



KIDSCREEN-52

兒童及青少年健康問卷

兒童及青少年版本

八至十八歲

日期: _____
 年 月

你好，

你好嗎？你的感覺如何？這就是我們希望你告訴我們的。

請仔細閱讀每一個問題。你心目中最先想到的是哪個答案呢？選擇最適合你的答案，並在相應的圓圈打對號。

請記住：這不是一個考試，所以沒有錯誤的答案。重要的是請你回答完所有的問題，並讓我們看清楚你的標記。請回想你過去一個星期的經歷，然後選出你的答案。

你不必向任何人展示你的答案。此外，當完成問卷後，你的答案也絕對不會被任何認識你的人翻閱。

1. 體力活動與健康

1.

一般來說，你會怎樣形容自己的健康狀況？

☺

- 極好
- 很好
- 好
- 一般
- 差

回想過去一個星期 ...

	一點也不	有一點	一般	非常	極度
2. 你感到身體狀態良好嗎？	一點也不 <input type="radio"/>	有一點 <input type="radio"/>	一般 <input type="radio"/>	非常 <input type="radio"/>	極度 <input type="radio"/>
3. 你參加過體育鍛鍊嗎 (如跑步、爬山、騎自行車)？	一點也不 <input type="radio"/>	有一點 <input type="radio"/>	一般 <input type="radio"/>	非常 <input type="radio"/>	極度 <input type="radio"/>
4. 你能夠輕鬆地跑步嗎？	一點也不 <input type="radio"/>	有一點 <input type="radio"/>	一般 <input type="radio"/>	非常 <input type="radio"/>	極度 <input type="radio"/>

回想過去一個星期 ...

	從不	很少	有時	經常	總是
5. 你感到精力充沛嗎？	從不 <input type="radio"/>	很少 <input type="radio"/>	有時 <input type="radio"/>	經常 <input type="radio"/>	總是 <input type="radio"/>

2. 感覺

回想過去一個星期 ...

	一點也不	有一點	一般	非常	極度
1. 你的生活快樂嗎？	一點也不 <input type="radio"/>	有一點 <input type="radio"/>	一般 <input type="radio"/>	非常 <input type="radio"/>	極度 <input type="radio"/>

2. 你為活著感到高興嗎?	一點也不	有一點	一般	非常	極度
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. 你對你的生活感到滿意嗎?	一點也不	有一點	一般	非常	極度
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

回想過去一個星期 ...

	從不	很少	有時	經常	總是
4. 你的心情好嗎?	從不 <input type="radio"/>	很少 <input type="radio"/>	有時 <input type="radio"/>	經常 <input type="radio"/>	總是 <input type="radio"/>
5. 你感到愉快嗎?	從不 <input type="radio"/>	很少 <input type="radio"/>	有時 <input type="radio"/>	經常 <input type="radio"/>	總是 <input type="radio"/>
6. 你開心地玩耍了嗎?	從不 <input type="radio"/>	很少 <input type="radio"/>	有時 <input type="radio"/>	經常 <input type="radio"/>	總是 <input type="radio"/>

3. 總體心情

回想過去一個星期 ...

	從不	很少	有時	經常	總是
1. 你感到自己做所有事情都非常差嗎?	從不 <input type="radio"/>	很少 <input type="radio"/>	有時 <input type="radio"/>	經常 <input type="radio"/>	總是 <input type="radio"/>
2. 你感到悲傷嗎?	從不 <input type="radio"/>	很少 <input type="radio"/>	有時 <input type="radio"/>	經常 <input type="radio"/>	總是 <input type="radio"/>
3. 你感到心情差得不想做任何事情嗎?	從不 <input type="radio"/>	很少 <input type="radio"/>	有時 <input type="radio"/>	經常 <input type="radio"/>	總是 <input type="radio"/>
4. 你感到生活中的一切都不理想嗎?	從不 <input type="radio"/>	很少 <input type="radio"/>	有時 <input type="radio"/>	經常 <input type="radio"/>	總是 <input type="radio"/>
5. 你感到厭煩了嗎?	從不 <input type="radio"/>	很少 <input type="radio"/>	有時 <input type="radio"/>	經常 <input type="radio"/>	總是 <input type="radio"/>
6. 你感到孤獨嗎?	從不 <input type="radio"/>	很少 <input type="radio"/>	有時 <input type="radio"/>	經常 <input type="radio"/>	總是 <input type="radio"/>
7. 你感到有壓力嗎?	從不 <input type="radio"/>	很少 <input type="radio"/>	有時 <input type="radio"/>	經常 <input type="radio"/>	總是 <input type="radio"/>

