

**“ANEXO N°1”
INVENTARIO DE DEPRESIÓN DE BECK BDI-II**

Seudónimo.....Edad..... Fecha.....

Instrucciones: Este cuestionario consta de 21 grupos de enunciados. Por favor, lea cada uno de ellos cuidadosamente. Luego elija uno de cada grupo, el que mejor describa el modo como ha sentido las últimas dos semanas, incluyendo el día de hoy. Marque con un círculo el número correspondiente al enunciado elegido. Si varios enunciados de un mismo grupo le parecen igualmente apropiados, marque el número más alto. Verifique que no haya elegido más de uno por grupo, incluyendo el ítem 16 (cambio en los hábitos de sueño) y el ítem 18 (cambios en el apetito).

1. Tristeza.

- 0 No me siento triste.
- 1 Me siento triste.
- 2 Me siento triste continuamente y no puedo dejar de estarlo.
- 3 Me siento tan triste o tan desgraciado que no puedo soportarlo.

2. Pesimismo.

- 0 No me siento especialmente desanimado respecto al futuro.
- 1 Me siento desanimado respecto al futuro.
- 2 Siento que no hay nada porque luchar.
- 3 El futuro es desesperanzador y las cosas no mejoran.

3. Sensación de fracaso.

- 0 No me siento fracasado.
- 1 He fracasado más que la mayoría de las personas.
- 2 Cuando miro hacia atrás lo único que veo es un fracaso tras otro.
- 3 Soy un fracaso total como persona.

4. Insatisfacción.

- 0 Las cosas me satisfacen tanto como antes.
- 1 No disfruto de las cosas tanto como antes.
- 2 Ya no obtengo ninguna satisfacción.
- 3 Estoy insatisfecho o aburrido con respecto a todo.

5. Culpa.

- 0 No me siento especialmente culpable.
- 1 Me siento culpable en bastantes ocasiones.
- 2 Me siento culpable en la mayoría de las ocasiones.
- 3 Me siento culpable constantemente.

6. Expectativas de castigo.

- 0 No creo que esté siendo castigado.
- 1 Me siento que quizá esté siendo castigado.
- 2 Espero ser castigado.
- 3 Siento que estoy siendo castigado.

7. Auto desprecio.

- 0 No estoy decepcionado de mí mismo.
- 1 Estoy descontento de mí mismo.
- 2 Estoy a disgusto conmigo mismo.
- 3 Me detesto.

8. Autoacusación.

- 0 No me considero peor que cualquier otro.
- 1 Me autocritico por mi debilidad o por mis errores.
- 2 Continuamente me culpo por mis faltas.
- 3 Me detesto.

9. Ideas suicidas.

- 0 No tengo ningún pensamiento de suicidio.
- 1 A veces pienso en suicidarme, pero no lo hare.
- 2 Desearía poner fin a mi vida.
- 3 Me suicidaría si tuviese la oportunidad.

10. Episodios de llanto.

- 0 No lloro más de lo normal.
- 1 Ahora lloro más que antes.
- 2 Lloro continuamente.
- 3 No puedo dejar de llorar aunque me lo proponga.

11. Irritabilidad.

- 0 No estoy especialmente irritado.
- 1 Me molesto o irrito más fácilmente que antes.
- 2 Me siento irritado continuamente.
- 3 Ahora no me irritan en absoluto cosas que antes me molestaban.

12. Retirada Social.

- 0 No he perdido el interés por los demás.
- 1 Estoy menos interesado en los demás que antes.
- 2 He perdido gran interés por los demás.

---3 He perdido todo el interés por los demás.

13. Indecisión.

---0 Tomo mis propias decisiones igual que antes.

---1 Evito tomar decisiones más que antes.

---2 Tomar decisiones me resulta mucho más difícil que antes.

---3 Me es imposible tomar decisiones.

14. Cambios en la imagen corporal.

---0 No creo tener peor aspecto que antes.

---1 Estoy preocupado porque parezco envejecido y poco atractivo.

---2 Noto cambios constantes en mi aspecto físico que me hacen parecer poco atractivo.

---3 Creo que tengo un aspecto horrible.

15. Enlentecimiento.

---0 Trabajo igual que antes.

---1 Me cuesta más esfuerzo de lo habitual comenzar a hacer algo.

---2 Tengo que obligarme a mí mismo para hacer algo.

---3 Soy incapaz de llevar a cabo ninguna tarea.

16. Insomnio.

---0 Duermo tan bien como siempre.

---1 No duermo tan bien como antes.

---2 Me despierto 1 o 2 horas antes de lo habitual y ya no puedo volver a dormirme.

---3 Me despierto varias horas antes de lo habitual y no puedo volver a dormirme.

17. Fatigabilidad.

---0 No me siento más cansado de lo normal.

---1 Me canso más que antes.

---2 Me canso en cuanto hago cualquier cosa.

---3 Estoy demasiado cansado para hacer nada.

18. Pérdida de apetito.

---0 Mi apetito no ha disminuido.

---1 No tengo tan buen apetito como antes.

---2 Ahora tengo mucho menos apetito.

---3 He perdido completamente el apetito.

19. Pérdida de peso.

---0 No he perdido peso últimamente.

- 1 He perdido más de 2 kilos.
- 2 He perdido más de 4 kilos.
- 3 He perdido más de 7 kilos.

20. Preocupaciones somáticas.

- 0 No estoy preocupado por mi salud.
- 1 me preocupan los problemas físicos como dolores, malestares de estómago, catarros, etc.
- 2 Me preocupan las enfermedades y me resulta difícil pensar en otras cosas.
- 3 Estoy tan preocupado por las enfermedades que soy incapaz de pensar en otras cosas.

21. Bajo el nivel de energía.

- 0 No he observado ningún cambio en mi interés por el sexo.
- 1 La relación sexual me atrae menos que antes.
- 2 Estoy mucho menos interesado por el sexo que antes.
- 3 He perdido totalmente el interés por el sexo.

“Anexo N° 2”

H S P Q

FORMA A

CUADERNILLO

No escribas nada en
este cuadernillo

Marca las contestaciones en
la Hoja de respuestas

INSTRUCCIONES

En esta prueba vas a encontrar una serie frases y preguntas sobre lo que te interesa, te gusta o te desagrada. Tu tarea consiste en leer cada una de las preguntas y marcar tu contestación en la Hoja de respuestas.

Después de cada pregunta hay tres posibles respuestas precedidas de las letras A, B y C. Fíjate en los siguientes ejemplos para que comprendas mejor lo que tienes que hacer, léelos y marca tu contestación en la Hoja de respuestas, en el espacio destinado a los ejemplos:

EJEMPLO X: ¿Qué preferirías hacer?

A. Visitar un zoo B. No estoy seguro C. Viajar en un avión

En el ejemplo X, si te gusta más “visitar un zoo” debes marcar la letra A en la Hoja de respuestas. Si prefieres “viajar en un avión”, tienes que marcar la letra C. en las preguntas de este tipo, la letra B deberás marcar sólo cuando te resulte absolutamente imposible decidirte entre las respuestas A o C. como puedes ver en estos casos, ordinariamente no hay respuestas correctas o equivocadas; cada persona tiene una forma de ser diferente de los demás; por eso, tú tienes que elegir la respuesta que corresponda más a tu manera de ser o de actuar. Siempre puedes hallar una respuesta que se ajuste un poco mejor a tu caso; por eso, no dejes ninguna pregunta sin contestar.

Algunas frases, como el ejemplo Y que viene continuación, si tiene una respuesta correcta, y sólo una de las tres posibles que se presentan (A, B o C). Haz el ejemplo Y y contesta en la Hoja.

EJEMPLO Y: ¿Cuál de las palabras tiene relación con los demás: verde. Rojo, grande, amarillo?

A. Verde

B. Grande

C. Amarillo

En este cuadernillo vas a encontrar preguntas parecidas a las de arriba. Al contestarlas, debes tener en cuenta los tres puntos:

1. Contesta las preguntas con franqueza y con sinceridad. Perderías el tiempo dedicado a esta prueba, si falseas las respuestas para contestar lo que, según la gente, sería “la respuesta más bonita”.
2. Contesta las preguntas lo más rápidamente posible. No emplees demasiado tiempo en pensar cada una de ellas. Algunas preguntas se pueden parecer a otras; sin embargo, no hay dos preguntas iguales.
3. No dejes ninguna pregunta sin contestar. Aunque algunas veces te parezca que la frase no tiene aplicación para ti, no obstante trata de contestarla lo mejor posible.

NO PASES A LA PÁGINA SIGUIENTE HASTA QUE TE LO INDIQUEN

1. En una salida al campo, te gusta más
 - A. explorar el bosque en solitario
 - B. no estás seguro
 - C. jugar alrededor del fuego con los demás
2. Arreglar – significa lo mismo que
 - A. reparar B. curar C. poner parches
3. Cuando cometes una estupidez, ¿te sientes tan mal que deseas que te trague la tierra?
 - A. sí B. quizás C. no
4. ¿Puedes trabajar intensamente en algo sin que te moleste que haya mucho ruido a tu alrededor?
 - A. sí B. quizás C. no
5. Si tienes ideas distintas de las de tus amigos, ¿te callas que las tuyas son mejores para no herir sus sentimientos?
 - A. sí B. algunas veces C. no
6. ¿Te parece que muchas normas y reglas son estúpidas y pasadas de moda?
 - A. sí, y si puedo, no las tengo en cuenta.
 - B. no estoy seguro.
 - C. no, la mayoría son necesarias y hay que obedecerlas
7. ¿Cuál de las descripciones siguientes indica mejor cómo eres tú?
 - A. un líder responsable.
 - B. término medio
 - C. simpático y físicamente bien parecido
- 8.- ¿Algunas veces, antes de una gran fiesta o excursión, te parece que no estás demasiado interesado en ir?
 - A. sí B. quizás C. no
- 9.- Cuando con razón te enfadas con otros, ¿te parece que tienes derecho a gritarles?
 - A. sí B. quizás C. no
- 10.- Cuando tus compañeros de clase te gastan una broma, ¿ordinariamente te diviertes tanto como los demás, sin sentirte molesto?
 - A. sí B. quizás C. no
- 11.- ¿Puedes permanecer animado, incluso cuando las cosas van mal?
 - A. sí B. no estoy seguro C. no
- 12.- ¿Intentas estar tan al día como tus compañeros de clase en lo que está de moda?
 - A. sí B. algunas veces C. no
- 13.- ¿Qué preferirías ser?
 - A. un actor de televisión que viaja
 - B. no estoy seguro
 - C. un médico
14. ¿Te parece que la vida transcurre más agradable y satisfactoria para ti que para muchos otros?
 - A. sí B. quizás C. no
15. En una discusión en grupo ¿te gusta decir lo que piensas?
 - A. sí B. algunas veces C. no
16. – Verdad – es lo opuesto de:
 - A. fantasía B. mentira C. negación
17. ¿Te resulta fácil guardar un secreto emocionante?
 - A. sí B. algunas veces C. no
18. ¿Cuándo algo sale completamente mal, ¿te enfadas mucho con otros antes de pensar qué es lo que puede hacerse?
 - A. Con frecuencia
 - B. algunas veces
 - C. casi nunca
19. ¿Ordinariamente pides que alguien te ayude cuando tienes un problema difícil?
 - A. casi nunca
 - B. algunas veces
 - C. con frecuencia
20. ¿Evitas penetrar en cuevas estrechas o escalar lugares altos?
 - A. sí B. algunas veces C. no
21. ¿Pides consejo a tus padres sobre lo que te conviene hacer en el colegio?
 - A. con frecuencia
 - B. algunas veces
 - C. casi nunca

22. ¿Puedes hablar a un grupo de extraños sin titubear nada o sin encontrar dificultad en decir lo que quieres?
A. sí B. quizás C. no
- 23.- ¿Te molesta cierta clase de películas?
A. sí B. quizás C. no
- 24.- ¿Hay ocasiones en las que piensas; “las personas son tan poco responsables que no se puede confiar ni siquiera en que se preocupen de su propio bien”?
A. sí B. quizás C. no
25. ¿Piensas algunas veces que vales poco y que no haces nada que merezca la pena?
A. sí B. quizás C. no
26. En general, ¿los demás tienen más amigos que tú?
A. sí B. no estoy seguro C. no
27. ¿Dicen los demás que se puede contar siempre contigo para hacer las cosas con exactitud y como es debido?
A. sí B. quizás C. no
28. ¿Tienes dificultad en recordar un chiste de otro con los suficientes detalles como para contarlos tú mismo?
A. sí B. algunas veces C. no
29. ¿Has disfrutado actuando en obras de teatro, tales como comedias escolares?
A. sí B. no estoy seguro C. no
- 30.- Firme es lo opuesto de
A. enfermo B. blando C. inseguro
- 31.- Cuando decides hacer algo
A. piensas que tal vez después quieras cambiar de opinión
B. término medio
C. estás seguro de que te sientes satisfecho de tu decisión
- 32.- Si tus compañeros de clase prescinden de ti en un juego
A. crees que es simplemente una casualidad
B. término medio
C. te sientes herido y te enfadas
33. Cuando termines tus estudios, ¿qué te gustaría más?
A. hacer algo con lo cual consigas que la gente esté contenta contigo, aunque seas pobre
B. no estoy seguro
C. ganar mucho dinero
34. Cuando hace falta, ¿puedes demostrar, delante de todos, lo bien que puedes hacer las cosas?
A. sí B. quizás C. no
35. ¿Te gusta decir a otros que sigan las normas y reglas adecuadas?
A. sí B. algunas veces C. no
36. ¿Te sientes herido fácilmente en tus sentimientos?
A. sí B. quizás C. no
37. ¿Te gustaría más contemplar un combate de boxeo que una bella danza?
A. sí B. quizás C. no
38. Si alguien no se ha portado bien contigo, ¿vuelves a confiar en él enseguida y le concedes otra oportunidad?
A. sí B. quizás C. no
39. ¿Crees que las cosas te van saliendo bien y que haces todo lo que se puede esperar de ti?
A. sí B. quizás C. no
40. Cuando un grupo de personas está haciendo algo, ordinariamente,
A. *tomas parte activa en lo que hacen*
B. *término medio*
C. *te limitas a observar*
41. ¿Te gustaría ser tan bien parecido que la gente se fijara en ti dondequiera que fueras?
A. sí B. quizás C. no
42. Cuando estás leyendo una historia de aventuras
A. disfrutas simplemente de la historia a medida que se desarrolla
B. no estás seguro

- C. te preocupa si la historia va a tener un final feliz
43. ¿Te sienta mal que los demás usen tus cosas sin pedirte permiso?
A. sí B. quizás C. no
44. – Rico – es a dinero como triste es a:
A. desgracia B. lágrimas C. noche
45. ¿Entiendes perfectamente lo que lees en el colegio?
A. sí B. ordinariamente C. no
46. ¿Dicen que algunas veces eres excitable y un cabeza de chorlito, aunque creen que eres una buena persona?
A. sí B. quizás C. no
47. Cuando vas en autobús o tren, hablas
A. en tu tono de voz ordinario
B. término medio
C. lo más bajo posible
48. ¿Qué preferirías ser?
A. la persona más popular del colegio
B. no estoy seguro
C. el alumno con mejores notas
49. Si todos estuvieran haciendo algo que tú crees que está mal
A. harías lo que hacen todos
B. no estás seguro
C. harías lo que tú crees que se debe hacer
50. ¿Puedes trabajar bien, sin sentirte incómodo, cuando otras personas están mirando?
A. sí B. quizás C. no
51. En una obra de teatro, ¿te gustaría más hacer el papel de profesor famoso de arte que el de pirata despiadado?
A. sí B. quizás C. no
52. ¿Cómo preferirías emplear tu tiempo libre?
A. por tu cuenta, con un libro o con una colección de sellos
B. no estoy seguro
C. trabajando bajo la dirección de otros en una actividad de grupo
53. ¿Te resulta difícil actuar o ser como otras personas esperan que seas?
A. sí B. no estoy seguro C. no
54. ¿Tiendes a permanecer callado cuando sales con un grupo de amigos?
A. sí B. algunas veces C. no
55. Cuando algo te molesta mucho, ¿qué crees que es mejor?
A. intentar no tenerlo en cuenta hasta que estés tranquilo
B. no estás seguro
C. desahogarte explotando
56. ¿Te molesta tener que permanecer sentado sin moverte, esperando a que comience algo?
A. sí B. término medio C. no
57. En el baile o en la música, ¿aprendes fácilmente un ritmo nuevo?
A. sí B. algunas veces C. no
- 58.- Correr es a jadeo como comer es a:
A. ejercicio B. indigestión C. alimento
59. Cuando la tiza chirria en la pizarra, ¿te da dentera?
A. sí B. quizás C. no
60. Cuando las cosas van mal y te contrarían, crees que hay que
A. simplemente sonreír
B. término medio
C. armar un alboroto
61. ¿Hay ocasiones en que te sientes tan contento que tienes ganas de cantar y gritar?
A. sí B. quizás C. no
62. ¿En un grupo de personas, eres generalmente el que cuenta chistes y cosas graciosas?
A. sí B. quizás C. no
63. Cuando tienes tareas para hacer en casa
A. muchas veces no las haces
B. término medio
C. siempre las realizas a su debido tiempo
64. Cuando se discute algo en clase, ¿tienes algo que decir?

