

ESCALA DE RESILIENCIA DE WAGNILD Y YOUNG(ER)FICHA TÉCNICA

□

Nombre: Escala de Resiliencia.

□

Autores: Wagnild, G. Young, H. (1993).

□

Procedencia: Estado Unidos.

□

Adaptación peruana: Novella (2002).

□

Administración: Individual o colectiva.

□

Duración: Aproximadamente de 25 a 30 minutos.

□

Aplicación: Para adolescentes y adultos.

□

Significación: La Escala evalúa las siguientes dimensiones de la resiliencia: Ecuanimidad, Sentirse bien solo, Confianza en sí mismo, Perseverancia, y Satisfacción. Asimismo, considera una Escala Total.

BREVE DESCRIPCIÓN

La escala de resiliencia fue construida por Wagnild y Young en 1988, y fue revisada por los mismos autores en 1993. Está compuesta de 25 ítems, los cuales puntúan en una escala tipo Likert de 7 puntos, donde 1 es en desacuerdo, y un máximo de acuerdo es 7. Los participantes indicarán el grado de conformidad con el ítem, ya que todos los ítems son calificados positivamente; los más altos puntajes serán indicadores de mayor resiliencia, el rango de puntaje varía entre 25 y 175 puntos. Para Wagnild y Young (1993), la resiliencia sería una característica de la personalidad que modera el efecto negativo del estrés y fomenta la adaptación. Ello connota vigor o fibra emocional y se ha utilizado para describir a personas que muestran valentía y adaptabilidad ante los infortunios de la vida. La Resiliencia es la capacidad para resistir, tolerar la presión, los obstáculos y pese a ello hacer las cosas correctas, bien hechas, cuando todo parece actuar en nuestra contra. Puede entenderse aplicada a la psicología como la capacidad de una persona de hacer las cosas bien pese a las condiciones de vida adversas, a las frustraciones, superarlas y salir de ellas fortalecido o incluso transformado.

OBJETIVOS DEL INSTRUMENTO

a) Establecer el nivel de Resiliencia de los estudiantes. b) Realizar un análisis psicométrico del nivel de Resiliencia de los estudiantes

ESTRUCTURA

La Escala de Resiliencia tiene como componentes: • Confianza en sí mismo • Ecuanimidad • Perseverancia • Satisfacción personal • Sentirse bien solo

FACTORES

Factor I:

Denominado

COMPETENCIA PERSONAL

;integrado por 17 ítems que indican: autoconfianza, independencia, decisión, invencibilidad, poderío, ingenio y perseverancia.

Factor II:

Denominado

ACEPTACIÓN DE UNO MISMO

Y DE LA VIDA

representados por 8 ítems, y reflejan la adaptabilidad, balance, flexibilidad y una perspectiva de vida estable que coincide con la aceptación por la vida y un sentimiento de paz a pesar de la adversidad. Estos factores representan las siguientes características de Resiliencia

)

Ecuanimidad:

Denota una perspectiva balanceada de la propia vida y experiencias, tomar las cosas tranquilamente y moderando sus actitudes ante la adversidad. b)

Perseverancia:

Persistencia ante la adversidad o el desaliento, tener un fuerte deseo del logro y autodisciplina. c)

Confianza en sí mismo:

Habilidad para creer en sí mismo, en sus capacidades. d)

Satisfacción personal:

Comprender el significado de la vida y cómo se contribuye a esta. e)

Sentirse bien sólo:

Nos da el significado de libertad y que somos únicos y muy importantes.

Relación de ítems por cada factor de la Escala de Resiliencia (ER)

Factor	Ítems
Satisfacción personal	16, 21, 22, 25
Ecuanimidad	7, 8, 11, 12
Sentirse bien solo	5, 3, 19
Confianza en sí mismo	6, 9, 10, 13, 17, 18, 24
Perseverancia	1, 2, 4, 14, 15, 20, 23

CALIFICACIÓN E INTERPRETACIÓN

Los 25 ítems puntuados en una escala de formato tipo Likert de 7 puntos donde: 1, es máximo desacuerdo; 7, significa máximo acuerdo. Los participantes indicarán el grado de conformidad con el

ítem; y a todos los que son calificados positivamente de entre 25 a 175 serán puntajes indicadores de mayor resiliencia.

