

こころの健康に関するアンケート

年 組 番 名前:

次のそれぞれの項目は、あなたの今の考えにどれくらい当てはまりますか。「まったくそう思わない」から「とてもそう思う」までの中でいちばん当てはまるところに○をつけてください。

	まったく そう思わない	そう思わない	やや そう思わない	どちらとも いえない	やや そう思う	そう思う	とても そう思う
(1)自分のこころの健康に、積極的に 関心を持つと思う	0	1	2	3	4	5	6
(2)自分のこころの SOS に早く気づ こうと思う	0	1	2	3	4	5	6
(3)自分自身を、傷つけないようにし たいと思う	0	1	2	3	4	5	6
(4)自分のこころが苦しいとき、誰か に話そうと思う	0	1	2	3	4	5	6
(5)友達のこころの健康に、積極的に 関心を持つと思う	0	1	2	3	4	5	6
(6)友達のこころの SOS に、目を向け ようと思う	0	1	2	3	4	5	6
(7)友達を、傷つけないように気をつ けようと思う	0	1	2	3	4	5	6
(8)友達のこころが苦しそうなとき、 声をかけようと思う	0	1	2	3	4	5	6
(9)友達のこころがとても苦しそうな とき、そのことを信頼できる大人 に相談しようと思う	0	1	2	3	4	5	6
(10)困ったときには、色々な助けを借 りようと思う	0	1	2	3	4	5	6