

Brief COPE (Brief COPE)

Il Brief COPE è un questionario di autovalutazione che misura le diverse strategie di coping utilizzate in risposta allo stress. Permette di individuare rapidamente i meccanismi di coping che una persona privilegia nelle situazioni stressanti, distinguendo tra strategie di coping attive e passive.

Numero di domande	28 domande
Durata stimata	10 minuti
Lingua	Italiano
Nome originale	Brief COPE
Destinatari	Adulti e adolescenti
Autori	Charles S. Carver (1997)
Categoria	Stress

Anteprima delle 28 domande

Mi sono dedicato/a al lavoro o ad altre attività per distogliere la mente dai problemi.

Non l'ho fatto affatto | L'ho fatto un po' | L'ho fatto in misura media | L'ho fatto molto

Ho concentrato i miei sforzi per fare qualcosa riguardo alla situazione in cui mi trovo.

Non l'ho fatto affatto | L'ho fatto un po' | L'ho fatto in misura media | L'ho fatto molto

Mi sono detto/a "questo non è reale".

Non l'ho fatto affatto | L'ho fatto un po' | L'ho fatto in misura media | L'ho fatto molto

Ho usato alcol o altre droghe per sentirmi meglio.

Non l'ho fatto affatto | L'ho fatto un po' | L'ho fatto in misura media | L'ho fatto molto

Ho cercato sostegno emotivo negli altri.

Non l'ho fatto affatto | L'ho fatto un po' | L'ho fatto in misura media | L'ho fatto molto

Somministra i tuoi questionari online

Invia un link al tuo paziente: risponde dal telefono o dal computer e ricevi i risultati con i punteggi via email.

Vedi il questionario su mentaal.org ›

Scoring e interpretazione

Il Brief COPE comprende 14 dimensioni, ciascuna valutata da 2 item su una scala Likert a 4 punti (da "Di solito non lo faccio affatto" a "Di solito lo faccio molto"). I punteggi di ciascuna dimensione vengono sommati per ottenere una misura degli stili di coping individuali.

Sei psicologo/a?

Con Mentaal hai a disposizione informazioni preziose per accompagnare i tuoi pazienti.

- Test standardizzati
- Scoring automatico
- Risultati ricevuti via email

Prova gratis | Vedi tutti i questionari

★★★★★

“Il calcolo automatico dei punteggi mi fa risparmiare tantissimo tempo e i miei pazienti sono molto più propensi a compilare i questionari.”

Samia T. - Psicologa online