

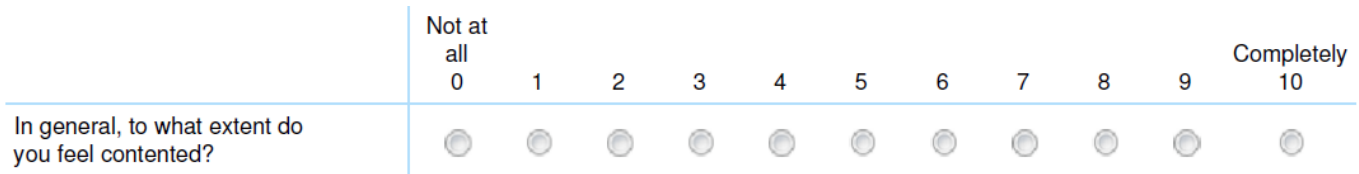
**PERMA Profiler: Versión Española***Margaret L. Kern & Julie Butler, University of Pennsylvania**Tradado por Margarita Tarragona, Universidad Tecmilenio*

| #  | Question   | Response Anchors  |    |
|----|--|---|----|
| 1  | In general, to what extent do you lead a purposeful and meaningful life?<br><b>En general, ¿en qué medida lleva usted una vida con propósito y significado?</b>                                    | 0 = not at all, 10 = completely<br><b>0 = Ninguna, 10 = Completamente</b> | M1 |
| 2  | How much of the time do you feel you are making progress towards accomplishing your goals?<br><b>¿Qué parte del tiempo siente que está avanzando hacia el logro de sus metas?</b>                  | 0 = never, 10 = always<br><b>0 = nada, 10 = todo</b>                      | A1 |
| 3  | How often do you become absorbed in what you are doing?<br><b>¿Con qué frecuencia se siente usted absorbido/a en lo que está haciendo?</b>   | 0 = never, 10 = always<br><b>0 = nunca, 10 = siempre</b>                  | E1 |
| 4  | In general, how would you say your health is?<br><b>En general ¿Cómo diría usted que es su salud?</b>  | 0 = terrible, 10 = excellent<br><b>0 = pésima, 10 = excelente</b>         | H1 |
| 5  | In general, how often do you feel joyful?<br><b>En general, ¿con qué frecuencia se siente alegre?</b>  | 0 = never, 10 = always<br><b>0 = nunca, 10 = siempre</b>                  | P1 |
| 6  | To what extent do you receive help and support from others when you need it?<br><b>¿En qué medida recibe usted ayuda y apoyo de otras personas cuando lo necesita?</b>                             | 0 = not at all, 10 = completely<br><b>0 = Nada, 10 = completamente</b>    | R1 |
| 7  | In general, how often do you feel anxious?<br><b>En general, ¿qué tan seguido se siente ansioso/a?</b>   | 0 = never, 10 = always<br><b>0 = nunca, 10 = siempre</b>                  | N1 |
| 8  | How often do you achieve the important goals you have set for yourself?<br><b>¿Con qué frecuencia alcanza metas importantes que se ha propuesto para sí mismo/a?</b>                               | 0 = never, 10 = always<br><b>0 = nunca, 10 = siempre</b>                  | A2 |
| 9  | In general, to what extent do you feel that what you do in your life is valuable and worthwhile?<br><b>En general, ¿en qué medida siente que lo que hace en su vida es valioso y vale la pena?</b> | 0 = not at all, 10 = completely<br><b>0 = Nada, 10 = completamente</b>    | M2 |
| 10 | In general, how often do you feel positive?<br><b>En general, ¿con qué frecuencia se siente positivo/a?</b>  | 0 = never, 10 = always<br><b>0 = nunca, 10 = siempre</b>                  | P2 |
| 11 | In general, to what extent do you feel excited and interested in things?<br><b>En general, ¿en qué medida se siente usted entusiasmado/a e interesado/a en las cosas?</b>                          | 0 = not at all, 10 = completely<br><b>0 = Nada, 10 = completamente</b>    | E2 |
| 12 | How lonely do you feel in your daily life?<br><b>¿Cuán solo/a se siente en su vida diaria?</b>   | 0 = not at all, 10 = completely<br><b>0 = Nada, 10 = completamente</b>    |    |
| 13 | How satisfied are you with your current physical health?<br><b>¿Qué tan satisfecho/a está usted con su salud física actual?</b>  | 0 = not at all, 10 = completely<br><b>0 = Nada, 10 = completamente</b>    | H2 |
| 14 | In general, how often do you feel angry?<br><b>En general, ¿qué tan seguido se siente enojado/a?</b>   | 0 = never, 10 = always<br><b>0 = nunca, 10 = siempre</b>                  | N2 |
| 15 | To what extent have you been feeling loved?<br><b>¿En qué medida se siente usted querido/a?</b>  | 0 = not at all, 10 = completely<br><b>0 = Nada, 10 = completamente</b>    | R2 |

| #  | Question  | Response Anchors   |     |
|----|---|--|-----|
| 16 | How often are you able to handle your responsibilities?<br><b>¿Qué tan seguido se siente capaz para manejar sus responsabilidades?</b>  | 0 = never, 10 = always<br><b>0 = nunca, 10 = siempre</b>               | A3  |
| 17 | To what extent do you generally feel you have a sense of direction in your life?<br><b>En general ¿hasta qué punto siente que sigue una dirección con sentido en su vida?</b>       | 0 = not at all, 10 = completely<br><b>0 = Nada, 10 = completamente</b> | M3  |
| 18 | Compared to others of your same age and sex, how is your health?<br><b>En comparación con otros de su misma edad y sexo ¿Cómo es su salud?</b>                                      | 0 = terrible, 10 = excellent<br><b>0 = pésima, 10 = excelente</b>      | H3  |
| 19 | How satisfied are you with your personal relationships?<br><b>¿Qué tan satisfecho/a está usted con sus relaciones personales?</b>   | 0 = not at all, 10 = completely<br><b>0 = Nada, 10 = completamente</b> | R3  |
| 20 | In general, how often do you feel sad?<br><b>En general, ¿qué tan seguido se siente triste?</b>   | 0 = never, 10 = always<br><b>0 = nunca, 10 = siempre</b>               | N3  |
| 21 | How often does time go by very fast when you are doing something you enjoy?<br><b>¿Con qué frecuencia se te pasa el tiempo muy rápido cuando estás haciendo algo que disfrutas?</b> | 0 = never, 10 = always<br><b>0 = nunca, 10 = siempre</b>               | E3  |
| 22 | In general, to what extent do you feel contented?<br><b>En general, ¿cuán satisfecho/a se siente usted?</b>   | 0 = not at all, 10 = completely<br><b>0 = Nada, 10 = completamente</b> | P3  |
| 23 | Taking all things together, how happy would you say you are?<br><b>Considerando todas las cosas en conjunto, ¿cuán feliz diría usted que es?</b>                                    | 0 = not at all, 10 = completely<br><b>0 = Nada, 10 = completamente</b> | hap |

**Question Presentation:**

Radial buttons with only anchors labeled. For example:



**Scoring:**

P = promedio(P1,P2,P3)

E = promedio (E1,E2,E3)

R = promedio (R1,R2,R3)

M = promedio (M1,M2,M3)

A = promedio (A1,A2,A3)

Global = promedio (P1,P2,P3,E1,E2,E3, R1,R2,R3, M1,M2,M3, A1,A2,A3,hap)

N = promedio (N1,N2,N3)

Health (la salud) = mean(H1,H2,H3)