TICS

Inventário de Trier para o stress crónico (TICS)

O TICS é um questionário de autorresposta utilizado para medir diferentes aspetos do stress crónico durante os últimos três meses. Abrange vários domínios, como as exigências do trabalho, a sobrecarga, a falta de reconhecimento e a preocupação crónica. Este instrumento é frequentemente utilizado na investigação e na prática clínica para avaliar a exposição prolongada ao stress, bem como os riscos para a saúde mental e física.

Número de perguntas	57 perguntas
Duração estimada	15 minutos
Idioma	Português
Nome original	Trier Inventory for Chronic Stress
Público-alvo	Adultos
Autores	Peter Schulz, Matthias Schlotz (2004)
Categoria	Stress

Pré-visualização das 57 perguntas

Com que frequência viveu as seguintes situações nos últimos 3 meses?

Às vezes fico absorvido/a pelas minhas preocupações.

Nunca | Raramente | Às vezes | Frequentemente | Sempre

Com que frequência viveu as seguintes situações nos últimos 3 meses?

Tenho de cumprir responsabilidades com as quais discordo totalmente.

Nunca | Raramente | Às vezes | Frequentemente | Sempre

Com que frequência viveu as seguintes situações nos últimos 3 meses?

Há situações em que tenho dificuldade em ser prestável.

Nunca | Raramente | Às vezes | Frequentemente | Sempre

Com que frequência viveu as seguintes situações nos últimos 3 meses?

As discussões em que me envolvo tornam-se frequentemente conflitos duradouros.

Nunca | Raramente | Às vezes | Frequentemente | Sempre

Com que frequência viveu as seguintes situações nos últimos 3 meses?

Sinto que o meu desempenho não é suficientemente reconhecido.

Nunca | Raramente | Às vezes | Frequentemente | Sempre

Cotação e interpretação

Cada item é cotado numa escala de Likert de 5 pontos, de «nunca» a «muito frequentemente». Existem 9 subescalas correspondentes a diferentes domínios do stress crónico. As pontuações de cada subescala podem ser somadas para obter uma pontuação global ou analisadas separadamente para identificar fontes específicas de stress crónico.