

教師快樂量表之編製

編制者：黃琬芯與葉玉珠(2006)

參考資料：黃琬芯(2006)。國中教師之建設性思考、人際智慧與其需求困擾及快樂之關係。國立政治大學未出版之碩士論文。

研究者在決定探討教師快樂之後，便著手進行相關文獻的閱讀與探討，發現大部分研究所使用的快樂量表，都是單單以簡略的「感受」作為問卷的題目，例如選取情緒形容詞，或是以受試者對生活的整體滿意度作為衡量其快樂程度的依據，研究者認為這些形式皆不夠完善至得以將快樂的意涵充分納入。加上目前國內外關於教師快樂的研究相當罕見，遂讓研究者興起採用開放問卷的方式，蒐集教師們的快樂經驗，再以此作為編製量表的依據。

壹、題目編擬

一、開放問卷的編製

根據快樂的相關理論，將快樂的組成內涵定義為快樂感受、快樂條件與快樂活動，遂以此三大主軸作為編製開放問卷的方向。問卷內容共有四題，第一題為「您認為教師的快樂是什麼？請清楚定義與說明」；第二題為「您認為教師快樂的時候，會有什麼樣的心境或感受？」；第三題為「您認為，能讓教師感到快樂的基本滿足條件有哪些？」；第四題為「您認為，從事哪些活動，能讓教師感到快樂？」

二、施測

於 2004 年 11 月間，首先以開放問卷進行調查，問卷調查的受試樣本為中小學教師共 205 人，有效問卷為 180 份，然後分別就每題的反應項目加以統計排序。

三、題目的挑選

由於考量受試者的填答情緒，本量表的預試問卷兼用開放式問題（您認為教師的快樂是什麼？快樂時有什麼心境與感受？）與勾選式問題（滿足快樂的基本條件與活動有哪些？），問卷回收後經過歸納整理，發現受試者在回答開放式問題時，多數傾向以感受與條件作為考量的向度。因此在決定正式問卷內容方面，研究者遂將快樂感受、快樂條件與快樂活動視為快樂的主要內涵。快樂感受部份取自於開放式問題，選取回答次數三次以上者；快樂條件部分取自於開放式問題與勾選式問題，選取回答或勾選次數三次以上者；快樂活動部份取自於勾選式問題，選取勾選次數三次以上者。問卷整理內容見表 1 至表 3。

表 1
快樂感受之次數統計

項目	次數	項目	次數
成就感	79	幸福感	6
自信心	32	自我超越	4
滿足感	36	積極	3
工作動力或能量	30	欣慰	3
工作熱忱	29	安定、安心	3
喜悅、愉快	20	無怨無悔	3
輕鬆、自在	19	感動	2
面帶笑容	11	順暢	2
生命意義感或價值感	11	知足	2
感到被尊重與瞭解	7	平靜	2
充實感	7	驕傲	2

希望感	7	窩心	2
愛心、關心	7	滿意	2
樂觀	6	耐心	1
樂於分享	6	使命感	1
參與感、認同感	6		

表 2
快樂條件之次數統計

項目	次數	項目	次數
能滿足物質需求	118	受到社會大眾的肯定	12
擁有專業成就	180	學生乖巧有規矩	8
擁有教學自主權	180	教學愉快	8
擁有良好的人際關係	159	時常放假	7
退休福利獲得保障	127	學生能吸收所學的知識	6
減少行政負擔	104	工作壓力減輕	5
政府實行的教育政策保障教師權益	136	進修管道充足多元	4
家長的支持肯定	26	學生上課反應良好	3
校方的支持與肯定	23	工作穩定	1
專業知能成長	17	身體健康	1
幫助學生	14		

註：左欄 1 至 7 項整理自勾選式問題，其餘整理自開放式問題。

表 3
快樂活動之次數統計

項目	次數
自發性的活動	114
休閒性的活動	183
能獲得意外驚喜的活動	69
能展現成就的活動	147
和親密他人相關的活動	156
能獲得精神寄託的活動	58

