核准機關：行政院主計總處
核定文號：主普管字第 1130400485 號
有效期限：民國 114 年 3 月底止
調查類別：一般統計調查
辦理機關：衛生福利部國民健康署
IRB 審查通過案號：成大倫審會(簡)字第 113-116-2 號

臺灣出生世代研究－113 年正式調查（19 歲）

青少年自填問卷

你好：

感謝你及你的家人在過去 19 年來，支持及參與衛生福利部國民健康署辦理「臺灣出生世代研究」，多次接受我們的訪問並提供寶貴資料。以往這項調查主要透過訪問你的父母親或主要照顧者，來瞭解你的成長和健康狀況，自今年起將由你來填寫有關生長發育、健康狀況、日常生活及健康行為，以及就學和工作等，以提供政府擬定及評估健康相關政策參考。

請你仔細閱讀所有問題，並依照自己實際的狀況與想法來回答。問卷內容絕對保密，你不需要告訴你的父母親（或主要照顧你的人）和訪員你的答案，他們也都不能看你所填寫的答案。你可以跳過你不想回答的問題，有看不懂的地方，可以請訪員說明。

填寫完成後，請再詳細檢查一遍有沒有漏填的題目，並將問卷放入信封袋中，交給訪員，謝謝。

守護健康 衛生福利部 國民健康署

Taiwan Public Health Association 台灣公共衛生學會

TBCS

開始填寫時間：□1 上午　□2 下午　_____時_____分(24 小時制)

A. 健康與醫療

A1. 請問你現在的身高_____公分；體重_____公斤

A2. 一般來說，你認為你**目前**的健康狀況是：

□1 極好的　□2 很好　□3 好　□4 普通　□5 不好

A3. **和一年前比較**，你認為你**目前**的健康狀況是？

□1 比一年前好很多　□2 比一年前好一些

□3 和一年前差不多　□4 比一年前差一些　□5 比一年前差很多

A4. 你平常身體會不舒服或是生病嗎？

□1 總是　□2 常常　□3 有時　□4 偶而　□5 從不

A5. 當你生病（如感冒、發燒、拉肚子等）的時候，復原（康復）的速度如何？

□1 很快就好　□2 還算好　□3 拖很久/很慢才會好

Copyright c 1995 Health Assessment Lab. All rights reserved.
(IQOLA SF-36 Taiwan Standard Version 1.0）

A6. 下面是一些你日常可能從事的活動，請問你**目前**健康狀況會不會限制你從事這些活動？如果會，到底限制有多少？

活　　動	會， 受到很多限制	會， 受到一些限制	不會， 完全不受限制
a. 費力活動，例如跑步、提重物、參與劇烈運動	1	2	3
b. 中等程度活動，例如搬桌子、拖地板、打保齡球、或打太極拳	1	2	3
c. 提起或攜帶食品雜貨	1	2	3
d. 爬數層樓樓梯	1	2	3
e. 爬一層樓樓梯	1	2	3
f. 彎腰、跪下或蹲下	1	2	3
g. 走路超過 1 公里	1	2	3
h. 走過數個街口	1	2	3
i. 走過一個街口	1	2	3
j. 自己洗澡或穿衣	1	2	3

Copyright c 1995 Health Assessment Lab. All rights reserved.
(IQOLA SF-36 Taiwan Standard Version 1.0）

A7. 在**過去一個月內**，你是否曾**因為身體健康問題**，而在工作上或其它日常活動方面（即上班、上學等）有下列任何的問題?

	是	否
a. 做工作或其它活動的時間減少	1	2
b. 完成的工作量比你想要完成的較少	1	2
c. 可以做的工作或其它活動的種類受到限制	1	2
d. 做工作或其它活動有困難 （例如，須更吃力）	1	2

A8. 在**過去一個月**內，你是否曾**因為情緒問題**（例如，感覺沮喪或焦慮），而在工作上或其它日常活動方面（即上班、上學等）有下列的問題?

	是	否
a. 做工作或其它活動的時間減少	1	2
b. 完成的工作量比你想要完成的較少	1	2
c. 做工作或其它活動時不如以往小心	1	2

A9. 在**過去一個月**內，你的身體健康或情緒問題，對你與家人或朋友、鄰居、社團間的平常活動的妨礙程度如何？

□1 完全沒有妨礙

□2 有一點妨礙

□3 中度妨礙

□4 相當多妨礙

□5 妨礙到極點

Copyright c 1995 Health Assessment Lab. All rights reserved.
(IQOLA SF-36 Taiwan Standard Version 1.0）

A10. 在**過去一個月**內，你**身體**疼痛程度有多嚴重？

□1 完全不痛

□2 非常輕微的痛

□3 輕微的痛

□4 中度的痛

□5 嚴重的痛

□6 非常嚴重的痛

A11. 在**過去一個月**內，身體疼痛對你的日常工作（即上班、上學等）妨礙程度如何？

□1 完全沒有妨礙

□2 有一點妨礙

□3 中度妨礙

□4 相當多妨礙

□5 妨礙到極點

Copyright c 1995 Health Assessment Lab. All rights reserved.
(IQOLA SF-36 Taiwan Standard Version 1.0）

A12. 下列各項問題是關於**過去一個月內**你的感覺及你對周遭生活的感受，請針對每一問題選一最接近你感覺的答案。在**過去一個月**中有多少時候……

在**過去一個月**中有多少時候：	一直都是	大部分時間	經常	有時	很少	從不
a. 你覺得充滿活力？	1	2	3	4	5	6
b. 你是一個非常緊張的人？	1	2	3	4	5	6
c. 你覺得非常沮喪，沒有任何事情可以讓你高興起來？	1	2	3	4	5	6
d. 你覺得心情平靜？	1	2	3	4	5	6
e. 你精力充沛？	1	2	3	4	5	6
f. 你覺得悶悶不樂和憂鬱？	1	2	3	4	5	6
g. 你覺得筋疲力竭？	1	2	3	4	5	6
h. 你是一個快樂的人？	1	2	3	4	5	6
i. 你覺得累？	1	2	3	4	5	6

