

行動導向量表

作答說明

以下的問題是想瞭解你對一些發生在你周圍的情況的看法。每個問題都有(1)、(2)兩個選項。請你讀完題目之後，從(1)、(2)兩個選項中，選出一個和你的情況最接近的選項。這不是考試，並沒有所謂的對錯，請你放心填答！

1. () 當我必須解決一個困難的問題時：
 - (1) 我毫無困難地就開始做
 - (2) 我很難理出頭緒讓我可以著手解決這個問題
2. () 假如我為聯考準備了好幾個月，但卻是每件事都出錯：
 - (1) 我花很久的時間才忘了它
 - (2) 我不會讓它干擾我很久
3. () 當我從報紙上看到一篇我有興趣的文章時：
 - (1) 我通常會停下來讀完整篇文章
 - (2) 在讀完這篇文章之前我經常會跳讀其他的文章
4. () 當我有一些重要的作業要做，而且這些作業都必須很快做完時：
 - (1) 我常常不知道該從何處開始
 - (2) 我發現那很容易著手
5. () 當老師說我的作業「做得很差」時：
 - (1) 我不會讓它困擾我很久
 - (2) 我有茫然若失的感覺
6. () 當我讀一些我發現是很有趣的文章時：
 - (1) 我常常想要把文章擱下改做其他的事
 - (2) 我會坐下來讀這篇文章很長一段時間
7. () 當我必須完成一項困難的作業的時候：
 - (1) 我能集中注意力在作業的每個部份
 - (2) 我很容易失掉對作業的注意力
8. () 當我正在從事一項學藝競賽而且錯失不少時間：
 - (1) 我可以很快地把錯失時間這件事忘記
 - (2) 我會不斷地在心裡回想錯失時間這件事
9. () 當我因為有優秀的成績而得到老師的獎勵時：
 - (1) 我喜歡馬上繼續從事這個領域的練習
 - (2) 我喜歡去做和這個領域無關的事
10. () 當老師指派我一項無聊的作業時：
 - (1) 在處理這項作業的過程中，我不會有任何的問題
 - (2) 我常常不能立即開始做這項作業
11. () 在一天當中，我在學校同時做錯幾件事時：
 - (1) 我經常不知道該如何處理
 - (2) 我保持前進就當沒事發生一樣
12. () 當同學主動和我討論一個有趣的課業問題時：
 - (1) 我可以和他討論很久
 - (2) 我很快就喪失興趣並想做其他事
13. () 假如我必須在家讀書：
 - (1) 我通常不能很快開始讀
 - (2) 我通常能很快就開始讀
14. () 如果我新買的貴重儀器意外跌落地板上，而且損壞到無法修理：

- (1) 我很快地從這件事中恢復過來
(2) 我要花很長的一段時間才能從這件事中恢復過來
15. () 當我讀一本有趣的書有好長一段時間了：
(1) 有時候我會想我這麼做是否值得
(2) 我通常是非常投入我所做的，不會想到是否值得的問題
16. () 當我有回家功課必須在家裡做時：
(1) 我通常很難把這件功課做完
(2) 我通常很快就把這件功課做完
17. () 當我遺失一件對我來說非常有價值的文具，而我四處都找不到時：
(1) 我會難過好長一段時間
(2) 一會兒之後我就會把這件事情忘記
18. () 當我正在觀賞一部非常好看的電影時：
(1) 我是如此的投入電影中，不會想到還有其他的事要做
(2) 在看電影的過程中，我會經常想要去做其他的事
19. () 當老師要我負責一件重要但是又令人討厭的事時：
(1) 我做它並且把它完成
(2) 我要花一段時間才能開始做
20. () 我從書店買了一些書，回家之後發現買貴了，但是無法把錢要回來：
(1) 我無法專注在任何事情上
(2) 我很容易忘記這件事
21. () 當老師規定我必須很快做完一項作業時：
(1) 我必須壓迫我自己著手去做
(2) 我發現它很容易著手和完成
22. () 當我正參加一個重要的考試，我發現我沒有作答得很好時：
(1) 它使我越來越難把注意力集中在考題上
(2) 我等到考完試後再去想它
23. () 當我計畫在下星期做一些不太熟悉的事情的時候：
(1) 我可能在實行前改變計畫
(2) 我堅持我做的計畫
24. () 如果我因為交通阻塞而上學遲到：
(1) 起初這會很難讓我開始專心上課
(2) 我很快就忘記這件事並且專心聽課
25. () 自習課時，我沒有特別的事可做而且覺得厭煩：
(1) 我很難鼓起足夠的精力做其他的事
(2) 我很快就可以找到其他可以做的事
26. () 假如班上有同學對我不友善：
(1) 它不會干擾我很久
(2) 將使我心情不好一陣子
27. () 當我有兩件功課想做，但只能先做其中一件的時候：
(1) 我很快地從中決定一件去做
(2) 我不能馬上知道哪一件事對我來說比較重要
28. () 在經過一再的嘗試之後，仍不能記住書本的重點時：
(1) 我發現自己無法開始做任何其他的事
(2) 我會做一下其他的事
29. () 當我沒有任何特別的事情要做，而且覺得很無聊的時候：
(1) 我馬上就知道要做什麼事
(2) 我有時會沈思該做什麼事
30. () 當我必須寫一篇作文，而我不知要寫些什麼的時候：

