

M7E  
015  
A0  
C-3

澳門大學

University of Macau

教育學院

Faculty of Education

教育碩士論文

Master of Education Thesis

澳門中學生的生活壓力輔導需求的調查研究

The Needs of Counseling for Stressful Life

Event among Macau Secondary Students

學生姓名 (Student's Name): 區嘉麗 Ao Ka Lai

指導導師 (Supervisor's Name): 蘇肖好博士 (Dr. So Chiu Ho)

2000年12月

誌謝	i
摘要	ii
Abstract	iv
目錄	vi
表內容	viii
附錄內容	ix
<b>第一章 緒論</b>	1
<b>第一節 研究背景</b>	1
(一) 澳門青少年壓力的來源	2
1) 學校的壓力與影響	2
2) 家庭的壓力與影響	3
3) 同儕的壓力	5
4) 個人的價值觀	5
<b>第二節 研究目的</b>	7
<b>第三節 研究的意義</b>	7
<b>第四節 名詞定義</b>	8
<b>第三章 文獻探討</b>	
<b>第一節 壓力</b>	9
(一) 壓力的定義	9
(二) 壓力反應	10
(三) 青少年成長與壓力	11
(四) 青少年的壓力與情緒	12
<b>第二節 心理的防衛方式</b>	14
(一) 心理防衛的概念	14
(二) 防衛的分類	16
(三) 心理防衛的效能	20

第三節	輔導理論——理情行爲治療法	21
	(一) 發展背景	21
	(二) 人性觀	22
	(三) ABC 人格理論	23
	(四) 常出現的非理性想法	25
	(五) 治療目標	26
<b>第三章</b>	<b>研究方法</b>	
第一節	研究問題	27
第二節	取樣特性	27
第三節	研究工具	28
第四節	模擬測試	32
第五節	研究假設	32
第六節	資料處理	33
<b>第四章</b>	<b>研究結果及討論</b>	
第一節	壓力生活事件的匯報情況	34
第二節	心理防衛機制的匯報情況	43
第三節	所需輔導調查的匯報情況	47
第四節	壓力生活事件、心理防衛方式對所需輔導的影響	50
<b>第五章</b>	<b>總結及建議</b>	
第一節	總結	53
第二節	建議	55
第三節	研究限制	57
	參考文獻	58
	附錄	63