

Título Cuestionario Ansiedad Positiva y Negativa

Tipo de Producto Instrumento Metodológico

Autores Bogiaizian, Daniel

Código del Proyecto y Título del Proyecto

A15S05 - Recorrido Laboral y Ansiedad

Responsable del Proyecto

Bogiaizian, Daniel

Línea

Psicología Laboral

Área Temática

Psicología

Fecha

2015

INSOD

Instituto de Ciencias Sociales y Disciplinas
Proyectuales

UADE 

Cuestionario de Ansiedad Positiva y Negativa ***(Bogiaizian, Solari. 2010)***

Instrucciones: A continuación encontrará una lista de frases en relación a su experiencia con la ansiedad. Por favor, lea cada frase indique el grado de acuerdo o desacuerdo con cada una de ellas teniendo en cuenta lo que usted entiende por ansiedad.

Complete el casillero con el número correspondiente teniendo en cuenta la escala que figura debajo

0: Totalmente en desacuerdo

1: En desacuerdo

2: Ni acuerdo, ni desacuerdo

3: De acuerdo

4: Totalmente de acuerdo

- 1. La ansiedad me impulsa a terminar todo más rápido
- 2. La ansiedad es un obstáculo para mi desarrollo laboral
- 3. Ser ansioso me permite estar más precavido
- 4. Cuando estoy ansioso me siento atolondrado
- 5. La ansiedad no me permite concentrarme en la tarea
- 6. Cuando estoy ansioso es por que tengo ganas de que algo bueno se concrete
- 7. Cuando estoy ansioso me irrito con mayor facilidad
- 8. Ser ansioso me impulsa a actuar mas rápido que el resto
- 9. Cuando estoy ansioso me siento más productivo
- 10. La ansiedad es un obstáculo para poder priorizar mis actividades
- 11. Ser ansioso me impulsa a generar nuevos proyectos.
- 12. La ansiedad me impulsa a acelerarme y equivocarme

- 13. La ansiedad me hace más responsable en lo que emprendo
- 14. Cuando estoy ansioso me olvido de las cosas con mayor frecuencia
- 15. La ansiedad me genera mayor sensación de energía
- 16. Cuando estoy ansioso se me dificulta conciliar el sueño
- 17. Ponerme ansioso me provoca pérdidas de tiempo frente a una tarea
- 18. Estar ansioso me hace más creativo
- 19. Ser ansioso me genera desborde y desorganización
- 20. Ser ansioso me hace cometer menos errores

Con cuál de los siguientes conceptos asocia principalmente usted a la experiencia ansiosa (elija uno)

- Apuro
- Disposición a la acción
- Malestar / Nerviosismo
- Anhelos
- Preocupación
- Incertidumbre
- Pérdida de control
- Otros. Mencionalo: _____

