

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:

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.

CENTRO MÉDICO PSICOSOMÁTICO

DR. MANUEL ÁLVAREZ ROMERO

ASUNCIÓN, 59, 1º- DCHA-41011- SEVILLA

TLF : 954270780

MALVAREZ@PSICOSOMATICA.NET

WWW.PSICOSOMATICA.NET