

Mi nombre es: _____

Cómo veo y ven otros mi propia actitud (comportamiento con respecto a la vida)

Por favor evalúen usando la siguiente escala:

1 nunca

2 pocas veces

3 más o menos

4 muchas veces

5 siempre

ACTITUD POSITIVA							
<i>Soy optimista</i>							
<i>Veo oportunidades</i>							
<i>Soy alegre y me siento feliz</i>							
<i>Respeto a los demás: su tiempo, su persona</i>							
<i>Me gusta mi trabajo</i>							
<i>Me llevo bien con mis compañeros</i>							
<i>Trato de aprender más</i>							
<i>Hago las cosas que me piden con gusto</i>							
<i>Hago comentarios positivos de los demás</i>							
<i>Creo que todo va a estar mejor en la vida</i>							
<i>En general, creo que la gente es buena</i>							

ACTITUD NEGATIVA							
<i>Soy pesimista</i>							
<i>Veo sólo problemas</i>							
<i>Creo que todo es difícil de hacer y lograr</i>							
<i>Mi primer pensamiento es que no se puede hacer</i>							
<i>Critico todo y a todos – señalo lo malo de todo lo que veo</i>							
<i>Creo que la gente es negativa y egoísta</i>							
<i>Veo lo negativo y malo en todo</i>							
<i>Estoy de mal humor</i>							
<i>Soy impaciente con todos</i>							
<i>Le grito a mis familiares y compañeros de trabajo</i>							
<i>Creo que todos son tontos, estúpidos</i>							
<i>Estoy pensando: “No sé qué estoy haciendo llenando esta evaluación y perdiendo mi tiempo”</i>							

