

Marca, mediante el número correspondiente, hasta qué punto te caracterizan cada una de las afirmaciones de la lista:

- +3 = Muy característico de mí,
- +2 = Bastante característico de mí,
- +1 = Algo característico de mí,
- 1 = Algo raro en mí,
- 2 = Bastante extraño en mí,
- 3 = Nada característico en mí,

1. Mucha gente parece ser más agresiva y segura de si mismo que yo.	+3	+2	+1	-1	-2	-3	
2. He dudado en solicitar o aceptar citas por timidez	+3	+2	+1	-1	-2	-3	
3. Cuando la comida que me han servido en el restaurante no está hecha a mi gusto, me quejo de ello al mesero.	+3	+2	+1	-1	-2	-3	
4. Me esfuerzo en evitar ofender los sentimientos de otras personas incluso aunque crea que me han molestado	+3	+2	+1	-1	-2	-3	
5. Cuando un vendedor se ha molestado mucho mostrándome un producto que luego no me agrada, paso un mal rato al decir «no»	+3	+2	+1	-1	-2	-3	
6. Cuando me piden que haga algo, insisto en saber por qué	+3	+2	+1	-1	-2	-3	
7. Hay veces en que provoco abiertamente una discusión	+3	+2	+1	-1	-2	-3	
8. Lucho, como la mayoría de la gente, por defender mi punto de vista	+3	+2	+1	-1	-2	-3	
9. En realidad, la gente se aprovecha con frecuencia de mí	+3	+2	+1	-1	-2	-3	
10. Disfruto entablando conversación con nuevos conocidos y extraños	+3	+2	+1	-1	-2	-3	
11. Con frecuencia no sé qué decir a personas atractivas del otro sexo	+3	+2	+1	-1	-2	-3	
12. Evito hacer llamadas por teléfono a instituciones o empresas	+3	+2	+1	-1	-2	-3	
13. En caso de solicitar un trabajo o la admisión en una institución, preferiría escribir cartas a realizar entrevistas personales	+3	+2	+1	-1	-2	-3	
14. Me da pena devolver alguna cosa que he comprado	+3	+2	+1	-1	-2	-3	
15. Si un pariente cercano y respetado me molesta, preferiría ocultar mis sentimientos antes que expresar mi disgusto	+3	+2	+1	-1	-2	-3	
16. He evitado hacer preguntas por miedo a parecer tonto	+3	+2	+1	-1	-2	-3	
17. Durante una discusión temo a veces alterarme tanto como para ponerme a temblar	+3	+2	+1	-1	-2	-3	
18. Si uno de mis profesores dijera algo que considero incorrecto, le diría públicamente que considero que esta equivocado.	+3	+2	+1	-1	-2	-3	
19. Evito discutir o regatear sobre precios con vendedores	+3	+2	+1	-1	-2	-3	
20. Cuando he hecho algo importante, trato de que los demás se enteren de ello	+3	+2	+1	-1	-2	-3	
21. Soy abierto y franco en lo que respecta a mis sentimientos	+3	+2	+1	-1	-2	-3	
22. Si alguien ha hablado mal de mí o me ha levantado un falso, lo busco para aclarar las cosas.	+3	+2	+1	-1	-2	-3	
23. Con frecuencia paso un mal rato (me siento mal) al decir «no»	+3	+2	+1	-1	-2	-3	
24. Suelo reprimir (ocultar) mis emociones antes de exteriorizarlo (llorar, gritar reír)	+3	+2	+1	-1	-2	-3	
25. En el restaurante o en cualquier sitio semejante, protesto por un mal servicio	+3	+2	+1	-1	-2	-3	
26. Cuando me dicen un cumplido, con frecuencia no sé qué responder	+3	+2	+1	-1	-2	-3	
27. Si dos personas en el cine o en el salón de clases están hablando demasiado alto, les digo que se callen o que se vayan a hablar a otra parte.	+3	+2	+1	-1	-2	-3	
28. Si alguien se me mete en una fila, le llamo abiertamente la atención	+3	+2	+1	-1	-2	-3	
29. Expreso mis opiniones con facilidad	+3	+2	+1	-1	-2	-3	

30. Hay ocasiones en las que soy incapaz de decir nada (expresarme)

+3

+2

+1

-1

-2

-3