

EPCEA (SEPBA)

Escala de Problemas de Conductas Externalizantes en Adultos (Scale of Externalizing Problem Behavior in Adults)

Sexo: _____

Edad: _____

A continuación, se le presenta un conjunto de preguntas relacionadas con cómo se ha sentido, ha pensado y/o se ha comportado durante el **último año**. Su tarea consistirá en responder a cada una de las preguntas con **total sinceridad**. Para ello, dispondrá de cuatro alternativas de respuestas que expresan el grado de acuerdo con cada uno de los enunciados. No hay respuestas correctas o incorrectas. Las alternativas de respuestas son:

Totalmente en desacuerdo 1	En desacuerdo 2	De acuerdo 3	Totalmente de acuerdo 4
----------------------------------	--------------------	-----------------	----------------------------

Para responder, usted debe marcar (por ejemplo, rodeando con un círculo) aquella alternativa de respuesta que representa mejor cómo se ha sentido, pensado o comportado en el último año. Veamos un ejemplo:

	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
Me distraigo con facilidad	1	2	3	4

Al marcar la alternativa de respuesta “3 – **De Acuerdo**” usted está expresando que está de acuerdo con la afirmación de que durante el último año *se ha distraído con facilidad*.

Antes de empezar recuerde que es importante que haya entendido correctamente la tarea. Si tiene alguna duda, consúltela antes de iniciar. Igualmente, recuerde responder **sinceramente**. No hay respuestas correctas ni incorrectas.

	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
1. Me gusta atraer la atención sobre mí mismo/a	1	2	3	4
2. Tengo cambios de humor constantes	1	2	3	4
3. Cuando hablo me gusta utilizar expresiones elocuentes más que aportar detalles	1	2	3	4
4. Las percepciones de otros terminan cambiando mi propia opinión	1	2	3	4
5. Siento que las relaciones que tengo con los demás son más importantes para mí de lo que son para ellos	1	2	3	4
6. Me considero una persona muy importante	1	2	3	4
7. No me importa que los demás trabajen para mí	1	2	3	4
8. Pienso que los demás intentan hacerme daño	1	2	3	4
9. Si alguien me insulta, no lo olvido	1	2	3	4
10. Tengo ataques de ira cuando alguien me abandona	1	2	3	4
11. Mis relaciones personales son inestables	1	2	3	4
12. Ante situaciones de estrés me vuelvo muy inestable emocionalmente	1	2	3	4
13. Soy muy cambiante, incluso en mis valores personales	1	2	3	4
14. He intentado quitarme la vida en más de una ocasión	1	2	3	4
15. Siento como si no tuviera ningún propósito en la vida	1	2	3	4
16. Pierdo el contacto con la realidad en momentos de estrés	1	2	3	4
17. Cometo errores por no prestar suficiente atención	1	2	3	4
18. No puedo parar de mover las manos y/o pies cuando estoy sentado/a	1	2	3	4
19. No me importa cometer errores si puedo acabar pronto	1	2	3	4
20. En mis tareas diarias me cuesta prestar atención a los detalles	1	2	3	4
21. He intentado llevarme cosas que no me pertenecen	1	2	3	4
22. No me ha importado mentir para conseguir lo que quiero	1	2	3	4
23. En mi vida profesional he tomado decisiones sin pensar en las consecuencias	1	2	3	4
24. Soy agresivo/a con otros	1	2	3	4
25. Me he expuesto a situaciones peligrosas por mi imprudencia	1	2	3	4
26. Por mi irresponsabilidad, he contraído deudas económicas	1	2	3	4
27. No me preocupan las consecuencias de mis actos sobre los demás	1	2	3	4
28. Necesito que la gente se fije en mí	1	2	3	4
29. Mis emociones son inestables	1	2	3	4
30. Soy vehemente hablando, aunque no suelo aportar argumentos	1	2	3	4
31. Las opiniones de los demás influyen mucho en mí	1	2	3	4
32. Considero amigos/as a personas que apenas conozco	1	2	3	4
33. A los demás les cuesta reconocer mi gran valía	1	2	3	4
34. Los demás deben ayudarme, aunque les suponga un inconveniente	1	2	3	4
35. Desconfío de la gente que me rodea	1	2	3	4
36. Me cuesta perdonar a quien me hace daño	1	2	3	4

