

苗栗居民生活經驗感受量表

您好，這是苗栗縣政府毒品防制及心理衛生中心設計的學術用問卷，為了解苗栗居民生活經驗相關感受。本問卷採匿名方式，您所填答的資料僅供學術研究參考，非轉至其他用途，請您安心填答。感謝您的協助，使本研究能順利進行。

敬祝 健康 順心

苗栗縣政府毒品防制及心理衛生中心 敬上 2021年2月

生理性別：男性 女性

出生年月：_____（請以民國年填寫）

職業類別：農林漁牧 軍公教 工 商 家管 服務業
醫護人員 學生 退休 其他：_____

居住地：苗栗市 頭份市 竹南鎮 大湖鄉 泰安鄉 公館鄉
頭屋鄉 造橋鄉 三灣鄉 南庄鄉 西湖鄉 通霄鎮
苑裡鎮 獅潭鄉 卓蘭鎮 銅鑼鄉 後龍鎮 三義鄉
外縣市

教育程度：國小 國中 高中職 大專 碩士 博士

過去是否曾聽說過毒衛中心？是(接續下題) 否

從何得知本中心？網路媒體 報章雜誌 親友介紹 電視/廣播廣告
其他：_____

對居住地環境品質的滿意程度？(0~10分) _____

第一部分

請您針對下列每一問題所描述的狀況，圈選最符合自己狀態的答案。

1 為「非常不同意」，2 為「不同意」，3 為「同意」，4 為「非常同意」。

題目	非常不同意	不同意	同意	非常同意
1. 我對自己的看法很有信心，即使它與一般的輿論相反。	1	2	3	4
2. 日常生活中的瑣事常讓我感到沮喪。	1	2	3	4
3. 我不會覺得生活沒有目標。	1	2	3	4
4. 在很多方面，我會對自己的成就感到失望。	1	2	3	4
5. 我從來沒有體驗過與他人維持溫暖又信任的關係。	1	2	3	4
6. 我已經放棄嘗試大幅改變我的生活方式很久了。	1	2	3	4
7. 我覺得我不屬於社區（社會、社群）中的一份子。	1	2	3	4
8. 我相信一般人是善良的。	1	2	3	4
9. 我對這個社區（社會、社群）做一些有意義的事。	1	2	3	4
10. 我覺得社會已經停止再進步了。	1	2	3	4
11. 我無法理解社會上到底發生什麼事。	1	2	3	4
12. 我覺得自己時時充滿喜悅。	1	2	3	4
13. 我認為自己是個快樂的人。	1	2	3	4
14. 我很滿意目前自己的生活。	1	2	3	4
15. 我覺得自己的生活很豐盛。	1	2	3	4

第二部分

請您依據最近一星期以來身體與情緒的真正感覺，圈選最符合自己狀態的答案。1 為「沒有或極少(1 天以下)」，2 為「有時(1-2 天)」，3 為「時常(3-4 天)」，4 為「常常或總是(5-7 天)」。

題目	沒有或極少	有時	時常	常常或總是
1. 我常常覺得想哭。	1	2	3	4
2. 我覺得心情不好。	1	2	3	4
3. 我覺得比以前容易發脾氣。	1	2	3	4
4. 我睡不好。	1	2	3	4
5. 我覺得不想吃東西。	1	2	3	4
6. 我覺得胸口悶悶的（心肝頭或胸坎綁綁）。	1	2	3	4
7. 我覺得不輕鬆、不舒服（不爽快）。	1	2	3	4
8. 我覺得身體疲勞虛弱、無力（身體很虛、沒力氣、元氣及體力）。	1	2	3	4
9. 我覺得很煩。	1	2	3	4
10. 我覺得記憶力不好。	1	2	3	4
11. 我覺得做事時無法專心。	1	2	3	4
12. 我覺得想事情或做事時，比平常要緩慢。	1	2	3	4
13. 我覺得比以前較沒信心。	1	2	3	4
14. 我覺得比較會往壞處想。	1	2	3	4
15. 我覺得想不開、甚至想死。	1	2	3	4
16. 我覺得對什麼事都失去興趣。	1	2	3	4
17. 我覺得身體不舒服（如頭痛、頭暈、心悸或肚子不舒服...等）。	1	2	3	4
18. 我覺得自己很沒用。	1	2	3	4

第三部分

請您依據過去1年使用非法藥物情況，圈選最符合自己狀態的答案，**黑體字請仔細閱讀後再作答。**(問卷中所提的「藥物」為愷他命、搖頭丸、安非他命等非法藥物(俗稱毒品)；「用藥」則為使用非法藥物。)

