

日本版 Baron Depression Screener for Athletes

尺度を使用する際には、下記の論文を引用してください:

Ojio, Y.; Matsunaga, A.; Hatakeyama, K.; Kawamura, S.; Horiguchi, M.; Baron, D.; Fujii, C. Developing a Japanese Version of the Baron Depression Screener for Athletes among Male Professional Rugby Players. *Int. J. Environ. Res. Public Health* 2020, 17, 5533. doi: <https://doi.org/10.3390/ijerph17155533>

過去 2 週間の間に次のことがありましたか。あてはまる欄を選んでください。

	全くなかった	ときどき	ほぼ常に
1. 良い練習や上手かった試合の後でも、悲しく感じる。	0	1	2
2. もう、競い合うことに喜びを感じられなくなっており、自分の競技に興味を失った。	0	1	2
3. 選手として成功によって喜びを得ることは、ほとんどあるいはまったくない。	0	1	2
4. 自身の食欲と体重に問題を抱えている。	0	1	2
5. 朝起きたときに、休んだ感じがすっきりした感じがしない。	0	1	2
6. トレーニングや試合に集中することや、集中力を維持することに問題を抱えている。	0	1	2
7. 選手としても人としても失敗しているように感じる。	0	1	2
8. 失敗やスポーツから離れることを考えてしまう。	0	1	2
9. 気分を変えるために、アルコールを飲んだり、サプリメントを摂取している。	0	1	2
10. 自分の人生を終わらせることを考えている。	0	1	2

BDSA-J は、アスリートの抑うつ状態を評価する 10 項目の尺度です。

合計得点は 0 点から 20 点までで、得点が高いほど、抑うつ傾向が強いことを意味します。原版である英語版の BDSA と日本語に翻訳された本尺度は、その評価の質に違いがないことが私たちの研究で確認されました。

* 本尺度は、メンタルヘルスの状態を把握する際の参考にするものであり、うつ病の診断をするものではありません。

連絡先：

小塩靖崇

国立精神・神経医療研究センター

精神保健研究所 地域・司法精神医療研究部

ojio@ncnp.go.jp