

Apendice A.

Perfiles de los jueces expertos

Juez	Perfil
1	<p>El profesional en cuestión es un reconocido experto en el campo de la psicología positiva, especializado en la validación de escalas con énfasis en el bienestar psicológico y subjetivo, y en la evaluación de constructos de dicha corriente. Actualmente lidera investigaciones en la Fundación Universitaria Sanitas, desempeñándose como coordinador de investigaciones y publicaciones en la Facultad de Psicología, además de ser docente de planta.</p> <p>Su experiencia en proyectos de investigación, psicología positiva y cuidado, y como consultor de investigación e intervención psicosocial en la Universidad de Los Andes, ha permitido que su perfil destaque por su amplio conocimiento y habilidades en la realización y liderazgo de proyectos de investigación en los campos de la psicología positiva, en los cuales ha demostrado su experiencia en el trabajo de constructos de bienestar y cuidado.</p> <p>Sus habilidades en psicometría y evaluación de escalas son altamente valoradas, lo que le permite desarrollar y liderar proyectos de investigación interdisciplinarios en áreas de intervención psicosocial.</p>
2	<p>El profesional es un docente y psicólogo especialista en Clínica y Autoeficacia Personal, contando con una certificación en entrenamiento intensivo en terapia Dialéctica Conductual (DBT) y Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT), y una trayectoria en la atención clínica individual de diferentes problemáticas de salud mental.</p> <p>Este experto posee experiencia en la docencia universitaria a nivel de pregrado y posgrado, y en prácticas profesionales del área de psicología clínica. Cabe mencionar que actualmente se encuentra cursando un Máster Universitario en terapias Psicológicas de Tercera Generación en la Universidad Internacional de Valencia.</p> <p>Adicionalmente, desempeña el papel de jurado en trabajos de investigación de la universidad El Bosque, donde es experto en Métodos de investigación Cuantitativa y análisis de datos.</p>
3	<p>Esta profesional cuenta con un enfoque en la psicología positiva, centrada en el desarrollo de capacidades humanas y el bienestar. Es reconocida como una experta en los campos de la psicología positiva y de la psicología de la salud con más de treinta años de entrenamiento. Además de su carrera como psicóloga especializada en la salud mental, se desempeña como docente universitaria en</p>

Juez	Perfil
4	<p>psicología de la salud y fundamentos de psicología positiva, integrando su experiencia clínica y académica con la investigación y la práctica clínica en sus clases.</p> <p>Su perfil destaca por su amplia experiencia como investigadora de temas de psicología positiva, habiendo publicado numerosos artículos en revistas científicas reconocidas. Asimismo, su capacidad para tratar problemas de salud mental desde una perspectiva positiva le permite integrar las terapias cognitivo-conductuales más efectivas en el tratamiento de trastornos mentales, haciendo uso de estrategias basadas en la psicología positiva.</p> <p>En adición, se destaca que esta profesional es juez de investigación y una experta en metodología en proyectos de investigación en psicología positiva de la Universidad el Bosque. Su experiencia en la investigación, tanto en su actividad como investigadora como en la evaluación de proyectos de investigación, le proporciona una visión amplia y profunda del campo de la psicología positiva.</p> <p>Su perfil destaca por su sólida formación académica que incluye una especialización en gestión del conocimiento y currículo en contextos educativos, organizacionales y comunidades, y un Doctorado en Dirección de Proyectos con énfasis en psicología positiva, abarcando temas como el bienestar, las fortalezas socio comunitarias y el cuidado.</p> <p>Este experto cuenta con amplia experiencia en la administración educativa y en el desarrollo de pruebas psicológicas en procesos organizacionales, competencias y análisis poblacional, así como en proyectos sociales con poblaciones específicas. Asimismo, se desempeña como consultor en proyectos interdisciplinarios en atención y detección de factores de riesgo psicosocial.</p> <p>En su trayectoria profesional, ha sido director de proyectos de desarrollo de pruebas psicométricas en colaboración con importantes instituciones como el Colegio Colombiano de Psicólogos, la Dirección de Incorporación de la Policía Nacional de Colombia, y la Embajada de los Estados Unidos de América. Además, es coordinador del proyecto de ley en salud mental y de la Comisión de Política Pública del Colegio Colombiano de Psicólogos.</p> <p>Entre las habilidades de este experto, se destaca su dominio en el campo de la psicometría y su capacidad para liderar proyectos de investigación de alta complejidad, y siempre abordando temas y problemas relevantes en el ámbito de la psicología positiva. Asimismo, es un experto en cuidado, en el análisis de los factores que contribuyen a mejorar el bienestar y la calidad de vida de las personas y las comunidades.</p>

