

花蓮縣國民中學體育教師工作壓力與教學效能關係之研究

大漢技術學院

王聖文

摘要

本研究主要探討花蓮縣國民中學體育教師工作壓力與教學效能之現況與關係，以及體育教師工作壓力對於其教學效能之預測力。本研究採普查方式進行，以自編問卷為研究工具，共發出研究問卷 88 份，回收有效問卷 69 份，有效問卷回收率為 78.41%，所得資料經統計分析後發現，花蓮縣國民中學體育教師所知覺之工作壓力屬中上程度，其自評之教學效能為中上程度；不同「教學年資」與「是否兼任行政職務」之體育教師，所知覺之工作壓力有顯著差異；不同「教學年資」與「教育程度」之體育教師，在教學效能之部分層面有顯著差異；花蓮縣國民中學體育教師之工作壓力與教學效能有顯著負相關，且花蓮縣國民中學體育教師之工作壓力對於其整體教學效能具有預測力。

關鍵詞：體育教師、工作壓力、教學效能

The Study of the Relationship between Work Stress and Teaching Effectiveness of Physical Education Teachers in Junior High Schools in Hualien

Abstract

The purposes of this study were to explore the current situation and the relationship between work stress and teaching effectiveness of physical education teachers in junior high schools in Hualien. The questionnaire was developed by the researcher based upon the literature review and documentary analyses. Eighty-eight PE teachers were selected in junior high schools in Hualien, with the return of 69 questionnaires. The amount of the valid questionnaires stands for 78.41% of the total amount of the questionnaires those were distributed. The results showed that: 1) The PE teachers of junior high schools perceived an upper level on work stress. 2) The PE teachers of junior high schools perceived an upper level on teaching effectiveness. 3) The perception of work stress of PE teachers was affected by the years of the teaching of the PE teachers, as well as PE teachers' duty. 4) The teaching effectiveness of PE teachers was affected by the years of the teaching of the PE teachers, as well as PE teachers' education levels. 5) There is a significant negative relationship between PE teachers' work stress and teaching effectiveness. 6) PE teachers' teaching effectiveness can be predicted based on PE teachers' work stress.

Key words: PE teachers, work stress, teaching effectiveness

壹、緒論

一、問題背景

「體育教師」這個因素在體育課程的實施中佔了極重要的地位（吳萬福，1994；周宏室，2001）。洪崇峰（2003）認為，體育教師在體育教學中扮演主導的角色，並配合教學環境，使用器材設備，以及應用適合的教學方式，來達到特定的教學目標，也可看出體育教師對於體育教學工作推展的重要性。

教師工作壓力是指教師在與學校情境的互動過程中，在教學、行政、學生、同事關係等方面，所產生無法適應之情感（林純文，1995），許多研究發現，體育教師與運動教練均感受到相當程度的工作壓力（Kelley & Eklund, 1999；O'Brien, 1981；林靜怡，2003；吳政融，2002），體育教師如果忽略工作壓力所帶來的負面影響，除了會引發身體健康的警訊，也會影響到學生受教的權益，並對學校組織之經營管理產生不良的影響（Rohnstock, 2000）。究竟國民中學體育教師所知覺之工作壓力為何？相當值得深入探討，也成為本研究動機之一。

教學效能是指教師在從事教學工作時，其整體教學活動能使學生學習或行為具有優良的表現，以達成教育目標的能力（劉威德，1993），而高度教學效能之教師具有自我洞察力、自信、接納學生與愛護學生等特徵（James，1995）。在學校體育中，體育教師扮演體育教學成敗關鍵之角色（李明達，2004；張淑慧，2003），而體育教師之教學效能也影響學校體育推展之成效（Ballinger, 1993；Ho, 1996；Spencer, 1987；謝俊煌，2004），以及學生在體育課當中之學習成效（Ballinger, 1993；Harrison, 1987）。既然教學效能對於教學品質與教學成效之影響如此深遠，究竟國民中學體育教師之教學效能現況為何？也成為本研究動機之二。

Paese and Zinkgraf (1991)、Parkay, Olejnik, and Proller (1988)、林美惠（2004）、郭峰偉（2000）、鄧珮秀（2002）等人研究均發現，教師之工作壓力與其教學效能呈顯著負相關，亦即教師所知覺之工作壓力愈高，則其所表現出來之教學效能越低，因此，只要能夠降低體育教師所知覺之工作壓力，就能有效的提升體育教師之教學效能。究竟國民中

學體育教師之工作壓力與教學效能存在何種關係？國民中學體育教師之工作壓力對於其教學效能是否具有預測力，也成為本研究動機之三。

綜上，由於體育教師之工作壓力與教學效能均與學校體育之推展息息相關，本研究即以花蓮縣國民中學體育教師為研究對象，來瞭解體育教師所知覺之工作壓力與實際之教學效能，以及體育教師所知覺之工作壓力與教學效能之關係，並做出適當的建議，以提供教育行政主管機關及國民中學參考，希望能有效降低國民中學體育教師之工作壓力，並提升國民中學體育教師之教學效能。

二、研究目的

- (一) 瞭解花蓮縣國民中學體育教師之工作壓力現況。
- (二) 瞭解花蓮縣國民中學體育教師之教學效能現況。
- (三) 瞭解花蓮縣不同背景變項之國民中學體育教師，所知覺工作壓力之差異情形。
- (四) 瞭解花蓮縣不同背景變項之國民中學體育教師，其教學效能之差異情形。
- (五) 瞭解花蓮縣國民中學體育教師工作壓力與體育教師教學效能之關係。
- (六) 瞭解花蓮縣國民中學體育教師工作壓力對於體育教師教學效能之預測力。

貳、研究方法

一、研究對象

本研究以九十二學年度任職於花蓮縣 25 所公私立國民中學之 88 位體育教師為研究對象（包含合格教師與代理代課教師）。

二、研究工具

(一) 研究工具編製

本研究以自編問卷「花蓮縣國民中學體育教師工作壓力與體育教師教學效能關係之研究問卷」為研究工具，共包含三個部分。第一部份「體育教師工作壓力量表」，

係改編自蔡先口（1985）所發展之「教師工作壓力問卷」，再參照林靜怡（2003）、吳政融（2002）、鄭及宏（2004）等人有關體育教師工作壓力之實證研究問卷修訂而成，包含「與學校之關係」、「學生學習」、「角色衝突」、「工作負荷」、「學生管教」、「專業發展」等 6 個層面 30 個題項，受試者在本量表之得分愈高，代表其所知覺之工作壓力愈高。

第二部份「體育教師教學效能量表」之編製，係改編自林海清（1994）所發展之「教學效能量表」，再參照李明達（2004）、張淑慧（2003）、謝俊煌（2004）等人有關體育教師教學效能之實證研究問卷修訂而成，包含「教學計畫」、「教學策略」、「教學評鑑」、「教學氣氛」等 4 個層面 24 個題項，受試者在本量表之得分愈高，代表體育教師自評之教學效能愈高。

第三部份「體育教師」背景變項，包含了體育教師之性別、教學年資、教育程度、是否兼任行政職務、是否兼任教練等五個題項。

（二）信、效度考驗

本研究採用「決斷值檢驗」、「同質性檢驗」、「因素分析」、「信度分析」等統計方式來考驗研究工具之信度與效度。「體育教師工作壓力量表」總量表之 Cronbach α 係數達.93，各層面之 Cronbach α 係數均高於.88，因素分析選取特徵值（eigenvalue）大於 1 的因素，共萃取出 6 個因素（與問卷初稿之 6 個層面相符），可以解釋總變異量之 63.36%；「體育教師教學效能量表」總量表之 Cronbach α 係數達.89，各層面之 Cronbach α 係數均高於.85，因素分析選取特徵值（eigenvalue）大於 1 的因素，共萃取出 4 個因素（與問卷初稿之 4 個層面相符），可以解釋總變異量之 65.81%。顯示本研究工具之兩個分量表均具有良好之信度與效度。

