

澳門大學
University of Macau

教育學院
Faculty of Education

教 育 碩 士 論 文

Master of Education Thesis

澳門中小學體育教師工作壓力及其因應方式之調查研究

Job Stress and Its Coping Strategy for the Teachers of
Physical Education in Macao Primary and Middle Schools

學生姓名：陳唯健
Student's Name: Chan Wai Kin

指導教師：孔兆偉 博士
Supervisor's Name: Dr. KONG Zhao Wei

2007年10月

目 錄

第壹章 緒論	1
第一節 研究背景及動機	1
第二節 研究目的	4
第三節 研究問題	4
第四節 名詞解釋	4
第五節 研究範圍	5
第二章 文獻探討	6
第一節 壓力的意義與理論	6
第二節 工作壓力的意義與理論	11
第三節 教師工作壓力	16
第三章 研究方法	22
第一節 研究對象及取樣方法	22
第二節 研究架構及流程	22
第三節 研究工具	25
第四節 研究程序	28
第五節 資料處理及分析	29
第四章 研究結果與分析	31
第一節 樣本描述	31
第二節 中小學體育教師工作壓力及對策方式之現況	35
第三節 不同背景變項中小學體育教師之工作壓力及因應方式之差異比較	37
第四節 中小學體育教師工作壓力及因應方式之關係	57
第五章 討論	58
第一節 中小學體育教師工作壓力與壓力因應方式之現況	58
第二節 不同背景變項中小學體育教師工作壓力與因應方式之差異比較	60
第三節 中小學體育教師工作壓力與壓力因應方式之關係	64
第六章 結論與建議	65
第一節 結論	65
第二節 建議	66
參考文獻	67