感之相關研究

林湘蓁
臺中市鎮平國小
附設幼稚園園長

張美雲
中臺科技大學
兒童教育暨事業經營系副教授

摘 要

本研究旨在探討幼兒園教師社會支持與幸福感的現況及兩者間的關係。為達研究目的，本研究採用問卷調查法進行研究。以臺中市公私立幼兒園教師為研究對象，採分層隨機抽樣的方式進行，共發出問卷524份，回收有效問卷422份，有效回收率達80%。問卷填答結果以平均數、標準差、典型相關與多元迴歸等方式進行資料處理。獲得以下結論：

- 一、臺中市公私立幼兒園教師的社會支持現況屬中上程度，其中以「家人情緒性支持」最高。
- 二、臺中市公私立幼兒園教師的幸福感現況屬中上程度，其中以「人際關係」的幸福感最高。
- 三、幼兒園教師的社會支持層面與幸福感層面呈現正相關。
- 四、在預測幼兒園教師的「整體幸福感」上，以「家人訊息性支持」為最高。

最後，根據研究結論，提出相關建議作為幼兒園教師與未來研究之參考。

關鍵詞：幼兒園教師、社會支持、幸福感

壹、緒論

2011的教師節，台北市教師會調查顯示，43%的教師的憂慮不快樂指數已近臨界點，幸福感低的教師佔了調查比率的一半（石文南，2011）。講義雜誌連續八年舉辦「小朋友幸福大調查」，分析結果值得重視的問題是：本來應該是幸福的老師，在兒童眼中，卻只有半數是幸福的。老師不幸福，會使兒童不快樂；所以兒童有困難時向老師求助的比率偏低，兒童從老師身上感到快樂的，連2%都不到（柴松林，2008）。

我們知道，幼兒教育是教育的基礎，而幼兒園教師是教育的第一線人員，如果教師不能以最佳的身心狀況，從事教育工作，將直接影響幼兒，所以我們必須關心教師的心理健康與幸福感。

人類是相互依存的社會性動物，人與人之間交織出各種人際網絡，「社會支持」佔有人際互動的重要地位。國內外許多研究報告指出社會支持的提昇，可以使個體紓緩壓力、保持身心健康，及增加幸福感（傅瓊儀、陸偉明、程炳林，2002；黃寶園、林世華，2007；曾文志，2007；Holt-Lunstad, Smith, & Layton, 2010；Toker, 2011）。然而，國內對幼兒園教師社會支持的研究並不多，故本研究欲瞭解幼兒園教師的社會支持的運用情形，此為本研究的動機之一。

幸福感是人生生活歲月過往裡不可或缺的重要感受，身為幼兒教師如果感受不到自己是幸福的教師，那恐怕也不會有幸福的幼兒，幸福感彰顯於教師與幼兒的學習互動裡，所以幸福感高的幼兒園教師，容易把幸福快樂的因子，帶給所任教的孩子，使之在健康快樂的生活中成長、學習，並迎向光明健康的未來。本研究針對公私立幼兒園教師之幸福感進行調查，期待能藉由此研究喚起教師對幸福感的注意，此為研究動機之二。

Cohen和Will(1985)認為社會支持的增加，除了有助於個人減低受壓力事件的衝突程度，亦有利個人幸福感的增加。相關研究均顯示，教師社會支持愈高，則幸福感愈高（陳鈺萍，2004；古婷菊，2006；周碩政，2009；黃雅琪，2010；Organization for Economic Cooperation and Development [OECD], 2011）。在蒐集國內有關社會支持與幸福感相關文獻過程中，發現同時以「社會支持」、「幸福感」為研究變項之研究，對象包含國小教師、國中教師（陳鈺萍，2004；古婷菊，2006；周碩政，2009；黃雅琪，2010），反觀國內，較少有關注幼兒園教師之社會支持與幸福感兩者相關之研究，本研究企圖瞭解幼兒園教師的社會支持與幸福感的關聯性，期望一窺幼兒園教師的社會支持與幸福感現況，以作為提昇幼兒園教師幸福感的參考，這是研究動機之三。

綜合上述研究動機，本研究目的如下：

- 一、瞭解公私立幼兒園教師之社會支持、幸福感的現況。
- 二、探討公私立幼兒園教師之社會支持與幸福感的相關性。
- 三、探討公私立幼兒園教師的社會支持，對幸福感之預測力。

貳、文獻探討

一、社會支持

(一) 社會支持之定義

綜合中外學者的看法(單小琳, 1990; 李新民, 2004; Caplan, 1974; Colvin, Cullen, & Thomas, 2002), 個人的社區、社會網絡及親密信任之夥伴是支持之來源, 最外圍、範圍最大的環境是社區, 在這較大的社會結構中, 個人會發展出對該社區之歸屬感, 藉由個人在組織機構活動的參與及認同(例如學校、教會、俱樂部、政治和市民協會之活動), 而產生歸屬於該團體的感覺。

再進一層的範圍是社會網絡, 即個人透過直接或間接關係, 與他人所建立之網絡系統, 而衍生之相聯繫的感覺, 例如: 親屬關係、職場關係和朋友關係等。該聯繫關係要比上述歸屬感更建立在較實質的關係上。

最內層的是個人與親密信任夥伴的關係, 那是一種彼此瞭解、分享、緊密連結的關係, 在互惠、互動上有所期待, 更覺得有責任給予對方幸福。

本研究所定義之社會支持, 係指源自於人際互動網絡的互動主體, 以個人為圓心, 由近而遠不同親疏程度的人際關係, 皆可滿足個人不同層次的支持需求。

(二) 社會支持的來源

Guralnick、Hammond、Neville和Connor(2008)認為社會支持的來源有兩種, 一為非正式的社會支持來源, 包括如家人、親戚、朋友、鄰居、朋友及同事等; 另一為正式的社會支持來源, 如提供服務專業人士、政府或民間的福利機構。

