



وزارت تحقیقات و فناوری  
دفتر مشاوران سلامت و سبک زندگی

کارنا سلامت و دانشجو  
دسال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۳

**دانشجوی گرامی**

پرسشنامه‌ی حاضر، همانند سالهای گذشته توسط دفتر مشاوران و سلامت، به منظور بررسی و پیگیری وضعیت سلامت روانی اجتماعی دانشجویان و همچنین برنامه‌ریزیهای دانشگاهی و ملی ویژه دانشجویان دانشگاههای تحت پوشش وزارت علوم، تحقیقات و فناوری اجرا میشود. براساس تعهدات حرفهای روانشناسان و مشاوران محرمانه بودن پاسخها بهطورکامل رعایت میشود. با توجه به اهمیت اهداف طرح، خواهشمند است سوالات زیر را مطالعه و به دقت همه آنها را پاسخ دهید. پیشاپیش از همکاری صادقانه و دقت نظر شما دانشجوی عزیز سپاسگزار می‌شود.

**مشخصات عمومی دانشجو**

۱- نام و نام خانوادگی:	۲- رشته تحصیلی پذیرفته شده:
۳- استان محل سکونت خانواده:	۴- شماره دانشجویی:
۵- نام دانشگاه:	۶- نام دانشکده:
۷- سن:	۸- جنسیت: (۱) مذکر (۲) مؤنث
۹- شماره تلفن همراه:	۱۰- وضعیت تاهل: (۱) مجرد (۲) متأهل (۳) مطلقه (۴) سایر
۱۱- نوع پذیرش در دانشگاه: (۱) روزانه خودگردان (۴) سایر	(۲) شبانه/نوبت دوم (۳) پردیس
۱۲- رشته گروه تحصیلی:	(۱) علوم انسانی (۲) علوم پایه (۳) فنی و مهندسی (۴) کشاورزی و (۵) هنر (۶) رشتههای پزشکی، دندانپزشکی و (۷) زبان های خارجی (۸) دامپزشکی پیراپزشکی
۱۳- مقطع تحصیلی: حرفه ای (۵) دکتری تخصصی (PhD)	(۱) کاردانی (۲) کارشناسی (۳) کارشناسی ارشد (۴) دکتری
۱۴- نوع سهمیه پذیرفته شده:	(۱) منطقه یک (۲) منطقه دو (۳) منطقه سه (۴) خانواده شهدا (۵) ایثارگران ۲۵ درصد ظرفیت (۶) رزمندگان (۷) ایثارگران ۵ درصد ظرفیت (۸) استعدادهای درخشان (۹) سایر
۱۵- وضعیت بومی: (۱) دانشجوی بومی (۲) دانشجوی غیر بومی	
۱۶- اسکان: (۱) با خانواده (۲) خوابگاه دولتی (۳) خوابگاه خودگردان (۴) خانه اجاره‌ای به تنهایی (۵) خانه اجاره‌ای با دوستان (۶) خانه اقوام (۷) سایر	
۱۷- رشته دبیرستانی: (۱) ریاضی (۲) تجربی (۳) انسانی (۴) فنی حرفه ای (۵) کاردانش (۶) هنر	
۱۸- آیا سابقه تحصیل در مدارس استعدادهای درخشان را دارید؟ (۱) خیر (۲) بلی (ذکر مقطع تحصیلی: .....	
۱۹- آیا سابقه کسب مقام در المپیادهای علمی، ورزشی و فرهنگی کشوری و بینالمللی دارید؟ (۱) خیر (۲) بلی (نام المپیاد و کشور برگزارکننده: .....	
۲۰- به آینده شغلی رشته تحصیلی خود چقدر امیدوارید؟ (۱) خیلی کم (۲) کم (۳) زیاد (۴) خیلی زیاد	

**دستورالعمل پاسخدهی**

پرسشنامه‌ی حاضر دربرگیرنده تعدادی عبارتی است که برای توصیف نگرشها، احساسات و رفتار شما نوشته شده است. این پرسشنامه شامل دو بخش است. در این پرسشنامه، پاسخ صحیح و غلط وجود ندارد. برای هر عبارت، پاسخی را انتخاب کنید که به بهترین وجه توصیفکننده نگرشها، احساسات و رفتار شماست. لطفاً پاسخهای خود را با کشیدن علامت دایره دور عدد مورد نظر مشخص کنید.

