

第三章 研究方法

本章主要分為六個部分，第一部分說明研究參與者的背景與性質；第二部分說明研究者的立場與角色；第三部分描述研究的工具；第四部份解釋研究的程序；第五部分為資料分析；第六部分說明資料的信度與效度。

第一節 研究參與者

一、研究參與者的選取

本研究旨在探討國小資深女性教師在幸福感方面的現況，透過立意抽樣(purposeful sampling)的方式，邀請目前正在國小從事教育工作的女性教師為本研究的參與者。本研究採用質性研究中的深度訪談法，透過選擇有意願且能提供研究所需豐富資訊的研究參與者。為了增添研究的豐厚度，研究者在邀請研究參與者時將「年齡」列入考量，並依據本研究的目的，配合研究者的個人能力，研究參與者的選取標準如下：

- 1.大學畢業，年滿三十歲及三十歲以上者，女性。
- 2.目前在國小任職的資深教師，教學年資達十年以上者。
- 3.樂於參與研究並分享個人的經驗，且無酬接受研究者的訪談。

本研究邀請十位現職的國小資深女性教師進行訪談，每位皆經過正式的深度訪談，並視需要時佐以電話或其他非正式的訪談，以補充所需之資料。

二、研究參與者的背景

本研究之研究參與者共計十位，均為從事國小教職之女性教師，其

在教育工作崗位上已有十年以上的工作經驗，平均年齡為 41.7 歲，平均教學年資為 19.5 年，皆任教於台北縣、市的公立國小。十位研究參與者的背景資料整理如表 3-1。

表 3-1 研究參與者之背景資料一覽表

代號	年齡	教育程度	婚姻狀況	教學年資	目前擔任職務
A	51 歲	碩士	已婚	30 年	級任導師
B	43 歲	大學	未婚	17 年	級任導師
C	41 歲	大學	已婚	21 年	級任導師
D	51 歲	大學	已婚	29 年	級任導師
E	49 歲	大學	已婚	29 年	級任導師
F	34 歲	大學	已婚	14 年	音樂科任老師
G	37 歲	大學	已婚	12 年	級任導師
H	34 歲	大學	已婚	14 年	音樂科任老師
I	37 歲	大學	已婚	15 年	級任導師
J	40 歲	大學	已婚	14 年	自然科任老師

研究參與者 A 原本就讀師專，畢業後一邊至師院語教所進修，一邊從事教學工作，曾先後在高雄縣、台北縣及台北市等三所學校服務，擔任過科任與級任導師。A 目前在台北市的某國小服務，擔任低年級的級任導師，至今已有 30 年的教學經歷。

研究參與者 B 原本就讀某大學，畢業後曾至貿易公司工作兩年，經由朋友的鼓勵後考取師資班而踏入教職。B 曾至台北市的私立國小任教，時間長達七年，之後因住家環境離學校太遠的因素而轉至目前服務的國小，擔任中年級的級任導師，至今任教達 17 年。

研究參與者 C 係就讀師專，畢業後從事教學工作三、四年後，才又到大學中文系進修。C 在 21 年的教學生涯中，曾先後服務於基隆市、台

北市等三所國小，擔任過級任與科任老師。C 目前服務於台北市的某國小，擔任低年級的級任導師。

研究參與者 D 亦畢業於師專，在從事教學工作十八年後又繼續進修，畢業於師範院校的初等教育學系。D 在 29 年的教學生涯中，曾先後服務於彰化縣、台北縣、台北市公、私立國小等四所學校，擔任過級任導師與輔導組長。D 目前在台北縣的國小服務，擔任低年級的級任導師。

研究參與者 E 也是師專畢業生，畢業數年後一邊從事教學工作一邊至師院暑期進修班進修，四年後取得大學學歷。E 在 29 年的教學生涯中，曾先後服務於台北市的兩所小學，均擔任級任導師。E 目前服務於台北市的國小，擔任低年級的級任導師。

研究參與者 F 原就讀師範學院，畢業後立即從事教學工作，至今已有 14 年的時間。F 選擇至離住家較近的台北縣國小服務，曾擔任過級任導師，而目前則擔任音樂科任老師。