在國內教師社會支持來源的研究方面, 單小琳(1990)指出不同的支持項目會找尋不同的支持來源。在情感支持上找配偶或同事, 在教學上找同事, 行政支持上則找同事和校長。在教師的社會支持來源上, 黃雅琪(2010)則認為, 教師的社會支持來源, 包括家人、上司、同事、同學等。吳煥烘、林志丞(2011)的研究認為, 教師的社會支持來源包含正式(專業人士、機構)和非正式(朋友、家人)來源的支持。而幼兒教師及教保員的社會支持來源包含配偶、朋友、親戚、婆家、娘家、工作主管(高嘉慧, 2006; 高碧森, 2010)。

而在國外教師社會支持來源的研究方面, Cheuk 和Wong(1995)的研究結果發現, 教師的社會支持來源, 包括督導、其他教師、學生及家長。Zinn(1997)的研究發現, 教師在學校系統之內, 其支持網絡係主要來自於同事及行政管理者; 在學校系統之外, 其支持網絡則主要來自於家庭及朋友。Salami(2011)的研究發現, 大學講師教師的社會支持來源, 包括家人、任教學校的同事及朋友。

綜而觀之, 本研究將社會支持來源分為以下三種: 1. 家人支持: 係指幼兒園教師能獲得家人的關心、尊重、忠告、提供訊息與協助等; 2. 同儕同事支持: 係指幼兒園教師遇到困難或壓力時, 能獲得同事、朋友之關心、贊同、建議、資訊或其他協助。3. 直屬長官支持: 係指幼兒園教師能獲得行政主管的關懷、鼓勵、提供意見、建議、指導或協助。

（三）社會支持類型

由一些國內外文獻中（劉妙真，2004；高嘉慧，2006；趙麗君，2008；黃儒傑，2008；高碧森，2010；Robert & Angelo, 2001; Prins, 2007; Hauck, Snyder, & Cox, 2008），可進一步發現社會支持的類型可分為三種，分別敘述如下：

1. 情緒支持

情緒支持是指被支持者感受到愛、關懷、同情、瞭解等，使其情緒上獲得安慰與鼓勵。

2. 實質支持

實質支持是指被支持者在其生活環境中，直接或間接地接受到有形（如：金錢）、無形（如：時間、生活上的照顧、改善環境）的實際協助。

3. 訊息支持

訊息支持是指當被支持者面對壓力或困難時，他人透過溝通的方式提供諮詢與忠告，以協助解決其壓力或困難。

本研究將家人、長官、同事等社會支持來源與情緒支持、實質支持、訊息支持加以結合，而區分為家人情緒支持、長官情緒支持、同事情緒支持、家人實質支持、長官實質支持、同事實質支持、家人訊息支持、長官訊息支持、同事訊息支持等九大類。

二、 幸福感

（一）幸福感之定義

「幸福感」在研究發展上，按不同時期的學者專家所著重之範疇，可區分為四個階段。在初始階段，學者專家認為幸福可藉由訂定出一套外在的道德評量標準來界定，意指當個人達到這樣的標準時，才會產生幸福感。到了第二階段，研究重心放在個人對幸福感的主觀感受，並以此角度來進行研究分析，把焦點放在測量正向的情緒。進入第三階段，研究重心著重於認知活動的影響，而幸福感的概念建構在個人對整體生活的滿意度。最終的第四階段，則整合二、三階段，兼顧情緒和認知兩層面，把幸福感作一更完善的詮釋（陸洛，1998）。

幸福感的定義由早期將幸福當作一種外在標準，歷經了幾次的轉折，包括把焦點集中在正向情緒，把重點移向認知的影響到整合所有的定義的階段。Carruthers 與 Hood(2004)認為「幸福」是指：常會令人聯想到快樂、樂觀、活力、自我實現、自我接受、有目的的生活、最理想的運作和生活滿意等概念。在幸福感的定義上，有多位研究者提及，陸洛與施建彬（1995）強調幸福是個人主觀、正向的感受，而非外在客觀標準為評斷依據，邱惠娟與童心怡（2010）指出幸福感是複雜且多面向的、主觀的與正向的心理感受及經驗，包含情緒、認知與身心健康等多層面的內涵，可視為個體的正向情緒能控制負向情緒，並對自我生活層面及整體生活滿意度的整體認知有積極正面的評價。Diener(1984)認為幸福存在於個人經驗裡，他是主觀的。快樂心理學者強調幸福感是由主觀的快樂所構成，並且從人們對生活中美好與不美好的判斷中探討與分析愉快與不愉快的經驗。主觀幸福感的內涵，包含生活滿意與正向和負向的情意平衡(Diener, Lucas, & Oishi, 2005)。

綜合以上國內外學者的看法，本研究將幸福感定義為個人主觀的感受，是不同背景變項及人格特質的教師在生活或工作環境中主觀的認知、情緒與身心健康等方面的正負向整體經驗的感受與滿意程度。教師的主觀幸福感受不但受到個人的主觀因素外，更會因為外在工作環境的客觀因素，兩者交互影響著教師本身對生命的感受。

（二）幸福感之向度

由一些國內外文獻中（吳素雲、張嘉育，2011；魏美惠，2011；劉秀枝，2011；Diener, Lucas, & Oishi, 2005），可進一步發現幸福感的向度可分為四種，分別敘述如下：

- 1.正向情感：是指一個人面對生活事件，而產生越多的正向情緒、越少的負向情緒時，個體的幸福感受就會越高。
- 2.人際關係：是指透過人我之間的交流互動過程，所形構而成的關係，如家人、朋友、同事等人際互動關係。
- 3.工作成就：是指個人面對工作情形與工作結果，所產生的正面心理知覺感受，在此過程中可獲得對自我價值的正向肯定。
- 4.身心健康：是指個人身體與心理方面均處於安適狀態，進而對自我生活與生命意義所產生的幸福感受。

