

5-3-1 佐證資料參考



校園生活問卷施測情況



人權問卷施測情況

SEL 題本		非常不同意	不同意	普通	同意	非常同意
1	我總是能清楚知道自己真正的心情。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2	我很清楚自己的優缺點。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3	我是個樂觀的人。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4	我知道可以向誰學習做人做事的方法。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5	我能保持專注不分神。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6	我能對別人的處境感同身受。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7	我尊重別人與我想法不同。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8	我能主動認錯先退一步。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9	我能對團隊做出貢獻。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10	行動前我會先考慮對別人或團體的可能影響。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11	我會付出行動，讓我的團體（班級或學校）變得更好。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12	我瞭解自己有各種不同的心情。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13	我知道自己的目標。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14	當不好的事情發生時，我可以控制好自己的心情。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15	我做事前會排出優先順序。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
16	我不會做讓人不舒服的事情。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
17	我善於傾聽，能了解別人的感受。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
18	我經常感恩或讚美我的朋友。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
19	我會清楚地表達不同的想法。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
20	在決定前，我會考慮該策略的優點和缺點。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
21	我遵守規矩，不造成別人困擾。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
22	我知道心情會受到想法或行為的影響。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
23	我能接受自己與他人不同的特質。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
24	遇到困難時我會鼓勵自己。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
25	我會訂計畫並準時完成。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
26	我了解每個地方都有自己的規定。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
27	我會主動去關心或幫助他人。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
28	我能包容別人的無心之過。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
29	我能抵抗別人的不合理要求。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
30	做決定前我會先確認是否違背了社會倫理與安全。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
31	我會把大家的利益放在自己的利益之前。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
32	我可以說出是什麼影響我的心情。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
33	我了解自己的文化也喜歡它。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
34	我能控制壓力保持平靜。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
35	我能為長遠目標放棄眼前享受。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
36	我知道有那些人或團體可以支持我。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
37	我知道文化背景使大家的想法都不同。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
38	我能與不同背景的人交朋友。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
39	我知道讓大家合作的技巧。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
40	我會收集大家對公共問題的想法再提出方法。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

		非常不同意	不同意	普通	同意	非常同意
41	我會扮演好自己在團體中（班級或學校）的角色。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
42	我可以說出或表達自己的心情。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
43	我喜歡自己，覺得自己有價值。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
43	我喜歡自己，覺得自己有價值。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
44	就算別人不禮貌，我也會心平氣和。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
45	我有堅持到底的毅力。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
46	我知道每個人都有自己的原則需要被尊重。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
47	我能站在不同的觀點去思考事情。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
48	我會在衝突中尋求雙贏。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
49	我能與別人好好合作。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
50	我會先評估狀況，再決定何時行動。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
51	我能與不同的人合作，一起解決公共問題。	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

社會情緒學習量表填寫

臺南市國中學生心理感受問卷

親愛的同學，你好：

感謝你填寫這份問卷。這份問卷的目的是想瞭解你目前對學校的課業學習、和同學、老師、家人的互動關係、經濟生活、以及對自己的看法，以作為輔導支持的參考。每一題目之後，都有6個選項讓你勾選，**愈往右邊，數字愈大的選項，代表你愈同意這個題目的敘述；愈往左邊，數字愈小的選項，代表你愈不同意這個題目的敘述。**

此外，這份問卷的結果不會作為學術研究的使用，且作答沒有對錯，因此希望你在閱讀每一題目的敘述後，能以自己的真實感受放心填寫。敬祝學業進步！平安健康！

臺南市政府教育局 敬上

【填答說明】

請仔細閱讀每一題目後，依據你自己的真實感受，勾選最適合你的選項。本問卷分為七個部分，共46題(含基本資料7題)。每一題目只能勾選一個選項，請不要有遺漏！

第一部分 課業學習

你對下列問題的同意程度如何？ (請勾選一個最適合你的答案)	非常不同意	1	2	3	4	5	非常同意
A1.我覺得課業學習對我並不困難。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
A2.我覺得只要努力，沒有學不會的。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
A3.我覺得學習是一件快樂的事情。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
A4.我知道如何有效學習(例如：作筆記、劃重點、摘要、複習等)。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
A5.大部分老師上課的內容我可以聽得懂。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
A6.大部分老師的教學方法能引發我的學習興趣。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

