



澳門大學
UNIVERSIDADE DE MACAU

教育學院

Faculty of Education

學校輔導專業碩士論文

Thesis of Master Degree in School Counseling

澳門大學生壓力、遵循父母期望與心理適應之關係—以澳門大學為例
The Relationship among Stress, Live-up-to Parental Expectations, and
Psychological Adjustment of College Students in Macau – A Case Study
of University of Macau

研究生：朱婉璧

Student : Chu, Yun Pik Marion

指導教授：王麗斐 博士

Supervisor : Dr. Li-fei Wang

二零零九年十二月

December 2009

謝詞

看著一頁又一頁的論文列印出來，心裡既興奮又感謝，終於能為這三年多的研究生涯記下一點功勞。能順利完成這項研究工程，最要感謝的莫過於論文指導教授王麗斐博士。在這段日子，有幸得到麗斐老師的鼓勵和悉心教導，協助我逐一衝破研究上各種的問題與挑戰；加上，在這段日子裡，我常常因為繁忙的工作、結婚、生孩子等生活轉變而曾有好幾次拖延論文進度，麗斐老師不但沒有責過於我，反而給我更多的空間，且不斷的給我關懷與支持，讓我在論文與生活的衝擊下，得到更多的體諒與溫暖。同時，感謝論文口試委員金樹人教授與施達明博士的鼓勵與指導，提供了許多思考的機會與寶貴的意見，使我澄清研究上的盲點，使此篇論文能更臻完備。此外，不論是在口試時間的協調與確認，又或是口試過程，老師們總能給予溫和的回應與親切的鼓勵。

研究進行過程中獲得許多人的協助，感謝陳建新博士與詩韻同學在研究統計上的重大支援，感謝所有協助施測及參與本研究的大學生，因為您們才能讓此論文誕生。

能在工作中如期完成論文實屬不易，這要特別感謝在我服務單位內的同事們，不但讓我在休假中、下班後專心進行研究，也提供搭便車服務，並不停地為我加油與打氣。

感謝我的父母、老爺、奶奶、丈夫思行、Aunt EE、小弟國濠、蘭子等一直支持與鼓勵我的家人，雖然您們無法給予我論文研究上最直接的協助，但是您們時時刻刻都關切著我的生活狀況，特別在我懷孕與坐月期間，定時送上溫暖飯菜、協助照顧小兒景就、給予包容與體諒，我才能夠成功踏上碩士畢業的舞台。

最後，謹以這篇論文獻給我的父母、丈夫、家人、師長、以及所有親友和同學，使我完成學業。感激萬分！



朱婉璧 謹誌於澳門大學

2009年12月

目錄

謝詞.....	I
表目錄.....	V
圖目錄.....	VI
中文摘要.....	VII
英文摘要.....	VIII
第一章 緒論.....	1
第一節 研究背景.....	1
第二節 研究目的.....	6
第三節 待答問題.....	7
第四節 名詞釋義.....	7
第二章 文獻探討.....	10
第一節 生活壓力.....	11
一、生活壓力的定義.....	11
二、生活壓力源的類別.....	17
三、大學生之生活壓力與心理適應之相關研究.....	19
第二節 心理適應.....	25
一、憂鬱之定義與成因.....	25
二、焦慮之定義與成因.....	27
三、憂鬱與焦慮之關係.....	28
四、大學生心理適應之相關研究.....	30
第三節 大學生與遵循父母期望.....	32
一、遵循父母期望的定義.....	32
二、華人文化裡的遵循父母期望.....	36
三、遵循父母期望與心理適應之關係.....	38
第三章 研究方法與步驟.....	42
第一節 研究架構.....	42
第二節 研究假設.....	43
第三節 研究參與者.....	44
第四節 研究工具.....	47
第五節 研究程序.....	55
第六節 資料處理.....	60

第四章 研究結果	63
第一節 量表之信度分析.....	63
第二節 研究變項描述性統計分析.....	65
第三節 變項間之相關分析.....	67
第四節 多元迴歸分析.....	72
第五章 討論	86
第一節 研究結果概述.....	86
第二節 工作壓力源與心理適應.....	87
第三節 遵循父母期望與心理適應.....	88
第四節 遵循父母期望的調節作用.....	89
第六章 結論與建議	92
第一節 結論.....	92
第二節 研究限制與建議.....	94
參考文獻	101
中文部分.....	101
英文部份.....	110
附錄	117



表目錄

表 3-1 樣本描述性統計表 I.....	46
表 3-2 樣本描述性統計表 II.....	46
表 4-1 主要變項之描述性統計表.....	66
表 4-2 研究變項間之相關矩陣分析表.....	71
表 4-3 生活壓力源、遵循父母期望對憂鬱感之階層迴歸分析表.....	78
表 4-4 生活壓力源、遵循父母期望對焦慮感之階層迴歸分析表.....	83



圖目錄

圖 3-1 本研究之研究架構圖.....	43
----------------------	----



中文摘要

本研究主要探討澳門大學生生活壓力、遵循父母期望與心理適應(包括憂鬱與焦慮)之關係，並以遵循父母期望作調節變項，以檢驗生活壓力源、遵循父母期望、憂鬱與焦慮的交互作用。研究工具為自陳式問卷，內含研究參與者的基本資料調查、Kohn、Lafreniere 與 Gurevich (1990) 的 ICSRLE，Wang 與 Heppner (2002) 編製的 LPEI，侯積良 (1997) 編譯的 FNE 與彭泗清編譯的 CES-D，並邀請中國澳門特別行政區澳門大學學士學位日間課程之一年級至四年級本地生自願參與。研究結果顯示，大學生之總體生活壓力源愈多，「憂鬱感」與「焦慮感」也隨之愈大；大學生從所認知到的總體遵循父母期望程度之差距愈大，其所面對的總體生活壓力源也愈多；大學生從所認知到的總體遵循父母期望程度之差距愈大，其所面對的「憂鬱感」與「焦慮感」也愈大。然而，遵循父母期望對於生活壓力與心理適應(包括憂鬱與焦慮)之關係並不具調節作用。

關鍵字：生活壓力源、遵循父母期望、心理適應、憂鬱、焦慮

ABSTRACT

The main purpose of this study was to examine the relationship among stress, live-up-to parental expectations, and psychological adjustment (including depression and anxiety) of college students in Macau. Meanwhile, live-up-to parental expectations were applied as the moderators to analyze the interaction between life stressors, live-up-to parental expectations, depression and anxiety. Self-reported questionnaires were used as instruments in this study included ICSRLE, LPEI, FNE translated and CES-D translated. Year one to year four local students under the Bachelor's Degree Program at the University of Macau were invited to participate in this study. Results of this study indicated that the more overall life stressors college students had, the higher level of depression and higher level of anxiety they would experience; the bigger range of difference in overall live-up-to parental expectations college students had, the more overall life stressors they had; the bigger range of difference in overall live-up-to parental expectations college students had, the higher level of depression and higher level of anxiety they would experience. However, live-up-to parental expectations did not appear to have any moderating effect between the relationship of life stressors and psychological adjustments (including depression and anxiety).

Keywords: Life Stressors, Live-up-to Parental Expectations, Psychological Adjustment, Depression, Anxiety