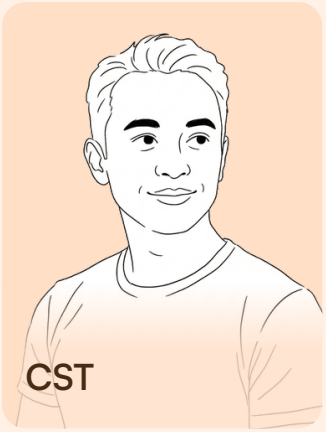


Stressvragenlijst van Cungi (CST)

De stresstest van Cungi is een instrument om het stressniveau te meten. Hij meet de intensiteit van de algemene stress en brengt stressbronnen in kaart, zoals werk, relaties of gezondheid.

Aantal vragen	19 vragen
Geschatte duur	4 minuten
Taal	Nederlands
Oorspronkelijke naam	Cungi Stress Test
Categorie	Stress

Voorbeeld van de 19 vragen

Ben ik emotioneel, gevoelig voor opmerkingen en kritiek van anderen?

Helemaal niet | Een beetje | Enigszins | Tamelijk veel | Veel | Extreem

Ben ik opvliegend of snel geïrriteerd?

Helemaal niet | Een beetje | Enigszins | Tamelijk veel | Veel | Extreem

Ben ik perfectionistisch, geneigd om niet tevreden te zijn met wat ik zelf of wat anderen hebben gedaan?

Helemaal niet | Een beetje | Enigszins | Tamelijk veel | Veel | Extreem

Heb ik last van hartkloppingen, zweten, trillen of spiertrekkingen, bijvoorbeeld in mijn gezicht of oogleden?

Helemaal niet | Een beetje | Enigszins | Tamelijk veel | Veel | Extreem

Voel ik spanning in mijn spieren, met een strak gevoel in mijn kaken, mijn gezicht of mijn lichaam in het algemeen?

Helemaal niet | Een beetje | Enigszins | Tamelijk veel | Veel | Extreem

Neem je vragenlijsten online af

Stuur je patiënt een link: die antwoordt via telefoon of computer, en jij ontvangt de gescoorde resultaten per e-mail.

Bekijk de vragenlijst op mentaal.org ›

Ben je psycholoog?

Met Mentaal krijg je relevante informatie om je patiënten te begeleiden.

- Gestandaardiseerde tests
- Automatische scoring
- Resultaten per e-mail

Probeer het gratis | Bekijk alle vragenlijsten

★★★★★

“Betrouwbare en relevante metingen om de psychische toestand van mijn patiënten beter in kaart te brengen”

 Jeroen S. - Arbeidspsycholoog