



## دستورالعمل پرسش گری سؤالات غربال گری در حوزه سلامت روان برای گروه هدف 15 سال به بالا

- قبل از پرسش گری در این بخش به خدمت گیرنده توضیح دهید که «در این بخش می خواهیم سؤالاتی در زمینه شرایط روان شناختی و استرس های شما بپرسم.»
- برای خدمت گیرنده توضیح دهید: «هدف از این پرسش گری شناسائی زودرس ناراحتی های احتمالی روانشناختی در افراد مراجعه کننده است. به این ترتیب افراد نیازمند به مشاوره برای دریافت خدمت ارجاع می شوند و بدین ترتیب می توان از بروز ناراحتی های روانشناختی پیشگیری نمود.»
- در خصوص حفظ رازداری اطمینان دهید: «مطالبی که در این جلسه مطرح می گردد فقط مربوط به ارزیابی سلامت و تکمیل پرونده سلامت شما می باشد. کلیه اطلاعات در این پرونده محفوظ می ماند.»
- به خدمت گیرنده یادآور شوید: «این غربالگری به عنوان یک فرآیند استاندارد برای تمام کارکنان و مراجعان انجام می شود.»
- به خدمت گیرنده توضیح دهید: «پاسخ گویی باز و صادقانه شما به تیم سلامت در ارائه خدمات مورد نیاز کمک می کند.»
- سپس به خدمت گیرنده بگویید: «سؤالاتی که از شما پرسیده می شود، در مورد حالت هایی است که در طول 30 روز گذشته تجربه کرده اید. در پاسخ به هر سؤال می توانید بگوئید همیشه، بیشتر اوقات، گاهی اوقات، بندرت یا اصلاً.»
- پرسش گر گرامی بر روی جملاتی که زیر آن خط کشیده شده و کلماتی که برجسته شده اند، تأکید کنید.

## نمره گذاری:

➤ نمره گذاری این پرسشنامه بدین ترتیب است که برای پاسخ‌های همیشه، بیشتر اوقات، گاهی اوقات، اصلاً و بندرت به ترتیب اعداد 4، 3، 2، 1 و صفر تعلق می‌گیرد. مجموع امتیازات هر پرسشنامه می‌تواند از حداقل صفر تا حداکثر 40 باشد.

همیشه	بیشتر اوقات	گاهی اوقات	بندرت	اصلاً
4	3	2	1	صفر

➤ افرادی که نمره 15 یا بالاتر را کسب می‌کنند به عنوان «غریبال مثبت» محسوب می‌گردند که جهت دریافت خدمات بعدی به روانپزشک / روان شناس / پزشک ارجاع می‌گردند.

➤ در صورت پاسخ بیشتر از 3 مورد به گزینه (نمی داند / پاسخ نمی‌دهد) ارجاع به روانپزشک / روان شناس / پزشک صورت گیرد.

## پرسشنامه ارزیابی دیسترس روانشناختی

سوالاتی که از شما پرسیده می شود، در مورد حالت هایی است که در طول 30 روز گذشته تجربه کرده اید. در پاسخ به هر سوال می توانید بگوئید همیشه، بیشتر اوقات، گاهی اوقات، بندرت یا اصلاً.

<p>1- چقدر در 30 روز گذشته احساس می کردید بدون دلیل مشخصی خیلی خسته هستید و هیچ انرژی ندارید؟</p> <p>(1) همیشه <input type="checkbox"/> (2) بیشتر اوقات <input type="checkbox"/> (3) گاهی اوقات <input type="checkbox"/> (4) بندرت <input type="checkbox"/> (5) اصلاً <input type="checkbox"/> (9) نمی داند/پاسخ نمی دهد <input type="checkbox"/></p>
<p>2- چقدر در 30 روز گذشته احساس می کردید مضطرب و عصبی هستید؟</p> <p>(1) همیشه <input type="checkbox"/> (2) بیشتر اوقات <input type="checkbox"/> (3) گاهی اوقات <input type="checkbox"/> (4) بندرت <input type="checkbox"/> (5) اصلاً <input type="checkbox"/> (9) نمی داند/پاسخ نمی دهد <input type="checkbox"/></p>
<p>3- چقدر در 30 روز گذشته احساس می کردید به شدتی مضطرب و عصبی هستید که هیچ چیز نمی تواند شما را آرام کند؟</p> <p>(1) همیشه <input type="checkbox"/> (2) بیشتر اوقات <input type="checkbox"/> (3) گاهی اوقات <input type="checkbox"/> (4) بندرت <input type="checkbox"/> (5) اصلاً <input type="checkbox"/> (9) نمی داند/پاسخ نمی دهد <input type="checkbox"/></p>
<p>4- چقدر در 30 روز گذشته احساس ناامیدی می کردید؟</p> <p>(1) همیشه <input type="checkbox"/> (2) بیشتر اوقات <input type="checkbox"/> (3) گاهی اوقات <input type="checkbox"/> (4) بندرت <input type="checkbox"/> (5) اصلاً <input type="checkbox"/> (9) نمی داند/پاسخ نمی دهد <input type="checkbox"/></p>
<p>5- چقدر در 30 روز گذشته احساس ناآرامی و بی قراری می کردید؟</p> <p>(1) همیشه <input type="checkbox"/> (2) بیشتر اوقات <input type="checkbox"/> (3) گاهی اوقات <input type="checkbox"/> (4) بندرت <input type="checkbox"/> (5) اصلاً <input type="checkbox"/> (9) نمی داند/پاسخ نمی دهد <input type="checkbox"/></p>
<p>6- چقدر در 30 روز گذشته به شدتی بی قرار بودید که نمی توانستید یک جا بنشینید؟</p> <p>(1) همیشه <input type="checkbox"/> (2) بیشتر اوقات <input type="checkbox"/> (3) گاهی اوقات <input type="checkbox"/> (4) بندرت <input type="checkbox"/> (5) اصلاً <input type="checkbox"/> (9) نمی داند/پاسخ نمی دهد <input type="checkbox"/></p>
<p>7- چقدر در 30 روز گذشته احساس افسردگی و غمگینی می کردید؟</p> <p>(1) همیشه <input type="checkbox"/> (2) بیشتر اوقات <input type="checkbox"/> (3) گاهی اوقات <input type="checkbox"/> (4) بندرت <input type="checkbox"/> (5) اصلاً <input type="checkbox"/> (9) نمی داند/پاسخ نمی دهد <input type="checkbox"/></p>
<p>8- چقدر در 30 روز گذشته به شدتی افسرده و غمگین بودید که هیچ چیزی خوشحالتان نمی کرد؟</p> <p>(1) همیشه <input type="checkbox"/> (2) بیشتر اوقات <input type="checkbox"/> (3) گاهی اوقات <input type="checkbox"/> (4) بندرت <input type="checkbox"/> (5) اصلاً <input type="checkbox"/> (9) نمی داند/پاسخ نمی دهد <input type="checkbox"/></p>
<p>9- چقدر در 30 روز گذشته احساس می کردید که انجام دادن هر کاری برای شما خیلی سخت است؟</p> <p>(1) همیشه <input type="checkbox"/> (2) بیشتر اوقات <input type="checkbox"/> (3) گاهی اوقات <input type="checkbox"/> (4) بندرت <input type="checkbox"/> (5) اصلاً <input type="checkbox"/> (9) نمی داند/پاسخ نمی دهد <input type="checkbox"/></p>
<p>10- چقدر در 30 روز گذشته احساس بی ارزشی می کردید؟</p> <p>(1) همیشه <input type="checkbox"/> (2) بیشتر اوقات <input type="checkbox"/> (3) گاهی اوقات <input type="checkbox"/> (4) بندرت <input type="checkbox"/> (5) اصلاً <input type="checkbox"/> (9) نمی داند/پاسخ نمی دهد <input type="checkbox"/></p>