

CUESIONARIO DE CREENCIAS (PBQ)

Nombre: _____ Fecha: _____

Por favor, lea a continuación las declaraciones y la escala de CUÁNTO CREE CADA UNA. Trate de juzgar cómo se siente acerca de su declaración la mayor parte del tiempo.

4	3	2	1	0
Creo totalmente	Creo mucho	Creo moderadamente	Creo poco	no lo creo

1. Soy socialmente inepto e indeseable en el trabajo y/o en situaciones sociales.	4	3	2	1	0
2. Debo evitar situaciones desagradables a toda costa.	4	3	2	1	0
3. Debo evitar las situaciones en las que llamo la atención, o ser tan discreto como me sea posible.	4	3	2	1	0
4. Es mejor no hacer nada que intentar algo que podría fallar.	4	3	2	1	0
5. Si ignoro un problema, este desaparece.	4	3	2	1	0
6. Necesito a alguien disponible en todo momento para que me ayude a llevar a cabo lo que tengo que hacer o en caso de que algo malo suceda.	4	3	2	1	0
7. Lo peor que me puede pasar es ser abandonado.	4	3	2	1	0
8. Si no soy amado, siempre seré infeliz.	4	3	2	1	0
9. Debo ser sumiso para tener a la gente de buenas conmigo.	4	3	2	1	0
10. Necesito que otros me ayuden a tomar decisiones o que me digan que hacer.	4	3	2	1	0
11. Tengo que depender de mí mismo para ver que las cosas se hagan bien.	4	3	2	1	0
12. Es importante hacer un trabajo perfecto en todo.	4	3	2	1	0
13. Tengo que estar en completo control de mis emociones.	4	3	2	1	0
14. Fallas, defectos o errores son intolerables.	4	3	2	1	0
15. Mi forma de hacer las cosas, es generalmente la mejor manera.	4	3	2	1	0
16. Está bien mentir y engañar mientras no me descubran.	4	3	2	1	0
17. Otras personas son débiles y se merecen que se aprovechen de ellos.	4	3	2	1	0
18. Debo hacer todo lo que quiera mientras no me atrapen.	4	3	2	1	0
19. Como puedo salirme con la mía, no tengo que preocuparme por las consecuencias.	4	3	2	1	0
20. Si la gente no puede cuidarse a sí misma, es su problema.	4	3	2	1	0
21. Dado que soy tan superior tengo derecho a un trato especial y privilegios.	4	3	2	1	0