

第二章 文獻探討

民國 83 年頒佈《師資培育法》以及民國 91 年《師資培育法》修訂後，教育實習制度有了許多的改變。要成為一位教師，必須經過實習的洗禮，在此歷程中實習老師不斷地受到專業規範、學校及教師文化的影響。因此本章先針對教育實習制度的變革，以及國內外實習困擾與因應之相關研究，加以探討。

第一節 教育實習制度的變革

民國 83 年《師資培育法》公布通過後，我國師資培育制度邁向一個新的里程，相關重大變革包括：我國師資培育改採多元的培育、師資培育以自費為主並採儲備制、教師任用改為聘任制、教師資格取得含初檢及複檢的檢定制，並且多了一年的教育實習。民國 91 年《師資培育法》修訂後，在實習制度上的改變有：實習時間由一年改為半年、實習身份確定為學生等。而本研究主要在探討新制實習制度實施後，幼稚園實習老師所遭遇的問題與因應策略，以下先針對實習制度的變革與相關衍生問題，說明如下：

壹、《師資培育法》修訂前之特點與衍生問題

根據《高級中等以下學校及幼稚園教師資格檢定及教育實習辦法》（1996）之規定，任何修畢幼教師資培育課程之學生需參加初檢，初檢合格者，由直轄市政府教育局或縣（市）政府核發實習老師證書。實習老師須在同一教育實習機構實習一年；實習期間自當年 7 月起至

翌年 6 月止，實習成績及格者，才能取得合格教師證書，且實習期間政府得發給實習津貼。

然自民國 83 年《師資培育法》施行以來，舊制實習制度所衍生的問題亦不少，整理相關學者（陳奎熹，1998；教育部，2001；楊深坑，2002；張玉成，2002；鄧鈞文，2003；陳琦璋，2003；曹翠英，2003；鄭玉疊，2004；洪妙宜，2005；吳武典，2005）針對舊制實習制度所產生之問題所做的研究，分述如下：

一、實習老師身份定位不明

實習老師的地位模糊，既非學生也非老師，法律地位與權利義務亦含糊不清，導致實習老師在實習場所不知該如何與輔導老師及學生相處，實習工作也較瑣碎易被使喚。

二、實習津貼無法滿足實習老師，卻是國家財政負擔

政府每月發予實習老師 8000 元之實習津貼，然而實習老師在學校的工作量與一般教師差異不大，因而 8000 元對實習老師而言，實如「杯水車薪」，甚至感嘆自己連「廉價勞工」都不如。隨著實習老師人數激增，8000 元雖僅是實習老師微薄的津貼，卻是國家財政的龐大負擔。

三、初複檢制度未能真正落實

學生在修畢師資培育課程後，需參加初檢，初檢合格者，由直轄市政府教育局或縣（市）政府核發實習老師證書，再參加一年的教育實習；若實習成績及格，便能取得合格教師證書。然而初複檢制度自實行以來，這些年來未能通過取得合格教師證書者，可謂少之又少，未達到原先以檢定制篩選進而提升教師素質的善意。

四、教育實習輔導不易落實

根據《高級中等以下學校及幼稚園教師資格檢定及教育實習辦

法》(1996)之規定，輔導老師的資格為有能力、有意願輔導實習老師並具有教學三年以上經驗的教師擔任，但符合前述之條件者，並不一定能夠勝任輔導老師的職責，如此原本欲藉由有經驗教師來帶領新手教師學習的美意則流於形式，無法落實，而師資培育機構的師資不足，或是指導老師的經驗不夠，加上實習老師的人數過多，導致指導老師的負擔過重，難以善盡輔導之責。

貳、《師資培育法》修訂後之特點與可能衍生問題

自民國 91 年 7 月 24 日通過新修訂之《師資培育法》、以及新頒佈的《高級中等以下學校及幼稚園教師資格檢定辦法》等有關教育實習法令之內容，可知其對教育實習制度產生了許多重大之改變，相關變革如下(張玉成，2000；張芳全，2003；邱垂堂，2003；陳冠名，2003；陳琦璋，2003；楊洲松，2003；王素芸、賴光真，2004；吳宗立，2004；洪妙宜，2005；盧威志，2005；孫振儀，2006；楊慧玲，2006)：

