



Nombre y Apellidos: _____

Edad: _____ Fecha: _____ Sexo: M F

- ☞ A continuación, leerás algunas afirmaciones sobre cómo *piensan, sienten o actúan* las personas.
- ☞ Lee con atención y cuidado cada una de ellas.
- ☞ En cada frase, señala con una equis -X- la casilla correspondiente a la columna que mejor represente tu forma de reaccionar en cada situación, de acuerdo con el siguiente código:.

CN = Nunca o casi nunca

AV = A veces, en alguna ocasión

AM = A menudo, con cierta frecuencia

CS = Siempre o casi siempre

- ☞ Por favor, CONTESTA A TODAS LAS FRASES.
- ☞ No emplees demasiado tiempo en pensar las respuestas.
- ☞ Ten en cuenta que no hay respuestas BUENAS ni MALAS.
- ☞ GRACIAS.



PARTE 1

	(3)	(2)	(1)	(0)
Cuando alguien dice algo con lo que no estoy de acuerdo, me pone nervioso/a tener que exponer mi propia opinión	<input type="checkbox"/> CN	<input type="checkbox"/> AV	<input type="checkbox"/> AM	<input type="checkbox"/> CS
Cuando estoy enfadado/a , me molesta que los demás se den cuenta	<input type="checkbox"/> CN	<input type="checkbox"/> AV	<input type="checkbox"/> AM	<input type="checkbox"/> CS
Cuando hago algo que creo que no gusta a otros, siento miedo o vergüenza de lo que puedan pensar de mí	<input type="checkbox"/> CN	<input type="checkbox"/> AV	<input type="checkbox"/> AM	<input type="checkbox"/> CS
Me disgusta que los demás me vean, cuando estoy nervioso/a	<input type="checkbox"/> CN	<input type="checkbox"/> AV	<input type="checkbox"/> AM	<input type="checkbox"/> CS
Cuando me equivoco , me cuesta reconocerlo ante los demás	<input type="checkbox"/> CN	<input type="checkbox"/> AV	<input type="checkbox"/> AM	<input type="checkbox"/> CS
Si se me olvida algo, me enfado conmigo mismo/a	<input type="checkbox"/> CN	<input type="checkbox"/> AV	<input type="checkbox"/> AM	<input type="checkbox"/> CS
Me enfado, si no consigo hacer las cosas perfectamente	<input type="checkbox"/> CN	<input type="checkbox"/> AV	<input type="checkbox"/> AM	<input type="checkbox"/> CS
Me siento mal cuando tengo que cambiar de opinión	<input type="checkbox"/> CN	<input type="checkbox"/> AV	<input type="checkbox"/> AM	<input type="checkbox"/> CS
Me pongo nervioso/a o tenso/a cuando quiero hacer un elogio a alguien	<input type="checkbox"/> CN	<input type="checkbox"/> AV	<input type="checkbox"/> AM	<input type="checkbox"/> CS
Cuando me preguntan algo que ignoro, procuro justificarme por no saberlo	<input type="checkbox"/> CN	<input type="checkbox"/> AV	<input type="checkbox"/> AM	<input type="checkbox"/> CS
Cuando estoy triste, me disgusta que los demás se den cuenta	<input type="checkbox"/> CN	<input type="checkbox"/> AV	<input type="checkbox"/> AM	<input type="checkbox"/> CS
Me siento mal conmigo mismo/a, si no entiendo algo que me están explicando	<input type="checkbox"/> CN	<input type="checkbox"/> AV	<input type="checkbox"/> AM	<input type="checkbox"/> CS
Me cuesta trabajo aceptar las críticas que me hacen, aunque comprenda que son justas	<input type="checkbox"/> CN	<input type="checkbox"/> AV	<input type="checkbox"/> AM	<input type="checkbox"/> CS
Cuando me critican sin razón , me enfada o me pongo nervioso/a tener que defenderme	<input type="checkbox"/> CN	<input type="checkbox"/> AV	<input type="checkbox"/> AM	<input type="checkbox"/> CS
Cuando creo haber cometido un error , busco excusas que me justifiquen	<input type="checkbox"/> CN	<input type="checkbox"/> AV	<input type="checkbox"/> AM	<input type="checkbox"/> CS
Cuando compruebo que no sé algo , me siento mal conmigo mismo/a	<input type="checkbox"/> CN	<input type="checkbox"/> AV	<input type="checkbox"/> AM	<input type="checkbox"/> CS
Me cuesta hacer preguntas personales	<input type="checkbox"/> CN	<input type="checkbox"/> AV	<input type="checkbox"/> AM	<input type="checkbox"/> CS
Me cuesta pedir favores	<input type="checkbox"/> CN	<input type="checkbox"/> AV	<input type="checkbox"/> AM	<input type="checkbox"/> CS
Me cuesta decir que NO , cuando me piden que haga algo que yo no quiero hacer	<input type="checkbox"/> CN	<input type="checkbox"/> AV	<input type="checkbox"/> AM	<input type="checkbox"/> CS
Cuando me hacen algún elogio , me pongo nervioso/a y no sé qué hacer o decir	<input type="checkbox"/> CN	<input type="checkbox"/> AV	<input type="checkbox"/> AM	<input type="checkbox"/> CS

