

境界状態の自己評価尺度 Self-Rating Scale of Borderline State (SRS-BS)

201604MCR©

氏名:

評価年月日: 年 月 日

評価項目	この1週間に認めた日数			
	なし	1~3日	4~6日	毎日
気分の高揚(ハイテンション)	0	1	2	3
気分がよい、積極的で活動的、口数が増える				
外出が増える、友人との接触が増える				
思いついたことをすぐに実行したくなる				
気分の落込み	0	1	2	3
不機嫌で、消極的で引きこもりがち、口数が減る				
終日横になる、ネットや携帯をしているだけになる				
死にたくなる、生きている意味がないと思う				
衝動性	0	1	2	3
腹を立てやすい、物や人にあたる				
過食や嘔吐がある、飲酒量が急増する				
リスカや抜毛などの自傷行為や自殺企図がある				
日内リズム異常	0	1	2	3
夜更かし朝寝坊、昼夜逆転				
午前中の気分や体調が悪い、午前中の食欲低下				
深夜になると元気になる、物事に集中できる				
易変性	0	1	2	3
気分が極端に上下しやすい				
同じ人に対する好き嫌いが急変する				
ちょっとしたことで自己嫌悪に陥る				
不安	0	1	2	3
大切な人から見捨てられたようで不安になる				
自分の目指すものみえなくて不安になる				
心の中が空っぽで何をしても満たされない				
猜疑心	0	1	2	3
周りの者が自分から離れているように感じる				
周りの者に嫌がらせをされているように感じる				
物事がうまくいかないのは周りのせいだと思う				

得点