

CUESTIONARIO MOS

Apoyo emocional

1. ¿Cuántas amistades íntimas y familiares cercanos tienes? Indica con número la respuesta: _____.

¿Con qué frecuencia cuentas con alguien en las situaciones descritas en las frases? Marca la opción que mejor se ajuste a ti, según esta escala:

1	2	3	4	5
Nunca	Pocas veces	Algunas veces	La mayoría	Siempre

	1	2	3	4	5
2. Que te ayude cando tienes que estar en la cama.	☐	☐	☐	☐	☐
3. Con quien puedas contar cando necesites hablar.	☐	☐	☐	☐	☐
4. Que te de consejos cuando tienes problemas.	☐	☐	☐	☐	☐
5. Que te lleve al médico cuando lo necesitas.	☐	☐	☐	☐	☐
6. Que te demuestre amor y afecto.	☐	☐	☐	☐	☐
7. Con quien pasar un buen rato.	☐	☐	☐	☐	☐
8. Que te informe y ayude a entender una situación.	☐	☐	☐	☐	☐
9. En quien confiar o con quien hablar de ti misma.	☐	☐	☐	☐	☐
10. Que te abraze.	☐	☐	☐	☐	☐
11. Con quien puedas relajarte.	☐	☐	☐	☐	☐
12. Que te prepare la comida si no puedes hacerla.	☐	☐	☐	☐	☐
13. Cuyo consejo realmente desees.	☐	☐	☐	☐	☐
14. Con quien hacer cosas para olvidar problemas.	☐	☐	☐	☐	☐
15. Que te ayude en las tareas domésticas si estás enferma.	☐	☐	☐	☐	☐
16. Con quien compartir tus temores y problemas íntimos.	☐	☐	☐	☐	☐
17. Que te aconseje sobre cómo resolver problemas.	☐	☐	☐	☐	☐
18. Con quien divertirse.	☐	☐	☐	☐	☐
19. Que comprenda tus problemas.	☐	☐	☐	☐	☐
20. A quien amar y hacerle sentirse querido/a.	☐	☐	☐	☐	☐

SUMA TOTAL DE TODAS LAS PUNTUACIONES = _____