نتیجه و تفسیر

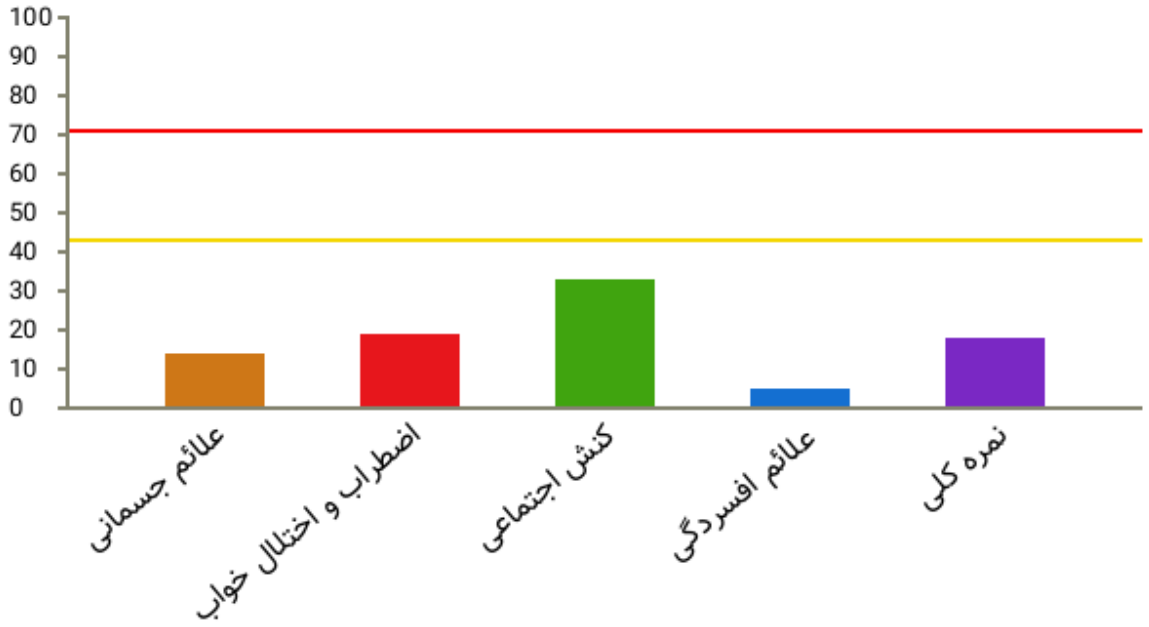
تست GHQ-28

کد آزمون	نام	سن
rvn3432e4f9a	---	31
جنسیت	تحصیلات	شغل
آقا	دیپلم	---
تاهل	تاریخ تست	
متاهل	1404/11/3	

نمرات

مقیاس	نمره خام	نمره درصدی
علائم جسمانی	3	14
اضطراب و اختلال خواب	4	19
کنش اجتماعی	7	33
علائم افسردگی	1	5
نمره کلی	15	18

نمودار



تفسیر

نمره کلی

نمره کلی شما 18 است که نشان دهنده آن است که شما از لحاظ سلامت روان، در وضعیت مطلوبی به سر می برید.

مقیاس علائم جسمانی

نمره کسب شده شما 14 است که نشان دهنده سلامت جسمانی افراد در زمینه بیماری های روان تنی است.

مقیاس اضطراب و اختلال خواب

نمره کسب شده شما 19 است که نشان دهنده آن است که شما از لحاظ حفظ آرامش و کنترل اضطراب در وضعیت مطلوبی هستید.

مقیاس کنش اجتماعی

نمره کسب شده شما 33 است که نشان دهنده سلامت کامل شما در روابط میان فردی و ارتباطات شما در محیط کاری است.

مقیاس علائم افسردگی

نمره کسب شده شما 5 است که نشانه سرزندگی و نشاط شما در زندگی روزمره است.

پاسخ ها

1	آیا از یک ماه گذشته تا به امروز کاملا احساس کرده اید که خوب و سالم هستید؟ الف. بیشتر از حد معمول ب. در حد معمول ج. کمتر از حد معمول د. خیلی کمتر از حد معمول	ب
2	آیا از یک ماه گذشته تا به امروز احساس کرده اید که به داروهای تقویتی نیاز دارید؟ الف. اصلاً ب. در حد معمول ج. بیشتر از حد معمول د. خیلی بیشتر از حد معمول	الف
3	آیا از یک ماه گذشته تا به امروز احساس ضعف و سستی کرده اید؟ الف. اصلاً ب. در حد معمول ج. بیشتر از حد معمول د. خیلی بیشتر از حد معمول	ب

