



独中教育研究期刊  
Jurnal Penyelidikan MICSS  
MICSS Journal of Educational Research  
期刊网页: <https://micss.dongzong.my/>

**MICSS**  
Journal of Educational Research  
独 中 教 育 研 究 期 刊

## 马来西亚华文独立中学教师的情绪智商与因应策略之研究

Kajian tentang Kecerdasan Emosi dan Strategi Daya Tindak Guru Sekolah Menengah Persendirian Cina di Malaysia

A Study on the Emotional Intelligence and Coping Responses of Malaysian Independent Chinese Secondary School Teachers

郑可欣<sup>1</sup>; 郭富美<sup>2</sup>; 骆惠旋<sup>3</sup>; 吴群政<sup>4</sup>; 侯雯荔<sup>5</sup>; 施可欣<sup>6</sup>; 陈祉胤<sup>7</sup>  
Tee Ker Shin<sup>8</sup>; Keh Foo Bee<sup>9</sup>; Loh Hooi Shien<sup>10</sup>; Goh Chen Zheng<sup>11</sup>; How Wendy<sup>12</sup>;  
See Ker Xin<sup>13</sup>; Tan Zi Ying<sup>14</sup>

### 文稿资讯

收稿: 25/6/2024  
录取: 25/9/2024  
刊登: 31/12/2024

关键词:  
情绪智商  
问题焦点因应策略  
情绪焦点因应策略  
失功能因应策略  
马来西亚华文独立中学教师

**【摘要】**过去的研究显示,独中教师所获得的援助和资源与现实需求不相符,导致教师出现高水平的职场压力,而情绪智商是压力调节和工作表现重要的指标。本研究目的为探讨大马华文独中教师的情绪智商与问题焦点因应策略、情绪焦点因应策略和失功能因应策略之间的关系,并针对现有的情绪智商测量工具进行修订和中文翻译,确保这些工具适用于大马独中教师,包括:简短版因应策略量表(COPE)、情境情绪理解测验(STEU)和舒特自评情绪智商测试(SSREI)。本研究采用横断性调查法,使用群集抽样(cluster sampling),依据区域和学校规模,从63所华文独中抽取34所的教师作为研究对象,共收集到998名教师的资料。研究结果显示,华文独中教师情绪智商与问题焦点因应策略、情绪焦点因应策略之间呈现正相关;情绪智商与失功能因应策略之间呈现负相关;另外,性别在情商分数上有显著差异,其中女教师的情商比男教师来得高。而女性在问题焦点因应策略的平均数比男性高。本研究提出,若能提高教师情绪智商技能,可协助教师有更好的心理适应、因应策

<sup>1</sup> 新纪元大学学院  
<sup>2</sup> 新纪元大学学院, 通讯作者, [foobee.keh@newera.edu.my](mailto:foobee.keh@newera.edu.my)  
<sup>3</sup> 新纪元大学学院  
<sup>4</sup> 新纪元大学学院  
<sup>5</sup> 新纪元大学学院  
<sup>6</sup> 新纪元大学学院  
<sup>7</sup> 新纪元大学学院

## Maklumat manuskrip

Diterima: 25/6/2024

Lulus semakan: 25/9/2024

Diterbit: 31/12/2024

Kata kunci:

Kecerdasan Emosi,  
Strategi Daya Tindak  
Berkonsentrasi Masalah,  
Strategi Daya Tindak  
Berkonsentrasi Emosi,  
Strategi Daya Tindak  
Disfungsi,  
Guru SMPC di Malaysia

略、教学和工作绩效。本研究也建议，未来可在独中教师的培训及发展计划中加入与情商相关的课程，协助教师学习更有效的因应策略，促进心理健康与提升教学效率。

**Abstrak :** Kajian terdahulu menunjukkan bahawa bantuan dan sumber yang diterima oleh guru Sekolah Menengah Persendirian Cina (SMPC) tidak selaras dengan keperluan sebenar, menyebabkan guru mengalami tekanan kerja yang tinggi. Kecerdasan emosi merupakan indikator penting dalam pengurusan tekanan dan prestasi kerja. Tujuan kajian ini adalah untuk meneroka hubungan antara kecerdasan emosi guru SMPC di Malaysia dengan strategi daya tindak berfokuskan masalah, strategi daya tindak berfokuskan emosi, dan strategi daya tindak disfungsi. Kajian ini juga bertujuan untuk menyemak dan menterjemah alat pengukuran kecerdasan emosi sedia ada ke dalam bahasa Cina agar sesuai digunakan oleh guru SMPC, termasuklah Skala Strategi Daya Tindak Versi Ringkas (COPE), Ujian Pemahaman Emosi Berasaskan Situasi (STEU), dan Ujian Kendiri Kecerdasan Emosi Schutte (SSREI). Kajian ini menggunakan kaedah tinjauan keratan rentas dengan teknik pensampelan berkelompok. Guru daripada 34 buah sekolah dipilih berdasarkan kawasan dan saiz sekolah daripada 63 buah SMPC, dengan data dikumpulkan daripada 998 orang guru. Hasil kajian menunjukkan bahawa terdapat hubungan positif antara kecerdasan emosi guru dengan strategi daya tindak berfokuskan masalah dan strategi daya tindak berfokuskan emosi, serta hubungan negatif dengan strategi daya tindak disfungsi. Selain itu, terdapat perbezaan signifikan berdasarkan jantina dalam skor kecerdasan emosi, di mana guru perempuan menunjukkan skor yang lebih tinggi berbanding dengan guru lelaki. Guru perempuan juga mencatatkan purata yang lebih tinggi dalam penggunaan strategi daya tindak berfokuskan masalah. Kajian ini mencadangkan bahawa peningkatan kemahiran kecerdasan emosi guru dapat membantu mereka mencapai penyesuaian psikologi yang lebih baik, strategi daya tindak yang lebih efektif, serta meningkatkan prestasi dalam pengajaran dan pekerjaan. Kajian ini turut menyarankan agar kursus berkaitan kecerdasan emosi dimasukkan ke dalam

<sup>8</sup> New Era University College

<sup>9</sup> New Era University College, Corresponding Author, foobee.keh@newera.edu.my

<sup>10</sup> New Era University College

<sup>11</sup> New Era University College

<sup>12</sup> New Era University College

<sup>13</sup> New Era University College

<sup>14</sup> New Era University College

---

### Article information

---

Received: 25/6/2024

Accepted: 25/9/2024

Published: 31/12/2024

---

#### Keywords:

Emotional Intelligence,  
Problem-focused Coping,  
Emotion-focused Coping,  
Dysfunctional Coping,  
Malaysian Independent Chinese  
Secondary School Teachers

program latihan dan pembangunan guru pada masa hadapan untuk membantu mereka mempelajari strategi daya tindak yang lebih berkesan, sekali gus mempromosikan kesihatan mental dan meningkatkan kecekapan pengajaran.