4. 關於自己

回想過去一個星期 ...		從不	很少	有時	經常	總是
1.	你對現在的自己滿意嗎?	從不 <input type="radio"/>	很少 <input type="radio"/>	有時 <input type="radio"/>	經常 <input type="radio"/>	總是 <input type="radio"/>
2.	你對自己的穿著滿意嗎?	從不 <input type="radio"/>	很少 <input type="radio"/>	有時 <input type="radio"/>	經常 <input type="radio"/>	總是 <input type="radio"/>
3.	你擔心過自己的外貌嗎?	從不 <input type="radio"/>	很少 <input type="radio"/>	有時 <input type="radio"/>	經常 <input type="radio"/>	總是 <input type="radio"/>
4.	你嫉妒過其他男生/女生的外貌嗎?(“嫉妒”是指對其他人不滿或吃醋的感覺)	從不 <input type="radio"/>	很少 <input type="radio"/>	有時 <input type="radio"/>	經常 <input type="radio"/>	總是 <input type="radio"/>
5.	關於你的身體，你想改變什麼嗎? (如 體重、身高等)	從不 <input type="radio"/>	很少 <input type="radio"/>	有時 <input type="radio"/>	經常 <input type="radio"/>	總是 <input type="radio"/>

5. 空閒時間

回想過去一個星期 ...		從不	很少	有時	經常	總是
1.	你有足夠的時間給自己嗎?	從不 <input type="radio"/>	很少 <input type="radio"/>	有時 <input type="radio"/>	經常 <input type="radio"/>	總是 <input type="radio"/>
2.	你在有空時能做自己想做的事情嗎?	從不 <input type="radio"/>	很少 <input type="radio"/>	有時 <input type="radio"/>	經常 <input type="radio"/>	總是 <input type="radio"/>
3.	你有足夠的機會在室外嗎?	從不 <input type="radio"/>	很少 <input type="radio"/>	有時 <input type="radio"/>	經常 <input type="radio"/>	總是 <input type="radio"/>
4.	你有足夠的時間與朋友見面嗎?	從不 <input type="radio"/>	很少 <input type="radio"/>	有時 <input type="radio"/>	經常 <input type="radio"/>	總是 <input type="radio"/>
5.	你能在有空時選擇自己想要做的事情 嗎?	從不 <input type="radio"/>	很少 <input type="radio"/>	有時 <input type="radio"/>	經常 <input type="radio"/>	總是 <input type="radio"/>

6. 家人與家庭生活

回想過去一個星期 ...

	一點也不	有一點	一般	非常	極度
1. 你的父母了解你嗎?	一點也不 <input type="radio"/>	有一點 <input type="radio"/>	一般 <input type="radio"/>	非常 <input type="radio"/>	極度 <input type="radio"/>
2. 你感到父母愛你嗎?	一點也不 <input type="radio"/>	有一點 <input type="radio"/>	一般 <input type="radio"/>	非常 <input type="radio"/>	極度 <input type="radio"/>

回想過去一個星期 ...

	從不	很少	有時	經常	總是
3. 你在家過得快樂嗎?	從不 <input type="radio"/>	很少 <input type="radio"/>	有時 <input type="radio"/>	經常 <input type="radio"/>	總是 <input type="radio"/>
4. 父母有足夠的時間跟你相處嗎?	從不 <input type="radio"/>	很少 <input type="radio"/>	有時 <input type="radio"/>	經常 <input type="radio"/>	總是 <input type="radio"/>
5. 父母對你公平嗎?	從不 <input type="radio"/>	很少 <input type="radio"/>	有時 <input type="radio"/>	經常 <input type="radio"/>	總是 <input type="radio"/>
6. 當你想跟父母聊天時，你可以聊嗎?	從不 <input type="radio"/>	很少 <input type="radio"/>	有時 <input type="radio"/>	經常 <input type="radio"/>	總是 <input type="radio"/>

7. 金錢問題

回想過去一個星期 ...