- A. casi nunca
B. de vez en cuando
C. siempre
65. ¿Qué materias preferirías estudiar?
A. matemáticas
B. no estoy seguro
C. un idioma extranjero o arte dramático
66. Cuando estás en un grupo, pasas más tiempo
A. disfrutando de la amistad
B. término medio
C. observando lo que ocurre
67. ¿Te atreves siempre a decir cuáles son tus verdaderos sentimientos, por ejemplo, si estás cansado o aburrido?
A. sí B. quizás C. no
68. Si te encontraras una tarde sin tener nada que hacer
A. llamarías a algunos amigos para pasar el rato
B. no estás seguro
C. leerías un buen libro o emplearías el tiempo haciendo algo que te gusta
69. ¿Algunas veces dices tonterías sólo para ver lo que dirán los demás?
A. sí B. quizás C. no
70. Cuando se aproxima algo importante, tal como un examen o un gran partido
A. estás muy tranquilo y relajado
B. término medio
C. te pones muy tenso y preocupado
71. ¿Haces todo lo que puedes por evitarlos autobuses y calles desbordantes de gente?
A. sí B. quizás C. no
72. Si la madre de Juana es la hermana de mi padre, ¿cuál es el parentesco del padre de Juana con mi hermano?
A. primo B. abuelo C. tío
73. ¿Te has llevado siempre muy bien con tus padres, hermanos y hermanas?
A. sí B. término medio C. no
74. ¿A menudo recuerdas las cosas de distinto modo que otros y no llegáis a un acuerdo sobre lo que sucedió realmente?
A. sí B. quizás C. no
75. ¿Qué preferirías ser?
A. arquitecto de casas y parques
B. no estoy seguro
C. cantante o miembro de un conjunto de baile
76. Cuando estés preparado para comenzar a trabajar, te gustaría tener una profesión que
A. ser estable y segura, aunque requiera trabajar mucho
B. no estoy seguro
C. requiera mucha variación y reuniones con personas alegres
77. ¿Sueles hablar de tus actividades con tus padres?
A. sí B. algunas veces C. no
78. En clase, ¿te pones de pie delante de todos, sin mostrarte nervioso e incómodo?
A. sí B. quizás C. no
79. ¿Dónde prefieres pasar una tarde libre?
A. donde haya cuadros artísticos o jardines
B. no estoy seguro
C. en una competición de tiro de pichón
80. ¿Has pensado alguna vez qué harías si fueras la única persona que quedase en el mundo?
A. sí B. no estoy seguro C. no
- 81.- Cuando las cosas van muy bien
A. casi saltas de alegría
B. no estás seguro
C. te sientes bien interiormente y aparentas estar tranquilo
82. ¿Qué preferirías ser?
A. constructor de puentes
B. no estoy seguro
C. miembro de un circo ambulante
83. ¿Sugieres alguna vez al profesor algún tema nuevo para tratarlo en clase?

- A. sí B. quizás C. no
- 84.- Si alguien pone música ruidosa mientras estás intentando trabajar, ¿necesitas marcharte a otro sitio?
- A. sí B. quizás C. no
85. Al hablar con tus compañeros de clase, ¿te disgusta decirles tus sentimientos más íntimos?
- A. sí B. algunas veces C. no
86. – Habitualmente – significa lo mismo que:
- A. Algunas veces
B. Siempre
C. Generalmente
87. ¿Haces con frecuencia grandes planes y te entusiasmas con ellos, pero después te das cuenta de que no pueden salir bien?
- A. sí B. algunas veces C. no
88. Si por casualidad, cuando estás haciendo algo, rompes o estropeas alguna cosa, ¿mantienes la calma a pesar de todo?
- A. Sí
B. Quizá
C. no, me pongo furioso
89. Si se te escapa algo fuera de lugar, cuando estás con otros, ¿te sientes incómodo durante mucho tiempo y te cuesta olvidarlo?
- A. sí B. quizás C. no
90. ¿Te gusta hacer cosas muy inesperadas y que sorprendan a los demás?
- A. sí B. quizás C. no
91. ¿Gastas en divertirte la mayor parte del dinero que te dan, en lugar de ahorrar para futuras necesidades?
- A. sí B. término medio C. no
92. Te calificarías como una persona
- A. inclinada a cambios de estado de ánimo
B. término medio
C. sin altibajos en el estado de ánimo
93. ¿Cómo prefieres pasar una tarde junto a un lago?
- A. viendo una peligrosa competición de motoras
B. no estoy seguro
C. paseando por su bella orilla con un amigo
94. En un grupo que quiere hacer algo, ¿qué te crea más problemas?
- A. decir: vamos a ello
B. no estoy seguro
C. decir: prefiero no participar.
- 95.- ¿Aprendes con rapidez nuevos juegos?
- A. sí B. término medio C. no
96. Como a la mayoría de la gente, ¿te asustan algo los truenos y relámpagos?
- A. sí B. quizás C. no
97. ¿Cómo preferirías emplear el tiempo libre entre las clases de mañana y de tarde?
- A. jugando una partida
B. no estoy segura
C. haciendo una tarea escolar atrasada
98. Cuando no juegas bien en un partido importante,
- A. Dices: “esto no es más que un juego”
B. no estás seguro
C. pierdes la calma y te enfadas contigo mismo
- 99.- Cuando vas a entrar en un grupo nuevo
- A. enseguida crees que conoces a todos
B. término medio
C. tardas mucho tiempo en llegar a conocerlos
100. La abuela de la hija de la hermana de mi hermano es mi
- A. madre B. cuñada C. sobrina
101. ¿Estás casi siempre contento?
- A. sí B. término medio C. no
102. ¿Alguna vez te has sentido descontento del colegio y has pensado: ¿Apuesto que podría hacerlo mejor que los profesores?
- A. sí B. quizás C. no