A13. 在**過去一個月**內，你的**身體健康或情緒問題**有多少時候會妨礙你的社交活動（如拜訪親友等）？

□1 一直都會

□2 大部分時間會

□3 有時候會

□4 很少會

□5 從不會

A14. 下列**各個**陳述對你來說有多正確？

	完全正確	大部分正確	不知道	大部分不正確	完全不正確
1. 我好像比別人較容易生病	1	2	3	4	5
2. 和任何一個我認識的人來比，我和他們一樣健康。	1	2	3	4	5
3. 我想我的健康會越來越壞	1	2	3	4	5
4. 我的健康狀況好得很	1	2	3	4	5

A15. 整體而言，你覺得自己的健康狀況是：

□1 很好　□2 好　□3 普通　□4 不好　□5 很不好

A16. 在**過去 30 天（一個月）**內，你是否曾有頸部酸痛?

□1 沒有　□2 酸而已　□3 酸痛，但不影響生活或學業　□4 酸痛到影響生活或學業

A17. 在**過去 30 天（一個月）**內，大約有多少日子有頸部酸痛？

□1　0 天　□2　1-3 天　□3　4-7 天　□4　8-14 天　□5　15 天以上

A18. 請問你是否曾被醫師診斷有『高血壓』？

□0 沒有　□1 有

A19. 請問你是否曾被醫師診斷有『糖尿病』？

□0 沒有　□1 有

A20. 請問你是否曾被醫師診斷有『氣喘病』？

□0 沒有　□1 有

A21. **過去一年內**，你在沒有感冒、支氣管炎等呼吸道疾病的情況下，是否出現呼吸困難伴有咻咻聲或喘鳴聲？

□0 沒有　□1 很少　□2 偶爾　□3 常常

A22. 請問你是否曾被醫師診斷有『異位性皮膚炎』？

□0 沒有　□1 有

A23. **過去一年內**，你是否曾經在臉頰、手肘、膝蓋、腳踝、臀部下方、脖子周圍或眼睛四周長過會癢的疹子好好壞壞**達六個月以上**？

□0 沒有，過去一年沒有　□1 有，但是不超過六個月　□2 有，而且有超過六個月

A24. 當你需要就醫時，你是否會固定到某家診所或醫院?**【a, b 可複選】**

□0 都沒有

□a 是，固定的診所

□b 是，固定的醫院

A25. 在**過去一年當中**，你曾經住過院嗎？

□0 沒有　　□1 有，_____次

A26. 在**過去一年當中**，你曾經因為事故傷害而去診所或醫院接受治療嗎？

□0 沒有　　□1 有，_____次

A27. 在**過去一年內**，你曾經**掛過急診**嗎?

□0 否　　□1 有，_____次

A28. 在**過去一個月內**，你有沒有去看醫生（門診或視訊門診）或自行服藥？**【可複選】**

□0 都沒有**【跳答 B1】**

□a 有去看醫生 ⟶ A28a. 過去一個月，去看過西醫和（或）中醫門診各幾次？
西醫_____次　　中醫_____次

□b 有自行服藥 ⟶ A28b. 是服用西藥？還是中藥？
□1 西藥　□2 中藥　□3 兩種都有

A28c. 自行服藥多久？（若生病超過一次，自行服藥天數指累加天數） 西藥_____天，中藥_____天

□c 有用慢性病處方箋拿藥

B. 就學情形

B1. 請問你有參加**大學入學考試中心**的**學科能力測驗**嗎？

□0 沒有**【跳答第 B2 題】**

□1 有

B1-1.你有考國文科目嗎?	□0 沒有	□1 有：	級分
B1-2. 你有考英文科目嗎?	□0 沒有	□1 有：	級分
B1-3. 你有考數學 A 科目嗎?	□0 沒有	□1 有：	級分
B1-4. 你有考數學 B 科目嗎?	□0 沒有	□1 有：	級分
B1-5. 你有考自然科目嗎?	□0 沒有	□1 有：	級分
B1-6. 你有考社會科目嗎?	□0 沒有	□1 有：	級分

B2. 請問你有參加**技專校院**入學考試中心的**四技二專統一入學測驗**嗎？

□0 沒有**【跳答第 B3 題】**

□1 有

B2-1. 你的原始總成績分數如何?_____分

B2-2. 你的**國文**科目的原始分數表現如何? _____分

B2-3. 你的**英文**科目的原始分數表現如何? _____分

B2-4.你有考**數學 A** 科目嗎? □0 沒有 □1 有：原始分數_____分

B2-5.你有考**數學 B** 科目嗎? □0 沒有 □1 有：原始分數_____分

B2-6.你有考**數學 C** 科目嗎? □0 沒有 □1 有：原始分數_____分

B3. 整體而言，你能不能適應**目前**的學校生活？

□1 非常適應　□2 適應　□3 還算適應　□4 不適應　□5 非常不適應

□6 未就學　□7 其他**【請說明】**_____

B4. 對你而言，**目前**課業壓力重不重?

