

Apéndice A. Lista de reactivos iniciales

D. BIOLÓGICA

ITEM
1. Soy un organismo
2. Me preocupo por mi cuerpo
3. La mayoría de mis necesidades son fisiológicas
4. Si mi cuerpo no está bien, me enfermo
5. Duermo lo necesario para que mi cuerpo descanse
6. Cuando tengo malestar, puedo localizar que parte de mi cuerpo me duele.
7. Siento cada parte de mi cuerpo
8. Mente sana en cuerpo sano
9. Algunas veces tengo el control de mi cuerpo para no enfermarme
10. Tengo conciencia de cada órgano de mi cuerpo
11. Puedo sentir los latidos de mi corazón.
12. Después de hacer ejercicio puedo localizar los músculos que trabajé
13. Puedo controlar mi pulso
14. En general puedo decir que soy una persona sana
15. Estoy satisfecho con todas las partes de mi cuerpo
16. Cambiaría algo de mi cuerpo
17. Estoy satisfecho con la función de cada parte de mi cuerpo
18. Mis órganos expresan lo que siento
19. Yo soy cada parte de mi cuerpo
20. Soy responsable de las funciones de mi cuerpo
21. Me gustan las revistas de la salud
22. Tengo buen control de mi cuerpo
23. Generalmente tengo buena temperatura corporal
24. Me preocupa mi salud
25. Me gusta relacionarme con personas que se preocupan por su salud
26. Tengo confianza en mi naturaleza
27. Me gustaría ser médico
28. Siempre he solucionado cualquier problema que respecte a mi salud
29. Las personas deben ocuparse por su sistema biológico
30. Tanto hombres como mujeres deben preocuparse por su salud
31. Cuando me enfermo, no siempre necesito ir al médico
32. Me siento bien comiendo sanamente
33. Gozo de buena salud la mayor parte del tiempo
34. No encuentro obstáculos para cuidar mi cuerpo
35. Confío en cómo responde mi cuerpo
36. He llevado una vida saludablemente correcta
37. En general, puedo decir que no tengo hábitos dañinos
38. Cada parte de mi cuerpo soy yo
39. Mis manos hablan de mi
40. Pienso que me reflejo en cada parte de mi cuerpo
41. Cuido cada parte de mi cuerpo
42. Mis hábitos me conservan en buen estado físico
43. Gozo de una buena digestión
44. Cada parte de mi cuerpo habla de mi propia persona

45. Comprendo la forma en que mi cuerpo responde
46. Mis órganos vitales se expresan en mi cuerpo
47. Creo que las enfermedades son respuestas a un desequilibrio en el cuerpo
48. Mi cuerpo responde a los diferentes estímulos externos
49. Mi cuerpo habla de mi manera de ser
50. El cuerpo responde ante cualquier desequilibrio tanto interno como externo

D. INTERPERSONAL

ITEM
1. La amistad es algo muy importante
2. Soy una persona muy sociable
3. Prefiero momentos de actividad y estar con mucha gente
4. Me gusta estar acompañado
5. Tomo decisiones basándome en consejos de otros
6. La opinión de familiares y amigos cercanos es importante para mi
7. Me gusta compartir mis sentimientos con otra gente
8. Me gusta encontrarme con nueva gente
9. Disfruto conversar con la gente
10. Me gusta pertenecer a clubes, comités y otras organizaciones
11. Tengo buen sentido de empatía e interés por los demás
12. Me gusta compartir mis pensamientos con los demás
13. Me gusta estar en lugares concurridos
14. Me gustan las reuniones sociales sólo por estar con la gente
15. Disfruto de la compañía de los demás
16. No me molesta conocer a personas extrañas
17. Siempre que me es posible, procuro estar con mucha gente
18. Tiendo a dejar de hacer algo, si tros creen que eso no vale la pena
19. Me gustan las fiestas y reuniones sociales
20. Me hace sentir bien estar con mis amigos
21. Sin la gente que me rodea, mi vida no sería igual
22. Me gusta compartir con los demás aspectos importantes de mi vida
23. Me gusta escuchar las opiniones de los demás
24. Me agrada que la gente me aconseje
25. Tiendo a dejar de hacer algo que deseo cuando los demás piensan que esa no es la manera correcta de hacerlo
26. No me molesta que los demás me ayuden a hacer mi actividades
27. Generalmente incluyo a mis amigos en mis planes
28. Podría cambiar de opinión si la gente me lo sugiere
29. Con frecuencia comprendo a los demás
30. Tengo muy buenos amigos
31. Encuentro alivio cuando comparto mis problemas con amigos
32. La gente puede hacerme cambiar de opinión muy fácilmente, aún cuando ya haya tomado una decisión
33. Me gusta que los demás me ayuden a resolver mis problemas
34. Cuando alguien me pide que haga algo por él, me cuesta mucho trabajo decirle que no
35. Tengo buena relación con mis amigos y parientes
36. Cuando estoy triste, me ayuda sentirme mejor visitar a los amigos

