

کارنامه سلامت

شماره دانشجویی:

نام و نام خانوادگی:

اسکان: با خانواده ☐ خوابگاه ☐ خانه اجاره ایی به تنهایی ☐ خانه اجاره ایی با دوستان ☐ خانه اقوام ☐ سایر ☐

والدین من: با یکدیگر زندگی میکنند ☐ طلاق گرفته اند یا جدا شده اند ☐ فوت کرده اند: پدر ☐ مادر ☐ هردو نفر ☐

آیا سابقه تحصیل در مدارس استعداد درخشان را دارید: خیر ☐ بله ☐ ذکر مقطع تحصیلی

آیا سابقه کسب مقام در المپیادهای علمی، ورزشی و فرهنگی کشوری و بین المللی دارید:

خیر ☐ بلی ☐ نام المپیاد و کشور برگزار کننده

تا چه حد به رشته تحصیلی خود علاقه دارید: خیلی کم ☐ کم ☐ زیاد ☐ خیلی زیاد ☐

بخش اول

خواهشمند است سوالات زیر را با دقت بخوانید و پاسخ خود را مشخص کنید

- ۱- برای انجام وظایف تحصیلی کم انرژی هستم. ☐ کم ☐ نسبتا کم ☐ نسبتا زیاد ☐ زیاد ☐ همیشه یا خیلی زیاد ☐
- ۲- هرگز یا خیلی کم ☐ کم ☐ نسبتا کم ☐ نسبتا زیاد ☐ زیاد ☐ همیشه یا خیلی زیاد ☐
- ۳- موقع امتحان نگران و مضطرب می شوم. ☐ کم ☐ نسبتا کم ☐ نسبتا زیاد ☐ زیاد ☐ همیشه یا خیلی زیاد ☐
- ۴- می دانم نباید نگران چیزی باشم، اما نگرانم. ☐ کم ☐ نسبتا کم ☐ نسبتا زیاد ☐ زیاد ☐ همیشه یا خیلی زیاد ☐
- ۵- نگرانی باعث می شود فکرم درست کار نکند. ☐ کم ☐ نسبتا کم ☐ نسبتا زیاد ☐ زیاد ☐ همیشه یا خیلی زیاد ☐
- ۶- هرگز یا خیلی کم ☐ کم ☐ نسبتا کم ☐ نسبتا زیاد ☐ زیاد ☐ همیشه یا خیلی زیاد ☐
- ۷- آدم نگرانی هستم. ☐ کم ☐ نسبتا کم ☐ نسبتا زیاد ☐ زیاد ☐ همیشه یا خیلی زیاد ☐
- ۸- وقتی نگران می شوم ، نمی توانم آن را متوقف کنم. ☐ کم ☐ نسبتا کم ☐ نسبتا زیاد ☐ زیاد ☐ همیشه یا خیلی زیاد ☐
- ۹- در چند ماه گذشته تجارب ناخوشایندی داشته ام. ☐ کم ☐ نسبتا کم ☐ نسبتا زیاد ☐ زیاد ☐ همیشه یا خیلی زیاد ☐
- ۱۰- مشکلاتم آنقدر زیاد هستند که بیش از این نمی توانم در برابر آنان مقاومت کنم. ☐ کم ☐ نسبتا کم ☐ نسبتا زیاد ☐ زیاد ☐ همیشه یا خیلی زیاد ☐
- ۱۱- از زندگی لذت می برم. ☐ کم ☐ نسبتا کم ☐ نسبتا زیاد ☐ زیاد ☐ همیشه یا خیلی زیاد ☐
- ۱۲- احساس می کنم فرد بی ارزشی هستم. ☐ کم ☐ نسبتا کم ☐ نسبتا زیاد ☐ زیاد ☐ همیشه یا خیلی زیاد ☐
- ۱۳- احساس می کنم مضطربم. ☐ کم ☐ نسبتا کم ☐ نسبتا زیاد ☐ زیاد ☐ همیشه یا خیلی زیاد ☐
- ۱۴- بی دلیل دلشوره دارم. ☐ کم ☐ نسبتا کم ☐ نسبتا زیاد ☐ زیاد ☐ همیشه یا خیلی زیاد ☐
- ۱۵- زندگی کردن برایم بی ارزش است. ☐ کم ☐ نسبتا کم ☐ نسبتا زیاد ☐ زیاد ☐ همیشه یا خیلی زیاد ☐
- ۱۶- چیزهایی که واقعا مهم نیستند موجب نگرانی من می شوند. ☐ کم ☐ نسبتا کم ☐ نسبتا زیاد ☐ زیاد ☐ همیشه یا خیلی زیاد ☐

