

## ¿Cuáles son tus problemas?

Señala en la lista que viene a continuación los que tú creas que en este momento son tus verdaderos problemas. Subraya todas las situaciones que te supongan un problema, sea en mayor o menor medida:

1. No creo que tenga cualidades importantes.
2. Me llevo muy mal con mis hermanos/as.
3. Me preocupa mucho el dinero.
4. Me angustia el problema religioso.
5. No me aclaro con lo que seré profesionalmente.
6. No me gusta mi forma de ser.
7. Me preocupa estar enfermo/a.
8. Me da miedo hacer el ridículo.
9. Mi familia no me ayuda.
10. Me cuesta relacionarme con otros.
11. Veo muy oscuro mi futuro, lo que voy a ser.
12. Me obligan a estudiar lo que no me gusta.
13. Soy muy pasota, todo me da igual.
15. Me preocupa ser físicamente poco atractivo/a.
16. Temo ser una persona del montón.
17. Me da miedo llegar a casa.
18. Soy extremadamente tímido/a.
19. Me preocupa mucho lo que pasa en el mundo.
20. En casa no me dejan vestir como quiero.
21. En casa no me permiten expresar mis opiniones.
22. Nunca llegaré a ser algo que merezca la pena.
23. Caigo enfermo con facilidad.
24. Me cuestan mucho los estudios.
25. No creo que llegue a ser un buen padre/madre.
26. Me da mucho corte tratar con personas de otro sexo.
27. Soy un incomprendido/a.
28. Temo contraer una enfermedad incurable.
29. Mi padre o mi madre no me comprenden.
30. No consigo tener buenos amigos/as.
31. Me temo que moriré joven.
32. Temo no poder enfrentarme con éxito a la vida.
33. Me avergüenzo de mis padres.
34. Me gusta un chico/a pero no me atrevo a decírselo.
35. No creo que sea simpático/a.
36. Me siento solo/a.
37. Estoy pensando en escaparme de casa.
38. Me inquieta la situación económica de mi familia.
39. Mis profesores no me valoran lo suficiente.
40. Todo me sale mal.
41. No consigo dominar mis vicios.
42. Me preocupa ser excesivamente gordo/a.
43. No tendré valor para tomar decisiones importantes.
44. Cuando estoy en grupo me siento rechazado.
45. Temo que la droga o el alcohol lleguen a dominarme.
46. Me siento terriblemente perezoso/a.
47. Nadie quiere colaborar conmigo.
48. Me ronda mucho la idea de suicidarme.
49. Me cuesta mucho manifestarme en público.
50. Soy demasiado violento/a.
51. Siempre pienso en cosas referentes al sexo.
52. Creo que soy muy raro/a.



