

WAAQ

Debajo usted encontrará una lista de afirmaciones. Por favor, puntúe en qué grado cada afirmación ES VERDAD PARA USTED haciendo un círculo en los números de al lado. Utilice la siguiente escala para hacer su elección.

1	2	3	4	5	6	7
Nunca es verdad	Muy raramente es verdad	Raramente es verdad	A veces es verdad	Frecuentemente es verdad	Casi siempre es verdad	Siempre es verdad

1. Soy capaz de trabajar eficazmente aunque tenga preocupaciones personales.	1	2	3	4	5	6	7
2. Puedo admitir mis errores en el trabajo y aun así seguir siendo exitoso.	1	2	3	4	5	6	7
3. Puedo trabajar de manera eficaz, incluso cuando estoy nervioso por algún motivo.	1	2	3	4	5	6	7
4. Mis preocupaciones no se interponen en mi camino hacia el éxito.	1	2	3	4	5	6	7
5. Soy capaz de comportarme según la situación requiera, sin que me afecte cómo me sienta.	1	2	3	4	5	6	7
6. Puedo trabajar eficazmente, incluso cuando dudo de mí mismo.	1	2	3	4	5	6	7
7. Mis pensamientos y sentimientos no se interponen en lo que debo hacer en mi trabajo.	1	2	3	4	5	6	7

Work-related Acceptance and Action Questionnaire (WAAQ)

Referencia original: Bond, F.W., Lloyd, J., & Guenole, N. (2013, in press). The Work-related Acceptance and Action Questionnaire (WAAQ): Initial psychometric findings and their implications for measuring psychological flexibility in specific contexts. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 86, 331-347.

Validación en España: Ruiz, F. J., & Odriozola-González, P. (2014). The Spanish version of the Work-related Acceptance and Action Questionnaire (WAAQ). *Psicothema*, 26, 63-68. doi: 10.7334/psicothema2013.110

Modo de corrección: suma de las puntuaciones obtenidas en cada ítem.

Interpretación: a mayor puntuación, mayor grado de flexibilidad psicológica en el contexto laboral. La puntuación promedio en trabajadores sin problemas clínicos en el artículo de validación fue $M=36.46$, $SD = 8.41$.