问卷1：

是——4分

有时——2分

否——0分

0-16分

结果：您的耳鸣等级为轻微，只有在安静环境下可以听到耳鸣声

18-36分

结果：您的耳鸣等级为轻度，耳鸣易被周围环境声音掩盖，容易因为其他事情忘记耳鸣。

38-56分

结果：您的耳鸣等级为中度，耳鸣在有背景声时也能觉察，但仍然可以进行日常生活和工作

58-76分

结果：您的耳鸣等级为重度，您总是可以听到耳鸣声，影响睡眠及日常生活与工作

78-100分

结果：您的耳鸣等级为灾难，经常听到耳鸣声，干扰睡眠，对日常各种活动造成灾难。

问卷2：

不符合——0分

有时符合——1分

经常符合——2分

总是符合——3分

**每个量表的7项得分之和乘以2为该量表的总分**

**压力条目：T1、T6、T8、T11、T12、T14、T18**

≤14分

结果：压力量表中您的得分为正常

15-18分

结果：压力量表显示您具有轻度压力

19-25分

结果：压力量表显示您具有中度压力

26-33分

结果：压力量表显示您具有重度压力

≥34分

结果：压力量表显示您具有非常大的压力

**焦虑条目：T2、T4、T7、T9、T15、T19、T20**

≤7分

结果：焦虑量表中你的得分为正常

8-9分

结果：焦虑量表显示您具有轻度焦虑

10-14分

结果：焦虑量表显示您具有中度焦虑

15-19分

结果：焦虑量表显示您具有重度焦虑

≥20分

结果：焦虑量表显示您的焦虑程度较为严重

**抑郁条目：T3、T5、T10、T13、T16、T17、T21**

≤9分

结果：抑郁量表中你的得分为正常

10-13分

结果：抑郁量表显示您具有轻度抑郁

14-20分

结果：抑郁量表显示您具有中度抑郁

21-27分

结果：抑郁量表显示您具有重度抑郁

≥28分

结果：抑郁量表显示您的抑郁程度较为严重

问卷3

极少——0分

较少——1分

中等——2分

较多——3分

很多——4分

没有具体评分标准

结果：您当前的焦虑敏感性得分为\_\_\_\_分

问卷4

完全不符——0分

大部分不符合——1分

有点不符——2分

有点符合——3分

大部分符合——4分

完全符合——5分

反向计分

完全不符——5分

大部分不符合——4分

有点不符——3分

有点符合——2分

大部分符合——1分

完全符合——0分

题目5、8、13、15、18、32、36为反向计分

神经质：1、6、11、16、21、26、31、36

结果：您在神经质方面得分\_\_\_\_\_\_分。得分越高，表示情绪越稳定；得分越高，表示情绪越不稳定。

严谨性：2、7、12、17、22、27、32、37

结果：您在严谨性方面得分\_\_\_\_\_分。得分越高，责任心越强。

宜人性：3、8、13、18、23、28、33、38

结果：您在宜人性方面得分\_\_\_\_\_分。得分越高，性格越随和。

开放性：4、9、14、19、24、29、34、39

结果：您在开放性方面得分\_\_\_\_\_分。得分越高，性格越开朗，态度开放，容易接受新事物。

外向性：5、10、15、20、25、30、35、40

结果：您在外向性方面得分\_\_\_\_\_分。得分越高，性格越外向。