۱۷- بی دلیل دچار تپش قلب می شوم.

هرگز یا خیلی کم ☐ کم ☐ نسبتاً کم ☐ نسبتاً زیاد ☐ زیاد ☐ همیشه یا خیلی زیاد ☐

۱۸- احساس ناامیدی می کنم.

هرگز یا خیلی کم ☐ کم ☐ نسبتاً کم ☐ نسبتاً زیاد ☐ زیاد ☐ همیشه یا خیلی زیاد ☐

۱۹- نگران هستم ، انگار که قرار است اتفاق هولناکی رخ دهد.

هرگز یا خیلی کم ☐ کم ☐ نسبتاً کم ☐ نسبتاً زیاد ☐ زیاد ☐ همیشه یا خیلی زیاد ☐

۲۰- احساس غمگینی می کنم.

هرگز یا خیلی کم ☐ کم ☐ نسبتاً کم ☐ نسبتاً زیاد ☐ زیاد ☐ همیشه یا خیلی زیاد ☐

۲۱- احساس بی قراری می کنم گویی باید مدام در حرکت باشم.

هرگز یا خیلی کم ☐ کم ☐ نسبتاً کم ☐ نسبتاً زیاد ☐ زیاد ☐ همیشه یا خیلی زیاد ☐

۲۲- خواب هایی می بینم که مرا آشفته می کند.

هرگز یا خیلی کم ☐ کم ☐ نسبتاً کم ☐ نسبتاً زیاد ☐ زیاد ☐ همیشه یا خیلی زیاد ☐

بخش دوم

لطفاً به سوالات زیر متناسب با وضعیت خودتان پاسخ دهید.

۲۳- فضای خانواده ما:

گرم و صمیمی و حمایت کننده است ☐ سرد ولی محترمانه است ☐ سرد و بی تفاوت است ☐ خصومت آمیز است ☐

۲۴- آیا تاکنون شکست عشقی داشته اید؟

خیر ☐ بلی ☐

۲۵- آیا تاکنون به روانشناس و یا روانپزشک مراجعه کرده اید؟

خیر ☐ بلی ☐

۲۶- آیا در حال حاضر تحت درمان روانپزشک هستید؟

خیر ☐ بلی ☐

۲۷- آیا تاکنون به خودکشی فکر کرده اید؟

خیر ☐ بلی ☐

۲۸- آیا تاکنون اقدام به خودکشی کرده اید؟

خیر ☐ بلی ☐

۲۹- تا چه حد مشکلات مالی خانواده یکی از نگرانی های جدی شماست؟

خیلی کم ☐ کم ☐ زیاد ☐ خیلی زیاد ☐

۳۰- در ۱۲ ماه گذشته حدوداً چند بار سیگار مصرف کرده اید؟

اصلاً ☐ یک یا دوبار ☐ سه تا نه بار ☐ ده بار و بیشتر ☐

۳۱- در ۱۲ ماه گذشته حدوداً چند بار قلیان مصرف کرده اید؟

اصلاً ☐ یک یا دوبار ☐ سه تا نه بار ☐ ده بار و بیشتر ☐

۳۲- آیا معلولیت و بیماری خاصی دارید؟

خیر ☐ نابینایی ☐ ناشنوایی ☐ معلولیت جسمی حرکتی ☐ سایر: نام ببرید:

۳۳- به سوالات بالا با دقت و صادقانه پاسخ داده ام.

خیر ☐ بلی ☐

تاریخ

امضاء دانشجو