三、社會支持與幸福感的相關研究

本部分為社會支持與幸福感的相關研究，蒐集國內幼兒園教師之相關文獻，發現這方面的研究較少見，魏美惠（2011）僅研究幸福感的主题，劉秀枝（2011）進一步探討職場幸福感與工作滿意度，而劉妙真（2004）與林于萱（2010）則是探討工作壓力與社會支持之相關，而國小及國中教師社會支持與幸福感的相關已有許多研究探討之，此顯示了幼兒園教師的社會支持與幸福感受值得關注。在國小教師部分，陳鈺萍（2004）指出社會支持愈高的教師，其幸福感受愈佳，社會支持來源與類型皆與幸福感受呈顯著正相關。在國中教師部分，古婷菊（2005）指出教師社會支持越高，其幸福感受越高，社會支持高的教師，在幸福感受及其正向情緒、樂觀、生活滿意、工作成就層面皆優於社會支持低的教師。周碩政（2009）也同樣指出社會支持與幸福感受有顯著的正相關。社會支持度較高的兼任行政教師，有比較高的幸福感受。黃雅琪（2010）的研究發現亦指出教師社會支持層面與幸福感受整體之間，具有顯著正相關。

綜合上述研究，社會支持與幸福感受之間有著正相關。從以上的討論中發現，得到社會支持越多，其幸福感受也越高，至於幼兒園教師的社會支持與幸福感受是否如上所述，有關的文獻探討較少，隨著這些年來整體教師的不快樂指數不斷升高，究竟社會支持對幸福感受是否有提升效果？所以確實有必要針對幼兒園教師幸福感受現況做進一步研究。因此本研究將以臺中市公私立幼兒園教師為研究對象，探討社會支持與幸福感受的相關性。

叁、研究設計與實施

一、研究對象

(一) 預試之研究對象

本研究之預試樣本採分層叢集取樣，依幼兒園設立性質分為公立幼兒園與私立幼兒園兩大叢集，選取母群體中30所公私立幼兒園（公立15所、私立15所），每園發放4份問卷，共計發放120份問卷進行預試，回收112份，經剔除作答不全的，有效樣本數107份，有效回收率達95%。

(二) 正式問卷施測對象

本研究依據教育部全國幼教資訊網2011年12月更新資料所載之臺中市公私立幼兒園，共計693所為研究調查的母群體，依行政區別及幼稚園設立性質採分層隨機抽樣方式進行，每園發放4位教師填答，總計幼兒園教師樣本數共131（園所） \times 4（位/園所）=524位，共計發放524份問卷，回收433份，經剔除作答不全的，有效樣本數422份，有效回收率達80%。

二、研究工具

本研究係採問卷調查法，依據研究目的與需要，參閱相關文獻資料編制問卷，再商請8位專家學者及實務工作者協助建立內容效度，並依據專家意見修訂成預試問卷，抽取120位幼兒園教師進行預試後，經項目分析、內部一致性(Cronbach α)及因素分析來進行社會支持問卷、幸福感問卷之信度與效度分析。

(一) 社會支持問卷

在項目分析上採用決斷值（criticl ratio簡稱CR）做為篩選題目的依據，第12題CR 值小於3予以刪除，其他題項CR 值均大於3且達顯著水準.05 以上，故予以保留，經刪題後剩17題。在內部一致性上，「情緒支持」層面 α 值為.88；「實質支持」層面 α 值為.79；「訊息支持」層面 α 值為.87；「社會支持問卷」 整體信度為.93，顯示本問卷之總量表與分量表內部一致性高。

在進行因素分析之前，先檢驗 KMO 取樣適當性檢定，結果發現 KMO 值為.91，可進行因素分析。採主成分分析法(principial component analysis)進行分析，以最大變異數法進行斜交轉軸(oblimin)，選取特徵值大於 1 的因素，萃取出三個因素結構，可解釋變異數分別為 26.11%、22.78%、17.60%，三個因素可解釋的總變異數為 66.50%，因素負荷量介於.582~.846，刪除因素負荷量小於.30之題目，刪除 3 個題目，刪題後社會支持量表共計有 15 題，每一題均包含家人、同事、長官三個面向，總題數增為 45 題。

(二) 幸福感問卷

在項目分析上採用決斷值做為篩選題目的依據，CR 值達顯著水準.05 者，表示該題可以鑑別不同受試者反應的程度，題目予以保留。在內部一致性上，「正向情感」層面 α 值為.74；「人際關係」層面 α 值為.83；「工作成就」層面 α 值為.87；「身心健康」層面 α 值為.74；「幸福感

問卷」整體信度為.89，顯示本問卷之總量表與分量表內部一致性高。

因素分析之前，先檢驗 KMO 取樣適當性檢定，結果發現 KMO 值為.82，故可進行因素分析。採主成分分析法(principal component analysis)進行分析，以最大變異數法進行斜交轉軸(oblimin)，選取特徵值大於 1 的因素，萃取出四個因素結構，可解釋變異數分別為 17.88%、16.01%、13.75%、11.50%，四個因素可解釋的總變異數為 59.16%，因素負荷量介於.513~.850，刪除因素負荷量小於.30 之題目，刪除了 8 個題目，刪題後幸福感量表共計有 20 題。

填答方式採 Likert 四點量表，反應程度採用「經常」、「偶爾」、「很少」、「從未」四等。正向題依照「經常」至「從未」的順序分別給予四分、三分、二分、一分。當受試者得分愈高時，表示社會支持及幸福感愈高。

肆、研究結果與討論

一、臺中市公私立幼兒園教師社會支持現況

因本研究採用四點量表，其平均值為2.5，得分若高於平均值者，界定為中上程度，表示幼兒園教師社會支持情形良好；低於平均值者則反之。幼兒園教師社會支持之情形，其整體與各層面現況之分析結果如表1所示。

表1 社會支持現況分析

層面	平均數	標準差	題數	每題平均得分	排序
家人情緒性支持	21.68	2.72	6	3.61	1
同事情緒性支持	20.62	3.03	6	3.44	3
長官情緒性支持	18.30	4.33	6	3.05	7
家人實質性支持	13.07	2.57	4	3.27	5
同事實質性支持	13.20	2.227	4	3.30	4
長官實質性支持	11.65	3.07	4	2.91	8
家人訊息性支持	17.62	2.65	5	3.52	2
同事訊息性支持	17.21	2.68	5	3.44	3
長官訊息性支持	15.87	3.55	5	3.17	6
社會支持總分	149.21	18.91	45	3.32	