	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
37. Haría lo que fuese por evitar que alguien me abandone	1	2	3	4
38. Una persona que ayer adoraba hoy puede ser mi enemigo	1	2	3	4
39. Tengo cambios de humor intensos que afectan a mi vida diaria	1	2	3	4
40. La imagen que tengo de mí mismo/a cambia constantemente	1	2	3	4
41. Me hago daño como forma de aliviar mi angustia	1	2	3	4
42. Siento una sensación de vacío en mi interior	1	2	3	4
43. En situaciones de tensión, pierdo la conexión con la realidad	1	2	3	4
44. Tengo dificultades para mantener la atención	1	2	3	4
45. Me muevo constantemente en mi asiento	1	2	3	4
46. No me preocupa el cumplimiento de normas, siempre que el trabajo esté hecho	1	2	3	4
47. Me resulta difícil mantener la atención en actividades recreativas	1	2	3	4
48. He acosado a compañeros/as	1	2	3	4
49. He falsificado documentos para beneficio propio	1	2	3	4
50. En mi vida personal he tomado decisiones sin pensar en las consecuencias	1	2	3	4
51. Ejercicio violencia física sobre otras personas	1	2	3	4
52. He asumido riesgos que han puesto en peligro a otras personas	1	2	3	4
53. Me han expulsado de algunos trabajos por irresponsable	1	2	3	4
54. Aunque haya hecho daño a otras personas, no siento remordimiento	1	2	3	4
55. Me gusta coquetear con la gente que me rodea	1	2	3	4
56. Anheo tener gran poder e influencia	1	2	3	4
57. No me preocupa el esfuerzo que tengan que realizar otros, mientras que sepan cubrir mis necesidades	1	2	3	4
58. Pienso que mis amigos/as no son totalmente honestos/as	1	2	3	4
59. Contesto con ira cuando los demás me atacan	1	2	3	4
60. Olvido cosas importantes en mis actividades diarias	1	2	3	4
61. Tengo dificultades para mantenerme sentado/a	1	2	3	4
62. Realizo las tareas sin cuidar demasiado los detalles	1	2	3	4
63. Me enfrento con las personas que representan autoridad para mí	1	2	3	4
64. He mentido por dinero	1	2	3	4
65. Contesto antes de que terminen de preguntarme	1	2	3	4
66. Me meto en peleas con facilidad	1	2	3	4
67. Me involucro en actividades peligrosas sin considerar las consecuencias a largo plazo	1	2	3	4
68. He sido irresponsable respecto a mis obligaciones (estudio, trabajo, familia...)	1	2	3	4
69. Me resulta indiferente las necesidades de otras personas	1	2	3	4
70. Me gusta seducir a los demás para que se fijen en mí	1	2	3	4
71. Pienso que soy una persona muy influyente	1	2	3	4
72. Si es necesario, manipulo sutilmente las situaciones para obtener lo que quiero	1	2	3	4

