

児童思春期精神科をはじめて受診するみなさんへ

(10歳以上のお子様用問診票)

精神科は、あなたが心の中で「大変だな」とか「苦しいな」と思っていることについて聞き、どうすれば良いかを一緒に考えるところです。心の中の大変なことや苦しいことをそのままにしていると、だんだんつかれてきたり、いらいらしたり、ねむれなくなったり、やる気がおきなくなったり、かなしい気分になったり、からだの調子が悪くなったりすることがあります。つまり、心の元気がでない状態になります。この状態を放っておかず、つらいことを相談して解決することができれば、以前のように元気な状態に戻ることも多いのです。

あなたがこれから出会う精神科のお医者さんは少しでもあなたが元気になるようにアドバイスをしてくれます。あなたにとっては初めて会うお医者さんですから、話づらいこともあるかもしれません。そこで、お医者さんと会う前にこのアンケートにあなたの最近の様子を書いてきてもらいたいと思います。なるべくご協力をおねがいします。ただし、答えたくない質問や意味が分からない質問は答えなくてもかまいません。

<以下の質問に対してあてはまる答えに○をつけてください。

なお質問の“最近”とはここ2週間のこととします。>

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。 《 ない・ある 》
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. 最近、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 》
5. 最近、気分が落ちこむまたは憂鬱になる、または絶望的なきもちになる。
《 全くない・数日・半分以上・ほとんど毎日 》
6. 最近、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 》
7. 最近、疲れた感じがする、または気力が無い。
《 全くない・数日・半分以上・ほとんど毎日 》
8. 最近、あまり食欲が無い、または食べすぎる。
《 全くない・数日・半分以上・ほとんど毎日 》
9. 最近、自分は大げな人間だ、また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 》
10. 最近、新聞またはテレビ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》

11. 最近、まわりの人が気づくくらい、話し方が遅くなることや、逆にソワソワして、ふだんよりも動き回ることもある。
《全くない・数日・半分以上・ほとんど毎日》
12. 最近、死んだ方がました、あるいは自分を傷つけた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》
13. 最近、実際に自分で自分のからだを傷つけたことがある。 《ある・ない》
14. 最近、実際に死のうとしてみたことがある。 《ある・ない》
15. 最近、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ものを使用/乱用したことがある。
《ある（お酒・たばこ・シンナー・マリファナ・市販薬
ライターガス・その他の違法薬物）・ない》
16. 最近、他の人には聞こえない声（例えば、誰かが話しかける声・命令する声）が聞こえる不思議な体験をした。
《あった・あったかもしれない・ない》
17. 最近、他の人には見えない人や物（例えば、おばけ・幽霊）が見える不思議な体験をした。
《あった・あったかもしれない・ない》
18. 最近、自分のまわりの人のことを信頼できない・信用できないと感ずることがある。
《ある・ない》
19. 最近、イライラがおさえられずに何かをこわしたり、暴れたりしてしまう。 《ある・ない》
20. これまでに、今でも忘れられないようなひどい暴力やいやがらせを受けたことがある。
《ある・ない》
21. 最近、自分の身体が自分のものでないような感覚がある。 《ある・ない》
22. できれば、家族とは別で精神科のお医者さんに相談にのってほしいことがある。
《ある・ない》

アンケートのご協力ありがとうございました