由表1可知幼兒園教師社會支持之情形，就整體現況而言，平均得分為3.32分，此一數值依據上述計分標準介於「完全符合」與「部分符合」之間，得分高於平均值2.5分。由此可知，幼兒園教師社會支持之情形屬於中上程度，亦即幼兒園教師在社會支持的整體表現上具有良好之程度。

就社會支持之各層面來看，平均數介於2.91~3.61 之間，其中又以「家人情緒性支持」的得分最高，其平均數3.61；其次分別為「家人訊息性支持」層面，其平均數3.52；「同事訊息性支持」層面，其平均數3.44；「同事情緒性支持」層面，其平均數3.44；「同事實質性支持」層面，其平均數3.30；「家人實質性支持」層面，其平均數3.27；「長官訊息性支持」層面，其平均數3.17；「長官情緒性支持」層面，其平均數3.05，最後為「長官實質性支持」層面，其平均數2.91。由此可知幼兒園教師所知覺的社會支持層面中，以「家人情緒性支持」層面的知覺感受最大；而以「長官實質性支持」層面的知覺感受最小。

二、臺中市公私立幼兒園教師幸福感現況

臺中市公私立幼兒園教師幸福感的各層面及整體幸福感之平均數及標準差，如表2所示。

表2 幸福感現況分析

層面	平均數	標準差	題數	每題平均得分	排序
正向情感	12.80	1.83	4	3.20	3
人際關係	18.32	1.99	5	3.66	1
工作成就	19.63	3.10	5	3.27	2
身心健康	15.02	2.89	4	3.00	4
幸福感總分	65.79	8.02	20	3.39	

由表2可知公私立幼兒園教師幸福感之情形，就整體現況而言，平均得分為3.39分，此一數值依據上述計分標準介於「完全符合」與「部分符合」之間，得分高於平均值2.5分。由此可知，公私立幼兒園教師之情形屬於中上程度。

就幸福感之各層面來看，以「人際關係」的層面上得分最高，得分為3.66；其次為「工作成就」層面，得分為3.27；接下來為「正向情感」層面，得分為3.20；最後是「身心健康」層面，得分為3.00，各層面之平均數均全部達到2.5以上，顯示介於「完全符合」與「部分符合」之間。

三、社會支持與幸福感之典型相關分析

以典型相關（Canonical correlation）考驗幼兒教師社會支持與幸福感之間的相關性，表3得知本研究共獲得三個典型相關因素，其中有二個典型相關係數達顯著水準，第一個典型相關係數 $\rho_1=.456$ ($p=.000<.001$)，第二個典型相關係數 $\rho_2=.189$ ($p=.007<.01$)，三個控制變項（情緒性支持、實質性支持、訊息性支持），主要透過二個典型因素影響校標變項（正向情感、人際關係、工作成就、身心健康）。

控制變項的第一個典型因素（ χ_1 ），可以說明效標變項的第一個典型因素（ η_1 ）總變異量的

20.8%，而效標變項的第一個典型因素，又可以解釋效標變異量的61.6%，控制變項與效標變項重疊部分為12.8%，因而控制變項透過第一個典型因素（ χ_1 與 η_1 ），可以解釋效標變項總變異量的12.8%。

控制變項的第二個典型因素（ χ_2 ），可以說明效標變項的第二個典型因素（ η_2 ）總變異量的3.6%，而效標變項的第二個典型因素，又可以解釋效標變異量的18.8%，控制變項與效標變項重疊部分為0.7%，因而控制變項透過第二個典型因素（ χ_2 與 η_2 ），可以解釋效標變項總變異量的0.7%。

控制變項和效標變項在第一個至第二個典型因素的重疊部分，共計13.5%。換言之，情緒性支持、實質性支持、訊息性支持三個控制變項經由第一、第二典型因素共可說明幼兒教師正向情感、人際關係、工作成就、身心健康等四個幸福感總變異量的13.5%。

二組典型相關及重疊數量值以第一個典型相關較大，第二組的重疊量甚小，可見三個控制變項主要藉由第一典型因素影響四個效標變項。三個控制變項中與第一個典型因素（ χ_1 ）之相關較高為訊息性支持（-.938），依次為情緒性支持（-.929）、實質性支持（-.669）；在效標變項中，四個效標變項中與第一個典型因素（ η_1 ）之相關較高為人際關係（-.884），依次為正向情感（-.818）、工作成就（-.775）、身心健康（-.644）。

再由典型因素負荷量的正負號來看，情緒性支持、實質性支持、訊息性支持與正向情感、人際關係、工作成就、身心健康為同方向，也就是當情緒性支持、實質性支持、訊息性支持增加時，正向情感、人際關係、工作成就、身心健康也會增加。

表3 社會支持層面與幸福感層面之典型相關分析摘要表

控制變項 (X 變項)	典 型 因 素			效標變項 (Y 變項)	典 型 因 素		
	χ_1	χ_2	χ_3		η_1	η_2	η_3
情緒性支持	-.929	.076	-.363	正向情感	-.818	.278	.495
實質性支持	-.669	.742	-.042	人際關係	-.884	-.418	-.091
訊息性支持	-.938	.141	.318	工作成就	-.775	.415	-.343
				身心健康	-.644	.571	-.082
抽出變異數	.730	.192	.078	抽出變異數	.616	.188	.094
百分比				百分比			
重疊	.152	.007	.000	重疊	.128	.007	.001
				ρ^2	.208	.036	.006
				ρ	.456	.189	.079
				χ^2	114.989***	17.855**	2.639
抽出變異數	.730	.192	.078	抽出變異數	.616	.188	.094
百分比				百分比			

** $p < .01$ *** $p < .001$

四、社會支持對幸福感之預測分析

本研究在探討幼兒園教師社會支持對整體幸福感及各層面之預測作用。以下就以社會支持各層面為預測變項，再分別以整體幸福感與各層面為效標變項，進行多元迴歸分析，以瞭解社會支持各層面對整體幸福感及各層面的聯合預測作用。

