ESCALA DE EXPERIENCIA DEL YO

(Parker, Beitz y Kohlenberg, 1996)

(Adaptación española Valero, Ferro, López y Selva, 2014)

NOMBRE: _____

SEXO: Hombre _____ Mujer: _____ EDAD (en años): _____

Por favor, responda con sinceridad a las distintas preguntas en una escala de 1 a 7 sobre el grado de verdad con que esas afirmaciones corresponden a su propia experiencia.

SECCIÓN I. Respecto a sí mismo en general

	Nunca		A veces		A menudo		Siempre
	1	2	3	4	5	6	7
1. Me encuentro perdido cuando la gente me dice "*sé tú mismo*"							
2. Siento como si fuera diferente según con qué personas esté.							
3. Tengo la sensación como de estar fuera de mi cuerpo, observándome a mí mismo							
4. Me siento vacío							
5. Soy creativo							
6. Soy espontáneo							
7. Soy sensible a la crítica							

SECCIÓN II. Respecto a un conocido *(compañero/a, vecino/a, conocido de vista, etc.)*

	Nunca		A veces		A menudo		Siempre
	1	2	3	4	5	6	7
8. Estas personas influyen en la forma como me siento conmigo mismo cuando estoy con ellas							
9. Mis necesidades o preferencias (lo que quiero hacer o conseguir) están influenciadas por estas personas cuando estoy con ellas							
10. Mis opiniones están influencias por estas personas cuando estoy con ellas							
11. Mis actitudes están influenciadas por estas personas cuando estoy con ellas							
12. Mis acciones están influenciadas por estas personas cuando estoy con ellas							
13. Estas personas influyen en la forma como me siento conmigo mismo cuando estoy solo							
14. Mis necesidades o preferencias (lo que quiero hacer o conseguir) están influenciadas por estas personales cuando estoy solo							
15. Mis opiniones están influenciadas por estas personas cuando estoy solo							
16. Mis actitudes están influenciadas por estas personas cuando estoy solo							
17. Mis acciones están influenciadas por estas personas cuando estoy solo							

SECCIÓN III. Respecto a una relación personal *(familiar, amigo/a íntimo, seres queridos)*

	Nunca		A veces		A menudo		Siempre
	1	2	3	4	5	6	7
18. Estas personas influyen en la forma como me siento conmigo mismo cuando estoy con ellas							
19. Mis necesidades o preferencias (lo que quiero hacer o conseguir) están influenciadas por estas personas cuando estoy con ellas							
20. Mis opiniones están influencias por estas personas cuando estoy con ellas							
21. Mis actitudes están influenciadas por estas personas cuando estoy con ellas							
22. Mis acciones están influenciadas por estas personas cuando estoy con ellas							
23. Estas personas influyen en la forma como me siento conmigo mismo cuando estoy solo							
24. Mis necesidades o preferencias (lo que quiero hacer o conseguir) están influenciadas por estas personales cuando estoy solo							
25. Mis opiniones están influenciadas por estas personas cuando estoy solo							
26. Mis actitudes están influenciadas por estas personas cuando estoy solo							
27. Mis acciones están influenciadas por estas personas cuando estoy solo							

SECCIÓN IV. Respecto a sí mismo en relación a los demás

	Nunca		A veces		A menudo		Siempre
	1	2	3	4	5	6	7
28. Tengo la sensación como de estar fuera de mi cuerpo, observándome a mí mismo, cuando estoy con otras personas							
29. Me siento vacío cuando estoy con otras personas							
30. Soy creativo cuando estoy con otras personas							
31. Soy espontáneo cuando estoy con otras personas							
32. Soy sensible a las críticas de alguien con quien tengo una relación superficial							
33. Tengo la sensación como de estar fuera de mi cuerpo, observándome a mí mismo, cuando estoy solo							
34. Me siento vacío cuando estoy solo							
35. Soy creativo cuando estoy solo							
36. Soy espontáneo cuando estoy solo							
37. Soy sensible a las críticas de alguien con quien tengo una relación estrecha							

	Rango	**Puntuación**	**Porcentaje**
Sección I	*7-49*		
Sección II	*10-70*		
Sección III	*10-70*		
Sección IV	*10-70*		
Puntuación total	*37-259*		

Corrección de la "Escala de Experiencia del Yo"

Sección 1
Se valora de forma global o general la experiencia del yo. Una puntuación alta implicaría un control público del yo, conducta disociativa y trastorno del yo.
Puntuaciones entre 7 y 49
Items 5 y 6 puntúan a la inversa

