

班級社會環境與學習表現調查表

親愛的同學：

此份問卷是作為學術研究之用。這並不是考試，所以沒有對或錯的答案，你的老師也不會看到你的回答！請根據自己的經驗與感受，真實地回答每一個問題。謝謝你！

國立台灣師範大學健康促進與衛生教育學系

中華民國九十八年五月

第一部分 基本資料

※ 填答說明：請勾選合適的答案。每一題只能勾選一個。

1. 性別：☐ (1) 男 ☐ (2) 女
2. 年級：☐ (1) 7 年級 ☐ (2) 8 年級 ☐ (3) 9 年級
3. 父母親的教育程度（最高畢業學歷）
 - 父親：☐ (1) 不識字 ☐ (2) 國小或識字
 ☐ (3) 國中或初中 ☐ (4) 高中或高職
 ☐ (5) 專科或大學 ☐ (6) 碩士及以上
 ☐ (7) 其他 _____
 - 母親：☐ (1) 不識字 ☐ (2) 國小或識字
 ☐ (3) 國中或初中 ☐ (4) 高中或高職
 ☐ (5) 專科或大學 ☐ (6) 碩士及以上
 ☐ (7) 其他 _____

第二部份 描述你的班級

填答說明：這並不是考試，而是為了發現你的教室的真實狀況。請據實回答所有的問題，在你覺得最合適的答案上圈選。

總是……如果你覺得敘述的事項非常真實或總是在班上發生。
有時候……如果你覺得敘述的事項有時候在班上發生。
很少……如果你覺得敘述的事項很少或從未在班上發生。

描述你的班級	總是	有時候	很少
1. 我容易在班上交到朋友。	3	2	1
2. 在班上，我知道該怎麼完成我的工作。	3	2	1
3. 在班上，我會提出自己的想法和意見。	3	2	1
4. 我的導師喜歡我。	3	2	1
5. 我的導師關心我的感受。	3	2	1
6. 在班上，我和小組一起做事。	3	2	1
7. 我會專心上課。	3	2	1
8. 上課中我會回答老師的問題。	3	2	1
9. 當我有課業困難時，我的導師會幫助我。	3	2	1
10. 我自己一個人做事，而不是和小組一起做事。	3	2	1
11. 我準時上每節課。	3	2	1
12. 我會向老師問問題。	3	2	1
13. 我的導師對待我和所有同學都一樣。	3	2	1
14. 我的導師對待我和所有同學一樣友善。	3	2	1
15. 在班上，我和同學互動良好。	3	2	1
16. 我了解老師交代的功課。	3	2	1
17. 在班上，我會幫助同學學習。	3	2	1
18. 我的導師喜歡班上所有的學生。	3	2	1
19. 我的導師公平的對待班上所有的學生。	3	2	1

第三部份 描述你希望的班級

填答說明：這並不是考試，而是為了瞭解你希望的班級狀況，請據實回答所有的問題，在你覺得最合適的答案上圈選。

描述你希望的班級	總是	有時候	很少
1. 我想要在班上交到朋友。	3	2	1
2. 在班上，我想要知道該怎麼完成我的工作。	3	2	1
3. 在班上，我想要提出自己的想法和意見。	3	2	1
4. 我想要我的導師喜歡我。	3	2	1
5. 我想要我的導師關心我的感受。	3	2	1
6. 在班上，我想和小組一起做事。	3	2	1
7. 我想要專心上課。	3	2	1
8. 上課中，我想要回答老師的問題。	3	2	1
9. 當我有課業困難時，我想要我的導師幫助我。	3	2	1
10. 我想要自己一個人做事，而不是和小組一起做事。	3	2	1
11. 我想要準時上每節課。	3	2	1
12. 我想要向老師問問題。	3	2	1
13. 我想要我的導師對待我和所有同學都一樣。	3	2	1
14. 我想要我的導師對待我和所有同學一樣友善。	3	2	1
15. 在班上，我想和同學互動良好。	3	2	1
16. 我想要了解老師交代的功課。	3	2	1
17. 在班上，我想要幫助同學學習。	3	2	1
18. 我想要我的導師喜歡班上所有的學生。	3	2	1
19. 我想要我的導師公平的對待班上所有的學生。	3	2	1

