

ਗੇਨ – ਛੋਟਾ ਟੈਸਟ (GAIN-Short Screener)*
Version [GVER]: GSS 2.0.1

1. ਤੁਹਾਡਾ ਨਾਮ ਕੀ ਹੈ ਜੀ? a. _____ b. _____ c. _____
(ਨਾਮ) (ਨਾਮ ਦਾ ਦੂਜਾ ਹਿੱਸਾ) (ਗੋਤ)
2. ਅੱਜ ਦੀ ਤਾਰੀਖ ਲਿਖੋ ਜੀ (ਮਹੀਨਾ/ਦਿਨ/ਸਾਲ): ____ / ____ / _____

ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਸਵਾਲ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪੇਸ਼ ਆਉਂਦੀਆਂ ਦਿਮਾਗੀ, ਵਤੀਰੇ ਜਾਂ ਨਿਜੀ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਨਾਲ ਵਾਸਤਾ ਰੱਖਦੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਨੂੰ ਉਦੋਂ ਵੱਡੀਆਂ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੋ ਹਫ਼ਤੇ ਜਾਂ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਲਈ ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਨ, ਜਦੋਂ ਮੁੜ-ਮੁੜ ਵਾਪਰਦੀਆਂ ਰਹਿਣ, ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਆਪਣੇ ਫਰਜ਼ ਪੂਰੇ ਕਰਨ ਤੋਂ ਰੋਕਣ, ਜਾਂ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਇੱਝ ਲੱਗਣ ਲਾ ਦੇਣ ਕਿ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੋਰ ਨਹੀਂ ਚੱਲ ਸਕਦਾ।	ਪਿਛਲੇ ਮਹੀਨੇ	2-12 ਮਹੀਨੇ ਪਹਿਲਾਂ	1+ ਸਾਲ ਜਾਂ ਵੱਧ	ਕਦੀ ਵੀ ਨਹੀਂ
ਹੇਠਾਂ ਕੁੱਝ ਬਿਆਨ ਦਿੱਤੇ ਹਨ। ਹਰ ਬਿਆਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ “ਪਿਛਲੇ ਮਹੀਨੇ ਦੌਰਾਨ (3)”, “2 – 12 ਮਹੀਨੇ ਪਹਿਲਾਂ (2)”, “1 ਜਾਂ ਵਧੇਰੇ ਸਾਲ ਪਹਿਲਾਂ (1)”, “ਜਾਂ ਕਦੀ ਵੀ ਨਹੀਂ (0)” ਦੁਆਲੇ ਗੋਲਾ ਵਾਹ ਕੇ ਸਾਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਜਿਹੀ ਮੁਸ਼ਕਲ ਕਦੇ ਪੇਸ਼ ਆਈ ਸੀ, ਤਾਂ ਆਖਰੀ ਦਫ਼ਾ ਕਦੋਂ ਪੇਸ਼ ਆਈ ਸੀ।	3	2	1	0

