(107) 香港健康合作者量表中文版：應對量表

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 請圈出最符合您答案的數字。 | 非常不太好 | 不太好 | 較不太好 | 稍不太好 | 一般 | 稍好 | 較好 | 好 | 非常好 |
| 1. | 我的活動能力(即是步行，做家務等)因健康狀況受到影響時，我處理得 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 2. | 我的心情(即是情緒，心靈健康等)因健康狀況受到影響時，我處理得 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 3. | 我的社交生活(即是與他人相處) 因健康狀況受到影響時，我處理得 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 4. | 對於過健康生活(例如：不吸煙，不醉酒，健康飲食，恆常運動，管理壓力等) ，整體上我的處理能力是 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |