

VALIDACIÓN DEL “CUESTIONARIO DE ACEPTACIÓN Y ACCIÓN LABORAL” (WAAQ) CON ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS

María C. Ponce y Esperanza Villar
Universidad de Gerona (España)

Resumen

El objetivo de este estudio fue adaptar y validar el “Cuestionario de aceptación y acción laboral” (WAAQ; Bond *et al.*, 2013) para que pueda ser utilizado para medir la flexibilidad psicológica en el ámbito académico de una universidad del Ecuador. La muestra de estudio estuvo compuesta por 6.230 estudiantes. El instrumento demostró una alta consistencia interna ($\alpha = 0,90$; $\omega = 0,91$). El análisis de los componentes principales mostró un solo factor, lo que explica el 62,3% de la varianza. El análisis factorial confirmatorio mostró un ajuste satisfactorio del modelo. Las correlaciones entre el WAAQ y el “Cuestionario de aceptación y acción-II” (AAQ-II; Bond *et al.*, 2011) y la “Escala de competencia personal de Wallston” (Wallston, 1992) sugieren que los cuestionarios evalúan diferentes constructos. Se concluyó que el WAAQ es un instrumento válido y fiable para medir la flexibilidad psicológica en el ámbito académico universitario ecuatoriano.

PALABRAS CLAVE: *flexibilidad psicológica, estudiantes universitarios, WAAQ, terapia de aceptación y compromiso, evaluación.*

Abstract

The objective of this study was to adapt and validate the Work-Related Acceptance and Action Questionnaire (WAAQ, Bond *et al.*, 2013) so it can be used to measure psychological flexibility in the academic environment of a university of Ecuador. The study sample comprised 6,230 students. The instrument demonstrated high internal consistency ($\alpha = .90$, $\omega = .91$). The analysis of the main components showed a single factor, which explained 62.3% of the variance. The confirmatory factor analysis showed a satisfactory fit of the model. The correlations between WAAQ and the Acceptance and Action-II Questionnaire (AAQ-II, Bond *et al.*, 2011) and Wallston's Personal Competence Scale (Wallston, 1992) suggest that the questionnaires evaluate different constructs. Based on these results, it was concluded that the WAAQ is a valid and reliable instrument for measuring psychological flexibility in the Ecuadorian university academic environment.

KEY WORDS: *psychological flexibility, university students, WAAQ, acceptance and commitment therapy, assessment.*

Se agradece a Oliver Valero del Centro de Estudios Estadísticos de la Universidad Autónoma de Barcelona por el asesoramiento con el análisis estadístico de los resultados, y a Francis Boyle por su colaboración con la traducción al inglés.

Correspondencia: María C. Ponce, Reinerio Casanova L5, 010107 Cuenca (Ecuador). E-mail: u1944076@campus.udg.edu

Introducción

Alrededor del 29% de los jóvenes acceden a la universidad en Ecuador y aunque la mayoría de los voluntarios en investigación psicológica son en realidad estudiantes universitarios, solo recientemente se ha comenzado a centrar la atención en el estudio de su propia salud y bienestar.

Los estudiantes ingresan a la universidad buscando alcanzar metas y objetivos asociados a sus proyectos personales y profesionales. La consecución de estos objetivos implica la necesidad de responder a un conjunto de demandas académicas y actividades que, en ocasiones, pueden perturbar su bienestar psicológico que, a su vez, puede derivar en estrés (González-Cabanach *et al.*, 2018; Hj Ramli *et al.*, 2018). El estrés académico es un factor que puede provocar el deterioro de la salud física y mental (Ribeiro *et al.*, 2018). Además, se han encontrado tasas más altas de depresión entre estudiantes universitarios que entre la población general (Alsubaie *et al.*, 2019; Ibrahim *et al.*, 2013), y esta depresión suele asociarse a problemas sobre las relaciones sociales, o sus condiciones de vida y económicas (Saeed *et al.*, 2017; Xian-Yang *et al.*, 2016).

En este contexto, la flexibilidad psicológica juega un papel importante en el manejo de pensamientos y emociones. Se define como “ponerse en contacto con el momento presente como un ser humano consciente, plenamente y sin defensa innecesaria, tal como es y no como dice que es, y persistir o cambiar un comportamiento al servicio de los valores elegidos” (Hayes *et al.*, 2015, p. 96).

La rigidez psicológica, por su parte, interfiere negativamente en el funcionamiento adaptativo del individuo (Bond *et al.*, 2011; Glick y Orsillo, 2015; Rueda y Valls, 2020). Se asocia con estrés, preocupación, ansiedad generalizada y somatización (Tavakoli *et al.*, 2019). En ambientes académicos, el individuo está expuesto a situaciones que potencialmente pueden generar malestar (Taylor y Baker, 2019); en consecuencia, existe la posibilidad de desarrollar malestar psicológico (Sharp y Theiler, 2018), trastornos del estado de ánimo y de ansiedad (Duffy *et al.*, 2019). Tal malestar se puede resolver de dos maneras: ya sea aceptándolo o evitando involucrarse en la experiencia. La inflexibilidad psicológica, sin embargo, como respuesta habitual al estrés académico puede producir estados emocionales negativos y procrastinación que solo conduce a que sus estudios se prolonguen más (Eisenbeck *et al.*, 2019). En estos casos, las intervenciones terapéuticas dirigidas a mejorar los niveles de flexibilidad psicológica son cruciales y, por ello, se necesitan instrumentos de evaluación adecuados.

Para satisfacer esta necesidad, se han diseñado varios instrumentos para evaluar la flexibilidad (o inflexibilidad) psicológica en varias poblaciones diferentes. La primera versión del “Cuestionario de aceptación y acción-II” (*Acceptance and Action Questionnaire*, AAQ) fue creada por Hayes *et al.*, en 2004. Posteriormente, con base en el desarrollo de ese cuestionario, Bond *et al.* (2011) creó una nueva versión: el AAQ-II. Ambas herramientas examinan la aceptación, la defusión y la acción; también evalúan la rigidez psicológica de manera amplia (Hayes *et al.*, 2006).

Posteriormente, se desarrollaron otros instrumentos para evaluar la flexibilidad psicológica en contextos específicos: en el ámbito laboral (Bond *et al.*, 2013; Ruiz *et al.*, 2014); entre personas con enfermedades terminales (Shari *et al.*, 2019); y entre

personas con trastornos psicológicos específicos como el trastorno de ansiedad (Soltani *et al.*, 2016), o el trastorno obsesivo-compulsivo y trastornos relacionados (Jacoby *et al.*, 2018).

Estudios previos han demostrado que el AAQ-II puede arrojar resultados nulos en la evaluación de programas de intervención destinados a desarrollar la flexibilidad psicológica en un contexto académico universitario (Glick y Orsillo, 2015; Levin *et al.*, 2017; Levin *et al.*, 2014). Por otro lado, Levin, Krafft, Pistorello y Seeley (2018) consideran que la obtención de resultados negativos en intervenciones entre estudiantes universitarios bien podría deberse a que los instrumentos de medida utilizados en estos estudios, como el AAQ-II, no son lo suficientemente específicos, en lugar de que se deba a una falla de los mecanismos teóricos de cambio. Este estudio buscó desarrollar y validar una medida específica de dominio de la rigidez psicológica para estudiantes universitarios, el "Cuestionario de aceptación y acción para estudiantes universitarios" (*Acceptance and Action Questionnaire for University Students*, AAQ-US). En el presente trabajo, nuestro objetivo es adaptar otro instrumento existente, el "Cuestionario de aceptación y acción laboral" (*Work-related Acceptance and Action Questionnaire*, WAAQ; Bond *et al.*, 2013) en su versión española (Ruiz y Odriozola-González, 2014) a población universitaria. Entre otras ventajas de esta estrategia, la adaptación de un instrumento existente diseñado para el lugar de trabajo permite realizar evaluaciones longitudinales y estudios comparativos de flexibilidad psicológica. Las evaluaciones que utilizan este instrumento pueden comenzar en el contexto académico y continuar en el contexto laboral.

