

MF2
017
W4
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

情緒輔導課程對少年感化院院童理性思考

和情緒穩定之效果研究

**The Effect of Emotion Education on Rational Thinking and Emotional Stability
of Students in the Institute for Juvenile Delinquents**

學生姓名 Student's Name : 胡潔如 Wu Kit I

指導教師 Supervisor's Name : 蘇肖好修女 Sister Dominica So C.H.

M-96-6925-1

2000年12月

Dec., 2000

目錄

第一章 緒論-----	1
一、 研究目的-----	1
二、 名詞詮釋-----	3
第二章 文獻探討-----	5
一、 理性情緒治療的理論基礎-----	5
(一) 發展背景-----	5
(二) 理論概念-----	7
(三) 理情法的目標、過程與技巧-----	12
(四) 理性情緒治療法的評價-----	15
二、 理性思考的理論與研究-----	16
(一) 理性思考的內涵-----	16
(二) 有關理情法與理性思考之研究-----	17
三、 情緒穩定的理論與研究-----	19
(一) 理情理論與情緒穩定-----	19
(二) 有關理情法與情緒穩定之研究-----	20
第三章 研究方法-----	22
一、 研究設計-----	22
二、 研究過程與計劃-----	22
三、 研究對象-----	24
四、 研究工具-----	25
(一) 個人信念量表-----	25
(二) 情緒量表-----	26
五、 資料的蒐集與分析-----	27
(一) 質化資料的蒐集方式-----	27
(二) 質化資料的分析-----	29

六、	輔導課程設計-----	30
	(一) 課程的編製過程-----	30
	(二) 課程編製之原則-----	30
	(三) 課程架構-----	31
	(四) 課程內容大綱-----	32
第四章 課程之實施過程及觀察結果-----		33
一、	課程定向-----	33
二、	單元一：了解其實不簡單-----	34
三、	單元二：情緒知多少-----	36
四、	單元三：情緒 ABC-----	38
五、	單元四：情緒內功與外功-----	40
六、	單元五：「理性」大戰「非理性」-----	43
七、	單元六：十種病毒-----	45
八、	單元七：挑戰非理性想法-----	47
九、	單元八：「理智」應用篇-----	48
十、	單元九：回顧與展望-----	49
十一、	實施過程之觀察結果-----	50
第五章 研究結果與討論-----		55
一、	情緒輔導課程對少年感化院院童之輔導效果分析-----	55
	(一) 自陳量表顯示之輔導效果-----	55
	(二) 組員達成課程目標的程度-----	57
	(三) 個別組員於課程過程中之轉變-----	62
	(四) 小結-----	64

二、	情緒輔導課程實施過程之分析-----	64
(一)	團體氣氛-----	65
(二)	互動情況-----	65
(三)	輔導技巧-----	68
三、	影響輔導效果因素的綜合分析-----	71
第六章	研究限制與建議-----	73
一、	研究限制-----	73
二、	建議-----	74

參考文獻

附錄一	個人信念量表
附錄二	情緒量表
附錄三	活動日記
附錄四	受輔意願調查表
附錄五	EQ 課程團體協議書
附錄六	情緒課程
附錄七	情緒課程手冊
附錄八	團體活動評量表
附錄九	團體活動觀察記錄表
附錄十	組員之 單元二 家庭作業 - 「情緒氣象台」
附錄十一	組員之「情緒內功心法」表格內容
附錄十二	組員之 單元四家庭作業 - 「小故事大啓示」
附錄十三	組員之 單元七 駁斥非理性想法內容