

Propiedades psicométricas del “Cuestionario de cinco facetas de la conciencia plena” (Five Facet Mindfulness Questionnaire, FFMQ-M) en México (pp. 467-487)

Rosa M. Meda Lara¹, Marta Herrero², Luis M. Blanco-Donoso², Bernardo Moreno-Jiménez² y Andrés Palomera Chávez¹

¹Universidad Guadalajara (México); ²Universidad Autónoma de Madrid (España)

Este trabajo pretende analizar las propiedades psicométricas del “Cuestionario de cinco facetas de la conciencia plena” (FFMQ-M) en México respondiendo a limitaciones metodológicas previas. Participaron 1210 estudiantes mexicanos y se realizaron análisis factoriales confirmatorios multigrupos. El análisis factorial en la muestra de calibración ($n_1= 620$) mostró como mejor modelo cuatro factores de primer orden (Ausencia de reacción, Ausencia de juicio, Actuación consciente y Descripción), sin la dimensión de Observación, agrupados en un factor de segundo orden (conciencia plena) con un total de 19 ítems. El análisis factorial con la muestra de validación ($n_2= 590$) replicó el buen ajuste de este modelo y el análisis de invarianza indicó invarianza estricta. Finalmente, se analizó la validez concurrente de la conciencia plena con medidas de autoinforme de calidad y satisfacción con la vida, afecto positivo y depresivo y la percepción de situaciones/estímulos estresantes académicos. Estos resultados informan sobre los componentes de la conciencia plena en personas no meditadoras y su relación con diferentes indicadores de salud y bienestar.