第四部份 學習表現

填答說明：請根據自己的經驗與感受，在 1-完全不符合、2-相當不符合、3-有點不符合、4-有點符合、5-相當符合，以及 6-完全符合中，圈選合適的答案，每一題只能圈選一個。

	完全 不符 合	相 當 不 符 合	有 點 不 符 合	有 點 符 合	相 當 符 合	完 全 符 合
1. 我花時間唸書是因為我認為讀書本身就是一件快樂的事。	1	2	3	4	5	6
2. 在學校裡，最令我滿意的事就是徹底弄清楚課程內容。	1	2	3	4	5	6
3. 我相信到學校上課讀書能使我學到很多東西。	1	2	3	4	5	6
4. 我覺得能夠到學校上課使我有充實自己的快樂。	1	2	3	4	5	6
5. 我來學校學習的目的主要是為了獲得知識與技能。	1	2	3	4	5	6
6. 我很喜歡來學校上課學習，因為這讓我的生活變得更有意義。	1	2	3	4	5	6
7. 我覺得課堂上的學習是很有價值的。	1	2	3	4	5	6
8. 我對學校的教學內容很有興趣。	1	2	3	4	5	6
9. 我覺得學校所教的東西對我將來是很有用處的。	1	2	3	4	5	6
10. 學會課堂上老師所教的內容對我而言是很重要的。	1	2	3	4	5	6
11. 我覺得讀書是一件很有意義的工作。	1	2	3	4	5	6
12. 我真的喜歡學校所教的東西。	1	2	3	4	5	6
13. 我確定我可以學會老師上課所教的內容。	1	2	3	4	5	6
14. 在課堂的學習上，我認為我比大多數同學來得輕鬆愉快。	1	2	3	4	5	6
15. 我有信心可以幫同學解答學習上的問題。	1	2	3	4	5	6

	完全 不符 合	相 當 不 符 合	有 點 不 符 合	有 點 符 合	相 當 符 合	完 全 符 合
16. 我有信心可以在學校的作業上得到好成績。	1	2	3	4	5	6
17. 不管哪一科目，我相信我的考試成績會很好。	1	2	3	4	5	6
18. 我有信心我可以學會課堂裡所教的基本觀念。	1	2	3	4	5	6
19. 我希望能精通老師在課堂上所教的內容。	1	2	3	4	5	6
20. 我希望我的學習表現受到家人的肯定。	1	2	3	4	5	6
21. 在學校裡，我盼望能得到優異的成績。	1	2	3	4	5	6
22. 我期望自己能在功課上表現得好。	1	2	3	4	5	6
23. 不管哪一方面，能夠獲得老師的肯定對我而言是很重要的。	1	2	3	4	5	6
24. 我很希望我的作業能得到老師的讚許。	1	2	3	4	5	6
25. 如果不能上學，我一定會很失望。	1	2	3	4	5	6
26. 我很高興能從書本中學到東西。	1	2	3	4	5	6
27. 能從課堂上學到新知識讓我覺得很興奮。	1	2	3	4	5	6
28. 能在學校讀書讓我覺得很愉快。	1	2	3	4	5	6
29. 學會老師課堂上所教的東西讓我覺得很快樂。	1	2	3	4	5	6
30. 我很喜歡和同學一同上課讀書。	1	2	3	4	5	6
31. 我很擔心我的成績比不上其他同學。	1	2	3	4	5	6
32. 我很害怕功課會不斷退步。	1	2	3	4	5	6
33. 一想到未來的升學考試，我就覺得很焦慮。	1	2	3	4	5	6
34. 我煩惱自己的學習能力不夠好。	1	2	3	4	5	6
35. 不會的學習內容越積越多，讓我感到很憂慮。	1	2	3	4	5	6
36. 考試前我經常擔心書會唸不完。	1	2	3	4	5	6

