

ANEXO 1

CUESTIONARIO DE INFORMACIÓN GENERAL

Nombre:

Edad:

Sexo:

Procedencia:

1. ¿Por qué eligió la docencia?

R.

2. ¿Qué materia/ as dicta?

R.

3. ¿Cuántas horas de trabajo realiza?

R.

4. ¿Cuántos años tiene de servicio en la institución?

R.

5. ¿Cómo es el trato que recibe de sus superiores?

Muy malo Malo Regular Bueno Muy bueno

6. ¿Cómo influye su salario en su satisfacción laboral?

Muy negativo Negativo Regular Positiva Muy positivamente

7. ¿Cuál es el nivel de satisfacción que tiene por su trabajo?

Muy malo Malo Regular Bueno Muy bueno

8. ¿Aspira a un cargo directivo?

SI

NO

QUIZÁS

9. ¿Si tuviera la oportunidad de elegir o desempeñar otra actividad cual sería?
Porque

R.

ANEXO 2

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 respuestas, escriba su nombre y los demás datos que se le piden.

Hay tres respuestas posibles para cada pregunta.

1. Tengo las instrucciones de la prueba bien gravadas 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 duda (c) no
3. Sería muy bueno que las 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 enfrentarme 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 fastidioso
6. Al inventar algo preferiría:
(a) perfeccionarlo en 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 y 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 de las otras:
(a) Amplio (b) zig- zag (c) regular
11. “pala” es a trabajo como “cuchillo” es a :
(a) afilado (b) cortar (c) pelar
12. “Casado” 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) $3/7$ (b) $3/9$ (c) $3/11$
16. “Tamaño” es a longitud como “deshonesto” es a:
 (a) Prisión (b) pecado (c) robo
17. “AB” es a “de” como “SR” es a :
 (a) qp (b) pq (c) tu
18. “Mejor es a peor” como “más lento” es a :
 (a) Ráido (b) optimo (c) más veloz
19. ¿Cuál es la que debe ir al final de esta lista? xooxxooxxx:
 (a) xox (b) ooxxxx (c) oxx
20. ¿Cuál de las siguientes 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) siguiente
24. Tengo un buen sentido de orientación, cuando estoy en un lugar extraño (descubro con facilidad el norte, el sur, etc.):
 (a) Si (b) en duda (c) no
25. Me gustaría ser
 (a) Un guarda bosques (b) quien sabe (c) 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 dormirme 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 o un cocinero (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
31. No sé porque algunas gentes me ignoran o me evitan.
 (a) Cierto (b) dudoso (c) falso
32. La gente me trata menos razonable de lo que merecen mis buenas intenciones.
 (a) a menudo (b) en ocasiones (c) nunca
33. Cuando la gente no es razonable...
 (a) Me quedo callado (b) a medias (c) Los desprecio
34. Si alguien habla en vos alta cuando estoy escuchando música...

- (a) Me concentro en la música y así no me molesta (b) a medias (c) me echa a perder mi gusto y me molesto
35. cuando llega la hora de algo que yo había planeado o anticipado, a veces siento gansa de no ir.
(a) Cierto (b) a medias (c) falso
36. Podría gustarme la vida de un veterinario ocupado en las enfermedades y cirugías de los animales.
(a) Si (b) quien sabe (c) no
37. Tengo sueños tan reales que turban mi dormir.
(a) a menudo (b) en ocasiones (c) casi nunca
38. Pienso que soy mejor cuando demuestro.
(a) Serenidad en los retos que se me hacen dentro del grupo
(b) quien sabe
(c) mi tolerancia para con los deseos de otra gente.
39. Evito criticar a la gente y a sus ideas.
(a) Si (b) a veces (c) no
40. Les hago observaciones sarcásticas a las personas porque creo que se lo merecen:
(a) Por lo general (b) a veces (c) no
41. Cuando digo a alguien deliberadamente una mentira tengo que bajar la vista porque me avergonzaría mirarle a los ojos:
(a) Cierto (b) en duda (c) falso
42. No estoy a gusto cuando trabajo en un proyecto que requiere acciones rápidas que afecten a los demás
(a) Cierto (b) en duda (c) falso
43. Poseo algunas características por las cuales me siento superior a la mayoría de la gente.
(a) si (b) en duda (c) no
44. si es útil para otros, a mi no me importaría aceptar un trabajo donde me ensucie, aunque algunas personas lo consideren inferior.
(a) Si (b) a medias (c) no
45. me molesta que se digan palabras groseras aun cuando no haya mujeres delante.
(a) Si (b) a medias (c) no
46. creo que lo que me describe mejor es.
(a) Educado y tranquilo (b) a medias (c) enérgico
47. en ocasiones les digo a personas conocidas, cosas que me parecen importantes aunque ellas no me pregunten
(a) si (b) en duda (c) no
48. aunque las posibilidades de algo tenga éxito estén completamente en contra sigo pensando aceptar el riesgo
(a) si (b) en duda (c) no
49. me agrada saber lo que el grupo tiene que hacer para que así yo sea el que mande
(a) si (b) en duda (c) no
50. me consideran una persona muy entusiasta.
(a) Si (b) a medias (c) no