□1 非常重　□2 重　□3 普通　□4 不太重　□5 完全不重

□6 未就學　□7 其他**【請說明】**_____

C. 日常生活

C1. 請你評估近**兩個禮拜內**失眠問題的嚴重程度。

項目	0 無	1 輕度	2 中度	3 重度	4 非常嚴重
1. 入睡困難	□	□	□	□	□
2. 無法維持較長的睡眠	□	□	□	□	□
3. 太早醒	□	□	□	□	□

C2. 你滿意自己最近的睡眠狀態嗎？

□0 非常滿意　□1 滿意　□2 中等　□3 不滿意　□4 非常不滿意

C3. 睡眠問題是否有干擾到你的日常生活功能？（如：工作表現/日常瑣事、專注力、記憶力、情緒等）

□0 完全無干擾　□1 一點　□2 稍微　□3 很多　□4 非常多

C4. 他人是否有注意到你的生活品質因睡眠問題受到影響？

□0 完全沒注意　□1 一點　□2 稍微　□3 很多　□4 非常注意

C5. 最近的睡眠問題是否令你擔心 / 困擾？

□0 完全不擔心　□1 一點　□2 稍微　□3 很多　□4 非常擔心

C6. 請問目前你在**週間（週一到週五）及週末或假日**的晚上睡覺時間及早上起床時間大概是：

週間：每天**晚上**大約_____點_____分**睡覺**，**早上**大約_____點_____分**起床**

週末或假日：每天**晚上**大約_____點_____分**睡覺**，**早上**大約_____點_____分**起床**

C7. 平常**一星期以內**，你的運動時間超過 30 分鐘的總共有幾天?(指會心跳加快，或有時上氣不接下氣的運動)

□0 0 天**【跳答 C10】** □1 1 天 □2 2 天 □3 3 天

□4 4 天 □5 5 天 □6 6 天 □7 7 天

C8. 請問在**過去 30 天(一個月)**內，你平常有沒有在運動（打球、慢跑、游泳、肌力訓練、瑜珈等)？

□0 0 天**【跳答 C10】** □1 每週有 1～2 天 □2 每週有 3～4 天

□3 每天或幾乎每天

C9. 有運動的那幾天，平均每天運動時間大約多久？ _____小時_____分鐘

C10. 請依你平常使用網路的情形，針對下列問題，勾選合適的選項。

項目	1 從來沒有	2 很少如此	3 有時如此	4 常常如此	5 大部分如此
1. 我只要上了網，就很難停下來。	□	□	□	□	□
2. 我有想過該下線了，卻還是繼續留在網路上。	□	□	□	□	□
3. 我因為上網而睡眠不足。	□	□	□	□	□
4. 我會為了要上網，而忽略了平日應該做的事（學校、家庭）。	□	□	□	□	□
5. 我無法上網時，會覺得很煩、失落或生氣。	□	□	□	□	□
6. 有人（如:爸媽、其他長輩、老師等） 說我應該少上網。	□	□	□	□	□
7. 我心情不好時，會去上網。	□	□	□	□	□

C11. 我在社群網站上獲得的回應數多寡（如留言、分享、按讚數），對我來說很重要。

□1 非常同意　□2 還算同意　□3 普通　□4 不太同意　□5 非常不同意

□6 其他**【請說明】**_____

C12. 我在社群網站上獲得的是正面或負面的回應，對我來說很重要。

□1 非常同意　□2 還算同意　□3 普通　□4 不太同意　□5 非常不同意

□6 其他**【請說明】**_____

C13. 我上傳在社群網站的資訊或回應（含文字、照片影像或貼圖等），通常符合我真實的想法。

□1 非常同意　□2 還算同意　□3 普通　□4 不太同意　□5 非常不同意

□6 其他**【請說明】**_____

C14. 請問你平常習慣喝有糖或無糖的飲料（不含牛奶、純果汁）？

□0 不喝飲料

□1 無糖

□2 有糖 ⟶

C14-1. 通常會選擇哪一種甜度？

□1 全糖

□2 少糖（7~8 分糖）

□3 半糖（5 分糖）

□4 微糖（3 分糖）

C15. 請問你有沒有吃油炸食物如炸雞、薯條、炸豬排等 ？

□0 從來不吃

□1 每週吃不到 1 次或很少吃

□2 每週 1~2 次

□3 每週 3~5 次

□4 每天吃或幾乎每天吃

C16. 請問你有沒有吃零食如洋芋片、餅乾、糖果、蛋糕等 ？

□0 從來不吃

□1 每週吃不到 1 次或很少吃

□2 每週 1~2 次

□3 每週 3~5 次

□4 每天吃或幾乎每天吃

C17. 請問你有沒有吃蔬菜或水果？

□0 從來不吃

□1 每週吃不到 1 次或很少吃

□2 每週 1~2 次

□3 每週 3~5 次

□4 每天吃或幾乎每天吃

C18. 請問你是否嘗試過紙菸，即使只吸一、兩口？

（紙菸就是俗稱的香菸或捲菸）

□0 沒有**【跳答第 C21】**

□1 有，第一次吸是在_____（足）歲

C18-1. 最近一次吸是在?

□1 一週內

□2 一個月內

□3 半年內

□4 一年內

□5 一年以上

C19. 在**過去 30 天（一個月）內**，你有幾天有吸紙菸？

□0 過去 30 天內，我沒有吸紙菸

□1 1 或 2 天 □2 3 ~ 5 天 □3 6 ~ 9 天

□4 10 ~ 19 天 □5 20 ~ 29 天 □6 30 天（每天）

C20. 有些紙菸為了掩蓋辛辣的刺激味，會加入不同口味的添加物，比如說：薄荷、水果或花香等，我們把這樣的菸稱為「加味菸」，請問在**過去 30 天（一個月）**內，你多常吸加味菸？

□1 總是 □2 常常 □3 有時 □4 偶而 □5 從不

C21. 請問你是否嘗試使用過加熱式菸品（也就是將菸棒加熱後吸入，不經燃燒）？

□0 沒有 **【跳答第 C23 題】**

□1 有，第一次使用是在_____（足）歲 →

C21-1. **最近一次**使用是在?

