

1. 填寫「基本資料」並按「送出」

基本資料

性別

✓ 男

女

✓ 送出

2. 依序填寫「其他基本資訊」

其他基本資訊

*此題為必填

1. 年齡 (填數字即可)

請輸入答案...

*此題為必填

2. 婚姻

☐ 1. 已婚

☐ 2. 未婚

☐ 3. 離婚

☐ 4. 喪偶

☐ 5. 同居

*此題為必填

3. 居住區域

請選擇 ▼

3. 身份：點選「其他」並填入「下營國中、班級」
如：下營國中 901。

*此題為必填

4. 身分

☐ 1. 學生

☐ 2. 上班族

☐ 3. 軍公教

☐ 4. 自營業

☐ 5. 家管

☒ 6. 其他：

下營國中902

.....

下一步 >

4. 依序回答問題並按「下一步」。

請回答最近一星期的困擾程度

*此題為必填

1. 睡眠困難，譬如難以入睡、易醒或早醒

☐ 1. 完全沒有

☐ 2. 輕微

☐ 3. 中等程度

☐ 4. 厲害

☐ 5. 非常厲害

目前進度

5. 回答「來源」問題後，按「提交」

來源

*此題為必填

*本題最多可選擇3個選項

8. 請問您是從何處得知這份心情溫度計線上問卷？

☐ 1. 教育訓練課程

☐ 2. 宣導活動

☐ 3. 衛生局網站

☐ 4. 臉書Facebook

☐ 5. 衛教單張、海報等文宣

☐ 6. 宣導影片

☐ 7. 家人朋友

☒ 8. 相關工作人員，如警消、鄰里長、醫療、社工、教育、輔導人員等

☐ 9. 其他途徑

◀ 上一步

◎ 提交

6. 看到以下畫面，代表已填答完成。

問卷已填寫成功，謝謝!

您的分數為：10分

評語：有中度情緒困擾，建議尋求心理諮商或接受專業諮詢

0分~5分：恭喜您，身心適應狀況良好

6分~9分：有輕度情緒困擾，建議找家人或朋友談談，抒發情緒

10分~14分：有中度情緒困擾，建議尋求心理諮商或接受專業諮詢

15分~20分：有重度情緒困擾，建議尋求專業精神科治療或接受專業諮詢

諮詢網址：

[臺南市心理健康促進](#)

[好心情粉絲團](#)

[下載心情溫度計APP](#)

感謝您的寶貴意見

◀ 返回列表