**Abstract :** Previous research has demonstrated that the assistance and resources received by Malaysian Independent Chinese Secondary School (MICSS) teachers do not align with their actual needs, resulting in high levels of workplace stress. Emotional intelligence (EI, also known as emotional intelligence quotient, EQ) is a key indication of stress management and job performance. The primary objective of the current investigation is to examine the impact of emotional intelligence (EI) on problem-focused coping, emotion-focused coping, and dysfunctional coping strategies among MICSS teachers. The researchers conducted modifications and translations on the existing measurement tools, including brief Coping Orientation for Problems Experienced (COPE), Situational Test of Emotional Understanding (STEU), and the Schutte Self-Report Emotional Intelligence Test (SSREI), in both forward and backward directions. This adaptation aims to ensure the suitability of these instruments for implementation among MICSS teachers. The research, using a cross-sectional survey methodology and cluster sampling techniques based on regions and school sizes, selected 34 Chinese independent secondary schools out of 63 in Malaysia, resulting in the collection of data from 998 teachers. **Results:** The results show that there is a positive correlation between the emotional intelligence and problem-focused coping, as well as emotion-focused coping among MICSS teachers. Additionally, there was a negative correlation between emotional intelligence and dysfunctional coping. Gender differences are observed in emotional intelligence (EI), with female teachers performing better than male teachers in the EI assessment. Additionally, female teachers also exhibit better problem-focused coping strategies compared to male teachers. Besides, the research provides recommendations for improving teachers' EI level to facilitate better psychological adaptation, coping strategies, teaching, and job performance within educational circumstances. The study also acknowledges the importance of school policies and administration in advancing teachers' EI level. Furthermore, EI interventions are acknowledged as a beneficial platform for enhancing EI level among teachers. The research recommends including EI courses in teachers' training and development plans in order to promote mental health and improve teaching efficiency.

## 一、绪论

情绪智商，全称为情绪智慧商数，或称为情绪智力，简称为情商（Emotional Intelligence or Emotional Intelligence Quotient），是日渐受到关注的研究课题。Mayer等人（1999）提出对情商的定义为：能识别不同的情绪、运用情绪促进思考和行动、及管理情绪的能力。越来越多学者认为，情商比传统的智商更重要，因为情商更强调非智力特质，例如：同理心、灵活弹性地面对挑战，良好的人际关系，这些是个人成功的关键能力。情商与传统的智商不同，比起智商所强调的逻辑推理、语言理解与数学能力，情商侧重于管理自己与他人情感、情感调节和人际交往等能力。情商与智商都被视为是可以透过训练方式来培养的能力（Ireland, 2024）。

对于教师而言，情商是教学工作不可或缺的能力。教师不仅要教导学生，在课堂教学、备课和批改作业等教学活动，还需负责非教学的任务，例如安排课外活动、联系家长，关注学生的学习状况等（Othman, 2019）。在面对如此充满挑战和压力的教学任务时，教师该如何面对？所以近来许多研究开始探讨情绪如何影响情感功能及因应策略，而其中有学者证实探讨教师的情商和因应策略是重要的（Ozamiz-Etxebarria et al., 2021）。若能全面了解教师的情商与因应策略，将有助于协助教师有效地应对教育环境中的困难与挑战。

### （一）研究目的

在马来西亚，华文教育在华文独立中学已经建立起完整的系统，不少独中都有超过百年的历史。尽管华文教育发展悠久，然而根据Ngang和See（2013）在马来西亚槟城华文独立中学进行的一项研究中发现独中教师所需与实际所获得的援助和资源（如获得同事的教学支持与合作解决问题等），仍然处于中等水平。在缺乏学校支持和援助下，教师的工作效能与满意度很可能会受到潜在的影响。

当教师的工作效能与满意度不高时，在面对教学和情绪问题时若缺乏良好的沟通和适应能力，可能会影响教师的教学表现，进而影响学生的学业成果。教师若缺乏有效的情绪调节技能，在职场上、教学上面对过大的压力时（高压），教师也会可能患上忧郁症等心理障碍，影响周围的学生和同事（García-Arroyo & Osca Segovia, 2019; Kongcharoen et al., 2019; Nawaz et al., 2024）。因此，教育机构或学校需要关注教师的心理健康，包括：职业不安全感、低情绪智商、工作与生活的冲突、高缺席率、员工流失等问题。

不少的研究已经发现，情商技能有助于缓解心理问题，在面对挑战性任务时若能采取有效且健康的因应策略，可发挥保护的作用（Abdullah et al., 2010; Austin et al., 2010; Ciarrochi et al., 2006; Fteiha & Awwad, 2020）。情绪的失调证实是导致许多精神疾病和情感障碍的主要原因（Mackenzie & Watt, 2012）。所以，若个体能在面对压力时，自身具有增强、改善或维持其内在平衡的情感能力，在生活中可以起得重要作用。根据Sadovyy等人（2021）的研究发现，情绪智商是预测有效工作表现和整体职业福祉的主要因素。

也有研究显示两性在情绪表达与应对问题时的方式有不同 (Barnová et al., 2024; Nazari & Atai, 2022; Salkovsky et al., 2015)。男性通常被视为坚强、理性、并能够很好的解决生活问题。而女性则被视为脆弱、情绪化和富有同情心。然而社会规范和性别刻板印象也很可能会为个体带来危害。Barnová等人 (2024) 则指出性别刻板印象的问题, 并建议更进一步探讨性别如何影响个体的经验和行为, 以促进教师们之间的合作、共情与协调。

尽管情商在工作环境中扮演着重要角色, 但目前有关情商及因应策略的研究在独中教师这个群体依然稀少 (Tee et al., 2022)。为了填补这个研究缺口, 本研究将探讨独中教师的情商与因应策略, 进而提出促进教师心理健康的建议或措施。此外, 探讨性别在情商与因应策略的不同也可帮助了解男性与女性的各自需求, 以在未来得以引入更有效的政策项目和干预措施, 以降低性别刻板印象的负面影响。

## (二) 研究问题

1. 独中教师的情绪智商, 与问题焦点、情绪焦点、及失功能因应策略的关系为何?
2. 不同性别的独中教师, 其情绪智商、与情绪理解情境测验的表现是否有不同?
3. 不同性别的独中教师, 在三种因应策略 (问题焦点因应策略, 情绪焦点因应策略, 与失功能因应策略) 是否有不同?

## (三) 研究假设

研究假设一: 独中教师的情商与问题导向因应策略、情绪导向因应策略及失功能因应策略之间没有显著关系。

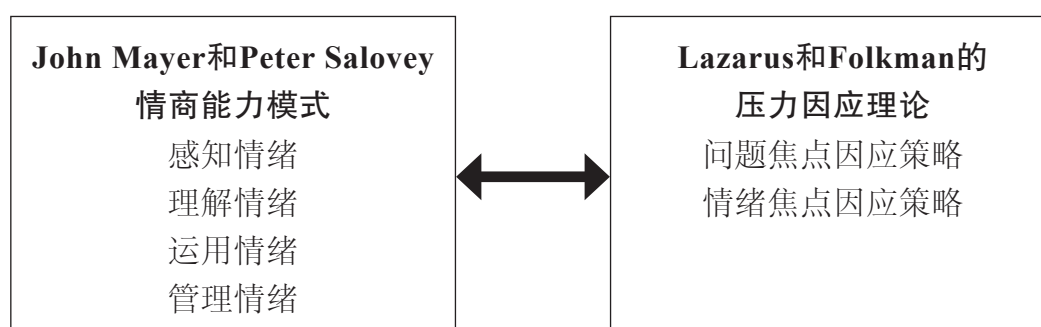
研究假设二: 不同性别的独中教师在情商平均值之间没有显著差异。

研究假设三: 不同性别的独中教师在情绪理解情境测验 (STEU) 的平均值之间没有显著差异。

研究假设四: 不同性别的独中教师在因应策略 (问题焦点因应策略, 情绪焦点因应策略, 与失功能因应策略) 的平均值之间没有显著差异。

图1

理论架构图



## 二、文献探讨

本研究理论主要来自John Mayer和Peter Salovey情商能力模式，及Lazarus和Folkman的压力因应理论。

### （一）John Mayer和Peter Salovey情商能力模式

有关情商的定义、测量和有效性至今仍有许多分歧和争议，当中Mayer等人（2016）所提出的情商能力理论是最受到关注的。情商能力模式将情商概念化为具体、客观可测量的一种认知情感能力（Vanuk et al., 2019），包括四种能力，即：1. 感知情绪；2. 运用情绪；3. 理解情绪；及4. 情绪管理等能力（Kanesan & Fauzan, 2019; Vanuk et al., 2019）。

感知情绪（Perception），包括感知、评估和表达情绪到能力。个体从自己的身体状态、感觉和思想中辨识情绪，同时也能根据声音、面部表情、语言和行为感受到他人的情绪。感知情绪能力好的人能够准确的表达自己的情绪，了解情绪的表达与环境和文化有关，能辨别欺骗性或不诚实的情绪表达。

运用情绪（Facilitation）促进思考，帮助个体做出决定解决问题，甚至改善人际沟通等能力。个体运用情绪来进行判断，根据自己的情绪变化进行思考。例如：负向的情绪会引发悲观的思考，让个体提高警惕，在处理事情更为小心翼翼；而正向的情绪则让人会拥有乐观的思维，做起事情来能更开放有弹性，乐于学习。随着情绪的转变，个人的思维风格也会随之发生变化。

第三种情商是理解情绪（Understanding），也是分析各种情绪的能力，了解它们之间的关系，知道情绪产生的前因后果及意义。若能够理解复杂和混合的情绪如何产生有助于个体转变不同的情绪，例如从难过的情绪转换成满足的情绪。理解情绪能力也能预测个体在特定情况或未来的情绪和感受，包括理解文化差异对情绪的影响。

第四种情商是情绪管理（Management），也可称之为调节情绪的能力。具有良好情绪调节能力能让个体坦然接受愉快和不愉快的感受。他们懂得在适当的时候投入情绪或从情绪中抽离，监控和反思自己和他人的情绪，不会出现情绪失控的局面。情绪管理能力最高的展现是，除了个人可以调节自己的情绪，也能够调节别人的情绪，带来彼此自我的成长（Kanesan & Fauzan, 2019; Mayer et al., 2016）。不少的研究发现，女性的情商平均高于男性（Ain et al., 2021; Megías-Robles et al., 2024; Kitsios et al., 2022）。

### （二）Lazarus和Folkman压力因应理论

根据Lazarus和Folkman的压力因应理论，个体在面对压力时会先进行初级与次级评估，接着会采取不同的因应策略来应付压力。初级评估是个体先确认事件的发生，是否有构成压力？次级评估是个体评估自己是否有能力，有资源来应对这个压力（Arbağ et al.,

2023; Bernard et al., 2020)。当事件被视为有威胁的（初级评估）并且需要努力（次级评估）来管理或消除压力源时，因应机制就会被启动，即：问题焦点因应策略与情绪焦点因应策略。

