

范德堡疲憊量表-成人版-繁體中文版 (VFS-A)

本文件包含以下內容：

范德堡疲憊量表-成人版-40 題(VFS-A-40)

范德堡疲憊量表-成人版-10 題(VFS-A-10)

范德堡疲憊量表-成人版-40 題 (VFS-A-40)

有時與他人溝通或僅僅是聆聽，都可能在生理、心理或情緒上感到疲憊。這份問卷旨在幫助我們瞭解您在不同的聆聽與溝通情境下的感受與反應。

以下項目詢問您在特定情境下，出現某種經驗或反應的頻率。若選擇「總是/幾乎總是」：表示在該情境下（例如：在吵雜的環境中），您總是或幾乎總是會出現特定的反應（例如：感到疲憊或刻意避開該情境）。若選擇「從不/幾乎從不」：則表示在該情境下，您從未或幾乎從未有過該反應。

針對每一項目，請根據您在典型的一週內，最符合您日常生活經驗的狀況，選擇一個最貼切的答案。

題項編號	題項	從不/ 幾乎從不	很少	有時	經常	總是/ 幾乎總是
1. C3_1	理解他人所說的內容需要付出很大的心力。	0	1	2	3	4
2. C2_1	當我很難聽到時，我會感到精神疲憊。	0	1	2	3	4
3. C2_2	聽和理解會耗費我大量的精力。	0	1	2	3	4
4. P3_1	日常的聆聽讓我覺得非常疲累。	0	1	2	3	4
5. P3_2	在長時間的聆聽後，我需要小睡一下。	0	1	2	3	4
6. S3_1	聽覺疲憊導致我的人際關係緊張。	0	1	2	3	4
7. C3_2	因為努力去聽讓我非常疲憊，到後來我就不再參與其中。	0	1	2	3	4
8. S3_2	我會提早離開吵雜的場合，以避免過度疲憊。	0	1	2	3	4
9. S3_3	我會避免讓我感到疲憊的聆聽情境。	0	1	2	3	4
10. E2_1	當我必須投入大量精力去聽時，我會感到沮喪。	0	1	2	3	4
11. S3_4	聆聽讓我感到精疲力盡，甚至無法做我喜歡的事情。	0	1	2	3	4
12. E2_2	您有多常因聽和理解困難而感到情緒疲憊？	0	1	2	3	4
13. C3_3	聽讓我感到非常疲憊，以至於開始錯過對話中的細節。	0	1	2	3	4
14. C3_4	嘗試在車內聆聽對話會讓我感到疲憊。	0	1	2	3	4

題項編號	題項	從不/ 幾乎從不	很少	有時	經常	總是/ 幾乎總是
15. P3_3	我會安排每天的行程，以避免因聽而感到疲憊。	0	1	2	3	4
16. P3_4	參與多人對話後，我會感到頭痛。	0	1	2	3	4
17. E3_1	試著去聽與理解會讓我感到沮喪與情緒疲憊。	0	1	2	3	4
18. E1_1	當我聽不懂別人說話時，我會覺得尷尬。	0	1	2	3	4
19. P3_5	聆聽讓我感到筋疲力盡，甚至會提早上床睡覺。	0	1	2	3	4
20. E3_2	費力去理解會讓我感到情緒疲憊。	0	1	2	3	4
21. P2_1	您有多常因聽與理解困難而感到疲憊？	0	1	2	3	4
22. S2_1	聽不太熟悉的人說話會讓我感到疲憊。	0	1	2	3	4
23. P2_2	整天聽人說話後，我一定需要休息。	0	1	2	3	4
24. P3_6	我會安排一天的行程，讓自己在困難的聆聽情境之間休息。	0	1	2	3	4
25. E3_3	當我聽與理解變得困難時，我會感到情緒耗竭。	0	1	2	3	4
26. S1_1	當我在吵雜的地方中無法跟上對話內容時，我會退出互動。	0	1	2	3	4
27. E2_3	在有壓力的聆聽情境下會讓我感到非常疲累。	0	1	2	3	4
28. C1_1	在吵雜的地方，聆聽會更費力。	0	1	2	3	4
29. C3_5	當聽與理解變得困難時，我會感到精神疲憊。	0	1	2	3	4
30. P2_3	聽快節奏的對話讓我覺得非常疲累。	0	1	2	3	4
31. P1_1	費力去聽與理解會讓我感到疲憊。	0	1	2	3	4

范德堡疲憊量表-成人版-40 題 (VFS-A-40)

以下問題目的在了解您對特定陳述的認同或不同意程度。針對這些問題，「非常同意」表示該陳述對您而言非常正確，或與您的感受或經驗高度吻合；而「非常不同意」則表示該陳述對您而言完全不正確，或與您在該情境下的感受或經驗不符。