Sección 2
Se valora el expresar necesidades, opiniones, actitudes y acciones con personas conocidas o no-conocidas, solo superficial, sin ninguna relación estrecha con ellos.
Una puntuación alta implicaría un control publico del yo, especialmente grave cuando también se da en los ítems cuando está solo.
Puntuaciones entre 10 y 70

Sección 3
Se valora el expresar necesidades, opiniones, actitudes y acciones ante personas familiares, seres queridos, y relaciones más estrechas.
Una puntuación alta implicaría un control público del yo por parte de esas estrechas relaciones, y especialmente grave cuando también se da en los ítems cuando está solo.
Puntuaciones entre 10 y 70

Sección 4
Se valora una concepción del yo en cuanto a espontaneidad, creatividad, opiniones, críticas, etc., tanto en relación a otras personas como cuando está solo.
Puntuaciones entre 10 y 70
Los ítems 30, 31, 35 y 36 puntúan a la inversa.

Puntuación total entre 37 y 259
A mayor puntuación, mayor control público del yo, y mayores diferencias entre necesidades y opiniones personales frente a las de otras personas, sean solo conocidas o seres queridos.

Nota: Se podría convertir la puntuación directa en porcentaje, y dar un percentil de "gravedad" comparativa. Los datos poblacionales en la adaptación española son los siguientes:

Puntuaciones según la versión de 4 factores original en inglés:

	Men		Women		Non-Clinical		Clinical		
EOSS	*Mean*	*Sd*	*Mean*	*Sd*	*Mean*	*Sd*	*Mean*	*Sd*	
Section 1	18.56	*6.76*	18.46	*6.42*	16.86	*5.46*	21.85	*7.24*	***
Section 2	22.26	*11.05*	21.22	*9.56*	20.41	*9.23*	24.04	*11.33*	***
Section 3	28.59	*13.17*	28.78	*12.70*	27.44	*12.23*	31.36	*13.74*	***
Section 4	27.30	*7.95*	27.02	*7.14*	25.47	*6.41*	30.49	*8.14*	***
Total	96.71	*31.65*	95.49	*28.19*	90.18	*25.65*	107.73	*32.96*	***

Puntuaciones según la versión de 3 factores con población española:

	Men		Women		Non-Clinical		Clinical		
EOSS Factors	*M*	*Sd*	*M*	*Sd*	*M*	*Sd*	*M*	*Sd*	
Self close relations	28.59	*13.18*	28.78	*12.71*	27.44	*12.23*	31.36	*13.74*	***
Self casual relations	22.27	*11.07*	21.23	*9.56*	20.41	*9.24*	24.05	*11.33*	***
Self general	24.30	*9.56*	24.30	*9.79*	21.48	*7.15*	28.42	*10.53*	***
Self positive	23.75	*7.43*	22.98	*7.06*	23.80	*7.10*	22.06	*8.14*	***
Total	96.71	*31.65*	95.49	*28.19*	90.18	*25.65*	107.73	*32.96*	***

(* $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$)

El yo en relaciones íntimas (ítems 18 a 27, Sección 3)
El yo en relaciones sociales (ítems 8 a 17, Sección 2)
El yo en general (ítems 1, 2, 3, 4, 7, 28, 29, 32, 33, 34, 37, Secciones 1 y 2)
El yo en positivo (ítems 5, 6, 30, 31, 35, 36)

Referencias:

Kanter, J.W., Parker, C.R., & Kohlenberg, R.J. (2001). Finding the self: A behavioral measure and its clinical implications. *Psychotherapy*, *38*(2), 198-211.

Parker, C.R., Beitz, K., & Kohlenberg, R.J. (1996). The Experience of Self Scale (EOSS) A measure of private and public stimulus control of the experience of self. Poster presented at the *Annual Meeting of the Association for Behavior Analysis,* Orlando, Florida.

Valero, L., Ferro, R., López, M.A., y Selva, M.A. (2012). Reliability and validity of the Spanish adaptation of Experiencing of Self Scale (EOSS) comparing normal and clinical samples. *Internacional Journal of Behavioral Consultation and Therapy.7, 2-3, 151-158.*

Valero, L., Ferro, R., López, M.A. y Selva, M.A. (2014) Psychometric properties of the Spanish version of the Experiencing of Self Scale (EOSS) for assessment in Functional Analytic Psychotherapy. *Psicothema, 26*, 3, 415-422.