

# 實習心理師實習壓力量表之因素分析

## The factor analysis of the practice stress scale of the practicum counselor

李宜臻 李姘希 黃宏宇

臺北市立大學心理與諮商學系

### 1. 研究動機：

而Maslach、Scchaufeli、Leiter (2001) 與陳愉雅、張高賓 (2012) 研究皆顯示諮商心理師的年資越低，其情緒耗竭、去人性化及缺乏成就感等專業耗竭狀態較高。因此實習心理師年資最低，其專業耗竭的狀態可能較高。陳愉雅等人 (2012) 進一步解釋，諮商心理師自身的專業訓練與督導經驗有關，包含對自身狀態的敏感度、覺察能力，及自我觀照能力，以及督導的支持與協助，可能使其專業耗竭機率大幅降低。

Maslach等人 (2001) 與陳愉雅等人 (2012) 研究發現個體採用情緒焦點因應模式，與其專業耗竭有正相關。且會透過暫時擱置、逃避避免的方式因應之，而不使用解決問題、尋求支持的因應方式 (杜昌霖，2006)。

綜上所述，研究者認為實習心理師在實習歷程中，可能因為自身專業訓練、督導經驗、自我覺察及觀照能力較缺乏，因此會傾向拖延與逃避壓力 (杜昌霖，2006；陳愉雅等人，2012；Maslach等人，2001)。惟現尚無針對實習心理師的實習壓力相關量表，期藉由編製實習心理師實習壓力量表，未來能將此量表應用於實習心理師的輔導實務工作與生活適應，以作為實習心理師與輔導人員之參考。

### 2. 研究目的：

本研究希望藉由編製實習心理師實習壓力量表，未來能將此量表應用於實習心理師的輔導實務工作與生活適應，以作為實習心理師與輔導人員之參考。

### 3. 研究方法：

本研究依據許淑蓮、林惠賢、黃秀梨、于博芮、胡文郁、羅美芳 (1997) 護校生實習壓力量表之題項，依據研究者對心理師實習實務的瞭解加以進行修正編製而成。並運用描述性統計、信度分析、探索性因素分析統計方法進行分析，以檢驗本量表。

### 4. 研究結果：

最終收到的樣本為66筆，在描述性統計上，性別流動者1筆、男性共16筆、女性共49筆，性別比約為1.5：24.2：74.2，雖若以本量表題項51題，嚴謹來說有效樣本數應為題數的5倍255以上(51\*5=255)，未滿足本筆資料因素分析所需最少樣本數，但本研究之樣本性質特定，抽樣時間短暫，因此仍暫時以所收之樣本66筆進行以下之統計分析。

研究者先進行信度分析，檢視是否應刪除降低整體量表信度之題項，結果顯示整體量表之標準化之Cronbach's  $\alpha$  係數為.962，顯示具高內部一致性，整體量表具有高信度，若細看各題項之單獨Cronbach's  $\alpha$  係數，可知各題項之Cronbach's  $\alpha$  係數皆為.964以上，皆大於.962，顯示無論刪除任何題項皆無法造成整體量表之信度增加，因此以此信度分析之結果，暫時不會作任何題項之刪減。

在確定題項之信度後，進行因素分析前先進行Bartlett球型檢定，檢驗變項間是否有關聯，結果顯示，變項間彼此並非無關聯( $\chi^2=3084.722, df=1275, p<.001$ )，同時檢驗此量表是否適合進行因素分析，結果顯示KMO為.691，顯示此資料勉強適合進行因素分析。

研究者進行探索性因素分析前先利用特徵值大於1的法則，取11個因素，因素解釋量 (所有因素的合計解釋量) 上，11個因素合計能解釋資料的70.635%的變異。以主軸法設定11個因素後，再以最大變異法進行正交轉軸，轉軸後的因子矩陣顯示所有題項可大致歸納成6個因素，由於與我們最初進行題項設計時的6個因素歸類方式不相符，因此重新進行歸類和因素命名，以下將分別進行闡述。

因素分析結果發現「我覺得自己在個案概念化上的能力有所不足」和「我不知道如何處理個案的議題或困擾」兩題項被歸類為第4因素，由於皆為處遇個案議題相關的題項，因此將此因素命名為「處遇個案議題壓力」，另外由於「我覺得學校個別諮商課程內容與實習中的實務現況有差距」、「我覺得自己在面對個案時的危機應變能力有所不足」、「我覺得自己在個別諮商上的經驗有所不足」三題分別單獨被歸類為不同因素，因此將此三題進行刪除。

第6因素包含有三題，依據特性將此因素命名為「與個諮相關的人際互動能力和技術壓力」。

第2因素包含有六題，依據特性將此因素命名為「團諮能力壓力」，並將「我不知道如何讓團體中的個案彼此建立關係」此單獨歸類為不同因素之題項進行刪除。

第1因素包含有二十五題，依據特性將此因素命名為「實習場域和自己相互影響之壓力」。

第5因素包含有三題，依據特性將此因素命名為「生活平衡壓力」，另外由於「我覺得實習時間缺乏彈性，影響到我的日常生活與平衡」和「我覺得實習時間缺乏彈性，影響到我的日常生活與平衡我在研究生和實習心理師的角色轉換上有困難」兩題皆分別單獨被歸類為兩個不同因素，因此將此兩題進行刪除。

第3因素包含有四題，依據特性將此因素命名為「實習評鑑壓力」，另外由於「我擔心督導沒有看到我的努力與付出，而影響到他對我的評分」此題項單獨被歸類為不同因素，因此將此兩題進行刪除。

由上述的探索性因素分析進行正交轉軸後，可歸納出6個因素分別為「處遇個案議題壓力」、「與個諮相關的人際互動能力和技術壓力」、「團諮能力壓力」、「實習場域和自己相互影響之壓力」、「生活平衡壓力」、「實習評鑑壓力」。量表之總題項變為44題。但由研究之嚴謹性來說，本篇研究之樣本數僅66筆，若未來收集之樣本數有確實達到進行有效因素分析之標準，在進行因素分析之結果會較具代表性。