MCQ-30

# Questionnaire des métacognitions (MCQ-30)

Le MCQ-30 est un questionnaire auto-rapporté qui évalue les croyances métacognitives, importantes dans la compréhension et le traitement des troubles psychologiques tels que les troubles anxieux et dépressifs. Il se compose de cinq sous-dimensions qui permettent d'analyser différentes facettes des pensées concernant la pensée elle-même.

| | |
|---|---|
| Nombre de questions | 30 questions |
| Durée estimée | 10 minutes |
| Langue | Français |
| Nom original | Meta-Cognitions Questionnaire |
| Public cible | Adulte |
| Auteurs | Adrian Wells, Peter Cartwright (2004) |
| Catégorie | Dépression, Anxiété |

## Aperçu des 30 questions

Le fait de m'inquiéter m'aide à éviter des problèmes qui pourraient survenir

Pas d'accord | Légèrement d'accord | Moyennement d'accord | Tout à fait d'accord

Le fait de m'inquiéter est dangereux pour moi

Pas d'accord | Légèrement d'accord | Moyennement d'accord | Tout à fait d'accord

Je réfléchis beaucoup sur mes pensées

Pas d'accord | Légèrement d'accord | Moyennement d'accord | Tout à fait d'accord

Le fait de m'inquiéter pourrait me rendre malade

Pas d'accord | Légèrement d'accord | Moyennement d'accord | Tout à fait d'accord

Je suis conscient(e) de la façon dont mon esprit fonctionne quand j'examine un problème en détail

Pas d'accord | Légèrement d'accord | Moyennement d'accord | Tout à fait d'accord

### Faites passer vos questionnaires en ligne

Envoyez un lien à votre patient : il répond depuis son téléphone ou son ordinateur, et vous recevez les résultats cotés par email.

Voir le questionnaire sur mentaal.org ›

## Cotations & interprétations

Chaque item est noté de 1 (désaccord) à 4 (tout à fait d'accord). Les scores des items de chaque sous-échelle sont additionnés pour obtenir cinq scores de sous-catégories. Un score total global peut être calculé en additionnant tous les items, reflétant la quantité globale de croyances métacognitives dysfonctionnelles.


## Vous êtes psychologue ?

Avec Mentaal, disposez d'informations pertinentes pour accompagner vos patients.

- Tests standardisés
- Cotation automatique
- Résultats reçus par e-mail

Essayer gratuitement | Voir tous les questionnaires

★★★★★

"Mentaal est devenu un allié indispensable pour structurer mes évaluations et approfondir la compréhension clinique de mes patients."

Nolwenn P. - Psychologue TCC