- 103.- ¿Sobre qué tema te gustaría más leer?
- Cómo ganar en el fútbol
 - No estoy seguro
 - Cómo ser amable con todos
104. Si tuvieras oportunidad de realizar una aventura original, pero también peligrosa,
- probablemente no la harías
 - no estás seguro
 - ciertamente la harías
105. ¿Se interponen otros en tus asuntos con frecuencia?
- sí
 - término medio
 - no
106. ¿Con qué frecuencia sales o participas en actividades con un grupo de amigos?
- muy a menudo
 - algunas veces
 - casí nunca
107. ¿Qué preferirías en una tarde espléndida?
- una carrera de coches
 - no estoy seguro
 - un concierto musical al aire libre
108. Cuando eras más pequeño, creías que la gente iba a ser
- más amable y atenta de lo que es
 - no estoy seguro
 - peor y más ruda de lo que es
109. ¿Te gustaría ser más despreocupado y alegre en lo referente a tu trabajo escolar?
- sí
 - quizás
 - no
110. ¿Piensas que normalmente en clase las decisiones en grupo son peores y tardan más que si las toma uno solo?
- sí
 - quizás
 - no
111. ¿Piensas que estás haciendo las cosas que más o menos deberías hacer en la vida?
- sí
 - no estoy seguro
 - no
112. Cuando pasas por una calle tranquila y oscura, ¿te viene con frecuencia la idea de que alguien te sigue?
- sí
 - quizás
 - no
113. ¿En dónde prefieres vivir?
- en un bosque denso, donde sólo se oye a los pájaros
 - no estoy seguro
 - en un cruce de calles, donde hay mucha gente y ocurren muchas cosas
114. ¿Qué palabra tiene menos relación con las demás: ¿principalmente, alegremente, sumamente, mayormente, altamente?
- Principalmente
 - Alegremente
 - sumamente
115. ¿Te sientes algunas veces alegre y otras deprimido, sin una causa justificada?
- sí
 - no estoy seguro
 - no
116. Cuando otros charlan y ríen mientras estás oyendo la radio o viendo la televisión
- te encuentras a gusto
 - término medio
 - te fastidia y molesta
117. ¿Qué preferirías ser?
- profesor
 - no estoy seguro
 - científico
118. Consideras que eres más bien una persona que
- piensa
 - término medio
 - actúa
119. Si tuvieras que trabajar en actividades de grupo en clase, ¿qué preferirías?
- ayudar llevando cosas a los demás
 - no estás seguro
 - enseñar a otros algo difícil de la tarea
120. ¿Te asustas tanto por lo que pueda suceder que no te decides a elegir entre varias posibilidades?
- frecuentemente
 - algunas veces
 - nunca
121. ¿Qué clase de películas te gustan más?
- las musicales
 - no estoy seguro
 - las de guerra
122. Cuando sales al campo, ¿qué preferirías?
- organizar una fiesta con tu clase

- B. no estoy seguro
C. conocer los distintos árboles del bosque
123. ¿Te resulta fácil ir y presentarte a una persona importante?
A. sí B. quizás C. no
124. ¿Qué clase de amigos prefieres?, a quienes les gusta
A. bromear con la gente
B. no estoy seguro
C. ser serios y formales
125. ¿Te sientes a veces tan confuso que no sabes lo que estás haciendo?
A. sí B. quizás C. no
126. Cuando alguien no está de acuerdo contigo
A. le dejas decir todo lo que tiene que decir
B. no estás seguro
C. sueles interrumpirle antes de que termine
127. Si fueras a trabajar en una compañía de ferrocarriles, ¿qué preferirías ser?
A. revisor de los billetes y hablar con los viajeros
B. no estoy seguro
C. conductor y dirigir la máquina del tren
128. ¿Cuál de las palabras tiene menos relación con las demás: ¿debajo, junto a, encima, detrás, entre?
A. debajo B. entre C. junto a
129. Si alguien te pide que hagas un trabajo nuevo y difícil
A. Te gusta y demuestras lo que eres capaz de hacer
B. Término medio
C. Piensas que lo enredarías y echarías a perder
130. Cuando levantas la mano en clase para responder a una pregunta y otros muchos también lo hacen, ¿te animas y excitas?
A. algunas veces
B. muy pocas veces
C. nunca
131. En tu cumpleaños o santo, ¿qué prefieres?
A. Que antes te pregunten el regalo que deseas
B. No estás seguro
C. Alegrarte al recibir un regalo que es una completa sorpresa
132. ¿Tienes mucho cuidado en no herir en sus sentimientos ni asustar a nadie?
A. sí B. quizás C. no
133. Antes de decir algo en clase, ¿te aseguras bien de que estás en lo cierto?
A. Siempre
B. Ordinariamente
C. generalmente no
134. Cuando las cosas son como para asustarse, ¿eres capaz de reír y no preocuparte?
A. sí B. quizás C. no
135. ¿Algunos libros y representaciones casi te hacen llorar?
A. sí, con frecuencia
B. algunas veces
C. no, nunca
136. En las discusiones de grupo sueles
A. tomar una postura diferente a las de los otros
B. no estás seguro
C. estar de acuerdo con el grupo
137. ¿Te excitas tanto que piensas que vas a estallar?
A. con frecuencia
B. algunas veces
C. raras veces
138. Si no fueras un ser humano, ¿qué preferirías ser?
A. un águila, en una montaña lejana
B. no estoy seguro
C. una foca, con otras muchas en una playa
139. ¿Ordinariamente eres una persona muy cuidadosa?

A. sí B. término medio C. no

140. ¿Algunas veces los pequeños problemas acababan poniéndote nervioso, aunque sabes que no son muy importantes?

A. sí B. quizás C. no

FIN DE LA PRUEBA

Repasa lo que has hecho para comprobar que has contestado a todas las preguntas

“ANEXO N° 3”

INVENTARIO DE RESPUESTAS DE AFRONTAMIENTO (CRI)

Inventario de Respuestas de Afrontamiento – CRIA

INSTRUCCIONES

Este cuestionario contiene preguntas que se refieren a aquellos problemas significativos que han tenido trascendencia en su vida. Por favor, piense en los problemas más importantes o las situaciones más estresantes que le hayan sucedido en los últimos doce meses (por ejemplo, problemas con un familiar o un amigo, la enfermedad o muerte de un pariente o amigo, un accidente o enfermedad, problemas económicos o de trabajo, etc.). Elija uno de ellos y descríballo brevemente en los espacios correspondientes. Si no ha tenido ningún problema relevante, escriba una lista con los problemas menos importantes que ha enfrentado en este último tiempo y luego elija uno de ellos para relatarlo.

DATOS PERSONALES

Nombre y Apellido.....

Edad.....Sexo.....

Estado Civil..... Nivel de Instrucción.....

Nacionalidad.....Ocupación.....

Lugar y Fecha.....

Describe el problema o situación:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Puntúe del 1 al 10 (1 = casi nada, 10 = muchísimo) a la intensidad de estrés que le ha generado

()

Puntúe del 1 al 10 (1 = casi nada, 10 = muchísimo) el grado en que creía controlar este problema. ()

Conteste, por favor, cada una de las preguntas que se refieren al problema o situación que describió anteriormente, haciendo una cruz en el casillero seleccionado.

Hacer una cruz en “SN” si su respuesta es **SEGURO QUE NO** (0)

Hacer una cruz en “GN” si su respuesta es **GENERALMENTE NO** (1)

Hacer una cruz en “GS” si su respuesta es **GENERALMENTE SI** (2)

Hacer una cruz en “SS” si su respuesta es **SEGURO QUE SI** (3)

	SN	GN	GS	SS
1. ¿Tuvo que enfrentar un problema como este antes?				
2. ¿Sabía que ese problema le iba a pasar?				
3. ¿Tuvo tiempo para prepararse para enfrentar este problema?				
4. ¿Cuándo sucedió este problema, ¿Pensó en él como una amenaza?				
5. Cuándo sucedió este problema, ¿Pensó en él como un desafío?				
6. Este problema, ¿Fue causado por algo que Ud. hizo?				
7. Este problema, ¿Fue causado por algo que alguien hizo además de Ud.?				
8. ¿Hubo algo positivo al enfrentar este problema?				

9. ¿Se resolvió este problema o situación?				
10. Si el problema está resuelto, ¿Se resolvió en forma favorable para Ud.?				
N: Si su respuesta es NO, NUNCA. U: Si su respuesta es UNA O DOS VECES. B: Si su respuesta es BASTANTE VECES. S: Si su respuesta es SÍ, CASI SIEMPRE				
	N	U	B	S
1.- ¿Pensó en diferentes maneras de resolver el problema?				
2.- ¿Se decía a sí misma algo para sentirse mejor?				
3.- ¿Hablo con su cónyuge u otro familiar acerca del problema?				
4.-¿Decidió una forma de resolver el problema y la aplicó?				
5.- ¿Intentó olvidarlo todo?				
6.- ¿Pensó que el tiempo lo resolvería y que la única cosa que tenía que hacer era esperar?				
7.- ¿Intentó ayudar a otros a resolver un problema similar?				
8.- ¿Descargó su enfado sobre otras personas cuando se sentía triste o enfadado?				
9.- ¿Intentó distanciarse del problema y ser más objetivo?				
10.- ¿Se recordó a sí mismo que las cosas podían ser mucho peores?				
11. ¿Habló con algún amigo de sobre el problema?				
12. ¿Se esforzó tratando de hacer algo para que las cosas funcionarán?				
13. ¿Trató de evitar pensar en el problema?				
14. ¿Se dio cuenta que no tenía control sobre los problemas?				
15. ¿Se dedicó a nuevas actividades como nuevos trabajos o distracciones?				

16. ¿Hizo algo arriesgado tratando de tener una nueva oportunidad?				
17. ¿Se imaginó, una vez y otra vez, qué decir o hacer?				
18. ¿Trató de ver el lado positivo de la situación?				
19. ¿Habló con algún profesional (médico, sacerdote, etc.)?				
20. ¿Decidió lo que quería hacer y trató firmemente de conseguirlo?				
21. ¿Se imaginó o soñó un tiempo o un lugar mejor del que usted vivía?				
22. ¿Pensó que el destino se ocuparía de todo?				
23. ¿Trató de hacer nuevos amigos?				
24. ¿Se mantuvo alejado de la gente en general?				
25. ¿Trató de prever o de anticiparse a cómo resultaría todo?				
26. ¿Pensó cuánto mejor estaba usted comparándose con otras personas con el mismo problema?				
27. ¿Busco la ayuda de personas o de grupos con los mismos problemas?				
28. ¿Trató de resolver los problemas, al menos en dos formas diferentes?				
29. ¿Evitó pensar en el problema, aun sabiendo que en algún momento debería pensar en él?				
30. ¿Aceptó los problemas, porque pensó que nada se podía hacer?				
31. ¿Leyó, miró televisión o realizo alguna otra actividad como forma de distracción?				
32. ¿Gritó como forma de desahogarse?				
33. ¿Trató de encontrarse alguna explicación o significado a esa situación?				
34. ¿Trató de decirse a sí mismo que las cosas mejorarían?				
35. ¿Trató de averiguar más sobre esa situación?				
36. ¿Trató de aprender cómo hacer más cosas por sí mismo?				
37. ¿Deseó que los problemas hubieran desaparecido o pasado?				
38. ¿Esperó que sucediera lo peor?				

39. ¿Le dedicó más tiempo actividades recreativas?				
40. ¿Lloró y descargó sus sentimientos?				
41. ¿Trató de prever o de anticiparse a los nuevos pedidos que le harían?				
42. ¿Pensó cómo podrían estos sucesos cambiar su vida en un sentido positivo?				
43. ¿Rezó pidiendo ayuda o fuerza?				
44. ¿Tomo las cosas de una por vez?				
45. ¿Trató de negar lo serio que eran en realidad, los problemas?				
46. ¿Perdió la esperanza de que alguna vez las cosas volvieran a ser como eran antes?				
47. ¿Volvió al trabajo o a otras actividades que lo ayudaran a enfrentar las cosas?				
48. ¿Hizo algo que pensó que no iba a funcionar, pero por lo menos intento hacer algo?				

HOJA DE RESPUESTA.

AL		RP		BG		SP		EC		AR		BR		DE	
1		2		3		4		5		6		7		8	
9		10		11		12		13		14		15		16	
17		18		19		20		21		22		23		24	

	25		26		27		28		29		30		31		32
	33		34		35		36		37		38		39		40
	41		42		43		44		45		46		47		48
PD															
Percentil															
Total															

AL.-Análisis lógico

RP.- Reevaluación

BG.- Búsqueda de guía y soporte

SP.- Solución de problemas

EC.- Evitación cognitiva

AR.- Aceptación o resignación

RR.- Búsqueda de recompensas alternativas

DE.- Descarga emocional

ANEXO N° 4					ANEXO N° 6							
MATRIZ DE DATOS												
Cuestionario de Depresión de Beck BDI-II					ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO CRLA							
N°	CEAs/Col	Estado civil	Rango de Depresión	Variables de Depresión	AL	RP	BG	SP	EC	AR	BR	DE
1	1	Casada	30	Severa	7	6	3	4	2	4	2	3

2	1	Concubina	18	Normal	3	2	5	3	1	1	1	3
3	1	Soltera	37	Severa	5	6	4	3	1	4	4	6
4	1	Casada	0	Normal	5	4	3	4	5	4	1	2
5	1	Soltera	30	Severa	6	6	6	6	4	1	6	4
6	1	Soltera	27	Moderada	6	6	4	6	4	4	4	5
7	1	Soltera	28	Moderada	7	5	6	6	3	4	4	5
8	1	Soltera	20	Moderada	5	4	5	4	1	4	1	1
9	1	Concubina	20	Moderada	7	4	4	6	3	4	1	3
10	1	Soltera	29	Moderada	4	4	4	4	1	4	2	1
11	1	Soltera	8	Normal	6	4	7	5	2	2	2	4
12	2	Concubina	7	Normal	5	3	3	1	2	4	2	3
13	2	Concubina	36	Severa	6	3	5	5	2	2	2	3
14	2	Soltera	31	Severa	7	6	1	5	2	2	6	4
15	2	Soltera	15	Ligera	4	3	5	5	2	2	1	2
16	2	Soltera	17	Ligera	4	4	4	4	3	4	3	4
17	2	Soltera	42	Severa	7	7	5	7	2	4	1	1
18	2	Concubina	28	Moderada	7	4	7	6	4	1	7	3
19	2	Soltera	6	Normal	7	7	7	7	4	5	5	6
20	3	Soltera	29	Moderada	7	4	7	6	4	1	7	3
21	3	Soltera	25	Moderada	7	4	4	6	3	4	1	3
22	3	Concubina	10	Ligera	3	2	5	3	1	1	1	3
23	3	Soltera	16	Ligera	5	6	4	3	1	4	4	6
24	3	Concubina	25	Moderada	5	4	3	4	5	4	1	2
25	3	Concubina	16	Ligera	5	3	3	1	2	4	2	3
26	3	Soltera	32	Severa	6	3	5	5	2	2	2	3
27	3	Soltera	34	Severa	7	6	1	5	2	2	6	4
28	3	Soltera	16	Ligera	5	3	4	4	2	1	1	2
29	3	Concubina	30	Severa	7	4	7	6	4	1	7	3
30	3	Concubina	24	Moderada	3	2	5	3	1	1	1	3
31	3	Casada	13	Ligera	7	4	4	6	3	4	1	3
32	3	Casada	30	Severa	4	4	4	4	1	4	2	1
33	3	Concubina	19	Moderada	7	7	5	7	2	4	1	1
34	3	Soltera	7	Normal	7	4	7	6	5	1	7	3
35	3	Soltera	24	Moderada	5	5	5	5	1	1	1	6
36	3	Soltera	21	Moderada	3	3	5	5	3	4	1	2
37	3	Concubina	13	Ligera	4	3	5	5	2	2	1	2
38	3	Soltera	17	Ligera	6	3	4	5	1	4	1	3
39	3	Soltera	30	Severa	6	3	5	4	5	1	4	1

40	3	Soltera	7	Normal	6	4	7	7	5	7	4	4
41	4	Soltera	34	Severa	4	4	4	4	3	4	3	4
42	4	Soltera	24	Moderada	4	2	4	3	1	4	2	3
43	4	Soltera	18	Ligera	4	3	5	4	4	4	1	3
44	4	Soltera	20	Moderada	3	3	5	5	3	4	1	2
45	4	Concubina	19	Moderada	4	7	3	1	2	2	2	2
46	4	Soltera	10	Ligera	6	3	4	5	1	4	1	3
47	4	Soltera	33	Severa	7	4	7	6	4	1	7	3
48	4	Soltera	31	Severa	7	7	7	7	4	5	5	6
49	4	Concubina	30	Severa	7	4	7	6	4	1	7	3
50	4	Soltera	34	Severa	4	3	5	2	1	2	2	1
51	4	Soltera	16	Ligera	2	4	4	5	2	4	2	1
52	4	Concubina	25	Moderada	4	2	7	4	1	1	1	1
53	4	Concubina	16	Ligera	5	3	4	4	2	1	1	2
54	4	Soltera	33	Severa	7	4	7	6	4	1	7	3
55	4	Soltera	26	Moderada	5	6	5	6	4	2	6	5
56	4	Soltera	7	Normal	3	3	5	5	3	4	1	2
57	4	Concubina	8	Normal	7	4	7	6	4	1	7	3
58	4	Soltera	34	Severa	4	7	3	1	2	2	2	2
59	4	Soltera	26	Moderada	6	3	4	5	1	4	1	3
60	5	Soltera	21	Moderada	5	3	7	1	1	1	1	1
61	5	Concubina	12	Ligera	5	4	3	4	1	4	3	2
62	5	Soltera	33	Severa	4	2	4	3	1	4	2	3
63	5	Soltera	26	Moderada	4	3	5	4	4	4	1	3
64	5	Soltera	10	Ligera	5	3	4	5	1	4	1	2
65	6	Soltera	13	Ligera	4	4	2	4	2	4	1	2
66	6	Concubina	8	Normal	4	1	4	4	2	4	2	2
67	6	Soltera	0	Normal	4	1	5	4	1	6	1	3
68	6	Concubina	11	Ligera	4	3	5	3	1	1	5	1
69	6	Soltera	13	Ligera	4	2	7	4	1	1	1	1
70	7	Soltera	21	Moderada	5	3	4	4	2	1	1	2
71	7	Concubina	7	Normal	5	5	5	5	1	1	1	6
72	7	Soltera	19	Moderada	4	3	5	2	1	2	2	1
73	7	Soltera	42	Severa	2	4	4	5	2	4	2	1
74	7	Soltera	11	Ligera	5	5	4	3	4	4	5	1
75	7	Soltera	44	Severa	5	6	5	6	1	2	3	4
76	8	Concubina	12	Ligera	4	3	2	4	3	2	1	2
77	8	Soltera	31	Severa	3	4	4	4	4	3	5	3