三、實施程序

本研究以 92 學年度任職於花蓮縣 25 所公立國民中學之 88 位體育教師為研究對象，問卷調查採普查方式實施，於 93 年 4 月至 5 月期間，依據各國民中學樣本人數，由研究者親至花蓮縣各國民中學發放研究問卷並現場回收，共發出研究問卷 88 份，回收有

效問卷 69 份，有效問卷回收率為 78.41% ，所得資料經統計分析後，提出研究結果與建議。

四、資料處理

本研究採用 SPSS for Windows 8.0 版統計套裝軟體進行資料分析，主要採用 t 檢定、單因子變異數分析、Scheffe 事後多重比較、皮爾森積差相關、多元逐步迴歸分析等統計方法進行資料處理。

參、結果與討論

一、花蓮縣國民中學體育教師工作壓力之現況分析

從表一可以看出，花蓮縣國民中學體育教師在工作壓力各層面以「工作負荷」之單題平均得分 3.12 最高，其次依序為「學生管教」、「與學校之關係」、「角色衝突」、「學生學習」、「專業發展」。由於量表之最高得分為 150 分，最低得分為 30 分，花蓮縣國民中學體育教師在「體育教師工作壓力量表」整體量表得分之平均數為 84.96 分，屬於中上程度。

此一研究結果，與 Drake & Hebert (2002)、Robert (2004)、林靜怡 (2003)、吳政融 (2002)、梁玉秋 (2002) 等人之研究結果相類似，顯示花蓮縣國民中學體育教師確實承受相當程度的工作壓力，但由於體育教師所知覺之工作壓力會對其教學效能、工作滿意、組織承諾等產生負面影響 (林靜怡，2003；林麗玲，2005)，教育行政主管機關應適度減輕體育教師各層面之工作壓力，才能讓體育教師在適當的壓力水準下，充分發揮教學效能，讓體育教學更具成效。

表一：「體育教師工作壓力量表」之填答情形摘要表

工作壓力層面	平均數	標準差	題數	單題平均得分	排序
與學校之關係	14.31	3.88	5	2.86	3
學生學習	13.45	3.76	5	2.69	5
角色衝突	13.65	3.81	5	2.73	4
工作負荷	15.61	3.98	5	3.12	1
學生管教	15.15	3.93	5	3.03	2
專業發展	12.8	3.65	5	2.56	6
整體工作壓力	84.96	20.13	30	2.83	

二、花蓮縣國民中學體育教師教學效能之現況分析

從表二可以看出，花蓮縣國民中學體育教師在教學效能各層面以「教學氣氛」之單題平均得分 3.62 最高，其次依序為「教學計畫」、「教學策略」、「教學評鑑」。由於量表之最高得分為 120 分，最低得分為 24 分，花蓮縣國民中學體育教師在「體育教師教學效能量表」整體量表得分之平均數為 83.32 分，屬於中上程度。

此一研究結果，與 Ballinger (1993)、Ho (1996)、李明達 (2004)、張淑慧 (2003)、鍾佳穎 (2003)、謝俊煌 (2004) 等人之研究結果相類似，顯示花蓮縣國民中學體育教師確實具備良好之教學效能，但由教學效能各層面來看，花蓮縣體育教師在「教學氣氛」層面之得分最高，顯示花蓮縣體育教師在體育課中，相當重視班級學習氣氛之營造，但花蓮縣體育教師在「教學評鑑」層面之得分最低，也顯示體育教師對於體育課程之成果驗收較不重視，則仍有改進之空間。

表二：「體育教師教學效能量表」之填答情形摘要表

教學效能層面	平均數	標準差	題數	單題平均得分	排序
教學計畫	20.76	3.06	6	3.46	2
教學策略	20.46	2.96	6	3.41	3
教學評鑑	19.38	2.83	6	3.23	4
教學氣氛	21.72	3.13	6	3.62	1
整體教學效能	83.32	9.86	24	3.43	

