

Escala de Enfrentamento Centrada no Sentido (Meaning-Centered Coping Scale, MCCS)

Avalie sua concordância com cada afirmação sobre seus mecanismos de enfrentamento com _____ (situação, crise, evento traumático) de acordo com a seguinte escala.

1	2	3	4	5	6	7
Discordo totalmente						Concordo totalmente
1. Espero o melhor.						1 2 3 4 5 6 7
2. Encontrei um sentido pessoal na situação atual.						1 2 3 4 5 6 7
3. Faço algo produtivo todos os dias.						1 2 3 4 5 6 7
4. Procuro ajudar aos outros durante este período.						1 2 3 4 5 6 7
5. Ainda faço o que é mais importante em minha vida.						1 2 3 4 5 6 7
6. Tenho fé que algo positivo irá decorrer disso tudo.						1 2 3 4 5 6 7
7. Uso essa situação para ficar mais próximo de quem eu amo.						1 2 3 4 5 6 7
8. Sou grato(a) pela minha vida como é nesse momento.						1 2 3 4 5 6 7
9. Sairei dessa situação mais forte do que era antes dela.						1 2 3 4 5 6 7