Lumina Measures

BCSS

Brief Core Schema Scales

Tradução operacional em português · 24 itens

Nome _____

Data _____

Este questionário lista crenças que as pessoas podem ter sobre si mesmas e sobre outras pessoas. Indique se você mantém cada crença. Se não a mantém, marque 0; se a mantém, indique o quanto acredita nela, circulando um número de 1 a 4. Procure avaliar as crenças considerando como, em geral, ao longo do tempo, você tem visto a si mesmo(a) e as outras pessoas. Não demore muito em cada crença. Não há respostas certas ou erradas, e a primeira resposta a cada crença costuma ser a mais precisa.

0 Não mantenho essa crença
1 Acredito um pouco
2 Acredito moderadamente
3 Acredito muito
4 Acredito totalmente

SOBRE MIM

1	Eu não sou amado(a).	0	1	2	3	4
2	Eu não tenho valor.	0	1	2	3	4
3	Eu sou fraco(a).	0	1	2	3	4
4	Eu sou vulnerável.	0	1	2	3	4
5	Eu sou uma pessoa ruim.	0	1	2	3	4
6	Eu sou um fracasso.	0	1	2	3	4
7	Eu sou respeitado(a).	0	1	2	3	4
8	Eu tenho valor.	0	1	2	3	4
9	Eu sou talentoso(a).	0	1	2	3	4
10	Eu sou bem-sucedido(a).	0	1	2	3	4
11	Eu sou uma pessoa boa.	0	1	2	3	4
12	Eu sou interessante.	0	1	2	3	4

OUTRAS PESSOAS

13	As outras pessoas são hostis.	0	1	2	3	4
14	As outras pessoas são duras.	0	1	2	3	4
15	As outras pessoas não perdoam.	0	1	2	3	4
16	As outras pessoas são ruins.	0	1	2	3	4
17	As outras pessoas são traiçoeiras.	0	1	2	3	4
18	As outras pessoas são desagradáveis.	0	1	2	3	4
19	As outras pessoas são justas.	0	1	2	3	4
20	As outras pessoas são boas.	0	1	2	3	4
21	As outras pessoas são confiáveis.	0	1	2	3	4

0 Não mantenho essa crença
1 Acredito um pouco
2 Acredito moderadamente
3 Acredito muito
4 Acredito totalmente

22	As outras pessoas são acolhedoras.	0	1	2	3	4
23	As outras pessoas são solidárias.	0	1	2	3	4
24	As outras pessoas são sinceras.	0	1	2	3	4

Referências

Brief Core Schema Scales. Tradução operacional em português · 24 itens. Formulário da versão apresentada.

BECK, A. T. Cognitive therapy and the emotional disorders. New York: International Universities Press, 1976. Disponível em: https://archive.org/details/cognitivetherapy0000beck.

FAUSTINO, B. Maladaptive and adaptive cognitions about the self and others: confirmatory factor analysis of the Brief Core Schemas Scales. Psychological Reports, v. 126, n. 3, p. 1445-1460, 2023. https://doi.org/10.1177/00332941211063602.

FOWLER, D.; FREEMAN, D.; SMITH, B.; KUIPERS, E.; BEBBINGTON, P.; BASHFORTH, H.; COKER, S.; HODGEKINS, J.; GRACIE, A.; DUNN, G.; GARETY, P. The Brief Core Schema Scales (BCSS): psychometric properties and associations with paranoia and grandiosity in non-clinical and psychosis samples. Psychological Medicine, v. 36, n. 6, p. 749-759, 2006. https://doi.org/10.1017/S0033291706007355.

YOUNG, J. E.; KLOSKO, J. S.; WEISHAAR, M. E. Schema therapy: a practitioner's guide. New York: Guilford Press, 2003. Disponível em: https://www.guilford.com/books/Schema-Therapy/Young-Klosko-Weishaar/9781593853723.