

Autores: Slaney, Mobley, Trippi, Ashby, & Johnson (1996). Traducción: Arana, Lago, Scappatura, & López (2004).  
 Adaptación: Arana, Rutzstein, & Keegan (2009).

### Instrucciones

Los siguientes ítems han sido diseñados para medir las actitudes que tienen las personas sobre si mismas, sobre su desempeño y sobre los demás. No hay respuestas correctas ni incorrectas. Por favor responda todas las preguntas. Utilice su primera impresión y no pierda demasiado tiempo en responder cada ítem de forma individual. Responda cada uno de los ítems utilizando la escala que presentamos debajo para describir su grado de acuerdo con cada uno de los mismos.

- |   |  |
|---|--|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Fuertemente en desacuerdo.</li> <li>2. En desacuerdo.</li> <li>3. Levemente en desacuerdo.</li> <li>4. No estoy de acuerdo ni en desacuerdo.</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>5. Levemente de acuerdo.</li> <li>6. De acuerdo.</li> <li>7. Fuertemente de acuerdo.</li> </ol> |
|---|--|

		1	2	3	4	5	6	7
1	Tengo altos estándares de desempeño, ya sea en el trabajo o en el estudio.							
2	Soy una persona ordenada.							
3	A menudo me siento frustrado porque no puedo alcanzar mis metas.							
4	Ser pulcro es importante para mí.							
	Si uno no espera mucho de sí mismo, nunca triunfará.							
6	Lo mejor de mí nunca parece ser lo suficientemente bueno para mí.							
7	Pienso que cada cosa debería estar en su lugar.							
8	Tengo altas expectativas para mí mismo.							
9	Raramente cumplo con mis elevados estándares.							
10	Me gusta ser siempre organizado y disciplinado.							
11	Dar lo mejor de mí nunca parece ser suficiente.							
12	Me impongo estándares muy elevados.							
13	Nunca estoy satisfecho con mis logros							
14	Espero lo mejor de mí mismo.							
15	A menudo me preocupa no estar a la altura de mis expectativas.							
16	Mi desempeño rara vez esta a la altura de mis estándares.							
17	No estoy satisfecho aún cuando sé que hice lo mejor que pude.							
18	Trato de dar lo mejor de mí en todo lo que hago.							
19	Rara vez soy capaz de alcanzar mis altos estándares de desempeño.							
20	Casi nunca estoy satisfecho con mi desempeño.							
21	Casi nunca siento que lo que he hecho está lo suficientemente bien.							
22	Tengo una fuerte necesidad de esforzarme por la excelencia.							
23	A menudo siento decepción después de completar una tarea porque sé que la podría haber hecho mejor.							