ATQ

Vragenlijst automatische gedachten (ATQ)

De ATQ is een zelfrapportage-instrument om de frequentie van negatieve automatische gedachten die met depressie samenhangen in kaart te brengen en te kwantificeren. Het instrument beoordeelt cognitieve schema's en ondersteunt zo de diagnostiek en de monitoring van de behandeling, met name in de cognitieve gedragstherapie (CGT).

Aantal vragen	30 vragen
Geschatte duur	10 minuten
Taal	Nederlands
Oorspronkelijke naam	Automatic Thoughts Questionnaire
Doelgroep	Adolescenten, volwassenen
Auteurs	Steven D. Hollon, Philip C. Kendall (1980)
Categorie	Depressie, Algemeen

Voorbeeld van de 30 vragen

Ik heb de grootste moeite om de wereld onder ogen te komen

Helemaal niet | Soms | Tamelijk vaak | Vaak | Voortdurend

Ik deug niet

Helemaal niet | Soms | Tamelijk vaak | Vaak | Voortdurend

Waarom lukt het mij nooit?

Helemaal niet | Soms | Tamelijk vaak | Vaak | Voortdurend

Niemand begrijpt me

Helemaal niet | Soms | Tamelijk vaak | Vaak | Voortdurend

Ik heb anderen teleurgesteld

Helemaal niet	Soms	Tamelijk vaak	Vaak	Voortdurend

Scoring en interpretatie

Elk item wordt gescoord op een schaal van 1 tot 5, afhankelijk van hoe vaak de gedachten in de afgelopen week voorkwamen. De totaalscore wordt verkregen door de punten van alle items op te tellen; een hoge score weerspiegelt een hogere frequentie van negatieve gedachten.