问题焦点因应策略是指个体将注意力集中在压力的来源，目标是消除这个压力源。当个体经过评估问题是在可控制的范围之内，有能力解决问题的来源时，会采取问题焦点因应策略，即直接采取行动面对问题。而当个体面对无法控制或解决的问题时，会采取情绪焦点因应策略，情绪焦点策略着重于缓解压力所带来的负面情绪，解决不了问题时，先平复好情绪（Folkman & Lazarus, 1985）。

研究指出，有效的因应策略其实就是一种“情商的实践”，特别是在情绪管理的层面上，因为情绪智商可帮助人们运用有效的因应策略并产生良好的结果。个人在应对冲突、压力和繁重任务的能力，其实就是情商（Abdullah et al., 2010; Austin et al., 2010; Ciarrochi et al., 2006）。高情商的人知道如何运用情绪能力来发展丰富的支持系统和有效的因应策略，从容应付日常挑战。由此可见，情商与因应策略是有密切关系的。

Carver等人（1989）则提出，压力的因应策略也包括失功能因应策略。当压力实在太，个体无法承受的时候，很有可能他们会使用失功能的因应策略，例如：否认事件的存在，使用酒精或药物等，这种方式不但没有解除压力，反而会让情况变得更加严重。

### 三、研究方法

#### （一）研究取向

本研究采取量化取向，使用横断性研究的问卷调查法。横断性研究的优势是能快速、简单、一次性收集到需要的资料，并可根据不同的类别进行比较。

#### （二）研究对象

为确保研究样本具有足够的代表性，研究者使用群集抽样方法，依据区域（北马、中马、南马、东海岸、砂、沙）及学校规模（大型：学生 $\geq 1001$ 人、中型：学生301至1,000人、小型：学生 $\leq 300$ 人），从63所马来西亚华文独中当中，共抽取34所独中的教师作为研究对象，以线上发出问卷链接到学校，征求教师填答问卷。问卷以匿名方式进行，确保受试者的回答不会对他们产生任何负面后果。调查进行时间为2023年4月至8月。

根据Louangrath（2017）建议，至少要有200个样本才能进行准确的统计分析。本研究共收集到998名独中教师的资料，因此研究者假设样本量足以代表母群体。根据2022年的统计，全国独中教师人数为4,803人。

### （三）研究工具

本研究共使用三个研究工具。以下三项研究工具都是经过五位专家评估、修订、翻译，并经过内容验证（**content validation**）的过程，确保每个题项符合马来西亚的国情，适用于在马来西亚的群体。此项研究一共邀请了五名马来西亚辅导与心理学背景的教育专家来评估所使用的研究工具是否能够有效地反映马来西亚教师的情商能力与因应策略。这根据Ahmad等人（2022）的建议，邀请三名专家参与内容效度的验证是可以接受的，五到十名专家的验证效果最佳，而超过十名专家验证则是不必要的。

其中舒特情商量表（SSREI）是用于评估个体的情商水平，是依据Salovey和Mayer的情商理论建立的情商量表（Gignac et al., 2005）。研究同时也参考了Ahmad等人（2022）的adapted Schutte Emotional Intelligence Scale（A-SEIS）量表。此项量表除了需要参与者进行自我评估，同时也需要他们回答感知情绪与理解情绪的问题（表现测试）来衡量个人的情商水平。经过验证修订后，该量表共有 34 题，分为七个情商水平，最高分数为 170 分，最低分数为 34 分。

简明版Coping Orientation for Problems Experienced（COPE）因应量表，共测量三种因应策略。问题焦点因应策略包括三个向度（规划，积极应对和工具性支持）；情绪焦点因应策略量表，有五个向度（宗教信仰、幽默、情绪性社会支持、正向框架和接受），最后是失功能因应策略，包含六个向度（否认、自责、发泄、撤退的行为、物质使用和自我转移）（García et al., 2018）。该量表经验证修订后，共有 28 题。

情绪理解情境测验（STEU）是由MacCann和Roberts（2008）提出，用于测量个体对自己和他人情绪的理解。验证与修订后，该量表共有15题。

## 四、研究成果与讨论

### （一）研究参与者人口统计变项资料

本研究参与者中，32.3%为男性，67.6%为女性，当中一位是其他性别（.1%）。年龄介于 20 至 29 岁之间有 17.2%，在 30 至 39 岁之间有 37.0%，在 40 至 49 岁之间为 26.7%，介于 50 至 59 岁之间有 14.5%。有 4.6%的参与者在 60 岁及以上。婚姻状况方面，约半数未婚 48.8%，而已婚有 48.4%，只有少数处于离婚和丧偶状态（1.2%），处于分居和其他最少（0.2%）。根据分析，参与者每周工作时间为 41 至 45 小时占 29.6%，46 至 50 小时占 29.4%，而 52 至 55 小时占 14.3%。只有少数参与者工作时间少于 40 小时（12.9%）或超过 56 小时（13.8%）。表 1 根据性别、年龄、婚姻状况和每周工作小时数的类别，说明参与者情况。

表1  
研究参与者人口统计变项资料

| 类别            | 人数  | %     |
|---------------|-----|-------|
| <b>性别</b>     |     |       |
| 男             | 322 | 32.3  |
| 女             | 675 | 67.6  |
| 其他            | 1   | .1    |
| 总计            | 998 | 100   |
| <b>年龄</b>     |     |       |
| 20-29         | 172 | 17.2  |
| 30-39         | 369 | 37.0  |
| 40-49         | 266 | 26.7  |
| 50-59         | 145 | 14.5  |
| 60 或以上        | 46  | 4.6   |
| 总计            | 998 | 100.0 |
| <b>婚姻状况</b>   |     |       |
| 未婚            | 487 | 48.8  |
| 已婚            | 483 | 48.4  |
| 离婚            | 12  | 1.2   |
| 分居            | 2   | .2    |
| 鳏寡            | 12  | 1.2   |
| 其他            | 2   | .2    |
| 总计            | 998 | 100.0 |
| <b>每周工作时数</b> |     |       |
| 40 或以下        | 129 | 12.9  |
| 41-45         | 295 | 29.6  |
| 46-50         | 293 | 29.4  |
| 51-55         | 143 | 14.3  |
| 56 及以上        | 138 | 13.8  |
| 总计            | 998 | 100.0 |

