

Cuestionario de Autoimagen

| | |
|---------------------------|---------------|
| Nombre y Apellidos: _____ | Edad: _____ |
| Curso: _____ | Centro: _____ |

Instrucciones:

- En las cuestiones que te proponemos a continuación vas a analizar con SINCERIDAD, cómo te ves a ti mismo o a ti misma.
- Responde pensando que no hay respuesta “buena” o “mala” y expresa siempre lo que de verdad sientes en cada situación.
- Marca con un aspa (X) la casilla correspondiente según te ocurra a ti CASI SIEMPRE, A VECES o CASI NUNCA lo que se indica en cada situación.
- Por favor, **contesta a TODOS los apartados con sinceridad.**

| SITUACIONES | Si, casi siempre | A veces | No, casi nunca |
|---|------------------|---------|----------------|
| 1. Tengo peor suerte que los/as demás | 3 | 2 | 1 |
| 2. Me gusta correr riesgos, aventuras | 3 | 2 | 1 |
| 3. Soy limpio/a | 1 | 2 | 3 |
| 4. Soy muy trabajador/a | 1 | 2 | 3 |
| 5. Me siento triste | 3 | 2 | 1 |
| 6. Soy sincero/a | 1 | 2 | 3 |
| 7. Me dejo llevar por la pereza | 3 | 2 | 1 |
| 8. Confío en resolver mis problemas | 1 | 2 | 3 |
| 9. Me gustaría cambiarme por otra persona | 3 | 2 | 1 |
| 10. Las cosas nuevas atraen mi curiosidad | 1 | 2 | 3 |
| 11. Hago las cosas lo mejor que sé | 1 | 2 | 3 |
| 12. Soy descuidado/a | 3 | 2 | 1 |
| 13. Hago las cosas peor que los/as demás | 3 | 2 | 1 |
| 14. Mi comportamiento es tímido | 3 | 2 | 1 |

| SITUACIONES | Si, casi siempre | A veces | No, casi nunca |
|---|------------------|---------|----------------|
| 15. Mis compañeros/as cuentan conmigo | 1 | 2 | 3 |
| 16. Me cuesta mucho hablar en público | 3 | 2 | 1 |
| 17. A los/as demás les agrada mi compañía | 1 | 2 | 3 |
| 18. Mis padres respetan mis sentimientos | 1 | 2 | 3 |
| 19. Cedo con mucha facilidad | 3 | 2 | 1 |
| 20. Gasto bromas a mis amigos y amigas | 1 | 2 | 3 |
| 21. Mis padres esperan demasiado de mi | 3 | 2 | 1 |
| 22. Creo que los/as demás se burlan de mi | 3 | 2 | 1 |
| 23. Si tengo que decir algo, lo digo | 1 | 2 | 3 |
| 24. Los/as demás me ven como alguien solitario/a, aislado/a | 3 | 2 | 1 |
| 25. Creo que si propongo algo, no aceptarán | 3 | 2 | 1 |

Suma total de las puntuaciones correspondientes a las casillas marcadas:

Criterios de corrección:

Se suman los puntos correspondientes a cada una de las respuestas que has marcado y consulta la siguiente tabla:

| | |
|-----------------------------|--------------------------------|
| Puntuación entre 25 y 29 | IMAGEN EXCELENTE DE SÍ MISMO/A |
| Puntuación entre 30 y 45 | BUENA IMAGEN DE SÍ MISMO/A |
| Puntuación entre 41 y 59 | IMAGEN ACEPTABLE DE SÍ MISMO/A |
| Puntuación por encima de 60 | MALA IMAGEN DE SÍ MISMO/A |

GRACIAS POR TU COLABORACIÓN