

## Generalizə olunmuş təşviş pozuntusunun qiymətləndirilməsi üçün sorğu vərəqəsi (GTP-7)<sup>1</sup>

Son 2 həftə ərzində bu cür problemlər sizi nə dərəcədə tez-tez narahat edib?	Narahat etməyib	Bir neçə gün	Günlərin yarısından çoxunda	Demək olar ki, hər gün
1. Siz əsəbiləşmiş, təşviş keçirmiş və ya güclü stress yaşamısınız	0	1	2	3
2. Siz sakitləşə və ya həyəcanınızı nəzarət altına ala bilməmişsiniz	0	1	2	3
3. Siz müxtəlif səbəblərdən həddən artıq həyəcan keçirmisiniz	0	1	2	3
4. Sizin üçün rahatlaşmaq çətin olub	0	1	2	3
5. Siz o qədər təlaşlı olmusunuz ki, bir yerdə otura bilməmişsiniz	0	1	2	3
6. Siz asanlıqla qəzəblənmişiniz və ya əsəbiləşmişiniz	0	1	2	3
7. Sanki nə isə dəhşətli bir şey baş verəcək kimi qorxu hiss etmişiniz	0	1	2	3

---

### Balların cəmi

---

#### Nəticələrin təfsiri:

**0-4 bal** — təşvişin minimum səviyyəsi

**5-9 bal** — mülayim

**10-14 bal** — orta

**15-21 bal** — yüksək