- 一、擴充師資職前教育課程，除原條文所訂之普通課程、專門課程及教育專業課程外，加列教育實習課程，將原本獨立於師資職前課程的教育實習，併入師資職前教育課程中，以求理論與實務之結合能更緊密。
- 二、將教育實習制度由一年改為半年，以每年 8 月至隔年 1 月或 2 月至 7 月為起訖期間，學生可選擇其一時間，且實習期間之身分由畢業生改為學生，從此實習老師之定位不再曖昧，確立為學生身份。
- 三、取消實習津貼，師資培育機構可對學生收取四學分的教育實習學分費，減輕政府財政支出。
- 四、欲取得合格教師證書者須在半年教育實習課程結束後，參加教師資格檢定考試，此測驗於每年四月舉辦，考試成績達法定之規定

後，始可獲得合格教師證書，意在藉由考試制度篩檢及掌控合格教師人數與提升教師素質。

新舊制實習制度就實習時間而言，由一年縮短為半年，且納入職前師資培育課程之中；實習完畢後則須參加教師資格檢定考試，方可取得合格教師證書，不再如舊制實習制度，實習結束成績及格者，理所當然可獲得合格教師證書，透過教師資格檢定考試，篩選與淘汰部分實習老師，可以提升教師的專業知識與素養。

修訂後的《師資培育法》實行後，希望解決原本舊制實習制度所衍生之問題，然而新制實習制度中令人擔心的是，這些問題是否能真的解決？又是否會衍生出新的實習問題？許多的學者皆提出新制實習制度所可能衍生的問題，研究者綜合各學者的意見，整理如下：

一、實習時間縮短，成效令人擔憂

邱珍婉（2002）認為，培養一位專業的教師是一段漫長的道路，需要花不少的時間來培育，不可能在短短的一年實習中達成，而新制實習制度將教育實習課程納入師資職前培育課程中，並將實習時間縮短為半年，然而教育實習課程的內容包括：教學、導師（級務）、行政、研習四個部分，與過去舊制一年實習制度中所規定的實習工作內容，並無差異，因此在實習時間縮短為半年的情況下，要將原有一年的實習工作內容濃縮為半年，實習的成效卻也可能因此而大打折扣。國中小與幼稚園是一學年為完整的學生學習時間，如果沒有實習一年，實習老師是無法瞭解學校一整年運作的情形，也無法完全參與到學生的學習情況（張芳全，2003；邱素青，2005），過去一年實習制度未能完全落實，也有許多難以克服的問題，將實習時間由半年改為一年後，是否就能落實實習制度的功能，也令人感到懷疑（陳美玉，1999；張

芳全，2003；邱垂堂，2003；陳琦璋，2003；楊洲松，2003)。

二、對教師資格檢定考的疑慮

新制實習制度中教師資格檢定考試的出現，意欲解決舊制實習制度中初複檢流於形式的問題，期待能提升教師的專業知識與素養。然而在林育璋（2006）研究指出，許多參與第一屆教師資格檢定考的幼稚園實習老師，對於檢定考試是否能夠篩選出適任的教師，感到懷疑，洪妙宜（2004）的研究也發現，師資培育大學之學生對於檢定考試的日期、題型與方式，皆表示不適切。由於無法通過檢定考試便無法取得教師資格證書，可能造成許多的實習老師參加補習，然而邊實習邊補習的狀況下，可能造成實習老師的心理負擔與壓力，甚至影響實習的成效（鄭玉壘，2004；鄭生地，2005；林為慧，2006）。

新制實習制度實行後，相關的變革如：實習時間的縮短、身份地位的改變、教師資格檢定考的產生等，而幼稚園實習老師的實習困擾會產生什麼樣的改變？這些正是本研究所欲探知的。

第二節 實習困擾與因應策略之相關研究

目前以幼稚園實習老師實習困擾為焦點的研究，包括集中實習、一年教育實習，以及半年教育實習三個部分，而集中實習時實習老師之身分、實習時間等與一年或半年的教育實習不同。研究者彙整以幼稚園實習老師實習困擾為焦點的相關文獻發現，集中實習（劉慈惠，1993；王莉玲，1994；林麗卿，1996；江麗莉，1997；鄭立俐，1998；萊素珠、黃琇瑩，1999）與一年實習之困擾大同小異，可見學生在進入幼教現場時，都會有類似的困擾，以下分別針對舊制與新制實習制度中，國內外幼稚園實習老師實習困擾與因應策略之相關研究，加以探討：

壹、幼稚園實習老師實習困擾之相關研究

一、舊制幼稚園實習老師之實習困擾

實習經驗提供教師在正式進入教學現場時，經由觀察輔導老師，融入教室環境與培養教學能力的機會（Larson & Anne, 2005），而一年的教育實習可以視為師資培育過程中的導入（induction）階段，導入的階段可能面臨教學、學生、家長、同事關係以及領導者的影響而離開教學現場，因此一年的教育實習對於實習老師未來的任教意願相當重要（林育瑋，1997；張芬芬，1983；陳彥玲，2000）。研究者整理國內幼稚園實習老師在一年實習時所遭遇之困擾，敘述如下：

谷瑞勉（2000）在「幼稚園實習老師一年實習中的教學與發展」研究中發現實習老師在一年實習中所面對的困擾如下：

1. 對幼兒之要求未能嚴格執行，導致幼兒對實習老師的指令並不完全聽從。
2. 對幼兒尚不夠瞭解，無法掌握其想法。
3. 不知道如何引起幼兒的學習興趣，教學活動無法有效地延伸。
4. 無法掌控教學之外的突發狀況，教學活動的流程與時間掌握不佳。
5. 處理幼兒行為問題之策略來自輔導教師，但是不懂在面對不同幼兒時，將策略作彈性的應變。
6. 與輔導老師的溝通管道不夠暢通，無法盡情表達自己的想法。
7. 與幼兒的互動雖多，但是無法深入瞭解幼兒之需求與問題。
8. 時常固執於某些觀點、過於追求完美，以致不能隨機應變。

陳雅美（2000）在「幼稚園實習老師與實習輔導教師對於教育實習一年之評估研究」中，以6位幼教系畢業之實習老師及其9位輔導老師為研究對象，以實習老師之調查問卷、輔導老師的個別訪談、實習

老師的實習相關作業等方式瞭解幼稚園實習老師與輔導老師對一年教育實習的看法與建議。其中實習老師在一年教育實習過程中所遭遇的實習困擾有：人際關係的建立與培養、實習幼稚園的課程轉型、遇到實習幼稚園重要活動干擾正常課程的進行、實習老師無法認同輔導老師的作法等四項。

林一鳳（2003）探討一位師範幼教系畢業的男性幼稚園實習老師，以觀察、訪談並輔以研究對象所撰寫的教學日誌、試教教案與教學後檢討等資料與方法，瞭解其實習所遭遇之困難，歸納出十項困擾：教學主題的決定；主題網的撰寫與實施；教學活動的實施；與幼兒的互動；課室管理；親師互動；教學主題的結束時間；如何處理主題受到外界事件的影響時；該用何種方法結束主題；如何呈現幼兒的學習成果。

林妙真（2005）在「邁向幼教老師之路：三個師資生的故事」研究中，針對師範學院幼教系、大學院校之幼教學程及學士後學分班三種不同師資培育管道的師資生，探討他們在學的最後一年到實習這段時間的歷程，以觀察、訪談與文件蒐集等方法，瞭解他們所遭遇的困擾主要有：難以拿捏適時介入孩子的分寸、不清楚如何與輔導老師溝通互動、與輔導老師教學理念的不同、教學素材的掌握不夠、不知道如何提供孩子新經驗等。