(一) 社會支持各層面對整體幸福感之迴歸分析

社會支持各層面對幸福感之多元迴歸分析結果如表4所示。

表4 社會支持各層面預測整體幸福感之多元迴歸分析摘要表

進入迴歸的 變項名稱	多元相 關係數 (R)	決定係 數(R ²)	增加解釋		未標準化 迴歸係數 (β)	標準化回 歸係數 (β)	共線性診斷	
			量 △R ²	F值			VIF	CI
截距					33.49			
家人訊息性 支持	0.50	0.20	0.20	105.84***	0.86	0.29	2.15	10.10
長官情緒性 支持	0.49	0.24	0.04	64.64***	0.33	0.18	1.06	18.84
家人情緒性 支持	0.50	0.25	0.01	46.34***	0.51	0.18	2.15	28.99

*** $p < .001$

由表4可知，變異膨脹係數(VIF值：最大為2.15)皆小於10，條件指數(CI值)為10.10、18.84、28.99皆小於30，所以表示共線性低。在社會支持的九個層面中，進入迴歸方程式的顯著變項共有三個層面，分別為「家人訊息性支持」、「長官情緒性支持」與「家人情緒性支持」，聯合解釋量為.25，表示此個兩層面能聯合預測整體幸福感25%的變異量。就各層面的解釋量來分析，以「家人訊息性支持」的預測力最佳，其解釋量為20%；其次加入「長官情緒性支持」，可增加4%的解釋量，再加入「家人情緒性支持」，可增加1%的解釋量，聯合解釋量為25%。

(二) 社會支持各層面對幸福感的「正向情感」層面之預測力分析

社會支持各層面對幸福感的「正向情感」層面之多元迴歸分析結果如表5所示。

表 5 社會支持各層面預測「正向情感」之多元迴歸分析摘要表

進入迴歸的變項名稱	多元相 關係數 (R)	決定係 數 (R2)	增加解 釋量 △R2	F 值	未標準化 迴歸係數 (β)	標準化 迴歸係數 (β)	共線性診斷	
							VIF	CI
截距					6.95			
家人訊息性	0.42	0.17	0.17	88.09***	0.27	0.38	1.05	9.26
長官情緒性	0.44	0.19	0.02	55.45***	0.06	0.15	1.05	16.47

*** $p < .001$

由表5可知，變異膨脹係數（VIF值：最大為1.05）皆小於10，條件指數（CI值）為9.26、16.47皆小於30，所以表示共線性低。在社會支持的九個層面中，進入迴歸方程式的顯著變項共有二個層面，分別為「家人性訊息支持」與「長官情緒性支持」，聯合解釋量為.19，表示此個兩層面能聯合預測整體幸福感19%的變異量。就各層面的解釋量來分析，以「家人訊息性支持」的預測力最佳，其解釋量為17%；其次加入「長官情緒性支持」，可增加2%的解釋量，聯合解釋量為19%。

（三）社會支持各層面對幸福感的「人際關係」層面之預測力分析

社會支持各層面對幸福感的「人際關係」層面之多元迴歸分析結果如表6所示。

表 6 社會支持各層面預測「人際關係」之多元迴歸分析摘要表

進入迴歸的變項名稱	多元相 關 係數(R)	決定 係數 (R2)	增加解 釋量 △R2	F值	未標準化 迴歸係數 (β)	標準化回 歸係數 (β)	共線性診斷	
							VIF	CI
截距					9.76			
家人情緒性	0.46	0.21	0.21	113.01***	0.18	0.24	2.30	16.13
家人訊息性	0.49	0.24	0.03	65.25***	0.17	0.22	2.14	20.20
同事情緒性	0.50	0.25	0.01	46.67***	0.08	0.13	1.23	29.30

*** $p < .001$

由表6可知，變異膨脹係數（VIF值：最大為2.30）皆小於10，條件指數（CI值）為16.13、20.20、29.30小於30，所以表示共線性低。在社會支持的九個層面中，進入迴歸方程式的顯著變項共有三個層面，分別為「家人情緒性支持」、「家人訊息性支持」與「同事情緒性支持」，聯合解釋量為.25，表示此個兩層面能聯合預測整體幸福感25.1%的變異量。就各層面的解釋量來分析，以「家人情緒性支持」的預測力最佳，其解釋量為21%；其次加入「家人訊息性支持」，可增加3%的解釋量，再加入「同事情緒性支持」，可增加1%的解釋量，聯合解釋量為25.1%。

(四) 社會支持各層面對幸福感的「工作成就」層面之預測力分析

社會支持各層面對幸福感的「工作成就」層面之多元迴歸分析結果如表7所示。

表7 社會支持各層面預測「工作成就」之多元迴歸分析摘要表

進入迴歸的 變項名稱	多元相 關係數 (<i>R</i>)	決定 係數 (<i>R</i> ²)	增加解 釋量 ΔR^2	<i>F</i> 值	未標準化 迴歸係數 (β)	標準化 迴歸係數 (β)	共線性診斷	
							VIF	CI
截距					10.50			
家人訊息性 支持	0.35	0.12	0.12	57.68***	0.35	0.30	1.05	9.26
長官情緒性 支持	0.41	0.17	0.05	42.42***	0.16	0.22	1.05	16.47

*** $p < .001$

由表7可知，變異膨脹係數（VIF值：最大為1.05）皆小於10，條件指數（CI值）為9.26、16.47皆小於30，所以表示共線性低。在社會支持的九個層面中，進入迴歸方程式的顯著變項共有二個層面，分別為「家人訊息性支持」與「長官情緒性支持」，聯合解釋量為.17，表示此個兩層面能聯合預測整體幸福感17%的變異量。就各層面的解釋量來分析，以「家人訊息支持」的預測力最佳，其解釋量為12%；其次加入「長官情緒性支持」，可增加5%的解釋量，聯合解釋量為17%。