□1 一週內

□2 一個月內

□3 半年內

□4 一年內

□5 一年以上

C22. 在**過去 30 天（一個月）內**，你有幾天有使用加熱式菸品？

□0 過去 30 天內，我沒有使用加熱式菸品

□1 1 或 2 天 □2 3 ~ 5 天 □3 6 ~ 9 天

□4 10 ~ 19 天 □5 20 ~ 29 天 □6 30 天（每天）

C23. 你有沒有嘗試喝過酒（包括各種酒類、保力達 B、維士比與藥酒，但不包括煮菜時加進去的極少量或酒精成分已揮發的酒，或舔一下）？

□0 沒有**【跳答第 C28 題】**

□1 有（偶爾或應酬時才喝也算），第一次喝是在 _____（足）歲

C24. 你**最近一次**喝酒是什麼時候？

□1 最近 7 天 □2 8 天至 30 天

□3 31 天至 180 天內**【跳答第 C26 題】**

□4 181 天至 365 天內**【跳答第 C26 題】** □5 365 天以上**【跳答第 C26 題】**

C25. 在**過去 30 天(一個月)**內，你有幾天喝至少一杯酒呢？

「1 杯酒」是指一杯葡萄酒、一瓶(罐)啤酒、一小杯烈酒或一杯混合雞尾酒等。

□0 0 天　　□1 1 ~ 2 天　　□2 3 ~ 5 天　　□3 6 ~ 9 天

□4 10 ~ 19 天　　□5 20 ~ 29 天　　□6 每天都有

C26. 在你有喝酒的時侯，你通常喝哪些種類的酒？

□1 濃度 5%以下的酒類，例如：啤酒/水果調味酒（如冰火）/涼酒等

□2 濃度 6–10%的酒類，例如：維士比/保力達/藥酒類等

□3 濃度 11–15%的酒類，例如：玫瑰紅酒/紅、白葡萄酒/日本甜梅酒（choya）等

□4 濃度超過 15%的烈酒，例如：紹興酒/台灣米酒/高梁酒/白蘭地/威士忌等

C27. 在你有喝酒的時侯，有没有下列經驗？

問　　項	0 沒有	1 有
1. 半醉（微醺）	□	□
2. 喝醉	□	□
3. 斷片（酒後忘記前一晚發生的事）	□	□

C28. 你有沒有嘗試嚼過檳榔？

□0 沒有**【跳答第 D1 題】**

□1 有，第一次嚼是在_____（足）歲

C29. 在**過去 30 天（一個月）**內，你嚼檳榔的情形如何？

□0 過去 30 天內，我沒有嚼過檳榔

□1 平均一天嚼少於 1 粒

□2 平均一天嚼 1 ~ 5 粒

□3 平均一天嚼 6 ~ 10 粒

□4 平均一天嚼 11 ~ 15 粒

□5 平均一天嚼 16 ~ 20 粒

□6 平均一天嚼 21 粒或以上

D. 個人特質

D1. 請依照你自己的情況，勾選適合的答案。

問　　項	1 總是如此	2 常常如此	3 有時如此	4 很少如此	5 從未如此
1. 我會準時把事情做完。	□	□	□	□	□
2. 即使知道不應該，我還是會晃一下，才開始念書、做功課。	□	□	□	□	□
3. 我在作業繳交日之前，就會把作業寫完。	□	□	□	□	□
4. 如果需要完成的作業很難，我會馬上開始做。	□	□	□	□	□
5. 我會拖到最後一刻，才開始做作業。	□	□	□	□	□
6. 當大家在聊天或討論事情的時候，我會插嘴。	□	□	□	□	□
7. 我可以依自己的計畫與目標把事情完成。	□	□	□	□	□
8. 想要念書的時候，我會專心念書，不受周圍的影響。	□	□	□	□	□
9. 我可以同時注意兩件事或做兩件事情 （如：邊寫作業、邊跟同學聊天）。	□	□	□	□	□
10. 我會事情做到一半就停下來，又去做其他事情。	□	□	□	□	□

D2. 請依照你自己的情況，勾選適合的答案。

項目	1 非常 符合	2 符合	3 有點 符合	4 不符合	5 非常 不符合
1. 我能達成大多數自己設立的目標。	□	□	□	□	□
2. 面對困難任務，我確信我能完成它。	□	□	□	□	□
3. 我能得到我所看重的成果。	□	□	□	□	□
4. 我相信任何我下定決心努力做的事都能成功。	□	□	□	□	□
5. 我有自信我可以成功的克服許多挑戰。	□	□	□	□	□
6. 我能有效的執行許多不同的任務。	□	□	□	□	□
7. 和他人相比，多數的任務我能做得非常好。	□	□	□	□	□
8. 即使事情很艱難，我也能表現得很好。	□	□	□	□	□

D3. 請依照你自己的情況，勾選適合的答案。

項目	1 非常 同意	2 部分 同意	3 不太 同意	4 非常 不同意
1. 我常常設定一個目標，之後又轉而去追求另一個目標。	□	□	□	□
2. 我曾在短時間內執著於某個觀念或計畫，但之後就失去興趣了。	□	□	□	□
3. 對於需要至少幾個月才能完成的計畫，我有困難保持專注力。	□	□	□	□
4. 新的觀念和新的計劃有時會轉移我的注意力。	□	□	□	□

D4. 以下是一些關於你的描述，請勾選最符合的選項。

項目	1 非常 同意	2 部分 同意	3 不太 同意	4 非常 不同意
1. 我理解我生命的意義。	□	□	□	□
2. 我有一個心裡認定、值得努力的人生目的。	□	□	□	□
3. 我很清楚什麼可以讓我的生命變得有意義。	□	□	□	□
4. 我知道自己為何存在當下，我清楚自己做事背後的意義與價值。	□	□	□	□

D5. 整體來說，你是個很快樂、快樂、普通、不快樂，還是很不快樂的人?

□1 很快樂　□2 快樂　□3 普通　□4 不快樂　□5 很不快樂

D6. 整體來說，你是個很幸福、幸福、普通、不幸福，還是很不幸福的人?