綜合以上之研究，幼稚園實習老師在一年實習期間所遭遇的問題，可以分為下列五個方面：

1. 教學方面：教案與活動不知道如何設計安排、教學素材的掌握不夠、難以維持班級的秩序等。
2. 人際關係方面：包括與輔導老師的理念不合、與家長溝通的機會與技巧不足等。

3. 幼兒方面：包括對幼兒的身心發展不夠瞭解、對幼兒行為問題的輔導技巧不足等。
4. 角色定位方面：包括對自己的身份定位不明、面對教師與幼兒之間必須扮演不同的角色難以轉換等。
5. 其他：包括實習幼稚園的活動太多，干擾正常教學；實習幼稚園課程轉型等。

由前述之整理可知，幼稚園一年實習老師所遭遇的困擾有教學、人際關係、幼兒、角色定位、其他等五個方面，在研究方法上皆是採取質性研究的方法，藉由訪談、參與觀察以及實習老師相關實習作業與文件，來瞭解幼稚園實習老師所面對之問題。在研究對象上，幼稚園實習老師之背景多為大學幼教系畢業，只有在林妙真（2005）探討三位不同管道畢業的幼稚園師資生的研究中，針對一位修畢幼教學程而參與幼稚園實習之實習老師，其在一年實習時所遭遇的困擾提出整理。

二、新制幼稚園實習老師之實習困擾

新制實習制度的實習時間，由一年縮短為半年，且納入職前師資培育課程之中；實習完畢後，則須參加教師資格檢定考試，方可取得合格教師證書，不再如新制實習制度，實習結束成績及格者，理所當然可獲得合格教師證書，透過教師資格檢定考試，篩選與淘汰部分實習老師，可以提升教師的專業知識與素養。由於民國 91 年修訂完成之《師資培育法》，於民國 92 年才實施，故有關新制幼稚園實習老師的研究並不多。

林妙真（2005）在「邁向幼教老師之路：三個師資生的故事」研究中，其中一位研究參與者為幼稚園教師學士後學分班畢業，即是實

習半年的幼稚園實習老師，研究發現新制幼稚園實習老師所面臨的問題，主要有理想與現實的差距過大、與孩子互動方式與關係的改變等。

鄭采惠（2006）利用觀察、訪談與文件蒐集等方法，針對一名新制幼稚園實習老師所遭遇的實習困擾所做的研究，發現新制幼稚園實習老師面臨的實習困擾包括六個方面：人際關係（與輔導老師的溝通與互動）、教學各項技巧、學生行為輔導、個人發展（準備考試的壓力、生活經濟與心理）、實習學校（行政實習未妥善規劃）、師資培育機構（未給予適當輔導與協助）。

林育瑋（2006）以問卷調查的方式，針對第一屆參與新制實習的178位幼稚園實習老師，瞭解他們在參與新制實習、檢定考試及就業的情況，發現新制幼稚園老師所面臨的困擾以「教學方面」與「角色定位」為第一，其次依序為「幼兒方面」、「人際關係」與「行政」。

歸納以上新制幼稚園實習老師實習困擾之相關研究發現，幼稚園實習老師在半年實習期間所遭遇的問題，可以分為下列六個方面：

1. 教學方面：包括教案與活動不知道如何設計安排、教學流程與時間的掌握不足、難以維持班級的秩序等。
2. 人際關係：包括不知道如何與輔導老師溝通、與輔導老師的理念不合等。
3. 幼兒方面：與幼兒互動方式與關係的改變、不知如何輔導幼兒的行為問題等。
4. 角色定位：對自己的身份定位不明、面對教師與幼兒之間必須扮演不同的角色難以轉換等。
5. 行政方面：實習內容與時間未妥善規劃、行政實習負擔太重。
6. 其他：師資培育機構未給予適當的協助、擔心個人未來發展。

