



第一章 緒論

第一節 研究背景與動機

青少年是從童年邁向成年發展的過渡階段。處於這一階段的青少年即將面臨著成年生活的種種要求及壓力，他們必須學會在此階段對自己未來的生活、甚至於是對整個社會承擔起責任。多重角色期待的壓力迫使著青少年必須在此階段掌握更多的知識、技能，與發展更深廣的情意覺知。此時的青少年是認識自我，尋找自我的時期，在此成長的關鍵期中，學校是活動及學習的主要場所，也是青少年形塑與試煉自我效能感的重要機構。隨著青少年對學校教育所傳遞知識的掌握，與認知技能、情意的發展，青少年才得以逐步培育出自我效能（self-efficacy）。

面對變遷的社會文化與多元的價值體系，Bandura（1986）認為青少年能否平穩且成功地度過青春期的關鍵，乃在於其所形成的自我效能的強弱。此外，自我效能更是決定學生未來發展的重要因素；在學校能培育出強烈自我效能的學生，當他們走出校園進入社會後，就能以他們自己的創造性為基礎，表現出卓越的自我學習。所以，個體自我效能，可說是其主體因素的核心，它不僅決定了個體人生的軌跡，而且也決定了個體的思維、情境、行動及其動機模式，更是充分說明在青少年時期培養學生自我效能的迫切及重要性（高申春，2001）。

三重市—緊鄰台北市的城鎮，擁有了絕佳的交通便利，卻少有台北市寸土寸金的壓力，這樣的環境因素使得三重成為一個移民的城市，三重市常是欲至台北市工作者，衡諸便利性與經濟壓力下的選擇，在這樣的居民組成下，三重成為多元忙碌，充滿活力的城鎮。研究者任教於三重的國中，班級學生家庭的組成即十分符合如此的特色，學生家長多為孜孜矻矻努力為生計奔波的雙薪家

庭，父母為了工作而疏於照顧子女，對子女課業常無法顧及，形成了三重的文化不利。再者，研究者發現任教班級的學生中，甚至有高達三分之一的單親家庭或是隔代教養家庭的現象，如此情況下，經濟重擔自然而然是一個家庭中首要的重心。在如此的文化氛圍下，家長對子女的學業成績日漸由忽略而漠視，相對也形成學生對自我成就動機的低落，家長無暇照顧子女，導致子女亦無心於課業。學校生活缺乏成就，學校事物無所用心，學生因此自我否定，學校教育反成打擊學生自我的場域。是故，提升學生學習意願與成就動機遂成了本區教師所必須克服的首要課題。

從社會學習理論的觀點出發，Bandura 認為學習是人格的基礎，強調個人、行動和環境三者，是相互影響、彼此互動的（引自孫志麟，1991：47）。自我效能不僅肯定了人性潛能的無限可能性，擺脫了人只是任環境擺脫的被動者，也認識到自我對個體發展的重要性。在各種自我現象中，對個體人性潛能的發揮具有關鍵性決定作用的，是個體的自我效能（高申春，2001）。Bandura 認為自我效能是個體在面對某一特殊情境下，對自己能否完成工作所具有的能力判斷和信念（Bandura, 1986）；他更認為自我效能在青少年時期扮演重要的角色，因其有助於青少年迎接挑戰並能承受壓力及解決問題（Bandura, 1977b；引自江玉卉，2003）。從相關研究可發現，低自我效能的人傾向於將任務看成比實際來得困難，因而常常自我懷疑，面臨困難時容易沮喪或放棄，而妨礙了個體的表現；相反的，高效能者則較能積極迎接、參與挑戰性活動，且能全力以赴去達成目標（吳恬妮，1999）。

「思想產生信仰，信仰產生力量」一句大家耳熟能詳的教語，卻頗能切中「自我效能」的意涵。自我效能是個人對自我能力的整體認知，個人若能對自我能力有充分的理解與信心，自然能產生遂行意志的勇氣與力量。「我要完成什麼，即將成為什麼」，在在都受著個人自我覺知的驅策。所謂「取乎上，得乎中，取乎中，得乎下」；自我效能越強者，成就動機則越高，擁有越高的成就動機則

自然會付出更多關注與努力，也因而能夠創造出更多機會以獲致更大的成就。是故，基於自我效能對於青少年人格發展的重要性，如何有效的幫助學生覺察自我效能實為刻不容緩之課題。

