

## 過分競爭態度量表

Hypercompetitive Attitudes Scale (HAS; Rockman et al., 1990)

以下是一些有關你對競爭的態度。請你細閱以下句子，並圈出適當的數字，以表示這些句子對你來說的符合程度：

		完 全 不 符 合	有 點 不 符 合	一 般 符 合	很 符 合	完 全 符 合
1.	勝利使我感到更充滿力量。	1	2	3	4	5
2.	即使在沒有競爭的需要，我仍然處於競爭的狀態。	1	2	3	4	5
*3.	我並不將我的對手視作敵人。	1	2	3	4	5
4.	即使別人不與我競爭，我也視他們為競爭對手。	1	2	3	4	5
*5.	即使在運動比賽中獲勝，我也不會覺得自己比其他人優越。	1	2	3	4	5
*6.	勝利並不會增加我的自我價值。	1	2	3	4	5
7.	如果我的競爭對手因他們的成就而獲嘉許，我會嫉妒。	1	2	3	4	5
8.	我發覺我會將一場友誼賽或聯誼活動變成嚴重的競爭或爭執。	1	2	3	4	5
9.	這是一個弱肉強食的世界，如果不沒有從別人身上得到利益，別人就會在我身上佔便宜。	1	2	3	4	5
*10.	即使別人的工作表現不及我好，我也不介意嘉許他。	1	2	3	4	5
11.	為了勝利，我會用一些方法去騷擾我的對手。	1	2	3	4	5
12.	當我在競賽中失敗時，我會感到失落。	1	2	3	4	5
*13.	別人的讚賞並不是我參加比賽的主要原因。	1	2	3	4	5
14.	我喜歡令一個原本與別人一伙的人喜歡我。	1	2	3	4	5
*15.	我並不以競爭的態度來看待我的關係。	1	2	3	4	5
*16.	駕車時，其他人的爬頭並不困擾我。	1	2	3	4	5
17.	我不能接受輸掉一場爭論。	1	2	3	4	5
*18.	當我讀書的時候，當我比別人高分時亦不會覺得自己比別人優越。	1	2	3	4	5
*19.	如果有人人在別人面前批評我或令我難堪，我也不覺得要還手。	1	2	3	4	5
*20.	輸掉一場比賽對我來說只是小事。	1	2	3	4	5
21.	失敗或者輸掉一場比賽令我覺得自己沒有用。	1	2	3	4	5
22.	那些在比賽中中途放棄的人是弱者。	1	2	3	4	5
23.	競爭使我每事做到最好。	1	2	3	4	5

		完 全 不 符 合	有 點 不 符 合	一 般 符 合	很 符 合	完 全 符 合
*24.	我不會嘗試在和家人爭論時求勝。	1	2	3	4	5
*25.	我相信人可以是勝利者，而且同時是一個友善的人。	1	2	3	4	5
*26.	我不難在一場比賽之中滿意自己的表現。	1	2	3	4	5

\*反向題目(Reverse Item):

1 → 5; 2 → 4; 3 → 3; 4 → 2; 5 → 1

過分競爭指數

= 1 + 2 + \*3 + 4 + \*5 + \*6 + 7 + 8 + 9 + \*10 + 11 + 12 + \*13 + 14 + \*15 + \*16 + 17 + \*18 +  
\*19 + \*20 + 21 + 22 + 23 + \*24 + \*25 + \*26