三、體育教師背景變項在工作壓力之差異分析

本研究以「性別」、「教學年資」、「教育程度」、「是否兼任行政職務」、「是否兼任教練」等五個背景變項來探討體育教師所知覺工作壓力之差異，結果發現，不同「性別」、「教育程度」與「是否兼任教練」之體育教師，所知覺之工作壓力並無顯著差異。

不同「教學年資」之體育教師，在工作壓力之「與學校之關係」($F=4.38, p<.05$)、「學生學習」($F=4.39, p<.05$)、「角色衝突」($F=5.12, p<.05$)、「工作負荷」($F=3.91, p<.05$)與「學生管教」($F=4.26, p<.05$)等層面有顯著差異，經事後比較發現，教學年資為「5年以下」之體育教師，在工作壓力之「與學校之關係」、「學生學習」、「角色衝突」、「學生管教」等層面之得分顯著高於教學年資為「21年以上」之體育教師；教學年資為「6-10年」之體育教師，在工作壓力之「與學校之關係」、「角色衝突」與「工作負荷」等層面之得分亦顯著高於教學年資為「21年以上」之體育教師。整體而言，資淺體育教師對於工作壓力各層面之知覺程度均顯著高於資深體育教師，此一研究結果，與 Onifade & Odedeyi (2001)、吳政融 (2002)、鄭及宏 (2004) 等人之研究結果相類似，可能是由於資淺體育教師對於學校環境、體育教學、學生管理、學校行政等仍屬適應階段，而資淺體育教師在人生階段中亦處於「成家立業」的時期，在工作、家庭與婚姻等多重負荷之下，可能因此在「與學校之關係」、「學生學習」、「角色衝突」、「工作負荷」與「學生管教」等層面感受到較高之工作壓力。

體育教師「是否兼任行政職務」，在工作壓力之「角色衝突」($t=3.26, p<.05$)與「工作負荷」($t=3.57, p<.05$)等層面有顯著差異，兼任行政職務之體育教師，在工作壓力之「角色衝突」與「工作負荷」等層面均高於未兼任行政職務之體育教師。此一研究結果，與 Drake & Hebert (2002)、吳政融 (2002)、梁玉秋 (2002)、鄭及宏 (2004) 等人之研究結果相類似。可能由於兼任行政職務之體育教師，除了本職之體育教學工作外，還必須身兼組長(主任)等行政職務，工作負荷量會明顯高於未兼任行政職務之體育教師，可能因此在「角色衝突」與「工作負荷」層感受到較高的工作壓力。

四、體育教師背景變項在教學效能之差異分析

本研究以「性別」、「教學年資」、「教育程度」、「是否兼任行政職務」、「是否兼任教練」等五個背景變項來探討體育教師在教學效能各層面得分之差異，結果發現，不同「性別」、「是否兼任行政職務」與「是否兼任教練」之體育教師，在教學效能各層面之得分並無顯著差異。

不同「教學年資」之體育教師，在教學效能之「教學計畫」($F=3.96, p<.05$)與「教學策略」($F=3.81, p<.05$)等層面有顯著差異，經事後比較發現，教學年資為「5年以下」之體育教師，在教學效能之「教學計畫」與「教學策略」等層面之得分均顯著高於教學年資為「10-20年」與「21年以上」之體育教師。整體而言，資淺體育教師較重視教學效能之「教學計畫」與「教學策略」等層面，此一研究結果，與謝俊煌(2004)之研究結果相類似，可能由於資淺體育教師之教育程度普遍較高，在體育教學上會比較重視教學計畫之擬定與教學策略之運用，因此會在「教學計畫」與「教學策略」等層面有較高之教學效能。

