

BIS-11

Patton, Stanford e Barratt, 1995

(versão para investigação desenvolvida para português europeu por Cruz e Barbosa, 2012, com base na versão de Português do Brasil de Malloy-Diniz e col., 2010).

Instruções:

As pessoas diferem no modo como atuam e pensam em diferentes situações. Esta escala permite avaliar algumas maneiras de agir e pensar. Leia cada afirmação e preencha o círculo apropriado no lado direito da página. Não demore muito tempo em cada afirmação. Responda rápida e honestamente.

①
Nunca ou Raramente②
Ocasionalmente③
Frequentemente④
Quase sempre/sempre

Afirmações	Nunca ou Raramente	Ocasionalmente	Frequentemente	Quase sempre/ Sempre
1. Eu planifico cuidadosamente as tarefas.	①	②	③	④
2. Eu faço coisas sem pensar.	①	②	③	④
3. Eu tomo decisões rapidamente.	①	②	③	④
4. Eu sou despreocupado e confio na sorte.	①	②	③	④
5. Eu não presto atenção.	①	②	③	④
6. Eu tenho pensamentos que se atropelam (mudam de forma rápida e descontrolada).	①	②	③	④
7. Eu planifico viagens com bastante antecedência.	①	②	③	④
8. Eu tenho autocontrolo.	①	②	③	④
9. Eu concentro-me facilmente.	①	②	③	④
10. Eu economizo (poupo) regularmente.	①	②	③	④
11. Eu contorço-me na cadeira nas peças de teatro ou palestras.	①	②	③	④
12. Eu penso nas coisas com cuidado.	①	②	③	④
13. Eu faço planos para manter o emprego (tenho cuidado para não perder o emprego).	①	②	③	④
14. Eu digo coisas sem pensar.	①	②	③	④
15. Eu gosto de pensar em problemas complexos.	①	②	③	④
16. Eu troco de emprego.	①	②	③	④
17. Eu ajo por impulso.	①	②	③	④
18. Eu aborreço-me facilmente quando estou a resolver mentalmente problemas.	①	②	③	④
19. Eu atuo no “calor” do momento.	①	②	③	④
20. Eu mantenho a linha de pensamento (“não perco o fio à meada”).	①	②	③	④
21. Eu troco de casa (residência).	①	②	③	④
22. Eu compro coisas por impulso.	①	②	③	④
23. Eu só consigo pensar numa coisa de cada vez.	①	②	③	④
24. Eu troco de interesses e passatempos (“hobbies”).	①	②	③	④
25. Eu gasto ou compro a prestações mais do que aquilo que ganho.	①	②	③	④
26. Enquanto estou a pensar numa coisa é comum que outras ideias me venham à cabeça.	①	②	③	④
27. Eu estou mais interessado no presente do que no futuro.	①	②	③	④
28. Eu sinto-me inquieto no teatro ou palestras.	①	②	③	④
29. Eu gosto de quebra-cabeças.	①	②	③	④
30. Eu sou orientado para o futuro.	①	②	③	④