



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE HUMANIDADES

ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

“Propiedades psicométricas del cuestionario de las cinco facetas de Mindfulness (FFMQ) en estudiantes universitarios de la provincia del Santa”.

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

Licenciada En Psicología

AUTORA:

Pérez Quispe, Lorelyn María Del Pilar (ORCID: 0000-0002-7738-3260)

ASESOR:

Dr. Noé Grijalva, Hugo Martín (ORCID: 0000-0003-2224-8528)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Psicométrica

CHIMBOTE – PERÚ

2019

Dedicatoria

Este trabajo de investigación, realizado con mucho esfuerzo e ilusión de lograr mi más grande sueño, que es ser Psicóloga, se lo dedico a Dios, porque desde el primer día de clases me permitió entregar todo de mí, para ser una buena estudiante y me brindó la fortaleza que necesitaba, para no rendirme ante las pruebas difíciles que se me presentaron en el camino.

A mis padres, Miriam Quispe y Nelson Pérez, porque ellos me formaron e impulsaron a ser una estudiante dedicada y comprometida con mis objetivos. Demostrándome todos los días, su esfuerzo, entrega en el trabajo y amor tierno, para llegar hasta donde estoy con perseverancia y alegría.

A mi hermano, Bryan Pérez, con su ejemplo de valentía y esfuerzo constante en la escuela militar, me enseñó en silencio, que es importante esforzarme y ser valiente ante las dificultades, para perseguir mis sueños a pesar de las experiencias negativas, con un solo objetivo de brindar a nuestros padres el orgullo y satisfacción de ser profesionales.

A todos mis familiares, por sus palabras de amor y motivación, que me impulsan a ser una mejor persona y continuar por el camino correcto.

La autora.

Agradecimiento

A Dios por su luz y acompañamiento en mis debilidades para lograr este trabajo, por ser mi soporte y guiarme a tomar las mejores decisiones.

A mis padres, por su apoyo tanto económico y emocional, ya que, sin ellos, no podría haber logrado este sueño. Por permitirme estudiar esta carrera y brindarme esa vocación de servicio, para que con respeto y amor pueda realizar mi trabajo con los pacientes.


A mi enamorado, por su ayuda y preocupación constante, para lograr lo que me propuse desde el inicio de la carrera, acompañándome y alentándome en cada momento difícil y celebrando conmigo cada logro que obtuve.

A mi asesor y docentes, que contribuyeron con sus enseñanzas, por su guía y recomendaciones durante el proceso de la carrera y de este trabajo, que sin su aporte, no hubiera sido posible.

A los estudiantes universitarios que me apoyaron, haciéndose parte de este trabajo, brindando su tiempo y atención para el desarrollo de los instrumentos. También a las personas que me ayudaron en la aplicación, sin ningún interés y siendo importantes para la presente investigación.

La autora.

Página del Jurado

 UCV UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO	ACTA DE APROBACIÓN DE LA TESIS	Código : F07-PP-PR-02.02
		Versión : 09
		Fecha : 23-03-2018
		Página : 1 de 1

El Jurado encargado de evaluar la tesis presentada por don

(a) LORELYN MARÍA DEL PILAR PÉREZ ALFRE

cuyo título es: PROPIEDADES PSICOMÉTRICAS DEL CUESTIONARIO DE LAS

CINCO FACETAS DE MINDFULNESS (FFMB) EN ESTUDIANTES

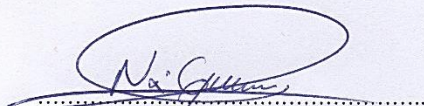
UNIVERSITARIOS DE LA PROVINCIA DEL SANTA

Reunido en la fecha, escuchó la sustentación y la resolución de preguntas por

el estudiante, otorgándole el calificativo de: ...18.. (número)

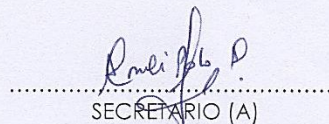
DIÉCEMO (letras).

Chimbote, 10 de 09 del 2019



PRÉSIDENTE (A)

Dr. MARTIN NOE GRIJALVA



SECRETARIO (A)

Mgtr. POLO AMBROCIO, Anali



VOCAL

Mgtr. SPARROW MOSTACERO, Liliam

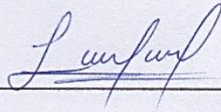
Elaboró	Dirección de Investigación	Revisó	Representante de la Dirección / Vicerrectorado de Investigación y Calidad	Aprobó	Rectorado
---------	----------------------------	--------	---	--------	-----------

Declaratoria de Autenticidad

Declaratoria de autenticidad

Yo, Pérez Quispe Lorelyn María Del Pilar con DNI N° 70921815, estudiante de la Escuela profesional de Psicología, Facultad de Humanidades de la Universidad César Vallejo filial Chimbote, en efecto de cumplir con las disposiciones vigentes consideradas en el Reglamento de Grados y Títulos, declaro bajo juramento que la presente tesis es auténtica y veraz. Además, todos los datos e información presentados son reales y constituyen un aporte a la realidad investigada. Por lo que, asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento y omisión tanto de los documentos como de la información aportada, por los cuales me someto a lo dispuesto en las normas académicas de la Universidad César Vallejo.

Nuevo Chimbote, Setiembre del 2019



Lorelyn María Del Pilar Pérez Quispe

DNI: 70921815

Presentación

Estimados Señores miembros del Jurado:

Del estudio realizado, solicito a consideración de vuestro criterio profesional la evaluación del presente informe de investigación de tesis denominada: Propiedades psicométricas del cuestionario de las cinco facetas de Mindfulness (FFMQ) en estudiantes universitarios de la Provincia del Santa, en cumplimiento del Reglamento de Grado y Título de la Universidad César Vallejo, esperando cumplir con los requisitos de aprobación para obtener el título profesional de Licenciada en Psicología.

Atentamente

La autora.

Índice

Dedicatoria	ii
Agradecimiento.....	iii
Página del Jurado.....	iv
Declaratoria de autenticidad.....	v
Presentación.....	vi
Índice.....	vii
Índice de Tablas	viii
RESUMEN	ix
ABSTRACT	x
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MÉTODO	10
2.1 Tipo de investigación	10
2.2 Variables, Operacionalización	10
2.3 Población, muestra y muestreo	11
2.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad.....	13
2.5 Métodos de análisis de datos	14
2.6 Aspectos éticos.....	15
III. RESULTADOS.....	16
IV. DISCUSIÓN	23
V. CONCLUSIONES	26
VI. RECOMENDACIONES	27
VII. REFERENCIAS.....	28
ANEXOS.....	34

Índice de tablas

<i>Tabla 1. Matriz de operacionalización de la variable.....</i>	10
<i>Tabla 2. Distribución de la población según Universidades.....</i>	11
<i>Tabla 3. Estratificación de la muestra de estudiantes universitarios.....</i>	12
<i>Tabla 4. Media, desviación estándar, asimetría y curtosis.....</i>	17
<i>Tabla 5. Índices de ajuste global.....</i>	18
<i>Tabla 6. Matriz de correlaciones entre ítems.....</i>	20
<i>Tabla 7. Estadísticos de fiabilidad de las puntuaciones del instrumento.....</i>	21

RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo determinar las propiedades psicométricas del cuestionario de las cinco facetas del Mindfulness (FFMQ) en estudiantes universitarios de la provincia del Santa, la muestra estuvo conformada por 382 estudiantes, de ambos sexos. La validez de constructo, se halló a través del método de análisis factorial confirmatorio, donde se reporta el índice de bondad de ajuste (GFI=.87); el ajuste comparativo (CFI=.76), el cual no cuenta con propiedades psicométricas válidas, debido a que no tuvo un buen ajuste, por lo tanto, se procedió a presentar un modelo reespecificado debido a la presencia de pesos factoriales estandarizados inferior a .30, hallándose un índice de .78. indicando que se ajusta ligeramente mejor que el primero, pero continúa sin validez. Asimismo, el índice de Tucker-Lewis (TLI=.74); se estimó el error cuadrático (RMSEA=.048; IC90% LI=.044; LS=.052), y el residuo estandarizado cuadrático medio (SRMR=.074); mientras que se obtuvo un índice de bondad de parsimonia (PNFI=.1487.85). La confiabilidad por consistencia interna a través del Alfa de omega en las cinco facetas, se encontró, en Observación un .62, Descripción un .68, Actuar con conciencia un .79, Ausencia de juicio de .73 y Ausencia de reactividad un valor .55. reespecificado .53.

Palabras clave: Mindfulness, propiedades psicométricas, validez y confiabilidad.

ABSTRACT

The present investigation aimed to determine the psychometric properties of the Five Facets Mindfulness Questionnaire (FFMQ) in university students from the province of Santa,. the sample was made up of 382 students, of both sexes. The construct validity was found through the confirmatory factor analysis method. Where, the goodness index adjustment reported (GFI=.87) the comparative adjustment (CFI = .76) which doesn't have valid psychometric properties, because It didn't have a good adjustment. Therefore, was proceeded to present re-specified model, due to presence of standardized factor weights less than .30, because to the presence of standardized factor weights lower than .30, finding an index of .78. indicating that it fits slightly better than the first, but continues invalid. Also, the Tucker-Lewis index (TLI = .74); the quadratic error was estimated (RMSEA = .048; IC90% LI = .044; LS = .052), and the standardized quadratic standardized residue (SRMR = .074); while, a parsimony goodness index was obtained (PNFI = .1487.85). Reliability by internal consistency through the Alpha of omega in the five facets, was found, in Observation a .62, Description a .68, Acting consciously a .79, Absence of judgment of .73 and Absence of reactivity a value. 55. re-specified .53.

Keywords: Mindfulness, psychometric properties, validity and reliability

I. INTRODUCCIÓN

Los estudios sobre Mindfulness han tenido un mayor auge en estos tiempos (Khoury et al., 2013). Este término nace de la tradición oriental, precisamente del budismo y de la moderna aplicación en la sociedad y la ciencia occidental. Además, es un término en inglés, propiamente procede de Pali, palabra sati, que se traduce a conciencia, atención y hacer memoria. Significa en castellano, atención y/o conciencia plena, atención consciente o intencional, conciencia inmediata o del instante. (Arreola, 2015).

Con respecto al concepto de mindfulness, Kabat-Zinn (1994), refiere que es proporcionar atención de forma única: intencionalmente, en el instante actual y sin criticar. Simón (2007), menciona que este término, es la capacidad personal absoluta y fundamental, que consta en la probabilidad de darse cuenta de los procesos mentales instante a instante. Además, se afirma es el hábito de fijar la atención a la realidad en el momento actual, la cual accede la contemplación de pensamientos, sentimientos y actitudes sin realizar críticas, hoy por hoy, es uno de los tratamientos de terapia con importante crecimiento de ciencia en América del Norte y Europa (Bishop, 2002).

Actualmente, hay evidencia del incremento de la invasión de la atención plena, tanto en investigación y la aplicación de la salud mental, terapia psicológica y en absoluto de la ciencia del occidente (Simón, 2006). Del mismo modo, Mañas (2009) expresa que, en el tiempo moderno, muchos profesionales, como doctores, psicólogos y demás trabajadores asistenciales, han brindado apertura y exaltación a las practicas del mindfulness, como tácticas o recursos para intervenir. En la psicología moderna, se lleva a cabo con el objetivo de un acercamiento para ampliar la conciencia y argumentar adecuadamente a los contenidos de la mente que provocan el estrés y las conductas desadaptativas (Bishop et al., 2004; Parra, 2011).

Las utilidades positivas de la atención plena son diversas, hay destacada demostración real, terapéutica, neuropsicológica y fisiológica evidencia que las utilidades delimitadas de mindfulness aumentan la habilidad del manejo las emociones, de confrontar las dificultades sentimentales; mejoran las indicaciones cognoscitivas y disminuyen las ideas dañinas. Asimismo, se muestra una mejor

actividad del cuerpo, debido a que estas aplicaciones causan que los procedimientos de sanación, las defensas contra bacterias, la respuesta al estrés y la percepción usual del alivio físico trabajen de forma efectiva. Al mismo tiempo, potencian las relaciones personales e interpersonales, ya que acrecienta la habilidad de ponerse en el lugar del otro y la solidaridad. (Arreola, 2015).

Al respecto, Franco (2010) evidenció que la preparación de Mindfulness, disminuye el grado del síndrome del estrés laboral y acrecienta la habilidad para superar las dificultades. En las instituciones educativas, igualmente se aplica el aporte de un grupo de investigadores, dieron a conocer a cerca de los valores de ansiedad, tensión y depresión, que se aminoran con el ejercicio de la atención plena, en maestros que enseñan a personas con habilidades diferentes. (Franco, Mañas y Justo, 2009).

Por lo tanto, estos problemas emocionales, suelen ocasionarse por la ausencia de atención en el momento actual y detenerse a pensar en eventos pasados o inquietud por el futuro. Por lo cual, aparece el Mindfulness, basado en las técnicas de meditación oriental, que en el presente, es un instrumento que tiene como objetivo, educar la atención y concentración, e integrar aprendizajes de los principios del budismo, en diferentes prácticas de terapia. (Espinoza, 2014).

En torno al mundo, existen personas que han realizado numerosas pruebas, por ejemplo, el cuestionario de esta investigación, elaborado por Baer, Smith, Hopkins, Krietemeyer y Toney (2006), también es necesario mencionar otras pruebas, tales como, el Inventario de concienciación de Friburgo (FMI) creado por Buchheld, Grossman, y Walach, (2001), Cuestionario de Conciencia de la Atención Consciente (MAAS) de Brown y Ryan, (2003), El Inventario de habilidades de Mindfulness de Kentucky (KIMS) desarrollado por Baer, Smith y Allen (2004), La Escala de conciencia cognitiva y afectiva. (CAMS) por Feldman, Hayes, Kumar, Greeson, y Laurenceau (2007), y el Cuestionario (MQ) hecho por Chadwick, Hember, Mead, Lilley, y Dagnan (2005).

En consecuencia, se decidió utilizar el Instrumento de las cinco facetas del Mindfulness (FFMQ), creado por Baer, Smith, Hopkins, Krietemeyer y Toney (2006), originariamente en inglés, con adaptación por Cebolla, et al. (2012). Ya que

evidenció poseer cualidades psicométricas favorables y podría ser un excelente cuestionario para evaluar este tema en la actualidad (May y O'Donovan, 2007). Esta prueba, tiene la percepción multidimensional unificadora del tema, uniendo a cinco componentes interrelacionados, basadas en la conciencia plena.

En efecto, se aprecia que no se cuenta con un cuestionario medible, que haya sido validado en nuestro contexto, es así como, el propósito de este estudio es determinar la validez y confiabilidad del Cuestionario de cinco facetas de mindfulness (FFMQ) en estudiantes universitarios de la provincia del Santa.

En cuanto a las investigaciones previas, Quintana (2016) obtuvo una confiabilidad test-retest, evidenció resultados aceptables a buenos mayor a 0.60. además, en el alfa de Cronbach halladas en las dimensiones: observación tuvo 0.76, descripción 0.81, actuación conscientemente 0.88 y no enjuiciar 0.86 y no reactividad, tuvo 0.66. Meda, Herrero, Blanco, Moreno y Palomera (2015) hallaron un CFI de .88. Posteriormente, realizaron una reespecificación, obteniendo un CFI de .91. En cuanto a los factores, en el primero un 0.82, el segundo un 0.84, el tercero 0.70, cuarto un 0.61 y en la última faceta un 0.73. Schmidt y Vinet (2015) los resultados encontrados señalaron, un Alfa de Cronbach de 0.79 y en las facetas, observar alcanzó un cociente de 0.73, describir 0.78, Actuación consciente 0.84, No juzgar 0.86 y No reaccionar 0.62. Cebolla, García, Soler, Guillen, Baños y Botellas (2012) obtuvieron un alfa de 0.88 para el puntaje general y las facetas evidenciaron una buena consistencia interna, en observar se logró un Alfa de 0.81, describir 0.91, Actuación consciente 0.89, No juzgar 0.91 y No reaccionar 0.80. Por último, Loret (2009) encontró un Alfa de Cronbach general de 0.89, en observar tuvo un alfa de 0.77, descripción 0.84, Actuación consciente 0.86, No juzgar 0.86 y para terminar, No reaccionar, 0.77. En tal sentido, los valores revelaron un nivel superior en el equipo de las personas que meditaban, a diferencia de los que no meditaban, con una desigualdad considerable entre uno y otro.

En relación al marco teórico, se estima que el origen proviene hace 2.500 años en las tradiciones budistas, con Siddharta, quien inició la costumbre religiosa e ideología en todo el mundo y su fundamento primordial es el uso de mindfulness, técnica que, probablemente, obtuvo de otros profesores y mejoró. Por lo que, el mindfulness ya existiría hace muchos años y se ha llevado a cabo por personas muy

antiguas (Simón, 2007). En ese mismo contexto, Kabat-Zinn (2003) menciona que, la capacidad de percibir de manera plena el momento presente es propio de la persona. La colaboración de la tradición budista ha sido, en parte, destacar formas claras, prácticas de realizar, mejorar y trasladarla a diferentes áreas de la vida.

La procedencia etimológica de este término, es la versión traducida de la palabra Sati del idioma Pali, las cuales están transcritas en las recopilaciones más remotas de los libros budistas. Este término budista, mayormente, se presenta al momento actual y en psicología, habitualmente implica la connotación de “atención” o “conciencia”. El sistema budista, es el séptimo factor de Noble Óctuple Sendero, considerado como la vía que guía al cierre de la aflicción. Los fundamentos del generoso camino óctuple se dividen en tres estratos: saber, comportamiento con valores y preparación de la mente. Este forma parte del adiestramiento de la mente, con el título de Sammá-Sati, Atención recta, hace mención a ser consciente correctamente en el instante. (Parra, Montañés, Montañés, Sánchez y Bartolomé, 2012).

Entre los autores preponderantes occidentales, hay dos personajes fundamentales, que promovieron y transfirieron el fundamento e información de esta capacidad, con una forma notable; por un lado, el religioso budista, versificador Nhat Hanh, por medio de mensajes y estudios, por ejemplo, El milagro de mindfulness, Manual de meditación, ha promocionado la praxis de respirar y de prestar atención conscientemente en el instante, también ha aclarado su definición.

Por otro lado, el investigador Kabat-Zinn, a partir de la medicina del comportamiento y su propósito distinto a Naht Hanh, ha llevado a cabo una interesante influencia del ejercicio de mindfulness como herramienta en terapia complementaria frente a las enfermedades, determinados a superar las dolencias, y desarrolladas en sus libros. (Parra, Montañés, Montañés, Sánchez y Bartolomé, 2012).

Una sugerencia inicial para definirla, luego de la notoriedad ascendente de la Disminución del estrés establecida en la Conciencia Plena, de los aplicadores y clientes, propuesta por Brown y Ryan (2003), refieren que la conciencia posee dos áreas: la atención y la percepción. Se explica en el paradigma a la experiencia individual, en los aspectos intrínsecos y extrínsecos. La atención, encabeza el centro

de la apreciación hacia perspectivas determinadas de la existencia. Al respecto, plantean que no es un resultado representativo de la meditación, pese a que, se considera que podría utilizarse con la finalidad de aumentarla. Por lo contrario, se tiene la idea que es una capacidad autóctona de la persona. Existen seres humanos que tienen conciencia plena sin ejercer la meditación. Los fundadores inician de la hipótesis de que los sujetos no diferencian en iniciativa o intención para percibir y tener la atención por un largo tiempo frente a lo que pasa en el momento. También, la atención cambia en diferentes personas debido a que puede incrementarse o disminuirse por diversidad de circunstancias. Así pues, el mindfulness podría considerarse como un rasgo o un estado.

Otra sugerencia es planteada por Bishop et al. (2004), quienes se organizaron varias veces con la primordial finalidad de determinar en equipo, un consenso acerca de mindfulness y una definición operacional acertada y afirmada en conjunto. Refieren que es un modo de regulación atencional con el objetivo de obtener una capacidad de darse cuenta no desarrolladora hacia la experiencia actual y vincularse con una disposición de interés, acogida y aprobación. Asimismo, se comprende como un procedimiento para acrecentar el entendimiento en la naturaleza de la mente y adquirir una visión de deshabitamiento de las ideas y emociones de forma que se analicen y vivan en términos de subjetividad y de característica temporal.

Mientras tanto, Moñivas, García-Diex y García De Silva, (2012) refieren que representa una forma consciente a los eventos que ocurren en el instante con motivación, indagación y acogida. Este modo de atención conduce a instruirse en socializar de modo sencillo con lo que está pasando en ese momento de la existencia, en el momento presente.

