

APENDICE E

INVENTARIO DE AUTOESTIMA DE COOPERSMITH VERSION PARA ADULTOS

Instrucciones: Continuación se presentan unas frases, las cuales describen los sentimientos de las personas. Elige si son características tuyas marcando *SI* o *NO*, dependiendo de tu sentir en este momento. No hay respuestas buenas ni malas.

- | | |
|---|-------|
| 1.- Generalmente los problemas me afectan poco | SI NO |
| 2.- Me cuesta mucho trabajo hablar en público | SI NO |
| 3.- Si pudiera cambiaría muchas cosas de mi | SI NO |
| 4.- Puedo tomar una decisión fácilmente | SI NO |
| 5.- Soy una persona simpática | SI NO |
| 6.- En mi casa me enojo fácilmente | SI NO |
| 7.- Me cuesta trabajo acostumbrarme a algo nuevo | SI NO |
| 8.- Soy popular entre las personas de mi edad | SI NO |
| 9.- Mi familia generalmente toma en cuenta mis sentimientos | SI NO |
| 10.- Me doy por vencido(a) muy fácilmente | SI NO |
| 11.- Mi familia espera demasiado de mi | SI NO |
| 12.- Me cuesta mucho trabajo aceptarme como soy | SI NO |
| 13.- Mi vida es muy complicada | SI NO |
| 14.- Mis compañeros casi siempre aceptan mis ideas | SI NO |
| 15.- Tengo mala opinión de mi mismo(a) | SI NO |
| 16.- Muchas veces me gustaría irme de mi casa | SI NO |
| 17.- Con frecuencia me siento a disgusto en mi trabajo | SI NO |
| 18.- Soy menos guapo (o bonita) que la mayoría de la gente | SI NO |

- | | |
|--|-------|
| 19.- Si tengo algo que decir, generalmente lo digo | SI NO |
| 20.- Mi familia me comprende | SI NO |
| 21.- Los demás son mejor aceptados que yo | SI NO |
| 22.- Siento que mi familia me presiona | SI NO |
| 23.- Con frecuencia me desanimo en lo que hago | SI NO |
| 24.- Muchas veces me gustaría ser otra persona | SI NO |
| 25.- Se puede confiar muy poco en mi | SI NO |