

ESCALAS PLANEA

Habilidades para la vida independiente y autonomía personal de jóvenes con experiencia en el sistema de protección

Autores: Laura García Alba y Jorge F. Del Valle

Grupo de Investigación en Familia e Infancia
Universidad de Oviedo

2022

Este documento contiene:

- Escala PLANEA-JOV (páginas 3-4)
 - Versión corta PLANEA-9-JOV (página 5)
- Escala PLANEA-T-JOV (página 6)
- Escala PLANEA-EDS (páginas 7-8)
 - Versión corta PLANEA-9-EDS (página 9)
- Escala PLANEA-T-EDS (página 10)
- Instrucciones de corrección para todas las escalas (página 11)

Para obtener una descripción pormenorizada de las características, propiedades psicométricas y usos de cada escala, se recomienda consultar las siguientes publicaciones disponibles en abierto

García-Alba, L., Postigo, Á., Gullo, F., Muñiz, J. y Del Valle, J. F. (2021).
PLANEA Independent Life Skills Scale: Development and validation.
Psicothema, 33(2), 268-278. <https://doi.org/10.7334/psicothema2020.450>

García-Alba, L., Postigo, Á., Gullo, F., Muñiz, J., and Valle, J. F. D. (2022).
Assessing Independent Life Skills of Youth in Child Protection: A
Multinformant Approach. *The European Journal of Psychology Applied
to Legal Context*, 14(1), 1 - 10. <https://doi.org/10.5093/ejpalc2022a1>

El resto de las consultas pueden dirigirse a info@grupogifi.es o a la autora de correspondencia de las publicaciones mencionadas.

Fecha de cumplimentación:					
Nombre y apellidos del/la joven:					
Fecha de nacimiento:		Edad:		Género:	
Código en Planea (si está de alta):					
Hogar/Programa de referencia:					
Nombre y apellidos de educador/a-tutor/a de referencia:					
Observaciones relevantes sobre la aplicación (indicar dificultades con el lenguaje, si las hubiera, nivel de apoyos requerido, incidencias, etc.)					

Escala PLANEA-JOV

A continuación, hay una serie de frases que describen habilidades de la vida diaria que puedes tener en menor o mayor grado. Para cada una, señala hasta qué punto sabes hacer la actividad propuesta marcando con una X una de las siguientes opciones:

1 NADA 2 UN POCO 3 BASTANTE 4 MUCHO

Es normal que no sepas hacer algunas de las cosas que se plantean, así que trata de responder a todas con sinceridad y de no dejar ninguna en blanco. Puedes comenzar:

Sé cómo...	NADA	UN POCO	BASTANTE	MUCHO
	1	2	3	4
1. Hacer un menú semanal saludable				
2. Encontrar actividades para apuntarme en mi tiempo libre				
3. Cuidar de mi higiene personal diariamente				
4. Protegerme del contagio de enfermedades de transmisión sexual				
5. Utilizar métodos anticonceptivos para evitar un embarazo				
6. Comprar los medicamentos que me recete el médico				
7. Preparar un botiquín con medicamentos básicos para tener en mi casa				
8. Hablar con alguien de confianza cuando tengo un problema y necesito ayuda				
9. Comprar ropa sin gastar mucho dinero				
10. Llamar a la policía, ambulancia o bomberos en caso de emergencia				
11. Comprar los utensilios necesarios para cocinar				
12. Cocinar comidas variadas				
13. Hacer la limpieza de una casa				

14. Utilizar la lavadora				
15. Pasarlo bien en mi tiempo libre				
16. Usar el transporte público por mi cuenta				
17. Pedir cita para ir al médico				
18. Pedir una beca para mis estudios				
19. Abrir una cuenta en un banco				
21. Devolver algo que he comprado				
22. Hacer compras por Internet				
23. Hacer compras a plazos				
24. Hacer gestiones en las oficinas de mi ayuntamiento				
25. Votar en unas elecciones				
26. Conseguir o renovar el DNI o el pasaporte				
27. Solicitar ayudas económicas si lo necesito (para el alquiler, etc.)				
28. Organizar un viaje a otra ciudad (buscar transporte, sitio para dormir...)				
29. Hacer mi currículum vitae				
30. Buscar ofertas de trabajo				
31. Apuntarme en la oficina de empleo				
32. Prepararme para realizar una entrevista de trabajo				
33. Informarme sobre mis derechos como trabajador/a				
34. Gestionar mi dinero de forma que pueda ahorrar una parte				
35. Buscar piso o casa para vivir				
36. Independizarme para vivir por mi cuenta				