再次提醒，針對每個問題，請選擇唯一一項最能描述您在典型的一週內日常經歷的選項。

題項編號	題項	非常 不同意	不同意	無意見	同意	非常同意
32. E3_4	聽覺疲憊是我生活中的一個問題。	0	1	2	3	4
33. C2_3	在吵雜的情況下努力理解，對我而言會造成心理負擔。	0	1	2	3	4
34. S3_5	因為聽讓我感到疲憊，我不太社交。	0	1	2	3	4
35. S2_2	我寧可避免參與會讓我因聆聽而感到疲憊的社交活動。	0	1	2	3	4
36. E3_5	聽讓我感到極度疲憊，並對我的身心狀態造成嚴重的負面影響。	0	1	2	3	4
37. C3_6	試著去聽，就耗費我大量的精力。	0	1	2	3	4
38. S2_3	當我無法看清對方的口型及／或臉部表情時，社交互動會讓我感到疲憊。	0	1	2	3	4
39. E3_6	聽覺疲憊是我每天面臨的困擾。	0	1	2	3	4
40. S3_6	我盡量避免參與需在背景噪音中聆聽的社交活動。	0	1	2	3	4

計分資料

總分計算

VFS-A-40 次量表分數: 計算情緒(E)、社交(S)、認知(C)及生理(P)次量表分數時，只需將特定類別中各項目之回答分數相加即可。分量表分數範圍為 0 至 40 分。

情緒次量表分數 = 題項 10, 12, 17, 18, 20, 25, 27, 32, 36, 39. 的總和

社交次量表分數 = 題項 6, 8, 9, 11, 22, 26, 34, 35, 38, 40. 的總和

認知次量表分數 = 題項 1, 2, 3, 7, 13, 14, 28, 29, 33, 37. 的總和

生理次量表分數 = 題項 4, 5, 15, 16, 19, 21, 23, 24, 30, 31. 的總和

VFS-A-40 總分: = 所有次量表分數之和。總分範圍為 0 至 160 分。

項目反應理論 (IRT) 計分

IRT 計分的 R 程式碼已由 Center for Open Science 公開，可從以下連結免費下載:

<https://osf.io/dpy9m/>

引用:

Hornsby, B. W. Y., Camarata, S., Cho, S.-J., Davis, H., McGarrigle, R., & Bess, F. H. (2021). Development and Validation of the Vanderbilt Fatigue Scale for Adults (VFS-A). *Psychological Assessment*. 33(8), 777-788.
<http://dx.doi.org/10.1037/pas0001021>.

范德堡疲憊量表-成人版-10 題 (VFS-A-10)

有時與他人溝通或僅僅是聆聽，都可能在生理、心理或情緒上感到疲憊。針對每一項目，請根據您在典型的一週內，最符合您日常生活經驗的狀況，選擇一個最貼切的答案。

		從不/ 幾乎從不	很少	有時	經常	總是/ 幾乎總是
1.	日常的聆聽讓我覺得非常疲累。	0	1	2	3	4
2.	費力去聽與理解會讓我感到疲憊。	0	1	2	3	4
3.	聆聽讓我感到精疲力盡，甚至無法做我喜歡的事情。	0	1	2	3	4
4.	我會安排每天的行程，以避免因聽而感到疲憊。	0	1	2	3	4
5.	聽讓我感到非常疲憊，以至於開始錯過對話中的細節。	0	1	2	3	4
6.	聆聽讓我感到筋疲力盡，甚至會提早上床睡覺。	0	1	2	3	4
7.	當我在吵雜的地方中無法跟上對話內容時，我會退出互動。	0	1	2	3	4
8.	聽覺疲憊導致我的人際關係緊張。	0	1	2	3	4
9.	當我聽與理解變得困難時，我會感到情緒耗竭。	0	1	2	3	4
10.	聽和理解會耗費我大量的精力。	0	1	2	3	4

總分計算

要計算總分，只需將各題目的分數相加即可。分數範圍為 0 至 40 分。

項目反應理論 (IRT) 計分

IRT 計分的 R 程式碼已由 Center for Open Science 公開，可從以下連結免費下載：

<https://osf.io/dfcj4/>

引用：

Hornsby, B. W. Y., Camarata, S., Cho, S.-J., Davis, H., McGarrigle, R., & Bess, F. H. (2023). Development and Validation of a Brief Version of the Vanderbilt Fatigue Scale for Adults: The VFS-A-10. *Ear & Hearing*, 44(5): 1251-1261. <https://doi.org/10.1097/AUD.0000000000001369>

©2018 Vanderbilt University

©2026 Vanderbilt University (Traditional Chinese version; Chang Gung University of Science and Technology)