

ISSN : 1997-468X

幼兒教保研究期刊

Journal of Early Childhood Education & Care

第二十二期

民國109年7月

國立嘉義大學幼兒教育學系 發行

發行人

艾 群

(國立嘉義大學校長)

編輯委員 (以下依筆畫排列)

王麗惠(吳鳳科技大學)

孫敏芝(國立屏東大學)

許衷源(國立屏東科技大學)

辜玉旻(國立中央大學)

楊國賜(亞洲大學)

蔣姿儀(國立台中教育大學)

蔡清田(國立中正大學)

吳煥烘(國立嘉義大學)

何祥如(國立嘉義大學)

楊淑朱(國立嘉義大學)

葉郁菁(國立嘉義大學)

鄭青青(國立嘉義大學)

賴孟龍(國立嘉義大學)

謝美慧(國立嘉義大學)

簡美宜(國立嘉義大學)

主 編 賴孟龍副主編 謝美慧助理編輯 陳文茵 洪愷翎 簡琬融出版者 國立嘉義大學幼兒教育學系地 址 62103 嘉義縣民雄鄉文隆村
85號電 話 05-2263411*2234、1551電子郵件 joun_eche@mail.ncyu.edu.twISSN : 1997-468XEditor Meng-Lung LaiAssociate Editor Mei-Huey HsiehEditorial Assistants Wen-Yin Chen, Kai-Ling Hung,
Wan-Jung ChienDistributor Dept. of Early Childhood Education,
National Chiayi UniversityAddress 85 Wenlong Tsuen, Min-Hsiung, Chiayi,
Taiwan, 62103TEL 05-2263411*2234、1551E-mail joun_eche@mail.ncyu.edu.tw

目 錄

專題論著

- 幼兒職前教師成就目標、表現預期與學科價值覺知對學業表現的影響-以教育研究法為例／吳中勤 1
- 新北市公共托嬰中心嬰幼兒睡眠品質的相關因素及其對睡眠習慣之關係／張鳳菊、江東、楊金寶、孫良誠.....23

研究生論著

- 新北市公立幼兒園教保服務人員教學信念與班級經營效能之相關研究／陳桂鳳、蘇育令.....49

徵稿辦法

- 《幼兒教保研究期刊》徵稿辦法.....79

本期專題論著收稿8篇，通過3篇，通過率38%。

本期共刊登3篇論著，0篇為校內稿件，外稿率100%。

幼兒職前教師成就目標、表現預期與學科價值覺知對學業表現的影響—以教育研究法為例

吳中勤

國立屏東大學

摘要

過去研究多發現趨向表現目標有助於提升學業表現，較少發現趨向精熟、逃避精熟與逃避表現目標對學業表現的正向影響。學習者的表現預期與學科價值覺知，也可能是影響學業表現的重要影響，但仍未有研究同時探討六向度成就目標、表現預期與學科價值覺知對學業表現的影響。本研究以52位修習教育研究法課程的職前教師為研究對象，探討職前教師六向度成就目標、表現預期與學科價值覺知對學業表現的影響。研究發現：(1)在考量表現預期與學科價值覺知的影響後，趨向任務目標對職前教師教育研究法的學業表現有負向影響，其它成就目標則對學業表現沒有影響。(2)職前教師對教育研究法的表現預期與學科價值覺知，皆能有效提升職前教師教育研究法的表現。

關鍵詞：成就目標、表現預期、學科價值覺知、職前教師

壹、緒論

一、研究背景與動機

教育研究法是國內師資培育大學職前教師學習研究方法論的初階課程。教育研究法的學習，有助於職前教師在未來於教學現場實施教學實驗，發現影響教師教學與學生學習的重要因素，作為改善教學的依據。然而，在教育研究法的教學過程中，本研究觀察到，幼兒職前教師（以下簡稱職前教師）較缺乏學習該門學科內容的興趣，究其原因，可能是因為教育研究法的學習，對於幼兒教育相關學系的學生來說，該學科的價值性相對較低（陳易芬，2011），進而影響職前教師學習的意願，以及在該科目上的學業表現。

回顧相關研究後發現，當前以職前教師為對象，探討在修習教育研究法課程所遇到的困難或問題之相關研究極少（國內、外都分別只有一篇）。國外研究者以工程學系的教師為對象，研究發現，工程學系的教師在學習設計嚴謹的教育研究常遭遇到的困難，分別歸納出五點：(1)構思具有吸引力的研究問題、(2)將研究構思紮根於理論之上、(3)完整考量到構念的操作性定義與測量、(4)欣賞質化或混合方法取向、(5)追求跨領域合作（Borrego，2013）。國內學者陳易芬（2011）訪談了11位國小職前教師對於修習過的全部師資培育課程之看法，歸納出職前教師認為有助於教學專業成長、職業規劃與待改進之課程，其中，一位學生認為，學習教育研究法有助於未來職涯規劃，且學習者是心裡想學才會去學，而不是為了學分。由此觀之，教育研究法的學習，對學習者來說，成就價值（追求好的學業表現或學分）似乎較低，但具有內在價值（想學才會去學）與效用價值（有助於未來職涯規劃）。綜上可知，雖然教育研究法的學習，對職前教師來說，有其重要性，但在學習過程中，可能因為個人對學科的態度，而影響表現，因此，瞭解影響職前教師在教育研究法之學業表現的個人內在因素，有其重要性。然而，目前相關研究極為有限，以極少數職前教師所進行的研究，在證據力上亦可能較為不足，需以更多職前教師為對象所進行的研究，提供更為明確的證據，來瞭解職前教師的內在心理因素對學習教育研究法之表現的影響。回顧相關研究後發現，個人對學習該學科所抱持的成就目標，可能是影響學習者在該科學業表現的重要內在心理因素之一（Hulleman, Schragar, Bodmann, & Harackiewicz, 2010；Senko, Durik, & Harackiewicz, 2008；Senko & Harackiewicz, 2005）。

最初，學者將成就目標區分為「精熟目標」與「表現目標」二個向度（Dweck, 1986；Nicholls, 1984）。日後，學者根據實徵研究證據，將成就目標區分為「精熟目標」、「趨向表現目標」與「逃避表現目標」三向度（Elliot & Church, 1997）。Elliot與McGregor（2001）又再將學習者的成就目標區分為「趨向精熟目標」、「逃避精熟目標」、「趨向表現目標」與「逃避表現目標」四個向度。近年來，更有學者進一步提出六向度成就目標理論觀點，將成就目標區分為趨向任務目標、逃避任務目標、趨向自我目標、逃避自我目標、趨向他人目標與逃避他人目標（Elliot, Murayama, & Pekrun, 2011）。趨向任務與逃避任務目標，分別促使學習者致力於精熟學習內容，或避免未能精熟學習內容的情形發生。趨向自我與逃避自我目標，則促使學習者追求在學業表現上自我超越，或避免表現得比過去還差。趨向表現與逃避表現目標促使學習者追求贏過他人，或避免輸給別人（Elliot et al., 2011）。

在不同的成就目標理論觀點中，（趨向）精熟目標被認為是適應性動機（Elliot, 2005），對許多正向學習行為或學習結果有正向的助益。例如：有助於學習興趣（Harackiewicz et al., 1997）、內在動機（Barkoukis, Ntoumanis, & Nikitaras, 2007；Elliot et al., 2011）與深層學習策略（如：精緻化）的採用（Coutinho & Neuman, 2008）。當學習者從事學科學習是為了精熟學習內容，因而對學習本身產生較高的學習興趣與內在動機，並會採用較多深層學習策略來幫助學習內容的精熟，理論上應會有較佳的學業表現。然而，絕大部分研究證據卻顯示，（趨向）精熟目標並未能預測學習者的學業表現，反而，與表層學習策略（如：覆誦）（Al-Emadi, 2001；Coutinho & Neuman, 2008；Elliot, 1999）等學習結果較有關的表現目標，能夠正向預測學習者的學業表現（Hulleman, Schragar, Bodmann, & Harackiewicz, 2010；Senko, Durik, & Harackiewicz, 2008；Senko & Harackiewicz, 2005）。至於逃避精熟目標與逃避表現目標對學業表現則多具負向影響（Huang, 2012）。學者曾指出，過去二向度、三向度與四向度成就目標存在著測量上的問題（如：測量題項內容描述未著重於目標本身）（其它測量上的問題詳見Elliot & Murayama, 2008），對理論的概念化定義也不夠精確（如：趨向精熟目標包含了絕對的與個人內的兩個能力參照標準），方有學者提出六向度成就目標理論，將既有的成就目標理論作進一步概念化的定義，亦即將趨向精熟與逃避精熟目標中，絕對的能力參照標準分別區分為趨向任務與逃避任務目標，而相對的能力參照標準則再被區分為趨向自我與逃避自我目標。也因為六向度成就目標理論的

提出，使得成就目標對學習結果的影響是否與過去研究發現一致，仍未知，因此，需重新加以檢視。

六向度成就目標理論提出至今，累積的研究證據仍不多。在這些有限的實徵研究證據中，趨向任務目標仍被發現與較多學習者的正向學習結果有關（如：學習效能、課室專注、採用深層學習策略）（Elliot et al., 2011；Hoi, 2016），其次是趨向自我目標，如：正向預測自主動機（Méndez-Giménez, Cecchini-Estrada, Fernández-Río, Mendez-Alonso, & Prieto-Saborit, 2017）與個人興趣（Mascret, Elliot, & Cury, 2015）。再者則是趨向他人目標，如：正向預測學習者的自主動機（Méndez-Giménez et al., 2017）與學業表現（Elliot et al., 2011；Hoi, 2016）。逃避任務目標、逃避自我目標與逃避他人目標，則較少與正向學習結果有關（Elliot et al., 2011；Hoi, 2016；Yang, Taylor, & Cao, 2016）。在這些六向度成就目標的相關研究中，研究結果都一致顯示，趨向任務目標、逃避任務目標、趨向自我目標與逃避自我目標，缺乏對學業表現的預測力，並發現趨向他人目標與逃避他人目標對學業表現的正向與負向預測力。

根據Eccles與Wigfield（2002）的期望－價值模式，除了成就目標外，學習者對某學科學業表現的預期（Brophy, 2005），以及學科價值覺知，都是影響學業表現的可能因素（Senko, Hulleman, & Harackiewicz, 2011）。在期望－價值模式中，對成功的期望是指，個人對於即將到來的任務或工作表現的信念（Eccles & Wigfield, 2002），而模式中的任務或工作是指學科領域或課程（如：數學、心理學），而非指某個特定活動（Wigfield & Eccles, 2000, 2002）。至於學科價值覺知主要包含成就價值（attainment value）、內在價值（intrinsic value）與效用價值（utility value）（Eccles et al., 1983）。成就價值是指，在某個學科表現好有多重要。內在價值是指，學習者從學科學習過程中獲得的愉悅感，或個人對這個學科的主觀興趣。效用價值取決於學科的學習內容與個人的現在或未來目標的關聯性有多高，例如：學好某一堂課的內容對於未來找到一份好工作的幫助越大，效用價值就越高（Wigfield, 1994）。因此，即使個人對於某個學科學習不感興趣，但若該學科的學習對於未來目標的達成具有重要性，對個人仍具有正向的效用價值。

相關研究發現，對學科表現的期望越高，在數學（Greene, DeBacker, Ravindran, & Krows, 1999；Marsh & Yeung, 1997, 1998；Spinath, Spinath, Harlaar, & Plomin, 2004）與英文科的表現也越好（Eccles, 1987；Eccles, Adler, & Meece, 1984；Meece, Wigfield, & Eccles, 1990），至於學科

價值覺知越高，越可能選擇修習數學課、物理課和英文課，在這些課程中也越有可能自訂讀書計畫（Crombie et al., 2005；Spinath et al., 2004；Stevens, Wang, Olivarez, & Hamman, 2007），因此，也會有較佳的學業表現（Plante, O'Keefe, & Théorêt, 2013；Zan, Maria, & Louis, 2009）。由此可知，學習者的表現期望與學科價值覺知，皆可能對學習者的學業表現有正向影響。然而，當前國內、外研究卻較少同時檢視成就目標、表現期望、學科價值覺知對學業表現的影響。

Plante等人（2013）以六年級和八年級的學生為對象，研究結果顯示，表現期望對數學表現和語文表現皆有直接影響，但也會透過精熟目標（而非表現目標）間接影響數學和語文表現，至於學科價值覺知缺乏對數學表現的直接與間接影響，但卻對語文表現具有直接的正向預測力。表現期望與學科價值覺知間具有正向的交互相關，精熟目標與表現目標也具有正向的交互相關。此外，有趣的是，在模式中，精熟目標對數學表現具有負向顯著的影響。

Plante等人（2013）的研究，雖然提供了具有參考價值的結果，但研究結果卻存在著如下的限制。第一、在研究工具上，成就目標量表題項只挑選與二向度成就目標理論有關的題目，且題項所參考的他人量表，在內容上可能存在著測量上的問題（Elliot & Murayama, 2008）。第二、該研究是以加拿大的小學與中學生為研究對象，在科目上，大學生選修的課程比中、小學生更為多元，結果可能不適用於解釋大學生在選修課程中的表現。第三、研究對象包含了六年級與八年級學生，對象選取自農村與市郊，但在分析時，未檢視不同次群體在變項平均數的差異，便將兩個不同年齡的樣本整合為一個進行分析。第四、研究對象分別來自14個學校（但並未交代來自幾個班級），在數學和語文科可能分別給不同的教師教導，因此，教師形塑的不同課室目標可能影響個人成就目標（Urduan, 2004；Wolters, 2004）與學業表現（Urduan, 2004），但卻未在研究中測量教師形塑的課室目標或其他相關變項，並在分析時控制其可能的影響。因此，在探討成就目標、表現期望與學科價值覺知對學業表現的影響時，需控制研究對象的背景，盡量挑選背景相似、接受相同教師教導、並修習同一門科目之學習者為研究對象，以釐清學習者六向度成就目標、表現期望與學科價值覺知對該科目學業表現之影響。

二、研究目的

有鑑於六向度成就目標、表現預期與學科價值覺知，對於學習者學業表現的影響，在教學實務層面具有相當的重要性。再加上，過去成就目標測量的問題，讓相關實徵研究結果有再次接受檢驗的必要。另一方面，近來雖有部分研究採用六向度成就目標進行相關研究，但探討六向度成就目標對學業表現之影響的研究較少，且這些少數研究並未考量學習者的表現預期與學科價值覺知，也可能對學習者的學業表現造成影響。因此，在考量學習者對學科表現的預期，以及學科價值覺知等因素後，六向度成就目標對學業表現的影響為何？表現預期與學科價值覺知對學業表現的影響又如何？皆有待進一步的釐清。本研究之主要目的，便在於探討六向度成就目標、表現預期與學科價值覺知對學業表現的影響。

貳、方法

一、研究對象

為達本研究目的，釐清六向度成就目標、表現預期與學科價值覺知對學業表現的影響，作為改進未來相關科目授課教師改進教學之依據，本研究以立意取樣，在徵求研究對象的知情同意後，以相同科系相同年級的兩個班級共52位就讀師資培育大學的幼兒職前教師，作為研究對象。研究對象分別來自A、B兩班，A班有24位，B班有28位職前教師參與本研究。至於這兩個班級的學生都修習由同一位教師所開設的教育研究法課程，控制因不同教師教學風格對研究結果的影響。

二、研究工具

（一）成就目標量表

成就目標的測量題項，是使用吳中勤（2014）編製的中文版六向度成就目標量表，該量表是參考自Elliot等人(2011)的英文版六向度成就目標量表進行編製。吳中勤（2014）研究結果顯示，中文版六向度成就目標量表具有良好的信度與建構效度。趨向任務目標、趨向自我目標、趨向他人目標、逃避任務目標、逃避自我目標與逃避他人目標等六個向度，各以3題量測之。

趨向任務目標的測量題項包含「我想盡量學會教育研究法的課程內容」、「我想學習新的或具挑戰性的教育研究法知識」、「對於教育研究法課程內容有不懂的地方，我會想把它搞懂」、趨向自我目標的測量題項包含「在教育研究法的考試中，我想要表現得比自己過去還要好」、「想在教育研究法的考試中考得比之前還好是我學習的動力」、「與自己過去相比，現在的我學習是想讓自己的能力有所提升」；趨向他人目標的測量題項包含「我想在班上教育研究法的考試中贏過別人」、「在教育研究法的考試中贏過別人可以證明自己的能力」、「在教育研究法的考試中考得好別人會認為我的能力很好」；逃避任務目標的測量題項包含「努力避免答錯課堂上或考試中的問題，是我學習教育研究法的目標」、「我盡量避免『聽不懂教育研究法課程內容』的事情發生」、「在教育研究法的考試中，我會小心的避免寫錯」；逃避自我目標的測量題項包含「我會告訴自己，在教育研究法的考試中不能表現得比之前還差」、「我會提醒自己在教育研究法的課堂表現不能比之前還差」、「學習教育研究法的過程中，表現不要比之前退步是重要的」；逃避他人目標的測量題項包含「我會提醒自己在教育研究法的課堂表現上，不能輸別人」、「只要在教育研究法的課堂的表現不輸給別人，就不會覺得自己能力比別人差」、「我會告訴自己，在學習教育研究法的內容時，不努力一點就會輸給別人」。題項採6點計分，反應項分別為完全不符合、大部分不符合、有點不符合、有點符合、大部分符合、完全符合，依序給予1-6分。

趨向任務目標、趨向自我目標、趨向他人目標、逃避任務目標、逃避自我目標與逃避他人目標的分量表信度分別為 .85、.83、.94、.71、.82與 .88，全量表信度為 .93。探索性因素分析結果萃取出的六個因素，累積解釋變異量為84.86%。本研究以3個題項得分的平均代表各成就目標向度的得分。

（二）表現預期量表

本研究對表現預期的測量，非採用傳統問卷問題形式，而是在期末考試前，讓職前教師寫下「自己認為學期末在該學科可以獲得的學期成績」，總分介於0-100分。

（三）學科價值覺知量表

本研究對於學科價值覺知的測量，是參考自Wigfield(1994)的主觀任務價值量表進行量表題項的編製，該量表共有9題。測量成就價值、內在價值與效用價值的題項各3題。測量成就價值的題項內容包含「在教育研究法表現好對我而言很重要」、「相較於其他學科，學習教育研究法對我來說很重要」、「在教育研究法拿到好成績很重要」；測量內在價值的題項內容包含「我發現教育研究法的學科內容是有趣的」、「我喜歡學習教育研究法的學科內容」、「我投入在教育研究法的學習過程中」；測量效用價值的題項內容包含「我認為學習教育研究法對未來有幫助」、「相較於其他學科，教育研究法的學習是有用的」、「學習教育研究法有助於未來的考試或教學」。題項皆採六點計分，反應項分別為完全不同意、大部分不同意、有點不同意、有點同意、大部分同意、完全同意，依序給予1-6分。

學科價值覺知量表的三個分量表—成就價值、內在價值與效用價值之信度分別為 .82、.86與 .78，全量表信度為 .88。經探索性因素分析結果，萃取出三個因素，累積解釋變異量達78.60%。

（四）學業表現

本研究對學業表現的測量，是以職前教師在期末簡答式問題的考試得分，總分介於0-100分。考試題目是根據課程大綱，以課堂內容重點（文獻探討、研究倫理、質化與量化測量、質化與量化抽樣、實驗研究、調查研究、非反應式研究與次級分析、量化資料分析的概念）為架構，依照各主題的重要性分配題項數，根據上述八個主題，編寫15題簡答題。其中，文獻探討1題、研究倫理1題、質化與量化測量4題、質化與量化抽樣2題、實驗研究2題、調查研究2題、非反應式研究與次級分析1題、量化資料分析的概念2題。必須特別說明的是，由於質化與量化測量包含了變項類型的說明、質化研究中的信度與效度、量化研究中的信度（如：穩定、代表性、等值信度）與效度（如：內在、外在、建構效度），內容涵蓋的重點較多，重要性較高，故在測量題項中分配到的題項比例也較高。

三、統計分析

本研究採Mplus 7.0與SPSS進行統計分析。首先，先以Mplus 7.0進行描述性統計分析，描述研究變項的平均數、標準差與相關係數。接著，由於研究對象包含了來自兩個相同科系、相同

年級但不同班級的職前教師，為確保兩個班級的職前教師在變項上的平均得分相似，以利進行路徑分析，本研究以班級為自變項，針對兩個班級在10題項得分上的差異情形，以SPSS進行單因子多變量變異數分析，由於進行10次比較，故將每次比較的类型I錯誤率調整為.005 (.05/10)。一旦確認各依變項的平均分數皆無班級差異後，便將兩班資料進行合併，實施路徑分析，探討六向度成就目標、表現預期與學科價值覺知對學業表現的影響。圖1呈現本研究所欲探究的路徑分析模式圖。

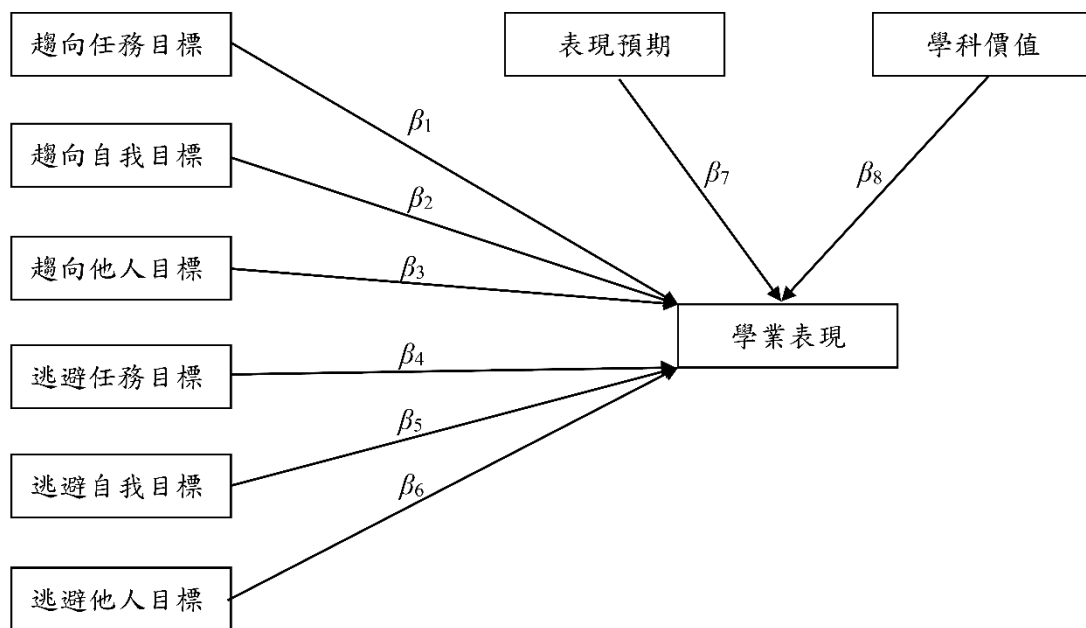


圖1 六向度成就目標、表現預期與學科價值覺知對學業表現的影響

肆、結果

一、描述性分析

表1呈現成就目標、表現預期、學科價值覺知與學業表現的描述性統計量。從表1可知，成就目標的六個向度之平均數介於3.47-4.46，標準差介於.71-1.21。表現預期的平均數為86.64，標準差為6.33。學科價值覺知的平均數為3.83，標準差為0.67。學業表現的平均數為65.25，標準差為7.18。成就目標各向度、表現預期、科目價值與學業表現之間的相關係數介於-.29-.78。

