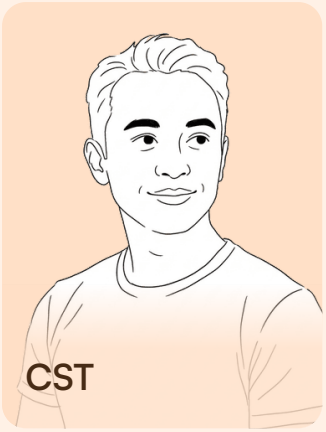


Kwestionariusz stresu Cungiego (CST)

Test oceny stresu Cungiego to narzędzie do pomiaru poziomu stresu. Mierzy ogólne nasilenie stresu i pozwala określić stresory, takie jak praca, relacje czy zdrowie.

Liczba pytań	19 pytań
Szacowany czas	4 minuty
Język	Polski
Nazwa oryginalna	Cungi Stress Test
Kategoria	Stres

Podgląd 19 pytań

Czy jestem uczuciowy(-a), wrażliwy(-a) na uwagi i krytykę innych?

Wcale | Nieznacznie | Trochę | Dość mocno | Bardzo | Niezwykle mocno

Czy jestem porywczy(-a) lub łatwo się irytuję?

Wcale | Nieznacznie | Trochę | Dość mocno | Bardzo | Niezwykle mocno

Czy jestem perfekcjonistą (perfekcjonistką), który(-a) zwykle nie jest zadowolony(-a) z tego, co zrobił(a) sam(a) lub co zrobili inni?

Wcale | Nieznacznie | Trochę | Dość mocno | Bardzo | Niezwykle mocno

Czy mam kołatanie serca, poty, drżenie, drgania mięśni, na przykład twarzy lub powiek?

Wcale | Nieznacznie | Trochę | Dość mocno | Bardzo | Niezwykle mocno

Czy odczuwam napięcie mięśni, z uczuciem ściśnięcia szczęki, twarzy lub całego ciała?

Wcale | Nieznacznie | Trochę | Dość mocno | Bardzo | Niezwykle mocno

Przeprowadzaj swoje kwestionariusze online

Wyślij pacjentowi link: odpowiada na telefonie lub komputerze, a ty otrzymujesz obliczone wyniki e-mailem.

Zobacz kwestionariusz na mentaal.org ›

Jesteś psychologiem?

Mentaal dostarcza ci wartościowych informacji, które pomagają wspierać twoich pacjentów.

- Standaryzowane testy
- Automatyczne obliczanie wyników
- Wyniki przesyłane e-mailem

Wypróbuj za darmo

Zobacz wszystkie kwestionariusze

★★★★★

“Mentaal stał się dla mnie niezastąpionym sprzymierzeńcem, który pomaga uporządkować proces oceny i pogłębić kliniczne rozumienie moich pacjentów.”

 Joanna P. - Psycholog CBT