51. me gusta un trabajo que tenga novedades, cambios, viajes aunque represente ciertos peligros
(a) si (b) en duda (c) no
52. prefiero la música clásica a las tonadas populares
(a) Cierto (b) en duda (c) falso
53. la mayoría de la gente que conozco me considera como un conversador agradable :
(a) Si (b) quien sabe (c) no
54. me gustaría asistir a espectáculos o ir a divertirme
(a) más de una vez por semana (más de lo normal) (b) una vez por semana (lo normal) (c) menos de una vez por semana (menos de lo normal)
55. Decididamente tengo menos amigos que la mayoría de la gente
(a) Si (b) quien sabe (c) no
56. me disgustaría estar en un sitio donde no hubiera mucha gente con quien conversar.
(a) Si (b) a medias (c) no
57. asisto a eventos sociales solo cuando tengo que hacerlo, pero el resto el tiempo me alejo de ellos.
(a) Si (b) en duda (c) no
58. ser precavido y esperar poco es mejor que ser optimista y esperar siempre el éxito.
(a) Cierto (b) en duda (c) falso
59. yo paso mucho tiempo libre hablando con amigos de los eventos sociales con los cuales nos divertimos en el pasado
(a) si (b) en duda (c) no
60. me agrada hacer cosas temerarias y atrevidas nada más por gusto
(a) si (b) en duda (c) no
61. hablando con personas que conozco prefiero
(a) Conversar sobre cosas impersonales (b) a medias (c) charlar a cerca de la gente y de sus sentimientos
62. Me llama más la atención pasar la tarde con un pasatiempo tranquilo, que en una fiesta animada.
(a) Cierto (b) quien sabe (c) falso
63. soy una persona bastante estricta que insiste siempre en hacer las cosas tan correctamente como sea posible.
(a) Cierto (b) en duda (c) falso
64. me gustan los trabajos que requieren habilidades exactas, concienzudos.
(a) Si (b) a medias (c) no
65. si mirara pelear a los niños de mi vecino:
(a) Los dejaría solucionar sus problemas (b) no se (c) razonaría con ellos
66. mucha gente común y corriente se sorprendería si conociera mis opiniones personales íntimas
(a) si (b) en duda (c) no
67. preferiría vestirme sencilla correctamente y no con un estilo personal y llamativo
(a) Cierto (b) dudoso (c) falso
68. la gente algunas veces me dice descuidado, sin embargo ellos piensan que soy una persona agradable
(a) si (b) en duda (c) no

69. cuando pienso en las dificultades de mi trabajo....
(a) trato de planearlas anticipadamente (b) a medias (c) supongo que podre manejarlas cuando se presenten
70. creo que podemos confiar en la policía, no maltratan a los inocentes
(a) si (b) en duda (c) no
71. cierro los ojos ante consejos bien intencionados de otras personas, aunque no debería hacerlo
(a) En ocasiones (b) casi nunca (c) nunca
72. al decidir cualquier cosa siempre hago hincapié en las reglas básicas de lo bueno y lo malo
(a) si (b) en duda (c) no
73. soy el tipo de gente con energía, de los que se mantienen ocupados
(a) si (b) en duda (c) no
74. estoy seguro de que no hubo preguntas que haya omitido o que las haya contestado impropriadamente
(a) si (b) en duda (c) no
75. en los eventos sociales:
(a) Me integro rápidamente (b) a medias (c) prefiero estar tranquilo a distancia
76. me siento un poco turbado si de repente me convierto en el foco de atención de un grupo de gente:
(a) Si (b) a medias (c) no
77. me da gusto reunirme con grupos grandes, por ejemplo en una fiesta, en una junta, etc.
(a) si (b) a medias) (c) no
78. tengo la tendencia a quedarme callado en presencia de personas superiores, (de mas edad, experiencia, jerarquía, o puesto)
(a) si (b) en duda (c) no
79. se me hace difícil hablar o recitar frente a un grupo grande
(a) si (b) en duda (c) no
80. mi timidez siempre se interpone cuando quiero enramblar conversación con un desconocido(a) del sexo opuesto que me atraiga
(a) Si (b) a medias (c) no
81. prefería un trabajo con:
(a) un sueldo fijo y seguro (b) en duda (c) un sueldo elevado que dependiera de mi capacidad para demostrar constantemente que lo merezco
82. tengo tantas amistades del sexo opuesto como del mío
(a) si (b) quien sabe (c) no
83. aun cuando se trate de un juego importante, me interesa más divertirme que ganarlo
(a) Siempre (b) por lo general (c) en ocasiones
84. me considero una persona muy sociable con la que es fácil llevarme bien
(a) Si (b) a medias (c) no
85. En el trato social:
(a) Demuestro mis emociones como quiero (b) a medias (c) me las guardo
86. me disgusta un poco que mi grupo me observe cuando estoy trabajando
(a) si (b) en duda (c) no

