

Questionário de atitudes face aos problemas (QAP)

O Questionário de atitudes face aos problemas (QAP) é um instrumento utilizado para avaliar as atitudes de uma pessoa perante os problemas. Ajuda a compreender a forma como a pessoa aborda, evita ou resolve as dificuldades que encontra em diferentes contextos.

Número de perguntas	12 perguntas
Duração estimada	3 minutos
Idioma	Português
Nome original	Problem Attitude Questionnaire
Público-alvo	Adultos
Autores	Gosselin, P., Pelletier O. e Ladouceur, R. (2001)
Categoria	Geral

Pré-visualização das 12 perguntas

Indique em que medida esta afirmação corresponde à sua forma habitual de reagir:

Vejo os problemas como uma ameaça ao meu bem-estar.

Não corresponde nada | Corresponde um pouco | Corresponde razoavelmente | Corresponde muito | Corresponde extremamente

Indique em que medida esta afirmação corresponde à sua forma habitual de reagir:

Duvido muitas vezes da minha capacidade para resolver problemas.

Não corresponde nada | Corresponde um pouco | Corresponde razoavelmente | Corresponde muito | Corresponde extremamente

Indique em que medida esta afirmação corresponde à sua forma habitual de reagir:

Muitas vezes, antes mesmo de tentar encontrar uma solução, digo a mim próprio/a que é difícil resolver um problema.

Não corresponde nada | Corresponde um pouco | Corresponde razoavelmente | Corresponde muito | Corresponde extremamente

Indique em que medida esta afirmação corresponde à sua forma habitual de reagir:

Os problemas que me surgem parecem-me muitas vezes insuperáveis.

Não corresponde nada | Corresponde um pouco | Corresponde razoavelmente | Corresponde muito | Corresponde extremamente

Indique em que medida esta afirmação corresponde à sua forma habitual de reagir:

Quando tento resolver um problema, ponho muitas vezes em causa as minhas capacidades.

Não corresponde nada | Corresponde um pouco | Corresponde razoavelmente | Corresponde muito | Corresponde extremamente

Cotação e interpretação

A cotação faz-se atribuindo a cada item um valor numa escala de Likert de cinco níveis, de 1 «Não corresponde nada» a 5 «Corresponde totalmente», para refletir em que medida cada afirmação corresponde à atitude da pessoa perante os problemas.

Depois, as pontuações obtidas nestes 12 itens são simplesmente somadas para obter uma pontuação total, em que uma pontuação elevada indica uma orientação marcadamente negativa face aos problemas.