

Adolescent Resilience Scale, ARS

Desarrollada en Japón por Oshio, Kaneko, Nagamine y Nakaya (2003)

Escala de Resiliencia Adolescente -ERA

Traducida al español por Restrepo (2009)

INSTRUCCIONES: Considera que tan bien describen tus comportamientos y acciones las siguientes afirmaciones, en una escala de 1 a 5 puntos. Por favor marca una equis (X) sobre en el número que mejor refleje tu comportamiento.

RESPUESTAS

Totalmente en desacuerdo	Bastante en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Bastante de acuerdo	Totalmente de acuerdo
1	2	3	4	5

Búsqueda de la Novedad

1. Yo busco nuevos retos
2. Me gustan las cosas nuevas o interesantes (o fascinantes)
3. Creo que tengo un alto nivel de interés y curiosidad
4. Me gusta hacer descubrimientos sobre las cosas
5. Yo creo que las dificultades son una parte valiosa de las experiencias de la vida
6. No me gusta hacer cosas desconocidas
7. Para mí es muy aburrido empezar nuevas actividades

Regulación Emocional

1. Yo pienso que puedo controlar mis emociones
2. Yo puedo permanecer calmado en situaciones difíciles
3. Yo me esfuerzo por permanecer calmado
4. Yo pienso que no me rindo fácilmente
- 5.* Para mí es difícil olvidar las experiencias negativas
- 6.* Yo no soy capaz de soportar problemas, situaciones difíciles (la adversidad)
- 7.* Mi comportamiento cambia según mis estados de ánimo
- 8.* Pierdo el interés por algo rápidamente
- 9.* Tengo dificultad para controlar mi ira

Orientación Positiva hacia el Futuro

1. Estoy seguro de que pasaran cosas buenas en el futuro
2. Pienso que tengo un futuro brillante
3. Me siento positivo frente a mi futuro
4. Tengo una meta clara para el futuro
5. Me estoy esforzando para alcanzar mi meta futura

*ítems que se invierten