

تست سلامت عمومی (GHQ)

لطفاً قبل از تکمیل پاسخنامه این قسمت را به دقت مطالعه فرمایند:

دانشجوی گرامی ضمن تبریک موفقیت شما در ورود به صحن مقدس دانشگاه و آرزوی توفیق روز افزون، به اطلاع می‌رسانیم که طبق سنوات قبل وضعیت سلامت عمومی کلیه دانشجویان جدیدالورود با استفاده از پرسشنامه GHQ مورد بررسی قرار می‌گیرد. لازم به توضیح است که اطلاعات این پرسشنامه محرمانه خواهد بود و به جز دانشجو و مشاور او در اداره مشاوره دانشجویی دانشگاه (در صورت نیاز و بطور موردی) توسط شخص دیگری رویت نخواهد گردید. لطفاً سؤالات زیر را بدقت مطالعه و در هر مورد گزینه ای که فکر می‌کنید با وضعیت کنونی شما (از یک ماه پیش تاکنون) مطابقت دارد مشخص و در پاسخنامه مربوطه علامت بزنید. بخاطر داشته باشید که می‌خواهیم در باره ناراحتی‌های اخیر شما بدانیم و نه مشکلات یا ناراحتی‌هایی که در گذشته داشته‌اید.

۱A- آیا از یکماه گذشته تا به امروز کاملاً احساس کرده‌اید که خوب و سالم هستید؟

الف: بیشتر از همیشه ب: مثل همیشه ج: کمتر از همیشه د: خیلی بدتر از همیشه

۲- آیا از یکماه گذشته تا به امروز احساس کرده‌اید که به داروهای تقویتی نیاز دارید؟

الف: خیر ب: کمی ج: زیاد د: خیلی زیاد

۳- آیا از یکماه گذشته تا به امروز احساس ضعف و سستی کرده‌اید؟

الف: خیر ب: کمی ج: زیاد د: خیلی زیاد

۴- آیا از یکماه گذشته تا به امروز احساس کرده‌اید که بیمار هستید؟

الف: خیر ب: کمی ج: زیاد د: خیلی زیاد

۵- آیا از یکماه گذشته تا به امروز سردرد داشته‌اید؟

الف: خیر ب: کمی ج: زیاد د: خیلی زیاد

۶- آیا از یکماه گذشته تا به امروز احساس کرده‌اید که سرتان را محکم با چیزی مثل دستمال بسته‌اند یا اینکه فشاری به سرتان وارد

می‌شود؟

الف: خیر ب: کمی ج: زیاد د: خیلی زیاد

۷- آیا از یکماه گذشته تا به امروز احساس کرده‌اید که بعضی وقتها بدنتان داغ و یا سرد می‌شود؟

الف: خیر ب: کمی ج: زیاد د: خیلی زیاد

۸B- آیا از یکماه گذشته تا به امروز اتفاق افتاده که بر اثر نگرانی دچار بی‌خوابی شده باشید؟

الف: خیر ب: کمی ج: زیاد د: خیلی زیاد

۹- آیا از یکماه گذشته تا به امروز شبها وسط خواب بیدار می‌شوید؟

الف: خیر ب: کمی ج: زیاد د: خیلی زیاد

۱۰- آیا از یکماه گذشته تا به امروز احساس کرده‌اید که دائماً "تحت فشار هستید؟

الف: خیر ب: کمی ج: زیاد د: خیلی زیاد

۱۱- آیا از یکماه گذشته تا به امروز عصبانی و بد خلق شده‌اید؟

الف: خیر ب: کمی ج: زیاد د: خیلی زیاد

۱۲- آیا از یکماه گذشته تا به امروز بدون هیچ دلیل قانع‌کننده‌ای هراسان و یا وحشت زده شده‌اید؟

الف: خیر ب: کمی ج: زیاد د: خیلی زیاد

۱۳- آیا از یکماه گذشته تا به امروز متوجه شده اید که انجام هر کاری از توانایی شما خارج است؟

الف: خیر ب: کمی ج: زیاد د: خیلی زیاد

۱۴- آیا از یکماه گذشته تا به امروز احساس کرده اید که در تمامی مدت عصبی هستید و دلشوره دارید؟

الف: خیر ب: کمی ج: زیاد د: خیلی زیاد

۱۵C- آیا از یکماه گذشته تا به امروز توانسته اید خودتان را مشغول و سرگرم نگه دارید؟

الف: بیشتر از همیشه ب: مثل همیشه ج: کمتر از همیشه د: خیلی بدتر از همیشه

۱۶- آیا از یکماه گذشته تا به امروز اتفاق افتاده که وقت بیشتری را صرف انجام کارها نمایید؟

الف: خیر ب: کمی ج: زیاد د: خیلی زیاد

۱۷- آیا از یکماه گذشته تا به امروز بطور کلی احساس کرده اید که کارها را بخوبی انجام می دهید؟

الف: بیشتر از همیشه ب: مثل همیشه ج: کمتر از همیشه د: خیلی بدتر از همیشه

۱۸- آیا از یکماه گذشته تا به امروز از نحوه انجام کارهایتان احساس رضایت می کنید؟

الف: بیشتر از همیشه ب: مثل همیشه ج: کمتر از همیشه د: خیلی بدتر از همیشه

۱۹- آیا از یکماه گذشته تا به امروز احساس کرده اید که نقش مفیدی در انجام کارها بعهده دارید؟

الف: بیشتر از همیشه ب: مثل همیشه ج: کمتر از همیشه د: خیلی بدتر از همیشه

۲۰- آیا از یکماه گذشته تا به امروز توانایی تصمیم گیری درباره مسائل را داشته اید؟

الف: بیشتر از همیشه ب: مثل همیشه ج: کمتر از همیشه د: خیلی بدتر از همیشه

۲۱- آیا از یکماه گذشته تا به امروز قادر بوده اید از فعالیتهای روزمره زندگی لذت ببرید؟

الف: بیشتر از همیشه ب: مثل همیشه ج: کمتر از همیشه د: خیلی بدتر از همیشه

۲۲D- آیا از یکماه گذشته تا به امروز فکر کرده اید که شخص بی ارزشی هستید؟

الف: خیر ب: کمی ج: زیاد د: خیلی زیاد

۲۳- آیا از یکماه گذشته تا به امروز احساس کرده اید که زندگی کاملاً ناامید کننده است؟

الف: خیر ب: کمی ج: زیاد د: خیلی زیاد

۲۴- آیا از یکماه گذشته تا به امروز احساس کرده اید که زندگی ارزش زنده بودن را ندارد؟

الف: خیر ب: کمی ج: زیاد د: خیلی زیاد

۲۵- آیا از یکماه گذشته تا به امروز به این مسئله فکر کرده اید که ممکن است دست به خودکشی بزنید؟

الف: خیر ب: کمی ج: زیاد د: خیلی زیاد

۲۶- آیا از یکماه گذشته تا به امروز احساس کرده اید که چون اعصابتان خراب است نمی توانید کاری انجام دهید؟

الف: خیر ب: کمی ج: زیاد د: خیلی زیاد

۲۷- آیا از یکماه گذشته تا به امروز به این نتیجه رسیده اید که یکاش مرده بودید و کلاً از شر زندگی خلاص می شدید؟

الف: خیر ب: کمی ج: زیاد د: خیلی زیاد

۲۸- آیا از یکماه گذشته تا به امروز این فکر به ذهنتان رسیده است که بخواهید به زندگیتان خاتمه دهید؟

الف: خیر ب: کمی ج: زیاد د: خیلی زیاد

شماره دانشجویی:

پاسخنامه سلامت عمومی (GHQ-28)

- نام و نام خانوادگی: وضعیت تأهل: مجرد متاهل بومی غیربومی
- رشته قبولی در دانشگاه: سال ورود به دانشگاه: نوع دیپلم: نظام جدید نظام قدیم
- رشته تحصیلی دیپلم: سال اخذ دیپلم: تاریخ تولد: تاریخ تکمیل پاسخنامه:
- آیا از ابتدای تولد تا به اکنون به بیماری خاصی مبتلا بوده اید؟ بلی خیر
- در صورت « بلی بودن » پاسخ نوع آن را مشخص کنید.
- آیا در خانواده و بستگان نزدیک شما سابقه ابتلا به بیماری یا معلولیت جسمی، ذهنی و روانی خاص وجود دارد؟ بلی خیر
- در صورت « بلی بودن » پاسخ، شخص مبتلا و نوع بیماری یا معلولیت او را مشخص کنید.
- آیا مایل هستید از نتایج تست شما در پژوهش های دانشگاه بدون نام بردن از شما استفاده شود؟ بلی خیر

الف	ب	ج	د		الف	ب	ج	د	
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	-۱۵C	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	-۱A
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	-۱۶	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	-۲
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	-۱۷	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	-۳
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	-۱۸	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	-۴
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	-۱۹	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	-۵
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	-۲۰	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	-۶
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	-۲۱	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	-۷
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	-۲۲D	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	-۸B
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	-۲۳	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	-۹
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	-۲۴	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	-۱۰
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	-۲۵	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	-۱۱
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	-۲۶	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	-۱۲
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	-۲۷	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	-۱۳
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	-۲۸	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	-۱۴

D

C

B

A

T