(五) 社會支持各層面對幸福感的「身心健康」層面之預測力分析

社會支持各層面對幸福感的「身心健康」層面之多元迴歸分析結果如表8所示。

表8 社會支持各層面預測「身心健康」之多元迴歸分析摘要表

進入迴歸的 變項名稱	多元相 關係數 (<i>R</i>)	決定係 數 (<i>R</i> ²)	增加解 釋量 ΔR^2	<i>F</i> 值	未標準化 迴歸係數 (β)	標準化 迴歸係數 (β)	共線性診斷	
							VIF	CI
截距					7.74			
社會支持總 分	0.31	0.10	0.10	45.58***	0.05	0.33	2.57	13.76

(續後頁)

(接前頁)

進入迴歸的變項名稱	多元相 關係數 (<i>R</i>)	決定係 數 (<i>R</i> ²)	增加解 釋量 ΔR^2	<i>F</i> 值	未標準化 迴歸係數 (β)	標準化 迴歸係數 (β)	共線性診斷	
							VIF	CI
家人實質性 支持	0.34	0.12	0.02	28.04***	0.20	0.17	1.51	16.86

****p* < .001

由表8可知，變異膨脹係數（VIF值：最大為2.57）皆小於10，條件指數（CI值）為13.76、16.86皆小於30，所以表示共線性低。在社會支持的九個層面中，進入迴歸方程式的顯著變項共有二個層面，分別為「整體社會支持」與「家人實質性支持」，聯合解釋量為.12，表示此個兩層面能聯合預測整體幸福感12%的變異量。就各層面的解釋量來分析，以「整體社會支持」的預測力最佳，其解釋量為10%；其次加入「同事實質性支持」，可增加2%的解釋量，聯合解釋量為12%。

將社會支持對幸福感之預測情形，整理如表9，結果顯示，「家人情緒性支持」、「家人訊息性支持」與「長官性情緒支持」等層面對整體幸福感具有顯著的預測力。若就各層面加以檢視，則發現「家人訊息性支持」、「長官情緒性支持」等變項在「正向情感」層面具有顯著的預測力；「家人情緒性支持」、「家人訊息性支持」與「同事情緒性支持」在「人際關係」層面具有顯著的預測力；「家人訊息性支持」與「長官情緒性支持」在「工作成就」層面具有顯著的預測力；「整體社會支持」、「家人實質支持」在「身心健康」層面具有顯著的預測力。

表9 社會支持層面預測幸福感層面之多元迴歸分析整理摘要

	幸福感	整體幸福感	正向感情	人際關係	工作成就	身心健康
社會支持						
整體社會支持						☆
家人情緒性支持		☆		☆		
家人實質性支持						☆
家人訊息性支持		☆	☆	☆	☆	
同事情緒性支持				☆		
同事實質性支持						

(續後頁)

(接前頁)

	幸福感	整體幸福感	正向感情	人際關係	工作成就	身心健康
社會支持						
同事訊息性支持						
長官情緒性支持		☆	☆		☆	
長官實質性支持						
長官訊息性支持						

註：☆表示達顯著預測力

五、社會支持與幸福感相關分析之綜合討論

研究者茲針對幼兒園教師社會支持與幸福感之關係與預測情形討論說明如下。首先說明幼兒園教師社會支持與幸福感之相關情形，而後再針對幼兒園教師社會支持與幸福感之預測情形進行討論。

(一) 幼兒園教師社會支持現況討論

本研究之臺中市公私立幼兒園教師的整體社會支持屬「中上」。此與劉妙真(2004)、高嘉慧(2006)、林于萱(2010)的研究結果相符。探究其原因，幼兒園教師面對困難，需要情緒的支援時，身邊的人都能給予正向支持與肯定、鼓勵與安慰。

就社會支持各層面而言，其得分均介於「完全符合」與「大部分符合」之間，「家人情緒支持」得分最高，究其原因，是幼兒園教師面對困難問題、情緒的支援時「家人」能給予正向支持與肯定、鼓勵與安慰，與家人互動佳且有良好的家庭關係是為社會支持的重心來源。「長官實質支持」最低，探究其原因，幼兒園教師較少主動對長官提出實質要求，因此獲得的支持亦較少，此與劉妙真(2004)的研究結果相符。

(二) 幼兒園教師幸福感現況討論

臺中市公私立幼兒園教師的整體幸福感屬「中上」。此與魏美惠(2011)的研究結果相符。推論是臺中市公私立幼兒園教師在工作中透過師生互動，幫助和教育孩子成長，獲得成就感，從過程中體驗幸福感。

(三) 社會支持與幸福感之相關情形分析討論

根據典型相關之研究結果顯示，情緒性支持、實質性支持、訊息性支持增加時，正向情感、人際關係、工作成就、身心健康等幸福感也會增加。

綜合上述可知，幼兒園教師社會支持得分愈高，則幸福感的得分也愈高。本研究與陳鈺萍(2004)、古婷菊(2005)、周碩政(2009)、黃雅琪(2009)的研究結果相符，均顯示社會支持愈高，則幸福感愈高。探究其原因，可能是社會支持知覺程度愈高的幼兒園教師，其日常生活

與工作上所形成的社群網絡愈強，在面臨挫折與困境時，所獲得的資源與協助也愈多，因而減輕個人的壓力或負面想法，以正面積極的態度面對挑戰，進而提升個人幸福感。

（四）社會支持對幸福感之預測分析討論

本研究以整體幸福感及幸福感各層面作為效標變項，均有二到三個達顯著水準的預測變項。整體解釋量方面，效標變項以「幸福感整體」、「人際關係」最高，均達25%。在預測「整體幸福感」上，以「家人訊息性支持」為最高。探究其原因，可能是幼兒園教師在生活與工作上，面臨壓力與困境，或值得分享的正面情緒事件時，因有家人的訊息支持，進而提升個人幸福感。

在預測「人際關係」上，以「家人情緒支持」為最高。究其原因，幼兒園教師所知覺到的「家人情緒支持」，可使幼兒園教師有得到家人關懷、被愛、被瞭解的心理感受，藉此可強化「人際關係」。

伍、結論與建議

本部分根據文獻探討結果、統計分析結果及綜合討論結果，歸納整理出本研究結論與建議，以提供幼教機構、幼兒園教師及未來研究之參考。共分二部分，第一部分為結論，第二部分為建議。

一、結論

根據研究發現歸納出本研究之結論，以作為後續研究建議的依據。茲分述如下：

（一）臺中市公私立幼兒園教師社會支持現況

幼兒園教師社會支持屬於中上程度，就社會支持之各層面來看，以「家人情緒性支持」的得分最高，其次分別為「家人訊息性支持」、「同事訊息性支持」、「同事情緒性支持」、「同事實質性支持」、「家人實質性支持」、「長官訊息性支持」、「長官情緒性支持」及「長官實質性支持」。

（二）臺中市公私立幼兒園教師幸福感現況

幼兒園教師幸福感屬於中上程度，就幸福感之各層面來看，以「人際關係」的層面上得分最高，其次為「工作成就」、「正向情感」、「身心健康」。

（三）臺中市公私立幼兒園教師社會支持與幸福感有顯著的相關

本研究結果顯示，幼兒園教師社會支持與幸福感呈現相關，當情緒性支持、實質性支持、訊息性支持增加時，正向情感、人際關係、工作成就、身心健康也會增加。

（四）幼兒園教師社會支持中以「家人訊息支持」、「長官情緒支持」與「家人情緒支持」層面對整體幸福感具有顯著的預測力

本研究結果顯示，「家人情緒支持」、「家人訊息支持」與「長官情緒支持」層面對整體幸

福感具有顯著的預測力。若就各層面加以檢視，則發現「家人訊息性支持」、「長官情緒性支持」等變項在「正向情感」層面具有顯著的預測力；「家人情緒性支持」、「家人訊息性支持」與「同事情緒性支持」在「人際關係」層面具有顯著的預測力；「家人訊息性支持」與「長官情緒性支持」在「工作成就」層面具有顯著的預測力；「整體社會支持」、「家人實質支持」在「身心健康」層面具有顯著的預測力。

二、建議

主要根據上述的重要結論具體提出建議，以作為臺中市公私立幼兒園教師及未來相關研究之參考。

（一）對幼兒園教師的建議

1. 重視人際互動與溝通，強化社會支持網絡，有助提升個人幸福感感受

本研究發現幼兒園教師社會支持與幸福感有關，其中情緒支持對幸福感有較高的解釋力。社會支持來自於個人所建立的社會支持網絡，在人際互動過程中，宜建立暢通的溝通管道，學習傾聽與適時表達意見，以達雙向溝通，進而與他人建立良性互動，強化社會支持網絡。如此，將能有效提升幼兒園教師的幸福感受。

2. 應照顧自我的需求，並能主動尋求社會支持

本研究發現，幼兒園教師社會支持越高，則幸福感越高。可見幼兒園教師社會支持的獲得與滿足對幸福感有著加成的效果，因此建議幼兒園教師應該重視且照顧自我需求。主動尋求周遭重要他人及機構的社會支持，使他人能適時的給予自己需要的協助，以達到事半功倍的成效。

（二）對未來研究的建議

1. 研究對象方面

本研究之研究對象僅就臺中市公私立幼兒園教師進行調查，因此在推論上有其地域上的限制。若在條件許可下，可以拓展至其他不同縣市、城鄉間之公、私立幼兒園，以比較不同縣市、城鄉間之公、私立幼兒園教師之間的差異情況，以對社會支持與幸福感進行區域差異性的比較以及對兩者相關研究更深入的瞭解，使研究結果更具代表性和推論性。

2. 研究方法方面

本研究以自編問卷作為調查研究的工具，隨著教育環境變遷迅速，未來研究時，除考量當時教育環境氛圍外，如能在問卷編製前，加入焦點團體座談，就可將教學現場之幼兒園教師的寶貴意見納入，作為編製問卷的參考，為幼稚園教師族群編擬更合適的社會支持與幸福感調查問卷施測，使問卷更具效度。

參考文獻

- 古婷菊 (2005)。國中教師幸福感及其相關因素之研究。國立台灣師範大學公民教育與活動領導研究所碩士論文，未出版，台北市。
- 石文南 (2011)。教師憂慮傾向，近5成達臨界點。中時電子報。取自 <http://news.chinatimes.com/2009Cti/Channel/Life/life-article/0,5047,100316+112011092900073,00.html>
- 全國幼教資訊網 (2011)。公私立幼兒園園所數。2011年12月5日，取自 <http://www.ece.moe.edu.tw/admin/search/qsearch.html>
- 吳素雲、張嘉育 (2011)。我國高職教師幸福感之研究。論文發表於2011技職教育永續發展研討會，台北市。
- 吳煥煥、林志丞 (2011)。國中教師社會支持、教師自我效能與工作倦怠相關研究以角色壓力為中介變項。嘉大教育研究學刊，26，25-56
- 李新民 (2004)。幼兒教師工作壓力、社會支持與身心健康之相關研究。樹德科技大學學報，6(1)，47-68。
- 周碩政 (2009)。桃竹苗區國中兼任行政教師之幸福感之研究。國立政治大學教育行政研究所碩士論文，未出版，臺北市。
- 林于萱 (2010)。幼稚園教師工作壓力、社會支持與生活滿意度之研究。南華大學幼兒教育研究所碩士論文，未出版，嘉義縣。
- 邱惠娟、童心怡 (2010)。教師幸福感內涵之探究。學校行政雙月刊，67，168-180。
- 邱皓政 (2006)。量化研究法 (二)：統計原理與分析技術 (修訂版)。台北：雙葉書廊。
- 柴松林 (2008)。小朋友幸福大調查。講義雜誌。取自：<http://www.cyberone.tw/ItemDetailPage/MainContent/05MediaContent.aspx?MMMediaType=JYTMG&offset=48&MMContentNoID=49727>
- 高嘉慧 (2006) 托兒所保育員的社會支持及其相關研究。社區發展季刊，114，336-354。
- 高碧森 (2010)。已婚教保人員在職進修角色衝突與社會支持之研究-以有青少年兒童家庭之教保人員為例。中國文化大學青少年兒童福利研究所碩士論文，未出版，臺北市。
- 陳鈺萍 (2004)。國小教師的幸福感及其相關因素之研究。屏東師範學院國民教育研究所碩士論文，未出版，屏東縣。
- 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彙編：人文及社會科學，8 (1)，115-137。
- 陸洛、施建彬 (1995)。幸福心理學。台北：巨流。
- 傅瓊儀、陸偉明、程炳林 (2002)。以結構方程模式探討制握信念及社會支持在國中生壓力知覺