二、成就目標、表現預期與學科價值覺知對學業表現的影響

在進行路徑分析之前，本研究先進行單因子多變量變異數分析，瞭解兩班職前教師在各變項上的差異情形。多變量變異數分析結果顯示，各變項的班級差異皆未達顯著（ F_s 介於.00~5.05， $ps > .05$ ）。因此，本研究將兩個班級在各變項上的資料合併，進行路徑分析，探討六向度成就目標、表現預期與學科價值覺知對學業表現的影響。

表1

成就目標、表現預期、學科價值覺知與學業表現的描述性統計摘要表

	<i>M</i>	<i>SD</i>	Tap	Sap	Pap	Tav	Sav	Pav	Pex	Sut	Ape
Tap	4.05	0.84	-								
Sap	4.46	0.85	.57*	-							
Pap	3.47	0.84	.28*	.36*	-						
Tav	3.90	0.85	.52*	.60*	.46*	-					
Sav	3.84	1.21	.59*	.72*	.38*	.66*	-				
Pav	3.16	0.71	.38*	.42*	.78*	.59*	.58*	-			
Pex	86.64	6.33	.02	-.04	-.16	-.18	-.10	-.28*	-		
Sut	3.83	0.67	.70*	.62*	.63*	.61*	.75*	.64*	-.09	-	
Ape	65.25	7.18	-.29*	-.17	-.06	-.25	-.14	-.08	.42*	-.08	-

註：Tap=趨向任務。Sap=趨向自我。Pap=趨向表現。Tav=逃避任務。Sav=逃避自我。Pav=逃避表現。Pex=表現預期。Sut=學科價值覺知。Ape=學業表現。

* $p < .05$

表2呈現六向度成就目標、表現預期與學科價值覺知對學業表現的影響。從表2可知，趨向任務目標負向預測學業表現（ $\beta_1 = -.54$ ， $p < .05$ ）。趨向自我目標、趨向他人目標、逃避任務目標、逃避自我目標與逃避他人目標，皆未能顯著預測學業表現（ $\beta_2 = .01$ 、 $\beta_3 = -.29$ 、 $\beta_4 = -.18$ 、 $\beta_5 = -.14$ 、 $\beta_6 = .33$ ， $ps > .05$ ）。表現預期與學科價值覺知皆能顯著正向預測學業表現（ $\beta_7 = .47$ ， $\beta_8 = .53$ ， $ps < .05$ ）。

此外，本研究在預測模型中設定六向度成就目標變項間的交互相關，結果發現，成就目標六個向度間呈現顯著的正相關（ ϕ_s 介於.38-.78， $p_s < .05$ ）。除了逃避表現目標與表現預期呈現顯著的負向關係外（ $\phi = -.28$ ， $p < .05$ ），其它五個向度（趨向任務目標、趨向自我目標、趨向他人目標、逃避任務目標、逃避自我目標）與表現預期皆無關（ ϕ_s 介於-.18-.02， $p_s < .05$ ）。相反的，學科價值覺知則與成就目標各向度呈現正相關（ ϕ_s 介於.61-.75， $p_s < .05$ ）。表現預期與學科價值覺知之間並沒有交互相關存在（ $\phi = -.09$ ， $p > .05$ ）。

表2

六向度成就目標、表現預期與學科價值覺知對學業表現的影響

變項	趨向 任務 (β_1)	趨向 自我 (β_2)	趨向 他人 (β_3)	逃避 任務 (β_4)	逃避 自我 (β_5)	逃避 他人 (β_6)	表現 預期 (β_7)	學科價值 覺知(β_8)
學業表現	-.54*	.01	-.29	-.18	-.14	.33	.47*	.53*

註：表中係數為完全標準化係數。

* $p < .05$

伍、討論

從本研究結果中，可發現不同於過去實徵研究的結果。首先，過去研究多發現，趨向精熟/任務目標缺乏對學業表現的預測力(Elliot et al., 2011; Hoi, 2016; Hulleman et al., 2010; McGregor & Elliot, 2002)。然而，本研究發現，在考量學習者對學科表現的預期，以及學科價值覺知兩者對學業表現的影響後，趨向任務目標對學業表現顯示出負向的預測效果，此研究發現與過去研究結果迥異。此研究結果可能意謂著，測驗或考試型式，可能是影響趨向精熟/任務目標的因素之一。由於過去研究多發現趨向精熟目標與深層學習策略的使用有關(Coutinho & Neuman, 2008)，而在不同的考試形態中，以申論題型或論文寫作此類考試或測驗型態，較需使用到深層學習策略，而簡答題型，較偏向表層學習策略的使用，可能較不適合抱持趨向任務目標的學習者。因此，考試或測驗的型式，可能是影響趨向任務目標對學業表現之影響的重要因素。由此可知，近年來研究者綜合不同測驗題型來代表學業表現(Elliot et al., 2011)，或綜合不同科目的學

業表現來代表學業表現(Hoi, 2016)，可能皆非適切的取向。然而，有趣的是，本研究發現，趨向任務目標負向預測學業表現，與Plante等人(2013)的研究結果相似，但是，在Plante等人的研究中，並未提到學業表現是依據學生在何種考試題型的得分計算而得，研究實也並非根據六向度成就目標理論。儘管如此，該研究仍提供了另一個重要的參考價值，也就是，該研究在同時考量了表現預期與學科價值覺知的情況下，探討成就目標對學業表現的影響，突顯出檢視六向度成就目標時，考量表現預期與學科價值覺知，確實有其重要性。

過去許多研究發現，趨向表現/他人目標有助於提升學業表現(Elliot & Church, 1997b; Elliot & McGregor, 2001; Elliot et al., 2011; Harackiewicz et al., 1997, 2000; Hoi, 2016)，本研究卻未發現趨向他人目標對學業表現的正向預測效果。若根據過去研究發現，趨向表現/他人目標正向預測表層學習策略的採用，那麼學習者在回答簡答型式的題目，應較偏向表層學習策略的採用，則六向度成就目標理論中的趨向他人目標應對學業表現有正向的預測力。因此，趨向他人目標缺乏對學業表現的預測力之可能解釋是，在同時考量表現預期和學科價值覺知後，趨向他人目標對學業表現的正向預測力，被表現預期和學科價值覺知兩個變項所稀釋。由於表現預期與學科價值覺知皆對學業表現有正向的影響，突顯出兩個變項對趨向他人目標與學業表現之間關係存在的可能稀釋或解釋效果。雖然，表現預期與趨向他人目標無關，但表現預期對學業表現具有正向的預測力，此外，學科價值覺知與趨向他人目標存在著正相關，且學科價值覺知也對學業表現具有正向的預測力，更突顯出趨向他人目標對學業表現，受到表現預期與學業價值稀釋的可能。

至於過去研究為何較常發現趨向表現目標對學業表現的正向預測效果？本研究回顧過去研究探討的變項發現，過去研究中所納入的其他變項，多是針對個人主觀感受到的內在狀態，如：表層學習策略的採用(Al-Emadi, 2001; Coutinho & Neuman, 2008; Elliot, 1999)、工具性求助(彭淑玲 & 程炳林, 2005)、動機調整策略的使用(蘇嘉鈴 & 程炳林, 2005)、對學習的自我效能(林麗華 & 林清文, 2003)或自主動機(Méndez-Giménez et al., 2017)，所做出的評估，並未納入與外在學科價值覺知評估有關的變項，而對於學科價值覺知，是外在的，且具未來性，能夠有效與職前教師未來在應徵教職所需面對的考試相連結，因而具有相當程度的重要性。

本研究發現，逃避任務目標、趨向自我目標、逃避自我目標，以及逃避他人目標，皆缺乏對學業表現的預測力，部分與過去研究相符(Elliot et al., 2011; Hoi, 2016)，但也與少數研究發現的逃避表現目標之負向預測效果不符(Elliot & McGregor, 2001)。可能突顯出，這些成就目標似乎並未比職前教師個人對自己的表現預期，以及學科價值覺知對學業表現的影響還來得大。

陸、結論與建議

本研究同時考量職前教師的「六向度成就目標」、「表現預期」與「學科價值覺知」，對學習教育研究法的「學業表現」之影響。研究結果顯示出，職前教師的「趨向精熟目標」、對學習教育研究法的「表現預期」，及個人對於「學科價值覺知」的主觀認知，皆為影響學業表現的重要因素，但過去探究成就目標對學習結果之影響的相關研究，卻較少重視學習者表現預期與學科價值覺知的重要性，也較少探究成就目標對學習者在簡答式測驗表現的影響。本研究在考量學習者「表現預期」與「學科價值覺知」的情況下，發現「趨向任務目標」與「趨向他人目標」皆並不若過去研究發現，對學業表現多具有正向的助益，越是追求學習內容精熟的大學生，在簡答式的測驗表現上可能表現得越差。但是，如果職前教師對教育研究法的「表現預期」越高，或越趨向認同教育研究法該科目的「學科價值覺知」，在簡答式的測驗上反而會有越好的表現。本研究考量了過去成就目標相關研究所忽略的重要變項—「表現預期」與「學科價值覺知」，對職前教師在教育研究法學科的「學業表現」之影響，提出不同證據，挑戰過去成就目標相關研究發現，也提出方向，供未來研究者更進一步檢視「六向度成就目標」、「表現預期」、「學科價值覺知」對「學業表現」的影響。

根據本研究結果與討論，「趨向任務目標」對「學業表現」具負向預測力，與過去和近來相關研究發現皆不相符，顯示出測驗型式可能也是影響成就目標與學業表現間關係的因素，而當前有限的實徵研究證據，將學習者在不同型式測驗的得分相加，或將不同學科等地加總，皆可能影響研究結果(Shih, 2005)。因此，未來研究在探究成就目標對學業表現的影響時，應採用學習者在相同課程中單一測驗題型上的得分，作為學習者的學業表現，若研究對象來自不同的班級，也應檢視各變項的班級差異，若不同班級的學習者接受不同老師的教導，也應控制老師的教學風格或教師所形塑的課室目標，以釐清六向度成就目標對學業表現的影響。

除了上述的因素應該加以控制外，也應考量其它因素的影響。由於，本研究發現，在納入「表現預期」和「學科價值覺知」後，「趨向他人目標」缺乏對「學業表現」的預測力，與過去多數研究發現不符，突顯出，未來相關研究在探討成就目標對學業表現的影響時，應同時將個人內在的「表現預期」，以及外在且更具未來性之「學科價值覺知」納入考量，可能更有助於釐清六向度成就目標中，各目標向度對學業表現的影響。根據上述研究發現所進行的討論，可形成影響六向度成就目標對學業表現間關係的可能假設，分別是測驗題型假設以及（表現預期與學科價值覺知）稀釋假設，未來研究可以進一步檢視之。

未來研究除了可從量化研究的角度覆驗本研究結果外，也可輔以質化訪談的證據，來與量化研究結果的發現進行討論。例如：於學習末訪談學生個人所抱持的成就目標、對於學習教育研究法的表現預期，以及對於教育研究法學科價值覺知，並將訪談內容與學習者在量表上所報告的內容和實際學業表現相對照，有助於針對質化與量化研究結果間的異同進行討論。另一方面，也可以在學期初訪談學生對於學習教育研究法所抱持的成就目標、表現預期，及學科價值覺知，學期末再針對相同的學習者進行一次相同內容的訪談，以瞭解經過一學期，學習者個人成就目標、表現預期，以及對於學科價值覺知是否有所不同，並進一步檢視與討論這些改變對學業表現的影響。

最後，本研究發現也揭櫫未來在教授教育研究法課程時，教師除了可在考試前鼓勵學習者對學業學習形成正向的表現預期外，也可在課堂上多強調科目本身的學科價值覺知，以提升學習者的學習成效，具體的做法是，可讓學習者瞭解教育研究法的知能，對於未來在成為一位正式教師的準備過程，及成為教師後實施教學實驗，作為改進教學與提升學生學習成效的參考來說，都是重要的，而在教育研究法獲得好的表現，也是另一種學業能力的展現，協助提升學習者的學業自尊，並認知到學習教育研究法可獲得的成就價值。同時，由於相較於教育相關科系的其他學科，教育研究法的內容較為抽象難懂，絕大部分的內容知識，與學習者修習過的其他學科知識之關聯性較低，可能讓學習者在學習過程中，較容易感到無聊甚至挫折，因此，教學者更應該以輕鬆、活潑或更多操作性的學習活動（如：應用課堂知識，練習撰寫一篇小論文），協助引發並維持學習者對於教育研究法內容知識的學習興趣，亦能有助於過程技能（如：邏輯思考能力）的培養。未來教學者除了可考慮在課程中設計更多操作性活動外，也可考慮調整評

量方式，以形成性評量作為評量學習者學業表現的參考，避免採用標準答案的測驗形式，讓學習者在追求學業表現的過程中，能有更多元的發揮空間，以培養學習者的趨向精熟目標(Schunk, Pintrich, & Meece, 2008)，並可進一步觀察上述調整對學習者學習表現的影響。

參考文獻

- 吳中勤 (2014)。以多群組結構方程模式檢驗成就目標理論模式的測量恆等性。《教育科學研究期刊》，**59** (3)，59-95。
- 林麗華、林清文 (2003)。國中生數學科學習之目標導向、社會比較、自我效能與課業壓力之關係研究。《彰化師大輔導學報》，**25**，87-132。
- 陳易芬 (2011)。職前教師對師資培育課程與教學的看法與建議。《彰化師大教育學報》，**20**，21-46。
- 程炳林 (2003)。四向度目標導向模式之研究。《師大學報》，**48** (1)，15-40。
- 彭淑玲、程炳林 (2005)。四向度課室目標結構、個人目標導向與課業求助行為之關係。《教育心理學報》，**50** (2)，69-95。
- 蘇嘉鈴、程炳林 (2005)。國中生行動導向、目標導向與動機調整策略之關係。《教育心理學報》，**36** (4)，395-415。
- Al-Emadi, A. A. (2001). The relationships among achievement, goal orientation, and study strategies. *Social Behavior and Personality*, *29*(8), 823-832. doi:10.2224/sbp.2001.29.8.823
- Ames, C. (1992). Classrooms: Goals, structures, and student motivation. *Journal of Educational Psychology*, *84*(3), 261-271.
- Barkoukis, V., Ntoumanis, N., & Nikitaras, N. (2007). Comparing dichotomous and trichotomous approaches to achievement goal theory: An example using motivational regulations as outcome variables. *British Journal of Educational Psychology*, *77*, 683-702.
- Borrego, M. (2013). Conceptual difficulties experienced by trained engineers learning educational research methods. *Journal of Engineering Education*, *96*(2), 91-102.
- Brophy, J. (2005). Goal theorists should move on from performance goals. *Educational Psychologist*,

40(3), 167–176. doi:10.1207/s15326985ep4003_3

- Coutinho, S. A., & Neuman, G. (2008). A model of metacognition, achievement goal orientation, learning style and self-efficacy. *Learning Environments Research, 11*, 131–151.
- Crombie, G., Sinclair, N., Silverthorn, N., Byrne, B. M., DuBois, D. L., & Trinneer, A. (2005). Predictors of young adolescents' math grades and course enrollment intentions: Gender similarities and differences, *Sex Roles, 52*(5), 357–361.
- Cury, F., Elliot, A. J., Da Fonseca, D., & Moller, A. C. (2006). The social-cognitive model of achievement motivation and the 2x2 achievement goal framework. *Journal of Personality and Social Psychology, 90*(4), 666–679. doi:10.1037/0022-3514.90.4.666
- Dompnier, B., Darnon, C., & Butera, F. (2009). Faking the desire to learn: A clarification of the link between mastery goals and academic achievement. *Psychological Science, 20*(8), 939–943.
- Dweck, C. S. (1986). Motivational processes affecting learning. *American Psychologist, 41*(10), 1040–1048.
- Eccles, J. S. (1987). Gender roles and women's achievement-related decisions. *Psychology of Women Quarterly, 11*, 135–172.
- Eccles, J. S., Adler, T. F., Futterman, R., Goff, S. B., Kaczala, C. M., & Meece, J. L. (1983). Expectancies, values, and academic behaviors. In *Achievement and Achievement Motivation* (pp. 75–146). San Francisco, CA: Freeman.
- Eccles, J. S., Adler, T. F., & Meece, J. L. (1984). Sex differences in Achievement: A test of alternate theories. *Journal of Personality and Social Psychology, 46*, 26–43.
- Eccles, J. S., & Wigfield, A. (2002). Motivational beliefs, values, and goals. *Annual Review of Psychology, 53*, 109–132. doi:10.1146/annurev.psych.53.100901.135153
- Eccles, J. S., Wigfield, A., & Schiefele, U. (1988). Motivation to succeed. In *Handbook of child psychology: Vol.3. Social, emotional, and personality development* (5th ed., pp. 1017–1095). New York, NY: Wiley.
- Elliot, A. J. (1999). Approach and avoidance motivation and achievement goals. *Educational*

- Psychologist*, 34(3), 169–189.
- Elliot, A. J. (2005). A conceptual history of the achievement goal construct. In E. A. J. & C. S. Dweck (Eds.), *Handbook of competence and motivation* (pp. 55–72). New York, NY: Guilford Press.
- Elliot, A. J., & Church, M. A. (1997). A hierarchical model of approach and avoidance achievement motivation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72(1), 218–232. doi:10.1037//0022-3514.72.1.218
- Elliot, A. J., & Harackiewicz, J. M. (1996). Approach and avoidance achievement goals and intrinsic motivation: A mediational analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(3), 461–475. doi:10.1037/0022-3514.70.3.461
- Elliot, A. J., & McGregor, H. A. (2001). A 2×2 achievement goal framework. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80(3), 501–519.
- Elliot, A. J., McGregor, H. A., & Gable, S. (1999). Achievement goals, study strategies, and exam performance: A mediational analysis. *Journal of Educational Psychology*, 91(3), 549–563. doi:10.1037/0022-0663.91.3.549
- Elliot, A. J., & Murayama, K. (2008). On the measurement of achievement goals: Critique, illustration, and application. *Journal of Educational Psychology*, 100(3), 613–628. doi:10.1037/0022-0663.100.3.613
- Elliot, A. J., Murayama, K., Kobeisy, A., & Lichtenfeld, S. (2015). Potential-based achievement goals. *British Journal of Educational Psychology*, 85(2), 192–206.
- Elliot, A. J., Murayama, K., & Pekrun, R. (2011). A 3×2 achievement goal model. *Journal of Educational Psychology*, 103(3), 632–648. doi:10.1037/a0023952
- Greene, B. A., DeBacker, T. K., Ravindran, B., & Krows, A. J. (1999). Goals, values, and beliefs as predictors of achievement and effort in high school mathematics classes. *Sex Roles*, 40(5–6), 421–458. doi:10.1023/a:1018871610174
- Harackiewicz, J. M., Barron, K. E., & Elliot, A. J. (1997). Predictors and consequences of achievement goals in the college classroom: Maintaining interest and making the grade. *Journal*

of Personality and Social Psychology, 73(6), 1284–1295.

Harackiewicz, J. M., Barron, K. E., Tauer, J. M., Carter, S. M., & Elliot, A. J. (2000). Short-term and long-term consequences of achievement goals: Predicting interest and performance over time.

Journal of Educational Psychology, 92(2), 316–330. doi:10.1037//0022-0663.92.2.316

Harackiewicz, J. M., Barron, K. E., Tauer, J. M., & Elliot, A. J. (2002). Predicting success in college:

A longitudinal study of achievement goals and ability measures as predictors of interest and performance from freshman year through graduation. *Journal of Educational Psychology*, 94(3), 562–575. doi:10.1037//0022-0663.94.3.562

Harackiewicz, J. M., & Elliot, A. J. (1993). Achievement goals and intrinsic motivation. *Journal of*

Personality and Social Psychology, 65(5), 904–915. doi:10.1037/0022-3514.65.5.904

Hoi, K. N. (2016). Psychometric properties of the 3 × 2 achievement goal questionnaire in a Hong Kong sample. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 1–12.

Huang, C. (2012). Discriminant and criterion-related validity of achievement goals in predicting academic achievement: A meta-analysis. *Journal of Educational Psychology*, 104(1), 48–73.

doi:10.1037/a0026223

Hulleman, C. S., Schragger, S. M., Bodmann, S. M., & Harackiewicz, J. M. (2010). A meta-analytic review of achievement goal measures: Different labels for the same constructs or different constructs with similar labels? *Psychological Bulletin*, 136(3), 422–449. doi:10.1037/a0018947

Lower, L. M., & Turner, B. A. (2016). Examination of the 3x2 achievement goal model in collegiate recreation: Comparison across sport programs. *Journal of Amateur Sport*, 2(2), 75–102.

Marsh, H. W., & Yeung, A. S. (1997). Causal effects of academic self-concept on academic achievement: Structural equation models of longitudinal data. *Journal of Educational Psychology*, 89(1), 41–54.

Marsh, H. W., & Yeung, A. S. (1998). Longitudinal structural equation models of academic self-concept and achievement: Gender differences in the development of math and English constructs. *American Educational Research Journal*, 35(4), 705–738.

- Mascret, N., Elliot, A. J., & Cury, F. (2015). Extending the 3×2 achievement goal model to the sport domain: The 3×2 achievement goal questionnaire for sport. *Psychology of Sport and Exercise*, *17*, 7–14.
- Mascret, N., Elliot, A. J., & Cury, F. (2017). The 3×2 achievement goal questionnaire for teachers. *Educational Psychology*, *37*(3), 346–361.
- McGregor, H. A., & Elliot, A. J. (2002). Achievement goals as predictors of achievement-relevant processes prior to task engagement. *Journal of Educational Psychology*, *94*(2), 381–395.
- Meece, J. L., Wigfield, A., & Eccles, J. S. (1990). Predictors of math anxiety and its influence on young adolescents' course enrollment intentions and performances in mathematics. *Journal of Educational Psychology*, *82*(1), 60–70.
- Méndez-Giménez, A., Cecchini-Estrada, J.-A., Fernández-Río, J., Mendez-Alonso, D., & Prieto-Saborit, J.-A. (2017). 3×2 achievement goals, self-determined motivation and life satisfaction in secondary education. *Revista de Psicodidáctica*, *22*(2), 150–156.
- Nicholls, J. G. (1984). Achievement motivation: Conceptions of ability, subjective experience, task choice, and performance. *Psychological Review*, *91*(3), 328–346.
- Ping, X., Ron, M., Jianmin, G., & Melinda, S. (2003). Children's motivation in elementary physical education: An expectancy-value model of achievement choice. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, *74*(1), 25–35.
- Pintrich, P. R. (2000). Multiple goals, multiple pathways: The role of goal orientation in learning and achievement. *Journal of Educational Psychology*, *92*(3), 544–555. doi:10.1037/0022-0663.92.3.544
- Plante, I., O'Keefe, P. A., & Théorêt, M. (2013). The relation between achievement goal and expectancy-value theories in predicting achievement-related outcomes: A test of four theoretical conceptions. *Motivation and Emotion*, *37*(1), 65–78.
- Senko, C., Durik, A. M., & Harackiewicz, J. M. (2008). Historical perspectives and new directions in achievement goal theory: Understanding the effects of mastery and performance-approach goals.

