****

**1年後 ご本人アンケート**

ID:

記載日：　　　　年　　月　　日

以下の5 つの各項目について、最近2 週間のあなたの状態に最も近いものに印をつけてください．

数値が高いほど精神的健康状態が高いことを示していますのでご注意ください。

例：最近2 週間のうち、その半分以上の期間を、明るく，楽しい気分で過ごした場合には、3に○をつけてください。

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 最近2 週間，私は・・ | まったくない | ほんのたまに | 半分以下の期間を | 半分以上の期間を | ほとんどいつも | いつも |
| 明るく，楽しい気分で過ごした。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 落ち着いた，リラックスした気分で過ごした。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 意欲的で，活動的に過ごした。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| ぐっすりと休め，気持ちよくめざめた。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 日常生活の中に，興味のあることがたくさんあった | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

「リカバリー」は色々な意味として語られます。そのひとつは、「満足いく、希望に満ちた人生をおくること」です。この質問は、担当スタッフが、あなたのリカバリーをどのように支えているかをお聞きするものです。

サポート（支援）の項目では、あなたのリカバリーにとって大切なものについて、そして担当スタッフがそれらについてどれくらい支援しているかをお聞きします。関係性の項目では、あなたとあなたの担当スタッフとの間の関係についてお聞きします。（担当のスタッフがいない場合は、あなたがもっともよく接するスタッフ、あるいはよく相談をするスタッフをひとり思い浮かべてお答えください。）

もしもお答えになりたくない質問がありましたら、お答えにならなくてもかまいません。

下記に、担当スタッフのお名前をかいてください。

氏名：

**次ページより、担当スタッフの方からの支援やサービスについて、下記の質問にお答えください。**

それぞれの質問をよんで、それがあなたのリカバリーにとって大切かどうかお考えください。

大切でない に○をつけた場合、次の質問に進んでください。

大切である と考えた場合、担当スタッフからどれくらい支援をされているか、灰色の欄のあてはまるところにひとつ○をつけてください。

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***私のリカバリーにとって．．．*** | |  | A/Bのどちらかを選択し | |  | B「大切である」を選択した場合は、スタッフからそれを支援されていたか、下記から選択 | | | | |
| 1 | まわりの人からサポートを受けていると感じること | → | A.大切でない | B.大切である： | → | そう感じない | あまりそう感じない | どちらでもない | ややそう感じる | そう感じる |
| 2 | まわりの人と前向きな関係をもつこと | → | A.大切でない | B.大切である： | → | そう感じない | あまりそう感じない | どちらでもない | ややそう感じる | そう感じる |
| 3 | サービスを利用している他の人たち（メンバーや患者など）からサポートされること | → | A.大切でない | B.大切である： | → | そう感じない | あまりそう感じない | どちらでもない | ややそう感じる | そう感じる |
| 4 | 地域の一員であると感じること | → | A.大切でない | B.大切である： | → | そう感じない | あまりそう感じない | どちらでもない | ややそう感じる | そう感じる |
| 5 | 将来に希望を感じること | → | A.大切でない | B.大切である： | → | そう感じない | あまりそう感じない | どちらでもない | ややそう感じる | そう感じる |
| 6 | 自分はリカバリーできると信じること | → | A.大切でない | B.大切である： | → | そう感じない | あまりそう感じない | どちらでもない | ややそう感じる | そう感じる |
| 7 | 自分が変わることに前向きであること | → | A.大切でない | B.大切である： | → | そう感じない | あまりそう感じない | どちらでもない | ややそう感じる | そう感じる |
| 8 | 将来に夢や希望をもつこと | → | A.大切でない | B.大切である： | → | そう感じない | あまりそう感じない | どちらでもない | ややそう感じる | そう感じる |
| 9 | 偏見にうまく対処できること | → | A.大切でない | B.大切である： | → | そう感じない | あまりそう感じない | どちらでもない | ややそう感じる | そう感じる |
| 10 | 自分自身をよく思えること | → | A.大切でない | B.大切である： | → | そう感じない | あまりそう感じない | どちらでもない | ややそう感じる | そう感じる |
| 11 | 自分の信仰・信念・信条を尊重されること | → | A.大切でない | B.大切である： | → | そう感じない | あまりそう感じない | どちらでもない | ややそう感じる | そう感じる |
| 12 | 文化的背景・民族・人種・国籍を尊重されること | → | A.大切でない | B.大切である： | → | そう感じない | あまりそう感じない | どちらでもない | ややそう感じる | そう感じる |
| 13 | 自分のこころの健康面での体験を理解すること | → | A.大切でない | B.大切である： | → | そう感じない | あまりそう感じない | どちらでもない | ややそう感じる | そう感じる |
| 14 | 自分にとって意味のあることをすること | → | A.大切でない | B.大切である： | → | そう感じない | あまりそう感じない | どちらでもない | ややそう感じる | そう感じる |
| 15 | 困難を経験した自分の生活を立て直すこと | → | A.大切でない | B.大切である： | → | そう感じない | あまりそう感じない | どちらでもない | ややそう感じる | そう感じる |
| 16 | 満足のいく暮らしを送ること | → | A.大切でない | B.大切である： | → | そう感じない | あまりそう感じない | どちらでもない | ややそう感じる | そう感じる |
| 17 | 自分の生活を自分で決めていると感じること | → | A.大切でない | B.大切である： | → | そう感じない | あまりそう感じない | どちらでもない | ややそう感じる | そう感じる |
| 18 | こころの健康を自己管理できること | → | A.大切でない | B.大切である： | → | そう感じない | あまりそう感じない | どちらでもない | ややそう感じる | そう感じる |
| 19 | 新しいことをやってみること | → | A.大切でない | B.大切である： | → | そう感じない | あまりそう感じない | どちらでもない | ややそう感じる | そう感じる |
| 20 | 強み・長所を伸ばしていくこと | → | A.大切でない | B.大切である： | → | そう感じない | あまりそう感じない | どちらでもない | ややそう感じる | そう感じる |

**あなたとあなたの担当スタッフとの間の関係について、もっともあてはまるものに○をつけてください。**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 私は、担当スタッフに自分の話を聞いてもらえていると感じる | → | そう思わない | あまりそう思わない | どちらでもない | ややそう思う | そう思う |
| 2 | 私は、担当スタッフに支えられていると感じる | → | そう思わない | あまりそう思わない | どちらでもない | ややそう思う | そう思う |
| 3 | 担当スタッフは、私の夢や希望を真剣に受け止めていると感じる | → | そう思わない | あまりそう思わない | どちらでもない | ややそう思う | そう思う |
| 4 | 担当スタッフは、私のことを尊重している | → | そう思わない | あまりそう思わない | どちらでもない | ややそう思う | そう思う |
| 5 | 担当スタッフは、一個人として私に接している（診断名やレッテルを持った人としてではなく） | → | そう思わない | あまりそう思わない | どちらでもない | ややそう思う | そう思う |
| 6 | 担当スタッフは、私のことは私自身が決めるようにサポートしている | → | そう思わない | あまりそう思わない | どちらでもない | ややそう思う | そう思う |
| 7 | たとえ私がどん底に落ち込んでいたとしても、担当スタッフは私に希望を持ったままでいてくれる | → | そう思わない | あまりそう思わない | どちらでもない | ややそう思う | そう思う |

**最後にご回答に抜けがないかをご確認してください。**

**ご協力、ありがとうございました。**