

Escala de Pensamientos Negativos Persistentes e Intrusivos

Por favor califique la frecuencia con la que cada una de estas cosas le sucede cuando tiene un problema:

	nunca				casi siempre
1) Me quedo despierto en la cama durante la noche pensando en cosas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2) Cuando tengo un problema, no lo puedo sacar de mi cabeza	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3) Cuando algo me molesta, pienso en ello una y otra vez	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4) Me quedo atrapado pensando en cosas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5) Cuando algo difícil está por venir, pienso en ello todo el tiempo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>