

فرم شماره 4: پرسشنامه سلامت روانی اجتماعی دانشجوی

نام و نام خانوادگی :	شماره دانشجویی :	رشته / مقطع :	سال ورود :
----------------------	------------------	---------------	------------

دانشجوی گرامی : حضور شما را در دانشگاه مهد علم و اندیشه گرامی می داریم. پرسشنامه حاضر به منظور بررسی سلامت دانشجویان علوم پزشکی دانشگاه آزاد اسلامی واحد کازرون طراحی شده است. بر اسا تعهدات حرفه ای روانشناسان ، مشاوران ، پزشکان و کادر درمانی مجربانه بودن پاسخ ها به طور کامل رعایت می گردد. این پرسشنامه صرفا توسط دفتر مشاوره و سلامت به منظور تعیین وضعیت کلی بهداشت روانی دانشجویان برای برنامه ریزی اقدامات ارتقاء بهداشت روانی و جسمانی دانشجویان مورد استفاده قرار می گیرند. با توجه به اهمیت اهداف طرح ، خواهشمند است سوالات زیر را مطالعه و به دقت همه آنها را به صورت بله و خیر ترجیحا در جدول صفحه 4 پاسخ دهید. پیشاپیش از همکاری صادقانه و دقت نظر شما دانشجوی عزیز سپاسگزاری می شود.

موارد مورد بررسی	بله	خیر
1. اشتها ی خوبی دارم		
2. بیشتر صبح ها خوش و سر حال از خواب بر می خیزم .		
3. زندگی روزانه من پر از چیزهایی است که برایم جالبند .		
4. موقع کار فشار و ناراحتی زیادی احساس می کنم .		
5. گاهی فکرهای بدی می کنم که نمی شود درباره آن صحبت کرد .		
6. به ندرت دچار یبوست می شوم .		
7. بعضی وقتها خیلی دلم می خواهد خانواده ام را ترک کنم .		
8. گاهی اوقات آن چنان به گریه یا خنده می افتم که نمی توانم جلوی آن را بگیرم .		
9. هر چند وقت یک بار تهوع و استفراغ ناراحت می کند .		
10. به نظرم هیچ کس مرا درک نمی کند .		
11. گاهی دلم می خواهد ناسزا بگویم .		
12. هر چند شب یک بار دچار کابوس می شوم (خوابهای وحشتناک می بینم .		
13. برایم مشکل است که حواسم را روی کاری متمرکز کنم .		
14. من تجربه های مخصوص و عجیبی داشته ام		
15. اگر دیگران برایم نژده بودند من بیشتر موفق بودم .		
16. در دوران جوانی مرتکب سرقت های جزئی شده ام .		
17. گاه بگاه روزها ، هفته ها و حتی ماهها بوده که دست و دلم به کاری نرفته است .		
18. خوابم آشفته است .		
19. با دیگران که هستم تحمل شنیدن حرفهای عجیب و غریب آنها را ندارم .		
20. اکثر کسانی که مرا می شناسند از من خوشیشان می آید .		
21. اغلب مجبور بوده ام از کسانی اطاعت کنم که به اندازه من نمی فهمیدند .		

فرم شماره 4: پرسشنامه سلامت روانی اجتماعی دانشجوی (ادامه)

نام و نام خانوادگی :	شماره دانشجویی :	رشته / مقطع :	سال ورود :
----------------------	------------------	---------------	------------

...

موارد مورد بررسی	بله	خیر
22. کاش به اندازه دیگران خوشحال بودم .		
23. فکر می کنم بسیاری از مردم برای جلب کمک وهمدردی دیگران بدبختی های خود را بزرگتر جلوه میدهند		
24. بعضی وقتها خشمگین می شوم .		
25. واقعا" اعتماد به نفس ندارم .		
26. خیلی کم از پرش و تکان ماهیچه هایم ناراحت می شوم .		
27. -خیلی وقتها احساس می کنم که مرتکب کار زشت و خطایی شده ام .		
28. بیشتر اوقات خوشحالم .		
29. -بعضی اشخاص آن قدر تحکم می کنند که حتی وقتی می دانم حق با آنها است دلم می خواهد بر خلاف آن چه می خواهند رفتار کنم.		
30. معتقدم بر ضد من توطئه چینی می شود .		
31. اغلب مردم حاضرند حتی با شیوه های غیر عادلانه به منافع و مزایایی برسند .		
32. معده ام خیلی ناراحتم می کند .		
33. -اغلب نمی فهمم چرا آنقدر بد خلق و بد قلق بوده ام .		
34. بعضی اوقات افکارم سریعتر از آن بوده که بتوانم به زبان بیاورم .		
35. فکر می کنم زندگی خانوادگیم به خوبی زندگی اغلب کسانی است که می شناسم .		
36. گاهی وقتها احساس می کنم که واقعا" آدم بی مصرفی هستم .		
37. در چند سال اخیر بیشتر اوقات حالم خوب بوده است		
38. در زندگی من مواقعی بوده است که در آن دست به کارهایی زده ام که بعدها نمی دانستم چه بوده است		
39. احساس می کنم غالبا" بی دلیل مجازات شده ام		
40. هیچوقت حالم بهتر از حالا نبوده است .		
41. -برایم مهم نیست که دیگران درباره من چه فکر می کنند .		
42. حافظه ام خوب است		
43. گفتگو با غریبه ها برایم دشوار است .		
44. اغلب سرتا پا احساس ضعف می کنم .		
45. به ندرت دچار سردرد می شوم .		