37. Tengo relaciones interpersonales profundas
38. Disfruto de tener relaciones interpersonales íntimas
39. Estando con otros mi cuerpo se activa físicamente
40. Disfruto de tener relaciones interpersonales
41. Es una necesidad relacionarse con los demás
42. Sin los demás, la vida no tendría sentido
43. Me siento bien de pertenecer a un grupo
44. Puedo tener la iniciativa para relacionarme con alguien
45. La pertenencia a un grupo es una necesidad
46. Estoy satisfecho con las amistades que tengo
47. Me siento aceptado con la gente que me interesa
48. Me siento seguro de entablar una nueva relación
49. Me gusta conservar las buenas amistades
50. Procuero las buenas relaciones para no perderlas

D. TRASCENDENCIA

ITEM
1. Si muriera hoy me parecería que mi vida ha sido muy valiosa
2. Con respecto a la muerte, estoy preparado y sin temor
3. El enfrentarme a mis tareas cotidianas es una fuente de placer y satisfacción
4. He descubierto metas claras para mi vida
5. De cierta manera creo que puedo controlar mi futuro
6. Me gustan los compromisos altruistas
7. Busco el beneficio común
8. Le encuentro significado a mis labores
9. Tengo control de mis ideas
10. Busco un propósito satisfactorio para mi vida
11. Reconozco mi sendero
12. Me gusta ayudar a los demás
13. Disfruto controlar mi propio ser
14. Si me dieran la oportunidad, podría hacer algunas cosas que serían de beneficio para la humanidad
15. Soy capaz de planear mi futuro
16. Los objetivos más importantes de mi vida están a mi alcance
17. Mis esfuerzos en el trabajo valen la pena
18. Tengo control de mi cuerpo
19. Es bueno un empleo con proyección
20. Se lo que necesito
21. Tengo el control de mi ser
22. Tengo la energía suficiente para un buen futuro
23. Siento que tengo el control de mi vida
24. Pienso que mis sueños pueden hacerse realidad
25. Creo que puedo convertirme en todo lo que puedo llegar a ser
26. Puedo ser todo lo que soy capaz de llegar a ser
27. Me interesa prepararme para ser mejor
28. Tengo una percepción eficaz de la realidad
29. Creo que mi dirección está enfocada hacia algo específico

30. Tengo la capacidad para distinguir entre medios y fines
31. Tengo un profundo deseo de ayudar a la humanidad
32. Tengo sentido filosófico del humor
33. Estoy seguro de trascender positivamente
34. Me considero una persona creativa
35. Me considero espontáneo
36. Me acepto a mi mismo
37. Acepto a los demás y a lo que me rodea
38. Me siento identificado con un todo unificado
39. Tengo la capacidad de afrontamiento
40. Mis visiones y valores son algo que me inspira
41. Tengo tendencia a ver las interrelaciones entre las cosas
42. Le encuentro sentido a mis actos
43. Me gusta hacer obras sociales
44. La mayoría de las veces actúo con intuición
45. Siento que soy parte de un todo
46. Algunos de mis pensamientos se relacionan con la vida después de la muerte
47. Me siento conectado con un todo
48. Estoy convencido de que cada uno de nosotros estamos relacionados al todo
49. Sé que puedo lograr más de lo que logro
50. Mis actos afectan todo mi ambiente

