

# 快樂一定有助於學習？

## 正向情緒對於學習滿意度的非線性影響

中原大學心理學系  
專題生：曾崢堯 指導教授：李怡真

### 研究目的

「學習」一事在人生上，一直以來都是個不可或缺的成長途徑，尤其在這個資訊爆炸的現代社會中更是如此。在這之中，個人情緒對於學習所產生的影響從過去就是個備受關注的焦點(Sylwester,1994)。然而多數的研究都著重在於正向情緒與學習動機或學習成效的關係，且過去的研究也證實這些變項之間具有穩定的關聯性(Ainley,2006)，但少有研究去了解正向情緒與學習滿意度的關係，學習滿意度是在學習過程中個人期望與實質獲得的比較結果(Domer,1988)，也應是個重要的學習成效指標，故本研究關注焦點在於正向情緒是否會對於大學生的學習滿意度產生影響。

過去多數對於正向情緒的研究都在於證實正向情緒有助於建立心理資源，增進對壓力的適應等正面效果，而較少研究有直接性地去討論正向情緒是否可能會對這些具有適應性的結果造成負面影響。在過去的研究中顯示，當個體處在強度較高的正向情緒狀態時，其所表現出的創造力並沒有中等的正向情緒時來的好(Davis,2008)；此外，也有研究發現強度越高的正向情緒狀態反而會伴隨著越低的風險知覺，並且容易從事高危險性的行為 (Cyders & Smith,2008; L.R. Martin et al.,2002)，此類的研究結果顯示出正向情緒與具有適應性的變項之間不一定只是單純的線性關係，而正向情緒與學習滿意度之間也可能有類似的情形，因正向情緒會影響對於學習的期望，而學習滿意度也容易因期望而產生變化。本研究基於上述內容，推論正向情緒與學習滿意度之間可能存在著曲線的關聯，且在過高的正向情緒時學習滿意度反而可能有下降的趨勢存在。

### 研究假設

假設一：正向情緒與學習滿意度呈正相關。

假設二：正向情緒與學習滿意度之間呈曲線的關聯。

假設2-1：正向情緒在過高時對於學習滿意度會有負面的影響。

### 研究方法

研究參與者：

本研究採用問卷調查法，研究參與者共募得大學生116名，無效問卷2份，有效問卷共114份(男性62人、女性52人)，年齡平均為21.61(SD = 1.171)。

問卷：

**區辨情緒量表修訂版(modified Differential Emotions Scale, mDES)**

此量表題目分別為正向情緒10題與負向情緒10題，共20題，翻譯自Fredrickson於2013年發表之mDES量表，目的在於測量參與者於受測前兩週內的正負向情緒經驗之強度。

**學習滿意度量表**

本量表共6題，根據鄭采玉(2008)的社會領域學習滿意度量表改編而成，本研究將原題目針對於「社會領域科目」的敘述改成針對於更具有一般性的「學校課程」，例如「在學校課程的學習上，我對於自己的學習表現非常滿意」，目的在於測量參與者對於學校課程的學習滿意度。