貳、確定量表

此部份是根據開放問卷所得之因素初步歸納的結果，是否適當仍需在正式施測後透過因素分析驗證之。本量表共分為三個部分，包含「快樂感

受量表」、「快樂條件量表」以及「快樂活動量表」等三個分量表。茲將三因素分別說明如下：

一、快樂感受：指教師在快樂的時刻會經歷何種感受，包括：成就信心、心流樂觀、愉悅自在以及關懷認同等四個因素。

二、快樂條件：指教師認為滿足快樂的條件有哪些。包括：專業表現、和諧紓壓以及尊重保障等三個因素。

三、快樂活動：指教師認為哪些活動可以滿足快樂。包括：自發休閒、驚喜成就以及親密交流等三個因素。

其中，「快樂感受量表」共計 22 題；「快樂條件量表」共計 24 題；「快樂活動量表」共計 6 題，各分量與題目之內容見表 4 至表 6。

表 4
快樂感受預試量表各分量表題目

因素 次序	因素 名稱	題號	題 目
因 素 一	成 就 信 心	1	成就感
		2	自信心
		3	滿足感
		9	生命意義感
		10	受到尊重與瞭解
		11	充實感
		12	希望感
因 素 二	心 流 樂 觀	4	工作動力或能量
		5	工作熱忱
		14	樂觀
		18	自我超越
		19	積極
因 素 三	愉 悅 自 在	6	喜悅愉快
		7	輕鬆自在
		8	發自內心地想微笑
		17	幸福感

		20	欣慰
		21	安定安心
因素四	關懷	13	愛心關心
		15	樂於分享
	認同	16	參與和認同感
		22	無怨無悔

表 5
快樂條件預試量表各分量表題目

因素 次序	因素 名稱	題號	題 目
因素一	專業 表現	1	學生健全成長
		2	教學愉快
		3	幫助學生
		5	學生快樂地學習
		8	學生乖巧有規矩
		16	專業知能成長
		17	學生回饋或感謝
		19	學生學習成果良好
		21	學生上課反應良好
		23	擁有專業成就
因素二	和諧 紓壓	6	時常放假
		7	與同事相處融洽
		9	工作壓力減輕
		11	減少行政負擔
		12	人際關係良好
		13	與學生相處融洽
因素三	尊重 保障	4	校方的支持肯定
		10	能滿足物質需求
		14	家長的支持肯定
		15	進修管道充足多元
		18	受到社會大眾肯定
		20	擁有教學自主權
		22	退休福利獲得保障
		24	教育政策保障教師權益

表 6
快樂活動預試量表各分量表題目

因素 次序	因素 名稱	題號	題 目
因 素 一	自發 休閒	1	自發性的活動
		2	休閒性的活動
因 素 二	驚喜 成就	3	能獲得意外驚喜的活動
		4	能展現成就的活動
因 素 三	親密 交流	5	和親密他人相關的活動
		6	能獲得精神寄託的活動

參、量表記分方式

三分量表皆採 Likert-type 四點量表。快樂感受部份，分別為「從未覺得」、「很少覺得」、「時常覺得」、「總是覺得」等四個尺度，分別給予 1 至 4 分，總分越高表示教師越常知覺到此感受；快樂條件部分，分別為「完全不同意」、「不太同意」、「相當同意」、「完全同意」等四個尺度，分別給予 1 至 4 分，總分越高表示教師越同意該項條件可以促成快樂；快樂活動部份，分別為「完全不同意」、「不太同意」、「相當同意」、「完全同意」等四個尺度，分別給予 1 至 4 分，總分越高表示教師越同意該項活動可以滿足快樂。