	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
73. Dudo de la lealtad de mis amigos/as	1	2	3	4
74. Cuando alguien me enfada, exploto	1	2	3	4
75. Me cuesta prestar atención cuando me hablan	1	2	3	4
76. Me levanto de mi asiento constantemente	1	2	3	4
77. Realizo las actividades de una forma descuidada	1	2	3	4
78. Me disperso con facilidad mientras me hablan	1	2	3	4
79. No acepto lo que me imponen las autoridades	1	2	3	4
80. He engañado a otras personas para mi beneficio	1	2	3	4
81. Respondo sin esperar que terminen de hablar	1	2	3	4
82. En medio de peleas, he lanzado objetos a otras personas	1	2	3	4
83. Asumo riesgos diarios por ser impulsivo/a	1	2	3	4
84. Incumplo con mis obligaciones	1	2	3	4
85. No me preocupan los sentimientos de los demás	1	2	3	4
86. Me gusta llamar la atención con mi apariencia física	1	2	3	4
87. Me gusta relacionarme con líderes	1	2	3	4
88. Aunque les supongan inconvenientes, las personas de mi alrededor deberían atender mis peticiones	1	2	3	4
89. Pienso que si cuento mis debilidades utilizarán la información para dañarme	1	2	3	4
90. Tengo dificultades para controlarme cuando me enfado	1	2	3	4
91. Me distraigo con tanta facilidad que no termino las cosas que comienzo	1	2	3	4
92. Tengo dificultades para estar quieto/a	1	2	3	4
93. No busco ser impecable en mis tareas	1	2	3	4
94. Dejo las tareas sin terminar porque me distraigo	1	2	3	4
95. Rechazo las peticiones de mis figuras de autoridad	1	2	3	4
96. Si es necesario, no me importa mentir a otras personas	1	2	3	4
97. Me cuesta esperar mi turno	1	2	3	4
98. Cuando discuto puedo ejercer violencia física sobre otros	1	2	3	4
99. Me comprometo a cosas que posteriormente me es difícil cumplir	1	2	3	4
100.Me desespera escuchar los problemas de los demás	1	2	3	4
101.Me gusta atraer la atención por mi apariencia física	1	2	3	4
102.Me gusta relacionarme sólo con personas poderosas	1	2	3	4
103.Pienso que si quieres conseguir lo que quieres, tienes que controlar a los demás	1	2	3	4
104.Prefiero que mis amigos/as no sepan mucho de mí, por miedo a que lo usen en mi contra	1	2	3	4
105.Pierdo el control de mis acciones cuando siento ira	1	2	3	4
106.Me cuesta organizar el tiempo que le dedico a mis tareas	1	2	3	4
107.Aunque moleste, no puedo quedarme quieto/a	1	2	3	4
108.Por acabar pronto mis tareas, descuido que estén bien hechas	1	2	3	4
109.Para mí es difícil gestionar el tiempo dedicado a hacer las tareas	1	2	3	4

	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
110. Rechazo las normas sociales	1	2	3	4
111. Me he inventado acontecimientos por beneficio propio	1	2	3	4
112. Aunque me lo proponga, no puedo esperar mi turno	1	2	3	4
113. Puedo llegar a mostrarme agresivo/a con mis familiares	1	2	3	4
114. No he cumplido con mis promesas	1	2	3	4
115. No me afecta que mi conducta pueda ser dañina para alguien	1	2	3	4
116. Causo vergüenza a mis amigos/as por ser dramático/a	1	2	3	4
117. Tengo derecho a un trato privilegiado	1	2	3	4
118. Pienso que detrás de los cumplidos hay motivos ocultos	1	2	3	4
119. Me cuestan las actividades que requieren mucha concentración	1	2	3	4
120. Me cuesta estar tranquilo/a en mi tiempo de ocio	1	2	3	4
121. Me meto en conversaciones ajenas	1	2	3	4
122. Me gusta captar la atención siendo exagerado/a en público	1	2	3	4
123. En cualquier situación, espero que se me dé un trato preferente	1	2	3	4
124. La amabilidad de la gente me genera desconfianza	1	2	3	4
125. Me cuestan las tareas que requieren mucha atención	1	2	3	4
126. Me cuesta permanecer quieto/a en mis actividades recreativas	1	2	3	4
127. Me entrometo en asuntos de otras personas	1	2	3	4
128. Me encanta que mis amigos/as me presten atención continuamente	1	2	3	4
129. Me envidian por mis logros	1	2	3	4
130. Desconfío de mi pareja	1	2	3	4
131. Pierdo el material que necesito para mis actividades	1	2	3	4
132. No puedo parar de moverme	1	2	3	4
133. Me gusta ser el centro de atención allá donde vaya	1	2	3	4
134. Causo envidia a otras personas	1	2	3	4
135. Me gusta estar atento/a en mi relación de pareja para que no me traicionen	1	2	3	4
136. No sé dónde pongo los materiales necesarios para mis actividades	1	2	3	4
137. Siento la necesidad de estar continuamente en movimiento	1	2	3	4
138. A los demás les iría mejor si siguiesen mis recomendaciones	1	2	3	4
139. Me distraigo con cualquier ruido	1	2	3	4
140. No puedo dejar de hablar, aunque moleste a otras personas	1	2	3	4
141. Soy olvidadizo/a en las actividades cotidianas	1	2	3	4
142. Los demás tienen que hacerme caso para que les vaya mejor	1	2	3	4
143. Me distraigo con cualquier cosa	1	2	3	4
144. Aunque tenga que estar en silencio, me es difícil estar callado/a	1	2	3	4