

じゅしん  
思春期外来をはじめて受診するみなさんへ

なまえ  
お名前（ ）

じゅしん      しゅうかん      おも    だ      しつもん      こた  
< 受診までの2週間のことについて思い出しながら質問にあてはまる答えに○をつけてください。 >

番号	質問内容	回答			
1	あなた自身が受診を希望している。	している	していない		
2	家族にうちあげられないことがある。	ある	ない		
3	最近特に困っていることは何ですか？ (あてはまるものすべてに○をつけてください)	家族のこと・友達のこと・学校のこと 勉強のこと・部活のこと その他( )			
4	あなたのまわりに困っていることを相談できる人はいますか？ (あてはまるものすべてに○をつけてください)	家族・友達・学校の先生 彼氏/彼女・心理カウンセラー・ その他( )			
5	緊張感、不安感または神経過敏(すぐにびくっとする)を感じる。	全くない	数日	半分以上	ほとんど毎日
6	心配する事を止められない、または心配をコントロールできない。	全くない	数日	半分以上	ほとんど毎日
7	まわりの人たちが生活の中で立てる音がとても気になる。	全くない	数日	半分以上	ほとんど毎日
8	物事に対してほとんど興味が無い、楽しめない。	全くない	数日	半分以上	ほとんど毎日
9	気分が落ちこむまたは憂鬱になる、または絶望的な気持ちになる。	全くない	数日	半分以上	ほとんど毎日
10	寝つきがわるい、途中で目がさめる、または逆に眠りすぎる。	全くない	数日	半分以上	ほとんど毎日
≪半分以上・ほとんど毎日の場合、下のいずれかに○≫ 寝つきがわるい / 途中で目覚める / 朝起きられない / リズムがくずれている / 一日中寝ている					
11	疲れた感じがする、または気力がない。	全くない	数日	半分以上	ほとんど毎日
12	あまり食欲がない、または食べすぎる。	全くない	数日	半分以上	ほとんど毎日
≪半分以上・ほとんど毎日の場合、右のいずれかに≫ 食欲がない      食べすぎる					
13	自分はだめな人間だ、人生の敗北者だと気に病む、または自分自身あるいは家族に申し訳ないと感じる。	全くない	数日	半分以上	ほとんど毎日
14	新聞を読むまたはTVを見ることなどに集中するのが難しい。	全くない	数日	半分以上	ほとんど毎日
15	他人が気づく位、話し方が遅くなる。あるいは反対に、ソワソワして落ち着かずふだんよりも動き回ることがある。	全くない	数日	半分以上	ほとんど毎日
16	死んだ方がまし、あるいは自分を傷つけないと思ったことがある。	全くない	数日	半分以上	ほとんど毎日

17	じぶん しょうらい さき 自分の将来は先が見えずに真っ暗だと思ふことがある。	ある	ない
18	なに あば イライラをおさえられず何かをこわしたり、暴れたりしたことがある。	ある	ない
19	とつぜん しょうどう あたま がまん こうどう 突然の衝動にかられて(頭でわかっているが我慢できずに)行動 してしまうことがある。	ある	ない
20	じさつがい もくてき きぶん おつ じぶん 自殺以外の目的で(気分を落ち着かせるなど)自分のからだの一部 を傷つけたことがある。	ある	ない
21	だれ じぶん そうだん かん まわりの誰にも自分のことを相談できないと感じる。	ある	ない
22	じっさい し けいかく かんが 実際に死ぬための計画を考えたことがある。	ある	ない
23	じっさい し けいかく かんが じっこう 実際に死ぬための計画を考えて実行にうつしてみたことがある。	ある	ない
24	ほうりつ きんし やくぶつ けんこうじょうこの ぶっしつ 法律で禁止されている薬物もしくは健康上好ましくない物質を しょう 使用したことがある。	ある	ない
≪ある場合いずれかに○≫ 酒 ・ 煙草 ・ シンナー ・ 大麻 ・ ガス ・ 危険ドラッグ その他 ( )			
25	やっきょく う くすり びょういん しょうほう くすり じぶん はんだん 薬局で売っている薬や病院で処方された薬を、自分の判断 で決められた回数や量よりも多く飲んだことがある。	ある	ない
26	ほか ひと き こえ めいれい こえ はげ こえ き 他の人には聞こえない声(命令する声、励ます声など)が聞こえ る不思議な体験がある。	ある	ない
≪ある場合、それはどんなものですか?いずれかに○≫ 自分にとって苦しく感じるもの ・ 自分にとって苦しく感じないもの			
27	ほか ひと み ひと もの たと ゆうれい み ふしぎ 他の人には見えない人や物(例えば、幽霊など)が見える不思議な たいけん 体験がある。	ある	ない
≪ある場合、それはどんなものですか?いずれかに○≫ 自分にとって苦しく感じるもの ・ 自分にとって苦しく感じないもの			
28	わす いや なんと おも だ いや ゆめ 忘れてしまいたい嫌なことを何度も思い出したり、嫌なことが夢 で に出ることがある。	ある	ない
29	いま わす ほうりょく だれ う 今でも忘れられないひどい暴力やいやがらせを誰かから受けた おも で 思い出がある。	ある	ない
≪ある場合、それは誰からですか?いずれかに○≫ とち ちちおや ははおや た 友だち・きょうだい・父親または母親・その他 かぞく きょうし きんじょ こうさいあいて の家族・教師・近所の人・交際相手・ た ひと その他の人			
30	じぶん ひと しんらい しんよう かん 自分のまわりの人のことを信頼できない・信用できないと感じる ことがある。	ある	ない

31	ふあん つよ いき 不安が強くなると息ができなくなったり、胸苦しくなることがある。	ある	ない
32	じぶん からだ じぶん 自分の身体が自分のものではないような感覚がある。	ある	ない
33	じぶん せいべつ せい ちかかん れんあいだいしょう 自分の性別や性の価値観（恋愛対象など）が、まわりと異なると かん なや 感じて悩んだことがある。	ある	ない
34	いしゅ こじんてき そうだん の かぞく お医者さんに個人的に相談に乗ってもらいたいことがあり、家族と べつ はなし き は別に話を聞いてほしい。	かぞく べつべつ 家族と別々 めんせつ の面接を きぼう 希望する	どちらでも よい かぞく いっしょ 家族と一緒に めんせつ きぼう 面接を希望する

インターネット・ゲームに関することについておたずねします。 [はい]「いいえ」の当てはまるものに○をつけて下さい。		はい	いいえ
1	この1年の間に、ゲームができる時のことばかり考えていた時期がありましたか？		
2	この1年の間に、もっとプレイをやりたくて、不満を感じたことがありますか？		
3	この1年の間に、ゲームをやれないときに、みじめな気持ちになったことがありますか？		
4	この1年の間に、プレイを減らすように他の人から繰り返し言われたのに、ゲームの時間を減らすことができませんでしたか？		
5	この1年の間に、いやなことについて考えなくてよいように、ゲームをしましたか？		
6	この1年の間に、あなたがゲームをすることでどうなるか、他人と口論したことがありますか？		
7	この1年の間に、ゲームに費やした時間を他の人に隠したことがありますか？		
8	この1年の間に、やりたいことがゲームだけになったせいで、趣味など他の活動への関心をなくしたことがありますか？		
9	この1年の間に、ゲームが原因で、家族や友人、パートナーと深く衝突したことがありますか？		
※「ゲーム」はインターネットに接続可能なコンピューターゲームとし、それらをオフラインで使用する場合もインターネットゲームの使用に含めてください。			

- あたなは今、どのくらい強くオンラインゲームを求めていますか？あてはまる数値に○をつけて下さい。  
全く求めていない    1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7    強く求めている

あなたの家族の現在のようにすについておたすねします。 次の各項目について最もあてはまるものに、○をつけてください。		まった くない	たまに ある	ときどき ある	よく ある	いつも ある
1	私の家族は、困った時、家族の誰かに助けを求める。					
2	私の家族では、問題の解決には子供の意見も聞いている。					
3	家族は、それぞれの友人を気に入っている。					
4	私の家族は、子供の言い分も聞いてしつけをしている。					
5	私の家族は、みんなで何かをするのが好きである。					
6	家族を引っ張っていく者（リーダー）は、状況に応じて変わる。					
7	家族の方が、他人よりもお互いに親しみを感じている。					
8	私の家族では、問題の性質に応じて、その取り組み方を変えている。					
9	私の家族では、自由な時間は、家族と一緒に過ごしている。					
10	私の家族は、叱り方について親と子で話し合う。					
11	私の家族は、お互いに密着している。					
12	私の家族では、子供が自主的に物事を決めている。					
13	家族で何かをする時は、みんなでやる。					
14	家族の決まりは、必要に応じて変わる。					
15	私の家族は、みんなで一緒にしたいことがすぐに思いつく。					
16	私の家族では、家事・用事は、必要に応じて交代する。					
17	私の家族では、何かを決める時、家族の誰かに相談する。					
18	私の家族では、みんなを引っ張っていく者（リーダー）が決まっている。					
19	家族がまとまっていることは、とても大切である。					
20	私の家族では、誰がどの家事・用事をするか決まっている。					

あなたの気持ちに最もよくあてはまるものに、○をつけてください。		いいえ	どちらか といえ いいえ	どちらか といえ はい	はい
1	私は自分に満足している。				
2	私は自分がだめな人間だと思う。				
3	私は自分には見どころがあると思う。				
4	私は、たいいていの人がやれる程度には物事ができる。				
5	私には、得意に思うことがない。				
6	私は自分が役立たずだと感じる。				
7	私は自分が、少なくとも他人と同じくらいの価値のある人間だと思う。				
8	もう少し自分を尊敬できたらと思う。				
9	自分を失敗者だと思いがちである。				
10	私は自分に対して、前向きな態度をとっている。				

ご協力ありがとうございました。