

## ICD クラター・クオリティ・オブ・ライフ・スケール (CQLS)

クラターは「過剰な所有物」と定義されますが、個人の生活やウェルビーイングにどのような影響を与えているでしょうか。

クラター・クオリティ・オブ・ライフ・スケール (CQLS) は、クラターがウェルビーイングに与える影響を人がどのように感じているかについて自己評価できるようICDが作成しました。このスケールには18項目の質問があります。各質問をよく読んで、自分の気持ちを一番よく表すと思う回答を丸で囲んでください。答えに「正解」や「不正解」はありません。質問に対して自分の気持ちに正直に回答することが大切です。

| 全く<br>同意しない | 同意しない | あまり<br>同意しない | どちらとも<br>いえない | やや<br>同意する | 同意する | 強く<br>同意する |
|-------------|-------|--------------|---------------|------------|------|------------|
| 1           | 2     | 3            | 4             | 5          | 6    | 7          |

1. 他人が自分の家のクラターを見たらどう思うか心配している。

全く同意しない      1 2 3 4 5 6 7 強く同意する

2. 家で何か作業をする際、モノを動かしてスペースを作らなければならない。

全く同意しない      1 2 3 4 5 6 7 強く同意する

3. 家のどこに何があるか分からず、持っているものをまた買うことがよくある。

全く同意しない      1 2 3 4 5 6 7 強く同意する

4. 自宅のクラターを見ると嫌な気持ちになる。

全く同意しない      1 2 3 4 5 6 7 強く同意する

5. クラターのせいで、人を自宅に呼べない。

全く同意しない      1 2 3 4 5 6 7 強く同意する

6. 自宅のクラターについてなるべく考えないようにしている。

全く同意しない      1 2 3 4 5 6 7 強く同意する

7. クラターのせいで、各部屋のスペースを思うように使えない。

全く同意しない      1 2 3 4 5 6 7 強く同意する

8. 自宅のクラターが原因で、家庭生活に支障をきたしている。  
全く同意しない      1 2 3 4 5 6 7 強く同意する
9. 自宅のクラター状態が手に負えないと感じる。  
全く同意しない      1 2 3 4 5 6 7 強く同意する
10. 自宅のクラターの量が心配の種になっている。  
全く同意しない      1 2 3 4 5 6 7 強く同意する
11. クラターのせいで、必要なモノを見つけることができない。  
全く同意しない      1 2 3 4 5 6 7 強く同意する
12. モノをたくさん買い過ぎて、返済できないほどの借金をつくってしまった。  
全く同意しない      1 2 3 4 5 6 7 強く同意する
13. 自宅のクラターについて考えると後ろめたさを感じる。  
全く同意しない      1 2 3 4 5 6 7 強く同意する
14. 家の中を歩くとき、モノにつまずかないように気をつけなければならない。  
全く同意しない      1 2 3 4 5 6 7 強く同意する
15. クラターのせいで、家の中でやるべきことが放ったらかしになっている。  
全く同意しない      1 2 3 4 5 6 7 強く同意する
16. クラターのせいで、家族や親戚を思うように自宅に招けない。  
全く同意しない      1 2 3 4 5 6 7 強く同意する
17. 請求書がクラターに埋もれて見つからず、3ヶ月間で2回以上支払いが滞ってしまったことがある。  
全く同意しない      1 2 3 4 5 6 7 強く同意する
18. 家のクラターを見ると気が滅入る。  
全く同意しない      1 2 3 4 5 6 7 強く同意する