

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