

Scala di Coping Centrata sul Senso (Meaning-Centered Coping Scale, MCCS)

Si prega di valutare il proprio accordo con ogni affermazione sui propri meccanismi di coping con _____ (situazione, crisi, evento traumatico) secondo la scala seguente.

1	2	3	4	5	6	7
Non sono per niente d'accordo						Sono completam ente d'accordo
1. Spero per il meglio.						1 2 3 4 5 6 7
2. Ho trovato un significato personale nella situazione attuale.						1 2 3 4 5 6 7
3. I Faccio qualcosa di produttivo ogni giorno.						1 2 3 4 5 6 7
4. Durante questo periodo aiuto gli altri.						1 2 3 4 5 6 7
5. Continuo ancora a fare ciò che è più importante nella mia vita.						1 2 3 4 5 6 7
6. Ho fiducia che da questo verrà fuori qualcosa di positivo.						1 2 3 4 5 6 7
7. Sfrutto questa situazione per avvicinarmi ai miei cari.						1 2 3 4 5 6 7
8. Sono grato per la mia vita così com'è.						1 2 3 4 5 6 7
9. Uscirò da questa situazione più forte di prima.						1 2 3 4 5 6 7