

Tomando conciencia de mí mismo...
CUESTIONARIO DE VIRTUDES Y VALORES

VALOR	0 Puntos	1 Punto	2 Puntos	3 Puntos	4 Puntos
INTELIGENCIA	Sufro verdaderos problemas en el estudio.	Voy tirando, como puedo, pero con bastante dificultad	Saco adelante mis estudios, sin mayores problemas	Tengo una buena inteligencia y estudio con gusto	Poseo un gran capacidad intelectual, con excelente provecho en el estudio
SENSATEZ	Soy imprudente y bastante alocado	Sin hacer locuras, pero me comporto a veces con poca sensatez	Actúo con sensatez, aunque, en ocasiones me descontroló	Soy sensato y ponderado, y evito el descontrol	Actúo siempre después de pensarlo bien, mantengo siempre mi equilibrio
PROFUNDIDAD	Soy ligero y superficial, incapaz de pensar en serio	Suelo ser superficial, sin pensar en las consecuencias	Me gusta profundizar, pero lo consigo pocas veces	Soy profundo, pienso las consecuencias y ayudo a los demás a profundizar	Busco siempre las razones más profundas de las cosas
CULTURA	Reconozco mi ignorancia y mi desinterés por la cultura	Tengo alguna inquietud, pero me siento bastante inculto	Leo, escucho, me gusta conocer, pero mi cultura es bastante superficial	Estoy interesado en saber más, aumentar mi cultura, leo y me informo	Tengo sed de saber siempre más, mi cultura es muy amplia
CREATIVIDAD	Casi nunca se me ocurre nada original	Tengo poca imaginación, escasa creatividad	Me siento algo creativo, pero tiendo a imitar a los demás	Soy creativo y me encanta hacer y buscar cosas nuevas	Tengo siempre en la cabeza mil ideas originales para crear
MEMORIA	No me sé acordar de nada. Me olvido rápidamente las cosas	Tiendo a olvidar las cosas, me acuerdo solo lo que es importante	Recuerdo normalmente lo que hace falta para la vida ordinaria	Tengo una buena memoria, aprendo con facilidad	Tengo una memoria feliz, aprendo con rapidez las cosas y las recuerdo
DECISION	Me siento incapaz de decidir por mí mismo, no sé tomar decisiones	Prefiero que otros decidan por mí, estoy muchas veces indeciso	Decido por mí cuenta, aunque a veces con miedo e inseguridad	Decido personalmente, pero analizo bien los riesgos posibles	Decido siempre con mucha seguridad en mí mismo
CONSTANCIA	No tengo fuerza de voluntad, soy inconstante y me desanimo	Pocas veces soy constante en lo que me propongo	Mi constancia se rinde frente a las dificultades	Soy constante y firme, rara vez no realizo lo que me he propuesto	Soy tenaz, nunca abandono lo que he comenzado
ALEGRIA	Me hundo en la tristeza y pesimismo	Rara vez me muestro alegre y animado	Unas vez me muestro alegre y otras veces triste	Habitualmente vivo alegre y feliz	Vivo feliz y soy la alegría de los que me rodean
CONTROL EMOCIONAL	No controlo mis sentimientos y mis impulsos	Cuando me altero, pierdo el control de mis sentimientos	Consigo dominarme, aunque en ocasiones me altero	Pocas veces me altero y pierdo el control	Conservo siempre la serenidad y el control de mis impulsos
CAPACIDAD ARTÍSTICA	No entiendo el arte ni me gusta	Me veo poco capaz para hacer algo artístico	Me gusta el arte, la buena música y consigo hacer cosas sencillas	Me gusta mucho el arte y me dedico a realizar algo de sus especialidades	Tengo alma de artista y destaco en alguna especialidad
SALUD	Tengo una pésima salud, siempre con problemas	Voy adelante, con una salud mediocre	Considero mi salud normal, con sus pequeños desajustes	Tengo una buena salud, sin problemas especiales	Gozo de una salud excelente
ASPECTO FÍSICO	No me siento bien con mi aspecto físico	Mi aspecto físico es inferior al de muchos amigos	Me siento normal y así me ven los demás	Destaco en algún aspecto físico más que otros	Mi aspecto físico llama la atención
AGILIDAD Y FUERZA	Me siento negado al deporte, por mi debilidad y torpeza	Hago algo de deporte, pero me siento poco hábil para eso	Practico deporte con gusto, pero no destaco en nada	Soy buen deportista, siempre se cuenta con mi participación	Destaco en el deporte y, en alguno soy el campeón del grupo
ACEPTACIÓN PROPIA	No me acepto a mí mismo, no estoy satisfecho de como soy	En algunos aspectos me acepto y en otros no	En general me acepto a mí mismo, pero con alguna insatisfacción	Me acepto serenamente a mí mismo y vivo tranquilo	Estoy feliz de ser cómo soy

