

## Cuestionario para Adultos sobre pensamientos y creencias poco útiles sobre Tartamudez (UTBAS I, II, III)

Lea cada ítem y, usando la escala del 1 al 5, marque la que mejor lo describa: (1) Con qué frecuencia tiene estos pensamientos,  
(2) Cuánto cree en estos pensamientos, (3) Cuán ansioso lo hacen sentir estos pensamientos.

	1= nunca / para nada 2= raramente / ligeramente 3= a veces / algo 4= a menudo / bastante 5= siempre / totalmente	Con qué FRECUENCIA tengo estos pensamientos					Cuánto CREO en estos pensamientos					Cuán ANSIOSO me hacen sentir estos pensamientos				
		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
1	La gente dudará de mi capacidad porque tartamudeo.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
2	Es imposible ser realmente exitoso en la vida si tartamudeas.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
3	No podré mantener un trabajo si tartamudeo.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
4	Todo es mi culpa- Debería poder controlar mi tartamudez.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
5	Soy una persona débil porque tartamudeo.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
6	No le agradaré a nadie si tartamudeo.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
7	Podría tartamudear.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
8	La gente se concentra en cada palabra que digo.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
9	Soy incompetente.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
10	Nadie podría amar a un tartamudo.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
11	Voy a tartamudear.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
12	Todos en la sala me oirán tartamudear.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
13	Soy estúpido.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
14	La gente pensará que soy estúpido si tartamudeo.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
15	Nunca seré exitoso debido a mi tartamudez.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
16	No seré capaz de responder sus preguntas.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5

		1= nunca / para nada 2= raramente / ligeramente 3= a veces / algo 4= a menudo / bastante 5= siempre / totalmente					Con que FRECUENCIA tengo estos pensamientos					Cuánto CREO en estos pensamientos					Cuán ANSIOSO me hacen sentir estos pensamientos				
							1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
17	Me siento desesperanzado.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5					
18	No soy útil en el lugar de trabajo.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5					
19	La gente pensará que soy incompetente porque tartamudeo.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5					
20	Me bloquearé completamente y no tendré la capacidad de hablar.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5					
21	Todos pensarán que soy un idiota.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5					
22	No puedo hablar con personas en posiciones de autoridad.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5					
23	La gente pensará que soy extraño.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5					
24	La gente pensará que no puedo hablar Español.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5					
25	Nadie querría tener una relación con un tartamudo.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5					
26	No puedo pensar claramente porque tartamudeo.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5					
27	No puedo hablar con gente agresiva.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5					
28	La gente pensará que no tengo opiniones.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5					
29	La gente pensará que soy aburrido porque no tengo nada que decir.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5					
30	Si me bloqueo, la gente pensará que soy retardado.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5					
31	No puedo enfrentar a estas personas.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5					
32	La gente se preguntará que está mal en mi si tartamudeo.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5					
33	Qué pensará la gente sobre mi si están en desacuerdo con lo que digo?	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5					
34	La mayoría de la gente ve a los tartamudos como menos capaces.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5					
35	No quiero ir, a la gente no le gustará.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5					

		1= nunca / para nada 2= raramente / ligeramente 3= a veces / algo 4= a menudo / bastante 5= siempre / totalmente					Con que FRECUENCIA tengo estos pensamientos					Cuánto CREO en estos pensamientos					Cuán ANSIOSO me hacen sentir estos pensamientos				
							1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
36	Mis pausas son demasiado largas, la gente pensará que soy extraño.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5					
37	A la gente no le gustaré porque no seré capaz de hablar.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5					
38	No puedo convencer a la gente sobre nada que digo porque tartamudeo.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5					
39	La gente pensará que soy retardado si tartamudeo.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5					
40	Me bloquearé- Se que así será.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5					
41	Me veré como un tonto.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5					
42	La gente se cansa de esperarme hasta que salen mis palabras.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5					
43	La gente no debería tener que esperarme tanto para que hable.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5					
44	Siempre avergüenzo a la gente con la que estoy hablando.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5					
45	La gente piensa que tengo algo que ocultar porque mi tartamudez suena sospechosa.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5					
46	La gente pensará que yo no valgo nada.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5					
47	Me avergonzaré de mi mismo.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5					
48	No puedo hablar con las personas que me parecen sexualmente atractivas.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5					
49	Nadie entenderá lo que estoy tratando de decir.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5					
50	De que sirve intentar hablar- Nunca sale bien.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5					
51	No seré capaz de decir exactamente lo que quiero decir	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5					
52	Todos pensarán que soy simple o tonto porque evito usar palabras difíciles.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5					
53	Enlentezco las conversaciones de todos.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5					
54	Todos odian cuando comienzo a hablar.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5					

		1= nunca / para nada 2= raramente / ligeramente 3= a veces / algo 4= a menudo / bastante 5= siempre / totalmente					Con que FRECUENCIA tengo estos pensamientos					Cuánto CREO en estos pensamientos					Cuán ANSIOSO me hacen sentir estos pensamientos				
							1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
55	Nunca puedo hablar por teléfono.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
56	No seré capaz de pedir lo que quiero.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
57	La persona del otro lado colgará el teléfono.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
58	La gente se reirá de mí.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
59	La gente pensará que soy mudo.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
60	Nunca terminaré de explicar mi idea - Me malinterpretarán.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
61	El contestador automático se apagará si me bloqueo - No seré capaz de dejar ningún mensaje.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
62	Las personas pensarán que es una broma telefónica si me bloqueo.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
63	No seré capaz de decir "Hola" cuando atiendan el teléfono.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
64	Las personas que tartamudean son estúpidas.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
65	Las personas que tartamudean son incompetentes.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
66	Las personas que tartamudean son aburridas.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5