|  |
| --- |
| 親愛的同學 您好：  這份問卷主要目的在於瞭解您的日常生活情形，所得資料純做學術研究之用，故不需填寫姓名，請安心做答。問卷題目無所謂對錯，只反應個人的生活經驗，請您仔細閱讀各部分做答說明，並依據個人實際狀況逐題勾選最適合你的選項，請不要有所遺漏，盡量不要選不知道選項。感謝您寶貴的意見與協助，謝謝您的合作。 |

　基本資料

（一）性 別：□男 □女 □不知道 意見：\_\_\_\_\_\_\_\_

（二）年 級：□一年級□二年級□三年級□四年級 □其他\_\_\_\_\_\_\_\_\_

（三）院 別：□工學院□商管學院□人文社會學院□數位設計學院□其他\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

（四）戀愛次數：□無 □一次 □二次 □三次以上 □其他\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

（七）大學期間，有否校內或校外社團經驗（含系/所學會等）：□有 □沒有□不知道 意見：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

（八）您曾參與幾個校內外社團：□1個 □2個 □3個以上 □其他\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

（九）參加的社團 (可以複選)：□學藝性□康樂性□聯誼性□服務性□體適能□自治性□其他\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

（十）您參與社團活動的程度為何：□全程參與 □經常參與□有時參與□偶爾參與□其他： \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

（十一）您是否曾擔任社團幹部：□是 □否 □其他\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

（十二）平均一天上網時數（天/hr）：□0〜4小時 □4〜8小時 □8小時以上 □其他\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

（十三）請問除了您以外家裡兄弟姊妹人數：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_；您的排行： \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

（十四）目前您個人的居住狀況：□與家人同住 □自己住在外面 □住在親戚家 □其他\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

（十五）這是您第幾次離家住在外面：□無 􀂅□第一次 □第二次 □三次以上 □不記得

（十六）請問您的家庭中共有幾人同住 ( 包含自己 )：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_人

（十七）父母婚姻狀況：􀂅□已婚 □同居 􀂅□離婚 􀂅□分居 􀂅□喪偶 􀂅□其他\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

（十八）家庭主要經濟來源：􀂅□父親 □母親 □父母雙薪 □爺爺奶奶􀂅□外公外婆 􀂅□其他\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

（十九）您的宗教信仰：􀂅□無 􀂅□佛教 􀂅□道教 􀂅□基督教 􀂅□天主教 􀂅□其他\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

請根據自己的狀況，細心閱讀每個句子，

　　　　然後在1~4個選項中，圈選出一個最能形容您過去一週及今天的心情。

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 非 常同意 | 同意 | 不同意 | 非常不同意 |

　　　　自我觀察

1. 我是一個樂觀的人。
2. 遭遇到困難時，我懂得舒解心情而不逃避退縮。
3. 我懂得如何從低落情緒中走出來
4. 別人覺得我是一位充滿自信的人。
5. 我能訂下能力所及的目標。
6. 我勇於嘗試有挑戰性的事情。
7. 我會想辦法解決我在工作上遇到的難題。
8. 我會努力完成重要的事情，以達成目標。
9. 我的努力是為了栽培自己，而不是為了取悅別人。
10. 我的成就感來自於對別人付出**，**不求回報。

課業壓力

1. 某些老師對作業或報告的格式或內容要求嚴格，會令我煩躁。
2. 有些老師上課所教的內容，我覺得有很多地方聽不懂。
3. 有些老師提供太多資料，使我無法消化及吸收。
4. 我無法適應某些老師的教學方式。
5. 我很擔心自己的學習進度跟不上其他的同學。
6. 我擔心我的課業成績達不到老師的要求。
7. 我會因擔心學校要考試而晚上睡不著覺。
8. 課堂上若需發言或上台報告時會使我緊張。
9. 我難以在課業與非課業之間的取捨。
10. 我覺得自己修習的科目太多，被壓得喘不過氣。

同儕與朋友關係

1. 我沒有可以跟我分享想法和感覺的摯友。
2. 當我有困難的時候，同學/朋友都願意對我伸出援手。
3. 我覺得朋友們都很接納我。
4. 我對目前的關係感到滿意。
5. 在人際關係中我常有孤單的感覺。
6. 我和同學/朋友之間常有爭執。
7. 我常感覺死黨/ 好友會挺我到底。
8. 我不知道如何跟同學們相處。
9. 做作業分工時我經常是落單或最後勉強湊合的。

10.我害怕提出自己意見。

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 非常同意 | 同意 | 不同意 | 非常不同意 |

愛情態度

1. 我滿意目前的感情生活。
2. 我不知道如何讓他/她了解我的心意。
3. 當他/她沒有把注意力放在我身上時，我會覺得不舒服。
4. 選擇男/女朋友時，我會在意家人對他/她的看法。
5. 當他/她沒有把注意力放在我身上時，我會覺得不舒服。
6. 一想到他/她可能和別人交往，我就會坐立難安。
7. 當我有了交往對象，我的課業(人際關係)會受影響。
8. 我不曉得如何增加我和他/她的默契。
9. 我沒有遇到理想中的他/她。
10. 我沒有自信喜歡的對象會喜歡我。
11. 我和交往的對象常常起爭執(吵架、無法彼此了解) 。
12. 不是我喜歡的類型的他/她跟我告白，我會不知如何處理。

家庭關係

1. 父母的管教方式，對我造成壓力。
2. 父母處罰或責備後，我會適時地抒發情緒。
3. 父母常和我意見不合。
4. 我常感覺父母對期望過高。
5. 我和家人間有良好的互動關係。
6. 我和家人相處的時候感覺很自在。
7. 當我遇到挫折時，家人會給予我支持、鼓勵或安慰。
8. 家人不認同我的選擇，如：我所規劃的目標、挑選的女朋友。
9. 我和家人很少見面(聊天或出遊) 。
10. 我無法和父母溝通，常產生爭執。