

Довольны ли вы своей жизнью?

Это один из 20 вопросов теста, который может оценить, находится ли человек в депрессии всего за две минуты.

Падение самолета авиакомпании Germanwings заставило многих вновь обратить внимание на проблемы психического здоровья, и этот тест, который официально называется ВНМ-20, является относительно новым способом диагностики больных. Он недавно был внедрен американской армией, и врач, разработавший этот тест, говорит, что он потенциально может также помочь и коммерческим пилотам. "Я считаю, что ВНМ-20 является отличным инструментом для скрининга психического здоровья и может предупредить пилотов и их руководителей о значительных психологических проблемах. Это могло бы обеспечить возможность избежать таких трагедий", сказал д-р Стивен Марк Копта.

Его тест составлен из традиционных психологических опросников, в которых насчитывается десятки вопросов. Копта использовал данные сотен пациентов, чтобы произвести статистический анализ того, какие вопросы были наиболее эффективными, сотрудничая с врачами в Университете Джонса Хопкинса и Гарвардским университетом.