Entonces, es preciso considerar, que este término, puede utilizarse tanto para un constructo teórico, como a una práctica para ejercerla, para meditar, y un procedimiento, que consta en centrar la atención en un evento concreto. (Germer, 2011). Ese elemento es, frecuentemente y en primera instancia, la respiración. Luego de haber enfocado la atención en la respiración, se procura tener una visión de las percepciones, emociones, pensamientos, en el momento actual, en otras palabras, en el aquí y ahora, sin criticarlas, permitiéndolas que pasen. (Moñivas, García-Diex, García De Silva, 2012).

Las investigaciones básicas en Mindfulness, sugieren asuntos referentes a la naturaleza de la mente y su asociación con los procesos de pensamientos, el cerebro, el cuerpo y el yo. (Kabat-Zinn, 2011).

Los fundamentos teóricos de Mindfulness, en la primera fase, fueron entregados por la teoría del aprendizaje, que estuvieron empleados al desarrollo de terapia comportamental, particularmente para los trastornos mentales. La segunda fase, se inicia con el surgimiento de la terapia cognitiva, cuyo primordial objetivo es la función de la cognición, la atención y la memoria. La tercera ola, la cual se está implicando en el tiempo actual, que no debate el tema del desarrollo intelectual, sino, procura dedicarse al proceso general. La singularidad de esta nueva teoría es la vinculación en ambos y ejercicios espirituales. Hayes (2002) señala que esta teoría de aceptar y comprometerse, ha obtenido lineamientos científicos en las costumbres budistas, a discrepancia que otros autores califican el empleo de técnicas de atención plena como técnicas de la religión. (Post y Wade, 2009).

Asimismo, cabe resaltar, que se ha generado una madurez de la psicología cognitiva, especialmente, las técnicas de intervención cognitivas, las cuales se denominan las terapias de tercera generación. Las cognitivas conforman un campo fructífero, referidas al mindfulness, pueden establecerse y producirse. A pesar de que el mindfulness, no es un proceso únicamente cognitivo, se determina por un importante elemento de ese tipo, el desarrollo de la concentración y atención. Es normal que, al comprender la meditación del oriente en los medios psicológicos del occidente, los profesionales de la mente cognitivos, predecirán las grandes oportunidades de tratamiento que mindfulness tiene. (Simón, 2006).

Por otro lado, en los posteriores tiempos, han surgido novedosas referencias dentro de la teoría cognitivo-conductual (Korman, 2010). Su objetivo de estos modos de intervención, están dados en el uso de metodologías de aceptar, estrategias de conciencia plena y ejercicios cognitivos. En cuanto a los modelos actuales, se encuentran: la Terapia Cognitiva que se basa en la Conciencia Plena MBCT. (Teasdale, Segal, Williams, Ridgeway y Cols, 2000).

De acuerdo a Vásquez (2016) indica que las facetas del mindfulness son, Atención al momento presente: Concentrarse en el tiempo actual, en vez de encontrarse pensando en lo que ya pasó (rumiaciones) o en lo que podría pasar (expectativas,

deseos y temores). Existen comentarios opuestos, de que la atención se debe encaminar a los sistemas intrínsecos o a hechos cotidianos del día a día. No obstante, hay una posibilidad de unir lo que se determina. Mientras alguien medita, podría tomar atención a los sistemas intrínsecos personales y a los hechos cotidianos, prestar atención a lo que se está haciendo. Apertura a la experiencia: Habilidad para darse cuenta del momento, sin incluir ideas personales. Es decir, mirar el momento como sucedió inicialmente, es una cualidad que se le denomina “mente de principiante”. De la misma manera, involucra apreciar el momento difícil con interés. Aceptación: Percibir los hechos totalmente y sin protección, como se presentan. Asimismo, no rechazar a los eventos inesperados de la vida. Los seres humanos tienen comportamientos poco adaptativos con la intención de no vivir eventos incómodos. A lo largo del tiempo, en el que reconozcan que aceptar esos eventos pasan eventual y temporalmente, no recurrirán a esas acciones. Dejar pasar: Implica separarse, desligarse de lo que nos apegábamos. Una característica del yo es intentar guardar sentimientos, eventos, ideas, poder. Se posee la idea errada, de que cuando más se tiene, dirige, obtiene, mayor felicidad existirá. La necesidad de aferrarse se enfrenta a la cualidad principal, lo transitorio de la vida. La parte material del mundo, no permanece un largo tiempo, todo es un proceso y luego se desvanece. Finalmente, Intención: Tiene que ver con lo que el ser humano intenta mientras lleva a cabo la atención plena. No obstante, puede manifestarse contrario ante alguna de las características, el no esmerarse para lograr algún objetivo, sencillamente se asiste con conciencia plena de lo que se está llevando a cabo. Pese a que, se tiene que poseer una finalidad personal para lograr actuar en función a lo que nos motivó a realizarla.

En el ejercicio de Mindfulness, hay diferentes beneficios, para el que medita, puede llegar a encontrar que comportamiento abstracto es mayormente la postura que se tiene en la rutina diaria, cuando no se está atento. Este comportamiento abstracto es lo que separa la propia vivencia del aquí y el ahora.

En cuanto a las personas que aplican y hacen intervención con mindfulness, invitan a preparar a los usuarios y clientes, teniendo el propósito de aceptar sus ideas y sentimientos, se presenten como se presenten, intentando no criticar, ya que ninguno es culpable de lo que le pasa, a diferencia de lo que se hace. Ante ello, se puede decir que Mindfulness, ofrece entrenar a las personas, con el objetivo de que

identifiquen momento a momento, sus pensamientos, sensaciones y emociones, procurando salvarlas de las críticas y de las creencias que nos somete la sociedad, cayendo en el juzgamiento de nosotros mismos. (Hick y Bien, 2008; Hick, 2009).

Referente a las cualidades y competencias que se obtienen con su realización son: ponerse en el lugar del otro, piedad, comprensión, tolerancia, aprobación, imparcialidad, no empeñarse, prestar atención y no criticar. Además, las bondades derivadas son el: disminuir distractores o elevar la concentración, aminorar costumbres, reducir las consecuencias dañinas de las preocupaciones, aprobar los eventos como se presentan, complacerse de los hechos que pasan en el presente, aumentar la conciencia, disminuir la tristeza y aprender a manejar las actitudes impulsivas. Respecto a enfermedades médicas, refiriéndose a malestares en donde a cabo el MBSR son: estrés (vinculado a dolencias, malestar crónico (fibromialgia y cáncer), dolores graves, afecciones relacionadas al corazón, presión alta, dolores de cabeza, cansancio, infecciones y trastornos del sueño. (Moñivas, García-Diex, García De Silva, 2012).

Hay demostración en la ciencia de la práctica de mindfulness, que proviene de las neurociencias, produciría y movería los ocho canales de entrada de estimulación, lo cual involucra una estimulación de las áreas cerebrales involucradas. En consecuencia, hay diferentes estudios monitorizados para evidenciar el efecto y confiabilidad de los resultados de la meditación, tanto en el comportamiento de las personas y en determinadas áreas del cerebro. (Moñivas, García-Diex, García De Silva, 2012).

Al respecto, Davidson (2011) halló una demostración del incremento de la lateralidad izquierda, lo cual se vincula con categorías y una actitud afectiva más positiva y de la misma forma, con más susceptibilidad a los incentivos positivos y capacidad para confrontar dificultades y tristeza, amargura, entre otros. También, comprobó el poder de llevarlas a cabo en los sistemas inmunitarios, encontrando que la meditación aumentaba la elaboración de anticuerpos. Lo que permite iniciar investigaciones con la finalidad de intervención terapéutica.

Ante ello, se formula ¿Existen evidencias psicométricas del cuestionario de las cinco facetas de Mindfulness (FFMQ) en estudiantes universitarios de la provincia del Santa?

El presente estudio se justifica, a nivel teórico, los resultados se emplearán para aumentar el conocimiento sobre la variable de estudio.

A nivel práctico, los resultados servirán para disponer de un cuestionario que facilite la evaluación del Mindfulness, validado en la provincia y en efecto, llevar a cabo evaluaciones psicológicas.

A nivel metodológico, los resultados servirán para explicar la validez y confiabilidad del instrumento y ser referencia o antecedente en futuros estudios psicométricos de la variable.

El objetivo general es Determinar las evidencias psicométricas del cuestionario de las cinco facetas del Mindfulness (FFMQ) en estudiantes universitarios de la provincia del Santa.

Dentro de los específicos, se encuentran, Determinar la evidencia de validez mediante el análisis factorial confirmatorio del cuestionario de las cinco facetas de Mindfulness (FFMQ) en estudiantes universitarios de la provincia del Santa.

Determinar la confiabilidad mediante el método de consistencia interna a través del coeficiente de Alfa de Omega del cuestionario de las cinco facetas de Mindfulness (FFMQ) en estudiantes universitarios de la provincia del Santa.

II. MÉTODO

2.1 Tipo de investigación

Para la presente investigación se empleó el tipo de estudio instrumental (Montero y León, 2004).

2.2 Variables, Operacionalización

Tabla 1

Matriz de operacionalización de la variable

VARIABLE	DEFINICIÓN	DEFINICIÓN OPERACIONAL	FACETAS	ESCALA DE DIMENSIÓN
MINDFULNESS	“La observación no enjuiciadora de la corriente de estímulos internos y externos tal y como ellos surgen” (Baer, 2003).	El mindfulness se medirá mediante el Cuestionario de las cinco facetas del Mindfulness (FFMQ).	Observación (1, 6, 11, 15, 20, 26, 31, 36) Descripción (2, 7, 12I, 16I, 22I, 27, 32, 37) Actuar con conciencia (5I, 8I, 13I, 18I, 23I, 28I, 34I, 38I) Ausencia de Juicio (3I, 10I, 14I, 17I, 25I, 30I, 35I, 39I) Ausencia de Reactividad (4, 9, 19, 21, 24, 29, 33)	Intervalo

2.3 Población, muestra y muestreo

Población:

La población estuvo compuesta por 70,985 estudiantes universitarios de ambos sexos, de la provincia del Santa. En lo que corresponde al ámbito de aplicación fue entre 18 a 50 años de edad.

Tabla 2

Distribución de la población según Universidades de la Provincia del Santa

Universidad	Varones	Mujeres	Total
1	2303	2510	4813
2	10759	14854	25613
3	14699	22233	36932
4	1865	1762	3627
Total	28626	41359	70985

Fuente: Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria (2017)

Muestra:

Se aplicó la siguiente fórmula de poblaciones finitas para determinar el tamaño de la muestra:

$$n = \frac{N z^2 P (1 - P)}{(N - 1) e^2 + Z^2 P(1 - P)}$$

Dónde:

Nivel de Confiabilidad : **z** : 1.96

Proporción de P : **p** : 0.5

Tamaño poblacional : **N** : 70,985

Error de Muestreo : **e** : 0.05

Tamaño de la Muestra : **n**

Reemplazando:

$$n = \frac{(70,985) (1.96)^2 (0.5) (0.5)}{(70,985) (0.05)^2 + (1.96)^2 (0.5) (0.5)}$$

$$n = 382$$

De ello se desprende que, el tamaño de la muestra es de 382 estudiantes universitarios de la provincia del Santa, de ambos sexos, que oscilen entre los 18 a 50 años de edad.

Muestreo:

Se aplicó un muestreo probabilístico estratificado, donde los elementos de la muestra son equitativos a la cantidad de la población. (Hernández, Fernández y Baptista, 2006).

Se hizo uso de la siguiente fórmula:

$$fh = \frac{n}{N} = \frac{KSh}{70985} = .0054$$

Luego se utilizó la fórmula, que se muestra a continuación:

$$N_h \times fh = nh$$

Tabla 3

Estratificación de la muestra de estudiantes universitarios de la Provincia del Santa

Universidad	Número de estudiantes		Total
	Muestra de Hombres	Muestra De Mujeres	
1	12	13	25
2	58	80	138
3	79	120	199
4	10	10	20
Total	159	223	382

Criterios de Inclusión

- Estudiantes universitarios a partir de los 18 años de edad.
- Estudiantes de ambos sexos.
- Estudiantes que accedan a colaborar de manera voluntaria en el estudio.
- Estudiantes que se encuentren al momento de la aplicación.

Criterios de Exclusión

- Estudiantes que no terminen o contesten de manera incorrecta el cuestionario.
- Estudiantes que no accedan a participar voluntariamente.
- Estudiantes que no formen parte de las universidades de la provincia del Santa.
- Estudiantes que estén ausentes al momento de aplicar.

2.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad

El cuestionario de las cinco facetas de Mindfulness FFMQ (Five Facets Mindfulness Questionnaire, FFMQ); elaborado por Baer, Smith, Hopkins, Krietemeyer y Toney (2006) constituido inicialmente en inglés, se tradujo y adaptó a la lengua española por Cebolla, et al. (2012).

Se origina de un análisis factorial de instrumentos previos, que evalúan de forma general, parecido a un rasgo de Atención Plena. Las pruebas que sirvieron para factorizar el instrumento fueron: Kentucky Inventory Mindfulness Skills (KIMS), Freiburg Mindfulness Inventory (FMI), Mindfulness Cuestion, Mindfulness Attention Awareness Scale (MAAS) y Cognitive and Affective Mindfulness Scale (CAM).

Este instrumento tiene 39 ítems que analizan cinco facetas de Mindfulness, establecidas: Observar, es la capacidad de percibir los aspectos internos (sentimientos, pensamientos) y externos (sonidos, sensaciones). Ausencia de juicio, es experimentar las emociones y situaciones, con aceptación, sin hacer críticas o juzgarlas. Ausencia de reacción, es dejar que aparezcan las emociones e ideas, entre otros, sin permitir que nos manejen o negarlos.

Actuación consciente es la capacidad de permanecer concentrados en lo que se está realizando, sin actuar de forma automática. Descripción de la experiencia. es colocar en palabras lo que se piensa o aquellas actividades que son foco de la atención en ese momento. (Baer et al., 2006) Los ítems corresponden a una escala tipo Likert, con un rango de 1 (nunca) a 5 (siempre); el puntaje mínimo es de 39 puntos y el máximo de 195 puntos. Como señala Baer et al. (2008) la prueba tiene adecuados a buenos niveles de confiabilidad (alfa de Cronbach de .75 a .92).

2.5 Métodos de análisis de datos

Para el procesamiento de datos psicométricos de esta investigación, se obtuvo la validez a través del análisis de la estructura interna. Se empleó un proceso inicial, que se llevó a cabo con el programa Statical Package for Social (SPSS) el cual reportará la media, desviación estándar, correlación ítem- test. Posteriormente, con el paquete de estadística, AMOS24, se realizó la asimetría y curtosis, los cuales son procesos inmediatos. (Elosua y Bully, 2012)

En el AMOS24 se consiguió el análisis factorial confirmatorio, en referencia a la puntuación obtenida, donde los puntajes fueron menores a +/-5, aceptando la presencia de una normalidad univariada (Lloret, Ferreres, Hernández y Tomás, 2014), por lo que se admitió, utilizar el método de máxima verosimilitud, a través de la matriz de correlaciones Pearson. (Medrano y Muñoz, 2017).

El método de análisis confirmatorio, se llevó a cabo, igualmente, con el AMOS24, cuyo propósito fue alcanzar las cargas factoriales estandarizadas mayores ($>.30$) (Fernández, 2015), en tal sentido, hallar los índices de ajuste absoluto, obteniendo así, valores para el índice de bondad de ajuste (GFI) aceptables superiores a ($>.90$) (Escobedo, Hernández, Estebane y Martínez, 2016). En el mismo contexto, el residuo estandarizado cuadrático medio de aproximación (RMSEA) y el residuo estandarizado cuadrático medio (SRSM) encontrando valores inferiores a ($<.080$) (Ruiz, Pardo y San Martín, 2010).

Con respecto al ajuste comparativo (CFI) y el índice de Tucker-Lewis (TLI) y el AIC se procedió a llevar a cabo una reespecificación para ver si el modelo se ajustó de mejor manera. (Pérez, Medrano y Sánchez, 2013). En cuanto, el ajuste de

parsimonia, podrían encontrarse valores para el criterio de Akaike (AIC), de la misma forma, los puntajes de las covarianzas, fluctuar en valores superiores a .30 y una matriz de correlaciones bivariadas inferior a .85. (Medrano y Muñoz, 2017).

Para concluir, se obtuvo la confiabilidad con del método de consistencia interna, a través del Alfa de omega, estimando valores aceptables ($>.70$), (Campo y Oviedo, 2008).

2.6 Aspectos éticos

Las consideraciones que se tuvieron para esta investigación, fueron que, se solicitó el permiso a las autoridades de las universidades, por intermedio de la entrega de una solicitud, con la intención de ingresar y aplicar el instrumento a los estudiantes. Por consiguiente, se brindó un consentimiento informado a los universitarios, con la finalidad de comunicar el objetivo, el cual fue anónimo y voluntario. Al mismo tiempo, que los resultados extraídos, serán utilizados estrictamente para fines de estudio y se encontrarán a disponibilidad de la universidad.

III. RESULTADOS

Análisis descriptivo de los reactivos

En la tabla 4, se presentan los estadísticos descriptivos de las puntuaciones obtenidas de la aplicación del instrumento de Mindfulness (FFMQ) en una muestra de universitarios de la provincia del Santa, la puntuación promedio mínima es para el reactivo 10 ($M=2.69$) y la más alta para el reactivo 23 ($M=3.65$), la desviación estándar varía de .93 a 1.22, los valores de asimetría y curtosis se encuentran por debajo del intervalo ± 2 , pudiéndose afirmar que hay presencia de normalidad univariada, los valores de correlación ítem-factor varían de .21 a .56, contemplados con categoría de aceptables (Kline, 1998).

Al mismo tiempo, se analizó la normalidad multivariada de los reactivos en conjunto por medio del test de Mardia, de tal modo que se aprecia valores de asimetría (14068.54) y curtosis (24.88) que reflejan ausencia de dicha normalidad (Korkmaz, Goksuluk y Zararsiz, 2019).

Tabla 4

Media, desviación estándar, asimetría y curtosis (n=382)

Faceta	Ítem	M	DE	g1	g2	Ítem-Test r_{itc}
Observación	1	2.83	1.04	.16	-.37	.30
	6	3.15	1.22	-.12	-.91	.30
	11	2.85	1.22	.07	-.90	.25
	15	3.11	1.19	-.06	-.88	.42
	20	3.06	1.18	-.04	-.82	.45
	26	3.58	1.09	-.39	-.51	.33
	31	3.47	1.12	-.28	-.78	.38
	36	3.27	.98	-.22	-.50	.30
Descripción	2	3.23	1.02	-.20	-.59	.46
	7	3.41	1.01	-.28	-.47	.41
	12	3.22	1.10	-.19	-.68	.33
	16	3.22	1.10	-.24	-.68	.40
	22	3.30	1.00	-.32	-.29	.28
	27	3.02	1.00	-.20	-.64	.33
	32	3.15	1.01	-.19	-.43	.33
	37	3.21	.99	-.34	-.29	.41
Actuar con conciencia	5	3.00	1.15	.00	-.79	.46
	8	3.46	1.10	-.43	-.49	.56
	13	3.04	1.19	-.16	-.84	.54
	18	3.46	1.03	-.46	-.15	.53
	23	3.65	1.05	-.56	-.23	.48
	28	3.23	.98	-.21	-.44	.39
	34	3.57	1.09	-.38	-.68	.49
	38	3.38	1.09	-.39	-.49	.54
Ausencia de juicio	3	3.10	1.14	-.02	-.71	.35
	10	2.69	1.10	.14	-.64	.38
	14	3.16	1.19	-.08	-.84	.41
	17	2.76	1.10	.19	-.72	.42
	25	2.91	1.06	.03	-.57	.51
	30	3.02	1.19	.03	-.88	.50
	35	3.05	1.05	.01	-.57	.38
	39	3.02	1.20	-.02	-.83	.39
Ausencia de reactividad	4	3.06	.96	.02	-.35	.22
	9	3.04	.94	.02	-.41	.26
	19	3.03	1.01	-.03	-.38	.32
	21	2.87	.93	-.05	-.46	.25
	24	3.00	1.02	-.10	-.53	.33
	29	2.72	.97	.27	-.22	.21
	33	3.10	.97	-.02	-.40	.32

Nota: F1=Observación; F2=descripción; F3=ausencia de juicio; F4=actuar con conciencia; F5=ausencia de reactividad; DE=desviación estándar; g1=asimetría; g2=curtosis; r_{itc} =índice de consistencia interna

Análisis factorial confirmatorio

El instrumento que mide la variable de Mindfulness usado para el presente estudio está compuesto por una estructura de 39 ítems agrupado en 5 factores, el cual fue aplicado en una muestra de 382 estudiantes universitarios de la provincia del Santa, de tal modo, que de las puntuaciones derivadas de la aplicación del instrumento se efectuó un análisis factorial confirmatorio a través del método de máxima verosimilitud (ML), teniendo en cuenta que hay presencia de normalidad univariada en la distribución de las puntuaciones (Fernández, 2015), en tal sentido, teniendo en cuenta que dicho método facilita en la obtención de estimaciones consistentes y no sesgadas (Lara, 2014), donde se reporta el ajuste absoluto por medio de: el índice de bondad de ajuste (GFI=.87); el error cuadrático medio de aproximación (RMSEA=.048; IC90% LI=.044; LS=.052), y el residuo estandarizado cuadrático medio (SRMR=.074); el ajuste comparativo por medio de su índice (CFI=.76) y el índice de Tucker-Lewis (TLI=.74); finalmente, el ajuste parsimonioso a través del índice normado de parsimonia (PNFI=.1487.85).

