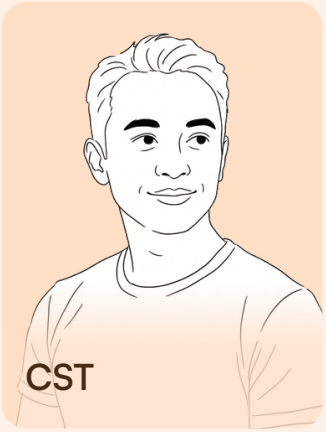


Cungis stressformulär (CST)

Cungis stresstest är ett verktyg för att mäta en persons stressnivå. Det mäter den övergripande stressens intensitet och identifierar stressfaktorer som arbete, relationer eller hälsa.

Antal frågor	19 frågor
Beräknad tid	4 minuter
Språk	Svenska
Originalnamn	Cungi Stress Test
Kategori	Stress

Förhandsgranskning av de 19 frågorna

Är jag känslosam och känslig för andras kommentarer och kritik?

Inte alls | Lite | Något | Ganska mycket | Mycket | Extremt

Är jag hetsig eller lättirriterad?

Inte alls | Lite | Något | Ganska mycket | Mycket | Extremt

Är jag perfektionist, med en tendens att inte vara nöjd med det jag har gjort eller med det andra har gjort?

Inte alls | Lite | Något | Ganska mycket | Mycket | Extremt

Har jag hjärtklappning, svettningar, darrningar eller muskelryckningar, till exempel i ansiktet eller ögonlocken?

Inte alls | Lite | Något | Ganska mycket | Mycket | Extremt

Känner jag spänningar i musklerna, med en känsla av stelhet i käkarna, ansiktet eller kroppen i allmänhet?

Inte alls | Lite | Något | Ganska mycket | Mycket | Extremt

Låt dina patienter fylla i formulären online

Skicka en länk till din patient: hen svarar i mobilen eller på datorn, och du får de poängsatta resultaten via e-post.

Se formuläret på mentaal.org ›

Är du psykolog?

Med Mentaal får du relevant information som hjälper dig att stödja dina patienter.

- Standardiserade test
- Automatisk poängsättning
- Resultaten via e-post

Prova kostnadsfritt | Se alla formulär

★★★★★

“Den automatiska poängsättningen sparar enormt mycket tid åt mig, och mina patienter är betydligt mer villiga att fylla i formulären.”

Sara A. - Psykolog online