4	آیا از یک ماه گذشته تا به امروز احساس کرده اید که بیمار هستید؟ الف. اصلاً ب. در حد معمول ج. بیشتر از حد معمول د. خیلی بیشتر از حد معمول	ب
5	آیا از یک ماه گذشته تا به امروز سردرد داشته اید؟ الف. اصلاً ب. در حد معمول ج. بیشتر از حد معمول د. خیلی بیشتر از حد معمول	الف
6	آیا از یک ماه گذشته تا به امروز احساس کرده اید که سرتان را محکم با چیزی مثل دستمال بسته اند یا اینکه فشاری به سرتان وارد می شود؟ الف. اصلاً ب. در حد معمول ج. بیشتر از حد معمول د. خیلی بیشتر از حد معمول	الف
7	آیا از یک ماه گذشته تا به امروز احساس کرده اید که بعضی وقتها بدنتان داغ و یا سرد است می شود؟ الف. اصلاً ب. در حد معمول ج. بیشتر از حد معمول د. خیلی بیشتر از حد معمول	الف
8	آیا از یک ماه گذشته تا به امروز اتفاق افتاده که بر اثر نگرانی دچار بی خوابی شده باشید؟ الف. اصلاً ب. در حد معمول ج. بیشتر از حد معمول د. خیلی بیشتر از حد معمول	الف
9	آیا از یک ماه گذشته تا به امروز شبها وسط خواب بیدار می شوید؟ الف. اصلاً ب. در حد معمول ج. بیشتر از حد معمول د. خیلی بیشتر از حد معمول	ب
10	آیا از یک ماه گذشته تا به امروز احساس کرده اید که دائماً تحت فشار هستید؟ الف. اصلاً ب. در حد معمول ج. بیشتر از حد معمول د. خیلی بیشتر از حد معمول	الف
11	آیا از یک ماه گذشته تا به امروز عصبانی و بد خلق شده اید؟ الف. اصلاً ب. در حد معمول ج. بیشتر از حد معمول د. خیلی بیشتر از حد معمول	ب
12	آیا از یک ماه گذشته تا به امروز بدون هیچ دلیل قانع کننده ای هراسان و یا وحشت زده شده اید؟ الف. اصلاً ب. در حد معمول ج. بیشتر از حد معمول د. خیلی بیشتر از حد معمول	الف

13	آیا از یک ماه گذشته تا به امروز متوجه شده اید که انجام هر کاری از توانائی شما خارج است؟ الف. اصلاً ب. در حد معمول ج. بیشتر از حد معمول د. خیلی بیشتر از حد معمول	الف
14	آیا از یک ماه گذشته تا به امروز احساس کرده اید که در تمامی مدت عصبی هستید و دلشوره دارید؟ الف. اصلاً ب. در حد معمول ج. بیشتر از حد معمول د. خیلی بیشتر از حد معمول	ج
15	آیا از یک ماه گذشته تا به امروز توانسته اید خودتان را مشغول و سرگرم نگه دارید؟ الف. بیشتر از حد معمول ب. در حد معمول ج. کمتر از حد معمول د. خیلی کمتراز حد معمول	ب
16	آیا از یک ماه گذشته تا به امروز برای انجام کارها بیش از گذشته وقت صرف کرده اید؟ الف. کمتر از حد معمول ب. در حد معمول ج. بیشتر از حد معمول د. خیلی بیشتر از حد معمول	ب
17	آیا از یک ماه گذشته تا به امروز بطور کلی احساس کرده اید که کارها را بخوبی انجام می دهید؟ الف. بهتر از حد معمول ب. در حد معمول ج. کمتر از حد معمول د. خیلی کمتر از حد معمول	ب
18	آیا از یک ماه گذشته تا به امروز از نحوه انجام کارهایتان احساس رضایت می کنید؟ الف. بیشتر از حد معمول ب. در حد معمول ج. کمتر از حد معمول د. خیلی کمتراز حد معمول	ب
19	آیا از یک ماه گذشته تا به امروز احساس کرده اید که نقش مفیدی در انجام کارها به عهده دارید؟ الف. بیشتر از حد معمول ب. در حد معمول ج. کمتر از حد معمول د. خیلی کمتراز حد معمول	ب
20	آیا از یک ماه گذشته تا به امروز توانائی تصمیم گیری درباره مسائل را داشته اید؟ الف. بیشتر از حد معمول ب. در حد معمول ج. کمتر از حد معمول د. خیلی کمتراز حد معمول	ب
21	آیا از یک ماه گذشته تا به امروز قادر بوده اید از فعالیتهای روزمره زندگی لذت ببرید؟ الف. بیشتر از حد معمول ب. در حد معمول ج. کمتر از حد معمول د. خیلی کمتراز حد معمول	ب

22	آیا از یک ماه گذشته تا به امروز فکر کرده اید که شخص بی ارزشی هستید؟ الف. اصلاً ب. در حد معمول ج. بیشتر از حد معمول د. خیلی بیشتر از حد معمول	الف
23	آیا از یک ماه گذشته تا به امروز احساس کرده اید که زندگی کاملاً نا امید کننده است؟ الف. اصلاً ب. در حد معمول ج. بیشتر از حد معمول د. خیلی بیشتر از حد معمول	ب
24	آیا از یک ماه گذشته تا به امروز احساس کرده اید که زندگی ارزش زنده بودن را ندارد؟ الف. اصلاً ب. در حد معمول ج. بیشتر از حد معمول د. خیلی بیشتر از حد معمول	الف
25	آیا از یک ماه گذشته تا به امروز به این مسأله فکر کرده اید که ممکن است دست به خودکشی بزنید؟ الف. اصلاً ب. فکر نمی کنم ج. به ذهنم خطور کرده د. قطعاً بله	الف
26	آیا از یک ماه گذشته تا به امروز احساس کرده اید که چون اعصابتان خراب است نمی توانید کاری انجام دهید؟ الف. اصلاً ب. در حد معمول ج. بیشتر از حد معمول د. خیلی بیشتر از حد معمول	الف
27	آیا از یک ماه گذشته تا به امروز به این نتیجه رسیده اید که ای کاش مرده بودید و کلاً از شر زندگی خلاص می شدید؟ الف. اصلاً ب. در حد معمول ج. بیشتر از حد معمول د. خیلی بیشتر از حد معمول	الف
28	آیا از یک ماه گذشته تا به امروز این فکر به ذهنتان رسیده است که بخواهید به زندگیتان خاتمه دهید؟ الف. اصلاً ب. فکر نمی کنم ج. به ذهنم خطور کرده د. قطعاً بله	الف