

これは、皆さんの気持ちについてたずねるアンケートです。最近1か月のことを思い出してチェックしてみましょう。あなたが答えたことは、他の人に分からないようにします。このアンケートは、先生があなたのことを考える時の参考にします。

### アンケートに答える時の注意点

- ①記入例を見て、正しく答えるようにしてください。
- ②全ての質問に答えてください。自分の気持ちに一番近いものに○をつけてください。
- ③どの質問にも、正しい答えはありません。質問を読んで、思ったままに答えるようにしてください。

学校名			
学年・組・番号	年	組	番
名前			

### 質問に対して、自分の気持ちに近い数字に○をつけてください。

「あてはまる」場合は4、「どちらかというにあてはまる」場合は3、「どちらかというにあてはまらない」場合は2、「あてはまらない」場合は1を○で囲んでください。

No.	質問	あてはまる	どちらかというにあてはまる	どちらかというにあてはまらない	あてはまらない
(例)	冬よりも夏が好きである	4	3	2	1
1	いらいらして、怒りっぽい	4	3	2	1
2	ぐっすり眠れない	4	3	2	1
3	思い出したくないことを思い出してしまうことがある	4	3	2	1
4	ちょっとしたことでドキッとする	4	3	2	1
5	いやなこと、つらいことは話さないようにしている	4	3	2	1
6	友だちは、あなたの気持ちをわかろうとしてくれる	4	3	2	1
7	みんなで何かをするのは楽しい	4	3	2	1
8	いやなことを思い出して、ときどきしたり、苦しくなったりする	4	3	2	1
9	頭やおなかの調子が悪いなど、何となく体の調子が悪い	4	3	2	1
10	何もやる気がしないことがある	4	3	2	1
11	つらいことを思い出す場所や人や物に近づかないようにしている	4	3	2	1
12	自分が悪いと責めてしまうことがある	4	3	2	1
13	家の人、あなたの気持ちをわかろうとしてくれる	4	3	2	1
14	授業がよくわかる	4	3	2	1
15	今まで楽しかったことが楽しいと思えない	4	3	2	1
16	ご飯がおいしくないし、食べたくないことがある	4	3	2	1
17	何かをしようとしても集中できない	4	3	2	1
18	学校をちこくしたり、休んだりすることがある	4	3	2	1
19	だれも信用できないと思うことがある	4	3	2	1
20	学校の先生は、あなたの気持ちをわかろうとしてくれる	4	3	2	1
21	自分にはよいところがあると思う	4	3	2	1
22	いやなことはできるだけ考えないようにしている	4	3	2	1
23	だれかに話を聞いてもらいたい	4	3	2	1
24	自分という存在を大切に思える	4	3	2	1