

TMMS-24.**INSTRUCCIONES:**

A continuación encontrará algunas afirmaciones sobre sus emociones y sentimientos. Lea atentamente cada frase y indique por favor el grado de acuerdo o desacuerdo con respecto a las mismas. Señale con una "X" la respuesta que más se aproxime a sus preferencias.

No hay respuestas correctas o incorrectas, ni buenas o malas.

No emplee mucho tiempo en cada respuesta.

1	2	3	4	5
Nada de Acuerdo	Algo de Acuerdo	Bastante de acuerdo	Muy de Acuerdo	Totalmente de acuerdo

1.	Presto mucha atención a los sentimientos.	1	2	3	4	5
2.	Normalmente me preocupo mucho por lo que siento.	1	2	3	4	5
3.	Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.	1	2	3	4	5
4.	Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.	1	2	3	4	5
5.	Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.	1	2	3	4	5
6.	Pienso en mi estado de ánimo constantemente.	1	2	3	4	5
7.	A menudo pienso en mis sentimientos.	1	2	3	4	5
8.	Presto mucha atención a cómo me siento.	1	2	3	4	5
9.	Tengo claros mis sentimientos.	1	2	3	4	5
10.	Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.	1	2	3	4	5
11.	Casi siempre sé cómo me siento.	1	2	3	4	5
12.	Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas.	1	2	3	4	5
13.	A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones.	1	2	3	4	5
14.	Siempre puedo decir cómo me siento.	1	2	3	4	5
15.	A veces puedo decir cuáles son mis emociones.	1	2	3	4	5
16.	Puedo llegar a comprender mis sentimientos.	1	2	3	4	5
17.	Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.	1	2	3	4	5
18.	Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.	1	2	3	4	5
19.	Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.	1	2	3	4	5
20.	Intento tener pensamientos positivos aunque me sienta mal.	1	2	3	4	5
21.	Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.	1	2	3	4	5
22.	Me preocupo por tener un buen estado de ánimo.	1	2	3	4	5
23.	Tengo mucha energía cuando me siento feliz.	1	2	3	4	5
24.	Cuando estoy enfadado intento cambiar mi estado de ánimo.	1	2	3	4	5

Interpretación

Descripción de la prueba: Evalúa la inteligencia emocional en base a tres factores: atención (conciencia, reconocimiento y significado de las emociones), claridad (conocer, comprender y distinguir las emociones, así como integrarlas en el pensamiento) y reparación (regulación y control de las emociones) (Taramuel, James; Zapata, Victor., 2017).

Escala evaluada	PC	Valoración
Atención	30	Adecuada
Claridad	27	Adecuada
Reparación	29	Adecuada

Los resultados de la prueba indican que la paciente es capaz de sentir y expresar sus sentimientos de forma adecuada, que comprende bien sus estados de ánimo y que capaz de regular sus estados emocionales correctamente. Sin embargo, estos resultados son completamente contradictorios a su historia clínica, esto dado que, la paciente indica que se le dificulta reconocer sus emociones, la mayor parte del tiempo no logra regularlas y que las experimenta “muy fuerte”.

Se puede observar en las pruebas proyectivas que tiene conflictos emocionales, inestabilidad emocional y posee controles internos deficientes. Refiere que “llora por todo” y muchas veces no sabe qué hacer con sus emociones, también es importante destacar que durante la realización de la prueba la paciente se mostraba muy pensativa y cautelosa de sus respuestas, es por esto que se considera que los resultados de la prueba Trait Meta Mood Scale (TMMS-24) no son completamente confiables.