

## Apéndice G

### Lo que pienso y siento (CMAS-R) Hoja de respuestas

#### LO QUE PIENSO Y SIENTO (CMAS-R)

Cecil R. Reynolds, PhD y Bert O. Richmond, EdD



**Editorial El Manual Moderno**  
México, D.F. - Santafé de Bogotá

Nombre: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

Edad: \_\_\_\_ Sexo (encierra uno dentro de un círculo): Femenino (niña) Masculino (niño) Grado: \_\_\_\_

Escuela: \_\_\_\_\_ Nombre de la maestra (opcional): \_\_\_\_\_

#### INSTRUCCIONES

Aquí hay varias oraciones que dicen cómo piensan y sienten algunas personas acerca de ellas mismas. Lee con cuidado cada oración. Encierra en un círculo la palabra "Si" si piensas que así eres. Si piensas que no tiene ninguna relación contigo encierra en un círculo la palabra "No". Contesta todas las preguntas aunque en algunas sea difícil tomar una decisión. No marques "SI" y "No" en la misma pregunta.

No hay respuestas correctas ni incorrectas. Sólo tú puedes decirnos cómo piensas y sientes respecto a ti mismo. Recuerda, después de que leas cada oración, pregúntate "¿Así soy yo?" Si es así, encierra en un círculo "Si". Si no es así, marca "No".

	Puntuación natural	Percentil	Puntuación T o puntuación escalar
Total:	_____	_____	_____
t	_____	_____	_____
ll	_____	_____	_____
lll	_____	_____	_____
llll	_____	_____	_____

Copyright © 1985 por WESTERN PSYCHOLOGICAL SERVICES  
Traducido y reimpreso con autorización. © 1997 por EDITORIAL EL MANUAL MODERNO, S.A. DE C.V.  
Av. Sonora núm. 208, Cal. Hipódromo, 06100, México, D.F. Prohíbe su reproducción parcial o total.

Nota: Este material está impreso en ROJO Y NEGRO.  
No lo acepte si está en un solo color.

MP  
47-2



-REPRODUCCIÓN SIN FINES DE LUCRO-

## -REPRODUCCIÓN SIN FINES DE LUCRO-

1. Me cuesta trabajo tomar decisiones .....	Sí	No
2. Me pongo nervioso(a) cuando las cosas no me salen como quiero.....	Sí	No
3. Parece que las cosas son más fáciles para los demás que para mí .....	Sí	No
4. Todas las personas que conozco me caen bien .....	Sí	No
5. Muchas veces siento que me falta el aire .....	Sí	No
6. Casi todo el tiempo estoy preocupado(a) .....	Sí	No
7. Muchas cosas me dan miedo .....	Sí	No
8. Siempre soy amable .....	Sí	No
9. Me enojo con mucha facilidad .....	Sí	No
10. Me preocupa lo que mis papás me vayan a decir .....	Sí	No
11. Siento que a los demás no les gusta cómo hago las cosas .....	Sí	No
12. Siempre me porto bien .....	Sí	No
13. En las noches, me cuesta trabajo quedarme dormido(a) .....	Sí	No
14. Me preocupa lo que la gente piense de mí .....	Sí	No
15. Me siento solo(a) aunque esté acompañado(a) .....	Sí	No
16. Siempre soy bueno(a) .....	Sí	No
17. Muchas veces siento asco o náuseas .....	Sí	No
18. Soy muy sentimental .....	Sí	No
19. Me sudan las manos .....	Sí	No
20. Siempre soy agradable con todos .....	Sí	No
21. Me canso mucho .....	Sí	No
22. Me preocupa el futuro .....	Sí	No
23. Los demás son más felices que yo .....	Sí	No
24. Siempre digo la verdad .....	Sí	No
25. Tengo pesadillas.....	Sí	No
26. Me siento muy mal cuando se enojan conmigo.....	Sí	No
27. Siento que alguien me va a decir que hago las cosas mal.....	Sí	No
28. Nunca me enojo .....	Sí	No
29. Algunas veces me despierto asustado(a) .....	Sí	No
30. Me siento preocupado(a) cuando me voy a dormir .....	Sí	No
31. Me cuesta trabajo concentrarme en mis tareas escolares .....	Sí	No
32. Nunca digo cosas que no debo decir .....	Sí	No
33. Me muevo mucho en mi asiento .....	Sí	No
34. Soy muy nervioso(a) .....	Sí	No
35. Muchas personas están contra mí.....	Sí	No
36. Nunca digo mentiras .....	Sí	No
37. Muchas veces me preocupa que algo malo me pase .....	Sí	No