有關自我效能的研究頗多(如曾玉玲,1993;詹敏娟,2002;鐘予廷,2002;張淑筵,2003),多數在探討自我效能和學業成就的關係,尤其是著重在數理或是語文科目,這或許和傳統國人重視升學和偏重所謂主科的觀念有關。時值二十一世紀的今日,面對世界知識的爆增與社會的遽變,國人的價值觀以及學校教育中的課程和教學,正如火如荼地進行一連串的變革和調整。然而,在九年一貫教育實施之後,特別強調具體的能力指標,且社會學習領域的課程更是涵蓋所有一切能提升國民的素質和國家競爭力最終的教育目標。因此,倘若能針對社會學習領域中所強調的課程目標,來幫助學生察覺自我的效能,進而能提升其自我效能的信念,則不僅能符合現今的教育目標,更能使學生擁有「帶得走」的能力,以適應未來的社會。

研究者任教國中七年(1999-2006)以來,常感任教的學生們雖天資聰穎,但卻因後天環境,以致使學生學業成就普遍低落,殊為可惜;嘗試多法亦無獲致解決大效。正苦於瓶頸之際,在因緣際會下,參與了國立台灣師範大學公民教育與活動領導學系副教授劉秀嫚老師(2003)所主持之國科會專題研究〈「公民養成方案」在國中社會學習領域之實施及成效〉,並擔任其中一個個案班級的實驗教學工作。研究者從一開始的疑惑,甚至對於學生是否有多餘的能力及資源,來進行該研究活動產生質疑。不過,隨著「公民養成方案」的進展,卻也逐漸感受到其重要性,更看到了學生藉由課程的參與,從一開始的探索、疑惑到逐漸理出頭緒,甚至能主動積極地參與活動的過程。在活動中,學生從觀察周遭的生活環境發現問題,再蒐集相關的資料和資訊,透過小組間的合作共同研究出解決問題的行動方案,並逐步達成具體行動與問題解決的課程目標。在這一連串的歷程中,讓研究者深刻地覺察到自我效能的重要性,所以倘能對

自我能力有更高的肯定，對於問題的參與和持續努力的堅持度將會更積極且正向。另一方面，也發現透過「公民養成方案」活動的實施，不僅能讓學生更加明白自己所擁有之潛能，也能重新肯定了自我的能力，因此，解決問題後的「高峰經驗」甚至成為學生肯定自我能力的信心基石。

劉秀嫚（2003）研究發現「公民養成方案」與社會學習領域課程目標之相關、具有培養十大基本能力的潛能，以及對台灣青少年學生公民發展確實具有若干正面的影響。此外，她也特別強調「公民養成方案」使學生具備了民主公民解決公共生活所可能面臨的問題之能力，值得社會學習領域教育工作者規劃課程時參考。參與此次研究計畫後，研究者發現「公民養成方案」的實施，不僅能達成社會學習領域的若干課程目標，對培養學生的自我效能也應具潛能。緣此，乃希望藉由本研究的進行探討「公民養成方案」對國中學生自我效能的影響，以了解「公民養成方案」能否解決研究者教學多年以來所遭遇的難題，更希望藉由本研究能提供社會學習領域公民科教師一種可以提升學生自我效能，更進而增進學生的學習意願、成就動機及學習成就的可能作法。

第二節 研究目的與問題

基於上述研究背景與動機，研究者希望能透過教學實際的經驗，針對實際的教學情境，將理論付諸於實際行動，期望對處於文化相對弱勢的學生能夠有所助益，甚而協助其提升自我效能感。因此，本研究希望藉由「公民養成方案」的實施，透過學生對活動的反應及回饋，探討「公民養成方案」對國中學生自我效能的覺知情形有無影響，尤其是針對其社會性自我效能、自我調整效能以及解決問題效能這三大部分。茲將本研究目的與問題分述如下：

壹、研究目的

- 一、探討「公民養成方案」對國中學生社會性自我效能之影響
- 二、探討「公民養成方案」對國中學生自我調整效能之影響
- 三、探討「公民養成方案」對國中學生解決問題效能之影響
- 四、了解國中學生參與「公民養成方案」的學習經驗及反應

貳、研究問題

基於上述目的，本研究所擬定之研究問題為：

- 一、實施「公民養成方案」能否提昇國中學生社會性自我效能？
- 二、實施「公民養成方案」能否提昇國中學生自我調整效能？
- 三、實施「公民養成方案」能否提昇國中學生解決問題效能？
- 四、參與「公民養成方案」的學生在課堂上實際的學習情形與反應如何？

第三節 名詞釋義

本研究之題目為「『公民養成方案』影響國中學生自我效能之實驗研究」，其中自我效能分別就「社會性自我效能」、「自我調整效能」及「解決問題效能」三部份做探討。茲將研究中之重要名詞「公民養成方案」、「自我效能」、「社會性自我效能」、「自我調整效能」與「解決問題效能」分別定義如下：

