

第四章 資料分析與研究結果

本章第一節為資料分析，係以實際的研究資料具體說明資料分析的詳細過程；第二節為研究結果，主要在呈現研究者依據紮根理論的資料分析步驟後所得之每位研究參與者之「國小資深女性教師幸福感」之核心主題以及生涯歷程小故事。

第一節 資料分析實例

茲以研究參與者 A 的資料為例，舉例說明資料分析過程中的所有步驟，一一列舉如下：

(一)逐字稿的謄寫與檢核

研究者將訪談的錄音帶依序謄寫成逐字稿，並將所有的對話一一予以編碼，紀錄訪談過程中重要的非語言訊息(如音調、笑聲、停頓、沈默等)，並且參考研究參與者所填寫之效度檢核函，以便補足相關的意義訊息。為了善加保護研究參與者，故將個人資料部分予以模糊化處理。

茲將逐字稿部分內容節錄說明如下：

【符號說明】

R：代表「研究者」

A：代表「研究參與者」

逐字稿中【】之內文係補足研究參與者的非語言訊息，或作為補充說明之用。

逐字稿中{ }之內文係雙方同時間對話之紀錄。

為保護研究參與者之隱私，茲將與個人資料相關之內容以代號○○加以表示。

編號：A

姓名：○○○老師

受訪時間：94年5月2日，約1.5小時。

基本資料：女性，51歲，已婚，從事教育工作30年，於目前的學校服務18年，曾擔任級任導師與科任老師。

【訪談逐字稿內容節錄】

R001：那可不可以請老師談談說就是...老師的一些家庭狀況啊，簡單的成長背景這些的？

A001：家庭狀況...沒有...乏善可陳啊，就是、就是一個小孩就這樣子，就是公務人員就這樣子啊！

R002：這是小時候的...？

A002：小時候啊...

R003：對，小時候的成長背景啊，就簡單的求學經歷。

A003：嗯，你應該來問我比較...你應該列點來問我。

R004：好啊，好啊！

A004：你就...你問！

R005：嗯，就老師您剛剛有提到說，您是師專然後又師院，又到語教所嘛，那您就是一直都是這樣子...很順利的唸書唸上來嗎？

A005：對對，都是在很...【停頓】

R006：那中間有去工作，中斷什麼的？

A006：沒有、沒有。

R007：所以就是一直...往上唸？

A007：我就是一直從師專...就是一直都在教育啊，都是...後面那個師專之後都是進修的嘛，那都是在師院...都是在師院的體系啊！

R008：所以是師專之後，然後當老師之後，再回去進修師院，然後又回來當老

師，再回去進修研究所？

A008：對，當老師之後...對，因為我在...在當老師的時候就順便進修啦，都沒有停...沒有停過，所以我現在是教三十年啊！我二十歲師專畢業呀，所以我到今年的八月正好就教滿三十年。

R009：三十年，哇！所以就是...幾乎都沒間斷過？

A009：中間都沒有停，對，幾乎一...像我們早期師專的老師應該大概都是這個過程啊！那現在當然比較多元嘛，來的、來的地方、來的學校不同，當然他們現在可能有去...都很...哇，就隨便教都很久了！

R010：所以老師是一邊進修，然後一邊也在...教書，都沒有間斷就是了？

A010：嗯，對對！

R011：所以到今年已經三十年了？

A011：對，是最...我是最標準的...{很很資深的一個}不是最標準的啦，就是二十歲出來教了三十年，正好五十歲，是最標準，都沒有...完全沒有那個...也沒說，以前還有晚讀的，像我們同學喔，會有說大兩、三歲。我都沒有【笑聲】！

R012：就是按照標準程序來？

A012：是的！

R013：那老師您...就是小時候家庭的狀況呢，就家裡...？

A013：家裡就是爸爸是在...就是那個○○公司啊，因為也算...那算○○部的，也算公務員這樣子{公務員}。對，就是很...再單純不過了啦，真的就再單純不過！媽媽就家庭主婦，你看早期的那個媽媽都家庭主婦這樣子。

R014：就小家庭這樣子？

A014：也不是小家庭，就...兄弟姊妹五個啊，以前...以前的孩子都多啊！

R015：所以就是...爸爸、媽媽，然後，五個孩子？

A015：對對對！

R016：然後，算是蠻...單純的一個家庭環境？

A016：不是，我是覺得就是過於單純的，對，沒有什麼人生歷練【笑聲】！

R017：哇，老師的歷練都在教學工作上？

A017：對對對對！

R018：嗯哼！那老師您剛剛有提到說您就是唸師專，一直很順利的上來，然後教書嘛，都沒有間斷過嘛！對，那是...當初是什麼樣的一個...算是機緣巧合，您怎麼會想到說選擇當老師這樣的一個職業呢？

A018：以前的時代，以前的...幾乎每個人都這樣！女生嘛，女生就去讀師專啊，對不對！

R019：嗯哼，所以是家裡的意思？

A019：家裡的、家裡的環境，那時候大家普遍的經濟情況...那個年代，四十多年嘛，大概就是這樣啊，女孩子就是讀師專。那時候考上師專最好，那沒考上你就...好吧，很多就都是中學，像同學很多是初中畢業的啊，去念高職、夜間部，都很多那一種啊！那我們家正好也就是因為上面兩個姊姊都在花錢唸大學，都在花錢嘛，像我們這個第三個的時候就是...只好就是去唸師專最好啦！

R020：喔，所以也算是因應家裡的經濟狀況囉？

A020：對，可是那時候也...那時候的小孩喔，其實是也不敢什麼想，也沒有理想，也不會想、不懂得要想，就是啊看到就是說別人這樣子喔，家長告訴你這樣做，比較欠缺自己的那種思考，說真的是這樣。然後就說啊，去讀、去讀很好，不用錢很好，然後去讀就是這樣子。那家裡經濟上也不許可說再培養說...再去唸大學什麼，好，我們就去讀。可是也沒有任何抱怨，也就是這樣就進去了，就是這樣子。

R021：就是...好像也很順利的就進去了，自己也沒有想過？

A021：對對對！那當然啦，事後你會覺得說，同學以前成績比我爛的都考上什麼大學。因為那時候開始...【停頓思考】，人也大一點就會開始思考嘛！喔，原來師專並不是唯一的路嘛，就是那時候比較會思考，可是怎麼講，

就是我覺得我們那四十年代的這種，都是逆來順受的啦，你也不會抱怨，有書唸就感謝，就是這樣子。

R022：對對對，因為在那個環境下？

A022：對對對！

R023：所以其實還是主要是爸媽覺得說，這是一條不錯的路？

A023：對呀，它就是可以走！其實我們那時候讀完那個女中，眼看可以保送高中。可是爸爸總覺得說，唉呀，保送高中，再考大學嘛，還要花錢要怎樣。好啊，那你去讀師專好了，因為姊姊已經去唸大學了怎樣、怎樣，都是這樣子！

R024：感覺好像一勞永逸這樣子？

A024：對對！

R025：就很順利的就畢業啊？

A025：對對，就盡量乏善可陳這是這樣！

R026：所以好像是爸爸、媽媽對於您之後會當老師，算是有一個很決定性的因素，他們的想法啊，然後家庭的經濟這樣子？

A026：因為那時候也沒有想說你一定要當老師啦，只是有那個機會你去考，報名那就去考。啊，考上就順理成章就去了，就是這樣子。

R027：就是好像也沒有太多想法，反正就是有機會就去爭取？

A027：對對對！那時候其實像父母他也不是說不讓你讀大學，也沒像...我姊姊他們都讀大學，他也沒說不讓你讀。而是說剛好去考。好吧，那你那時候真的如果不去考、不去讀，其實那時候如果我自己的想法，也沒有關係，他也會讓我去讀，就是這樣。因為我們生活的那個環境，我們在那個○○公司，幾乎家家戶戶都是...都很會培養小孩子。那時候跟外面的環境又不太一樣，那時候外面的環境真的...就是像我們同學他們，那社經水準都不高，高的沒幾個。那時候我們在...父親在○○公司算是說社經水準算蠻高的。所以那時候在那個...我們那個○廠區裡面，幾乎每一

家孩子都讀書，每一家孩子，讀師專的反而很少。

R028：那老師那時候既然說爸媽好像沒有說要求您一定要當老師嘛，是這樣子嗎？

A028：他也沒有，對，他也沒有說一定要我當，也沒有說不要當，也沒有說要當。好啊，就是跟人家去考啊，考上那你就也沒有多做考慮啦，反正就唉唷，考上你就去唸啊。

R029：所以也不用考慮說可以去考大學什麼，也沒有想到這些？

A029：沒有，那時候還不會這樣想，所以那時候很呆啊！

R030：想說考上就去了，對不對？

A030：對呀，考上就去啦！

R031：嗯哼，所以就沒有做太多的其他的思考就對了？

A031：自己沒有思考，家長可...我想是有啦！那個時候可能喔，經濟上的考量什麼，那本身是沒有啦！

R032：嗯哼！所以家人，或是像老師您的朋友啦，一些同輩的同學，他們會對您就是走這樣的一個行業，會有一些什麼樣的看法？

A032：沒有，我覺得以前的那個時候都覺得，都跟我一樣，就是考上就去唸嘛，就是這樣子。

R033：他們會覺得說，這是一個很好的職業啊，對女生來說，這是一個很不錯的以後的出路這樣嗎？

A033：還好耶！因為我們自己住家附近的環境其實讀師專的不多，那個...我們那個○廠裡面的小孩子喔，都是這樣子去讀大學的很多。那時候早期大學...要去讀大學的人實在是不多啦，那個時候。都是要某一個【停頓】...父母的知識觀念到了某一水準或是...才會去。因為你反正...你甚至是唸高職，考不上就是唸高職，不然就是去做工啦，去工廠，以前都是去工廠啦！

R034：女工那一方面？

A034：對，很多都是去做女工啊，像以前我們同學就沒有繼續深造就做女工啊，那個時候。

R035：那所以像朋友呢，朋友會對於說當老師這樣的一個職業會有一些什麼特別的想法？

A035：那是後來的啦，那就是當時的...譬如說你的同學，這樣子也很不錯考上，也這樣子而已啊！但是，那個年代好像嗯，怎麼講，不是像現在說喔，你的...可以問說你的志願是什麼，當老師不錯喔，或怎麼樣會這樣來問你。或者說喔當老師不好啦怎樣。沒有，以前...我覺得好像就是那個時間點到了，你正好也去做了這個事，就去讀了{嗯，就去讀了？}。對呀！那時候很自然，那個同學一般家裡社經水準不高的，多半是初中畢業啊！頂多有啦，好一點，他考得上師專，他也是去唸；他考不上就去當女工，不然就是讀高職，都是這樣子以前。

R036：所以其實好像同學，或是朋友他們也沒有太多選擇的機會？

A036：沒有什麼大的理想，沒有，對！但是當然有啦，少部分就是說那個社經水準比較高的他會想說，女孩子要給他【停頓】，要給他讀什麼。很多都是那時候師專沒有考上，他又去讀高中，他後來他考上大學，很多是那種。反正以前師專...進師專是很優秀，就幾乎是最優秀的學生嘛！所以那時候其實沒有什麼...很沒有自己的想法。

R037：嗯哼，好像整個環境就是那樣子？

A037：對對！因為那時候找工作也很容易，那當個女工太容易，那時候到處都是工廠跟加工區，那時候台灣經濟在起飛。

R038：對對，那時候在興盛！

A038：對呀！

R039：那現在就是以老師您從事這麼久的教職嘛，那他們對您說從事這樣的一個職業，現在的想法有不一樣嗎？

A039：你說家裡的人啊？

R040：家裡或是同一職場的？

A040：也還好耶，只是說【感嘆】這是一份穩定、安定的工作！但是我曾經有想過就是說如果我那時不來...不去唸師專，那時候去唸一般的高中，然後進大學，搞不好我會有不一樣的人生啊！說真的會有不一樣的人生，因為我發現我們以前的同學，他們真的是不一樣的人生。那我們好像就是已經被框在這個框框裡，那你要抱怨嘛，也沒有；你說不抱怨嘛，要抱怨也抱怨不出什麼，不抱怨嘛又好像...就是很模糊耶！這個對...我們那時候就是年很小的時候，就到師專裡面就去訓練，真的我是覺得那個人格在成形的時候，就已經被訓練、灌輸了你就是要當老師的人。我就說我們台灣的師範教育是成功的就是這樣，十幾歲就進去，然後你就被它塑型，塑型後就比較有使命感。那現在就是說後期來的啦，他們...並不是他的第一選擇喔！那他很可能是不得已他來做這個行業，或者是說他實在是爲了就是要這個飯碗，他才來做這個行業。所以，那完全是不一樣的！

R041：嗯，有差別的！

A041：差很多！那我是以前...他很可能就是【停頓】像我這樣也就糊里糊塗就進了師專，然後反正那個時候才十幾歲嘛！那現在真的是五、六年級就很有想法，現在的小孩子喔有時候三、四年級就很有想法。以前哪有，以前人家十幾歲都還沒有自己的想法，那個時候。你就會覺得你的想法完全是到了師專之後被塑型的喔，你要使命感啊，對這個教育是怎麼樣，然後慢慢你就覺得你也不會想別的事情了。

R042：就比較專注在這個東西上面就對了？

A042：對對對，你也不會想了，就是已經被這個奴化，說的難聽就是這樣子，已經被洗腦這樣子。所以好像說以前人家說老師喔，真的是最【停頓】真的是社會的中堅份子，他絕對不是吵鬧，他什麼事都逆來順受型，就是這樣。因為我們就從十幾歲嘛，從我會想事就已經被灌輸，真的。所

以台灣的教育爲什麼會【停頓思考】我是覺得我們以前這幾個就是我們同...差不多年紀會想到台灣教育爲什麼會這麼成功，就是拜這一群小學老師所賜！因爲真的是【停頓】就是這一群一直出來，就是【停頓】培養就是我們的國民教育很成功，說真的就是這樣。國民教育真的很成功，那未來是不知道，因爲太多元了喔。那以前真的是就是【停頓】你看，他就分發就到各鄉鎮、各地方去，他就開始教孩子。就這樣子一批、一批的人才，就這樣。你看像我們的學生現在都是社會的中堅份子，說真的。像我們的學生都是在【停頓思考】呢，四十多歲喔。不過像我一畢業的時候就可以教到十一、二歲的孩子嘛，不過我那時候也不過二十歲啊，那時候就教到高年級的孩子，就是十歲以上的孩子。

R043：對，差異不多！

A043：對，頂多是差個十歲喔，有的差不到十歲喔！所以你看我現在就五十歲的話，我的學生大概就是已經有四十歲左右的很多。他們等於是就是說現在...哇！幾乎都是...那比我再年長的，我的學姊他們喔，比我再往前數十年的學姊，你看幾乎就現在台灣的這些中堅份子，幾乎就是這一批以前師專生全部帶出來的。所以我是說國民教育是真的成功啦！

R044：對啊，而且那時候可能老師們對於教育的熱忱啊，投入的心思...

A044：對，他那個使命感很重。因爲你想嘛，你看我們都十幾歲就進那個師範學校去，它給你灌輸，我們是全盤接收。沒有...因爲那時候沒有自己的想法，你就是全盤接收這樣子。

R045：所以其實這樣子的一個教育其實對老師的養成，其實佔一個蠻重要的地位？

A045：對，就是說老師的養成其實很重要，說真的就是這樣子。

R046：嗯哼！所以老師像您擔任教職三十年來嘛，教學上一定遇到很多的事情，不管是快樂的，或是一些挫折的部分，都會跟哪些人去做分享跟討論呢？

A046：這個嚴格說起來喔，就我現在來看過去啦，其實沒有什麼嚴重說需要【停頓思考】沒有耶！你以前可能在當下覺得說喔，怎麼這樣子，這個主任怎麼這樣子喔，可能會有一點那個。可是就我現在回頭再看，其實那個都很微不足道。其實都...我想任何人做一件事情，像他當下覺得，哎呀，你怎麼那麼討厭，你怎麼這樣子，這個政策推動下來為什麼會這樣喔。就我現在來看，其實都沒什麼好那個。所以我可以說是一帆風順哪，但這樣講有一點那個喔，但是也可以說就是這樣。我歷來也就沒有什麼【停頓】反正我就是認真在我的這個教職上面，就是這樣子。

R047：所以老師您平常不會去跟人家討論自己教學方面的東西？

A047：教學方面的東西，當然偶爾啊！

R048：跟同事嗎？

A048：會啊！

R049：會做分享就對了？

A049：對對對！

R050：跟家人那個部分就比較少了？

A050：家人那個部分啊，頂多回去【停頓】當然也是會啦，現在學生怎麼樣、家長怎麼樣啊，那個也是會啦【笑聲】{就還是會，只是說...}！但是不是說把它當一個說，重要的一個題目在那邊講啦！

R051：所以頂多是一些分享...比較情緒的分享？

A051：對對對，可能是說比較情緒上面的啦，或者說是...當下發現的問題啊！因為有時候想想【感嘆】，哎，其實也不要...就是這樣子！

R052：老師就是以您現在再回去看的話，可能您會覺得很多事情喔，其實也沒有那麼的...重要，或那麼的困難說...會去嚴重到干擾到您的部分就對了？

A052：沒有耶，其實沒有耶！我就是隨著這個教育的潮流喔，當然會做局部的改變、改變、改變嘛！那你...人也是這樣，在這個社會潮流中，你自然

也就會學習、學習、學習嘛！所以，我都覺得還好耶！

R053：所以老師您自己都一直在調整自己的部分，對不對？

A053：需要調整的也不用很大啊，因為...我們時間是很長，並不是說五年它的變化很大，而且你是用了三十個...三十年。你看，所以，對我來講都...不是說造成說會影響到你的生活、影響到你的生命，或是說影響到你的志氣。我覺得那個都還好耶，因為我覺得你調整的時間實在夠長了，隨便回頭就是二、三十年這樣子！

R054：所以那段時間已經夠長了？

A054：你可能問現在他們...比方說三十、三十多歲的老師，他們可能會說喔，他會...會覺得怎樣子，因為...他來時間很短，而且現在...現在教育的變化很...變化的速度比較急遽。那對我來講，我覺得那是一個三十年來變化的話，其實那是很...不大啦，都是慢慢的！還好耶，就是說...比如說是用電腦化喔，譬如說我們那個科技化，它可能有人對...這一個東西是影響他...教書的一個意願，他覺得他不會，他沒有去碰，他不能夠去碰那些...電腦。可是對我來講也還好，因為我覺得開始有電腦化的時候，我們那時候也...幾年前啊，七、八年前，我覺得那時候還是可以學習的人。如果說，現在才來推動喔，什麼要電腦化啦，要...什麼資訊化啦、教學要怎麼樣，你可能現在...再來學我們七、八年前，你可能會覺得...比較不...正好我趕上了那個時間，都還是可以學的時間，就是這樣子。所以也都還好！可是那時候，如果那時候...譬如說七、八年前，他大概是五十歲左右的人，他可能就覺得它是個障礙，他要來退休。他就說我要退休了喔，這些東西...我沒有辦法學，很可能就退了。可是我都還好。但是現在不知道現在又要再...又有什麼風潮，我是不知道。但是就是一直的...譬如說，以前也還經歷過就是說...那個課程...新課程嘛，整個舊課程換成新課程，那也都還好啊！所以我都不覺得說在這個...教學的過程中喔，有哪一件事情是說我不能夠負荷的，就是這樣子。因為它那個變

化不是說短時間要你變，它都有一個很...蠻長的時間{緩衝期！}。對對對，所以我都不覺得說...當下可能覺得說，唉呦，怎麼那麼難，或是來了年輕老師，來看那個怎麼那麼快。可是你放進去你的努力喔，其實...是 ok 的啦！

R055：就是他其實可以去...把它克服掉？

A055：可以呀，沒有問題！

R056：所以老師您會覺得，像您剛剛提到說也許在七、八年前遇到像這種資訊教學的東西，那時候也許您...年紀還夠輕這樣子，所以學習這個只要夠其實是可以的？

A056：對對！

R057：所以您是覺得跟年齡有差的嗎？

A057：當然啦，跟他的年紀喔，絕對有關係！因為人...{心態上？}心態上也有關係，他只要願意學的話，當然、當然他...他都可以學得起來啦！其實...可是你年紀跟心態一定會有一點點影響啦，譬如說你年紀到可以退休的年紀，他的心態上可能會說，啊，我都要退休了，怎麼樣喔，那個...{就會做一些取捨}對對對！

R058：嗯哼！那老師也請教您就是說，像您...平常啊，跟學校老師的互動啊，情形是怎麼樣呢？

A058：互動喔，還好啦！你就是說...私人還是教學上面的？

R059：都有、都有！

A059：都有啊！怎麼說呢，那應該是跟...同學年的互動是比較多啦，你說我們怎麼...可能跟到中、高年級，那個互動...比較少。就是說教學上面的互動是很...幾乎很少，但是現在因為有一個領域教學，比較有機會就是說你的領域嘛，高年級有同一個領域的老師，比較有這樣跨年級的接觸。那像以前幾乎沒有，那就是私下的交情，那個不算。如果說在教學上面，很少！那但都是跟...自己學年的比較多。

R060：其實好像就是...教學上有接觸的話，才比較有可能互動？

A060：對對對，沒錯！喔，那一般是說，不然就是說他曾經...跟你同學年過，他換到別學年，可能啊，偶爾碰到面互動、互動這樣子，那其實大部分的時間...都是在學年裡面。況且喔，我覺得當老師真的很忙耶，每次一早進教室，哇！霹哩啪啦，連隔壁老師有沒有來你都不知道，說真的。他在做什麼你完全不知道。怎麼就到中午了！中午送學生出去喔，見個面這樣啊，邀出去吃個飯。那有特別的事情啊，學年主任召開，大家討論...有事情。啊，不然有時候你隔壁的老師有沒有來呀，他們發生什麼事情，根本完全不知道！

R061：對對，自己就有忙不完的事情？

A061：對，自己是...很忙！

R062：所以好像也比較沒有說，額外的心力再去經營...這樣的人際關係部份？

A062：就是說大部分都是...就同學年的老師啦會走得比較近嘛、比較勤嘛，因為生活的方面、什麼...就時間啊都在一起呀，對。那到了中、高年級就除非說...我就跟你講，除非是他原來跟你同學年會約嘛，討論...就藉著約見面討論、討論學校的事情。其他的時間是...是很少啦【笑聲】！那這也要看學校，那有的學校它會辦一些活動，會把老師調在一起嘛！那如果說這個學校...都沒有那一些的活動，那老師...你是高年，我低年、中年級，不是都很清楚，都...{都各管各的？}對，有的都各管各的，有時候甚至還不認識呢！尤其現在老師也...進出很頻繁的時候，不太容易。

R063：所以感覺好像...還是比較侷限在教學上的部分？

A063：對，沒錯、沒錯！嗯哼！

R064：尤其可能...不同學年，沒有一些教學上的往來，那這個部分就...

