



## Test de personalidad de Winnie the Pooh Cuestionario

### Instrucciones

Test de personalidad de Winnie the Pooh contiene 49 elementos valorados en una escala de 3 puntos. Responde a cada pregunta con sinceridad, basándote en tus pensamientos, sentimientos y experiencias habituales. No hay respuestas correctas ni incorrectas.

#	Declaración	Nunca (0)	A veces (1)	A menudo (2)
1	Sientes falta de interés o placer en actividades que solías disfrutar	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2	Hablar sin pensar	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3	Enfadarte o sentirte ansioso cuando hay cambios inesperados	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4	Pasar de una tarea a otra sin terminarlas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5	Tener dificultades para mantener el contacto visual durante las conversaciones	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6	Perder interés en tus aficiones o compromisos sociales	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7	Te cuesta escuchar a los demás sin distraerte fácilmente	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8	Tienes una gran necesidad de orden y organización en tu entorno	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

#	Declaración	Nunca (0)	A veces (1)	A menudo (2)
9	Pierdes o extravías objetos necesarios para las actividades diarias	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10	Te sientes fatigado o con falta de energía	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11	Tienes miedo de perder algo importante	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12	Notas un deterioro en tu higiene personal o en tus hábitos de cuidado personal	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13	Te sientes irritable o te enfadas con facilidad	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14	Tener problemas de memoria	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15	Cometer errores por descuido	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
16	Oyes o ves cosas que los demás no ven	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
17	Te sientes inquieto	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
18	Te sientes nervioso sin motivo aparente	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
19	Tienes dificultades para recordar citas, obligaciones o detalles	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
20	Tienes dificultades para concentrarte o prestar atención	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
21	Pierdes la noción del tiempo o no cumples con los plazos	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
22	Tienes arrebatos repentinos o cambios de humor	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
23	Tienes problemas para concentrarte o sientes que tu mente se queda en blanco	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

#	Declaración	Nunca (0)	A veces (1)	A menudo (2)
24	Te cuesta controlar tus preocupaciones	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
25	Tienes dificultades para entender el sarcasmo o las bromas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
26	Interrumpes o sueltas respuestas antes de que los demás terminen de hablar	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
27	Evitas situaciones o actividades por miedo o preocupación	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
28	Prefieres pasar tiempo a solas en lugar de en situaciones sociales	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
29	Revisas y vuelves a revisar cosas como cerraduras, electrodomésticos o pertenencias	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
30	Dedicas demasiado tiempo a limpiar, organizar o revisar cosas repetidamente	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
31	Tienes una necesidad constante de estar en movimiento	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
32	Te dedicas a dudar o comprobar las cosas en exceso	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
33	Preocuparte por diversos aspectos de tu vida	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
34	Tienes problemas para conciliar el sueño	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
35	Tienes dificultades para tomar decisiones	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
36	Te cuesta adaptarte a los cambios	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

#	Declaración	Nunca (0)	A veces (1)	A menudo (2)
37	Tienes miedo de olvidar información importante	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
38	Sientes culpa o te culpas a ti mismo en exceso	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
39	Te cuesta mantener el esfuerzo mental	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
40	Te sientes desesperanzado respecto al futuro	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
41	Tienes pensamientos repetitivos que no puedes detener	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
42	Prefieres las rutinas y te angustias cuando cambian	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
43	Actúas sin tener en cuenta las consecuencias	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
44	Te sientes alejado de la realidad a veces	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
45	Te sumerges en la fantasía o la imaginación	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
46	Te cuesta entender las señales sociales	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
47	Te resulta difícil hacer o mantener amistades	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
48	Te sientes triste la mayor parte del tiempo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
49	Necesitas estimulación o actividad constantes	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

## Instrucciones para la puntuación

Las respuestas deben sumarse siguiendo los procedimientos de puntuación de la evaluación.

Por lo general, las puntuaciones más altas indican una mayor expresión del constructo medido, salvo que se indique lo contrario.

## Claves de puntuación de las dimensiones

Dimensión	Artículos	Número de artículos
Eeyore	1, 10, 35, 38, 40, 48	6
Tigger	2, 13, 17, 22, 26, 31, 43, 49	8
Rabbit	3, 8, 41	3
Pooh	4, 7, 9, 15, 19, 20, 21, 39	8
Roo	5, 25, 28, 42, 46, 47	6
Christopher Robin	6, 12, 14, 16, 44, 45	6
Piglet	11, 18, 23, 24, 27, 33, 34	7
Conejo	29, 30, 32, 36, 37	5

## Intervalos de puntuación bruta

Escala	Artículos	Rango posible
Eeyore	6	0-12
Tigger	8	0-16
Rabbit	3	0-6
Pooh	8	0-16
Roo	6	0-12
Christopher Robin	6	0-12
Piglet	7	0-14
Conejo	5	0-10
<b>Puntuación global</b>	<b>49</b>	<b>0-98</b>

## Fuente

---

Shea, S. E., Gordon, K., Hawkins, A., Kawchuk, J. y Smith, D. (2000). Patología en el Bosque de los Cien Acres: una perspectiva del desarrollo neurológico en A. A. Milne. CMAJ : Canadian Medical Association journal = journal de l'Association médicale canadienne, 163(12), 1557–1559.

---

Elaborado por [Drdeenz](#)

Versión interactiva: [Test de personalidad de Winnie the Pooh](#)