

## 6. 非行性診断スケール

あなたは自分の性質についてどの程度まで正しい判断をもっているでしょうか。そのようなことを調べてみたいと思います。

下記の項目について、自分にあてはまるものには○印を、あてはまらないものには×印を、( )の中に記入してください。

- 1-1 ( ) ひとりでいる方が楽しい。
- 1-2 ( ) 人と一緒にいても自分だけの考えにふけていることが多い。
- 2-1 ( ) 何となしに、暗い沈んだ気分が続くことが多い。
- 2-2 ( ) 気分が重くて、何もしたくなくなるが多い。
- 3-1 ( ) ちょっとした心配ごとでもあると、夜眠れなくなったり、食べられなくなったりする。
- 3-2 ( ) 大事なことをしなければならぬと思うと、考えただけでくたびれてしまう。
- 4-1 ( ) 人にどう見られているかが、いろいろ気になる。
- 4-2 ( ) 何かしようと思っても、いつもあれこれまよってしまう。
- 5-1 ( ) つまらないことでも気になりはじめると、頭にこびりついてはなれなくなる。
- 5-2 ( ) 他人の前に出るとかたくなってしまう。
- 6-1 ( ) 自分の言いだしたことは、人に反対されても押しとおす。
- 6-2 ( ) 人にくらべてがんこといわれる。
- 7-1 ( ) 私はつきあいがいい方である。
- 7-2 ( ) 私の友だちはいつも私を泊めてくれる。
- 8-1 ( ) いらいらしてくると、外を歩きまわったり、気晴しをしないではいられなくなる。
- 8-2 ( ) おもしろいことをやっても、急にふと、いやになってしまうことがある。
- 9-1 ( ) カッとなるとすぐに手が出てしまう。