CONFIANZA EN SI MISMO	Confío muy poco en mi mismo	Desconfío bastante de mis capacidades	Confío en mi mismo, pero a veces me siento inseguro	Pocas veces me siento inseguro	Siempre estoy seguro de mi mismo
ORDEN Y LIMPIEZA	Me reprochan que soy desordenado y sucio y tienen razón	Soy poco ordenado y cuido poco de mi limpieza	Soy ordenado y limpio, pero sin preocuparme demasiado del asunto	Cuido del orden y de la limpieza de mi persona y en mis cosas	Me distingo por el orden y la elegancia en mi presentación
SENTIDO DE DIOS	Vivo sin ninguna preocupación por Dios	Sólo me acuerdo de Dios, cuando necesito pedirle algo	Me intereso por saber algo de Él; cumplo mis obligaciones religiosas	Tengo relación personal con Dios y procuro servirle en algo	Vivo para agradar a Dios en todo y servirlo en los demás
SOCIABILIDAD	Prefiero estar solo el mayor tiempo posible	Tiendo fácilmente a estar solo	Me relaciono con los demás normalmente, en la vida ordinaria	Prefiero la compañía, gozo estando con los demás	Soy feliz con los demás. Me hago enseguida amigo de todos
ESPIRITUALIDAD	Busco divertirme y pasarla bien, sin pensar en lo espiritual	Trato de pasarla bien. Pocas veces me ocupo de mi vida espiritual	Siento los valores espirituales y pienso algunas veces en ello	Me mueve lo espiritual y trato de vivir en unión con Dios, rezo normalmente	Mi vida se dirige siempre con los valores espirituales y la oración
CAPACIDAD DE SACRIFICIO	No pienso en los demás. Soy incapaz de sacrificarme por nadie	Pienso en los otros, pero no me sacrifico por ellos	Me intereso, me sacrifico por los demás, pero el egoísmo me puede	Soy altruista y sacrificado, pocas veces soy egoísta	Me gusta sacrificarme y entregar lo mío a los demás. Hago todo por ellos
LIDERAZGO	Necesito siempre que otro supervise lo que yo hago	Me cuesta tomar la iniciativa, mejor hago lo que me dicen	Dirijo algunas iniciativas, pero me falta seguridad y decisión	Suelo ser un buen jefe con bastante iniciativa	Tengo madera de líder y los demás lo reconocen
SIMPATÍA	Suelo caer mal a todo el mundo, al tratar con la gente	Soy poco simpático y poco agradable en mi trato	Sin llegar a ser simpático, no caigo mal y soy aceptado por los demás	Soy simpático y caigo bien a casi todos	Derrocho simpatía, soy la alegría de todos
RESPONSABILIDAD	Soy perezoso e irresponsable	Descuido a veces mis responsabilidades y trabajo	Generalmente soy algo responsable	Soy responsable y trabajador	Destaco por mi capacidad de trabajo y responsabilidad
TIEMPO LIBRE	Lo pierdo	Lo aprovecho poco	A veces lo aprovecho y otras lo desperdicio en cosas inútiles	Lo empleo con provecho y al servicio de la familia y de los demás	Lo aprovecho al máximo, siempre ocupado en el servicio de los demás

* **RECONOCE EL GRADO EN QUE TE VALORAS EN TU CONDUCTA HABITUAL. SUMA LOS PUNTOS CORRESPONDIENTES:**

* **VALORACIÓN:** De 0 a 20 PUNTOS: suspendido, muy bajo; te valoras poco y tienes que trabajar en muchos valores.

De 20 a 40 PUNTOS: suspendido, regular. Tienes que ver dónde tienes que mejorar... TÚ PUEDES HACERLO!

De 40 a 60 PUNTOS: Aprobado. Estás entre la normalidad de la gente... pero hace falta buscar mejor calidad...

De 60 a 80: Notable: destacas en algunas cosas y te valoras bien. Tienes buena madera para cosas grandes en la vida

De 80 a 100: SOBRESALIENTE: La vida te ha dado mucho... y también te exigirá mucho!