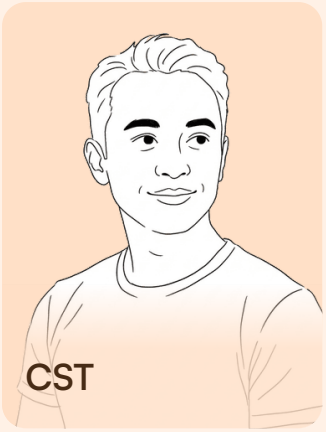


Cuestionario de Estrés de Cungi (CST)

El test de evaluación del estrés de Cungi es un instrumento diseñado para medir el nivel de estrés de las personas. Mide la intensidad del estrés global e identifica los factores estresantes, como el trabajo, las relaciones o la salud.

Número de preguntas	19 preguntas
Duración estimada	4 minutos
Idioma	Español
Nombre original	Cungi Stress Test
Categoría	Estrés

Vista previa de las 19 preguntas

¿Soy emotivo/a, sensible a los comentarios y a las críticas de los demás?

Nada | Un poco | Algo | Bastante | Mucho | Extremadamente

¿Tengo mal genio o me irrito con facilidad?

Nada | Un poco | Algo | Bastante | Mucho | Extremadamente

¿Soy perfeccionista, con tendencia a no estar satisfecho/a con lo que he hecho o con lo que han hecho los demás?

Nada | Un poco | Algo | Bastante | Mucho | Extremadamente

¿Tengo el corazón acelerado, sudores, temblores, contracciones musculares involuntarias, por ejemplo en la cara o en los párpados?

Nada | Un poco | Algo | Bastante | Mucho | Extremadamente

¿Siento tensión en los músculos, con sensación de rigidez en la mandíbula, la cara o el cuerpo en general?

Nada | Un poco | Algo | Bastante | Mucho | Extremadamente

Administra tus cuestionarios en línea

Envía un enlace a tu paciente: responde desde el móvil o el ordenador, y recibes los resultados corregidos por email.

Ver el cuestionario en mentaal.org ›

¿Eres profesional de la psicología?

Con Mentaal, obtén información útil para acompañar a tus pacientes.

- Tests estandarizados
- Corrección automática
- Resultados por correo electrónico

Probar gratis | Ver todos los cuestionarios

★★★★★

“La corrección automática me ahorra muchísimo tiempo y mis pacientes están mucho más dispuestos a responder los cuestionarios.”

Natalia A. - Psicóloga online