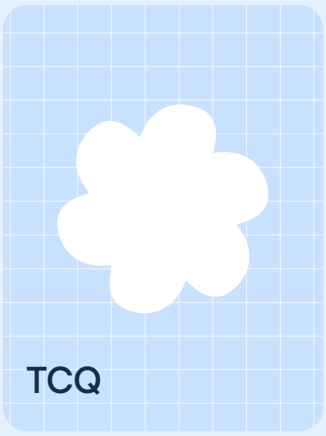


Vragenlijst over gedachtecontrole (TCQ)

De TCQ is een zelfrapportagevragenlijst die meet welke strategieën iemand gebruikt om ongewenste en opdringerige gedachten onder controle te houden. De vragenlijst brengt de cognitieve mechanismen in kaart die betrokken zijn bij het omgaan met opdringerige gedachten, die vaak worden onderzocht bij angststoornissen en obsessieve-compulsieve stoornissen. Er worden vijf dimensies beoordeeld: afleiding, zelffocus, straf, sociale bezorgdheid en herwaardering.

Aantal vragen	30 vragen
Geschatte duur	10 minuten
Taal	Nederlands
Oorspronkelijke naam	Thought Control Questionnaire
Doelgroep	Volwassenen
Auteurs	Adrian Wells, Mark S. Davies (1994)
Categorie	OCS, Angst

Voorbeeld van de 30 vragen

Wanneer ik een onaangename/ongewenste gedachte heb:

Ik roep in plaats daarvan positieve beelden op

Nooit | Soms | Vaak | Bijna altijd

Wanneer ik een onaangename/ongewenste gedachte heb:

Ik zeg tegen mezelf dat ik niet zo dom moet doen

Nooit | Soms | Vaak | Bijna altijd

Wanneer ik een onaangename/ongewenste gedachte heb:

Ik richt me op de gedachte

Nooit | Soms | Vaak | Bijna altijd

Wanneer ik een onaangename/ongewenste gedachte heb:

Ik vervang de gedachte door een minder belangrijke nare gedachte

Nooit | Soms | Vaak | Bijna altijd

Wanneer ik een onaangename/ongewenste gedachte heb:

Ik praat met niemand over de gedachte

Nooit | Soms | Vaak | Bijna altijd

Neem je vragenlijsten online af

Stuur je patiënt een link: die antwoordt via telefoon of computer, en jij ontvangt de gescoorde resultaten per e-mail.

Bekijk de vragenlijst op mentaal.org ›

Scoring en interpretatie

De items worden beoordeeld op een Likertschaal met 4 punten (van 1 = Nooit tot 4 = Bijna altijd). Er kunnen scores per subschaal en een totaalscore worden berekend. Hoe hoger de score op een subschaal, hoe vaker de betreffende strategie wordt gebruikt. De interpretatie gebeurt door de scores van de strategieën met elkaar te vergelijken en eventueel met normgroepen.

Ben je psycholoog?

Met Mentaal krijg je relevante informatie om je patiënten te begeleiden.

- Gestandaardiseerde tests
- Automatische scoring
- Resultaten per e-mail

Probeer het gratis | Bekijk alle vragenlijsten

★★★★★

“Eerst was ik sceptisch, maar inmiddels kan ik deze tool in mijn praktijk niet meer missen.”

Elodie C. - Psycholoog (CGT)