	完全 不符 合	相 當 不 符 合	有 點 不 符 合	有 點 符 合	相 當 符 合	完 全 符 合
37. 在考試時，我經常因為害怕考不好而無法專心作答。	1	2	3	4	5	6
38. 在考試時，我會想到考不好的後果。	1	2	3	4	5	6
39. 在考試時，我總是會感到渾身不舒服。	1	2	3	4	5	6
40. 在考試時，我常會擔心考不好而受到處罰。	1	2	3	4	5	6
41. 在考試時，我覺得我心跳很快。	1	2	3	4	5	6
42. 在考試時，我經常會緊張的無法控制自己。	1	2	3	4	5	6

第五部分 對自己的態度

填答說明：下列題目是有關於你對自己所抱持的態度。每一個題目並無所謂的好壞對錯，請依據你個人的實際狀況，在適合的數字上圈選。當你愈同意該題的說法時，請你圈選愈大的數字。

	非 常 不 同 意	不 同 意	同 意	非 常 同 意
1. 整體來說，我滿意我自己。	1	2	3	4
2. 有時我會覺得自己一點好處也沒有。	1	2	3	4
3. 我覺得我有很多優點。	1	2	3	4
4. 我能夠做得和大多數人一樣好。	1	2	3	4
5. 我覺得自己沒有什麼值得自豪。	1	2	3	4
6. 有時我覺得自己一無是處。	1	2	3	4
7. 我覺得自己是個有價值的人，至少我與其他人有一樣的價值。	1	2	3	4
8. 我希望我能對自己多一些尊重。	1	2	3	4
9. 從各方面來看，我傾向覺得自己是一個失敗者。	1	2	3	4
10. 我用正面的態度看自己。	1	2	3	4

第六部份 對自己的看法

填答說明：下列題目是有關於你對自己的想法、感覺或行為的敘述。
每一題無所謂的對錯，請依你的實際情形，在適合的數字
圈選。當你愈同意該題的說法時，請你圈選愈大的數字。

	非 常 不 符 合	很 不 符 合	不 太 符 合	有 些 符 合	很 符 合	非 常 符 合
1. 我覺得自己功課方面的能力很好。	1	2	3	4	5	6
2. 我對自己的課業能力充滿信心。	1	2	3	4	5	6
3. 我信任我的學習能力。	1	2	3	4	5	6
4. 我認為我沒有學習的天分。	1	2	3	4	5	6
5. 我的表現能夠達到學校的要求。	1	2	3	4	5	6
6. 我認為我有能力勝任學校工作。	1	2	3	4	5	6
7. 對於課業，我感到力不從心。	1	2	3	4	5	6
8. 在功課上我做不到自己的要求。	1	2	3	4	5	6
9. 我根本不能，也無法把學業做好。	1	2	3	4	5	6
10. 學校的課業壓力我可以應付得來。	1	2	3	4	5	6
11. 我無法控制自己在課業上的努力。	1	2	3	4	5	6
12. 我覺得我自己沒辦法做好學校的事情。	1	2	3	4	5	6
13. 我對自己在學校的表現感到挫折。	1	2	3	4	5	6
14. 我覺得大家都看不起我的功課。	1	2	3	4	5	6
15. 我對自己在學校所做的事感到失望。	1	2	3	4	5	6
16. 在學校，我覺得自己很沒用。	1	2	3	4	5	6
17. 我覺得自己不是好學生。	1	2	3	4	5	6
18. 我覺得自己在學校不受重視。	1	2	3	4	5	6
19. 我對自己的運動能力有信心。	1	2	3	4	5	6
20. 我能夠在運動方面有不錯的表現。	1	2	3	4	5	6

