

## ESCALA MORAL PILADELPHIA *Lawton, 1972*

(Adaptación de I. Montoso. UAM. Dpto. Psicología biológica y de la salud)

Fue diseñada por Lawton en 1972 y se trata de una escala basada en el concepto multidimensional de bienestar psicológico, que parte del supuesto de que un estado de ánimo elevado, se caracterizaría por la sensación de satisfacción con uno mismo, un sentimiento de que “uno tiene un sitio en esta vida” y la aceptación de lo que no se puede cambiar.

|    | ITEMS  | PUNTOS          |                  |
|----|--|-----------------|------------------|
|    |  | 1               | 0                |
| 1  | ¿A medida que se va haciendo mayor se ponen las cosas peor para usted?                           | NO              | SI               |
| 2  | ¿Tiene usted tanta energía como el año pasado?   | SI              | NO               |
| 3  | ¿Se siente usted solo?   | NO              | SI               |
| 4  | ¿Le molestan ahora más las cosas pequeñas que antes?   | NO              | SI               |
| 5  | ¿Siente que conforme se va haciendo mayor es menos útil?   | NO              | SI               |
| 6  | ¿A veces está tan preocupado que no puede dormir?  | NO              | SI               |
| 7  | ¿Según se va haciendo mayor, las cosas son MEJOR, PEOR, IGUAL que lo que usted pensó que serían? | MEJOR/<br>IGUAL | PEOR             |
| 8  | ¿A veces siente que la vida no merece la pena ser vivida?  | NO              | SI               |
| 9  | ¿Ahora es usted tan feliz como cuando era más joven?   | SI              | NO               |
| 10 | ¿Tiene muchas razones por las que estar triste?  | NO              | SI               |
| 11 | ¿Tiene miedo de muchas cosas?  | NO              | SI               |
| 12 | ¿Se siente más irascible que antes?  | NO              | SI               |
| 13 | ¿La mayor parte del tiempo la vida es dura y difícil?  | NO              | SI               |
| 14 | ¿Cómo está de satisfecho con su vida ahora?:<br>SATISFECHO o NO SATISFECHO                       | SATISFECHO      | NO<br>SATISFECHO |
| 15 | ¿Se toma las cosas a pecho?  | NO              | SI               |
| 16 | ¿Se altera o disgusta fácilmente?  | NO              | SI               |

Se suma la puntuación para valora el nivel de satisfacción de vida:

| PUNTOS            | NIVEL SATISFACCIÓN |
|-------------------|--------------------|
| Menos o igual a 3 | Alto               |
| 6-11              | Regular            |
| Menor o igual a 5 | Bajo               |

### SATISFACCIÓN DE CALIDAD DE VIDA

Puntuación en la escala de Filadelfia: \_\_\_\_\_

Nivel de satisfacción: \_\_\_\_\_