

壹、前言

國家所積極推動的多項教育改革，諸如「九年一貫課程」、「教師專業發展評鑑」、「教學創新」或是2014年即將推動的「十二年國民教育」等，都可能使得教師的工作壓力較先前的教師繁重。游森期與余民寧（2006）就曾做過憂鬱傾向之調查研究，其研究對象乃為全國中、小學教師，研究結果發現在流行病學研究中心憂鬱量表（Center for Epidemiological Studies Depression, CES-D）中，得分高於16分以上者（憂鬱傾向的高危險群）竟占全部有效樣本數的 24.1%。是故，該研究結果顯示教師有著極大的身心壓力，當教師因壓力過大時，便可能導致情緒控制不佳或教學偏差行為，甚至是職業倦怠等情形。尤其黃寶園（2009）認為職業倦怠容易發生在需接觸「他人」的工作者身上，如教師的工作每天需與學生、家長、同事接觸，換言之，較之其他行業，教師很可能產生職業倦怠。教師一旦產生職業倦怠，即會造成工作士氣低落、高離職率、高缺席率、生病、工作效率低落等工作上的問題（戴興豪、莊哲仁、何若湯，2008），教師若因此離開教育領域，便浪費了政府不貲花費所培育之教育人力資源。由此可知，洞悉教師職業倦怠與工作壓力間的關聯乃為本研究之動機一。

當教師工作壓力過大，或是在工作上遇到挫折而面臨負面的生活事件時，若此時能具有優良的復原能力，則可能促使其成功且持續因應壓力及負面事件，且每個人在生活事件的衝擊下，往往會隨著個人、家庭或環境資源的差異，而有不同程度的適應結果（曾文志，2008）。過去有關「復原力」之研究並非以教師為主要對象，另有以青少年（沈瓊桃，2010；郭芳君、譚子文、董旭英，2011）、大學生（曾文志，2008）或國軍士兵（陳苑茹、馬于雯，2008）為對象等，

雖然探討的方向亦不盡相同，但多半以受創傷為主來探討研究對象之復原力。本研究將以教師為研究對象，探討當教師具備復原力時，是否會因為其利用內、外在資源而直接降低職業倦怠的情形，抑或在工作壓力與職業倦怠的關係間扮演著調節效果的角色，是為本研究之動機二、三。

另外，在學校組織中，教師所扮演的角色是「具備合作能力的教學者」、「擁有批判能力的省思者」、「能夠勇敢發聲的專業自律者」、「超越環境限制的自我實現者」，而學校則是「樂見專業成長的支持者」、「促進專業作為之引領者」、「學生學習效益之把關者」（黃富揚，2010）。是故，學校若能給予教師在專業上的支持，並給予教師專業進修的機會，使得教師擁有更精進的專業能力，抑或是重視教師之福祉、目標及需求，在這種情形下教師的工作壓力就較不沉重，自然而然不容易有職業倦怠情形發生。爰此，本研究將學校給予教師之支持稱為「學校支持」，希冀探討學校支持對教師職業倦怠之直接影響，以及在工作壓力與職業倦怠關係間所扮演的調節效果，是為本研究之動機四、五。據此，本研究以臺南市國民中學（後稱國中）教師之工作壓力與職業倦怠之關係為主軸，再對教師個人層次之「復原力」及組織層次之「學校支持」之調節效果進行跨層次之探討，主要目的為以下五點陳述：

一、探討國中教師工作壓力對職業倦怠的影響。

二、分析國中教師之復原力對職業倦怠的影響。

三、了解國中教師之復原力是否在工作壓力與職業倦怠的關係間扮演著調節效果。

四、分析學校支持對職業倦怠的影響。

五、了解學校支持是否在國中教師工作壓力與職業倦怠的關係間扮演著系絡調節效果。