## (二) 研究参与者的情商等级分析

根据调查结果，研究参与者的情商水平可分为七个级别，包括优秀、良好、高于平均、平均、低于平均、低和非常低。表 1 显示，大多数参与者的情商得分高于平均（71.9%），253 名参与者在情商测试中达到良好水平（25.4%），其次是平均水平（1.9%），该水平

有 19 名参与者。只有 8 名参与者在情商评估中能够获得优秀的分数（0.8%）。根据表 2 显示独中教师在提高情商水平方面还可以有进步的空间。研究者认为，在教育领域方面往往对教师的情商要求更高，以确保教师能够很好的应对教学和照顾学生。因此，虽然参与者的情商水平超过了平均，但与理想的教育情商标准相比，仍然有改进的空间。

表2  
参与者在A-SEIS中的情商水平

| 序 | 情商等级 | 范畴      | 人数  | 百分比（%） |
|---|------|---------|-----|--------|
| 1 | 优秀   | 160 或以上 | 8   | .8     |
| 2 | 良好   | 140-159 | 253 | 25.4   |
| 3 | 高于平均 | 115-139 | 718 | 71.9   |
| 4 | 平均   | 84-114  | 19  | 1.9    |
| 5 | 低于平均 | 60-83   | 0   | .00    |
| 6 | 低    | 36-59   | 0   | .00    |
| 7 | 非常低  | 35 或以下  | 0   | .00    |

### （三）常态性检定

在进行推论统计分析之前，研究者使用SPSS检查偏态、峰度、平均值和中位数，进行常态性检定。George和Mallery（2010）建议，常态性检定中，若偏态和峰度的值落在 -2 到 +2 的范围内，被认为是适当的。另一种评估数据常态性的方法是检查均值和中位数作为指标。对称分布的均值和中位数通常相等或非常接近。在表1中，结果显示维度（EI、STEU和COPE）的偏态和峰度均小于 +2 和 -2，表示所有维度都在常态分布范围内。此外，所有维度的均值和中位数值都相似，除了STEU出现了均值和中位数之间有轻微差异。

表3  
维度（EI、STEU和CR）的常态性检定结果

| 维度   | 题目 | 偏态    | 峰度    | 平均值     | 中位数     | 标准差   |
|------|----|-------|-------|---------|---------|-------|
| EI   | 34 | .080  | .475  | 133.590 | 133.000 | 9.662 |
| STEU | 15 | -.715 | .611  | 53.072  | 55.000  | 8.890 |
| COPE | 28 | -.289 | 1.340 | 68.318  | 68.000  | 9.501 |

(四) 数据结果分析

研究假设一：独中教师的情商与问题焦点因应策略、情绪焦点因应策略及失功能因应策略之间没有显著关系。

表 4 显示，情商与问题焦点因应策略之间存在中度正相关， $r=.366$ ， $p>.05$ ，以及情商与情绪焦点因应策略之间存在中度正相关， $r=.320$ ， $p>.05$ 。而情商与失功能因应策略之间则呈现弱负相关， $r=-.173$ ， $p>.05$ 。

表4  
情商与问题焦点因应策略、情绪焦点因应策略和失功能因应策略之间的相关性

|    |         | 情商  | 问题焦点<br>因应策略 | 情绪焦点<br>因应策略 | 失功能<br>因应策略 |
|----|---------|-----|--------------|--------------|-------------|
| 情商 | 皮尔逊相关系数 | 1   | .366         | .320         | -.173       |
|    | 双尾概率检验值 |     | .000         | .000         | .000        |
|    | 数量      | 998 | 998          | 998          | 998         |

研究假设二：不同性别的独中教师在情商平均值之间没有显著差异

表 5 显示男性的情商平均得分（ $M=132.587$ ， $SD=10.026$ ）低于女性（ $M=134.061$ ， $SD=9.459$ ）。这些差异具有显著性， $t(995) = -2.256$ ， $p>.024$ 。效应大小 $d$ 为-2.26，因此研究人员得出结论，也就是这项分析存在小的效应。

表5  
不同性别独中教师的情商分数的  $t$  检验结果

| 变量 | 人数  | 平均值<br>(M) | 标准差<br>(SD) | $t$    | 自由度 | $p$  | Cohen's $d$ 值 |
|----|-----|------------|-------------|--------|-----|------|---------------|
| 男性 | 322 | 132.587    | 10.026      | -2.256 | 995 | .024 | -2.26         |
| 女性 | 675 | 134.061    | 9.459       |        |     |      |               |

研究假设三：不同性别独中教师的情绪理解情境测验（STEU）的分数的平均值没有显著差异。分析结果显示，在男性和女性之间，情境情商理解的平均值没有显著差异， $t(547.829) = -1.053$ ， $p = .293$ ，因此虚无假设成立，请参考表 6。

表6

不同性别独中教师在情境情商理解测试上的  $t$  检验结果

| 变量 | 人数  | 平均值<br>(M) | 标准差<br>(SD) | $t$    | 自由度     | $p$  | Cohen'd值 |
|----|-----|------------|-------------|--------|---------|------|----------|
| 男性 | 322 | 52.627     | 9.883       | -1.053 | 547.829 | .293 | -1.053   |
| 女性 | 675 | 53.299     | 8.373       |        |         |      |          |