D. ECOLÓGICA

ITEM
1. Dependo de un lugar agradable para trabajar bien
2. Siempre tomo en cuenta el entorno que me rodea
3. Soy capaz de cambiar el ambiente que me rodea
4. La naturaleza es algo muy importante para mi
5. Me doy cuenta de lo que me rodea
6. Me preocupo por el lugar donde me encuentro
7. Cuido el medio que me rodea
8. Yo formo parte del lugar en donde estoy
9. Juego un papel importante en el medio ambiente donde me encuentro
10. Es importante el lugar en donde estoy
11. Soy el dónde estoy
12. Me gusta estar en lugares agradables
13. Me adapto al lugar en donde me encuentre
14. Se debe enseñarle a los niños la importancia de su papel en el mundo
15. El lugar donde estoy es parte de mi
16. Disfruto el lugar en donde estoy la mayor parte del tiempo
17. Me preocupo por mi propio entorno
18. Me interesa estar en equilibrio con el entorno
19. El entorno tiene un papel importante para mi vida
20. Mi espacio habla de mi
21. Tengo especial interés por lo que me rodea
22. Estoy en armonía con mi entorno
23. Me molesta el desequilibrio de mi medio ambiente

24. Soy responsable del medio que me rodea
25. Me gusta tener conciencia de lo que ocurre a mi alrededor
26. Los lugares donde estoy frecuentemente, hablan de mi
27. En comparación con otros lugares, me gusta donde me encuentro
28. La gente debería de darle importancia al lugar donde vive
29. Me gusta visitar lugares donde nunca he estado
30. Creo que la tierra tiene espiritualidad en sí misma
31. No nos damos cuenta de todo lo que nos rodea
32. Me gusta cuidar mi entorno
33. Sin mi entorno no soy el mismo
34. Estoy satisfecho con mi medio ambiente
35. No tengo problemas con lo que me rodea
36. Diariamente disfruto del lugar donde me encuentro
37. Puedo discriminar entre los lugares que me hacen sentir cómodo y los que no
38. Conozco cada parte del lugar donde me encuentro la mayor parte del tiempo
39. Soy capaz de hacer cambiar mi entorno si lo deseo
40. Pienso que cada lugar me hace sentir diferente
41. Tengo un lugar favorito para estar cómodo
42. Cuido cada detalle de mi espacio
43. Pongo empeño para estar en un lugar agradable
44. Mi alrededor es parte de mi mismo
45. Pongo atención a lo que me rodea
46. Me gusta conocer cada parte de mi espacio
47. Estoy atento a cada parte específica que me rodea
48. Sin mi entorno no soy el mismo
49. Siempre estoy atento a las necesidades de mi entorno
50. El lugar en donde estoy forma parte de mi
51. Yo formo parte del lugar en donde estoy
52. Se lo que me corresponde hacer en el lugar en donde estoy
53. Tengo un papel importante en mi entorno
54. Estoy comprometido con el lugar en donde estoy
55. Me gusta conocer nuevos lugares
56. Si mi entorno no está en equilibrio, estoy incómodo
57. Me agrada que el lugar en donde esté, sea pleno
58. Me molesta ver el medio ambiente deplorable
59. Soy muy susceptible a los cambios de mi entorno
60. Formo parte del contexto en donde estoy
61. Mi espacio me es muy útil para trabajar
62. Yo le soy útil a mi entorno
63. Respeto mi espacio porque soy parte de él
64. Estoy en armonía con lo que me rodea
65. Pertenezco al espacio donde me encuentro

D. SILENCIO-EXISTENCIA

ITEM
1. Tengo capacidad de encontrarle significado a mi vida
2. Mis propósitos en la vida están claros
3. Practico la meditación

