

UMHL-A Sekce A

Níže je uvedeno několik tvrzení. Přečti si je a označ, nakolik s každým z nich souhlasíš či nesouhlasíš (od silně nesouhlasím po silně souhlasím). Pokud nevíš, jak odpovědět, označ „Nevím“.

	Silně nesouhlasím	Nesouhlasím	Ani nesouhlasím ani souhlasím	Souhlasím	Silně souhlasím	Nevím
Mluvit s někým o svých pocitech pomáhá zlepšit mé duševní zdraví.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Bez potíží dokážu mluvit s dětmi mého věku o svých pocitech.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pro duševní zdraví je důležité to, jak člověk vychází s ostatními lidmi.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kdybych měl/a problémy s duševním zdravím, vyhledal/a bych pomoc.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kdyby někdo z mých blízkých měl delší dobu problémy s duševním zdravím, doporučil/a bych jim vyhledat odbornou pomoc.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dokážu bez potíží mluvit s dospělými, které znám, o svých pocitech.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kdybych měl/a duševní onemocnění, mluvil/a bych o tom s ostatními.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
I kdyby někdo z mých kamarádů začal mít problém s duševním zdravím, stále bych se s ním chtěl/a kamarádit.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

UMHL-A Sekce B

Níže je uvedeno několik tvrzení. Přečti si je a posud, zda jsou podle tebe pravdivá (Ano), nebo nepravdivá (Ne). Pokud nevíš, označ „Nevím“.

	Ano	Nevím	Ne
To, jak vycházím s ostatními lidmi, ovlivňuje mé duševní zdraví.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Duševní onemocnění mají různé příčiny.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Duševní zdraví ovlivňuje chování lidí.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Když někdo má duševní onemocnění, ovlivňuje to její či jeho pocity.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Deprese patří mezi jedno z nejčastějších duševních onemocnění u mladých lidí.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
To, jak se lidé běžně cítí, se odráží na jejich duševním zdraví.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
To, jak lidé přemýšlí o věcech, má vliv na jejich duševní zdraví.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
To, jak lidé vycházejí s ostatními, má vliv na to, jak se cítí.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
To, jak lidé o věcech přemýšlí, má vliv na to, jak se cítí.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>