研究假设四：不同性别在因应策略（问题焦点因应策略，情绪焦点因应策略，与失功能因应策略）的平均值之间没有显著差异。

表7

不同性别独中教师的因应策略（问题焦点因应策略，情绪焦点因应策略，失功能因应策略）分数的  $t$  检验结果

| 维度       | 变量 | 人数  | 平均值<br>(M) | 标准差<br>(SD) | $t$    | 自由度 | $p$  | Cohen'd值 |
|----------|----|-----|------------|-------------|--------|-----|------|----------|
| 问题焦点因应策略 | 男性 | 322 | 17.910     | 2.961       | -2.479 | 995 | .013 | -2.479   |
|          | 女性 | 675 | 18.397     | 2.872       |        |     |      |          |
| 情绪焦点因应策略 | 男生 | 322 | 26.252     | 4.394       | -1.711 | 995 | .087 | -1.711   |
|          | 女生 | 675 | 26.760     | 4.386       |        |     |      |          |
| 失功能因应策略  | 男生 | 322 | 23.506     | 5.342       | .072   | 995 | .943 | .072     |
|          | 女生 | 675 | 23.482     | 4.961       |        |     |      |          |

根据结果显示，在问题焦点因应策略得分方面，男性和女性之间存在显著统计差异， $t(995) = -2.479$ ， $p = .013$ 。效应大小 $d$ 为-2.479，也意味着小的效应。在研究中，性别在情绪焦点因应策略， $t(995) = -1.711$ ， $p = .087$ 和失功能因应策略向度上， $t(995) = .072$ ， $p = .943$ 并没有发现显著差异。

## （五）讨论

本研究结果显示情商与问题焦点因应策略之间存在中度正相关。这与之前的研究结果相似，验证情商与问题焦点因应策略有一定的关联（Siddiqui & Soomro, 2019），说明高情商者更倾向使用问题焦点因应策略来提升积极的情绪和益处（Delhom et al., 2018）。研究也发现，情商与情绪焦点因应策略之间存在中度正相关，Bibi等人（2015）也表明了情商与积极情绪焦点因应策略存在正相关。情绪焦点因应策略可以增强人们的自我调适和克服困难的能力（Bisri et al., 2021）。此外，本研究发现情商与问题焦点因应策略和情绪焦点因应策略之间都存在中度正相关。这可能是受试者是同时使用两种因应策略的缘故（Pathak & Goltz, 2021）。另外，情商与失功能因应策略之间则呈现弱负相关也与过去的

研究结果相近 (Dy Ching Bing Agsaoay et al., 2022)。这结果也符合Folkman & Lazarus因应策略理论, 即当个体相信自己有能力应付压力时, 会偏向使用问题焦点因应策略和情绪焦点因应策略; 而失功能因应策略的使用通常发生在个体没有足够的资源应付压力时 (Arbağ et al., 2023)。从本研究可看到七成独中教师的情商都高于平均值, 显示多数教师都会使用问题焦点因应策略和情绪导向因应策略, 只有很少数的教师使用失功能因应策略。

研究结果发现女性和男性教师的情商存在统计上的显著差异, 女性的情商平均高于男性。多数的研究证实情商存在显著的性别差异 (Ain et al., 2021; Megías-Robles et al., 2024), 在医护人员、医学生等研究都是如此 (Chandra et al., 2017; Kitsios et al., 2022; Smrithi et al., 2012)。也有研究结果发现情商在两性之间没有显著差异 (Galanakis et al., 2021; Malinauskas et al., 2020; Tafajjal & Masom, 2024)。Lilanthi和Weerasinghe (2021) 进行的研究也指出, 性别差异并不是影响情商的重要因素。虽然本研究的男女教师在情商有显著差异, 但在情绪理解情境测验 (STEU) 得分却没有显著差异。

在因应策略方面, 问题焦点因应策略在男性和女性之间存在显著统计差异, 而情绪焦点因应策略和失功能因应策略在男性和女性之间则没有显著差异。这项研究表明, 女性倾向于采用问题焦点的因应策略高于男性。Salkovsky等人 (2015) 和Nazari和Atai (2022) 的研究都发现, 男女教师采用的因应策略有显著差异。女教师比男教师更愿意投入职场关系的交流, 共同讨论与解决问题, 这可能是女教师和男性教师在自我效能上的差异 (Thornberg et al., 2023)。然而, 不同性别的情商分数和问题焦点因应策略, 其平均分数差距皆不大。随着社会的进步, 传统的性别角色分工早已变得更具有弹性, 加上男女两性的情感表达与因应方式已经不像过去是被刻板地划分。这也许是导致差异性不大的原因。情商与因应策略, 是否与教师的年龄、婚姻状况、工作量有关联, 也是值得再进一步分析与研究的。

## 五、研究限制与未来建议

此项研究仅在马来西亚华文独立中学进行, 所以本研究结果无法推论到其他不同的群体, 但可作为一项基础性研究, 研究者建议未来可广泛的在马来西亚其他教师群体进行更多相关研究。而第二个限制是此研究的男女比例为1:2, 显然女性参与者比男性更多。根据Assim等人 (2020) 指出, 马来西亚小学和中学的教师总人数在2013年约为418,146人, 男性仅占31.7%, 其余为女性。较少的男性选择教育行业很可能是因为需要投入很多精力, 而在其他行业则能赚到更多的钱 (Carroll等人, 2018)。另外, 男性不愿意选择教育的行业也包括了职业社会地位较低、社会的负面看法、与儿童接触时的不确定性, 特别是涉及身体接触等方面 (Pikić Jugović等人, 2022)。鉴于教育领域中的性别比例差异, 这很可能对研究结果产生影响。最后, 本研究采用横断性研究, 对于如何提升教师情商方面并无太多探讨, 未来研究可多加探讨以进一步了解独中教师的现况与需求。此外, 研究也提出未来可运用情商训练计划作为教师训练与成长的方案之一, 协助教师们培养情绪管理能力和提升心理健康。