- In J. Y. Shah & W. L. Gardner (Eds.), *Handbook of motivation science*. New York, NY: Guilford Press.
- Senko, C., & Harackiewicz, J. M. (2005). Achievement goals, task performance, and interest: Why perceived goal difficulty matters. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *31*(12), 1739–1753. doi:10.1177/0146167205281128
- Senko, C., Hulleman, C. S., & Harackiewicz, J. M. (2011). Achievement goal theory at the crossroads: Old controversies, current challenges, and new directions. *Educational Psychologist*, *46*(1), 26–47.
- Shih, S. S. (2005). Taiwanese sixth graders' achievement goals and their motivation, strategy use, and grades: An examination of the multiple goal perspective. *The Elementary School Journal*, *106*(1), 39–58.
- Schunk, D. H., Pintrich, P. R., & Meece, J. L. (2008). *Motivation in education: Theory, research, and applications*. Upper Saddle River, NJ: Pearson/Merrill Prentice Hall.
- Spinath, B., Spinath, F. M., Harlaar, N., & Plomin, R. (2004). Predicting School Achievement from general cognitive ability, self-perceived ability, and intrinsic value. *Intelligence*, *34*(3), 363–374.
- Stevens, T., Wang, K., Olivarez, A. J., & Hamman, D. (2007). Use of self-perspectives and their sources to predict the mathematics enrollment intentions of girls and boys. *Sex Roles*, *56*(5–6), 351–363.
- Urduan, T. (2004). Predictors of academic self-handicapping and achievement: Examining achievement goals, classroom goal structures, and culture. *Journal of Educational Psychology*, *96*(2), 251–264. doi:10.1037/0022-0663.96.2.251
- Wigfield, A. (1994). Expectancy-value theory of achievement motivation: A developmental perspective. *Educational Psychology Review*, *6*(1), 49–78.
- Wigfield, A., & Eccles, J. S. (2000). Expectancy-value theory of achievement motivation. *Contemporary Educational Psychology*, *25*, 68–81.
- Wigfield, A., & Eccles, J. S. (2002). The development of competence beliefs, expectancies for success,

and achievement values from childhood through adolescence. In *Development of achievement motivation* (pp. 92–120). San Diego, CA: Academic Press.

Wolters, C. A. (2004). Advancing achievement goal theory: Using goal structures and goal orientations to predict students' motivation, cognition, and achievement. *Journal of Educational Psychology*, 96(2), 236–250.

Yang, Y., Taylor, J., & Cao, L. (2016). The 3 x 2 achievement goal model in predicting online student test anxiety and help-seeking. *International Journal of E-Learning & Distance Education*, 32(1), 1–16.

Zan, G., Maria, K., & Louis, H. J. (2009). Ability beliefs, task value, and performance as a function of race in a dart-throwing task. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 80(1), 122–130.

The Effects of Preservice Early Child Teachers' Achievement Goals, Expected Performance, and Perceived Subject Utility on the Learning Performance: Educational Research Methods as Example

Chung-Chin Wu

National Pintung University

Abstract

Achievement goal is one of the most influential factors which exert effects on learning performance. Former researchers found that most findings related to the effect of performance-approach on learning performance were positive. Few studies indicated the other goals exerted effects on learning performance. Both expected performance and perceived subject utility were also influential factors. However, no studies incorporated six dimensional achievement goals, expected performance, and perceived subject utility together to investigate the effects on learning performance. Fifty-two preservice teachers taking Educational Research Methods consented to participate in this study to investigate the effects of six dimensional achievement goals, expected performance, and perceived subject utility on learning performance. Results showed: (1) After considering the effects of expected performance and perceived subject utility, only task-approach achievement goal showed significant and negative effect on learning performance while the effects of the other goals did not. (2) Both expected performance and perceived subject utility were beneficial for enhancing learning performance.

Keywords: achievement goals, expected performance, preservice teachers, subject utility

新北市公共托嬰中心

嬰幼兒睡眠品質的相關因素及其對睡眠習慣之關係

張鳳菊

江束

楊金寶

孫良誠

國立體育大學

國立台北護理健康大學

國立清華大學

摘要

目的：本研究旨在瞭解學齡前嬰幼兒睡眠時數、睡眠習慣與睡眠品質情形，並探討睡眠品質的相關因素及其對睡眠習慣之關係。方法：研究工具以自編的結構式問卷進行調查，針對新北市43家公共托嬰中心的嬰幼兒為研究樣本，問卷調查經家長同意後並代替填寫，總計有效問卷為1878份，資料分析包括描述性統計、卡方檢定和羅吉斯迴歸分析。結果：在1878位學齡前嬰幼兒中，男童981人（52.2%）、女童897人（47.8%），本研究1-3歲嬰幼兒的睡眠品質得分平均為 3.03 ± 0.41 分。嬰幼兒的睡眠潛伏期、健康狀況、主要照顧者性別、教育程度、經濟狀況、同床共眠、陪伴一同入睡及睡眠環境等是嬰幼兒睡眠不良的相關因素。嬰幼兒睡眠潛伏期較長或時間不定者，其睡眠品質不良的可能性較高（勝算比=2.83，95%信賴區間=2.15-3.72）。結論：新北市1-3歲公共托嬰中心嬰幼兒睡眠潛伏期、睡眠環境、主要照顧者社經地位與睡眠品質有關。

關鍵詞：學齡前兒童、睡眠品質、睡眠習慣、托嬰中心

壹、緒論

睡眠是每一個體基本的生理需求，同時也是維持個體基本健康與身心發展的基石（洪蘭，2004）。睡眠對嬰幼兒的幫助除恢復體力之外，還能促進嬰幼兒神經系統和腦部發育，進而有助於全身的成長發育（前橋明，2015）。睡眠也會影響免疫力與全身性生長發育的重要因素之一（Tortora & Derrickson, 2010）。整體而言，睡眠對健康有多方面的影響，包括孩子的生理（例如：大腦發育、免疫功能）、認知（例如：記憶鞏固、學習認知）與心理（例如：情緒調節）等功能（Kurth, Olini, Huber, & LeBourgeois, 2015）。根據美國國家睡眠基金會（National Sleep Foundation）對睡眠時數的建議，嬰幼兒的年紀越小，睡眠時數的需要量越多；依據睡眠建議表0-3個月新生兒的睡眠時數被建議至少14-17小時、4-11個月的嬰兒應該睡12-15小時、1-2歲的學步兒至少睡11-14小時、3-5歲的幼兒至少睡10-13小時，擁有充足良好的睡眠時間，對嬰幼兒的生長發展與健康十分重要（Hirshkowitz, et al., 2015）。

人類的生命平均有三分之一的時間在睡眠中度過（Kim, Jeong, & Hong, 2015），特別是嬰幼兒時期一天約有二分之一以上的時間花費在睡眠上，睡眠對於嬰幼兒的發展具有非常大的貢獻。嬰幼兒的就寢時間和起床時間是影響睡眠時數與品質的主要因素，特別是就寢時間更是直接影響嬰幼兒隔天起床的關鍵。研究指出，早睡的嬰幼兒能銜接夜間分泌生長激素的高峰期，因為生長激素主要在晚間睡眠時啟動，褪黑激素、皮質醇與生長激素會在入睡後開始密集分泌，尤其是晚間10點到凌晨2點期間，正是生長激素分泌的第一高峰期，此階段的荷爾蒙分泌有助於嬰幼兒的生理機制的正向發展（Chaudhary, 2011, Gooley, et al., 2011, Van Cauter & Plat, 1996）。部分專家也提出，學齡前幼兒的夜間睡覺時間最好8點就上床，最遲不能超過9點，避免錯過生長激素分泌高峰期（余雅婷，2016；前橋明，2015；Mindell, Meltzer, Carskadon, & Chervin, 2009; Gooley, et al., 2011）。

適當的睡眠對於兒童的行為、生理發展及健康十分重要（Paavonen, et al., 2002）。雖然嬰幼兒的睡眠品質的相關研究甚少，但睡眠品質的重要性仍至關重要。睡眠品質被認為是指個人評價睡眠過程是否能滿足個人需求的程度，包括主觀睡眠感受、睡眠困擾、睡眠充足感、平均睡眠時數、睡眠潛伏期、睡眠效率及日間功能表現（Buysse, Reynolds, Monk, Berman, & Kupfer,

1988)。睡眠品質與睡眠衛生有關 (Sun, et al., 2012)，兒童發育會受到不良的睡眠品質與睡眠習慣所影響 (Koinis-Mitchell, et al., 2015; Sun, et al., 2012; Yuwen et al., 2016)。

睡眠衛生是日常生活中良好睡眠品質有關聯的生活習慣及環境變項 (American Sleep Disorders Association, 1997)。睡眠衛生是指日常生活中與睡眠品質相關的生活習慣及環境變項，使用睡眠相關策略，像是睡眠作息表、運用適宜的睡前常規及健康的睡眠環境，促進兒童良好的睡眠健康的行為 (Koinis-Mitchell, et al., 2015)。本研究的睡眠習慣即是睡眠衛生行為，以嬰幼兒在夜間睡眠時所使用的相關睡眠策略、環境及儀式等行為作為調查內容。相關研究發現睡眠環境是嬰幼兒睡眠相當重要的一環，特別是三歲以下嬰幼兒的睡眠時間，佔據他們一整天多數時間，所以良好的睡眠環境規劃，有助於提升孩子的生長發育；藉由提供適宜的嬰兒床、睡墊或矮床給嬰幼兒個別使用，並設置有透光性的窗簾控制室內光線、調整室內睡眠環境的溫度及提供合宜的寢具，讓嬰幼兒擁有安靜、舒爽的睡眠環境對於嬰幼兒睡眠品質具有幫助 (楊金寶、楊曉苓、蔡延治，2010；前橋明，2015)。睡眠區的空間大小、社會經濟狀況、噪音或亮度等環境變化都可能會輕易影響到兒童的睡眠模式 (Hale, Berger, LeBourgeois, & Brooks-Gunn, 2009)。低經濟收入者與高收入家庭相反，睡眠時間更短，睡眠機會減少 (Biggs, Lushington, James Martin, van den Heuvel, & Declan Kennedy, 2013; El-Sheikh, Bagley, Keiley, Elmore-Staton, Chen, & Buckhalt, 2013)。嬰幼兒的睡眠品質應該需考量年齡的特殊性，將上床睡覺與起床時間、夜間睡眠時數、在床上多久入睡、睡眠過程是否中斷、賴床情況等內容也可做為睡眠品質的檢核依據 (黃意君，2012)。學齡兒童的睡眠時數、睡前活動 (例如：看電視、使用電腦、玩電動或電腦遊戲等)、睡前儀式及規律生活習慣有關 (許秀彩、楊金寶、黃芳銘、黃玉書，2011；前橋明，2015；Sun, et al., 2012)。

根據Bronfenbrenner (1979) 的生態系統理論 (ecological systems theory) 中強調多重環境對個體行為及發展的影響，不同系統的交互影響對於嬰幼兒的發展皆有關聯，其中微視系統 (microsystem) 對於尚未入學的嬰幼兒而言，照顧者提供的家庭環境、生活習慣都可能且深切的影響者嬰幼兒的發展。影響嬰幼兒睡眠品質的因素有很多，宋維村與高淑芬 (2000) 指出大部分睡眠問題是環境因素、生活習慣、睡眠安排與神經系統的生理成熟等多種因素交互作用形成。影響嬰幼兒睡眠品質的因素主要可以分為：一、嬰幼兒本身的特性，像是年齡、性別 (蔡

春美，2006；游淑芬、李德芬、陳姣伶、龔美娟，2013、前橋明，2015）或午睡習慣與時數（李宛蓉，2007；鄭世彬，2015）；二、主要照顧者的特質，例如：主要照顧者的年齡與職業（潘意鈴2009）、主要照顧者的性別、家庭總收入及職業工作型態（江月珠，2010）；以及三、嬰幼兒的睡眠習慣，例如：定時上床就寢、固定起床時間、適當的睡前聊天說故事的時間（黃志成、高嘉慧、沈麗盡、林少崔，2008；游淑芬、李德芬、陳姣伶、龔美娟，2013），還有孩子的睡眠環境燈光、睡眠前運動強度（陳昭彥，2005；前橋明，2015）、睡眠前飲食（松原達哉，2007）、睡前是否看電視、睡眠姿勢、親子共眠、床邊安撫和睡眠場所是否固定等都是可能影響幼兒睡眠品質的因子（潘意鈴，2009；江月珠，2010）。

綜合上述，照顧者（微視系統）的性別、年齡、教育程度、工作性質，甚至是照顧者的價值觀、教養觀、生活習慣都可能成為影響嬰幼兒生活的因素，當然也可能影響嬰幼兒的睡眠習慣、睡眠品質以及睡眠時數，因此，除了前述探討的睡眠習慣之外，嬰幼兒的基本背景（年齡、性別、健康狀況、發展狀況等）及照顧者的基本背景（年齡、性別、婚姻狀況等）及其所提供的相關生活習慣都應該納入影響嬰幼兒睡眠品質影響的因素，並應與以分析探討，才能夠更進一步瞭解影響學齡前嬰幼兒睡眠品質的相關因素。

目前國內外睡眠品質相關研究多數以學齡兒童為主要對象，由於臺灣近年對2-6歲的幼兒睡眠研究發現，睡眠品質不佳對幼兒會造成負面影響，包括情緒不佳、白天注意力與身體活動下降等問題（蔡春美，2006；潘意鈴，2009；黃意君，2012；余雅婷，2016；前橋明，2016；張鳳菊，2017）。國內尚未出現研究1-3歲嬰幼兒的睡眠品質，故研究嬰幼兒的睡眠品質具有原創性與價值性。因此，本研究目的是瞭解嬰幼兒睡眠時數、睡眠習慣與睡眠品質情形，並進一步探討不同嬰幼兒背景變項、及其照顧者背景變項、睡眠習慣與生活習慣等因素與嬰幼兒睡眠品質的關係。

貳、研究方法

一、研究對象

本研究以新北市公共托嬰中心中的1-3歲嬰幼兒及其家長為主要研究對象。根據新北市2016年5月公布的43間公共托嬰中心名單及各中心核定之收托幼兒人數，共計2590位進行問卷發放，問卷發放採方便取樣，家長可以自由選擇參與問卷填答；研究調查由嬰幼兒的主要照顧者負責進行填寫，由主要照顧者負責填答嬰幼兒的睡眠習慣、睡眠品質及相關社經背景等基本資料；正式問卷針共計發出1900份，總計回收1884份，刪除3份遺漏值過多的問卷，共計有效回收1881份問卷，問卷回收率為99%。正式分析時，再刪除幼兒年齡與性別遺漏的問卷共3份，共計使用1878份問卷進行結果分析，有效問卷為98.8%。

由於嬰幼兒約在9或10個月以後會透過聲音來傳達想法並且也會有社會性的回饋，而12個月至24個月是嬰幼兒學習字彙速度最快的時期（張玲芬，2009）。語言是孩子認知發展的重要指標，孩子能不能聽得懂照顧者在睡眠前的指令，足以影響孩子睡前行為與對睡眠指令的反應。因此，本研究採用學前兒童發展檢核表（新北市社會局，2018）之1至3歲內容，作為檢核嬰幼兒發展的指標，並自該指標篩選出影響本研究的語文題項作為本研究嬰幼兒正常發展之標準。

二、研究工具

本研究採用自編結構式問卷進行研究對象的資料收集，問卷內容分為：一、返家後夜間主要照顧者基本資料，包括性別、年齡、學歷及婚姻狀況等；二、嬰幼兒基本資料，包括性別、年齡、就寢時間、起床時間、返家後短暫睡眠時間、三個月內的健康狀況、睡眠相關現況等，其中健康狀況的評估是嬰幼兒近三個月就醫看診的次數，平均每月生病1次、平均每月生病2次，以及近平均每月生病2次以上；三、嬰幼兒睡眠習慣量表，此量表在參考江月珠（2010）、許秀彩（2008）、黃意君（2012）及潘意鈴（2009）研究後編製量表題項，包括睡前飲食、睡前身體活動、睡前儀式及睡眠環境四個向度。其中，睡前飲食習慣包括睡前的飲食行為，如吃飯、吃麵或吃水果；睡前身體活動定義為睡前2至3小時的活動，包含動態的運動、騎乘玩具車、跑

步、親子體操體能等活動；睡前儀式係指睡前15-30分鐘內之固定行為，例如聽音樂、奶嘴、玩偶或特定物陪伴入睡等為幫助孩子入睡之行為皆屬之；睡眠環境包括調整嬰幼兒睡眠區域的燈光、溫度、聲音及提供合宜寢具等幫助孩子入睡等調整皆屬之；四、睡眠品質量表，在參考江月珠（2010）、黃意君（2012）、潘意鈴（2009）及駱明潔（2014）研究後編製量表題項，包括睡眠困擾及夜間睡眠時數兩個向度。其中，睡眠困擾包含睡眠中斷在內，能讓嬰幼兒在睡眠中因特殊情形而引起睡眠終止或短暫清醒的情形及嬰幼兒在睡眠中睡眠不穩定或不舒適的困擾，但沒有起床現象之情形屬之，例如孩子睡覺後莫名其妙哭、翻來覆去睡不安穩、作夢、說夢話或健康問題導致的睡眠不適現象，或是主要照顧者作息不正常影響幼兒睡眠不連貫的問題；夜間睡眠時數係指從就寢睡著時間起至隔天起床時間為睡眠時數長短做紀錄統計。

研究工具初稿訂定經過團體焦點座談，邀請4位嬰幼兒家長或嬰幼兒托育人員針對問卷題項提供實務經驗及協助問卷內容語句的修正；再將問卷初稿給予8位嬰幼兒教育或嬰幼兒睡眠保育的專家學者針對問卷題項內容進行效度檢定，第一次專家效度各題目適當百分比值達85%，經刪除不適當的題項與修正題項語意，第二次專家效度各題項適當百分比值達100%，確立本問卷表面效度與內容效度。在預試問卷內容確立後，以立意取樣方式進行預試問卷發放，共計在臺北市托嬰中心發放120份問卷，回收112份有效問卷，有效問卷回收率為93.33%，嬰幼兒年齡1-3歲（ $M=2.98$, $SD=0.78$ ），幼兒性別為男童55人，女童57人。

預試問卷回收後，採用項目分析、探索性因素分析，及信度考驗後刪除不適切題項，嬰幼兒睡眠習慣量表共計13題，睡眠習慣量表的整體解釋變異量（*explained variation, EV*）達65.57%，且整體信度 α 值（*Cronbach's α* ）為0.64，睡前飲食共3題（ $EV=17.16\%$, $\alpha=0.80$ ）、睡前身體活動共2題（ $EV=12.64\%$, $\alpha=0.73$ ）、睡前儀式共4題（ $EV=14.42\%$, $\alpha=0.60$ ）及睡眠環境共4題（ $EV=21.35\%$, $\alpha=0.85$ ）；嬰幼兒睡眠品質量表共計7題，睡眠品質量表的整體解釋變異量達61.55%，且整體信度 α 值為0.73，睡眠困擾4題（ $EV=30.12\%$, $\alpha=0.69$ ）及夜間睡眠時數（ $EV=31.43\%$, $\alpha=0.81$ ）。考量預試問卷數量較小，本研究將正式問卷資料再次進行嬰幼兒睡眠習慣量表及睡眠品質量表的探索性因素分析與信效度分析，其結果呈現如表1及表2摘要表。本研究以因素負荷量大於0.4為可納入因素構面的選取標準，且兩個量表累積解釋變異量達60%以上，結果皆優於符合因素負荷量大於0.3及累積解釋變異量大於40%的標準（*Zaltman & Burger,*

1975; Kerlinger & Lee, 2000) , 且Cronbach's α 值皆大於0.6 , 達可接受程度 (周文賢, 2002) , 確定量表內容符合標準後, 形成正式問卷內容。

表1
嬰幼兒睡眠習慣量表探索性因素分析及信度分析摘要表

向度	題號	預試問卷 (n=112)					正式問卷 (n=1878)				
		平均 數	標準 差	因素 負荷 量	解釋 變異 量	信度	平均 數	標準 差	因素 負荷 量	解釋 變異 量	信度
睡前 飲食 習慣	1.孩子在睡前會吃飯。	1.71	1.02	0.90	17.16	0.80	1.49	0.84	0.89	16.29	0.77
	2.孩子在睡前會吃麵。	1.41	0.73	0.87			1.29	0.59	0.89		
	3.孩子在睡前會吃水果。	1.66	0.79	0.75			1.55	0.71	0.72		
睡前 身體 活動	4.孩子在夜間睡前2-3小時前會獨自進行 動態遊戲。例如：騎乘玩具車、跑步等出 汗性活動。	1.95	0.88	0.89	12.64	0.73	2.19	0.91	0.87	11.86	0.70
	5.在夜間睡前2-3小時前家人會和孩子一 起進行動態遊戲。例如：騎乘玩具車、跑 步、親子體操體能等出汗性活動。	2.12	0.93	0.85			2.15	0.84	0.87		
	6.每天夜間睡前15-30分鐘孩子要聽舒眠 輕音樂才睡得著。	1.76	0.99	0.58	14.42	0.60	1.63	0.92	0.33	11.59	0.39
睡前 儀式	7.每天夜間睡前孩子會使用奶嘴陪伴入 睡。	1.97	1.31	0.63			1.97	1.32	0.36		
	8.每天夜間睡前孩子會使用玩偶陪伴入 睡。	1.72	1.03	0.75			1.76	0.98	0.79		
	9.每天夜間睡前孩子會使用特定物品陪伴 入睡。	2.23	1.22	0.72			2.19	1.21	0.79		
睡眠 環境	10.我會將孩子睡眠區域的燈光調整昏暗。	3.80	0.52	0.79	21.35	0.85	3.78	0.56	0.61	16.23	0.69
	11.我會調整孩子睡眠區域的室內溫度。	3.75	0.47	0.87			3.21	1.00	0.75		
	12.我會控制調整孩子睡眠區域的室內聲 音大小。	3.74	0.59	0.86			3.55	0.78	0.78		
	13.我會提供合宜的寢具幫助孩子入睡。	3.83	0.45	0.79			3.58	0.74	0.74		
整體嬰幼兒睡眠習慣量表					65.57	0.64				55.97	0.57