壹、公民養成方案

「我們全體人民...公民養成方案」(We the People...Project Citizen, 以下簡稱「公民養成方案」)是美國公民教育中心(Center for Civic Education)發展出來的議題中心課程，其目的在提升學生有效參與公共事務的能力。本研究中實驗組學生，除原有社會學習領域公民科之學習活動外，並輔以10週的公民養成方案的教學；控制組學生，則維持原有之社會學習領域公民科之教學，以做為對照。

貳、國中生

本研究所稱之國中生，係指九十三年度第二學期就讀於台北縣立某國民中學一年級的兩個班級之學生。由於該國中採一般常態分班，且經實驗教學前的觀察與測驗發現，兩班學生的自我效能，以及班級學習氣氛相似性極高。

參、自我效能

自我效能(self-efficacy)指的是個人對自己從事某種工作所具能力，以及對該工作可能做到的程度之一種主觀評價(張春興, 1989)。Bandura (1986)

明白指出自我效能是指個人在某一領域中對於自己完成工作能力的信念。這種信念會影響個人對活動的選擇、繼續努力與動機的堅持度，以及精熟的表現水準。換言之，自我效能是指個人自己評估在特定環境下，能完成特定行為的能力，指的是個人在面臨某一個特殊工作時，對從事該特殊工作之動機強弱，取決於個人對自我效能的評估。本研究所探討的自我效能包括社會性自我效能、自我調整效能以及解決問題效能三部分，各分量表平均分數的加總即為總量表的分數，得分愈高則表示其自我效能的發展愈積極、正向。

肆、 社會性自我效能

社會性自我效能 (social self-efficacy) 意指個人對自己社會技巧能力的判斷，這之中包括結交朋友、被同儕所接受以及在學校裡表現出合宜等社會技巧的能力判斷 (Patrick, Hicks, & Ryan, 1997)。本研究所指社會性自我效能是以受試者在研究者修訂編製的「國中生自我效能量表」中之「社會性自我效能分量表」的平均得分代表之，得分越高，表示其社會性自我效能越積極。

伍、 自我調整效能

自我調整效能 (self-regulatory efficacy) 是指個人具有影響並控制自己行為方式的力量。Bandura (1986) 提出自我調整的有三個過程：自我觀察 (self-observation)、自我判斷 (self-judgment) 以及自我反應 (self-reaction) 等三個階段。本研究所指自我調整效能是以受試者在研究者修訂編製的「國中生自我效能量表」中之「自我調整效能分量表」的平均得分代表之，得分越高，表示其自我調整效能越積極、正向。

陸、 解決問題效能

解決問題效能 (problem-solving efficacy) 是指個人對自己完成目標、有效解決所面臨到的問題以及處理環境改變之自覺能力 (江玉卉, 2003)。本研究所指解決問題效能是以受試者在研究者修訂編製的「國中生自我效能量表」中的「解決問題效能分量表」的平均得分代表之, 得分越高, 表示其解決問題效能越積極良好。

第四節 研究方法

茲針對上述研究動機和目的，採用準實驗研究法，探討實施「公民養成方案」影響國中學生覺察自我效能的情形，其中自我效能分別就「社會性自我效能」、「自我調整效能」及「解決問題效能」三部份做探討。基於此，茲將本研究的方法說明如下：

本研究方法依據研究目的與問題，採用不等組前後測準實驗設計，在實驗教學之前，首先進行文獻探討與理論分析，以剖析自我效能的意涵與相關研究、「公民養成方案」的理念與實施內涵以及相關研究，做為從事本實驗設計之理論基礎。

其次，依研究目的，並配合學校行政教學的實際情況，考量各種條件與限制進行實驗設計。故研究者就所任教學校的一年級班級中隨機選取二個班級，並以其中一個班級為實驗組，另一個班級為控制組。本研究中的實驗組共有學生 36 人；控制組則有學生 33 人，兩班都是男女合班的一年級學生。再者，蒐集相關資料以瞭解「公民養成方案」的設計原則及精神，依據「公民養成方案」的學生手冊（Center for Civic Education,1996a），參考國內外曾實施該課程的相關文獻之建議，以及研究者本身曾實施該課程之經驗，另設計一套「公民養成方案」的學習單，讓學生能更快瞭解並融入課程活動中。

最後，參考及綜合國內外已施測過的量表，發展出本研究之測量工具。本研究之量表在六位專家進行評閱修正後，再施行預試，並進行量表之項目分析及信效度的考驗，方能完成本研究正式測量工具「國中生自我效能量表」。

