(320) 朋友們的自我區分量表：情緒反應量表

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 這些問題涉及您朋友們對他們自己以及與他人的關係的想法和感受。請仔細閱讀每條陳述，並按 1（完全不）到 6（非常）的等級來決定該陳述對他們一般而言有多正確。如果您認為某個項目與他們不相關（例如，他們目前尚未結婚或沒有穩定的關係，或者他們的父母之一或雙雙去世），請根據您對在這種情況下他們的想法和感受的最佳猜測來回答該問題。請務必回答每一項，並儘量誠實、準確地回答。 | 非常  不正確 | 不正確 | 有點  不正確 | 有點正確 | 正確 | 非常正確 |
| 1. | 別人曾批評他們太情緒化。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 2. | 當一個親近的人令他們失望，他們會遠離他/她一段時間。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 3. | 他們希望自己不是那麼情緒化。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 4. | 當他們的配偶/伴侶批評他們，他們會困擾好幾天。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 5 | 有時他們會被情緒籠罩著而有困難清晰地思考。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 6. | 有時他們感到自己的情緒起伏像坐過山車。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 7. | 他們對別人的批評過份敏感。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 8. | 若他們與配偶/伴侶爭執，他們傾向整天都想著它。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 9. | 與父母或兄弟姊妹爭執仍令他們感到可怕。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 10. | 若有人因他們而惱怒，他們似乎不能輕易把它放開。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 11. | 他們對被別人傷害很敏感。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 12. | 他們的自尊感其實建立於別人對他們的想法。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |