



澳門大學

University of Macau

教育學院

Faculty of Education

教育心理專業碩士論文

Thesis for Master in Education

澳門 80、90 後青少年的抗逆力之探討

The Investigation on the Adversity Tolerance of the post –
80's and 90's generation of Macau

研究生：陳燕儀

Submitted by: Chan In I

指導教授：張學民 博士

Supervisor: Dr. Zhang X Ming

二零一一年八月

August 2011

致 謝

這篇碩士論文不是學生的第一篇，往後的日子裡將會繼續的幹下去，從中體會到做學問的那種艱辛，但完成後的感覺卻是非三言兩語能形容的，因又一次的自我挑戰成功！

從本文的選題到定稿，學生的導師北京師範大學心理學院 張學民 教授在文章的立意、結構框架和定稿等方面都給予了悉心的指導和幫助，本文才得以順利地完成。在這，學生由衷地感謝他。張導師認真以及務實的態度、嚴謹的科學精神讓學生受益匪淺。

需特別感謝的是各位受訪者，沒有他 / 她們的支持，學生沒有可能那麼快地完成。還要感謝身邊的好友，在這三個月的論文寫作過程中，不論在生活、精神以及物質上都默默地給予照顧和支持！

最後，當然要感謝的是自己，在這一年裏除了要兼顧個人的兩份工作外，還要在學校及機構兩方面的實習，從未如此地用盡每分每秒，還多次的病倒了，在體力與精神快要撐不下去之際，終體驗到本研究中的積極心理資本內四個個人基本特質對個人抗逆力所發揮的作用，深信不移地讓學生更瞭解有關自我效能、韌性、希望和樂觀，永世難忘這種切身體驗。相信憑著個人對求學與研究不掘不朽堅定的意志，方可完成！

由於學生在研究方面尚有許多進步空間，本論文難免存在著諸多不足之處，承望各位專家、老師不吝賜教，批評指正。感謝萬分！

陳燕儀

2011-08

中文摘要

現時澳門的家庭、學校和社會對青少年的“抗逆力”問題已漸有所關注，特別是澳門 80、90 後的青少年更是被受關注的新一代。故此，本研究試從兩方面來探討有關青少年的“抗逆力”的問題，一、量性研究方面，採用了中國南開大學社會心理學系張闊副教授等共同研發的《積極心理資本》問卷 (positive psychological questionnaire) 簡稱 PPQ 問卷，分別對澳門 80、90 後的青少年發放了 1100 份問卷，並隨機共抽取了 80 後 1005 人，男 407 人、女 598 人；而 90 後亦隨機共抽取了 1013 人，男 514 人、女 499 人；進行了 PPQ 問卷中的自我效能、韌性、希望和樂觀四方面之測試。所有問卷全部收回，有效問卷分別為 91%和 92%。二、質性研究方面，在澳門 80、90 後共抽取了 8 位青少年作個案訪談，主要探討他們在面對情感、人際、家庭、學習或工作挫折時，各自採取的抗逆態度是積極還是消極，以及於遇挫折時將原因歸於自己還是他人的問題，從而探討澳門 80、90 後青少年的抗逆力。

本研究希望藉此對澳門 80、90 後青少年的抗逆教育起到積極的參考作用。

關鍵字：青少年、挫折、抗逆力

Abstract

Recently, family, school and the community of Macau have gradually concerned with the "resilience" of the adolescence, especially the 80's and 90's young people of Macau. Therefore, this study tried to test from two ways to explore the problem of the "youth's resilience". First, Quantitative Research - using the "Positive Psychological Questionnaire" (hereinafter the "PPQ questionnaire") which Associate Professor Zhang Kuofu and the others of the Department of Social Psychology, China Nankai University, researched and developed jointly to test the four areas of the self-efficacy, resilience, hope and optimism. 1100 questionnaires were distributed to the young people of 80s and 90s respectively. 1,005 people were randomly collected from the youth of 80s, 407 males, 598 females; and 1013 people were randomly taken from 90s, 514 males and 499 females. All questionnaires were fully collected back. Valid questionnaires were 91% and 92%. Second, Qualitative Research – 8 young people of 80s and 90s were chosen to make the case interviews, which focused on how they cope with the emotional, interpersonal, family, study or work setbacks and their attitudes towards the resilience are positive or negative and also when they encounter problems or frustrations whether they will attribute their problems to others, and thus to explore the resilience of 80, 90s young people of Macau.

This study hereby hopes to play an active role in giving reference regarding the resilience education of Macau adolescence of the 80s and 90s.

Keywords: Adolescence, frustration, adversity tolerance,

目 錄

致謝	-----	I
中文摘要	-----	II
英文摘要	-----	III
目錄	-----	IV
表目錄	-----	VIII
圖目錄	-----	IX
第一章	緒論 -----	1
第一節	研究動機與目的-----	2
第二節	問題的提出-----	3
第三節	研究的假設-----	7
第二章	文獻探討 -----	7
第一節	相關概念之界定-----	7
第二節	青少年的定義-----	8
第三節	青少年身心發展的特質-----	9
第四節	影響青少年成長的因素-----	14
第五節	積極心理-----	18
第三章	研究方法 -----	20
第一節	量性研究方法-----	20

一、	研究對象-----	20
二、	研究工具-----	21
三、	個人基本資料-----	22
四、	資料處理-----	22
第二節	質性研究方法-----	41
一、	研究過程及方法的選擇-----	41
二、	研究對象-----	42
三、	研究工具-----	43
四、	訪談大綱-----	43
五、	訪談紮記-----	44
六、	研究限制與檢討-----	44
第三節	資料整理與分析-----	44
第四節	研究的檢核-----	45
第五節	研究倫理-----	46
第四章	資料分析與研究結果-----	50
第一節	資料分析實例-----	51
第二節	研究結果-----	68
第五章	討論-----	70
第一節	遺傳和環境因素的影響-----	70
第二節	個人因素方面的影響-----	71

第三節	家庭因素方面的影響	71
-----	-----------	----

第六章 結論與建議 72

第一節	結論	72
-----	----	----

第二節	建議	74
-----	----	----

第三節	本研究的貢獻	76
-----	--------	----

第四節	反思	77
-----	----	----

參考文獻		78
------	--	----

中文部份		78
------	--	----

英文部份		80
------	--	----

附錄		82
----	--	----

附錄一、積極心理資本問卷題目(PPQ)		84
---------------------	--	----

附錄二、訪談同意書		85
-----------	--	----

附錄三、訪談大綱		86
----------	--	----

附錄四、效度檢核表		87
-----------	--	----

補充資料		87
------	--	----

補充一、逐字稿的謄寫及檢核		87
---------------	--	----

補充二、由逐字稿分辨與研究主題相關及無關之資料並斷句		104
----------------------------	--	-----

補充三、簡化語句並作第三人稱改寫		116
------------------	--	-----

補充四、開放式編碼 (open coding) (對有意義的內容進行編碼) -- 124

補充五、主軸編碼 (axial coding) (內容群聚後的命名) ----- 137



表目錄

表 1	性別和年代在四個維度上的均值-----	22
表 2	性別和年代對四個維度的影響-----	24
表 3	80 後的性別差異 t 檢驗-----	28
表 4	90 後的性別差異 t 檢驗-----	29
表 5	教育程度各水準在四個維度上的均值-----	30
表 6	教育程度對四個維度的影響-----	31
表 7	自我效能-----	32
表 8	韌性-----	32
表 9	希望-----	33
表 10	樂觀-----	33
表 11	從事職業-----	35
表 12	從事職業對四個維度的影響-----	37
表 13	80 後四位研究參與者的效度檢核表回饋內容整理-----	49
表 14	90 後四位研究參與者的效度檢核表回饋內容整理-----	50
表 15	80 後受訪者選擇性編碼-----	62
表 16	90 後受訪者選擇性編碼-----	65

圖目錄

圖 1	不同教育水準的群體在自我效能維度上的均值-----	33
圖 2	不同教育水準的群體在韌性維度上的均值-----	34
圖 3	不同教育水準的群體在希望維度上的均值-----	34
圖 4	不同教育水準的群體在樂觀維度上的均值-----	35
圖 5	不同職業類型的群體在自我效能維度上的均值-----	39
圖 6	不同職業類型的群體在韌性維度上的均值-----	40
圖 7	不同職業類型的群體在希望維度上的均值-----	40
圖 8	不同職業類型的群體在樂觀維度上的均值-----	41
圖 9	80 後澳門青少年挫折種類及態度-----	67
圖 10	90 後澳門青少年挫折種類及態度-----	68

