

CONVERTIRSE EN MADRE (BaM-13)

Nombre: _____ Fecha de hoy: _____

Edad de su hijo/a: _____ (¿semanas o meses o años?)

¿Tiene usted más hijos? Si / No (en caso afirmativo, ¿qué edad tienen?: _____)

Las preguntas más abajo nos ayudarán a comprender cómo está viviendo usted la experiencia de ser madre.

No hay respuestas correctas o incorrectas. Sólo son respuestas que nos indican cómo se ha estado sintiendo usted. Para cada pregunta, piense en cómo se ha estado sintiendo durante las últimas dos – tres semanas. Por favor, subraye una afirmación por cada pregunta.

Durante las últimas 2 - 3 semanas

1. Me he sentido segura cuidando a mi niño-a:

- Si, Siempre o casi siempre
- Si, a veces
- No, no muy a menudo
- No, casi nunca o nunca

2. He echado de menos la vida que tenía antes de quedarme embarazada de este niño-a:

- No, raramente o nunca
- No, no muy a menudo
- Si, algunas veces
- Si, siempre o casi siempre

3. Me ha resultado difícil manejar la situación cuando mi niño-a llora:

- No, raramente o nunca
- No, no muy a menudo
- Si, algunas veces
- Si, siempre o casi siempre

4. Me he sentido unido a mi niño-a:

- Si, siempre o casi siempre
- Si, algunas veces
- No, no muy a menudo
- No, raramente o nunca

5. Me he sentido sola o aislada:

- No, raramente o nunca
- No, no muy a menudo
- Si, algunas veces
- Si, siempre o casi siempre

Continúa en la siguiente página.....

6. Me he sentido aburrida:

- No, raramente o nunca
- No, no muy a menudo
- Si, algunas veces
- Si, siempre o casi siempre

7. Me he sentido sin apoyo:

- No, raramente o nunca
- No, no muy a menudo
- Si, algunas veces
- Si, siempre o casi siempre

8. Me he sentido bien al pedir ayuda o consejo a la gente cuando lo he necesitado:

- Si, siempre o casi siempre
- Si, algunas veces
- No, no muy a menudo
- No, raramente o nunca

9. Me he sentido nerviosa o insegura con mi niño-a:

- No, raramente o nunca
- No, no muy a menudo
- Si, algunas veces
- Si, siempre o casi siempre

10. He estado preocupada por si le pasara algo a mi niño-a:

- No, raramente o nunca
- No, no muy a menudo
- Si, algunas veces
- Si, siempre o casi siempre

11. He estado enfadada o irritada con mi niño-a:

- No, raramente o nunca
- No, no muy a menudo
- Si, algunas veces
- Si, siempre o casi siempre

12. Me preocupa no ser tan buena como otras madres:

- No, raramente o nunca
- No, no muy a menudo
- Si, algunas veces
- Si, siempre o casi siempre

13. Me he sentido culpable:

- No, raramente o nunca
- No, no muy a menudo
- Si, algunas veces
- Si, siempre o casi siempre

En caso de que a usted la experiencia de ser madre le haya resultado muy estresante, muy difícil, o desagradable, ¿por qué motivo piensa usted que ha sido así?: _____