87. soy el tipo de personas con energía, de los que se mantienen ocupados
 (a) Si (b) a medias (c) no
88. Yo preferiría ser:
 (a) ingeniero constructor (b) quien sabe (c) profesor de ciencias sociales
89. y pasaría una tarde libre...
 (a) con un buen libro (b) en duda (c) trabajando con mis amigos en algún pasatiempo
90. En el colegio prefiero (o preferí)
 (a) La música (b) en duda (c) el trabajo manual y los talleres o artesanía
91. preferiría en una población que fuera:
 (a) indiferente pero llena de prosperidad y progreso (b) no se (c) artística pero relativamente pobre
92. Prefiero ser:
 (a) Una narración de batalla militar o política (b) quien sabe (c) una novela sentimental o imaginable
93. Prefiero ser:
 (a) orientador vocacional de muchachos que tratan de encontrar su carrera (b) en duda (c) gerente en el aspecto técnico de una fábrica.
94. me gustaría la música:
 (a) Aguda, ligera y viva (b) en duda (c) emotiva sentimental
95. en los chistes trato de hacer que mi risa sea más moderada que la de la mayoría de la gente
 (a) Cierto (b) en duda (c) falso
96. casi siempre mi cuarto está arreglado, con un lugar para cada cosa y cada cosa en su lugar
 (a) si (b) en duda (c) no
97. en el colegio me gusta (o gustaba) más:
 (a) Lengua o literatura (b) quien sabe (c) aritmética y matemáticas
98. por lo general puedo tolerar a la gente vanidosa, aun cuando fanfarroneen y se crean la gran cosa
 (a) Si (b) a medias (c) no
99. creo que la mayoría de la gente está un poco “chiflada” aunque no les guste admitirlo
 (a) Si (b) quien sabe (c) no
100. si cometo una falta de educación puedo olvidarla pronto:
 (a) Si (b) quien sabe (c) no
101. cuando leo algún artículo tendencioso o injusto en una revista, tiendo mas a olvidarlo que a sentir agrado en volver a leerlo
 (a) Cierto (b) en duda (c) no
102. cuando la gente mandona trata de empujarme a hacer algo, yo hago justamente lo opuesto a lo que ellos quieren
 (a) si (b) en duda (c) no
103. mucha gente mejoraría si reviese mas alabanzas y menos criticas
 (a) Cierto (b) dudoso (c) falso
104. si estoy completamente seguro de que una persona es injusta o se porta de un modo egoísta se lo diga aunque me traiga problemas

- (a) si (b) en duda (c) no
105. algunas personas critican mi sentido de responsabilidad
(a) si (b) en duda (c) no
106. admiro la belleza de un cuento de hadas que la de un revolver bien hecho
(a) si (b) en duda (c) no
107. a veces me causa problemas el que la gente hable mal de mi a mis espaldas, sin tener razón:
(a) si (b) en duda (c) no
108. yo preferiría que la persona con la que me casara fuera socialmente admirada más bien que dotada para el arte o la literatura
(a) Cierto (b) en duda (c) falso
109. a veces siento un desagrado irracional por alguna persona
(a) Pero es tan ligero que puedo ocultarlo fácilmente (b) a medias (c) es tan claro que tiendo a expresarlo
110. me agrada un amigo (de mi sexo) que:
(a) Piense seriamente sus actitudes frente la vida (b) a medias (c) sea eficiente y practico en sus intereses
111. “si la primera no resultó, prueba una y otra vez”. Este es un refrán completamente olvidado en el mundo
(a) Si (b) quien sabe (c) no
112. tiendo a olvidar muchas cosas triviales y sin importancia, como nombres de calles, tiendas, etc.
(a) Si (b) quien sabe (c) no
113. cuando discuto de arte, religión o política rara vez me acaloro hasta perder la cortesía y los buenos modales
(a) Cierto (b) en duda (c) falso
114. si alguien se enoja conmigo:
(a) Trataría de calmarlo (b) quien sabe (c) me irritaría
115. me gustaría ser reportero de teatro, ópera, concierto, etc.
(a) si (b) en duda (c) no
116. me perturban que me alaben o me digan cumplidos
(a) si (b) en duda (c) no
117. Oír diferente opiniones del bien y del mal...
(a) Siempre interesa (b) no se puede evitar (c) perjudica a la mayoría de la gente
118. Siempre me interesa los asuntos de mecánica, como por ejemplo los coches y los aviones.
(a) Si (b) a medias (c) no
119. Hablar con la gente común y corriente...
(a) A menudo es interesante e importante (b) a medias (c) me molesta por que dicen tonterías y cosas superficiales.
120. me gusta...

- (a) Tener un círculo de amigos íntimos aunque sean exigentes (b) en duda (c) sentirme libre de ataduras y cosas superficiales
121. en una situación que puede volverse peligrosa creo que no hay que hacer nada y gritar aunque vaya en contra de las buenas maneras:
(a) si (b) en duda (c) no
122. yo soy siempre sugestionable a las influencias a la propaganda con las cosas que leo
(a) A menudo (b) a veces (c) nunca
123. siento una necesidad de emprender actividades rudas de vez en cuando
(a) Si (b) quien sabe (c) no
124. Preferiría juntarme con gente bien educada a juntarme con individuos toscos y rebeldes:
(a) Si (b) a medias (c) no
125. se me considera fácilmente influenciable cuando recurren a mis sentimientos
a. (a) si (b) quien sabe (c) no
126. Yo tomo mi alimento con gusto, no siempre tan cuidadoso y apropiadamente como en algunas partes
(a) Cierto (b) en duda (c) falso
127. me gustaría que se formara un movimiento para:
(a) Que las gente, coma mas vegetales y así evitar el asesinato de tantos animales (b) no se (c) fabricar mejores venenos para matar a los animales que echan a perder las cosechas (ardillas, conejos, y algunos pájaros.)
128. me parece que es más importante para el mundo actual resolver:
(a) Las dificultades políticas (b) en duda (c) el problema moral
129. me gustaría enfrentarme a los problemas que otras personas han dejado enredados
(a) si (b) en duda (c) no
130. pienso que es más sensato mantener poderosas a las fuerzas armadas del país, que depender de la buena voluntad internacional
(a) Si (b) quien sabe (c) no
131. Me despierto por las noches y tengo dificultades para volverme a dormir porque estoy intranquilo
(a) A menudo (b) a veces (c) nunca
132. no me siento culpable si me regañan por algo que no hice.
(a) Cierto (b) en duda (c) falso
133. Respecto a intereses intelectuales mis padres están (o estuvieron):
(a) un poquito debajo del promedio (b) en el promedio (c) sobre el promedio
134. Cuando el jefe o el maestro me llama:
(a) Veo una oportunidad para hablar de cosas que me interesan (b) en duda (c) temo que algo haya salido mal
135. en las dificultades diarias por lo general no pierdo las esperanzas:
(a) si (b) en duda (c) no
136. A veces la gente me advierte que demuestro mi excitación con voces y ademanes demasiado evidentes
(a) si (b) en duda (c) no

137. Si mis conocidos me hacen ver que les caigo mal y me tratan mal
(a) Me importa poco (b) a medias (c) tiendo a ponerme triste
138. Los tipos diferentes que dicen “lo mejor de la vida es gratis”, por lo general no han trabajado para conseguir mucho:
(a) cierto (b) en duda (c) falso
139. En ocasiones tengo un vago sentimiento de peligro o un repentino temor sin que exista motivo suficiente
(a) si (b) en duda (c) no
140. De chico le tenía miedo a la oscuridad
(a) A menudo (b) a veces (c) nunca
141. me consideran acertadamente como una persona trabajadora y de poco éxito.
(a) si (b) en duda (c) no
142. Si la gente abusa de mi amistad no me resiento y lo olvido pronto
(a) Cierto (b) en duda (c) falso
143. la gente me considera una persona estable sin perturbaciones, incommovible ante las altas y bajas de la vida
(a) si (b) en duda (c) no
144. Me consideran una persona liberal, que busca nuevos caminos, más que una persona practica que sigue caminos conocidos
(a) cierto (b) dudoso (c) falso
145. Me fastidia que la gente piense que soy demasiado diferente o muy poco convencional:
(a) mucho (b) algo (c) nada
146. Mudando estoy triste siento una fuerte necesidad de recurrir a alguien
(a) si (b) en duda (c) no
147. me confundo en ocasiones de la posición de la derecha y de la izquierda cuando me veo en el espejo
(a) Cierto (b) dudoso (c) falso
148. como todo joven si me opinión es distinta a la de mis padres por lo general:
(a) Lo mantengo (b) a medias (c) acepto la autoridad de mis padres
149. dado que no siempre es posible que las cosas salgan por los métodos razonables y lógicos, a veces es necesario usar la fuerza
(a) Cierto (b) a medias (c) falso
150. en una tarde libre me gustaría:
(a) Ver una película de aventuras históricas (b) quien sabe (c) leer un cuento de ciencia ficción sobre el futuro de la ciencia
151. pienso que difundir el control de la natalidad es esencial para resolver los problemas de la paz y la economía mundial
(a) Si (b) quien sabe (c) no
152. pienso que la sociedad debería dejar que la razón la encamine hacia nuevas costumbre y hacer a un lado los viejos hábitos
(a) si (b) en duda (c) no
153. mis puntos de vista cambian de un modo incierto por que le tengo mas fe a mis sentimientos que a mi razonamiento lógico
(a) Cierto (b) hasta cierto punto (c) falso

154. si se trata de hacer algo preferiría trabajar....
 (a) En una organización (b) no se (c) por mi propia cuenta
155. de adolescente participe en los deportes escolares:
 (a) De vez en cuando (b) bastante (c) con frecuencia
156. prefería casarme con alguien capaz de :
 (a) Mantener a la familia interesada en sus propias actividades (b) en duda (c) hacer que la familia tome parte en la vida del vecindario
157. prefería gozar de la vida con calma a mi manera, más que ser admirado por mis éxitos
 (a) Cierto (b) quien sabe (c) falso
158. como soy (o fui) quinceañero (a) me intereso (o me interese) por el sexo opuesto
 (a) Mucho (b) lo mismo que los demás (c) menos que los demás
159. Me gusta tomar parte en asuntos sociales, comités.
 (a) si (b) en duda (c) no
160. Siento un necesidad de emprender actividades físicas rudas de vez en cuando.
 (a) si (b) en duda (c) no
161. siento una necesidad de emprender actividades físicas rudas de vez en cuando
 (a) Si (b) quien sabe (c) no
162. Me gusta hacer planes yo solo, sin que me nadie me interrumpa para aconsejarme.
 (a) si (b) en duda (c) no
163. Yo aprendo mejor:
 (a) Un libro buen escrito (b) a medias (c) interviniendo en un grupo de discusión.
164. Me sorprende a mi mismo contando cosas si ningún objeto en especial
 (a) a menudo (b) en ocasiones (c) nunca
165. Cuando estoy conversando, me gusta...
 (a) ingeniero constructor (b) quien sabe (c) profesor de ciencias sociales
166. prefería gozar de la vida con calma a mi manera, más que ser admirado por mis éxitos
 (a) Cierto (b) quien sabe (c) falso
167. puedo trabajar con cuidado en la mayor parte de las cosas sí que me perturbe el ruido que la gente hace a mi alrededor.
 (a) si (b) en duda (c) no
168. La idea de que las enfermedades provienen tanto de cosas mentales como físicas es muy exagerada.
 (a) Si (b) quien sabe (c) no
169. Me gusta hacer las cosas a mi modo en vez de obrar de acuerdo con las reglas aprobadas.
 (a) Cierto (b) en duda (c) falso
170. A veces dejo que mis acciones se den influenciadas por mis celos.
 a. (a) si (b) en duda (c) no
171. Estoy convencido de que el “patrón podrán tener la razón, pero tiene el derecho por ser el patrón”
 (a) si (b) en duda (c) no