肆、量表分析與選題

一、快樂感受量表

本研究首先進行 Cronbach' α 內部一致性分析，將與因素校正後相關係數 (corrected item-total correlation) 小於 .35 者之題目予以刪除，於是刪除第 20 題。在因素分析方面，由於研究者認為各因素之間有一定之相關程度，因此以直接斜交法 (direct oblimin) 進行斜交轉軸。隨後再進行多次的 Cronbach' α 內部一致性分析及因素分析之交錯 (即同時考量因素分析與內部一致性分析的結果，每次刪除一至二題最不適合的題目)，刪除試題因素負荷量於該因素中小於 .35 者，但發現所有試題之因素負荷量皆大於 .35，因此不再刪題，最後共保留 21 題作為正式問卷題目；且由於試題分析後之因素歸類與原來假設有所出入，研究者遂根據分析結果重新命名，並盡量符合原假設之內涵，結果變更為「成就信心與愉悅自在」、「關懷分享與樂觀幸福」、「工作熱忱與自我超越」以及「生命價值的肯定與希望」等四因素。

二、快樂條件量表

本研究首先進行 Cronbach' α 內部一致性分析，將與因素校正後相關係數 (corrected item-total correlation) 小於 .35 者之題目予以刪除，於是刪除第 6 及 12 題。在因素分析方面，由於研究者認為各因素之間有一定之相關程度，因此以直接斜交法 (direct oblimin) 進行斜交轉軸。隨後再進行多次的 Cronbach' α 內部一致性分析及因素分析之交錯 (即同時考量因素分析與內部一致性分析的結果，每次刪除一至二題最不適合的題目)，刪除試題因素負荷量於該因素中小於 .35 者，隨後發現所有試題之因素負荷量皆大於 .35，但其中第 11 題「減少行政負擔」因考量並未所有受試者皆兼任行政工作，且其因素落點不符假設，故也將此題刪除，最後共保留 21 題作為正式問卷題目；且由於試題分析後之因素歸類與原來假設有所出

入，研究者遂根據分析結果重新命名，並盡量符合原假設之內涵，結果變更為「權益保障與專業肯定」、「師生、親師與同儕互動」以及「進修管道與支持」等三因素。

三、快樂活動量表

在預試問卷中發現絕大部分教師皆同意研究者擬定的選項，且沒有再提出其他活動類型，因此量表的題目全數保留。

伍、確定正式量表

量表經篩選後，三分量表各保留 21、21 及 6 題作為正式量表，題號重新編排。刪題後各分量表名稱、題數與題號如表 7 至表 9：

表 7
快樂感受正式量表之分量表名稱與題數

因素層面	題數	題號
成就信心與愉悅自在	8	1,2,3,6,8,7,8,10
關懷分享與樂觀幸福	6	13,14,15,16,17,21
工作熱忱與自我超越	4	4,5,18,19
生命價值的肯定與希望	3	9,12,20

表 8
快樂條件正式量表之分量表名稱與題數

因素層面	題數	題號
權益保障與專業肯定	11	9,10,13,14,15,16,17,18,19,20,21,
師生、親師與同儕互動	7	1,2,3,5,6,10,11,
進修管道與支持	3	4,9,12

表 9
快樂活動正式量表之分量表名稱與題數

因素層面	題數	題號
------	----	----

自發休閒	2	1,2
驚喜成就	2	3,4
親密交流	2	5,6

陸、正式量表的信度及效度

一、快樂感受量表

(一) 信度分析

「快樂感受」正式量表之總量表 Cronbach' α 值為.95，分量表「成就信心與愉悅自在」、「關懷分享與樂觀幸福」、「工作熱忱與自我超越」以及「生命價值的肯定與希望」的 Cronbach' α 值依序為.91、.85、.83、.76。各分量表內因素之間的相關係數如表 10，均達.01 顯著水準，表示本量表具有一致性與可靠性。

表 10
快樂感受正式量表各因素之間的相關係數

因素層面	成就信心 與愉悅自在	關懷分享 與樂觀幸福	工作熱忱 與自我超越	生命價值的 肯定與希望
成就信心與愉悅自在	1.00			
關懷分享與樂觀幸福	.74**	1.00		
工作熱忱與自我超越	.72**	.69**	1.00	
生命價值的肯定與希望	.73**	.75**	.71**	1.00

** $p < .01$ 。

而各題項與總量表及分量表之相關，如表 11 所示：

表 11

快樂感受正式量表各題與分量表和總量表之相關 (N=366)

因素	題目	與分量表 的相關	與總量表 的相關	分量表 Cronbach' α值
因素一： 「成就信心與 愉悅自在」 (8題)	1. 成就感	.6778	.6322	.9062
	2. 自信心	.6673	.6439	
	3. 滿足感	.7087	.6703	
	6. 喜悅、愉快	.7356	.7219	
	7. 輕鬆、自在	.7269	.7159	
	8. 發自內心地想微笑	.6945	.7306	
	10. 受到尊重與瞭解	.7131	.7042	
	11. 充實感	.6839	.6866	
因素二： 「關懷分享與 樂觀幸福」 (6題)	13. 愛心、關心	.6430	.6191	.8509
	14. 樂觀	.6804	.6965	
	15. 樂於分享	.6624	.6145	
	16. 參與、認同感	.7001	.7323	
	17. 幸福感	.6722	.7323	
因素三： 「工作熱忱與 自我超越」 (4題)	21. 無怨無悔	.4843	.4828	.8254
	4. 工作動力或能量	.6784	.6601	
	5. 工作熱忱	.6734	.6576	
	18. 自我超越	.6200	.6227	
因素四： 「生命價值的 肯定與希望」 (3題)	19. 積極	.6410	.6749	.7631
	9. 生命意義感或價值感	.6034	.6875	
	12. 希望感	.6007	.6812	
	20. 安定安心	.5863	.6497	
				.9486

(二) 效度分析

在建構效度方面，本量表所使用的因素抽取法為主成分分析法 (principle component analysis)，採直接斜交轉軸法 (direct oblimin)。經因素分析的結果，每個因素所解釋的變異量依序為 49.8%、5.87%、4.85%、3.91%。各分量表的轉軸後因素矩陣、因素負荷量、解釋變異量，詳列表 12：

表 12
快樂感受量表之因素矩陣 (N=366)

		pattern matrix			
因素	題目	因素			
		1	2	3	4
因素一： 「成就信心與 愉悅自在」 (8題)	1. 成就感	.726			
	2. 自信心	.647		.337	
	3. 滿足感	.694			
	6. 喜悅、愉快	.613			
	7. 輕鬆、自在	.663			
	8. 發自內心地想微笑	.570			
	10. 受到尊重與瞭解	.679			
	11. 充實感	.593			
因素二： 「關懷分享與 樂觀幸福」 (6題)	13. 愛心、關心		.601		
	14. 樂觀		.506		
	15. 樂於分享		.822		
	16. 參與、認同感		.586		
	17. 幸福感	.382	.412		
	21. 無怨無悔		.474		-.316
因素三：	4. 工作動力或能量			.779	

「工作熱忱與自我超越」 (4題)	5. 工作熱忱		.804		
	18. 自我超越		.527		-.362
	19. 積極		.520		-.305
因素四： 「生命價值的肯定與希望」 (3題)	9. 生命意義感或價值感				-5.12
	12. 希望感	.320			-596
	20. 安定安心				-542
解釋變異量		49.80	5.87	4.85	3.90
累積解釋變異量		49.80	55.67	60.52	64.43

二、快樂條件

(一) 信度分析

「快樂條件」正式量表之總量表 Cronbach'α 值為.96，分量表「權益保障與專業肯定」、「師生、親師與同儕互動」以及「進修管道與支持」的 Cronbach'α 值依序為.95、.91、.68。各分量表內因素之間的相關係數如表 13，均達.01 顯著水準，表示本量表具有一致性與可靠性。

表 13
快樂條件正式量表各因素之間的相關係數

因素層面	權益保障與 專業肯定	師生、親師與 同儕互動	進修管道 與支持
權益保障與專業肯定	1.00		
師生、親師與同儕互動	.79**	1.00	
進修管道與支持	.76**	.72**	1.00

** $p < .01$ 。

而各題項與總量表及分量表之相關，如表 14 所示：

表 14

快樂條件正式量表各題與分量表和總量表之相關 (N=366)

因素	題目	與分量表 的相關	與總量表的 相關	分量表 Cronbach' α 值
因素一： 「權益保障與 專業肯定」 (11題)	7. 學生乖巧有規矩	.7651	.7726	.9455
	8. 工作壓力減輕	.7825	.7690	
	13.專業知能成長	.7639	.7905	
	14.學生回饋或感謝	.7683	.7726	
	15.受到社會大眾肯定	.7121	.7065	
	16.學生學習成果良好	.8151	.7958	
	17.擁有教學自主權	.7006	.7033	
	18.學生上課反應良好	.7890	.7893	
	19.退休福利獲得保障	.7535	.7063	
	20.擁有專業成就	.7756	.7531	
21.教育政策保障降教師權益	.7536	.7275		
因素二： 「師生、親師與 同儕互動」 (7題)	1. 學生健全成長	.7710	.7155	.9105
	2. 教學愉快	.7908	.7576	
	3. 幫助學生	.6852	.5982	
	5. 學生快樂地學習	.7067	.7433	
	6. 與同事相處融洽	.6583	.6818	
	10.與學生相處愉快	.7712	.7182	
	11.家長的支持肯定	.7330	.7109	
因素三： 「進修管道與 支持」 (3題)	4. 校方的支持肯定	.5721	.7107	.6799
	9. 能滿足物質需求	.3959	.5379	
	12.進修管道充足多元	.5234	.6101	
				.9601

(二) 效度分析

在建構效度方面，本量表所使用的因素抽取法為主成分分析法 (principle component analysis)，採直接斜交轉軸法 (direct oblimin)。經因素分析的結果，每個因素所解釋的變異量依序為 56.27%、6.39%、4.07%。各分量表的轉軸後因素矩陣、因素負荷量、解釋變異量，詳列表 15：

表 15
快樂條件正式量表之因素矩陣 (N=366)

		pattern matrix		
因素	題目	因素		
		1	2	3
因素一： 「權益保障與 專業肯定」 (11題)	7. 學生乖巧有規矩	.621		
	8. 工作壓力減輕	.786		
	13. 專業知能成長	.505		.352
	14. 學生回饋或感謝	.598		
	15. 受到社會大眾肯定	.573		
	16. 學生學習成果良好	.729		
	17. 擁有教學自主權	.675		
	18. 學生上課反應良好	.729		
	19. 退休福利獲得保障	.956		
	20. 擁有專業成就	.761		

	21.教育政策保障降教師權益	.818		
因素二： 「師生、親師與 同儕互動」 (7題)	1. 學生健全成長		.787	
	2. 教學愉快		.704	
	3. 幫助學生		.879	
	5. 學生快樂地學習	.329	.512	
	6. 與同事相處融洽		.543	
	10.與學生相處愉快		.805	
	11.家長的支持肯定		.696	
因素三： 「進修管道 與支持」 (3題)	4. 校方的支持肯定		.334	.433
	9. 能滿足物質需求	.436		.447
	12.進修管道充足多元		.431	.592
	解釋變異量	56.27	6.39	4.07
	累積解釋變異量	56.27	62.66	66.73

教師快樂正式量表

一、快樂的感受

【說明】您認為快樂的感受是什麼？請您回想過去的快樂經驗，就下列每一題對快樂感受的描述，圈選適當的數字，1是『從未覺得』、2是『很少覺得』、3是『時常覺得』、4是『總是覺得』。