□1 很幸福　□2 幸福　□3 普通　□4 不幸福　□5 很不幸福

D7. 下面有七個題目，請你仔細閱讀每一題，來勾選最適合且能真正反應你自己的情形。

每一題答案都有四種選項，由非常同意至非常不同意，沒有一定對或錯。請你細心閱讀。

項目	1 非常 同意	2 部分 同意	3 不太 同意	4 非常 不同意
1. 我能發現藏在事物中的美好。	□	□	□	□
2. 我對自己不是特別滿意。	□	□	□	□
3. 我覺得生活充滿收穫。	□	□	□	□
4. 我對生活中的所有事物感到滿意。	□	□	□	□
5. 我不認為我看起來具有吸引力。	□	□	□	□
6. 我可以找到時間做我想要做的事物。	□	□	□	□
7. 對於過去，我沒有甚麼特別美好的回憶。	□	□	□	□

D8. 以下是一些關於你情感的描述，請針對平常狀態的情況進行答題，在你覺得最符合自己程度的選項上打勾。

項　　目	1 非常 符合	2 符合	3 有點 符合	4 不符合	5 非常 不符合
1. 如果有人一直挑釁，我可能會揍人。	□	□	□	□	□
2. 我發現自己常跟別人意見不合。	□	□	□	□	□
3. 有時候，我覺得人生中常遭遇不公平待遇。	□	□	□	□	□
4. 有些人逼人太甚，我會跟他們打起來。	□	□	□	□	□
5. 有人跟我意見不合時，我忍不住會跟他爭論。	□	□	□	□	□
6. 有時我會無緣無故發火。	□	□	□	□	□
7. 別人似乎總是運氣很好。	□	□	□	□	□
8. 我曾經威脅我認識的人。	□	□	□	□	□
9. 朋友說我有點愛爭論。	□	□	□	□	□
10. 我很難控制自己的脾氣。	□	□	□	□	□
11. 不知道為什麼有時候我對一些事情極為不滿。	□	□	□	□	□
12. 有時候我覺得自己就像一個隨時會爆炸的火藥桶。	□	□	□	□	□

D9. 以下是情緒的描述，請依【**過去一星期**】的情形，勾選最符合你的情形。

項目	1 總是 如此	2 常常 如此	3 有時 如此	4 很少 如此	5 從不 如此
1. 不太想吃東西，胃口很差	□	□	□	□	□
2. 覺得心情很不好	□	□	□	□	□
3. 覺得做每一件事情都很吃力	□	□	□	□	□
4. 睡不好覺	□	□	□	□	□
5. 覺得很快樂	□	□	□	□	□
6. 覺得很寂寞（孤單、沒伴）	□	□	□	□	□
7. 覺得身邊的人不要和你好（不友善）	□	□	□	□	□
8. 覺得日子（生活）過得不錯	□	□	□	□	□
9. 覺得很傷心	□	□	□	□	□
10. 提不起勁來做事（沒精神做事）	□	□	□	□	□

D10. 當你覺得心情低落或焦慮緊張，造成生活上明顯的困擾時，你會怎麼做？【**可複選**】

□a 什麼都不做　□b 自己想辦法解決　□c 找爸媽家人談或幫忙

□d 找同學朋友談或幫忙　□e 找老師談或幫忙　□f 上網找相關資料或問人

□g 找張老師專線或其他專業人員談或幫忙

□h 其他【**請說明**】_____

D11. 接下來會請問你幾個跟情緒有關的問題。請你仔細回想在**過去兩個禮拜**中，最能代表你的情緒狀況。

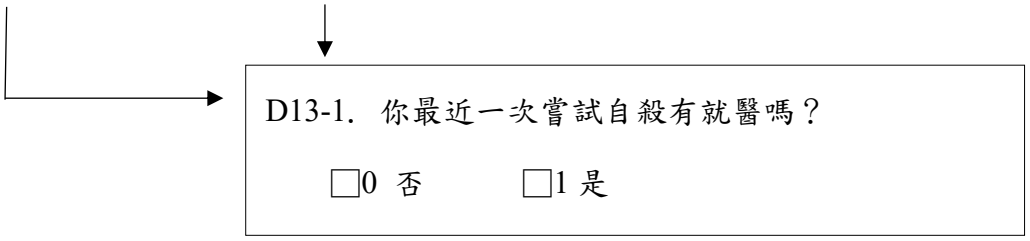
項目	0 完全不會 （0 天）	1 好幾天 （1-6 天）	2 一半以上的天數 （7-13 天）	3 幾乎每天 （14 天）
1. 感到緊張、不安或煩躁。	□	□	□	□
2. 無法停止或控制憂慮。	□	□	□	□

