

満足度スケール¹

この尺度は、下記の領域において、あなたの人生における今の満足度を評価するものです。各領域についてどう思うかを自分に尋ねてみて下さい。自分の人生の領域において、あなたはどれくらい満足していますか？

各領域について (1-10)に○を付けて下さい。数字は左に向かうにしたがって不満足を表しており、右に向かうにしたがって満足を表しています。言い換えれば、数字の尺度(1-10)に従って回答していくことで、あなたが今日どう感じているかがわかります。

留意点: 各領域について、昨日感じたことは除くように努め、今日感じていることに集中するようにして下さい。また、あるカテゴリーが他のカテゴリーの結果に影響を与えないようにして下さい。

完全に不満足

完全に満足

- | | |
|--|----------------------|
| 1. 住宅(Housing) | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |
| 2. 家事(Household) | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |
| 3. 仕事/教育(Work/Education) | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |
| 4. 金銭管理(Finance) | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |
| 5. 交友関係(Social network) | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |
| 6. 社会活動・レクリエーション(Soc./recreational activities) | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |
| 7. アルコール/薬物使用(Alcohol/Drug use) | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |
| 8. 個人的な習慣(Personal habits) | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |
| 9. 家族(Family) | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |
| 10. 気持ちの充足(Emotional) | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |
| 11. コミュニケーション(Communication) | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |
| 12.健康問題 (Physical) | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |

任意項目:

- | | |
|---|----------------------|
| 13. パートナーとの関係 (Relationship with partner) | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |
| 14. 性生活 (Sexuality) | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |
| 15. 子供 (Children) | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |
| 16. 精神性・宗教 (Spirituality /Religion) | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |
| 17. 警察/司法(Police/Justice) | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |
| 18. | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |
| 19. 全般的な満足 (General satisfaction) | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |

氏名: _____

日付: _____年____月____日

¹ V0.93. ©Sato, Takano, Kondo, Matsumoto, & Roozen. This 'Manzokudo Scale' was originally developed by Meyers & Smith (1995).