	非常 不符合	很 不符合	不 太 符合	有 些 符合	很 符合	非常 符合
21. 我具備良好的體格。	1	2	3	4	5	6
22. 我覺得自己的體力充沛。	1	2	3	4	5	6
23. 我的健康狀況不佳。	1	2	3	4	5	6
24. 我覺得自己身高體重的比例剛剛好。	1	2	3	4	5	6
25. 我無法接受我的體力不夠好。	1	2	3	4	5	6
26. 我不喜歡自己在運動的表現。	1	2	3	4	5	6
27. 我不能接受自己身體健康狀況。	1	2	3	4	5	6
28. 我討厭自己身體的笨拙。	1	2	3	4	5	6
29. 覺得別人都在笑我的身材體格。	1	2	3	4	5	6
30. 我對自己的生理變化感到厭煩。	1	2	3	4	5	6
31. 跟一群人在一起，我會不知道該怎麼表現才好。	1	2	3	4	5	6
32. 我在同儕面前講話是一件非常困難的事。	1	2	3	4	5	6
33. 我不知如何和朋友說自己的心情。	1	2	3	4	5	6
34. 我能夠和剛認識的人開口交談。	1	2	3	4	5	6
35. 我能夠與別人相處得不錯。	1	2	3	4	5	6
36. 我能夠和想要交往的朋友保持聯繫和互動。	1	2	3	4	5	6
37. 我覺得我在班上是被看重的。	1	2	3	4	5	6
38. 在我的朋友圈中，我是重要的成員。	1	2	3	4	5	6
39. 我覺得大家喜歡和我在一起。	1	2	3	4	5	6
40. 朋友很重視我的意見。	1	2	3	4	5	6
41. 我覺得自己在團體中是有貢獻的。	1	2	3	4	5	6
42. 我喜歡自己在學校的表現。	1	2	3	4	5	6



加油喔！後面還有題目！

第七部分 個人生活狀況

填答說明：以下題目請依據你最近一個月的狀況來回答，請你想想看這個題目所敘述的內容與你的真實情形是「非常不符合」？還是「有些不符合」？或是「有些符合」？或是「非常符合」？想好了後，圈選你所選好的答案，然後做下一題。

例如：

	非 常 不 符 合	有 些 不 符 合	有 些 符 合	非 常 符 合
*我能面對所遭遇的問題。	1	②	3	4

如果你像這圈選2，就表示在實際情況下，你不太能面對自己所遭遇的問題。

	非 常 不 符 合	有 些 不 符 合	有 些 符 合	非 常 符 合
1. 最近一個月，我沒有食慾，不想吃東西。	1	2	3	4
2. 最近一個月，我喜歡吃零食。	1	2	3	4
3. 最近一個月，我昏昏沈沈，提不起精神。	1	2	3	4
4. 最近一個月，我容易疲倦，四肢無力。	1	2	3	4
5. 最近一個月，我會頭痛。	1	2	3	4
6. 最近一個月，我記憶力減弱。	1	2	3	4
7. 最近一個月，我容易激動，發脾氣。	1	2	3	4
8. 最近一個月，我神經過敏，容易緊張。	1	2	3	4
9. 最近一個月，我會失眠。	1	2	3	4
10. 最近一個月，我會睡著了就不容易醒來。	1	2	3	4

	非常 不符合	有些 不符合	有些 符合	非常 符合
11. 最近一個月，我體重減輕很多。	1	2	3	4
12. 最近一個月，我體重增加很多。	1	2	3	4
13. 最近一個月，我會拉肚子。	1	2	3	4
14. 最近一個月，我會腰酸背痛。	1	2	3	4
15. 最近一個月，我會胃痛。	1	2	3	4
16. 最近一個月，我視力減弱。	1	2	3	4
17. 最近一個月，我會耳鳴。	1	2	3	4
18. 最近一個月，我長青春痘。	1	2	3	4

問卷到此結束，謝謝你提供寶貴的意見！
請再仔細檢查一下，不要有漏答哦！

