

ID □□-□□□

Дараах асуултууд таны амьдралын чанар эрүүл мэнд болон амьдралынхаа бусад хүрээг та хэрхэн мэдэрч байдгийг тань үнэлэх болно. Та бүх асуултанд хариулахыг хичээгээрэй. Хэрэв та асуултанд аль хариултыг өгөх талаар итгэлтэй биш байгаа бол хамгийн илүү тохирох боломжтой нэг л хувилбарыг сонгоно уу. Энэ нь ихэвчлэн таны анхны хариулт байх болно. Хариулт өгөхдөө та өөрийнхөө хэм хэмжээ, итгэл найдвар, хүсэл сонирхлоо барина уу. Бид таны амьдрал сүүлийн хоёр долоо хоногт ямар байгаа талаар асуух болно. Жишээлбэл, та доорхи асуултанд хариулахдаа сүүлийн хоёр долоо хоногийн талаар бодож байгаад хариулаарай.

Танд шаардлагатай байгаа ямар нэгэн тусламжийг бусдаас хэр зэрэг авч байсан бэ?	Огт үгүй 1	Бараг үгүй 2	Дунд зэрэг 3	Нилээд их 4	Бүрэн гүйцэд 5
---	---------------	-----------------	-----------------	----------------	-------------------

Сүүлийн хоёр долоо хоногоос илүү хугацаанд та бусдаас хэдий хэрийн тусламж авч байсан талаар хамгийн илүү тохирох хариултын тоог дугуйлна уу. Хэрэв та бусдаас нилээд олон удаа тусламж авсан бол 4-ийг дугуйлаарай.

Танд шаардлагатай байгаа ямар нэгэн тусламжийг бусдаас хэр зэрэг авч байсан бэ?	Огт үгүй 1	Бараг үгүй 2	Хир тааруу 3	Нилээд их 4	Бүрэн гүйцэд 5
---	---------------	-----------------	-----------------	----------------	-------------------

Хэрэв та сүүлийн хоёр долоо хоногт бусдаас огт тусламж аваагүй бол 1-ийг дугуйлаарай.

Та дараах асуулт бүрийг уншиж өөрийн бодол мэдрэмжийг үнэлээд, таны хариултанд хамгийн сайн тохирох хэмжүүрийг сонгон дугуйлна уу.

		Маш муу	Муухан	Муу ч биш, сайн ч биш	Сайн	Маш сайн
1(G1)	Та өөрийн амьдралын чанарыг юу гэж үнэлдэг вэ?	1	2	3	4	5

		Маш хангалуун бус	Хангалуун бус	Хангалуун ч биш хангалуун бус ч биш	Хангалуун	Маш хангалуун
2(G4)	Та эрүүл мэнддээ хир сэтгэл хангалуун байдаг вэ?	1	2	3	4	5

		Огт үгүй	Бага зэрэг	Дунд зэрэг	Маш их	Хэт их
3(F1.4)	Таны биеийн өвдөлт шаардлагатай зүйлээ хийхэд чинь хэдий хир саад болдог вэ?	1	2	3	4	5
4(F11.3)	Таны өдөр тутмын амьдралд эмчилгээний ямар нэгэн үйл ажиллагаа хэр зэрэг хэрэгтэй байдаг вэ?	1	2	3	4	5
5(F4.1)	Та амьдралаас хир зэрэг таашаал авдаг вэ?	1	2	3	4	5
6(F24.2)	Та амьдралынхаа зорилгод хэр зэрэг биелүүлж байгаа гэж өөрийгөө үнэлдэг вэ?	1	2	3	4	5

		Огт үгүй	Бага зэрэг	Дунд зэрэг	Маш их	Хэт их
7(F5.3)	Та анхаарлаа хир сайн төвлөрүүлж чадаж байсан бэ?	1	2	3	4	5
8(F16.1)	Та өдөр тутмын амьдралдаа аюулгүй байдлыг хир зэрэг мэдэрч байсан бэ?	1	2	3	4	5
9(F22.1)	Таны хүрээлэн буй орчин хир зэрэг эрүүл байсан бэ?	1	2	3	4	5

Дараах асуултуудад хариулахдаа, сүүлийн хоёр долоо хоногт доорхи гарцаагүй тохиолдож болох зүйлсийг хэр зэрэг гүйцэд мэдэрч байсныг санаарай.

		Огт үгүй	Бага зэрэг	Дунд зэрэг	Ихэнх дээ	Бүх талаар
10(F2.1)	Танд өдөр тутмын амьдралын эрч хүч хангалттай байдаг уу?	1	2	3	4	5
11(F7.1)	Та биеийнхээ галбир, гадаад төрхөө хүлээн зөвшөөрч чаддаг уу?	1	2	3	4	5
12(F18.1)	Таны хэрэгцээнд мөнгө тань хангалттай хүрдэг үү?	1	2	3	4	5
13(F20.2)	Та өдөр тутмын амьдралд хэрэгцээтэй мэдээлэл хир зэрэг авдаг вэ?	1	2	3	4	5
14(F21.1)	Чөлөөт цагийн үйл ажиллагаанд оролцох боломж танд хир зэрэг тохиолддог вэ?	1	2	3	4	5

		Маш муу	Муух ан	Муу ч биш, сайн ч биш	Сайн	Маш сайн
15(F9.1)	Таны орчин тойрондоо явах чадвар хир зэрэг байгаа вэ ?	1	2	3	4	5

Дараах асуултуудад хариулахдаа, сүүлийн хоёр долоо хоногт та амьдралынхаа янз бүрийн талын мэдрэмжээ хир зэрэг сайн эсвэл хангалттай байсныг санаарай.

		Огт үгүй	Бага зэрэг	Дунд зэрэг	Ихэнх дээ	Бүх талаар
16(F3.3)	Та нойрондоо хир зэрэг ханамжтай байсан бэ?	1	2	3	4	5
17(F10.3)	Таны гэр ахуйн өдөр тутмын ажлаа хийж гүйцэтгэх чадвар тань хир хангалттай байсан бэ?	1	2	3	4	5
18(F12.4)	Таны ажлын чадвар хир зэрэг хангалттай байсан бэ?	1	2	3	4	5

19(F6.3)	Та өөртөө хир зэрэг сэтгэл хангалуун байсан бэ?	1	2	3	4	5
20(F13.3)	Та ойр дотныхоо хүмүүстэй харилцах харилцаандаа хир зэрэг сэтгэл ханамжтай байсан бэ?	1	2	3	4	5
21(F15.3)	Та бэлгийн амьдралдаа хир сэтгэл хангалуун байсан бэ?	1	2	3	4	5
22(F14.4)	Найз нөхдийнхөө тусламж дэмжлэгт та хир зэрэг сэтгэл хангалуун байсан бэ?	1	2	3	4	5
23(F17.3)	Та оршин суугаа газартаа хир зэрэг сэтгэл хангалуун байсан бэ?	1	2	3	4	5
24(F19.3)	Танд үзүүлж байсан эрүүл мэндийн тусламжинд та хир зэрэг сэтгэл хангалуун байсан бэ?	1	2	3	4	5
25(F23.3)	Та тээврийн хэрэгслийг ашиглах байдалдаа хир зэрэг сэтгэл хангалуун байсан бэ?	1	2	3	4	5

Дараах асуултуудад хариулахдаа, сүүлийн хоёр долоо хоногт доорхи гарцаагүй тохиолдож болох зүйлсийг хир олонтаа мэдэрсэн буюу хир олонтаа тохиолдож байсныг санаарай.

		Хэзээ ч үгүй	Ховор хон	Нилээд олон удаа	Маш олон удаа	Үргэлж
26(F8.1)	Танд уйтгар гуниг, сэтгэл түгшилт, уурлах, сэтгэл гутрал зэрэг сөрөг мэдрэмжүүд хир олонтаа тохиолдож байсан бэ ?	1	2	3	4	5

Энэхүү санал асуулгыг бөглөхдөө танд хэн нэгэн хүн тусалсан уу?

Та хир зэрэг удаан үүнийг бөглөсөн бэ?

Танд энэхүү үнэлгээний асуумжийн талаар ямар нэг санал байна уу?

.....

Танд баярлалаа.