- IDScr 1.** ਆਖਰੀ ਦਫ਼ਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਵਰਗੀਆਂ ਨਿੱਗਰ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਕਦੋਂ ਪੇਸ਼ ਆਈਆਂ ...
- a) ਜਿਵੇਂ ਬੇਹੱਦ ਫਸੇ ਹੋਏ, ਇਕੱਲੇ, ਉਦਾਸ, ਚਹਿੰਦੀ ਕਲਾ ਵਿੱਚ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣਾ, ਦਿਲ ਛੱਡ ਜਾਣਾ, ਜਾਂ ਭਵਿੱਖ ਬਾਰੇ ਬੇਉਮੀਦ ਹੋਣਾ? 3 2 1 0
 - b) ਨੀਂਦ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ, ਜਿਵੇਂ ਭੈੜੇ ਸੁਪਨੇ ਆਉਣਾ, ਬੇਆਰਾਮੀ ਵਾਲੀ ਨੀਂਦ ਜਾਂ ਦਿਨ ਵੇਲੇ ਨੀਂਦ ਆਉਣਾ? 3 2 1 0
 - c) ਬੇਹੱਦ ਬੇਚੈਨ, ਘਬਰਾਏ, ਤਣਾਅ ਭਰੇ, ਡਰੇ, ਤ੍ਰਹਿ ਗਏ ਜਾਂ ਇੱਝ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ ਜਿਵੇਂ ਕੋਈ ਮਾੜੀ ਗੱਲ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਹੋਵੇ? 3 2 1 0
 - d) ਜਦੋਂ ਕਿਸੇ ਗੱਲੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਪਹਿਲਾ ਸਮਾਂ ਯਾਦ ਆ ਗਿਆ ਹੋਵੇ, ਤੇ ਤੁਸੀਂ ਛੇਤੀ ਹੀ ਬੇਹੱਦ ਦਿਲ ਛੱਡ ਗਏ ਜਾਂ ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨ ਹੋ ਗਏ ਹੋਵੋ? 3 2 1 0
 - e) ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਖਿਆਲ ਆਉਣਾ ਕਿ ਜਾਨ ਦੇ ਦੇਈਏ ਜਾਂ ਖੁਦਕੁਸ਼ੀ ਕਰ ਲਈਏ? 3 2 1 0
- EDScr 2.** ਆਖਰੀ ਦਫ਼ਾ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਹੇਠ ਦੱਸੇ ਵਰਗੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਦੇ ਜਾਂ ਵਧੇਰੇ ਵਾਰੀ ਕਦੋਂ ਵਾਪਰੀਆਂ?
- a) ਆਪਣੀ ਮਰਜ਼ੀ ਦੀ ਚੀਜ਼ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਗੱਲ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਝੂਠ ਬੋਲਿਆ ਜਾਂ ਠੱਗੀ ਮਾਰੀ? 3 2 1 0
 - b) ਸਕੂਲ ਵਿਖੇ, ਕੰਮ 'ਤੇ ਜਾਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਧਿਆਨ ਲਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆਈ? 3 2 1 0
 - c) ਸਕੂਲ ਵਿਖੇ, ਕੰਮ 'ਤੇ ਜਾਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਸੁਣਨ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆਈ? 3 2 1 0
 - d) ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ ਕੀਤੀ ਜਾਂ ਹੋਰਨਾਂ ਨੂੰ ਧਮਕਾਇਆ? 3 2 1 0
 - e) ਹੋਰਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਝਗੜੇ ਮੁੱਲ ਲਏ? 3 2 1 0
 - f) ਜੁਏ ਵਿੱਚ ਪਿਆ ਘਾਟਾ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਵਜੋਂ ਮੁੜ ਕੇ ਜੁਆ ਖੇਡਿਆ? 3 2 1 0
- SDScr 3.** ਆਖਰੀ ਦਫ਼ਾ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਦੋਂ ਹੋਇਆ ...
- a) ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਹਰ ਹਫ਼ਤੇ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਂਦੇ ਜਾਂ ਨਸ਼ੇ ਕੀਤੇ? 3 2 1 0
 - b) ਸ਼ਰਾਬ ਜਾਂ ਨਸ਼ੇ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਲਈ, ਸ਼ਰਾਬ ਜਾਂ ਨਸ਼ੇ ਵਰਤਣ ਲਈ, ਜਾਂ ਸ਼ਰਾਬ ਜਾਂ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੇ ਅਸਰ (ਨਸ਼ਾ ਖਿਤਨ ਜਾਂ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ) ਹੇਠ ਤੁਸੀਂ ਬਹੁਤ ਸਮਾਂ ਲਾਇਆ? 3 2 1 0
 - c) ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਰਾਬ ਜਾਂ ਨਸ਼ੇ ਹਾਸਲ ਕਰਦੇ ਹੀ ਰਹਿੰਦੇ ਸੀ ਭਾਵੇਂ ਕਿ ਇਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਮਾਜਕ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਪੇਸ਼ ਸਨ, ਲੜਾਈਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਸਨ, ਜਾਂ ਹੋਰਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀ ਅਣਬਣ ਹੋ ਰਹੀ ਸੀ? 3 2 1 0
 - d) ਸ਼ਰਾਬ ਜਾਂ ਨਸ਼ੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਾਰਣ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੰਮ 'ਤੇ, ਸਕੂਲ ਵਿਖੇ, ਘਰ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਸਮਾਜਕ ਸਮਾਗਮਾਂ 'ਤੇ ਅਹਿਮ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਛੱਡਣੀਆਂ ਪਈਆਂ ਜਾਂ ਘਟਾਉਣੀਆਂ ਪਈਆਂ ਜਾਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਆਈਆਂ? 3 2 1 0
 - e) ਸ਼ਰਾਬ ਜਾਂ ਨਸ਼ੇ ਛੱਡਣ ਕਾਰਣ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਸ਼ੇ ਛੱਡਣ ਨਾਲ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਲੱਛਣ ਝੱਲਣੇ ਪਏ - ਜਿਵੇਂ ਹੱਥ ਕੰਬਣੇ, ਉਲਟੀਆਂ ਆਉਣੀਆਂ, ਟਿੱਕ ਕੇ ਬੈਠਣ ਜਾਂ ਸੌਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆਉਣੀ; ਜਾਂ ਇਹ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਰਾਬ ਜਾਂ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਕਮਜ਼ੋਰੀਆਂ ਤੋਂ ਬਚਣ ਜਾਂ ਨਸ਼ਾ ਛੱਡਣ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਲੱਛਣਾਂ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਕੀਤੀ? 3 2 1 0
- CVScr 4.** ਆਖਰੀ ਦਫ਼ਾ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਇੱਝ ਕਦੋਂ ਹੋਇਆ
- a) ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਕਿਸੇ ਗੱਲ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਇੱਕ ਰਾਇ ਨਾ ਹੋਈ ਹੋਵੇ, ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਧੱਕਾ ਮਾਰਿਆ, ਝੱਪਟਾ ਮਾਰ ਕੇ ਫੜਿਆ ਜਾਂ ਮੋਢਾ ਮਾਰਿਆ ਹੋਵੇ? 3 2 1 0
 - b) ਬਿਨਾਂ ਪੈਸਾ ਦਿੱਤਿਆਂ ਕਿਸੇ ਸਟੋਰ ਤੋਂ ਕੋਈ ਚੀਜ਼ ਲਿਆਂਦੀ ਹੋਵੇ? 3 2 1 0
 - c) ਗੈਰ-ਕਾਨੂੰਨੀ ਨਸ਼ੇ ਵੇਚੇ, ਵੰਡੇ, ਜਾਂ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕੀਤੀ ਹੋਵੇ? 3 2 1 0
 - d) ਸ਼ਰਾਬ ਜਾਂ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੇ ਅਸਰ ਹੇਠ ਕੋਈ ਗੱਡੀ ਚਲਾਈ ਹੋਵੇ? 3 2 1 0
 - e) ਜਾਣ-ਬੁੱਝ ਕੇ ਕੋਈ ਜਾਇਦਾਦ ਨੁਕਸਾਨੀ ਜਾਂ ਤਬਾਹ ਕੀਤੀ ਹੋਵੇ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਮਲਕੀਅਤ ਨਹੀਂ ਸੀ? 3 2 1 0
5. ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਜਿਹੀਆਂ ਹੋਰ ਨਿੱਗਰ ਮਾਨਸਿਕ, ਵਤੀਰੇ ਦੀਆਂ ਜਾਂ ਆਪਣੀਆਂ ਕੋਈ ਨਿਜੀ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਤੁਸੀਂ ਇਲਾਜ ਕਰਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋਵੋ ਜਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਮਦਦ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋਵੋ (ਜੇ ਹਾਂ, ਤਾਂ ਹੇਠਾਂ ਬਿਆਨ ਕਰੋ) 1-ਹਾਂ 0-ਨਹਾਂ