172. Tengo ratos en los que me es fácil evitar un sentimiento de auto compasión.
(a) a menudo (b) en ocasiones (c) nunca
173. Me gusta esperar hasta estar seguro de lo que estoy diciendo es correcto, antes de presentar mis opiniones.
(a) Siempre (b) por lo general (c) solo si es conveniente.
174. Nunca siento la necesidad de hacer garabatos, ni estarme moviendo mientras estoy sentado con otras personas.
(a) Cierto (b) en duda (c) falso
175. A veces me entra un estado de tensión y confusión cuando pienso en los sucesos del día.
(a) Si (b) a medias (c) no.
176. A veces dudo que la gente con la que estoy hablando se interese verdaderamente en lo que estoy diciendo.
(a) Si (b) a medias (c) no
177. Se me hace que últimamente, una o dos veces, se han echado la culpa más de lo que realmente merecía
(a) Si (b) quien sabe (c) no
178. Soy capaz de expresar mis sentimientos bajo estricto control.
(a) Si (b) quien sabe (c) no
179. Si me pidieran que trabajara en una obra de caridad:
(a) Aceptaría (b) quien sabe (c) respondería
180. A veces me irritan demasiado pequeñas contrariedades.
(a) si (b) en duda (c) no
181. Muy rara vez suelto exclamaciones molestas que pueden herir los sentimientos de la gente.
(a) si (b) en duda (c) no
182. A menudo me miro demasiado rápido con la gente.
(a) si (b) en duda (c) no
183. Cuando algo me trastorna de verdad, por lo general me calmo muy rápido.
(a) Si (b) a medias (c) no
184. Cuando pienso que se viene un trabajo difícil, tiendo a sudar o a temblar.
(a) Por lo general (b) en ocasiones (c) nunca

ANEXO 3

INVENTARIO DE AUTOESTIMA

INSTRUCCIONES: A continuación encontrarás una lista de los diversos modos en lo que puedes sentirte y comportarte. Considerando cada planteamiento y marca en las listas de la derecha y al lado de cada proposición cuan frecuente crees que los expresados es cierto o no.

Todas las líneas deben marcarse de acuerdo a las siguientes alternativas:

Todas las preguntas deben ser respondidas de acuerdo a las siguientes alternativas:

“0” = Es Mentira.

“1” = Tiene algo de verdad.

“2” = Creo que es verdad.

“3” = Estoy convencido (a) de que es verdad.

- 1 Generalmente me siento inferior o menos que los otros.
- 2 Normalmente me siento a gusto y feliz respecto a mí mismo, como soy yo.
- 3 Con frecuencia me siento incomodo/a para encarar las situaciones nuevas.
- 4 Por lo general me siento feliz y alegre ante aquellas situaciones nuevas.
- 5 Habitualmente me reprocho por mis errores y olvidos.
- 6 Soy libre de culpa, remordimiento, mentiras y vergüenzas.
- 7 Tengo una fuerte necesidad por probar mi fuerza y dignidad a los demás.
- 8 Tengo alegría y agrado por la vida.
- 9 Yo sé lo que los otros piensan y dicen de mí.
- 10 Puedo dejar que los otros se equivoquen sin tener el deseo de corregirlos (Ej. Cuando mi compañero (a) se equivoca, tengo el deseo de corregirle).
- 11 Siento una fuerte necesidad de ser reconocido/a y aprobado/a.
- 12 Estoy generalmente libre de problemas, frustración, turbaciones emocionales,

(Ej.: No tengo problemas con mis compañeros de curso, maestros, familias, amigos/as, no tengo nada que me moleste en este momento).

- 13 Cuando algo no hago bien, me siento resentido/a y menos que el otro.
- 14 Casualmente inicio metas y me esfuerzo con confianza en cómo me irá. (Ej. Cuando inicias una tarea te esfuerzas en que te irá bien).
- 15 Soy propenso/a a corregir a otros y con frecuencia me gustaría castigarlos.
- 16 Normalmente tengo mis propios pensamientos y tomo mis propias decisiones.
- 17 Normalmente no estoy de acuerdo con otros a la hora de considerar su fama y suerte (Ej. Cuando felicitan a un/a compañero/a, ¿tú no estás de acuerdo con
- 18 ello?).
- 19 De buena gana tomo la responsabilidad de la gravedad de mis actos.
Exagero y miento a fin de mantener el aprecio de los demás y que no me
- 20 consideren mal.
- 21 Me siento libre de dar gusto a mis deseos y necesidades.
- 22 Tiendo a disminuir mis talentos, posiciones y logros.
- 23 Me siento libre y seguro/a de hablar sobre mis opiniones.
- 24 Habitualmente justifico, medito, niego mis errores y defectos.
Estoy generalmente sereno/a y bien en compañía de extraños (Ej. Cuando te
- 25 incorporas a un grupo donde están adolescentes de otros colegios, estas tranquilo/a).
- Generalmente ando criticando a otros (Ej. Hablas mal de tus compañeros, de tus
- 26 profesoras, u otras personas).
- 27 Me siento libre de expresar, amor, enojo, hostilidad, alegría, etc.
- 28 Fácilmente me afectan las opiniones de los otros, sus comentarios y actividades.
- 29 Raramente tengo envidia, celos y sospechas.
- 30 Mi profesión es alegrar a los demás.
Tienes prejuicios regionales, étnicos, religiosos, (Ej. Tienes problemas con
- 31 personas que no son de tu ciudad, que no son de la misma religión que tú. O que no sean del mismo color de tu piel que tú.
- 32 Soy miedoso/a de expresar como soy.

- 33 Soy por lo general amistoso/a, generoso/a, atento/a con los demás.
- 34 Con frecuencia echo la culpa a otros de mis problemas u errores.
Rara vez me siento incomodo/a, abandonado/a y aislado/a cuando me encuentro
- 35 solo/a.
- 36 Soy compulsivo/a, perfeccionista (Ej. ¿Te gusta que las cosas te salgan bien?).
- 37 Acepto cumplidos y regalos sin sentirme mal y obligado/a a hacer otro regalo.
- 38 Con frecuencia soy rápido/a para comer, fumar, tomar o hablar.
Aprecio de los otros sus logros (Ej. ¿Te sientes bien cuando otros ganan o
- 39 cuando hablan de sus ideales?).
Con frecuencia evito nuevos objetivos y metas. Por temor a perder o cometer
- 40 errores.
- 41 Me hago de amigos y amigas con facilidad.
- 42 Estoy con frecuencia preocupado/a por lo que hacen mis amigos y mi familia.
- 43 Rápidamente admito mis errores, defectos y olvidos.
- 44 Siento un fuerte deseo de defender mis actos, opiniones y creencias.
- 45 Acepto el desacuerdo y rechazo sin sentirme menos que los demás.
Tengo un intenso deseo de estar en camaradería, de estar apoyado y confirmado
- 46 por los demás.
- 47 Estoy deseoso/a de nuevas ideas e invitaciones.
- 48 Por lo general comparto mi fuerza con los demás.
Me siento libre de pensar, sentir y recibir cualquier sentimiento o pensamiento
- 49 que viene a mi mente.
Con frecuencia reniego contra mí mismo, contra mi propia autoridad y hago lo
- 50 que me parece y así me siento.
Acepto que soy dueño/a de mi mismo/a, de mi propia autoridad y así me siento bien.

ANEXO 4

CUESTIONARIO DE ROJAS PARA VALORAR LA ANSIEDAD

INSTRUCCIONES: Conteste a las siguientes preguntas en relación con los síntomas que haya notado durante los últimos tres meses. Marque con una X en la columna SI cuando haya notado ese síntoma y valore el grado de su intensidad de 1 a 4.

1= Intensidad ligera 2= Intensidad mediana 3= Intensidad alta

4=Intensidad muy alta

***Si no siente dichos síntomas, elija 0 para decir que NO.**

SINTOMAS FÍSICOS

		SI	NO	0	1	2	3	4
1	Tiene palpitaciones o taquicardias (le late a veces rápido el corazón)			0	1	2	3	4
2	Se ruboriza o se ponen pálido.			0	1	2	3	4
3	Le tiemblan las manos, pies, piernas o el cuerpo en general.			0	1	2	3	4
4	Suda mucho.			0	1	2	3	4
5	Se le seca la boca.			0	1	2	3	4
6	Tiene tics (guiños o contracturas musculares automáticas)			0	1	2	3	4
7	Nota falta de aire, dificultad para respirar, opresión en la zona del pecho.			0	1	2	3	4
8	Tiene gases.			0	1	2	3	4
9	Orina con mucha frecuencia o de forma imperiosa.			0	1	2	3	4
10	Tiene nauseas o vómitos.			0	1	2	3	4
11	Tiene diarreas, descomposiciones intestinales.			0	1	2	3	4
12	Nota como un nudo en el estómago o en la garganta le cuesta tragar.			0	1	2	3	4
13	Tiene vértigos, sensación de inestabilidad de que puede caerse, desmayo.			0	1	2	3	4
14	Les cuesta quedarse dormido por las noches.			0	1	2	3	4
15	Tiene pesadillas.			0	1	2	3	4
16	Tiene sueño durante el día y se queda dormido sin darse cuenta.			0	1	2	3	4
17	Pasa temporadas sin apetito, sin querer comer casi nada.			0	1	2	3	4
18	Tiene ratos en que come excesivamente o cosas extrañas, o incluso sin apetito.			0	1	2	3	4
19	Ha notado un menos interés por la sexualidad.			0	1	2	3	4
20	Ha notado mayor interés por la sexualidad.			0	1	2	3	4

SÌNTOMAS PSÌQUICOS

1	Se nota inquieto, nervioso, desazogado por dentro.	SI	NO	0 1 2 3 4
2	Se siente como amenazado, incluso sin saber por qué.			0 1 2 3 4
3	Tiene la sensación de estar luchando continuamente sin saber contra qué.			0 1 2 3 4
4	Tiene ganas de huir, de marcharse a otro lugar, de viajar a un sitio lejano.			0 1 2 3 4
5	Tiene fobias (temores exagerados a algún objeto o situación.)			0 1 2 3 4
6	Tiene miedos difusos; es decir, sin saber bien a qué.			0 1 2 3 4
7	A veces queda preso de terrores o tiene ataques de pánico.			0 1 2 3 4
8	Se nota muy inseguro de sí mismo.			0 1 2 3 4
9	A veces se siente inferior a los demás.			0 1 2 3 4
10	Nota cierta sensación de vacío interior.			0 1 2 3 4
11	Se nota distinto, como si estuviese perdiendo su propia identidad.			0 1 2 3 4
12	Esta triste, meditabundo, melancólico.			0 1 2 3 4
13	Teme perder el autocontrol y hacer daño a otras personas.			0 1 2 3 4
14	Teme no controlarse y llegar a suicidarse.			0 1 2 3 4
15	Está asustado pensando o lo de mucho miedo la muerte.			0 1 2 3 4
16	Está asustado pensando que se está volviendo o que se puede volver loco.			0 1 2 3 4
17	Tiene la sensación de que ocurrirá alguna desgracia, como un presentimiento.			0 1 2 3 4
18	Se nota muy cansado, sin interés ni ganas de hacer nada.			0 1 2 3 4
19	Le cuesta mucho tomar una decisión.			0 1 2 3 4
20	Es una persona recelosa o desconfiada.			0 1 2 3 4