- (1) 我會想想看有沒有其他我可以做的事情
- (2) 這件事會一直困擾我，讓我無法做其他事

作答說明

以下的問題是想瞭解你對一些發生在你周圍的情況的看法。每個問題都有(1)、(2)兩個選項。請你讀完題目之後，從(1)、(2)兩個選項中，選出一個和你的情況最接近的選項。這不是考試，並沒有所謂的對錯，請你放心填答！

1. () 你解不出數學習作上的題目，你會：
 - (1) 請老師教你。
 - (2) 寫其他習作。
2. () 放學後你必須寫一大堆回家功課，這時候你會：
 - (1) 專心做功課，不想其他的事。
 - (2) 邊看電視邊做功課。
3. () 讀書時如果遇到不會的地方，你會：
 - (1) 只看開頭及結尾的一兩句。
 - (2) 先跳過去，等一下再回頭重讀。
4. () 你讀書讀到一半，覺得很煩。這時候你會：
 - (1) 想一想讀完的好處。
 - (2) 先做其他的事再說。
5. () 當你無法解決一個麻煩的數學問題時，你會：
 - (1) 請問老師或同學。
 - (2) 換做其他有趣的事。
6. () 自習課時你在溫習功課，隔壁的同學在打電動。這時候：
 - (1) 請他也讓你打一會兒。
 - (2) 請他不要打或是回家後再打。
7. () 如果你一時無法記住課文的重要內容時，你會：
 - (1) 讓自己休息一下，等一會兒再記。
 - (2) 告訴自己不必花時間在這篇文章上。
8. () 當你想放棄讀不通的課文時，你會：
 - (1) 告訴自己半途而廢是很可惜的事。
 - (2) 改做其他比較有趣的事。
9. () 你必須完成一項理化實驗，但是你又不太熟悉實驗步驟。這時候你會：
 - (1) 找理化老師問清楚實驗步驟。
 - (2) 先做其他事，等明天再說。
10. () 你正在作回家功課，客廳電視的聲音很大聲。這時候你會：
 - (1) 要求家人把電視聲音關小一點。
 - (2) 去跟家人看電視，等一下再做功課。
11. () 你正在準備明天的小考，弟弟在旁邊玩玩具，這時候：
 - (1) 專心準備考試。
 - (2) 和弟弟一起玩。
12. () 如果你對於正在閱讀的課文內容感到失望，你會：
 - (1) 用很快的速度讀完它。
 - (2) 儘量找出這篇文章的優點。
13. () 在課堂上閱讀時，如果遇到不懂的地方，你會：
 - (1) 請教老師或同學。
 - (2) 改做其他的事。

