

台灣國中生校園生活狀況調查

1. 請判斷以下敘述與你的真實情況是否相符，並在每項敘述下勾選出最合適的答案

	非常不同意	不同意	同意	非常同意
整體來說，我對自己感到滿意。				
我覺得自己有許多優點。				
我有時覺得自己是個無用的人				
我覺得自己是個有價值的人，至少不比別人差。				

2. 請判斷以下敘述與你的真實情況是否相符，並在每項敘述下勾選出最合適的答案

	非常不同意	不同意	普通	同意	非常同意
我覺得老師接受我本來的樣子					
我感覺老師關心我這個人					
我對老師感到非常信任					
我覺得老師上課都很認真					
我覺得老師會關心學生的想法或狀況					

3. 請幫學校打分數 1-5 分，分數越高代表越喜歡或越滿意

課程有趣、多元（例如特色課程）_____ 分

校園環境漂亮、設備完善 _____ 分

同學間友善，沒有霸凌或欺負人的情況 _____ 分

校內活動豐富（運動會、比賽、社團活動）_____ 分

校規與管理是合理的_____ 分

4. 我平均一天睡眠時間約為：☐ (1) 5 小時以下 ☐ (2) 5 小時以上未滿 6 小時 ☐ (3) 6 小時以上未滿 7 小時 ☐ (4) 7 小時以上未滿 8 小時 ☐ (5) 超過 8 小時

5. 我平日的通勤(上下學)來回時間約為：

☐ (1) 15 分鐘以內 ☐ (2) 15 分鐘以上未滿 30 分鐘 ☐ (3) 30 分鐘以上未滿 1 小時

☐ (4) 1 小時以上未滿 1.5 小時 ☐ (5) 1.5 小時以上未滿 2 小時 ☐ (6) 超過 2 小時

6. 我通常幾點放學或離開學校？（含第八節、社團或晚自習）

☐ (1) 下午 4 點以前 ☐ (2) 下午 4 點以後未滿 5 點 ☐ (3) 下午 5 點以後未滿 6 點

☐ (4) 晚上 6 點以後未滿 7 點 ☐ (5) 晚上 7 點以後未滿 8 點 ☐ (6) 晚上 8 點以後未滿 9 點

☐ (7) 晚上 9 點以後-未滿 10 點 ☐ (8) 超過 10 點

7. 近一個月內，一天最多考試考幾科？_____ 科

8. 我有沒有補習？ ☐ 沒有 ☐ 有，補_____ 科

9. 以下問題想要了解你的學習情況，請在符合實際情況的選項中打勾

	從未如此	偶爾如此	經常如此	總是如此
1 我對我的課業越來越提不起興趣				
2 我認為現在唸那麼多書，對將來根本沒有什麼用處				
3 我會為唸書或完成作業而熬夜				
4 我覺得課業壓力已經超出我身心可以負荷				

5 我的課業讓我情緒上非常疲累				
6 上課和唸書，對我來說是沉重的負擔				
7 上學前只要想到又要上一整天課(含補習)，我就覺得沒力了				
8 我在上完一天課(含補習)後，感覺整個人都累垮了				
9 我覺得學校功課壓力很大				
10 最近兩個月，我曾因課業壓力太大，而焦慮到失眠、睡不好				
11 最近兩個月，我曾因課業壓力太大，而有頭痛或胃痛的情形				
12 最近兩個月，我曾因課業壓力太大，而吃不下飯或暴飲暴食				
13 我曾因課業壓力太大，而有自我傷害或是一死了之的念頭				

10. 以下問題想要了解你對學習的期待，請在符合實際情況的選項中打勾

	非常不同意	不同意	同意	非常同意
我的成績無法達到自己的期望				
同樣的課程，我覺得自己通常比別人花更多時間來學				
考試或作業成績不好，會影響我一整天的心情				
我擔心成績跟不上其他同學				
我擔心成績太差，同學會看不起我				

11. 請在符合實際情況的選項中打勾

	從未如此	偶爾如此	經常如此	總是如此
1 當成績表現不理想時，我覺得自己不被家長重視				
2 我覺得老師比較關心成績好的學生				
3 在學校，成績不好的人會被嘲笑或忽視				

12. 當您在學校時，有沒有遇到下列事項？

	從未如此	偶爾如此	經常如此	總是如此
曾有被借課的經驗（例如體育課改上數學課）				
學校會在早自修時間進行考試				
學校會在休息時間進行考試（如午休、下課時間等）				
曾被取消下課（如受處罰、趕課、段考前唸書等）				
我們學校的課程進度，通常比其他學校教得快				
我能跟上學校課程的進度				
這一個學期，我常常遇到更換老師或老師流動的情況				
承上題，經常更換老師，對我的學習造成影響(沒遇過更換老師跳答)				

13. 我在班上總成績通常排名為：

- ☐ (1)前五名 ☐ (2)還不錯(中上段) ☐ (3)普通(中段) ☐ (4) 有點吃力(中下段)
☐ (5)比較落後(倒數幾名) ☐ (6)班上沒有公布排名

14. 當我心情不好或遇到困擾時，通常會找誰求助？(可複選)

- ☐ (1)不會跟任何人談 ☐ (2)爸媽 ☐ (3)親戚/手足 ☐ (4)同學朋友
☐ (5)學校輔導室/輔導老師 ☐ (6)老師(不包含輔導室/輔導老師) ☐ (7)心理健康專業人員(如：精神科醫師、心理師、社工師) ☐ (8)宗教團體／社福團體 ☐ (9)網友
☐ (10)專線服務(如：1925、1995、1980) ☐ (11)生成式 AI(如：ChatGPT) ☐ (11)其他：

_____ ☐ (12) 完全沒有困擾

15. 我在唸現在的國中前，家長有和我一起討論要唸哪間學校？(可複選)
☐ (1) 有 ☐ (2) 沒有 ☐ (3) 不記得 ☐ (4) 國小直升
16. 整體而言，您認為自己國中校園生活過得快樂嗎？
☐ (1) 非常不快樂 ☐ (2) 不快樂 ☐ (3) 快樂 ☐ (4) 非常快樂
17. 如果能重新選擇，我還會想唸這間學校嗎？
☐ (1) 會 ☐ (2) 不會 ☐ (3) 不確定
18. 如果有學弟妹要報考/就讀這間學校，我會給他們的建議是：_____
19. 我目前就讀的學校是：☐ (1) 公立國中 ☐ (2) 私立國中
20. 我目前的年級是：☐ (1) 七年級 ☐ (2) 八年級 ☐ (3) 九年級
21. 我的性別是：☐ (1) 男 ☐ (2) 女 ☐ (3) 其他
22. 縣市區域：