

## 附錄：施測問卷

親愛的同學，您好：

非常感謝您抽空填寫這份問卷，這是一份關於「國高中班級組織型態、人格特質、壓力因應方式與大學生幸福感」的相關問卷。本問卷共包含五個部分，請詳閱每一部份的說明後作答。請您每一題都要作答，這些問題沒有對或錯之分，只要依您的實際情形填答即可。本問卷不記名，問卷內容與結果純粹提供學術研究之用，絕不對外公開或做其他用途，請您放心填答。衷心地感謝您的協助！敬祝

平安！

國立政治大學教育研究所

指導教授：王鍾和 教授

研究生：陳郁茜 敬上

### 第一部份：基本資料

一、現就讀學校：\_\_\_\_\_ 科系：\_\_\_\_\_

二、性別：1.男 2.女

三、過去就讀之國中班級組織型態（請勾選）

1.男女合校，男女合班

2.男女合校，男女分班

3.純男校/純女校

4.其他，請說明\_\_\_\_\_

◎在國中時期，你與異性相處的機會：

1.非常多 2.很多 3.普通 4.很少 5.非常少

四、過去就讀之高中班級組織型態（請勾選）

1.男女合校，男女合班

2.男女合校，男女分班

3.純男校/純女校

4.其他，請說明\_\_\_\_\_

◎在高中時期，你與異性相處的機會：

1.非常多 2.很多 3.普通 4.很少 5.非常少

第二部份：

請圈選最符合您實際狀況的選項。

	非 常 不 符 合	相 當 不 符 合	稍 微 不 符 合	稍 微 符 合	相 當 符 合	非 常 符 合
1 我覺得我是個有用的人，至少不比別人差。	1	2	3	4	5	6
2 我覺得我具有很多良好的特質。	1	2	3	4	5	6
3 我覺得我無法做好任何一件事情。	1	2	3	4	5	6
4 我對自己有正面的（良好的）態度	1	2	3	4	5	6
5 我能夠像大多數人一樣，把很多事情做得很好。	1	2	3	4	5	6
6 我覺得我這個人沒什麼用。	1	2	3	4	5	6
7 當我做每一件事時，我都把它做的很好。	1	2	3	4	5	6
8 當我想要獲得某些重要目標時，我大多能隨心所欲地得到它。	1	2	3	4	5	6
9 我非常肯定我的人生將會如我所希望的那樣圓滿順利。	1	2	3	4	5	6
10 如果我預先做計畫的話，通常我都能如預期的實現這些計畫。	1	2	3	4	5	6

### 第三部份：

請由A、B中選擇一個您較認同的說法（務必只選一個）。

填 答 處	題 號	題 目
	1	A 父母過度處罰小孩會使小孩遇到困擾。 B 現在大部份小孩的問題是父母對他們不夠嚴格。
	2	A 人生中發生的許多不愉快的事，部份是由於運氣不好。 B 人的不幸是由他們自己的錯誤所造成的。
	3	A 戰爭主要原因之一，是人們對政治不夠感興趣。 B 不管人們如何努力防止，戰爭還是會存在的。
	4	A 到頭來，人們最後仍會得到他們在這世界上應得的尊敬。 B 不幸的，無論一個人怎麼努力，他的價值常被忽視。
	5	A 「老師對學生不公平」這種說法是毫無道理的。 B 大多數的學生並不瞭解他們成績是會受到偶發事件所影響。
	6	A 沒有適當的機運，一個人無法成為有效的領導者。 B 有才能的人而沒能成為領導者，是因為他們未能好好的利用機會。
	7	A 不管你怎麼努力，有些人就是不喜歡你。 B 無法使別人喜歡的人，不懂得如何與人相處。
	8	A “遺傳”主要扮演決定”性格”的角色。 B 個人的生活經驗決定了他們的喜好。
	9	A 我常發現，要發生的事總會發生。 B 對我而言，相信命運，不如自己決定採取某種確切行動來得有效。
	10	A 就那些已做好準備的學生而言，並沒有所謂的不公平考試。 B 很多考試問題常跟課本無關，因此唸書對考試並沒有幫助。
	11	A 成功和非常努力有關係與運氣甚少或毫無關聯。 B 能否取得好工作主要取決於天時與地利。
	12	A 普通老百姓能對政府的決策發生影響。 B 世界是由當權的少數人所統治，一般小老百姓實在是無能為力，發揮不了什麼作用。
	13	A 我訂計劃的時候，幾乎能確定我有辦法使計劃成功。 B 計劃訂得太遠，並不是聰明之舉，因為許多事情到頭來，也不過是運氣好或運氣壞之分。
	14	A 總是有些不好的人。 B 每個人都有他好的一面。

請由A、B中選擇一個您較認同的說法（務必只選一個）。

填 答 處	題 號	題 目
	15	A 以我而言，得到我所（想）要的與運氣甚少或毫無關聯。 B 很多時候，我們不如扔一個銅板（看是正反哪一面）來做決定。
	16	A 誰能成為老闆，往往是靠誰的運氣好，能先佔到好位置。 B 誰能使一個人事情做得對，是靠能力，與運氣甚少，或毫無關聯。
	17	A 世界大事常受一些強大勢力所操縱，我們不能瞭解，也無法控制。 B 人們積極地參與政治、社會事務，就能控制世界之事。
	18	A 大多數的人都不瞭解他們一生受偶發事件影響的程度有多大。 B 事實上，沒有所謂「運氣」之事。
	19	A 每個人都應該願意承認自己所犯下的錯誤。 B 通常最好是掩蓋個人的錯誤。
	20	A 很難知道一個人是否真的喜歡你。 B 你的朋友有多少，是根據你的人有多好決定。
	21	A 長期來看，在我們身上所發生不好的事情會被好的事情給抵銷。 B 大部份不幸是由於缺乏能力、疏忽、懶惰或三者皆是。
	22	A 要有足夠的努力，我們就能掃除政治腐敗。 B 政客的所作所為，一般人無能為力，很難對其發生制裁作用。
	23	A 有時候，我真想不通，老師的分數是怎麼打的。 B 我得到的分數和我努力學習的程度有直接關係。
	24	A 一位好的領導者期望人民可以自己決定他們應該做什麼。 B 一位好的領導者會很清楚地讓每個人知道他們的責任。
	25	A 很多時候，我覺得我對於發生在我身上的事無能為力。 B 我無法相信，機會或運氣在我生命中佔重要的地位。
	26	A 人們寂寞，是由於他們未曾努力友善待人。 B 極為努力的討好別人是沒多大用處的，如果他們要喜歡你，他們就喜歡你了。
	27	A 在中學裡過份強調體育課。 B 團隊運動是建立人格的最好方法。
	28	A 我自己的所作所為，決定了我自己。 B 我有時感到，我對自己一生所走的方向，無法全盤控制。
	29	A 大部份的時候，我都無法瞭解政客為什麼會那麼做。 B 到最後，人民還是要為地方政府及全國政府的好壞負責。

#### 第四部份：

此部分希望能瞭解當您遇到壓力時，您會.....。

請圈選最符合您的實際狀況之選項。

	從 未 如 此	有 時 如 此	經 常 如 此	總 是 如 此
1 以冷靜客觀的態度去思考問題。	1	2	3	4
2 參考以往的經驗來解決問題。	1	2	3	4
3 檢討自己的作為，找出問題的原因。	1	2	3	4
4 蒐集相關的資訊，以解決問題。	1	2	3	4
5 擬定行動計畫，並確實執行	1	2	3	4
6 把問題簡化至容易處理的程度。	1	2	3	4
7 能緩則緩，放慢處理速度。	1	2	3	4
8 降低標準，退而求其次。	1	2	3	4
9 維持目前的情況，使情況不要惡化。	1	2	3	4
10 走一步算一步，順其自然。	1	2	3	4
11 激勵自己，並建立自信。	1	2	3	4
12 視為一種自我能力的挑戰。	1	2	3	4
13 預想問題解決後可能產生的正面結果。	1	2	3	4
14 想一些開心的事情，讓自己心情好些。	1	2	3	4
15 將事情歸因於自己運氣差。	1	2	3	4
16 自暴自棄，怨恨上天不公平。	1	2	3	4
17 自責、退縮或封閉自己。	1	2	3	4
18 把自己憤怒的情緒發洩到他人身上。	1	2	3	4

## 第五部份：

請圈選最符合您目前狀況之選項。

	不 符 合	有 些 符 合	大 部 份 符 合	完 全 符 合
1 我有能力解決大學生活中的問題。	1	2	3	4
2 我對自己很有信心。	1	2	3	4
3 目前我有良好的飲食習慣。	1	2	3	4
4 我經常定時從事運動。	1	2	3	4
5 上大學可以幫助我實現理想。	1	2	3	4
6 目前我覺得和大學同學在一起很有趣。	1	2	3	4
7 我喜歡幫助別人。	1	2	3	4
8 我對目前就讀大學中的人、事、物感到滿意。	1	2	3	4
9 我有興趣關心別人的事。	1	2	3	4
10 我對別人有愛心。	1	2	3	4
11 當大家有疑難時，我覺得自己的意見往往有助於問題解決。	1	2	3	4
12 我認為自己在大學團體中很有吸引力。	1	2	3	4
13 我覺得上大學是一件美好的事。	1	2	3	4
14 我喜歡我目前的大學生活。	1	2	3	4
15 我覺得目前大學生活可使我有安全感。	1	2	3	4
16 我喜歡現在的自己。	1	2	3	4
17 在大學生活中，我常保持輕鬆自在的心情。	1	2	3	4
18 我的睡眠充足。	1	2	3	4
19 我可以帶給別人喜悅。	1	2	3	4
20 大致上，我的健康狀況良好。	1	2	3	4

(本問卷到此結束，十分感謝您耐心的填答，祝您順心愉快！)