



Questionnaire1

پرسشنامه وان - مرجع پرسشنامه ایران

G.H.Q

لطفاً این قسمت را بدقت مطالعه کنید:

می‌خواهیم درباره کسالت و ناراحتی‌های پزشکی و اینکه سلامت عمومی شما در طی یکماه گذشته تا به امروز چگونه بوده است اطلاعاتی بدست آوریم. لطفاً در تمامی سوالات زیر پاسخی را که فکر می‌کنید با وضع شما بیشتر مطابقت دارد مشخص کنید. بخاطر داشته باشید که می‌خواهیم درباره ناراحتی‌های اخیر شما اطلاعاتی بدست آوریم نه مشکلات و ناراحتی‌هایی که در گذشته داشته‌اید. سعی کنید به تمامی سوالات پاسخ دهید.

لذ همکاری شما بسیار متشکریم.

جنس: مرد زن سن: وضعیت تأهل: مجرد متأهل
رشته: ورودی:

آیا اخیراً:

- ۱- احساس کرده‌اید که حالتان بسیار خوب است و از سلامت خوبی برخوردارید؟
الف) پیش از معمول ب) در حد معمول ج) بیش از بدتر از معمول د) بسیار بدتر از معمول
- ۲- احساس کرده‌اید که به یک داروی نیروبخش موثر احتیاج دارید؟
الف) به هیچ وجه ب) نه بیش از معمول ج) بیش از معمول د) بسیار بیش از معمول
- ۳- احساس کرده‌اید که نیروی کافی ندارید و حالتان خوش نیست؟
الف) به هیچ وجه ب) نه بیش از معمول ج) بیش از معمول د) بسیار بیش از معمول
- ۴- احساس کرده‌اید که بیمار هستید؟
الف) به هیچ وجه ب) نه بیش از معمول ج) بیش از معمول د) بسیار بیش از معمول
- ۵- دچار سردردهایی شده‌اید؟
الف) به هیچ وجه ب) نه بیش از معمول ج) بیش از معمول د) بسیار بیش از معمول
- ۶- در سر خود احساس سنگینی یا فشار کرده‌اید؟
الف) به هیچ وجه ب) نه بیش از معمول ج) بیش از معمول د) بسیار بیش از معمول

- ۷- احساس سرمای شدید یا (گر گرفتگی) کرده‌اید؟
الف) به هیچ وجه ب) نه بیش از معمول ج) بیش از معمول د) بسیار بیش از معمول
- ۸- خوابتان به دلیل نگرانی زیاد بسیار کم شده است؟
الف) به هیچ وجه ب) نه بیش از معمول ج) بیش از معمول د) بسیار بیش از معمول
- ۹- اغلب هنگام شب، پس از به خواب رفتن از خواب بیدار شده‌اید؟
الف) به هیچ وجه ب) نه بیش از معمول ج) بیش از معمول د) بسیار بیش از معمول
- ۱۰- احساس کرده‌اید که مدام خسته‌اید؟
الف) به هیچ وجه ب) نه بیش از معمول ج) بیش از معمول د) بسیار بیش از معمول
- ۱۱- عصبی و بدخلق شده‌اید؟
الف) به هیچ وجه ب) نه بیش از معمول ج) بیش از معمول د) بسیار بیش از معمول
- ۱۲- بی دلیل از چیزی ترسیده یا دچار وحشت زدگی شده‌اید؟
الف) به هیچ وجه ب) نه بیش از معمول ج) بیش از معمول د) بسیار بیش از معمول
- ۱۳- احساس می‌کنید که همه چیز از اختیار شما خارج شده است؟
الف) به هیچ وجه ب) نه بیش از معمول ج) بیش از معمول د) بسیار بیش از معمول
- ۱۴- همواره عصبی و برافشفته هستید؟
الف) به هیچ وجه ب) نه بیش از معمول ج) بیش از معمول د) بسیار بیش از معمول
- ۱۵- به گونه‌ای برنامه ریزی کرده‌اید که خود را مشغول و سرگرم نگهدارید؟
الف) بیش از معمول ب) در حد معمول ج) کمتر از معمول د) بسیار کمتر از معمول
- ۱۶- برای انجام کارها بیش از گذشته وقت صرف کرده‌اید؟
الف) کمتر از معمول ب) در حد معمول ج) بیش از معمول د) بسیار بیشتر از معمول
- ۱۷- رویهم رفته احساس می‌کنید کارها را خوب انجام داده‌اید؟
الف) بهتر از معمول ب) تقریباً در حد معمول ج) بدتر از حد معمول د) بسیار بدتر از معمول
- ۱۸- از روشی که برای انجام وظایف خود به کار برده‌اید راضی هستید؟
الف) بیش از معمول ب) تقریباً در حد معمول ج) کمتر از حد معمول د) بسیار کمتر از معمول
- ۱۹- احساس می‌کنید نقش موثری در کارها دارید؟
الف) بیش از معمول ب) تقریباً در حد معمول ج) کمتر از حد معمول د) بسیار کمتر از معمول

- ۲۰- احساس می‌کنید قادر به تصمیم‌گیری در امور هستید؟
الف) بیش از معمول ب) تقریباً در حد معمول ج) کمتر از حد معمول د) بسیار کمتر از معمول
- ۲۱- می‌توانید از انجام فعالیت‌های عادی خود لذت ببرید؟
الف) بیش از معمول ب) تقریباً در حد معمول ج) کمتر از حد معمول د) بسیار کمتر از معمول
- ۲۲- خود را فرد بی‌ارزشی می‌دانید؟
الف) به هیچ وجه ب) نه بیش از معمول ج) بیش از معمول د) بسیار بیش از معمول
- ۲۳- احساس می‌کنید زندگی کاملاً ناامید کننده است؟
الف) به هیچ وجه ب) نه بیش از معمول ج) بیش از معمول د) بسیار بیش از معمول
- ۲۴- احساس می‌کنید زندگی ارزش زنده ماندن را ندارد؟
الف) به هیچ وجه ب) نه بیش از معمول ج) بیش از معمول د) بسیار بیش از معمول
- ۲۵- درباره امکاناتی فکر کرده‌اید که می‌توانند شما را از شر خودتان خلاص کنند؟
الف) هرگز ب) چنین فکر نمی‌کنم ج) به ذهنم خطور کرده است د) قطعاً چنین است
- ۲۶- بارها فکر کرده‌اید که به علت ناراحتی عصبی هیچ کاری را نمی‌توانید انجام دهید؟
الف) به هیچ وجه ب) نه بیش از معمول ج) بیش از معمول د) بسیار بیش از معمول
- ۲۷- احساس می‌کنید که آرزو دارید بمیرید و از همه چیز راحت شوید؟
الف) به هیچ وجه ب) نه بیش از معمول ج) بیش از معمول د) بسیار بیش از معمول
- ۲۸- احساس می‌کنید که فکر از بین بردن خود، ذهنتان را مشغول می‌کند؟
الف) هرگز ب) چنین فکر نمی‌کنم ج) گاهی به ذهنم می‌آید د) قطعاً چنین است

کاربر گرامی: در صورتی که نیاز به پرسشنامه استاندارد و جامع دارید به [سایت مادسیج](#) مراجعه کنید و نام پرسشنامه خود را جستجو کنید.