不同「教育程度」之體育教師，在教學效能之「教學計畫」($t=2.86, p<.05$)與「教學評鑑」($t=2.99, p<.05$)等層面有顯著差異，教育程度為「研究所(含)以上」之體育教師，在教學效能之「教學計畫」與「教學評鑑」等層面之得分較高。可能由於教育程度為「研究所(含)以上」之體育教師，受過更高層次的體育專業訓練，因此對於教學計畫與教學評鑑之運用有較高之效能，此一研究結果，與李明達(2004)、謝俊煌(2004)、鍾佳穎(2003)等人之研究結果相類似，顯示體育教師之教育程度，確實會影響其教學效能。

五、體育教師工作壓力與教學效能之相關分析

由表三可以看出，體育教師整體工作壓力與整體教學效能間呈顯著負相關($r=-.49, p<.05$)，且體育教師工作壓力各層面與教學效能各層面亦呈顯著負相關，顯示體育教師在工作壓力之「與學校之關係」、「學生學習」、「角色衝突」、「工作負荷」、「學生管教」

「專業發展」等層面之知覺程度愈高，則其在教學效能之「教學計畫」、「教學策略」、「教學評鑑」、「教學氣氛」等層面之表現愈低，與 Paese and Zinkgraf (1991)、Parkay et al. (1988)、林美惠 (2004)、郭峰偉 (2000)、鄧珮秀 (2002) 等人之研究結果相類似，教育行政主管機關與國民中學可以藉由減輕體育教師工作壓力各層面的方式，來提升體育教師教學效能之各個層面。

表三：體育教師工作壓力與教學效能之相關矩陣

層面	教學計畫	教學策略	教學評鑑	教學氣氛	整體教學效能
與學校之關係	-.17*	-.26*	-.31*	-.38*	-.34*
學生學習	-.14*	-.22*	-.27*	-.33*	-.32*
角色衝突	-.17*	-.37*	-.31*	-.49*	-.40*
工作負荷	-.33*	-.41*	-.46*	-.53*	-.49*
學生管教	-.15*	-.33*	-.28*	-.45*	-.36*
專業發展	-.13*	-.25*	-.26*	-.37*	-.31*
整體工作壓力	-.21	-.35*	-.34*	-.48*	-.49*

* $p < .05$

六、體育教師工作壓力對於整體教學效能之預測分析

本研究以體育教師工作壓力為預測變項，以體育教師整體教學效能為效標變項，採多元逐步迴歸分析來探討體育教師工作壓力對於整體教學效能之預測力。由表四可以看出，體育教師工作壓力各預測變項中，以「工作負荷」與「角色衝突」等層面對整體教學效能具有預測力，能夠解釋體育教師整體教學效能 25.6% 的變異量，其中又以「工作負荷」層面之預測力最高，能夠解釋體育教師整體教學效能之 24.3%。而體育教師工作壓力之「工作負荷」與「角色衝突」等二個預測變項之標準化迴歸 β 係數均為負值，可知體育教師工作壓力之「工作負荷」與「角色衝突」對於體育教師整體教學效能之影響均為負向。

由此可知，國民中學體育教師所知覺工作壓力之「工作負荷」層面對於其所知覺之整體教學效能具有最高之預測力，且其影響力為負向，亦即國民中學體育教師在「工作負荷」層面所知覺之工作壓力愈低，則其整體教學效能愈高，與 Paese and Zinkgraf (1991)、Parkay et al. (1988)、林美惠 (2004)、郭峰偉 (2000)、鄧珮秀 (2002) 等人之研

究結果相類似。因此，國民中學應適度調節體育教師之工作負荷，儘量避免體育教師同時身兼體育教師、組長（主任）、運動教練等多重職務，以降低體育教師在教學、行政、教練工作中之工作負荷與角色衝突，才能減輕體育教師在「工作負荷」與「角色衝突」層面所知覺之工作壓力，進而增加體育教師之整體教學效能。

表四：體育教師工作壓力各層面對整體教學效能之多元逐步迴歸分析摘要表

投入變項	多元迴歸 係數 R	決定係數 R^2	R^2 改變量	標準化迴歸 係數	F 值
工作負荷	.493	.243	.243	-.236	50.36*
角色衝突	.506	.256	.013	-.258	38.72*