CONFIABILIDAD

La prueba piloto tuvo una confiabilidad calculada por el método de la consistencia interna con el coeficiente alfa de Cronbach de 0.89 (Novella, 2002). Los estudios citados por Wagnild y Young dieron confiabilidades de 0.85 en una muestra de cuidadores de enfermos de Alzheimer; 0.86 y 0.85 en dos muestras de estudiantes femeninas graduadas; 0.90 en madres primerizas post parto; y 0.76 en residentes de alojamientos públicos. Además, con el método test-retest la confiabilidad fue evaluada por los autores en un estudio longitudinal en mujeres embarazadas antes y después del parto, obteniéndose correlaciones de 0.67 a 0.84, las cuales son respetables

El año 2004 se realiza una nueva adaptación de la Escala de Resiliencia por un grupo de profesionales de la facultad de psicología Educativa de la UNMSM realizada en una muestra de 400 estudiantes varones y mujeres entre 13 a 18 años de edad de tercer año de secundaria de la UGEL 03, obteniéndose una confiabilidad calculada por el método de la consistencia interna con el coeficiente alfa de Cronbach de 0.83.

VALIDEZ

La validez concurrente se demuestra por los altos índices de correlación de la ER con mediciones bien establecidas de constructos vinculados con la resiliencia. Según el criterio de Kaiser, se identifican 5 factores. La validez del contenido se da a priori, pues los ítems fueron seleccionados acorde con aquellos que reflejaban las definiciones de resiliencia, a cargo de los investigadores, dos psicometristas y dos enfermeras. Los ítems tienen una redacción positiva. La validez concurrente se da al correlacionar altamente con mediciones bien establecidas de constructos vinculados con la resiliencia como: Depresión, $r = -0.36$, satisfacción de vida, $r = 0.59$; moral, $r = 0.54$; salud, $r = 0.50$; autoestima, $r = 0.57$; y percepción al estrés, $r = -0.67$. En cuanto a la validez, se utilizó en esta investigación el análisis factorial para valorar la estructura interna del cuestionario, con la técnica de componentes principales y rotación *oblimin*, que nos mostró 5 factores que no están correlacionados entre sí

halló dos factores, pero los ítems que los componían eran diferentes a los de la versión original. Por nuestra parte, cuando utilizamos este criterio preferimos una solución de cinco factores, en vez de una solución de dos factores, como se aprecia en la figura 1, y también porque la cantidad de varianza explicada era baja (27.427%), mientras que los cinco factores explican el 42.358% de la varianza. Además, porque teóricamente correspondía al número de cinco áreas o perspectivas de la resiliencia; sin embargo, los ítems que componen estos factores se agrupan de modo diferente a los de la versión original. En la figura 1 se aprecia, de forma gráfica, la manera como los autovalores o *eigen value*

de cada uno de los componentes o factores disminuyen a lo largo del análisis. A partir de esta gráfica, decidimos retener cinco factores que se presentan en la tabla 4.

Figura 1. Escala de Resiliencia de Wagnild y Young: Criterio Scree Plot de Cattell

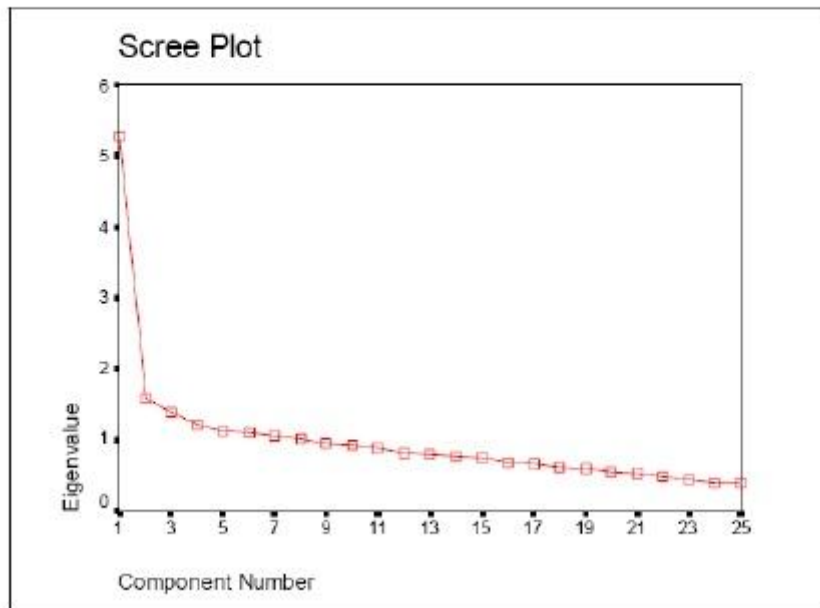


Tabla 4. Escala de Resiliencia de Wignald y Young: Estructura factorial después de aplicado el criterio Scree Plot de Cattell

Ítemes	Componentes o Factores				
	I	II	III	IV	V
1	0.492				
6	0.591				
8	0.569				
10	0.632				
14	0.536				
18	0.597				
21	0.664				
24	0.666				
5		0.399			
13		0.666			
16		0.475			
17		0.505			
19		0.586			
20		0.564			
23		0.31			
4			-0.737		
7			-0.519		
9			-0.574		
15			-0.763		
12				0.445	
22				0.414	
25				0.669	
2					0.601
3					0.464
11					-0.403

Método de extracción: Análisis de componentes principales.

Método de rotación: Oblimin con normalización Kayser.

la varianza; el factor III agrupa a 4 ítems y explica el 5.576% de la varianza; el factor IV tiene 3 ítems y explica el 4.851% de la varianza; finalmente, el factor V incluye 3 ítems y explica el 4.504% de la varianza de la matriz de correlaciones de las respuestas dadas a los ítems de la Escala de Resiliencia por la muestra estudiada. En síntesis, con un enfoque intrapruebas los resultados de los coeficientes de correlación ítem-test corregidos, el coeficiente Alfa global y la proporción apreciable de varianza explicada por los factores, indican que la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (1993) tiene las características esenciales para considerarla como válida. En cuanto a su estructura factorial, por los resultados tan dispares obtenidos entre el estudio de Novella (2002) y el nuestro, y entre estos dos y el estudio original, causados probablemente por las diferentes características de las muestras analizadas, consideramos que, hasta que se realice un estudio a nivel de la población general, es conveniente tener en cuenta para nuestra investigación únicamente la escala global.

ESCALA DE RESILIENCIA DE AGNILD Y YOUNG
(Versión traducida final)

ÍTEMES	En desacuerdo				De acuerdo		
1.- Cuando planeo algo lo realizo.	1	2	3	4	5	6	7
2.- Generalmente me las arreglo de una manera u otra.	1	2	3	4	5	6	7
3.- Dependo más de mí mismo que de otras personas.	1	2	3	4	5	6	7
4.- Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas.	1	2	3	4	5	6	7
5.- Puedo estar solo si tengo que hacerlo.	1	2	3	4	5	6	7
6.- Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida.	1	2	3	4	5	6	7
7.- Usualmente veo las cosas a largo plazo.	1	2	3	4	5	6	7
8.- Soy amigo de mí mismo.	1	2	3	4	5	6	7
9.- Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.	1	2	3	4	5	6	7
10.- Soy decidida.	1	2	3	4	5	6	7
11.- Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo.	1	2	3	4	5	6	7
12.- Tomo las cosas una por una.	1	2	3	4	5	6	7
13.- Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente.	1	2	3	4	5	6	7
14.- Tengo autodisciplina.	1	2	3	4	5	6	7
15.- Me mantengo interesado en las cosas.	1	2	3	4	5	6	7
16.- Por lo general, encuentro algo de qué reírme.	1	2	3	4	5	6	7
17.- El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles.	1	2	3	4	5	6	7
18.- En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.	1	2	3	4	5	6	7
19.- Generalmente puedo ver una situación de varias maneras.	1	2	3	4	5	6	7
20.- Algunas veces me obligo a hacer cosas aunque no quiera.	1	2	3	4	5	6	7
21.- Mi vida tiene significado.	1	2	3	4	5	6	7
22.- No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.	1	2	3	4	5	6	7
23.- Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida.	1	2	3	4	5	6	7
24.- Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer.	1	2	3	4	5	6	7
25.- Acepto que hay personas a las que yo no les agrado.	1	2	3	4	5	6	7