14. () 你正在寫明天要交的作文，你的好朋友來邀你出去。這時：
(1) 應該要跟好朋友出去，以免影響交情。
(2) 告訴自己做事不要半途而廢。
15. () 老師要你擬定一個郊遊計畫，但是你不知道從何著手，這時候你會：
(1) 專心思考計畫的細節。
(2) 請爸爸幫你擬定這個計畫。
16. () 當你想放棄閱讀的時候，你會對自己說：
(1) 何必讀得這麼辛苦，不要讀了吧。
(2) 讀書可以使我學會許多知識。
17. () 自習課時你看不懂英文課文，這時候你會：
(1) 改讀比較簡單的文章。
(2) 和讀得懂同學討論。
18. () 早自習時你正在讀書，班上同學很吵，這時候你會：
(1) 過去聽聽看他們在講什麼。
(2) 請班長或風紀股長管理秩序。
19. () 明天必須交作文，但是你不知道該怎麼寫，這時候：
(1) 暫時休息一會兒，等一下再從頭來。
(2) 找作文範本看看有沒有類似的文章可以抄。
20. () 如果你讀書的時候發現自己心情不好，這時候你會：
(1) 先不要讀，等心情好的時候再讀。
(2) 想辦法讓自己平靜下來。

情意反應量表

作答說明: 以下的問題, 是想瞭解你對於自己的學習情況的一些感覺和看法。這不是考試, 沒有所謂的對或錯。你只要依照自己的感覺和看法, 真實的填答就可以了。每一個問題的右邊都有七個數字, 數字越小表示與你的情況越不符合, 數字越大表示與你的情況越符合。請你讀完左邊的問題之後, 從右邊 1 7 的七個數字中, 以打圈的方式, 選出最能代表你的感覺與看法的數字來。圈選完畢後, 請你再檢查一次, 不要有遺漏。

	非和 常我 不的 符情 合況							非和 常我 符的 合情 況						
01. 我覺得課堂上的學習是很有價值的。	1	2	3	4	5	6	7							
02. 我對學校的教學內容很有興趣。	1	2	3	4	5	6	7							
03. 我覺得學校教的東西對我很有用處。	1	2	3	4	5	6	7							
04. 學會書本的內容對我而言是很重要的。	1	2	3	4	5	6	7							
05. 我覺得讀書是很有意義的工作。	1	2	3	4	5	6	7							
06. 我希望自己能精通課本的內容。	1	2	3	4	5	6	7							
07. 我希望自己能從課堂上學到東西。	1	2	3	4	5	6	7							
08. 我期望自己能在功課上表現得好。	1	2	3	4	5	6	7							
09. 我期望能聽懂老師的講課內容。	1	2	3	4	5	6	7							
10. 我很希望我的作業能得到老師的讚許。	1	2	3	4	5	6	7							
11. 我很後悔沒有好好用功讀書。	1	2	3	4	5	6	7							
12. 我很擔心我的成績比不上其他同學。	1	2	3	4	5	6	7							
13. 我對自己的學業成績感到失望。	1	2	3	4	5	6	7							
14. 我煩惱自己的學習能力不夠好。	1	2	3	4	5	6	7							
15. 考試前我經常擔心書唸不完。	1	2	3	4	5	6	7							
16. 我很高興能從書本中學到東西。	1	2	3	4	5	6	7							
17. 能從課堂上學到新知識讓我覺得很興奮。	1	2	3	4	5	6	7							
18. 能在學校讀書讓我覺得很愉快。	1	2	3	4	5	6	7							
19. 我很喜歡書本裏所介紹的內容。	1	2	3	4	5	6	7							
20. 我對自己的學習能力感到滿意。	1	2	3	4	5	6	7							

行動控制策略使用量表

作答說明：：以下的問題，是想瞭解你對於自己的學習情況的一些感覺和看法。這不是考試，沒有所謂的對或錯。你只要依照自己的感覺和看法，真實的填答就可以了。每一個問題的右邊都有七個數字，數字越小表示與你的情況越不符合，數字越大表示與你的情況越符合。請你讀完左邊的問題之後，從右邊 1 7 的七個數字中，以打圈的方式，選出最能代表你的感覺與看法的數字來。圈選完畢後，請你再檢查一次，不要有遺漏。