P. Directa:

PARTE 2

	(3)	(2)	(1)	(0)
Me molesta que no me entiendan , cuando explico algo	<input type="checkbox"/> CN	<input type="checkbox"/> AV	<input type="checkbox"/> AM	<input type="checkbox"/> CS
Me irrita mucho que me lleven la contraria	<input type="checkbox"/> CN	<input type="checkbox"/> AV	<input type="checkbox"/> AM	<input type="checkbox"/> CS
Me molesta que los demás no comprendan mis razones o mis sentimientos	<input type="checkbox"/> CN	<input type="checkbox"/> AV	<input type="checkbox"/> AM	<input type="checkbox"/> CS
Me enfado, cuando veo que alguien cambia de opinión con el paso del tiempo	<input type="checkbox"/> CN	<input type="checkbox"/> AV	<input type="checkbox"/> AM	<input type="checkbox"/> CS
Me molesta que me pidan ciertas cosas , aunque lo hagan de buenas maneras	<input type="checkbox"/> CN	<input type="checkbox"/> AV	<input type="checkbox"/> AM	<input type="checkbox"/> CS
Me molesta que me hagan preguntas personales	<input type="checkbox"/> CN	<input type="checkbox"/> AV	<input type="checkbox"/> AM	<input type="checkbox"/> CS
Me desagrada comprobar que las personas no se esfuercen en hacer las cosas de la mejor manera posible	<input type="checkbox"/> CN	<input type="checkbox"/> AV	<input type="checkbox"/> AM	<input type="checkbox"/> CS
Me enfado, cuando compruebo la ignorancia de algunas personas	<input type="checkbox"/> CN	<input type="checkbox"/> AV	<input type="checkbox"/> AM	<input type="checkbox"/> CS
Me siento o me sentiría mal, si compruebo que una persona que aprecio toma una decisión que yo considero equivocada	<input type="checkbox"/> CN	<input type="checkbox"/> AV	<input type="checkbox"/> AM	<input type="checkbox"/> CS
Me enfado, si veo a alguien comportándose de un modo que no me gusta	<input type="checkbox"/> CN	<input type="checkbox"/> AV	<input type="checkbox"/> AM	<input type="checkbox"/> CS
Me disgusta que me critiquen	<input type="checkbox"/> CN	<input type="checkbox"/> AV	<input type="checkbox"/> AM	<input type="checkbox"/> CS
Siento malestar hacia la persona que me niega algo razonable, que le pido de buenas maneras	<input type="checkbox"/> CN	<input type="checkbox"/> AV	<input type="checkbox"/> AM	<input type="checkbox"/> CS
Me altera, ver a personas que no controlan sus sentimientos : lloran, gritan, se muestran excesivamente contentas,...	<input type="checkbox"/> CN	<input type="checkbox"/> AV	<input type="checkbox"/> AM	<input type="checkbox"/> CS
Me desagrada que no se dé a las cosas la importancia que tienen	<input type="checkbox"/> CN	<input type="checkbox"/> AV	<input type="checkbox"/> AM	<input type="checkbox"/> CS
Me molesta que alguien no acepte una crítica justa	<input type="checkbox"/> CN	<input type="checkbox"/> AV	<input type="checkbox"/> AM	<input type="checkbox"/> CS

P. Directa:



PERFIL DE RESULTADOS

Puntuaciones Directas: Auto-Asertividad Hetero-Asertividad

Percentiles: Auto-Asertividad Hetero-Asertividad

Porcentajes: Auto-Asertividad Hetero-Asertividad

AUTO	<input type="checkbox"/> Centil <input type="checkbox"/> Porcentaje	HETERO
<input type="radio"/>	95	<input type="radio"/>
<input type="radio"/>	90	<input type="radio"/>
<input type="radio"/>	85	<input type="radio"/>
<input type="radio"/>	80	<input type="radio"/>
<input type="radio"/>	75	<input type="radio"/>
<input type="radio"/>	70	<input type="radio"/>
<input type="radio"/>	65	<input type="radio"/>
<input type="radio"/>	60	<input type="radio"/>
<input type="radio"/>	55	<input type="radio"/>
<input type="radio"/>	50	<input type="radio"/>
<input type="radio"/>	45	<input type="radio"/>
<input type="radio"/>	40	<input type="radio"/>
<input type="radio"/>	35	<input type="radio"/>
<input type="radio"/>	30	<input type="radio"/>
<input type="radio"/>	25	<input type="radio"/>
<input type="radio"/>	20	<input type="radio"/>
<input type="radio"/>	15	<input type="radio"/>
<input type="radio"/>	10	<input type="radio"/>
<input type="radio"/>	5	<input type="radio"/>

Observaciones:

Conclusiones:

