



ESTUDIO BÍBLICO

Serie: Emociones en Control

Marque máximo 2 o 3 opciones por pregunta. No escriba su nombre.

1. ¿Qué emoción experimenta con mayor frecuencia?

- ☐ Ansiedad
- ☐ Ira / enojo
- ☐ Tristeza
- ☐ Soledad
- ☐ Miedo
- ☐ Frustración
- ☐ Baja autoestima
- ☐ Amargura
- ☐ Cansancio emocional
- ☐ Desánimo

2. Cuando enfrentas problemas fuertes:

- ☐ Me irrito fácilmente
- ☐ Me preocupo demasiado
- ☐ Me desanimo
- ☐ Me encierro
- ☐ Busco ayuda y oración

3. ¿Qué frase describe mejor tu lucha actual?

- ☐ Me enojo fácil
- ☐ Me preocupo por todo
- ☐ Estoy cansado emocionalmente
- ☐ Me siento solo
- ☐ No me siento suficiente

4. ¿Con qué frecuencia tus emociones dominan decisiones?

- ☐ Siempre
- ☐ Muchas veces
- ☐ Algunas veces
- ☐ Rara vez

5. En momentos difíciles aparece primero:

- ☐ Miedo
- ☐ Ansiedad
- ☐ Tristeza
- ☐ Culpa
- ☐ Vergüenza
- ☐ Soledad

6. Emoción que más te cuesta controlar:

- ☐ Ira
- ☐ Ansiedad
- ☐ Tristeza
- ☐ Celos / envidia
- ☐ Culpa
- ☐ Miedo

7. ¿Tus emociones afectan tu relación con Dios?

- ☐ Sí mucho
- ☐ Algunas veces
- ☐ Muy poco
- ☐ No

8. Estado emocional últimamente:

- ☐ En paz
- ☐ Con estrés
- ☐ Cansado emocionalmente
- ☐ Triste
- ☐ Muy preocupado

9. ¿Has sentido que tu vida pierde sentido?

- ☐ Frecuentemente
- ☐ Algunas veces
- ☐ Rara vez
- ☐ Nunca

10. ¿Qué emoción necesitas que Dios sane?

- ☐ Ansiedad
- ☐ Ira
- ☐ Tristeza
- ☐ Soledad
- ☐ Baja autoestima
- ☐ Culpa
- ☐ Amargura
- ☐ Miedo



ESTUDIO BÍBLICO

Serie: Emociones en Control

Marque máximo 2 o 3 opciones por pregunta. No escriba su nombre.

1. ¿Qué emoción experimenta con mayor frecuencia?

- ☐ Ansiedad
- ☐ Ira / enojo
- ☐ Tristeza
- ☐ Soledad
- ☐ Miedo
- ☐ Frustración
- ☐ Baja autoestima
- ☐ Amargura
- ☐ Cansancio emocional
- ☐ Desánimo

2. Cuando enfrentas problemas fuertes:

- ☐ Me irrito fácilmente
- ☐ Me preocupo demasiado
- ☐ Me desanimo
- ☐ Me encierro
- ☐ Busco ayuda y oración

3. ¿Qué frase describe mejor tu lucha actual?

- ☐ Me enojo fácil
- ☐ Me preocupo por todo
- ☐ Estoy cansado emocionalmente
- ☐ Me siento solo
- ☐ No me siento suficiente

4. ¿Con qué frecuencia tus emociones dominan decisiones?

- ☐ Siempre
- ☐ Muchas veces
- ☐ Algunas veces
- ☐ Rara vez

5. En momentos difíciles aparece primero:

- ☐ Miedo
- ☐ Ansiedad
- ☐ Tristeza
- ☐ Culpa
- ☐ Vergüenza
- ☐ Soledad

6. Emoción que más te cuesta controlar:

- ☐ Ira
- ☐ Ansiedad
- ☐ Tristeza
- ☐ Celos / envidia
- ☐ Culpa
- ☐ Miedo

7. ¿Tus emociones afectan tu relación con Dios?

- ☐ Sí mucho
- ☐ Algunas veces
- ☐ Muy poco
- ☐ No

8. Estado emocional últimamente:

- ☐ En paz
- ☐ Con estrés
- ☐ Cansado emocionalmente
- ☐ Triste
- ☐ Muy preocupado

9. ¿Has sentido que tu vida pierde sentido?

- ☐ Frecuentemente
- ☐ Algunas veces
- ☐ Rara vez
- ☐ Nunca

10. ¿Qué emoción necesitas que Dios sane?

- ☐ Ansiedad
- ☐ Ira
- ☐ Tristeza
- ☐ Soledad
- ☐ Baja autoestima
- ☐ Culpa
- ☐ Amargura
- ☐ Miedo