	非和 常我 不的 符情 合況							非和 常我 符的 合情 況						
01. 當我不想再讀書時，我告訴自己讀書可以學會許多知識。	1	2	3	4	5	6	7							
02. 當我無法解決一個麻煩問題時，我暫停一下再重新思考。	1	2	3	4	5	6	7							
03. 我會要求班長管理秩序，以免影響我讀書。	1	2	3	4	5	6	7							
04. 做功課時遇到困難，我會請教班上同學。	1	2	3	4	5	6	7							
05. 當作業寫不完想放棄時，我告訴自己做事不要半途而廢。	1	2	3	4	5	6	7							
06. 當我寫不出讀書報告時，我先休息一下再重新思考。	1	2	3	4	5	6	7							
07. 段考前我請家人停止喧鬧，以免干擾我讀書。	1	2	3	4	5	6	7							
08. 讀書時遇到不瞭解地方，我會找人問清楚。	1	2	3	4	5	6	7							
09. 課堂上我能忘記不愉快的情緒用心聽課。	1	2	3	4	5	6	7							
10. 寫作文時不知從何著手，我暫停一會兒再重新構思。	1	2	3	4	5	6	7							
11. 為了專心讀書，我會制止隔壁同學吵鬧。	1	2	3	4	5	6	7							
12. 我常和同學討論功課，以解開我的疑惑。	1	2	3	4	5	6	7							
13. 我能拋開厭煩的心情專心做功課。	1	2	3	4	5	6	7							
14. 讀書時碰到無法理解的地方，我休息一下再把它弄清楚。	1	2	3	4	5	6	7							
15. 我會要求家人把電視聲音關小一點，以免吵到我寫作業。	1	2	3	4	5	6	7							
16. 寫作業遭遇難題時，我會問老師把它弄懂。	1	2	3	4	5	6	7							
17. 自習課時我能保持心情平靜不受同學講話聲音的干擾。	1	2	3	4	5	6	7							
18. 如果我一時記不住書本的內容，我先休息一下再記。	1	2	3	4	5	6	7							
19. 教室變暗時，我開燈或要求值日生開燈，以便能繼續看書。	1	2	3	4	5	6	7							
20. 想讀書又碰到心情不好的時候，我會想辦法平靜自己。	1	2	3	4	5	6	7							

教師評定量表

作答說明：以下的問題，是想從您的評定當中，來瞭解您班上學生平常在課室裏的學習情況。在評定時，每一頁只評定一個學生，而每位學生都有相同的十個問題。請您讀完左邊的問題之後，從右邊 0 1 0 0 的量尺中，以打勾的方式勾出最能代表該名學生在這一個問題上的分數。分數越高表示這位學生越常出現這種情況，分數越低表示該名學生越少出現這種情況。您的評定純粹做為學術研究之用，絕對不會對外公開，請您放心。謝謝您的鼎力協助！

學生座號：_____

學生姓名：_____

0 50 100

1. 這名學生經常可以如期完成課後作業。

L _ T _ T _ T _ T _ T _ T _ T _ T _ T _

2. 即使課室很吵雜，這名學生仍然可以專心於自己的學習工作上。

0 50 100

3. 這位學生會為了維持課室的安靜而要求
您或班長管理秩序。

0 50 100

4. 不管學習工作多困難，這名學生能堅持到底不會中途放棄。

0 50 100

5. 這位學生在學習工作上表現出相當的自信心。

0 50 100

L _ ⊥ _ ⊥ _ ⊥ _ ⊥ _ ⊥ _ ⊥ _ ⊥ _ ⊥ _ ⊥ _

6. 這名學生積極參與課室裏的學習活動。

0 50 100

7. 在遭遇學習上的困難時，這位學生會向您或其他老師尋求協助。

0 50 100

8. 這名學生經常和其他同學討論學習上的問題。

0 50 100

L _ ⊥ _ ⊥ _ ⊥ _ ⊥ _ ⊥ _ ⊥ _ ⊥ _ ⊥ _ ⊥ _ ⊥

9. 獲得好成績時，這位學生會出現正向的情感反應，如：滿意、快樂、光榮等。

0 50 100

[illegible]

10. 當獲得差的成績時，這名學生會出現負向的情感反應，如：不滿意、難過、失望等。

0 50 100