Variables

Variables relacionales.

(V 1), Inteligencia emocional

V1: Inteligencia emocional.

Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores
<p>Conjunto de habilidades personales e interpersonales que influyen en nuestra capacidad general para afrontar las demandas y presiones del medio ambiente, influyendo en el bienestar general y tener éxito en la vida; comprende las dimensiones: intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad, manejo del estrés, estado de ánimo general e impresión positiva. Ugarriza, (2003).</p>	<p>Puntaje obtenido a través del Inventario de BarOn ICE NA, con respecto a las dimensiones: intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad, manejo del estrés, estado de ánimo general, e impresión positiva; considerándose el puntaje de 69 y menos como deficiente; de 70 a 79 muy baja; de 80 a 89 baja; de 90 a 109 adecuada; de 110 a 119 alta; de 120 a 129 muy alta y 130 y más excelentemente desarrollada.</p>	Intrapersonal	Comprende emociones.
			Expresa sentimientos y emociones sin dañar sentimientos de los demás.
			Reconoce sus aspectos positivos y negativos.
		Interpersonal	Mantiene relaciones interpersonales.
			Demuestra escucha a los demás.
			Comprende sentimientos de los demás.
		Adaptabilidad	Demuestra flexibilidad en el manejo de sus actitudes.
			Se adapta con facilidad a los cambios ambientales.
			Aplica estrategias en la solución de problemas cotidianos.
		Manejo del estrés	Demuestra calma y tranquilidad ante situaciones adversas.
			Demuestra control de sus impulsos.
			Responde adecuadamente en eventos estresantes.
		Estado de ánimo general	Se siente satisfecho con su vida.
			Mantiene actitud positiva ante sentimientos negativos.
Es visionario y optimista.			
Impresión positiva	Expresa impresión positiva de si misma.		

Instrumentos de investigación

Ficha técnica.

Nombre original	: EQi-YV BarOn Emotional Quotient Inventory.
Autor	: Reuven Bar-On
Procedencia	: Toronto – Canadá
Adaptación peruana	: Nelly Ugarriza Chávez y Liz Pajares. (2003).
Administración	: Individual o colectiva
Formas	: Completa y abreviada
Duración	: Sin límite de tiempo (Forma completa: 20 a 30 minutos aproximadamente y abreviada de 10 a 15 minutos).
Aplicación	: Niños y adolescentes entre 7 y 18 años
Puntuación	: Calificación computarizada
Significación	: Evaluación de las habilidades emocionales y sociales
Tipificación	: Baremos peruanos
Usos	: Educacional, clínico, jurídico, médico y en la investigación. Son usuarios potenciales aquellos profesionales que se desempeñan como psicólogos, psiquiatras, médicos, trabajadores sociales, consejeros, tutores y orientadores vocacionales.
Materiales	: Un disquete que contiene: cuestionarios de la forma completa y abreviada, calificación computarizada y perfiles.

Características.

El BarOn ICE: NA es un inventario que integra conocimientos teóricos, fundamentos empíricos y una fina sofisticación de las técnicas psicométricas. El instrumento es confiable, válido y ofrece al usuario un número importante de características que incluyen:

Una muestra normativa amplia (N: 3 374).

Normas específicas de sexo y edad (4 diferentes grupos de edades entre los 7 y 18 años).

Escalas multidimensionales que evalúan las características centrales de la inteligencia emocional.

Una escala de impresión positiva para identificar a los que intentan crear una imagen exageradamente favorable de sí misma.

Un factor de corrección que permite al usuario un ajuste de las respuestas positivas que tienden a dar a los niños muy pequeños.

Un índice de inconsistencia, que está diseñado para detectar el estilo de respuesta discrepante.

Pautas para la administración, calificación y obtención de un perfil de resultados computarizados.

Alta confiabilidad y validez.

Usos del BarOn ICE: NA

El BarOn ICE: NA mide diversas habilidades y competencias que constituyen las características centrales de la inteligencia emocional. Puede ser como un instrumento rutinario de exploración en diversos ambientes tales como escuelas, clínicas, centros de atención juvenil y consultorios particulares. Los usuarios potenciales pueden ser psicólogos, médicos, trabajadores sociales, consejeros, maestros, enfermeras y personas especializadas en el trabajo con niños. Es un instrumento útil que brinda información sobre la inteligencia emocional y social de la persona. Es un instrumento autoadministrado, no se recomienda tomar a personas que no quieren cooperar o que no puedan responder de manera honesta al cuestionario. No puede ser usado con niños y adolescentes que presentan alteraciones emocionales severas o trastornos del desarrollo infantil, para niños o personas que tienen una pobre habilidad lectora.

Baremo.

Rangos	Pautas de interpretación
130 y más	Capacidad emocional y social atípica. Excelentemente desarrollada.
120 a 129	Capacidad emocional y social muy alta. Muy bien desarrollada.
110 a 119	Capacidad emocional y social alta. Bien desarrollado.
90 a 109	Capacidad emocional y social adecuada. Promedio.
80 a 89	Capacidad emocional y social baja. Mal desarrollada. Necesita mejorarse.
70 a 79	Capacidad emocional y social muy baja. Necesita mejorarse considerablemente.
69 y menos	Capacidad emocional y social atípica y deficiente. Nivel de desarrollo marcadamente bajo.

Confiabilidad.

Ugarriza, (2001) realizó la confiabilidad del Test - retest cabe mencionar que el retest efectuado en una muestra de 60 niños cuya edad promedio fue 13.5 años reveló la estabilidad del inventario oscilando los coeficientes entre .77 y .88 tanto para la forma completa como para la abreviada. En cambio en las muestras normativas peruanas además de los efectos del sexo y grupos de edad, se ha procedido también a examinar los efectos de la gestión y grupos de edad. La consistencia interna fue medida a través de método de coeficientes de alfa de Crombach obteniendo coeficientes entre 0.00 confiabilidad muy baja y 1.00 confiabilidad perfecta. Los coeficientes de confiabilidad son bastantes satisfactorios a través de los diferentes grupos normativos a pesar que algunas escalas contienen poco número de ítems. La magnitud de las correlaciones inter ítems mejoran con el incremento de la edad.

Validez.

La validez está destinada a demostrar cuan exitoso y eficiente es el instrumento en la medición del constructo ya que existe un número significativo de estudios que utilizando diversas metodologías, presentan la evidencia con que el instrumento mide de manera adecuada el constructo para el que fue diseñado medir. Según la normativa peruana la validación se ha centrado en dos aspectos: a) la validez del constructo del inventario y b) la multidimensionalidad de las diversas escalas. Otras evidencias de validez se focalizan en las relaciones entre el BarOn ICE: NA Versiones completa y abreviada con el I-CE de BarOn para adultos (Ugarriza, 2003) y la relación de BarOn ICE: NA según el sexo en una muestra de estudiantes universitarios y por otro lado la escala de depresión de Reynolds para niños y adolescentes con el BarOn ICE: NA, versiones completa y abreviada en un centro educativo estatal de Viña Alta.

Matriz del instrumento de la inteligencia emocional.

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de evaluación
Intrapersonal	<ul style="list-style-type: none">Comprende sus emociones con facilidad.Expresa sus sentimientos y emociones sin dañar sentimientos de los demás.Reconoce sus	3. Puedo mantener la calma cuando estoy molesto.	1 - 4
		7. Es fácil decirle a la gente como me siento.	1 - 4
		17. Puedo hablar fácilmente sobre mis sentimientos.	1 - 4
		28. Es difícil hablar sobre mis sentimientos más íntimos.	1 - 4
		31. Puedo fácilmente describir mis sentimientos.	1- 4

	aspectos positivos y negativos.	43. Para mi es fácil decirle a las personas como me siento. 53. Me es fácil decirle a los demás mis sentimientos.	1 - 4 1 - 4
Interpersonal	<ul style="list-style-type: none"> Mantiene relaciones interpersonales satisfactorias. Demuestra una escucha activa a los demás Comprende con facilidad los sentimientos de los demás. 	<p>2. Soy muy bueno para comprender como la gente se siente. 5. Me importa lo que les sucede a las personas. 10. Sé cómo se sienten las personas. 14. Soy capaz de respetar a los demás. 20. Tener amigos es importante. 24. Intento no herir los sentimientos de las otras personas. 36. Me agrada hacer cosas para los demás. 41. Hago amigos fácilmente 45. Me siento mal cuando las personas son heridas en sus sentimientos. 51. Me agradan mis amigos. 55. Puedo darme cuenta cuando mi amigo se siente triste. 59. Sé cuándo la gente está molesta aun cuando no dicen nada.</p>	<p>1 - 4 1 - 4 1 - 4 1 - 4 1 - 4 1 - 4 1 - 4 1 - 4 1 - 4 1 - 4 1 - 4 1 - 4 1 - 4</p>
Adaptabilidad	<ul style="list-style-type: none"> Demuestra flexibilidad en el manejo de sus actitudes. Se adapta con facilidad a los cambios ambientales. Aplica estrategias en la solución de problemas cotidianos. 	<p>3. Puedo mantener la calma cuando estoy molesto. 6. Me es difícil controlar mi cólera. 11. Sé cómo mantenerme tranquilo. 15. Me molesto demasiado de cualquier cosa. 21. Peleo con la gente. 26. Tengo mal genio. 35. Me molesto fácilmente. 39. Demoro en molestarme. 46. Cuando estoy molesto con alguien me siento molesto por mucho tiempo. 49. Para mi es difícil esperar mi turno. 54. Me disgusto fácilmente. 58. Cuando me molesto actúo sin pensar.</p>	<p>1 - 4 1 - 4 1 - 4 1 - 4 1 - 4 1 - 4 1 - 4 1 - 4 1 - 4 1 - 4 1 - 4 1 - 4 1 - 4 1 - 4</p>
Manejo del estrés	<ul style="list-style-type: none"> Demuestra calma y tranquilidad ante situaciones adversas. Demuestra control de sus impulsos. Responden adecuadamente en eventos estresantes. 	<p>12. Intento usar diferentes formas de responder las preguntas difíciles. 16. Es fácil para mí comprender las cosas nuevas. 22. Puedo comprender preguntas difíciles. 25. No me doy por vencido ante un problema hasta que lo resuelvo. 30. Puedo dar buenas respuestas a preguntas difíciles. 34. Puedo tener muchas maneras de responder una pregunta difícil cuando yo quiero. 38. Puedo usar fácilmente diferentes modos de resolver los problemas. 44. Cuando respondo preguntas difíciles trato de pensar en muchas soluciones. 48. Soy bueno resolviendo problemas. 57. Aun cuando las cosas sean difíciles no me doy por vencido.</p>	<p>1 - 4 1 - 4 1 - 4 1 - 4 1 - 4 1 - 4 1 - 4 1 - 4 1 - 4 1 - 4 1 - 4</p>
Estado de ánimo general	<ul style="list-style-type: none"> Se sienten satisfecho con su vida. Mantiene una actitud 	<p>1. Me gusta divertirme. 4. Soy feliz. 9. Me siento seguro de mí mismo.</p>	<p>1 - 4 1 - 4 1 - 4</p>

	positiva a pesar de la adversidad y los sentimientos negativo s. • Son visionarias y optimistas.	13. Pienso que las cosas que hago salen bien. 19. Espero lo mejor. 23. Me agrada sonreír. 29. Sé que las cosas saldrán bien. 32. Sé cómo divertirme. 37. No me siento muy feliz. 40. Me siento bien conmigo mismo. 47. Me siento feliz con la clase de persona que soy. 50. Me divierte las cosas que hago. 56. Me gusta mi cuerpo. 60. Me gusta la forma como me veo.	1 - 4 1 - 4 1 - 4 1 - 4 1 - 4 1 - 4 1 - 4 1 - 4 1 - 4 1 - 4
Impresión positiva	• Expresa una impresión positiva de sí misma.	8. Me gustan todas las personas que conozco. 18. Pienso bien de todas las personas. 27. Nada me molesta. 33. Debo decir siempre la verdad. 42. Pienso que soy el mejor en todo lo que hago. 52. No tengo días malos.	1 - 4 1 - 4 1 - 4 1 - 4 1 - 4 1 - 4

La aplicación del inventario debe realizarse en un ambiente tranquilo y sin interferencias. No se recomienda la administración grupal de personas que tienen dificultades lectoras.

Es importante comunicar a los examinados que no hay tiempo límite, que escriban su nombre y completen los datos de la sección demográfica. En el cuestionario se encuentran las instrucciones, solicitándose al examinado que lea cuidadosamente cada oración y escoja la respuesta que mejor lo describa. Para evitar el sesgo y el engaño se debe enfatizar que no hay respuestas correctas ni incorrectas. Con aquellos niños o adolescentes que tienen dificultades en lectura, es necesario leerles las instrucciones en voz alta.

Las siguientes instrucciones aparecen impresas en la parte superior del cuestionario:

Dinos cómo te sientes, piensas o actúas LA MAYOR PARTE DEL TIEMPO EN LA MAYORÍA DE LUGARES. Elige una y sólo UNA respuesta para cada oración y coloca una ASPA sobre el número que corresponde a tu respuesta. Por ejemplo, si tu respuesta es "Rara vez", haz un ASPA sobre el número 2 en la misma línea de la oración. Esto no es un examen; no existen respuestas buenas o malas. Por favor haz un ASPA en la respuesta de cada oración, según la siguiente escala:

1. Muy rara vez
2. Rara vez
3. A menudo

4. Muy a menudo

Cuando el evaluado finalice la prueba y entregue el inventario, se debe asegurar que todos los ítems hayan sido contestados. Trate de tener las respuestas de aquellos ítems no respondidos o indagar si tuvieron dificultades en su comprensión. Cuando la administración es grupal se requiere de varias personas que supervisen la administración del inventario.

INVENTARIO EMOCIONAL BarOn: NA
Adaptado por Dra. Nelly Ugarriza Chávez

INSTRUCCIONES

Lee cada oración y elige la respuesta que mejor te describe, hay cuatro posibles respuestas:

- 1. Muy rara vez**
- 2. Rara vez**
- 3. A menudo**
- 4. Muy a menudo**

Dinos cómo te sientes, piensas o actúas **LA MAYOR PARTE DEL TIEMPO EN LA MAYORÍA DE LUGARES**. Elige una, y sólo UNA respuesta para cada oración y coloca un ASPA sobre el número que corresponde a tu respuesta. Por ejemplo, si tu respuesta es "Rara vez", haz un ASPA sobre el número 2 en la misma línea de la oración. Esto no es un examen; no existen respuestas buenas o malas. Por favor haz un ASPA en la respuesta de cada oración.

		Muy rara vez	Rara vez	A menud	Muy a menud
1.	Me gusta divertirme.	1	2	3	4
2.	Soy muy bueno (a) para comprender cómo la gente se	1	2	3	4
3.	Puedo mantener la calma cuando estoy molesto.	1	2	3	4
4.	Soy feliz.	1	2	3	4
5.	Me importa lo que les sucede a las personas.	1	2	3	4
6.	Me es difícil controlar mi cólera.	1	2	3	4
7.	Es fácil decirle a la gente cómo me siento.	1	2	3	4
8.	Me gustan todas las personas que conozco.	1	2	3	4
9.	Me siento seguro (a) de mí mismo (a).	1	2	3	4
10.	Sé cómo se sienten las personas.	1	2	3	4
11.	Sé cómo mantenerme tranquilo (a).	1	2	3	4
12.	Intento usar diferentes formas de responder las	1	2	3	4
13.	Pienso que las cosas que hago salen bien.	1	2	3	4
14.	Soy capaz de respetar a los demás.	1	2	3	4
15.	Me molesto demasiado de cualquier cosa.	1	2	3	4
16.	Es fácil para mí comprender las cosas nuevas.	1	2	3	4
17.	Puedo hablar fácilmente sobre mis sentimientos.	1	2	3	4
18.	Pienso bien de todas las personas.	1	2	3	4
19.	Espero lo mejor.	1	2	3	4
20.	Tener amigos es importante.	1	2	3	4
21.	Peleo con la gente.	1	2	3	4
22.	Puedo comprender preguntas difíciles.	1	2	3	4
23.	Me agrada sonreír.	1	2	3	4
24.	Intento no herir los sentimientos de las personas.	1	2	3	4
25.	No me doy por vencido (a) ante un problema hasta que	1	2	3	4

		Muy rara vez	Rara vez	A menudo	Muy a menudo
26.	Tengo mal genio.	1	2	3	4
27.	Nada me molesta.	1	2	3	4
28.	Es difícil hablar sobre mis sentimientos más íntimos.	1	2	3	4
29.	Sé que las cosas saldrán bien.	1	2	3	4
30.	Puedo dar buenas respuestas a preguntas difíciles.	1	2	3	4
31.	Puedo fácilmente describir mis sentimientos.	1	2	3	4
32.	Sé cómo divertirme.	1	2	3	4
33.	Debo decir siempre la verdad.	1	2	3	4
34.	Puedo tener muchas maneras de responder una pregunta difícil, cuando yo quiero.	1	2	3	4
35.	Me molesto fácilmente.	1	2	3	4
36.	Me agrada hacer cosas para los demás.	1	2	3	4
37.	No me siento muy feliz.	1	2	3	4
38.	Puedo usar fácilmente diferentes modos de resolver los	1	2	3	4
39.	Demoro en molestarme.	1	2	3	4
40.	Me siento bien conmigo mismo (a).	1	2	3	4
41.	Hago amigos fácilmente.	1	2	3	4
42.	Pienso que soy el (la) mejor en todo lo que hago.	1	2	3	4
43.	Para mí es fácil decirle a las personas cómo me siento.	1	2	3	4
44.	Cuando respondo preguntas difíciles trato de pensar en muchas soluciones.	1	2	3	4
45.	Me siento mal cuando las personas son heridas en sus	1	2	3	4
46.	Cuando estoy molesto (a) con alguien, me siento molesto (a) por mucho tiempo.	1	2	3	4
47.	Me siento feliz con la clase de persona que soy.	1	2	3	4
48.	Soy bueno (a) resolviendo problemas.	1	2	3	4
49.	Par mí es difícil esperar mi turno.	1	2	3	4
50.	Me divierte las cosas que hago.	1	2	3	4
51.	Me agradan mis amigos.	1	2	3	4
52.	No tengo días malos.	1	2	3	4
53.	Me es difícil decirle a los demás mis sentimientos.	1	2	3	4
54.	Me fastidio fácilmente.	1	2	3	4
55.	Puedo darme cuenta cuando mi amigo se siente triste.	1	2	3	4
56.	Me gusta mi cuerpo.	1	2	3	4
57.	Aun cuando las cosas sean difíciles, no me doy por	1	2	3	4
58.	Cuando me molesto actúo sin pensar.	1	2	3	4
59.	Sé cuándo la gente está molesta aun cuando no dicen	1	2	3	4
60.	Me gusta la forma como me veo.	1	2	3	4