

兒童希望量表

Children's Hope Scale (CHS; Snyder, et al., 1997)

以下的句子是描述青少年的自我想法及行為。請細閱以下的句子。請根據你大多數的情況，為以下句子圈出最適當的答案：

		從來沒有	很少時候	有些時候	很多時候	大部份時候	所有時候
1.	我覺得我自己各方面表現良好。	1	2	3	4	5	6
2.	對我重要的東西，我會想出很多方法得到它。	1	2	3	4	5	6
3.	同年齡小朋友能做的事，我也能做到。	1	2	3	4	5	6
4.	當我遇到問題時，我能想出很多解決方法。	1	2	3	4	5	6
5.	我覺得我從前所做的事，對我長大後有幫助。	1	2	3	4	5	6
6.	縱使其他人選擇放棄，我也可以想出解決方法。	1	2	3	4	5	6

動力

$$= 1 + 3 + 5$$

途徑

$$= 2 + 4 + 6$$