A064：嗯...嗯，對！

R065：那老師如果要您再回顧說，您三十多年來這樣的一個教學的生涯，您自己...怎麼樣去看呢，在那個滿意度的方面？

A065：滿意度啊...我是覺得...還好，反正都是在自己可以掌握的，到現在為止都還是都自己都還蠻能夠...掌握自己的教學、掌握自己的學生、掌握自己的家長。我覺得我一直都做得蠻好的，就是這樣子！

(二) 放入括弧 (bracketing) 與現象學的還原 (phenomenological reduction)

研究者宜盡量避免個人主觀意識之介入，去除對問題的預先假設，並以開放的態度進入研究參與者的現象場域，嘗試運用研究者現有的知識背景來理解其所陳述的訊息與意義。藉由反覆聽取訪談錄音帶及閱讀訪談逐字稿的過程，盡可能以客觀的角度去知覺研究參與者所表達的意涵，以便對研究參與者的幸福感經驗有更完整的體會。

【逐字稿中（）之內文係現象還原的部份】

R001：那可不可以請老師談談說就是...老師的一些家庭狀況啊，簡單的成長背景這些的？

A001：家庭狀況...沒有...乏善可陳啊，就是、就是一個小孩就這樣子，就是公務人員就這樣子啊！

R002：這是小時候的...？

A002：小時候啊...

R003：對，小時候的成長背景啊，就簡單的求學經歷。

A003：嗯，你應該來問我比較...你應該列點來問我。

R004：好啊，好啊！

A004：你就...你問！

R005：嗯，就老師您剛剛有提到說，您是師專然後又師院，又到語教所嘛，那您就是一直都是這樣子...很順利的唸書唸上來嗎？

A005：對對，都是在很...【停頓】

- R006：那中間有去工作，中斷什麼的？
- A006：沒有、沒有。(他的求學過程都沒有中斷過。)
- R007：所以就是一直...往上唸？
- A007：我就是一直從師專...就是一直都在教育(的領域)啊，都是...後面那個師專之後都是進修的嘛，那都是在師院...都是在師院的體系啊！
- R008：所以是師專之後，然後當老師之後，再回去進修師院，然後又回來當老師，再回去進修研究所？
- A008：對，當老師之後...對，因為我在...在當老師的時候就順便進修啦，都沒有停...沒有停過，所以我現在是教(書)三十年啊！我二十歲師專畢業呀，所以我到今年的八月正好就教滿三十年。
- R009：三十年，哇！所以就是...幾乎都沒間斷過？
- A009：中間都沒有停(過)，對，幾乎一...像我們早期師專的老師應該大概都是這個過程啊！那現在(老師)當然比較多元嘛，來的、來的地方、來的學校不同，當然他們現在可能有去...都很...哇，(他)就隨便教都很久了！
- R010：所以老師是一邊進修，然後一邊也在...教書，都沒有間斷就是了？
- A010：嗯，對對！(我一邊教書又一邊進修，沒有間斷過。)
- R011：所以到今年已經三十年了？
- A011：對，是最...我是最標準的...{很很資深的一個}不是最標準的啦，就是二十歲出來(教書，)教了三十年，正好五十歲，是最標準，都沒有...完全沒有那個(中斷)...也沒說，以前還有晚讀的，像我們同學喔，會有說大(別人)兩、三歲。我都沒有【笑聲】！
- R012：就是按照標準程序來？
- A012：是的！(我是按照既定的程序完成學業。)
- R013：那老師您...就是小時候家庭的狀況呢，就家裡...？
- A013：家裡就是爸爸是在...就是那個○○公司啊，因為也算...那算○○部的(政府機關)，也算公務員這樣子{公務員}。對，就是很...再單純不過了啦，

真的就再單純不過！媽媽就家庭主婦，你看早期的那個媽媽都(是)家庭主婦這樣子。

R014：就小家庭這樣子？

A014：也不是小家庭，就...(我家裡有)兄弟姊妹五個啊，以前...以前的孩子都(很)多啊！

R015：所以就是...爸爸、媽媽，然後，五個孩子？

A015：對對對！(加上爸媽，總共七個人。)

R016：然後，算是蠻...單純的一個家庭環境？

A016：不是，我是覺得就是(家庭環境)過於單純的，對，(所以我)沒有什麼人生歷練【笑聲】！

R017：哇，老師的歷練都在教學工作上？

A017：對對對對！(我的人生歷練是從教職開始的。)

R018：嗯哼！那老師您剛剛有提到說您就是唸師專，一直很順利的上來，然後教書嘛，都沒有間斷過嘛！對，那是...當初是什麼樣的一個...算是機緣巧合，您怎麼會想到說選擇當老師這樣的一個職業呢？

A018：以前的時代，以前的...幾乎每個人都這樣！女生嘛，女生就去讀師專啊，對不對！

R019：嗯哼，所以是家裡的意思？

A019：家裡的、家裡的環境，那時候大家普遍的經濟情況...那個年代，四十多年嘛，大概就是這樣啊，女孩子就是讀師專。那時候考上師專最好，那沒考上你就...好吧，很多就都是中學(學歷)，像(我的)同學很多是初中畢業的啊，去念高職、夜間部，都很多那一種啊！那我們家正好也就是因為上面兩個姊姊都在花錢唸大學，都在花錢嘛，像我們這個第三個(小孩)的時候就是...只好就是去唸師專最好啦！

R020：喔，所以也算是因應家裡的經濟狀況囉？

A020：對，(父母有經濟的考量，)可是那時候也...那時候的小孩喔，其實是也

不敢什麼想，也沒有理想，也不會想、不懂得要想，就是啊看到就是說別人這樣子喔，家長告訴你這樣做(你就去做)，比較欠缺自己的那種(獨立)思考，說真的是這樣。然後(父母)就說啊，去讀、去讀(師專)很好，不用錢很好，然後去讀就是這樣子。那家裡經濟上也不許可說再培養說...再去唸大學什麼，好，我們就去讀(師專)。可是(我)也沒有任何抱怨，也就是這樣就進去了，就是這樣子。

R021：就是...好像也很順利的就進去了，自己也沒有想過？

A021：對對對！(我很順利就進師專唸書，沒有多想。)那當然啦，事後你會覺得說，同學以前成績比我爛的都考上什麼大學。因為那時候開始...【停頓思考】，人也大一點就會開始思考嘛！喔，原來師專並不是唯一的路嘛，就是那時候(我)比較會思考，可是怎麼講，就是我覺得我們那四十年代的這種(小孩)，都是逆來順受的啦，你也不會抱怨，有書唸就感謝(父母)，就是這樣子。

R022：對對對，因為在那個環境下？

A022：對對對！(環境使然，所以沒什麼好抱怨的。)

R023：所以其實還是主要是爸媽覺得說，這是一條不錯的路？

A023：對呀，(父母覺得)它(教師)就是(一條)可以走(的路)！其實我們那時候讀完那個女中，眼看可以保送高中。可是爸爸總覺得說，唉呀，保送高中，(以後)再考大學嘛，還要花錢要怎樣。好啊，那你去讀師專好了，因為姊姊已經去唸大學了怎樣、怎樣，都是這樣子！

R024：感覺好像一勞永逸這樣子？

A024：對對！(唸師專就可以不用再花錢讀大學了。)

R025：就很順利的就畢業啊？

A025：對對，就盡量乏善可陳這是這樣！

R026：所以好像是爸爸、媽媽對於您之後會當老師，算是有一個很決定性的因素，他們的想法啊，然後家庭的經濟這樣子？

A026：因為那時候(父母)也沒有想說你一定要當老師啦，只是有那個機會你去考，報名那就去考。啊，考上就順理成章(我)就去(唸師專)了，就是這樣子。

R027：就是好像也沒有太多想法，反正就是有機會就去爭取？

A027：對對對！那時候其實像父母他(們)也不是說不讓你讀大學，也沒像...我姊姊他們都讀大學，他(們)也沒說不讓你讀。而是說剛好(有機會)去考(師專)。好吧，那你那時候真的如果不去考、不去讀，其實那時候如果我(有)自己的想法，也沒有關係，他(們)也會讓我去讀，就是這樣。因為我們生活的那個環境，我們在那個○○公司，幾乎家家戶戶都是...都很會培養小孩子。(我們)那時候跟外面的環境又不太一樣，那時候外面的環境真的...就是像我們同學他們，那社經水準都不高，高的沒幾個。那時候我們在...父親在○○公司算是說社經水準算蠻高的。所以那時候在那個...我們那個○廠區裡面，幾乎每一家孩子都(繼續往上)讀書，每一家孩子(幾乎都是這樣)，讀師專的反而很少。

R028：那老師那時候既然說爸媽好像沒有說要求您一定要當老師嘛，是這樣子嗎？

A028：他(們)也沒有，對，他(們)也沒有說一定要我當，也沒有說(你)不要當，也沒有說要當。好啊，就是跟人家去考啊，考上那你就也沒有多做考慮啦，反正就唉唷，考上你就去唸啊。

R029：所以也不用考慮說可以去考大學什麼，也沒有想到這些？

A029：沒有，那時候還不會這樣想，所以那時候很呆啊！

R030：想說考上就去了，對不對？

A030：對呀，考上就去啦！

R031：嗯哼，所以就沒有做太多的其他的思考就對了？

A031：自己沒有思考，家長可...我想是有啦！那個時候可能喔，經濟上的考量什麼，那(我)本身是沒有啦！

R032：嗯哼！所以家人，或是像老師您的朋友啦，一些同輩的同學，他們會對您就是走這樣的一個行業，會有一些什麼樣的看法？

A032：沒有，我覺得以前的那個時候(大家)都覺得，(情形)都跟我一樣，就是考上(師專)就去唸嘛，就是這樣子。

R033：他們會覺得說，這是一個很好的職業啊，對女生來說，這是一個很不錯的以後的出路這樣嗎？

A033：還好耶(，父母並不會覺得女生一定要當老師)！因為我們自己住家附近的環境其實讀師專的不多，那個...我們那個○廠裡面的小孩子喔，都是這樣子去讀大學的很多。那時候早期大學...要去讀大學的人實在是不多啦，那個時候。都是要某一個【停頓】...父母的知識觀念到了某一水準或是...才會(讓孩子)去(念大學)。因為你反正...你甚至是唸高職，考不上就是唸高職，不然就是去做工啦，去工廠，以前都是去工廠啦！

R034：女工那一方面？

A034：對，很多(人)都是去做女工啊，像以前我們同學就沒有繼續深造就做女工啊，那個時候。

R035：那所以像朋友呢，朋友會對於說當老師這樣的一個職業會有一些什麼特別的想法？

A035：那是後來的啦(大家才會討論當老師的事)，那就是當時的...譬如說你的同學，這樣子也很不錯考上，也這樣子而已啊！但是，那個年代好像嗯，怎麼講，不是像現在說喔，你的...可以問說你的志願是什麼，當老師不錯喔，或怎麼樣會這樣來問你。或者說喔當老師不好啦怎樣。沒有，以前...我覺得好像就是那個時間點到了，你正好也去做了這個事，就去讀了{嗯，就去讀了？}。對呀！那時候很自然，那個同學一般家裡社經水準不高的，多半是初中畢業啊！頂多有啦，好一點，他考得上師專，他也是去唸；他考不上就去當女工，不然就是讀高職，都是這樣子以前。

R036：所以其實好像同學，或是朋友他們也沒有太多選擇的機會？

A036：(大家當時都)沒有什麼大的理想，沒有，對！但是當然有啦，少部分就是說那個社經水準比較高的他會想說，女孩子要給他【停頓】，要給他讀什麼。很多都是那時候師專沒有考上，他又去讀高中，他後來他考上大學，很多是那種(情況的)。反正以前師專...進師專(的人)是很優秀(的)，就幾乎是最優秀的學生嘛！所以(我)那時候其實沒有什麼...很沒有自己的想法。

R037：嗯哼，好像整個環境就是那樣子？

A037：對對！因為那時候找工作也很容易，那當個女工太容易，那時候到處都是工廠跟加工區，那時候台灣經濟在起飛。

R038：對對，那時候在興盛！

A038：對呀！(那時候台灣的經濟狀況正蓬勃發展！)

R039：那現在就是以老師您從事這麼久的教職嘛，那他們對您說從事這樣的一個職業，現在的想法有不一樣嗎？

A039：你說家裡的人啊？

R040：家裡或是同一職場的？

A040：(家人對他的工作的看法)也還好耶，只是說【感嘆】這是一份穩定、安定的工作！但是我曾經有想過就是說如果我那時不來...不去唸師專，那時候去唸一般的高中，然後進大學，搞不好我會有不一樣的人生啊！說真的(可能)會有不一樣的人生，因為我發現我們以前的同學，他們真的是(過著)不一樣的人生。那我們好像就是已經被框在(老師)這個框框裡，那你要抱怨嘛，也沒有；你說不抱怨嘛，要抱怨也抱怨不出什麼，不抱怨嘛又好像...就是很模糊耶！這個對...我們那時候就是年(紀)很小的時候，就到師專裡面就去訓練，真的我是覺得那個人格在成形的時候，就已經被訓練、灌輸了你就是要當老師的人。我就說我們台灣的師範教育是成功的就是這樣，十幾歲就進去，然後你就被它塑型，塑型後就比較有使命感。那現在就是說後期(進)來的啦，他們...(老師)並不是他的第一

選擇喔！那他很可能是不得已他來做這個行業，或者是說他實在是爲了就是要這個飯碗，他才來做這個行業。所以，那完全是不一樣的！

R041：嗯，有差別的！

A041：(現在的老師和以前的老師)差很多！那我是以前...他很可能就是【停頓】像我這樣也就糊里糊塗就進了師專，然後反正那個時候才十幾歲嘛！那現在真的是(小學)五、六年級就很有想法，現在的小孩子喔有時候(小學)三、四年級就很有想法。以前(我們)哪有，以前人家十幾歲都還沒有自己的想法，那個時候。你就會覺得你的想法完全是到了師專之後被塑型的喔，你要(有)使命感啊，對這個教育是怎麼樣，然後慢慢你就覺得你也不會想別的事情了。

R042：就比較專注在這個東西上面就對了？

A042：對對對，(師專會讓學生只專注在教育上，)你也不會想(其他的事)了，就是已經被這個奴化，說的難聽就是這樣子，已經被洗腦這樣子。所以好像說以前人家說老師喔，真的是最【停頓】真的是社會的中堅份子，他絕對不是吵鬧，他什麼事都逆來順受型，就是這樣。因爲我們就從十幾歲嘛，從我會想事(情)就已經被灌輸，真的。所以台灣的教育爲什麼會【停頓思考】我是覺得我們以前這幾個就是我們同(學)...差不多年紀會想到台灣教育爲什麼會這麼成功，就是拜這一群小學老師所賜！因爲真的是【停頓】就是這一群一直出來，就是【停頓】培養就是我們的國民教育很成功，說真的就是這樣。國民教育真的很成功，那未來(會怎麼樣我)是不知道，因爲(現在的教育)太多元了喔。那以前真的是就是【停頓】你看，他(們)就分發就到各鄉鎮、各地方去，他就開始教孩子。就這樣子一批、一批的人才，就這樣。你看像我們的學生現在都是社會的中堅份子，說真的。像我們的學生都是在【停頓思考】呢，四十多歲喔。不過像我一畢業的時候就可以教到十一、二歲的孩子嘛，不過我那時候也不過二十歲啊，那時候就教到高年級的孩子，就是十歲以上的孩子。

R043：對，差異不多！

A043：對，(我師專剛畢業那時候)頂多(和學生)是差個十歲喔，有的差不到十歲喔！所以你看我現在就五十歲的話，我的學生大概就是已經有四十歲左右的很多。他們等於是就是說現在...哇！幾乎都是...那比我再年長的，我的學姊他們喔，比我再往前數十年的學姊，你看幾乎就現在台灣的這些中堅份子，幾乎就是這一批以前師專生全部帶出來的。所以我是說國民教育是真的成功啦！

R044：對啊，而且那時候可能老師們對於教育的熱忱啊，投入的心思...

