

¿CÓMO ME SIENTO?

Cuestionario para el alumnado Secundaria

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 preocupo o me agobio sin saber por qué			
2	Creo que hago mal la mayoría de las cosas			
3	Me cuesta divertirme			
4	Me cuesta trabajo dormir por la noche porque le doy vueltas a las cosas			
5	Me duele la cabeza o la tripa			
6	No me gusta ir al instituto o al colegio			
7	Me suelo enfadar en casa			
8	Siento que decepciono a mis padres			
9	Me cuesta hacer amigos o amigas			
10	Estoy triste			
11	Hay chicos o chicas del instituto o del colegio se meten conmigo o me hacen la vida imposible			
12	Tengo mal comportamiento en casa			
13	Tengo problemas en la relación con mis hermanos			
14	Tengo problemas en la relación con mis padres			
15	Lloro con facilidad			
16	Tengo problemas con algunos familiares: primos, tíos...			
17	En mi casa hay problemas que me preocupan			
18	Me pongo nervioso o nerviosa en los exámenes			
19	Tengo problemas con algunos compañeros del colegio o instituto			
20	Me preocupo porque me pueda poner enfermo o por alguna enfermedad mía			

		Muchas veces	Algunas veces	Nunca o muy pocas veces
21	Me preocupa que a mis padres les pueda pasar algo			
22	Pienso que puedo ser torpe o tonto			
23	Me cuestan los estudios			
24	No me gusta mi cuerpo			
25	Temo decepcionar a mi familia			
26	He perdido la ilusión			
27	Pienso que mi vida es más triste que la de los demás chicos o chicas			
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.