Tagay S, Düllmann S, Senf W. 2008 ©

说明：以下您会看到一系列有关生活中各个方面的陈述，请您认真通读每条陈述，然后对该陈述与您自身情况的符合程度做出相应的评分（0=从不符合，1=有时符合，2=经常符合，3=总是符合）。
请您注意我们的陈述涉及到两个不同的时期：
1、在过去的4个星期里，该陈述与您生活中的实际情况的符合程度
2、在过去的3年里，该陈述与您生活中的实际情况的符合程度
您的回答将会得到保密，请您认真完成所有问题，避免漏题。

ERI

	过去4周				过去3年			
	完全不符合	有时符合	经常符合	总是符合	完全不符合	有时符合	经常符合	总是符合
1. 我的世界是不设防的，喜欢充满惊喜	⓪	①	②	③	⓪	①	②	③
2. 日常活动令我感到快乐和满足	⓪	①	②	③	⓪	①	②	③
3. 我会同朋友或家人定期一起活动	⓪	①	②	③	⓪	①	②	③
4. 我能够信赖对我而言非常重要的人	⓪	①	②	③	⓪	①	②	③
5. 我能够很快地摆脱事业或学习上的挫败	⓪	①	②	③	⓪	①	②	③
6. 我经常利用对上帝的信仰或其它强大的力量来克服困境	⓪	①	②	③	⓪	①	②	③
7. 在事业方面，我能够很好地行使自己的权利	⓪	①	②	③	⓪	①	②	③
8. 我十分重视行为的自主	⓪	①	②	③	⓪	①	②	③
9. 我的生活我自己掌握	⓪	①	②	③	⓪	①	②	③
10. 我喜欢与人竞争	⓪	①	②	③	⓪	①	②	③
11. 我了解自己内心的感受和需要	⓪	①	②	③	⓪	①	②	③
12. 即使处于绝望的环境当中，我仍然相信自己以及自己的能力	⓪	①	②	③	⓪	①	②	③
13. 我有好的经济保障	⓪	①	②	③	⓪	①	②	③
14. 对于困难的问题，我倾向于稍后再解决	⓪	①	②	③	⓪	①	②	③
15. 我经常亲近大自然（如散步、骑自行车旅行）	⓪	①	②	③	⓪	①	②	③
16. 通常我能得到生活中我所想要的	⓪	①	②	③	⓪	①	②	③
17. 我不相信命运和运气	⓪	①	②	③	⓪	①	②	③
18. 即使处于压力下，我也不会紧张	⓪	①	②	③	⓪	①	②	③
19. 我是一个讨人喜欢的人	⓪	①	②	③	⓪	①	②	③
20. 当我意识到有更好地选择时，我能够改变自己的计划	⓪	①	②	③	⓪	①	②	③

	过去4周				过去3年			
	完全不符合	有时符合	经常符合	总是符合	完全不符合	有时符合	经常符合	总是符合
21. 我喜欢跟人们聚在一起	⓪	①	②	③	⓪	①	②	③
22. 我的生活有明确的目标	⓪	①	②	③	⓪	①	②	③
23. 我认识足够多的能在困难时刻支持我的人	⓪	①	②	③	⓪	①	②	③
24. 我信任对我而言非常重要的人	⓪	①	②	③	⓪	①	②	③
25. 我可以较好地处理个人的失落	⓪	①	②	③	⓪	①	②	③
26. 拒绝他人的请求对我来说很困难	⓪	①	②	③	⓪	①	②	③
27. 我非常重视独立	⓪	①	②	③	⓪	①	②	③
28. 对我来说，发展个人的能力和才华很重要	⓪	①	②	③	⓪	①	②	③
29. 我能够坦诚表达自己的感受	⓪	①	②	③	⓪	①	②	③
30. 我生活在一个能够较好地发展自身能力的环境当中	⓪	①	②	③	⓪	①	②	③
31. 我喜欢亲近大自然	⓪	①	②	③	⓪	①	②	③
32. 当遇到一个无法立刻解决的问题时，我倾向于放弃	⓪	①	②	③	⓪	①	②	③
33. 我常常认为，生活中发生的事件是偶然事件的结合	⓪	①	②	③	⓪	①	②	③
34. 我总是尝试着在我无法改变的困境中做到最好	⓪	①	②	③	⓪	①	②	③
35. 我了解自己的优势和劣势	⓪	①	②	③	⓪	①	②	③
36. 当听到其他有说服力的理由时，我通常不坚持自己的观点	⓪	①	②	③	⓪	①	②	③
37. 我可以应付突发状况	⓪	①	②	③	⓪	①	②	③
38. 我有引导自我行为的准则	⓪	①	②	③	⓪	①	②	③
39. 在我的生活中，我知道谁能同我一起分担我的忧虑	⓪	①	②	③	⓪	①	②	③
40. 同对我而言非常重要的人在情感上的亲近让我感到愉快	⓪	①	②	③	⓪	①	②	③
41. 我努力从挫折中学习和成长	⓪	①	②	③	⓪	①	②	③
42. 对于请求别人的帮助，我感到很困难	⓪	①	②	③	⓪	①	②	③
43. 我能表达自己的需求	⓪	①	②	③	⓪	①	②	③
44. 我体会不到，现存的环境能促进我的发展	⓪	①	②	③	⓪	①	②	③
45. 我乐于承担责任	⓪	①	②	③	⓪	①	②	③
46. 我认为我的生活常常受到他人的控制	⓪	①	②	③	⓪	①	②	③

以下的2条开放性问题涉及到过去3年内您生活中所发生的可能性的特殊事件

47. 在过去3年里，您的生活或工作上有没有出现过重大的负性事件？（如离婚，严重的疾病，工作上被人诽谤、失业）

无 ○ 有○

如果有，是什么： _____

48. 在您过去3年的私人生活里或是工作中有没有深刻的、积极的变化？（例如，结婚、生子、与重要人物关系的改善、升职等）

无 ○ 有○

如果有，是什么： _____