

第一部份

1. 你的出生年：民國 _____ 年
2. 性別： _____ 女 _____ 男
3. 身高： _____ 公分
4. 體重： _____ 公斤
5. 你就讀的學校是： _____ 高中 _____ 高職 _____ 國中
6. 現在唸幾年級： _____ 一年級 _____ 二年級 _____ 三年級

第二部份 以下問題請你根據自己 最近兩週的情況 勾選符合的答案。

- 1 你是否因疼痛或不舒服而覺得擔心？
_____ 根本不擔心 _____ 很少擔心 _____ 擔心 _____ 相當擔心 _____ 極擔心
- 2 你在處理或對付疼痛或不舒服時會覺得困難嗎？
_____ 根本沒困難 _____ 沒什麼困難 _____ 有困難 _____ 相當困難 _____ 極困難
- 3 你覺得疼痛或不舒服會妨礙你去做自己需要做的事情嗎？
_____ 根本不妨礙 _____ 沒什麼妨礙 _____ 有妨礙 _____ 相當妨礙 _____ 極妨礙
4. 你能集中注意力嗎？
_____ 根本不能 _____ 很少能 _____ 能 _____ 相當能 _____ 極能
- 5 你因為自己的外貌而自卑嗎？
_____ 根本沒有 _____ 很少有 _____ 有 _____ 相當多 _____ 極多
- 6 在外貌方面，你覺得有什麼部位使你自己感覺到不自在嗎？
_____ 根本沒有 _____ 很少有 _____ 有 _____ 相當多 _____ 極多
- 7 你有煩惱的感覺嗎？
_____ 根本沒有 _____ 很少有 _____ 有 _____ 相當多 _____ 極多
- 8 憂傷或鬱悶等感覺是否妨礙你的日常活動？
_____ 根本不妨礙 _____ 沒什麼妨礙 _____ 有妨礙 _____ 相當妨礙 _____ 極妨礙
- 9 你因為鬱悶（憂鬱）而煩惱嗎？
_____ 根本不煩惱 _____ 很少煩惱 _____ 煩惱 _____ 相當煩惱 _____ 極煩惱
- 10 你進行日常活動有什麼困難嗎？
_____ 根本沒困難 _____ 沒什麼困難 _____ 有困難 _____ 相當困難 _____ 極困難