## 六、参考文献

- Abdullah, M. C., Elias, H., Uli, J., & Mahyuddin, R. (2010). Relationship between coping & university adjustment & academic achievement amongst first year undergraduates in a Malaysian Public University. *International Journal of Arts and Sciences*, 3(11), 379-392.
- Ahmad, N. A., Praveena, S. M., & Tee, K. S. (2022). Psychometric Properties of the English and Malay Version of the Adapted Schutte Emotional Intelligence Scale. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.895816>
- Ain, N. U., Munir, M., & Suneel, I. (2021). Role of emotional intelligence and grit in life satisfaction. *Heliyon*, 7(4), 1-8. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e06829>
- Arbağ, E., Aluş Tokat, M., & Özöztürk, S. (2023). Emotions, thoughts, and coping strategies of women with infertility problems on changes in treatment during Covid-19 pandemic: A qualitative study. *Women's Studies International Forum*, 98. <https://doi.org/10.1016/j.wsif.2023.102735>
- Assim, M. I. S. A., Janis, S., Yaccob, Y., & Jusoh, N. H. M. (2020). The relationship between demographic factors and intention to apply for career promotion among teachers in Malaysia. *International Journal of Academic Research in Progressive Education and Development*, 9(4), 204-220.
- Atai, M. R., & Nejadghanbar, H. (2017). Exploring Iranian ESP teachers' subject-related critical incidents. *Journal of English for Academic Purposes*, 29, 43-54. <https://doi.org/10.1016/j.jeap.2017.08.001>
- Austin, E. J., Saklofske, D. H., & Mastoras, S. M. (2010). Emotional intelligence, coping & exam-related stress in Canadian undergraduate students. *Australian Journal of Psychology*, 62, 42-50. <https://doi.org/10.1080/00049530903312899>
- Barnová, S., Marek Vochozka, Slávka Krásna, Gabrhelová, G., & Barna, D. (2024). Gender Differences and Stereotypes in Teacher Resilience Research. *Emerging Science Journal*, 8, 192-205. <https://doi.org/10.28991/esj-2024-sied1-011>
- Bernard, D. L., Jones, S. C. T., & Volpe, V. V. (2020). Impostor phenomenon and psychological well-being: The moderating roles of John Henryism and school racial composition among Black college students. *Journal of Black Psychology*, 46(2-3), 195-227. <https://doi.org/10.1177/0095798420924529>
- Bibi, F., Kazmi, S. F., Chaudhry, A. G. & Khan, S. E. (2015). Relationship between emotional intelligence and coping strategies among university teachers of Khyber Pakhtunkhwa. *Pakistan Journal of Science*, 67(1), 81-84.
- Bisri, M., Karsiyanto, P. A. A. I., Az Zahra, A. C., & Chusniyah, T. (2021). Emotion-focused coping strategies as predictors of new inmates' adjustment in the pandemic era. *KnE Social Sciences*. <https://doi.org/10.18502/kss.v4i15.8186>
- Carroll, D., Parasnis, J., & Tan, M. (2018). *Teaching, gender and labour market incentives*. IZA Discussion Papers 12027, Institute of Labor Economics (IZA).

- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267-283. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.56.2.267>
- Chandra, A., Gayatri, A., & Devi, D. U. (2017). Assessment of emotional intelligence in first year medical graduates: A questionnaire based Study. *International Journal of Physiology*, 5(1), 124. <https://doi.org/10.5958/2320-608x.2017.00027.0>
- Ciarrochi, J., Forgas, J. P., & Mayer, J. D. (2006). *Emotional intelligence in everyday life*. NY: Psychology Press.
- Delhom, I., Gutierrez, M., Mayordomo, T., & Melendez, J. C. (2018). Does emotional intelligence predict depressed mood? A structural equation model with elderly people. *Journal of Happiness Studies*, 19(6), 1713–1726. <https://doi.org/10.1007/s10902-017-9891-9>
- Dy Ching Bing Agsaoay, D. O., Leochico, C. F. D., & Medina, P. A. L. (2022). Coping strategies and job satisfaction among rehabilitation medical and paramedical staff in a COVID-19 referral center: A Cross-sectional study. *Acta Medica Philippina*, 56(4), 76-81. <https://doi.org/10.47895/AMP.V56I4.4012>
- Fteiha & Awwad. (2020). Emotional intelligence and its relationship with stress coping style. *Health Psychology Open*, 7(2), 1-9. <https://doi.org/10.1177/2055102920970416>
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1985). If it changes it must be a process: Study of emotion & coping during three stages of a college examination. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48(1), 150-170.
- Galanakis, M., Krana, L., & Nikola, M. (2021). Emotional intelligence in primary school teachers: The effect of gender, age and tenure. *Psychology*, 12(11), 1781-1789. <https://doi.org/10.4236/psych.2021.1211107>
- García-Arroyo, J. A. & Osca Segovia, A. (2019). Work Overload and Emotional Exhaustion in University Teachers: Moderating Effects of Coping Styles. *Universitas Psychologica*, 18(2), <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy18-2.woee>
- García, F. E., Barraza-Peña, C. G., Wlodarczyk, A., Alvear-Carrasco, M., & Reyes-Reyes, A. (2018). Psychometric properties of the Brief-COPE for the evaluation of coping strategies in the Chilean population. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 31(22), 1-11. <https://doi.org/10.1186/s41155-018-0102-3>
- George, D., & Mallery, M. (2010). *SPSS for window step by step: A simple guide and reference*, 17.0 update (10 ed.). Pearson.
- Gignac, G. E., Palmer, B. R., Manocha, R., & Stough, C. (2005). An examination of the factor structure of the Schutte self-report emotional intelligence (SSREI) scale via confirmatory factor analysis. *Personality and Individual Differences*, 39(6), 1029-1042. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2005.03.014>
- Ireland, V. A. (2022). Emotional intelligence competencies in the undergraduate nursing curriculum: A descriptive qualitative study. *Nurse Education Today*, 119, 1-6. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2022.105594>.

