

Kwestionariusz metapoznania (MCQ-30)

MCQ-30 to kwestionariusz samoopisowy oceniający przekonania metapoznawcze, które mają duże znaczenie dla rozumienia i leczenia zaburzeń psychicznych, takich jak zaburzenia lękowe i depresyjne. Składa się z pięciu podwymiarów, które pozwalają analizować różne aspekty myśli dotyczących samego myślenia.

Liczba pytań	30 pytań
Szacowany czas	10 minut
Język	Polski
Nazwa oryginalna	Meta-Cognitions Questionnaire
Grupa docelowa	Dorośli
Autorzy	Adrian Wells, Peter Cartwright (2004)
Kategoria	Depresja, Lęk

Podgląd 30 pytań

Martwienie się pomaga mi unikać problemów w przyszłości.

Nie zgadzam się | Trochę się zgadzam | Umiarkowanie się zgadzam | Bardzo się zgadzam

Moje martwienie się jest dla mnie niebezpieczne.

Nie zgadzam się | Trochę się zgadzam | Umiarkowanie się zgadzam | Bardzo się zgadzam

Dużo myślę o swoich myślach.

Nie zgadzam się | Trochę się zgadzam | Umiarkowanie się zgadzam | Bardzo się zgadzam

Od zamartwiania się mogę się rozchorować.

Nie zgadzam się | Trochę się zgadzam | Umiarkowanie się zgadzam | Bardzo się zgadzam

Jestem świadomy(-a) tego, jak działa mój umysł, kiedy rozważam jakiś problem.

Nie zgadzam się | Trochę się zgadzam | Umiarkowanie się zgadzam | Bardzo się zgadzam

Przeprowadzaj swoje kwestionariusze online

Wyślij pacjentowi link: odpowiada na telefonie lub komputerze, a ty otrzymujesz obliczone wyniki e-mailem.

Zobacz kwestionariusz na mentaal.org ›

Obliczanie wyników i interpretacja

Każda pozycja jest oceniana od 1 (nie zgadzam się) do 4 (bardzo się zgadzam). Wyniki pozycji w każdej podskali sumuje się, uzyskując pięć wyników w podskalach. Można też obliczyć wynik ogólny, sumując wszystkie pozycje; odzwierciedla on ogólne nasilenie dysfunkcjonalnych przekonań metapoznawczych.

Jesteś psychologiem?

Mentaal dostarcza ci wartościowych informacji, które pomagają wspierać twoich pacjentów.

- Standaryzowane testy
- Automatyczne obliczanie wyników
- Wyniki przesyłane e-mailem

Wypróbuj za darmo | Zobacz wszystkie kwestionariusze

★★★★★

“Korzystam z Mentaal od 2 miesięcy i to narzędzie zrewolucjonizowało moje podejście do pracy z pacjentami, a także mój grafik!”

Romane L. - Psycholog CBT online