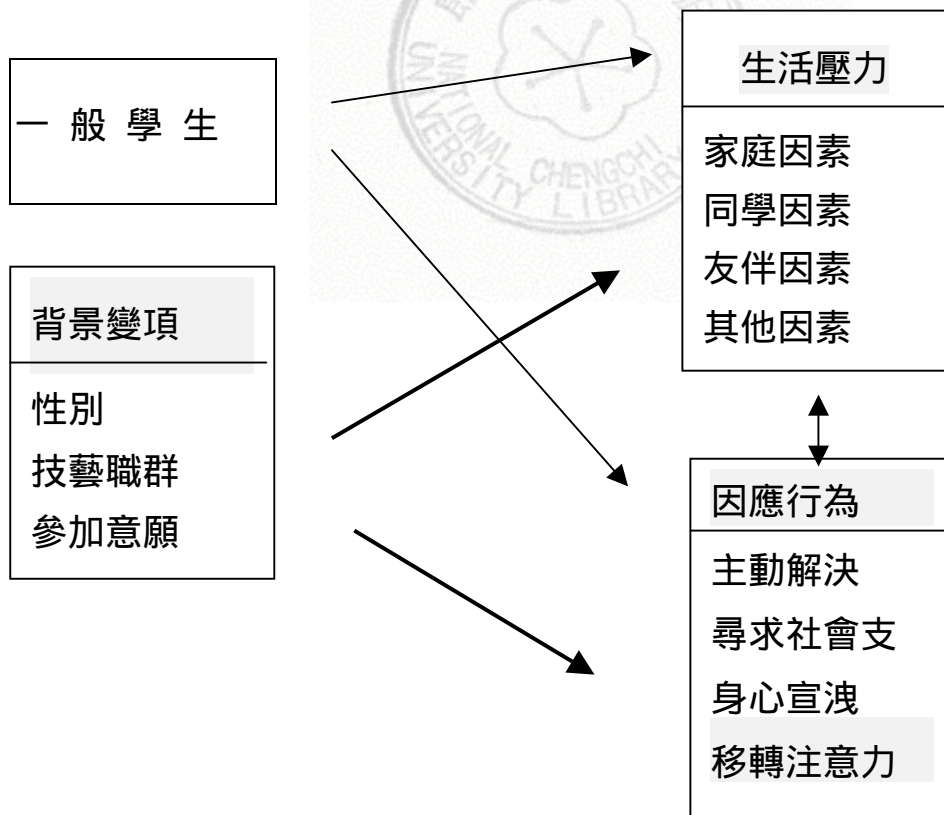


### 第三章 研究方法

本章旨在說明研究過程中所使用之研究方法與步驟。根據上述研究動機與目的、研究問題、研究假設及相關文獻探討的結果，而發展出本章所使用之研究方法與步驟，以期獲得預期之研究結果。本章內容共分為四節，依序分為：第一節 研究架構與研究設計、第二節 研究對象、第三節 研究工具、第四節實施程序、第五節 資料整理與分析，茲析述如後。

#### 第一節 研究架構與研究設計

本研究之架構係依據研究動機與目的、研究問題，研究假設及國內外相關文獻而建構。採文獻分析與問卷調查法，以個人背景因素為自變項，生活壓力、因應行為作為依變項，分別探討各變項間的現況與關係，經整理後建立之研究架構（請參見圖3-3-1），茲分析如下：



(圖 3-3-1 )

國中技藝教育學程學生的生活壓力、因應行為及相關因素之研究架構圖

## 壹、自變項 ( independent variables )

個人背景因素：包括性別、技藝職群、參加意願等三項。

技藝職群分三類：工業職群包括：動力機械、電機電子。

商業職群包括：商業管理、設計、餐旅。

家事職群包括：家政、食品、幼保。

## 貳、依變項 ( dependent variables )

依變項有二部份：生活壓力及因應行為。

生活壓力包括：家庭因素、同學因素、友伴因素、其他因素。

因應行為包括：主動解決正向闡釋、身心的宣洩、轉移注意力、尋求社會支持。

## 第二節 研究對象

本研究擬以台北縣九十三學年度參加國中技藝教育學程學生 4,620 人為研究對象（母群體），以立意取樣方式抽取其中十七所國中技藝教育學程學生為本研究的樣本，邀請參加填寫「國中技藝教育學程學生生活經驗量表」共發出 450 份問卷，回收後剔除填答不完整的廢卷，共取得有效問卷 421 份，樣本分布情形如下：（表 3-3-1）

