MCQ-30

Spørreskjema om metakognisjoner (MCQ-30)

MCQ-30 er et selvrapporteringsskjema som kartlegger metakognitive oppfatninger, som er viktige for å forstå og behandle psykiske lidelser som angstlidelser og depressive lidelser. Det består av fem underdimensjoner som gir mulighet til å analysere ulike sider ved tanker om selve tenkningen.

Antall spørsmål	30 spørsmål
Estimert tid	10 minutter
Språk	Norsk bokmål
Originalnavn	Meta-Cognitions Questionnaire
Målgruppe	Voksne
Forfattere	Adrian Wells, Peter Cartwright (2004)
Kategori	Depresjon, Angst

Forhåndsvisning av de 30 spørsmålene

Å bekymre meg hjelper meg å unngå problemer i fremtiden

Ikke enig | Litt enig | Moderat enig | Svært enig

Bekymringene mine er farlige for meg

Ikke enig | Litt enig | Moderat enig | Svært enig

Jeg tenker mye på tankene mine

Ikke enig | Litt enig | Moderat enig | Svært enig

Jeg kan bli syk av å bekymre meg

Ikke enig | Litt enig | Moderat enig | Svært enig

Jeg er klar over hvordan hjernen min fungerer når jeg tenker gjennom et problem

Ikke enig	Litt enig	Moderat enig	Svært enig

Bruk spørreskjemaene dine på nett

Send pasienten en lenke: de svarer på mobil eller datamaskin, og du får de skårede resultatene på e-post.

Se spørreskjemaet på mentaal.org ›

Skåring og tolkning

Hvert ledd skåres fra 1 (ikke enig) til 4 (svært enig). Skårene på leddene i hver delskala summeres til fem delskårer. En samlet totalskår kan beregnes ved å summere alle leddene og gjenspeiler det samlede omfanget av dysfunksjonelle metakognitive oppfatninger.

Er du psykolog?

Med Mentaal får du nyttig informasjon som hjelper deg i arbeidet med pasientene dine.

- Standardiserte tester
- Automatisk skåring
- Resultater på e-post

Prøv gratis | Se alle spørreskjemaene

★★★★★

“Nå bruker jeg plattformen hver dag: den er omfattende, pålitelig og svært enkel å bruke.”

Julie V. - Psykolog på nett