

Spanish version of the HILS

Paper in progress by Gonzalo Peña-Muñante

Instrucciones

Las preguntas que se presentan a continuación se refieren a cómo se siente con su vida. Indique en qué medida está de acuerdo con cada una de las siguientes afirmaciones.

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

1. Mi estilo de vida me permite estar en armonía.
2. La mayoría de las áreas de mi vida que son importantes para mí están en equilibrio.
3. Estoy en armonía con mi vida en este momento.
4. Acepto las diversas circunstancias que ocurren en mi vida.
5. Me adapto bien a mi entorno (personal, familiar, social, etc.).