	從 未 覺 得	很 少 覺 得	時 常 覺 得	總 是 覺 得		從 未 覺 得	很 少 覺 得	時 常 覺 得	總 是 覺 得
1. 成就感.....	1	2	3	4	12. 希望感.....	1	2	3	4
2. 自信心.....	1	2	3	4	13. 愛心、關心.....	1	2	3	4
3. 滿足感.....	1	2	3	4	14. 樂觀.....	1	2	3	4

4. 工作動力或能量.....	1	2	3	4	15. 樂於分享.....	1	2	3	4
5. 工作熱忱.....	1	2	3	4	16. 參與、認同感..	1	2	3	4
6. 喜悅、愉快.....	1	2	3	4	17. 幸福感.....	1	2	3	4

7. 輕鬆、自在.....	1	2	3	4	18. 自我超越.....	1	2	3	4
8. 發自內心地想微笑.....	1	2	3	4	19. 積極.....	1	2	3	4
9. 生命意義感或價值感..	1	2	3	4	20. 欣慰.....	1	2	3	4

10. 受到尊重與瞭解.....	1	2	3	4	21. 安定、安心.....	1	2	3	4
11. 充實感.....	1	2	3	4	22. 無怨無悔.....	1	2	3	4

二、快樂的條件

【說明】您認為可以滿足快樂的條件有哪些？請根據您的看法，在下列每一題圈選適當的數字，1是『完全不同意』、2是『不太同意』、3是『相當同意』、4是『完全同意』。

	完 全 不 同 意	不 太 同 意	相 當 同 意	完 全 同 意		完 全 不 同 意	不 太 同 意	相 當 同 意	完 全 同 意
1. 學生健全成長.....	1	2	3	4	13.與學生相處融洽.....	1	2	3	4
2. 教學愉快.....	1	2	3	4	14.家長的支持肯定.....	1	2	3	4
3. 幫助學生.....	1	2	3	4	15.進修管道充足多元....	1	2	3	4

4. 校方的支持肯定...1	2	3	4	16.專業知能成長.....1	2	3	4		
5. 學生快樂地學習...1	2	3	4	17.學生回饋或感謝.....1	2	3	4		
6. 時常放假.....1	2	3	4	18.受到社會大眾肯定...1	2	3	4		

7. 與同事相處融洽...1	2	3	4	19.學生學習成果良好...1	2	3	4		
8. 學生乖巧有規矩...1	2	3	4	20.擁有教學自主權.....1	2	3	4		
9. 工作壓力減輕.....1	2	3	4	21.學生上課反應良好...1	2	3	4		

10.能滿足物質需求...1	2	3	4	22.退休福利獲得保障...1	2	3	4		
11.減少行政負擔.....1	2	3	4	23.擁有專業成就.....1	2	3	4		
12.人際關係良好.....1	2	3	4	24.教育政策保障教師 權益.....1	2	3	4		

三、快樂的活動

【說明】您認為哪些活動可以滿足快樂？請根據您的看法，在下列每一題圈選適當的數字，1 是『完全不同意』、2 是『不太同意』、3 是『相當同意』、4 是『完全同意』。

	完 全 不 同 意	不 太 同 意	相 當 同 意	完 全 同 意
1. 自發性的活動，例如：讀書會、工作坊、義工團體。.....	1	2	3	4
2. 休閒性的活動，例如：旅遊、逛街、看電影。.....	1	2	3	4
3. 能獲得意外驚喜的活動，例如：中獎、發現蒐藏品。.....	1	2	3	4

4. 能展現成就的活動，例如：指導學生考試或競賽得到 好成績、獲得師鐸獎表揚。.....	1	2	3	4
5. 和親密他人相關的活動，例如：談戀愛、和好友相聚、 與家人相處。.....	1	2	3	4
6. 能獲得精神寄託的活動，例如：拜拜、上教堂。.....	1	2	3	4