表2

嬰幼兒睡眠品質量表探索性因素分析及信度分析摘要表

向度	題號	預試問卷 (n=112)					正式問卷 (n=1878)				
		平均 數	標準 差	因素 負荷 量	解釋 變異 量	信度	平均 數	標準 差	因素 負荷 量	解釋 變異 量	信度
	*1.孩子在夜間睡覺過程中會莫名其妙的 哭鬧經安撫或自行再入睡。	2.76	0.71	0.79	30.12	0.69	2.87	0.62	0.74	29.52	0.63
睡眠 困擾	*2.孩子在夜間睡覺過程中會翻來覆去睡 不安穩。	2.90	0.58	0.80			2.96	0.61	0.72		
	*3.孩子在夜間睡覺過程中會有說夢話的 現象。	3.41	0.56	0.47			3.34	0.60	0.51		
	*4.孩子在夜間睡覺過程中有驚慌啜泣無 法安穩入睡的情形。	3.33	0.56	0.72			3.34	0.58	0.72		
夜間 睡眠 時數	5.孩子在夜間睡覺過程中會一覺到天亮。	2.83	0.77	0.61	31.43	0.81	3.03	0.79	0.47	26.92	0.70
	6.孩子平日夜間睡覺能睡滿10小時以上。	2.78	0.90	0.92			2.71	0.89	0.90		
	7.孩子假日夜間睡覺能睡滿10小時以上。	2.92	0.89	0.93			2.98	0.84	0.91		
整體嬰幼兒睡眠品質量表					61.55	0.73				56.45	0.67

*為反向題

資料收集以探究嬰幼兒夜間睡眠習慣及睡眠品質為主要目的。問卷內容包含嬰幼兒及主要照顧者的資料。主要照顧者的資料，包括親屬關係、年齡及教育程度（高中職以下、大學院校、研究所等）。嬰幼兒的資料包括性別、年齡、發展狀況、夜間睡眠時數、返家後短暫睡眠、健康狀況、睡眠習慣及睡眠品質等。其中，嬰幼兒的睡眠品質受到飲食、活動、情緒、環境及生活作息等多方面的影響，本研究將睡眠習慣分為嬰幼兒的睡前飲食習慣、睡前儀式、睡眠環境及睡前身體活動四個向度。其中，睡前飲食習慣包括睡前的飲食行為，如吃飯；吃麵或吃水果；睡前身體活動定義為睡前2至3小時的活動，包含動態的運動、騎乘玩具車、跑步、親子體操體能等活動；睡前儀式係指睡前15-30分鐘內之固定行為，例如聽音樂、奶嘴、玩偶或特定物陪伴入睡等為幫助孩子入睡之行為皆屬之；睡眠環境包括調整嬰幼兒睡眠區域的燈光、溫度、聲音及提供合宜寢具等幫助孩子入睡等調整。另外，本研究嬰幼兒健康狀況定義為嬰幼兒意即在近

三個月平均每月生病1次、近三個月平均每月生病2次及近三個月平均每月生病2次以上生病的頻率，就醫看診的次數，作為本研究嬰幼兒健康狀況評估的依據。

本研究兩個量表皆採用李克特（Likert）四點量表，睡眠習慣的四個向度，家長填答分數越高，表示嬰幼兒在該向度所表現的行為越多，量表得分4分表示嬰幼兒該項行為總是如此、3分為經常如此、2分為偶爾如此、1分為未曾如此。在「睡前飲食」向度平均得分越高，表示嬰幼兒在夜間睡覺前總是或經常有飲食行為；在「睡前身體活動」向度平均得分越高，表示嬰幼兒在睡前2-3小時前進行動態身體活動的行為越多；在「睡前儀式」向度平均得分越高，表示嬰幼兒在睡覺前會使用某些特定物品幫助入睡的行為越多；在「睡眠環境」向度平均得分越高，則表示嬰幼兒在夜間睡覺時總是或經常改變睡眠環境。在睡眠品質的二個向度中，「睡眠困擾」經反向計分後，在此向度平均分數越高者，代表該名嬰幼兒的睡眠困擾越少，反之睡眠困擾越多；在「夜間睡眠時數」中得分越高者，表示嬰幼兒睡眠時數較長或超過10小時以上。

由於嬰幼兒難以主觀表達自己睡眠品質是否良好，故採家長主觀觀察填答，且多數睡眠品質的研究都會調查睡眠潛伏期，但因嬰幼兒的夜間睡眠潛伏期在嬰幼兒階段生理變異性變化大，故此研究中將該焦點放在嬰幼兒的基本資料中調查，並探討不同夜間睡眠潛伏期與睡眠品質之關係。故本研究睡眠品質採以主要照顧者日常對嬰幼兒的睡眠觀察，來填寫嬰幼兒的睡眠品質。

三、實施方法

本研究在正式問卷形成後，先經過新北市政府社會局的協助同意後，透過新北市社會局協助轉發公文聯繫每家公共托育中心，再請轄區內17區的公共托嬰中心協助本研究調查，針對新北市公共托育中心收托之嬰幼兒家長發放問卷。

本研究將睡眠品質量表得分進行分組，將睡眠品質平均得分3分以上歸為睡眠品質佳，小於3分歸為睡眠品質不良。另外，將嬰幼兒睡眠習慣四個向度平均數分為三組，分為2分以下（ ≤ 2 分），該行為「很少」做、大於2分至3分以下（2.1-3分），該行為「經常」做、超過3分（ >3.1 分），該行為「總是」會做。藉由分組進行睡眠習慣與睡眠品質相關分析。

本研究使用卡方檢定來檢視不同類別變項在睡眠品質的差異性，並使用單變項羅吉斯迴歸分析及多變項羅吉斯迴歸分析來計算與睡眠品質不良的相關因素之勝算比及95%為信賴區間。本研究以SAS 9.4版統計軟體進行統計分析。

參、結果

本研究新北市1-3歲嬰幼兒年齡平均為 2.03 ± 0.64 歲，他們的整體夜間睡眠總時數平均為9小時44分鐘 ± 47 分鐘，就寢時間平均為9點35分，起床時間平均為早上7點19分；其睡眠品質得分平均為 3.03 ± 0.41 分。

表3結果可知，嬰幼兒男童為981人（52.2%）、女童897人（47.8%）。嬰幼兒睡眠潛伏期短於15分鐘的睡眠品質不良比例較低（27.8%），相對於睡眠潛伏期15-30分鐘者（37.1%）或時間不定者（50.4%）的睡眠品質好（ $p < 0.0001$ ）；嬰幼兒近三個月內每月生病次數超過2次者在睡眠品質不良的情形比例最高（43.8%）（ $p = 0.035$ ），顯示健康狀況好壞可能會影響嬰幼兒睡眠品質不良問題的發生。

表3
嬰幼兒基本背景變項與睡眠品質之關係

變項	類別	睡眠品質佳 ¹		睡眠品質不良 ²		合計		χ^2	P
		n	(%)	n	(%)	n	(%)		
嬰幼兒性別								2.772	0.100
	女孩	564	(62.9)	333	(37.1)	897	(100)		
	男孩	580	(59.1)	401	(40.9)	981	(100)		
嬰幼兒年齡								1.726	0.422
	1歲	554	(60.4)	364	(39.6)	918	(100)		
	2歲	521	(60.8)	336	(39.2)	857	(100)		
	3歲	69	(67.0)	34	(33.0)	103	(100)		
嬰幼兒發展狀況								3.527	0.060
	正常	1092	(61.4)	686	(38.6)	1778	(100)		
	稍緩/遲緩	52	(52.0)	48	(48.0)	100	(100)		
返家後短暫睡眠									0.413
	無	922	(61.3)	581	(38.7)	1503	(100)		
	有	219	(59.0)	152	(41.0)	371	(100)		
睡眠潛伏期								59.873*	<0.0001
	< 15分鐘	341	(72.2)	131	(27.8)	472	(100)		
	15-30分鐘	497	(62.9)	293	(37.1)	790	(100)		
	時間不定	305	(49.6)	310	(50.4)	615	(100)		
健康狀況（近三個月平均每月生病次數）								6.712*	0.035
	1次	594	(63.1)	348	(37.0)	942	(100)		
	2次	240	(62.0)	147	(38.0)	387	(100)		
	>2次	278	(56.2)	217	(43.8)	495	(100)		

註1：睡眠品質佳指的是在本研究中嬰幼兒睡眠品質量表評估高於3分以上者。

註2：睡眠品質不佳指的是在本研究中嬰幼兒睡眠品質量表評估未滿3分者。

* P > .05

嬰幼兒夜間睡眠的主要照顧者以媽媽佔86.3%最多，爸爸佔10.1%，（外）祖父母佔3.2%、其他（含姑姑、阿姨、姊姊、保母等親屬）則佔0.4%。主要照顧者的性別以女性為主，佔88.8%，男性僅佔11.2%。表4結果顯示，夜間主要照顧者的性別、家庭經濟狀況、同床共眠及陪伴一同入睡與嬰幼兒睡眠品質有相關；其中，男性（46.0%）照顧者對嬰幼兒睡眠品質不良的比例高於女性（38.2%， $p=0.032$ ）；家庭經濟狀況小有存款（35.1%）的嬰幼兒睡眠品質不良比例較經濟狀況收支平衡（40.0%）及入不敷出（45.3%）者較低（ $p=0.041$ ）；主要照顧者夜間未與孩子同床共眠者，嬰幼兒睡眠品質較佳，且未與嬰幼兒同床共眠（33.2%），其嬰幼兒睡眠品質優於偶爾（43.0%）以及與家長同床共眠（39.7%）（ $p=0.029$ ）；另家長陪伴一同入睡的嬰幼兒（40.7%），其睡眠品質不良比例高於未陪伴入睡（28.7%）及偶爾陪伴入睡（39.5%）者（ $p=0.014$ ）。

表4

主要照顧者人口社經背景、家庭環境變項與睡眠品質之關係

變項	類別	睡眠品質佳		睡眠品質不良		合計		χ^2	P
		n	(%)	n	(%)	n	(%)		
照顧者性別								4.578*	0.032
	女性	1031	(61.8)	637	(38.2)	1668	(100)		
	男性	108	(54.0)	92	(46.0)	200	(100)		
照顧者年齡								2.754	0.097
	≤35歲	637	(62.6)	380	(37.4)	1017	(100)		
	≥36歲	507	(58.9)	354	(41.1)	861	(100)		
照顧者教育程度								4.635	0.099
	高中職以下	201	(64.0)	113	(36.0)	314	(100)		
	大專校院	803	(61.2)	508	(38.8)	1311	(100)		
	研究所	140	(55.3)	113	(44.7)	253	(100)		
婚姻狀況								1.487	0.223
	單身/其他	47	(54.7)	39	(45.3)	86	(100)		
	已婚	1094	(61.2)	693	(38.8)	1787	(100)		
經濟狀況								6.390*	0.041
	入不敷出	88	(54.7)	73	(45.3)	161	(100)		
	收支平衡	714	(60.0)	476	(40.0)	1190	(100)		
	小有存款	327	(64.9)	177	(35.1)	504	(100)		
職業現況								3.024	0.082
	有	1075	(61.6)	671	(38.4)	1746	(100)		
	無	66	(53.7)	57	(46.3)	123	(100)		
工作型態								0.913	0.339
	固定上下班	976	(61.7)	606	(38.3)	1582	(100)		
	非固定上下班	117	(58.2)	84	(41.8)	201	(100)		
固定睡覺地點								1.416	0.234
	無	14	(50.0)	14	(50.0)	28	(100)		
	有	1121	(61.1)	715	(38.9)	1836	(100)		
同床共眠								7.102*	0.029
	無	219	(66.8)	109	(33.2)	328	(100)		
	偶爾	199	(57.0)	150	(43.0)	349	(100)		
	有	715	(60.3)	470	(39.7)	1185	(100)		
陪伴一同入睡								8.608*	0.014
	無	119	(71.3)	48	(28.7)	167	(100)		
	偶爾	397	(60.5)	259	(39.5)	656	(100)		
	有	616	(59.3)	422	(40.7)	1038	(100)		

* P > .05

在嬰幼兒睡眠習慣方面(表5)，總是(37.2%)特別注意睡眠環境的嬰幼兒睡眠品質較佳，很少(49.6%)及經常(44.5%)改變睡眠環境的嬰幼兒，其睡眠品質不佳的比例較高($p=0.010$)；睡前飲食、睡前身體活動及睡前儀式等與嬰幼兒睡眠品質沒有顯著關係。

表5
嬰幼兒睡眠習慣與睡眠品質之關係

變項	類別	睡眠品質佳		睡眠品質不良		合計		χ^2	P
		n	(%)	n	(%)	n	(%)		
睡前飲食								3.468	0.177
	很少(≤ 2 分)	1007	(60.5)	657	(39.5)	1664	(100)		
	經常(2.1-3分)	107	(61.5)	67	(38.5)	174	(100)		
	總是(>3.1 分)	30	(75.0)	10	(25.0)	40	(100)		
睡前身體活動								1.319	0.517
	很少(≤ 2 分)	694	(60.5)	454	(39.6)	1148	(100)		
	經常(2.1-3分)	342	(60.6)	222	(39.4)	564	(100)		
	總是(>3.1 分)	108	(65.1)	58	(34.9)	166	(100)		
睡前儀式								0.327	0.849
	很少(≤ 2 分)	764	(60.7)	494	(39.3)	1258	(100)		
	經常(2.1-3分)	317	(60.8)	204	(39.2)	521	(100)		
	總是(>3.1 分)	63	(63.6)	36	(36.4)	99	(100)		
睡眠環境								9.297*	0.010
	很少(≤ 2 分)	30	(50.9)	29	(49.2)	59	(100)		
	經常(2.1-3分)	212	(55.5)	170	(44.5)	382	(100)		
	總是(>3.1 分)	902	(62.8)	535	(37.2)	1437	(100)		

* P > .05

從嬰幼兒的睡眠品質不良相關因素(表6)中的單變項羅吉斯迴歸分析發現,嬰幼兒睡眠品質不良與以下因素有關,在嬰幼兒本身因素部分,嬰幼兒的睡眠潛伏期時間超過15分鐘(勝算比=1.53,95%信賴區間=1.20-1.97, $p<0.0001$)或時間不定(勝算比=2.66,95%信賴區間=2.05-3.42, $p<0.0001$)、健康狀況每月平均生病超過2次(勝算比=1.33,95%信賴區間=1.07-1.66, $p=0.011$);或是,嬰幼兒的主要照顧者男性(勝算比=1.38,95%信賴區間=1.03-1.85, $p=0.033$);在主要照顧者的部分,主要照顧者的教育程度較高,研究所(勝算比=1.44,95%信賴區間=1.02-2.01, $p=0.036$),或者經濟狀況入不敷出者(勝算比=1.53,95%信賴區間=1.07-2.20, $p=0.020$)都對睡眠品質有較不好的影響;此外,家長偶爾與嬰幼兒同床共眠(勝算比=1.51,95%信賴區間=1.11-2.07, $p=0.009$)或是一直都有同床共眠(勝算比=1.32,95%信賴區間=1.02-1.71, $p=0.034$)對嬰幼兒的睡眠品質影響較不好;還有倘若家長偶爾陪伴嬰幼兒一同入睡(勝算比=1.62,95%信賴區間=1.12-2.34, $p=0.011$)或有陪伴孩子一同入睡的習慣(勝算比=1.70,95%信賴區間=1.19-2.43, $p=0.004$),嬰幼兒的睡眠品質情形也較不良;最後,嬰幼兒在睡眠習慣中的睡眠環境經常調整者(勝算比=1.35,95%信賴區間=1.07-1.70, $p=0.010$),有此習慣者的嬰幼兒睡眠品質也較不良。總結單變項羅吉斯迴歸分析結果顯示,嬰幼兒的睡眠潛伏期、健康狀況、主要照顧者性別、教育程度、經濟狀況、同床共眠、陪伴一同入睡及睡眠環境都是嬰幼兒睡眠不良的相關因素。

表6

嬰幼兒睡眠品質不良相關因素之羅吉斯迴歸分析

變項	類別	單變項羅吉斯迴歸分析			多變項羅吉斯迴歸分析			Stepwise 多變項羅吉斯迴歸分析		
		勝算比	(95%CI) ¹	P	勝算比	(95%CI) ²	P	勝算比	(95%CI) ³	P
嬰幼兒性別	女孩	1.00	(Reference)	-	1.00	(Reference)	-	1.00	(Reference)	-
	男孩	1.17	(0.97-1.41)	0.096	1.25	(1.02-1.54)	0.032	1.23	(1.01-1.51)	0.042*
睡眠潛伏期	<15分鐘	1.00	(Reference)	-	1.00	(Reference)	-	1.00	(Reference)	-
	15-30分鐘	1.53	(1.20-1.97)	<0.0001	1.52	(1.17-2.00)	0.002	1.55	(1.20-2.02)	0.001*
	時間不定	2.66	(2.05-3.42)	<0.0001	2.64	(1.99-3.50)	<0.0001	2.83	(2.15-3.72)	<0.0001*
*健康狀況	1次	1.00	(Reference)	-	1.00	(Reference)	-	-	(-)	-
	2次	1.05	(0.82-1.34)	0.721	1.04	(0.80-1.36)	0.773	-	(-)	-
	>2次	1.33	(1.07-1.66)	0.011	1.30	(1.01-1.67)	0.039	-	(-)	-
照顧者性別	女性	1.00	(Reference)	-	1.00	(Reference)	-	-	(-)	-
	男性	1.38	(1.03-1.85)	0.033	1.29	(0.93-1.79)	0.131	-	(-)	-
照顧者教育程度	高中職以下	1.00	(Reference)	-	1.00	(Reference)	-	1.00	(Reference)	-
	大專校院	1.13	(0.87-1.45)	0.366	1.62	(1.18-2.21)	0.003	1.42	(1.05-1.92)	0.021*
	研究所	1.44	(1.02-2.01)	0.036	2.04	(1.36-3.06)	0.001	1.77	(1.21-2.59)	0.003*
經濟狀況	小有存款	1.00	(Reference)	-	1.00	(Reference)	-	-	(-)	-
	收支平衡	1.23	(0.99-1.53)	0.059	1.19	(0.94-1.51)	0.149	-	(-)	-
	入不敷出	1.53	(1.07-2.20)	0.020	1.35	(0.90-2.02)	0.154	-	(-)	-
同床共眠	無	1.00	(Reference)	-	1.00	(Reference)	-	-	(-)	-
	偶爾	1.51	(1.11-2.07)	0.009	1.32	(0.93-1.88)	0.126	-	(-)	-
	有	1.32	(1.02-1.71)	0.034	1.08	(0.79-1.47)	0.627	-	(-)	-
陪伴一同入睡	無	1.00	(Reference)	-	1.00	(Reference)	-	-	(-)	-
	偶爾	1.62	(1.12-2.34)	0.011	1.23	(0.82-1.87)	0.318	-	(-)	-
	有	1.70	(1.19-2.43)	0.004	1.38	(0.91-2.08)	0.126	-	(-)	-
睡眠環境	總是(>3.1分)	1.00	(Reference)	-	1.00	(Reference)	-	1.00	(Reference)	-
	經常(2.1-3分)	1.35	(1.07-1.70)	0.010	1.33	(1.04-1.71)	0.023	1.37	(1.08-1.75)	0.011*
	很少(≤2分)	1.63	(0.97-2.75)	0.066	1.58	(0.87-2.87)	0.135	1.72	(0.96-3.08)	0.068

註1：在單變項羅吉斯迴歸分析中，嬰幼兒的性別、年齡、發展狀況、返家後短暫及照顧者年齡、婚姻狀況、職業現況、工作型態、固定睡覺地點、睡前飲食、睡前身體活動、睡前儀式與睡眠品質不良皆無顯著差異。

註2：以完全模式將全部變項進行多變項羅吉斯迴歸分析，發現嬰幼兒的性別、睡眠潛伏期、健康狀況、照顧者教育程度與睡眠品質不良有顯著差異，其餘變項皆未被選入且無顯著差異。

註3：以 Stepwise Selection 進行多變項羅吉斯迴歸分析，發現逐步選入的變項順序依序為睡眠潛伏期、照顧者教育程度、睡眠環境、嬰幼兒性別，其餘變項皆未被選入且無顯著差異。

* P > .05

將嬰幼兒睡眠品質不良的相關因素進行多變項羅吉斯迴歸分析(表6)，睡眠品質與嬰幼兒的性別、睡眠潛伏期、健康狀況、主要照顧者教育程度以及睡眠環境有關，其中睡眠潛伏期時間不定(勝算比=2.64，95%信賴區間=1.99-3.50， $p<0.0001$)的嬰幼兒，其睡眠品質不良的勝算比最大。經逐步篩選(Stepwise Selection)多變項羅吉斯迴歸分析(表6)，嬰幼兒睡眠品質與嬰幼兒的性別、睡眠潛伏期、主要照顧者教育程度以及睡眠環境有關，其中以嬰幼兒的睡眠品質受其睡眠潛伏期的影響方面，睡眠潛伏期時間越長者(15-30分鐘)(勝算比=1.55，95%信賴區間=1.20-2.02， $p=0.001$)及時間不定者(勝算比=2.83，95%信賴區間=2.15-3.72， $p<0.0001$)，可見嬰幼兒的睡眠潛伏期越短，其睡眠品質不佳的風險越小。

肆、討論

根據相關文獻指出1-3歲嬰幼兒每天平均睡眠所需時間約為11到14小時，夜間擁有充足良好的睡眠時間，對嬰幼兒的生長發展與健康十分重要(Maehashi, 2010; Hirshkowitz, et al., 2015; Paavonen et al., 2002)。但本研究顯示，新北市公共托育中心1-3歲嬰幼兒夜間睡眠不長，總時數多數不足10小時。2013年美國的幼兒睡眠時數平均為10.47小時平均就寢時間為晚上8點39分及平均起床時間為早上7點13分(Scharf, Demmer, Silver, & Stein, 2013)；2015年，印度1-3歲嬰幼兒的睡眠時數平均為12.5小時(Murthy, Bharti, Malhi, & Khadwal, 2015)；2016年新加坡2-6歲幼兒平均睡眠數為10.8小時(Aishworiya et al., 2012)。新北市嬰幼兒的夜間睡眠時數不但未達建議標準，甚至未達10小時以上，與其他國家嬰幼兒平均睡眠相較之下，新北市嬰幼兒的夜間睡眠時數現況明顯嚴重不足。嬰幼兒就寢時間過晚與睡眠時間不足與肥胖有關(Anderson, Andridge, & Whitaker, 2016)；嬰幼兒睡眠時數過短不僅影響嬰幼兒睡眠品質，且睡眠時數低於9.44小時的孩子表現出過度活動、憤怒、侵略、衝動、發脾氣等負面外顯行為的風險較高(Scharf et al., 2013)。建立嬰幼兒晚上9點前睡覺的習慣具其必要性與重要性(Mindell et al., 2009)，且對於維持嬰幼兒正常的夜間睡眠時數對其睡眠品質是最直接的幫助(Chaudhary, 2011; Gooley et al., 2011; Hirshkowitz et al., 2015)。