A044：對，(那時候的老師)使命感很重。因為你想嘛，你看我們都十幾歲就進那個師範學校去，它給你灌輸(的東西)，我們是全盤接收。沒有...因為那時候沒有自己的想法，你就是全盤接收這樣子。

R045：所以其實這樣子的一個教育其實對老師的養成，其實佔一個蠻重要的地位？

A045：對，就是說老師的養成(教育)其實很重要，說真的就是這樣子。

R046：嗯哼！所以老師像您擔任教職三十年來嘛，教學上一定遇到很多的事情，不管是快樂的，或是一些挫折的部分，都會跟哪些人去做分享跟討論呢？

A046：這個嚴格說起來喔，就我現在來看過去(的教學生涯)啦，其實沒有(發生)什麼嚴重(的事情)說需要(跟別人討論。)【停頓思考】沒有耶！你以前可能在當下覺得說喔，怎麼這樣子，這個主任怎麼這樣子喔，可能會有一點那個(不高興)。可是就我現在回頭再看，其實那個都(是)很微不足道)。其實都...我想任何人做一件事情，像他當下覺得，哎呀，你怎麼那麼討厭，你怎麼這樣子，這個政策推動下來為什麼會這樣喔。就我現在來看，其實都沒什麼好那個(抱怨的)。所以我(的工作)可以說是一帆風順哪，但這樣講有一點那個(自誇)喔，但是也可以說就是這樣。我歷來也就沒有什麼【停頓】反正我就是認真在我的這個教職上面，就是這樣子。

R047：所以老師您平常不會去跟人家討論自己教學方面的東西？

A047：教學方面的東西，當然偶爾(還是會)啊！

R048：跟同事嗎？

A048：會啊！(我會跟同事討論教學的東西。)

R049：會做分享就對了？

A049：對對對！(我會和同事分享教學上的東西。)

R050：跟家人那個部分就比較少了？

A050：家人那個部分啊，頂多回去【停頓】當然也是會(跟他們分享)啦，(比如說)現在(的)學生怎麼樣、家長怎麼樣啊，那個也是會(分享)啦【笑聲】{就還是會，只是說...}！但是不是說把它當一個說，重要的一個題目在那邊講啦！

R051：所以頂多是一些分享...比較情緒的分享？

A051：對對對，(我跟家人的分享)可能是說比較情緒上面的(抒發)啦，或者說是...當下發現的問題啊！因為有時候想想【感嘆】，哎，其實也不要(抱怨太多)...就是這樣子！

R052：老師就是以您現在再回去看的話，可能您會覺得很多事情喔，其實也沒有那麼的...重要，或那麼的困難說...會去嚴重到幹擾到您的部分就對了？

A052：沒有耶，其實(過去的教學生涯)沒有(發生什麼嚴重的事情或困境)！我就是隨著這個教育的潮流喔，當然(教學上)會做局部的改變、改變、改變嘛！那你...人也是這樣，在這個社會潮流中，你自然也就會學習、學習、學習嘛！所以，我都覺得還好耶！

R053：所以老師您自己都一直在調整自己的部分，對不對？

A053：(我覺得教學上)需要調整的也不用很大啊，因為...我們(教書的)時間是很長，並不是說五年它的變化很大，而且你是用了三十個...三十年。你看，所以，對我來講都...不是說造成說會影響到你的生活、影響到你的生命，

或是說影響到你的志氣。我覺得那個都還好耶，因為我覺得你(自我)調整的時間實在夠長了，隨便回頭就是二、三十年這樣子！

R054：所以那段時間已經夠長了？

A054：你可能問現在他們...比方說三十、三十多歲的老師，他們可能會說喔，他會...會覺得怎樣子，因為...他來(的)時間很短，而且現在...現在教育的變化很...變化的速度比較急遽。那對我來講，我覺得那是一個三十年來變的話，其實那是很...(變化)不大啦，都是慢慢的！(我覺得)還好耶，就是說...比如說是用電腦化(教學)喔，譬如說我們那個科技化，它可能有人對...這一個東西是影響他(們)...教書的一個意願，他(們)覺得他(們)不會，他(們)沒有去碰，他(們)不能夠去碰那些...電腦。可是對我來講也還好，因為我覺得開始有電腦化的時候，我們那時候也...幾年前啊，七、八年前，我覺得那時候(我)還是可以(繼續)學習的人。如果說，現在才來推動喔，什麼要電腦化啦，要...什麼資訊化啦、教學要怎麼樣，你可能現在...再來學我們七、八年前，你可能會覺得(沒辦法)...比較不...正好我趕上了那個時間，都還是(我)可以學(習)的時間，就是這樣子。所以(目前)我都(覺得)還好！可是那時候，如果那時候...譬如說七、八年前，他大概是五十歲左右的人，他可能就覺得它是個障礙，他要來退休。他就說我要退休了喔，這些東西...我沒有辦法學，很可能就退(休)了。可是我都還好。但是現在不知道現在又要再...又有什麼風潮，我是不知道。但是就是一直的...譬如說，以前(我)也還經歷過就是說...那個課程...新課程嘛，整個舊課程換成新課程，那(時候我)也(覺得)還好啊！所以我都不覺得說在這個...教學的過程中喔，有哪一件事情是說我不能夠負荷的，就是這樣子。因為它那個變化不是說(在)短時間(內就)要你(改變)，它都有一個很...蠻長的時間{緩衝期！}。對對對，所以我都不覺得說...當下可能覺得說，唉呦，怎麼那麼難，或是來了年輕老師，來看那個(教育的變化)怎麼那麼快。可是你放進去你的努力喔，其實...是 ok 的啦！

R055：就是他其實可以去...把它克服掉？

A055：(我覺得這些教育的變化都)可以(克服)呀，沒有問題！

R056：所以老師您會覺得，像您剛剛提到說也許在七、八年前遇到像這種資訊教學的東西，那時候也許您...年紀還夠輕這樣子，所以學習這個只要夠其實是可以的？

A056：對對！(當初推行資訊教學時我的年紀不算太大，還是可以學習的階段。)

R057：所以您是覺得跟年齡有差的嗎？

A057：當然啦，(教育政策變化的因應能力)跟他的年紀喔，絕對有關係！因為人...{心態上？}心態上也有關係，他只要願意學的話，當然、當然他...他都可以學得起來啦！其實...可是你年紀跟心態一定會有一點點影響啦，譬如說你年紀到可以退休的年紀，他的心態上可能會說，啊，我都要退休了，怎麼樣喔，那個...{就會做一些取捨}對對對！

R058：嗯哼！那老師也請教您就是說，像您...平常啊，跟學校老師的互動啊，情形是怎麼樣呢？

A058：互動喔，還好啦！你就是說...私人還是教學上面的？

R059：都有、都有！

A059：(我們同事之間)都有(互動)啊！怎麼說呢，那應該是跟...同學年的(老師)互動是比較多啦，你說我們怎麼...可能跟到中、高年級，那個互動...比較少。就是說教學上面的互動是很...幾乎很少，但是現在因為有一個領域教學，比較有機會就是說你的領域嘛，高年級有同一個領域的老師，比較有這樣跨年級的接觸。那像以前幾乎沒有，那就是私下的交情，那個不算。如果說在教學上面，很少！那(我)都是跟...自己學年的(老師互動的)比較多。

R060：其實好像就是...教學上有接觸的話，才比較有可能互動？

A060：對對對，沒錯！(教學上和我有接觸的老師，才會有較多的互動。)喔，那一般是說，不然就是說他(們)曾經...跟你同學年(任教)過，他(們)換到

別學年，可能啊，偶爾碰到面(會)互動、互動這樣子，那其實大部分的時間...都是在學年裡面。況且喔，我覺得當老師真的很忙耶，每次一早進教室，哇！霹哩啪啦(開始忙自己的事情)，連隔壁老師有沒有來(上班)你都不知道，說真的。他在做什麼你完全不知道。(時間)怎麼(一下子)就到中午了！中午送學生出去喔，(同事們)見個面這樣啊，邀出去吃個飯。那有特別的事情啊，學年主任召開(會議)，大家討論...有事情。啊，不然有時候你隔壁的老師有沒有來呀，他們發生什麼事情，(我)根本完全不知道！

R061：對對，自己就有忙不完的事情？

A061：對，自己是...很忙！

R062：所以好像也比較沒有說，額外的心力再去經營...這樣的人際關係部份？

A062：就是說大部分都是...就同學年的老師啦會走得比較近嘛、比較熟嘛，因為生活的方面、什麼...就時間啊(大家)都在一起呀，對。那到了中、高年級就除非說...我就跟你講，除非是他(們)原來跟你同學年(才)會(互相邀)約嘛，討論...就藉著約見面討論、討論學校的事情。其他的時間是...是很少啦【笑聲】！那這也要看學校，那有的學校它會辦一些活動，會把老師調在一起嘛！那如果說這個學校...都沒有那一些的活動，那老師...你是高年(級)，我(是)低年(級)、中年級，(彼此)不是都很清楚(對方的狀況)，都...{都各管各的？}對，有的都各管各的，有時候甚至還不認識呢！尤其現在老師也...進出(流動)很頻繁的時候，不太容易(每個人都認識)。

R063：所以感覺好像...還是比較侷限在教學上的部分？

A063：對，沒錯、沒錯！嗯哼！(同事之間比較是在教學上的互動。)

R064：尤其可能...不同學年，沒有一些教學上的往來，那這個部分就...

A064：嗯...嗯，對！(不同學年的老師互動就比較少。)

R065：那老師如果要您再回顧說，您三十多年來這樣的一個教學的生涯，您自

己...怎麼樣去看呢，在那個滿意度的方面？

A065：滿意度啊...我是覺得...還好，反正(生活)都是在(我)自己可以掌握的(範圍之內)，到現在為止都還是都自己都還蠻能夠...掌握自己的教學、掌握自己的學生、掌握自己的家長。我覺得我一直都做得蠻好的，就是這樣子！

(三)從逐字稿中分辨與研究主題相關或無關的資料並予以斷句

研究者以開放的態度對研究者參與者所說的每一個字、片語、句子、段落、非口語訊息的紀錄加以斷句，目的在於導引出特殊的意義。研究者從訪談逐字稿中分辨出與研究主題相關及無關的資料，去除與研究主題無關的資料後，逐字、逐行的深入分析，將逐字稿中可以表達一個完整想法、行動或事件的段落予以斷句，以便使具有獨立意義的字句與段落加以斷開。

編碼代號為 AB-C，A 代表研究參與者的編號，B 代表逐字稿中對話的編碼，C 代表斷句的編碼。

例如：A032-1 表示在研究參與者 A 的訪談中，第 32 句第 1 個斷句。

A046-1：這個嚴格說起來喔，就我現在來看過去啦，其實沒有(發生)什麼嚴重(的事情)說需要(跟別人討論。)【停頓思考】沒有耶！你以前可能在當下覺得說喔，怎麼這樣子，這個主任怎麼這樣子喔，可能會有一點那個(不高興)。可是就我現在回頭再看，其實那個都(是)很微不足道(道)。其實都...我想任何人做一件事情，像他當下覺得，哎呀，你怎麼那麼討厭，你怎麼這樣子，這個政策推動下來為什麼會這樣喔。就我現在來看，其實都沒什麼好那個(抱怨的)。

A046-2：所以我(的工作)可以說是一帆風順哪，但這樣講有一點那個(自誇)喔，但是也可以說就是這樣。我歷來也就沒有什麼【停頓】反正我就是認真在我的這個教職上面，就是這樣子。

A047：教學方面的東西，當然偶爾(還是會)啊！

A048：會啊！(我會跟同事討論教學的東西。)

A049：對對對！(我會和同事分享教學上的東西。)

A050：家人那個部分啊，頂多回去【停頓】當然也是會(跟他們分享)啦，(比如說)現在(的)學生怎麼樣、家長怎麼樣啊，那個也是會(分享)啦【笑聲】{就還是會，只是說...}！但是不是說把它當一個說，重要的一個題目在那邊講啦！

A051：對對對，(我跟家人的分享)可能是說比較情緒上面的(抒發)啦，或者說是...當下發現的問題啊！因為有時候想想【感嘆】，哎，其實也不要(抱怨太多)...就是這樣子！

A052：沒有耶，其實(過去的教學生涯)沒有(發生什麼嚴重的事情或困境)！我就是隨著這個教育的潮流喔，當然(教學上)會做局部的改變、改變、改變嘛！那你...人也是這樣，在這個社會潮流中，你自然也就會學習、學習、學習嘛！所以，我都覺得還好耶！

A053：(我覺得教學上)需要調整的也不用很大啊，因為...我們(教書的)時間是很長，並不是說五年它的變化很大，而且你是用了三十個...三十年。你看，所以，對我來講都...不是說造成說會影響到你的生活、影響到你的生命，或是說影響到你的志氣。我覺得那個都還好耶，因為我覺得你(自我)調整的時間實在夠長了，隨便回頭就是二、三十年這樣子！

A054-1：你可能問現在他們...比方說三十、三十多歲的老師，他們可能會說喔，他會...會覺得怎樣子，因為...他來(的)時間很短，而且現在...現在教育的變化很...變化的速度比較急遽。那對我來講，我覺得那是一個三十年來變的話，其實那是很...(變化)不大啦，都是慢慢的！(我覺得)

還好耶，就是說...比如說是用電腦化(教學)喔，譬如說我們那個科技化，它可能有人對...這一個東西是影響他(們)...教書的一個意願，他(們)覺得他(們)不會，他(們)沒有去碰，他(們)不能夠去碰那些...電腦。可是對我來講也還好，因為我覺得開始有電腦化的時候，我們那時候也...幾年前啊，七、八年前，我覺得那時候(我)還是可以(繼續)學習的人。如果說，現在才來推動喔，什麼要電腦化啦，要...什麼資訊化啦、教學要怎麼樣，你可能現在...再來學我們七、八年前，你可能會覺得(沒辦法)...比較不...正好我趕上了那個時間，都還是(我)可以學(習)的時間，就是這樣子。所以(目前)我都(覺得)還好！可是那時候，如果那時候...譬如說七、八年前，他大概是五十歲左右的人，他可能就覺得它是個障礙，他要來退休。他就說我要退休了喔，這些東西...我沒有辦法學，很可能就退(休)了。可是我都還好。

A054-2：但是現在不知道現在又要再...又有什麼風潮，我是不知道。但是就是一直的...譬如說，以前(我)也還經歷過就是說...那個課程...新課程嘛，整個舊課程換成新課程，那(時候我)也(覺得)還好啊！所以我都不覺得說在這個...教學的過程中喔，有哪一件事情是說我不能夠負荷的，就是這樣子。因為它那個變化不是說(在)短時間(內就)要你(改變)，它都有一個很...蠻長的時間{緩衝期！}。對對對，所以我都不覺得說...當下可能覺得說，唉呦，怎麼那麼難，或是來了年輕老師，來看那個(教育的變化)怎麼那麼快。可是你放進去你的努力喔，其實...是 ok 的啦！

A055：(我覺得這些教育的變化都)可以(克服)呀，沒有問題！

A056：對對！(當初推行資訊教學時我的年紀不算太大，還是可以學習的階段。)

A057：當然啦，(教育政策變化的因應能力)跟他的年紀喔，絕對有關係！因為人...{心態上？}心態上也有關係，他只要願意學的話，當然、當然他...他都可以學得起來啦！其實...可是你年紀跟心態一定會有一點點影響啦，譬如說你年紀到可以退休的年紀，他的心態上可能會說，啊，我都要

退休了，怎麼樣喔，那個...{就會做一些取捨}對對對！

A059：(我們同事之間)都有(互動)啊！怎麼說呢，那應該是跟...同學年的(老師)互動是比較多啦，你說我們怎麼...可能跟到中、高年級，那個互動...比較少。就是說教學上面的互動是很...幾乎很少，但是現在因為有一個領域教學，比較有機會就是說你的領域嘛，高年級有同一個領域的老師，比較有這樣跨年級的接觸。那像以前幾乎沒有，那就是私下的交情，那個不算。如果說在教學上面，很少！那(我)都是跟...自己學年的(老師互動的)比較多。

A060：對對對，沒錯！(教學上和我有接觸的老師，才会有較多的互動。)喔，那一般是說，不然就是說他(們)曾經...跟你同學年(任教)過，他(們)換到別學年，可能啊，偶爾碰到面(會)互動、互動這樣子，那其實大部分的時間...都是在學年裡面。況且喔，我覺得當老師真的很忙耶，每次一早進教室，哇！霹哩啪啦(開始忙自己的事情)，連隔壁老師有沒有來(上班)你都不知道，說真的。他在做什麼你完全不知道。(時間)怎麼(一下子)就到中午了！中午送學生出去喔，(同事們)見個面這樣啊，邀出去吃個飯。那有特別的事情啊，學年主任召開(會議)，大家討論...有事情。啊，不然有時候你隔壁的老師有沒有來呀，他們發生什麼事情，(我)根本完全不知道！

A062：就是說大部分都是...就同學年的老師啦會走得比較近嘛、比較勤嘛，因為生活的方面、什麼...就時間啊(大家)都在一起呀，對。那到了中、高年級就除非說...我就跟你講，除非是他(們)原來跟你同學年(才)會(互相邀)約嘛，討論...就藉著約見面討論、討論喔學校的事情。其他的時間是...是很少啦【笑聲】！那這也要看學校，那有的學校它會辦一些活動，會把老師調在一起嘛！那如果說這個學校...都沒有那一些的活動，那老師...你是高年(級)，我(是)低年(級)、中年級，(彼此)不是都很清楚(對方的狀況)，都...{都各管各的？}對，有的都各管各的，有時候甚至還不認識

呢！尤其現在老師也...進出(流動)很頻繁的時候，不太容易(每個人都認識)。

A063：對，沒錯、沒錯！嗯哼！(同事之間比較是在教學上的互動。)

A064：嗯...嗯，對！(不同學年的老師互動就比較少。)

A065：滿意度啊...我是覺得...還好，反正(生活)都是在(我)自己可以掌握的(範圍之內)，到現在為止都還是都自己都還蠻能夠...掌握自己的教學、掌握自己的學生、掌握自己的家長。我覺得我一直都做得蠻好的，就是這樣子！

(四)簡化語句並做第三人稱改寫

研究者判斷出與研究主題有關的語句，為避免與研究者現象場的經驗有所混淆，將有意義的語句進行簡化並以第三人稱加以改寫。

【第三人稱改寫】及【簡化語句】

A046-1：回顧過去(的教學生涯)，他認為過程中並未(發生)什麼嚴重(的事情)，可能當下會覺得怎麼這樣子，可能有點(不高興)。可是他現在回頭再看，其實都很微不足道(道)，沒什麼好(抱怨的)。

A046-2：這樣講有一點(自誇)，但他自認為(工作)一帆風順，而自己也很認真的投入在教職上。

A047：教學方面的東西，當然偶爾(還是會跟別人討論)啊！

A048：會啊！(他會跟同事討論教學的東西。)

A050：家人那個部分啊，當然也是會(跟他們分享)，(比如說)現在(的)學生怎麼樣啊、家長怎麼樣啊，那個也是會(分享)啦！但不是說把它當一個重要的題目在那邊講啦！

A051：(他跟家人的分享)可能是比較情緒上面的(抒發)啦，或者說是當下發現的問題啊！因為(他)有時候想想，其實也不要(抱怨太多)，就是這樣子！

A052：沒有耶，其實(過去的教學生涯)沒有(發生什麼嚴重的事情或困境)，他就

是隨著這個教育的潮流喔，當然(教學上)會做局部的改變嘛！那人也是這樣，在這個社會潮流中，自然也就會(繼續)學習嘛！所以，他都覺得還好耶！

A053：(他覺得教學上)需要調整的(部份)也不用很大，因為他們(教書的)時間是很長，並不是說五年它的變化很大，而且他是用了三十年。所以對他來講都不是說會影響到他的生活、影響到他的生命，或是說影響到他的志氣。他覺得那個都還好耶，因為他覺得他(自我)調整的時間實在夠長了，隨便回頭就是二、三十年這樣子！

A054-1：對他來講，他覺得那是一個三十年來變的話，其實那(變化)不大啦，都是慢慢的。(他覺得)還好耶，比如說電腦化(教學)，可能這個東西是影響他(們)教書的一個意願，他(們)覺得他(們)不會，他(們)沒有去碰，他(們)不能夠去碰那些電腦。可是對他來講也還好，因為他覺得開始有電腦化的時候，七、八年前，他覺得(他)還是可以(繼續)學習的人。如果說現在才來推動電腦化，教學要怎麼樣，他可能會覺得比較(沒辦法)。正好他趕上了那個時間，都還是(他)可以學(習)的時間，所以(目前)他都(覺得)還好。

A054-2：現在不知道又要有什麼風潮，他是不知道。譬如說以前(他)也經歷過那個新課程嘛，整個舊課程換成新課程，那(時候他)也(覺得)還好啊！所以他都不覺得說在這個教學的過程中，有哪一件事情是說他不能夠負荷的，因為它那個變化不是說(在)短時間(內就)要你(改)變，它都有一個蠻長的時間。所以當下可能覺得唉呦，怎麼那麼難，或是來了年輕老師，來看那個(教育的變化)怎麼那麼快。可是你放進去你的努力喔，其實都是 ok 的啦！

A055：(他覺得這些教育政策的變化都是)可以(克服的)呀，沒有問題！

A056：對對！(當初推行資訊教學時他的年紀不算太大，還是可以學習的階段。)

A057：(教育政策變化的因應能力)跟他的年紀喔，絕對有關係；心態上也有關

係，他只要願意學的話，當然他都可以學得起來啦！可是你年紀跟心態一定會有一點點影響啦，譬如說到可以退休的年紀，他的心態上可能會說，他都要退休了，怎麼樣喔，就會做一些取捨，對對對！

A059：(他們同事之間)都有(互動)啊，應該是跟同學年的(老師)互動是比較多啦，跟中、高年級那個互動比較少，教學上面的互動幾乎很少。現在因為有領域教學，比較有機會就是說你的領域，高年級有同一個領域的老師，比較有這樣跨年級的接觸。那像以前幾乎沒有，那就是私下的交情，那個不算。如果說在教學上面，很少！那(他)都是跟自己學年的(老師互動的)比較多。

A060：(教學上和他有接觸的老師，才會有較多的互動)，不然就是他(們)曾經跟他同學年(任教)過，他(們)換到別學年，偶爾碰到面(會)互動這樣子，那其實大部分的時間都是在學年裡面。況且他覺得當老師真的很忙，每次一早進教室霹哩啪啦(開始忙自己的事情)，連隔壁老師有沒有來(上班)他都不知道，說真的。中午送學生出去喔，(同事們)見個面這樣邀出去吃個飯。那有特別的事情啊，學年主任召開(會議)，大家討論事情。不然有時候他隔壁的老師有沒有來呀，他們發生什麼事情，(他)根本完全不知道！

A062：大部分都是同學年的老師會走得比較近、比較勤，因為什麼時間(大家)都在一起呀。那中、高年級就除非說他(們)原來跟他同學年(才)會(互相邀)約，藉著約見面討論學校的事情，其他的時間是很少(有接觸)啦！這也要看學校，有的學校會辦一些活動，會把老師調在一起嘛！如果說這個學校都沒有那些活動，他(們)是高年(級)，他(是)低年(級)、中年級，(彼此)都不很清楚(對方的狀況)，有的都各管各的，有時候甚至還(互相都不認識呢！尤其現在老師進出(流動)很頻繁的時候，不太容易(每個人都認識)。

A063：對，(同事之間比較是在教學上的互動。)

A064：嗯，(不同學年的老師互動就比較少。)

A065：幸福感啊，他是覺得還好，反正(生活)都是(他)可以掌握的，到現在為止自己都還蠻能夠掌握自己的教學、學生和家長。他覺得他一直都做得蠻好的，就是這樣子！

(五)開放編碼(對有意義的內容進行編碼)

研究者根據訪談逐字稿前後文的脈絡，盡量以研究參與者的陳述語句為依據，將有意義的內容(meaning units)形成內容意義，作開放性的編碼。

【研究參與者編號：A】

從訪談內容中找出內容意義

標號	內容	內容意義 (開放編碼)
A046-1	回顧過去(的教學生涯)，他認為過程中並未(發生)什麼嚴重(的事情)，可能當下會覺得怎麼這樣子，可能有點(不高興)。可是他現在回頭再看，其實都很微不足道(道)，沒什麼好(抱怨的)。	教學生涯中並未發生嚴重的事情，或許當下會有點不高興，但現在看來則微不足道，沒什麼好抱怨的。
A046-2	這樣講有一點(自誇)，但他自認為(工作)一帆風順，而自己也很認真的投入在教職上。	他很認真的工作，教職可謂一帆風順。
A047	教學方面的東西，當然偶爾(還是會跟別人討論)啊！	他偶爾會跟別人討論教學的東西。
A048	會啊！(他會跟同事討論教學的東西。)	他會跟同事討論教學的東西。
A050	家人那個部分啊，當然也是會(跟他們分享)，(比如說)現在(的)學生怎麼樣啊、家長怎麼樣啊，那個也是會(分享)啦！但不是說把它當一個重要的題目在那邊講啦！	他會和家人分享自己的工作，但不會把它當成重要的議題。
A051	(他跟家人的分享)可能是比較情緒上面的(抒發)啦，或者說是當下發現的問題啊！因為(他)有時候想想，其實也不要(抱怨太多)，就是這樣子！	他跟家人的分享著重在情緒的抒發，或當下問題的討論。

標 號	內 容	內容意義 (開放編碼)
A052	沒有耶，其實(過去的教學生涯)沒有(發生什麼嚴重的事情或困境)，他就是隨著這個教育的潮流喔，當然(教學上)會做局部的改變嘛！那人也是這樣，在這個社會潮流中，自然也就會(繼續)學習嘛！所以，他都覺得還好耶！	教學生涯中並未發生嚴重的事情或困境，因為他會隨著教育的潮流，而在教學上做局部的調整與再學習。
A053	(他覺得教學上)需要調整的(部份)也不用很大，因為他們(教書的)時間是很長，並不是說五年它的變化很大，而且他是用了三十年。所以對他來講都不是說會影響到他的生活、影響到他的生命，或是說影響到他的志氣。他覺得那個都還好耶，因為他覺得他(自我)調整的時間實在夠長了，隨便回頭就是二、三十年這樣子！	他覺得教學上需要調整的不多，畢竟他花了很長的時間在適應這些變化，因此不至於影到他的生活或志氣。
A054-1	對他來講，他覺得那是一個三十年來變的話，其實那(變化)不大啦，都是慢慢的。(他覺得)還好耶，比如說電腦化(教學)，可能這個東西是影響他(們)教書的一個意願，他(們)覺得他(們)不會，他(們)沒有去碰，他(們)不能夠去碰那些電腦。可是對他來講也還好，因為他覺得開始有電腦化的時候，七、八年前，他覺得(他)還是可以(繼續)學習的人。如果說現在才來推動電腦化，教學要怎麼樣，他可能會覺得比較(沒辦法)。正好他趕上了那個時間，都還是(他)可以學(習)的時間，所以(目前)他都(覺得)還好。	對他來講，以三十年的時間來看教學的變化，其實並不大。而電腦化教學並不會影響他的教書意願，因為當時的他仍是可以學習的階段。
A054-2	現在不知道又要有什麼風潮，他是不知道。譬如說以前(他)也經歷過那個新課程嘛，整個舊課程換成新課程，那(時候他)也(覺得)還好啊！所以他都不覺得說在這個教學的過程中，有哪一件事情是說他不能夠負荷的，因為它那個變化不是說(在)短時間(內)要你(改)變，它都有一個蠻長的時間。所以當下可能覺得唉叻，怎麼那麼難，或是來了年輕老師，來看那個(教育的變化)怎麼那麼快。可是你放進去你的努力喔，其實都是ok的啦！	他覺得教學過程中沒有什麼事情是他不能負荷的，因為教育的變化並未要求老師在短時間內就要改變，只要肯努力就沒問題。

標 號	內 容	內容意義 (開放編碼)
A055	(他覺得這些教育政策的變化都是)可以(克服的)呀，沒有問題！	他覺得教育政策的變化是可以克服的，對他不成問題。
A056	對對！(當初推行資訊教學時他的年紀不算太大，還是可以學習的階段。)	推行資訊教學時他的年紀不算太大，還是可以學習的階段。
A057	(教育政策變化的因應能力)跟他的年紀喔，絕對有關係；心態上也有關係，他只要願意學的話，當然他都可以學得起來啦！可是你年紀跟心態一定會有一點點影響啦，譬如說到可以退休的年紀，他的心態上可能會說，他都要退休了，怎麼樣喔，就會做一些取捨，對對對！	他覺得教育政策變化的因應能力跟年紀、心態有絕對的關係，但只要願意學習，什麼都可以學得起來。
A059	(他們同事之間)都有(互動)啊，應該是跟同學年的(老師)互動是比較多啦，跟中、高年級那個互動比較少，教學上面的互動幾乎很少。現在因為有領域教學，比較有機會就是說你的領域，高年級有同一個領域的老師，比較有這樣跨年級的接觸。那像以前幾乎沒有，那就是私下的交情，那個不算。	過去他和同事之間的互動以同學年的老師居多，現在因為有領域教學，變得比較有機會和其他年級的老師接觸。
A060	(教學上和他有接觸的老師，才會有較多的互動)，不然就是他(們)曾經跟他同學年(任教)過，他(們)換到別學年，偶爾碰到面(會)互動這樣子，那其實大部分的時間都是在學年裡面。況且他覺得當老師真的很忙，每次一早進教室霹哩啪啦(開始忙自己的事情)，連隔壁老師有沒有來(上班)他都不知道，說真的。中午送學生出去喔，(同事們)見個面這樣邀出去吃個飯。那有特別的事情啊，學年主任召開(會議)，大家討論事情。不然有時候他隔壁的老師有沒有來呀，他們發生什麼事情，(他)根本完全不知道！	教學上和他有接觸的老師，互動會比較多，其他則偶爾碰面才有互動，加上每天的工作都很忙，有時連隔壁班的老師有沒有來上班都不知道。

標 號	內 容	內容意義 (開放編碼)
A062	大部分都是同學年的老師會走得比較近、比較勤，因為什麼時間(大家)都在一起呀。那中、高年級就除非說他(們)原來跟他同學年(才)會(互相邀)約，藉著約見面討論學校的事情，其他的時間是很少(有接觸)啦！這也要看學校，有的學校會辦一些活動，會把老師調在一起嘛！如果說這個學校都沒有那些活動，他(們)是高年(級)，他(是)低年(級)、中年級，(彼此)都不很清楚(對方的狀況)，有的都各管各的，有時候甚至還(互相都)不認識呢！尤其現在老師進出(流動)很頻繁的時候，不太容易(每個人都認識)。	他和同學年的老師走得比較近、比較勤，因為大家在一起的時間較多；其他年級除非互相邀約，或學校舉辦活動，否則很少會有接觸，尤其現在流動率高，不太容易每個人都認識。
A063	對，(同事之間比較是在教學上的互動。)	同事之間多半是教學上的互動。
A064	嗯，(不同學年的老師互動就比較少。)	不同學年的老師互動比較少。
A065	幸福感啊，他是覺得還好，反正(生活)都是(他)可以掌握的，到現在為止自己都還蠻能夠掌握自己的教學、學生和家長。他覺得他一直都做得蠻好的，就是這樣子！	他覺得生活都是自己可以掌握的，而且教學、學生和家長也都掌控得不錯。

(六)主軸編碼(內容群聚後的命名)

研究者將相關的內容意義單元進一步群聚(cluster)、重組，歸納為同一個概念類別(conceptual categories)，並進行內容意義群聚後的命名，即為主軸編碼。研究者依據概念類別之間的關係進一步形成階層性的分類架構，將足以表達類似的相關內容意義單元歸納為同一群聚，並在維持研究參與者的原始文句之原則下，具體摘要其敘述，並使用貼近其意義的字句加以命名，以便表達共通的概念且不失原意。

【內容意義群聚後的命名】

【相關內容意義之群聚】 A	【內容意義群聚後的命名】 A
A046-1：教學生涯中並未發生嚴重的事情，或許當下會有點不高興，但現在看來則微不足道，沒什麼好抱怨的。 A046-2：他很認真的工作，教職可謂一帆風順。	一、【他會順應教育潮流而自我調整，因而教學生涯很順遂，並未發生嚴重的事件】

【相關內容意義之群聚】A	【內容意義群聚後的命名】A
<p>A052：教學生涯中並未發生嚴重的事情或困境，因為他會隨著教育的潮流，而在教學上做局部的調整與再學習。</p> <p>A053：他覺得教學上需要調整的不多，畢竟他花了很長的時間在適應這些變化，因此不至於影到他的生活或志氣。</p> <p>A054-1：對他來講，以三十年的時間來看教學的變化，其實並不大。而電腦化教學並不會影響他的教書意願，因為當時的他仍是可學習的階段。</p> <p>A054-2：他覺得教學過程中沒有什麼事情是他不能負荷的，因為教育的變化並未要求老師在短時間內就要改變，只要肯努力就沒問題。</p> <p>A055：他覺得教育政策的變化是可以克服的，對他不成問題。</p> <p>A056：推行資訊教學時他的年紀不算太大，還是可以學習的階段。</p> <p>A162-1：他的教學生涯並未發生過特別的困難，多半是零星的家長、學校方面的問題，但事後再回去看已不成問題，因為隨著年紀的增長，問題很快就成為過去了。</p>	<p>一、【他會順應教育潮流而自我調整，因而教學生涯很順遂，並未發生嚴重的事件】</p>
<p>A047：他會跟同事討論教學的東西。</p> <p>A050：他會和家人分享自己的工作，但不會把它當成重要的議題。</p> <p>A051：他跟家人的分享著重在情緒的抒發，或當下問題的討論。</p> <p>A059：過去他和同事之間的互動以同學年的老師居多，現在因為有領域教學，變得比較有機會和其他年級的老師接觸。</p> <p>A060：教學上和他有接觸的老師，互動會比較多，其他則偶爾碰面才有互動，加上每天的工作都很忙，有時連隔壁班的老師有沒有來上班都不知道。</p> <p>A062：他和同學年的老師走得比較近、比較勤，因為大家在一起的時間較多；其他年級除非互相邀約，或學校舉辦活動，否則很少會有接觸，尤其現在流動率高，不太容易每個人都認識。</p> <p>A063：同事之間多半是教學上的互動。</p> <p>A064：不同學年的老師互動比較少。</p>	<p>二、【他會與家人、同事分享教學的點滴】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 他會和家人分享自己的工作，但著重在情緒的抒發。 2. 他和同事之間多半是教學上的互動，且多半限於同學年的老師。

【相關內容意義之群聚】A	【內容意義群聚後的命名】A
<p>A057：他覺得教育政策變化的因應能力跟年紀、心態有絕對的關係，但只要願意學習，什麼都可以學得起來。</p> <p>A083：他覺得老師在面對工作時的自我調適是很重要的。</p> <p>A084：他覺得人要主動去調適自己，以免處於極端、敵對的狀態，而自我調適的能力和人格特質是有關係的。</p> <p>A107-1：他覺得懂得順應環境、適應潮流，並願意再學習是很重要的。</p> <p>A117：他覺得老師適應的能力很重要。</p> <p>A120-2：許多人適應力不夠，新的東西一直出來讓他們自覺沒有辦法再學習，所以想要退休，更讓他感受到適應能力的重要性。</p> <p>A161：老師要懂得隨時調整自己，才能面對不同的學生和家長，畢竟現在的學生、家長跟以前完全不同，不能一概而論。</p>	<p>三、【自我調適、適應環境及再學習的能力相當重要，才能因應各種的教學問題】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 他覺得老師在面對工作時的自我調適很重要。 2. 他覺得懂得適應環境與潮流，並願意再學習是很重要的。 3. 老師要懂得隨時調整自己，才能面對不同的教學問題。
<p>A065：他覺得生活都是自己可以掌握的，而且教學、學生和家長也都掌控得不錯。</p> <p>A066-2：他當然也會有抱怨的時候，但大致來說，工作上都掌握得蠻好的，讓他覺得也是一種幸福。</p> <p>A130：一直以來，他覺得學校的事情都處理得不錯。</p>	<p>四、【生活與工作的掌控與否關係到他的幸福感】</p>

(七)選擇性編碼並發展核心主題(core categories)

研究者從內容群聚後的命名中尋找相關的類別，擷取其中共通的本質，將其確定為核心主題，並給予命名。核心主題的發展其主要目的為統整上述概念類別與內容群聚後主要類別分析過程中所得的訊息(Waston & Rennie, 1994;引自田秀蘭，民 88)，以便研究者能萃取出影響研究參與者的幸福感之核心因子。

【核心主題】

【相關內容命名單元】A	【核心主題】A
<p>一、【他會與家人、同事分享教學的點滴】</p> <p>二、【對工作的掌控與良好的親師生關係讓他很有</p>	<p>【幸福感的影響因素】</p>

【相關內容命名單元】A	【核心主題】A
<p>幸福感】</p> <p>七、【工作的穩定度對各行各業都很重要，且影響著他的幸福感】</p> <p>十一、【有穩定的人際關係，和家人、朋友的互動都不錯】</p> <p>十三、【教改讓他在教學上有更多發揮理念的機會，是幸福的開始】</p> <p>二十一、【短期內不會思考退休的問題，但退休潮的嚴重性多少影響到老師的教學意願與生活】</p> <p>二十四、【老師在幸福感上的指標可由其是否急著想退休來判斷】</p> <p>二十五、【政治、經濟的動盪對老師的幸福感是一項衝擊，也影響其工作的熱忱】</p>	<p>【幸福感的影響因素】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 社會支持 2. 良好的親師生關係 3. 工作的穩定性 4. 教育改革 5. 退休潮 6. 政治、經濟的動盪不安
<p>三、【教學理想的實現與學生的回饋關乎他的幸福感】</p> <p>四、【他認為幸福感有時是來自與他人的比較】</p> <p>六、【教學的成就感與學生的回饋會影響其幸福感】</p> <p>八、【追求平衡的家庭與婚姻狀態，讓他覺得有幸福感】</p> <p>十、【穩定的收入與福利制度讓他有幸福感，不會追求高的物質享受】</p> <p>十三、【教育政策日趨多元化，讓老師的教學自主性更高，也加深其幸福感】</p> <p>十四、【他覺得個人成長相當重要，可以督促他學習更多新的東西】</p> <p>十九、【人際相處時要懂得求取平衡，以免遭忌或傷害別人】</p>	<p>【幸福感的來源】</p> <p>掌控自我與實現理想</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 自尊需求 2. 活得比別人好 3. 成就感的追求 4. 金錢的滿足 5. 和諧的人際關係 6. 自主性 7. 個人成長
<p>五、【老師對工作的熱情與否對幸福感有很直接的影響，且影響其教學意願】</p> <p>十五、【他覺得幸福感與個人的特質、處事的態度有關】</p> <p>十六、【他覺得老師的人格特質要具有熱情，才能因應學生的各種情況】</p> <p>十七、【老師的專業能力與素養很重要，才能在教學上得心應手】</p> <p>十八、【他覺得主動做事的態度不但可以解決問題，也讓他有幸福感】</p>	<p>【勝任教職的人格特質或條件】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 工作的熱情 2. 專業能力與素養 3. 積極主動的處事態度

【相關內容命名單元】A	【核心主題】A
八、【隨著教學經驗的累積與個人的成熟，教學生涯越到後面有如倒吃甘蔗，整體的幸福感受是越來越高的】	【幸福感的階段性】
二十、【一天的精華時間都花在工作上，因此這裡的幸福感受對他更形重要】	【幸福感的重要性】
二十二、【未來的規劃仍著重在教學的投入與調整，以便因應不同的學生狀況】	【對未來的期許】
二十三、【覺得教職很適合自己的個性與能力，雖然不免會遭遇挫折，但仍勉勵自己要不時奮起】	【教職的自我認同】

綜合上述簡化語句、開放編碼、主軸編碼等資料分析歷程，得到幸福感的影響因素、幸福感的來源、勝任教職的人格特質或條件、幸福感的階段性、幸福感的重要性、對未來的期許、教職的自我認同等核心主題。

(八)研究參與者的生活小故事

最後以研究參與者的生活小故事來呈現其幸福感之樣貌，以便進一步了解研究參與者的幸福感來源與內涵。

【研究參與者 A 幸福感之生活小故事】

A 目前任教於台北市某國小，擔任級任導師的工作，從事教育工作已經 30 年。A 生長於單純的小家庭，父親在國營事業上班，母親是家庭主婦，對子女的教育相當重視，認為女孩子當老師是個不錯的選擇，加上經濟因素的考量，因而促成 A 走上教職一途。

師專時代的 A 總是逆來順受的接受學校所傳授的知識，以成為一位稱職的老師為己任，認為過去的國民教育培養出一群優秀的國小教師，身兼國家的教育重責，並成功教出現今許多的社會中堅份子。而師專畢業後的 A 仍持續的在學業上深造，認為個人成長的部分可以不斷的督促自己去認識與學習新的東西，相當肯定其重要性，故一邊工作，一邊繼

續進修，順利的完成了碩士學位。

A 先後在高雄縣、台北縣市等三所學校任教，先後擔任過科任與級任老師的職務。A 對教育充滿熱忱與使命感，投注了許多的心力在其中，將教學的部份掌控得很好，親師生互動關係的經營也很不錯，從中體會到滿滿的成就感與幸福感受。即使經學生涯中經歷過多次的教育政策改革，但 A 都能隨時順應時代與教育潮流而調整自己的步伐，故每每都能順利因應各種的政策變化，覺得在教職上游刃有餘且勝任愉快。

研究參與者 A 是個傾向追求平衡狀態的人，認為唯有達到一定的平衡，才有機會向上追求更高遠的目標。故 A 會適時的調整心態，不會一味的要求先生及小孩去達成其要求，設法從各種狀態中求取平衡點，避免情緒受到影響而有過大的波動，故家庭與婚姻生活都過得相當和諧，從中也獲得不少的幸福感。

有鑑於其他行業的起起落落及近年來流浪教師的現象，更讓 A 深刻體認到教職的穩定性之重要，而這份穩定的感覺也帶給其幸福感，不必擔心工作與收入的問題，可以專心致力於教育工作上。A 目前擔任低年級的導師，對教育工作充滿理想，期許自己能提供學生更豐富、多元的學習，也因為能盡情發揮其教育理念而感到很有成就感，覺得自己過得比別人幸福。A 對教學投注了諸多的心力，累積了相當多的經驗，也從學生和家長身上得到許多正向的回饋，因而更肯定自己的工作表現，不會因退休制度的變動而動搖其對教育的熱情，想為教育奉獻的心情依舊不曾改變。

回首多年來的教學歷程，A 認為自己的個性與能力相當適合擔任教育工作，因而不斷的勉勵自己要「不時奮起」，不要因一時的挫折就被打敗。而隨著教學經驗的累積與心智的成熟，A 覺得自己更能掌控生活中許許多多的事情，愈來愈有種倒吃甘蔗的甜蜜感受，幸福感也日益提升，自然對教職也就多了份執著與肯定了。因此既然選擇了教職，就一定會勇敢