SÌNTOMAS DE CONDUCTA

1	Está siempre alerta, como vigilando o en guardia.	SI	NO	0 1 2 3 4
2	Está irritable, excitable, responde exageradamente a los estímulos externos.			0 1 2 3 4
3	Rinde menos en sus actividades habituales.			0 1 2 3 4
4	Le resulta difícil o penoso realizar a sus actividades habituales.			0 1 2 3 4
5	Se mueve de un lado para otro, como agitado, sin motivo.			0 1 2 3 4
6	Cambia mucho de postura; por ejemplo, cuando está sentado.			0 1 2 3 4
7	Gesticula mucho.			0 1 2 3 4
8	Le ha cambiado la voz o ha notado altibajos en sus tonos.			0 1 2 3 4
9	Se nota más torpe en sus movimientos o más rígido.			0 1 2 3 4
10	Tiene más tensa la mandíbula.			0 1 2 3 4
11	Tartamudea o cecea.			0 1 2 3 4
12	Se muerde las uñas, se chupa el dedo o se los frota.			0 1 2 3 4
13	Juega mucho con los objetos, necesita tener algo entre las, manos (bolígrafos, etc.)			0 1 2 3 4

14	A veces se queda bloqueado sin saber que hacer o decir.			0 1 2 3 4
15	Le cuesta mucho o no esta dispuesto a realizar la actividad intensa.			0 1 2 3 4
16	Muchas veces tiene la frente fruncida.			0 1 2 3 4
17	Tiene los parpados contraídos o las cejas arqueadas hacia abajo.			0 1 2 3 4
18	Tiene la expresión de perplejidad, desagrado, displacer o preocupación.			0 1 2 3 4
19	Le dicen que esta inexpresivo, como con la cara “congelada”.			0 1 2 3 4
20	Le irritan mucho los ruidos intensos o inesperados.			0 1 2 3 4

SÌNTOMAS INTELECTUALES

1	Le inquieta el futuro, lo ve todo negro, difícil, de forma pesimista.	SI	NO	0 1 2 3 4
2	Piensa que tiene mala suerte y que siempre la tendrá.			0 1 2 3 4
3	Cree que no sirve para nada, que no saber hacer nada correctamente.			0 1 2 3 4
4	Los demás dicen que no es justo en sus juicios y apreciaciones.			0 1 2 3 4
5	Se concentra mal, con dificultad.			0 1 2 3 4
6	Nota como si le fallase la memoria, le cuesta recordar cosas recientes.			0 1 2 3 4
7	Le cuesta recordar cosas que cree saber, haber aprendido hace tiempo.			0 1 2 3 4
8	Esta muy despistado.			0 1 2 3 4
9	Tiene ideas o pensamientos de los que no se puede librar.			0 1 2 3 4
10	Le da muchas vueltas a las cosas.			0 1 2 3 4
11	Todo le afecta negativamente, cualquier detalle o noticia.			0 1 2 3 4
12	Utiliza términos extremos: <i>inútil, imposible, nunca, jamás, siempre, seguro, etc.</i>			0 1 2 3 4
13	Hace juicios de valor sobre los demás rígidos e intolerantes: inútil, odioso, etc.			0 1 2 3 4
14	Se acuerda más de lo negativo que lo positivo.			0 1 2 3 4
15	Le cuesta pensar, nota un cierto bloqueo intelectual.			0 1 2 3 4
16	Un pequeño detalle que sale mal, le sirve para decir que todo es caótico.			0 1 2 3 4
17	Piensa que su vida no ha merecido la pena, que no todo ha sido injusticia todavía.			0 1 2 3 4
18	Pensar en algo angustiosos le conduce a pensamientos mas angustiosos todavía.			0 1 2 3 4
19	Piensa en lo que haría en una situación difícil y cree que no podría superarlo.			0 1 2 3 4
20	Cree que su única solución es un cambio realmente profundo o que es inútil.			0 1 2 3 4