**Has terminado. Muchas gracias por tu
colaboración.**

Fecha de cumplimentación:				
Nombre y apellidos del/la joven:				
Fecha de nacimiento:		Edad:		Género:
Código en Planea (si está de alta):				
Hogar/Programa de referencia:				
Nombre y apellidos de educador/a-tutor/a de referencia:				
Observaciones relevantes sobre la aplicación (indicar dificultades con el lenguaje, si las hubiera, nivel de apoyos requerido, incidencias, etc.)				

Escala PLANEA-9-JOV (Versión corta)

A continuación, hay una serie de frases que describen habilidades de la vida diaria que puedes tener en menor o mayor grado. Para cada una, señala hasta qué punto sabes hacer la actividad propuesta marcando con una X una de las siguientes opciones:

1	NADA	2	UN POCO	3	BASTANTE	4	MUCHO
----------	-------------	----------	----------------	----------	-----------------	----------	--------------

Es normal que no sepas hacer algunas de las cosas que se plantean, así que trata de responder a todas con sinceridad y de no dejar ninguna en blanco. Puedes comenzar:

Sé cómo...	NADA	UN POCO	BASTANTE	MUCHO
	1	2	3	4
1. Preparar un botiquín con medicamentos básicos para tener en mi casa				
2. Cocinar comidas variadas				
3. Usar el transporte público por mi cuenta				
4. Abrir una cuenta en un banco				
5. Conseguir o renovar el DNI o el pasaporte				
6. Organizar un viaje a otra ciudad (buscar transporte, sitio para dormir...)				
7. Buscar ofertas de trabajo				
8. Buscar piso o casa para vivir				
9. Independizarme para vivir por mi cuenta				

Has terminado. Muchas gracias por tu colaboración.

Fecha de cumplimentación:				
Nombre y apellidos del/la joven:				
Fecha de nacimiento:		Edad:		Género:
Código en Planea (si está de alta):				
Hogar/Programa de referencia:				
Nombre y apellidos de educador/a-tutor/a de referencia:				
Observaciones relevantes sobre la aplicación (indicar dificultades con el lenguaje, si las hubiera, nivel de apoyos requerido, incidencias, etc.)				

Escala PLANEA-T-JOV

Ahora, hay una serie de frases que describen tareas cotidianas. Para cada una, indica el grado de independencia con que las realizas actualmente, marcando con una X una de las siguientes opciones:

1	SOLO/A	2	CON UN ADULTO	3	OTRO LO HACE POR MI	4	NO APLICA
----------	---------------	----------	----------------------	----------	----------------------------	----------	------------------

- **(4) “No aplica”:** marca esta opción cuando no se haya dado la ocasión de que tuvieras que realizar una de las actividades, ni por ti mismo/a ni con apoyo.
- En caso de que dos opciones sean aplicables, escoge la que sea más habitual para ti.

Por favor, no dejes ninguna frase sin contestar. Puedes comenzar:

Suelo...	SOLO/A	CON UN ADULTO	OTRO/A LO HACE	NO APLICA
	1	2	3	4
1. Pedir cita para ir al médico				
2. Hacer gestiones con mi cuenta bancaria o tarjetas				
3. Ir a comprar mi ropa				
4. Matricularme en un centro para estudiar o hacer cursos				
5. Ir a hacer la compra de comida				
6. Cocinar la comida				
7. Hacer la limpieza de mi habitación o de otras partes de la casa				
8. Lavar la ropa				

Has terminado. Muchas gracias por tu colaboración.

Fecha de cumplimentación:				
Nombre y apellidos del/la joven:				
Fecha de nacimiento:		Edad:		Género:
Código en Planea (si está de alta):				
Hogar/Programa de referencia:				
Nombre y apellidos de educador/a-tutor/a de referencia que cumplimenta:				
Observaciones relevantes sobre la aplicación (indicar dificultades con el lenguaje, si las hubiera, nivel de apoyos requerido, incidencias, etc.)				

Escala PLANEA-EDS

A continuación, hay una serie de frases que describen habilidades de la vida diaria que el/la joven sobre el que responde puede tener en menor o mayor grado. Para cada una, señale hasta qué punto considera usted que el/la joven sabe hacer la actividad propuesta marcando con una X una de las siguientes opciones:

1	NADA	2	UN POCO	3	BASTANTE	4	MUCHO
----------	-------------	----------	----------------	----------	-----------------	----------	--------------

Por favor, responda individualmente al cuestionario y sin tener en cuenta las opiniones de otras personas. Procure no dejar ninguna sin contestar. Puede comenzar:

El/la joven sabe cómo...	NADA	UN POCO	BASTANTE	MUCHO
	1	2	3	4
1. Hacer un menú semanal saludable				
2. Encontrar actividades para apuntarse en su tiempo libre				
3. Cuidar de su higiene personal diariamente				
4. Protegerse del contagio de enfermedades de transmisión sexual				
5. Utilizar métodos anticonceptivos para evitar un embarazo				
6. Comprar los medicamentos que le recete el médico				
7. Preparar un botiquín con medicamentos básicos para tener en su casa				
8. Hablar con alguien de confianza cuando tiene un problema y necesita ayuda				
9. Comprar ropa sin gastar mucho dinero				

10. Llamar a la policía, ambulancia o bomberos en caso de emergencia				
11. Comprar los utensilios necesarios para cocinar				
12. Cocinar comidas variadas				
13. Hacer la limpieza de una casa				
14. Utilizar la lavadora				
15. Pasarlo bien en su tiempo libre				
16. Usar el transporte público por su cuenta				
17. Pedir cita para ir al médico				
18. Pedir una beca para sus estudios				
19. Abrir una cuenta en un banco				
20. Usar una tarjeta de crédito				
21. Devolver algo que ha comprado				
22. Hacer compras por Internet				
23. Hacer compras a plazos				
24. Hacer gestiones en las oficinas de su ayuntamiento				
25. Votar en unas elecciones				
26. Conseguir o renovar el DNI o el pasaporte				
27. Solicitar ayudas económicas si lo necesita (para el alquiler, etc.)				
28. Organizar un viaje a otra ciudad (buscar transporte, sitio para dormir...)				
29. Hacer su currículum vitae				
30. Buscar ofertas de trabajo				
31. Apuntarse en la oficina de empleo				
32. Prepararse para realizar una entrevista de trabajo				
33. Informarse sobre sus derechos como trabajador/a				
34. Gestionar su dinero de forma que pueda ahorrar una parte				
35. Buscar piso o casa para vivir				
36. Independizarse para vivir por su cuenta				

Ha terminado. Muchas gracias por su colaboración

Fecha de cumplimentación:				
Nombre y apellidos del/la joven:				
Fecha de nacimiento:		Edad:		Género:
Código en Planea (si está de alta):				
Hogar/Programa de referencia:				
Nombre y apellidos de educador/a-tutor/a de referencia:				
Observaciones relevantes sobre la aplicación (indicar dificultades con el lenguaje, si las hubiera, nivel de apoyos requerido, incidencias, etc.)				

Escala PLANEA-9-EDS (Versión corta)

A continuación, hay una serie de frases que describen habilidades de la vida diaria que el/la joven sobre el que responde puede tener en menor o mayor grado. Para cada una, señale hasta qué punto considera usted que el/la joven sabe hacer la actividad propuesta marcando con una X una de las siguientes opciones:

1	NADA	2	UN POCO	3	BASTANTE	4	MUCHO
----------	-------------	----------	----------------	----------	-----------------	----------	--------------

Por favor, responda individualmente al cuestionario y sin tener en cuenta las opiniones de otras personas. Procure no dejar ninguna sin contestar. Puede comenzar:

El/la joven sabe cómo...	NADA	UN POCO	BASTANTE	MUCHO
	1	2	3	4
1. Preparar un botiquín con medicamentos básicos para tener en su casa				
2. Cocinar comidas variadas				
3. Usar el transporte público por su cuenta				
4. Abrir una cuenta en un banco				
5. Conseguir o renovar el DNI o el pasaporte				
6. Organizar un viaje a otra ciudad (buscar transporte, sitio para dormir...)				
7. Buscar ofertas de trabajo				
8. Buscar piso o casa para vivir				
9. Independizarse para vivir por su cuenta				

Ha terminado. Muchas gracias por su colaboración.