Juez	Perfil
5	<p>Este profesional destaca por su amplia experiencia y habilidades en procesos de aseguramiento de la calidad de programas académicos e instituciones de educación superior, trabajando en la planeación y ejecución de procesos de autoevaluación. Además, ha adquirido habilidades en el diseño, construcción y validación de instrumentos para la medición de fenómenos sociales gracias a su experiencia en el sector de la investigación social.</p> <p>En su trayectoria académica, este experto se ha destacado por su experiencia docente en áreas de investigación, análisis de datos, psicometría y filosofía de la ciencia. Su amplio conocimiento en estas áreas le permite integrar de forma efectiva la teoría y la práctica en sus clases, lo que resulta en una experiencia de aprendizaje más enriquecedora para el estudiante. Además, su capacidad para impartir conocimientos orientados al análisis de datos y a la investigación, lo convierten en un capacitador destacado para la formación de nuevos investigadores.</p> <p>El perfil de este experto se complementa con una visión crítica y constructiva, así como con una amplia capacidad de gestión y análisis de datos. Con sus habilidades de liderazgo en la planeación y ejecución de procesos de aseguramiento de la calidad de programas académicos e instituciones de educación superior, y su experiencia en la construcción de instrumentos para la medición de fenómenos sociales, lo convierten en un profesional altamente capacitado en estos campos. Además, su experiencia docente en áreas de investigación y psicometría lo hacen altamente respetado en el ámbito académico.</p>
6	<p>Se describe a una experta altamente reconocida en el ámbito de los proyectos de investigación y en la evaluación de proyectos de investigación en la Universidad el Bosque, siendo también una asesora experta en psicología positiva y en el campo de los cuidados paliativos y la arte terapia. Con una amplia formación académica, se destaca su capacidad para liderar proyectos de investigación en temas de gran relevancia dentro del campo de la psicología positiva y los cuidados paliativos.</p> <p>En su trayectoria laboral, se destaca su participación activa como investigadora líder en el grupo de investigación ESDOPAL, el cual tiene como objetivo el desarrollo de investigación clínica en el campo de la medicina del dolor, cuidados paliativos y las ciencias contemplativas, con el fin de generar nuevos conocimientos que permitan mejorar la atención y la calidad de vida de los pacientes y sus familias, teniendo un enfoque humanista y contemplativo.</p>