本研究結果顯示出，嬰幼兒若睡眠時數低於10小時、睡眠潛伏期時間不定或高於15分鐘、健康狀況不良（每月平均生病超過2次）的現象，或主要照顧者是男性、教育程度高、經濟狀況不佳，以及總是或經常同床共眠、總是陪伴一同入睡或入睡時很少調整睡眠環境的嬰幼兒，都有較高的睡眠品質不良的風險。研究指出，睡眠潛伏期短及健康狀況良好的孩子通常也會有較好的睡眠品質狀態；因為健康的孩子若睡眠習慣教養得宜，通常一上床後幾分鐘之內就會熟睡（松原達哉，2007）。睡眠潛伏期的長短與學齡前幼兒的睡眠品質有關（Lo, 2016），睡眠潛伏期越長，則睡眠時數就越短，且影響幼兒的睡眠品質（Mindell et al., 2009）。依據研究建議睡眠潛伏期15分鐘內入睡者的睡眠品質屬於良好，超過30分鐘以上才入睡者被視為睡眠品質不良（Buysse et al., 1988; Cohen et al., 1983）。由本研究可知嬰幼兒的睡眠品質受其睡眠潛伏期的影響非常大，且嬰幼兒的睡眠潛伏期越短，其睡眠品質不佳的風險越小，是以縮短幼兒睡眠潛伏期的時間是改善幼兒睡眠品質的重要因素。本研究結果顯示，嬰幼兒健康狀況越佳者，其睡眠品質也會越好。這與研究指出睡眠影響孩子免疫力、學習力、記憶力、情緒調節及其他相關發展功能有關（Tortora & Derrickson, 2010; Kurth et al., 2015）；換言之，注重嬰幼兒的睡眠品質情形對於其健康狀況具有許多益處。

本研究主要照顧者的性別、教育程度、經濟狀況有顯著差異。許多研究的嬰幼兒睡眠大多由女性擔任主要照顧者；若女性照顧者的睡眠相關知識不足，則會影響嬰幼兒的睡眠品質（江月珠，2010）；相對於女性照顧者，通常男性擔任嬰幼兒照顧者比例較低，可能受到育嬰經驗較少的關係，導致嬰幼兒的睡眠品質負面影響。多數研究皆指出家庭經濟狀況較低者，其嬰幼兒睡眠品質情形較差（駱明潔，2014；Biggs et al., 2013; El-Sheikh et al., 2013），與本研究結果一致。本研究結果顯示主要照顧者教育程度越高者，其嬰幼兒睡眠品質不良的風險越高，此結果與駱明潔（2014）在2012年的研究調查不同，這可能跟研究地區範圍之樣本差異性有關；從本結果發現，新北市教育程度高的家長導致嬰幼兒睡眠品質不良的因素，可能與雙薪家庭的結構有關（蔡春美，2006）；特別是母親學歷較高者的幼兒，其幼兒發生睡眠障礙的機率較高的原因，跟母親晚睡的因素有明顯的關係（劉華玲，2005），由此推測新北市家長照顧嬰幼兒睡眠的行為仍有需要改善的地方，建議相關單位向家長宣導正確的嬰幼兒睡眠照顧行為與觀念是必要的工作。

本研究結果顯示家長與嬰幼兒同床共眠及陪伴一起入睡的情形，對其睡眠品質不良的可能性較高。嬰幼兒與父母同床共眠的情形可能會延遲孩子的睡眠時間（Li et al., 2008）。此外，臺灣3-6歲的學齡前幼兒調查也指出應該減少孩子與照顧者同床及同房睡覺的時間，同房分床的幼兒不但易出現夜尿及夢魘的問題，與照顧者同床共眠的幼兒有較高的睡眠時數不足問題（Lo, 2016）。由此可知，減少嬰幼兒與照顧者同床或同房的機會，有益於降低嬰幼兒睡眠品質不良的風險。

嬰幼兒擁有良好的睡眠習慣有助於睡眠品質的提升（駱明潔、潘意鈴，2011；Lo, 2016）。雖然有研究指出，孩子的睡前儀式的行為愈多，睡眠困擾與睡眠品質也會愈差，以及睡前的飲食習慣與身體活動行為會增加睡眠困擾（松原達哉，2007；前橋明，2015）。但本研究結果發現在睡眠習慣的四個類別中，睡前飲食、睡前身體活動和睡眠儀式的平均數皆不高，這意味新北市1-3歲嬰幼兒在這三類別的睡眠習慣行為較少，且在多變相羅吉斯迴歸分析結果中亦無顯著影響嬰幼兒睡眠品質不佳的現象，可見新北市1-3歲嬰幼兒主要的睡眠品質不受到睡前飲食、睡前身體活動和睡眠儀式的影響；然而新北市1-3歲的嬰幼兒的睡眠品質卻是與睡眠習慣中的睡眠環境調整有顯著關聯；其中睡眠環境包括調整睡眠環境的光線、降低音量、適宜的溫度及舒適的寢具等，這些都是影響嬰幼兒睡眠的環境因素（楊金寶等人，2010；前橋明，2015；駱明潔、潘意鈴，2011；Hale et al., 2009）。由此結果分析可知在睡眠習慣中，睡眠環境的調整是影響嬰幼兒睡眠品質的主要影響因子，本研究結果跟許多過去研究結果相符合，顯示新北市1-3歲嬰幼兒的睡眠環境對其睡眠品質扮演著重要的影響力，是以，倘若主要照顧者可以協助嬰幼兒在入睡時控制影響睡眠環境的因子，對於嬰幼兒維持良好睡眠品質將會有實質的幫助。

伍、結論與建議

由本研究結果可知，新北市1-3歲嬰幼兒睡眠總時數平均為9小時44分鐘，就寢時間平均為9點35分，睡眠品質得分平均為良好。結果與討論中可知，影響幼兒睡眠品質的因素有很多，大部分睡眠問題是環境因素、生活習慣、睡眠衛生、生理發展狀態及家庭社經背景等因素有關。本研究結果發現，嬰幼兒發展與健康狀況、家庭社會經濟情況及睡眠習慣等都與嬰幼兒睡眠品

質不良風險有關。為有效降低嬰幼兒睡眠品質不佳的問題，本研究建議應該提升嬰幼兒夜間睡眠時數，睡眠時數最少不應低於10小時，且就寢時間應該在晚上9點以前入睡，建立嬰幼兒睡眠時間，減少睡眠潛伏期；保持良好嬰幼兒睡眠品質對其發展狀況與健康狀況有關係；增加主要照顧者對嬰幼兒保育及睡眠照顧知識，避免同床共眠與陪伴一同入睡的情形；透過調整睡眠環境來改善幼兒睡眠品質不良的問題。因此建立家長或主要照顧者正確的睡眠觀念具其價值性，故建議政府相關單位應該針對嬰幼兒家長予以提供相關保育知識與實作經驗。

本研究僅以新北市公共托育中心的幼兒為研究對象，建議未來研究應該擴大至臺灣各縣市，針對研究範圍予以抽樣，並進行城鄉差距的量化分析，確認教育程度對嬰幼兒睡眠健康的影響；此外，未來相關研究可針對如何應用嬰幼兒睡眠品質影響因子來提升或改善嬰幼兒睡眠情形與健康發展進行探究，亦可從本研究主題延伸其他相關睡眠健康之議題。

本研究議題雖具有探討的價值及其重要性，但研究結果可能因下述三點研究限制而影響，第一，本研究因採用四點量表進行嬰幼兒睡眠習慣與睡眠品質的調查，在分類睡眠品質的切點上因為沒有相關文獻可以參考，因此以量表分數作為切點，分成睡眠品質佳與不佳兩組，未來研究可以針對此一研究限制，訂定一套嬰幼兒睡眠品質佳與不佳的診斷標準量表，將能夠有效的提高嬰幼兒睡眠品質研究的準確性；第二，本研究工具所使用的量表，因為沒有使用效標關聯效度來檢驗，整體效度穩定性需要再檢驗，後續相關研究在進行相關研究前，再次確認嬰幼兒睡眠品質與睡眠習慣量表的效度是否適宜；第三，本研究所使用的量表，雖然預試問卷的信效度是達可被接受的程度，但是經正式問卷（表1及表2）的再驗證後發現，部分問卷向度的信度偏低，建議後續相關研究，可再針對修正問卷題目或語意，提高問卷的研究量表的可靠性；此外，在睡眠環境量表中的睡前身體活動向度可以增加題項，重建該向度向度及題項的信、效度，則可更適切的解釋及推論嬰幼兒睡眠品質的結果；第四，本研究在調查起床時間和就寢時間時，是以嬰幼兒平均的起床時間和就寢時間為主，並未區分平日與假日的不同，此差異可以導致更大的夜間睡眠時數誤差，建議未來研究可以再調查時將此睡眠時間分別調查，以利更精準地瞭解嬰幼兒的起床時間、就寢時間與夜間睡眠時數，並可進一步分析平日與假日睡眠時數的差異與影響。

參考文獻

- 古賀良彥（2015）。**睡得好人不老**（鄭世彬譯）。臺北市：城邦。（原著出版於2015）。
- 江月珠（2010）。**小一新生適應過程中，影響睡眠品質溪觀因素之研究-以臺北縣市國小為例**（未出版之碩士論文）。國立臺北護理學院嬰幼兒保育研究所碩士論文，臺北市。
- 余雅婷（2016）。**臺灣地區與日本地區3~6歲幼兒生活狀態之比較研究**（未出版之博士論文）。國立體育大學體育研究所，桃園市。
- 宋維村、高淑芬（2000）。兒童及青少年之睡眠障礙症。**臺灣醫學**，4（6），681-686。
- 周文賢（2002）。**多變量統計分析**。臺北市：智勝。
- 松原達哉（2007）。**0歲優秀教育**。臺北市：新潮社。
- 前橋明（2015）。**元氣な子どもを育てる幼児体育**。日本，大阪市：保育出版社。
- 前橋明（2016年9月）。**2015年嬰幼兒的生活調查問卷**。發表於新北市嬰幼兒生活狀況調查結果分析報告專題演講會。新北市政府社會局，新北市。
- 洪蘭（2004）。**讓孩子的大腦動起來**。臺北市：信誼。
- 張玲芬（2009）。**0-3歲嬰幼兒啟蒙教育**。臺北市：華都。
- 張鳳菊（2017）。**臺日家長身體活動信念、幼兒生活型態與健康狀況之研究**（未出版之博士論文）。國立體育大學體育研究所，桃園市。
- 許秀彩（2008）。**台北縣市國小高年級學童學習壓力、生活習慣與睡眠品質之關係探討**（未出版之碩士論文）。國立臺北護理學院嬰幼兒保育研究所，臺北市。
- 許秀彩、楊金寶、黃芳銘、黃玉書（2011）。臺北縣市國小高年級學童生活習慣與睡眠品質之關係探討。**幼兒教保研究期刊**，7，77-94。
- 陳昭彥（2005）。運動與睡眠品質。**高醫醫訊月刊**，24（12）。線上檢索日期：2016年8月30日。網址：<http://www.kmuh.org.tw/www/kmcj/data/9405/17.htm>
- 游淑芬、李德芬、陳姣伶、龔美娟（2013）。**嬰幼兒發展與保育**。新北市：啟英。
- 黃志成、高嘉慧、沈麗盡、林少崔（2008）。**嬰幼兒保育概論**。臺北市：揚智。
- 黃意君（2012）。**大班幼兒睡前行為、干擾因素與睡眠品質之研究**（未出版之碩士論文）。朝陽科技大學幼兒保育系，臺中市。

新北市政府社會局網站 (2018)。兒童健康發展／早期療育。線上檢索日期：2020年04月18日，

網址：<https://www.sw.ntpc.gov.tw/home.jsp?id=af6b347895e3de2c&act=be4f48068b2b0031&dataserno=490876a2ea5230f503141cbd06ea520f>

楊金寶、楊曉苓、蔡延治 (2010)。嬰兒健康照護與活動設計。臺北市：國立空中大學。

劉華玲 (2005)。廣州市2-6歲兒童睡眠障礙發生現況及其影響因素研究 (未出版之碩士論文)。

暨南大學流行病與衛生統計研究所，廣州市。

潘意鈴 (2009)。臺中市學齡前幼兒睡眠品質與學習注意力之相關研究 (未出版之碩士論文)。

國立臺中教育大學幼兒教育學系，臺中市。

蔡春美 (2006)。臺北市與東亞四都市幼兒生活實態分析。發表於幼兒生活實態專題研討會。

日本倍樂生臺北分公司主辦。臺北市：文化大學。

駱明潔 (2014)。2012年臺灣地區幼兒園幼兒睡眠品質之調查。臺灣公共衛生雜誌，33 (1)，

89-100。

駱明潔、潘意鈴 (2011)。學齡前幼兒睡眠習慣與睡眠品質之相關研究。健康管理學刊，9 (2)，

121-138。

Epstein, L. J. (2007)。哈佛醫生的優質睡眠全書 (李宛蓉譯)。臺北市：商周。(原著出版於2005)。

Aishworiya, R., Chan, P., Kiing, J., Chong, S. C., Laino, A. G., & Tay, S. K. (2012). Sleep behaviour in a Sample of Preschool Children in Singapore. *Annals of the Academy of Medicine of Singapore*, 41(3), 99-104.

American Sleep Disorders Association (1997). *The international classification of sleep disorders revised: Diagnostic and coding manual*. Rochester, MN: ASDA.

Anderson, S. E., Andridge, R., & Whitaker, R. C. (2016). Bedtime in preschool-aged children and risk for adolescent obesity. *The Journal of Pediatrics*, 176, 17-22.

Biggs, S. N., Lushington, K., James Martin, A., van den Heuvel, C., & Declan Kennedy, J. (2013) Gender, socioeconomic, and ethnic differences in sleep patterns in school-aged children. *Sleep Medicine*, 14,1304-1309.

- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development*. Mass: Harvard University Press.
- Buysse, D. J., Reynolds, C. F. 3rd, Monk, T. H., Berman, S. R., & Kupfer, D. J. (1988). The Pittsburgh Sleep Quality Index: a new instrument for psychiatric practice and research. *Psychiatry Research*, 28, 193-213.
- Chaudhary, K. (2011). *Sleep and longevity*. Retrieved April 18, 2020 from the Dr. Oz Web: <https://www.doctoroz.com/blog/kulreet-chaudhary-md/sleep-and-longevity>
- Cohen, D. C., Eisdorfer, C., Prize, P., Breen, A., Davis, M., & Dadsby, A. (1983). Sleep disturbances in the institutionalized aged. *Journal of the American Geriatrics Society*, 31, 79-82.
- El-Sheikh, M., Bagley, E. J., Keiley, M., Elmore-Staton, L., Chen, E., & Buckhalt, J. A. (2013). Economic adversity and children's sleep problems: multiple indicators and moderation of effects. *Health Psychology Journal*, 32, 849-859.
- Gooley, J. J., Chamberlain, K., Smith, K. A., Khalsa, S. B., Rajaratnam, S. M., Van Reen, E., ... & Lockley, S. W. (2011). Exposure to room light before bedtime suppresses melatonin onset and shortens melatonin duration in humans. *Journal of Clinical Endocrinology and Metabolism*, 96(3), E463-E472.
- Hale, L., Berger, L. M., LeBourgeois, M. K., & Brooks-Gunn, J. (2009). Social and demographic predictors of preschoolers' bedtime routines. *Journal of Developmental and Behavioral Pediatrics*, 30, 394-402.
- Hirshkowitz, M., Whiton, K., Albert, S. M., Alessi, C., Bruni, O., DonCarlos, L., ... & Adams Hillard, P. J. (2015). National Sleep Foundation's sleep time duration recommendations: methodology and results summary. *Sleep Health*, 1(1), 40-43.
- Kerlinger, F. N., & Lee, H. B. (2000). *Foundations of behavioral research* (4th ed.). FL: Harcourt College Publishers. (pp. 679).
- Kim, T. W., Jeong J. H., & Hong, S. C. (2015). The impact of sleep and circadian disturbance on hormones and metabolism. *International Journal of Endocrinology*, 2015, 1-9.
- Koinis-Mitchell, D., Kopel, S. J., Boergers, J., Ramos, K., LeBourgeois, M., McQuaid, E. L. ... &

- Klein, R. (2015). Asthma, allergic rhinitis, and sleep problems in urban children. *Journal of Clinical Sleep Medicine, 11*, 101–110.
- Kurth, S., Olini, N., Huber, R., & LeBourgeois, M. (2015). Sleep and early cortical development. *Current Sleep Medicine Reports, 1*, 64-73.
- Li, S., Jin, X., Yan, C., Wu, S., Jiang, F., & Shen, X. (2008). Bed- and room-sharing in Chinese school-aged children: prevalence and association with sleep behaviors. *Sleep Medicine, 9*(5), 555-563.
- Lo, M. J. (2016). Relationship between sleep habits and nighttime sleep among healthy preschool children in Taiwan. *Annals of the Academy of Medicine of Singapore, 45*(12), 549-556.
- Maehashi, A. (2010). The relations between physical vitality and sleeping of today's children. *The Journal of Physical Education of Young Children of Asia, 1*(1), 13-22.
- Mindell, J. A., Meltzer, L. J., Carskadon, M. A., & Chervin, R. D. (2009). Developmental aspects of sleep hygiene: findings from the 2004 national sleep foundation sleep in America poll. *Sleep Medicine, 10*(7), 771-779.
- Murthy, C. L., Bharti, B., Malhi, P., & Khadwal, A. (2015). Sleep habits and sleep problems in healthy preschoolers. *The Indian Journal of Pediatrics, 82*(7), 606-611.
- Paavonen, E. J., Almqvist, F., Tamminen, T., Moilanen, I., Piha, J., Räsänen, E., & Aronen, E. T. (2002). Poor sleep and psychiatric symptoms at school: an epidemiological study. *European Child and Adolescent Psychiatry, 11*, 10-17.
- Scharf, R. J., Demmer, R. T., Silver, E. J., & Stein, R. E. (2013). Nighttime sleep duration and externalizing behaviors of preschool children. *Journal of Developmental and Behavioral Pediatrics, 34*, 384-391.
- Sun, W. Q., Chen, W. J., Jiang, Y. R., Li, F., Li, S. H., Yan, C. H., ... & Jiang, F. (2012). The association of sleep hygiene and sleep quality among school-age children. *Zhonghua Yu Fang Yi Xue Za Zhi, 46*(8), 713-717.
- Tortora, G. J. & Derrickson, B. H., (2010). *Principles of anatomy and physiology*. New York: John

Wiley & SonS.

Van Cauter, E., & Plat, L. (1996). Physiology of growth hormone secretion during sleep. *Journal of Pediatrics*, 128, S32-S37.

Yuwen, W., Chen, M. L., Cain, K. C., Ringold, S., Wallace, C. A., & Ward, T. M. (2016). Daily sleep patterns, sleep quality, and sleep hygiene among parent-child dyads of young children newly diagnosed with juvenile idiopathic arthritis and typically developing children. *Journal of Pediatrics Psychology*, 41(6), 651-660.

Zaltman, G., & Burger, P. C. (1975). *Marketing research: Fundamentals & dynamics*. Stanford: International Thomson Publishing.

The Association of Sleep Quality on Sleep Habits and Factors among Young Children: A Cross-Sectional Study in Municipal Infant Care Centers of New Taipei City

Feng-Chu Chang

Shu Chiang

Kin-Bao Young

Liang-Chen Sun

National Taiwan

National Taipei University of

National Tsing Hua

Sport University

Nursing and Health Science

University

Abstract

Objectives: This study aims to understand sleep hours, sleep habits and sleep quality of young children, and to explore the association between sleep quality and sleep habits factors in municipal infant care centers of New Taipei city. **Methods:** We used general investigation and self-made structured questionnaires to survey municipal infant care centers of young children who aged 1-3 years among 43 centers in New Taipei City. Information of questionnaires included socioeconomic characteristics, sleep hour, sleep habits and sleep quality in municipal infant care centers of young children. We used descriptive statistical analysis, chi-square test and multivariate logistic regressions to calculated adjusted odds ratios (ORs) and 95% confidence intervals (CIs) of poor sleep quality associated with sleep habits and socioeconomic related factors **Results:** Among 1878 pre-school infants and young children, 981 (52.2%) boys and 897 girls (47.8%) had an average sleep quality score of 3.03 ± 0.41 for infants and young children aged 1-3 years in New Taipei City. The sleep onset latency of young children, health status, gender and education level of primary caregiver, economic status, care giver accompanied sleep, bed-sharing sleep and the sleeping environment are all related factors of poor sleep quality in young children. Young children who seldom adjust their sleeping environment have a higher risk of poor sleep quality than who always adjust their sleep onset latency, the risk of poor sleep quality had enhanced (OR=2.83; 95% CI=2.15-3.72). **Conclusions:** The sleep onset latency, sleep environment and education level of primary caregiver are related to sleep quality in 1 to 3 years-old young children of New Taipei City.

