**Resilient Style Questionnaire**

(Chinese Version)

**以下的句子是對你行為及心態上的描述，請選擇合適的答案。**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **從不** | **很少** | **間中** | **時常** | **總是** |
| 1. | 我會挑戰每個困難。 | ① | ② | ③ | ④ | ➄ |
| 2. | 我相信在谷底中我會很快反彈起來。 | ① | ② | ③ | ④ | ➄ |
| 3. | 對於有價值的事，我會持之以恆。 | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 4. | 凡事我都會積極爭取。 | ① | ② | ③ | ④ | ➄ |
| 5. | 無論碰到多大的困難，我都會勇往直前。 | ① | ② | ③ | ④ | ➄ |
| 6. | 我覺得人生充滿價值。 | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 7. | 無論幾辛苦，我都會捱下去。 | ① | ② | ③ | ④ | ➄ |
| 8. | 我感受到從身邊的人而來的支持。 | ① | ② | ③ | ④ | ➄ |
| 9. | 每件事，我都從好的方面看。 | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 10. | 在追尋目標的時候，我會鍥而不捨。 | ① | ② | ③ | ④ | ➄ |
| 11. | 我相信付出一定會有收獲。 | ① | ② | ③ | ④ | ➄ |
| 12. | 只要可以達成目標，我願意花多一點時間。 | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 13. | 我能以積極的態度面對難關。 | ① | ② | ③ | ④ | ➄ |
| 14. | 我會不停學習新事物。 | ① | ② | ③ | ④ | ➄ |
| 15. | 我堅持自己的信念。 | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 16. | 我會視每個失敗為學習機會。 | ① | ② | ③ | ④ | ➄ |