### 研究結果

相關分析

正向情緒分數與學習滿意度之間的相關係數達顯著 ( $r = .45, p < .01$ )，顯示正向情緒經驗的強度越強，會有越高的學習滿意度。

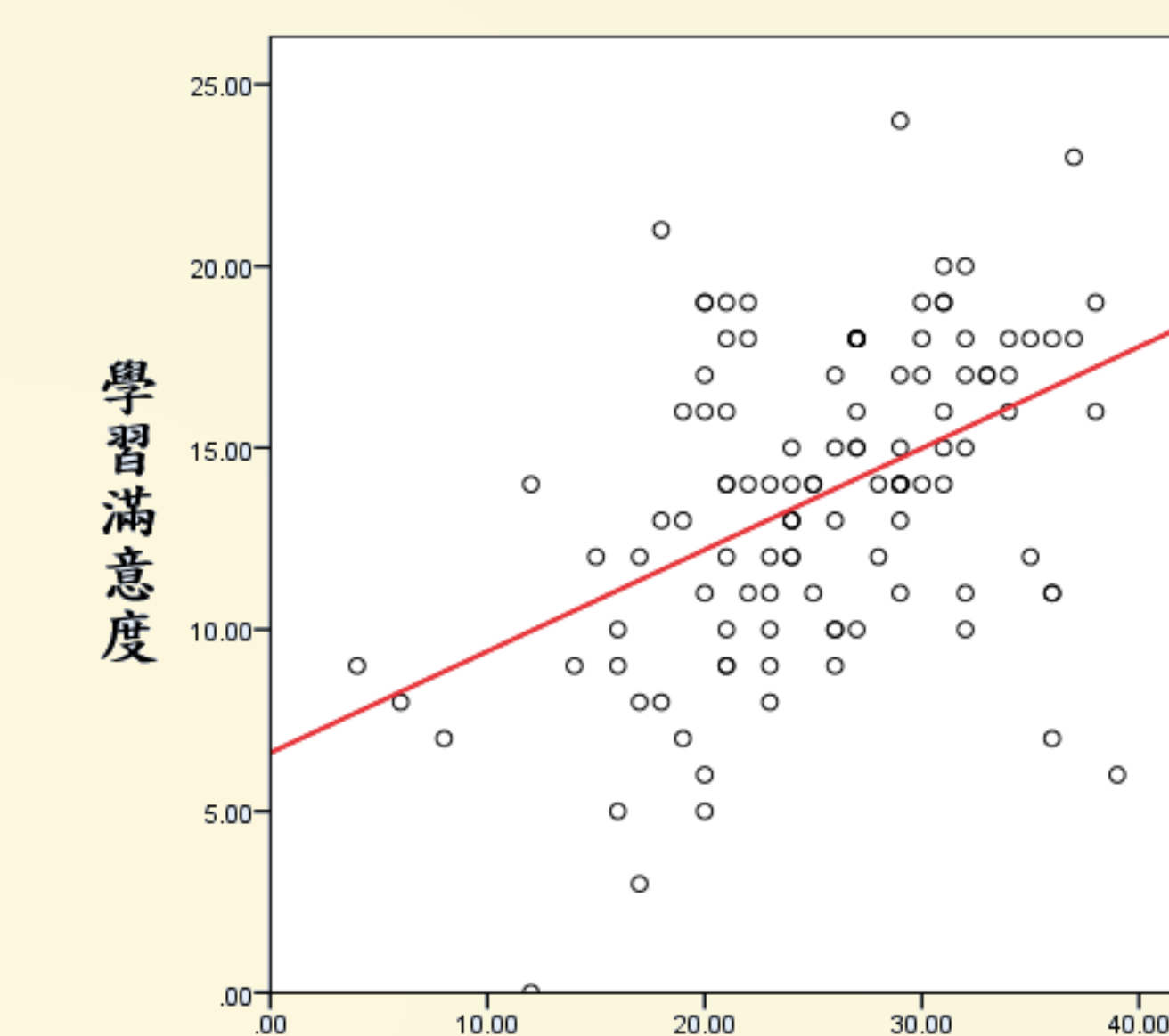
### 線性、曲線迴歸分析

由表一結果可得知，在線性、二次方、三次方模式下，三者的顯著性皆達顯著，表示正向情緒與學習滿意度之間具有直線趨勢、二次曲線趨勢、三次曲線趨勢三者，且從決定係數R平方大小來看，以三次方模式下的效果量最為顯著( $R^2 = .249$ )，表示正向情緒與學習滿意度兩者之間以三次曲線解釋最佳。

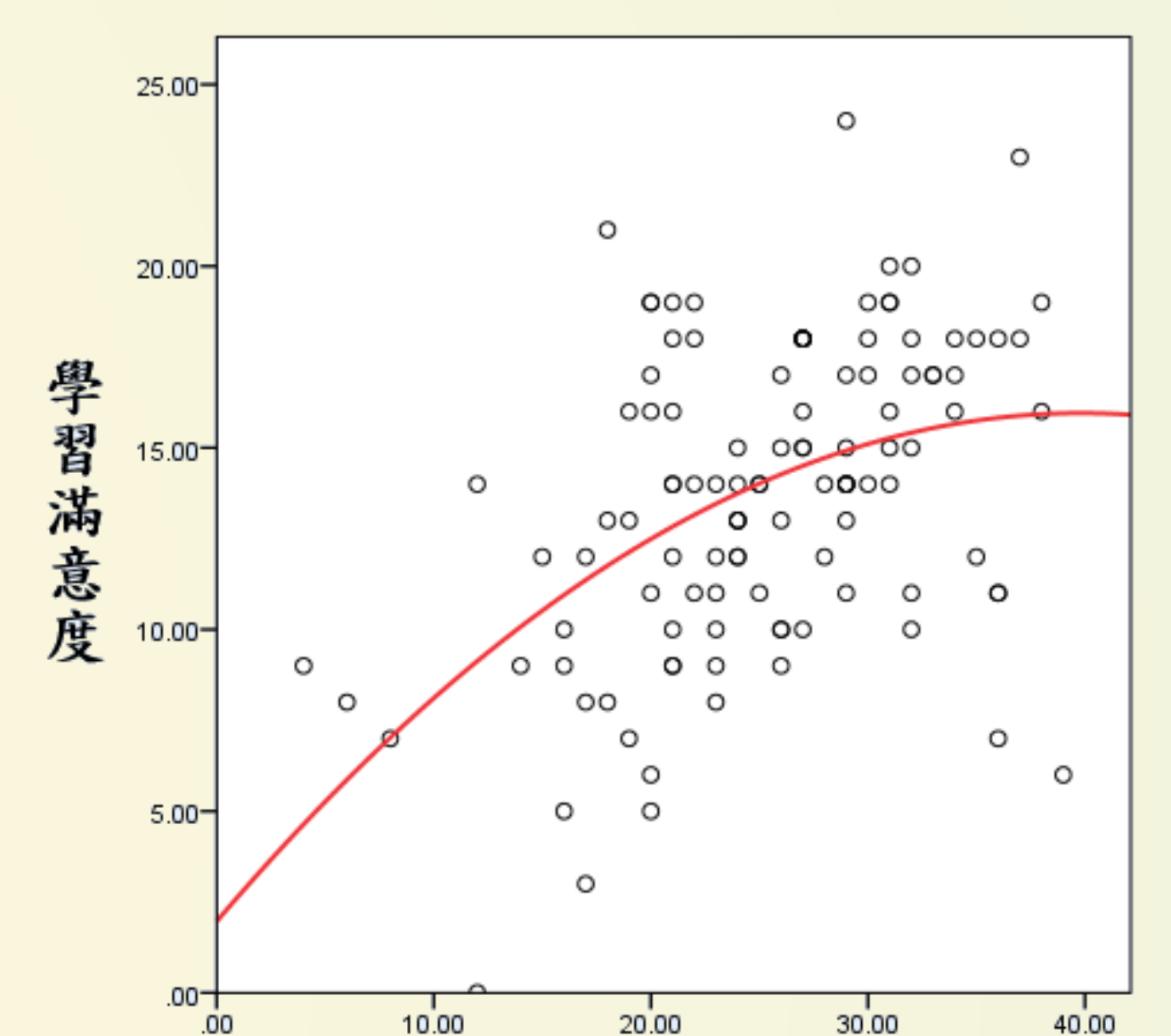
表一、迴歸摘要表

方程式	模式摘要					
	R 平方	F	df1	df2	顯著性	R 平方改變量
線性	.199	27.870	1	112	.000	.199
二次方	.219	15.540	2	111	.000	.019
三次方	.249	12.162	3	110	.000	.030

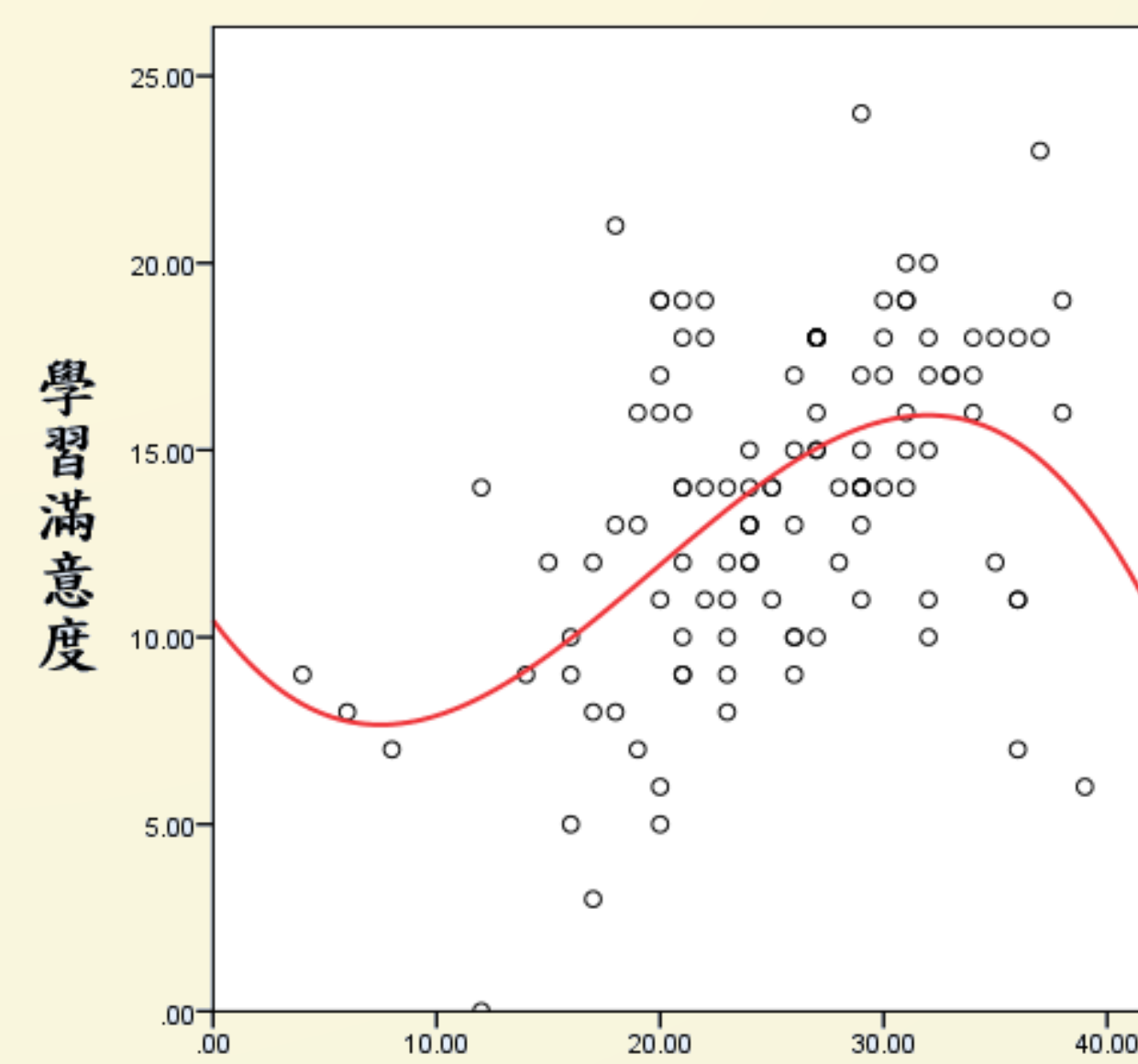
依變數：學習滿意度



圖一、線性回歸散佈圖



圖二、二次方回歸散佈圖



圖三、三次方回歸散佈圖

### 討論與建議

本研究結果顯示，正向情緒與學習滿意度之間確實具有正向的相關存在，但在圖三的迴歸線中可觀察出在極高的正向情緒時對於學習滿意度有明顯下降的趨勢，表示正向情緒對於學習滿意度並非單純的只有正向的影響。針對此一研究發現，研究者解釋為當正向情緒過高時，會影響個體對於學習的期望，並導致實質獲得與個人期望之間的差距反而增加，此結果也反映在學習滿意度的降低上。而實際影響機制的確立，可在未來進一步的研究證實。

### 參考文獻

- Davis, M. A. (2009). Understanding the relationship between mood and creativity: A meta-analysis. *Organizational behavior and human decision processes*, 108(1), 25-38.
- Fredrickson, B. L. (2013). Positive emotions broaden and build. *Advances in experimental social psychology*, 47, 1-53.
- Gruber, J., Mauss, I. B., & Tamir, M. (2011). A dark side of happiness? How, when, and why happiness is not always good. *Perspectives on Psychological Science*, 6(3), 222-233.