

# 情緒能力量表

編制者：葉玉珠(2003)

參考資料：葉玉珠（2003）。國小中高年級學童科技創造力發展與其主要影響生態系統之動態關係（國科會專案報告，NSC 91-2522-S-110-004）。

「情緒能力量表」主要可以分成「自我情緒覺知」(Awareness of intrapersonal emotion)、「人際情緒覺知」(Awareness of interpersonal emotion)、「自我情緒處理」(Handling of intrapersonal emotion)，以及「人際情緒處理」(Handling of interpersonal emotion)等四個分量表。

## 1.計分方式

「情緒能力量表」全量表共 21 題，包括四個分量表，採用 Likert 四點量表，計分方式係根據受試者認為與其實際狀況的符合程度，從「完全不符合」、「大部分不符合」、「大部分符合」、「完全符合」，分別給予 1、2、3、4 分。情緒能力得分高者，係在「自我情緒覺知」、「人際情緒覺知」、「自我情緒處理」，以及「人際情緒處理」四個分量表得高分者。

## 2.信度分析

依本研究之預試受試者( $N = 613$ )進行信度分析，情緒能力正式量表之總量表（21 題）的內部一致性係數 Cronbach Alpha 為 .87，分量表「自我情緒覺知」、「人際情緒覺知」、「自我情緒處理」，以及「人際情緒處理」的 Cronbach Alpha 係數依次為 .56、.63、.72、.76。

表1

情緒能力量表之分量表名稱與題目分佈( $N = 613$ )

量表名稱	題號	題數	Cronbach Alpha
自我情緒覺知	1, 3, 4	3	.56
人際情緒覺知	2, 5, 6, 7	4	.63
自我情緒處理	10, 11, 12, 18, 19, 20	6	.72
人際情緒處理	8, 9, 13, 14, 15, 16, 17, 21	8	.76
總量表	1 ~ 21	21	.87

## 3.建構效度

葉玉珠（2003）情緒能力量表以探索性因素分析進行建構效度分析；所使用的因素抽取法為「主成分分析」(Principal Component)；所使用的因素轉軸法為直交轉軸法之「最大變異法」(Varimax)。「國小學童情緒能力之情緒覺知量表」共包含二個因素，因素的累計解釋變異量為

51.01%；「國小學童情緒能力之情緒處理量表」共包含二個因素，因素的累計解釋變異量為39.51%。並再依據葉玉珠（2003）情緒能力量表的四個分量表，以AMOS進行驗證性因素分析，分析中以GLS(generalized least square)為估計的方法。結果發現情緒能力量表具有良好的建構效度，GFI = .94，AGFI = .92，RMR = .05。

## 情緒能力量表

姓名：\_\_\_\_\_ 性別： 男 女 (請在 內打√)就讀於\_\_\_\_\_國小，\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_班\_\_\_\_\_號

父母教育程度：

父：	1.不識字	2.小學	3.國中	4.高中/高職	5.專科	6.大學(學院)
	7.碩士	8.博士	9.其他			
母：	1.不識字	2.小學	3.國中	4.高中/高職	5.專科	6.大學(學院)
	7.碩士	8.博士	9.其他			

### 【填答說明】

親愛的小朋友你好！本量表的目的是瞭解你的情緒和思考的表現。這不是考試，答案沒有對或錯。下面每一題都有四個選項，分別以 1、2、3、4 代表：『完全不符合』、『大部分不符合』、『大部分符合』、『完全符合』。請依據你平常實際的狀況，圈選你認為適當的答案。請記得每題都要作答，謝謝！

	完 全 不 符 合	大 部 分 不 符 合	大 部 分 符 合	完 全 符 合
1. 我知道有時候自己會同時擁有兩種以上的情緒，例如同時覺得有點生氣又有點悲傷。	1	2	3	4
2. 我知道當自己扮演不同的角色時，我應該要有不同的情緒表現。例如當一個學生時，應該要快樂認真地學習；當一個大哥哥或大姊姊時，不能隨便對弟弟或妹妹發脾氣。	1	2	3	4
3. 我知道有時候人們表達出來的情緒感覺，不一定是他們內心的真正感覺。例如，有時候人們說他們很快樂，其實心裡是很悲傷的。	1	2	3	4
4. 我知道有時候我表達出來的情緒感覺，不是我心裡的真正感覺。	1	2	3	4
5. 我知道自己的一些情緒表現（例如大笑或破口大罵）可能會影響別人。	1	2	3	4
6. 我知道人們的情緒表現，會影響他們和別人建立良好關係。	1	2	3	4
7. 我知道分享別人的情緒感覺（例如朋友心情不好時，我能注意聽他訴說心事），對於和別人建立良好關係來說是很重要的。	1	2	3	4
8. 我能從別人的談話當中，去分辨他們的情緒狀況是快樂、悲傷等。	1	2	3	4
9. 我能夠從別人談話的內容和事情的來龍去脈，去判斷一個人的情緒狀況，以及他（她）想要表達的意思。	1	2	3	4
10. 我能清楚明確地說出自己的情緒感覺。	1	2	3	4
11. 我會小心表達自己的情緒，以免別人產生不舒服的感覺（例如生氣或悲傷）。	1	2	3	4

	完全 不符 合	大 部 分 不 符 合	大 部 分 符 合	完 全 符 合
12. 當我同時擁有兩種以上的情緒感覺時（例如同時覺得生氣和悲傷），我能把心裡的感覺清楚地說出來。	1	2	3	4
13. 我能分辨自己和別人的情緒感覺。例如：可能因為偶像沒有出現而覺得很失望，但我的朋友卻覺得沒什麼。	1	2	3	4
14. 當我看到別人因為情緒很不好，而傷害自己或其他人（例如自殺或生氣打人）的時候，我會告訴自己：如果我碰到這樣的狀況，絕對不能這樣做。	1	2	3	4
15. 我能夠站在別人的立場，去想想他們的感覺。例如：如果我碰到這樣的事情，我也會像小英一樣很生氣。	1	2	3	4
16. 我會同情別人不愉快的感覺和遭遇。例如：我覺得大華真的很可憐。	1	2	3	4
17. 當別人沒有表達出他們心裡的真正感覺時，我仍然有辦法瞭解他們真正的感覺是什麼（是高興、生氣、快樂、還是悲傷等）。	1	2	3	4
18. 當我遇到一些挫折而心情很不好時，我有辦法讓自己心情變得好一點。	1	2	3	4
19. 我會使用一些技巧，來幫助我改變一些令我覺得討厭或分心的情緒。例如：心情不好時，我會聽聽比較快樂的音樂，讓自己快樂起來。	1	2	3	4
20. 我能夠接受自己的情緒表現方式，不管它是大家都可以接受的（例如快樂時大笑兩聲），還是與眾不同的（悲傷時高歌一曲）。	1	2	3	4
21. 我會看情況，做出「適當的」情緒表現。例如：同學受傷了，我會表示關心，而不會幸災樂禍。	1	2	3	4