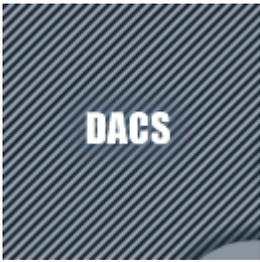


## DACS

## 抑うつや不安を引き起こす自動思考を測定



著者

福井 至 (東京家政大学/大学院教授)

坂野雄二 (北海道医療大学心理学部/大学院心理科学研究科教授)

質問紙：50 部

所要時間：5～10 分

価格：8,360 円 (税込)

DACS(Depression and Anxiety Cognition Scale)(福井, 1998)は、抑うつや不安を引き起こす自動思考を測定するための質問紙である。この自動思考と、自動思考を引き起こすスキーマという認知を変容する認知的技法や、各種の行動的技法を用いて不適応な感情や生理反応を適応的なものに改善するのが認知療法である。

この認知療法においては、クライアント自身が強いネガティブな感情を感じたときの自動思考を記録することによって問題となる自動思考を発見していくのが一般的な方法ではあるが、クライアントの問題となる自動思考をより早く発見するための質問紙がこの DACS である。

## JIBT-R

## 不合理な信念の中核的な要素を測定



著者

福井 至 (東京家政大学/大学院教授)

質問紙：50 部

所要時間：5～10 分

価格：8,360 円 (税込)

JIBT-R(Japanese Irrational Belief Test-Revised)(福井, 2003)は、不合理な信念の中核的な要素を測定するための質問紙である。不合理な信念の中核要素とは、その信念があると適切な感情反応ではなく、過剰で不適切な感情反応を起こしてしまう考え方のことである。このような不合理な信念を修正して、適切な感情や行動をもたらすのが論理情動行動療法(論理療法)である。

この論理情動行動療法においては、クライアントの現実場面における考えや感情、および行動の記録などから問題となる不合理な信念を発見していくのが一般的な方法ではあるが、クライアントの問題となる不合理な信念をより早く発見するめの質問紙がこの JIBT-R である。

また、DACS と「否定的な自動思考カード」があれば抑うつや不安が問題となっているクライアントへの認知療法、JIBT-R と「不合理な信念カード」があれば論理情動行動療法、それぞれの実施が容易になり、初心者でも一定レベルの認知療法を実施することが出来る。さらに、インテーク時とカウンセリングの終結時に DACS や JIBT-R を実施すれば、認知療法の効果の判定にも役立つ。

このように、抑うつや不安が問題となるクライアントの場合には DACS、論理情動行動療法の実施においては JIBT-R、それぞれの利用範囲は広い。

## DAMS

## 数日間の肯定的気分、抑うつ気分、不安気分を測定



## 著者

福井 至 (東京家政大学/大学院教授)  
 木津明彦 (北海道保健福祉部)  
 陳 峻文 (東海学院大学人間関係学部心理学科准教授)  
 熊野宏昭 (早稲田大学人間科学学術院教授)  
 坂野雄二 (北海道医療大学心理学部/大学院心理科学研究科教授)

質問紙：50部

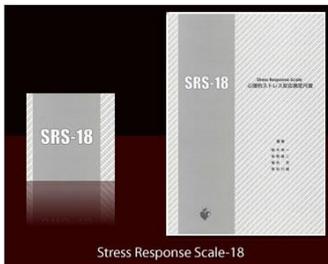
所要時間：1回 5～10分 1部 6回分 価格：8,360円(税込)

抑うつや不安の尺度としては、我が国では SDS や STAI が広く用いられている。これらの尺度に引き続き DAMS を新たに開発したのは、カウンセリングの最初に、より短時間に抑うつ気分と不安気分の変動を的確にアセスメントできるようにするためであった。

9項目の質問項目が6回分で1つの質問紙となっており、より短時間で抑うつ気分と不安気分の変動を的確にアセスメントできるようにするためのものである。

## SRS-18

## 心理的ストレス反応測定尺度



## 著者

鈴木伸一 (早稲田大学准教授)  
 嶋田洋徳 (早稲田大学教授)  
 坂野雄二 (北海道医療大学教授)  
 福井 至 (東京家政大学教授)  
 長谷川誠 (東京警察病院臨床心理士)

質問紙：30部

所要時間：5～10分 価格：7,590円(税込)

心理的ストレス反応は、日常体験するさまざまなストレスラーによって引き起こされる情動的、認知的、行動的变化であり、その表出の程度は、心身の健康状態に大きな影響を及ぼす要因にもなっている。

SRS-18(Stress Response Scale-18)は、高校生、大学生、一般成人約 3,000 名を対象に、幅広くデータの収集を行い作成された、信頼性、妥当性の高い尺度である。普段の生活の中で経験するストレス場面における「心理的ストレス反応」を、短時間で簡易に、しかも多面的に測定できる質問紙である。

SRS-18 は健常群と臨床群の比較において、ストレス高群と低群との比較において高い弁別力を持つことが確認されている。また、生理的反応との対応関係が確認されており、調査研究だけでなく、事件研究におけるストレス評価尺度としても使用できる。

## GSES

## 一般性セルフ・エフィカシー(自己効力感)尺度



著者

坂野雄二 (北海道医療大学教授)

東條光彦 (岡山大学准教授)

福井 至 (東京家政大学/大学院教授)

小松智賀 (赤坂クリニック臨床心理士)

質問紙：50 部

所要時間：5～10 分

価格：8,360 円 (税込)

バンデューラ博士の社会的学習理論においては、人間の行動を決定する要因として、先行要因、結果要因、認知的要因の3つが考えられており、セルフ・エフィカシーは行動の先行要因の主要な要素となっている。何らかの行動をきちんと遂行できるかどうかという予期のことであるが、そういった予期の一般的な傾向を測定するために開発されたのが GSES (General Self-Efficacy Scale) (坂野・東條, 1986) である。

セルフ・エフィカシーの重要性は臨床のみならず、教育、産業、予防医学といった幅広い場面で認識され、利用されるようになってきた。これはセルフ・エフィカシーが、客観的に測定できる行動変容の先行要因であり、変容可能な認知的変数であり、さらにその変容の結果として確実に行動変容が生じるといった特徴があるためである。

このセルフ・エフィカシーのクライアントの一般的な認知的傾向を測定できるのが GSES であり、アセスメントにおいても効果判定においても利用範囲は広い。

## GSESC-R

## 児童用一般性セルフ・エフィカシー(自己効力感)尺度



著者

福井 至 (東京家政大学人文学部)

飯島政範 (さいたま市立本太小学校)

小山繭子 (足立区医師会)

中山ひとみ (銀座山崎メンタルクリニック)

小松智賀 (赤坂クリニック)

小田美穂子 (横浜市北部児童相談所)

嶋田洋徳 (早稲田大学人間科学部)

坂野雄二 (北海道医療大学)

質問紙：30 部

所要時間：5～10 分

価格：4,950 円 (税込)

セルフ・エフィカシー(自己効力感)は、教育現場だけでなく、医療・看護、産業、スポーツなど、あらゆる分野で重視されるようになった概念であり、児童用一般性セルフ・エフィカシー(自己効力感)測定尺度は、小学校3年生から6年生の児童・生徒を対象として標準化された質問紙である。

セルフ・エフィカシーが向上すれば不安が低減することや(鈴木, 2002)、抑うつも改善することが示されている(坂野, 2002)。また、セルフ・エフィカシーの向上が不登校(前田・坂野, 1987)やチックの改善ももたらすことが示されている(東條・前田, 1988)。