

# **ANEXOS**

## ANEXO N°1

### INVENTARIO DE PERSONALIDAD DE EYSENCK

**Edad:**

**Sexo:** ( ) Masculino ( ) Femenino

**Tiempo que lleva en la música en años:**

**CONSIGNA:** Aquí tiene algunas preguntas sobre el modo como Ud. se comporta, siente y actúa. Después de cada pregunta usted puede ver las palabras “SÍ” o “NO”. Trate de decidir si “SÍ” o “NO” representa su modo usual de actuar o sentir. Entonces, encierre en un círculo el SÍ, si la pregunta está de acuerdo con la manera en que generalmente actúa o siente. Encierre en un círculo en NO cuando la pregunta no diga la manera en que actúa o siente.

N°	Ítems		
1	¿Le gusta abundancia de excitación y bullicio a su alrededor?	Si	No
2	¿Tiene a menudo un sentimiento de intranquilidad, como si quisiera algo, pero sin saber qué?	Si	No
3	¿Tiene casi siempre una contestación lista, “a la mano”, cuando se le habla?	Si	No
4	¿Se siente algunas veces feliz, algunas veces triste, sin una razón real?	Si	No
5	¿Permanece usualmente retraído (a) en fiestas y reuniones?	Si	No
6	Cuando niño (a), ¿hacía siempre inmediatamente lo que le decían, sin refunfuñar?	Si	No
7	¿Se enfada a veces?	Si	No
8	Cuando lo meten en una pelea, ¿prefiere “sacar los trapos al aire” de una vez por todas, en vez de quedar callado (a) esperando que las cosas se calmen solas.	Si	No
9	¿Es Ud. triste, melancólico?	Si	No
10	¿Le gusta mezclarse con gente?	Si	No
11	¿Ha perdido a menudo el sueño por sus preocupaciones?	Si	No
12	¿Se pone a veces malhumorado?	Si	No

Nº	Ítems		
13	¿Se catalogaría a sí mismo (a) como despreocupado(a) o confiado(a) a su buena ventura?	Si	No
14	¿Se decide a menudo demasiado tarde?	Si	No
15	¿Se ha sentido a menudo apático y cansado(a) sin razón?	Si	No
16	¿Le gusta trabajar solo(a)?	Si	No
17	¿Es por el contrario animado(a) y jovial?	Si	No
18	¿Se ríe a veces de chistes groseros?	Si	No
19	¿Se siente a menudo hastiado(a)?	Si	No
20	¿Se siente incómodo con vestidos que no son del diario?	Si	No
21	¿Se distrae (vaga su mente) a menudo cuando trata de prestar atención a algo?	Si	No
22	¿Puede expresar en palabras fácilmente lo que piensa?	Si	No
23	¿Se abstrae (se pierde en sus pensamientos) a menudo?	Si	No
24	¿Está completamente libre de prejuicios de cualquier tipo?	Si	No
25	¿Le gustan las bromas?	Si	No
26	¿Piensa a menudo en su pasado?	Si	No
27	¿Le gusta mucho la buena comida?	Si	No
28	Cuando se fastidia ¿necesita de algún(a) amigo (a) para hablar sobre ello?	Si	No
29	¿Le molesta vender cosas o pedir dinero a la gente para alguna buena causa?	Si	No
30	¿Alardea (se jacta) un poco a veces?	Si	No
31	¿Es Ud. muy susceptible por algunas cosas?	Si	No
32	¿Le gusta más quedarse en casa que ir a una fiesta aburrida?	Si	No
33	¿Se pone a menudo tan inquieto(a) que no puede permanecer sentado(a) durante mucho rato en una silla?	Si	No
34	¿Le gusta planear las cosas cuidadosamente con mucha anticipación?	Si	No
35	¿Tiene a menudo mareo (vértigo)?	Si	No
36	¿Contesta siempre una carta personal, tan pronto como puede, después de haberla leído?	Si	No
37	¿Hace Ud. usualmente las cosas mejor resolviéndolas solo(a), que hablando a otra persona sobre ellas?	Si	No
38	¿Le falta frecuentemente aire, sin haber hecho un trabajo pesado?	Si	No
39	¿Es Ud. generalmente una persona tolerante, que no se molesta si las cosas no están perfectas?	Si	No
40	¿Sufre de los “nervios”?	Si	No
41	¿Le gustaría más planear cosas que hacer cosas?	Si	No
42	¿Deja algunas veces para mañana, lo que debería hacer hoy día?	Si	No

43	¿Se pone nervioso(a) en lugares tales como ascensores, trenes o túneles?	Si	No
44	Cuando hace nuevos amigos, ¿es Ud. usualmente quien inicia la relación o invita a que se produzca?	Si	No
45	¿Sufre fuertes dolores de cabeza?	Si	No
46	¿Siente generalmente que las cosas se arreglarán por sí solas y que terminarán bien de algún modo?	Si	No
47	¿Le cuesta trabajo coger el sueño al acostarse en la noche?	Si	No
48	¿Ha dicho alguna vez mentiras en su vida?	Si	No
Nº	Ítems		
49	¿Dice algunas veces lo primero que se le viene a la cabeza?	Si	No
50	¿Se preocupa durante un tiempo demasiado largo, después de una experiencia embarazosa?	Si	No
51	¿Se mantiene usualmente hermético(a) o encerrado(a) en sí mismo(a), excepto con amigos muy íntimos?	Si	No
52	¿Se crea a menudo problemas por hacer cosas sin pensar?	Si	No
53	¿Le gusta contar chistes y referir historias graciosas a sus amigos?	Si	No
54	¿Se le hace más fácil ganar que perder un juego?	Si	No
55	¿Se siente a menudo demasiado consciente de sí mismo(a) o poco natural cuando está con sus superiores?	Si	No
56	¿Cuándo todas las probabilidades están contra usted, piensa aun usualmente que vale la pena probar suerte?	Si	No
57	¿Siente “sensaciones raras” en el abdomen antes de algún hecho importante?	Si	No

## ANEXO N°2

### INVENTARIO DE DEPRESIÓN DE BECK (BDI-II)

**INSTRUCCIONES:** En este inventario aparecen varios grupos de afirmaciones, por favor lea y marque sola una opción. Recuerde que todo es anónimo, sea sincero:

1.

	No me siento triste
	Me siento triste gran parte del tiempo
	Estoy triste todo el tiempo
	Estoy tan triste o soy tan infeliz que no puedo soportarlo

2.

	No estoy desalentado respecto de mi futuro
	Me siento más desalentado respecto de mi futuro que lo que solía estarlo
	No espero que las cosas funcionen para mí
	Siento que no hay esperanza para mi futuro y que sólo puede empeorar

3.

	No me siento como un fracasado
	He fracasado más de lo que hubiera debido
	Cuando miro hacia atrás, veo muchos fracasos
	Siento que como persona soy un fracaso total

4.

	Obtengo tanto placer como siempre por las cosas de las que disfruto
	No disfruto tanto de las cosas como solía hacerlo
	Obtengo muy poco placer de las cosas que solía disfrutar
	No puedo obtener ningún placer de las cosas que solía disfrutar

5.

	No me siento particularmente culpable
	Me siento culpable respecto de varias cosas que he hecho o que debería haber hecho
	Me siento bastante culpable la mayor parte del tiempo
	Me siento culpable todo el tiempo

6.

	No siento que estoy siendo castigado
	Siento que tal vez pueda ser castigado
	Espero ser castigado
	Siento que estoy siendo castigado

7.

	Siento acerca de mí lo mismo que siempre
	He perdido la confianza en mí mismo
	Estoy decepcionado conmigo mismo
	No me gusto a mí mismo

8.

	No me critico ni me culpo más de lo habitual
	Estoy más crítico conmigo mismo de lo que solía estarlo
	Me critico a mí mismo por todos mis errores
	Me culpo a mí mismo por todo lo malo que sucede

9.

	No tengo ningún pensamiento de matarme
	He tenido pensamiento de matarme, pero no lo haría
	Quería matarme
	Me mataría si tuviera la oportunidad de hacerlo

10.

	No lloro más de lo que solía hacerlo
	Lloro más de lo que solía hacerlo
	Lloro por cualquier pequeñez
	Siento ganas de llorar, pero no puedo

11.

	No estoy más inquieto o tenso que lo habitual
	Me siento más inquieto o tenso que lo habitual
	Estoy tan inquieto o agitado que me es difícil quedarme quieto
	Estoy tan inquieto o agitado, que tengo que estar siempre en movimiento o haciendo algo

12.

	No he perdido el interés en otras actividades o personas
	Estoy menos interesado que antes en otras personas o cosas
	He perdido casi todo el interés en otras personas o cosas
	Me es difícil interesarme por algo

13.

	Tomo decisiones tan bien como siempre
	Me resulta más difícil que de costumbre tomar decisiones
	Encuentro mucha más dificultad que antes para tomar decisiones
	Tengo problemas para tomar cualquier decisión

14.

	No siento que yo no sea valioso
	No me considero a mí mismo tan valioso y útil como solía considerarme
	Me siento menos valioso cuando me comparo con otros
	Siento que no valgo nada

15.

	Tengo tanta energía como siempre
	Tengo menos energía que la que solía tener
	No tengo suficiente energía para hacer demasiado
	No tengo energía suficiente para hacer nada

16.

	No he experimentado ningún cambio en mis hábitos de sueño
	1ª Duermo un poco más de lo habitual
	1b Duermo un poco menos de lo habitual
	2ª Duermo mucho más de lo habitual
	2b Duermo mucho menos de lo habitual
	3ª Duermo la mayor parte del día
	3b Me despierto 1-2 horas más temprano y no puedo volver a dormirme

17.

	No soy más irritable que lo habitual
	Estoy más irritable que lo habitual
	Estoy mucho más irritable que lo habitual
	Estoy irritable todo el tiempo

18.

	No he experimentado ningún cambio en mi apetito
	1ª Mi apetito es un poco menor que lo habitual
	1b Mi apetito es un poco mayor que lo habitual
	2ª Mi apetito es mucho menor que antes
	2b Mi apetito es mucho mayor que lo habitual
	3ª No tengo apetito en lo absoluto
	3b Quiero comer todo el tiempo

19.

	Puedo concentrarme tan bien como siempre
	No me puedo concentrar tan bien como habitualmente
	Me es difícil mantener la mente en algo por mucho tiempo
	Encuentro que no puedo concentrarme en nada

20.

	No estoy más cansado o fatigado que lo habitual
	Me fatigo o me canso más fácilmente que lo habitual
	Estoy demasiado fatigado o cansado para hacer muchas cosas que solía hacer
	Estoy demasiado fatigado o cansado para hacer la mayoría de las cosas que solía hacer

**21.**

	No he notado ningún cambio reciente en mi interés por el sexo
	Estoy menos interesado en el sexo de lo que solía estarlo
	Ahora estoy mucho menos interesado en el sexo
	He perdido completamente el interés en el sexo

### ANEXO N°3

#### “CUESTIONARIO DE ANSIEDAD ESTADO-RASGO”

A continuación, encontrará unas frases que se utilizan corrientemente para describirse uno a sí mismo.

Lea cada frase y rodee con la puntuación (0 a 3) que indique mejor cómo se SIENTE USTED AHORA MISMO, en este momento. No hay respuestas buenas ni malas. No emplee demasiado tiempo en cada frase y conteste señalando las respuestas que mejor describa su situación presente.

A-E		Nada	Algo	Bastante	Mucho
1	Me siento calmado.	0	1	2	3
2	Me siento seguro.	0	1	2	3
3	Estoy tenso.	0	1	2	3
4	Estoy contrariado.	0	1	2	3
5	Me siento cómodo (estoy a gusto).	0	1	2	3
6	Me siento alterado.	0	1	2	3
7	Estoy preocupado por posibles desgracias futuras.	0	1	2	3
8	Me siento descansado.	0	1	2	3
9	Me siento angustiado.	0	1	2	3
10	Me siento confortable.	0	1	2	3
11	Tengo confianza en mí mismo.	0	1	2	3
12	Me siento nervioso.	0	1	2	3
13	Estoy desasosegado	0	1	2	3
14	Me siento muy “atado” (como oprimido).	0	1	2	3
15	Estoy relajado.	0	1	2	3
16	Me siento satisfecho.	0	1	2	3
17	Estoy preocupado.	0	1	2	3
18	Me siento aturdido y sobreexcitado.	0	1	2	3
19	Me siento alegre.	0	1	2	3
20	En este momento me siento bien.	0	1	2	3
<b>A-R</b>	A continuación, encontrará unas frases que se utilizan corrientemente para describirse uno a sí mismo. Lea cada frase y rodee con la puntuación (0 a 3) que indique mejor cómo se SIENTE USTED EN GENERAL en la mayoría de las ocasiones. No hay respuestas buenas ni malas. No emplee demasiado tiempo en cada frase y conteste señalando las respuestas que mejor describa cómo se siente usted en general.	<b>Nada</b>	<b>Algo</b>	<b>Bastante</b>	<b>Mucho</b>
21	Me siento bien.	0	1	2	3
22	Me canso rápidamente.	0	1	2	3

23	Siento ganas de llorar.	0	1	2	3
24	Me gustaría ser tan feliz como otros.	0	1	2	3
25	Pierdo oportunidades por no decirme pronto.	0	1	2	3
26	Me siento descansado.	0	1	2	3
27	Soy una persona tranquila serena y sosegada.	0	1	2	3
28	Veo que las dificultades se amontonan y no puedo con ellas.	0	1	2	3
29	Me preocupo demasiado por cosas sin importancia.	0	1	2	3
30	Soy feliz.	0	1	2	3
31	Suelo tomar las cosas demasiado seriamente.	0	1	2	3
32	Me falta confianza en mí mismo.	0	1	2	3
33	Me siento seguro.	0	1	2	3
34	Evito enfrentarme a las crisis o dificultades.	0	1	2	3
35	Me siento triste (melancólico).	0	1	2	3
36	Estoy satisfecho.	0	1	2	3
37	Me rondan y molesta pensamientos sin importancia.	0	1	2	3
38	Me afectan tanto los desengaños, que no puedo olvidarlo.	0	1	2	3
39	Soy una persona estable.	0	1	2	3
40	Cuando pienso sobre asuntos y preocupaciones actuales me pongo tenso y agitado.	0	1	2	3

## ANEXO N°4

### INVENTARIO DE AUTOESTIMA COOPERSMITH

MARQUE CON UNA **X** DEBAJO DE **SI** O **NO**, DE ACUERDO A LOS SIGUIENTES CRITERIOS:

CUANDO LA FRASE **SI** COINCIDE CON SU FORMA DE SER O PENSAR.  
SI LA FRASE **NO** COINCIDE CON SU FORMA DE SER O PENSAR

N°	AFIRMACIONES	(SI)	(NO)
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 muy 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, guapo (a) 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 presionado		
23	Frecuentemente me siento desalentado con lo que hago		
24	Frecuentemente desearía ser otra persona		
25	No soy digno de confianza		

# **MATRIZ DE DATOS**

### MATRIZ DE DATOS GENERAL

S	Edad	Sexo	Tiempo	Personalidad	PB	A.Estado	PB	A.Rasgo	PB	Autoestima	PB	Depresión
1	24	2	10	1	16	2	38	3	44	2	24	3
2	18	2	14	1	39	3	42	3	20	1	25	3
3	44	1	25	2	26	2	27	3	64	3	5	1
4	38	1	16	3	26	2	25	2	84	4	12	1
5	24	2	7	1	13	1	12	1	84	4	2	1
6	33	1	27	2	7	1	15	2	88	4	2	1
7	36	1	20	2	8	1	13	1	80	4	5	1
8	23	2	6	2	26	2	31	2	44	2	15	2
9	25	1	11	2	27	2	35	3	64	3	15	2
10	41	1	30	2	20	2	9	1	72	3	1	1
11	53	1	30	2	19	2	20	2	92	4	1	1
12	30	1	10	2	11	1	19	2	80	4	10	1
13	25	1	14	2	31	3	28	3	48	2	21	3
14	32	1	13	2	4	1	7	1	72	3	4	1
15	21	2	15	1	10	1	20	2	84	4	4	1
16	19	1	9	2	35	3	35	3	76	4	19	2
17	22	1	9	2	22	2	33	3	40	2	9	1
18	18	1	12	2	14	2	29	3	20	1	19	2
19	59	2	54	2	11	1	21	2	68	3	3	1
20	56	1	34	1	33	3	30	3	28	2	21	3
21	25	2	10	1	7	1	18	2	48	2	22	3
22	26	1	18	1	14	2	14	2	72	3	14	2
23	19	2	6	2	14	1	27	2	68	3	14	2
24	39	2	15	2	10	1	31	2	56	3	13	1
25	23	1	9	2	28	2	32	3	52	3	22	3
26	20	2	8	1	24	2	35	3	20	1	21	3
27	25	1	7	1	23	2	22	2	52	3	10	1

28	21	2	10	1	48	3	44	3	20	1	47	4
29	22	1	10	3	23	2	34	3	32	2	16	2
30	45	1	30	3	19	2	22	2	68	3	9	1
31	21	2	5	3	35	3	28	2	40	2	20	3
32	23	2	17	1	50	3	49	3	28	2	37	4
33	32	2	5	1	7	1	21	2	64	3	1	1
34	21	2	12	1	14	1	19	2	80	4	6	1
35	20	2	9	1	6	1	15	1	60	3	8	1
36	26	1	14	1	12	1	17	2	88	4	4	1
37	19	2	8	1	36	3	31	2	32	2	19	2
38	23	1	12	1	38	3	36	3	56	3	15	2
39	42	1	38	1	13	1	14	2	72	3	5	1
40	27	1	17	3	30	3	35	3	24	1	23	3
41	22	1	12	3	22	2	20	2	72	3	1	1
42	25	2	15	4	28	2	30	2	32	2	11	1
43	22	1	5	3	23	2	21	2	68	3	9	1
44	20	1	15	3	19	2	22	2	56	3	11	1
45	19	1	10	3	23	2	29	3	44	2	13	1
46	33	1	16	2	17	2	18	2	60	3	9	1
47	34	1	27	2	12	1	14	2	84	4	1	1
48	23	1	6	2	34	3	30	3	48	2	27	3
49	22	1	13	2	30	3	46	3	20	1	24	3
50	21	1	9	2	16	2	12	1	72	3	8	1
51	20	2	10	2	47	3	48	3	24	1	38	4
52	20	2	6	1	17	2	32	2	60	3	9	1
53	42	1	30	2	21	2	30	3	44	2	10	1
54	20	2	14	2	17	2	14	1	60	3	10	1
55	23	1	10	2	21	2	40	3	32	2	13	1
56	23	1	11	2	12	1	13	1	88	4	6	1
57	18	2	7	2	39	3	45	3	12	1	35	4

58	18	2	5	2	33	3	31	2	48	2	12	1
59	23	1	10	3	12	1	36	3	8	1	33	4
60	18	1	5	3	17	2	17	2	84	4	12	1
61	40	1	13	3	13	1	16	2	76	4	14	2
62	24	2	5	1	12	1	22	2	68	3	10	1
63	25	2	6	1	36	3	34	3	44	2	17	2
64	24	1	7	1	22	2	19	2	72	3	17	2
65	21	1	5	4	20	2	23	2	56	3	19	2
66	28	1	8	4	50	3	42	3	56	3	40	4
67	26	2	7	4	12	1	24	2	92	4	16	2
68	25	2	15	1	51	3	43	3	24	1	27	3
69	32	2	22	1	13	1	15	1	88	4	3	1
70	33	1	27	2	7	1	15	2	88	4	2	1

**REFERENCIAS:**

**Sexo:** 1 (masculino) 2 (femenino)

**Personalidad:** 1 (introvertido-inestable) 2 (extrovertido-inestable) 3 (extrovertido-estable) 4 (introvertido-estable)

**Ansiedad:** 1 (nivel bajo) 2 (nivel medio) 3 (nivel alto)

**Autoestima:** 1 (bajo) 2 (medio bajo) 3 (medio alto) 4 (alto)

**Depresión:** 1 (no depresión) 2 (depresión leve) 3 (depresión moderada) 4 (depresión grave)