D12. 你曾經認真地考慮過要自殺？

□1.是，而且最近一年內有　□2.是，但最近一年內沒有　□3.否

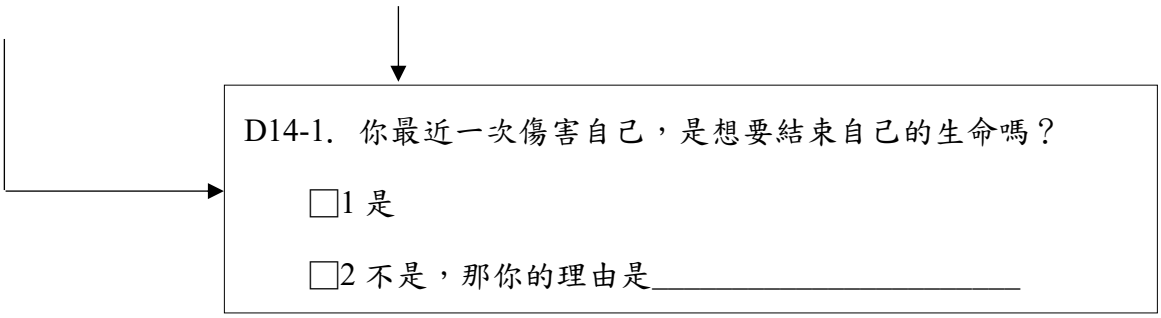
D13. 你是否曾嘗試過自殺？

□1.是，而且最近一年內有　□2.是，但最近一年內沒有　□3.否



D14. 你是否曾經故意傷害過自己嗎？

□1.是，而且最近一年內有　□2.是，但最近一年內沒有 □3.否



D15. 請在下列每個陳述的方格內勾選 （✓） **過去七天**這些情況在你身上有多常發生

項目	1 完全不會	2 一或兩次	3 幾乎每天	4 大概一天一次	5 一天一次以上
1. 我發現自己對空凝視而且腦袋一片空白。	□	□	□	□	□
2. 人、物品、或周遭的世界感覺奇怪或是不真實。	□	□	□	□	□
3. 我發現我對自己做過的事情沒有印象。	□	□	□	□	□
4. 當我獨處的時候，我會大聲對自己說話。	□	□	□	□	□
5. 我覺得我好像從霧中看這世界，所以人和東西看起來好像很遙遠或模糊不清。	□	□	□	□	□
6. 我能夠忽略疼痛。	□	□	□	□	□
7. 我在兩個情境的行為表現差異很大，好像我是兩個不同的人。	□	□	□	□	□
8. 我可以很輕鬆地做一些平常對我來說很困難的事情。	□	□	□	□	□

D16. 以下題目是為瞭解你的精神情況，請你仔細回想在**最近一星期中（包括今天）**，然後勾選一個你認為最能代表你經驗的答案。

項目	1 有	2 可能有	3 完全沒有
1. 某些人相信別人可以知道他們的想法。是否有人曾經知道你的想法？	□	□	□
2. 你是否曾經收過經由電視或其他傳播媒體只傳遞給你一個人的訊息？	□	□	□
3. 你是否曾經想過有人跟蹤或暗中監視你？	□	□	□
4. 你是否曾經聽見沒人聽得到的說話聲或聲響？	□	□	□
5. 你是否曾經覺得被一些特別力量控制?	□	□	□
6. 你是否曾經看到別人看不到的東西?	□	□	□
7. 你是否曾經感到彷彿你有超能力?	□	□	□

D17. 以下是關於你的描述，請勾選最符合的選項。

項目	1 非常 同意	2 部分 同意	3 不太 同意	4 非常 不同意
1. 我覺得做一個好兒女是很重要的事。	□	□	□	□
2. 我覺得當一個好兒女是需要努力的。	□	□	□	□
3. 我覺得當一個好兒女是壓力很大的事。	□	□	□	□
4. 我的學校老師認為我是一個好兒女。	□	□	□	□
5. 我的學校同學認為我是一個好兒女。	□	□	□	□
6. 我認為我自己是一個好兒女。	□	□	□	□

D18. 請在每個問題後面的「是」或「否」上打 v，問卷中沒有正確或錯誤的答案，請盡快回答，不必對每道題目的含意考慮太多。

項目	1 是	2 否
1. 你有許多不同的愛好嗎？	□	□
2. 你的心境常常時好時壞嗎？	□	□
3. 你是個健談的人嗎？	□	□
4. 你很活潑嗎？	□	□
5. 你常為你不該說或不該做的事情擔心嗎？	□	□
6. 在一個熱鬧的聚會上，你能放開自己玩得開心嗎？	□	□
7. 你喜歡結識新朋友嗎？	□	□
8. 你喜歡外出嗎？	□	□
9. 你常有內疚感嗎？	□	□
10. 你有許多朋友嗎？	□	□
11. 你常會擔心可怕的事情發生嗎？	□	□
12. 你常主動結交朋友嗎？	□	□
13. 你認為自己很緊張或繃的緊緊嗎？	□	□
14. 與別人在一起時，你通常是靜靜的嗎？	□	□
15. 你能輕易地使一個平淡的聚會活躍起來嗎？	□	□
16. 你喜歡講笑話或好玩的故事給朋友聽嗎？	□	□
17. 你會失眠嗎？	□	□
18. 你常覺得毫無緣由的很疲勞嗎？	□	□
19. 你常覺得生活很枯燥嗎？	□	□
20. 在一次難堪的經歷以後，你會擔心很久嗎？	□	□
21. 你覺得自己「有點神經兮兮」嗎？	□	□
22. 你常覺得孤單嗎？	□	□
23. 你喜歡周圍的環境充滿刺激嗎？	□	□
24. 別人覺得你很活潑嗎？	□	□
25. 在社交場合你總是躲在後面嗎？	□	□

D19. 你認為自己成年了嗎?

□0 尚未　□1 某方面是，某方面不是　□2 成年了

以下題目想了解您個人目前運用金錢、處理自己財務的情形和想法。

D20. 我清楚掌握自己收入和支出的狀況。

□1 非常不同意 □2 不同意 □3 普通 □4 同意 □5 非常同意

D21. 我買東西時，會仔細考慮自己是否負擔得起。

□1 非常不同意 □2 不同意 □3 普通 □4 同意 □5 非常同意

D22. 我有明確的財務目標，例如：設定某個金額的存款目標，或為了還學貸、進修或留學、買車等。

□1 是　□2 否 **【跳答第 D23 題】**

D22-1. 為了達成我的財務目標，我自己有做(或參與)財務上的規劃與管理。

□1 非常不同意 □2 不同意 □3 普通 □4 同意 □5 非常同意

D23.我通常按時繳納帳單和還款。

□1 非常不同意 □2 不同意 □3 普通 □4 同意 □5 非常同意

□6 不適用(不要需繳納帳單或還款)

D24.我非常了解金融服務與商品（例如銀行、保險及股票等等的服務及商品)。

□1 非常不同意 □2 不同意 □3 普通 □4 同意 □5 非常同意

D25.我會主動注意金融商品服務的資訊或尋求專業建議。

□1 非常不同意 □2 不同意 □3 普通 □4 同意 □5 非常同意

D26.我認為不論是儲蓄或投資，必然都有資金損失的風險。

□1 非常不同意 □2 不同意 □3 普通 □4 同意 □5 非常同意

D27.我覺得比起長期把錢存起來，花錢更令人感到滿足。

□1 非常不同意 □2 不同意 □3 普通 □4 同意 □5 非常同意

D28.當你遇到**生活上很難過或困擾**的時候，你曾經怎麼做，請勾選適合的答案。

項目	1 總是	2 常常	3 有時	4 偶而	5 從不
1. 我會去想怎麼說，或怎麼做。	□	□	□	□	□
2. 我相信有時候就是運氣不好。	□	□	□	□	□
3. 我為了更了解狀況，我會找別人討論。	□	□	□	□	□
4. 為了讓事情能順利完成，我會盡力去做我應該做的事。	□	□	□	□	□
5. 我會向我尊敬的親友請教。	□	□	□	□	□

D29.每個人生活中碰到一些事情或困難時，可能會有不同的想法和做法，但並沒有一定對或錯。

請問碰到下列問題所描述的情況時，你通常會怎麼想？請在 1 至 7 之間圈選適當的數字。

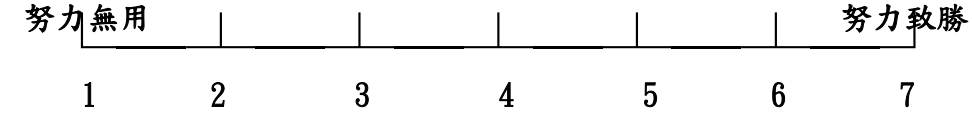
1. 對於學習新的事物或技能，我的態度通常是：



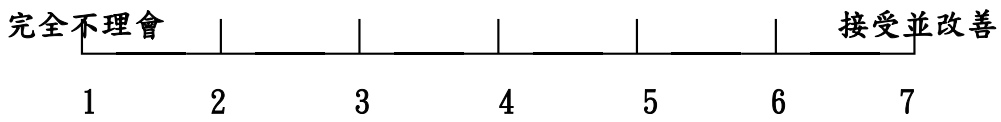
2. 在面對生活或學業上難以解決的困難時，我的態度通常是：



3. 對於「勤能補拙」的說法，我的態度通常是：



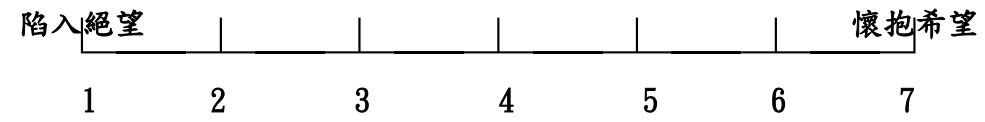
4. 別人針對我言行上的批評，我的態度通常是：



5. 看到別人表現比我好時，我的態度通常是：



6. 碰到重大的挫折時，我的態度通常是：



E.社會關係

E1. 你有沒有可以跟他/她講秘密的好朋友？

□0 沒有　　□1 有，大概有_____個

E2. 你有沒有男朋友或女朋友？

□0 從來沒有　　□1 有，曾經有過，現在沒有　　□2 有，現在有

E3. 你有沒有和男/女朋友接吻過？

□0 沒有　　□1 有

E4.請問下列哪個選項最適合用來描述你自己？

□1 異性戀　　□2 同性戀　　□3 雙性戀　　□4 其他**【請說明】**_____

E5. 你有沒有和伴侶或別人發生過性交行為？

□0 沒有　　□1 有

E6.一般發生性交行為時，常會採取一些措施來保護彼此；請問你或伴侶在最近一次發生性交行為時，有沒有採用以下任一種措施（來避免懷孕呢）？

□0 我從來沒有和別人發生過性交行為　　□1 沒有避孕

□2 吃避孕藥　　□3 有用保險套

□4 避孕器　　□5 注射、貼片、避孕環

□6 性交中斷法或其他一些方法　　□7 我不知道

根據我國法律，性騷擾是指「除性侵害犯罪外，在違反他人意願的情況下，執行與性或性別有關的行為，包括傳播文圖、影音，及使用歧視、侮辱的言語和行為，亦包括跟蹤和騷擾的行徑，使受害者感到不舒服，心生畏懼，甚而影響其工作和生活的事件。」

E7.請問你從小到大是否曾經遭遇過性騷擾讓你感到不舒服，心生畏懼，甚而影響工作和生活？

□1 有

□2 沒有

□3 不確定

□4 不知道

E7-1.請問你最近一次被性騷擾的經驗是在幾歲的時候？
□1: ____歲　　□2 不確定

E8. **最近半年**，是否有人曾經透過電郵、簡訊、臉書、IG、LINE 或其他通訊軟體:

項目	1 總是 如此	2 常常 如此	3 有時 如此	4 很少 如此	5 從不 如此
1. 辱罵、侮辱、嘲笑你	□	□	□	□	□
2. 威脅或恐嚇你	□	□	□	□	□
3. 散佈不實的謠言來毀謗中傷你	□	□	□	□	□
4. 未經你同意而散布與性或性別有關之文字、聲音、圖畫、照片或影像等個人私密資料	□	□	□	□	□

E9. 請根據題目的敘述，在合適的選項上勾選

項目	1 總是 如此	2 常常 如此	3 有時 如此	4 很少 如此	5 從不 如此
1. 我的同學/朋友關心注意我。	□	□	□	□	□
2. 我的同學/朋友會邀請我一起參與活動。	□	□	□	□	□
3. 我的同學/朋友會找時間與我一起做事。	□	□	□	□	□
4. 我會關心我的同學/朋友。	□	□	□	□	□
5. 我會邀請我的同學/朋友一起參與活動。	□	□	□	□	□