研究參與者 G 亦畢業於師範學院，教學生涯至今已達 12 年的時間。G 先後曾於台北縣的兩所國小服務，均擔任級任導師，目前則任教於低年級的級任導師。

研究參與者 H 畢業於師專，於師專畢業兩年後利用暑假至師院的音教系進修，取得大學學歷。H 在 14 年的教學生涯中，先後服務於台北縣的四所小學，先後擔任中、低年級的級任導師、輔導組長及資料組長，目前擔任音樂科任教師。

研究參與者 I 亦為師專畢業生，於師專畢業後翌年利用暑假至師院的初教系進修，順利取得大學學歷。I 在 15 年的教學生涯中，前後服務於台中縣與台北縣的五所小學，先後擔任低、中、高年級的級任導師、出納組長、健康與體育及閩南語科任老師，目前擔任中年級的級任導師。

研究參與者 J 原就讀大學的國貿系，畢業後從商兩年考取師專班，完成學業後步入教職，至今已有 14 年的時間。J 在 14 年的教學歷程中，曾先後

服務於台北縣的兩所小學，擔任過低、中年級的級任導師、人事主任、設備組長、資料組長、主計、美勞及社會科任老師，目前則擔任自然科任老師。

第二節 研究者的立場與角色

一、研究者

在質性研究中，研究者本身就是研究工具(Patton,1990)，而質性研究的效度，絕大部分的關鍵在於進行實地工作者的技巧、能力和嚴謹地執行其工作(吳芝儀、李奉儒譯，民 84)。以紮根理論而言，研究者本身就是重要的研究工具，目的在於瞭解研究參與者如何詮釋其個人的生活經驗。在研究者方面，則須具備適當的特質與能力，例如：對研究參與者的想法與感受具備高度的興趣與好奇、口語表達的流暢度、真誠且一致、同理他人、敏銳且開放的態度，並願意承認研究中可能出現的偏見。為求研究能順利的進行，研究者必須在研究進行之前達到充分的練習與準備。

1.研究者的相關經驗與訓練

本研究之研究者為國立台灣師範大學教育心理與輔導研究所的研究生，過去曾具備四年的國小任教之經驗。研究者於就讀研究所期間曾修習諮商理論、諮商技術、生涯發展理論、團體心理治療等相關課程，並在督導的指導下，接受兩年的諮商實習訓練，因而熟悉訪談所運用的發問、同理、澄清、摘要等技術。此外，研究者也曾參與過相關質性研究之資料分析工作，對於紮根理論之內涵與資料分析方式有一定程度的理解，相信可以有效的協助研究者進行此一研究。

2. 研究者與研究主題的關係

研究者基於對個體在幸福感受上的好奇與興趣，並由對女性的關心為出發點，因而選擇此一議題作為研究主題。此外，研究者過去亦身為國小女性教師，深切的感受到國小女性教師在工作、家庭、休閒、進修等不同角色轉換上的辛苦與不易，更加引發研究者欲一窺國小女性教師的生活現況，並探討其在幸福感受上的主觀感受。

3. 研究者先前的練習與準備

在進行前導性研究(pilot study)的訪談之前，研究者應先大量閱讀相關的文獻資料，並與指導教授針對研究主題進行廣泛的激盪與討論，以確定研究的訪談大綱之內容。在進行正式訪談之前，研究者會持續的進行自我反思，嘗試去感覺與同理研究參與者在受訪時的感受，以便適時的修正與反省訪談的技巧，以供正式訪談之依據。

第三節 研究工具

本研究採用紮根理論的質性分析方式，以深度訪談(in-depth interview)作為蒐集資料的主要方法，重視研究參與者在受訪歷程中的情緒、認知與行為等方面的獨特經驗。研究者以半結構的訪談方式，嘗試瞭解研究參與者與本研究相關的主體經驗。透過漸進、深入的訪談過程，引導研究參與者去回顧其在幸福感受上的主觀經驗，並分享其個人的想法與感受。本研究的研究工具包括研究邀請函、研究參與同意函、訪談前問卷、訪談大綱、訪談札記與逐字稿及效度檢核函。

一、研究邀請函

研究者以電話邀請研究參與者，確定其參與的意願後，再以書面邀

請函對研究參與者提出正式的邀請。研究邀請函的功用在於以書面的方式向研究參與者說明本研究的目的與問題、進行方式等，並清楚的交代研究參與者的權利及隱私的保障，以便研究參與者能充分的感受研究者的用心與誠意，並瞭解其在訪談中所分享的內容對本研究的價值與重要性(見附錄一)。