78	8	Soltera	19	Moderada	6	4	4	4	4	4	2	1
79	8	Soltera	37	Severa	5	6	5	6	4	2	6	5
Centro Educativo de Alternativa/ Colegio Nocturno.				AL.- Análisis Lógico. RP.- Reevaluación Positiva. BG.- Búsqueda de Guía y Soporte. SP.- Solución de Problema. EC.- Evitación Cognitiva. AR.- Aceptación o Resignación BR.- Búsqueda de Recompensas Alternativas. DE.- Descarga Emocional 1.-. Considerablemente por Encima del Promedio. 2.- Bastante por Encima del Promedio. 3.- Algo por Encima del Promedio. 4.- Promedio. 5.- Algo por Debajo del Promedio. 6.- Bastante por Debajo del Promedio. 7.- Considerablemente por Debajo del Promedio.								
1.-	C.E.A. Tarija											
2.-	C.E.A. San Jerónimo											
3.-	C.E.A. San Roque											
4.-	C.E.A. Belgrano											
5.-	Col. Noct. San Luis											
6.-	Col. Noct. Candy de Reyes											
7.-	Col. Noct. San Luis											
8.-	Col. Noct. José María Veláz											

69	6					1								5	5	6	6	5		6	6	6	5		8	8					9						
70	7		3	4			2			1	3	3	4		4	7	4	4		4	4																
71	7					2						3	4	5		7	7	4	6	5	6	5			8	9											
72	7					2	3			2			6	6	5			6	5	5			4	4			9							9			
73	7					3							4	6	5		4	6	5	6	4	4	6	5			8										
74	7					2						3	7	7	5	7	6		4	4		7	7	5										9			
75	7	3	3			2					3			6	7			7		5			5				10	8	8	8							
76	8						3						6	4	5		5	6	7		7	6		5	4			10						8			
77	8	2				3	2						4	6	7			6		5	6	7	4	4				9									
78	8					3							4	4	4		5		7	4		7		6	4			10						9	8		
79	8	3				3	3							5	6	5	7		7			7		6	6									9	8		

- 1.- C.E.A. Tarija
- 2.- C.E.A. San Jerónimo
- 3.- C.E.A. San Roque
- 4.- C.E.A. Belgrano
- 5.- Col. Noct. San Luis
- 6.- Col. Noct. Candy de Reyes
- 7.- Col. Noct. San Luis
- 8.- Col. Noct. José María Veláz

- A.- Reservado – Abierto
- C.- Afectado por los sentimientos – Estable
- D.- Calmoso – Excitable
- E.- Sumiso – Dominante
- F.- Sobrio – Entusiasta
- G.- Despreocupado – Consciente
- H.- Tímido – Emprendedor
- I.- Sensibilidad Dura – Blanda

- J.- Seguro – Dubitativo
 - Q1.- Sereno – Aprendiz
 - Q2.- Sociable – Autosuficiente
 - Q3.- Poco – Muy Integrado
 - Q4.- Relajado – Tenso
-
- BAJO:** 1, 2, 3
MEDIO: 4, 5, 6, 7
ALTO: 8, 9, 10

ANEXO N° 7

FOTOS DE MADRES ADOLESCENTES QUE ESTUDIAN EN CENTROS EDUCATIVOS DE ALTERNATIVA Y COLEGIOS NOCTURNOS DE LA CIUDAD DE CERCADO – TARIJA.









"JUAN MISAEL SARACHO"
FACULTAD DE HUMANIDADES
CARRERA DE PSICOLOGIA
Departamento de Psicología Clínica General y Educativa
Campus Universitario - Tel. 6643114 - Int. 106 - Casilla 51 - Tarija - Bolivia
Fax. 00591-4-66-43403, WEB: www.unju.edu.bo - E-mail: psicologia@unju.edu.bo

Tarija, 07 de marzo de 2018
UNIV. DPT. DE PSICOL. No. Of. 012/18

RECEPCION
DIRECCION DISTRAL DE EDUCACION DE CERCADO
Fecha 07-03-18
[Signature]

Señor
Lic. Adolfo Lizarazú Cabrera
DIRECTOR DISTRITAL "CERCADO"
Presente.

De mi mayor consideración:

La Carrera de Psicología de la Facultad de Humanidades de la UAJMS, tiene como parte de su currícula, aplicar pruebas **psicométricas**, cuestionarios y **baterías de test**, para recabar información sobre estadísticas, y así, llevar a cabo los trabajos de Investigación de los estudiantes en la materia de Actividad de profesionalización.

Por lo que, solicito, muy respetuosamente, de su digna autoridad, pueda expedir autorización, para el ingreso respectivo, de los estudiantes universitarios, a las distintas Unidades Educativas, a las que usted tan dignamente representa.



DIRECCIÓN, DISTRITAL DE EDUCACIÓN DE LA PROVINCIA CERCADO TARIJA-BOLIVIA

LA DIRECCIÓN DISTRITAL DE EDUCACIÓN DE LA PROV. CERCADO:

ACEPTA LA PRESENTE SOLICITUD, QUE SE DE CURSO PARA SU PROPÓSITO PREVIA COORDINACIÓN CON LA DIRECCIÓN DE LA UNIDAD EDUCATIVA Y LA JUNTA ESCOLAR DE PADRES DE FAMILIA.

A la Alumna de la carrera de Psicología Nila Avalos Duran con C.I N° 7247358

TARIJA, 09 MARZO DE 2018