Keywords: young children, sleep quality, sleep habits, infant care center

新北市公立幼兒園教保服務人員 教學信念與班級經營效能之相關研究

陳桂凰

蘇育令

輔仁大學

臺北市立大學

摘要

本研究旨在探討354位新北市公立幼兒園教保服務人員教學信念與班級經營效能之現況、相關情形與信念對班級經營的影響。研究採問卷調查法，其教學信念層面包括：「教保服務人員角色」、「課程教材」、「教學實施」、「師生互動」；班級經營層面包括：「教學品質」、「班級環境規劃」、「班級常規經營」、「親師溝通」及「班級氣氛營造」。研究結果發現：一、教保服務人員教學信念與班級經營效能皆為中高程度，其得分最高的層面各為「師生互動」及「班級氣氛營造」。二、教保服務人員背景變項中學歷與年資對整體教學信念有顯著差異。學歷「研究所（含）以上」顯著高於「一般大學」；教學年資「16年以上」顯著高於「1-5年」。三、教保服務人員只有「教學年資」對班級經營效能中「教學品質」層面有顯著差異，「16年以上」顯著高於「1-5年」。四、教保服務人員教學信念與班級經營效能，呈顯著中度正相關。五、教保服務人員教學信念對整體與各層面班級經營效能都有顯著的解釋力；且教學信念中以「師生互動」及「教保服務人員角色」層面對班級經營效能的解釋力最佳。

關鍵字：幼兒園、教保服務人員、教學信念、班級經營效能

通訊作者：蘇育令

Email: yulingsu1024@gmail.com

壹、緒論

研究者從以下二個面向說明本研究之動機與重要性，分別為（一）班級經營對幼兒學習與教師教學的影響、與（二）教學信念與班級經營效能的關係與相關研究的需要。

（一）良好的幼兒園班級經營影響幼兒的學習，Cobbold與 Boateng（2016）指出沒有良好的班級經營，有效的教學和學習難以實踐。臧瑩卓（2011）亦言，成功的班級經營，能讓幼兒在教室有良好的行為和學習態度，也會提升教師的教學成效。班級經營的內容繁多，包括在班級環境規劃、常規經營、親師溝通及班級氣氛營造...等。而在時代變遷與政策改變的影響下，研究者觀察到公立幼兒園班級中不同背景之教保服務人員與幼兒混齡的狀況，亦增加班級經營的複雜性與挑戰性，教保服務人員在班級經營上的信念以及策略，亦需要許多時間磨合與溝通。其次，現在的家庭組成型態多元，增加教室中人際互動與班級運作的複雜度，有可能加重教師的負擔及影響教師信念與班級經營。基於此，研究者認為探究當代幼兒園教師教學信念與班級經營效能間的關係有其必要性。

（二）教學信念影響教師的教學模式與教學型態，也是引導出教師教學表現的重要因素。Banu（2014）指出教師對於兒童學習的信念，影響其選擇教學的方法與教學品質。該研究中使用訪談方法瞭解五位教師的信念，研究結果呈現該地區的幼兒教師因環境的影響，仍持有強化幼兒知識與重視幼兒學習表現的教學信念，建議信念的改變需要從環境中的家長、學校、與同儕的支持開始。同時信念在教學中，也會依照教師當時情境與學生特質而不斷調整，也是教室情境裡師生間雙向互動的歷程（梁鳳珠，2012）。研究者從文獻回顧中，發現過去幼兒園教師的教學信念研究多以觀察、訪談方式收集資料，了解單一或少數樣本教師的教學信念（李雯佩、高傳正，2007；陳國泰、曾佳珍，2005；陳淑琴，2007），過去質性研究中的結果發現，雖能呈現幼兒園教師教學信念影響課程教學，但較無法瞭解目前幼兒園教師教學信念與班級經營效能此面向之間的關係。同時，雖然過去研究中已顯示國小教師教學信念與班級經營有顯著正相關，且教學信念對班級經營效能具有預測力（黃淑寬，2006），其中張珮鳳（2011）又發現信念中的「學生差異」面向、與李冠宏（2016）發現信念中「課程教材」面向對班級經營之預測力最高；然而研究者認為有可能因為教學情境與時代不同的差異，幼兒園教師的信念對於班級經營預測

的面向會與小學教師有所不同。研究者認為擔任幼兒園教保服務人員的教學信念相對重要，因為幼兒是國家未來的主人翁和希望，同時教師信念影響其教學的品質；且因現代教學環境生態的複雜性與班級經營的挑戰，有需要更進一步探究幼兒園教師信念與班級經營的關係。本研究不僅擴充過去的研究對象，對象以幼兒園教師為主，並且探究幼兒園教師信念中的不同面向對於班級經營效能的預測力、發現與過去以小學教師為研究對象的結果差異何在，較能提供幼兒園教師作為增加班級經營效能的參考。

基於以上兩者說明，研究者擬補充過去相關研究的進行，更進一步瞭解不同背景之幼兒園教師的教學信念與班級經營效能的現況、以及幼兒園教師教學信念與班級經營效能之間的關係。本研究以新北市324位公立幼兒園教保服務人員為研究對象，運用問卷調查現代教保服務人員教學信念與班級經營效能兩者的(1)概況、(2)不同背景變項於此兩者中的差異情形、與(3)兩者間的關聯性。研究的發現將有助於瞭解現代幼兒教師教學信念中不同之面向與班級經營效能兩者的關係，以做為幼兒園教師增加班級經營效能的參考。

貳、文獻探討

一、教學信念的內涵與定義

基於教學信念影響教師的教學行為與班級經營，研究者以下先闡述教學信念再接續論述班級經營效能。陳淑琴（2007）指出教師的教學行為和表現、在課室內的決策與行動，皆源於教師的信念。沈連魁與劉從國（2007）也認為教學信念是教師對於教學歷程中的相關因素，所持有信以為真的心理傾向或教師教學觀點。

不同專家學者對「教學信念」之內涵各有不同角度的觀點與見解，因此探討的教學信念項目稍有不同，茲歸納過去學者定義教學信念的項目包括：教育目標、教師角色、課程教材、教學情境、師生互動、教學實施、學生學習、教學評量、親師溝通等。

其中定義最多的項目為課程教材、教學實施，其次為教師角色、師生互動（李冠宏，2016；李雯佩、高傳正，2007；梁鳳珠，2012；張純子，2014；蔡燕卿，2015；陳國泰、曾佳珍，2005），可見這些是過去研究者們探究較多的項目。基於過去文獻，本研究以較多探究之項目歸納教學

信念為「教保服務人員角色」、「課程教材」、「教學實施」、「師生互動」等四個層面進行探討。此四個層面，分述如下：

（一）教保服務人員角色

是指從事教保服務工作與幼兒教保活動課程的過程中，期許自己成為一個怎樣的教保服務人員和應負的責任。

（二）課程教材

課程教材是指教保服務人員對於課程目標、內容、教材編選以及擬定課程計畫和設計活動課程所持有的信念。

（三）教學實施

教學實施是指教保服務人員在進行教學活動中，包括所使用的教學方法、策略、以及安排幼兒學習活動和實施教學評量等方面的信念。

（四）師生互動

師生互動是指教師在教學過程中，與幼兒建立關係及相處互動的方式。

教學信念可於無形中牽引著教師的教學行為、態度、價值判斷與決定，影響教師對教學任務的界定、教學策略的選擇、教師實務知識的運用以及教學問題之處理(王俐文、邱淑惠, 2013)。因此，本研究對教學信念的看法是：教學信念為教保服務人員對於教學歷程中之教保服務人員角色、課程教材、教學實施、師生互動，內心所秉持信以為真的教學觀點。並依據此信念引導其教學決定與活動，並透過教學行為以達成目標。

二、班級經營效能的內涵與定義

蔡淑桂(2004)指出不同教育信念的教師，產生不同之班級經營策略，也影響其班級經營效能。吳清山(1992)指出效能係指達成目標的程度，也就是說愈能達成預定目標，效能就愈高，反之則效能就愈低。所以要達到班級經營有效能，首先要先了解班級經營的內涵。

谷瑞勉(2014)認為班級經營的內涵範圍很廣，從規則訂定、課程安排、保育工作、幼兒的學習發展與行為輔導、環境設備、自省和溝通，到幼兒特殊行為問題的處理等不同程度的工作皆屬之。教師在這些領域的想法和做法，通常影響了班級經營的執行與效果。茲歸納過去學

者定義班級經營效能項目包括：行政經營、課程教學、環境規劃、常規管理、個案輔導、人際關係、親師溝通、教師自省、保育工作、學生的學習成效、班級氣氛營造、獎懲措施等（谷瑞勉，2014；洪秋如，2005；張美雲、彭翊榛，2015；張美雲、劉千榕，2017；張珮鳳，2011；臧瑩卓，2012；賴宥臻，2016；薛雅婷，2009）。

其中文獻中呈現過去班級經營效能定義最多的項目為課程教學、環境規劃、常規管理，其次為親師溝通、班級氣氛營造。因此本研究對教保服務人員所探討的班級經營效能項目，歸納成「教學品質」、「班級環境規劃」、「班級常規經營」、「親師溝通」及「班級氣氛營造」等五個層面進行探討。此五個層面，分述如下：

（一）教學品質

幼兒園課程的安排，包括六大領域及學習中所進行的各種活動。除了每天每週、每單元的設計之外，也要兼顧整年度的學習內容和目標（谷瑞勉，2014）。本研究的教學品質，係指教保服務人員有好的教學活動準備與設計、安排與實施並運用良好的教學方法，以有效地進行教學活動。

（二）班級環境規劃

谷瑞勉（2014）指出學習環境建立在設備與材料的安排上，教師有必要將教室布置成一個能刺激學習、有趣且能規範良好行為的地方。所以本研究的班級環境規劃係指教保服務人員能妥善安排教室內外空間與設備材料，包括教室動線安排、牆面布置、地面空間和桌椅位置、個人物品與材料存放、戶外空間安排及學習角落設置與使用，使幼兒能在安全舒適的環境下學習。

（三）班級常規經營

班級常規以文字化的方式來呈現教室內中的規範及道德，也是教師對學生在班級學習中的行為期待、行為標準（周新富，2005）。本研究的常規經營，係指教保服務人員在日常生活中為使教學活動順利進行、建立班級秩序，所訂定的規範及道德，也就是對幼兒的行為期待以語言或其他方式具體陳述出來，培養幼兒遵守規範的態度與行為。

（四）親師溝通

現在的家庭組成型態多元，有單親、隔代教養等，教師須了解幼兒家庭狀況，邀請家長作為教育的夥伴，打開彼此的溝通管道（谷瑞勉，2014），縮短親師認知的差距。本研究的親師溝

通係指教保服務人員與家長建立和維持良好的關係，並善用家長資源，以有效輔助幼兒的學習及行為表現。

（五）班級氣氛營造

谷瑞勉（2014）指出良好的班級氣氛是建立在師生相互尊重的基礎上。而班級氣氛由班級中的人際關係所形成，包括了師生關係及同儕關係（賴宥臻，2016），教師應接納、關心幼兒，建立正向、互相扶持、合作的班級氛圍。

從專家學者對班級經營定義，本研究進一步對班級經營效能定義為：為達成教育目標，促進幼兒健全成長與發展，教保服務人員有效地處理班級的教學品質、環境規劃、常規經營、親師溝通及班級氣氛營造層面所達成目標之程度。

三、教學信念與班級經營效能之相關研究

研究者透過臺灣碩博士論文加值系統，針對教學信念與班級經營搜尋相關文獻，其中多是以國中，小學教師為對象的研究。而國小教師研究對象性質與幼兒園教師較相近。茲就洪秋如（2005）、黃淑寬（2006）、薛雅婷（2009）、張珮鳳（2011）、李冠宏（2016）、王秀娜（2017）等6篇國小教師相關文獻的結果加以摘錄彙整，發現有關教學信念與班級經營效能的相關研究結果，整理如下：

- （一）教學信念普遍良好或屬於中高程度。
- （二）班級經營現況偏向高效能、優異、中上的情況、或良好的班級經營能力或效能。
- （三）教學信念與班級經營效能會因不同背景變項而有所差異。
 1. 在教學信念上，不同「性別」、「教學年資」、「婚姻狀況」、「學歷」、「擔任職稱」在教學信念上達顯著差異。
 2. 在班級經營上，不同「學歷」、「教學年資」、「婚姻狀況」、「年齡」在班級經營效能上達顯著差異。
 3. 教學信念與班級經營效能具有顯著正相關，也就是教學信念愈佳，則班級經營效能表現也愈好。
 4. 教學信念對班級經營效能具有預測力，王秀娜（2017）亦指出教學信念對班級經營效能有一定程度之解釋力。

Banu (2014) 指出學前教師是幼兒教育生活中的主要人物，其高品質教學方法的信念可以提供幼兒良好的學習環境。幼兒園教保服務人員的教學信念是重要的，因為其信念影響其教學的品質；且現代教學環境生態的複雜性與班級經營的挑戰，有需要更進一步探究教師信念與班級經營的關係。除此之外，研究者發現關於國外幼兒園班級經營的相關文獻大致可以歸納如下四類：(1)敘述說明班級經營的重要性與策略、(2)探究班級常規的方式與幼兒不良行為之間的關係、(3)教室環境的規劃與班級經營間的關係、與(4)教師對於班級經營效能的覺察等。在第(2)類的文獻當中Scott-Little與Holloway (1992) 提及民主的經營方法能促進兒童正向的社會發展；限制性或懲罰性的規定較無法鼓勵兒童參與活動，且可能減少幼兒思考的機會與正向的人際關係，也無法使幼兒保有積極的態度與學習社會互動的技巧 (Honig & Wittmer, 1996)。教師在班級經營中若使用合宜的情境以及策略，支持幼兒的情緒，則幼兒展現出較多學習、溝通的意願與減少問題行為的發生 (Morris, Lloyd, Millenky, Leacock, Raver, Bangser, & Mdr., 2013)。第(2)類之文獻也暗示者教師選擇的常規方式，亦可能與其信念有關。另外，第(3)類的文獻中呈現教師改善學習環境與情境的方式，能夠有效預防幼兒的不良行為 (Guardino & Fullerton, 2010)，或者設置學習區 (Sterling, 2009) 與小組活動 (Wasik, 2008) 能夠減少幼兒的不良行為。同時，也有相關文獻指出班級人數與學童在校時間的長短影響兒童在班級中的行為 (Yan & Lin, 2005)。而最後一類的研究則著重於教師對於班級經營效能的覺察面向，以及說明覺察效能幫助教師省思且改變教學 (Cobbold & Boateng, 2016)。綜合上述的文獻回顧，研究者發現教師的常規設定和環境規劃方法與其教學信念相關，且覺察信念對教師的班級經營有其重要性；然而教學信念的面向與班級經營面向廣泛，需要針對各面向間的關係進行更深入的探究 (Evertson & Weinstein, 2006)。因此本研究擴大過去的研究，以幼兒園教保服務人員為對象，探討其教學信念與班級經營效能之現況與其相互間的關係，未來研究結果能提供其他研究者參考。

參、研究方法

一、研究架構

本研究依據相關文獻與研究問題發展出本研究之研究架構，如圖1：

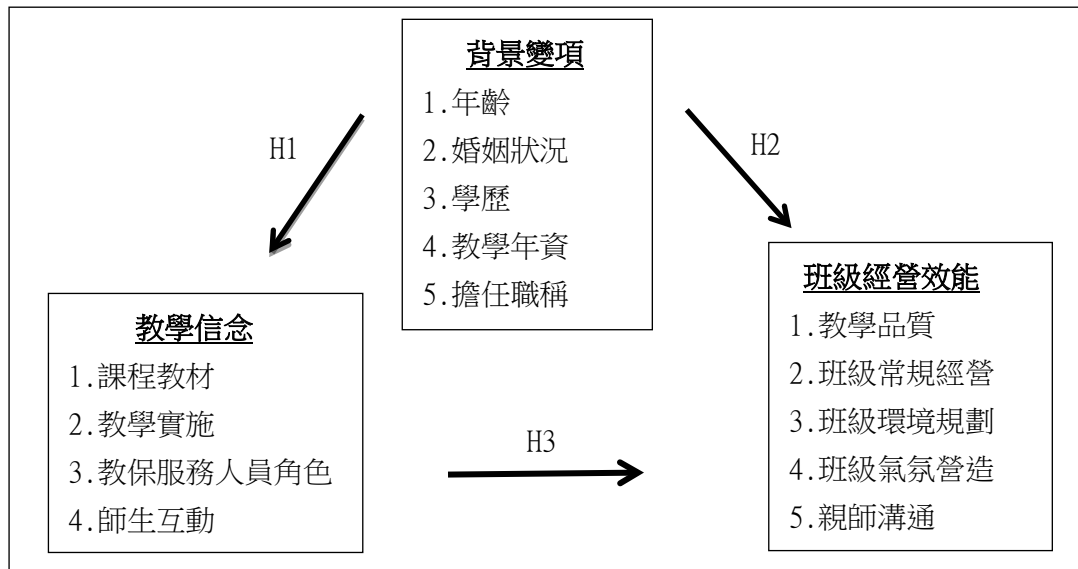


圖1 研究架構圖

二、研究假設

本研究依據相關文獻與研究問題提出研究假設如下：

H1：不同背景變項的新北市公立幼兒園教保服務人員在教學信念有顯著差異。

H2：不同背景變項的新北市公立幼兒園教保服務人員在班級經營效能有顯著差異。

H3：新北市公立幼兒園教保服務人員的教學信念對班級經營效能有顯著的相關與影響。

三、研究對象

研究者任教於新北市，再加上新北市公立幼兒園園數居全國之冠，比例佔全國公立幼兒園數的11%，資料結果能提供眾多幼兒教師做為參考，因此本研究以107學年在職的新北市公立幼兒園教保服務人員為研究對象。依教育部統計處資料顯示，106學年全國公立幼兒園總數為2041園；依新北市幼兒教育資源網顯示106學年公立幼兒園資料，統計共219園，新北市總園數占全國公立幼兒園數的11%，同時資料顯示新北市幼兒園班級數為731班，合計1714位教保服務人

員。根據2006年Lodico、Spaulding和Voegtle指出母群體在400人左右，適當的樣本數應佔40%，但超過一千人，適當樣本數需有20%（引自王文科、王智弘，2014）；Creswell（2012）則認為調查研究約需350人，並視若干因素決定。

依據上述文獻建議，本研究母群體1714人，適當樣本數應約350人。研究者依分區（新北市九大分區--板橋、三鶯、雙和、七星、文山、瑞芳、淡水、三重以及新莊分區）之教保服務人員總數佔母群體人數等比例方式，分層隨機抽取公立幼兒園之班級教師發放問卷，但發放時考量回收率及每個幼兒園班級數不同的狀況。例如板橋區共327位教師，佔母群體人數1714人之比例為19%，所以依適當樣本數350人中至少發放問卷給67位教師；但同時顧及問卷回收率及每個幼兒園班級數不同，最後此區實際發放問卷班級數為39班，問卷數78份。依此原則，最後本研究正式問卷共發放215班430份，扣除未寄回與答題不全的廢卷，有效回收問卷共計354份，有效率為82%。

四、研究工具

本研究問卷採研究對象自評的方式，其問卷包含三部分「個人基本資料」、「教保服務人員教學信念量表」與「教保服務人員班級經營效能量表」。

「個人基本資料」為背景變項，採用年齡、婚姻狀況、學歷、教學年資及擔任職稱等項目。「教保服務人員教學信念量表」則採用蔡燕卿（2015）所編製「屏東縣國小附設幼兒園教保服務人員教學信念與工作投入關係之研究」之教學信念問卷。該量表共分四個層面-師生互動、課程教材、教學實施及教保服務人員角色，共18題。此工具中的層面與教學信念的內涵與本研究欲探討之面向相符，內容相近也較符合目前現況，另外其內容效度經專家學者及實務工作者協助檢視修正，總量表信度係數Cronbach α 值為0.91。「教保服務人員班級經營效能量表」則採用賴宥臻（2016）所編製「台中市幼兒園教保服務人員人格特質與班級經營效能之研究」之班級經營效能問卷。該量表共分五個層面-教學品質、班級常規經營、班級環境規劃、班級氣氛營造及親師溝通，共33題；且其效度以文獻探討的結果為依據，經專家效度修正再請實際教育工作者檢視，同時總量表信度係數Cronbach α 值為0.98。研究者考量為減少填答者自評「教保服務人員班級經營效能量表」中之項目時，傾向呈現理想化的班級經營效能而非實際經營效能狀況，

研究者將以同班兩位教保服務人員平均數為該班的班級經營效能分數，以增加問卷填答中呈現班級經營效能的準確性。另外，「教保服務人員教學信念量表」及「教保服務人員班級經營效能量表」因與原問卷發放之地點、時間不同，所以請新北市國小附設幼兒園5位教保服務人員預先填答，確認詞句填答是否瞭解。

「教保服務人員教學信念量表」原採用李克特 (Likert) 四點量表計分，但為與「班級經營效能」問卷一致，在本研究中改採李克特 (Likert) 五點量表計分，選項由「非常不符合」到「非常符合」分別給予1、2、3、4、5分，平均分數越高表示教保服務人員知覺教學信念、班級經營效能越好。

本研究工具的效度以原參考的工具效度為主之外，再請實際教育工作者檢視，並與專家討論修改，而在本研究中信度分析採用Cronbach α 係數檢驗問卷之內部一致性。其「教學信念問卷量表」總量表的 α 係數為0.95；而各層面「師生互動」、「課程教材」、「教學實施」、「教保服務人員角色」的 α 值依序為0.91、0.88、0.76、0.81。「班級經營效能問卷量表」總量表的 α 係數為0.97；而各層面「教學品質」、「班級常規經營」、「班級環境規劃」、「班級氣氛營造」、「親師溝通」的 α 值依序為，0.91、0.93、0.89、0.90、0.90。Cronbach α 係數最好在0.7以上，由此可知本研究中量表具有良好的信度。

五、資料處理

研究者除了進行次數分配、百分比、平均數及標準差等相關描述性統計，以了解新北市公立幼兒園教保服務人員在教學信念與班級經營之現況外，並接續針對不同背景變項的新北市公立幼兒園教保服務人員，以獨立樣本t檢定或單因子變異數分析其教學信念和班級經營效能之差異情形。再者，研究者以皮爾森 (Pearson) 積差相關，分析教學信念和班級經營效能之相關情形。最後，再利用階層迴歸方法，分析新北市公立幼兒園教保服務人員背景變項與教學信念對班級經營效能各層面之影響。本研究中為減少填答者自評「教保服務人員班級經營效能量表」中之項目時，傾向呈現理想化的班級經營效能而非實際經營效能狀況，研究者將以同班兩位教保服務人員平均數為該班的班級經營效能分數，以增加問卷填答中呈現班級經營效能的準確性並減少偏差。研究者針對有效樣本數177個班級同班兩位教保服務人

員各題進行成對樣本t檢定，計算後成對樣本除了第一題「2-1.我會依據幼兒園教保活動課程大綱，規劃適宜的教學計畫。」外，同班兩位老師相差的t值介於0~-1.78，雙尾顯著性介於1~0.08並無顯著，因此同班教保服務人員在班級經營效能沒有顯著差異。基於此結果，研究者進行之後的信度、檢定、相關與回歸分析時，以同班兩位教保服務人員平均後的分數，為該班兩位教保服務人員的班級經營效能分數，並以此做分析和討論。而推論第一題可能因為「幼兒園教保活動課程大綱」自2017年8月1日起才生效一年多，有些教保服務人員尚未熟悉所致。

肆、研究結果

一、新北市公立幼兒園教保服務人員教學信念與班級經營效能之現況分析

(一) 研究對象背景資料

研究對象背景含年齡、婚姻狀態、學歷、擔任職稱五項。整理研究對象之資料如為下表1：

表1

有效樣本背景資料之次數分配表

變項	類別	人數	百分比	累積百分比
年齡	21-30歲	86	24.30	24.30
	31-40歲	95	26.80	51.10
	41-50歲	120	33.90	85.00
	51歲以上	53	15.00	100.00
婚姻狀態	未婚	134	37.90	37.90
	已婚	220	62.10	100.00
學歷	專科	15	4.20	4.20
	一般大學（幼保相關科系、師資班或教育學程）	132	37.30	41.50
	教育大學（師院）	124	35.00	76.60
	研究所（含）以上	83	23.40	100.00
教學年資	1-5年	103	29.10	29.10
	6-10年	67	18.90	48.00
教育年資	11-15年	46	13.00	61.00
	16年以上	138	39.00	100.00
擔任職稱	教保員	134	37.90	37.90
	教師	220	62.10	100.00