- Kanesan, P., & Fauzan, N. (2019). Models of Emotional Intelligence: A review. *Journal of Sciences and Humanities*, 16(7), 1-9.
- Kitsios, F., Papageorgiou, E., Kamariotou, M., Perifanis, N. A., & Talias, M. A. (2022). Emotional intelligence with the gender perspective in health organizations managers. *Heliyon*, 8(11), 1-8. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2022.e11488>
- Kongcharoen, J., Onmek, N., Jandang, P., & Wangyisen, S. (2019). Stress and work motivation of primary and secondary school teachers. *Journal of Applied Research in Higher Education*, 12(4), 709-723. <https://doi.org/10.1108/JARHE-04-2019-0088>
- Lilanthi, D., & Weerasinghe, T. D. (2021). Gender differences in emotional intelligence: Moderating role of organisational culture. *Journal of Human Resource Management Perspectives*, 6(1), 59-82.
- Louangrath, P. (2017). Minimum sample size method based on survey scales. *International Journal of Research & Methodology in Social Science*, 3(3), 44-52. <https://doi.org/10.5281/zenodo.1322593>.
- Mayer, J., Caruso, D. & Salovey, P. (1999). Emotional intelligence meets traditional standards for an intelligence. *Intelligence*, 27(4), 267-298. [https://doi.org/10.1016/S0160-2896\(99\)00016-1](https://doi.org/10.1016/S0160-2896(99)00016-1)
- Mayer, J. D., Caruso, D. R., & Salovey, P. (2016). The ability model of emotional intelligence: Principles and updates. *Emotion Review*, 8(4), 290-300. <https://doi.org/10.1177/1754073916639667>
- MacCann, C., & Roberts, R. D. (2008). New paradigms for assessing emotional intelligence: Theory and data. *Emotion* 8, 540-551. <https://doi.org/10.1037/a0012746>
- Mackenzie, R. & Watts, J. (2012). Does lack of a moral feeling brain indicate moral disability? Children diagnosed with callous unemotional traits, emotion regulation and the potential of treatment with oxytocin. *Tizard Learning Disability Review*, 17(4), 184-193.
- Megías-Robles, A., Gutiérrez-Cobo, M. J., Fernández-Berrocal, P., Gómez-Leal, R., & Cabello, R. (2024). The development of ability emotional intelligence during adolescence. *Personality and Individual Differences*, 224, 112642. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2024.112642>
- Malinauskas, R., Saulius, T., & Kaufmanas, G. (2020). Emotional intelligence and stress coping strategies among students of physical education and sport study programs. *Baltic Journal of Sport and Health Sciences*, 4(115). <https://doi.org/10.33607/bjshs.v4i115.820>
- Nawaz, N., Gajenderan V., Gopinath, U. M., Tharanya, V. (2024). Nexus between emotional intelligence and occupational stress: Role of workplace spirituality among teaching fraternity. *Asia Pacific Management Review*, 20, 141-150. <https://doi.org/10.1016/j.apmr.2023.11.001>
- Nazari, O., & Atai, M. R. (2022). An exploratory study of EAP teachers' coping strategies. *System*, 106, 1-14. <https://doi.org/10.1016/j.system.2022.102764>
- Ngang, T. K., & See, L. P. (2013). Principal support on teacher collective work in Chinese private secondary schools. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 97, 299-306. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.10.237>
- Othman, Z. (2019). Depression, anxiety, and stress among Secondary School Teachers in Klang, Malaysia. *Zenodo*, 26(2). <https://doi.org/10.5281/zenodo.2586221>

- Ozamiz-Etxebarria, N., Santxo, N. B., Mondragón, N. I., & Santamaría, M. D. (2021). The psychological state of teachers during the COVID-19 crisis: The challenge of returning to Face-to-Face teaching. *Frontiers in Psychology, 11*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.620718>
- Pathak, S., & Goltz, S. (2021). An emotional intelligence model of entrepreneurial coping strategies. *International Journal of Entrepreneurial Behaviour and Research, 27*(4), 911-943. <https://doi.org/10.1108/IJEBR-01-2020-0017>
- Pikić Jugović, I., Maskalan, A., & Pavin Ivanec, T. (2022). Gender Differences and Motivation for The Teaching Profession: Why Do Men Choose (Not) To Teach? *Australian Journal of Teacher Education, 47*(9). <http://dx.doi.org/10.14221/ajte.2022v47n9.1>
- Sadovyy, M., Sánchez-Gómez, M., & Bresó, E. (2021). COVID-19: How the stress generated by the pandemic may affect work performance through the moderating role of emotional intelligence. *Personality and Individual Differences, 180*, 1-8. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.110986>
- Salkovsky, M., Romi, S., & Lewis, R. (2015). Teachers' coping styles and factors inhibiting teachers' preferred classroom management practice. *Teaching and Teacher Education, 48*, 56-65, <https://doi.org/10.1016/j.tate.2015.01.016>
- Siddiqui, F. A., & Soomro, N. P. (2019). Emotional intelligence, occupational stress, problem focused and active avoidance coping strategies of female teachers. *Bahria Journal of Professional Psychology, 18*(2), 55-70.
- Smrithi Shetty C., Kavana G. Venkatappa., Shibin Girish Parakandy., Sparshadeep E.M., S.K. Das. (2012). Assessment of emotional intelligence in first year medical students: A questionnaire based study. *IOSR Journal of Dental and Medical Sciences, 3*(4), 23-26. <https://doi.org/10.9790/0853-0342326>
- Tafajjal, I., & Masom, M. (2024). Relationship of emotional intelligence with mental health and differences based on gender. *The International Journal of Indian Psychology, 12*(1), 95-101. <https://doi.org/10.25215/1201.008>
- Thornberg, R., Wänström, L., Lindqvist, H., Weurlander, M., & Wernerson, A. (2023). Motives for becoming a teacher, coping strategies and teacher efficacy among Swedish student teachers. *European Journal of Teacher Education, 1-19*. <https://doi.org/10.1080/02619768.2023.2175665>
- Tee, K. S., Keh, F. B., How, W., Loh, H. S., & Goh, C. Z. (2022). Examining Chinese independent secondary school teachers' emotional intelligence and coping responses during the Covid-19 Pandemics: Protocol of a cross-sectional study. *Journal of Positive School Psychology, 6*(9), 477-491.
- Vanuk, J. R., Alkozei, A., Raikes, A. C., Allen, J. J. B., & Killgore, W. D. S. (2019). Ability-based emotional intelligence is associated with greater cardiac vagal control and reactivity. *Frontiers in Human Neuroscience, 13*. <https://doi.org/10.3389/fnhum.2019.00181>