مرکز یا خیلی کم	کم	نسبتاً کم	نسبتاً زیاد	زیاد	خیلی زیاد یا همیشه
۰	۱	۲	۳	۴	۵

### بخش اول

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

عبارت	خیلی مرکز یا کم خیلی همیشه یا زیاد	کم کم نسبتاً	کم نسبتاً زیاد	کم کم نسبتاً زیاد
۱. برای انجام وظایف تحصیلی کم انرژی هستم.	۰	۱	۲	۳ ۴ ۵
۲. موقع امتحانات نگران و مضطرب میشوم.	۰	۱	۲	۳ ۴ ۵
۳. میدانم نباید نگران چیزی باشم، اما نگرانم.	۰	۱	۲	۳ ۴ ۵
۴. نگرانی باعث می شود فکرم درست کار نکند.	۰	۱	۲	۳ ۴ ۵
۵. آدم نگرانی هستم.	۰	۱	۲	۳ ۴ ۵
۶. وقتی نگران میشوم، نمیتوانم آن را متوقف کنم.	۰	۱	۲	۳ ۴ ۵
۷. در چند ماه گذشته تجارب ناخوشایندی داشتهام.	۰	۱	۲	۳ ۴ ۵
۸. مشکلاتم آنقدر زیاد هستند که بیش از این نمیتوانم در برابر آنها مقاومت کنم.	۰	۱	۲	۳ ۴ ۵
۹. از زندگیم لذت میبرم.	۰	۱	۲	۳ ۴ ۵
۱۰. احساس میکنم فرد بیارزشی هستم.	۰	۱	۲	۳ ۴ ۵
۱۱. احساس میکنم مضطربم.	۰	۱	۲	۳ ۴ ۵
۱۲. بیدلیل دلشوره دارم.	۰	۱	۲	۳ ۴ ۵
۱۳. زندگی کردن برایم بیارزش است.	۰	۱	۲	۳ ۴ ۵
۱۴. چیزهایی که واقعاً مهم نیستند موجب نگرانی من میشوند.	۰	۱	۲	۳ ۴ ۵
۱۵. بیدلیل دچار تپش قلب میشوم.	۰	۱	۲	۳ ۴ ۵
۱۶. احساس ناامیدی میکنم.	۰	۱	۲	۳ ۴ ۵
۱۷. نگران هستم، انگار که قرار است اتفاق هولناکی رخ دهد.	۰	۱	۲	۳ ۴ ۵
۱۸. احساس غمگینی میکنم.	۰	۱	۲	۳ ۴ ۵
۱۹. احساس بی قراری میکنم گویی باید مدام در حرکت باشم.	۰	۱	۲	۳ ۴ ۵
۲۰. خوابهایی میبینم که مرا آشفته میکند.	۰	۱	۲	۳ ۴ ۵

### بخش دوم

لطفاً به سوالات زیر متناسب با وضعیت خودتان پاسخ دهید.

