

# ¿CÓMO ME SIENTO?

## Cuestionario para el alumnado

Completa este cuestionario según te sientas en las últimas semanas.

Nombre del alumno o alumna	Edad	Curso

		Muchas veces	Algunas veces	Nunca o muy pocas veces
1	Me cuesta mucho separarme de mi madre o de mi padre			
2	Me preocupa o me agobia sin saber por qué			
3	Creo que hago mal la mayoría de las cosas			
4	Me cuesta divertirme			
5	Me cuesta trabajo dormir por la noche porque le doy vueltas a las cosas			
6	Me duele la cabeza o la tripa			
7	No me gusta ir al colegio			
8	Me suelo enfadar en casa			
9	Siento que decepciono a mis padres			
10	Me cuesta hacer amigos			
11	Estoy triste			
12	Hay niños o niñas del colegio se meten conmigo o me hacen la vida imposible			
13	Tengo mal comportamiento en casa			
14	Tengo problemas en la relación con mis hermanos			
15	Tengo problemas en la relación con mis padres			
16	Lloro con facilidad			
17	Tengo problemas con algunos familiares: primos, tíos...			
18	En mi casa hay problemas que me preocupan			
19	Me pongo nervioso o nerviosa en los exámenes			
20	Tengo problemas con algunos compañeros del colegio			

		Muchas veces	Algunas veces	Nunca o muy pocas veces
21	Me preocupa porque me pueda poner enfermo o por alguna enfermedad mía			
22	Me preocupa que a mis padres les pueda pasar algo			
23	Pienso que puedo ser torpe o tonto			
24	Me cuestan los estudios			
25	No me gusta mi cuerpo			
26	He perdido la ilusión			
27	Pienso que mi vida es más triste que la de los demás niños			
28	Pienso que mis padres no son felices			
29	Pienso que para mis padres no soy realmente importante			
30	Pienso que mis padres no son felices por mi culpa			
31	Me siento culpable de cosas que han ocurrido			
32	Pienso en hacerme daño			
33	Pienso en la muerte			
34	Tengo otros problemas importantes que no aparecen en esta hoja			
35	No soy feliz			

**Si lo deseas, puedes añadir alguna información que quieras que se tenga en cuenta**

*Muchas gracias por la información aportada.*