Instrumentos

- **AUTOCONCEPTO FORMA-5 (AF-5)** de García y Musitu (1999)**.** Este cuestionario se compone de 30 ítems. Va dirigido a la población de 11 años en adelante. Se compone de una escala con cinco dimensiones del autoconcepto, las cuales hacen referencia a diversos ámbitos:

-*Autoconcepto Académico:* ítems 1 6 11 16 21 26; *Autoconcepto Social:* ítems 2 7 12 17 22 27. Los ítems 12 y 22 son ítems invertidos (sus puntuaciones deben ser invertidas antes de sumar); *Autoconcepto Emocional:*(ítems 3 13 18 23 28)

-Los ítems 3, 13, 18, 23 y 28 son ítems invertidos (sus puntuaciones deben ser invertidas antes de sumar); *Autoconcepto Familiar*: (ítems 4 9 14 19 24 29)
-Los ítems 4 y 14 son ítems invertidos (sus puntuaciones deben ser invertidas antes de sumar); *Autoconcepto Físico:* (ítems 5 10 15 20 25 30)

Enlace a cuestionario: https://www.uv.es/lisis/instrumentos13/autoconcepto-ficha5.pdf

---

- **ASERTIVIDAD (AISQ).** Cuestionario de Esquema Interpersonal Asertivo (AISQ) de Kline (2000) y Kline (2005).

-*Adaptación:* Vagos y Pereira (2010). Esta escala se compone de 21 ítems y a su vez en 4 subescalas: apoyo emocional externo, habilidad personal práctica, gestión interpersonal y habilidad personal afectiva. Se responde con una escala del 1 (totalmente falso para mí) al 5 (totalmente verdadero para mí).

Enlace cuestionario: https://www.uv.es/lisis/instrumentos13/asertividad.pdf

---

- **ESTRÉS PERCIBIDO (PSS4)*:*** *Escala de Estrés Percibido- EEP (*PSS4; Perceived Stress Scale) de Cohen, Kamarck y Mermelstein (1983); Cohen y Williamson (1988)**.**

-*Adaptación:* Herrero y Meneses (2006). Formado por 4 ítems. Puede aplicarse a toda la población a partir de los 11 años.

Enlace a cuestionario: https://www.uv.es/lisis/instrumentos13/estres-percibido.pdf

---

- **AUTOESTIMA GLOBAL.** Escala de Autoestima de Rosenberg (1965). *Adaptación:* Echeburúa (1995). Esta escala se compone de 10 ítems. Va dirigida a la población a partir de los 11 años. Se responde seleccionando entre los números del 1(muy en desacuerdo) al 4 (muy de acuerdo).

Enlace a cuestionario: https://www.uv.es/lisis/instrumentos2012/autoestima-global.pdf

---

- **PERCEPCIÓN DE ÉXITO (POSQ).** Cuestionario de Percepción de Éxito de Roberts & Balagué (1991) para medir las orientaciones de meta del alumnado. Es una escala compuesta por 12 ítems: 6 de

implicación en la tarea y 6 de implicación en el Yo.

Enlace a cuestionario: http://gicom.umh.es/escalas/POSQ.pdf

- **INTELIGENCIA EMOCIONAL.** Escala Trait Meta-Mood Scale-24 (TMMS-24) de Salovey et al. (1995), adaptada al castellano por Fernández-Berrocal et al. (2004). Está compuesta por 24 ítems con 5 opciones de respuesta siendo 1 (nada de acuerdo) y 5 (totalmente de acuerdo). Estos ítems evalúan los factores Atención, Claridad y Reparación.

Enlace a cuestionario: https://emotional.intelligence.uma.es/documentos/pdf78.pdf

---

- **SATISFACCIÓN CON LA VIDA:** The Satisfaction With Life Scale (SWLS) de Diener, E.; Emmons, R. A.; Larsen, R. J.; Griffin, S. (http://www.psych.uiuc.edu/reprints/index.php?page=request_article&site_…) (1985).

Permite medir juicios cognitivos globales sobre la satisfacción de la persona encuestada con su vida. Cuestionario de 5 preguntas a responder con una puntuación entre 1 (totalmente en desacuerdo) y 7(totalmente de acuerdo), siendo la puntuación máxima posible un 35.

Enlace a cuestionario: http://labs.psychology.illinois.edu/~ediener/Documents/SWLS_Spanish2.pdf

---

- **ACTIVIDAD FÍSICA (IPAQ) de** Hurtig-Wennlof et al. (2010). Mide el tipo de AF realizado durante siete días; tiene varias versiones, variando el número de pregunta.

La versión corta consta de 7 ítems que valoran de manera genérica la AF realizada, mientras que la larga (27 ítems) mide la AF en el trabajo, la relacionada con el transporte, con las tareas del hogar, la practicada en el tiempo libre y las actividades sedentarias.

Enlace a cuestionario:
http://scholar.google.es/scholar_url?url=https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5920688.pdf&hl=es&sa=X&ei=taG4