

Questionário de cognições sociais (SCQ)

O SCQ avalia a frequência e a força dos pensamentos automáticos que surgem em situações sociais ansiogénicas. Ajuda a identificar padrões de pensamento negativos ligados ao medo do julgamento ou da rejeição. Este questionário é particularmente útil na avaliação da ansiedade social.

Número de perguntas	44 perguntas
Duração estimada	11 minutos
Idioma	Português
Nome original	Social Cognition Questionnaire
Público-alvo	Adultos, crianças
Autores	Adrian Wells, Lucia Stopa, David M Clark (1993)
Categoria	Ansiedade

Pré-visualização das 44 perguntas

Durante a última semana, com que frequência lhe ocorreu o seguinte pensamento?

«Não vou conseguir falar»

- O pensamento nunca ocorre
- O pensamento raramente ocorre
- O pensamento ocorre em metade das vezes em que fico nervoso/a
- O pensamento ocorre frequentemente
- O pensamento ocorre sempre que fico nervoso/a

Durante a última semana, com que frequência lhe ocorreu o seguinte pensamento?

«Não sou simpático/a»

- O pensamento nunca ocorre
- O pensamento raramente ocorre
- O pensamento ocorre em metade das vezes em que fico nervoso/a
- O pensamento ocorre frequentemente
- O pensamento ocorre sempre que fico nervoso/a

Durante a última semana, com que frequência lhe ocorreu o seguinte pensamento?

«Vou começar a tremer descontroladamente»

O pensamento nunca ocorre | O pensamento raramente ocorre | O pensamento ocorre em metade das vezes em que fico nervoso/a | O pensamento ocorre frequentemente | O pensamento ocorre sempre que fico nervoso/a

Durante a última semana, com que frequência lhe ocorreu o seguinte pensamento?

«As pessoas vão ficar a olhar para mim»

O pensamento nunca ocorre | O pensamento raramente ocorre | O pensamento ocorre em metade das vezes em que fico nervoso/a | O pensamento ocorre frequentemente | O pensamento ocorre sempre que fico nervoso/a

Durante a última semana, com que frequência lhe ocorreu o seguinte pensamento?

«Sou estúpido/a»

O pensamento nunca ocorre | O pensamento raramente ocorre | O pensamento ocorre em metade das vezes em que fico nervoso/a | O pensamento ocorre frequentemente | O pensamento ocorre sempre que fico nervoso/a

Cotação e interpretação

Cada pensamento é avaliado em duas dimensões: frequência e convicção. A frequência é cotada em 4 de acordo com a escala apresentada. Calcula-se depois uma frequência média, dividindo a soma das frequências pelo número de itens preenchidos. A convicção é cotada numa escala de 0 a 100 para cada pensamento. A convicção média calcula-se da mesma forma: a soma das pontuações dividida pelo número de itens preenchidos. Estas duas médias dão uma visão de conjunto da presença e da intensidade dos pensamentos sociais ansiosos do paciente.