

中学生心理健康检测

姓名_____ 性别_____ 年龄_____ 出生日期_____ 年级_____

下面是有关你近来心理状态的一些问题，请你仔细阅读每一个题目，根据自己的实际情况认真填写。每一个题目没有对错之分，请你尽快回答，不要在每道题上过多思索。我们为你绝对保密，不要有任何顾虑。（1 从无 2 轻度 3 中度 4 偏重 5 严重）

- | | | | | | |
|-----------------------|---|---|---|---|---|
| 1. 我不喜欢参加学校的课外活动 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2. 我心情时好时坏 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3. 做作业必须反复检查 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4. 感到人们对我不好，不喜欢我 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 5. 我感到苦闷 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6. 我感到紧张或容易紧张 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 7. 我学习劲头时高时低 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 8. 我对现在的学校生活感到不适应 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 9. 我看不惯现在的社会风气 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 10. 为保证正确，做事必须做得很慢 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 11. 我的想法总与别人不一样 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 12. 总担心自己的衣服是否整齐 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 13. 容易哭泣 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 14. 我感到前途没有希望 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 15. 我感到坐立不安，心神不定 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 16. 经常责怪自己 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 17. 当别人看着我或谈论我时，感到不自在 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 18. 感到别人不理解我，不同情我 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 19. 我常发脾气，想控制但控制不住 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 20. 觉得别人想占我的便宜 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 21. 大叫或摔东西 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 22. 总在想一些不必要的事情 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 23. 必须反复洗手或反复数数 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 24. 总感到有人在背后谈论我 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 25. 时常与人争论、抬杠 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 26. 我觉得对大多数人都不可信任 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 27. 我对做作业的热情忽高忽低 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 28. 同学考试成绩比我高，我感到难过 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 29. 我不适应老师的教学方法 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 30. 老师对我不公平 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 31. 我感到学习负担很重 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 32. 我对同学忽冷忽热 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 33. 上课时，总担心老师会提问自己 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 34. 我无缘无故地突然感到害怕 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 35. 我对老师时而亲近，时而疏远 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

36. 一听说要考试，心里就感到紧张	1	2	3	4	5
37. 别的同学穿戴比我好，有钱，我感到不舒服	1	2	3	4	5
38. 我讨厌做作业	1	2	3	4	5
39. 家里环境干扰我的学习	1	2	3	4	5
40. 我讨厌上学	1	2	3	4	5
41. 我不喜欢班里的风气	1	2	3	4	5
42. 父母对我不公平	1	2	3	4	5
43. 感到心里烦躁	1	2	3	4	5
44. 我常常无精打采，提不起劲来	1	2	3	4	5
45. 我感情容易受到别人的伤害	1	2	3	4	5
46. 觉得心里不踏实	1	2	3	4	5
47. 别人对我的表现评价不恰当	1	2	3	4	5
48. 明知担心没有用，但总害怕考不好	1	2	3	4	5
49. 总觉得别人在跟我作对	1	2	3	4	5
50. 我容易激动和烦恼	1	2	3	4	5
51. 同异性在一起时，感到害羞不自在	1	2	3	4	5
52. 有想伤害他人或打人的冲动	1	2	3	4	5
53. 我对父母时而亲热，时而冷淡	1	2	3	4	5
54. 我对比我强的同学并不服气	1	2	3	4	5
55. 我讨厌考试	1	2	3	4	5
56. 心里总觉得有事	1	2	3	4	5
57. 经常有自杀的念头	1	2	3	4	5
58. 有想摔东西的冲动	1	2	3	4	5
59. 要求别人十全十美	1	2	3	4	5
60. 同学考试成绩比我高，但能力并不比我强	1	2	3	4	5