題目

- | | |
|---|-----|
| 1. 你是否曾因非醫療(非治療)原因而使用藥物? | 是/否 |
| 2. 你是否曾不當使用處方藥物(如經醫師開立處方才能使用的藥物)? | 是/否 |
| 3. 你是否同一時間使用多種藥物(混和不同藥物同時使用)? | 是/否 |
| 4. 你能否在一周內完全不用藥物(7天內一次也沒有用藥)? | 是/否 |
| 5. 只要你想要，你能夠一直不使用藥物? | 是/否 |
| 6. 你是否曾因使用藥物而有心情低落或重新振奮(心情大起大落)的經驗? | 是/否 |
| 7. 你是否曾因使用藥物而有罪惡感或不好的感受? | 是/否 |
| 8. 你的父母是否曾經抱怨你不當使用藥物? | 是/否 |
| 9. 你使用藥物是否造成你與父母間的問題(責罵或吵架)? | 是/否 |
| 10. 你是否因為使用藥物而失去朋友? | 是/否 |
| 11. 你是否因為使用藥物而忽略家人(互動變少或很少說話聊天)? | 是/否 |
| 12. 你是否因為使用藥物導致求學上出問題(如常曠課、違反校規)? | 是/否 |
| 13. 你是否因為使用藥物而失去工作(或工讀機會)? | 是/否 |
| 14. 你是否因為藥物作用的影響而引起爭鬥(如吵架、打架)? | 是/否 |
| 15. 你是否為了取得藥物而涉入非法活動? | 是/否 |
| 16. 你是否因持有(如身上帶有或在住處被查到)非法藥物而被逮捕? | 是/否 |
| 17. 你是否曾因停止用藥而出現戒斷症狀(因停止用藥而出現打呵欠、流淚或情緒不穩等)? | 是/否 |
| 18. 你是否因使用藥物而產生一些健康的問題(如記憶力變差、頻尿)? | 是/否 |
| 19. 你是否曾因藥物使用問題而求助於人? | 是/否 |
| 20. 你是否曾因藥物使用而接受輔導(或治療)? | 是/否 |
-

第四部分

請您依據題目說明，圈選最符合自己狀態的答案。1 為「從未如此」，2 為「有時如此」，3 為「常常如此」，4 為「總是如此」。

題目	從未如此	有時如此	常常如此	總是如此
1. 你很難克服心中想喝酒的想法嗎?	1	2	3	4
2. 你覺得喝酒比正餐更重要嗎?	1	2	3	4
3. 你會計畫一天中何時或何地可以喝酒嗎?	1	2	3	4
4. 你早晨、下午、晚間都有喝酒嗎?	1	2	3	4
5. 喝酒時，你比較在乎的是喝酒後的效果而非酒的味道嗎?	1	2	3	4
6. 不論你明天有什麼事情要做，你總是盡可能喝到自己滿 足的量為止?	1	2	3	4
7. 被告知喝酒的壞處後，你仍會想喝酒嗎?	1	2	3	4
8. 一但你開始喝酒，你很難停止繼續喝酒嗎?	1	2	3	4
9. 你是否曾經試著連續幾天或幾週不喝酒?	1	2	3	4
10. 昨天喝了大量酒精後，你今天早晨會需要喝酒來讓自己 清醒嗎?	1	2	3	4
11. 昨天喝了大量酒精後，你今天早晨會明顯感受到手抖嗎?	1	2	3	4
12. 昨天喝了大量酒精後，你今天早晨會覺得噁心或嘔吐嗎?	1	2	3	4
13. 昨天喝了大量酒精後，你今天會想辦法避開人群而不與 人接觸嗎?	1	2	3	4
14. 喝了大量酒精後，你會看到令你覺得可怕的幻覺嗎?	1	2	3	4
15. 你喝酒後會忘記前一天發生的事情嗎?	1	2	3	4

第五部份

以下為有關個人使用網路情況的描述，請評估您目前的實際情形是否與句中的描述一致，請您依據自己的看法來圈選最符合自己狀態的答案。1 為「極不符合」，2 為「不符合」，3 為「符合」，4 為「非常符合」。

題目	極 不 符 合	不 符 合	符 合	非 常 符 合
1. 想上網而無法上網的時候，我就會感到坐立不安。	1	2	3	4
2. 只要有一段時間沒有上網，我就會覺得心裡不舒服。	1	2	3	4
3. 我只要超過一天沒上網玩，就會很難受。	1	2	3	4
4. 我發現自己上網休閒的時間越來越長。	1	2	3	4
5. 平均而言，我每個星期上網休閒的時間比以前增加許多。	1	2	3	4
6. 我每次都只想上網一下子，但結果常常一上網就待很久 不下來。	1	2	3	4
7. 我習慣減少睡眠時間，以便能有更多時間上網休閒。	1	2	3	4
8. 我常常因熬夜上網休閒，造成白天精神或體力很差。	1	2	3	4
9. 上網對我的學業已造成一些不好的影響。	1	2	3	4
10. 上網已經很明顯地危害到我的身體或心理健康。	1	2	3	4

《已完成所有題目，感謝您耐心填答！祝您順心！》