的堅持下去，持續的為教育工作貢獻一己之力。

第二節 各研究參與者資料分析之結果

本節將十位研究參與者的資料分別以核心主題、生涯歷程小故事來呈現各研究者之分析結果。研究參與者 A 之分析結果已經於上一節呈現，故本節將分別呈現研究參與者 B、C、D、E、F、G、H、I 及 J 之資料分析結果。

一、研究參與者 B 之資料分析結果

(一)國小資深女性教師幸福感之核心主題

【相關內容命名單元】B	【核心主題】B
一、【私小的教學能確實實踐教育的理念，讓他能將所學學以致用】 二、【他和姊姊較親近，幾乎無所不談，讓他體會到手足的重要性】 七、【他會主動和同事討論、分享教學的想法與創意，並向他人請教，和同事的互動不錯】 十三、【他覺得生活應該多點變化，不宜讓工作佔掉大部分的時間，如此才能走得更長遠】 十四、【現在的教育政策過於草率、躁進，讓老師無所適從，得不斷的做補救教學，不但沒有成就感，進而影響到幸福感】 十六、【缺乏支持性的教育環境讓老師的專業無法突顯，加上教育政策的快速變動與家長的干預，不但加重教學的負擔，更影響到他這幾年的幸福感】 十九、【他覺得自己在生活中的問題解決能力不足會影響其幸福感，故應該增加更多的歷練】 二十七、【教職的穩定性對他很重要，讓他能在穩定的環境中尋求自我成長的機會】 三十七、【一旦能對自身的幸福感有所覺察，則不論處於何種幸福感的狀態都能不受其影響，且知道如何面對生活中的各種情況】	【幸福感的影響因素】 1. 教育理念的實踐與否 2. 社會支持 3. 生活品質 4. 教育改革 5. 家長的過度干預 6. 問題解決的能力 7. 工作的穩定性 8. 對幸福感狀態的自我覺察

【相關內容命名單元】B	【核心主題】B
<p>三、【教職讓他很有成就感，也感受到自己對學生的影響力】</p> <p>六、【教職讓他感到自己的存在具有價值與意義，因而喜歡待在這樣的環境】</p> <p>四十、【當老師的決定對他造成很大的影響，徹底改變其生活目的與成就感，使其命運變得很不一樣】</p>	<p>【教職的正向影響】</p>
<p>四、【除了協助學生的課業，他也期許自己要做到身教、言教】</p> <p>五、【教職讓他有種使命感，讓他能在艱困的教育工作中繼續堅持下去】</p> <p>八、【社會環境的改變與教育後輩的創意帶給他衝擊與警惕，期許自己要與時俱進，免得被社會淘汰】</p> <p>九、【隨著時代的日新月異，他覺得必須不斷的自我充實，以便教學能更多樣化，故積極的尋求各種自我成長的管道】</p> <p>三十八、【他希望自己的教學技術與專業素養能更多元，且往更高層次去提升】</p>	<p>【專業的自我期許】</p>
<p>十、【他覺得自己整體的幸福感還不錯，教學過程中不斷出現高峰期，但幸福感仍會有所起伏】</p> <p>十一、【教學上的發揮與經驗的累積讓他在前幾年出現幸福感的高峰期，但近來則因環境的變動而略為下降，覺得要設法加以突破】</p>	<p>【幸福感的階段性】</p>
<p>十二、【他覺得自己的家庭與生活環境都很穩定，所以工作對幸福感的影響佔較大的比重】</p> <p>十八、【他覺得教學理念與專業能力是否能有空間發揮會直接影響他的幸福感】</p> <p>二十、【除了教育專業之外，他認為各方面的視野與能力若能更多元，能讓他更加肯定自己，並影響其幸福感】</p> <p>二十一、【教職上的表現與成就感會影響其幸福感】</p> <p>二十二、【他認為家庭會影響幸福感，但因其家庭狀況穩定，家人都很健康，故現階段的影響不大】</p> <p>二十三、【他認為真誠的對待他人會獲得對方對等的回應，且因身邊有談得來的朋友而感到幸運，人際關係還不錯】</p> <p>二十四、【他在佛學中心的工作讓他有成就感，覺</p>	<p>【幸福感的來源】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 和諧的人際關係 2. 掌控自我與實現理想 3. 成就感的追求 4. 自尊需求 5. 宗教信仰 6. 健康需求

【相關內容命名單元】B	【核心主題】B
<p>得自己很有價值與幸福感】</p> <p>二十五、【他希望別人能肯定其教學的成就，尤其看重教育專業人員給予的意見】</p> <p>二十六、【他認為學生的回饋最重要，可立即反應教學的成效】</p> <p>三十三、【當初選擇教職是基於自我實現，自己也不斷朝此方向努力，覺得自我實現是幸福感的最高表現】</p> <p>三十六、【宗教帶給他淨化心靈的效果，以更寬廣的視野去看待生活中的一切，不會鑽牛角尖，幸福感自然油然而生】</p>	<p>【幸福感的來源】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 和諧的人際關係 2. 掌控自我與實現理想 3. 成就感的追求 4. 自尊需求 5. 宗教信仰 6. 健康需求
<p>十五、【他基本上是支持教改的，覺得台灣的教育有改進的空間，以便與教育現況結合並跟上全球化的腳步】</p> <p>十七、【期許外界給予老師更具支持性的環境，以便在教學上有所發揮並實現自我】</p>	<p>【對未來的期許】</p>
<p>二十八、【他覺得老師的 EQ 和耐心要夠好，才不會因情緒不好而輕率的對學生做出回應，造成不好的身教】</p> <p>二十九、【他認為當老師要具備足夠的能力，尤以 EQ、耐心、愛心與教學的專業能力最為重要】</p> <p>三十一、【他認為不具備愛心、耐心或不認同教職的價值與意義的人不應該進入教職，否則會因得不到成就感而無法長久的走下去】</p>	<p>【勝任教職的人格特質或條件】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. EQ 2. 耐心 3. 愛心 4. 專業能力與素養 5. 對工作的認同
<p>三十、【他認為老師的人格特質比專業能力更為重要】</p> <p>三十二、【他認為人格特質會影響幸福感，若自己具備教學所需的特質，則會對教學更加滿意，幸福感也會有所提升】</p>	<p>【人格特質的重要性】</p>
<p>三十五、【他相信幸福感對每個人有其影響力與重要性】</p>	<p>【幸福感的重要性】</p>
<p>三十九、【重新檢視當初的選擇，更加確定與認同自己的決定，期待在教育專業上繼續前進】</p>	<p>【教職的自我認同】</p>

(二)研究參與者 B 幸福感之生活小故事

B 目前任教於台北市某國小，擔任級任導師的工作，從事教育工作

已經有 17 年的時間。B 是土生土長的台北人，父母親從商且忙於工作，故 B 自幼由爺爺、奶奶照顧，因此養成其獨立的個性，和姊姊的關係相當不錯，幾乎無話不談。

大學時代的 B 已經開始在貿易公司打工，工作勤奮且充滿幹勁，接觸許多出口貿易的相關業務，負責任的態度獲得老闆的賞識，畢業後立刻被留任，並順利踏入職場。然而 B 在工作兩年後就發現無法從現職中獲得成就感，對現有的生活形態亦感到不滿，故在朋友的邀約之下轉而投向教職，從此開啟生命的新視野。

初任教職的 B 相當認同私立小學的教育理念，自己又可以將大學所學的外語知能加以應用，故即使再累也甘之如飴。學校對教師的專業要求相當嚴格，促使 B 激發出本身的潛能與創意，因而累積了許多豐富的教學經驗，也從中獲得相當多的成就感，深刻體會到過去職場上所不曾感受過的幸福感。

由於多了在不同職場的工作經驗，B 對於教育工作更有一番不同於其他老師的體認，深知教職才是自己想要的人生方向。從教學過程中所感受到的成就感及對學生的影響力，更加深 B 對教職的自我認同，肯定自己的存在是很有價值與意義的，很高興當初做了正確的抉擇，故過程中即使遭遇再大的挫折也不輕言放棄，更會不時激勵自己，為自己打氣。

B 和同事間的互動情形相當良好，彼此常聚在一起討論教學的點滴，並且相互分享好的點子與構想。而 B 一直也都相當善盡其職，挖空心思想帶給學生更好、更多元的學習經驗，故期許自己要不斷的自我充實，不但可以滿足個人的成長需求，也可以使教學技能更加精進，不致與社會脫節，進而更能維持對教育的熱情與創意，並提升教學的專業知能。

B 也利用閒暇的時間到佛學中心工作，從中所獲得的成就感讓 B 更加肯定自我的價值，成為其幸福感的來源之一。重新檢視多年的教學生涯，學生的正向回饋對 B 而言也是相當重要的幸福感來源，使其更加肯

定自己的選擇，因而對教育工作抱持著很高的使命感。不論未來的路有多麼難走，B 都有自信能堅持下去，積極且勇敢的去面對一切困境，進而從中累積更多的幸福感受。

二、研究參與者 C 之資料分析結果

(一) 國小資深女性教師幸福感之核心主題

【相關內容命名單元】C	【核心主題】C
<p>一、【重視安定、穩定的感覺，不喜歡常換學校任教】</p> <p>四、【原生家庭及夫家均樂意傾聽、分享他在教學上的種種】</p> <p>六、【學校的人際關係限於特定對象與上班時間，會分享某些生活中的議題】</p> <p>七、【親師間的溝通已成為現今棘手的教育問題】</p> <p>十、【工作的穩定讓他有機會體會學生的成長與教學的甜蜜感受】</p> <p>十一、【工作時間的穩定使其多了留白的時間，可以做自己喜歡的事情，也提昇了幸福感】</p> <p>十二、【結婚期間感受到很高的幸福感，對工作充滿希望】</p> <p>十四、【他喜歡親師生之間的真誠的互動】</p> <p>十五、【他雖然支持教改，但其方向卻不明確，令人無所適從，衝擊他的教學信心】</p> <p>十六、【退休制度的改變讓他擔心日後年紀大，沒有體力教書卻又無法順利退休，影響其幸福感受】</p> <p>十七、【擔心家長日後會以年紀來衡量他，一旦因年紀大而不受其歡迎，他就希望趕快退休】</p> <p>二十二、【工作穩定、物慾降低，人際關係自然好】</p>	<p>【幸福感的影響因素】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 工作的穩定性 2. 社會支持 3. 親師生關係 4. 個人空間 5. 婚姻 6. 教育改革的不明確 7. 退休制度的變革 8. 年齡
<p>二、【個人成長相當重要，會影響幸福感，相關單位宜提供資源，鼓勵不同領域的進修】</p> <p>八、【經濟與健康問題會影響他的幸福感】</p> <p>九、【教學上的回饋與成就感讓他感到幸福與甜蜜】</p> <p>十三、【教學上的自我肯定讓他更喜歡這個工作】</p> <p>二十三、【老師要降低物慾，不去期待豐厚的物質回饋，生活才會比較快樂】</p>	<p>【幸福感的來源】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 個人成長 2. 健康需求 3. 成就感的追求 4. 自尊需求 5. 金錢的滿足

【相關內容命名單元】C	【核心主題】C
三、【家庭功能的健全與否會影響個人是否適合教職】 二十四、【老師的親和力會影響與學生、家長的關係】 二十五、【老師應具備愛心與耐心，才能面對挑戰，為學生付出】 二十六、【宗教信仰可支持老師繼續在工作上努力】 二十七、【老師的觀念要開放，願意接納新觀點、懂得因應社會的轉變】	【勝任教職的人格特質或條件】 1. 健全的成長背景 2. 親和力 3. 愛心 4. 耐心 5. 宗教信仰 6. 開放的觀念，願意接受新事物 7. 自我調適的能力
十九、【老師在專業上要自我要求，才能對得起良心】 二十、【把老師的角色扮演好，並帶給學生正面的影響】 二十八、【期許當老師的人要讓學生享受更多的教育資源】	【專業的自我期許】
五、【老師的工作對家庭是正向的穩定力量，亦具備實用的價值】 二十一、【老師的工作對他和先生的互動及婚姻有正向的影響】	【教職的正向影響】
十八、【幸福感會影響工作及家庭，讓他在教學上顯得更有自信，家人也毋須擔憂】	【幸福感的重要性】
二十九、【老師若具備了某些人格特質或條件，他的幸福感是會提升的】	【人格特質的重要性】
三十、【教育制度的改善及行政的協助，可以讓老師有更多發揮的空間】	【對未來的期許】
三十一、【當老師是正確的決定，滿意且珍惜現在的生活】	【教職的自我認同】

(二)研究參與者 C 幸福感之生活小故事

C 目前任教於台北市某國小，擔任級任導師的工作，從事教育工作已有 21 年的時間。C 出生於保守、純樸的鄉下城鎮，是個三代同堂的家庭。C 的父母和許多親戚都擔任教職，因此父親認為教師是個很穩定的行業，對女孩子而言是個很好的選擇，故鼓勵其從事教職。有鑑於當時考取師專不是件簡單的事情，在考量家庭經濟的負擔之下，C 認為就讀師專是個

不錯的職業，又可以減輕父母的經濟壓力，故在種種的因素考量下選擇了教職。

在師專就學時的 C 認為自己遇到的好老師並不多，致使很多的東西都得自己去學習，覺得這樣很不應該，故時常以此為借鏡，提醒自己日後擔任教職時要有所警惕。在從事教學工作三、四年後，C 開始感到自己過去的所學有所欠缺，專業知能仍有待增強，故設法考取了某大學的中文系，一邊上班一邊利用晚上的時間持續進修，相當具有上進心。

初到基隆市任教的 C 認為學校的整體氣氛就像個大家庭似的，任何人在教學上遇到問題時，同事之間都會即時伸出援手來幫忙，讓初任教職的 C 感到非常溫馨。而轉任到台北的學校後曾擔任一年的科任老師，之後則一直擔任級任老師，初期曾因校長的權威領導及同事間的年齡差距，感受到不同於之前的學校文化，花了些時間調適自己的心理。

C 和家人的關係相當良好，加上大家都擔任教職，因此能互相討論、交流教學上的點滴，不但可從中獲得一些寶貴的意見，情緒上也可以獲得一定程度的紓解。而夫家也相當認同 C 的職業，認為擔任教職是件光榮的事情，加上又可以照顧孩子讓先生專心的衝刺事業，因而使 C 更肯定自己當初的抉擇。

C 目前在擔任一年級的導師，對教育充滿熱忱，很喜歡教職這種穩定的感覺，不必擔心收入的問題，工作時間也很固定，無須像其他行業一樣你爭我奪的，對家庭與小孩的教養具有很大的正向影響。看著學生一天比一天更加進步與成長，這些來自教學的回饋讓 C 體驗到其他工作所無法比擬的甜蜜感受，即使工作得再累也甘之如飴，也更肯定自己所做的一切，加上近年來不時感受到家長所給予的正向回饋與肯定，在在都讓 C 體會到很強烈的幸福感。

如今 C 對於能擔任教職感到相當幸運，很肯定當初所做的生涯決定，對現在所擁有的一切也感到相當珍惜。面對未來的教學生涯，C 相當願意

為教育工作奉獻更多的心力，希望讓每個學生都能享受到最好的教育資源，以便學生都能快樂的學習，朝向好的方向去發展，如此自己的生活也會過得更有幸福感。

三、研究參與者 D 之資料分析結果

(一)國小資深女性教師幸福感之核心主題

【相關內容命名單元】D	【核心主題】D
<p>一、【和弟弟的感情很好，多半以電話聯繫，提供彼此心靈上的扶持】</p> <p>四、【先生會設計全家的出遊行程，增進家人的互動】</p> <p>五、【他和先生的互動頻繁，彼此會分享工作上的點滴】</p> <p>六、【他很樂意和同事討論教學工作，並提供自己的想法，但因年齡的差距，所以無法分享心事或家庭問題】</p> <p>七、【參與休閒活動讓他的心境與想法有所改變，也更有幸福感】</p> <p>八、【休閒活動讓他找到生活重心，卻也開始注意到健康問題】</p> <p>九、【對於教學生涯與整體生活感到很滿意且心安理得，不會愧對良心】</p> <p>十二、【教學工作都能依照時間按部就班的進行，讓他感到很愉快】</p> <p>十四、【擔任級任老師讓他覺得踏實，學生的學業表現與家長的回應讓他很有成就感】</p> <p>十九、【家長或學生的肯定與否會影響其幸福感】</p> <p>二十、【幫學生記錄學習過程同時也檢視自己的教學，看到學生的成長讓他很有幸福感，擁有共同的美好回憶】</p> <p>三十一、【他懂得運用創意並提供點子，以便學生有更多的體驗與回憶】</p> <p>三十三、【同事關係融洽，彼此會分工合作，覺得很有幸福感】</p> <p>三十六、【健康問題很重要，會連帶影響教學品質與幸福感】</p>	<p>【幸福感的來源】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 和諧的人際關係 2. 休閒參與 3. 掌控自我與實現理想 4. 成就感的追求 5. 自尊需求 6. 健康需求 7. 對生活的樂天知命

【相關內容命名單元】D	【核心主題】D
<p>二、【家人的態度開明，不會干預他們對孩子的教育或經濟問題】</p> <p>三、【他和先生會互相接納、調整彼此的價值觀，於是變得愈來愈契合】</p> <p>十三、【教職具有穩定性，連先生也會提醒他要好好把握】</p> <p>十七、【他會按照學校的規定來做事，並真誠的和家長互動，使家長與學生願意信任他】</p>	<p>【幸福感的影響因素】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 社會支持 2. 工作的穩定性 3. 真誠的親師關係
<p>十、【擔任教職讓他感到自我肯定，心懷謙卑與感謝】</p> <p>十一、【滿意且珍惜教職，愈來愈有倒吃甘蔗的甘美感受】</p> <p>十六、【肯定自己的教學認真，全天候關心學生的生活與學業表現】</p> <p>三十八、【感恩父母對他的栽培，認為當老師的決定是對的】</p>	<p>【教職的自我認同】</p>
<p>十五、【他覺得人生不同的階段因所面臨的問題不同，其幸福感也會有所差異】</p>	<p>【幸福感的階段性】</p>
<p>十八、【他對工作有一定的自我要求與原則】</p> <p>二十五、【他對教師評鑑制度樂觀其成，只求認真教學，不會汲汲營營於評鑑的結果】</p> <p>三十、【老師有責任扮演好的形象，幫助有需要的學生或家長】</p> <p>三十四、【他覺得老師應該設法充實專業知能，專注於教學，不必在乎外界的想法】</p>	<p>【專業的自我期許】</p>
<p>二十一、【教學是良心工作，老師應該有愛心，以為學生好作為出發點】</p> <p>二十二、【人格特質很難檢測，願意全程陪伴學生的老師，才是真正愛護學生的】</p> <p>二十三、【低年級老師像是照顧者的角色，而高年級老師則要多參與學生的活動，是亦師亦友的角色】</p> <p>二十四、【老師的教學熱忱很重要，但也很難檢測】</p> <p>二十六、【老師的親和力很重要，如此學生才願意與之親近，家長也能放心】</p> <p>二十七、【高年級老師要有威嚴，班級經營才會比較輕鬆】</p>	<p>【勝任教職的人格特質或條件】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 愛心 2. 以學生為出發點 3. 全程陪伴與關照 4. 積極參與學生的活動 5. 教學熱忱 6. 親和力 7. 威嚴 8. 適時給予學生空間 9. 樂於分享

二十八、【老師不宜太嚴肅，要多給學生一些空間】	
二十九、【老師要雞婆一點，參與各種事物並關心學生各方面的狀況】	
三十二、【他樂於分享自己的創意，不會藏私，覺得這項特質會影響幸福感】	
三十五、【他覺得幸福感對所有的人都很重要，會連帶影響整體的生活層面】	【幸福感的重要性】
三十七、【未來希望多充實電腦與教學媒體方面的能力，以便在教學上有更多發揮的空間】	【對未來的期許】

(二)研究參與者 D 幸福感之生活小故事

D 目前任教於台北縣某國小，擔任級任導師的工作，從事教育工作已經 29 年。D 從小在彰化的鄉下長大，父親是上班族，相當重視子女的教育，提供其許多學業之外的學習機會，因而使 D 培養出多元的興趣與能力。

國中時代的 D 並沒有特別想當老師，但因為父母都相當鼓勵，而且有兩個志同道合的同學也贊成唸師專，加上師專的公費制度又頗具吸引力，即使老師希望他們能繼續升學，D 和同學仍舊毅然決然的選擇了教職。D 相當喜歡師專的學校生活，覺得唸起書來相當愉快，沒什麼壓力，而且又可以和就讀其他師專的同學互相切磋並交換訊息，因而順利的完成了學業，且在媒妁之言下與先生認識、結婚，後來因先生在台北工作的緣故便轉調到台北的私立小學任教。

