

---

**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

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

