

20 Mental Health Interview Questions

20 个心理健康面试问题

身体健康

- 1, 告诉我你过去 X 个月的睡眠习惯。你注意到任何变化了吗？入睡困难？躁动不安？
- 2, 您如何描述过去 X 周的食欲？你的饮食习惯有什么改变吗？

幸福（和不幸）

- 3, 你能告诉我在过去的几个月里你有什么时候被情绪低落、压力或悲伤所困扰吗？
- 4, 你有多少次对你通常喜欢的活动没有兴趣或兴趣？你能告诉我更多吗？

自主、选择和控制

- 5, 在过去的 X 个月里，您有多少次觉得自己的情绪或生活似乎在您的控制之下？
- 6, 你有多少次因为无法停止担心而烦恼？

自我认知

- 7, 告诉我你最近对自己的能力有多自信。
- 8, 让我们谈谈在过去的 X 个月里，您对自己感到满意的频率。

希望与绝望

- 9, 在过去的几周里，你有多少次觉得未来很暗淡？
- 10, 你能告诉我你对未来的希望和梦想吗？您最近对实现这些目标有什么感受？

关系和归属感

- 11, 描述您周围的其他人（您的朋友、家人或其他人）对您的“支持”程度。
- 12, 让我们讨论一下您最近对人际关系的感受。

活动

13, 告诉我您最近参与的任何重要活动或项目。你从中获得了多少乐趣?

14, 您多久做一次对您或您的生活有意义的事情?

抑郁症

15, 在过去的两周里, 您对疲倦或精力不足感到困扰吗?

16, 您对让自己或他人失望的想法感到困扰吗?

焦虑

17, 在过去的两周里, 你对恐惧或恐惧的感觉有多困扰, 好像有什么可怕的事情会发生?

18, 你有多少次因为烦躁不安而坐不住?

其他

19, 您多久感到烦躁或坐不住?

20, 你对学习的兴趣降低了吗?

我们可以帮助他人改善他们的心理健康, 让他们感到被支持;

并确保他们知道他们可以选择继续获得免费心理健康理疗。