

Perceived Wellness Survey(中文版)

服務使用者姓名: _____

職業治療師: _____

日期: _____

以下句子是一些對你身心健康的陳述。
請仔細閱讀每一句，然後選擇一個你最同意的答案。

	非常不同意					非常同意
1. 我經常對未來感到樂觀。	1	2	3	4	5	6
2. 我有時感到自己及不上大部分我所認識的人。	1	2	3	4	5	6
3. 我的家庭成員給予我支持。	1	2	3	4	5	6
4. 我的健康限制了我過去的發展。	1	2	3	4	5	6
5. 我相信我的生命是有一個特定的目的。	1	2	3	4	5	6
6. 我經常尋求一些會挑戰我思考和推理的活動。	1	2	3	4	5	6
7. 我很少指望好事會發生在自己身上。	1	2	3	4	5	6
8. 一般來說，我對自己的能力很有信心。	1	2	3	4	5	6
9. 有時候我不肯定當我有需要時，我的家人是否真的會在我身邊。	1	2	3	4	5	6
10. 我的身體似乎能有效地抵抗疾病。	1	2	3	4	5	6
11. 我對未來的生活沒有太大希望。	1	2	3	4	5	6
12. 我避免參加一些需要我專注的活動。	1	2	3	4	5	6
13. 我總是向事情好的方面看。	1	2	3	4	5	6
14. 我有時會覺得自己一無是處。	1	2	3	4	5	6
15. 我的朋友知道他們總是可以信任我，並向我尋求建議。	1	2	3	4	5	6
16. 我的體格極佳。	1	2	3	4	5	6
17. 有時候我不了解生命有甚麼意義。	1	2	3	4	5	6
18. 整體來說，我在日常生活中接收到足夠的智力刺激。	1	2	3	4	5	6
19. 回顧過去，我總作最好的期望。	1	2	3	4	5	6
20. 我不敢肯定我的能力是否可以好好應付未來。	1	2	3	4	5	6
21. 我的家人在過往一直給予我支持。	1	2	3	4	5	6
22. 跟我所認識的人比較，我過去的體格一直非常好。	1	2	3	4	5	6
23. 我對自己的未來充滿使命感。	1	2	3	4	5	6
24. 在平常的一天，我需要處理的資訊量是適量的 (不太多也不太少)。	1	2	3	4	5	6

Perceived Wellness Survey(中文版)

25. 在過去的日子，事情總不如我預期。	1	2	3	4	5	6
26. 我瞭解自己，並且充滿信心。	1	2	3	4	5	6
27. 我在過往總是沒有朋友可以分享我的快樂和悲傷。	1	2	3	4	5	6
28. 我期望我的身體一直都是健康的。	1	2	3	4	5	6
29. 我在過往曾經感到自己的生命毫無意義。	1	2	3	4	5	6
30. 總括而言，在過去我發覺智力挑戰對我的整體幸福感是極其重要的。	1	2	3	4	5	6
31. 在未來的日子，事情不會合符我預期。	1	2	3	4	5	6
32. 過去，我在面對陌生人時都甚具自信。	1	2	3	4	5	6
33. 當我需要幫助時，我的朋友會在我身邊。	1	2	3	4	5	6
34. 我估計我的健康會轉壞。	1	2	3	4	5	6
35. 我的生命看似是有意義的。	1	2	3	4	5	6
36. 我的人生時常缺乏正面的心智刺激。	1	2	3	4	5	6