

Опросник для оценки генерализованного тревожного расстройств (ГТР-7)¹

Как часто за последние 2 недели вас беспокоили такие проблемы?	Ни разу	Несколько дней	Более половины дней	Почти каждый день
1. Вы нервничали, тревожились или испытывали сильный стресс	0	1	2	3
2. Вы были неспособны успокоиться или контролировать волнение	0	1	2	3
3. Вы слишком волновались по разным причинам	0	1	2	3
4. Вам было трудно расслабиться	0	1	2	3
5. Вы были настолько суетливы, что вам было тяжело усидеть на месте	0	1	2	3
6. Вы легко злились или раздражались	0	1	2	3
7. Вы испытывали страх, словно должно произойти нечто ужасное	0	1	2	3

Сумма баллов

Интерпретация результатов:

0–4 балла — минимальный уровень тревожности

5–9 баллов — умеренный

10–14 баллов — средний

15–21 балл — высокий

ГТР — генерализованное тревожное расстройство

Источники:

1. Spitzer R.L. et al. A brief measure for assessing generalized anxiety disorder. Arch Intern Med. 2006; 166(10):1092-7.