Entonces, se continuó a presentar un modelo reespecificado debido a la presencia de pesos factoriales estandarizados inferior a .30 considerados como inaceptables (Escobedo, 2015; Fernández, 2015), los reactivos que se excluyeron para el segundo AFC fueron el 4 y 29 del factor ausencia de reactividad, de tal manera que se reporta que hay un incremento en el índice de ajuste comparativo de .76 a .78, en el índice de Tucker-Lewis de .74 a .76 y en el criterio de información de Akaike se aprecia que los valores redujeron de 1487.85 a 1347.48, indicando de tal manera que el segundo se ajusta ligeramente mejor que el primero.

Tabla 5

Índices de ajuste global (n=382)

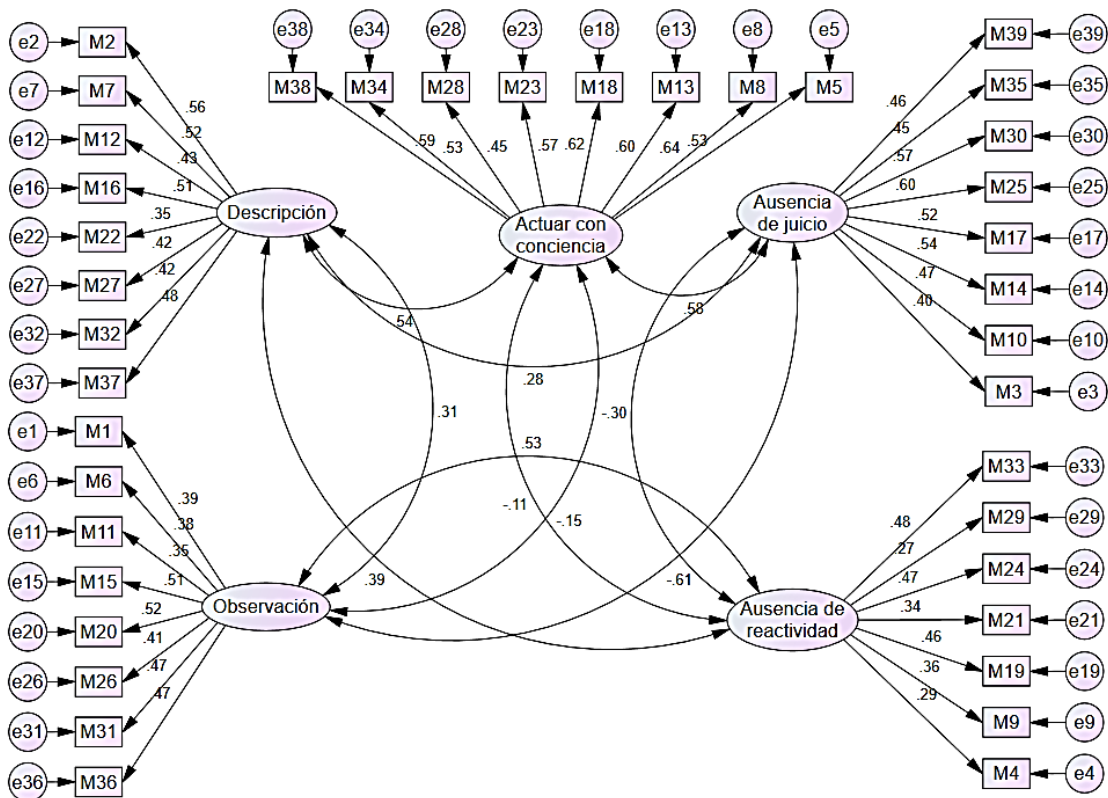
Modelo	Ajuste Absoluto				Ajuste Comparativo		Ajuste Parsimonioso	
	GFI	RMSEA	IC 90% LI	LS	SRMR	CFI	TLI	AIC
M39-5	.87	.048	.044	.052	.074	.76	.74	1487.85
M37-5	.85	.049	.045	.053	.074	.78	.76	1347.48

Nota: M39-5=Modelo de 5 factores correlacionados, GFI=índice de bondad de ajuste; RMSEA=error cuadrático medio de aproximación; SRMR=residuo cuadrático estandarizado; CFI=índice de ajuste comparativo; TLI=índice de Tucker-Lewis; índice normado de parsimonia; AIC=criterio de información de Akaike

En la figura 1, se muestra las cargas factoriales estandarizadas, en la faceta observación los valores varían de .35 a .52, en descripción de .35 a .56, en actuar con conciencia de .45 a .59, en ausencia de juicio de .40 a .60 y en ausencia de reactividad .27 a .48.

Figura 1

Estructura factorial del instrumento (n=382)



En la tabla 6, la correlación entre ítems, en la faceta observación los valores varían de .13 a .27, en descripción de .15 a .29, en actuar con conciencia de .24 a .40, en ausencia de juicio de .18 a .34 y en ausencia de reactividad de .08 a .23, los valores reportados indican ausencia de colinealidad, debido a que todos los valores son inferiores a .85 (Pérez, Medrano y Sánchez, 2013).

Tabla 6

Matriz de correlaciones entre ítems (n=382)

Ítem	1	6	11	15	20	26	31	36	2	7	12	16	22	27	32	37	5	8	13	18	23	28	34	38	3	10	14	17	25	30	35	39	4	9	19	21	24	29	33												
1	-																																																		
6	.15	-																																																	
11	.14	.13	-																																																
15	.20	.19	.18	-																																															
20	.21	.20	.18	.27	-																																														
26	.16	.16	.14	.21	.22	-																																													
31	.18	.18	.17	.24	.25	.19	-																																												
36	.18	.18	.16	.24	.25	.19	.22	-																																											
2	.07	.07	.06	.09	.09	.07	.08	.08	-																																										
7	.06	.06	.06	.08	.09	.07	.08	.08	.29	-																																									
12	.05	.05	.05	.07	.07	.06	.06	.06	.24	.22	-																																								
16	.06	.06	.06	.08	.08	.07	.08	.07	.29	.27	.22	-																																							
22	.04	.04	.04	.06	.06	.05	.05	.05	.20	.18	.15	.18	-																																						
27	.05	.05	.05	.07	.07	.05	.06	.06	.23	.22	.18	.21	.15	-																																					
32	.05	.05	.05	.07	.07	.05	.06	.06	.24	.22	.18	.21	.15	.18	-																																				
37	.06	.06	.05	.08	.08	.06	.07	.07	.27	.25	.21	.25	.17	.20	.20	-																																			
5	-.03	-.03	-.03	-.04	-.04	-.03	-.04	-.04	.16	.15	.12	.15	.10	.12	.12	.14	-																																		
8	-.04	-.04	-.03	-.05	-.05	-.04	-.05	-.05	.19	.18	.15	.18	.12	.15	.15	.17	.34	-																																	
13	-.04	-.03	-.03	-.05	-.05	-.04	-.04	-.04	.18	.17	.14	.17	.12	.14	.14	.16	.32	.38	-																																
18	-.04	-.04	-.03	-.05	-.05	-.04	-.04	-.04	.19	.18	.14	.17	.12	.14	.14	.16	.33	.40	.37	-																															
23	-.03	-.03	-.03	-.04	-.05	-.04	-.04	-.04	.17	.16	.13	.16	.11	.13	.13	.15	.30	.36	.34	.35	-																														
28	-.03	-.03	-.02	-.03	-.04	-.03	-.03	-.03	.14	.13	.10	.12	.09	.10	.10	.12	.24	.29	.27	.28	.26	-																													
34	-.03	-.03	-.03	-.04	-.04	-.03	-.04	-.04	.16	.15	.12	.15	.10	.12	.12	.14	.28	.34	.32	.33	.30	.24	-																												
38	-.04	-.03	-.03	-.05	-.05	-.04	-.04	-.04	.18	.17	.14	.16	.11	.14	.14	.16	.32	.38	.36	.37	.34	.27	.32	-																											
3	-.09	-.09	-.09	-.12	-.13	-.10	-.11	-.11	.06	.06	.05	.06	.04	.05	.05	.05	.12	.15	.14	.14	.13	.10	.12	.14	-																										
10	-.11	-.11	-.10	-.14	-.15	-.12	-.13	-.13	.07	.07	.06	.07	.05	.05	.05	.06	.15	.17	.16	.17	.16	.12	.15	.16	.19	-																									
14	-.13	-.13	-.12	-.17	-.17	-.14	-.16	-.15	.08	.08	.07	.08	.05	.06	.06	.07	.17	.20	.19	.20	.18	.14	.17	.19	.22	.25	-																								
17	-.12	-.12	-.11	-.16	-.16	-.13	-.15	-.15	.08	.08	.06	.07	.05	.06	.06	.07	.16	.19	.18	.19	.17	.14	.16	.18	.21	.24	.28	-																							
25	-.14	-.14	-.13	-.18	-.19	-.15	-.17	-.17	.09	.09	.07	.08	.06	.07	.08	.19	.22	.21	.22	.20	.16	.19	.21	.24	.28	.32	.31	-																							
30	-.14	-.13	-.12	-.18	-.18	-.14	-.16	-.16	.09	.08	.07	.08	.06	.07	.08	.18	.21	.20	.21	.19	.15	.18	.20	.23	.27	.31	.30	.34	-																						
35	-.11	-.10	-.10	-.14	-.14	-.11	-.13	-.13	.07	.07	.05	.06	.04	.05	.05	.06	.14	.17	.16	.16	.15	.12	.14	.15	.18	.21	.24	.23	.27	.26	-																				
39	-.11	-.11	-.10	-.14	-.15	-.11	-.13	-.13	.07	.07	.06	.07	.05	.05	.05	.06	.14	.17	.16	.17	.15	.12	.14	.16	.18	.22	.25	.24	.27	.26	.21	-																			
4	.06	.06	.05	.08	.08	.06	.07	.07	.07	.06	.05	.06	.04	.05	.05	.06	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02			
9	.08	.07	.07	.10	.10	.08	.09	.08	.08	.06	.07	.05	.06	.06	.07	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02		
19	.10	.09	.09	.12	.13	.10	.11	.10	.09	.08	.09	.06	.08	.08	.09	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03			
21	.07	.07	.06	.09	.09	.07	.08	.08	.08	.07	.06	.07	.05	.06	.06	.06	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02		
24	.10	.10	.09	.13	.13	.10	.12	.12	.11	.10	.08	.10	.07	.08	.08	.09	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03		
29	.06	.06	.05	.07	.08	.06	.07	.06	.06	.05	.06	.04	.05	.05	.05	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02	-.02		
33	.10	.10	.09	.13	.13	.10	.12	.12	.11	.10	.08	.10	.07	.08	.08	.09	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03	-.03		

Análisis de consistencia interna

En la tabla 7, se presenta los valores de consistencia interna según el Coeficiente omega de los puntajes del instrumento Mindfulness (FFMQ), donde los valores oscilan de .55 a .79, siendo el valor más bajo para la dimensión ausencia de reactividad y el valor más alto para la faceta actuar con conciencia. Al respecto, se presenta el valor de confiabilidad del factor reespecificado el cual alcanzó un valor de .53. Los índices de confiabilidad alcanzados presentan una valoración de inaceptable a respetable (DeVellis, 1991).

Tabla 7

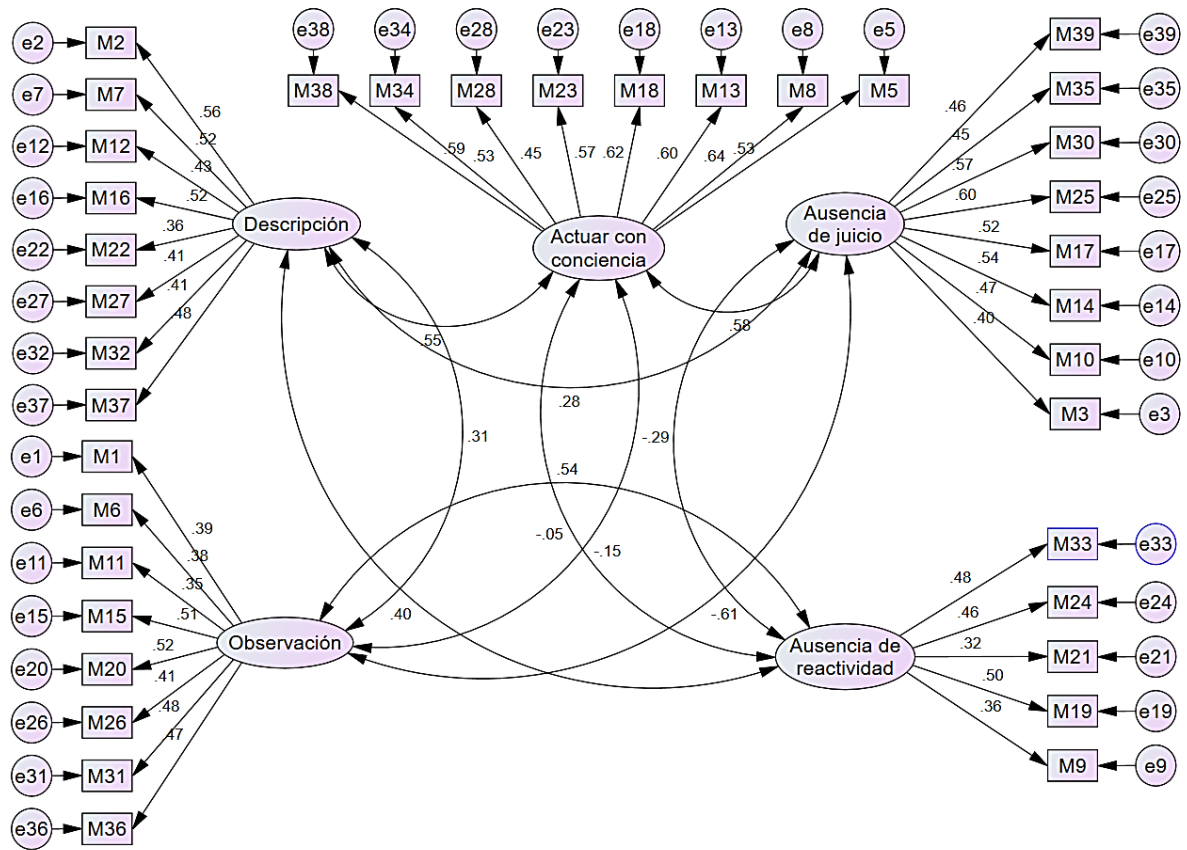
Estadísticos de fiabilidad de las puntuaciones del instrumento (n=382)

Facetas	N° Ítems	M	DE	g1	g2	ω	IC 95%	
							LI	LS
Observación	8	25.32	4.87	.18	-.15	.62	.60	.71
Descripción	8	25.76	4.57	-.17	.29	.68	.62	.74
Actuar con conciencia	8	26.79	5.55	-.19	-.13	.79	.76	.83
Ausencia de juicio	8	23.71	5.28	-.05	-.10	.73	.68	.77
Ausencia de reactividad	7	20.82	3.52	-.07	-.17	.55	.48	.62
*Ausencia de reactividad	5	15.04	2.85	.05	-.21	.53	.45	.60

Nota: ω =coeficiente de consistencia interna Omega; IC=intervalos de confianza; LI=límite inferior; LS=límite superior; *=factor reespecificado

Figura 2

Cargas factoriales del modelo reespecificado M37-5 (n=382)



IV. DISCUSIÓN

Tras hallar los resultados, en relación a los objetivos de este estudio, que fueron determinar las evidencias psicométricas del cuestionario, a través del análisis factorial confirmatorio y la confiabilidad con el método de consistencia interna por medio del coeficiente de Alfa de Omega del cuestionario.

Se encontró que el cuestionario de las Cinco facetas del Mindfulness (FFMQ) obtuvo un análisis factorial confirmatorio, a través del índice de ajuste comparativo (CFI) de .76 indicando que no hay un buen ajuste, debido a que como señala Bentler y Bonett (1980), se recomienda valores superiores a 0.95. Ante ello, se realizó un modelo reespecificado, suprimiendo los reactivos 4 y 29 del factor de Ausencia de Reactividad, debido a los pesos factoriales estandarizados inferior a .30, obteniendo un CFI de .78, mostrando que se ajusta ligeramente mejor, pero no se logra alcanzar un índice esperado. A diferencia de los resultados que al ser comparados con Meda, Herrero, Blanco, Moreno y Palomera (2015) encontraron un CFI de .88. Asimismo, realizaron otros modelos estadísticos donde quitaron un factor, quedándose con cuatro factores, obteniendo un CFI de .91. De manera que, se puede inferir frente a la comparación de estos estudios, que existen factores e ítems que no se relación de manera adecuada, por lo que una alternativa fue su exclusión de los mismos, con cargas factoriales menores, obteniendo un índice de ajuste más favorable.

Además, en el índice de bondad de ajuste (GFI) se obtuvo .87 en el estudio, según Jöreskog y Sörbom (1986), señala que valores mayores a 0.90, significan un buen ajuste. A consecuencia, se evidencia que no existe un buen ajuste.

En el error cuadrático medio de aproximación (RMSEA) se halló .048 y en el residuo estandarizado cuadrático medio (SRMR=.074); siendo indicativos de un buen ajuste, como menciona Steiger y Lind (1980) valores inferiores a 0.08.

Además, en el índice de Tucker-Lewis (TLI) se obtuvo .74; indicando que no existe un buen ajuste, ya que son considerados aceptables valores superiores a 0.90.

Conjuntamente, al índice de bondad de ajuste parsimonioso a través del índice normado de parsimonia (PNFI) se halló .1487.85, se sugieren valores mayores a 0.90, por lo que se evidencia un buen ajuste.

En cuanto a la confiabilidad a través del coeficiente omega, se halló en la faceta de Observación un valor de .62. según DeVellis (1991) este valor se encuentra en una escala de valoración indeseable. Este valor difiere al estudio de Schmidt y Vinet (2015) encontraron en este factor un valor de 0.73. con una categoría respetable. Se puede concluir que hay una valoración distante de ambas investigaciones, probablemente porque como menciona Baer et al. (2004) indicaron que las personas sin el hábito de meditar, observar los estímulos, generalmente podría vincularse a juzgar, pero aquellos que practican la meditación deben referir un mayor nivel en observación como de no juzgar su experiencia. De manera que puede ser entendible el valor hallado, ya que la mayoría de la muestra no realiza la práctica de meditación.

En la faceta de Descripción se obtuvo un valor de .68, categorizándose en mínimamente aceptable. (DeVellis, 1991). Estos resultados no concuerdan con Schmidt y Vinet (2015) que obtuvieron un 0.78. categorizado como respetable.

Ante ello, se puede inferir que ambos valores no obtuvieron una categoría esperada, ya que como Baer et al. (2008) refiere, esta faceta se define como, poner en palabras una situación sin realizar juicios, pero, al observar algunos de los ítems, no concuerdan con la teoría planteada.

En relación a la faceta de Actuar con conciencia .79, la cual tuvo una categoría de respetable. A diferencia del estudio de Loret (2009) encontró un valor de .86. siendo categorizada como muy buena. Se puede deducir que ambos cocientes son favorables, una más que la otra. Asimismo, en la muestra del presente estudio, se muestra un valor más adecuado que las anteriores facetas.

En cuanto a, la faceta Ausencia de juicio, se halló un .73, con una categoría respetable. Quintana (2016) obtuvo .86 expresada como muy buena. (DeVellis, 1991). A partir de ello, se puede mencionar que la diferencia de valores, probablemente se debe a que la muestra de cada estudio respondió distinto a los ítems, ya que depende de su entendimiento y de las características culturales de cada país. (Loret, 2009).

La última faceta Ausencia de reactividad obtuvo un valor de .55 siendo inaceptable ya que la puntuación es menor a .60 (DeVellis, 1991). De manera que se procedió a realizar un modelo reespecificado, quitando los ítems con pesos factoriales inaceptables obteniendo un valor de .53. Al comparar con lo encontrado por Schmidt

y Vinet (2015) hallaron .62. evidenciando una categoría indeseable. Por lo que se puede concluir que ambas investigaciones obtuvieron valores no confiables, debido a la existencia de ítems que no se relacionan con la faceta mencionada.

Las limitaciones que se presentaron en esta investigación, fueron la falta de estudios desarrollados en la provincia del Santa y en el mismo País, ya que este constructo es aún nuevo y se encuentra desarrollando. Por lo que fue un reto investigar y recopilar información psicométrica, sin embargo, fue gratificante lograr lo que se obtuvo.

