

ANEXOS

ANEXO N°1

INVENTARIO DE PERSONALIDAD 16 P.F DE RAYMOND CATELL

INSTRUCCIONES:

En este cuadernillo hay una serie de preguntas que exploran actitudes e intereses. No hay respuestas “buenas ni malas “porque cada quien tiene el derecho de poseer sus propios puntos de vista. Para que podamos obtener la mayor cantidad de información de sus resultados, usted deberá responder exacta y sinceramente.

En la parte superior de la hoja de respuesta, escriba su nombre y los demás datos que se le piden.

Primero conteste las preguntas de ensayo que están en esta página. Si tiene algún problema con ellas, por favor dígalos. En este cuadernillo usted solo va leer las preguntas; todas sus contestaciones las hará en la hoja de respuesta, asegurándose de que el número que tiene ambas sea el mismo.

Hay tres respuestas posibles para cada pregunta:

Lea los siguientes ejemplos y ponga sus contestaciones en la parte superior de la **Hoja de Respuesta** donde dice “Ejemplos”

Si su respuesta es (a), ponga una cruz dentro del cuadradito de la izquierda,

Si su respuesta es (b), ponga una cruz dentro del cuadradito del centro

Y si su respuesta es (c), ponga la marca dentro del cuadradito de la derecha

Ejemplos:

1. Me gusta ver juegos entre equipos deportivos.

(a) Si (b) en ocasiones (c) no

2. Prefiero la gente que es:
(a) Reservada (b) término medio o medias (c) hace amigos rápidamente
3. El dinero no trae la felicidad
(a) Si (cierto) (b) a medias (c) no falso
4. “Mujer es “niña” como gato es a “gatito”
(a) Gatito (b) perro (b) niño

En este último ejemplo hay una respuesta correcta: gatito. En el cuadernillo hay una cuarta pregunta ¿cómo estás?

La letra (b) indica por lo general, que usted está dudando a cerca de lo que se plantea.

Si algo no está claro, pregunte ahora. Dentro de un momento el examinador le dirá que de vuelta la hoja y comience a contestar.

Cuando esté contestando, recuerde estos cuatro puntos:

1. No medite su respuesta. De la primera respuesta que le venga a la mente de un modo natural. Por ejemplo, en el número uno de arriba (que usted acaba de contestar), cuando se le preguntó acerca de lo juegos entre equipos deportivos, a usted puede gustarle más el fútbol que el básquetbol. En estos casos deberá pensar que le preguntamos por el juego “promedio”, por el “normal”. De siempre la respuesta a un ritmo no menor de 5 por minuto. Haciendo así usted deberá terminar la prueba dentro de 35 a 45 minutos.
2. Trate de no caer en el centro, en la letra (b), que son las respuestas de indecisión o de duda, excepto cuando le sea realmente imposible escoger cualquier extremo.
3. Asegúrese de que no deja ninguna respuesta sin responder, aunque algunas no encajen con su situación. Otras preguntas pueden parecerle demasiado personal,

pero recuerde que sus hojas de respuesta quedarán en las manos confidenciales de un experto, y que no tratamos de localizar ciertas respuestas especiales, si no de apreciarlas globalmente. Para ello, esta prueba se califica con una plantilla construida.

4. Responda con toda honestidad posible, lo que sea cierto para usted. Evite marcar la respuesta que le parezca “la más aceptable” con el fin de impresionar al examinador.

NO VOLTEE LA HOJA HASTA QUE EL EXAMINADOR LE AVISE

1. Tengo instrucciones de la prueba bien grabadas en la mente.
a) Si b) a medias c) no
2. Estoy listo para contestar cada pregunta tan sinceramente como sea posible
a) Si b) en dudas c) no
3. Sería muy bueno que la vacaciones fueran más largas y todos tuvieran que tomarlas
a) De acuerdo b) quien sabe c) en desacuerdo
4. Yo puedo encontrar energía suficiente para enfrentar a mis dificultades
a) Siempre b) por lo general c) rara vez
5. En Santos y cumpleaños
a) Me gustaría comprar regalos personales b) quien sabe
c) siento que comprar regalos es un poco fastidioso
6. Al inventar algo útil, preferiría:
a) Perfeccionarlo en el laboratorio b) en duda c) vendérselo a la gente

7. Preferiría trabajar en una empresa...

- a) Hablando con los clientes b) en duda
- c) llevando las cuentas en el archivo

8. Si el sueldo fuera igual preferiría ser:

- a) Abogado b) quien sabe c) piloto o navegante

9. Preferiría la vida de:

- a) Artista b) quien sabe
- c) administrador de un club social

10. ¿Cuál de las siguientes palabras no es la misma clase que las otras?

- a) Amplio b) zigzag c) regular

11. “Pala” es a “trabajo” como “cuchillo” es a:

- a) Afilado b) cortar c) pelar

12. “Cansado” es a “trabajo” como “orgullo” es a:

- a) Descanso b) éxito c) ejercicio

13. ¿Cuál de estas tres palabras es diferente de las otras?

- a) Vela b) luna c) luz eléctrica

14. “Sorpresa” es a “extraño” como “miedo” es a:

a) Saliente b) ansioso c) terrible

15. ¿Cuál de estas fracciones es distinta de las otras dos?

a) $\frac{3}{7}$ b) $\frac{3}{9}$ c) $\frac{3}{11}$

16. “Tamaño” es a “longitud” como “deshonesto” es a:

a) Prisión b) pecado c) robo

17. “AB” es a “de” como “SR” es a:

18. “Mejor” es a “peor” como “más lento” es a:

a) Raído b) óptimo c) más veloz

19. ¿Cuál es la que debe ir al final de esa lista xooxxooxxxx?

a) Xox b) oxxxx c) oxx

20. ¿Cuál de las siguientes palabras no es la misma clase que las otras?

a) Cualquiera b) algo c) más

21. Llama” es a “calor” como “rosa” es a:

a) Espina b) pétalo rojo c) perfume

22. Me doy cuenta que mi interés por las gentes y por las diversiones tienden a cambiar bastante rápido

a) Si b) a medias c) no

23. “Pronto es a “nunca” como “cerca” es a:

a) Ninguna parte b) lejos c) siguientes

24. Tengo un buen sentido de orientación, cuando estoy en un lugar extraño (descubro con facilidad donde está el Norte, el Sur, etc.)

a) Si b) en duda c) no

25. Me gustaría ser:

a) Un guardabosque b) quien sabe

b) Maestro de primaria o secundaria

26. Me pongo un poco nervioso con los animales salvajes, aún cuando están encerrados en jaulas macizas

a) Si b) indeciso c) no

27. A veces no puedo dormir porque tengo una idea rondando en la mente

a) Cierto b) dudoso c) falso

28. Con las mismas horas de trabajo e idéntica paga, preferiría la vida de:

a) Un carpintero b) quien sabe c) mozo de un restaurante

29. En mi vida personal, casi siempre alcanzo las metas que me propongo

a) Cierto b) dudoso c) falso

30. Yo admiro a mi padre en todos los aspectos importantes

a) si b) en duda c) no

ANEXO N°2

ESCALA DE AUTOESTIMA DE COOPERSMITH

PROFESIÓN O TRABAJO: EDAD

SEXO.....

ESTADO CIVIL: FECHA:..... (M)

(F)

Marque con una Aspa (X) debajo de V o F, de acuerdo a los siguientes criterios:

V: cuando la frase SI coincide con su forma de ser o pensar

F: si la frase No coincide con su forma de ser o pensar

N°	FRASE DESCRIPTIVA	V	F
1	Usualmente las cosas no me molestan.		
2	Me resulta difícil hablar frente a un grupo.		
3	Hay muchas cosas de mí que cambiaría si pudiese.		
4	Puedo tomar decisiones sin mayor dificultad.		
5	Soy muy divertido (a).		
6	Me altero fácilmente en casa.		
7	Me toma mucho tiempo acostumbrarme a cualquier cosa nueva.		
8	Soy popular entre las personas de mi edad.		
9	Generalmente mi familia considera mis sentimientos.		

10	Me rindo fácilmente.		
11	Mi familia espera mucho de mí.		
12	Es bastante difícil ser "Yo mismo".		
13	Me siento muchas veces confundido.		
14	La gente usualmente sigue mis ideas.		
15	Tengo una pobre opinión acerca de mí mismo.		
16	Hay muchas ocasiones que me gustaría irme de mi casa.		
17	Frecuentemente me siento descontento con mi trabajo.		
18	No estoy tan simpático como mucha gente.		
19	Si tengo algo que decir, usualmente lo digo.		
20	Mi familia me comprende.		
21	Muchas personas son más preferidas que yo.		
22	Frecuentemente siento como si mi familia me estuviera presionando.		
23	Frecuentemente me siento desalentado con lo que hago.		
24	Frecuentemente desearía ser otra persona.		
25	No soy digno de confianza.		

ANEXO 3

ESCALA DE EVALUACIÓN CONDUCTUAL PARA LA ANSIEDAD (ROJAS)

Nombre:

fecha:

Conteste las siguientes preguntas en relación a los síntomas que Ud. se haya notado durante los últimos tres meses. Haga un círculo alrededor del asterisco situado en la columna SI cuando haya notado ese síntoma con más intensidad o frecuencia que la mayoría de las personas, es decir, más de lo normal según su propio criterio. Rodee el asterisco de la columna NO en caso contrario. Si su respuesta fue SI entonces indique la intensidad del 1 al 4 la intensidad se valorará:

- No existe 0 (no indicar)
- Leve 1
- Moderada 2
- Intenso 3
- Muy intenso 4

SÍNTOMAS FÍSICOS	SI	NO	Intensidad
Tienen palpitations o taquicardia (la late a veces muy rápido el corazón).	*	*	
Se ruboriza o se pone pálido.	*	*	
Le tiemblan las manos, pies, piernas o el cuerpo en general.	*	*	
Transpira mucho.	*	*	
Se le seca la boca.	*	*	
Tiene "ties" (guiños o contracturas musculares automáticas).	*	*	
Nota falta de aire, dificultad para respirar, o presión en el pecho.	*	*	
Tiene gases.	*	*	
Orina con mucha frecuencia o de forma imperiosa.	*	*	

Tienen nauseas o vómitos.	*	*	
Tiene diarrea o malestares intestinales.	*	*	
Nota como un nudo en el estómago, le cuesta tragar.	*	*	
Tiene vértigo, sensación de inestabilidad, desmayos o sensación de que va a caerse.	*	*	
Tiene problemas para dormir.	*	*	
Tiene pesadillas.	*	*	
Tiene sueño durante el día o se queda dormido sin darse cuenta.	*	*	
Pasa temporadas sin apetito o sin ganas de comer.	*	*	
A veces come excesivamente o cosas inusuales, incluso sin apetito.	*	*	
Ha notado menor interés por la sexualidad.	*	*	
Ha notado más interés por la sexualidad.	*	*	

+

SÍNTOMAS PSÍQUICOS	SI	NO	Intensidad
Se siente inquieto, nervioso, intranquilo por dentro.	*	*	
Se siente amenazado, aun sin saber por qué.	*	*	
Tiene la sensación de estar luchando contra algo que no sabe qué es.	*	*	
Tiene ganas de huir, de marcharse a otro lugar, de viajar a un sitio lejano.	*	*	
Tiene fobias (temores exagerados aun objeto o situación).	*	*	

Tiene miedos difusos, es decir, sin saber bien a qué.	*	*	
A veces tiene ataques de pánico.	*	*	
Se siente muy inseguro de sí mismo.	*	*	
Se siente inferior a los demás.	*	*	
Nota una cierta sensación de vacío interior.	*	*	
Se nota distinto, como si estuviese perdiendo su propia identidad.	*	*	
Esta triste, pensativo, melancólico	*	*	
Tenme perder el control de sí mismo y hacer daño a otras personas	*	*	
Teme no controlarse y llegar a suicidarse	*	*	
Le asusta o le da mucho miedo la muerte	*	*	
Le da miedo pensar en la posibilidad de volverse loco	*	*	
Tiene la sensación de que ocurrirá alguna desgracia, como un presentimiento	*	*	
Se siente muy cansado, desinteresado, sin ganas de hacer nada.	*	*	
Le cuesta tomar una decisión	*	*	
Es Ud. Una persona desconfiada	*	*	

SÍNTOMAS DE CONDUCTA	SI	NO	Intensidad
Esta siempre alerta, como vigilando o en guardia	*	*	
Esta irritable, excitable, responde exageradamente a los estímulos externos	*	*	

Rinde menos en sus actividades habituales	*	*	
Le resulta difícil o penoso realizar sus actividades habituales	*	*	
Se mueve de un lado para el otro, como agitado, sin motivo	*	*	
Cambia mucho de postura, por ejemplo, cuando está sentado	*	*	
se nota más torpe en sus movimientos o más rígido	*	*	
Gesticula mucho	*	*	
Ha cambiado su voz, ha notado altos hay bajos en su tono de voz	*	*	
Tiene tensa la mandíbula	*	*	
Tartamudea o le cuesta hablar	*	*	
Se muerde las uñas, se chupa el dedo o se los frota	*	*	
Juega mucho con los objetos, necesita tener algo entre las manos (bolígrafos, etc.)	*	*	
A veces se queda bloqueado, sin saber que hacer o decir	*	*	
Le cuesta mucho o no está dispuesto para realizar una actividad intensa.	*	*	
Muchas veces tiene al frente fruncida	*	*	
Tiene los parpados tensos o las cejas arqueadas hacia abajo.	*	*	
Tiene expresión de perplejidad, desagrado o preocupación.	*	*	
Le dicen que esta inexpresivo, como con la cara “congelada”.	*	*	
Le irrita mucho los ruidos intensos o inesperados.	*	*	

SÍNTOMAS INTELECTUALES	SI	NO	Intensidad
Está preocupado acerca del futuro, es Ud. Pesimista.	*	*	
Piensa que tiene mala suerte y siempre la tendrá.	*	*	
Cree que no sirve para nada que no sabe hacer nada correctamente.	*	*	
Los demás dicen que no es justo y sus juicios y apreciaciones.	*	*	
Tiene problemas para concentrarse.	*	*	
Nota como si le fallase la memoria, le cuesta recordar cosas resientes	*	*	
Le cuesta recordar cosas que se supone las tiene que saber, o se supone que las ha aprendido hace tiempo.	*	*	
Esta confundido.	*	*	
Tienen ideas o pensamientos de los que no se puede librar.	*	*	
Le da muchas vueltas a las cosas en la mente	*	*	
Se afecta negativamente, por pequeñas cosas o noticias	*	*	
Utiliza términos extremos: inútil, imposible, nunca, jamás, siempre, etc.	*	*	
Hace juicios rígidos e intolerantes sobre los demás: inútil, odioso, etc.	*	*	
Piensa más en lo negativo que en lo positivo de las cosas.	*	*	
Le cuesta pensar, nota un cierto bloqueo intelectual.	*	*	
Un pequeño detalle que sale mal lo lleva a decir que todo es caótico.	**	*	
Piensa que su vida no ha valido la pena, que todo ha sido	*	*	

injusticias y dolor.			
Pensar en algo angustioso lo lleva a pensamientos más angustiosos todavía.	*	*	
Cuando piensa en una situación difícil, cree que no podrá superarla.	*	*	
Cree que su única solución es un cambio radical.	*	*	

SÍNTOMAS ASERTIVOS	SI	NO	Intensidad
A veces no sabe que decir ante ciertas personas.	*	*	
Le cuesta mucho iniciar una conversación.	*	*	
Le resulta difícil presentarse a i mismo en una reunión social.	*	*	
Le cuesta mucho decir “No” o mostrarse en desacuerdo con algo.	*	*	
Intenta agradar a todo el mundo y siempre sigue la corriente general.	*	*	
Le resulta difícil hablar de temas generales o intrascendentes.	*	*	
Se comporta con mucha rigidez, sin naturalidad en las reuniones sociales.	*	*	
Le resulta muy difícil hablar en público, formular y responder preguntas.	*	*	
Prefiere la soledad a estar con desconocidos.	*	*	
Se nota muy pasivo o bloqueado en reuniones sociales.	*	*	

Le cuesta expresar a los demás sus verdaderas opiniones y sentimientos.	*	*	
Intenta dar a los demás una imagen de sí mismo distinta a la real	*	*	
Esta muy pendiente de lo que los demás puedan opinar de usted.	*	*	
Se siente a menudo avergonzado ante los demás.	*	*	
Prefiere pasar desapercibido en las reuniones sociales.	*	*	
Le resulta difícil terminar una conversación difícil o comprometida.	*	*	
Tiene sentido del humor frente a situaciones tensas.	*	*	
Esta muy pendiente de lo que hace en presencia de personas que no conoce mucho.	*	*	
Prefiere no discutir ni quejarse, aunque sienta que tiene razón.	*	*	
Se avergüenza oh incomoda por cosas que hacen los demás (vergüenza ajena).	*	*	
