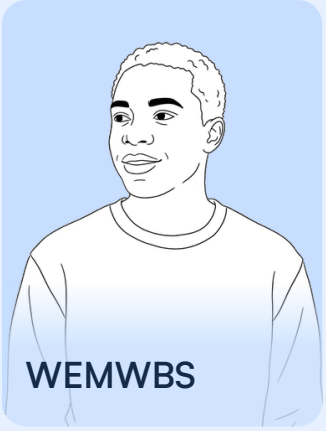
Escala de bem-estar mental de Warwick-Edimburgo (WEMWBS)



A WEMWBS é um questionário de autorresposta sobre o bem-estar mental positivo, concebido para medir o funcionamento psicológico e a experiência emocional positiva ao longo das duas últimas semanas. Explora dimensões como o otimismo, o sentimento de utilidade, a descontração, a clareza de pensamento, a energia, a confiança, as relações com os outros e o interesse pela vida. Integralmente formulada em termos positivos, é particularmente útil para acompanhar o bem-estar na população geral, na prevenção, na psicologia da saúde, nas escolas e nos locais de trabalho, bem como na avaliação de intervenções psicossociais. A WEMWBS não é um instrumento de diagnóstico de perturbações mentais, mas uma medida global sensível às mudanças no bem-estar, fácil de aplicar e pertinente para avaliar a evolução de uma pessoa ou de um grupo ao longo do tempo.

Número de perguntas	14 perguntas
Duração estimada	5 minutos
Idioma	Português
Nome original	Warwick-Edinburgh Mental Well-being Scale
Público-alvo	Adolescentes e adultos
Autores	Ruth Tennant, Louise Hiller, Ruth Fishwick, Stephen Platt, Stephen Joseph, Scott Weich, Jane Parkinson, Jenny Secker, Sarah Stewart-Brown (2006)

Pré-visualização das 14 perguntas

Nas últimas 2 semanas:

Tenho-me sentido otimista em relação ao futuro

Nunca | Raramente | Algumas vezes | Muitas vezes | Sempre

Nas últimas 2 semanas:

Tenho-me sentido útil

Nunca | Raramente | Algumas vezes | Muitas vezes | Sempre

Nas últimas 2 semanas:

Tenho-me sentido descontraído/a

Nunca | Raramente | Algumas vezes | Muitas vezes | Sempre

Nas últimas 2 semanas:

Tenho-me sentido interessado/a pelas outras pessoas

Nunca | Raramente | Algumas vezes | Muitas vezes | Sempre

Nas últimas 2 semanas:

Tenho tido energia de sobra

Nunca | Raramente | Algumas vezes | Muitas vezes | Sempre

Aplique os seus questionários online

Envie um link ao seu paciente: responde no telemóvel ou no computador, e recebe os resultados cotados por email.

Ver o questionário em mentaal.org ›

Cotação e interpretação

Cada item é cotado de 1 a 5 de acordo com a frequência com que foi vivido ao longo das duas últimas semanas. Todos os itens são cotados no mesmo sentido, sem cotação invertida. A pontuação total corresponde à soma das 14 respostas e varia entre 14 e 70. Uma pontuação mais elevada indica um melhor nível de bem-estar mental. A interpretação é preferencialmente dimensional, por comparação com medições anteriores, grupos de referência ou a evolução clínica, uma vez que não existe um ponto de corte universalmente aceite para estabelecer um diagnóstico.

Utilização

Este instrumento não está disponível no Mentaal. Para utilizar este questionário na sua prática, tem de dispor de uma licença de utilização válida. Convidamo-lo a enviá-lo diretamente a partir do site do editor.

É psicólogo?

Com o Mentaal, obtenha informações relevantes para acompanhar os seus pacientes.

- Testes padronizados
- Cotação automática
- Resultados recebidos por email

Experimentar gratuitamente

Ver todos os questionários

★★★★★

“O Mentaal simplificou verdadeiramente a minha prática online, graças à cotação automática e ao envio fluido dos questionários.”



Basile R. - Psicólogo clínico