

## GAD-7

تقریباً" ہر دن	آدھے سے زیادہ دن	کئی دن	بالکل نہیں	پچھلے دو ہفتوں میں درج ذیل مسائل نے آپ کو کتنا پریشان کیا ہے؟ (اپنا جواب ✓ کی مدد سے ظاہر کریں)
3	2	1	0	1. گھبراہٹ، بے چینی یا شدید تناؤ محسوس کرنا
3	2	1	0	2. فکرمندی روکنے یا اس پر قابو پانے میں کامیاب نہ ہونا
3	2	1	0	3. مختلف چیزوں کو لے کر بہت فکرمند ہونا
3	2	1	0	4. بے آرامی
3	2	1	0	5. اتنی بے قراری کہ بیٹھے رہ پانا محال ہو جانا
3	2	1	0	6. فوراً" ناراض ہوجانا یا جھلا جانا
3	2	1	0	7. ایسے خوف زدہ محسوس کرنا جیسے کہ کوئی بہت ناگوار چیز ہو سکتی ہو۔

( \_\_\_\_\_ + \_\_\_\_\_ + \_\_\_\_\_ = Total Score T\_\_\_\_\_ For office coding)

Pfizer Inc کی جانب سے ایک تعلیمی گریڈ کے ساتھ، تشکیل کردہ۔  
Drs. Robert L. Spitzer, Janet B.W. Williams, Kurt Kroenke اور ساتھ کام کرنے والے  
اسے دوبارہ تشکیل کرنے، ترجمہ کرنے، اس کا مظاہرہ کرنے یا اسے تقسیم کرنے کے لیے اجازت لینے کی ضرورت نہیں۔