4. Momentos de silencio son importantes para estar en equilibrio
5. Tengo conciencia de mi existencia
6. Le doy importancia a mi existencia
7. Me siento tan bien estando solo que cuando estoy acompañado
8. Mi vida está vacía y sin significado
9. Estoy seguro de estar conmigo
10. Puedo hacer contacto conmigo mismo
11. Considero que tengo inteligencia espiritual
12. Tengo la capacidad de concentrarme en mí
13. La reflexión en silencio me ayuda a concentrarme
14. Cuando siento dolor, pienso que este tiene principio y fin
15. No creo que el dolor sea algo constante
16. Tengo una guía espiritual
17. Creo que todos a lo largo de nuestra vida sufrimos una transformación
18. El aislamiento no me impide la comunicación con los demás
19. El aislamiento me permite verme a mí mismo
20. Puedo romper con el pasado para salvar mi existencia presente
21. Puedo lograr diferentes niveles de conciencia
22. Los diferentes niveles de conciencia me permiten ver mi existencia
23. Creo que no estamos conscientes de toda la realidad
24. La verdadera realidad es diferente a lo que todos conocemos
25. Cada quien funciona de manera individual y por lo tanto tenemos diferentes niveles de conciencia
26. Formamos parte de la existencia
27. Cada quien tiene su propia esencia
28. La meditación activa diferentes niveles de conciencia
29. La limpieza interna es una tarea importante
30. Puedo vencer sentirme solo, con inteligencia
31. Puedo estar conmigo mismo, independientemente del lugar donde me encuentre
32. Estoy en armonía con mi interior
33. Tengo una existencia justificada
34. Conozco mi propio interior
35. Estoy consciente de mi existencia
36. Estoy preparado para cualquier transformación espiritual necesaria
37. Estoy conectado con mi propio interior
38. Creo que la meditación es un buen hábito
39. La comunión conmigo mismo es algo importante para mí
40. Mi realidad es mi propia existencia
41. Cada quien está conectado con su propia realidad
42. Cada momento tiene principio y fin
43. La conciencia determina el fin del pasado y el principio del presente
44. Puedo justificar cada momento de mi existencia
45. Soy una persona con disciplina interna
46. Cada experiencia tiene su propio principio y fin
47. Existimos porque existe un pasado, un presente y un futuro
48. Cada quien tiene su propio principio y fin
49. Tengo la virtud de experimentar diferentes niveles de conciencia
50. Practico alguna disciplina existencial

D. COGNITIVO-EMOCIONAL

ITEM
1. Pienso mucho las cosas antes de actuar
2. Soy más sensible que la mayoría de la gente
3. Se que puedo expresar lo que siento
4. Consulto mis pensamientos y sentimientos antes de tomar decisiones
5. Cuando alguien hace algo que me enoja, le digo a la persona cómo me siento
6. Cuando estoy contento, sé que puedo tener éxito
7. Cuando una emoción me afecta, mis ideologías cambian según la emoción
8. Juzgo las cosas a priori
9. Puedo controlar la sensación de frío
10. El dolor es subjetivo en cada persona
11. Me gusta hacer reflexiones de mis actos
12. Lo que pienso generalmente coincide con lo que siento
13. Hago lo que mis sentimientos y pensamientos me dicten
14. Expreso acertadamente mis sentimientos
15. Soy capaz de aprender de mis errores y logros en la vida
16. Puedo hablar de mis problemas con alguien
17. Me siento capaz de dar un consejo a quien lo necesita
18. Tengo en orden mis pensamientos
19. Estoy satisfecho con el control de mis emociones
20. Cuando me siento mal, puedo identificar mi sentimiento
21. Cada quien hace su realidad con su propia percepción
22. Cuando algo me afecta puedo controlarme
23. Lo más importante es lo que pensamos y sentimos, no lo que pasa en realidad
24. Los sentimientos cambian de persona en persona
25. Cada quien tiene su propia manera de pensar
26. Los sentimientos de cada quien son subjetivos
27. Actuamos conforme a lo que sentimos y pensamos
28. Solamente yo sé exactamente lo que siento
29. Mis sentimientos y pensamientos me controlan
30. Puedo controlar las sensaciones indeseables
31. Puedo alejarme de los pensamientos negativos
32. Mis pensamientos tienen una razón de ser
33. Los sentimientos de la gente, hablan de su forma de ser
34. Mis sentimientos afectan mi estado de ánimo
35. Mis pensamientos son aceptados por los demás
36. Considero que tengo buenos sentimientos
37. Puedo separar mis sentimientos de mis pensamientos
38. Puedo separarme de las emociones fuertes que me incomodan
39. Soy sincero en mis opiniones
40. No importa si no es perfecto lo que pienso
41. Tengo sentimientos inteligentes
42. Puedo controlar mis malos pensamientos
43. Las emociones son necesarias para la vida
44. Mis sentimientos tienen una razón de ser
45. Podemos aprender a controlar nuestras emociones

46. Se discriminar entre diferentes sentimientos
47. Tengo capacidad para desarrollar pensamientos positivos
48. He experimentado muchos sentimientos diferentes a lo largo de mi vida
49. Valoro los sentimientos ajenos
50. Creo que somos lo que sentimos y pensamos