- 的作用。**教育心理學報**，**34**（1），61-82。
- 單小琳（1990）。教師的社會支持及其相關因素之探討。**國立台北市立師範學院學報**，**21**，123—154。
- 曾文志（2007）。大學生的樂觀、社會支持與幸福感的關聯：結構方程模式取向之研究。**教育與心理研究**，**30**（4），117-146。
- 黃雅琪（2009）。桃園縣國中教師人格特質、社會支持與幸福感之相關研究。銘傳大學教育研究所碩士論文，未出版，台北市。
- 黃儒傑（2008）。教師教學思考的負荷、社會支持及其教學表現：以臺中縣市幼稚園為例。**教育心理學報**，**40**(1)，85-106。
- 黃寶園、林世華（2007）。人格特質與社會支持對壓力反應歷程影響之研究：結合統合分析與結構方程模式二計量方法。**教育心理學報**，**39**（2），263-294。
- 趙麗君（2008）。幼稚園教師的社會支持現況調查。**教師發展**，**418**，39-43。
- 劉妙真（2004）。幼稚園教師工作壓力、社會支持與職業倦怠之研究。屏東師範學院國民教育研究所碩士論文，未出版，屏東縣。
- 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。**幼兒教保研究集刊**，**6**，87-115。
- 魏美惠（2011）。幼兒教師幸福感研究。**教育科學期刊****10**(2)，173-194。
- Caplan, G. (1974). *Support systems and community mental health: Lectures on concept development*. New York, NY: Behavioral Publications.
- Carruthers, C., & Hood, C. (2004). The power of the positive: Leisure & well-being. *Therapeutic Recreation Journal*, 38(2), 225-245.
- Cheuk, W. H., & Wong, K. S. (1995). Stress, social support, and teacher burnout in Macau. *Current Psychology*, 14(42), 42-46.
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310-357.
- Colvin, M. F., Cullen, T., & Thomas V. V. (2002). Coercion, social support, and crime : An emerging theoretical on sensus. *Criminology*, 40, 19-42.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Diener, E., Lucas, R. E., & Oishi, S. (2005). Subjective well-being: The science of happiness and life satisfaction. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *The handbook of positive psychology* (pp. 63-73). Oxford: Oxford University Press.
- Guralnick, M. J., Hammond, M. A., Neville, B., & Connor, R. T. (2008). The relationship between sources and functions of social support and dimensions of child and parent-related stress. *Journal of*

- Intellectual Disability Research*, 52(12), 1138-1154.
- Hauck, E. L., Snyder, L. A., & Cox, L. E. (2008). Workload variability and social support: Effects on stress and performance. *Current Psychology*, 27(2), 112-125.
- Holt-Lunstad, J., Smith, T. B., & Layton, B. (2010). Social relationships and mortality: A meta-analysis. *PLoS Medicine*, 7, 1-20.
http://www.oecd.org/document/39/0,3746,en_21571361_44315115_48858599_1_1_1_1,00.html
- OECD (2011). *How' Life: Measuring Well-being*. Retrieved From
- Prins, J. T., Hoekstra-Weebers, J. E., Gazendam-Donofrio, S. M., van de Wiel, H. B., Sprangers, F., Jaspers, F. C., & van der Heijden, F. M. (2007) The role of social support in burnout among Dutch medical residents. *Psychology Health Medicine*, 12(1), 1-6.
- Robert, K. & Angelo, K. (2001). *Organizational behavior* (5th ed.). New York, NY: McGraw-Hill.
- Salami, S. O. (2011). Job stress and burnout among lecturers: Personality and social support as moderators. *Asian social science*, 7(5), 110-121
- Toker, S (2011). *Getting Along with Co-workers May Prolong Life, Researchers Find*. Retrieved from <http://www.apa.org/news/press/releases/2011/05/co-workers.aspx>
- Zinn, L. F. (1997). *Supports and barriers to teacher leadership: Resource of teacher leaders*. (ERIC Document Reproduction Service NO.ED408259) .

A Study of Social Support and Well-being of Teachers of Public and Private Preschools in Taichung City

Hsiang-Chen Lin

Kindergarten Principal
The Attached Preschool of
Zhen Ping Elementary School

Mei-Yun Chang

Associate Professor
Department of Childhood Education
and Enterprise Management
Central Taiwan University of
Science and Technology

Abstract

The study aims to investigate the levels of social support and sense of well-being of preschool teachers in Taichung City and to identify the relationships between preschool teachers' sense of social support and well-being. A self-developed questionnaire was used to collect data from the target subjects to survey their sense of social support and well-being. A total of 524 copies of questionnaire were distributed to stratify-sampled preschool teachers in Taichung City. Only 422 respondents returned, representing an 80% valid response ratio. The collected data were analyzed with the Statistical Package for Social Sciences¹². Descriptive statistics, multiple-regression, and Pearson correlation were applied to analyze the relationships among the variables.

The results are summarized as follows:

1. The level of social support perceived by the preschool teachers reaches middle-upper level, while the highest score goes to the category of family emotional support.
2. The sense of well-being perceived by the preschool teachers reaches middle-upper level, while the highest score goes to the category of personal relationship.
3. There is positive correlation between the level of social support and the sense of well-being of the preschool teachers.
4. Among the variables examined, the "informational support of family" category contributes the most of variances while predicting the level of preschool teachers' sense of well-being.

The findings of this work are expected to provide feasible suggestions for the preschool teachers as well as researchers who are interested in this topic.

Keywords: Preschool teachers, Social support, Well-being