Juez	Perfil
7	<p data-bbox="383 309 2065 448">Con amplia experiencia en la aplicación de arte terapia en pacientes con dolor crónico, esta experta ha generado nuevas técnicas de atención y terapias alternativas para el mejoramiento de la calidad de vida de los pacientes, lo que la consolida como una de las máximas autoridades en el tema. Sus capacidades en la generación de nuevos conocimientos y su aplicación efectiva han sido altamente valoradas por las comunidades científicas y desde el ámbito del cuidado.</p> <p data-bbox="383 459 2065 635">Este profesional es un psicólogo altamente capacitado en el desarrollo, aplicación y análisis de pruebas psicométricas para contextos educativos y organizacionales, con amplia experiencia en el sector educativo en Colombia. Su trayectoria profesional destaca por su participación en procesos de evaluación de la calidad en los niveles educativos de primaria, secundaria, media y superior. Además, su experiencia en la docencia universitaria lo ha llevado a impartir clases de estadística, psicometría, métodos de investigación cuantitativa y psicología diferencial.</p> <p data-bbox="383 679 2065 783">Este experto cuenta con una maestría en modelos analíticos de Machine learning y Big data, lo que le permite aplicar herramientas de gran utilidad para la toma de decisiones en diferentes áreas y contextos. Se destaca por su creatividad, capacidad de análisis, pensamiento crítico y resolución de problemas, siempre trabajando con sentido de responsabilidad social.</p> <p data-bbox="383 828 2065 932">Además de su amplio conocimiento en investigación, este profesional es un experto en psicología positiva, una corriente que busca el desarrollo de capacidades humanas y el bienestar. Su experiencia en los campos de investigación y psicología positiva le permite aplicar diferentes enfoques para abordar problemas y desafíos relacionados con los procesos organizacionales y educativos.</p>

Apéndice C

Método De Angoff Modificado

UNIVERSIDAD EL BOSQUE

DISEÑO Y VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DEL CUIDADO EN UNIVERSITARIOS DEL
PROGRAMA JÓVENES CUIDADORES

Gordillo, I. Montoya, N. Sánchez, J. Cruz, S
FORMATOS DE VALIDACIÓN

NOMBRE

EVALUADOR:

INSTRUCCIONES

SEÑOR EVALUADOR: a continuación encontrara una serie de preguntas mediante las cuales podrá calificar cada uno de los reactivos del instrumento. Favor marcar con una (X) en el ESPACIO según la evaluación que haga de cada uno de los reactivos en los espacios correspondientes para cada reactivo. Sus observaciones favor colocarlas al final de la evaluación. Los siguientes son los criterios a tener en cuenta.

REDACCION: Evalúa que la conformación del reactivo sea lógica, coherente, clara y fácil de comprender.

PERTINENCIA: Evalúa lo oportuno y adecuado que resulta ser el uso del reactivo con relación al tema a medir.

ESTRUCTURA: Mide grado de relación, extensión y organización de los conceptos usados en la conformación del reactivo.

LENGUAJE: La terminología es adecuada teniendo en cuenta las características de la población.

REDACCION	(1) MUY CONFUSA	(2) CONFUSA	(3) CLARA	(4) MUY CLARA
PERTINENCIA	(1) NO PERTINENTE	(2) POCO PERTINENTE	(3) PERTINENTE	(4) MUY PERTINENTE
ESTRUCTURA	(1) INADECUADA	(2) POCO ADECUADA	(3) ADECUADA	(4) MUY ADECUADA
LENGUAJE:	(1) INADECUADO	(2) POCO ADECUADO	(3) ADECUADO	(4) MUY ADECUADO

Si en su opinión el criterio valorado no se ajusta al reactivo, por favor deje en blanco

DISEÑO Y VALIDACION DEL INSTRUMENTO CUIDADO

Si en su opinión el criterio valorado no se ajusta al reactivo, por favor deje en blanco

CRITERIOS REACTIVOS (Ítems)	REDACCION				PERTINENCIA				ESTRUCTURA				LENGUAJE				OBSERVACIONES
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
1	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
2	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
3	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
5	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
6	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
7	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
8	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
9	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
10	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
11	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
12	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
13	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
14	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
15	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
16	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
17	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
18	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
19	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
20	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
21	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
22	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
23	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
24	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
25	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
26	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
27	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
28	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
29	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
30	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
31	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
32	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
33	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
34	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
35	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
36	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
37	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
38	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
39	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
40	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
41	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
42	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
43	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
44	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	