在實施「公民養成方案」前一週，對實驗組及控制組學生實施「國中生自我效能」的前測，以了解實驗組和控制組學生原有之自我效能。本研究於國中一年級的社會學習領域公民科中進行，在徵得兩班導師、學生及學生家長同意

後，實驗組學生除原有社會學習領域公民科的教學 30 分鐘外，並輔以 10 週，每週 15 分鐘進行「公民養成方案」的教學活動；控制組學生則維持每週 45 分鐘社會學習領域公民科課程之教學活動，以作為對照。實驗活動結束後一週，分別對實驗組和控制組學生進行「國中生自我效能量表」的後測，實驗組學生須另外填寫「活動經驗回饋表」。另外，為增加質性資料以補足量化研究之不足，而選取前後測得分差異較大及無差異的學生各兩位進行訪談。

實驗所得資料以描述統計以及共變數分析等統計方法進行各項檢定，並輔以「活動經驗回饋表」和訪談所得質性資料作為解釋實驗效果時的補充和參考。

第五節 研究限制

研究者在研究的過程以及實驗設計上，雖力求周密考量，但由於時間、人力以及資源的因素，仍遭致部份研究上的限制。以下就研究對象、研究變項的控制、研究工具、學生課外參與，以及研究者角色等五方面分別說明之。

壹、研究對象

本研究是以台北縣國中一年級兩個班級的學生為研究對象，為配合學校行政，所以無法以隨機的方式分派研究對象，僅能以其中的一個班級的所有學生為實驗組，另一個班級的所有學生為控制組。但為提高實驗的內在效度，所以研究者由任教班級中，選取兩個特質較為相符的班級。

然而，因研究對象非隨機選取，故這兩個班級學生不足以代表全校一年級學生，也不能完全代表台北縣其他國中一年級學生。所以，研究結果只能推論至與實驗班級特質相似的班級學生。

貳、外擾變項（extraneous variables）的控制

本研究的目的，在瞭解實施「公民養成方案」能否提升實驗組學生的自我效能。由於真實研究設計在教育場域中較難達成，故本研究採準實驗設計。為避免外擾變項干擾研究結果的內在效度，因此，在進行實驗的過程中，盡可能控制以下因素，例如在挑選研究對象時，對於實驗組和控制組學生的性別因素、學業成就或班級氣氛等起點行為，都盡可能選擇差異不大且較為相似的两个班級，以減少實驗的誤差。

此外，Bandura（1986）指出，人們在活動中可藉由四方面的訊息來獲致或

形成自我效能，包括表現成果、替代性經驗、言詞說服及情緒激發。所以，在實驗過程中，亦力求將上述影響自我效能的因素加以控制，方能確實瞭解是否能透過實驗的過程影響研究結果。

此外，因在準實驗設計中，實驗組和控制組的起點行為實難控制的完全相同，所以為提高實驗的內在效度，乃採共變數分析的統計方法，以排除組別實驗處理前的差異情形。

參、 研究工具

本研究所使用的工具屬自陳量表，因此，資料的可靠性有賴於受試者的合作與態度。所以在施測時，研究者採親自施測，以求施測對象建立信任關係，施測之前，並特別向學生說明填答的結果與同學在課業上的學習成就並無關係，減少學生對填答有所顧忌及保留情形，以確保施測對象都能根據自我真實的狀況，坦白且認真地作答。

肆、 學生課外參與

在研究過程中，除了一般正常的公民科課程教學外，實驗組學生相較於控制組的學生會花費較多時間在「公民養成方案」活動課程中。因為對於實驗組學生而言，「公民養成方案」是一個新的學習活動。根據參與教師的經驗，由於「公民養成方案」要求學生學習它們比較不熟悉的研究調查，所以實驗組的學生在課堂外會花費比控制組更多的時間來作課程所要求的功課。此外，在課後和老師的互動上，實驗組的學生亦比控制組的學生來得多。因此，由於課外參與活動時間的增加，而影響到實驗組學生在施測上結果是非常可能成立的。

伍、 研究者角色

最後，在本研究中，研究者本身也是重要的研究工具，希望透過實驗過程，對整體研究進行觀察及探討，因而在研究過程中，對觀察內容、焦點的選擇，以及資料的篩選與詮釋等，難免會有個人的主觀成分存在，所以呈現的研究內容，並不能達成自然科學上實驗結果般確切無誤。惟本研究主要是以客觀的量化資料為主，質性資料為輔，因此，研究者主觀想法對於研究結果應不會造成太大影響。