Fecha de cumplimentación:					
Nombre y apellidos del/la joven:					
Fecha de nacimiento:		Edad:		Género:	
Código en Planea (si está de alta):					
Hogar/Programa de referencia:					
Nombre y apellidos de educador/a-tutor/a de referencia:					
Observaciones relevantes sobre la aplicación (indicar dificultades con el lenguaje, si las hubiera, nivel de apoyos requerido, incidencias, etc.)					

Escala PLANEA-T-EDS

Ahora, hay una serie de frases que describen tareas cotidianas. Para cada una, indique el grado de independencia con que el/la joven las realiza actualmente, marcando con una X una de las siguientes opciones:

1	SOLO/A	2	CON UN ADULTO	3	OTRO LAS HACE POR ÉL/ELLA	4	NO APLICA
----------	---------------	----------	----------------------	----------	----------------------------------	----------	------------------

- **(4) “No aplica”:** marque esta opción cuando no se haya dado la ocasión de que el/la joven tuviera que realizar una de las actividades, ni por sí mismo/a ni con apoyo.
- En caso de que dos opciones sean aplicables, escoja la que sea más habitual.

Por favor, no deje ninguna frase sin contestar. Puede comenzar:

El/la joven suele...	SOLO/A	CON UN ADULTO	OTRO/A LO HACE	NO APLICA
	1	2	3	4
1. Pedir cita para ir al médico				
2. Hacer gestiones con su cuenta bancaria o tarjetas				
3. Ir a comprar su ropa				
4. Matricularse en un centro para estudiar o hacer cursos				
5. Ir a hacer la compra de comida				
6. Cocinar la comida				
7. Hacer la limpieza de su habitación o de otras partes de la casa				
8. Lavar la ropa				

Ha terminado. Muchas gracias por su colaboración.

INSTRUCCIONES DE CORRECCIÓN

Escala PLANEA-JOV y ESCALA PLANEA-EDS

Calcular totales:

- **Subescala “Autocuidado y bienestar”**: sumatorio de los ítems 1 – 16
- **Subescala “Gestiones y organización diaria”**: sumatorio de los ítems 17 – 28
- **Subescala “Trabajo e independencia”**: sumatorio de los ítems 29 – 36
- **Puntuación total “Habilidades para la vida independiente”**: sumatorio de los ítems 1 – 36

Versiones cortas (PLANEA-9-JOV y PLANEA-9-EDS): realizar sumatorio de los ítems 1 – 9

Escala PLANEA-T-JOV y PLANEA-T-EDS

Transformar puntuaciones

- **Transformar las puntuaciones (1 → 3; 3 → 1)**
- **Considerar las puntuaciones 4 “no aplica” como valores perdidos.**

Calcular totales

- **Subescala “Gestiones diarias”**: sumatorio de ítems 1 – 4
- **Subescala “Tareas del hogar”**: sumatorio de ítems 5 – 8

Para más información, consultar las publicaciones:

García-Alba, L., Postigo, Á., Gullo, F., Muñiz, J. y Del Valle, J. F. (2021). PLANEA Independent Life Skills Scale: Development and validation. *Psicothema*, 33(2), 268-278. <https://doi.org/10.7334/psicothema2020.450>

García-Alba, L., Postigo, Á., Gullo, F., Muñiz, J., and Valle, J. F. D. (2022). Assessing Independent Life Skills of Youth in Child Protection: A Multiinformant Approach. *The European Journal of Psychology Applied to Legal Context*, 14(1), 1 - 10. <https://doi.org/10.5093/ejpalc2022a1>