D 和弟弟的感情相當好，時常以電話互相聯繫，給予彼此心靈上的扶持。而多年的婚姻生活也使 D 與先生的價值觀磨合得愈來愈相近，能接納對方的想法。先生也常常主動設計出遊行程，一家人感情相當融洽，是其很重要的幸福感來源之一。

其次，D 和同事間的互動相當頻繁，彼此都能互相幫忙。D 很樂於跟學年老師分享自己在教學上的想法與創意，藉此設計更多有趣的教學活動，讓學生從中獲得更不一樣的學習，故人際關係經營得還算不錯。近

年來 D 開始投入各種動、靜態休閒活動之中，認識了一群志同道合的朋友，心境上也漸漸有了轉變，變得更加開朗、愉快，找到了另一個生活的重心，也累積了更多的幸福感。

研究參與者 D 先後在彰化縣、台北縣市等四所公、私立學校任教過，先後擔任了級任老師與輔導組長等職務。D 目前擔任低年級的導師，對教育工作充滿極大的熱情，在教學上懂得變換不同的教學方式及運用資訊媒體來豐富課程的內涵，並用影片幫學生留下許多難忘的學習軌跡與回憶，因此從教學中獲得很大的成就感，覺得既踏實又有幸福感。

回顧長達三十年的教學生涯，雖然有時因學校的活動繁多而感到忙碌，但 D 都能妥善的安排時間，按部就班的把事情處理好，因此愈來愈有種倒吃甘蔗的甜蜜感受。D 對現有的一切感到相當珍惜與感恩，懷抱著謙卑的心情，時時提醒自己要善加把握教職，提供學生更好的學習環境並發揮其影響力，好讓更多的學生能從教學過程中獲益。在即將面臨退休之際，D 很肯定自己對教育工作的付出與表現，認為自己可以過得心安理得，也更加認同當初所做的生涯決定。

四、研究參與者 E 之資料分析結果

(一)國小資深女性教師幸福感之核心主題

【相關內容命名單元】E	【核心主題】E
一、【當老師的想法受到國中老師的影響，對老師的角色有一番自我期許】 十六、【重視品格的學習，期許學生從他身上學習到面對人生的態度與修養】 十八、【期許自己不僅是通才的老師，更要成為專業的教師】 三十六、【專業成長持續進步中，期許自己要不斷的自我充實】	【專業的自我期許】
二、【他會同理家長，與家長溝通並提供建議，彼此的互動不錯】	【幸福感的影響因素】 1. 良性互動的親師關係

【相關內容命名單元】E	【核心主題】E
<p>三、【和家人感情不錯，但互動不多，過年、過節才會聚在一起聊聊】</p> <p>六、【沒有經濟的困擾，先生、孩子都很好，生活輕鬆又順利，讓他感到滿意又幸福】</p> <p>七、【因年齡差距較少，因而和六哥感情很好，無話不談】</p> <p>十一、【同事間樂於分享彼此的教學理念，相互切磋、扶持，覺得收穫很多，感情也相當融洽】</p> <p>二十一、【家長和他就像朋友一般，會熱心的提供協助與支持，讓他覺得很幸福】</p> <p>四十一、【他致力追求有變化與充滿驚喜的生活，希望自己的工作和人生都富有創意】</p>	<p>2. 社會支持</p> <p>3. 經濟壓力</p> <p>4. 生活是否充滿驚喜與變化</p>
<p>四、【平時朋友都忙於照顧家庭，但仍會互相聯繫並相約出遊】</p> <p>五、【發現交友的樂趣，學習對方的長處並不斷的有所成長】</p> <p>八、【和公婆、小姑的互動多，會一同出遊】</p> <p>九、【他和先生及其家人鮮少談及工作，多半討論家庭與小孩的事情】</p> <p>十、【工作雖然忙碌，但在教學上成長許多，覺得很充實】</p> <p>十二、【同事間私下的互動頻繁，會相約喝咖啡及出遊】</p> <p>十三、【可以做喜歡的事情，並掌控自己的生活，讓他感到滿意又快樂】</p> <p>十五、【覺得自己有能力去付出是件快樂的事情，感受到心靈上的滿足】</p> <p>十七、【多元的教學活動讓他對工作產生樂趣，不但學生有所學習，自己也增加了專業的知能】</p> <p>二十、【家長與學生的回饋與肯定讓他很有幸福感】</p> <p>二十二、【他會幫學生留下作品以記錄他們成長的過程，覺得很開心，希望日後學生會懷念他】</p> <p>二十三、【肯定自己的教學，家長也尊重其專業，不會有所干預】</p> <p>二十四、【兒時的貧困生活讓他印象深刻，懂得自食其力，並深覺要幫助有需要的人，自己也因此得到心靈的滿足】</p>	<p>【幸福感的來源】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 和諧的人際關係 2. 個人成長 3. 掌控自我與實現理想 4. 為他人付出 5. 自尊需求 6. 休閒參與 7. 健康需求

【相關內容命名單元】E	【核心主題】E
<p>二十五、【人要知足常樂，快樂的擁有並願意分享、付出，人生就會有意義，幸福感才會持久】</p> <p>二十六、【他喜歡邊看書邊聽音樂】</p> <p>二十七、【他常和家人去爬山、旅遊，也會約朋友出國玩】</p> <p>二十八、【體會健康的重要性，設法藉由運動來增強體力，才能勝任教職】</p> <p>二十九、【除了工作和家庭，他會留點時間給自己，做些讓自己快樂的事情】</p> <p>四十六、【擁有一群好的工作與休閒伙伴，以及美滿的家庭，讓他感到很快樂】</p>	<p>【幸福感的來源】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 和諧的人際關係 2. 個人成長 3. 掌控自我與實現理想 4. 為他人付出 5. 自尊需求 6. 休閒參與 7. 健康需求
<p>十四、【想學習付出，認為付出是一種快樂，預計退休後要當義工】</p> <p>三十八、【不遺憾自己選擇教職，但退休後想修些自己喜歡的課，以便跨到商業領域】</p> <p>三十九、【退休後希望多留點時間給自己和朋友，當個全職的媽媽】</p> <p>四十、【他很喜歡音樂，沒音樂的日子很難受，因此退休後想學點樂器】</p> <p>四十二、【冀望退休後的生活可以更有創意】</p> <p>四十五、【退休後的目標要學樂器、運動和遊山玩水】</p>	<p>【對未來的期許】</p>
<p>十九、【工作的初期比較無法發揮其教學理念與專長】</p> <p>四十三、【這些年的生活讓他印象深刻，感受到安定與踏實，生活得有目標、有意義，覺得人生幸福又美好】</p> <p>四十四、【生活中的挫折讓他懂得更珍惜、把握人生，覺得現在的生活愈來愈美好且又意義】</p>	<p>【幸福感的階段性】</p>
<p>三十、【老師的耐心最重要，裡面也包含愛心，如此才能去接觸、指導學生】</p> <p>三十一、【老師和家長的互動要圓融，以正向的方式和家長進行溝通】</p> <p>三十二、【老師必須具備足夠的專業素養】</p> <p>三十三、【老師要態度謙虛的與人相處、請益他人，並不恥下問】</p> <p>三十四、【教職耗費體力，故健康的身體對老師而</p>	<p>【勝任教職的人格特質或條件】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 耐心 2. 愛心 3. 正向、圓融的處事態度 4. 溝通及表達能力 5. 專業能力與素養 6. 謙虛 7. 虛心學習

<p>言相當重要】 三十五、【個性的內、外向對勝任教職與否的影響不大，重要的是老師要具備足夠的溝通、表達能力】</p>	<p>8. 健康</p>
<p>三十七、【老師的工作較封閉、刺激較少，但相對的較穩定，讓他覺得自己的決定沒錯】</p>	<p>【教職的自我認同】</p>

(二)研究參與者 E 幸福感之生活小故事

E 目前任教於台北市某國小，擔任級任導師的工作，從事教育工作已達 29 年之久。E 在台北土生土長，父親自行開業，家中的經濟狀況一度還算寬裕，但因某些因素而導致家道中落，從此過著四處遷徙、租房子的生活。而國中時 E 學業表現還不錯，老師便建議他去考師專。受到哥哥唸師專及家中經濟因素的影響而選擇就讀師專，但此一決定卻跌破了大家的眼鏡，讓家人大感意外。

個性內向又不擅言辭的 E 在師專時才開始學習如何結交朋友，且嘗試學習對方的優點及生活態度，逐漸的擴大了自己的人際網絡，也順利的結交了幾位知心好友，友誼一直持續至今，大家仍然會定期保持聯繫，是 E 很重要的心靈支柱。而擔任教職後的 E 依舊樂於主動向同事請益，除了互相切磋教學方式與構想之外，也從他人的分享中有所學習，因此和同學年的老師激盪出很不錯的互動關係，彼此經常相互合作並提供支援。此外，E 和同事也會利用假日時相約出遊或聚會，彼此的關係也隨之更加深厚，而這些人際上的良好互動與相互扶持，已成為其重要的幸福感來源之一。

研究參與者 E 前後在兩所台北市的學校服務過，皆擔任級任老師的職務，變動性不大。E 是個做事很有計畫的人，喜歡事先規劃好所有的課程，從生活經驗中去引導學生，以便提供學生更豐富的學習內涵。這幾年 E 覺得教學工作變得較加忙碌，卻忙得很充實，師生間的良好互動常讓 E 忘了自己的年齡，心中充滿了幸福感受，更從中獲得了不少的進步與成長。

E 目前擔任低年級的導師，對自己的教學工作相當滿意，也因為能做自己喜歡的事情並有效的掌握生活而感到很滿足，覺得受到老天相當大的眷顧。而 E 對工作與生活一直都抱持著樂觀、正向的態度，遭逢低潮時懂得找尋方法去調整自己的想法與情緒，不讓自己沉溺於負向情緒之中。近幾年 E 更體會到為他人服務所帶來的快樂，希望退休後能擔任志工，貢獻一己之力，以便盡情享受付出的幸福感受。

回頭省思長達三十年的教育生涯，E 一直都保持著快樂的心情在從事教學工作，家長的回饋與熱心協助讓他感到既窩心又幸福。E 在教學過程中總會設法幫學生留下種種寶貴的學習紀錄，並努力的在教學上有更多的進步與突破，因此自信可以得到家長及學生的肯定與認同。E 很在意教職的穩定性，相當認同當年的生涯抉擇，並且對自己擁有的一切相當珍惜，更樂於去分享。尤其這十多年來 E 深刻的感受到生命的美好，因此覺得人生過得既踏實又很有意義。未來的日子 E 仍將持續的專注在教學上，並虛心的向他人請教，以便為教育工作投注更多的心力。

五、研究參與者 F 之資料分析結果

(一)國小資深女性教師幸福感之核心主題

【相關內容命名單元】F	【核心主題】F
一、【夫妻倆會互相討論、分享彼此的工作情形，並給對方建議】 二、【他會與家人討論、分享工作情形，父母也會提醒他注意與學生的互動】 七、【從級任轉成科任老師之後，變得缺少重心，但看到學生在畢業後回來找他，讓他更肯定自己以前的付出】 十三、【他會跟家長溝通其管教方式，並設法調整，因此和家長的互動都蠻好的】 二十、【他很在乎工作上的穩定感，會影響其工作表現及生活，更會影響其幸福感】 二十一、【跟同事一同討論、分享或出遊能讓他找	【幸福感的影響因素】 1. 社會支持 2. 良好的親師生關係 3. 工作的穩定性 4. 經濟壓力 5. 政治的動盪不安 6. 教育改革 7. 退休制度的變革

【相關內容命名單元】F	【核心主題】F
<p>回活力，是幸福感很重要的來源】</p> <p>二十三、【和學生的互動及學生在畢業後回來找他等都讓他感到很甜美】</p> <p>二十七、【經濟的壓力影響其生活品質與幸福感，讓他不得不調整其生活方式】</p> <p>四十四、【政治的動盪不安讓他對是否能繼續擔任教職都很不確定，更無法想像未來的事情】</p> <p>五十、【教改與退休制度的變動多少對他造成影響，覺得不安，但也只能去順應與接受】</p>	<p>【幸福感的影響因素】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 社會支持 2. 良好的親師生關係 3. 工作的穩定性 4. 經濟壓力 5. 政治的動盪不安 6. 教育改革 7. 退休制度的變革
<p>三、【晚飯時間是全家人的交流時間，彼此會討論工作與孩子教養的問題，氣氛熱鬧又融洽】</p> <p>四、【他有幾個感情不錯的同事，會一起吃飯、唱歌或談論工作與孩子的問題】</p> <p>五、【他會利用和同事出遊時，製造機會讓小孩可以認識更多朋友並相互交流】</p> <p>十七、【若他能把教學掌握得很好，順利得進行並讓學生愉快的學習，就會覺得自己的付出很值得，自然就會有幸福感】</p> <p>十八、【他覺得家人能平安、健康就是幸福，否則會影響其心情及教學的情緒】</p> <p>十九、【他不喜歡無法掌控的感覺】</p> <p>二十二、【在意家人的的互動品質，會影響其幸福感】</p> <p>二十四、【看到以前教過的學生慢慢的成長與改變，有各自的發展空間，讓他很有成就感，也影響其幸福感】</p> <p>二十五、【看到學生有好的表現與成就，讓他更肯定自己的教學與付出】</p> <p>二十八、【把不被看好的合唱團帶得有聲有色，讓他既愉快又有成就感，也證明了自己的能力】</p> <p>二十九、【帶班時他會規劃全班性的活動，增加與學生、家長的交流與互動，彼此建立不錯的感情】</p> <p>三十、【他會在教學之外思考與規劃活動，讓學生能快樂的學習與成長，自己也因此感到很高興】</p> <p>四十九、【婚前的他利用空閒時間去參與合唱團及擔任志工，讓他在教職外有了另一個自我發揮的機會】</p>	<p>【幸福感的來源】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 和諧的人際關係 2. 自尊需求 3. 掌控自我與實現理想現 4. 健康需求 5. 成就感的追求 6. 休閒參與

【相關內容命名單元】F	【核心主題】F
六、【教學的經驗讓他重新看待與小孩的互動，覺得不需要對小孩要求得太嚴格】	【教職的正向影響】
<p>八、【從級任轉成科任老師之後，他在心態上做了調適，試著放下過去對學生的嚴格要求，希望帶給他們更多的歡樂】</p> <p>九、【科任老師的任教經驗讓他重新省思如何調整自己的角色與教學方式，以便日後當個更稱職的老師】</p> <p>十、【當科任老師讓他有機會看到不同老師的帶領風格及對學生的影響，心中有新的體悟】</p> <p>十一、【當了科任老師之後，他開始思考並調整和學生的互動方式，提供管道讓學生分享心事與發洩情緒】</p> <p>十二、【遇到學生有不錯的意見或想法時，他也會適時修正自己，不自視甚高】</p> <p>十四、【放下對學生的過度要求之後，他更能看到學生的長處】</p> <p>十五、【他覺得老師要設法調整和學生的互動方式，以朋友的態度去對待他們，否則他們會叛逆或無法接受】</p> <p>十六、【他會以正向、不先入為主的方式去重新看待學生，不會任意對學生貼標籤】</p>	【教師角色的省思與調整】
二十六、【他的使命感就是掌握好學生的狀況，讓他們學會該學的東西】	【專業的自我期許】
<p>三十一、【當老師不要過分嚴肅，要試著放開點並發揮自己的特色】</p> <p>三十二、【老師的為人要善且有耐心，容易與學生親近，並將學生視為完整的個體】</p> <p>三十三、【老師要具備教學的策略，不能用強迫的方式要求學生聽話】</p> <p>三十四、【老師要具備愛心與耐心，並有足夠的彈性與包容力，允許學生有不同的發展】</p> <p>三十五、【老師要講人情，不能用過於嚴厲的方式對待學生】</p> <p>三十九、【老師要懂得情緒管理，不能過於急躁或容易發怒，否則會對學生造成不良的示範作用】</p> <p>四十一、【老師的自我調適能力要更加強，以便因</p>	<p>【勝任教職的人格特質或條件】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 不過分嚴肅、嚴厲 2. 能發揮自己的特色 3. 和善有耐心 4. 不高高在上、易於親近 5. 將學生視為完整的個體，允許其自由發展 6. 教學策略 7. 愛心 8. 足夠的彈性 9. 情緒管理與自我調適的能力 10. 穩定性 11. 願意長期為教育投入心力

<p>應社會的變動與各種突發狀況】</p> <p>四十二、【教職是長久性的工作，因此老師的穩定性要夠高，且願意長期為教育投入心力】</p> <p>四十三、【老師不宜有高高在上的姿態，如此才容易與學生親近】</p>	
<p>三十六、【並非哪種個性的人就適合當老師，若老師的個性都一樣，對學校的運作不見得好】</p> <p>三十七、【不同人格特質的老師可以帶給學生不同的學習，且學生能從中學習和不同個性的人相處，有助於以後的發展】</p> <p>三十八、【老師要設法發揮其特質，一定能讓學生在無形中有所學習】</p> <p>三十九、【老師的人格特質會影響學生的表現，故要設法取其適中、平衡】</p>	<p>【人格特質的重要性】</p>
<p>四十五、【他不急著規劃以後的事情，倒覺得應該繼續進修以便培養第二專長】</p> <p>四十六、【有鑒於現代人的壓力過大，他可能會進修音樂治療，覺得比較有發揮的空間】</p>	<p>【對未來的期許】</p>
<p>四十七、【肯定當初當老師的決定，因為教職能符合其穩定感的需求】</p> <p>四十八、【多年的教學經驗印證了他適合從事教職】</p>	<p>【教職的自我認同】</p>

(二)研究參與者 F 幸福感之生活小故事

F 目前任教於台北縣某國小，擔任科任老師的工作，已有 14 年的教學經驗。F 排行老么，從小就受到哥哥、姊姊的照顧，全家人一直都居住在台北縣，從未離開過，即使婚後也是如此，因此對台北產生一份特殊的情感。而 F 當初之所以會選擇教職，乃是因為家中的經濟環境並不好，為了減輕家裡的負擔，加上受到兩個姊姊皆擔任教職的影響，F 便在父母的鼓勵之下選擇就讀師專，並認為教職是一條適合自己的道路。

研究參與者 F 和先生都從事教職，夫妻的相處比較拘謹，兩人的話題總是圍繞在工作上，彼此常相互分享教學過程中發生的事情，並且能理解對方的辛勞。而婚後的 F 和家人的互動仍舊相當頻繁，幾乎每天都和姐姐們相約回父母親家吃晚餐，大家常互相分享工作及教養孩子的問

題，感情相當融洽，是其幸福感的來源之一。

生性很容易緊張的 F 是個按部就班、規規矩矩做事的人，一旦事先做好足夠的教學準備，當天的課就會上得很順利，心情自然也就很愉快，喜歡這種能有效掌控教學的感覺。F 喜歡帶給學生不同的教學體驗，經常利用各種機會讓學生體會更多元的學習，也從學生的成長與改變中感受到強烈的成就感與幸福感受。而從來不曾轉換服務學校的 F 在卸下導師的職務之後，開始體會到不同於以往的師生關係，因此得重新調整原有的角色與心態。然而，因為 F 能適時的放下過去對學生的諸多要求，所以更加懂得欣賞學生的優點，不會先入為主的把學生貼上標籤，且更能以正向的態度去看待學生的行為，並帶給學生更多的歡樂，無形中反而拉近了師生間的距離。

F 相當重視家人的平安，只要家人都生活得健康，心情自然就很舒暢，而這種穩定的感覺就是 F 最大的幸福感來源。而人際關係上的良好互動也常常帶給 F 重新充電的感覺，使其能更有活力的面對教學工作，是個很重要的情感支持管道。F 目前擔任音樂科任老師，屢屢都能從教學工作中獲得來自學生的正向回饋，也樂於分享學生的成長與喜悅，讓他感受到甜美的幸福感受。工作上的穩定感受對 F 而言很重要的幸福感來源之一，如此 F 就能專注於教學工作，連帶的也影響家庭生活。因此，F 認為教職對自己來說是個很合適的行業，也更認同當初所做的決定。

回顧十四年來的教學歷程，F 一直都以相當積極的態度去面對工作上的一切，即使遭遇過不少的挫折與困境也不因此動搖，依舊持續的向前邁進。F 期許自己日後能往音樂的領域持續進修，以便發揮自身的專長。若有機會重新擔任級任導師，F 也更懂得如何扮演好應有的角色，以便對學生發揮更正向的影響力。

