

附錄

附錄一：Maydeu-Olivares 和 D'Zurilla (1996) SPSI-R 之探索性因

素分析結果

| 因素 題號(所屬因素) | I PPO | II NPO | III RPS | IV ICS | V AS |
|----------------|----------|-----------|------------|-----------|---------|
| 7 (PPO) | .65 | | | | |
| 9 (PPO) | .57 | | | | |
| 19 (PPO) | .36 | | | -.46 | |
| 28 (PPO) | .34 | | .38 | | |
| 38 (PPO) | .21 | | .49 | | |
| 1 (NPO) | | .54 | | | |
| 13 (NPO) | | .55 | | | |
| 2 (NPO) | | .69 | | | |
| 6 (NPO) | | .68 | | | |
| 12 (NPO) | | .61 | | | |
| 17 (NPO) | | .72 | | | |
| 32 (NPO) | | .75 | | | |
| 36 (NPO) | | .42 | | | |
| 41 (NPO) | | .83 | | | |
| 50 (NPO) | | .80 | | | |
| 11 (RPS) | | | .54 | | |
| 29 (RPS) | | | .73 | | |
| 33 (RPS) | | | .68 | | |
| 44 (RPS) | | | .63 | | |
| 49 (RPS) | | | .66 | | |
| 5 (RPS) | | | .55 | | |
| 20 (RPS) | | | .44 | | |
| 39 (RPS) | | | .73 | | |
| 47 (RPS) | | | .62 | | |
| 48 (RPS) | | | .74 | | |
| 18 (RPS) | | | .46 | | |
| 24 (RPS) | | | .51 | | |
| 40 (RPS) | | | .78 | | |
| 43 (RPS) | | | .56 | | |

| | | | | |
|----------|------|-----|------|-----|
| 46 (RPS) | | .65 | | |
| 25 (RPS) | | .55 | | |
| 26 (RPS) | | .57 | | |
| 27 (RPS) | | .50 | | |
| 35 (RPS) | | .51 | | |
| 37 (RPS) | | .61 | | |
| 8 (ICS) | | | .59 | |
| 21 (ICS) | | | .63 | |
| 22 (ICS) | .369 | | .372 | |
| 45 (ICS) | | | .55 | |
| 52 (ICS) | | | .53 | |
| 3 (ICS) | | | .41 | |
| 4 (ICS) | | | .45 | |
| 15 (ICS) | | | .40 | .49 |
| 34 (ICS) | | | .58 | |
| 51 (ICS) | | | .29 | |
| 10 (AS) | | | | .64 |
| 14 (AS) | | | | .84 |
| 16 (AS) | | | | .57 |
| 23 (AS) | | | | .69 |
| 30 (AS) | | | | .71 |
| 31 (AS) | | | | .71 |
| 42 (AS) | .31 | | | .47 |

註：題號後面的括號顯示該題項於作者所編制的 SPSI-R 所屬的因素。PPO 代表正向問題定向；NPO 代表負向問題定向；PRS 代表理性問題解決風格；ICS 代表衝動/粗心風格；AS 代表逃避風格（摘自 Maydeu-Olivares & D'Zurilla, 1996）。

附錄二：Siu 與 Shek (2005) SPSI-R 之探索性因素分析結果

| 題號(原因素) | 因素 | I | II | III | IV | V |
|----------|------|------|------|------|------|---|
| | RPS | AS | NPO | PPO | ICS | |
| 40 (RPS) | .61 | .01 | -.02 | .28 | .05 | |
| 46 (RPS) | .57 | -.02 | .05 | .12 | -.14 | |
| 26 (RPS) | .54 | -.12 | -.08 | .18 | -.07 | |
| 29 (RPS) | .53 | .03 | .03 | .27 | -.06 | |
| 47 (RPS) | .53 | .07 | -.23 | .14 | -.16 | |
| 49 (RPS) | .50 | -.02 | .00 | .12 | -.08 | |
| 25 (RPS) | .50 | -.18 | -.11 | .34 | .07 | |
| 44 (RPS) | .49 | -.14 | .05 | .24 | -.14 | |
| 37 (RPS) | .48 | -.18 | -.07 | .40 | -.04 | |
| 43 (RPS) | .47 | .03 | -.23 | .19 | -.02 | |
| 48 (RPS) | .47 | .10 | -.12 | .22 | -.04 | |
| 18 (RPS) | .46 | -.09 | -.01 | .21 | .08 | |
| 24 (RPS) | .44 | -.05 | -.15 | .37 | .06 | |
| 39 (RPS) | .44 | .16 | -.15 | .41 | -.08 | |
| 27 (RPS) | .43 | -.15 | .06 | .27 | -.05 | |
| 35 (RPS) | .42 | .10 | -.05 | .37 | -.17 | |
| 33 (RPS) | .40 | .10 | -.21 | .37 | .03 | |
| 38 (PPO) | .40 | .01 | .26 | .32 | -.22 | |
| 28 (PPO) | .38 | -.01 | .05 | .24 | -.25 | |
| 31(AS) | .02 | .58 | .23 | .06 | .31 | |
| 23(AS) | -.05 | .56 | .17 | .18 | .30 | |
| 14(AS) | .06 | .54 | .26 | .05 | .22 | |
| 30 (AS) | -.02 | .53 | .16 | .08 | .33 | |
| 16 (AS) | .03 | .52 | .26 | -.05 | .21 | |
| 36(NPO) | -.11 | .51 | .17 | .07 | .13 | |
| 52(ICS) | .02 | .44 | .26 | .02 | .37 | |
| 51(ICS) | -.01 | .39 | .20 | -.08 | .36 | |
| 6 (NPO) | -.03 | .21 | .63 | .06 | .11 | |
| 2(NPO) | -.05 | .23 | .58 | .12 | .18 | |
| 12(NPO) | -.01 | .29 | .58 | -.02 | .17 | |
| 17(NPO) | -.03 | .34 | .55 | -.10 | -.05 | |
| 41(NPO) | -.06 | .34 | .46 | -.05 | .20 | |
| 50(NPO) | -.01 | .42 | .45 | -.11 | .12 | |

| | | | | | |
|--------------------|------|------|------|------|------|
| 32(NPO) | -.06 | .42 | .44 | -.02 | .19 |
| 13(NPO) | -.11 | .29 | .42 | .13 | .23 |
| 1(NPO) | .05 | .35 | .41 | .05 | .24 |
| 3(ICS) | .05 | .11 | .38 | .03 | .30 |
| 42(AS) | -.13 | -.08 | .32 | -.24 | .04 |
| 22(ICS) | -.10 | .21 | .29 | .01 | .22 |
| 9 (PPO) | .01 | .17 | .10 | .62 | -.04 |
| 10(AS) | -.02 | .05 | .04 | -.50 | .01 |
| 11 (RPS) | .25 | -.07 | -.03 | .44 | -.04 |
| 19(PPO) | .28 | .16 | .06 | .44 | -.18 |
| 7 (PPO) | .30 | .10 | .16 | .39 | -.18 |
| 5 (RPS) | .30 | -.03 | -.06 | .39 | .05 |
| 20(RPS) | .29 | -.04 | .22 | .37 | -.18 |
| 21 (ICS) | -.10 | .11 | .02 | .02 | .64 |
| 8 (ICS) | .01 | .17 | .11 | -.11 | .52 |
| 34 (ICS) | -.02 | .36 | .15 | -.02 | .46 |
| 45 (ICS) | -.04 | .31 | .10 | -.17 | .37 |
| 15 (ICS) | -.03 | .31 | .19 | -.05 | .35 |
| 4 (ICS) | .04 | .15 | .21 | -.08 | .23 |
| Variance Explained | 9.08 | 7.60 | 6.84 | 6.03 | 4.84 |

註：每個項目最高的因素負荷量以灰色區塊標示，題號後面的括號顯示該題項於原SPSI-R所屬的因素。PPO代表正向問題定向；NPO代表負向問題定向；PRS代表理性問題解決風格；ICS代表衝動/粗心風格；AS代表逃避風格（摘自Siu & Shek, 2005）。

附錄三：許淑瑛（民94）SPSI-R之探索性因素分析結果

| 因素 | I | II | III | IV |
|----------|-------------|-------|-----|-------|
| 題號(原因素) | RPS/ PPO | NPO | ICS | AS |
| 11 (RPS) | .676 | | | |
| 29 (RPS) | .717 | | | |
| 33 (RPS) | .622 | | | |
| 44 (RPS) | .688 | | | |
| 49 (RPS) | .714 | | | |
| 5 (RPS) | .637 | | | |
| 20 (RPS) | .587 | | | |
| 39 (RPS) | .647 | | | |
| 47 (RPS) | .550 | | | |
| 48 (RPS) | .755 | | | |
| 18 (RPS) | .651 | | | |
| 24 (RPS) | .696 | | | |
| 40 (RPS) | .786 | | | |
| 43 (RPS) | .485 | | | |
| 46 (RPS) | .744 | | | |
| 25 (RPS) | .627 | | | |
| 26 (RPS) | .579 | | | |
| 27 (RPS) | .443 | | | |
| 35 (RPS) | .570 | | | |
| 37 (RPS) | .668 | | | |
| 7 (PPO) | .457 | | | |
| 9 (PPO) | .409 | -.365 | | |
| 19 (PPO) | .305 | | | -.499 |
| 28 (PPO) | .429 | | | |
| 38 (PPO) | .613 | | | |
| 1 (NPO) | | .518 | | |
| 2 (NPO) | | .635 | | |
| 6 (NPO) | | .583 | | |
| 12 (NPO) | | .684 | | |
| 13 (NPO) | | .533 | | |
| 17 (NPO) | | .801 | | |
| 32 (NPO) | | .736 | | |

| | | | | |
|----------|--------|--------|--------|--------|
| 36 (NPO) | .480 | | | |
| 41 (NPO) | .708 | | | |
| 50 (NPO) | .815 | | | |
| 3 (ICS) | | .354 | | |
| 4 (ICS) | | .345 | | |
| 8 (ICS) | | .647 | | |
| 15 (ICS) | | .478 | .314 | |
| 21 (ICS) | | .600 | | |
| 22 (ICS) | .307 | | | |
| 34 (ICS) | | .578 | | |
| 45 (ICS) | | .591 | | |
| 51 (ICS) | | .367 | | |
| 52 (ICS) | .301 | .529 | | |
| 10 (AS) | | | .312 | |
| 14 (AS) | | | .815 | |
| 16 (AS) | | | .586 | |
| 23 (AS) | | | .508 | |
| 30 (AS) | | | .791 | |
| 31 (AS) | | | .597 | |
| 42 (AS) | .272 | | | -.204 |
| 特徵值 | 11.465 | 6.874 | 2.477 | 1.475 |
| 各因素解釋變異量 | 22.048 | 13.218 | 4.764 | 2.836 |
| 累計之解釋變異量 | 22.048 | 35.266 | 40.030 | 42.866 |

註：題號後面的括號顯示該題項於原 SPSI-R 所屬的因素。PPO 代表正向問題定向；NPO 代表負向問題定向；PRS 代表理性問題解決風格；ICS 代表衝動/粗心風格；AS 代表逃避風格（摘自許淑瑛，民 94）。

附錄四：研究採用的問卷

‡ 大學生生活經驗調查 ‡

性別：_____ 生日：____年____月____日 年齡：____歲
學校：_____ 科系：_____ 年級：_____
學號：(可不填)_____

親愛的同學您好：

我們正在進行一項以大學生為對象的研究，在此衷心期盼您能協助我們完成這項研究。您所填答的內容僅作學術用途，我們會嚴格保密，絕不外流，另外，本問卷的資料處理僅會呈現整體統計分析的結果，不會進行個人的分析，請您放心填答。

本問卷共包含四部分，每個部分都有簡短的作答說明，答案沒有對與錯，請您根據自己真實的經驗作答即可。

最後誠摯地感謝您的耐心填答，以助本研究的進行。

國立政治大學心理學研究所

研究生：王韋婷

指導教授：許文耀 教授

〈第一部份〉

以下是一些日常生活中你面對『問題』時可能有的思考、感覺、行動習慣。在這份問卷中，所謂的「問題」不是指你平時可輕易解決的瑣事及小壓力，而是指生活上非常困擾你，但短時間又不知如何處理或解決的重要事件。這個「問題」可能是關於你自己（如你的想法、感覺、行為、健康或外貌）、你的人際關係（如你的家庭、朋友、老師或老闆）、你所處的環境/情境、或你所擁有的事物（如你的房子、車子、財產或金錢）。

請仔細閱讀下列敘述，試著回想自己最近生活中，面對重要問題時通常如何思考、感覺與行動，並依你的真實情況圈選出最符合該項敘述的程度，從0分到4分，分數越高代表越符合，分數越低代表越不符合，0分代表完全不符合；1分代表有點不符合；2分屬於中等程度，代表部分符合/部分不符合；3分代表很符合；4分代表完全符合。

| | 完 全 不 符 合 | 有 點 不 符 合 | 中 等 程 度 符 合 | 很 符 合 | 完 全 符 合 |
|---|-----------------------|-----------------------|----------------------------|-------------|------------------|
| 1 我花太多時間在擔心我的問題，而不是試著去解決它。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 2 有重要的問題待解決時，我會有受威脅的感覺、會害怕。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 3 作決定時，我對所有的選擇評估得不夠仔細。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 4 作決定時，我沒考慮到每個選擇對別人的福祉造成的影響。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5 試圖解決問題時，我常會思考各種不同的方法，然後試著結合其中幾種，以組合成更好的解決方法。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 6 我在作重大決定時，會感到緊張、對我自己沒把握。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 7 首次嘗試解決某個問題卻失敗時，我知道若我稍加堅持而不輕易放棄，終會找出好的解決方法。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 8 我在試圖解決問題時，會根據第一個想法去行動。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 9 每當遇到問題時，我都相信它可以被解決。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 10 在嘗試自己去解決問題前，我會先等等看問題是否會自動消失。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 11 有問題待解決時，我會採取的行動之一就是分析情況並試著去指認出導致我達不到目標的障礙為何。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 12 首次嘗試解決某個問題卻失敗時，我會感到非常挫敗。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 13 面對難題時，不管多努力，我都懷疑自己有獨立解決問題的能力。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 14 生活中遇到問題時，我會拖延不去解決，能拖多久就拖多久。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 15 採用一個方法去解決問題之後，我不會花時間去仔細評估所有後果。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 16 我極力逃避處理生活中所遇到的問題。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 17 難以解決的問題會使我心情沮喪。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 18 當需要作決定時，我會試著預測每個選擇的正、負面後果。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 19 生活中遇到問題時，我會想要盡快處理它。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 20 在嘗試解決問題時，我會盡量發揮創造力，想出新的、獨創的解決方法。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 21 在嘗試解決問題時，我會根據第一個想到的好主意去行動。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |

| | 完 全 不 符 合 | 有 點 不 符 合 | 中 等 程 度 符 合 | 很 符 合 | 完 全 符 合 |
|---|-----------------------|-----------------------|----------------------------|-------------|------------------|
| 22 當我試圖想出各種不同的問題解決方法時，我沒有辦法想到很多的點子（方法）。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 23 我寧願不去思索生活中所遭遇的問題，也不試著去解決它。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 24 作決定時，我會考慮每個選擇所造成的立即性及長期後果。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 25 執行解決問題的方法後，我會去分析結果的優劣好壞。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 26 執行解決問題的方法後，我會去檢視自己的感覺，並評估感覺變好的程度。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 27 執行解決問題的方法前，我會預先練習以增加成功的機會。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 28 面對難題時，我相信只要夠努力就能靠我自己解決它。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 29 有問題待解決時，首先我會盡可能地捕捉所有與問題相關的資訊。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 30 我會拖延不去解決問題，直到為時已晚。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 31 我花在逃避問題的時間比花在解決問題的時間還多。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 32 我在解決問題時，會因為心情沮喪而無法清楚地思考。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 33 我在試著解決問題前，會訂一個具體的目標，以清楚知道自己要完成的部分。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 34 我在做決定時，沒有花時間去考慮每個選擇的正、負面影響。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 35 當我對問題解決的結果不滿意時，我會試著找出錯誤然後再試一次。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 36 我對於必須解決生活中的問題感到厭惡。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 37 在用某個方法解決問題後，我會盡可能謹慎地評估情況好轉的程度。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 38 遇到問題時，我會試著從正面的角度將它視為一種挑戰、一個機會或一種好處。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 39 在試圖解決問題時，我會儘可能想出多種方法，直到想不出來為止。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 40 作決定時，我會衡量各種選擇可能造成的後果，並相互比較。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |

| | 完 全 不 符 合 | 有 點 不 符 合 | 中 等 程 度 符 合 | 很 符 合 | 完 全 符 合 |
|---|-----------------------|-----------------------|----------------------------|-------------|------------------|
| 41 有重大的問題要解決時，我就會變得憂鬱且無力行動。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 42 遇到難以解決的問題時，我會尋求他人的幫助。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 43 作決定時，我會考慮每個選擇可能對我的感覺所造成的影響。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 44 有問題待解決時，我會檢視在周圍環境中有哪些因素或情況可能是造成問題的原因。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 45 作決定時，我跟著「直覺」走，不會去想太多各個選擇會造成的後果。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 46 在作決定時，我會用有系統的方法來判斷、比較各種方法。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 47 試圖解決問題時，我會隨時謹記自己的目標為何。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 48 當我試圖解決問題時，會盡可能地從多個不同的角度著手。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 49 當我在了解、澄清問題的過程中遇到困難時，我會試著收集更多具體的相關資訊，來幫助釐清問題。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 50 首次嘗試解決某個問題卻失敗時，我會感到氣餒、憂鬱。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 51 當某個方法無法令我滿意地解決問題時，我不會花時間去仔細檢查為何行不通。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 52 我在做決定時太衝動了。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |

〈第二部份〉

下列是一些對生活造成改變，而經驗者必須重新適應的事件，請您先評估該項事件是否為『六個月內』曾經發生過的事件，『不是』則圈『無』，『是』則在-3到3之間針對它對你造成的影響圈選一個數字，若該事件對你造成的影響是正面的，請根據其正面影響的程度圈選一個適合的數字，『3』代表極為正向、『2』代表中度正向、『1』代表些微正向；若該事件對你造成的影響是負面的，請根據其負面影響的程度圈選一個適合的數字，『-3』代表極為負向、『-2』代表中度負向、『-1』代表些微負向；若該事件未對你造成任何影響，請選擇『0』。

| | 沒有發生 | 六個月內曾發生 | | | | | | |
|--------------------------------|------|---------|------|------|------|------|------|------|
| | | 極為負向 | 中度負向 | 些微負向 | 沒有影響 | 些微正向 | 中度正向 | 極為正向 |
| 1 結婚 | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 2 配偶/男友/女友過世 | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 3 睡眠習慣的重大改變 (睡眠時間嚴重變多或嚴重變少) | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 4 與教授/雇主關係的困擾、危機 | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 5 親近的家人過世 | | | | | | | | |
| A 母親 | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| B 父親 | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| C 兄弟 | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| D 姊妹 | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| E 祖母、外祖母 | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| F 祖父、外祖父 | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| G 其他(請說明:_____) | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 6 飲食習慣的重大改變 (飲食量嚴重變多或嚴重變少) | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 7 親近好友的死亡 | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 8 表現出(個人)傑出的成就 | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 9 輕微的違法 (被開交通罰單、違反公共秩序等) | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 10 男性：妻子/女友懷孕 女性：懷孕 | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |

| | 沒有發生 | 六個月內曾發生 | | | | | | |
|---|------|---------|------|------|------|------|------|------|
| | | 極為負向 | 中度負向 | 些微負向 | 沒有影響 | 些微正向 | 中度正向 | 極為正向 |
| 11 性方面的困難或障礙 | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 12 工作情況的改變（工作責任改變、工時改變、工作情況的重大變化等等） | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 13 新工作 | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 14 親近家人有重大疾病或身體損傷 | | | | | | | | |
| A 母親 | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| B 父親 | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| C 兄弟 | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| D 姊妹 | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| E 祖母、外祖母 | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| F 祖父、外祖父 | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| G 配偶 | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| H 其他(請說明:_____) | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 15 結束一段（正式）的學校生涯 | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 16 與男友家人/女友家人/姻親關係的困擾 | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 17 經濟狀況的重大改變（嚴重變差或變好） | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 18 與家人的親近關係有重大的改變（增加或減少親近、親密程度） | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 19 家庭有新成員加入（誕生、收養、家人搬來一起住等等） | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 20 改變住所、搬家 | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 21 宗教信仰有了重大改變（包括明顯增加或減少參與次數） | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 22 與男友/女友/配偶爭吵次數的重大改變（明顯增加或減少爭吵次數） | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 23 已婚男性：妻子在外的工作改變（開始工作、停止工作、換工作等等） 已婚女性：丈夫工作的改變（開始新工作、失業、退休等等） | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 24 與男友/女友和好 | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |

| | 沒有 發生 | 六個月內曾發生 | | | | | | |
|---|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| | | 極為 負向 | 中度 負向 | 些微 負向 | 沒有 影響 | 些微 正向 | 中度 正向 | 極為 正向 |
| 25 向外借了超過 30 萬的金額 (買房子、做生意等等) | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 26 向外借了少於 30 萬的金額 (買車、買電視、助學貸款等等) | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 27 被革職 | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 28 訂婚 | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 29 重大個人疾病或身體損傷 | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 30 與男友/女友分手 | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 31 親近好友有重大疾病或身體損傷 | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 32 社交生活的重大改變，例如聚會、 看電影(增加或減少參與次數) | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 33 與男友/女友/配偶分開(因求學、工 作、旅行等等) | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 34 男性：妻子/女友流產 女性：流產 | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 35 家庭居住環境的重大改變(蓋新 家、改建、屋況變差、鄰居等等) | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 36 第一次離家 | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 37 娛樂(休閒)的型態或/和數量重大 改變 | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 38 開始一個更高學位的學校生活 (大學、碩士、博士等等) | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 39 轉學、正要轉校、想轉校沒轉成 | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 40 因行為不良而被逐出宿舍或租屋處 | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 41 重要的考試失敗 | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 42 轉系、正要轉系、想轉系沒轉成 | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 43 (某科、某堂課)被當 | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 44 棄修 | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 45 與學業有關的經濟問題 (例如，沒有足夠經濟能力以繼續 就讀) | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 46 被拘留 | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 47 休學、退學 | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 48 重要考試(期中考、期末考) | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 49 其他最近影響你生活的經驗、事 | | | | | | | | |

件，請列出並評分：

| | | | | | | | | |
|-------|---|----|----|----|---|---|---|---|
| _____ | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| _____ | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| _____ | 無 | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |

〈第三部份〉

以下是一系列大部分學生或多或少會經歷到的經驗，請您針對『這一個月內』下列每項經驗在您生活中出現的頻率填答，若這一個月內沒有發生過，請圈選『1』，若這一個月內很少發生，請圈選『2』，若這一個月內有時發生，請圈選『3』，若這一個月內常常發生，請圈選『4』。

| | 沒有 發生 | 很少 發生 | 有時 發生 | 常常 發生 |
|---------------------|----------|----------|----------|----------|
| 1 與男友/女友/配偶的家屬不合或衝突 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 2 對朋友感到失望 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 3 與教授不合或衝突 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 4 被排擠 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5 同時有太多的事要做 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 6 所付出的未得到他人重視或感謝 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 7 與家人發生經濟上的衝突或意見不合 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 8 被信任的朋友背叛 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 9 與所在乎的人分離 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 10 貢獻被忽略 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 11 為了符合自己設定的學業標準而掙扎 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 12 被佔便宜 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 13 休閒時間不夠 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 14 為了符合別人設定的學業標準而掙扎 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 15 責任太多 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 16 對學校不滿意 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 17 親密關係的抉擇 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 18 沒有足夠時間完成自己的責任 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 19 對自己的數學能力不滿意 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 20 對未來職業的重大抉擇 | 1 | 2 | 3 | 4 |

| | | 沒有 發生 | 很少 發生 | 有時 發生 | 常常 發生 |
|----|--------------------------------------|----------|----------|----------|----------|
| 21 | 經濟壓力 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 22 | 對自己的閱讀能力不滿意 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 23 | 學業上的重大抉擇 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 24 | 孤單 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 25 | 得到的成績比自己期望的還低 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 26 | 與助教不合或衝突 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 27 | 睡覺的時間不夠 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 28 | 與家人不合、吵架或衝突 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 29 | 課餘的活動負擔太重 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 30 | 覺得課程要求太嚴苛 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 31 | 與朋友不合或衝突 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 32 | 為了要進步或成功而付出很大的努力 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 33 | 好朋友有身體健康的狀況 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 34 | 不喜歡自己所學的學科 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 35 | 受到詐騙 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 36 | 因抽菸而與人不合或衝突 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 37 | 交通不方便 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 38 | 不喜歡同學 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 39 | 與男友/女友/配偶不合、吵架或衝突 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 40 | 對自己的寫作能力不滿意 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 41 | 學校的工作被打斷 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 42 | 被孤立 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 43 | 為了得到某項服務而必須長時間等待（例如，在銀行、郵局、店家） | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 44 | 覺得自己受到忽略 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 45 | 對自己的外表不滿意 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 46 | 覺得（某個或某些）課程很無趣 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 47 | 聽到關於自己在乎的人的閒話、蜚短流長 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 48 | 沒有得到想要的工作 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 49 | 對自己的運動能力不滿意 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 50 | 家人反對我所交往的對象 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 51 | 家人中有人不合、吵架或衝突 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 52 | 對自己的語言能力不滿意 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 53 | 住的地方不佳（太吵、太雜亂、太擁擠、交通不便、同居者或鄰居干擾很大等等） | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 54 | 性關係方面的困擾 | 1 | 2 | 3 | 4 |

| | 沒有 發生 | 很少 發生 | 有時 發生 | 常常 發生 |
|-------------------|----------|----------|----------|----------|
| 55 擔心畢業後的出路 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 56 無法和喜歡的人在一起（交往） | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 57 想談戀愛卻沒有機會 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 58 男友/女友移情別戀 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 59 不適應某些教授的教法 | 1 | 2 | 3 | 4 |

〈第四部份〉

下列的問題是想要了解你最近兩個禮拜以來的感受，請你仔細閱讀每一組（A~U）的句子之後，從中勾選出一個最能夠表達你最近兩個星期來所感受到的句子。

請注意任何一組都只能勾選一個句子，如果你覺得同一組中有好幾個句子都符合你最近的感受，則請勾選數字較高的那一個。

- A. 0 我並不覺得悲傷。
 1 我大部分的時間都覺得悲傷。
 2 我時時刻刻都覺得悲傷。
 3 我悲傷或不快樂已到我不能忍受的程度。

- B. 0 我對自己的將來並不氣餒。
 1 和以往比起來，我現在對於自己的將來覺得較沮喪。
 2 我並不期望自己將來會有任何作為。
 3 我覺得自己的將來是沒有希望的，而且只會愈來愈糟。

- C. 0 我不覺得自己是一個失敗者。
 1 我遭受的失敗次數多於應有的次數。
 2 回顧過去，我所能看到的就是許多的失敗。
 3 身為一個人，我覺得自己完全失敗。

- D. 0 對於我喜愛的事物，我和往常一樣獲得樂趣。
 1 我並不如往常那般享受我喜愛的事物。

- 2 對於以往我喜愛的事物，我幾乎不再獲得樂趣。
 - 3 對於以往我喜愛的事物，我已無法獲得任何樂趣。
-

- E. 0 我並不特別覺得有罪惡感（內疚）。
- 1 對於許多我所做或該做而沒有做到的事，我覺得有罪惡感（內疚）。
 - 2 大部分的時間，我都覺得很有罪惡感（內疚）。
 - 3 我時時刻刻都覺得有罪惡感（內疚）。
-