(二) 新北市公立幼兒園教保服務人員教學信念之現況

如表2顯示，研究發現教學信念整體及四個層面的得分皆為中高程度。整體平均數為4.24，各層面以「師生互動」平均得分4.36為最高，顯示幼兒園教保服務人員知覺在教學信念中師生互動是最重要的。此結果與施宜煌、趙孟婕（2015）在分析相關文獻時發現幼兒教師應發展良好的師生溝通模式、增進師生情感以營造和諧的師生關係相近。

「教學信念」各題之平均分數得分最低為「教學實施」，其中一題「1-15.在評量學習成果時，能採多元方式並兼顧幼兒在六大核心素養的學習情形。」得分為3.99，其次「1-8.我能有組織、有系統的呈現課程教材並統整各學習領域。」得分為4.05。依目前幼兒園課程《幼兒園教保活動課程大綱》分為六大領域，且規劃及實施須隨時關注各領域的涵蓋性、課程目標和學習指標的接續性及活動間的連貫性，以陶養幼兒發展統合的六大核心素養。推論分數較低之原因可能為，教保服務人員尚在學習統整各學習領域，與兼顧幼兒在六大核心素養的學習。

表2
教學信念各層面平均數與標準差

各層面名稱	平均數	標準差	排序
師生互動	4.36	.49	1
課程教材	4.20	.49	2
教學實施	4.17	.51	3
教保服務人員角色	4.14	.53	4
整體	4.24	.44	

(三) 新北市公立幼兒園教保服務人員班級經營效能之現況

由表3顯示，研究發現整體班級經營效能及五個層面的得分皆為中高程度。整體平均數為4.27，各層面以「班級氣氛營造」平均得分4.41為最高，顯示幼兒園教保服務人員知覺在班級經營中班級氣氛的營造是自己最能掌握的。此結果和賴育臻（2016）在臺中市對幼兒園教保服務人員班級經營效能關係的調查結果相同。

「班級經營」各題之平均分數得分最低為「班級環境規劃」，其中一題「2-19.我會和幼兒一起討論、共同設計並完成教室佈置。」得分為3.93，其次「2-5.撰寫教學計畫時，我能顧及課程統整的概念，注意學習領域間的均衡性。」得分為4.05。推論原因為可能因為初次入園的幼兒，有些基本能力尚待加強或生活經驗不足，故教保服務人員無法完全經由和幼兒討論、共同設計完成教室佈置；或者是如何有能力的與幼兒共同設計環境，對教保服務人員來說是需要持續學習的面向。而統整課程及注意學習領域間的均衡性，則是教保服務人員需加強的地方。

表3

班級經營效能各層面平均數與標準差

各層面名稱	平均數	標準差	排序
教學品質	4.15	.34	5
班級常規經營	4.35	.36	2
班級環境規劃	4.24	.36	4
班級氣氛營造	4.41	.35	1
親師溝通	4.28	.37	3
整體	4.27	.32	

二、不同背景變項之新北市公立幼兒園教保服務人員教學信念與班級經營效能之差異（分析）性檢定

（一）不同背景變項在教學信念之差異情形

背景變相中，只有不同學歷、與年資之新北市公立幼兒園教保服務人員，在「整體」教學信念得分上達顯著差異。不同學歷之幼兒園教保服務人員在「整體」（ $F = 4.29, p < .01$ ）及「課程教材」（ $F = 8.20, p < .001$ ）、「教保服務人員角色」（ $F = 3.70, p < .05$ ）層面皆達顯著差異（如表4）。以Scheffe法進行事後比較得知：在「整體」及「課程教材」、「教保服務人員角色」層面上，「研究所（含）以上」之平均數得分皆顯著高於「一般大學」。與張珮鳳（2011）在研究中發現相同，不同教育程度的教保服務人員在部分和「整體」層面教學信念達顯著差異，顯示教保服務人員的信念亦可能因學歷的不同而受影響。推論其原因可能因為隨著教育程度的提升，其教學信念會更好。

表4

不同學歷之教保服務人員教學信念之單因子變異數分析

層面	學歷	個數	平均數	標準差	F	顯著性	事後檢定	
課程 教材	(1)專科	15	3.86	.50	8.20***	.00	(4) , (3)>(1)	
	(2)一般大學(幼保相關科系 、師資班或教育學程)	132	4.10	.50				(4)>(2)
	(3)教育大學(師院)	124	4.25	.45				
	(4)研究所(含)以上	83	4.36	.48				
教保 服務 人員 角色	(1)專科	15	4.09	.54	3.70*	.012	(4)>(2)	
	(2)一般大學(幼保相關科系 、師資班或教育學程)	132	4.04	.53				
	(3)教育大學(師院)	124	4.17	.55				
	(4)研究所(含)以上	83	4.27	.47				
整體	(1)專科	15	4.06	.41	4.29**	.005	(4)>(2)	
	(2)一般大學(幼保相關科系 、師資班或教育學程)	132	4.16	.44				
	(3)教育大學(師院)	124	4.27	.43				
	(4)研究所(含)以上	83	4.35	.41				

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

不同教學年資之幼兒園教保服務人員在「整體」($F = 4.72, p < .01$)及「課程教材」($F = 6.06, p < .001$)、「教學實施」($F = 5.61, p < .01$)、「教保服務人員角色」($F = 7.21, p < .001$)層面皆達顯著差異(如表5)。以Scheffe法進行事後比較得知:在「整體」及「課程教材」、「教學實施」、「教保服務人員角色」層面上,「16年以上」之平均數得分皆顯著高於「1-5年」。此結果和黃儒傑(2010)在教學信念上的研究顯示相同。而蔡燕卿(2015)所做的調查也發現教學年資「16年以上」的國小附設幼兒園教保服務人員在整體教學信念的得分顯著高於「6-10年」與「5年以下」,顯示不同教學年資之幼兒園教保服務人員在教學信念有顯著的差異。推論

其原因可能因為教學年資「16年以上」資深教保服務人員教學經驗較多，經年累月的調整後教學信念較「1-5年」新手教保服務人員更好。

表5

不同教學年資之教保服務人員教學信念之單因子變異數分析

層面	教學年資	個數	平均數	標準差	F	顯著性	事後檢定
課程教材	(1)1-5年	103	4.04	.54	6.06***	.000	(4)>(1)
	(2)6-10年	67	4.22	.45			
	(3)11-15年	46	4.24	.44			
	(4)16年以上	138	4.30	.47			
教學實施	(1)1-5年	103	4.02	.53	5.61**	.001	(4)>(1)
	(2)6-10年	67	4.15	.51			
	(3)11-15年	46	4.22	.47			
	(4)16年以上	138	4.28	.48			
教保服務 人員角色	(1)1-5年	103	3.96	.53	7.21***	.000	(4)>(1)
	(2)6-10年	67	4.14	.52			
	(3)11-15年	46	4.15	.46			
	(4)16年以上	138	4.27	.52			
整體	(1)1-5年	103	4.11	.47	4.72**	.003	(4)>(1)
	(2)6-10年	67	4.24	.42			
	(3)11-15年	46	4.27	.38			
	(4)16年以上	138	4.32	.42			

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

(二) 不同背景變項在班級經營效能之差異情形

背景變項中，只有不同教學年資之新北市公立幼兒園教保服務人員，在「整體」班級經營效能得分上達顯著差異。不同教學年資之新北市公立幼兒園教保服務人員在班級經營效能「教學品質」(F = 4.68, $p < .01$)、「班級環境規劃」(F = 3.33, $p < .05$)及「整體」(F = 2.66, $p < .05$)上都達顯著(如表6)。以Scheffe法進行事後比較得知，只有在「教學品質」層面有顯著差異，「16年以上」之平均數得分顯著高於「1-5年」，其餘層面及整體都無顯著性差異。此結果和臧瑩卓(2012)發現年資深的教師在教學時間掌控得宜，而新手教師應多加強對教學時間、內容掌控之技能較相同。推論其原因可能因為資深的教保服務人員其教學經驗較豐富，經年累月的自我檢討調整，在課程的設計、安排與教學方法都已有一定程度的品質，因此不同教學年資之新北市公立幼兒園教保服務人員在班級經營效能「教學品質」層面上具顯著差異。

表6

不同教學年資之教保服務人員班級經營效能之單因子變異數分析

層面	教學年資	個數	平均數	標準差	F	顯著性	事後檢定
教學品質	(1)1-5年	103	4.08	.36	4.68**	.003	(4)>(1)
	(2)6-10年	67	4.09	.32			
	(3)11-15年	46	4.21	.36			
	(4)16年以上	138	4.22	.31			
班級環境規劃	(1)1-5年	103	4.17	.35	3.33*	.02	
	(2)6-10年	67	4.18	.37			
	(3)11-15年	46	4.29	.36			
	(4)16年以上	138	4.30	.34			
整體	(1)1-5年	103	4.22	.34	2.66*	.048	
	(2)6-10年	67	4.23	.32			
	(3)11-15年	46	4.31	.33			
	(4)16年以上	138	4.32	.30			

* $p < .05$ ** $p < .01$

三、新北市公立幼兒園教保服務人員教學信念與班級經營效能之關聯

(一) 教學信念與班級經營效能之相關情形

由表7可以得知，教學信念與班級經營效能各層面及整體之間均呈現正相關，且達顯著水準 ($p < .001$)。以下就教學信念與班級經營效能之間的關係做分析討論：

教學信念「整體」及各層面與班級經營效能「整體」之相關係數均呈顯著中度正相關 ($r = .59 \sim .61, p < .001$)，其中教學信念各層面中「教學實施」相關程度最高 ($r = .61, p < .001$)。教學信念「整體」及各層面與班級經營效能「教學品質」、「班級常規經營」、「班級環境規劃」、「班級氣氛營造」及「親師溝通」均呈顯著中度正相關。顯示教保服務人員教學信念「整體」及各層面越佳其班級經營效能「教學品質」、「班級常規經營」、「班級環境規劃」、「班級氣氛營造」及「親師溝通」也越好。此結果和薛雅婷(2009)、張珮鳳(2011)、李冠宏(2016)與王秀娜(2017)的研究相近，都顯示出教學信念與班級經營間具顯著正相關，也就是當教保服務人員教學信念愈佳，則班級經營效能表現也愈好。

表7
教學信念與班級經營效能之積差相關

	師生互動	課程教材	教學實施	教保服務人員角色	整體
教學品質	.51***	.59***	.61***	.59***	.65***
班級常規經營	.56***	.57***	.57***	.55***	.64***
班級環境規劃	.52***	.51***	.53***	.53***	.59***
班級氣氛營造	.56***	.51***	.52***	.51***	.60***
親師溝通	.51***	.52***	.50***	.51***	.58***
整體	.59***	.60***	.61***	.60***	.68***

*** $p < .001$

(二) 教學信念與班級經營效能之迴歸分析

1. 教學信念對「整體」班級經營效能之迴歸分析

由表8迴歸分析得知，模組一放入背景資料去分析「整體」班級經營效能的迴歸影響時，「背景資料」各項都未達顯著。此結果顯示年齡、婚姻狀況、學歷、教學年資、擔任職稱為教保員或教師對班級經營效能整體都無顯著影響，可見背景資料對「整體」的班級經營效能沒有影響。

模組二再加入教學信念的四個層面，去分析「整體」班級經營效能的迴歸影響時，「背景資料」各項仍未達顯著，但教學信念中的「師生互動」($\beta = 0.24, p < .001$)、「課程教材」($\beta = 0.17, p < .05$)、「教學實施」($\beta = 0.15, p < .05$)和「教保服務人員角色」($\beta = 0.23, p < .001$)都達顯著。此顯示教學信念「師生互動」、「課程教材」、「教學實施」和「教保服務人員角色」四個層面對「整體」的班級經營效能有顯著影響。由模組一和模組二來看， R^2 增加了44%，也就是增加44%的解釋力。

表8

背景變項、教學信念對整體班級經營效能之迴歸分析(N=354)

自變項名稱	整體	
	模組一 標準化迴歸係數	模組二 標準化迴歸係數
背景變項		
年齡	-.03	-.02
婚姻狀況	-.04	.01
學歷	.08	-.05
教學年資	.18	.03
教保員/教師	-.08	-.01
教學信念		
師生互動		.24***
課程教材		.17*
教學實施		.15*
教保服務人員角色		.23***
R^2	.03	.47
F 值	1.78	30.51***
ΔR^2		.44
ΔF 值		71.44***

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

2. 教學信念對班級經營效能各層面之迴歸分析

以下依據表9迴歸分析得知：

(1)教學信念對班級經營效能中五個層面：「教學品質」、「班級常規經營」、「班級環境規劃」、「班級氣氛營造」、「親師溝通」之迴歸分析中，模組一放入背景資料時，除了發現對「教學品質」是有顯著的，且背景資料中的「教學年資」($\beta = 0.23, p < .05$)有個別的顯著影響。

(2)教學信念對班級經營效能中五個層面：「教學品質」、「班級常規經營」、「班級環境規劃」、「班級氣氛營造」、「親師溝通」之迴歸分析中，模組二再加入教學信念的四個層面。

(2.1)研究發現分析「教學品質」的迴歸影響時，發現信念整體仍達顯著且影響力更高。但背景資料中的「教學年資」變未達顯著，而「學歷」($\beta = -0.10, p < .05$)變成有個別的顯著影響，可知其受教學信念的干擾。推論其原因，可能因在只有背景變項時，由於資深教保服務人員教學經驗豐富，所以對班級經營效能「教學品質」層面有顯著影響，但加入了「教學信念」

後，因影響教學信念的因素相當複雜，包括本身教育專業訓練、個人特質及外在因素等方面，因此教學年資就變得不那麼重要，而會影響本身教育專業訓練的學歷就變得顯著了。

而在教學信念與班級經營效能的分析中，除了「師生互動」信念 ($\beta = 0.10$) 未達顯著，其餘「課程教材」 ($\beta = 0.21, p < .01$)、「教學實施」 ($\beta = 0.20, p < .01$) 和「教保服務人員角色」 ($\beta = 0.24, p < .001$) 信念都達顯著；顯示教學信念中「課程教材」、「教學實施」、「教保服務人員角色」此三向度，對「教學品質」具顯著的正向預測。由模組一和模組二來看， R^2 增加了41%，也就是增加41%的解釋力。

(2.2)研究發現分析「班級常規經營」的迴歸影響時，教學信念中除了「教學實施」 ($\beta = 0.15$) 未達顯著，其餘「師生互動」 ($\beta = 0.24, p < .001$)、「課程教材」 ($\beta = 0.19, p < .05$)、和「教保服務人員角色」 ($\beta = 0.18, p < .01$) 信念都達顯著，顯示教學信念中「師生互動」、「課程教材」、「教保服務人員角色」此三向度，對「班級常規經營」具顯著的正向預測。由模組一和模組二來看， R^2 增加了40%，也就是增加40%的解釋力。

(2.3)研究發現分析「班級環境規劃」的迴歸影響時，教學信念中的「師生互動」 ($\beta = 0.23, p < .001$) 和「教保服務人員角色」 ($\beta = 0.22, p < .01$) 信念都達顯著，顯示教學信念中「師生互動」、「教保服務人員角色」此兩向度，對「班級環境規劃」具顯著的正向預測。由模組一和模組二來看， R^2 增加了33%，也就是增加33%的解釋力。

(2.4)研究發現分析「班級氣氛營造」的迴歸影響時，教學信念中的「師生互動」 ($\beta = 0.33, p < .001$)、「教保服務人員角色」 ($\beta = 0.19, p < .01$) 達顯著，顯示教學信念中「師生互動」、「教保服務人員角色」此兩向度，對「班級氣氛營造」具顯著的正向預測。由模組一和模組二來看， R^2 增加了36%，也就是增加36%的解釋力。

(2.5)研究發現分析「親師溝通」的迴歸影響時，教學信念中除了「教學實施」 ($\beta = 0.06$) 未達顯著外，其餘的「師生互動」 ($\beta = 0.22, p < .01$)、「課程教材」 ($\beta = 0.19, p < .05$)、和「教保服務人員角色」 ($\beta = 0.22, p < .01$) 都達顯著，顯示教學信念中「師生互動」、「課程教材」和「教保服務人員角色」此三向度，對「親師溝通」具顯著的正向預測。由模組一和模組二來看， R^2 增加了33%，也就是增加33%的解釋力。

(3)研究者分析幼兒園教師各面向之信念對班級經營效能各層面的影響時，發現信念中「師生互動」和「教保服務人員角色」層面，對班級經營效能解釋力最佳。此發現與過去某些以小學教師為研究對象的結果不同，並非如同李冠宏（2016）發現「課程教材」或者如張珮鳳（2011）發現「學生差異」面向對班級經營之預測力最高。這樣的現象也呼應Evertson 與 Weinstein(2006)提及教學信念的面向與班級經營面向廣泛，仍需要研究者深入的探究各面向間的關係。

表9

背景變項、教學信念對班級經營效能各層面之迴歸分析(N=354)

自變項 名稱	教學品質		班級常規經營		班級環境規劃		班級氣氛營造		親師溝通	
	模組一	模組二	模組一	模組二	模組一	模組二	模組一	模組二	模組一	模組二
	標準化 係數	標準化 係數	標準化 係數	標準化 係數	標準化 係數	標準化 係數	標準化 係數	標準化 係數	標準化 係數	標準化 係數
背景變項										
年齡	-.03	-.03	-.03	-.02	.02	.03	-.01	.01	-.10	-.08
婚姻狀況	-.05	.01	-.04	.00	-.05	-.01	-.06	-.02	.02	.07
學歷	.03	-.10*	.10	-.03	.07	-.04	.07	-.04	.10	-.03
教學年資	.23*	.07	.13	-.02	.16	.03	.13	.00	.16	.02
教保員/教師	-.07	-.01	-.08	-.01	-.06	.01	-.05	.03	-.12	-.05
教學信念										
師生互動		.10		.24***		.23***		.33***		.22**
課程教材		.21**		.19*		.10		.07		.19*
教學實施		.20**		.15		.14		.12		.06
教保服務人員角色		.24***		.18**		.22**		.19**		.22**
R^2	.04	.45	.02	.42	.03	.36	.02	.38	.03	.36
F 值	2.50*	27.74***	1.17	24.33***	1.93	19.54***	1.17	21.08***	1.52	19.04***
ΔR^2		.41		.40		.33		.36		.33
ΔF 值		62.93***		57.90***		44.51***		49.96***		44.18***

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

伍、結論與建議

本研究主要探討新北市公立幼兒園教保服務人員教學信念與班級經營效能之現況與相關情形。研究者依據研究目的歸納研究發現形成結論，並提出具體建議。

一、結論

(一) 新北市公立幼兒園教保服務人員教學信念與班級經營效能之現況

新北市公立幼兒園教保服務人員教學信念及班級經營效能皆屬於中高程度，認為自身皆有良好的教學信念與班級經營效能。

(二) 新北市公立幼兒園教保服務人員之「學歷」以及「教學年資」對整體教學信念有顯著差異

1. 不同學歷的教保服務人員在整體教學信念與部分層面達顯著差異

其中「整體」及「課程教材」、「教保服務人員角色」層面上，「研究所(含)以上」之平均數得分皆顯著高於「一般大學」。

2. 不同教學年資的教保服務人員在整體教學信念與部分層面達顯著差異

其中「整體」及「課程教材」、「教學實施」、「教保服務人員角色」層面上，「16年以上」之平均數得分都顯著高於「1-5年」。

(三) 新北市公立幼兒園教保服務人員只有「教學年資」在班級經營效能「教學品質」層面具有顯著差異

不同教學年資的新北市公立幼兒園教保服務人員對班級經營效能只有在「教學品質」層面有顯著差異，「16年以上」之平均數得分顯著高於「1-5年」。

(四) 新北市公立幼兒園教保服務人員教學信念與班級經營效能呈現顯著中度正相關

亦即新北市公立幼兒園教保服務人員教學信念得分越高，其班級經營效能越高。各層面中以「教學實施」層面與班級經營效能「教學品質」的相關程度最高，以「教學實施」層面與班級經營效能「親師溝通」的相關程度最低。

(五) 新北市公立幼兒園教保服務人員教學信念對班級經營效能整體與各層面具解釋力

本研究結果發現新北市公立幼兒園教保服務人員「背景資料」對整體班級經營效能沒有顯著的解釋力，但是加入「教學信念」對整體班級經營效能有47%的解釋力，其中「師生互動」、「課程教材」、「教學實施」及「教保服務人員角色」四個層面均能有效解釋教保服務人員整體班級經營效能，且以「師生互動」及「教保服務人員角色」層面的解釋力最佳。所以，當教保服務人員「師生互動」及「教保服務人員角色」的教學信念得分越高，其整體班級經營效能也越高。

(六) 在各層面的迴歸分析當中，本研究發現：

1. 教學信念「教保服務人員角色」層面對整體班級經營效能或各層面都有顯著影響

研究者推論可能是教保服務人員必須要先釐清專業的角色定位，才能影響整體或各層的面班級經營；而且教保服務人員為幼兒與家庭的第一位教師，在信念中更看重自我專業的角色。此發現和過去某些以小學教師為研究對象的結果不同，出現「教保服務人員角色」層面對各層面都有顯著影響。

2. 教學信念的「師生互動」對整體班級經營效能及「班級常規經營」、「班級環境規劃」、「班級氣氛營造」和「親師溝通」層面都有顯著的影響

研究者推論師生互動良好的狀況，教師在與幼兒互動中更能觀察與瞭解幼兒的發展與學習，有助於了解幼兒的觀點、並與幼兒討論班級常規與規劃適齡適性的學習環境。同時良好的師生互動有助於親師間的溝通與合作，透過幼兒回家與家長分享良好的師生關係、與教師分享幼兒在班級中的學習與成長，更能增加教師與家長在溝通中產生信任與合作。

3. 教學信念的「課程教材」對整體班級經營效能及「教學品質」、「班級常規經營」和「親師溝通」層面有顯著的影響

研究者推論因為教保服務人員若能將課程教材設計好，便能提供較完整之統整性課程，則班上的教學品質自當良好。且教師若能掌控教學時間，活動也具緊湊，甚至轉接時刻也能規劃適當的活動串聯，班級的常規經驗必然呈現良好的情況。幼兒在穩定的學習環境成長與學習後，回家與家長分享班級課程與班級氛圍等，親師也易建立正向關係。

4. 教學信念的「教學實施」只有對「整體」及「教學品質」有顯著的影響

研究者推論可能在進行教學活動時，教學者若能依幼兒的個別差異而適時的調整活動方式並與幼兒保持良好互動，則「教學品質」就會比較好，進而影響到整體的班級經營效能。

以上結果表示，控制教保服務人員背景變項後，教保服務人員要有高效能的班級經營，首先必須釐清自身的專業角色，其次師生互動的信念需特別的關注，課程教材也需要事先規畫妥當，如此有助於進行提升教學品質、常規經營、環境規劃、班級氛圍與親師溝通。