En ese mismo contexto, la sustentación teórica mayoritariamente, pertenece a trabajos realizados fuera del país, en los cuales el tema se encuentra más implicado a nivel de aplicación e investigación.

Asimismo, la existencia de los 39 reactivos del cuestionario, fueron otra limitación, porque al solicitar su permiso para ser voluntarios, preguntaban la cantidad de ítems que contenía y era uno de los motivos por lo que en ocasiones se negaban o no los entreguen de manera más breve.

De eso se desprende que, había presencia de instrumentos incompletos, por lo que se tuvo que excluir del estudio. Finalmente, es necesario recalcar, que las personas al escuchar el tema del cuestionario, fue nuevo y desconocido, de manera que se tuvo que tomar más tiempo para la aplicación, ya que fue necesario explicar en qué consistía de manera detallada, aclarar las dudas y luego proceder a aplicar los instrumentos.

En última instancia, esta investigación es un aporte a los estudios psicométricos del Mindfulness, porque a través de los resultados, se evidencia que el cuestionario no es válido en la muestra estudiada, ya que puede ser utilizado para evaluar a personas que siguen un programa en conciencia plena, en intervenciones o realizar actividades a fines, ya que no ha mostrado tener índices válidos. Negando así en nuestro contexto, lo mencionado por May y O'Donovan (2007) donde reconocen que posee cualidades psicométricas favorables y sería un excelente cuestionario para evaluar este tema en la actualidad.

V. CONCLUSIONES

1. Se determinó que el Cuestionario de las cinco facetas de Mindfulness (FFMQ) en estudiantes universitarios de la Provincia del Santa, no tiene validez, mediante el análisis factorial confirmatorio, obteniéndose (GFI=.87; CFI=.76; TLI=.74) los cuales evidencian que no hay índices con un ajuste adecuado. Asimismo, se estimó el error cuadrático (RMSEA=.048 y el residuo estandarizado cuadrático medio (SRMR=.074); los cuales, en este caso son válidos.
2. Se realizó una reespecificación del análisis factorial confirmatorio, excluyendo los reactivos con pesos factoriales estandarizados inferior a .30 del factor ausencia de reactividad, hallándose que hay un incremento en el índice de ajuste comparativo de .78, pero no logra ser válido.
3. Se determinó la confiabilidad mediante el método de consistencia interna a través del coeficiente de Omega de las cinco facetas, encontrándose en Observación un .62, Descripción un .68, Actuar con conciencia un .79, Ausencia de juicio de .73 y Ausencia de reactividad un valor .55. reespecificado .53. Dichos índices presentan una categoría de inaceptable a respetable.

VI. RECOMENDACIONES

- Realizar un invarianza factorial del Cuestionario de manera específica, con cada faceta que la compone y/o unidimensional para comprobar si los resultados son válidos.
- Desarrollar estudios utilizando la confiabilidad de tipo test-retest, dejando un intervalo de tiempo para obtener un coeficiente de estabilidad.
- Realizar más investigaciones psicométricas de la variable para producir mayor conocimiento y obtener información que sirva para la aplicación.

VII. REFERENCIAS

- Arreola, K. (2015). ¿Piloto automático o conciencia plena? *Ciencia UANL* (72), 69-74. Recuperado de: <http://eprints.uanl.mx/4596/1/Ciencia%20UANL%201872.pdf#page=71>
- Brown, K. y Ryan, R. (2003). The benefits of being present: mindfulness and its role in psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(4), 822-848.
- Baer, R. (2003). Mindfulness training as a clinical intervention: A conceptual and empirical review. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 10(2), 125-143.
- Baer, R., Smith, G., y Allen, K. (2004). Assessment of mindfulness by self-report: The Kentucky Inventory of Mindfulness Skills. *Assessment*, 11, 191-206.
- Baer, R., Smith, G., Hopkins, J., Krietemeyer, J. y Toney, L. (2006). Using self-report assessment methods to explore facets of mindfulness. *Assessment*, 13, 27-45.
- Baer, R., Smith, G., Lykins, E., Button, D., Krietemeyer, J., Sauer, S., Walsh, E., Duggan, D. y Williams, J. (2008). Construct validity of the Five Facet Mindfulness Questionnaire in meditating and nonmeditating samples. *Assessment*, 15, 329-342.
- Bentler, P. y Bonett, G. (1980). Significance test and goodness of fit in the analysis of covariance structures. *Psychological Bulletin*, 88, 588-606.
- Bishop, S. (2002). What do we really know about Mindfulness-Based Stress Reduction?. *Psychosomatic Medicine*, 64(1), 35-43.
- Bishop, S., Lau, M., Shapiro, S., Carlson, L. Anderson, N., Carmody, J. y Segal, Z. (2004). Mindfulness: A Proposed Operational Definition. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 11(3), 230-241. Recuperado de: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1093/clipsy.bph077>
- Brown, K., y Ryan, R. (2003). The benefits of being present: Mindfulness and its role in psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, 822-848.

- Buchheld, N., Grossman, P., y Walach, H. (2001). Measuring mindfulness in insight meditation and meditation-based psychotherapy: The development of the Freiburg Mindfulness Inventory (FMI). *Journal for Meditation and Meditation Research*, 1, 11-34.
- Cebolla, A., García, A., Soler, J., Guillen, V., Baños, R. y Botellas, C. (2012) Propiedades psicométricas de la validación española del cuestionario de las cinco facetas de la conciencia plena (FFMQ). *Revista europea de Psiquiatría*, 26(2), 118-126. Recuperado de: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S021361632012000200005&lng=es&nrm=iso&tlng=en
- Chadwick, P., Hember, M., Mead, S., Lilley, B., y Dagnan, D. (2005). Responding mindfully to unpleasant thoughts and images: Reliability and validity of the Mindfulness Questionnaire. Manuscript under review. *British Journal of Clinical Psychology*, 47, 451-455.
- Davidson, R. (2011). *Compassion and wisdom in psychotherapy*. New York: Guilford Press.
- Delgado, M., Montañés, J. Montañés, M. y Bartolomé, R. (2012). Conociendo mindfulness. *Revista de la Facultad de Educación de Albacete*, (27), 29-46 Recuperado de: [file:///C:/Users/Lorelyn/Downloads/Dialnet-ConociendoMindfulness-4202742%20\(2\).pdf](file:///C:/Users/Lorelyn/Downloads/Dialnet-ConociendoMindfulness-4202742%20(2).pdf)
- DeVellis, R. (1991). *Scale development: Theory and applications*. Newbury Park, CA: Sage Publications.
- Elosua, P. y Bully, G. (2012). *Prácticas de Psicometría: Manual de Procedimiento*. (1ra ed.). Vasco: Universidad de Vasco.
- Espinoza, E. (2014). *Mindfulness: Una herramienta para vivir en el presente*. Lima: Puntoedu. Recuperado de: <https://puntoedu.pucp.edu.pe/noticias/mindfulness-una-herramienta-para-vivir-el-presente/>
- Escobedo, M. Hernández, J. Estebane, V. y Martínez, G. (2016). Modelos de Ecuaciones Estructurales: Características, Fases, Construcción, Aplicación y Resultados. *Ciencia&Trabajo*, 18(55), 16-22.

- Feldman, G., Hayes, A., Kumar, S., Greeson, J., y Laurenceau, J. (2007). Mindfulness and emotion regulation: The development and initial validation of the Cognitive and Affective Mindfulness Scale–Revised (CAMS-R). *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 29, 177-190.
- Fernández, A. (2015). Aplicación de análisis factorial confirmatorio a un modelo de medición del rendimiento académico en lectura. *Ciencias Económicas*, 33(2), 39-66.
- Franco, J. (2010). Intervención sobre los niveles de burnout y resiliencia en docentes de educación secundaria a través de un programa de conciencia plena (Mindfulness). *Revista Complutense de Educación*, 21, 247 – 269.
- Germer, C. (2011). *El poder del mindfulness*. Barcelona: Paidós.
- Hayes, S. (2002). Buddhism and Acceptance and Commitment Therapy. *Cognitive and Behavioral Practice*, 9, 58-66.
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, L. (2006) *Metodología de la Investigación*. México: McGrawHill.
- Hick, S. y Bien, T. (2008). *Mindfulness and the Therapeutic Relationship*. New York: Guilford.
- Hick, S. (2009). *Mindfulness and Social Work: Paying attention to ourselves, our clients, and Society*. Chicago: Lyceum.
- Jöreskog, K. y Sörbom, D. (1986). *LISREL VI: analysis of linear structural relationships by maximum likelihood, instrumental variables and least squares methods*. Mooresville: IN: Cientific Software, Inc.
- Kabat-Zinn, J. (1994). *Wherever you are, there you go*. New York: Hyperion.
- Kabat-Zinn, J. (2003). Mindfulness-based interventions in context: Past, present, and future. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 10(2), 144-156.
Recuperado de:
<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1093/clipsy.bpg016>
- Kabat-Zinn, J. (2011). *Manual Clínico de Mindfulness*. Bilbao: Desclée.

