

CUESTIONARIO DE AUTODESCRIPCIÓN Y AUTOVALORACIÓN (INVENTARIO DE SÍ MISMO).

Responda con sinceridad, sencillez y espontaneidad estas preguntas. Procure ser concreto y breve. Puede dejar en blanco las que considere oportuno. No tenga inconveniente en continuar al dorso de estos folios las preguntas que requieran más espacio. Lo importante es que se dé a conocer para que usted y nosotros le podamos ayudar.

a) Datos personales:

- 1- ¿Dónde nació?
- 2- ¿Ha vivido toda su vida ahí o hubo cambios de residencia?, ¿Cuáles?
- 3- ¿Cuántos hermanos son?, ¿Qué número ocupa entre ellos?
- 4- ¿Qué estudió?
- 5- Profesión:
- 6- Ocupación actual:
- 7- ¿Qué aficiones tiene?

b) Aspecto físico:

- 1- Haga referencia a su altura, peso, aspecto facial, cualidad de la piel, pelo, tipo de indumentaria y también ponga características de su cuello, pecho, cintura, piernas, etc...
- 2- ¿Cómo se ve, y se siente?
- 3- ¿Hay algo de su aspecto físico que desearía cambiar: color de ojos, nariz, estatura, peso, figura, piernas,...?

c) Relación con los demás:

- 1- Dotes y debilidades en las relaciones íntimas y en las relaciones con amigos, familia y colaboradores, así como la forma de relacionarse con extraños en los distintos marcos sociales.
- 2- ¿Tiene tendencia a autoculparse?
- 3- Modo de reaccionar ante las contrariedades.
- 4- ¿Prefiere estar solo o con un grupo de amigos /as?
- 5- ¿Cree que es especial y que sólo puede relacionarse con personas selectas, peculiares o muy parecidas a usted?
- 6- ¿Tiene amigos íntimos?

7- ¿Es severo o inflexible o más bien abierto y tolerante?

8- ¿Le convencen fácilmente o es más bien firme en sus convicciones?

9- Ante una noticia dolorosa o negativa ¿sabe sobreponerse?

10-¿Renuncia a veces a hacer cosas por la vergüenza de qué dirán?

11-¿Se siente muy dolido ante los agravios que le hacen?

12-¿Saca provecho de los demás para alcanzar sus propias metas?, ¿Trata de aprovecharse de los demás?

13-Actitud ante las personas del otro sexo.

14-¿Cómo se percibe y siente a sí mismo como persona en el ámbito sexual?

d) Personalidad:

1- Rasgos de su personalidad positivos y negativos.

2- ¿Se aprecia a sí mismo?

e) Cómo le ven los demás:

1- Dotes y debilidades que, a su parecer, perciben en Vd. familia y amigos.

f) Rendimiento en el trabajo o en los estudios:

1- ¿Cómo afronta lo que hace habitualmente?

2- ¿Cómo vive la responsabilidad?

g) Ejecución de las tareas cotidianas:

1- Haga referencia a la atención que presta a la higiene, salud, mantenimiento de su entorno vital, alimentación, cuidado de su familia o cualquier otra necesidad personal o familiar que le afecta.

h) Funcionamiento mental:

1- ¿Cómo razona y resuelve problemas?

2- Capacidad de aprender y crear.

3- Cultura y formación particular.

4- Intuición e imaginación.