



## 情绪智力特质 (TEIQue-SF) 简短形式

严禁将此工具用于任何商业用途，以及对其进行任何改编、修改或衍生创作。

### 指示

请圈出最能反映您对以下每项陈述的同意或不同意程度的数字。无需花费太多时间思考陈述的确切含义。请尽快作答，并尽可能准确地回答。没有对错之分。每项陈述都有七个选项，从“非常不同意”（1）到“非常同意”（7）。

1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 ————— 5 ————— 6 ————— 7

我完全不同意。

我完全同意。

1. 对我来说，用语言或文字来表达情绪并不难	1	2	3	4	5	6	7
2. 我常常觉得难以从他人的角度看事务	1	2	3	4	5	6	7
3. 总的说来，我是个很有冲劲的人	1	2	3	4	5	6	7
4. 通常，我觉得很难调节自己的情绪	1	2	3	4	5	6	7
5. 通常，我并不觉得生活是令人愉快的	1	2	3	4	5	6	7
6. 在与别人打交道时，我很有效率	1	2	3	4	5	6	7
7. 我会经常改变想法	1	2	3	4	5	6	7
8. 很多时候，我不能了解自己所感受到的情绪	1	2	3	4	5	6	7
9. 我认为自己有很多优点	1	2	3	4	5	6	7
10. 我很难为自己争取利益	1	2	3	4	5	6	7
11. 我通常能影响别人的感觉	1	2	3	4	5	6	7
12. 总的说来，我对很多事情抱着灰暗的想法	1	2	3	4	5	6	7
13. 与我亲近的人经常会抱怨我对他们不公	1	2	3	4	5	6	7
14. 我经常觉得很难根据环境来调节改变生活	1	2	3	4	5	6	7
15. 总的说来，我能应付压力	1	2	3	4	5	6	7
16. 我经常觉得很难向亲近的人表达自己的感情	1	2	3	4	5	6	7



17. 我通常能设身处地，体验别人的情绪	1	2	3	4	5	6	7
18. 我通常觉得很难保持我做事的冲劲	1	2	3	4	5	6	7
19. 当我想的时候，我通常能找到控制自己情绪的方法	1	2	3	4	5	6	7
20. 总的说来，我对自己的生活比较满意	1	2	3	4	5	6	7
21. 我认为自己是个优秀的谈判者	1	2	3	4	5	6	7
22. 我倾向于卷入一些自己后来想脱离的事务	1	2	3	4	5	6	7
23. 我经常停下来去思考自己的感觉	1	2	3	4	5	6	7
24. 我认为自己有很多优势	1	2	3	4	5	6	7
25. 即使知道自己是正确的，我也倾向于会做出让步	1	2	3	4	5	6	7
26. 看起来我没有任何控制别人的能力	1	2	3	4	5	6	7
27. 通常，我认为自己生活中的事情都会朝好的方向发展	1	2	3	4	5	6	7
28. 我觉得很难形成亲密的人际关系，即便是最亲近的人也是如此	1	2	3	4	5	6	7
29. 通常情况下，我能适应新的环境	1	2	3	4	5	6	7
30. 别人欣赏我能够放松自己	1	2	3	4	5	6	7



特质情绪智力问卷 - 简版 (TEIQue-SF)。

TEIQue 参考：

Petrides, K. V. (2009). 情绪智力问卷的心理测量学特性。载于 K. Stowe、D. H. Saklofske 和 J. D. Parker 编，《情绪智力评估进展》。纽约：Springer 出版社。DOI: 10.1007/978-0-387-88370-0\_5

有关情商研究计划的更多信息，请访问 [www.psychometriclab.com](http://www.psychometriclab.com)。