



段 A:

A1. 您的编号 :

A2. 请回忆在过去的一个月内，您是否：

从不 很少 有时 经常 总是

当意想不到的事情发生时感到烦躁

感到自己无法控制生活中重要的事情

感到紧张和有压力

自己有信心能够处理个人问题

事情正在和希望的一样发展

自己不能处理所有必须做的事情

自己能控制生活中的一些恼怒情绪

自己能安排一切

因无法掌控发生的事情感到生气

困难积累得太大而无法克服