
INVENTARIO DE PREOCUPACIÓN DE PENNSILVANIA

(Nuevo, Montorio y Ruiz, 2002; *Ansiedad y Estrés*, 8, 157-172; versión original de Meyer, Miller, Metzger y Borkovec, 1990).

Indique hasta qué punto se identifica con cada una de las situaciones que vamos a presentarle a continuación, referidas al modo que tienen las personas de preocuparse

	Nada	Algo	Regular	Bastante	Mucho
1. Se preocupa si no tiene suficiente tiempo para hacerlo todo					
2. Sus preocupaciones le agobian					
3. Suele preocuparse por las cosas					
4. Hay muchas circunstancias que hacen que se preocupe					
5. Sabe que no debería preocuparse por las cosas, pero no puede evitarlo					
6. Cuando está bajo tensión tiende a preocuparse mucho					
7. Siempre está preocupándose por algo					
8. Le resulta difícil dejar de lado las preocupaciones					
9. Tan pronto como termina una tarea, en seguida empieza a preocuparse por alguna otra cosa que debe hacer					
10. Se preocupa por todo					
11. Aunque no haya nada más que se pueda hacer por algo, sigue preocupándose por ello					
12. Ha estado preocupado toda su vida					
13. Se da cuenta de que siempre está preocupándose por las cosas					
14. Una vez que comienza a preocuparse por algo, ya no puede parar					
15. Está todo el tiempo preocupándose por algo					
16. Se preocupa por un proyecto hasta que está acabado					

LLEVA EL CUESTIONARIO CONTESTADO A TU PRIMERA SESIÓN. GRACIAS

