

壹、考試中情緒

	完全 不符合	相 當 不 符 合	有 點 不 符 合	稍 微 符 合	相 當 符 合	完 全 符 合
01. 參加這次數學考試時，我內心感到愉悅。	1	2	3	4	5	6
02. 在這次數學考試答題過程中，我感到快樂。	1	2	3	4	5	6
03. 在解答這次數學考試題目時，我樂於其中。	1	2	3	4	5	6
04. 在這次數學考試過程中，我內心感到興奮。	1	2	3	4	5	6
05. 在這次數學考試當下，我對考試結果充滿希望。	1	2	3	4	5	6
06. 進行這次數學考試時，我有信心能在考試中表現好。	1	2	3	4	5	6
07. 在這次數學考試過程中，我對自己的表現感到樂觀。	1	2	3	4	5	6
08. 進行這次數學考試時，我對自己考試的能力充滿自信。	1	2	3	4	5	6
09. 看到這次數學考試的題目時，我感到生氣。	1	2	3	4	5	6
10. 參加這次數學考試時，我對自己的作答表現感到生氣。	1	2	3	4	5	6
11. 在這次數學考試當下，我對自己的臨場表現感到懊惱。	1	2	3	4	5	6
12. 在這次數學考試答題過程中，我對自己的表現感到生氣。	1	2	3	4	5	6
13. 在作答這次數學考試題目時，我感到憂慮。	1	2	3	4	5	6
14. 看到這次數學考試的題目時，我感到焦慮。	1	2	3	4	5	6
15. 在這次數學考試過程中，我內心感到緊張。	1	2	3	4	5	6
16. 在這次數學考試過程中，我擔心自己能否考得好。	1	2	3	4	5	6
17. 作答這次數學考試題目時，我感到羞愧。	1	2	3	4	5	6
18. 進行這次數學考試時，我對自己的臨場表現感到羞愧。	1	2	3	4	5	6
19. 在這次數學考試過程中，我為自己準備不足感到慚愧。	1	2	3	4	5	6
20. 這次數學考試的過程中，我為自己的作答表現感到慚愧。	1	2	3	4	5	6
21. 在這次數學考試過程中，我對自己的表現感到無望。	1	2	3	4	5	6
22. 進行這次數學考試時，我對自己的考試能力失去希望。	1	2	3	4	5	6
23. 在這次數學考試中，我對自己「有能力應付考試」，感到絕望。	1	2	3	4	5	6
24. 在這次數學考試當下，我對於自己「能獲得好成績」感到無望。	1	2	3	4	5	6

貳、考試後情緒

	完全 不符合	相 當 不 符 合	有 點 不 符 合	稍 微 符 合	相 當 符 合	完 全 符 合
01. 這次數學考試的表現，令我感到開心。	1	2	3	4	5	6
02. 我為這次數學考試的表現，感到快樂。	1	2	3	4	5	6
03. 這次數學考試的成績，令我感到開心。	1	2	3	4	5	6
04. 這次數學考試後，我對自己的表現感到滿意。	1	2	3	4	5	6
05. 考完這次數學考試後，我感到自豪。	1	2	3	4	5	6
06. 這次數學考試的表現，令我感到驕傲。	1	2	3	4	5	6
07. 我對自己這次數學考試的成績，感到自豪。	1	2	3	4	5	6
08. 我對自己這次的數學考試表現，感到光榮。	1	2	3	4	5	6
09. 這次數學考試結束後，我感到放鬆。	1	2	3	4	5	6
10. 這次數學考試結束後，我感到鬆了一口氣。	1	2	3	4	5	6
11. 考完這次數學考試後，我有種解放的感覺。	1	2	3	4	5	6
12. 這次數學考試結束後，我感到肩頭的重擔已被卸除。	1	2	3	4	5	6
13. 這次數學考試結束後，我感到生氣。	1	2	3	4	5	6
14. 考完這次數學考試後，我感到氣憤。	1	2	3	4	5	6
15. 這次數學考試的表現，使我感到生氣。	1	2	3	4	5	6
16. 這次數學考試結束後，我對自己的表現感到惱怒。	1	2	3	4	5	6
17. 考完這次數學考試後，我感到慚愧。	1	2	3	4	5	6
18. 我對自己在這次數學考試的表現感到羞愧。	1	2	3	4	5	6
19. 自己這次數學考試的成績，令我感到羞愧。	1	2	3	4	5	6
20. 得知自己這次的數學考試成績，令我感到慚愧。	1	2	3	4	5	6
21. 自己這次數學考試的成績，使我感到絕望。	1	2	3	4	5	6
22. 得知自己這次的數學考試成績時，我感到絕望。	1	2	3	4	5	6
23. 這次數學考試結束後，我對自己的表現感到失望。	1	2	3	4	5	6
24. 這次數學考試結束後，我對於考試結果感到無望。	1	2	3	4	5	6

參、應試策略

	完全 不符合	相 當 不 符 合	有 點 不 符 合	稍 微 符 合	相 當 符 合	完 全 符 合
01. 準備這次數學考試時，我會不斷的閱讀課堂筆記或課本內容。 ……………	1	2	3	4	5	6
02. 準備這次考試時，我會把數學課本的重點用自己的話說一次給自己聽。 ..	1	2	3	4	5	6
03. 準備這次數學考試時，我會試著以不同的讀書方法來提高學習效率。 ……	1	2	3	4	5	6
04. 當我不想準備考試時，我會想到：把數學學好對日後的學力測驗助益很大。 .	1	2	3	4	5	6
05. 當我不想準備而想要放棄數學時，我會告訴自己：「別人行，我一定也行！」。 .	1	2	3	4	5	6
06. 當我不想準備數學考試時，我會害怕考不好父母和同學會看輕我，因而繼續準備。 .	1	2	3	4	5	6
07. 準備考試時，當演算數學題目而答案錯誤時，我會請他人提示哪裡出錯，然後再重算一次。 ……………	1	2	3	4	5	6
08. 準備考試時，遇到看不懂的數學公式，我會請別人給我提示，再試著自己多做一些例題。 ……………	1	2	3	4	5	6
09. 準備數學考試時，我不接電話也不聽音樂，以保持讀書環境的安靜。 …	1	2	3	4	5	6
10. 當旁人吵鬧而影響我準備數學考試時，我會換個安靜的地方繼續讀。 ……	1	2	3	4	5	6
11. 當準備數學考試時，我會到能讓我專心的地方讀書。 ……………	1	2	3	4	5	6
12. 我對這次數學考試成績感到滿意。 ……………	1	2	3	4	5	6
13. 我滿意自己這次數學考試的表現。 ……………	1	2	3	4	5	6
14. 我覺得這次數學考試成績已達我設定的目標。 ……………	1	2	3	4	5	6
15. 我覺得這次數學考試表現有達到自己的標準。 ……………	1	2	3	4	5	6
16. 我這次數學考試的成績是_____分。						

問卷到此結束，請回頭檢查是否有遺漏之處，謝謝你的幫忙！