11 日常生活中你感到安全嗎？

_____根本不安全 _____不太安全 _____安全 _____相當安全 _____極安全

12 你覺得自己居住的環境有安全保障嗎？

_____根本沒有 _____很少有 _____有 _____相當多 _____極多

13 你住的地方舒適嗎？

_____根本不舒適 _____不太舒適 _____舒適 _____相當舒適 _____極舒適

14 你喜歡自己住的地方嗎？

_____根本不喜歡 _____不太喜歡 _____喜歡 _____相當喜歡 _____極喜歡

15 你的生活環境對健康有利嗎？

_____根本不利 _____不太有利 _____不太有利 _____相當有利 _____極有利

16 你能接受自己的身材、長相嗎？

_____根本不能 _____幾乎不能 _____能夠 _____多數時能夠 _____完全能

17 你能完成好自己的日常事務嗎？

_____根本不能 _____幾乎不能 _____能夠 _____多數時能夠 _____完全能

18 當需要時，你的朋友能依靠嗎？

_____根本不能依靠 _____不太能依靠 _____能依靠 _____多數能依靠 _____完全能依靠

19 你家裏住的房子能符合你的需要嗎？

_____根本不符合 _____不太符合 _____符合 _____多數符合 _____完全符合

20 家裏的錢夠用嗎？

_____根本不夠用 _____不太夠用 _____夠用 _____多數時夠用 _____完全夠用

21 你對自己的生活品質滿意嗎？

_____很不滿意 _____不滿意 _____一般 _____滿意 _____很滿意

22 你對自己的能力滿意嗎？

_____很不滿意 _____不滿意 _____一般 _____滿意 _____很滿意

23 你對自己的外表滿意嗎？

_____很不滿意 _____不滿意 _____一般 _____滿意 _____很滿意

24 你對於從朋友那裏得到支持滿意嗎？

_____很不滿意 _____不滿意 _____一般 _____滿意 _____很滿意

25 你對自己幫助和支持別人的能力滿意嗎？

_____很不滿意 _____不滿意 _____一般 _____滿意 _____很滿意

26 在擁有能玩得來又可以無話不說的朋友這一方面，你感到滿意嗎？

_____很不滿意 _____不滿意 _____一般 _____滿意 _____很滿意

27 你是否感到朋友把你當作可以依靠的人？

_____完全沒有 _____很少感到 _____有這種感覺 _____相當明顯地 _____極其強烈地感到

28 在擁有對自己十分了解的朋友這方面，你感到滿意嗎？

_____很不滿意 _____不滿意 _____一般 _____滿意 _____很滿意

29 你對自己的記憶力滿意嗎？

_____很不滿意 _____不滿意 _____一般 _____滿意 _____很滿意

30 你覺得你父母之間的關係好嗎？

_____根本不好 _____不太好 _____一般 _____比較好 _____非常好

31 你對家庭氣氛滿意嗎？

_____很不滿意 _____不滿意 _____一般 _____滿意 _____很滿意

32 你覺得完整的家庭對你重要嗎？

_____根本不重要 _____不太重要 _____重要相當 _____重要 _____極重要

33 你對父母對你的態度滿意嗎？

_____很不滿意 _____不滿意 _____一般 _____滿意 _____很滿意

34 你滿意你與父母之間的關係嗎？

_____很不滿意 _____不滿意 _____一般 _____滿意 _____很滿意

35 你的努力是否能得到家長肯定？

_____根本不能 _____很少能 _____能 _____多數時能 _____完全能

36 你覺得自己能完成課業嗎？

_____根本不能 _____很少能 _____能 _____多數時能 _____完全能

37 你能正常學習嗎？

_____根本不能 _____很少能 _____能 _____多數時能 _____完全能

38 你如何評價自己的學習能力？

_____根本不好 _____不太好 _____一般 _____比較好 _____非常好

第三部份 請選擇一項最能代表您 過去一星期 內的生活感覺或行爲表現的答案。

| | 沒有或極少 (每週一天 以下) | 有時候 (每週 1-2 天) | 時常 (每週 3-4 天) | 經常 (每週 5-7 天) |
|-------------------------|-----------------------|----------------------|---------------------|---------------------|
| 1. 原來不會介意的事，最近竟然會困擾我。 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 2. 我做任何事情都覺得費力。 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 3. 我覺得我和別人一樣好。 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 4. 我做事無法集中精神。 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 5. 我覺得悲傷。 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 6. 我覺得恐懼。 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 7. 我覺得寂寞。 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 8. 我曾經痛哭。 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 9. 我睡得不安寧。 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 10. 我比平日不愛講話。 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 11. 我享受了生活的樂趣。 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 12. 即使有親友的幫忙，我還是無法拋開煩惱。 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 13. 我認為我的人生是失敗的。 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 14. 我是快樂的。 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 15. 我缺乏幹勁。 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 16. 我對未來充滿希望。 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 17. 人們是不友善的。 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 18. 我的胃口不好，不想吃東西。 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 19. 我覺得悶悶不樂。 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 20. 我覺得別人不喜歡我。 | 0 | 1 | 2 | 3 |

第四部份 接下來的問題，是想了解你 過去這一年 是否曾經 在學校 遭遇或出現下列的情況，請依照您遭遇或出現這些情況的頻率多寡來勾選，例如從未遭遇或出現這種情況就勾「不曾有過」，一直都有遭遇或出現這種情況就勾「一直都有」。

| | 不曾 有過 | 偶而有 過 | 經常有 過 | 一直 都有 |
|--|----------|----------|----------|----------|
| 1. 同學故意在下課休息或午餐時間冷落你、不和你在一起？ | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 2. 其他學生故意不和你講話，或是不回答你的問題？ | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 3. 被其他學生叫你不喜歡的綽號？ | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 4. 其他學生說你壞話？ | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 5. 被其他學生毆打？ | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 6. 你的錢被其他學生拿走？ | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 7. 即使你不願意，但還是被其他學生支使去幫他們做一些事， 像是幫他們寫功課、拿書包、跑腿買東西？ | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 8. 你的學校用具或帶到學校吃的點心，被其他學生拿走？ | 0 | 1 | 2 | 3 |

第五部份 以下想了解你 最近一年 在學校的狀況，請就您的狀況勾選最適合的答案。

1. 你喜歡上學嗎? 很喜歡 還算喜歡 不太喜歡 很不喜歡
2. 你與學校老師相處得如何呢? 很好 還算好 不太好 很不好
3. 你與學校同學相處得如何呢? 很好 還算好 不太好 很不好
4. 你最近一年翹課的頻率是?
完全沒有翹課 曾翹課但未每個月翹課 每個月翹課一至三次 每週至少翹課一次
5. 平常和你一起玩的朋友是校內或校外的人比較多?
全是校內的 大部份是校內的 校內校外各占一半 大部份是校外的 全是校外的

第六部份 以下問題是想了解你對自己的一些看法，請照您自己實際的狀況，在適合的選項打勾。

| | | 非常不同意 | 不同意 | 同意 | 非常同意 |
|----|--------------------|-------|-----|----|------|
| 1 | 整體而言，我對自己很滿意 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 2 | 有時候我覺得自己一無是處 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 3 | 我覺得自己有一些優點 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 4 | 我可以把事情做得和大多數人一樣好 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 5 | 我覺得自己沒有什麼可以感到自豪的地方 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 6 | 有時候我實在覺得自己沒有用 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 7 | 我覺得自己是個值得被稱讚的人 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 8 | 我對自己沒什麼信心 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 9 | 大體而言，我覺得自己是個失敗者 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 10 | 我對自己抱持著正向肯定的態度 | 0 | 1 | 2 | 3 |

第七部份 過去一年 中，你是否曾經出現以下情況？

| | 不曾有過 | 曾經有過 |
|----------------------------|------|------|
| 1. 曾有連續兩星期或更久的時間，你會反覆想到死亡？ | | |
| 2. 曾有連續兩星期或更久的時間，你會希望自己死掉？ | | |
| 3. 曾經慎重考慮要採取某種方式結束自己的性命嗎？ | | |
| 4. 曾經擬定結束自己性命的計畫嗎？ | | |
| 5. 曾經真的嘗試結束自己的性命嗎？ | | |

填完了嗎？麻煩您再檢查一次是否有漏填，若有不瞭解之處請舉手問老師。最後再次感謝您的配合！