六、研究參與者 G 之資料分析結果

(一)國小資深女性教師幸福感之核心主題

【相關內容命名單元】G	【核心主題】G
<p>一、【婚後和兄姊的關係比幼時更加親密，姊姊對他和小孩都相當照顧與包容，跟哥哥之間也不再有距離感】</p> <p>二、【當他有心事或困擾時，都會跟先生分享】</p> <p>四、【他和朋友的關係很密切，會互相分享心事與工作狀況，也會適時的提醒對方的錯誤】</p> <p>五、【即使同事間的感情不如朋友般深厚，但因個性的契合讓彼此有了更深入的交流】</p> <p>七、【不喜歡在學校中單打獨鬥的感覺，因缺乏歸屬感而影響其幸福感】</p> <p>八、【喜歡婚姻中自由的感覺，認為適時的保留私人空間很重要，也因此過得很有幸福感】</p> <p>九、【他認為在照顧他人的同時，也必須滿足自己的需求，免得因捨棄自我而影響其幸福感】</p> <p>十二、【看重師生間的關係與互動狀況，認為彼此的互動情形很融洽】</p> <p>十八、【家庭與婚姻對他相當重要，情緒的波動幾乎源自於此，對幸福感有相當程度的影響】</p> <p>二十二、【看到以往教導過的學生會利用下課時間回來找他閒聊，感受到學生對他的肯定，覺得很有幸福感】</p>	<p>【幸福感的影響因素】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 社會支持 2. 團體的歸屬感 3. 是否能保有個人的空間 4. 個人需求的滿足與否 5. 婚姻 6. 良好的師生互動
<p>三、【他自認為現在過得很幸福，沒什麼心事或困擾，很滿意自己的整體生活】</p> <p>六、【他認為同事間的情感交流很重要，互動品質會影響其整體幸福感】</p> <p>十、【個性簡單且容易滿足的他若能輕易達到自己想要的東西，就會很有幸福感】</p> <p>十一、【休閒活動方面的需求是否獲得滿足會影響他的幸福感】</p> <p>十三、【家長長久以來對他的正向回饋使其很幸福感】</p> <p>十四、【學生對他的回饋是否正向會影響其幸福感，期許自己提供給學生更好的教學並做好該做的</p>	<p>【幸福感的來源】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 對生活的樂天知命 2. 和諧的人際關係 3. 掌控自我與實現理想 4. 休閒參與 5. 自尊需求 6. 金錢的滿足

【相關內容命名單元】G	【核心主題】G
<p>事情】</p> <p>十六、【自尊強烈的他很在乎他人是否肯定他對工作的投入，努力將該做的都做好，對其他部分則較不在意】</p> <p>十七、【他不太在意金錢，而且教職的收入也很固定，故不會影響其幸福感】</p> <p>十九、【自認為沒有掌握好第一年的教學工作，因而影響其幸福感】</p> <p>二十一、【多年前因學生的學習進度緩慢而影響其心理調適，直到逐漸掌握狀況後才不致影響幸福感】</p>	<p>【幸福感的來源】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 對生活的樂天知命 2. 和諧的人際關係 3. 掌控自我與實現理想 4. 休閒參與 5. 自尊需求 6. 金錢的滿足
<p>十五、【他認為良性的師生互動對學生的學習有所助益，期許自己能提供學生正向意義的東西】</p> <p>二十、【學生在能力上的落差使教學感到吃力，但仍期許自己能找尋合適的教學方法以便學生有更好的表現】</p> <p>二十三、【不計成果好壞只要求做好每一件事，即使他人無法認同其表現也不會影響其幸福感】</p>	<p>【專業的自我期許】</p>
<p>二十四、【他認為老師必須具備溝通能力與開放的心胸，且不自恃甚高，對學生及家長才會更有包容力，也不易發生摩擦】</p> <p>二十五、【他認為耐心、愛心與親切的態度是教職的基本要件，若缺乏則無法勝任愉快】</p> <p>二十六、【他認為老師必須保持彈性，適時的接納他人的不同意見】</p> <p>二十八、【他認為老師若能做好足夠的心理調適，認清工作與教學對象，不論何種性別都能勝任教職】</p> <p>三十二、【他認為老師得保持適度的彈性與變化，並發揮創意才能勝任愉快並喜歡教職】</p>	<p>【勝任教職的人格特質或條件】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 溝通能力 2. 開放的心胸，並能接納他人的意見 3. 不自恃甚高 4. 耐心 5. 愛心 6. 親切的態度 7. 彈性 8. 認清教職並做好心理調適 9. 創意
<p>二十七、【他自認為個性適合教職，也具備當老師的人格特質，故能勝任愉快】</p>	<p>【教職的自我認同】</p>
<p>二十九、【他認為擁有幸福感能讓心情愉快，做事的成功率也會提升，對每個人都相當重要】</p> <p>三十、【他認為擁有幸福感能提昇個人的生活品質，情緒的調適也不成問題】</p>	<p>【幸福感的重要性】</p>
<p>三十一、【對未來將帶領的新班級感到好奇，期許</p>	<p>【對未來的期許】</p>

(二)研究參與者 G 幸福感之生活小故事

G 目前任教於台北縣某國小，擔任級任老師的工作，已有長達 12 年的教學經驗。G 的求學歷程一直很順利，直到大學畢業後面臨到就業問題，才開始思考未來的出路，卻從未想過要從事教職，會報考師資班是受到身為軍人的先生之影響，強烈希望其有個穩定的工作，因而決定投入教職。

第一年在私立小學任教的 G 因缺乏經驗，無法有效的掌握教學，加上學生又處於叛逆期，因而感到相當疲憊與挫折。直到第二年轉任公立學校服務後，G 和同事間發展出相當親密的互動關係，彼此會互相協助與支援，才開始體會到教學的樂趣所在，工作上所帶來的幸福感也隨之提昇。

研究參與者 G 非常重視家庭生活，年幼的小孩幾乎佔據了其生活的重心，故其情緒上的波動多半受其影響，成為其幸福感的重要來源之一。不過，G 的自我意識也很強，認為在照顧別人的同時也必須照顧到自己的需求，無法凡事只為別人著想、付出而全然犧牲自我，是個相當有自主性的人，而此一需求的滿足也直接影響到幸福感。

一直以來皆擔任級任老師職務的 G 很在意師生間的互動情形，會設法提供多元的學習經驗，期許自己能帶給學生具正面意義的東西，過程中也得到來自學生的正向回饋，感到相當欣慰。對工作相當投入的 G 擁有強烈的自尊感，凡是自己該做的事情一定會做到，自我要求相當高，但仍會視學生的學習狀況彈性調整教學方式，不喜歡一成不變的班級經營風格。

G 和高中同學的感情相當好，一直保持密切的聯繫與互動，常常分享工作及生活上的種種遭遇及感受，是其相當重要的情感支持。而個性簡

單的 G 認為自己很容易獲得滿足，只要能做些自己喜歡的休閒活動，就會覺得很快樂。因此，G 對目前的生活感到很滿意，覺得工作、家庭或人際關係等方面都很順遂，沒有什麼特別需要擔心或困擾的事情，心裡充滿幸福的感受。

G 目前擔任低年級的級任導師，總是秉持正向的心態去面對問題，盡可能做好心理的調適，不會過度耽溺於負向的情緒之中。遇到各方面條件較為弱勢的學生，G 也會設法尋求學校資源的協助，以便使學生獲得更好的學習。而回顧十多年來的教學生涯，G 認為自己具備擔任教職的特質，工作上也總是努力不懈，積極的面對一切。G 對未來的教學仍舊抱持很大的好奇心，不喜歡受限於太制式化的東西，期許自己能更富有彈性，因應不同的班級氣氛而調整其教學，以便提供學生更好的學習環境。

七、研究參與者 H 之資料分析結果

(一)國小資深女性教師幸福感之核心主題

【相關內容命名單元】H	【核心主題】H
<p>一、【現今的社會亂象多少動搖他對教育的信心，但仍期許自己當個有責任的老師，對社會有所貢獻】</p> <p>十二、【他較看重學習的過程與學生的學習態度，故會設法引導學生去體會其重要性，並教導學生更有彈性的面對問題】</p> <p>二十四、【他認為老師無法任性而為或稍有懈怠，即使生病也得支撐住並讓學生有所學習】</p> <p>二十九、【他們夫妻倆相當堅持教育機會的均等，不因學生的貧富差距而有差別待遇】</p>	<p>【專業的自我期許】</p>
<p>二、【社會及經濟的不穩定因素使他更堅定教職的選擇，珍惜所擁有的一切，願意更認真的投入其中】</p> <p>三十七、【多數的家人都擔任教職使他自認相當了解教職的成就感所在，故認定自己適合擔任教職】</p> <p>四十三、【他認為自己的個性很適合擔任教職，即使重新選擇也會當老師，但希望社會能處於充滿希望的氛圍之下，只要肯努力就能達成目標】</p>	<p>【教職的自我認同】</p>

【相關內容命名單元】H	【核心主題】H
<p>三、【穩定性是他選擇工作的因素之一，而教職正好讓他無須過度擔心生活問題，能專注於教學與專長的培養上】</p> <p>四、【夫妻倆的工作性質類似使其可相互幫助，且先生的 EQ 好又有耐心，能適時的分擔家務並照料小孩】</p> <p>五、【夫妻倆的工作交集很多，願意分享彼此的想法與感受，互相提醒對方的盲點，並能共同去面對所遭遇的問題】</p> <p>七、【他和同事會彼此幫忙，聊些育兒經，進而累積深厚的感情，整體的人際關係還不錯】</p> <p>十四、【他在婚後得扮演多重角色，若能適時的保有空間，會是件幸福又快樂的事】</p> <p>二十七、【家長對教學的過度介入不但造成他的困擾與挫折，也影響其幸福感】</p> <p>二十八、【樂團比賽成績所衍生的名利問題直接影響到他們夫妻倆的人際關係與幸福感】</p> <p>三十八、【他認為幸福感來自個人的主觀感受，是可以加以掌控的，若心態健康且能用心感受則有幸福感；反之若只聚焦於負面則幸福感將遠離】</p> <p>四十二、【政局的變化及退休制度所衍生的外界異樣眼光使教職不再受到尊重，使他對未來感到些許的茫然】</p>	<p>【幸福感的影響因素】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 工作的穩定性 2. 社會支持 3. 家長對教學的過度干預 4. 因參加比賽而衍生的問題 5. 個人的主觀感受 6. 政局的變化 7. 退休制度的變革 8. 適度的保有個人空間
<p>六、【他認為只要能完成理想，使人人能學習並享受音樂，即使工作再累他也甘之如飴】</p> <p>八、【他喜歡主動聯繫朋友，利用假日相互邀約到家裡玩，也增加了孩子的互動機會】</p> <p>九、【夫妻倆和樂團的老師及公婆的互動情形良好，也常與老同學保持聯絡，積極的維繫種種的人際關係】</p> <p>十、【看到學生學會吹奏樂器且得到好的比賽成績，又能獲得大家的肯定，讓他很有成就感，成為其幸福感的來源之一】</p> <p>十五、【一旦事情超出他的掌控與預期，或出現突發狀況使其讓到牽絆卻無力解決時，心情自然不好，幸福感當然也受到影響】</p> <p>十六、【若能從家庭的互動中獲得肯定，會讓他很</p>	<p>【幸福感的來源】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 掌控自我與實現理想 2. 和諧的人際關係 3. 自尊需求 4. 成就感的追求 5. 健康需求 6. 個人成長 7. 生活目標

【相關內容命名單元】H	【核心主題】H
<p>有成就感，願意更加努力，自然也就有幸福感】</p> <p>十七、【當他的健康出現狀況卻又不能請假休息時，心情和幸福感都會受到影響】</p> <p>十八、【他認為自我實現很重要，而當自己有好的教學創意且能有所發揮時，就會感到很有幸福感，也更願意投入於工作】</p> <p>十九、【他認為多數的老師願意投入教職是因為隨之而來的成就感，而成就感的高低對幸福感也會有影響】</p> <p>二十、【他認為自己的幸福感來自人際關係，會因互動過程出現問題而感到挫折】</p> <p>二十一、【他因感受到所學不足而想繼續進修，除了能將所學實際運用，也從中獲致成就感，故幸福感油然而生】</p> <p>二十二、【家長的認同會讓他很有成就感，願意更認真的投入教學，自然也就產生幸福感】</p> <p>二十三、【生活目標對他而言很重要，影響其幸福感，期許自己能教導學生更多的東西，使更多人能喜愛音樂】</p> <p>二十六、【看到學生的成長及對教學的正向回饋，使他很有成就感，願意更加投入於教學，感受到滿滿的幸福感】</p>	<p>【幸福感的來源】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 掌控自我與實現理想 2. 和諧的人際關係 3. 自尊需求 4. 成就感的追求 5. 健康需求 6. 個人成長 7. 生活目標
<p>十一、【他認為幸福感會因身陷困境而起起落落，但種種經驗也帶給他個人的成長，使其更懂得掌握自身的幸福】</p> <p>三十九、【他認為唯有老師肯定幸福感的重要性並願意珍惜與追求，才能感受到教學的正向與積極面；反之則容易對一切感到不滿或厭煩，幸福感自然也受到影響】</p>	<p>【幸福感的重要性】</p>
<p>十三、【他認為老師若能具備足夠的耐心且樂於分享知識，設法引發學生的學習動機並設計出適合學生且富有彈性與變化的教學，學生自然會用心學習並有所獲得】</p> <p>二十五、【他認為老師得彈性的調整或降低目標，循序漸進的引導學生，才能從學生的表現中獲致成就感，並進而提升幸福感】</p> <p>三十、【他認為當老師得具備一定的表達能力，懂</p>	<p>【勝任教職的人格特質或條件】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 耐心 2. 樂於分享知識 3. 彈性又有變化的教學方式 4. 表達能力 5. 開朗的想法 6. 問題解決的能力 7. 熱忱

【相關內容命名單元】H	【核心主題】H
<p>得彈性的運用語言去教學】</p> <p>三十一、【他認為老師要有開朗的想法，能有效的因應所遭遇的問題】</p> <p>三十二、【他認為老師要有熱忱與耐心，能認真且持之以恆的面對教學的困境】</p> <p>三十三、【他認為老師要有責任感，願意積極的為教學貢獻一己之力】</p> <p>三十四、【他認為老師必須勤於和學生互動，即使學生很吵鬧也得愛護他們】</p> <p>三十五、【他認為老師要有健康的身體與良好的體力，方有動力帶領學生去挖掘新事物】</p> <p>三十六、【他認為老師必須積極的關心時下的流行趨勢，願意接受新刺激，以便了解學生的喜愛並獲得其認同】</p>	<p>8. 認真且持之以恆</p> <p>9. 責任感</p> <p>10. 願意貢獻心力</p> <p>11. 願意與學生互動</p> <p>12. 健康的身體</p> <p>13. 關心流行趨勢且能接受新刺激</p>
<p>四十、【他希望自己的身體能保持健康以便做更多的事，並能開朗的面對一切】</p> <p>四十一、【他期待未來能遇到好的行政主管與同事，以便在教學上有更多發揮的空間並勝任愉快】</p> <p>四十四、【他希望政府能制度一定的篩選機制，好讓大家能腳踏實地的做事，只要肯努力就能得到自己要的】</p>	<p>【對未來的期許】</p>

(二)研究參與者 H 幸福感之生活小故事

H 目前任教於台北縣某國小，擔任科任老師的工作，已有長達 14 年的教學經驗。H 的父母親都是老師，很喜歡教師這個行業，加上它是個穩定的工作，有寒、暑假，故選擇教職對 H 是很自然的事情，除了滿足父母的期待，也可以減輕家中的經濟負擔，更無須面對聯考的壓力。而 H 也期許自己日後要向父母看齊，當個有責任感的老師。

研究參與者 H 跟先生是相親認識的，先生對音樂的熱愛感染了 H，因而夫妻倆一起投入管樂教育的工作，協助學校帶領樂團，對這份工作相當喜愛，也持續在這方面進修，從中獲得很大的成就感與幸福感，即使曾因比賽問題遭受到相當大的責難，但 H 仍能從挫折中學習，懂得正

視問題所在，並學會避免重蹈覆轍。

一直以來，H 都相當重視家庭生活，孩子的出生變成生活中很重要的部份，小孩的健康、快樂會直接影響其情緒。H 自認一直很幸運，受到父母及婆家的疼愛，自己又有穩定的工作與收入，和先生又是工作上的好伙伴，因此對目前的生活充滿幸福感。H 先過在台北縣的四所學校任教過，前後擔任過級任老師、輔導組長、資料組長與音樂科任教師，教學經歷可謂相當豐富。而擔任行政工作的期間與同事建立起良好的關係，除了在工作上培養出不錯的默契之外，下了班又可以交換育兒心得，加上 H 的個性比較主動，經常與朋友保持密切的聯繫，故人際關係也成為其重要的幸福感來源之一。

H 認為每個人都需要成就感，他當然也不例外，每當自己在工作上能充分發揮自己的想法與創意時，心裡就會感受到很大的幸福感，覺得值得自己更加努力與付出，即使再辛苦也甘之如飴，故相當肯定自我實現的重要性。而目前擔任音樂科任老師的 H 相當重視學生的學習態度，認為學習的過程比結果更加重要，因此會針對學生的狀況去設計教學內容，並隨時加以調整，以便激發其學習動機與興趣，使學生都能從樂於學習。其次，H 也很在意自己對學生的影響力，希望能激發學生對音樂的興趣與喜好，並盡情與學生分享更多好的音樂，好讓學生都能跟他一樣喜歡音樂。

回首十四年來的教學點滴，H 認為唯有建立起健康的心態，才能由衷的喜愛工作，並從中發現它的意義與幸福感。H 認為自己的個性很適合擔任教職，而教職又可以滿足其對穩定感的需求，故相當珍惜，也更堅定自己當初所做的生涯決定。雖然面對一些無法掌控的狀況時多少會影響其幸福感，但 H 都能積極的去面對問題，也從經驗中不斷的學習與成長。而從學生身上所感受到的正向回饋，相對的也鼓舞了 H 對教職的期待，使其更願意投入工作當中，努力挖掘更多新的東西以便教導學生，更期

許自己能維持健康的身體，方能為教育工作做出更多的貢獻。

八、研究參與者 I 之資料分析結果

(一)國小資深女性教師幸福感之核心主題

【相關內容命名單元】I	【核心主題】I
<p>一、【他從小就和妹妹較為親近，會相互分享好東西與心事，至今仍保持聯繫，而和弟弟因個性的差異，相對就較不親近】</p> <p>二、【工作性質的關係讓他和妹妹有更多話題可談，也更能體諒彼此的辛勞】</p> <p>三、【遇到工作上的挫折與抱怨，父母會傾聽並給予他安慰，並提醒他要設法去處理】</p> <p>四、【夫妻倆會善用夜晚時間與孩子維持良性互動，感受到先生給予的支持】</p> <p>五、【夫妻倆會互相分享工作的點滴，且先生會適時給予他一些建議】</p> <p>六、【先生是他很重要的精神支柱，且不會牽制其行為，兩人的感覺有如朋友一般】</p> <p>七【他目前仍在社區大學進修，而先生則會適時協助其照料孩子】</p> <p>十八、【師生間的真誠互動讓他感到溫馨且很有幸福感】</p> <p>四十三、【這些年來跟家長的互動經驗，讓他感受到對方的誠意，加上自我的調適，讓他的人際互動能力更優於過去】</p>	<p>【幸福感的影響因素】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 社會支持 2. 真誠的親師互動
<p>八、【他在個人成長方面涉獵不少，喜歡學習並挑戰一些自己不會的事物，並能樂在其中】</p> <p>九、【他認為工作時就該認真投入，也喜歡和學生相處的感覺，但更認為要適時發展自己的興趣】</p> <p>十、【他過去因擔任義工而結識各行各業的朋友，感到很棒，因此希望日後也能尋覓到適合的義工工作】</p> <p>十一、【工作壓力的因素讓他自北上任教至今只結交了幾位學樂器的友人，和鄰居的互動也很有限，人際關係仍有待經營】</p> <p>十五、【即使每天的教學都很緊湊，他在教學生涯</p>	<p>【幸福感的來源】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 個人成長 2. 成就感的追求 3. 自尊需求 4. 和諧的人際關係 5. 自主性 6. 休閒參與 7. 掌控自我與實現理想 8. 金錢的滿足

