

澳門大學 教育學院
學校輔導 碩士論文

The seal of the University of Macau is a circular emblem. It features a central shield with a crown on top, flanked by two lions. Below the shield is a banner with the Chinese characters '仁義禮知信'. The outer ring of the seal contains the text 'UNIVERSIDADE DE MACAU' at the top and '澳門大學' at the bottom.

澳門駐校學生輔導員心理健康現狀
之調查研究

研究生：黃石聰

指導教授：施達明 博士

2013 年 2 月 22 日



中文摘要

本研究就以全澳門駐校學生輔導員為對象，希望了解現在學生輔導員的心理健康狀況。心理健康是以五個向度作測量，分別為：身心病徵、焦慮煩躁、社會困擾、憂鬱低落及正向心理，本研究以普查方式進行問卷調查，結果發現：(1) 澳門學生輔導員心理健康狀況（平均數 68.23）呈嚴重困擾；(2) 澳門學生輔導員的年齡、畢業科系、教育程度、工作經歷及心理健康自評與心理健康狀況有關；(3) 澳門學生輔導員的性別及婚姻並不與心理健康狀況有關；(4) 分析澳門學生輔導員心理健康狀況內容有五個向度，其中憂鬱低落及社會困擾處於嚴重困擾的情況，而憂鬱低落最差（平均分 1.73 分），反映出這個心理向度的問題最值得注意，亦最迫切需要改善的。最後，根據研究結果提出建議，以作日後實務工作和未來研究之參考。

英文摘要

This study is targeted at Macau school counselors, hoping to understand the mental health of the school counselors. The mental health was measured in the following five dimensions—somatic symptom, anxiety, social undermining, depression and positive mentality. The results showed that (1) the mental health among school counselors was not in a good condition ($M=68.23$); (2) the mental health was related to their age, college major, educational level, working experience, and the self-evaluation on their own mental health status; (3) gender and marriage status were not related to mental health; (4) among these 5 dimensions, depression and social undermining achieved the lowest average point, the depression average point was 1.73. This revealed the need of thinking and finding the causes of the issues and providing help on the professionals. Finally, some suggestions were provided, based on the results found.

目錄

中文摘要.....	I
英文摘要.....	II
表目錄.....	V
圖目錄.....	VI
第一章 緒論	1
第一節 研究問題與背景	1
第二節 研究動機.....	3
第三節 研究目的.....	4
第四節 研究問題.....	6
第五節 名詞解釋.....	6
第二章 文獻探討	9
第一節 心理健康理論概述	9
第二節 心理健康之評估與其相關研究	17
第三節 憂鬱傾向與憂鬱症	22
第四節 學生輔導員的精疲力竭 (BURN OUT).....	23
第三章 研究方法	25

第一節 研究對象.....	25
第二節 抽樣方法.....	25
第三節 研究工具.....	25
第四節 實施程序.....	28
第四章 研究結果	29
第一節 澳門學生輔導員心理健康之分析.....	29
第二節 澳門學生輔導員心理健康與個人背景變項比較分析.....	33
第五章 結論及建議	43
第一節 研究結論.....	43
第二節 建議.....	45
參考文獻.....	49
中文部份.....	49
英文部份.....	53
附件.....	59
心理健康量表.....	60
成人心理量表各分量表界定標準	61

表目錄

表 3.4.1 成人心理健康量表題目分佈表	26
表 4.1.1 澳門學生輔導員心理健康平均數及標準差	31
表 4.1.2 五個分測驗平均數與標準差	32
表 4.1.3 五個分測驗皮爾森相關系數	32
表 4.2.1 澳門學生輔導員性別分佈	33
表 4.2.2 澳門學生輔導員年齡分佈	33
表 4.2.3 澳門學生輔導員畢業科系分佈	34
表 4.2.4 澳門學生輔導員教育程度分佈	34
表 4.2.5 澳門學生輔導員婚姻狀況	34
表 4.2.6 澳門學生輔導員工作經驗狀況	35
表 4.2.7 澳門學生輔導員身心健康自評狀況	35
表 4.3.1 澳門學生輔導員性別與心理健康量表之狀況	36
表 4.3.2 澳門學生輔導員性別與心理健康量表之關聯性測量	36
表 4.3.3 澳門學生輔導員畢業科系與心理健康量表之狀況	37
表 4.3.4 澳門學生輔導員畢業科系與心理健康量表之關聯性測量	37
表 4.3.5 澳門學生輔導員教育程度與心理健康量表之狀況	38
表 4.3.6 澳門學生輔導員教育程度與心理健康量表之關聯性測量	38

表 4.3.7 澳門學生輔導員婚姻與心理健康量表之狀況	39
表 4.3.8 澳門學生輔導員婚姻與心理健康量表之關聯性測量	39
表 4.3.9 澳門學生輔導員年齡與心理健康量表之狀況	40
表 4.3.10 澳門學生輔導員年齡與心理健康量表之關聯性測量	40
表 4.3.11 澳門學生輔導員工作經驗與心理健康量表之狀況	41
表 4.3.12 澳門學生輔導員工作經驗與心理健康量表之關聯性測量 ..	41
表 4.3.13 澳門學生輔導員身心健康自評之敘述統計	42
表 4.3.14 澳門學生輔導員身心健康自評與心理健康量表之關聯性測量.....	42

圖目錄

2.1.5.1 馬斯洛需求層次圖	16
------------------------	----