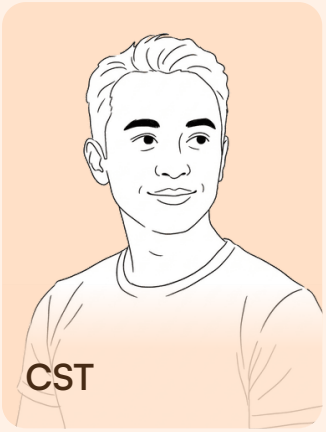


Test dello stress di Cungi (CST)

Il test di valutazione dello stress di Cungi è uno strumento pensato per misurare il livello di stress delle persone. Misura l'intensità dello stress globale e individua i fattori di stress, come il lavoro, le relazioni o la salute.

Numero di domande	19 domande
Durata stimata	4 minuti
Lingua	Italiano
Nome originale	Cungi Stress Test
Categoria	Stress

Anteprima delle 19 domande

Sono emotivo/a, sensibile alle osservazioni e alle critiche altrui?

Per niente | Debolmente | Un po' | Abbastanza | Molto | Estremamente

Sono collerico/a o rapidamente irritabile?

Per niente | Debolmente | Un po' | Abbastanza | Molto | Estremamente

Sono perfezionista, tendo a non essere soddisfatto/a di ciò che ho fatto o di ciò che hanno fatto gli altri?

Per niente | Debolmente | Un po' | Abbastanza | Molto | Estremamente

Ho il cuore che batte forte, sudorazione, tremori, scosse muscolari, ad esempio al viso o alle palpebre?

Per niente | Debolmente | Un po' | Abbastanza | Molto | Estremamente

Mi sento teso/a a livello muscolare, ho una sensazione di contrazione alle mascelle, al viso o in generale in tutto il corpo?

Per niente | Debolmente | Un po' | Abbastanza | Molto | Estremamente

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 ›

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

★★★★★

“Scettica all'inizio, ora non posso più fare a meno di questo strumento nella mia pratica.”

 Federica M. - Psicologa cognitivo-comportamentale