從上述新制幼稚園實習老師實習困擾之相關研究發現，新制幼稚園實習老師所遭遇的實習困擾包括：教學方面、人際關係、幼兒方面、角色定位、行政方面與其他六個方面，其中教學方面、人際關係、幼兒方面、角色定位與其他五個方面，是舊制與新制幼稚園實習老師在實習期間共同遭遇的問題，唯舊制與新制幼稚園實習老師在其他方面所遭遇的困擾有所不同：舊制幼稚園實習老師在其他方面所面臨的問題，主要來自實習幼稚園的活動與課程轉型，造成實習老師的無法正常教學；新制幼稚園實習老師所遭遇在其他方面所面臨的問題，主要來自師資培育機構所給予的協助不夠，以及實習老師擔心自己未來的發展等。

目前有關新制實習困擾的研究並不多，經由前述相關研究的整理，我們可以發現舊制實習困擾與新制實習困擾並無太大的差異。由於林育璋（2006）的研究是以問卷調查方式瞭解新制幼稚園實習老師的實習困擾，無法對實習老師的實習經歷作深入的瞭解；林妙真（2005）的研究主要目的不在探討實習老師的實習困擾，無法針對其因應策略加以探討；鄭采惠（2006）的研究雖是針對新制幼稚園實習老師的實習困擾，但是並沒有探討上學期與下學期實習的幼稚園實習老師的實習困擾，因此本研究將深入瞭解新制上學期與下學期幼稚園實習老師其實習困擾與因應策略。

三、國外實習困擾之研究

實習困擾不只是國內特有的問題，國外的實習制度其教育實習時間與師資培育課程同時實施，不像我國將教育實習時間獨立切割於師資培育課程之外，另一方面國外實習老師的身份定位也與我國新制實習制度一樣都為學生。國外有關實習老師實習困擾之相關研究，有部

分為實習到初任教師的縱貫性研究，故研究者在此一併討論：

Broadbent和Cruickshank（1965）發現，實習老師常遭遇到的困擾為教學方法、評量、訓育、與家長的關係、教室常規、私人困擾等六項。

Coates和Thoresen（1976）針對實習老師工作困擾的15篇研究加以分析，整理出實習老師主要的困擾有教室常規、師生關係、科目的認知、教材或教法有問題時的應變措施、與教學相關人員關係之建立共五項。

Adams（1982）研究從實習階段至任教第五年，前後縱貫六年的一項研究發現，教師的主要困擾有：與學生建立關係、教導肢體殘障之學生、教導態度不敬之學生、教導不同社經地位之學生、秩序及常規維持與建立、以學生觀點審視教材之適切性、同事關係、與行政人員之關係、與家長之關係、激發學生的動機、教學的自我評量、教學外資源的運用。

Veenman（1984）透過83篇相關研究的分析，指出實習老師與初任教師最常見之八個問題依序為：教室秩序、引起學生動機、處理學生個別差異、診斷學生學習、與家長的關係、教室組織、教學材料或設備的不足和學生個別問題的處理。

綜合上述國外學者對於實習老師在實習階段所面臨的問題所做的研究發現，實習老師主要面臨的問題有三個方面：

1. 教學方面：教學活動的設計、教學素材的掌握、引起幼兒的學習動機、秩序與常規的維持等。
2. 人際關係：包括和家長、同事與學生之間的關係等。
3. 幼兒方面：包括幼兒行為問題的輔導、幼兒個別問題的處理、幼兒的個別能力差異等。

歸納以上國外實習困擾之相關研究發現，實習老師所遭遇的問題有教學方面、人際關係、幼兒等三個方面，國外針對實習困擾所做的研究，多以問卷調查與訪談的方式進行。比較國內外針對幼稚園實習老師的困擾所做的研究，並沒有太大的差異，而國外幼稚園實習老師較無身份地位上曖昧不清的困擾，是否因國外教育實習課程的實施時間為學生時期，而我國在新修正《師資培育法》中，將實習老師身份確立為學生，是否能改善原本實習老師身份不明之困擾，也是本研究所欲瞭解的。

貳、因應策略相關研究

本節將探討因應策略之相關理論，以及幼稚園實習老師實習困擾之因應策略。

一、因應策略的理論

因應的定義是指由於環境的要求超出個人的資源及能力而產生困擾，且不論這個問題被公認為是挑戰、傷害、威脅或危機，個人必須以某種方式來處理或克服該事件或情境，以消除困擾(Lazarus, 1976)。而因應的理論模式主要有認知評估理論與互動理論，敘述如下：（李玟玲，2003；楊麗香，2004；劉雪貞，2003；劉金松，2001；黃淑榕，2004）

（一）認知評估理論（cognitive appraisal）

認知評估理論乃是Lazarus 及Folkman 於1984 年所提出，意指當個體面臨壓力時，其壓力的因應會受到個人的認知評估與判斷所影響，其認知評估的過程依序可分為初評估(primary appraisal)、次評估(secondary appraisal)、再評估(reappraisal)，分述如下：

1. 初評估(primary appraisal)

個體評估與判斷壓力事件對個人的意義，及個人對事件所賦予的意義為何，如：這個事件對我是麻煩或是有利？個體在評估之後會出現三種情形：一是某事件與個人的福祉無關，因此做出「無關」的評估；二是某事件對個人是有利的，因此做出「正面、有利」的評估；三是某事件與個人有密切的關係，進而造成個人的壓力，因此個體評估某事件對自身將造成「負面、不利」的影響，其中壓力事件的評估又可分為下列三種情況：損失(harm/loss)、威脅(threat)、挑戰(challenge)，若個體評估結果為損失，表示事件已對個體造成傷害；若個體評估結果為威脅，表示事件尚未對個體造成傷害，但是傷害仍可能發生；若個體評估結果為挑戰，表示個體有信心希望，並且期待能克服壓力獲得好結果。

2. 次評估(secondary appraisal)

次評估意指當個體面臨壓力刺激時，為事件所選擇的因應方式做評估，初評估是個體自問：我會有麻煩嗎？次評估則是：我該採取什麼方法呢？一般人在次評估中有四種因應方向：

- (1) 直接行動：改變現有情境。
- (2) 尋求資源：採取行動前先收集更多資訊。
- (3) 接受：接受或適應該現況。
- (4) 放棄行動：放棄任何想做的事。

3. 再評估(reappraisal)

再評估意指個體改變原本對壓力情境的評估，Lazarus(1976)認為再評估基本上是一種回饋過程，它包含現實式與自我防衛式兩種形式，現實式的評估乃是因為新訊息的出現導致了再評估；自我防衛式的評估乃是個體將原本評估為損失或威脅的情境，再評估為沒有威脅或有利的，以減少負面的情緒

(二) 互動理論

Lazarus 及 Folkman於1984所提出的互動理論，認為壓力因應的反應乃是個體與外在環境交互作用所產生的結果，意指個體與外在環境乃是彼此互動影響的。Lazarus及Folkman (1985) 依據個體與環境互動的壓力因應模式，訂出八種不同因應策略之因應策略量表(Ways of coping checklist)，以做為壓力因應之參考。此八種因應策略為：

1. 面對問題：爭取自己想要的或是試圖改變對方。
2. 疏遠：過自己的生活，當作什麼事情都沒有發生。
3. 自我控制：隱藏自己的感情不為人知。
4. 尋求社會支持：找對事件有影響力的人幫忙，嘗試獲得他人的瞭解與支持。
5. 接受責任：自我反省，瞭解麻煩乃是自己造成的。
6. 逃避：藉喝酒、抽煙、使用藥物等讓自己好過些。
7. 有計畫的解決問題：擬定計畫並確實遵循。
8. 正向再評估：找尋新的信念。