- F. 0 我不覺得自己正在受懲罰。
- 1 我覺得自己可能會受懲罰。
 - 2 我預期自己定會受懲罰。
 - 3 我覺得自己正在受懲罰。
-

- G. 0 我對自己的感覺仍舊和以往一樣。
- 1 我對自己失去了信心。
 - 2 我對自己感到失望。
 - 3 我討厭我自己。
-

- H. 0 我並不比平常多於批評或責怪自己。
- 1 我比以前更會批評自己。
 - 2 我對自己所有的錯誤都責怪自己。
 - 3 我對於所發生的每件壞事都會責怪自己。
-

- I. 0 我並無任何自殺念頭。
- 1 我有自殺的念頭，但我不會真的去做。
 - 2 我想去自殺。
 - 3 如果有機會，我會真的自殺。
-

- J. 0 我並沒有比平常哭得多。
- 1 我比以前較常哭泣。
 - 2 每一件小事都會使我哭泣。
 - 3 我很想哭泣，但哭不出來。
-

- K. 0 和平常相比，我並不感到特別坐立不安或痛苦。
- 1 我覺得比平常更坐立不安或痛苦。
 - 2 我是那樣坐立不安或心煩意亂，使我很難安定下來。
 - 3 我是那麼坐立不安或心煩意亂，使我必須不斷地走動或做些事。
-

- L. 0 我並沒有對其他人或活動失去興趣。
 1 我對其它人或事物的興趣比以前少了一點。
 2 我失去了大部分對其他人或事物的興趣。
 3 我對任何事情都提不起興趣來。
-

- M. 0 我和往常一樣容易做決定。
 1 我比平常更難做決定。
 2 和以往相比，我在做決定時有極大的困難。
 3 我完全無法做任何決定。
-

- N. 0 我並不覺得自己是沒有價值的。
 1 我如今不再認為自己那麼有價值。
 2 我覺得自己比別人更沒有價值。
 3 我覺得自己一點價值也沒有。
-

- O. 0 我具有和往常一樣的精氣。
 1 我的精氣比以前減少了。
 2 我沒有足夠的精氣去做很多事情。
 3 我沒有足夠的精氣去做任何事情。
-

- P. 0 我的睡眠習慣和以前一樣，沒有任何改變。
 1a 我比平常睡得多一些。
 1b 我比平常睡得少一些。
 2a 我比平常睡得更多。
 2b 我比平常睡得更少。
 3a 我差不多整天都在睡。
 3b 我比以前早 1~2 小時醒來，而且一醒來就很難再入睡。
-

- Q. 0 我不會比平常煩躁易怒。
 1 我比平常較煩躁易怒。
 2 我比平常更加煩躁易怒。
 3 我時時刻刻都煩躁易怒。
-

- R. 0 我的食慾和以前一樣，並沒有任何改變。
 1a 我的食慾比平常差一點。
 1b 我的食慾比平常好一點。
 2a 我的食慾比以前差很多。
 2b 我的食慾比以前好很多。

- 3a 我完全沒有食慾。
 - 3b 我時時刻刻都渴望食物。
-

- S.
- 0 我和往常一樣能夠專注。
 - 1 我比平常較無法專注。
 - 2 我很難長時間專注在任何事情上。
 - 3 我發現我不能夠專注在任何事情上。
-

- T.
- 0 我和平常一樣，不覺得更疲倦或疲累。
 - 1 我比平常容易疲倦或疲累。
 - 2 我太疲倦或疲累，以致於許多以前常做的事都無法做。
 - 3 我非常疲倦或疲累，以致於大部分以前常做的事都無法再做。
-

- U.
- 0 最近我對性的興趣並不覺得有任何改變。
 - 1 我對性不再那麼感興趣。
 - 2 我現在對性的興趣少了很多。
 - 3 我已完全喪失對性的興趣。
-

最後，再次感謝您對本研究的貢獻～

 敬祝 健康愉快 