

人生の志向性に関する質問票

ここに、私たちの人生のさまざまな側面に関する質問があります。各問について、7つの数字のいずれかで答えるようになっています。あなたの回答を表す数字に○をつけてください。

最小の数字は1、最大の数字は7です。

1の下に書いてあることが、あなたに完全にあてはまるならば、1に○をつけてください。7の下に書いてあることが、あなたに完全にあてはまるならば、7に○をつけてください。1でも7でもないように感じるならば、あなたの気持ちを最もよく表す数字に○をつけてください。各問に対して、答えは1つだけ選んでください。

co R 1) あなたは、誰かと話しているときに、相手が自分のことを理解していないと感じることがありますか？

1 2 3 4 5 6 7
まったく感じない いつも感じている

ma 2) これまで、他人の協力が必要なことをしなければならぬとき、あなたは、うまくいくと思いませんか？

1 2 3 4 5 6 7
きつとうまくいか なくともうまくいく
ないと思った と思った

co 3) とても親しく感じる人びと以外で、あなたが毎日接する人たちのことを考えてください。あなたは、その人たちのことをどれほどよく知っていますか？

1 2 3 4 5 6 7
知らない人のよう ともよく知って
に感じる いる

me R* 4) あなたは、自分のまわりで起こっていることがどうでもいい、という気持ちになることがありますか？

1 2 3 4 5 6 7
まったくない とてもよくある

co R* 5) あなたは、これまでに、よく知っていると思っていた人の、思わぬ行動に驚かされたことがありますか？

1 2 3 4 5 6 7
まったくなかった いつもそうだった

ma R* 6) あなたは、あてにしていた人がっかりさせられたことがありますか？

1221 1 2 3 4 5 6 7
まったくなかった いつもそうだった

me R 7) 人生というものは、

2332 1 2 3 4 5 6 7
興味の尽きないもの 型にはまった単調なものだ

me * 8) 今まで、あなたの人生は、

2331 1 2 3 4 5 6 7
明確な目標や目的はまったくなかった とても明確な目標や目的があった

ma * 9) あなたは、不当な扱いを受けているという気持ちになることがありますか？

1222 1 2 3 4 5 6 7
とてもよくある まったくない

co 10) 過去10年間のあなたの人生は、

2331 1 2 3 4 5 6 7
次に何が起るかわからない出来事ばかりだった 見通しのきいたものだった

me R 11) 将来あなたがすることの多くは、たぶん、

1313 1 2 3 4 5 6 7
魅力あふれるものだろう ひどく退屈なものだろう

co * 12) あなたは、不慣れた状況の中にいると感じ、どうすればよいかわからないと感じることがありますか？

2232 1 2 3 4 5 6 7
とてもよくある まったくない

ma R 13) あなたの人生観を最もよく表しているのは、

2332 1 2 3 4 5 6 7
人生での出来事に対して、いつも解決策を見つけることができる 人生での出来事に対して、解決策はない

- me R 14) 自分の人生について考えるとき、しばしば、あなたは、
2132 1 2 3 4 5 6 7
生きていて本当に
よかったと感じる 自分はなぜ存在し
ているのか、疑問
に感じる
- co 15) あなたは、困難な問題に直面したとき、その解決法は、
1112 1 2 3 4 5 6 7
いつも混乱して見
つけるのが難しい いつも何の迷いも
なく見つけれられる
- me R*16) あなたが毎日していることは、
1312 1 2 3 4 5 6 7
喜びと満足を与え
てくれる つらく退屈である
- co 17) 将来のあなたの人生は、たぶん、
2333 1 2 3 4 5 6 7
次に何が起こるの
かわからない出来
事ばかりだろう 見通しのきいたも
のになるだろう
- ma 18) これまで、いやなことが起きたとき、多くの場合、あなたは、
3211 1 2 3 4 5 6 7
それにうちのめさ
れてしまった そんなこともある
だろうと受け入れ
てやってきた
- co *19) あなたは、気持ちや考えが非常に混乱することがありますか？
2122 1 2 3 4 5 6 7
とてもよくある まったくない
- ma R 20) あなたは、何か楽しいことをしているとき、
1113 1 2 3 4 5 6 7
きつとこのまま楽
しい気分であら
れらると思う きつとなにかが起
こってこの楽しい
気分が壊されるだ
ろうと思う
- co *21) あなたは、本当なら感じたくないような感情をいだいてしまうことがありますか？
3122 1 2 3 4 5 6 7
とてもよくある まったくない

- me 22) 将来のあなた自身の人生は、
2333 1 2 3 4 5 6 7
まったく意味や目
的のないものにな
ると思う 意味や目的に満ち
たものになると思
う
- ma R 23) あなたは、この先、誰か頼りにできる人がいつもいると思いますか？
1223 1 2 3 4 5 6 7
必ずいると思う いないと思う
- co 24) あなたは、いま何が起きようとしているのかははっきりわからない、という不安な気
2233 持ちになることがありますか？
1 2 3 4 5 6 7
とてもよくある まったくない
- ma R*25) どんな強い人でさえ、ときには「自分はダメな人間だ」と感じることもあるもので
3131 す。あなたは、これまで「自分はダメな人間だ」と感じたことがありますか。
1 2 3 4 5 6 7
まったくなかった よくあった
- co *26) 何か起きたとき、ふつう、あなたは、
1211 1 2 3 4 5 6 7
そのことを過大に
評価したり、過小
に評価してきた 適切な見方をして
きた
- ma R 27) これから、人生の大事な場面で困難に直面したとき、あなたは どう思うでしょう？
1313 1 2 3 4 5 6 7
必ず困難を乗り越
えられると思う 困難を乗り越えら
れないと思う
- me *28) あなたは、日々の生活で行っていることにほとんど意味がない、と感じることがあ
1212 りますか？
1 2 3 4 5 6 7
とてもよくある まったくない
- ma *29) あなたは、自制心を保つ自信がなくなることがありますか？
3122 1 2 3 4 5 6 7
とてもよくある まったくない