E10. 對你來說，以下有關你和爸爸媽媽（或主要照顧你的人）平常的互動情況，是「總是」、「常常」、「有時」、「很少」，還是「從不」？

項目	1 總是 如此	2 常常 如此	3 有時 如此	4 很少 如此	5 從不 如此
1. 在做跟你有關的決定時，他/她會詢問你的意見。	□	□	□	□	□
2. 當你心情不好時，他/她會安慰你。	□	□	□	□	□
3. 當你做錯事的時候，他/她會罵你或處罰你。	□	□	□	□	□

E11. 你**目前**主要的居住安排是：

□1 和家人同住　　□2 與親戚同住

□3 自行在外租屋　　□4 住宿舍

□5 其他【請說明】 _____

E12. 整體而言，你同不同意，在你住的附近走動是安全的？

□1 非常同意　□2 部分同意　　□3 不太同意　　□4 非常不同意

E13. 整體而言，你對自己目前的居住安排與環境滿意度為？

□1 非常滿意　□2 滿意　　□3 有點滿意　　□4 不滿意　　□5 非常不滿意

E14. 你不住在家裡時，多久和家裡聯絡一次？(包括用電話、通訊軟體)

□1 幾乎每天都會聯絡　　□4 半年 1、2 次

□2 每星期 1、2 次　　□5 幾乎沒有聯絡過

□3 每個月 1、2 次　　□6 其他**【請說明】**_____

E15. 你認為社會上大多數人都可以信任，或是對人還是小心一點比較好？

□1 多數人都可以信任　□2 一半一半　□3 還是小心一點比較好

E16. 你認為社會上一般人都願意幫助別人，還是多半只管自己的事？

□1 通常願意幫助別人　□2 一半一半　□3 多半只管自己的事

F. 基本資料

F1. 請問你**目前**的就學狀態為？

□1 就學中　□2 升學補習中**【跳答 F7】**　□3 未就學、未升學補習**【跳答 F7】**

□4 其他**【請說明】**_____**【跳答 F7】**

F2. 請問你**目前**就讀高級中等學校(高中)、高級中等學校(高職)、五年制專科(五專)，還是大學？

□1 高級中等學校(高中)　□2 高級中等學校(高職)　□3 五年制專科(五專)　□4 大學

□5 其他**【請說明】**_____

F3. 請問你就讀**高級中等學校(高中職)/五年制專科(五專)**學校名稱是：_____，

學校位在：

□0 未就讀**高級中等學校(高中職)/五年制專科(五專)**

□1 臺灣：_____縣/市

□2 臺灣以外

F4. 請問**已錄取/就讀中**的**大學**學校名稱是：_____，學校位在：

□1 臺灣：_____縣/市_____鄉鎮市區

□2 臺灣以外

□3 尚未登記分發/公布

F5. 請回想一下，你當初選擇現在就讀學校科系的最主要考量因素是？

□1. 未來就業市場考量　□2. 個人興趣考量

□3. 考試分數落在這個科系　□4. 父母或師長建議

F6. 如果有機會重新選擇，你是否會選擇和目前相同的科系？

□1. 一定會　□2. 很可能會　□3. 很可能不會　□4. 一定不會

F7. 請問你**目前**的工作狀態為?

□1 無工作【**跳答 F9**】

□2 全職工作：每週大約_____小時

□3 兼職工作：每週大約_____小時

F8. 你工作的最主要理由是?

□1 補貼家用

□2 增加社會經驗、學習一技之長

□3 用在學校或生活所需要的花費

□4 買自己想要的東西

□5 儲蓄以備不時之需

□6 其他【**請說明**】_____

F9. 相較於你的同儕，你覺得你家的經濟狀況如何？

□1 差很多　□2 差一點　□3 差不多　□4 好一點　□5 好很多

F10. 你的學雜費主要支付來源是：

□1 家人支應

□2 工作(讀)收入

□3 就學貸款

□4 獎助學金或津貼補助

□5 其他【**請說明**】_____

□6 目前無就學

F11. 請問你**目前**平均每月的收入（含零用錢）大約有多少？_____元

F12. 上述這些金錢的主要來源是：

□1 全部來自工作(讀)收入

□2 大部分來自工作(讀)收入，少部分來自家人供給

□3 工作(讀)收入與家人供給各半

□4 大部分來自家人供給，小部分來自工作(讀)收入

□5 全部來自家人供給

□6 其他**【請說明】**_____

F13. 請問你每個月的收入（含零用錢）減掉生活費支出之後，一般是下列何種狀況?

□1 收入大於支出很多

□2 收入大於支出一些

□3 收支平衡

□4 入不敷出（收入小於支出）

F14. 請問你**目前**的婚姻狀況為何？

□1 從未結婚 □2 已婚**【跳答 F16】** □3 離婚 □4 喪偶

□4 其他**【請說明】**_____

F15. 請問你將來想不想結婚？

□1 想　□2 不一定　□3 不想

F16. 你希望一生總共有幾個小孩？

□1 不想要有小孩　□2 希望有_____個小孩

F17. 請問你**目前**有小孩嗎?

□1 沒有　□2 有 （懷孕中的小孩不算）

F18. 為方便下次調查，請問你是否同意提供你的聯絡資訊？

□0 不同意

□1 同意，聯絡信箱：_____[例如：tbcsXXX@gmail.com]

聯絡手機：_____[例如：0912123456]

【電子信箱帳號中若同時存在著英文及數字，需請您協助在旁註記（為英文或數字），以利清楚辨識。(例如：英文 o 及數字 0，英文小寫 l 及數字 1，以免混淆不易辨認。)】

謝謝你的協助，如果你有情緒上的困擾，你並不孤單，可以求助於信賴的親友、同儕或師長等，也可以尋求醫療或心理專業協助，若有緊急諮詢的需求，也可以撥打衛生福利部 24 小時免付費安心專線 1925。

結束填寫時間：□1 上午　□2 下午　_____時_____分（24 小時制）

完成填寫日期：_____月_____日

【問卷到此結束，請再詳細檢查一遍有沒有漏填的題目，

並將問卷放入信封袋中，交給訪員。謝謝你!】