

同理心量表

下列二十二個題目是人們通常用來描寫自己的句子，你覺得它們是否能恰當描述你？閱讀後，請依據右側的五點尺度量表，勾選最能描寫你的答案。

	不恰當	有一點恰當	還算恰當	恰當	非常恰當
1. 對那些比我不幸的人，我經常有心軟和關懷的感覺。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 有時候當其他人有困難或問題時，我並不為他們感到很難過。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 我的確會投入小說人物中的感情世界。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 在緊急狀況中，我感到擔憂，害怕而難以平靜。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 在看電影或看戲時，我通常是旁觀的，而且不常全心投入。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 在做決定前，我試著從爭論中去看每個人的立場。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 當我看到有人被利用時，我感到想要保護他們。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 當我處在情緒非常激動的情況中時，我往往會感到無依無靠，不知如何是好。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 有時候我想像從我的朋友的觀點來看事情的樣子，以便更瞭解他們。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 對我來說，全心地投入一本好書或一部好電影中是很少有的事。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. 其他人的不幸通常不會帶給我很大的煩憂。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. 看完戲或電影之後，我會覺得自己好像是劇中的某一個角色。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. 處在緊張情緒的狀況中，我會驚慌害怕。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. 當我看到有人受到不公平的對待時，我有時並不感到非常同情。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. 我相信每個問題都有兩面觀點，所以我常試著從不同觀點來看問題。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. 我認為自己是個相當心軟的人。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. 當我觀賞一部好電影時，我很容易站在某個主角的立場去感受他的心情。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. 在緊急狀況中，我緊張得無法控制我自己。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. 當我對一個人生氣時，我通常會試著去想一下他的立場。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. 當我閱讀一篇引人入勝的故事或小說時，我想像著：如果故事中的事件發生在我身上，我感覺怎麼樣。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21. 當我看到有人發生意外而極需幫助的時候，我緊張的幾乎精神崩潰。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22. 在批評別人前，我會試著想像：如果我處在他的情況，我的感受如何？	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

計分、講評：

- “非常恰當”5分；”恰當”4分；”還算恰當”3分；”有一點恰當”2分；”不恰當”1分
- 負向計分：
“非常恰當”1分；”恰當”2分；”還算恰當”3分；”有一點恰當”4分；”不恰當”5分
- 認知同步（第 6, 9, 15, 19, 22 題）：以他人的角度看事情（不要把孩子變成大人）
男生：17.29
女生：18.09
- 同情取向（第 1, 2, 7, 11, 14, 16 題）：人飢己飢的精神
平均：24
男生：23.61
女生：23.99
- 想像能力（第 3, 5, 10, 12, 17, 20 題）：想像力
男生：20.17
女生：22.48
- 生理共鳴（第 4, 8, 13, 18, 21 題）：融入環境中，與哀哭的人同哀哭
男生：11.15
女生：15
- 總體得分：四項加總即為得分
男生：72.23
女生：77.70

註：有 框起的題號為負向計分