

第五章 結論與建議

本研究旨在探討高級中學導師情緒管理與班級經營效能之關係。除蒐集、閱讀、整理、歸納有關情緒管理及班級經營效能之理論與相關研究外，提出研究架構，並經問卷原編製者同意，採用周世娟（2004）所編製之「國民小學級任教師情緒管理問卷」改編而得及王金樑（2003）所編製「高職導師班級經營策略與班級經營效能問卷」之「班級經營效能量表」研究工具、並以新竹縣市、桃園縣、台北縣市、基隆市等高級中等學校（包含高中、高職與綜合高中）導師作為研究對象，學生為施測對象，進行問卷調查。並就調查所得資料進行描述統計、單因子變異數分析、t考驗、Pearson 積差相關分析、多元逐步迴歸統計等統計方法考驗，並依分析結果加以討論。

並依據第四章之研究結果與相關文獻之綜合討論，以形成結論、提出建議，提供高級中學導師、教育行政機關及未來相關研究之參考。

第一節 結論

綜合前述的研究分析結果與討論，本研究獲得之結論歸納如下所述：

壹、高級中學導師情緒管理與班級經營效能之現況分析

一、高級中學導師情緒管理

就整體情緒管理而言，每題平均數為3.38分，屬於中高分組，亦即高級中學導師情緒管理趨向高分。情緒管理各層面的高低順序是「情緒的調整」、「情緒的表達」、「情緒的察覺」。

二、高中職導師班級經營效能之現況

就整體班級經營效能而言，每題平均數為3.41分，屬於中高分組，亦即高級中學導師班級經營效能為趨向高分。班級經營效能的各層面其高低順序是「師生互動」、「學生輔導」、「班級氣氛」、「班級常規」、「教學管理」。

貳、不同背景變項之高級中學導師情緒管理的差異情形

針對性別、年齡、任教年資、教育程度、學校隸屬與班級規模等教師背景變項與情緒管理的關係探討，本研究分析結果發現如下：

一、不同性別導師在情緒管理上的差異情形

不同性別的導師在「整體情緒管理」與「情緒的察覺」層面均達顯著水準差異，而在「情緒的表達」與「情緒的調整」等層面未達顯著差異。在本研究分析中，女導師得分均高於男導師。

二、不同年齡階段的導師在情緒管理上的差異情形

不同年齡階段的導師在「整體情緒管理」及其各項層面皆達顯著差異；在整體與各項層面中，均顯現出「28歲以下」導師的表現顯著高於「50歲以上」導師的表現。在「情緒的察覺」層面則顯示出「29-33歲」、「34-40歲」、「41-49歲」導師的表現顯著高於「50歲以上」導師的表現。

三、不同任教年資之導師在情緒管理上的差異情形

不同任教年資的導師不論在「整體情緒管理」或各分項層面上，皆無顯著差異。由此可知，導師的情緒管理並不會因為任教年資的多少而有所影響。

四、不同教育程度之導師在情緒管理上的差異情形

不同教育程度的導師不論在「整體情緒管理」或各分項層面上，皆無顯著差異。由此可知，在國內的開放政策、師資培育多元化之下，加上教師實習制度訓練紮實，因而不同教育程度的導師其情緒管理表現無

差異。

五、不同學校隸屬的導師在情緒管理上的差異情形

不同學校隸屬的導師在「整體情緒管理」及其各項層面皆達顯著水準差異；在整體與各項層面中「公立學校」顯著均高於「私立學校」之表現。

六、不同班級規模的導師在情緒管理上的差異情形

不同班級規模的導師在「整體情緒管理」及「情緒的表達」與「情緒的察覺」層面皆達顯著水準差異，但在「情緒的調整」卻未達顯著水準。由此可發現，班級學生數的多寡，會影響到導師的情緒管理，但此一部份相關文獻較少討論，因此有待進一步的研究與探討。

參、不同背景變項之高級中學導師班級經營效能的差異情形

針對性別、年齡、任教年資、教育程度、學校隸屬與班級規模等教師背景變項與班級經營效能的關係探討，本研究分析結果發現如下：

一、不同性別導師在班級經營效能上的差異情形

不同性別的導師在「整體班級經營效能」、「師生互動」、「教學管理」與「班級氣氛」層面均達顯著水準差異，而在「班級常規」與「學生輔導」等層面未達顯著差異。由本研究分析中，整體與各層面女導師的得分均高於男導師。

二、不同年齡階段的導師在班級經營效能上的差異情形

不同年齡階段的導師在「整體班級經營效能」及其各項層面皆達顯著差異；在整體與各項層面中，均顯現出「28歲以下」導師的表現顯著高於「50歲以上」導師的表現。在「學生輔導」與「教學管理」層面則顯示出「29-33歲」、「34-40歲」、「41-49歲」導師的表現顯著高於「50歲以上」導師的表現。

三、不同任教年資之導師在班級經營效能上的差異情形

不同任教年資的導師在「整體班級經營效能」、「班級常規」、「學

生輔導」、「教學管理」及「班級氣氛」等分項層面上，皆達顯著差異。而在「師生互動」層面未達顯著差異。當中以「1-5年」較「16-25年」來的佳。

四、不同教育程度之導師在班級經營效能上的差異情形

不同教育程度的導師不論在「整體班級經營效能」或各分項層面上，皆無顯著差異。由此可知，在國內的開放政策、師資培育多元化之下，加上教師實習制度訓練紮實，不同教育程度的導師其班級經營效能表現無差異。

五、不同學校隸屬的導師在班級經營效能上的差異情形

不同學校隸屬的導師在「師生互動」、「學生輔導」、「教學管理」及「班級氣氛」等層面皆達顯著水準差異，但在「整體班級經營效能」、及「班級常規」層面皆未達顯著水準差異。其中「學生輔導」與「教學管理」層面中「私立學校」得分均高於「公立學校」之表現；而在「師生互動」與「班級氣氛」層面中「公立學校」得分均高於「私立學校」。

六、不同班級規模的導師在班級經營效能上的差異情形

不同班級規模的導師在「整體班級經營效能」及其各層面上皆達顯著水準差異。由此可發現，班級學生數的多寡，會影響到導師的班級經營效能，本研究中全班人數以「36-40人」、「41-45人」、「46人以上」等均高於「35人以下」。

肆、不同背景變項之高級中學導師班級經營效能的差異情形

關於高級中學導師情緒管理與班級經營效能的關係，本研究分析統計結果後，發現如下：

一、高級中學導師「整體情緒管理」與「班級經營效能」有顯著的正相關。

二、高級中學導師情緒管理各分項層面與班級經營效能各分項層面均

達顯著正相關。

三、高級中學導師「整體情緒管理」與班級經營效能各分項層面均達顯著正相關。

四、高級中學導師「整體班級經營效能」與情緒管理各分項層面均達顯著正相關。

由本研究結果可知，高級中學導師情緒管理能力會影響其對教學工作是否能勝任，也會影響其班級經營效能。故導師情緒管理與班級經營效能有關係，導師能否展現成熟的情緒管理能力，和其是否能創造出良好的班級經營效能有關係。

伍、情緒管理能力不同之高級中學導師其班級經營效能的差異情形

本研究將高級中學導師「整體情緒管理」之得分分為高分組和低分組，並分析「整體班級經營效能」和各分層面的差異情形。研究發現，「整體情緒管理」高分組和低分組之級任教師，其學生所知覺之「整體班級經營效能」和班級經營效能中的各分項層面均達顯著差異，分析平均數發現具有高分組之得分顯著高於低分組的現象。即高級中學導師「整體情緒管理」能力愈佳，學生知覺「整體班級經營效能」和班級經營效能中的各分項層面的感受亦較佳。

陸、高級中學導師情緒管理對班級經營效能的預測分析

關於高級中學導師情緒管理對班級經營效能的預測情形，依據統計結果，發現如下：

一、情緒管理層面中，「情緒的調整」、「情緒的表達」、「情緒的覺察」對「整體班級經營效能」具有正向的預測作用。

二、情緒管理層面中，「情緒的調整」、「情緒的表達」、「情緒的覺察」對班級經營效能中「師生互動」層面具有正向的預測作用。

三、情緒管理層面中，「情緒的調整」、「情緒的表達」、「情緒的覺察」對班級經營效能中「班級常規」層面具有正向的預測作用。

四、情緒管理層面中，「情緒的調整」與「情緒的覺察」對班級經營效能中「學生輔導」層面具有正向的預測作用。

五、情緒管理層面中，「情緒的調整」與「情緒的覺察」對班級經營效能中「教學管理」層面具有正向的預測作用。

六、情緒管理層面中，「情緒的表達」與「情緒的覺察」對班級經營效能中「班級氣氛」層面具有正向的預測作用。

由本研究結果可發現，導師的情緒管理能力可以預測班級經營效能，一個班級各方面所表現的成效，均和導師的情緒管理有顯著相關。

第二節 建議

根據本研究之結論，本節針對高級中學導師、教育行政機關及未來研究分別提出建議，以供有關人員及未來研究者參考。

壹、對高級中學導師的建議

一、妥善管理自身情緒並拉近與學生的距離

由本研究之結論可以得知，高級中學導師在「整體情緒管理」和其各項分層面上，皆具有良好的表現。但在「情緒的察覺」得分部份則是較低，是以導師在面對高中階段的學生時更應該特別的察覺學生情緒上的反應。高中階段的學生，因為他們的年齡讓他們更會去思考及學習獨立，最需要的是往往是導師的傾聽。不論學生是否做錯事情或是需要輔導，如果導師在面對學生的當下，無法將其自身情緒管理做到最好，耐心的傾聽學生的需求及適時的提供些建議，將導致師生間的距離越來越遠。而此一階段的學生，也是學習力很強的一階段，他們暗自觀察老師們的一舉一動進而加以學習，這也就是在現今的社會中所提倡的，教師除了是「傳道、授業、解惑者」的經師外，更應該是「以身作則」成為人師。

從筆者本身在高中任教的教育現場來觀察，學校中不乏情緒較易激動的教師，學生只要是犯錯就對學生責罵，而很少去傾聽學生的想法，導致師生間的關係相當的不好。學生在面對其他老師時，往往對於導師只有抱怨，並暗自學習導師的一切。曾經有學生當著導師的面前，和導師發生嚴重的口角爭執，事後經輔導發現原來在學生心裡，為何導師可以無緣由的責罵他們，而他們卻不行的偏差心態。

在面對高中階段的學生，拉近距離並不是要討好學生，而是在學生需要幫助時，可以給予最適度的協助，而不至於產生憾事。而要讓學生

願意找導師訴說或是導師自行發現學生情緒狀況不佳，導師的情緒管理便顯得相當的重要，除了本身的情緒管理外，更要教導學生如何適度及正確的抒發自身的情緒，不會因一時情緒的失控，就聚眾滋事大打出手，導致校園的問題層出不窮。

因此，教師若能妥善管理自身情緒，同樣的也可以教導學生如何管理學生本身情緒，加強對學生情緒察覺的敏銳性，隨時注意自己和學生情緒背後所代表的意義，如此不但可以使導師自身心理更健康，也可以提升班級經營的成效。

二、同儕成長加強班級經營技巧

由本研究問卷中可得知，高級中學導師班級經營效能普遍達中上水準，但也因為面對的學生是高中生，學生有著更高的自主性，導師在經營起來也格外的辛苦，因為要顧及班上每一位同學的感受，每一位同學的需求，孰重孰輕往往讓導師陷入兩難。

有別於此，建議導師間可時常的交流，互相討論交換在面對學生時的心得，藉由導師間的相互討論、成長、心得的交換等，無形中可以增進自己的班級經營技巧。資深的導師可透過資淺的導師瞭解學生內心真正的想法及學生間流行的用語，進而拉近師生間的距離增進師生間的互動。資淺的導師透過與資深導師的討論，可習得更多更好的班級經營技巧，進而達到班級經營效能的提升。

因此，積極參與教師間的互動，或是舉辦班級經營技巧領域的讀書會共同參與討論，必然對導師教師在教學技巧，或了解學生對教材的反應上，更能深入體會，藉此消弭導師的教學挫敗感，提昇班級經營效能，也能達到「將每個學生都帶起來」的理想教育目標。

貳、對教育行政機關的建議

一、辦理教師情緒管理之研習活動

透過本研究的研究結論，導師情緒管理與班級經營效能有顯著的正

相關。而班級經營效能對於學生的學習成效、態度、價值觀等均有所影響，可見班級經營效能的重要性。因此教育行政機關應多舉辦教師情緒管理的研習，聘請學者、專家進行演講與研討。目前教育行政機關每學期均需要求教師參加研習必須達一定時數以上，建議將情緒管理相關課程，納入必須的研習時數內。因為情緒雖說是與生俱來的本能，但可透過不斷的學習將其控制得宜，特別是在面對血氣方剛青少年高中階段的學生，往往一個情緒上的失控，都將導致師生雙方永遠的遺憾。

二、推動教師專業評鑑，促進專業成長

透過本研究的研究結論，導師情緒管理與班級經營效能會因導師的不同背景變項而有顯著的差異。是以導師所經營出的班級經營效能高與低，亦即代表的導師本身的專業素養之一，也是導師專業能力高低的呈現。因此，如何提升導師的班級經營效能變成了教育行政機關的一個目標。「班級經營」在教師發展專業評鑑中是重要的一個指標，如能真正建立出一套完善的評鑑制度，透過評鑑可協助瞭解導師問題的所在，有助於導師在面對班級經營時能有所成長，進而提升班級經營效能。

參、對未來研究的建議

一、研究對象

本研究以北部六縣市（新竹縣市、桃園縣、台北縣市、基隆市）之高級中學學生為研究對象，因而研究結果的推論僅止於六縣市。因此，建議未來的研究可擴大對象，普及台灣地區公、私立學校或細分不同層面（高中與高職）導師，以比較不同研究對象間的異同及建立完整的情緒管理在班級經營效能上的應用資料，冀使研究對象更為周延，以更了解導師之情緒管理與班級經營效能間的關係。

二、研究方法

本研究採用問卷調查法作為主要蒐集資料的方式，且是由學生來觀察導師之情緒管理與班級經營效能。在問卷發放之際，即遭遇到困難，

部份學生對導師成見頗深，因而無法客觀的填答，導致無效問卷過多，或者導師不願配合協助施測此問卷，因不願被學生來評斷自身情緒管理等。因此，本研究建議在日後的研究進行時，除了採調查研究外，能採用多種研究方式，如：教室觀察、深度晤談、個案研究、實驗研究等方法，以取得更詳盡的資料，來補充並驗證量化的研究分析結果，以使研究結果更為完善，並增進研究結果的正確性。

三、在研究變項方面

本研究探討高級中學導師的背景變項，和情緒管理與班級經營效能間的關係。本研究建議未來的研究可加入其他變項來探討與教師的情緒管理與班級經營效能間的關係，如教師的人格特質、學生素質等變項，以獲得更深入正確的研究結果。

四、在研究工具及統計方法方面

本研究的主要研究工具有兩種：高級中學導師情緒管理量表及高級中學班級經營效能量表。高級中學導師情緒管理量表是採用周世娟(2004)所編製之「國民小學級任教師情緒管理問卷」改編而得，而高級中學班級經營效能量表則是採用王金樑(2003)所編製之「高職導師班級經營效能問卷」的現成工具，兩項量表雖經標準化程序編製而成，但因使用的次數有限，因而有必要再進一步考驗，成為更具效能的研究工具。

另外，本研究所採用的統計方法包括描述性統計、t考驗、單因子變異數分析、Pearson積差相關及逐步多元迴歸。由於本研究以學生的得分平均數作為班級經營效能分數，為避免資料被過度擴大或化約的問題，故而建議未來研究可採用階層線性模式(Hierarchical Linear Model)，力求資料分析的正確性。