

RASGOS DE PERSONALIDAD ASOCIADOS A LA MOTIVACIÓN

Basado en el Cuestionario BFQ

1.- Mi humor suele ser estable frecuentemente

1	2	3	4	5
Completamente falso	Bastante falso	Ni verdadero ni falso	Bastante verdadero	Completamente verdadero

2.- Aunque la perfección no se alcance, es muy útil empeñarse en conseguir algo

1	2	3	4	5
Completamente falso	Bastante falso	Ni verdadero ni falso	Bastante verdadero	Completamente verdadero

3.- Creo que es útil repasar varias veces el trabajo realizado

1	2	3	4	5
Completamente falso	Bastante falso	Ni verdadero ni falso	Bastante verdadero	Completamente verdadero

4.- Rara vez me siento nervioso

1	2	3	4	5
Completamente falso	Bastante falso	Ni verdadero ni falso	Bastante verdadero	Completamente verdadero

5.- No es fácil que algo o alguien me haga perder la paciencia

1	2	3	4	5
Completamente falso	Bastante falso	Ni verdadero ni falso	Bastante verdadero	Completamente verdadero

6.- No suelo sentirme solo y triste

1	2	3	4	5
Completamente falso	Bastante falso	Ni verdadero ni falso	Bastante verdadero	Completamente verdadero

7.- Antes de entregar un trabajo, dedico mucho tiempo a revisarlo

1	2	3	4	5
Completamente falso	Bastante falso	Ni verdadero ni falso	Bastante verdadero	Completamente verdadero

8.- Cuando estoy haciendo algo que me interesa, no me molesta demasiado que me interrumpen

1	2	3	4	5
Completamente falso	Bastante falso	Ni verdadero ni falso	Bastante verdadero	Completamente verdadero

9.- Evito exigir explicaciones cuando me critican

1	2	3	4	5
Completamente falso	Bastante falso	Ni verdadero ni falso	Bastante verdadero	Completamente verdadero

10.- No suelo perder la calma

1	2	3	4	5
Completamente falso	Bastante falso	Ni verdadero ni falso	Bastante verdadero	Completamente verdadero

11.- Mi mal humor no lo manifiesto cuando me enfado

1	2	3	4	5
Completamente falso	Bastante falso	Ni verdadero ni falso	Bastante verdadero	Completamente verdadero

12.- Me gusta vivir de forma metódica y ordenada

1	2	3	4	5
Completamente falso	Bastante falso	Ni verdadero ni falso	Bastante verdadero	Completamente verdadero

13.- No suelo cambiar de humor bruscamente

1	2	3	4	5
Completamente falso	Bastante falso	Ni verdadero ni falso	Bastante verdadero	Completamente verdadero

14.- Siempre he sido un perfeccionista

1	2	3	4	5
Completamente falso	Bastante falso	Ni verdadero ni falso	Bastante verdadero	Completamente verdadero

15.- Siempre termino lo que empiezo

1	2	3	4	5
Completamente falso	Bastante falso	Ni verdadero ni falso	Bastante verdadero	Completamente verdadero

16.- Tiendo a ser muy reflexivo

1	2	3	4	5
Completamente falso	Bastante falso	Ni verdadero ni falso	Bastante verdadero	Completamente verdadero

17.- Me molesta mucho el desorden

1	2	3	4	5
Completamente	Bastante	Ni verdadero	Bastante	Completamente

falso falso ni falso verdadero verdadero

18.- Normalmente no reacciono de modo exagerado, ni siquiera ante emociones fuertes

1	2	3	4	5
Completamente falso	Bastante falso	Ni verdadero ni falso	Bastante verdadero	Completamente verdadero

19.- Si fracaso en algo, lo intento de nuevo hasta conseguirlo

1	2	3	4	5
Completamente falso	Bastante falso	Ni verdadero ni falso	Bastante verdadero	Completamente verdadero

20.- Rara vez me siento inquieto

1	2	3	4	5
Completamente falso	Bastante falso	Ni verdadero ni falso	Bastante verdadero	Completamente verdadero

21.- Es aconsejable esforzarse más allá del límite de las propias fuerzas, aunque no haya plazos que cumplir

1	2	3	4	5
Completamente falso	Bastante falso	Ni verdadero ni falso	Bastante verdadero	Completamente verdadero

22.- Llevo a cabo las decisiones que he tomado

1	2	3	4	5
Completamente falso	Bastante falso	Ni verdadero ni falso	Bastante verdadero	Completamente verdadero

23.- No suelo reaccionar a las provocaciones

1	2	3	4	5
Completamente falso	Bastante falso	Ni verdadero ni falso	Bastante verdadero	Completamente verdadero

24.- Llevo adelante las tareas emprendidas, aunque los resultados iniciales parezcan negativos

1	2	3	4	5
Completamente falso	Bastante falso	Ni verdadero ni falso	Bastante verdadero	Completamente verdadero

Categoría	Puntuación directa	Valoración
Estabilidad Emocional Nº pregunta 1,4,5,6,8,9,10,11,13,18,20,23	60 - 48 (muy alto)	<p>Muy estable emocionalmente. Son personas que se describen a sí mismas como poco ansiosos, poco vulnerables, poco impulsivos, no irritables ni emotivos.</p> <p>Mantienen control de su conducta aún en situaciones incómodas y de conflicto</p>
	47 - 25 (medio)	A veces controla sus emociones e impulsos, pero otras veces no. Necesita mejora emocional
	24 - 12 (bajo)	Personas muy inestables emocionalmente, muy vulnerables, irritables y ansiosos. No controlan sus impulsos ni sus emociones
Tesón Nº pregunta 2,3,7,12,14,15,16,17,19,21,22,24	60 - 48 (muy alto)	Personas muy escrupulosas y perseverantes. Son personas muy ordenadas, metódicas, fiables, tenaces y reflexivas. Cumplen lo que prometen y acaban lo que comienzan
	47 - 25 (medio)	Les gusta el orden pero no tanto como para ser excesivamente metódicos. Ante ciertas dificultades, pueden flaquear
	24 - 12 (bajo)	Personas poco ordenadas, poco fiables, no son perseverantes ni tenaces; no cumplen lo que prometen y dejan sin acabar muchas cosas