

# Metacognición

866154

## Descripción

Este cuestionario se usa para evaluar las diferencias individuales en características metacognitivas, estando positiva y significativamente relacionado a la ansiedad-estado. Además muestra una gran utilidad en trastornos tales como la psicosis y las alucinaciones, trastorno obsesivo compulsivo, trastorno por estrés postraumático, abuso de sustancias y el síndrome de fatiga crónica. Este cuestionario está compuesto por 30 ítems, y tiene cinco dimensiones: (1) creencias positivas sobre las preocupaciones, que mide qué tan útil cree la persona que es la preocupación; (2) creencias negativas sobre la preocupación, que mide qué tan peligrosa e incontrolable considera el sujeto que es la preocupación; (3) confianza cognitiva, que mide la confianza que tiene el sujeto en sus procesos de atención y memoria; (4) creencias sobre la necesidad de control, que mide la necesidad del sujeto de controlar y/o eliminar ciertos pensamientos; y (5) la auto consciencia cognitiva, que mide la tendencia del sujeto a monitorear la atención a sus propios pensamientos (Ramos-Cejudo, Salguero, and Cano-Vindel 2013).

El instrumento en cuestión mostró una muy alta confiabilidad en su versión original ( $\alpha = .89$ ) (Ramos-Cejudo, Salguero, and Cano-Vindel 2013).

## Protocolo de administración y puntajes

Las puntuaciones de las subescalas van desde los 6 a los 24 puntos, mientras que el puntaje total de la escala varía entre 30 y 120. La puntuación va de 1 (“totalmente en desacuerdo”) a 4 (“totalmente de acuerdo”), y a mayor puntaje mayor es la presencia de metacognición patológica. La dimensión “falta de confianza cognitiva” se mide sumando los ítems 8, 14, 17, 24, 26 y 29; “creencias positivas sobre preocupación” se mide sumando los ítems 1, 7, 10, 19, 23 y 28; “auto consciencia cognitiva” se mide sumando los ítems 3, 5, 12, 16, 18 y 30; “creencias negativas sobre descontrol y peligro” se mide sumando los ítems 2, 4, 9, 11, 15 y 21; y “necesidad de controlar los pensamientos” es medida sumando los ítems 6, 13, 20, 22, 25 y 27 (A. Wells and Cartwright-Hatton 2004). No es necesario invertir puntajes.

## Script: puntajes totales y confiabilidad

## Instrumento

1 = Totalmente en desacuerdo	2 = Un poco en desacuerdo	3 = Un poco de acuerdo	4 = Totalmente de acuerdo
------------------------------	---------------------------	------------------------	---------------------------

#### Factor 1: Positive Beliefs

1. Estar preocupado me ayuda a organizar mi mente
2. Estar preocupado me ayuda a afrontar las cosas
3. Necesito preocuparme para funcionar bien
4. Estar preocupado me ayuda a solucionar los problemas
5. Necesito preocuparme para seguir organizado
6. Estar preocupado me ayuda a evitar problemas en el futuro

#### Factor 2: Negative beliefs: Uncontrollability/danger

1. Mis pensamientos preocupantes persisten, independientemente de cómo intente detenerlos
2. Cuando empiezo a preocuparme no puedo parar
3. Podría llegar a enfermarme de preocupación
4. No puedo ignorar los pensamientos que me preocupan
5. Mi preocupación podría volverme loco
6. Considero que preocuparme es peligroso para mí

#### Factor 3: Cognitive confidence

1. No confío en mi memoria
2. Tengo mala memoria
3. Tengo poca confianza en mi memoria sobre hechos
4. Tengo poca confianza en mi memoria sobre lugares
5. Tengo poca confianza en mi memoria sobre palabras y nombres
6. Mi memoria me puede engañar a veces

#### Factor 4: Need to control thoughts

1. Si no pudiera controlar mis pensamientos, yo no podría funcionar
2. No poder controlar mis pensamientos es una señal de debilidad
3. Debería controlar mis pensamientos todo el tiempo
4. Es malo tener ciertos pensamientos
5. Si yo no controlara un pensamiento preocupante y luego ocurriese, sería por mi culpa
6. Recibiré un castigo por no controlar ciertos pensamientos

#### Factor 5: Cognitive self-consciousness

1. Soy consciente constantemente de lo que pienso
2. Presto mucha atención a la manera en que mi mente funciona
3. Pienso mucho acerca de mis pensamientos
4. Examino constantemente mis pensamientos
5. Monitorizo mis pensamientos
6. Me doy cuenta de cómo funciona mi mente mientras pienso en cómo solucionar un problema