DISEÑO Y VALIDACION DEL INSTRUMENTO CUIDADO

CRITERIOS REACTIVOS (Items)	REDACCION				PERTINENCIA				ESTRUCTURA				LENGUAJE				OBSERVACIONES
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
45	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
46	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
47	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
48	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
49	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
50	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
51	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
52	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
53	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
54	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
55	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
56	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
57	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
58	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
59	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
60	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
61	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
62	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
63	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
64	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
65	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
66	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
67	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
68	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
69	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
70	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
71	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
72	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
73	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
74	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
75	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
76	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
77	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
78	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
79	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
80	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
81	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
82	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
83	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
84	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
85	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
86	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
87	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
88	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
89	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
90	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
91	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
92	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	

DISEÑO Y VALIDACION DEL INSTRUMENTO CUIDADO

Apéndice D

Formatos de contacto con los jueces expertos

Plantilla de carta

Bogotá.D.C; 13 Septiembre de 2023.

Nombre _____

Psicólogo

Reciba un cordial saludo.

Por medio de la presente, nos complace informarle que somos estudiantes del segundo semestre de la especialización en Psicología Clínica y Autoeficacia Personal de la Universidad El Bosque. En la actualidad, estamos realizando nuestro trabajo de grado, titulado "Diseño y Validación de un Instrumento de Cuidado en Universitarios del Programa Jóvenes Cuidadores" en colaboración con la ONG/YMCA.

Dado lo anterior solicitamos su colaboración como psicólogo(a) con conocimiento y experiencia en el ámbito de la psicometría, psicología positiva y/o trabajador en el ámbito del cuidado; el objetivo de brindarnos su valioso apoyo, será el de validar cada uno de los ítems que constituyen la prueba; así poder llevar a cabo la aplicación del instrumento y continuar con la investigación dirigida a la población estudiantil de la ONG/YMCA.

A continuación adjuntamos los documentos respectivos para su debida revisión:

1. Sustento teórico: Este documento servirá como una herramienta de apoyo para el juez, ya que le proporciona las definiciones y bases teóricas que respaldan los elementos con los cuales se construyeron los ítems en conjunto con la ONG/YMCA.
2. Formato de categorías con ítems y tabla de especificaciones: Este formato facilitará la identificación de la categoría a la que pertenece cada ítem y permitirá acceder a una tabla de especificaciones que detalla minuciosamente los elementos clave

DISEÑO Y VALIDACION DEL INSTRUMENTO CUIDADO

de cada ítem, incluyendo la numeración correspondiente que se utiliza para evaluarlo en el formato de validación.

3. Formato de validación: En este documento se anotarán las calificaciones otorgadas a los ítems por su parte, junto con las instrucciones y comentarios explicativos relevantes durante el proceso de validación. Le solicitamos que complete en su totalidad este documento, evaluando cada ítem conforme a los criterios de validación proporcionados.

4. Instrumento: Este será el formato final del instrumento, que será presentado al público una vez completado y validado.

Con el fin de brindar el mejor apoyo posible, sería de gran ayuda si pudiera devolver el material revisado y el proceso de validación que ha realizado como juez experto antes del 25 de septiembre. Su contribución es invaluable para nuestro proyecto y agradecemos sinceramente su tiempo y esfuerzo.

En caso de mayor interés frente al resultado final del instrumento no lo puede hacer saber en la devolución del material

Cualquier duda comunicarse con el remitente

De antemano agradecemos su colaboración prestada.

Cordialmente

Firma.

Firma

C.C

C.C.

Es importante subrayar que el presente estudio se efectúa en estricta adherencia con sólidos principios éticos y metodológicos de investigación. En consonancia con lo establecido por la Ley 8430 de 1993 del Ministerio de Salud, que regula la investigación en seres humanos de bajo riesgo, la Ley 1090, que establece las disposiciones del Código Bioético y Deontológico de la Psicología, así como la Ley 1581 de 2012 de

DISEÑO Y VALIDACION DEL INSTRUMENTO CUIDADO

protección de datos personales. Queremos hacer hincapié en que la participación en esta investigación es absolutamente voluntaria y que se dirige exclusivamente a individuos mayores de edad que han sido seleccionados como jueces expertos en los campos de la psicometría, psicología positiva, expertos en el cuidado o expertos en la dirección de proyectos.