فرم شماره 4 : پرسشنامه سلامت روانی اجتماعی دانشجو (ادامه)

نام و نام خانوادگی :	شماره دانشجویی :	رشته / مقطع :	سال ورود :
----------------------	------------------	---------------	------------

.....

بله	خیر	موارد مورد بررسی
		46. تا به حال اشکالی در حفظ تعادل خود موقع راه رفتن نداشته ام .
		47. -بین کسانی که می شناسم بعضی ها را دوست ندارم .
		48. کسانی هستند سعی دارند افکار و عقاید مرا بدزدند .
		49. کاش این قدر خجالتی نبودم .
		50. معتقدم گناهانم غیر قابل بخشش هستند .
		51. غالبا" از چیزی دلوایسم .
		52. -رفقایم غالبا" مورد پسند مادر و پدرم نبوده اند .
		53. -کمی پشت سر دیگران غیبت می کنم .
		54. بعضی وقتها احساس می کنم که خیلی آسان تصمیم می گیرم
		55. تقریبا" هیچ وقت تپش قلب یا تنگی نفس نداشته ام .
		56. -زود از جا در می روم و زود آرام می گیرم .
		57. بعضی وقتها آن قدر بی قرار بوده ام که نمی توانسته ام یک جا بند شوم .
		58. والدین و اعضاء خانواده ام بیش از حد از من ابراد می گیرند .
		59. برای هیچ کس چندان مهم نیست چه به سرم می آید .
		60. -سوء استفاده از کسی که خود چنین امکانی را می دهد ، بد نمی دانم .
		61. -گاهی اوقات احساس می کنم سرشار از انرژی هستم .
		62. قدرت بینایی من به خوبی سالهای گذشته است .
		63. -خیلی کم متوجه شده ام که گوشم زنگ یا وزوز کند .
		64. -یکی دو بار احساس کرده ام که کسی سعی دارد با تلقین و هیپنوتیزم مرا وادار به انجام کارهایی بکند
		65. مواقعی بوده است که بدون علت خاص و برخلاف معمول با نشاط بوده ام .
		66. -حتی وقتی با دیگرانم احساس تنهایی می کنم .
		67. فکر می کنم تقریبا" هر کس برای این که به دردسر نیفتد دروغ خواهد گفت .
		68. من حساس تر از دیگران هستم .
		69. مواقعی است که مغزم کندتر از حد معمول کار می کند .
		70. -غالبا" مردم مرا نا امید می کنند .
		71. -در استعمال دخانیات افراط کرده ام . یا در خوشگذرانی افراط کرده ام.

نام و نام خانوادگی و امضاء دانشجو

**فرم شماره 4 : پرسشنامه سلامت روانی اجتماعی دانشجو (ادامه)**

نام و نام خانوادگی :	شماره دانشجویی :	رشته / مقطع :	سال ورود :
----------------------	------------------	---------------	------------

پاسخ نامه پرسشنامه سلامتی روانی اجتماعی

ردیف	بله	خیر	ردیف	بله	خیر	ردیف	بله	خیر	ردیف	بله	خیر	ردیف	بله	خیر	ردیف	بله	خیر
1			13			25			37			49			61		
2			14			26			38			50			62		
3			15			27			39			51			63		
4			16			28			40			52			64		
5			17			29			41			53			65		
6			18			30			42			54			66		
7			19			31			43			55			67		
8			20			32			44			56			68		
9			21			33			45			57			69		
10			22			34			46			58			70		
11			23			35			47			59			71		
12			24			36			48			60			72		

لطفا در جدول زیر چیزی ننویسید.

Ma	Sc	Pt	Pa	Pd	Hy	D	Hs	K	F	L

تفسیر پزشک

نام و نام خانوادگی و امضاء دانشجو