

問卷**母親與學生：重返學校繼續教育對一位成年女性學生在多重角色適應的分析****A. 角色壓力**

請根據下列描述，選出最符合妳目前情況的答案。

	非常 不同意	不同意	普通	同意	非常 同意
1. 我沒有足夠的時間做事。	1	2	3	4	5
2. 有些我所承擔的角色需求，彼此之間相互抵觸。	1	2	3	4	5
3. 我花很多時間在思考 “我是誰” 。	1	2	3	4	5
4. 其他人對我的期望太多了。	1	2	3	4	5
5. 我經常覺得累。	1	2	3	4	5
6. 我經常覺得緊繃。	1	2	3	4	5
7. 我的生活變的比較沒有規律。	1	2	3	4	5
8. 我對太多人有所承諾，以至於無法一一履行。	1	2	3	4	5
9. 我生活上的優先順序不像以往那麼清楚。	1	2	3	4	5
10. 我變得太過自我為中心。	1	2	3	4	5
11. 我現在比較會意識我自己的短處。	1	2	3	4	5
12. 我覺得有罪惡感。	1	2	3	4	5

B. 以 1 到 10 分來看，妳認為妳在職業上的負荷是幾分？請打圈。

(1 分 = 完全沒有，10 分 = 負荷大到無法承受)

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

C. 妳的休息與睡眠

請就您最近一個月睡眠狀況來作答，選擇最切合您情況的答案，

1. 您通常晚上幾點上床睡覺？約____時____分（若為凌晨，請註明）

2. 您早上通常幾點起床？約____時____分（若為下午，請註明）

3. 您平均每晚實際睡覺時數：約____時____分（扣除在床上未真正睡著及中間醒來的時間）

4. 平均而言，您覺得自己晚上睡得好不好？

(0)非常好 ____ (1)尚可 ____ (2)有些差 ____ (3)非常差 ____

5. 您有無法保持清醒，而在用餐、開車、或公共場合打瞌睡嗎？

(0)從來沒有 ____ (1)每週不到 1 次 ____ (2)每週 1-2 次 ____ (3)一週 3 次以上 ____

6. 過去一個星期內，您會因無心完成該做的事而有困擾嗎？

(0)一點都沒有困擾 ____ (1)很小的困擾 ____ (2)普通的困擾 ____ (3)很大的困擾 ____

D. 妳的健康狀況

敬請回答下列各問題並圈選一適當答案。如您對某一問題的回答不能確定，還是請您盡可能選一個最適合的答案。在本部份所指過去一個月內，係指從今天往前算三十天內。

1. 一般來說，您認為您目前的健康狀況是：
(請僅圈選一項答案)

極好的	很好	好	普通	不好
1	2	3	4	5

2. 和一年前比較，您認為您目前的健康狀況是？
(請僅圈選一項答案)

比一年前 好很多	比一年前 好一些	和一年前 差不多	比一年前 差一些	比一年前 差很多
1	2	3	4	5

3. 以下每一項描述，選出最符合您的答案。(每行請僅圈選一項答案)

	非常 符合	大多 符合	不知道	大多 不符合	非常 不符合
a. 我似乎比別人更容易生病	1	2	3	4	5
b. 我和其他人一樣健康	1	2	3	4	5
c. 我覺得我的健康越來越差	1	2	3	4	5
d. 我的健康非常好	1	2	3	4	5

E. 妳的活動狀況

1. 在過去一個月內，您是否曾因為情緒問題(例如，感覺沮喪或焦慮)，而在工作上或其他日常活動方面有下列的問題？(每行請僅圈選一項答案)

	是	否
a. 做工作或其它活動的時間減少	1	2
b. 完成的工作量比您想要完成的較少	1	2
c. 做工作或其它活動時不如以往小心	1	2

2. 在過去一個月內，您的身體健康或情緒問題，對您與家人或朋友、鄰居、社區間的平常活動的妨礙程度如何？(請僅圈選一項答案)

完全沒有妨礙	有一點妨礙	中度妨礙.	相當多妨礙.	妨礙到極點
1	2	3	4	5

3. 在過去一個月內，您的身體健康或情緒問題，對您與家人或朋友、鄰居、社區間的平常活動的妨礙頻率如何？(請僅圈選一項答案)

從來不會	偶而會	有時候會	經常會	隨時隨地都會
1	2	3	4	5

F. 支持系統

根據妳平時所獲得的支持情況，選出最符合實際狀況的答案。

1=非常不符合 2=有點不符合 3=普通 4=有點符合 5=非常符合

	非常不符合	有點不符合	普通	有點符合	非常符合
1. 有人願意聽我訴說與討論在學校裡發生的種種事情。	1	2	3	4	5
2. 當我情緒不好時，有人可以分擔我的煩惱。	1	2	3	4	5
3. 平時有人常關心我的學業情形。	1	2	3	4	5
4. 平時有人常關心我的工作情形。	1	2	3	4	5
5. 樂於見到我擁有自己的成就（學業）。	1	2	3	4	5
6. 是我能夠繼續讀書的重要支柱。	1	2	3	4	5
7. 能體諒及鼓勵我全心投入自己的學業。	1	2	3	4	5
8. 在課業方面能給予我實質的幫助與指導（如：找資料、討論）。	1	2	3	4	5
9. 能幫我分擔家事（如：煮飯、打掃）。	1	2	3	4	5
10. 能幫我分擔照顧小孩。	1	2	3	4	5

11. 對於妳同時擔任母親、學生、職業婦女等多重角色的現況，10分裡面，妳覺得妳所擁有的支持有幾分？

（1分=完全沒有，10分=完全支持）

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

G. 工作角色投入程度

請根據下列描述，選出最符合妳的情況。

	非常不同意	不同意	未決定	同意	非常同意
1. 我的工作對我來說是最重要的一件事。	1	2	3	4	5
2. 對我來說，我的工作只是一小部分的我。	1	2	3	4	5
3. 我個人對於我的工作非常投入。	1	2	3	4	5
4. 我的生活、吃、呼吸都是為了我的工作。	1	2	3	4	5
5. 大部分我的興趣都以我的工作為中心。	1	2	3	4	5
6. 我和我的工作連接非常緊密，非常不容易切斷。	1	2	3	4	5
7. 我常覺得和我的工作沒什麼關連。	1	2	3	4	5
8. 大部分我的生活目標是以我的工作取向。	1	2	3	4	5
9. 我覺得我的工作是我存在的重心。	1	2	3	4	5
10. 大部分時候，我喜歡別人把我當一個護理人員看。	1	2	3	4	5

H. 基本資料

1. 就讀學制 _____ (二技或二專) 2. 年級 _____

3. 每週上課時數 _____

4. 妳目前，或未來一個月內是否有臨床實習？是 __，否 __

5. 出生於民國 _____ 年 6. 婚姻狀態：已婚 __，單身 __

7. 若妳已婚，請問妳結婚幾年 _____

8. 若妳已婚，請問妳先生的教育程度 _____

9. 目前有幾個小孩 _____

10. 最小的小孩幾歲 _____ 11. 最大的小孩幾歲 _____

12. 目前妳家裡總人口數 _____

13. 除了妳的小孩之外，目前和妳共住的家人有 _____
_____。

14. 家庭收入一月約為？

- ____ (1) 少於 60,000 元
- ____ (2) 介於 60,001–70,000 元
- ____ (3) 介於 70,001–80,000 元
- ____ (4) 介於 80,001–90,000 元
- ____ (5) 介於 90,001–100,000 元
- ____ (6) 超過 100,001 元

15. a) 妳目前就業狀況：有在職 __，沒有在職 __

b) 若目前在職，根據規定每週工作時數是 _____ 小時，實際時數平均約是 _____ 小時

c) 妳目前的職位 _____ (eg. N2 護理師、組長、護理長、所有符合的頭銜)

d) 妳的工作場所是 _____ (eg. 醫學中心、區域醫院、診所等)

e) 妳的工作單位是 _____ (eg. 外科病房、護理部行政，若無區分，如診所不用寫)

f) 妳的工作性質 _____ (eg. 臨床護理、行政、書記、研究)

16 其他有關於同時身為一個母親及學生雙重角色的感受
