

氏名 _____ 記入日(西暦) _____ 年 _____ 月 _____ 日 _____

日本語版 Body Image Concern Inventory (J-BICI)

あなたは次のような気持ちになったり、行動をとったりすることがどれくらいありますか。当てはまる項目に○をつけてください。

	まったく ない	ほとんど ない	ときどき ある	しばしば ある	いつも そうだ
1. かなりの時間をかけて鏡に映る自分の容姿をチェックしている	1	2	3	4	5
2. 自分の容姿をよく見せるために化粧品を買う	1	2	3	4	5
3. 自分の容姿について何度も他の人に確認を求める	1	2	3	4	5
4. 自分の容姿をファッションモデルや他の人と比べる	1	2	3	4	5
5. 自分の容姿の欠点をごまかそうとする	1	2	3	4	5
6. 自分の容姿の欠点を細かくチェックする	1	2	3	4	5
7. 自分の容姿のある面を隠すために衣料品を買ったことがある	1	2	3	4	5
8. 自分の容姿に満足いかなときは社会活動に参加したくない	1	2	3	4	5
9. 自分の容姿の欠点について医療の専門家に相談しようと思った、あるいは相談したことがある	1	2	3	4	5
10. 自分の容姿が原因で外出するのにどぎまぎしたことがある	1	2	3	4	5
11. 自分の容姿の欠点に他の人が気付くのではないかと怖い	1	2	3	4	5
12. 自分の容姿が原因で社会活動に参加しなかったことがある	1	2	3	4	5
13. 自分の容姿を鏡で見るのを避けたことがある	1	2	3	4	5
14. 自分の容姿に不満なところがある	1	2	3	4	5
15. 他の人が自分の容姿を悪く言っているように思う	1	2	3	4	5
16. 自分の容姿には極端に魅力にかけるところがあると思う	1	2	3	4	5
17. 自分の容姿で変えたいところがあると思う	1	2	3	4	5
18. 自分の身体のある部分を恥ずかしいと思う	1	2	3	4	5
19. 自分より他の人の方が身体的に魅力があると思う	1	2	3	4	5

SB:容姿の問題に対する安全確保行動 (1~7 の合計) _____
AB:容姿の問題からの回避行動 (8~13 の合計) _____
NE:容姿への否定的評価 (14~19の合計) _____

合計