* $p < .05$

肆、結論與建議

一、結論

- (一) 花蓮縣國民中學體育教師所知覺之工作壓力屬中上程度。
- (二) 花蓮縣國民中學體育教師之教學效能屬中上程度。
- (三) 不同「教學年資」與「是否兼任行政職務」之體育教師，所知覺之工作壓力有顯著差異。
- (四) 不同「教學年資」與「教育程度」之體育教師，在教學效能之部分層面有顯著差異。
- (五) 花蓮縣國民中學體育教師之工作壓力與教學效能有顯著負相關
- (六) 花蓮縣國民中學體育教師之工作壓力對於其整體教學效能具有預測力。

二、建議

- (一) 鼓勵體育教師進修，以提升教學效能

本研究發現，體育教師之教育程度，確實會影響其教學效能。教育程度為「研究所（含）以上」之體育教師，在「教學計畫」與「教學評鑑」等層面均展現出較

高的教學效能。因此，建議教育行政主管機關能夠在政策上鼓勵體育教師持續進修，並廣設體育相關領域之學分班與在職進修專班，減少體育教師因為地域或交通不便而對進修裹足不前的情況，以協助體育教師取得更高學歷，進而增進體育教師之教學效能。

(二) 減輕體育教師之工作負荷

研究結果發現，國民中學體育教師在「工作負荷」層面所知覺之工作壓力愈低，則其整體教學效能愈高。體育教師除了本職之體育教學工作，還必須參與學校校慶體育活動、各種競賽活動的舉辦，再加上教育行政主管機關相關體育政策與活動之推動（如體適能護照），都會讓國民中學體育教師之工作負荷量不斷增加，因此，建議國民中學應適度減輕體育教師正課教學以外之工作負荷，以降低其工作負荷壓力，進而提升其教學效能。

(三) 安排資深體育教師輔導新進體育教師

本研究結果發現，資淺體育教師對於工作壓力各層面之知覺程度均顯著高於資深體育教師，顯示資淺體育教師對於工作壓力的處理上，有相當多學習的空間。由於資深教師之教學經驗與人生閱歷較為豐富，對於工作壓力之處理亦較嫻熟，建議國民中學可以安排資深體育教師進行經驗傳承，在生活、教學、行政、人際關係等各方面提供資淺體育教師建議，以減輕資淺體育教師之工作壓力。

(四) 體育教師應充分自我調適

本研究結果發現，國民中學體育教師所知覺之整體工作壓力屬於中上程度，因此，體育教師應具備自我調適的能力，並學習與工作壓力和平共處。建議國民中學體育教師在公務繁忙之餘，也應安排適當的休閒生活，來舒解緊繃的工作壓力，減輕因為工作所帶來的壓力，才能將工作壓力所帶來的負面影響降到最低。

伍、參考文獻

- 李明達 (2004)。國民小學體育授課教師教學態度與教學效能關係之研究-以台南縣市為例。未出版碩士論文，台南市立師範學院，台南市。
- 林美惠 (2004)。高職家事類科教師工作壓力與教學效能之研究。未出版碩士論文，屏東科技大學，屏東市。
- 林純文 (1995)。國民中學組織氣候、教師工作壓力及其因應方式之研究。未出版碩士論文，國立屏東師範學院，屏東市。
- 林海清 (1994)。高中教師激勵模式與其工作滿意、服務士氣、教學效能之研究。未出版博士論文，國立政治大學，台北市。
- 林靜怡 (2003)。台灣地區公立高中舞蹈班教師工作壓力與職業倦怠關係之研究。未出版碩士論文，中國文化大學，台北市。
- 林麗玲 (2005)。台灣地區體育新聞工作者工作壓力與工作滿意度之研究-以電子媒體為例。未出版碩士論文，台北市立體育學院，台北市。
- 吳政融 (2002)。大學體育教師工作壓力及因應方式之研究。未出版碩士論文，國立台灣師範大學，台北市。
- 周宏室 (2001)。Mosston 體育教學光譜的理論與應用 (3 版)。台北市：師大書苑。
- 吳萬福 (1994)。提升運動技能的體育教學法。國民體育季刊，23 (3)，56-64。
- 郭峰偉 (2000)。國中教師工作壓力與教師效能關係之研究。未出版碩士論文，國立成功大學，台南市。
- 洪崇峰 (2003)。桃園縣國小體育教師課程決定影響因素之調查研究。未出版碩士論文，國立體育學院，台北市。
- 梁玉秋 (2002)。國民中學棒球教練工作壓力與工作倦怠之研究。未出版碩士論文，輔仁大學，台北縣。
- 張淑慧 (2003)。影響國小教師體育教學效能因素之研究。未出版碩士論文，台北市立師範學院，台北市。
- 鄧珮秀 (2002)。台北縣國民小學教師工作壓力與教學效能關係之研究-以九年一貫課程實施為例。未出版碩士論文，國立台北師範學院，台北市。

