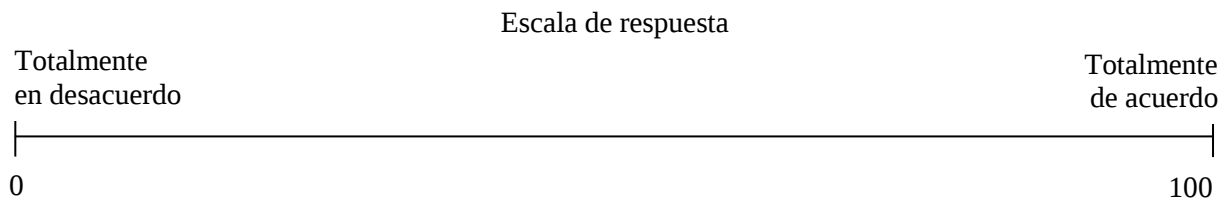


PBAT

Instrucciones: Marca en la línea el grado de acuerdo con cada afirmación. Basa tus respuestas en cómo has estado actuando durante la última semana*. Recuerda que no hay respuestas correctas o incorrectas.



1. Fui capaz de cambiar mi comportamiento, cuando cambiar ayudaba a mi vida
2. Hice cosas que dañaron mi relación con personas que son importantes para mí
3. Fui capaz de sentir una variedad de emociones apropiadas para el momento
4. Me costó continuar haciendo algo que era bueno para mí
5. No encontré una manera significativa de desafiarme a mí mismo/a
6. Actué de forma que ayudó a mi salud física
7. Mi pensamiento se interpuso en cosas que eran importantes para mí
8. Presté atención a cosas importantes en mi vida diaria
9. Hice cosas solo por cumplir con lo que otros querían que hiciera
10. Me ceñí a estrategias que parecían haber funcionado
11. Encontré maneras personalmente importantes de desafiarme a mí mismo/a
12. Me sentí atascado/a e incapaz de cambiar mi comportamiento ineficaz
13. Utilicé mi pensamiento de maneras que me ayudaron a vivir mejor
14. Me costó conectar con los momentos de mi día a día
15. Hice cosas para estar más cerca de las personas que son importantes para mí
16. Elegí hacer cosas que eran personalmente importantes para mí
17. Actué de forma que perjudicó mi salud física
18. No encontré una salida apropiada para mis emociones

* La herramienta está diseñada para permitir su uso con un enfoque temporal específico, solo hay que introducir el marco temporal y/o el contexto que prefiera. Ejemplos: "Durante la última semana", "Durante este día", "Durante la segunda mitad de este día", "Durante la última hora", "Mientras trabajaba hoy", etc.

Process-Based Assessment Tool (PBAT)

Original reference: Ciarrochi, J., Sahdra, B., Hofmann, S. G., & Hayes, S. C. (2022). Developing an item pool to assess processes of change in psychological interventions: The Process-Based Assessment Tool (PBAT). *Journal of Contextual Behavioral Science*, 23(February), 200–213.
<https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2022.02.001>

Translation process into Spanish:

Pandelis Perakakis (Complutense University of Madrid) and Carmen Goicoechea (University of Granada) have led the entire process and will be responsible for validating this version of the tool. To ensure an adequate translation of the PBAT, the back-translation procedure widely described in the literature (e.g. Hambleton & Kanjee, 1995) was adopted. The initial translation was carried out by two independent bilingual translators. A group of experts from the Madrid Institute of Contextual Psychology (MICPSY) reviewed the items in Spanish. Finally, the English retranslated version was reviewed by another group of experts, including researchers responsible for other versions of the tool and one of the authors of the original tool.