۲۱. فضای خانواده ما: (۱) گرم و صمیمی و حمایتکننده است (۲) سرد ولی محترمانه است	(۴) همراه با تنش است
۲۲. والدین من: (۱) با یکدیگر زندگی میکنند (۲) طلاق گرفته اند یا جدا شدهاند فوت کردهاند: (۳) پدر (۴) مادر (۵) هر دو نفر	
۲۳. آیا تاکنون شکست عشقی داشتهاید؟	(۲) بلی <input type="checkbox"/> خیر <input type="checkbox"/>
۲۴. آیا تاکنون به روانپزشک مراجعه کردهاید؟	(۱) <input type="checkbox"/> (۲) بلی <input type="checkbox"/> خیر <input type="checkbox"/>
۲۵. آیا در حال حاضر تحت درمان روانپزشک (دارو درمانی) هستید؟	(۱) <input type="checkbox"/> خیر <input type="checkbox"/> (۲) بلی <input type="checkbox"/>
۲۶. آیا تاکنون به خودکشی فکر کردهاید؟	(۱) <input type="checkbox"/> خیر <input type="checkbox"/> (۲) بلی <input type="checkbox"/>
۲۷. آیا تاکنون اقدام به خودکشی کردهاید؟	(۱) <input type="checkbox"/> خیر <input type="checkbox"/> (۲) <input type="checkbox"/>
۲۸. آیا در حال حاضر به دلیل مشکلات اقتصادی در تامین نیازهای ضروری خود دچار مشکل هستید؟ (۱) >	

۲۹. آیا معلولیت و یا بیماری خاصی دارید؟ (۱) خیر (۲) بلی <input type="checkbox"/>	(۱) نابینایی (۲) ناشنوایی (۳) معلولیت جسمی حرکتی (۴) سایر: نام ببرید..... ( )
۳۰. آیا کسی از اعضای درجه اول خانواده یا دوست صمیمی شما بر اثر ابتلا به کرونا فوت شده است؟ (۱) خیر <input type="checkbox"/> (۲) بلی <input type="checkbox"/>	
۳۱. در صورت برگزاری کلاسهای حضوری، تا چه حد نگران مبتلا شدن به کرونا هستید؟	(۱) خیلی کم (۲) کم (۳) زیاد (۴) خیلی زیاد
۳۲. در صورتی که دانشجوی خوابگاهی هستید، تا چه حد نگران مبتلا شدن به کرونا در خوابگاه هستید؟	(۱) خیلی کم (۲) کم

### خوابگاهی نیستم

(۳) زیاد (۴) خیلی زیاد

۳۳. آیا شما واکسن کرونا دریافت کرده‌اید؟ (۱) اصلاً (۲) بله یک نوبت (۳) بله دو نوبت (۴) بله سه نوبت ۵- مایل به تزریق واکسن کرونا نیستم
۳۴. در ۱۲ ماه گذشته حدوداً چند بار سیگار مصرف کرده‌اید؟ (۱) اصلاً (۲) یک تا دو بار (۳) سه تا نه بار (۴) ده بار و بیشتر
۳۵. در ۱۲ ماه گذشته حدوداً چند بار قلیان مصرف کرده‌اید؟ (۱) اصلاً (۲) یک تا دو بار (۳) سه تا نه بار (۴) ده بار و بیشتر

### بخش سوم

۳۶. در یک سال تحصیلی گذشته کدام یک از مسائل آموزشی زیر برای شما ایجاد شده است؟ (۱) بیشتر از ۲ نمره کاهش معدل (۲) مشروطی حذف درس (۳) حذف ترم (۴) حذف ترم (۵) مرخصی تحصیلی (۶) وقفه تحصیلی/ عدم مراجعه (۷) اتمام سنوات مجاز تحصیلی (۸) هیچ کدام

- ۳۷- تا چه حد به رشته تحصیلتان علاقه دارید؟ (۱) اصلاً (۲) خیلی کم (۳) کم (۴) زیاد (۵) خیلی زیاد

- لطفا عبارات زیر را با دقت بخوانید و پاسخ خود را مشخص کنید.
۳۸. همیشه تکالیفم را از جلسهای به جلسه دیگر به تعویق میاندازم. ۱ ۲ ۳ ۴ ۵
۳۹. هنگامی که مجبور باشم مقاله، کار تحقیقی یا عملی را انجام دهم، مرتب آن را به تأخیر میاندازم. ۱ ۲ ۳ ۴ ۵
۴۰. وقتی آماده شدن برای امتحان را به تعویق میاندازم، احساس بدی به من دست میدهد. ۱ ۲ ۳ ۴ ۵

به سئوالات این پرسشنامه با صداقت پاسخ داده‌اید؟

با تشکر از شما دانشجوی گرامی