- v1. _____
v2. _____
v3. _____

Tips for Administering the GAIN-SS Tool

Validity of clients' answers is improved if clients understand the interview process and know how their information will be used. Therefore, it is important to cover this material when introducing the GAIN-SS to the client.

Introduction

- This instrument is designed to find out how you are doing in terms of your mental health and behaviour. It takes about 5 minutes to answer.
- The information is private. It will be used only for your treatment and to help us evaluate our own services.
- If you are not sure about an answer, please give us your best guess.
- If you simply do not know the answer to a question, you can tell me and I'll enter "DK" (Don't Know) for that item.
- You may refuse to answer any question, and I'll enter "RF" (Refused) for the answer.
- Please ask if you do not understand a question or a word. At the end of the interview I will check to make sure that everything is complete, and I'll answer any additional questions.
- Do you have any questions before we begin?

Developing Personalized Anchors

Sometimes the client will be confused about the time period covered by the questions. One approach is to establish personalized anchors to assist client memory. E.g.

Several questions will ask you about things that may have happened during the past month, 2 to 12 months ago, or more than 12 months ago. To help you remember these time periods, please look at this calendar. (GIVE CALENDAR TO CLIENT).

Do you recall anything that was going on about (DATE 30 DAYS AGO)? (PROBE FOR SPECIFIC EVENT)

- If the last time that something happened was since (NAME OF EVENT THAT WAS 30 DAYS AGO), please answer, "Past month."

Instructions for Administration of GAIN-SS

- Start at the top of the first page and enter the client's first name, middle initial, and last name in the designated fields (this information will probably already be in the PARIS system).
- Enter today's date in the "Date Started" field in the PARIS GAIN-SS document. Be sure to use only numbers and the dd/mm/yyyy format (as per PARIS standard).
- Read the client education introductory paragraph (as above).
- Read the first item, document the response, and continue in order.
- Read each item carefully to avoid any misunderstanding. Be sure to follow the dotted line to the correct response choices.
- Choose only 1 response and ensure that the responses are marked clearly. (On the computer version, make sure that you choose the correct response).
- If corrections are required on the paper form, cross out the original response and write the new response neatly.
- Ask the client to answer as accurately as they can. If the client has trouble remembering the last time something happened, ask them to give their best estimate.
- Note: a definite response is required. Therefore, the client cannot answer a question with "Sometimes" or "Sort of" or "Maybe." If this happens, ask the client to choose the response that comes closest to how he or she feels.
- If the client really cannot choose between the responses, doesn't know the answer, or simply does not want to answer – leave the response blank. The items are not considered in the computer scoring.
- Remember to read the stem at the beginning of each section. (e.g., "When was the last time...."). You should also repeat it before an item if you get interrupted and have to repeat or restart a question.
- For item 5 (Do you have other significant psychological, behavioural, or personal problems that you want treatment for or help with?), you can write "none" if applicable. The numbers v1, v2, and v3 are used for data entry purposes – if you have a long response, it's okay to use all 3 lines for 1 answer. Note: this question is from the client's perspective.
- Tell the client to feel free to ask if they do not understand a question or word.
- Please check the form before the client leaves to make sure that everything is complete.