

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 內的生活感覺或行為表現的答案。

	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	經常有	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。

- 你喜歡上學嗎？ ____ 很喜歡 ____ 還算喜歡 ____ 不太喜歡 ____ 很不喜歡
- 你與學校老師相處得如何呢？ ____ 很好 ____ 還算好 ____ 不太好 ____ 很不好
- 你與學校同學相處得如何呢？ ____ 很好 ____ 還算好 ____ 不太好 ____ 很不好
- 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
- 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！