【相關內容命名單元】I	【核心主題】I
<p>中仍持續感受到很大的成就感，因而相當有幸福感】</p> <p>十六、【家長的肯定及學生的表現讓他感到欣慰，因而很有幸福感，更對生活充滿了期待】</p> <p>十七、【親子間的相處與家庭生活帶給他不同於工作的溫馨與幸福感受】</p> <p>十九、【他很重視獨立的生活空間與自主權，不希望別人過度的關注或干涉而造成其壓力，進而影響到幸福感】</p> <p>二十、【他會利用空閒時間閱讀，更喜歡學習樂器，幾年前仍持續的參與樂團，從中獲得了不少幸福感】</p> <p>二十一、【過去他一直和樂團的人維持不錯的人際關係，常相約出遊，除了幫助其跳脫負面情緒，也是他很大的幸福感來源】</p> <p>二十二、【他喜歡按部就班的做事，不希望事情超出其掌控或被他人任意更動，否則將會影響其幸福感】</p> <p>二十三、【他認為教職的工作量很大，故會衡量其付出與薪水的收入是否成比例，間接的也影響其任教的意願與幸福感】</p> <p>二十七、【過去在他校任教時有著一群自我成長意願高的同事，大家利用讀書會相互討論與交流，互動頗為融洽，感受到強烈的幸福感】</p> <p>四十、【他自認仍有學習新知的能力，不會排斥學習新事物，故會利用時間去學習電腦或環境教育的課程，肯定自己在個人成長上的表現】</p> <p>四十七、【他認為親師間的良性互動會影響自己的幸福感，而現今的環境更不允許忽視親師的關係】</p> <p>四十八、【他認為老師要設法管理好班級，以免產生困擾，並影響到幸福感】</p>	<p>【幸福感的來源】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 個人成長 2. 成就感的追求 3. 自尊需求 4. 和諧的人際關係 5. 自主性 6. 休閒參與 7. 掌控自我與實現理想 8. 金錢的滿足
<p>十二、【即使認為目前的環境對老師不夠友善，但因思考過缺乏與他人競爭的第二專長，故認為教職較具穩定性，是最好的選擇】</p> <p>十三、【他認為教職除了讓自己有所發揮，對學生的知識增長和習慣養成都很有幫助，感受到對他人的助益】</p>	<p>【教職的自我認同】</p>

【相關內容命名單元】I	【核心主題】I
<p>十四、【教職讓他感到既充實又有意義，即使忙碌也樂在其中】</p> <p>三十七、【擔任教職所接觸的是具有可塑性的孩子，讓他對工作產生更多的期待，肯定教職可以發揮比其他行業更多的正向力量】</p> <p>三十八、【擔任教職能陪伴學生學習與成長，帶給他更多的希望與正向感受，也更加有幸福感】</p> <p>五十六、【他認為當初決定擔任教職沒有對錯，即使任職於不同職場也只是面對不同的生活型態與壓力，但仍會設法加以勝任，難以論斷孰優孰劣】</p>	<p>【教職的自我認同】</p>
<p>二十四、【特教班的教學經驗大幅改變他原本的教學態度與觀念，了解到低成就的學生也是可以有所學習的】</p> <p>二十五、【教導資源班的期間讓他感受到極大的壓力，體會到擔任特教老師的不輕鬆，更感謝身為同事的貴人，協助其度過難關】</p>	<p>【教師角色的省思與調整】</p>
<p>二十六、【重新適應新的教學環境對他是項壓力，加上台北的教學壓力普遍較大，故期許自己不能稍有懈怠，得隨時上緊發條】</p> <p>三十九、【他自認是個有效率、個性樂觀與正向的人，即使因學生難教而心生挫折，或是學生的表現不如預期，皆不輕言放棄，仍會期待其有更好的表現】</p> <p>五十二、【他認為老師被賦予了一定的使命感，因而對教學多了一份自我期許】</p>	<p>【專業的自我期許】</p>
<p>二十八、【他認為老師要具備樂觀的個性與正向的態度，無須與學生或自己過意不去，才能愉快的勝任工作】</p> <p>三十、【他認為老師做事時要有效率，否則會影響他人，且教學不宜過度要求完美，要適時保持彈性，以免輕易就對學生動怒】</p> <p>三十一、【他認為老師的想法不能太消極，否則互動時只會感受到其負面想法，給人缺乏希望的感覺，久了會讓人不想與其溝通】</p> <p>三十二、【他認為老師要比一般人具備更多的愛心與耐心，如此才能與家長及學生有良性的互動，並包容所有的狀況】</p>	<p>【勝任教職的人格特質或條件】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 樂觀的個性與正向的態度 2. 做事要有效率 3. 不過度要求完美 4. 彈性 5. 不能有過多的負面思考 6. 愛心 7. 耐心 8. 包容他人不同的意見 9. EQ 10. 自我調適的能力 11. 不斷的自我成長

【相關內容命名單元】I	【核心主題】I
<p>三十三、【他認為老師要具備足夠的表達能力，多花心力讓家長了解自己的想法，以免因直來直往而造成家長的誤解或質疑】</p> <p>三十四、【以中、低年級而言，他認為老師較像長輩，以關心、照料學生的角色為主；教導高年級則需要好的 EQ，才能經營好的班級與親師氣氛，以便妥善處理事情】</p> <p>三十五、【他認為老師要懂得適時的自我調整，方能跟家長與學生維持良性互動】</p> <p>四十一、【他認為老師要不斷的學習新知，才能有備無患】</p> <p>四十二、【他認為老師的溝通能力要好，更要懂得包容他人的意見】</p> <p>四十四、【他認為愛心是老師必備的特質，但耐心則考驗個人的做事態度與脾氣，有時甚至得勉強自己不要任意發脾氣】</p>	12. 溝通與表達能力
<p>二十九、【他認為個性樂觀的人較具備問題解決的能力，也不會隨意鑽牛角尖，且對未來有更多的期待，因此會有較高的幸福感，反之，消極悲觀者的幸福感則較低】</p> <p>三十六、【他認為人格特質對幸福感的影響程度，得視個人是否能不斷覺察自己的幸福狀態而定】</p> <p>四十六、【他認為人格特質和幸福感有很密切的關聯，若老師能以樂觀的心態去面對家長，就能與其有良性的互動，幸福感也才會提昇】</p>	【人格特質的重要性】
<p>四十五、【思索到剩下不到十年的教學生涯，他期許自己能善盡教學之責，珍惜與學生共度的時光】</p> <p>五十四、【他目前的人生規劃是一直任教到能退休的年紀，認為若能提早退休也無妨，希望退休後能培養第二專長，並安排日後的人生】</p> <p>五十五、【他已經逐步在思考、規劃退休後的生活，開始為孩子的教養與日後的生活花費預做安排，但目前仍無具體的方向】</p>	【對未來的期許】
<p>四十九、【他認為幸福感會隨人生的不同階段所發生的事情而高低起伏，而他調任到台北的前兩年則處於幸福感的顛峰狀態，轉換環境後多少受到影響】</p>	【幸福感的階段性】

【相關內容命名單元】I	【核心主題】I
<p>五十、【擁有幸福感讓他感到人生沒有白費，更願意積極投入教職，不再將其只視為一份工作而已，更可見幸福感對他的重要性】</p> <p>五十一、【幸福感讓他更能坦然接受生活中的喜怒哀樂，因此期許自己在工作上能有一番作為，對未來也多了些期待】</p> <p>五十三、【他認為要能從教職中獲得幸福感，生活才能過得既快樂又有意義，故如何調整自己的腳步，以便獲得幸福感是相當重要的】</p>	<p>【幸福感的重要性】</p>

(二)研究參與者 I 幸福感之生活小故事

I 目前任教於台北縣某國小，擔任級任老師的工作，已有長達 15 年的教學經驗。I 自幼在台中縣長大，父母親都是勞工階級，相當疼愛子女，在教育上給予相當大的空間，直到其國中畢業面臨升學的抉擇時，才在經濟因素的考量及家長的鼓勵下選擇就讀師專。

就讀師專時的 I 因課業表現落後而面臨了極大的課業壓力，即便如此也不曾輕言放棄，不斷勉勵自己要盡力去學習。而父母親並未因其學業表現不佳而予以責備，反而給予相當大的鼓勵與支持，讓 I 感到相當窩心。後來由於 I 在社團活動中結交到一群志同道合的伙伴，開始拓展其人際網絡，因而逐漸體會到師專生活的充實與樂趣所在。

婚後因工作的關係，I 仍繼續居住在台中，跟先生分隔兩地，曾經因無法適應婆家的傳統互動模式而感到挫折，努力的調適自己的心態。後來因擔心單親的狀況會對小孩的成长造成不良的影響，因此在幾年前轉任到台北服務，但工作上的一切得重新開始適應，花了些時間跟先生溝通，並藉由到社區大學上課來調適心理的壓力，進而發展其他方面的興趣，從中獲得不少幸福感。

研究參與者 I 和同樣身為新進教師的同事互動得相當熱絡，彼此能同理對方的感受並相互接納，教學上也都能互些協助，因而發展出相當不

錯的感情。喜歡和人互動的 I 曾經參與義工的工作，認識了來自各行各業的朋友，是個相當不錯的經驗，期許自己以後有機會還要繼續參加類似的服務工作。其次，I 在與家長及學生的相處上並不覺得有何困難之處，認為自己在教學上有許多可以發揮的地方，又可以幫助學生有更多的學習與成長，因此每天都過得既充實又有成就感，幸福感不言可喻。

I 認為家庭生活為自己帶來相當大的幸福感，覺得跟孩子共度的時光相當溫馨而美好，而孩子的童言童語更是常常帶給其驚喜的感受，有別於工作上所體會到的幸福感，因此更加珍惜親子相處的過程。而 I 目前擔任低年級的級任老師，先後在台中縣與台北縣的五所學校任教過，很喜歡跟學生相處時的感受，往往都能從彼此的互動過程中體會到溫馨、驚奇的感受。而看著學生的進步與成長，以及來自家長與學生的正向回饋，I 相當肯定自身的付出以及教職所具備的正向影響力，因此對生活更加充滿期待，對教職也多了份認同感。

回首十五年來的教學生涯，現在的 I 更懂得坦然的面對生活上林林總總的事物，並且能適時的調整自己的步伐，以便妥善的掌控生活與教學工作。截至目前為止，I 相當篤定的認為自己的人生沒有白費，也願意持續的為教育工作付出，並勉勵自己要好好珍惜和學生相處的時光。I 期許自己在教學上要發揮更多的創意，彈性的變化教學的內容，以便使學生獲得更好的學習與成長。

九、研究參與者 J 之資料分析結果

(一) 國小資深女性教師幸福感之核心主題

【相關內容命名單元】J	【核心主題】J
一、【教職能讓他多花心思在家庭上，有許多陪伴孩子的時間，而自身的教學知能與經驗也能應用在小孩身上，覺得自己很幸運】 十八、【他不會特別在意收入的問題，倒是教職讓他擁有更多自己的時間，可以投注在家庭的照顧	【教職的正向影響】

<p>上，覺得比較穩定】</p> <p>二、【父母不善言詞，認為而女平安就好，較少主動表達關心的言語，但仍不乏關心的舉動】</p> <p>三、【他和姊妹們常聊天、相約出遊或上才藝課，關係相當親近，而弟弟則因個性獨立，彼此的互動較有限】</p> <p>四、【婆婆相當健談，懂得打理自己，能夠跟他分享教學、理財和駕馭先生等不同層面的事情，兩人幾乎無所不談】</p> <p>五、【公婆的觀念較先進，會主動致電關心他們的生活，彼此的互動比起自己與父母更加密切與熱絡】</p> <p>八、【他認為教學不宜單打獨鬥，故會利用機會和同事分享彼此的想法與教學經驗，不但自己有所學習，也能使教學更加得心應手】</p> <p>十四、【先生的體恤及願意協助家務等都讓他很有幸福感】</p> <p>十六、【家長和他的關係不錯，不會質疑他的教學，在他需要時會提供協助，且偶爾會帶給他一些驚喜，讓他感到很窩心】</p> <p>二十五、【以前教過的學生仍持續和他聯絡、向他報平安，讓他感受到身為人師的正向感受】</p> <p>四十九、【遇到假日要自我充實時，先生都能當他的後盾；但非假日他就得兼顧工作與家務，並適時的體諒先生】</p>	<p>【幸福感的影響因素】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 社會支持 2. 良好的親師生關係
<p>六、【他喜歡主動做事，過去擔任行政時會盡量協助同事，加上彼此有凝聚力，故人際關係還不錯】</p> <p>七、【他的個性不甘寂寞，會主動積極的參與同事間的活動，除了獲得樂趣，也從中有所學習，更促進了彼此的關係】</p> <p>十、【他會利用假日和朋友聚會，偶爾也會打電話聯絡感情】</p> <p>十一、【他和同事相處得不錯，彼此都很願意分享教學經驗，相互勉勵，也會利用假日相約聚會】</p> <p>十二、【在教學及行政上獲得家長與學校的肯定與重視，以及學生的正向回饋，並且有成就感，都讓他很有幸福感】</p> <p>十三、【看到小孩很健康、快樂，在家庭與小孩教</p>	<p>【幸福感的來源】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 和諧的人際關係 2. 自尊需求 3. 健康需求 4. 成就感的追求 5. 個人成長 6. 休閒參與 7. 對生活的樂天知命

【相關內容命名單元】J	【核心主題】J
<p>養上又能獲得公婆的讚賞與肯定，讓他很有幸福感】</p> <p>十五、【他在教學上總是盡其所能，看到學生對課程的喜愛與期待讓他很有成就感與幸福感】</p> <p>十七、【持續的自我成長除了對教學有幫助，也肯定其自我的價值，幫助他不斷的自我調適，更影響其幸福感】</p> <p>十九、【他認為休閒生活是幸福感的重要來源之一，會與家人一同參與各種活動，除了滿足自己的需求，也希望帶給孩子更多生活經驗】</p> <p>二十、【體會到健康的重要及對幸福感的影響，他會提醒自己要維持健康，才有能力照顧家人】</p> <p>二十一、【他一直認真且腳踏實地的教學，受到為數不少的正向肯定，沒有遭遇過什麼挫折，整體的幸福感還不錯】</p> <p>二十四、【他相當肯定自己在家庭、教學以及和家長互動上的表現，並積極配合學校的活動，而學生的表現對他也是很好的鼓勵】</p> <p>二十六、【同事們至今還記得他過去擔任行政工作時的努力和付出，讓他感到欣慰且有成就感】</p> <p>三十八、【他認為幸福感會因人而異，但自認蠻幸福的】</p> <p>四十三、【他認為只要願意不斷的學習，即使蹣跚前進也是進步，因而感到很開心】</p> <p>四十六、【他認為自己在各種職務上都有所建樹與收穫，而教學與其他部分的肯定都是督促其前進的動力】</p>	<p>【幸福感的來源】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 和諧的人際關係 2. 自尊需求 3. 健康需求 4. 成就感的追求 5. 個人成長 6. 休閒參與 7. 對生活的樂天知命
<p>九、【他認為個人成長的部份很重要，因此會積極的參加研習，以便不斷的吸收新知】</p> <p>二十二、【他會盡其所能去教導與關懷學生，希望能對學生產生影響力，使其有所改變】</p> <p>三十四、【他希望把所知、所學教導給學生，也歡迎學生有困難時來尋求其協助】</p> <p>三十五、【他不斷提醒自己要放慢腳步，思考要更寬廣，並事先規劃好課程，以便學生有更完整的學習，故教學狀況都不錯】</p> <p>四十四、【他每隔幾年就轉換職務，期待將所學予</p>	<p>【專業的自我期許】</p>

【相關內容命名單元】J	【核心主題】J
<p>以複習並加入新的東西，以便教學能更精進】 四十七、【他認為老師應該積極推行一些對學生有益的事情】</p>	<p>【專業的自我期許】</p>
<p>二十三、【他很感謝大學同學邀約他去考師資班，認為自己的決定是正確的，因為教職讓他更有成就感】 四十二、【他一直對教學保持熱度，並從中獲得幸福感，因而越來越喜歡教職，即使日後感到倦怠也會設法調適】 四十八、【認為當初選擇教職很值得，體會到與私人工作不同的感受，覺得自己很適合當老師】</p>	<p>【教職的自我認同】</p>
<p>二十七、【他不甘於平凡，認為不同的職務和歷練都能獲得成就感，故期待未來在各種職務上都能有不同的發揮與表現】 四十五、【他希望再給自己兩年的時間繼續充實教學知能，之後再到行政工作去歷練】</p>	<p>【對未來的期許】</p>
<p>二十八、【老師應該依照學生的特質去加以引導，不宜過度要求完美，否則學生會很痛苦，自己也會感到挫敗】 二十九、【面對學生無法達到一定的成就表現，老師要有足夠的挫折容忍力】 三十、【老師的個性要外向、樂觀些，願意開放心胸去面對學生】 三十一、【愛心與耐心是老師必備的人格特質，要適時給予學生機會，並給予正向回應與鼓勵】 三十二、【老師必須具備足夠的 EQ，以便面對各種問題時能適時的轉換心境並自我調適】 三十三、【他認為新進老師要懂得自我調適，學習接受磨練，就會有更多收穫】 三十七、【老師若能以正向、樂觀的心態去思考、看待事情，就容易獲得幸福感，反之悲觀者就比較不幸福】</p>	<p>【人格特質與條件】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 因材施教 2. 不過度要求完美 3. 挫折容忍力 4. 外向、樂觀 5. 愛心 6. 耐心 7. 樂於給予正向回饋 8. 情緒管理與自我調適的能力 9. 正向思考
<p>三十六、【他認為人格特質與幸福感很有關聯，老師若善於溝通就容易獲得家長的喜愛，學生也樂於學習，也是幸福感的一種】 三十九、【他認為學生若能吸收不同人格特質的老師之優點，如此的學習將更完整】</p>	<p>【人格特質的重要性】</p>

【相關內容命名單元】J	【核心主題】J
四十、【他認為幸福感會影響人的心理狀態，使人的心情愉快，進而減輕身體的病痛】 四十一、【他認為幸福感很重要，讓人更有動力繼續向前】	【幸福感的重要性】

(二)研究參與者 J 幸福感之生活小故事

J 目前任教於台北縣某國小，擔任科任老師的職務，至今已有 14 年的教學經驗。J 從小在雲林縣的鄉下地方長大，父母親都務農，秉持傳統的親職角色，對孩子的生活照顧得無微不至，是個相當純樸的家庭。而大學時代就認識了先生的 J 與夫家發展出相當頻繁的互動關係，無形中也累積了深厚的情感，更從開朗的婆婆身上學到許多理財與持家之道。其次，J 和兩個姐妹的感情相當好，經常相約出遊或一起學習才藝課程，互動相當熱絡，使 J 充分享受到家庭所帶來的幸福感。

大學畢業後的 J 隨即進入貿易公司上班，常常加班到深夜，兩年內就晉升到主任的職位，傑出的表現受到公司相當程度的肯定。直到大學同學邀約報考師資班，J 才重新思考未來的人生方向。在先生與婆婆的支持與鼓勵之下，為了能兼顧婚後的家庭生活及小孩教養的問題，J 因而決定轉換職場，並順利進入師資班就讀，開啟截然不同的人生旅程。

研究參與者 J 前後在台北縣的兩所學校任教過，擔任過級任老師、美勞與自然科任老師，以及主計、人事、設備及資料組長等行政工作，教學與行政經歷相當豐富且完整。J 認為行政人員的角色在於協助老師的教學，並協調各種工作的分配或可能的衝突。而個性喜歡熱鬧的 J 在擔任行政人員的期間常常發揮其創意，設計出許多既有趣又有意義的活動，推行後往往獲得極佳的迴響，感受到很高的成就感，成為其幸福感的來源之一。

生性樂觀的 J 喜歡主動推展一些事情，即使沒有擔任級任導師也常常主動參與學年老師的活動，鼓吹大家一起參與讀書會，並藉著吃飯時間

和同事們討論教學經驗並分享好的點子與創意，除了可以減輕教學的壓力之外，學生也能直接受益，自己也能學習別人的優點與長處，因此人際關係維持得相當不錯。

J目前擔任自然科任老師，看到學生期待上課且熱衷學習的模樣使其很有成就感，更加期許自己要盡其所能的為教學付出。J認為為人師者除了在專業上要持續不斷的自我精進之外，心靈的成長也相當重要，如此才能適時的調整自己的心態，以便有效的因應各種問題。因此J經常找尋各種研習的機會，積極的充實各種專業與非專業的知能，從中也獲得不少的幸福感。

回顧十四年來的教學過程，J很享受跟同事一起共事的感覺，也很認同自己在教學上的表現，加上並未遭遇過太大的挫折或困境，因此覺得整體的生活相當幸福、快樂。而來自家長與學生的肯定也使J體會到很高的幸福感，覺得自己的努力沒有白費，故對教學工作仍抱持著一貫的熱忱，有種愈來愈喜歡教職的正向感受，期許自己對這份志業能有更多的貢獻與建樹，感恩當年朋友的邀約，肯定自己當初做了正確的選擇。