二、建議

研究者依據研究發現，針對教學實務與未來研究方向提出以下幾點建議：

(一) 覺察專業角色，培養良好的師生互動模式

研究顯示，教學信念中「教保服務人員角色」與「師生互動」對班級經營效能各層面是最有影響的。因此教保服務人員需察覺、省思及釐清自身扮演的角色。尤其在時代與文化變遷下，教師對角色的觀點也有可能重新建構，進而影響班級經營效能。教保服務人員平日可與幼兒互動中了解幼兒觀點，以及在教學中省思專業角色的意義。同時，教保服務人員與幼兒的互動中，除了讓幼兒感受到教保服務人員的關心外，也可與幼兒一起討論班上班級常規、如何營造班級文化與共創課程等。透過良好的溝通方式與情感交流，才能在良好的互動中共同學習，並提升班級經營之效能。

(二) 教保專業成長活動與師培課程中，邀請教學年資較長的教保服務人員分享教學

信念

本研究結果發現新北市公立幼兒園教保服務人員「背景資料」對整體班級經營效能沒有顯著的解釋力，但是加入「教學信念」對整體班級經營效能有顯著的解釋力。然而，單就教學信念的影響上，幼兒園教保服務人員「教學年資」的背景對教學信念部分層面或整體具有顯著差異。因此，在實務上，幼兒園可以邀請年資較長的教保服務人員，分享其著重的教學信念以及形成該信念的影響原因。

另外，師培機構中的學習活動，教學者也可透過課程與學生討論教學信念的形成與對班級經營效能的影響，尤其是探索「教保服務人員角色」與「師生互動」兩部分的信念，並

且邀請資深教保服務人員與學生分享其信念的形成原因，與其班級經營實際經營的方式與改變，提升師培生對教學信念的意識與建構，並學習班級經營的方式。

（三） 探究教保服務人員角色與師生互動信念的相關研究

由研究結果得知，教保服務人員的角色與師生互動的信念對班級經營效能各層面都有顯著的影響，然而信念在教學實踐與師生互動中也會不斷調整，是教室情境裡師生間雙向互動的歷程。因此在時代與文化的變遷中，建議未來研究探究教保服務人員對專業角色認同的形成與改變歷程、探究師生互動如何形塑教師的信念與實踐、或者透過教師行動研究，探究師培生或教保服務人員在此兩項信念與班級經營效能中的專業成長。

參考文獻

- 王文科、王智弘（2014）。**教育研究法**（第十六版）。臺北：五南。
- 王秀娜（2017）。**嘉義縣國民小學教師教學信念與班級經營效能關係之研究**（未出版之碩士論文）。國立嘉義大學，嘉義。
- 王俐文、邱淑惠（2013）。教學信念之變與不變-以教育大學幼教系畢業生為例。**幼兒教育年刊**，24，25-47。
- 吳清山（1992）。**學校效能研究**。臺北市：五南。
- 沈連魁、劉從國（2007）。教師教學信念意涵之探討。**中正體育學刊**，1，1-11。
- 李冠宏（2016）。**屏東縣國小社會領域教師教學信念與班級經營效能關係之研究**（未出版之博士論文）。國立屏東大學，屏東。
- 李雯佩、高傳正（2007）。一位幼稚園教師教學信念之研究。**美和技術學院學報**，26(1)，149-172。
- 谷瑞勉（2014）。**幼稚園班級經營**。臺北：心理。
- 周新富（2005）。**幼兒班級經營**（二版）。臺北：華騰。
- 施宜煌、趙孟婕（2015）。從師生互動探思幼兒園班級經營的策略。**幼兒教保研究期刊**，15，101-117。
- 洪秋如（2005）。**臺北縣國民小學教師教學信念、班級經營策略與教師滿意度之關聯性研究**（未出版之碩士論文）。銘傳大學，臺北。
- 梁鳳珠（2012）。教師教學信念之影響因素分析。**教育研究論壇**，3（2），157-172。
- 張美雲、彭翊榛（2015）。新竹縣學前教師融合教育班級經營與教學效能之研究。**幼兒教保研究期刊**，14，41-64。
- 張美雲、劉千榕（2017）。幼稚園教師情緒管理與班級經營之研究。**幼兒教保研究期刊**，18，1-27。
- 張純子（2014）。資深幼兒教師信念與教學實務知識之敘說探究。**南臺學報**，39（4），131-146。
- 張珮鳳（2011）。**參加靜思語教學研習國小教師教學信念與班級經營之研究**（未出版之碩士論文）。東海大學，臺中市。
- 黃淑寬（2006）。**國小級任教師人格特質、教學信念與班級經營效能關係之研究**（未出版之碩

- 士論文)。國立臺南大學，臺南市。
- 黃儒傑(2010)。新手與資深幼稚園教師教學效能信念及其教學承諾之研究。*新竹教育大學教育學報*，27(2)，1-36。
- 臧瑩卓(2012)。幼稚園教師班級經營策略運用情形之研究。*幼兒保育學刊*，9，17-35。
- 蔡淑桂(2004)。幼稚園專家教師與新手教師的班級經營策略之比較研究。*康寧學報*，6，181-224。
- 蔡燕卿(2015)。屏東縣國小附設幼兒園教保服務人員教學信念與工作投入關係之研究(未出版之碩士論文)。國立屏東大學，屏東。
- 陳淑琴(2007)。幼兒教師主題教學信念與教學行為之研究。*臺中教育大學學報：教育類*，21(1)，27-51。
- 陳國泰、曾佳珍(2005)。準幼兒教師教學信念的發展之個案研究。*幼兒保育學刊*，3，1-30。
- 賴宥臻(2016)。臺中市幼兒園教保服務人員人格特質與班級經營效能關係之研究(未出版之碩士論文)。中臺科技大學，臺中。
- 薛雅婷(2009)。國小教師人格特質、教學信念與班級經營之研究—以高雄縣為例(未出版之碩士論文)。致遠管理學院，臺南市。
- Banu, M. S. (2014). Teachers' beliefs and perceptions of quality preschool education in Bangladesh: A postcolonial analysis. *Australasian Journal of Early Childhood*, 39(4), 37 -44.
- Cobbold, C., & Boateng, P. (2016). How confident are kindergarten teachers in their ability to keep order in the classroom? A study of teacher efficacy in classroom management. *Journal of Education and Practice*, 7(36), 181-190.
- Creswell, J. W. (2012). *Educational research: Planning, conducting, and evaluating quantitative and qualitative research* (4th ed.). Boston, MA: Pearson.
- Evertson, C. M., & Weinstein, C. S. (2006). Classroom management as a field of inquiry. In C. M. Evertson & C. S. Weinstein (Eds). *Handbook of classroom management: Research, practice, and contemporary issues* (pp. 3-15). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Guardino, C. A., & Fullerton, E. (2010). Changing behaviors by changing the classroom environment. *Teaching Exceptional Children*, 42(6), 8-13

- Honig, A. S., & Wittmer, D. S. (1996). Helping children become more prosocial: Ideas for classrooms, families, schools, and communities. *Young Children*, 51(2), 62-70.
- Morris, P., Lloyd, C. M., Millenky, M., Leacock, N., Raver, C. C., Bangser, M., & Mdr. (2013). *Using classroom management to improve preschoolers' social and emotional skills: Final impact and implementation findings from the foundations of learning demonstration in Newark and Chicago*. New York, NY: Mdr.
- Scott-Little, M. C., & Holloway, S. D. (1992). Child care providers' reasoning about misbehaviors: Relation to classroom control strategies and professional training. *Early Childhood Research Quarterly*, 7(4), 595-606.
- Sterling, D. R. (2009). Classroom management: Setting up the classroom for learning. *Science Scope*, 32(9), 29-33.
- Wasik, B. (2008). When fewer is more: Small groups in early childhood classrooms. *Early Childhood Education Journal*, 35, 515-521.
- Yan, W., & Lin, Q. (2005). Effects of class size and length of day on kindergartners' academic achievement: Findings from early childhood longitudinal study. *Early Education and Development*, 16(1), 49-68.

A Study of the Relationship between Teaching Beliefs and Class Management Efficiency of Public Preschool Educators in New Taipei City

Guey-Hwang Chen

Yu-Ling Su

Fu Jen Catholic University

University of Taipei

Abstract

The purpose of this study was to comprehend the relationship between teaching beliefs and classroom management effectiveness, and whether teaching beliefs has an impact on classroom management effectiveness. The sample comprised of 354 preschool educators in public kindergartens in New Taipei City. A survey questionnaire was used to collect the data. The findings of this study were as follows: (1) Preschool educators' teaching beliefs and the preschool educators' classroom management effectiveness were both in high-intermediate degrees. (2) The background variables of preschool educators' educational levels and the years of teaching experience had significant differences on the overall of teaching beliefs. (3) Only "the years of teaching experience" of preschool educators made significant differences to the aspect of "quality of teaching implementation" in classroom management effectiveness. (4) The teaching beliefs and classroom management efficiency of preschool educators were significantly positive correlated. (5) The teaching beliefs of preschool educators had significant explanatory power for entire and each aspect of classroom management effectiveness. Among the aspects of teaching beliefs, "teacher-student interaction" and "roles of preschool educator" had the best explanatory power in the class management effectiveness.

Keywords: preschool, preschool educator, teaching belief, classroom management effectiveness

幼兒教保研究期刊徵稿辦法

中華民國108年10月25日第十二次編輯委員會會議修訂

一、期刊宗旨

本刊旨在提供教育研究者、現場實務工作者與優秀青年學子，發表研究成果的學術交流平台，以開展與精進幼兒教育與保育之理念。

二、徵稿內容

本刊徵稿文章以未正式出版的幼兒教保理論與實徵性研究為主。

(一) 主要內容如下：

1. 特約論著：本刊編輯委員會得從幼兒教保領域中，邀約具有學術聲望的學者撰寫新興研究趨勢、廣為討論或較具爭議性之議題。每期特約稿件至多二篇。
2. 專題論著：具原創性、理論性及實徵性之幼兒教育與保育相關學術論述。
3. 研究生論著：為研究生與學者聯名投稿之文章，可由作者決定投稿類別為「專題論著」或「研究生論著」。

(二) 本刊接受之主題如下：

1. 幼兒課程與教學
2. 幼兒教保政策與行政管理
3. 幼兒發展與輔導
4. 幼教服務專業人員培育
5. 跨文化及國際比較之教保議題
6. 社會變遷中幼兒園、家庭與社區之相關議題
7. 其他幼兒教保相關議題

三、徵稿與出刊日期

(一) 本刊全年徵稿及進行審查。

(二) 本刊每年出版二期，出刊月份為一月及七月。

四、檢附資料

投稿本刊者請檢附「作者基本資料表」、「授權同意書」及「書面稿件」之書面與電子文件，稿件請自備副本，恕不退還稿件。

- (一) 投稿者基本資料表：投稿者需詳細填寫「投稿者基本資料表」，填寫內容包含中、英文題目、作者姓名、任職單位和職稱。正文與摘要中請勿標示作者姓名、職稱等基本資料。未經接受刊登前，作者姓名與排序之更動，請繕附「作者基本資料表」，並經所有作者親筆簽名同意。如經接受刊登並寄發錄取通知後，投稿者姓名與作者排序即不得更動。

(二) 投稿文章

1. 內文：請以 word 程式打字並以 A4 格式儲存。本刊僅接受中、英文稿件。中文字數以一萬五千字為限，英文字數以八千字為限。
2. 摘要：請附上中、英文摘要，字數以不超過 500 字為原則，關鍵詞二至五個。如有致謝詞，請於錄取通知後再補上，致謝詞字數不超過 50 個字為限。

(三) 稿件交寄

1. 書面文件：「作者基本資料表」、「授權同意書」及一式兩份之「書面稿件」。請郵寄至：62103 嘉義縣民雄鄉文隆村 85 號 國立嘉義大學幼兒教育系，並請註明「幼兒教保研究期刊編輯委員會」收。
2. 電子文件：「作者基本資料表」及「稿件」的電子檔，請 e-mail 至：joun_eche@mail.ncyu.edu.tw。

五、撰文格式

請依據「美國心理學會出版手冊」(Publication Manual of the American Psychological Association)第六版(2010)之規定撰寫。

(一) 建議撰文架構如下

1. 若為實徵性之研究，建議撰文架構如下：緒論、文獻探討（註：參考資料博碩士論文不宜過多）、研究方法、研究結果、結論與建議。

(二) 撰寫內容

1. 中、英文摘要撰寫格式

- (1) 題目：標楷體 (Arial) 18號字，粗體，置中。
- (2) 摘要/Abstract：標楷體 (Arial) 14號字，粗體，置中。
- (3) 摘要內容：新細明體 (Times New Roman) 11號字，靠左對齊，不分段落。
- (4) 關鍵詞：二至五個。新細明體 (Times New Roman) 12號字，靠左對齊。

2. 內文撰寫格式

- (1) 內文第一層標題：標楷體 (Arial) 14號字，粗體，置中，與前段落空一行間距。中文編號為壹、貳、參...等，英文不需編號。
- (2) 內文第二層標題：新細明體 (Times New Roman) 12號字，粗體，靠左對齊，無縮排，與前段落空一行間距。中文編號為一、二、三...等，英文編號為I、II、III....等。
- (3) 內文第三層標題：新細明體 (Times New Roman) 11號字，靠左對齊，無縮排。中文編號為(一)、(二)、(三)...等，英文編號為i、ii、iii....等。
- (4) 內文第四層標題：新細明體 (Times New Roman) 11號字，靠左對齊縮排一字元。中文編號為1、2、3....等，英文編號為1、2、3....等。

- (5) 內文第五層標題：新細明體11號字，靠左對齊，縮排二字元。中文編號為(1)、(2)、(3)...等，英文編號為(1)、(2)、(3)...等。
- (6) 內文：細明體11號字，分段落。
- (7) 參考文獻：抬頭同「內文第一層標題」方式，內容同「內文」方式，若英文文章依第六版(2010)APA格式之規定撰寫；中文文章以嘉義大學碩博士論文格式之規定撰寫(註：中文引用文獻APA格式斜體部分均改為粗體)。
- (8) 行距與邊界：以1.5行距為原則，上下左右邊界各為2.5公分。

六、審查方式

本刊採取雙向匿名審稿制度，由主編每月邀集本刊編輯委員聘請兩位以上專家學者審查，期刊編輯小組會依據審查意見，決定文章刊登與否，而經編輯委員要求修改之文章，則於作者修改後再行刊登。全年接受稿件及進行審查。

七、審查結果通知

- (一) 收稿通知：編輯小組收到書面與電子稿件後，將以e-mail方式通知作者。
- (二) 退稿通知：稿件經審查後，如未達錄取標準，將以書面郵件通知作者，並附上匿名審查意見表。
- (三) 錄取通知：稿件經審查後，如達錄取標準，將以電話與書面郵件通知作者。

八、文責版權

- (一) 本刊恕不接受翻譯著作與一稿多投，凡已在其他刊物發表或審查中之文章請勿再投本刊。來稿請勿抄襲、改作或侵犯他人著作權。
- (二) 投稿文章若已為本刊接受刊登或修正後刊登卻撤回稿件者，或有違反學術倫理之情事，本刊五年內將不接受該篇文章所有作者之稿件，情節嚴重者將函知作者任職單位。
- (三) 作者投稿文章時，需填寫授權同意書，授權本刊以紙本、光碟片及網路出版方式發行。
- (四) 若著作人投稿本刊經錄取後，同意授權本刊得再授權國家圖書館或其他資料庫業者，進行重製、透過網路提供服務、授權用戶下載、列印、瀏覽等行為。
- (五) 作者文章經本刊刊載後，如需全文或部分內容轉載時，應先徵得本刊之書面同意。
- (六) 本刊因編輯需求，對錄取稿件保有文字修改權。稿件經錄取者將奉贈本刊該期乙冊及抽印本五份，不另奉稿酬。如需刊登證明請向本刊編輯委員會索取。

九、如有其他疑問，請洽詢幼兒教保研究期刊編輯小組。電話05-2263411轉2234或1551，傳真05-2269304，E-mail：joun_eche@mail.ncyu.edu.tw，地址：62103嘉義縣民雄鄉

文隆村85號 國立嘉義大學幼兒教育系 幼兒教保研究期刊編輯委員會。

十、撰文格式範例

不同方框代表需換頁敘寫；依序為中文摘要、內文與英文摘要。（如下頁）

（一）中文摘要

文章標題

摘 要

摘要內容撰寫，字數限制在500字以內，包含標題與關鍵字。如超過限制字數，形式審查階段即退還作者修改，修改後才進入實質審查階段，請投稿人投稿前先行檢查字數，以免浪費文件往返時間。

摘要文章請不分段落敘寫，段落起始不縮排，撰寫格式中文為新細明體，英文為Times New Roman，11號字，靠左對齊，不分段落。

關鍵詞：請列出二至五個關鍵詞

（二）內文

壹、第一層標題

一、第二層標題

（一）第三層標題

1. 第四層標題

2. 第四層標題（緊接前段落）

（1）第五層標題

（2）第五層標題（緊接前段落）

A. 第六層標題

（a）第七層標題

（二）第三層標題（緊接前段落）

二、第二層標題（與前段落間距一行）

貳、第一層標題 (與前段落間距一行)

(三)英文摘要

Title

Abstract

Write down abstract here, and limit three hundred words for an abstract, including the title and keywords...

Please do not change paragraph...

Keywords : List two to five Keywords.

(四)圖表與照片

- 1.本刊為單色印製，圖表、照片呈現須考量在單色印刷下能清晰明確。
- 2.圖表標題需簡明扼要，圖之標題置於圖下置中，表之標題則置於表的左上角。圖表皆須配合正文用阿拉伯數字加以編號，同時與前後文空一行。
- 3.若有資料來源，應附加說明，同時可視需要加以註解，圖表之文字可用簡稱，若簡稱尚未約定成俗或未曾在正文中出現，則須於圖表的註解中列出全稱。圖表之說明與註解，其符號與文字應配合圖表大小，以能清楚辨識為主。

圖例：

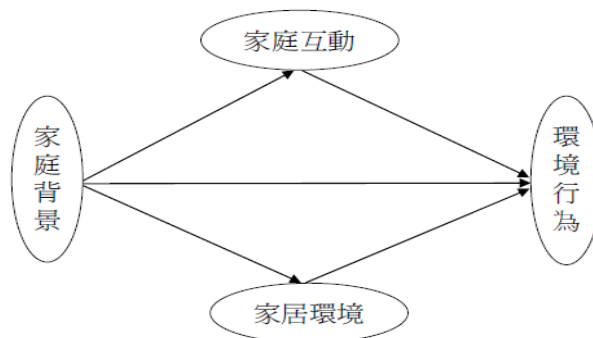


圖 1 國小學童環境行為家庭影響模式概念

註：.....

四、表格之製作，以簡明清楚為原則，採用橫線繪製，以不使用直欄分隔線為原則（中間與兩邊不必畫線）。

表 2

實驗教學前兩組學生的作文成績比較（獨立 t 考驗）

項目	控制組 $n=20$		實驗組 $n=20$		兩組平均差 ³	t 值
	平均數	標準差	平均數	標準差		
內容 ¹	5.25	1.03	3.73	1.08	1.52	4.57***
組織 ¹	5.23	.95	3.85	1.07	1.38	4.31***
文法 ¹	5.44	1.08	4.17	1.18	1.27	3.53*
語辭 ¹	5.39	1.08	4.15	1.13	1.24	3.55**
整體 ²	21.32	3.81	15.90	4.18	5.42	4.28***

註：.....

¹各項目的滿分為 10；²整體分數為四個分項的得分加總；³兩組平均差=控制組平均數-實驗組平均數* $p < .05$. ** $p < .01$. *** $p < .001$.

五、每一個圖表的大小以不超過一頁為原則，如超過時，須在續表之表序後加上（續）或是(continued)，再加上表的標題。

幼 兒 教 保 研 究 期 刊 形 式 審 查 表

中華民國 108 年 10 月 25 日 第十二次編輯委員會會議通過

篇名: _____ 編號: _____

項 目	審 查 意 見	備 註
(一) 內文字數及摘要格式		
1 中文稿件字數以一萬五千字為限，英文稿件字數以八千字為限。		
(二) 中、英文摘要撰寫格式		
1 題目：標楷體 (Arial) 18號字，粗體，置中。		
2 摘要/ Abstract：標楷體 (Arial) 14號字，粗體，置中。		
3 摘要內容：新細明體11號字，靠左對齊，不分段落。		
4 中、英文摘要，字數不超過500字。		
5 關鍵詞二至五個，新細明體，12號字，靠左對齊。		
(三) 內文撰寫格式		
1 第一層標題：標楷體 (Arial) 14號字，粗體，置中，與前段落空一行間距。中文編號為壹、貳、參…等，英文不需編號。		
2 第二層標題：新細明體 (Times New Roman) 12號字，粗體，靠左對齊，無縮排，與前段落空一行間距。中文編號為一、二、三…等，英文編號為I、II、III…等。		
3 第三層標題：新細明體 (Times New Roman) 11號字，靠左對齊，無縮排。中文編號為(一)、(二)、(三)…等，英文編號為i、ii、iii…等。		
4 第四層標題：新細明體 (Times New Roman) 11號字，靠左對齊縮排一字元。中文編號為1、2、3…等，英文編號為1、2、3…等。		
5 第五層標題：新細明體11號字，靠左對齊，縮排二字元。中文編號為(1)、(2)、(3)…等，英文編號為(1)、(2)、(3)…等。		
6 內文：新細明體11號字，分段落。		
7 參考文獻：抬頭同「內文第一層標題」方式，內容同「內文」方式，英文文章依第六版(2010)APA格式之規定撰寫；中文文章依嘉義大學師範學院碩博士論文之規定撰寫。 (註：中文引用文獻APA格式斜體部分均改為粗體)		
8 行距與邊界：以1.5行距為原則，上下左右邊界各為2.5公分。		
(四) 圖表與照片		
1 圖之標題：圖下置中。		
2 表之標題：表的左上角；表格格式： 1.5 倍行距 ，水平框線 勿加粗 。		
3 圖表皆須配合正文用阿拉伯數字加以編號，同時與前後文空一行。		

註：『審查意見』欄中，符合規定項目請畫「~」，不符合規定項目「x」，無此項目則留白

審查日期：_____ 審查者：_____

Journal of Early Childhood Education & Care

Vol. 22 July 2020

Contents

Articles

The Effects of Preservice Early Child Teachers' Achievement Goals, Expected Performance, and Perceived Subject Utility on the Learning Performance: Educational Research Methods as Example 1

Chung-Chin Wu

The Association of Sleep Quality on Sleep Habits and Factors among Young Children: A Cross-Sectional Study in Municipal Infant Care Centers of New Taipei City 23

Feng-Chu Chang, Shu Chiang, Kin-Bao Young, Liang-Chen Sun

A Study of the Relationship between Teaching Beliefs and Class Management Efficiency of Public Preschool Educators New Taipei City 49

Guey-Hwang Chen, Yu-Ling Su

Department of Early Childhood Education
National Chiayi University