

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA METROPOLITANA, IZTAPALAPA

La presente investigación tiene como objetivo conocer cuales son las formas en que las personas como tu explican las causas de sus éxitos y problemas más importantes. La información que nos puedas proporcionar nos ayudará a conocer mejor la manera de pensar de jóvenes como tú y apoyarlos en caso de ser necesario. Como toda investigación, los datos personales solo serán utilizados para análisis estadísticos.

Para aclarar cualquier duda puedes preguntar a los encuestadores. Para mantener la seriedad de ésta investigación, te pedimos atentamente que si no puedes contestar la encuesta por cualquier razón, dejes el cuestionario en blanco.

Cuestionario de Estilos Atributivos

I. Todos en la vida tenemos muchas metas que deseamos cumplir para lo cual dependemos de varios factores. En ocasiones esas metas se vean cumplidas y consideres que has tenido **Éxito** en tus objetivos.

Escribe en las líneas dos situaciones donde consideres que has tenido éxito. Es importante que seas muy específico en tu descripción. Por ejemplo, si obtuviste una calificación alta en la escuela, no basta que escribas algo como “soy exitoso en la escuela”, es necesario que especifiques tu logro y la razón por la que tuviste éxito, por ejemplo, “Saqué 10 en la materia de matemáticas porque estude mucho desde una semana antes”

Situación 1:

Causas por las que tuviste ese éxito:

Situación 2:

Causas por las que tuviste ese éxito:

Abajo encontrarás una lista de causas que te pudieron facilitar tener esos éxitos. Para cada fila, tacha un número, de acuerdo a lo que sientas que explica mejor tu éxito. En el ejemplo que sigue, si consideras que tu éxito se debió parcialmente a tus habilidades tacharás la opción 6; si por el contrario, piensas que se debió a la suerte, tacharás el número 1.

Fue una cuestión de azar

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

 Fue gracias a mi habilidad

0

Si en alguna fila ningún valor describe lo que sientes, deberás tachar el número 0, ubicado en la casilla de la derecha.

El primer éxito que anotaste, se debió a:

A	Fue gracias a mi <i>capacidad</i>	1 2 3 4 5 6 7	Fue gracias a la <i>suerte</i>	0
B	Mis habilidades fueron suficientes para manejar esa situación	1 2 3 4 5 6 7	Las circunstancias que me rodeaban me ayudaron a manejar la situación	0
C	Es que Siempre logro mis metas	1 2 3 4 5 6 7	Fue un caso raro donde conseguí mi meta	0
D	Es que frecuentemente consigo lo que me propongo	1 2 3 4 5 6 7	Nunca había conseguido antes cumplir ese propósito	0
E	Este éxito me llevo a conseguir otros logros en mi vida	1 2 3 4 5 6 7	Este éxito fue un caso aislado, sin ninguna importancia	0
F	Este logro influyó positivamente varios aspectos de mi vida	1 2 3 4 5 6 7	Este logro no influyó ningún aspecto importante de mi vida	0
G	Era una situación incontrolable	1 2 3 4 5 6 7	Era una situación controlable	0
H	Era una situación difícil que solo yo podía resolver	1 2 3 4 5 6 7	Era una situación fácil que cualquiera podía resolver	0
I	Mi esfuerzo fue la causa del éxito, a pesar de que los demás me estorbaron	1 2 3 4 5 6 7	Las personas que me rodearon fueron realmente las causantes de mi éxito	0
J	Este evento fue muy trascendente en mi vida	1 2 3 4 5 6 7	Este evento no fue trascendente para mí en absoluto	0

¿Qué razón, de las escritas arriba, fue la principal causa de tu éxito? A B C D E F G I J

¿Qué razón, de las escritas arriba, fue la menos importante para explicar tu éxito? A B C D E F G I J

El segundo éxito que anotaste, se debió a:

A	Fue gracias a mi <i>capacidad</i>	1 2 3 4 5 6 7	Fue gracias a la <i>suerte</i>	0
B	Mis habilidades fueron suficientes para manejar esa situación	1 2 3 4 5 6 7	Las circunstancias que me rodeaban me ayudaron a manejar la situación	0
C	Es que Siempre logro mis metas	1 2 3 4 5 6 7	Fue un caso raro donde conseguí mi meta	0
D	Es que frecuentemente consigo lo que me propongo	1 2 3 4 5 6 7	Nunca había conseguido antes cumplir ese propósito	0
E	Este éxito me llevo a conseguir otros logros en mi vida	1 2 3 4 5 6 7	Este éxito fue un caso aislado, sin ninguna importancia	0
F	Este logro influyó positivamente varios aspectos de mi vida	1 2 3 4 5 6 7	Este logro no influyó ningún aspecto importante de mi vida	0
G	Era una situación incontrolable	1 2 3 4 5 6 7	Era una situación controlable	0
H	Era una situación difícil que solo yo podía resolver	1 2 3 4 5 6 7	Era una situación fácil que cualquiera podía resolver	0
I	Mi esfuerzo fue la causa del éxito, a pesar de que los demás me estorbaron	1 2 3 4 5 6 7	Las personas que me rodearon fueron realmente las causantes de mi éxito	0
J	Este evento fue muy trascendente en mi vida	1 2 3 4 5 6 7	Este evento no fue trascendente para mí en absoluto	0

¿Qué razón, de las escritas arriba, fue la principal causa de tu éxito?

A B C D E F G I J

¿Qué razón, de las escritas arriba, fue la menos importante para explicar tu éxito?

A B C D E F G I J

II. Hablando de nuevo de las situaciones en la vida de cada quién, a veces ciertas metas no se vean cumplidas y consideramos que hemos **fallado** o **fracasado** en alguno de esos objetivos. **Escribe en las líneas dos situaciones en las que fallaste en conseguir tus objetivos.** De nuevo, es importante que seas muy específico en describir la situación.

Situación 1:

Causas por las que fallaste:

Situación 2:

Causas por las que fallaste:

Abajo encontrarás ciertas causas que te pudieron impedir el éxito. En cada fila, **tacha el número** que sientas explica tu falla.

El primer evento que anotaste, se debió a:

A	Fue mi culpa (era mi responsabilidad)	1 2 3 4 5 6 7	Fue culpa de otra gente (no era mi responsabilidad)	0
B	Mis habilidades fueron insuficientes para manejar esa situación	1 2 3 4 5 6 7	Las circunstancias impidieron que usara mis habilidades para manejar la situación	0
C	Es que siempre me pasa lo mismo	1 2 3 4 5 6 7	Fue un caso raro (rara vez me pasa)	0
D	Es que esto me pasa frecuentemente	1 2 3 4 5 6 7	Es que nunca me había pasado antes	0
E	Este problema afectó otras situaciones importantes de mi vida	1 2 3 4 5 6 7	Este problema solo me afectó en esa situación específica (fue un caso aislado)	0
F	Este problema perturbó varios aspectos de mi vida	1 2 3 4 5 6 7	Este problema perturbó solo un aspecto de mi vida	0
G	Era una situación incontrolable	1 2 3 4 5 6 7	Era una situación controlable	0
H	Era un problema imposible de resolver	1 2 3 4 5 6 7	En otras circunstancias era un problema fácil de resolver	0
I	Hubo personas que me ayudaron, pero también fallaron por que no pude hacer mi parte	1 2 3 4 5 6 7	Las personas que me rodearon impidieron que tuviera éxito, a pesar de que yo hice la parte que me correspondía	0
J	Este evento fue muy trascendente en mi vida	1 2 3 4 5 6 7	Este evento no fue trascendente para mí en absoluto	0

¿Qué razón, de las escritas arriba, fue la principal causa que explica tu fracaso?

A B C D E F G I J

¿Qué razón, de las escritas arriba, fue la menos importante para explicar tu falla?

A B C D E F G I J

El segundo evento que anotaste, se debió a:

A	Fue mi culpa (era mi responsabilidad)	1 2 3 4 5 6 7	Fue culpa de otra gente (no era mi responsabilidad)	0
B	Mis habilidades fueron insuficientes para manejar esa situación	1 2 3 4 5 6 7	Las circunstancias impidieron que usara mis habilidades para manejar la situación	0
C	Es que siempre me pasa lo mismo	1 2 3 4 5 6 7	Fue un caso raro (rara vez me pasa)	0
D	Es que esto me pasa frecuentemente	1 2 3 4 5 6 7	Es que nunca me había pasado antes	0
E	Este problema afectó otras situaciones importantes de mi vida	1 2 3 4 5 6 7	Este problema solo me afectó en esa situación específica (fue un caso aislado)	0
F	Este problema perturbó varios aspectos de mi vida	1 2 3 4 5 6 7	Este problema perturbó solo un aspecto de mi vida	0
G	Era una situación incontrolable	1 2 3 4 5 6 7	Era una situación controlable	0
H	Era un problema imposible de resolver	1 2 3 4 5 6 7	En otras circunstancias era un problema fácil de resolver	0
I	Hubo personas que me ayudaron, pero también fallaron por que no pude hacer mi parte	1 2 3 4 5 6 7	Las personas que me rodearon impidieron que tuviera éxito, a pesar de que yo hice la parte que me correspondía	0
J	Este evento fue muy trascendente en mi vida	1 2 3 4 5 6 7	Este evento no fue trascendente para mí en absoluto	0

¿Qué razón, de las escritas arriba, fue la principal causa que explica tu fracaso?
 ¿Qué razón, de las escritas arriba, fue la menos importante para explicar tu falla?

A B C D E F G I J
 A B C D E F G I J

III. Llena los siguientes datos estadísticos, sin dejar ninguna pregunta sin responder. Recuerda que esto es sólo con fines de investigación.

1- Edad _____ 2- Sexo M () F () 3- Semestre _____ 4. Nombre _____

5- Promedio actual de calificaciones _____ 6- Grupo _____ 7-Escuela _____

8- Marca con quién vives:

(A) Mis padres y mis hermanos. (B) Mis padres únicamente. (C) Sólo con mis hermanos
 (D) Con otros familiares. (E) Solo. (F) Con otras personas.

9- ¿Alguno de tus padres es alcohólico o tiene problemas con alguna sustancia? SI () NO ()

9a.- En caso de haber contestado afirmativamente escribe cuál de ellos _____

10- ¿Alguno de tus familiares (con los que tu vives) sufren depresión o tristeza constante? SI () NO ()

10a- Si es así, cuál familiar: _____ 11- Número de hermanos _____ 12- ¿Estás a dieta? SI () NO ()

13- Si pudieras escoger de nuevo y libremente, ¿seguirías estudiando? SI () NO () 14- ¿Trabajas? SI () NO ()

15- De 0 a 10, ¿qué tanto te gusta la escuela? (0 es nada) _____ 16- ¿Qué color te gusta más? _____

IV. Muchas veces nos comportamos y actuamos según nuestro estado de ánimo, el cual depende en gran medida en dónde nos encontramos y con quién estamos. A continuación se te ofrecen 23 cuadros; por favor lee cada uno cuidadosamente y escoge la oración que mejor describa como te has sentido esta semana incluyendo hoy.

EJEMPLO: En el cuadro 1, si en esta semana te has sentido un poco triste, tacharás la letra (b), pero si en todo momento te has sentido triste, anotarás la (c).

Esta semana, incluido el día de hoy, ¿cómo te has sentido?

1	a) No me siento triste. b) Algunas veces me siento triste. c) Me siento triste todo el tiempo y no puedo animarme. d) Estoy tan triste o infeliz que ya no lo soporto.	
2	a) No me siento desanimado acerca del futuro. b) Me siento desanimado acerca del futuro. c) Siento que no tiene caso pensar más en el futuro. d) Siento que no hay esperanza para el futuro y que las cosas no pueden mejorar.	12
3	a) No siento ser un fracasado. b) Siento que he fracasado más que otras personas. c) Conforme analizo mi vida, todo lo que puedo ver son	13
	a) No he perdido el interés en la gente. b) Estoy menos interesado en la gente de lo que solía estarlo. c) He perdido en gran medida el interés en la gente. d) He perdido todo interés en la gente.	
	a) Sigo tomando decisiones como siempre. b) Pospongo mis decisiones con más frecuencia que antes.	

