(93) 自我区分量表：的立场量表

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 这些问题涉及您对自己以及与他人的关系的想法和感受。请仔细阅读每条陈述，并按 1（完全不）到 6（非常）的等级来决定该陈述对您一般而言有多正确。如果您认为某个项目与您不相关（例如，您目前尚未结婚或没有稳定的关系，或者您的父母之一或双双去世），请根据您对在这种情况下您的想法和感受的最佳猜测来回答该问题。请务必回答每一项，并尽量诚实、准确地回答。 | 非常  不正确 | 不正确 | 有点  不正确 | 有点正确 | 正确 | 非常正确 |
| 1. | 即使面对压力,我也能保持相当的镇静。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 2. | 无论发生什么事,我知道我永不会失去自我。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 3. | 我通常不会为取悦别人而改变自己的行为。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 4. | 当我与人争执时,我能将对事情的想法和对该人的感受分开。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 5. | 为我不能改变的事情感到烦恼是没有意思的。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 6. | 我相当接受自己。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 7. | 即使我感到别人向我施压,我也能够向他们说「不! 」。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 8. | 我在乎做到自己认为正确的事,多于得到别人的认同。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 9. | 无论别人怎么说,我常会做我相信是正确的事。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 10. | 在压力下我也能感到相当安全。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |