

## 第五章 結論與建議

### 第一節 結 論

依據研究結果分析，歸納出以下列結論：

- 一、研究對象情緒智力總分會因家中排行之不同而有顯著差異，排行老大優於老二；亦會因家庭社經地位之不同而有顯著差異，高家庭社經地位者優於低家庭社經地位者。
- 二、研究對象情緒智力四個分量表得分，只有「情緒表達得分」會因性別不同而有顯著差異；會因家中排行之不同而有顯著差異，排行老大者優於排行老二。
- 三、研究對象情緒智力四個分量表中只有「情緒表達得分」與「情緒調整得分」會因家庭社經地位不同而有顯著差異，都是家庭社經地位者高者顯著優於家庭社經地位低者；亦會因學院別不同而有顯著差異。
- 四、研究對象之學業成績會因性別之不同而有顯著差異，女生優於男生；會因家庭社經地位不同而有顯著差異，高家庭社經地位者的優於低家庭社經地位者；易會因推薦入學與否而有顯著差異，推薦入學者優於非推薦入學者。
- 五、在控制社會人口學變項後，研究對象情緒智力總分可以預測其學業成績。

六、在控制研究對象的社會人口學變項後，研究對象情緒智力四個分量表中「情緒表達」、「情緒調整」與「情緒運用」三項得分能預測其學業成績，其中「情緒調整」與「情緒運用」得分愈高，學業成績愈好；然而「情緒表達」得分愈高，學業成績反而愈差。

## 第二節 建議

依據結論，提出以下之建議：

### 一、對大學教育之建議

- (一)加強男生情緒智力教育，可由輔導中心辦理相關講座及相關之情緒智力工作坊，讓學生在學期間有機會加強情緒智力。
- (二)由輔導中心在辦理各院系輔導時能適時介入情緒智力教育，經由班級經營提供學生機會教育。
- (三)將情緒智力教育課程，納入正規教育課程或於通識課程設科教學，讓學生選修，提昇學生的情緒智力，加強學生情緒覺察、情緒表達、情緒調整、情緒運用之能力，提昇情緒管理的能力，以因應生活中的壓力，也可增進其未來與職場的的學術成就。
- (四)辦理情緒智力工作坊，請導師參與，並善用導師時間運用所學提昇學生的情緒智力。
- (五)鼓勵校內相關單位，如學生輔導中心承辦學生情緒智力測驗

問卷調查，鼓勵學生參與情緒管理工作坊或相關之心理衛生講座。

(六)結合輔導老師資源，善用導師時間適時介入情緒教育活動。

## 二、對教育行政機構的建議

(一)重視情緒教育可利用行政主管研習營、各種學會或公會舉辦大會時提供在職教育，或專辦情緒教育研習營，鼓勵教師參與，增進自己的教學知能，運用於教學。

(二)教育行政機構編列預算，鼓勵學校承辦相關情緒教育座談會、研習營，獎勵及補助所需經費。

(三)由教育部、行政院衛生署、國科會等中央部會提供研究計劃，鼓勵教師或職員參予及發表研究成果。

## 三、對家長的建議

(一)研究發現女生的情緒智力優於男生，家長應加強男生情緒管理的能力，包括情緒覺察、情緒表達、情緒調整及情緒運用等能力。

(二)研究發現情緒智力分數可部份預測學業成績，家長應重視子女的情緒智力教育。

## 四、對未來研究之建議

(一)本研究僅以台灣大學大一年級新生為研究對象，將來可擴大至各年級。

(二)本研究所採用的學業成績為大一第一學期之平均成績，將來可以用一學年或兩年成績作為預測。

(三)將來可繼續採用橫斷研究法，亦可採用縱貫研究法進行後續研究。

(四)未來亦可考慮情緒教育課程介入，來看情緒智力是否與學業成績是否相關。