Apéndice E

Instrumento validado por los jueces expertos

INSTRUMENTO DEL CUIDADO

Gordillo, I. Montoya, N. Sánchez, J. Cruz, S. Jiménez, R

Instrucciones:

A continuación, encontrará una serie de preguntas que pretenden evaluar el cuidado y las cuales, deberá responder con una equis (x). Por favor, lea atentamente cada pregunta y conteste lo representativo para usted.

C	ITEMS	OPCIONES DE RESPUESTA			
1	Valoro positivamente la vida que estoy construyendo	a. Siempre	b. Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
2	Busco momentos de felicidad en mi vida	a. Siempre	b. Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
3	Procuro que mi situación financiera mejore constantemente	a. Siempre	b. Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
4	Permanentemente me oriento en el alcance de mis metas	a. Siempre	b. Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
5	Valoro las relaciones con los demás	a. Siempre	b. Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
6	Encuentro satisfacción en mis relaciones personales	a. Siempre	b. Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
7	Mis relaciones contribuyen al desarrollo de mis cualidades	a. Siempre	b. Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
8	Comprendo las necesidades de mi comunidad	a. Siempre	b. Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
9	Aporto desde mis conocimientos al desarrollo de la sociedad	a. Siempre	b. Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
10	Estoy abierto a nuevos aprendizajes	a. Siempre	b. Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
11	Participo activamente en el desarrollo de mi comunidad	a. Siempre	b. Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
12	Considero mis acciones antes de llevarlas a cabo	a. Siempre	b. Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
13	Tomo responsabilidad de mis decisiones personales	a. Siempre	b. Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
14	Reconozco las consecuencias de mis actos	a. Siempre	b. Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
15	Identifico cómo alcanzar mi éxito personal	a. Siempre	b. Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca

DISEÑO Y VALIDACION DEL INSTRUMENTO CUIDADO

C	ITEMS	OPCIONES DE RESPUESTA			
16	Me comprometo con mis actividades diarias	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
17	Experimento emociones positivas frecuentemente	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
18	Promuevo relaciones personales satisfactorias	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
19	Reconozco mi esfuerzo en el proceso de alcanzar una meta	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
20	Los valores personales guían mis decisiones	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
21	Mis decisiones contribuyen a la satisfacción personal	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
22	Busco propósitos significativos en la vida	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
23	Para mi es una prioridad ayudar a los demás	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
24	Pienso sobre el significado de la vida	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
25	Mis metas van más allá de conseguir objetivos materiales	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
26	Se cuáles son mis fortalezas personales	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
27	Fortalezco mis cualidades actuando de acuerdo con mis valores	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
28	Aprovecho mis cualidades personales para alcanzar la excelencia	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
29	Uso mis habilidades para afrontar desafíos	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
30	Busco ser la mejor versión de mí mismo	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
31	mis emociones influyen sobre la forma de ver la vida	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
32	soy optimista frente a los desafíos	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
33	Trato activamente de mantener una actitud positiva	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
34	Uso mis emociones positivas para enfrentar desafíos	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
35	En situaciones adversas propongo soluciones constructivas	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
36	Dialogo conmigo mismo para encontrar significados en la vida diaria	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
37	La reflexión personal es esencial para mi desarrollo como persona	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca

DISEÑO Y VALIDACION DEL INSTRUMENTO CUIDADO

C	ITEMS	OPCIONES DE RESPUESTA			
38	La reflexión personal me ayuda a tomar decisiones constructivas	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
39	Tengo momentos de reflexión	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
40	Mantengo un equilibrio en mi alimentación	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
41	Practico la meditación para mi crecimiento individual	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
42	Considero que el cuidado de mi salud es importante	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
43	Realizo actividades de ocio que fomentan mi felicidad	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
44	Establezco rutinas de descanso	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
45	Gestiono mis emociones mediante la meditación	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
46	Valoro las experiencias positivas que he tenido	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
47	Aprecio las acciones amables de otras personas	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
48	Agradezco mis logros personales	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
49	Expreso mi agradecimiento hacia los demás	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
50	Valoro cuando me agradecen	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
51	Entiendo que las relaciones personales influyen en mi bienestar	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
52	Construyo relaciones cercanas para mejorar mi bienestar	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
53	Valoro la importancia de ser parte de la comunidad	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
54	Busco apoyo por parte de mi círculo social	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
55	Comprendo mis responsabilidades dentro de la comunidad	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
56	Me esfuerzo por cultivar relaciones positivas con los demás	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
57	Establezco una comunicación honesta con los demás	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
58	Demuestro sinceridad en mis relaciones	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
59	Resuelvo conflictos constructivamente	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca

DISEÑO Y VALIDACION DEL INSTRUMENTO CUIDADO

C	ITEMS	OPCIONES DE RESPUESTA			
60	Brindo seguridad a los demás	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
61	Comparto situaciones personales con personas cercanas a mi	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
62	Me mantengo cerca de las personas que me brindan apoyo	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
63	Comparto mis emociones abiertamente con alguien cercano	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
64	Respaldo a las personas que me rodean	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
65	Estoy disponible para cuando me necesitan	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
66	Las personas con las que me relaciono me ayudan a superar desafíos	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
67	Reconozco las relaciones que me ayudan a superar desafíos	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
68	Fortalezco las relaciones que me ayudan a superar desafíos	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
69	Mis relaciones positivas aportan a mi desarrollo personal	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
70	Reconozco la importancia de todas las formas de vida	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
71	Contribuyo diariamente al cuidado del medioambiente	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
72	Mi compromiso ecológico abarca la preservación del entorno	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
73	Pongo en práctica el cuidado por la vida	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
74	Contribuyo a la sostenibilidad de los hábitats naturales	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
75	Identifico problemáticas en mi comunidad	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
76	llevo a cabo acciones que promuevan el cuidado en mi comunidad	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
77	Colaboro con mi comunidad para resolver problemas	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
78	Busco Influir en las autoridades locales por el bienestar de mi comunidad	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
79	Participo en la red local de jóvenes para influir positivamente sobre la comunidad	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
80	Mis acciones construyen a un equilibrio ecológico sostenible	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca

DISEÑO Y VALIDACION DEL INSTRUMENTO CUIDADO

C	ITEMS	OPCIONES DE RESPUESTA			
81	Fomento un entorno sostenible para las futuras generaciones	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
82	Comprendo que mis acciones afectarán a las generaciones futuras	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
83	Me preocupo por el bienestar de las demás personas	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
84	Brindo apoyo a los demás para fomentar su desarrollo personal	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
85	Me relaciono desde el respeto con todas las formas de vida	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
86	Me siento satisfecho cuando brindo ayuda a los demás	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
87	Enfoco mi atención hacia las necesidades de los demás	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
88	Apoyo emocionalmente a quienes cuidan de otros	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
89	Tengo una actitud comprensiva frente a la persona que cuida de otro	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
90	Busco estrategias para aliviar el estrés de la persona que cuida de otros	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
91	Me pongo en el lugar de los demás, para entender sus emociones como propias	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
92	Comprendo la forma de ser de los demás	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
93	Me esfuerzo por comprender el punto de vista de los demás	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
94	Acepto el apoyo de los demás	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
95	Ayudo a los demás sin pedir nada a cambio	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca
96	Promuevo la colaboración mutua	a. Siempre	b.Casi siempre	c. Casi nunca	d. Nunca