	<p>muchos fracasos.</p> <p>d) Siento que como persona soy un completo fracaso.</p>		<p>c) Me cuesta trabajo tomar decisiones.</p> <p>d) No puedo tomar decisiones.</p>
4	<p>a) Obtengo tanta satisfacción de las cosas como siempre.</p> <p>b) Ya no disfruto de las cosas como antes.</p> <p>c) Siento que ya no obtengo satisfacción de nada.</p> <p>d) Me siento insatisfecho y molesto con todo.</p>	14	<p>a) No siento que me vea más feo que antes.</p> <p>b) Me preocupa que me vea viejo y feo.</p> <p>c) Siento que hay cambios permanentes en mi apariencia que hacen que me vea feo.</p> <p>d) Creo que me veo horrible.</p>
5	<p>a) No me siento culpable.</p> <p>b) Me siento culpable en algunos momentos.</p> <p>c) Me siento algo culpable la mayor parte del tiempo.</p> <p>d) Me siento culpable todo el tiempo.</p>	15	<p>a) Puedo trabajar tan bien como antes.</p> <p>b) Requiero de más esfuerzo para iniciar algo.</p> <p>c) Tengo que obligarme para hacer algo.</p> <p>d) No puedo hacer ningún trabajo.</p>
6	<p>a) No siento que seré castigado.</p> <p>b) Siento que puedo ser castigado.</p> <p>c) Creo que seré castigado.</p> <p>d) Siento que estoy siendo castigado.</p>	16	<p>a) Duermo tan bien como antes.</p> <p>b) Ya no duermo tan bien como antes.</p> <p>c) Luego me despierto 1 ó 2 horas antes de lo acostumbrado y me es difícil volver a dormirme.</p> <p>d) Me despierto muchas horas antes de mi hora acostumbrada y no puedo volver a dormirme.</p>
7	<p>a) No me siento desilusionado de mí mismo.</p> <p>b) Estoy desilusionado de mí mismo.</p> <p>c) Estoy disgustado conmigo mismo.</p> <p>d) Me odio.</p>	17	<p>a) No me canso más de lo habitual.</p> <p>b) Ahora me canso más fácilmente que antes.</p> <p>c) Me canso de hacer casi cualquier cosa.</p> <p>d) Me siento muy cansado de hacer cualquier cosa.</p>
8	<p>a) Siento que no soy peor que otros.</p> <p>b) Me critico a mí mismo por mis debilidades y errores.</p> <p>c) Me culpo constantemente por mis errores.</p> <p>d) Me culpo por todo lo malo que sucede.</p>	18	<p>a) Mi apetito no es peor de lo habitual.</p> <p>b) Mi apetito no es tan bueno como solía serlo.</p> <p>c) Mi apetito está muy mal ahora.</p> <p>d) No tengo apetito de nada.</p>
9	<p>a) No tengo ideas sobre suicidarme.</p> <p>b) Me han llegado ideas sobre el suicidio, pero no las haría.</p> <p>c) Me gustaría suicidarme.</p> <p>d) Si tuviera la oportunidad me suicidaría.</p>	19	<p>a) No he perdido mucho peso últimamente.</p> <p>b) He perdido más de dos kilogramos.</p> <p>c) He perdido más de cinco kilogramos.</p> <p>d) He perdido más de ocho kilogramos.</p>
10	<p>a) No lloro más de lo usual.</p> <p>b) Lloro más ahora de lo que solía hacerlo.</p> <p>c) Actualmente lloro todo el tiempo.</p> <p>d) Antes podía llorar, pero ahora no puedo hacerlo a pesar de que lo deseo.</p>	20	<p>a) Mi salud no me preocupa más que antes.</p> <p>b) Me preocupan molestias como dolor de cabeza, malestar estomacal o estreñimiento.</p> <p>c) Tengo molestias físicas serias que debo atender.</p> <p>d) Estoy tan preocupado por mis molestias físicas que no puedo pensar en otra cosa.</p>
11	<p>a) No estoy más irritable ahora de lo que solía estarlo.</p> <p>b) Me enoja o irrita más fácilmente que antes.</p> <p>c) Me siento irritado todo el tiempo.</p> <p>d) No me irrita por las cosas por las que solía hacerlo.</p>	21	<p>a) No he notado cambios en mi interés por el sexo.</p> <p>b) Estoy menos interesado en el sexo de lo que estaba.</p> <p>c) Estoy mucho menos interesado en el sexo ahora.</p> <p>d) He perdido completamente el interés por el sexo.</p>
22	<p>a) Mi capacidad para concentrarme permanece igual.</p> <p>b) Ahora me cuesta un poco de trabajo concentrarme.</p> <p>c) Tengo que luchar para concentrarme.</p> <p>d) No puedo concentrarme aunque lo intente.</p>	23	<p>a) Estoy contento con mi vida escolar.</p> <p>b) Quisiera cambiar algo en mi vida escolar.</p> <p>c) Debería cambiar la escuela por otra cosa.</p> <p>d) Estoy considerando dejar la escuela.</p>
24	<p>a) No estoy triste.</p> <p>b) Estoy un poco más triste que antes.</p> <p>c) Soy una persona triste.</p> <p>d) Estoy más triste que nunca.</p>	25	<p>a) No me presionan para trabajar.</p> <p>b) Debería trabajar.</p> <p>c) Necesito conseguir un trabajo.</p> <p>d) Lo más importante para mí por ahora es trabajar.</p>

MUCHAS GRACIAS POR TU PACIENCIA Y COLABORACIÓN