**控制感量表**

下面是一些关于对生活的感受的句子，请阅读每个句子并确定您同意或者不同意的程度。请在符合您的真实想法的数字下打“√”。（**仅为研究所用，保证匿名，您只需按第一反应填写即可**）

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **完全不同意** | **不同意** | **有点不同意** | **不确定** | **有点**  **同意** | **同意** | **完全**  **同意** |
| 1任何我决心要做的事情，我几乎都能做到。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 2我能做什么和不能做什么多半是由他人决定的。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 3我要是真想做一件事，一般都能够找到成功的办法。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 4对于我生活中很多重要的事情，我都无法改变。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 5我能否得到我想要的东西，在我的掌控之中。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 6在处理生活中的一些问题时，我常感到无助。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 7我的未来如何，主要取决于我自己。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 8我生活中所发生的事情常常在我的掌控之外。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 9当我想去做某件事情时，总会受到其他事情的干扰。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 10我几乎不能控制发生在我身上的事情。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 11我真的没有办法来解决我所有的问题。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 12有时我感到在生活中我被别人支使来、支使去。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

出处：李静. (2014). *不同社会阶层对贫富差距的心理归因研究*. 广州: 世界图书出版公司

注：2、4、6、8、9、10、11、12为反向记分题。