- 鄭及宏(2004)。《花東地區國小體育教師自我效能與工作壓力之研究》。未出版碩士論文，國立台東大學，台東市。
- 蔡先口(1985)。《國民中學教師工作壓力和專業態度的關係及其相關因素之研究》。未出版碩士論文，國立台灣師範大學，台北市。
- 劉威德(1993)。《國中教師教學成敗歸因、社會支持與教學自我效能相關之研究》。未出版碩士論文，國立高雄師範大學，高雄市。
- 謝俊煌(2004)。《雲林縣國民小學體育教師效能信念及教學效能》。未出版碩士論文，台北市立體育學院，台北市。
- 鍾佳穎(2003)。《台北縣國民小學體育教師效能信念與教學行為之相關研究》。未出版碩士論文，台北市立體育學院，台北市。
- Ballinger, D. A. (1993). Becoming an effective physical educator. *Physical Educator*, 50(1), 13-19.
- Drake, D., & Hebert, E. P. (2002). Perceptions of occupational stress and strategies for avoiding burnout: case studies of two female teacher-coaches. *Physical Educator*, 59 (4), 170-183.
- Harrison, J. M. (1987). A review of the research on teacher effectiveness and its implications for current practice. *Quest*, 39(1), 36-55.
- Ho, W. W. (1996). *Factorial validity of a teacher effectiveness scale for the teacher preparation program in Hong Kong*. Unpublished master's thesis, University of Oregon, Eugene, Oregon.
- James, M. (1995). *Teachers' problem solving: A casebook of award-winning teacher case*. Boston : Allyn and Bacon.
- Kelley, B. T., & Eklund, R. C. (1999). Stress and burnout among collegiate tennis coaches. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 21(2), 113-131.
- O'Brien, D. B. (1981). Coping with occupational stress. *Journal of Physical Education, Recreation and Dance*, 52(9), 44-46.
- Onifade, A., & Odedeyi, O. O. (2001). Occupational stress factors among Nigerian physical

- education teachers. *Journal of the International Council for Health, Physical Education, Recreation, Sport, and Dance*, 37 (3), 6-10.
- Paese, P. C., & Zinkgraf, S. (1991). The effect of student teaching on teacher efficacy and teacher stress. *Journal of Teaching in Physical Education*, 10(3), 307-315.
- Parkay, F. W. , Olejnik,S. , & Proller, N .(1988).A study of the relationships among teacher efficacy, locus of control, and stress. *Journal of Research and Development in Education*, 21,13-22.
- Robert, S. K. (2004). A factor analysis of job satisfaction among Hong Kong physical education teachers. *Journal of Physical Education & Recreation*, 10(2), 22.
- Rohnstock, D. (2000). The primary stress areas of a physical educator's job and suggestions for specific stress relief. *Sportunterricht (Schorndorf, German)*, 49(4), 108-115.
- Spencer, A. (1987). Physical educator effectiveness: in search of teaching excellence. *Florida JOHPERD*, 25(3), 35-38.