

ESCALA TAS – 20 UNLP
(Versión: Lunazzi, H.; D'Alessio, S. y Tonin, S., 2007)ⁱ

Por favor lea atentamente cada una de las siguientes veinte frases. Marque su respuesta con una cruz en una de las tres columnas, teniendo en cuenta lo que usted siente o piensa. Trate de ser lo más sincero/a posible.

	Totalmente de acuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
1) A menudo estoy confundido sobre qué emoción estoy sintiendo.			
2) Me es difícil encontrar las palabras correctas para expresar lo que siento.			
3) Tengo sensaciones en mi cuerpo que ni los médicos logran entender.			
4) Soy capaz de describir mis sentimientos con facilidad.			
5) Prefiero analizar los problemas en vez de describirlos o comunicarlos.			
6) Cuando me siento mal, no sé si estoy triste, asustado o enojado.			
7) A menudo estoy confundido con las sensaciones que noto en mi cuerpo.			
8) Prefiero dejar que las cosas pasen en vez de analizar por qué sucedieron así.			
9) Tengo sentimientos que no puedo identificar del todo.			
10) Es muy importante estar en contacto y sentir emociones o sentimientos.			
11) Me es difícil describir o explicar lo que siento sobre la gente.			
12) La gente me pide que explique con más detalles mis sentimientos.			

13) Muchas veces no sé lo que está pasando dentro mío.			
14) A menudo no sé por qué estoy enojado.			
15) Prefiero hablar con la gente de sus actividades diarias más que de sus sentimientos.			
16) Prefiero ver en la televisión programas de entretenimiento, superficiales, en vez de complicados dramas psicológicos.			
17) Es difícil para mí revelar mis sentimientos más profundos, aún a mis amigos íntimos.			
18) Puedo sentirme cercano a alguien, comprender sus sentimientos, aún en momentos de silencio.			
19) Me es útil examinar mis sentimientos para resolver problemas personales.			
20) Buscar significados ocultos en las películas o juegos impide disfrutarlos y divertirse con ellos.			

ASEGÚRESE DE HABER RESPONDIDO A TODAS LAS PREGUNTAS.

Nombre:

Ocupación:

Estudios:.....

Fecha de nacimiento:..... Fecha:

ⁱ Autores originales G.J. Taylor, M.R. Bagby y J.D.A. Parker.