

Cuestionario de Modos de Afrontamiento (WCQ)

El WCQ es un instrumento autoaplicado que identifica las principales estrategias de afrontamiento que utiliza una persona ante situaciones estresantes. Evalúa distintas dimensiones del afrontamiento, como las estrategias centradas en el problema, las estrategias centradas en la emoción, la búsqueda de apoyo social, el afrontamiento confrontativo y las conductas de evitación. Este instrumento se utiliza para comprender mejor los mecanismos psicológicos a los que recurre la persona, con el fin de orientar con mayor eficacia el tratamiento psicoterapéutico.

Número de preguntas	66 preguntas
Duración estimada	20 minutos
Idioma	Español
Nombre original	Ways of Coping Questionnaire
Población destinataria	Adultos
Autores	Susan Folkman, Richard S. Lazarus (1988)
Categoría	Estrés

Vista previa de las 66 preguntas

Piense en una situación estresante que haya vivido recientemente.

Me concentré solo en lo que tenía que hacer a continuación, en el siguiente paso.

No lo utilicé | Lo utilicé en alguna medida | Lo utilicé bastante | Lo utilicé en gran medida

Piense en una situación estresante que haya vivido recientemente.

Intenté analizar el problema para comprenderlo mejor.

No lo utilicé | Lo utilicé en alguna medida | Lo utilicé bastante | Lo utilicé en gran medida

Piense en una situación estresante que haya vivido recientemente.

Me volqué en el trabajo o en otra actividad para no pensar en ello.

No lo utilicé | Lo utilicé en alguna medida | Lo utilicé bastante | Lo utilicé en gran medida

Piense en una situación estresante que haya vivido recientemente.

Pensé que el tiempo cambiaría las cosas y que lo único que podía hacer era esperar.

No lo utilicé | Lo utilicé en alguna medida | Lo utilicé bastante | Lo utilicé en gran medida

Piense en una situación estresante que haya vivido recientemente.

Negocié o llegué a un compromiso para sacar algo positivo de la situación.

No lo utilicé | Lo utilicé en alguna medida | Lo utilicé bastante | Lo utilicé en gran medida

Administra tus cuestionarios en línea

Envía un enlace a tu paciente: responde desde el móvil o el ordenador, y recibes los resultados corregidos por email.

Ver el cuestionario en mentaal.org ›

Corrección e interpretación

Cada ítem se valora en una escala de 0 (no se aplica o no la utilicé) a 3 (la utilicé mucho). Las puntuaciones se suman para cada uno de los 8 subtipos de afrontamiento, lo que permite identificar las estrategias preferentes. No hay una puntuación total global, sino un análisis cualitativo de los perfiles de afrontamiento.

Uso

Este instrumento no está disponible en Mentaal. Para utilizar este cuestionario en tu práctica, necesitas una licencia de uso válida. Te invitamos a enviarlo directamente desde el sitio web de la editorial.

¿Eres profesional de la psicología?

Con Mentaal, obtén información útil para acompañar a tus pacientes.

- Tests estandarizados
- Corrección automática
- Resultados por correo electrónico

Probar gratis | Ver todos los cuestionarios

★★★★★

“La corrección automática me ahorra muchísimo tiempo y mis pacientes están mucho más dispuestos a responder los cuestionarios.”

Samia T. - Psicóloga online