- Kline, P. (1998). *The new psychometrics: science, psychology and measurement*. London: Routledge.
- Korkmaz, S., Goksuluk, D. Y. Zararsiz, G. (2015). *MVN: An R Package for Assessing Multivariate Normality*. Hacettepe University, Faculty of Medicine, Department of Bioestatics, Ankara, Turkey.
- Korman, G. (2010). ¿Por qué la terapia cognitiva es tan diversa? Eclecticismo técnico e integración en terapia cognitiva. *Revista del Instituto de Investigaciones de la Facultad de Psicología*, 15(1), 65-80.
- Khoury, B., Lecomte, T., Fortin, G., Masse, M., Therien, P., Bouchard, V., Chapleau M., Paquin K. y Hofmann S. (2013). Mindfulness-based therapy: a comprehensive meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 33, 763-771.
- Loret, A. (2009). *Confiabilidad y validez de constructo del FFMQ en un grupo de meditadores y no meditadores*. (Tesis de Licenciatura). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=33701007>
- Lloret, S., Ferreres, A., Hernández, A. y Tomás, I. (2014). El análisis factorial exploratorio de los ítems: una guía práctica, revisada y actualizada. *Anales de Psicología*, 30 (3), 1151-116.
- Mañas, I. (2009). Mindfulness (atención plena): la meditación en psicología Clínica. *Gaceta de Psicología*, (50), 13-29
- May, S. y O'Donovan, A. (2007). The advantages of the mindful therapist. *Psychotherapy in Australia*, 13(4), 46-53. Recuperado de: http://www.psychotherapy.com.au/fileadmin/site_files/pdfs/MayO_Donovan.pdf
- Meda, R., Herrero, M., Blanco, L., Moreno, B. y Palomera, A. (2015) Propiedades psicométricas del “Cuestionario de cinco facetas de la Conciencia plena” (Five Facet Mindfulness Questionnaire, FFMQ-M) en México. *Behavioral Psychology*, 23(3), 467-487. Recuperado de: http://www.cucs.udg.mx/sites/default/files/adjuntos/2015_propiedades_psicométricas_del_cuestionario_de_cinco_facetas_de_la_conciencia_plena_five_facet_mindfulness_questionnaire_ffmq-m_en_mex.pdf

- Medrano, L. y Muñoz, R. (2017). Aproximación conceptual y práctica a los modelos de ecuaciones estructurales. *Revista de investigación en docencia universitaria*, 11(1), 1-21
- Montero, I. y León O. (2004). Sistema de clasificación del método en los informes de investigación en Psicología. *Revista Internacional de Psicología Clínica y la Salud*, 5(1), 115-127. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=33701007>
- Moñivas, A. (2011). Seminario mindfulness. Universidad de Coimbra dentro de los Programas *Teaching Staff*, 29-30.
- Moñivas, A., García-Diex, G. y García-De-Silva, R. (2012) Mindfulness (atención plena): concepto y teoría. *Portularia*, 12, 83-89. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=161024437009>
- Pérez, E., Medrano, L. y Sánchez, J. (2013). El Path Analysis: conceptos básicos y ejemplos de aplicación. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 5(1), 52-66.
- Post, B. y Wade, N. (2009). Religion and Spirituality in Psychotherapy: A Practice Friendly Review of Research. *Journal of Clinical Psychology: In Session*, 65(2), 131-146.
- Quintana, B. (2016) *Evaluación del Mindfulness: Aplicación del Cuestionario Mindfulness de Cinco Facetas (FFMQ) en Población Española*. (Tesis de Doctorado). Universidad Complutense de Madrid, Madrid. Recuperado de: <http://eprints.sim.ucm.es/37535/1/T37175.pdf>
- Ruiz, M., Pardo, A. y San Martín, R. (2010). Modelos de ecuaciones estructurales. *Papeles del psicólogo*, 31(1), 34-45.
- Schmidt, C. y Vinet, E. (2015). Atención Plena: Validación del Five Facet Mindfulness Questionnaire (FFMQ) en estudiantes universitarios chilenos. *Terapia Psicológica*, 33 (2), 93-101. Recuperado de: <https://scielo.conicyt.cl/pdf/terpsicol/v33n2/art04.pdf>
- Simón, V. (2006). Mindfulness y Neurobiología. *Revista de Psicoterapia*, 17(66-67), 5-30. Recuperado de:

https://psicoterapiabilbao.es/wpcontent/uploads/2015/11/Mindfulness_y_neurobiologia.pdf

Simón, V. (2007). Mindfulness y Neurobiología. *Revista de Psicoterapia*, 17(65), 5-30.

Steiger, J. y Lind, J. (1980). *Statistically based tests for the number of common factors*. Comunicación presentada en el meeting anual de la *Psychometric Society*. Iowa City.

Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria (2017) *Estadísticas de Universidades*. Lima: SUNEDU. Recuperado de: <https://www.sunedu.gob.pe/sibe/>

Tang, Y., Hölzel, B. y Posner, M. (2015). The neuroscience of mindfulness meditation. *Nature Reviews Neuroscience*, 16, 213–225. Recuperado de: <http://dx.doi.org/10.1038/nrn3916>

Vásquez, E. (2016) Mindfulness: Conceptos generales, psicoterapia y aplicaciones clínicas. *Neuropsiquiatr*, 79(1), 42-51. Recuperado de: <http://www.scielo.org.pe/pdf/rmp/v79n1/a06v>

ANEXOS

Anexo 01

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Presente.-

Me presento ante usted, para saludarlo (a) cordialmente y solicitar su consentimiento como participante, en la aplicación de una encuesta psicológica, por motivo de realizar mi Desarrollo de Tesis como estudiante del XI ciclo de la Facultad de Humanidades, Escuela profesional de Psicología de la Universidad César Vallejo.

El objetivo del presente estudio es Determinar las propiedades psicométricas del Cuestionario de las cinco facetas de Mindfulness (FFMQ) en estudiantes universitarios de la provincia del Santa.

Si usted accede a participar, lo que realizará, será completar un cuestionario, cuya duración oscila entre 10 a 15 minutos aproximadamente.

Cabe precisar que la participación en este estudio es voluntaria y de carácter anónimo. Asimismo, la información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de esta actividad.

Desde ya le agradezco su participación y apoyo a la presente investigación.

Firma del Participante

Anexo 02

FICHA SOCIODEMOGRÁFICA

NOMBRE DE LA UNIVERSIDAD	a) UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO	SEXO:	a) FEMENINO
	b) UNIVERSIDAD SAN PEDRO		b) MASCULINO
	c) UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE	EDAD:	
	d) UNIVERSIDAD NACIONAL DEL SANTA		
CARRERA PROFESIONAL :		CICLO:	
¿ALGUNA VEZ HA PRACTICADO UNA TÉCNICA DE MEDITACIÓN?			a) SI
			b) NO
¿ESTÁ USTED REALIZANDO ALGÚN TIPO DE MEDITACIÓN DE FORMA REGULAR?			a) SI
			b) NO

Acta de aprobación de originalidad de tesis



ACTA DE APROBACIÓN DE ORIGINALIDAD DE TESIS

Código : F06-PP-PR-02.02
Versión : 09
Fecha : 23-03-2018
Página : 1 de 1

Yo, HUGO MARTÍN NOÉ GRIJALVA, docente de la Facultad Humanidades y Escuela Profesional Psicología de la Universidad César Vallejo filial Chimbote (precisar filial o sede), revisor (a) de la tesis titulada:

“Propiedades psicométricas del cuestionario de las cinco facetas de Mindfulness (FFMQ) en estudiantes universitarios de la provincia del Santa”, del estudiante Pérez Quispe Lorelyn, María Del Pilar, constato que la investigación tiene un índice de similitud de **25%** verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin.

El/la suscrito (a) analizó dicho reporte y concluyó que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

Lugar y fecha Nvo. Chimbote 09 setiembre 2019

Dr. Hugo Martín Noé Grijalva

Docente

DNI: 02866477

Elaboró	Dirección de Investigación	Revisó	Representante de la Dirección / Vicerrectorado de Investigación y Calidad	Aprobó	Rectorado
---------	----------------------------	--------	---	--------	-----------

Pantallazo de Turnitin

feedback studio Lorelyn Pérez Quispe TESIS MINDFULNESS-TERCERA REVISIÓN 10 de 28

UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO
FACULTAD DE HUMANIDADES
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

Propiedades psicométricas del cuestionario de las cuatro facetas de Mindfulness (FFMQ) en estudiantes universitarios de la provincia del Santa

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO
PROFESIONAL DE LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

AUTORA:
PÉREZ QUISPE, Lorelyn María Del Pilar
(ORCID: 0000-0002-7738-3340)

ASESOR METODOLÓGICO:
Dr. Hugo Martín Niza Grijalva
(ORCID: 0000-0001-2224-8128)

ASESOR TEMÁTICO:
Dr. Hugo Martín Niza Grijalva
(ORCID: 0000-0001-2224-8128)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:
Psicométrica

Todas las fuentes

Entregado a	Porcentaje
Entregado a Universidad...	28%
repositorio.uco.edu.pe	11%
Entregado a Pontificia...	3%
Entregado a Fundación...	2%
Entregado a CONACYT	2%
tesis.pucp.edu.pe	2%
Entregado a Universidad...	2%
psicobd.com	1%
Entregado a Universidad...	1%
Entregado a Universidad...	1%
Entregado a Universidad...	1%
Entregado a Facultad...	<1%
Rosario Ortega-Palaz, Jo...	<1%

Página: 1 de 23 Número de palabras: 8775 Total only Report High Resolution Escala

Autorización a Repositorio



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

Centro de Recursos para el Aprendizaje y la Investigación.(CRAI)
"César Acuña Peralta"

FORMULARIO DE AUTORIZACIÓN PARA LA PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA DE LAS TESIS

1. DATOS PERSONALES

Apellidos y Nombres: (solo los datos del que autoriza)

..... Pérez Quispe Lorelyn María Del Pilar

D.N.I. : 70921815

Domicilio : urb. Nicolás Garatea Mz 8 - Lt 28

Teléfono : Fijo : 045-262692 Móvil : 968191925

E-mail : lorelyn.perez.27@gmail.com

2. IDENTIFICACIÓN DE LA TESIS

Modalidad:

Tesis de Pregrado

Facultad : Humanidades

Escuela : Psicología

Carrera : psicología

Título : Licenciada en Psicología

Tesis de Post Grado

Maestría

Grado :

Mención :

Doctorado

3. DATOS DE LA TESIS

Autor (es) Apellidos y Nombres:

..... Pérez Quispe Lorelyn María Del Pilar

Título de la tesis:

..... Propiedades psicométricas del cuestionario de las
cinco facetas de Mindfulness (FFMA) en estudiantes
universitarios de la provincia del santa

Año de publicación : 2019

4. AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN DE LA TESIS EN VERSIÓN ELECTRÓNICA:

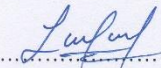
A través del presente documento,

Si autorizo a publicar en texto completo mi tesis.



No autorizo a publicar en texto completo mi tesis.



Firma : 

Fecha : 10-09-2019

Autorización de la Versión Final



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

AUTORIZACIÓN DE LA VERSIÓN FINAL DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

CONSTE POR EL PRESENTE EL VISTO BUENO QUE OTORGA EL ENCARGADO DE INVESTIGACIÓN DE

ESCUELA DE PSICOLOGÍA

A LA VERSIÓN FINAL DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN QUE PRESENTA:

Pérez Quispe Lorelyn María Del Pilar

INFORME TÍTULADO:

Propiedades psicométricas del cuestionario de las cinco facetas de Mindfulness (FFMQ) en estudiantes universitarios de la provincia del Santa

PARA OBTENER EL TÍTULO O GRADO DE:

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

SUSTENTADO EN FECHA: 10/09/2019

NOTA O MENCIÓN: 18 (dieciocho)

FIRMA DEL ENCARGADO DE INVESTIGACIÓN