

8. Anexos

A. Escala de Satisfacción con la Vida

A continuación encontrará varias afirmaciones con las cuales usted puede estar de acuerdo o en desacuerdo con ellas. Por favor, utilice la siguiente escala de 1 a 7 para indicar el grado en que cada afirmación se aplica en su caso.

1	2	3	4	5	6	7			
Totalmente en desacuerdo	Bastante en desacuerdo	Algo en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Algo de acuerdo	Bastante de acuerdo	Totalmente de acuerdo			
Ítem			1	2	3	4	5	6	7
a. En la mayoría de los sentidos, mi vida se acerca a mi ideal.									
b. Las condiciones de mi vida son excelentes									
c. Estoy satisfecho con mi vida									
d. Hasta ahora, he conseguido las cosas importantes que quiero en la vida									
e. Si tuviera que vivir mi vida de nuevo, no cambiaría casi nada.									
f. Total: (dejar en blanco).									

B. Escala de Balance Afectivo

A continuación se le presentan una serie de enunciados, marque con una x la opción que más representa su opinión y que ha sentido en la última semana:

Ítem	Poco o nunca (1)	A veces (2)	Mucho o generalmente (3)
1. ¿Se ha sentido molesto(a) por alguien?			
2. ¿Se ha sentido muy solo(a) o distante de la gente?			
3. ¿Ha sentido que las cosas iban como usted quería?			
4. ¿Se ha sentido muy preocupado(a)?			
5. ¿Se ha sentido contento(a) por tener gente con la que contar o hacer algo?			
6. ¿Ha tenido miedo de lo que pudiera suceder?			
7. ¿Se ha sentido particularmente estimulado(a) o interesado(a) por algo?			
8. ¿Se ha sentido deprimido(a) o muy infeliz?			
9. ¿Se ha sentido lleno(a) de energía?			
10. ¿Se ha sentido muy cansado(a)?			
11. ¿Se ha sentido usted muy nervioso(a), agobiado(a) o tenso(a)?			
12. ¿Ha sentido que se estaba divirtiendo mucho?			
13. ¿Se ha sentido muy alegre o feliz?			
14. ¿Se ha sentido con ganas de llorar?			
15. ¿Se ha sentido eufórico(a) (muy contento(a), dichoso(a))?			
16. ¿Se ha sentido seguro(a) respecto al futuro?			
17. ¿Se ha sentido aburrido(a)?			
18. ¿Se ha sentido contento(a) o satisfecho(a) por haber logrado algo?			