



測驗說明

✓ 測驗目的：

幫助學生評估自己的心理健康狀況，
做為自我了解與尋求輔導協助參考。

✓ 測驗實施：

- 測驗題目共110題，以畫卡方式作答。
- 作答時間約20分鐘。

測驗資料 發放

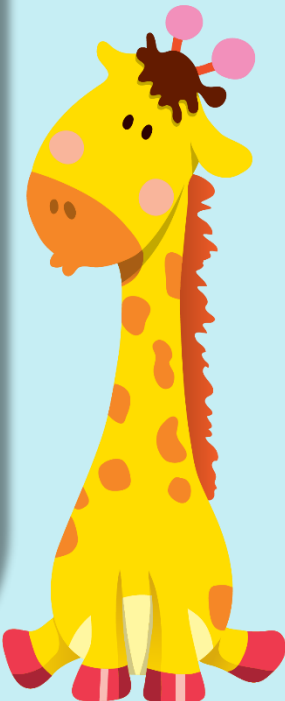


1. 題本
2. 測驗同意書
3. 作答卡

測驗同意書

測驗結果的運用

- 透過「學生資訊系統」提供你個人的測驗結果資料。
- 提供院系導師、教官、住宿輔導組、生活輔導組作為輔導學生的參考。
- 測驗資料將進行整體性統計，以瞭解同學們的共同需求，規劃服務方案。
- 測驗結果若顯示為一般常態，健康暨諮商中心不會與你聯絡；如果你想個別了解測驗結果，可主動與健康暨諮商中心聯繫。
- 若測驗結果顯示你需要關懷，健康暨諮商中心將會主動與你聯絡，邀請你就測驗結果進行個別討論。
- 你所填寫的測驗同意書、答案卡，將於4年後一併銷毀。



電腦作答卡

- 請使用2B鉛筆作答

姓 名：	
性 別：	☐ 男 ☐ 女
學 校：	
科 系：	(進修部同學請註明)
年 級：	☐ 一 ☐ 二 ☐ 三 ☐ 四
施測日期：	



※學號英文字母部分，不用劃卡，
只需劃記「數字部分」。



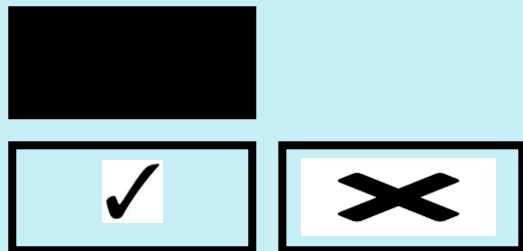
範例	5	0	1	2	3	4		6	7	8	9
學號 (座號、代碼)	1	0		2	3	4	5	6	7	8	9
	2	0	1		3	4	5	6	7	8	9
	3	0	1	2		4	5	6	7	8	9
	4	0	1	2	3		5	6	7	8	9
	5	0	1	2	3	4		6	7	8	9
	6	0	1	2	3	4	5		7	8	9
	7	0	1	2	3	4	5	6		8	9
	8	0	1	2	3	4	5	6	7		9
	.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
		0	1	2	3	4	5	6	7	8	9



測驗題本

- 本量表目的在幫助您評估自己的心理健康狀況。
- 依據你真實的情況，選出一個最適合你的答案，並將答案卡畫好畫滿。
- 範例：

正確
錯誤



注意事項

- 請將手機關機或轉為震動
- 請勿在題本上做任何畫記
- 勿與他人交談，有問題可舉手發問
- 不參加測驗者，請勿離席





開始作答

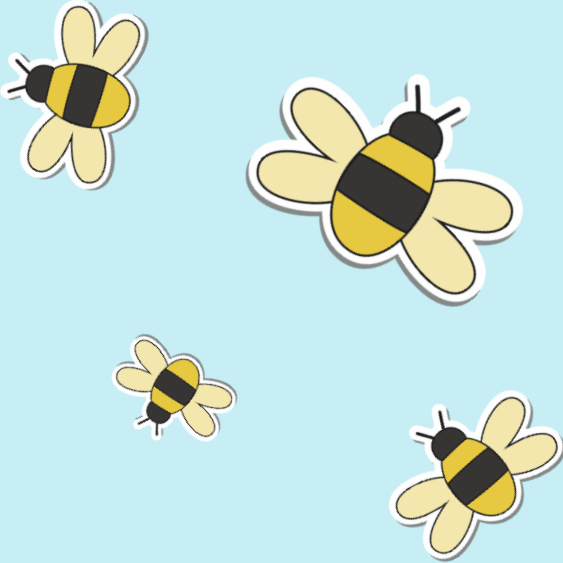
繳回測驗

請將同意書及答案卡夾
在題本中間繳回



測驗結束





測驗結果
怎麼看？



範例

	效標指標	總量表	憂鬱傾向	焦慮傾向	自傷傾向	衝動行為	精神困擾
原始分數	13	235	53	55	39	49	39
百分等級	40	85	93	84	68	81	59

歡迎在收到測驗結果後，到健康暨諮商中心進行討論與瞭解！

原始分數
代表測驗

① 指會
會有無
的情況
② 原始分
程度越

憂鬱傾向：

① 指會感到緊張
心情不寧、易
② 原始分數及百
度越高

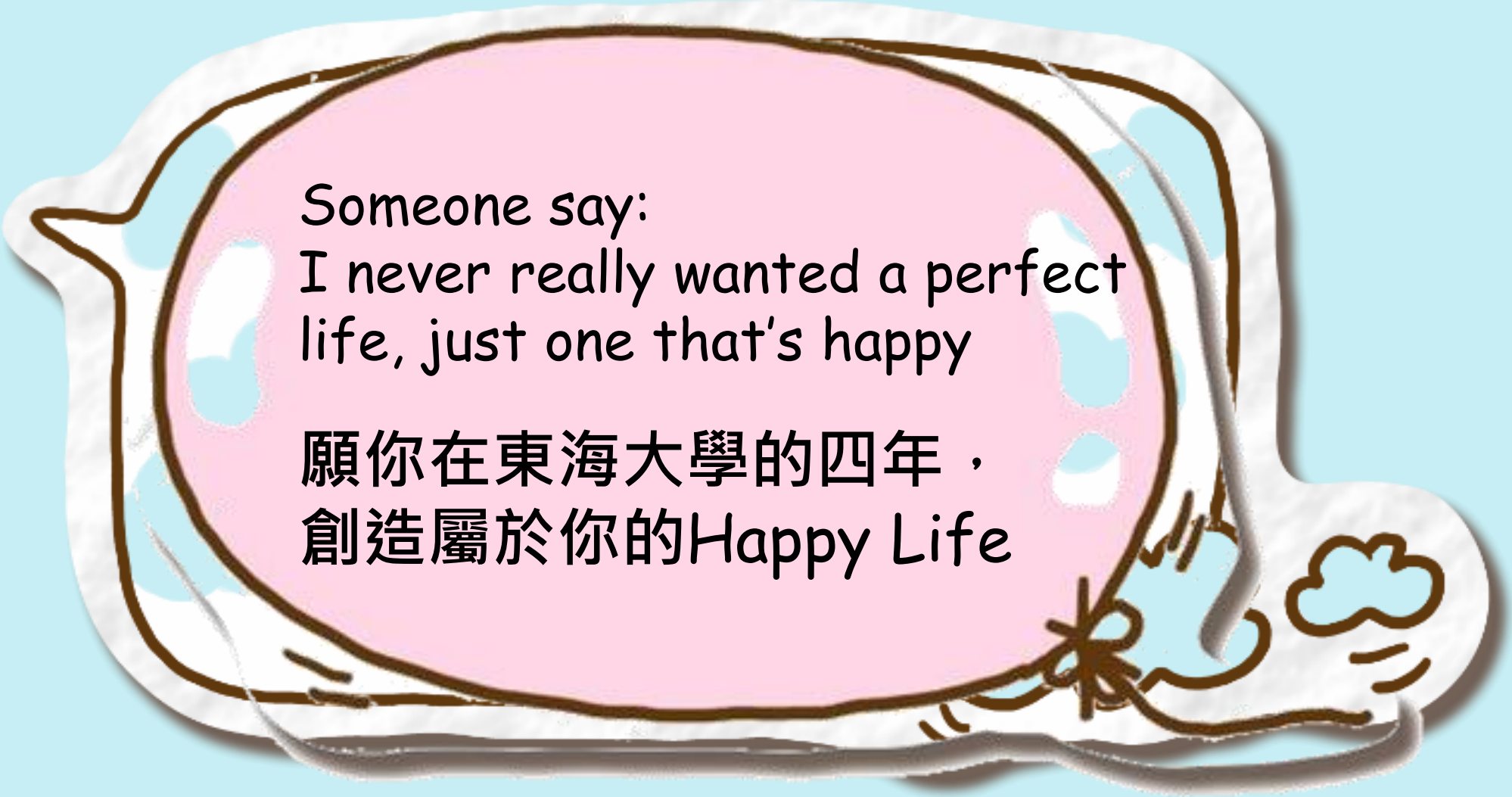


① 指會出
度，可
害自己
② 原始分
我傷害

① 指會出現不尋常思考或行為動作
的程度，包括被迫害感、出現幻
覺及情感冷漠等情況。
② 原始分數及百分等級越高，代表
越有精神層面的困擾



最後.....



Someone say:
I never really wanted a perfect
life, just one that's happy

願你在東海大學的四年，
創造屬於你的Happy Life