

きぶん かんじょう かん しつもんし たんしゆくばん
気分と感情に関する質問紙: 短縮版

これは、最近のあなたの気持ちや行動に関する質問紙です。

それぞれの質問について、過去2週間におけるあなたの気持ちや行動にチェック（✓）をつけてください。

- もしその文章が、あなたについてあてはまらない場合、「あてはまらない」にチェックをつけてください。
- もしその文章が、ときどきあてはまる場合、「ときどきあてはまる」にチェックをつけてください。
- もしその文章が、ほとんどあてはまる場合、「あてはまる」にチェックをつけてください。

それぞれの質問にチェック（✓）をつけてください。	あてはまらない	ときどきあてはまる	あてはまる
1. わたしは、みじめだったり、不幸だった			
2. わたしは、何をしても楽しくなかった			
3. わたしは、とても疲れて、座っているだけで何もしなかった			
4. わたしは、とても落ち着かなかった			
5. わたしは、自分はもうダメだと思った			
6. わたしは、たくさん泣いた			
7. わたしは、ちゃんと考えたり、集中したりすることが難しかった			
8. わたしは、自分のことが大嫌いだった			
9. わたしは、悪い子どもだった			
10. わたしは、さみしかった			
11. わたしは、誰もわたしのことを本当に愛していないと思った			
12. わたしは、他の子どもたちのように良い子にはなれないと思った			
13. わたしは、やることすべてがまちがっていた			