二、研究參與同意書

基於研究的倫理，在邀請研究參與者接受訪談的同時除了說明與解釋研究的相關事宜之外，並請參與者填寫「研究參與同意書」。同意函中詳細載明研究參與者同意接受訪談及錄音，並願意將訪談內容作為未來學術研究之用途。訪談的過程中，若涉及過於隱私或研究參與者不願意回答的問題，研究參與者可以拒絕回答或停止錄音；研究進行期間，若研究參與者希望終止本研究之參與時，研究者亦同意其隨時終止參與本研究工作(見附錄二)。

三、訪談前問卷

迨研究參與者同意參與本研究之後，請參與者填寫一份訪談前問卷。問卷內容包括姓名、年齡、學歷、婚姻狀況、教學年資等相關之基本資料，以及過去的種種工作經驗。此份問卷有助於研究者對於研究參與者的背景有初步的認識與瞭解，以及後續的訪談工作(見附錄三)。

四、訪談大綱

本研究採取半結構式的深度訪談，訪談大綱在於提供訪談進行的重心之檢核參考，主要目的在提醒研究者進行訪談時的訪談要點與重心。訪談大綱的編擬係由研究者閱讀相關研究之文獻後，根據所欲探討的研究主題初步擬訂，經由與指導教授討論後編擬而成，繼而再經由前導性的研究做最後的修訂。訪談大綱的內容主要在探討國小資深女性教師在

幸福感方面的主觀經驗，以探究國小女性教師的幸福感現況(見附錄四)。

五、訪談札記與逐字稿

訪談札記主要目的在於紀錄研究參與者在訪談過程中的重要事件以及研究者的訪談心得，以便供研究者進行資料分析。在訪談過程中，研究者會隨時紀錄研究參與者所呈現的各種口語和非口語的訊息、言談中深層的意義、研究者與參與者互動的情形與感受，以及研究者訪談後的自我省思等，進而協助研究者澄清與檢核研究參與者的敘述，以利資料分析之參考(見附錄五)。

六、效度檢核函

效度檢核函的目的在於瞭解研究者所整理的訪談資料符合研究參與者之主觀經驗之程度，以作為資料分析之參考。效度檢核函共分為兩次進行，第一次效度檢核於訪談逐字稿完成之後，邀請參與者針對逐字稿的內容評估是否與其陳述的事實吻合，並依據參與者主觀經驗來填寫逐字稿內容與實際經驗符合程度之百分比，以及寫下相關的心得與感想；第二次效度檢核在研究者分析完逐字稿之後，將內容編碼整理成核心主題，再請參與者評估研究者所分析的內容與其主觀經驗是否符合，並寫下符合程度的百分比與感想(見附錄六、七)。

第四節 研究程序

一、研究主題及對象之界定

對於研究主題與研究對象有初步的構想之後，開始著手蒐集國內、外與幸福感及國小女性教師的相關研究之文獻資料。之後，再與指導教授進行討論後，將研究方向、重點及研究方法一一確認，並持續蒐集與

閱讀國內、外相關文獻報告，以便編擬訪談大綱。

二、訪談前的準備工作

在進行前導性的訪談之前，研究者蒐集相關文獻資料，並和指導教授討論後編擬訪談大綱，同時在研究邀請函、研究參與同意函、訪談前問卷、訪談札記、效度檢核函等研究工具一一完成後，實際邀請符合研究參與者條件的對象一名(即研究參與者C)，進行前導性研究。

三、前導性研究(pilot study)

研究者以前在國小擔任教職，因此將於正式研究前先行訪問一位國小的女性同事作為前導性研究，以便增進研究者的訪談技巧。訪談後與研究參與者討論研究者的訪談技巧與受訪感受，並針對其回饋進行反思，以作為正式訪談時的參考依據。訪談內容均謄成逐字稿，研究者試著對訪談資料進行初步的整理與分析，小幅修訂了訪談大綱的內容，增加了一個問題：「您認為從事教職的人，需要具備哪些人格特質？這些人格特質和幸福感的關係又是如何？」此一問題有助於了解教職所應具備的人格特質及其與幸福感的關係。而研究者認為此前導性研究的訪談資料亦可納入正式研究之中，因此補充訪問了訪談大綱修訂後的問題，以便使此訪談內容更臻完整。

