**Estilo Atribucional[[1]](#footnote-1)**

A continuación, Usted encontrará una serie de preguntas relacionadas con distintas experiencias de su vida, debe seleccionar **una** de las alternativas según las siguientes instrucciones:

Familiarícese, por favor, con la siguiente escala de seis puntos. Esto es, asegúrese de saber el significado de cada número:

1. Completamente en desacuerdo.
2. Moderadamente en desacuerdo.
3. Ligeramente en desacuerdo.
4. Ligeramente de acuerdo.
5. Moderadamente de acuerdo.
6. Completamente de acuerdo.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | El que yo llegue a ser un líder depende principalmente de mis habilidades. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|  | Mi vida ha sido influenciada en gran medida por eventos inesperados. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|  | Yo siento que lo que pasa en mi vida está muy determinado por la gente que tiene poder (padres, jefes, políticos) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|  | El hecho de tener un accidente cuando voy manejando, depende principalmente de mi mismo. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|  | Cuando hago planes, estoy casi seguro de que lo llevare a cabo. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|  | Ciertamente, a veces no puedo evitar tener mala suerte con mis asuntos personales. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|  | Como yo tengo buena suerte, siempre las cosas me salen bien. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|  | A pesar de estar bien capacitado, no conseguiré un buen empleo a menos que alguien influyente me ayude. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|  | La cantidad de amigos que tengo está determinada por mi propia simpatía. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|  | He descubierto que si algo va a suceder, ello sucederá igual independientemente de lo que yo haga. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|  | Yo creo que los ricos y políticos controlan mi vida de muchas maneras diferentes. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|  | Si tengo un accidente automovilístico ello se debe a mi mala suerte. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|  | La gente como yo tiene muy poca oportunidad de defender sus intereses personales cuando esos intereses entran en conflicto con los grupos poderosos (ricos, políticos). | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|  | No siempre es apropiado para mí planear muy por adelantado porque de todas maneras muchas cosas resultan ser asunto de buena o mala suerte. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|  | En este país, para uno lograr lo que quiere necesariamente tiene que halagar a alguien. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|  | El que yo llegue a ser un líder dependerá de la suerte que yo tenga. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|  | Yo siento que la gente que tiene algún poder sobre mí (padres, familiares, jefes), trata de decidir lo que sucederá en mi vida. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|  | En la mayoría de los casos yo puedo decidir lo que sucederá en mi vida. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|  | Normalmente soy capaz de defender mis intereses personales. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|  | Si tengo un accidente cuando voy manejando, toda la culpa es del otro conductor. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|  | Cuando logro lo que quiero es porque he trabajado mucho en ello. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|  | Cuando quiero que mis planes me salgan bien los preparo de manera que le den en el gusto a la gente que tiene influencia sobre mi (padres, jefes) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|  | Mi vida está determinada por mis propias acciones. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|  | Tener pocos o muchos amigos depende del destino de cada uno. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |

**Optimismo Aprendido[[2]](#footnote-2)**

1. A continuación, Usted encontrará una serie de preguntas relacionadas con distintas experiencias de su vida , debe seleccionar **una** de las alternativas según las siguientes instrucciones**:**

Familiarícese, por favor, con la siguiente escala de seis puntos. Esto es, asegúrese de saber el significado de cada número:

1. Nunca
2. Pocas veces
3. Algunas veces
4. La mayoría de las veces
5. Siempre

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Nunca | Pocas veces | Algunas veces | La mayoría de las veces | Siempre |
|  | En tiempos difíciles, suelo esperar lo mejor. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | Si algo malo me tiene que pasar, estoy seguro de que me pasará. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | Siempre soy optimista en cuanto al futuro. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | Rara vez, espero que las cosas salgan a mi manera. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | Casi nunca espero que me sucedan cosas buenas. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | En general, espero que me ocurran más cosas buenas que malas. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

**Capacidad de Afrontamiento[[3]](#footnote-3)**

1. A continuación, Usted encontrará una serie de preguntas sobre dificultades asociadas al consumo de alcohol y/o drogas, debe seleccionar **una** de las alternativas según las siguientes instrucciones:

Familiarícese, por favor, con la siguiente escala de seis puntos. Esto es, asegúrese de saber el significado de cada número:

1. Nunca
2. Pocas veces
3. Algunas veces
4. La mayoría de las veces
5. Siempre

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Nunca | Pocas veces | Algunas veces | La mayoría de las veces | Siempre |
|  | Intenté sentirme mejor comiendo, bebiendo, fumando, tomando drogas o medicamentos más de lo acostumbrado. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | Soñé o imaginé que las cosas eran mejores. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | Tuve el deseo de que el problema se acabara o terminara. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | Tuve fantasías o imaginé el modo en que podían cambiar las cosas. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | Busqué un poco de esperanza, intenté mirar las cosas por su lado bueno. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | Me dije cosas que me ayudaron a sentirme mejor. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | Me inspiré a hacer algo creativo. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | Cambié y maduré como persona. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | Tuve fe en algo nuevo. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | Seguí adelante con mi destino (simplemente algunas veces tengo mala suerte). | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | Seguí adelante como si no hubiera pasado nada. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | Me consolé pensando que las cosas podían ser peores. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | Esperé a que ocurriera un milagro. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | Traté de olvidarme por completo del problema. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | Esperé a ver qué pasaba antes de hacer algo. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | Evité que los demás se enteraran de lo mal que estaban las cosas. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | Me negué a creer lo que estaba pasando. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | Me critiqué o cuestioné a mí mismo. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | Me disculpé o hice algo para compensar el problema. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | Me di cuenta que yo mismo(a) causé el problema. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

1. Guerrero, Y. & Perezo, G. (2009). Reactancia psicológica y locus de control en estudiantes universitarios opositores. Universidad Rafael Urdeneta. Facultad de Ciencias Políticas, Administrativas y Sociales. Escuela de Psicología. Escala I-E de Levenson (versión Romero-García-83 resumida) [↑](#footnote-ref-1)
2. Vera, P., Córdova, N. & Celis, K. (2008)Evaluación del optimismo: un análisis preliminar del Life Orientation Test versión revisada (lot-r) en población chilena. Univ. Psychol. v. 8, no. 1. PP. 61-68 [↑](#footnote-ref-2)
3. Zavala, L., Rivas, R., Andrade, P., Reidl, L., & Reidl, L. (2008). Validación del instrumento de estilos de enfrentamiento de Lazarus y Folkman en adultos de la Ciudad de México. Revista Intercontinental de Psicología y Educación, 10, 159-182. [↑](#footnote-ref-3)