從認知評估理論可以發現，個體在面對困擾時所採取的因應策略包括直接行動以改變現有情境、尋求資源、接受現況、放棄行動等四種；互動理論中個體在面對困擾時所採取的因應策略包括面對問題、疏遠、自我控制、尋求社會支持、接受責任、逃避、有計畫的解決問題、正向在評估等八種，綜合前述兩種理論所提及之因應策略，則大致可歸納為設法改變、尋求支持、逃避放棄、接受現況、自我調適等五種，而實習老師離開師資培育機構前往教學現場，身份由學生成為老師，面對環境與角色定位的改變，以及教學現場許多的人事物，實習老師不免得對自己所面臨的情境與事件加以評估，實習老師在評估的同時，往往也受到個體認知、環境甚至是他人的影響，甚至因為與

他人或環境的互動，而改變了原本的評估狀況，進而採取不同的因應方式，而新制半年幼稚園實習老師遭遇困擾時所採取的因應策略，與諸位學者所提出的因應策略又有何異同，也是本研究所欲瞭解的。

二、實習困擾之因應策略

許多實習老師往往會發現，自己在實習情境中所採取的解決策略往往無效（Epstein & Dygdon, 2006）。然而究竟實習老師在面對困擾時所採取的策略有哪些，研究者整理幼稚園實習老師面對困擾時所採取的因應策略，整理如下：

鄭立俐（1998）研究一位大四集中實習的學生，發現其在遭遇困擾時所使用的策略有：自我心理建設與反省、與現實妥協安於現狀、嘗試改變、尋求協助與支持。

林一鳳（2003）研究一年實習老師在面對問題時，發現實習老師實習過程中在不同方面都有困擾，其所使用的因應策略可以歸納為下列幾點：與輔導老師討論，共同尋求解決的方法；撰寫教學日誌，省思自身教學；觀察並多與幼兒互動；研讀輔導老師所提供的書籍；自己尋求其他資源：如上網、查書等；向輔導老師提出自己的需要；觀摩輔導老師與同儕的教學；與家長互動以省思自己的教學。

林妙真（2005）研究一年實習老師由學生到老師的歷程，其調適的策略有：1. 家人的支持與鼓勵；2. 隨著時間經過，經驗增加而逐漸習慣；3. 試圖在教學主題與孩子興趣間找尋平衡點；4. 與搭檔老師坦承溝通；另一位實習半年的實習老師面對問題時的調適策略為：1. 家人的支持與鼓勵；2. 宗教信仰。

整理幼稚園實習老師在面對實習困擾時所使用的策略包括下列三項：

（一）尋求支持：與父母家人討論，或請教輔導老師及其他有經驗的

老師、其他實習老師、行政人員或園長。

- (二) 自我調適：從其他角度分析問題、查詢相關資料、用自己過去類似的經驗來處理。
- (三) 設法改變：評估問題，觀察事情的發展再決定如何處理。
- (四) 暫時擱置：安於現狀，暫時不去思考。

Brehm (1998) 認為，因應策略包含問題解決傾向與情感傾向等兩種方式，問題解決傾向策略包括面對策略、有計畫問題解決、尋找社會支持等層面；而情感傾向策略包括超越、自我控制、接受責任、逃離避免、積極評價與尋找社會支持等層面，分析幼稚園實習老師所使用的調適策略發現，實習老師面對不同方面的困擾所使用的因應策略相當類似，不外乎尋求支持、自我調適、設法改變、暫時擱置等方式，實習老師尋求支持的對象，包括自己的家人、輔導老師以及同儕，而一年或半年的實習老師所使用的因應策略也很相似。

幼稚園實習老師不論在集中實習、一年或半年的教育實習中，雖然實習的時間長短不同，但所遭遇的問題大致可分為幼兒方面、教學方面、人際關係方面、角色定位等四方面。在研究方法上，多數學者採用質性研究的方式，針對少數個案的實習經驗進行探究，較少有研究針對幼稚園實習老師的實習困擾做普遍性的意見調查與現況的描述。實習老師在面對困擾時所採取的因應策略多為：尋求支持、自我調適、設法改變、暫時擱置等四種方式，然而在新制教育實習制度修正後，實習制度有了重大的轉變，實習時間由一年改為半年，實習老師的身份確定為學生，究竟這樣制度上的轉變，對於實習老師的影響是什麼，都是值得我們去深思探討的。