表 3-3-1 受試樣本分布及有效問卷表

參加學校	學生人數	有效問卷數
新埔國中	25 人	23
中正國中	30 人	27
中山國中	25 人	22
江翠國中	25 人	25
板橋國中	30 人	29
積穗國中	25 人	22
漳和國中	25 人	22
秀峰國中	25 人	24
中和國中	30 人	29
樟樹國中	25 人	23
青山國中	25 人	24
福營國中	25 人	25
錦和國中	25 人	22
五峰國中	30 人	29
安康國中	25 人	22
萬里國中	25 人	25
文山國中	30 人	28
合計	450 人	421

另外也安排國中技藝教育學程學生與一般學生的比較，同樣以立意取樣方式每校抽取 13 人填寫問卷，共發出 221 份問卷，回收後取得有效問卷 208 份。

針對研究需要，本研究採問卷調查法（survey research），研究所使用之測量工具為研究者自編的「國中技藝教育學程學生生活經驗量表」包括下列三個部份：一、個人背景資料調查表；二、生活壓力事件量表；三、因應行為量表。茲分別說明如下：

#### 壹、個人背景資料

本量表主要是想瞭解受試者之基本資料，包括：性別、學習技藝類別、及參加此學程的自我意願。由受試者自行填寫，以利日後資料之分析處理。

#### 貳、生活壓力事件量表

本量表主要是為了瞭解參加國中技藝教育學程學生的生活壓力而由研究者自行編製的問卷。量表之編製步驟如下：

##### 一、量表編製

初步由研究者製作開放式的問卷，邀請 200 位台北縣國中技藝教育學程學生，寫下自己生活中最常感到有壓力、困擾的事情，回收問卷後由研究者逐一統計內容後彙整出 77 題生活壓力事件，（請詳見附錄二），作為「生活壓力量表」預試問卷，內容事先並未做進一步的分類，將預試問卷再請 200 名北縣國中技藝教育學程學生測試，回收有效問卷 158 份，將結果經由因素分析，統計歸納整理出「生活壓力量表」共分為：家庭因素、同學因素、友伴因素、及其他因素等四種因素。「國中技藝教育學程學生生活壓力量表」（請參見表 3-3-2）

(表3-3-2) 國中技藝教育學程學生生活壓力量表

方式	題號	生活壓力題目	Cronbach	正式題號
家庭因素	40	父母對我管教太嚴	.733	1
	53	被父母打罵	.695	2
	52	父母的期望與要求高	.687	3
	54	父母對我管束太多	.683	4
	39	自己和父母常意見不合	.675	5
	44	生活在單親家庭	.671	6
	41	父母管教方式不一致	.661	7
	72	家庭生活環境四周有許多誘惑場所	.636	8
	47	家庭經濟困難或負債	.637	9
	51	某些時間被限制在家裡	.621	10
	38	在家中權力或責任的不一	.603	11
	46	家裡雜務事情多	.590	12
	49	居家環境四周太吵會影響我的專心	.585	13
	45	需要照顧年幼的弟妹	.523	14
	50	與家人相處花時間	.505	15
	57	親朋好友間，常比較子女們的成績	.497	16
同學因素	75	看同學喝酒、用藥物、進出不當場所會受影響	.743	17
	59	在同學面前被同學恥笑、批評	.731	18
	73	受社會不良的書刊之影響	.697	19
	71	與同學出去玩，浪費太多時間	.583	20
	65	與同學相處不和諧	.577	21
	58	在班上，有功課問題無人可請教	.501	22
	68	與同學吵架、爭辯或打架	.432	23
	67	同學間競爭造成彼此不相往來	.421	24
友伴因素	60	缺少要好知心朋友	.791	25
	61	沒有朋友或朋友很少	.749	26
	74	看朋友喝酒、抽煙、唱 KTV 會受影響	.704	27
	62	家長反對交異性朋友	.690	28
	70	與異性朋友戀愛中	.689	29
	76	與異性朋友的感情困擾	.567	30
	69	想與異性相處作朋友，不敢表達	.467	31
	64	沒有足夠的時間與朋友相處	.455	32
	37	和朋友一起住	.419	33
其他因素	15	與老師無法溝通、相處	.673	34
	34	補習風氣很盛，使我不得不去補習	.657	35
	11	老師的威脅及處罰	.617	36
	30	擔心畢業後找不到工作	.439	37
	18	擔心畢業後念不到理想學校	.436	38