	從不	很少	有時	經常	總是
1. 你有足夠的錢去做一些朋友都做的事情嗎?	從不 <input type="radio"/>	很少 <input type="radio"/>	有時 <input type="radio"/>	經常 <input type="radio"/>	總是 <input type="radio"/>
2. 你有足夠的錢用來花嗎?	從不 <input type="radio"/>	很少 <input type="radio"/>	有時 <input type="radio"/>	經常 <input type="radio"/>	總是 <input type="radio"/>

回想過去一個星期 ...

	一點也不	有一點	一般	非常	極度
--	------	-----	----	----	----

3. 你有足夠的錢跟朋友參加活動嗎?

一點也不

有一點

一般

非常

極度

8. 朋友

回想過去一個星期 ...

	從不	很少	有時	經常	總是
1. 你有時間跟朋友相處嗎?	從不 <input type="radio"/>	很少 <input type="radio"/>	有時 <input type="radio"/>	經常 <input type="radio"/>	總是 <input type="radio"/>
2. 你跟其他男生/女生一起參加過活動嗎?	從不 <input type="radio"/>	很少 <input type="radio"/>	有時 <input type="radio"/>	經常 <input type="radio"/>	總是 <input type="radio"/>
3. 你跟朋友玩得開心嗎?	從不 <input type="radio"/>	很少 <input type="radio"/>	有時 <input type="radio"/>	經常 <input type="radio"/>	總是 <input type="radio"/>
4. 你跟朋友互相幫忙嗎?	從不 <input type="radio"/>	很少 <input type="radio"/>	有時 <input type="radio"/>	經常 <input type="radio"/>	總是 <input type="radio"/>
5. 你能跟朋友談論所有事情嗎?	從不 <input type="radio"/>	很少 <input type="radio"/>	有時 <input type="radio"/>	經常 <input type="radio"/>	總是 <input type="radio"/>
6. 你能信任你的朋友嗎?	從不 <input type="radio"/>	很少 <input type="radio"/>	有時 <input type="radio"/>	經常 <input type="radio"/>	總是 <input type="radio"/>

9. 學校與學習

回想過去一個星期 ...

	一點也不	有一點	一般	非常	極度
1. 你在學校快樂嗎?	一點也不 <input type="radio"/>	有一點 <input type="radio"/>	一般 <input type="radio"/>	非常 <input type="radio"/>	極度 <input type="radio"/>
2. 你在學校的成績理想嗎?	一點也不 <input type="radio"/>	有一點 <input type="radio"/>	一般 <input type="radio"/>	非常 <input type="radio"/>	極度 <input type="radio"/>
3. 你對老師感到滿意嗎?	一點也不 <input type="radio"/>	有一點 <input type="radio"/>	一般 <input type="radio"/>	非常 <input type="radio"/>	極度 <input type="radio"/>

回想過去一個星期 ...

	從不	很少	有時	經常	總是
4. 你能專心上課嗎?	從不 <input type="radio"/>	很少 <input type="radio"/>	有時 <input type="radio"/>	經常 <input type="radio"/>	總是 <input type="radio"/>
5. 你喜歡上學嗎?	從不 <input type="radio"/>	很少 <input type="radio"/>	有時 <input type="radio"/>	經常 <input type="radio"/>	總是 <input type="radio"/>
6. 你跟老師相處得好嗎?	從不 <input type="radio"/>	很少 <input type="radio"/>	有時 <input type="radio"/>	經常 <input type="radio"/>	總是 <input type="radio"/>

10. 欺凌

回想過去一個星期 ...

	從不	很少	有時	經常	總是
1. 你害怕其他男生/女生嗎?	從不 <input type="radio"/>	很少 <input type="radio"/>	有時 <input type="radio"/>	經常 <input type="radio"/>	總是 <input type="radio"/>
2. 其他男生/女生取笑過你嗎?	從不 <input type="radio"/>	很少 <input type="radio"/>	有時 <input type="radio"/>	經常 <input type="radio"/>	總是 <input type="radio"/>
3. 其他男生/女生欺負過你嗎?	從不 <input type="radio"/>	很少 <input type="radio"/>	有時 <input type="radio"/>	經常 <input type="radio"/>	總是 <input type="radio"/>