



Questionnaire1

پرسشنامه وان - مرجع پرسشنامه ایران

پیوست‌ها

پیوست ب: مقیاس سلامت روان (GHQ)

بمراستب بیشتر از حد معمول	بیش از حد معمول	در حد معمول	اصلاً	لطفاً سوالات زیر را بدقت مطالعه و در هر مورد گزینه‌های را که فکر می‌کنید با وضعیت کنونی شما (از یک ماه پیش تا کنون) مطابقت دارد مشخص کنید.
				آیا از یکماه گذشته تا به امروز احساس کرده اید که کاملاً خوب و سالم هستید
				آیا از یکماه گذشته تا به امروز احساس کرده اید که به‌دراوی تقویتی نیاز دارید
				آیا از یکماه گذشته تا به امروز احساس ضعف و سستی کرده اید
				آیا از یکماه گذشته تا به امروز احساس کرده اید که بیمار هستید
				آیا از یکماه گذشته تا به امروز سر درد داشته اید
				آیا از یکماه گذشته تا به امروز احساس کرده اید که سرتان را محکم با چیزی م دستمال بسته اید یا اینکه فشاری به سرتان وارد می شود
				آیا از یکماه گذشته تا به امروز احساس کرده اید که بعضی وقتها بدنتان داغ و ی سرد می شود
				آیا از یکماه گذشته تا به امروز اتفاق افتاده که بر اثر نگرانی دچار بی خوابی شده باشید
				آیا از یکماه گذشته تا به امروز شبها وسط خواب بیدار می شوید
				آیا از یکماه گذشته تا به امروز احساس کرده اید که کلاً تحت فشار هستید
				آیا از یکماه گذشته تا به امروز عصبانی و بدخلق شده اید
				آیا از یکماه گذشته تا به امروز بدون هیچ دلیل قانع کننده‌ای هراسان و یا وح زده شده اید
				آیا از یکماه گذشته تا به امروز متوجه شده اید که انجام هر کاری از توانایی شما خارج است
				آیا از یکماه گذشته تا به امروز احساس کرده اید که در تمامی مدت عصبی هست دلشوره دارید
				آیا از یکماه گذشته تا به امروز توانسته اید خودتان را مشغول و سرگرم نگه دارید
				آیا از یکماه گذشته تا به امروز اتفاق افتاده که وقت بیشتری را صرف انجام کارها نمایید
				آیا از یکماه گذشته تا به امروز بطور کلی احساس کرده اید که کارها را بخوبی ا می دهید
				آیا از یکماه گذشته تا به امروز از نحوه انجام کارهایتان احساس رضایت می کنی د
				آیا از یکماه گذشته تا به امروز احساس کرده اید که نقش مفیدی در انجام کارها بعده دارید
				آیا از یکماه گذشته تا به امروز توانایی تصمیم‌گیری درباره مسائل را داشته اید
				آیا از یکماه گذشته تا به امروز قادر بوده اید از فعالیتهای روزمره زندگی لذت ببرید
				آیا از یکماه گذشته تا به امروز احساس کرده اید که

			آیا از یکماه گذشته تا به امروز احساس کرده اید که زندگی کاملاً ناامید کننده
			آیا از یکماه گذشته تا به امروز احساس کرده اید که زندگی ارزش زندهبودن را ندارد
			آیا از یکماه گذشته تا به امروز به این مسئله فکر کرده اید که ممکن است دست خودکشی بزنید
			آیا از یکماه گذشته تا به امروز احساس کرده اید که چون اعصابتان خراب است نمی‌توانید کاری انجام دهی
			آیا از یکماه گذشته تا به امروز به این نتیجه رسیده اید که یکاشمرده بودید و ک از شر زندگی خلاص می شدید
			آیا از یکماه گذشته تا به امروز این فکر به ذهنتان رسیده است که بخواهید به زندگیتان خاتمه دهید