20	自我期望高，常有挫折感	.418	39
66	想要盡力改善自己的成績	.405	40

## 二、計分方式

本量表採用李克特 (Likert) 五點計分方式，依照生活壓力事件發生對個人的困擾程度分為：「沒有困擾」、「很少困擾」、「有些困擾」、「很困擾」、「非常困擾」之順序，分別給予1分、2分、3分、4分、5分。根據受試者所累積分數，判定其承受生活壓力之程度，受試者分數愈高，表示其所感受之生活壓力愈大；反之受試者分數愈低，表示其所感受之生活壓力愈小，並可由各分量表的得分獲知各不同因素間的壓力差異。

## 三、信效度

效度檢定本量表以文獻探討結果做為建構效度的依據，並以因素分析來驗證建構效度，確定量表的編製是否與理論相符。因素分析結果顯示可以得到四種因素分別命名為：家庭因素、同學因素、友伴因素及其他因素。各因素層面所組成之題目，其因素負荷量皆在 .40 以上，顯示建構效度良好。（請參見表3-3-3）

信度方面的評定：本量表 Cronbach 係數檢定，各分量表與總分量表的內部一致性。所檢測得之 Cronbach 係數請參見（表3-3-4），總量表之 Cronbach 係數為 .9497，顯示其內部一致性良好。

表3-3-3「技藝教育學程學生生活壓力量表」預試問卷因素分析摘要表

預試量表題號	壓力因素分析				正試量表
	家庭壓力	同學壓力	友伴壓力	其他壓力	
40	0.733				1
53	0.695				2
52	0.687				3
54	0.683				4
39	0.675				5
44	0.671				6
41	0.661				7
47	0.637				8
72	0.636				9
51	0.621				10
38	0.603				11
46	0.59				12
49	0.585				13
45	0.523				14
50	0.505				15
57	0.497				16
75		0.743			17
59		0.731			18
73		0.697			19
71		0.583			20
65		0.577			21
58		0.501			22
68		0.432			23
67		0.421			24
60			0.791		25
61			0.749		26
74			0.704		27
62			0.69		28
70			0.689		29
76			0.567		30
69			0.467		31
64			0.455		32
37			0.419		33
15				0.673	34
34				0.657	35
11				0.617	36
30				0.439	37
20				0.428	38
66				0.418	39
18				0.412	40
特徵值	7.159	6.366	4.536	2.971	
可解釋變異量(%)	17.898	15.914	11.341	7.427	

累積解釋變異量(%)      17.898      33.812      45.153      52.580

註：本表僅列出因素負荷量大於.40者

表3-3-4 「技藝教育學程學生生活壓力量表」預試問卷信度分析摘要表

分量表	題數	Cronbach	係數
家庭因素	16	.9257	
同學因素	8	.9046	
友伴因素	9	.8376	
其他因素	7	.6432	
全量表	40	.9497	

#### 肆、壓力因應行為量表

本量表主要是為了瞭解國中技藝教育學程學生面對「生活壓力事件」所經常做的因應行為，由研究者自行編製問卷。量表之編製步驟如下：

##### 一、 量表編製

初步由研究者製作開放式的問卷，邀請 200 位台北縣國中技藝教育學生，寫下自己生活中遇到「生活壓力事件」時，最常做的因應行為方式，回收問卷後由研究者逐一統計內容後彙整出 40 題「壓力因應行為量表」，其內容並未做進一步的分類，即作為「壓力因應行為量表」預試問卷，預試問卷再請 200 名 北縣國中技藝教育學生測試，結果經由因素分析，統計歸納整理出本研究使用之測量工具「壓力因應行為量表」（請詳見表 3-3-5），內容共分四種類型：1、**主動解決、正向闡釋**：主動找方法解決，從好的方面看事情。2、**尋求社會支持**：找親友傾訴支援、接受事實..等。3、**身體心理的宣洩**：包含身體心理，壓力的宣洩及消極因應..等。4、**轉移注意力**：包含逃避問題、做其他的事轉移對問題的注意力。



表 3-3-5 國中技藝教育學程學生生活壓力因應行為量表

因應方式	因應行為題目	Cronbach	正式題號
轉移 注意力	38.聽音樂 (散步或郊遊)	.822	11
	40.做自己最喜歡的休閒活	.815	12
	35.投入自己的興趣或愛好的事:如看漫畫、玩電腦 .	.784	13
	39 找.吃東西 .	.702	14
	34 在家.睡覺	.592	15
	37.對喜歡的事物做白日	.544	16
	33.閱讀(小說、漫畫....)	.493	17
	31.上網咖，玩電動	.414	18
尋求社 會支持	4. 將自己的感覺告訴朋友	.809	19
	5. 保持友誼或結交新朋友	.739	20
	1. 找朋友聊聊心中的苦悶	.726	21
	3. 保持幽默感、說笑話	.720	22
	24.嘗試向父母說出事情的道理或妥協	.550	24
	21.告訴母親，什麼事困擾你	.538	25
	2. 結交一位要好的男朋友或女朋	.509	23
	主動解 決、正 向闡釋	13.嘗試去想生活中好的表現 .	.816
12.規劃自己的生活，知道自己必須做的事		.791	4
11.嘗試依靠自己，去處理自己的問題與壓力		.688	9
14.嘗試自己做決定		.674	2
15 嘗試在困境中，提出解決方法		.584	5
身心的 宣洩	17.主動與學校老師或輔導老師談自己的困擾	.779	8
	16.喜歡挑戰較艱困的工作	.621	1
	26.在學校盡力參與各種活動	.569	6
	8. 與自己所關心的人保持親密關係	.537	10
	25 去做運動、打球	.529	7
23.對兄弟姊妹談談自己的感覺	.466	26	

## 二、計分方式

本量表採用李克特(Likert)五點計分因應行為分為「從來沒有」、「極少如此」、「約半如此」、「經常如此」、「總是如此」之順序，

分別給予 1 分、2 分、3 分、4 分、5 分。根據受試者所累積之分數，判定其遇生活壓力時因應行為之程度，受試者分數愈高，表示其愈常採用積極的因應行為；反之受試者分數愈低，則表示其較少採取因應行為。並可由各分量表的得分獲知各不同因應行為的差異。

### 三、信效度

效度檢定本量表以文獻探討結果做為建構效度的依據，並以因素分析來驗證建構效度，確定量表的編製是否與理論相符。因素分析結果顯示可以得到四種因素分別命名為：主動解決正向闡釋、尋求社會支持、身體心理的宣洩、轉移注意力等。各因素層面所組成之題目，其因素負荷量皆在 .43 以上，顯示建構效度良好。（請參見表3-3-6）

信度方面的評定：本量表 Cronbach 係數檢定，各分量表與總分量表的內部一致性。所檢測得之 Cronbach 係數請參見（表 3-3-7），總量表之 Cronbach 係數為 .9195，顯示其內部一致性良好。

表 3-3-6 「技藝教育學生生活壓力因應行為量表」正式問卷因素分析摘要表

預試量表 題號	壓力因應行為負荷量				正試量表
	移轉注意力	尋求社會支持	主動解決	身心的宣洩	
38	.828				11
40	.806				12
35	.770				13

39	.693				14
34	.586				15
37	.552				16
33	.501				17
31	.426				18
30	.408				( 刪 )
4		.812			19
5		.736			20
1		.733			21
3		.717			22
2		.527			23
24		.512			24
21		.493			25
13			.810		3
12			.786		4
14			.687		2
11			.672		9
15			.596		5
29			.327		( 刪 )
17				.742	8
26				.601	6
16				.576	1
25				.541	7
8				.530	10
23				.528	26
28				.424	( 刪 )
7				.424	( 刪 )
特徵值	4.073	4.057	3.757	2.659	
可解釋					
變異量 (%)	15.665	15.605	14.449	10.228	
累積解釋					
變異量 (%)	15.665	31.270	45.719	55.947	

註：本表僅列出因素負荷量大於.43者

3-3-7「技藝教育學生生活壓力因應行為量表」正式問卷信度分析摘要表

分量表	題數	Cronbach	係數

移轉注意力	8	.8562
尋求社會支持	7	.8376
主動解決、正向闡釋	5	.8535
身心的宣洩	6	.7583
全量表	26	.9195

## 第四節 實施程序

本研究的實施程序可分為以下五個階段來進行：

### 壹、準備階段

- 一、確定研究主題
- 二、蒐集相關文獻資料

### 貳、研究工具之蒐集與編訂

- 一、開放問卷的設計與分發填寫回收整理。
- 二、編寫預試問卷
- 三、編寫正式問卷

「預試問卷」以 Spss 作因素分析、信度考驗後，刪改成「正式問卷」。

### 參、決定研究架構與研究問題

依「正式問卷」內容確定研究背景、動機、目的及研究問題與研究架構。

### 肆、撰寫論文計劃，發表論文計劃

撰寫論文計劃，並於2004年12月發表論文計劃，同時經三位指導教授指正後，再根據建議做研究上必要的修正與改進。

### 伍、實施階段

- 一、研究對象的選取

開放式的問卷請文山、五峰、安康三所技藝教育學程學生填寫。

「預試問卷」以台北縣九十二學年度參加國中技藝教育學程學生 200 名為測試對象，包括：文山、五峰、安康、新埔、中正、中山、江翠、積穗、漳和、秀峰、中和、樟樹、青山、福營、錦和共計十五所國中，每校邀請 10-15 名參加技藝教育學程同學填寫預試樣本，回收有效樣本 158 份。

「正式問卷」擬以台北縣九十三學年度參加國中技藝教育學程學生 4620 人，為研究對象（母群體），以用立意取樣方式抽取：板橋、萬里、文山、五峰、安康、新埔、中正、中山、江翠、積穗、漳和、秀峰、中和、樟樹、青山、福營、錦和其中十七所國中技藝教育學程學生為本研究的樣本填寫「國中技藝教育學程學生生活經驗量表」共擬發出 450 份問卷。另外也安排國中技藝教育學程學生與一般學生的比較，因此抽選台北縣公立國中一般學生 221 人填寫問卷。做為本研究對照比較樣本。

## 二、施測過程

進行正式施測，由研究者委託各校技藝教育學程學生之導師，利用自修時間施測，並請導師先給予受試者問卷填答方式之說明。每班問卷填答實施時間為三十分鐘，受試者填答完畢後當場收回。

## 三、資料整理

研究問卷回收後，立即將資料編碼、輸入電腦、統計分析處理。

## 陸、完成階段

將統計分析之結果，逐一歸納討論分析，並撰寫本研究之結論與建議，完成研究論文。

## 第五節 資料處理與分析

本研究預試資料及正式施測資料，均以 SPSS 10.0 for Windows

進行資料之統計分析。根據研究問題與假設，所採用的統計方法如下：

- 壹、以因素分析與項目分析來進行分析，建構效度及信度分析，考驗「預試問卷」刪除不適當之題目，藉以選擇適當題目，編製成為「正式問卷」。
- 貳、以次數分配與百分率 ( frequency distribution & percentage )、平均數與標準差 ( mean & standard deviation )，描述研究對象之基本資料，及各變項的分佈情形。
- 參、以單因子變異數分析 ( one-way ANOVA ) 及考驗探討不同研究對象之背景變項，在各變項上的差異情形，是否顯著，若達顯著水準，再以薛費法 ( Scheffe ' method test ) 進行事後比較，藉以驗證研究假設 ( 一 )、假設 ( 二 )、假設 ( 三 )、假設 ( 四 )、假設 ( 六 )。
- 肆、以皮爾遜積差相關 ( Pearson's product-moment correlation )，係數分析考驗各變項之間的相關是否顯著，假設 ( 五 )。