四、進入正式研究

1.邀請研究參與者

研究參與者的尋找乃透過研究者以前任教的國小同事、研究所同學及朋友推薦符合本研究所需要的參與者，在徵得研究參與者的同意後，由研究者主動和研究參與者取得聯繫，親自拜訪或以電話邀請，再佐以研究邀請函提出正式的邀約，並由研究參與者決定受訪的時間及地點。

所有的訪談皆由研究者親自進行。

2.進行訪談

在研究參與者簽署研究參與同意函，了解訪談內容的錄音與保密之原則後正式接受訪談。訪談的時間以配合研究參與者的時間為主，並全程錄音，以便研究者可以專注於訪談的過程。本研究從九十三年十二月開始至九十五年三月，依序訪談十位研究參與者，每位參與者進行一至兩次的訪談，訪談時間約為 1.5 至 3 小時。

研究者在訪談期間要與研究參與者保持良好的互動關係，以減低研究參與者的緊張與焦慮情緒，俾使參與者能更加的投入訪談過程。研究者事先對訪談大綱之內容相當熟稔，流暢地依照預定的主題進行訪談，以開放式問句去瞭解參與者的想法與主觀感受，必要時再予以澄清與摘要。

3.進行資料分析與整理

研究者於訪談結束後將訪談內容謄成逐字稿，並反覆聽取錄音帶，以確認逐字稿的正確性。之後，研究者將逐字稿連同效度檢核函一併寄回給研究參與者，讓其檢視逐字稿的內容是否貼近其真實的想法與感受，並可予以修正與補充。後續的資料分析工作詳見下述之資料分析。

第五節 資料分析

本研究試圖以質性研究中訪談分析資料的方式來進行幸福感的研究，研究對象為十位國小資深女性教師。研究者以半結構的方式進行深度訪談，繼而以紮根理論(grounded theory)的質性分析方式進行逐字稿的編碼與分析工作。

以紮根理論為方法的研究，研究者對研究主題並不一定要有嚴謹的

理論支持，但必須十分清楚自己的研究主題；而研究過程中的編碼與歸類工作，必須有合理的依據。在整個研究過程中，對訪談資料做深度思考並進而加以概念化的功夫是非常重要的，以便研究者可以發展出一套理論模式。因此，研究者在進行資料分析時，目的不在於以蒐集到的資料來回答研究的問題，而是要進一步找出資料背後的涵義與向度，以便研究者能理解眼前的這些資料(田秀蘭，民 89)。本研究依紮根理論的資料分析方式，具體的步驟分述如下：

一、逐字稿的謄寫與檢核

研究者將訪談的錄音帶依序謄成逐字稿，將對話予以編碼，並紀錄訪談過程中重要的非口語訊息(如音調、笑聲、停頓、沈默等)，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。

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

研究者宜盡量減少個人主觀意識的介入，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，運用研究參與者的觀點來了解其所透露的訊息與意義。

三、由逐字稿中分辨與研究主題相關與無關的資料並斷句

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、非語言訊息的紀錄，加以斷句，目的是於導引出特殊的意義。研究者由逐字稿中分辨出與研究主題相關與無關的資料，去除與研究無關的資料後，逐字、逐行的加以分析，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。

四、簡化語句並做第三人稱改寫

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

五、開放編碼(對有意義的內容進行編碼)

研究者根據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。

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)，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，將可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，以貼近其意義的字句加以命名，以便表達共通的概念而不失其原意。

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，擷取其中共通之本質，將其確定為核心主題，並參考陸洛的中國人幸福感內涵之觀點與 Ryff 的心理幸福感模式給予主題命名。核心類別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。

第六節 資料的信度與效度

一、信度方面

在研究結果的判斷標準上，基礎性研究特別重視研究的精確度與理論的普及性及可驗證性(Patton,1990)。從質化研究的觀點來看，質化研究的信度指的是研究者的互動形式、資料記錄、資料分析等(王文科,民 79)。本研究以深度訪談的方式探討十位研究參與者在幸福感上的想法與感受，因此，本研究的信度著重在訪談資料的記錄與分析。Hill(1997)提到信度考驗在質性研究中並非十分必要，因此本研究基於質的協同研究者不易找尋及時間上的限制，研究過程中並未邀請協同研究者。然研究者在研究過程中致力於與研究參與者建立良好的信任關係，相信可有效增進資料分析的可信度。