SÌNTOMAS ASERTIVOS

		SI	NO	0 1 2 3 4
1	A veces no sabe que decir ante ciertas personas.			0 1 2 3 4
2	Le cuesta mucho iniciar una conversación.			0 1 2 3 4
3	Le resulta difícil presentarse a sí mismo en una reunión social.			0 1 2 3 4
4	Le cuesta mucho decir “no” o mostrarse desacuerdo con algo.			0 1 2 3 4
5	Intenta agradar a todo el mundo y siempre sigue la corriente general.			0 1 2 3 4
6	Le resulta muy difícil hablar de temas generales o intrascendentes.			0 1 2 3 4
7	Se comporta con mucha rigidez, sin naturalidad, en las reuniones sociales.			0 1 2 3 4
8	Le resulta muy difícil hablar en público, formular y responder preguntas.			0 1 2 3 4
9	Prefiere claramente la soledad antes que estar con desconocidos.			0 1 2 3 4
10	Se nota muy pasivo o bloqueado en reuniones sociales.			0 1 2 3 4
11	Le cuesta expresar a los demás sus verdaderas opiniones y sentimientos.			0 1 2 3 4
12	Intenta dar en público una imagen de sí mismo distinta a la real.			0 1 2 3 4
13	Está muy pendiente de los demás puedan opinar de usted.			0 1 2 3 4
14	Se siente a menudo avergonzado ante los demás.			0 1 2 3 4
15	Prefiere pasar totalmente desapercibido en las reuniones sociales.			0 1 2 3 4
16	Le resulta complicado terminar una conversación difícil o comprometida.			0 1 2 3 4
17	Tiene o utiliza poco el sentido del humor ante situaciones de cierta tensión.			0 1 2 3 4
18	Está muy pendiente de lo que hace en presencia de personas de poca confianza.			0 1 2 3 4
19	Prefiere no discutir ni quejarse a pesar de estar seguro de llevar la razón.			0 1 2 3 4
20	Se avergüenza o incomoda por cosas que hacen los demás (vergüenza ajena).			0 1 2 3 4

ANEXO 5

INVENTARIO DE DEPRESIÓN DE BECK (DPI-I)

Instrucciones: En cada grupo elija la afirmación que describa mejor como se ha sentido en la última semana incluyendo hoy.

1	No me siento triste
	Me siento triste
	Me siento triste todo el tiempo
	Me siento tan triste o desdichado que no puedo soportarlo

2	No estoy particularmente desanimado con respecto al futuro
	Me siento desanimado con respecto al futuro
	Siento que no puedo esperar nada del futuro
	Siento que el futuro es irremediable y que las cosas no pueden mejorar

3	No me siento fracasado
	Siento que he fracasado más que la persona normal
	Cuando miro hacia el pasado, lo único que puedo ver en mi vida es un montón de fracasos
	Siento que como persona soy un fracaso

4	Sigo obteniendo tanto placer de las cosas como antes
	No disfruto de las cosas como solía hacerlo
	Ya nada me satisface realmente
	Todo me aburre o me desagrada

5	No siento ninguna culpa en particular
	Me siento culpable buena parte del tiempo
	Me siento bastante culpable la mayor parte del tiempo
	Me siento culpable todo el tiempo

6	No siento que esté siendo castigado
	Siento que puedo estar siendo castigado
	Espero ser castigado
	Siento que estoy siendo castigado

7	No me siento decepcionado en mí mismo
	Estoy decepcionado conmigo
	Estoy harto de mí mismo
	Me odio a mí mismo

8	No me siento peor que otros
	Me critico por mis debilidades y errores
	Me culpo todo el tiempo por mis faltas
	Me culpo por todas las cosas malas que suceden

9	No tengo ninguna idea de matarme
	Tengo ideas de matarme, pero no las llevo a cabo
	Me gustaría matarme
	Me mataría si tuviera la oportunidad

10	No lloro más de lo habitual
	Lloro más que antes
	Ahora lloro todo el tiempo
	Antes era capaz de llorar, pero ahora no puedo llorar nunca aunque quisiera

11	No me irrito más ahora que antes
	Me enojo o irrito fácilmente ahora que antes
	Me siento irritado todo el tiempo
	No me irrito para nada con las cosas que solían irritarme

12	No he perdido interés en otras personas
	Estoy menos interesado en otras personas de lo que solía estar
	He perdido la mayor parte de interés en los demás
	He perdido todo el interés en los demás

13	Tomo decisiones como antes
	Dejo de tomar decisiones más frecuentes que antes
	Tengo mayor dificultad que antes en tomar decisiones
	Ya no puedo tomar ninguna decisión

14	No creo que me vea peor que antes
	Me preocupa que este pareciendo avejentado (a) o in atractivo (a)
	Siento que hay cambios permanentes en mi apariencia que me hacen parecer in atractivo (a)
	Creo que me veo horrible

15	Puedo trabajar tan bien como antes
	Me cuesta mayor esfuerzo empezar a hacer algo
	Tengo que hacer un gran esfuerzo para hacer algo
	No puedo hacer ningún tipo de trabajo

16	Puedo dormir tan bien como antes
	No duermo tan bien como antes
	Me despierto 1 ó 2 horas más temprano de lo habitual y me cuesta volver a dormir
	Me despierto varias horas más temprano de lo habitual y no puedo volver a dormir

17	No me canso más de lo habitual
	Me canso más fácilmente de lo que solía cansarme
	Me canso al hacer cualquier cosa
	Estoy demasiado cansado para hacer cualquier cosa

18	Mi apetito no ha variado
	Mi apetito no es tan bueno como antes
	Mi apetito es mucho peor que antes
	Ya no tengo mucho apetito

19	Última mente no he perdido mucho peso, si es que perdí algo
	He perdido más de 2 kilos
	He perdido más de 4 kilos
	He perdido más de 6 kilos

20	No estoy preocupado por mi salud más de lo habitual
	Estoy más preocupado por problemas físicos, tales como malestares y dolores de estómago o constipación
	Estoy preocupado por problemas físicos y es difícil pensar en otra cosa
	Estoy tan preocupado por mis problemas físicos que no puedo pensar en nada más

21	No he notado cambio reciente de mi interés por el sexo
	Estoy interesado por el sexo de lo que solía estar
	Estoy mucho menos interesado por el sexo ahora
	He perdido por completo mi interés por el sexo