

แบบสอบถามการฟื้นตัว (Resilience Inventory)

คำชี้แจง ให้ท่านพิจารณาว่าข้อความต่อไปนี้ อธิบายความรู้สึกนึกคิดและการแสดงออกของท่านได้ดีมากน้อยเพียงใด โดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง ที่ตรงกับความรู้สึกนึกคิดและการแสดงออกของท่านมากที่สุด

- | | | |
|---|---------|-----------------------|
| 1 | หมายถึง | ไม่ตรงเลย |
| 2 | หมายถึง | แทบจะไม่ตรงเลย |
| 3 | หมายถึง | ตรงกับตัวฉันบ้าง |
| 4 | หมายถึง | ค่อนข้างตรงกับตัวฉัน |
| 5 | หมายถึง | ตรงกับตัวฉันมากที่สุด |

ความรู้สึกนึกคิดและการแสดงออกที่ตรงกับท่าน	1	2	3	4	5
1. ฉันเชื่อว่ายังงี้ก็ต้องผ่านอุปสรรคที่เผชิญไปได้	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. ฉันสามารถทนต่อแรงกดดันได้	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. ฉันภูมิใจที่ตนเองสามารถผ่านเรื่องร้าย ๆ ในชีวิตมาได้	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. ฉันเชื่อว่าตนเองมีความสามารถที่จะเอาชนะอุปสรรคได้	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. เวลาประสบปัญหาฉันทำให้ฉันเกิดความฮึกเหิมที่จะต่อสู้	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. ไม่ว่าจะเกิดอะไรขึ้น ฉันเชื่อว่าฉันมีสติอยู่ตลอดเวลา	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. ฉันคิดว่าฉันเอาชนะปัญหาได้แน่เพราะฉันก็เป็นคนมีความสามารถคนหนึ่ง	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. ฉันถือว่าช่วงที่มีปัญหาทำให้ฉันเกิดการเรียนรู้	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. ฉันเชื่อว่าในช่วงวิกฤติฉันมักจะมีโอกาส	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>