二、效度方面

研究者在訪談進行中，以同理心、澄清、發問等相關技巧、態度來取代主觀的解釋或預設的立場，如此一來，可以增進研究者與研究參與者之間的信任關係，以便研究參與者較有意願陳述其內在的想法與經驗，而研究者可從中獲得有意義的資料，從而提高研究的效度。此外，研究者採用三角校正(triangulation)中資料來源的校正方式，以釐清研究過程中不一致的訊息，俾使所蒐集到的資料更接近事實。針對內容符合度而言，在訪談結束之後，研究者將研究參與者的訪談資料、資料分析結果加以整理，並附上效度檢核函一併寄回給研究參與者，請研究參與者針對資料內容與其實際經驗符合的程度予以評分，以便了解資料分析的有效性。

再者，效度檢核表中也邀請研究參與者於閱讀完資料後寫下其心得感想或回饋意見，以便增進資料之有效程度。研究者也將研究結果與相

關的研究進行比較、詮釋，進行理論的三角校正。研究參與者先後兩次的效度檢核之結果彙整如表 3-2。

表 3-2 效度檢核表結果一覽表

研究參與者	逐字稿內容之符合程度	資料分析結果之符合程度
A	90%	90 %
B	90%	95%
C	98%	98%
D	95%	98%
E	90%	98%
F	90%	90%
G	99 %	100%
H	90%	90%
I	98%	90%
J	100 %	100 %

茲將十位研究參與者於閱讀完逐字稿與資料分析之內容後的心得感想與回饋意見歸納、統整如下：

(一)十位研究參與者自評效度檢核表一之整體回饋意見：

藉著研究者的訪談，有機會停下腳步審視三、四十年來的人生經歷，是很難得的經驗，而這就是一種幸福；從中發現自己是如此享受平淡、平實的生活，則又是另一種幸福。而有機會自我檢視一番，有助於自我的再確定、整頓與再出發。

其次，我深深覺得研究者在訪談中能充分聆聽、歸納與回饋，覺得自己有許多不自覺的部份被點醒了，需要再努力、再提昇，並且重新看待自己的人生，提醒自己惜福，再造福！

此外，這個過程幫助我很有意義地做了一番回顧與省思，在日復一日的匆忙生活中能深思、感受並留下紀錄，進而加以剖析、研究，讓我在愈來愈「資深」的慣性模式中獲得彈性與潤澤，就像是重新「彈缸」的汽車，會延續、恢復很多衝勁和活力，謝謝！而研究生要完成分區調

查工作真是一件辛苦的事，很棒的記錄與研究，希望對研究能有所助益，祝你研究順利！

(二)十位研究參與者自評效度檢核表二之整體回饋意見：

研究者將很長的訪談內容濃縮、整理得很完整，分析及組織分明，把我的歷程整理得恰到好處，讀後似乎也將自己的教學與生活態度用最快速的方式回顧、檢視了一番，是一次難得的經驗。希望並期許自己，再過另一個十五年，依然有著朝向「幸福肯定」發展的成長經歷。

其次，研究者用心的研究與做學問的態度，值得學習和讚揚。我平凡的人生經歷在研究者的筆下，呈現幸福又完美，讓我往後更有幸福的動力！藉此次的專題訪談，檢視自己在生活中、職場上的成長歷程，就是一種幸福！

此外，再次檢視自己的教職生涯與經驗，自認價值觀正向、沒有偏差，很安慰，也感謝研究者給予我自省的機會，讓我更了解自己一些，也期許自己帶給別人更多美好的經驗！謝謝研究者的訪談，讓我能有所成長，祝研究者的研究成功、順利，對我們的教育環境有更多的助益！

綜合十位研究參與者的自評效度檢核表中的回饋意見，效度檢核百分比之平均數為 94.9%，發現大多數皆為正向的回應，不論是針對訪談內容或分析結果所陳述的心得感想，幾乎都抱持正面、肯定的回饋，且表達研究者所呈現的內容與其所表達的想法相一致。綜合上述之所有資料，足見本研究之效度在可接受的範圍之內。