第二部分 同儕關係

你對下列問題的同意程度如何？ (請勾選一個最適合你的答案)	非常不同意	1	2	3	4	5	非常同意
B1.在學校，我有要好的同學或朋友。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
B2.我和同學或朋友之間能互相關心。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
B3.我覺得我的同學或朋友能接納我。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
B4.我的同學或朋友能尊重我的想法和感受。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
B5.我和同學或朋友相處，感覺很自在。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
B6.當我有困難時，我的同學或朋友會幫助我。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
B7.在學校，我覺得不容易交到朋友。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

第六部分 自我認同

你對下列問題的同意程度如何？ (請勾選一個最適合你的答案)	非常不同意	1	2	3	4	5	非常同意
F1.我對自己有信心，可以接受挑戰。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
F2.我肯定自己有做事的能力。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
F3.我對自己感到滿意。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
F4.我對自己的未來充滿希望。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
F5.我可以承受失敗，不怕挫折。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
F6.我可以獲得別人的肯定與認同。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
F7.我愈來愈不喜歡自己。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

第七部分 基本資料

1.生理性別：(1)男 (2)女
2.年 級：(1)國中一年級 (2)國中二年級 (3)國中三年級
3.我期望自己未來最高學歷為： (1)國中 (2)高中(職) (3)專科 (4)大學 (5)碩士 (6)博士
4.父親(或男性主要照顧者)教育程度： (1)國小(含以下) (2)國中 (3)高中(職) (4)專科 (5)大學 (6)碩士 (7)博士 (8)不知道
5.母親(或女性主要照顧者)教育程度： (1)國小(含以下) (2)國中 (3)高中(職) (4)專科 (5)大學 (6)碩士 (7)博士 (8)不知道
6.家庭狀況：(單選問題) (1)與雙親同住 (2)與單親父母同住 (3)與祖父母同住 (4)寄居親戚朋友家 (5)其他(請說明)：
7.最近一次段考各科的整體學習表現： (1)國文科 A□優90分以上 B□甲80-89分 C□乙70-79分 D□丙60-69分 E□丁59分以下 (2)英語科 A□優90分以上 B□甲80-89分 C□乙70-79分 D□丙60-69分 E□丁59分以下 (3)數學科 A□優90分以上 B□甲80-89分 C□乙70-79分 D□丙60-69分 E□丁59分以下 (4)社會科 A□優90分以上 B□甲80-89分 C□乙70-79分 D□丙60-69分 E□丁59分以下 (5)自然科 A□優90分以上 B□甲80-89分 C□乙70-79分 D□丙60-69分 E□丁59分以下

本問卷到此結束，感謝您的作答！

第三部分 師生關係

你對下列問題的同意程度如何？ (請勾選一個最適合你的答案)	非常不同意	1	2	3	4	5	非常同意
C1.我和班級導師相處良好。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
C2.我可以和導師說我想說的話。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
C3.遇到問題時，導師能幫助我。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
C4.我覺得導師重視我、關心我。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
C5.我覺得導師可以溝通、講道理。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
C6.因為導師，我更喜歡這個班級。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

第四部分 親子關係

你對下列問題的同意程度如何？ (請勾選一個最適合你的答案)	非常不同意	1	2	3	4	5	非常同意
D1.我和父母(或主要照顧我的人)相處良好。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
D2.我可以和父母(或主要照顧我的人)說我想說的話。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
D3.我覺得父母(或主要照顧我的人)關心我、瞭解我。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
D4.我覺得父母(或主要照顧我的人)可以溝通、講道理。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
D5.我的父母(或主要照顧我的人)不會任意處罰或責罵我。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
D6.我的父母(或主要照顧我的人)重視我各方面的發展。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
D7.當我遇到困難或挫折時，我的父母(或主要照顧我的人)可以提供我支持的力量。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
D8.我覺得回到家，沒有人會關心我。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

第五部分 經濟生活

你對下列問題的同意程度如何？ (請勾選一個最適合你的答案)	非常不同意	1	2	3	4	5	非常同意
E1.我的家人有穩定工作和收入來源。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
E2.我的家庭可以提供我生活所需的費用。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
E3.我的家庭沒有經濟方面的困擾問題。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
E4.我不缺乏生活必需品(例如吃飯、穿衣、居住等)。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
E5.因為經濟因素，讓我覺得生活很不順利。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

臺南市國中學生心理感受問卷填寫