D. COMPORTAMENTAL

ITEM
1. Puedo controlar mis acciones
2. Creo que me comporto de manera adecuada
3. Con mis amigos me puedo divertir independientemente de lo que hagamos
4. Son una persona que actúa justamente
5. Mis actividades dominan mi vida
6. Es muy importante para mí lo que hago diariamente
7. Mis acciones diarias son parte de mi rutina
8. Lo que hago es lo que debe de ser
9. La gente puede saber quien soy a través de mis acciones
10. Se controlan mis acciones impulsivas
11. La manera de comportarse habla de la gente
12. Puedo juzgar a los demás basándome en su conducta
13. Estoy conforme con mi manera de comportarme
14. Actué correctamente
15. Mi conducta habla de mí
16. Soy lo que hago
17. Soy una persona muy activa
18. Me gusta que las cosas se lleven a cabo
19. Llevo a cabo lo que me gusta
20. Mis experiencias hacen mi vida
21. Cualquier actividad es una experiencia para mí
22. Vivo de mis experiencias
23. La vida está llena de experiencias
24. La razón de mi creación es la experiencia
25. Veo lo que quiero
26. Actué espontáneamente
27. Disfruto lo que hago
28. Controlo mi manera de actuar
29. Generalmente hago lo que me gusta hacer
30. Mis actividades son espontáneas
31. Planeo con anterioridad mis actividades
32. Me gustan los actos justos
33. Lo que realizo, lo hago pensando en los demás
34. Prefiero la gente que actúa con justicia
35. Me comporto como debo comportarme
36. Me gusta lo que hago
37. Disfruto mis actividades diarias
38. Mi conducta interna es sana
39. Estoy satisfecho con mis actividades

40. Mis conductas externas e internas están equilibradas
41. Soy capaz de adaptarme a cualquier actividad
42. Puedo discriminar entre las actividades que me gustan y las que no
43. Puedo describir mi manera de comportarme
44. Mi propio comportamiento es una experiencia para mi
45. Cada actividad es una experiencia nueva para mi
46. Disfruto cada acción de mi vida
47. Siempre tengo actividades importantes que realizar
48. Me gusta cada cosa que realizo
49. Considero que me comporto como es correcto
50. Estoy orgulloso de mi manera de actúa
51. Pienso que puedo juzgar a los demás por la manera en que actúan
52. Mi manera de actuar es la correcta
53. Me divierte lo que hago
54. Cuando estoy con mis amigos de me divierte lo que hacemos
55. Me comporto de acuerdo a la situación donde me encuentre
56. Considero que mis actividades diarias son sanas
57. Se comportarme conforme a las reglas del lugar donde esté
58. Me gusta ir de acuerdo a las normas generales de conducta
59. Se controlar mis conductas no deseables
60. Estoy conforme con mis actividades correspondientes a mi género
61. Tengo experiencias muy peculiares y satisfactorias
62. Cuando estoy en problemas se comportarme
63. No he tenido dificultades a causa de mi conducta sexual
64. Sé como actuar en situaciones difíciles
65. Controlo mis conductas agresivas
66. Sé lo que tengo que hacer cuando no estoy de acuerdo con algo
67. Le pongo energía a mis actividades
68. Sé como actuar cuando mi opinión es contraria a los demás
69. Se decir que no cuando no lo quiero hacer
70. Hago con gusto lo que me corresponde hacer
71. Actúo con sensatez
72. Empiezo y termino con energía lo que me gusta hacer
73. Se comportarme ante situaciones desconocidas
74. Considero que mis actividades hablan de una vida correcta
75. Realizo mis actividades de forma sensata
76. Estoy satisfecho con las acciones que he realizado a lo largo de mi vida
77. Mis actividades son importantes para mi
78. Están primero mis propias actividades antes que las de los otros
79. Son mas importantes mis propias actividades para mi que las de los demás
80. Mis propias acciones me hacen feliz
81. Se actuar en discusiones difíciles
82. Mis actividades son buenas acciones
83. Mis actos tanto externos como internos hablan de la totalidad de mi ser
84. Sé para que actúo y porqué
85. Mi forma de ser se manifiesta en mis acciones
86. Mis acciones están dirigidos hacia algo