大学生人格问卷（UPI）是 University Personality Inventory 的简称。UPI主要以大学新生为对象，入学时作为精神卫生状况实态调查而使用，以了解学生中神经症、心身症、精神分裂症以及其他各种学生的烦恼、迷惘、不满、冲突等状况的简易的问卷。

指导语：以下60道题目，只有是或否两个选择，凡是选择是计1分，凡是选择否计0分。

UPI 健康调查表

1. 食欲不振
2. 恶心、胃口难受、肚子疼
3. 容易拉肚子或便秘
4. 关注心悸和脉搏
5. 身体健康状况良好
6. 牢骚和不满多
7. 父母期望过高
8. 自己的过去和家庭是不幸的
9. 过于担心将来的事情
10. 不想见人
11. 觉得自己不是自己
12. 缺乏热情和积极性
13. 悲观
14. 思想不集中
15. 情绪起伏过大
16. 常常失眠
17. 头疼
18. 脖子、肩膀酸痛
19. 胸疼憋闷
20. 总是朝气蓬勃的
21. 气量小
22. 爱操心
23. 焦躁不安
24. 容易动怒
25. 活着没意思
26. 对任何事都没有兴趣
27. 记忆力减退
28. 缺乏耐力
29. 缺乏决断能力
30. 过于依赖别人
31. 为脸红而苦恼
32. 口吃，声音发颤
33. 身体忽冷忽热
34. 注意排尿和性器官
35. 心情开朗
36. 莫名其妙地不安
37. 一个人独处时感到不安缺乏自信心
38. 办事畏首畏尾
39. 容易被人误解
40. 不相信别人
41. 过于猜疑
42. 厌恶交往
43. 感到自卑
44. 杞人忧天
45. 身体倦乏
46. 一着急就出冷汗
47. 站起来就头晕
48. 有过失去意识，抽筋
49. 人缘好受欢迎
50. 过于拘泥
51. 为犹豫不决而苦恼
52. 对脏很在乎
53. 摆脱不了毫无意义的想法
54. 觉得自己有怪气味
55. 别人在自己背后说坏话
56. 总注意周围的人
57. 在乎别人视线
58. 觉得别人轻视自己
59. 情绪容易被破坏
60. 至今为止，你感到在自身健康方面有问题吗？

记分方法： UPI 测验完成后，需要计算的只有一个指标，即总分。UPI 问卷共 60 个问题，其中第 5、20、35、50 题不记分，肯定选择的题记 1 分，否定选择的题记 0 分，并求总和。所以，UPI 总分最高为 56分，最低为 0分。

如果你的总分在20分(包括 20分)以上，或者第25题做肯定选择者

有必要来“心理健康教育中心”咨询一下。