Cabe señalar que el diseño de instrumentos para evaluar la flexibilidad psicológica aún se encuentra en las primeras etapas de investigación, especialmente en contextos universitarios. Esperamos enriquecer esta línea de estudio y contribuir al sistema de educación superior en Ecuador con este trabajo, que tiene como objetivo adaptar y validar la versión en español del WAAQ, un cuestionario específico que evalúa la flexibilidad psicológica, para la población universitaria ecuatoriana.

Método

Participantes

Esta investigación contó con la participación de 6230 estudiantes de pregrado de una universidad ecuatoriana (64,3% de los 9689 estudiantes matriculados). El criterio de inclusión requería que todos los participantes fueran estudiantes matriculados en los Semestres 1 al 10 durante el período académico marzo - agosto de 2018. Dentro del total de la muestra, 1604 personas (25,7%) se identificaron como estudiantes de la Facultad de Ciencias Administrativas y Económicas; 818 (13,1%) de la Facultad de Ciencias de la Salud; 1426 (22,9%), de la Facultad de Educación, Ciencia y Tecnología; 1525 (24,5%), de la Facultad de Ingeniería en Ciencias Aplicadas y 857 (13,8%) pertenecían a la Facultad de Ingeniería en Ciencias Agropecuarias y Ambientales. El rango de edad de los participantes fue de 17 a 59 años ($M = 22,44$; $DT = 3,94$). Las mujeres constituían el 52,3% de la muestra. En

cuanto a la situación laboral, en el momento del estudio el 58,6% de los participantes eran solo estudiantes; El 23,2% dijo trabajar ocasionalmente; El 5,6% tenía un trabajo regular de menos de 15 horas a la semana y el 12,6% dijo tener un trabajo regular de más de 15 horas a la semana.

Instrumentos

- a) "Cuestionario de aceptación y acción laboral" (*Work-related Acceptance and Action Questionnaire*, WAAQ; Bond *et al.*, 2013), versión en español adaptada por Ruiz y Odriozola-González (2014). El WAAQ consta de una escala tipo Likert de siete ítems que evalúa la flexibilidad psicológica en el ámbito laboral. Este cuestionario se adaptó a la población universitaria, reemplazando las referencias a trabajar por estudiar. Las siete opciones de respuesta van de 1 (nunca cierto) a 7 (siempre cierto). Los ítems reflejan la disposición de las personas a emprender acciones en pos de un objetivo mientras viven momentos de su vida privada que les generan malestar (p. ej., "Puedo estudiar de manera efectiva, aun cuando estoy nerviosa por alguna razón"; "Mis preocupaciones no aguantan en el camino de mi éxito"). La versión en español desarrollada por Ruiz y Odriozola-González (2014) mostró una estructura unifactorial y una consistencia interna (alfa de Cronbach) de 0,92, mientras que en el presente estudio este valor fue de 0,90.
- b) "Cuestionario de aceptación y acción-II" (*Acceptance and Action Questionnaire-II*, AAQ-II; Bond *et al.*, 2011), versión en español adaptada por Ruiz *et al.* (2013). Este consta de siete ítems diseñados para evaluar los factores asociados con la inflexibilidad psicológica. Identifica dificultades para experimentar emociones o pensamientos no deseados y ayuda a detectar la incapacidad para hacer frente a situaciones incómodas. El instrumento aborda la falta de voluntad para experimentar emociones y pensamientos no deseados (p. ej., "Me preocupa no poder controlar mis preocupaciones y sentimientos") y la incapacidad de comportarse en el momento presente de acuerdo con acciones impulsadas por valores cuando se experimentan eventos psicológicos no deseados (p. ej., "Mis emociones interfieren en cómo quiero vivir mi vida"). Las respuestas se evalúan mediante una escala tipo Likert con siete opciones de respuesta que van desde 1 (nunca cierto) hasta 7 (siempre cierto). La consistencia interna del cuestionario (alfa de Cronbach) fue de 0,88 en el estudio de Ruiz *et al.* (2013) y 0,92 para el presente estudio.
- c) "Escala de competencia personal percibida de Wallston" (*Wallston's Perceived Personal Competence Scale*, PCS; Wallston, 1992), versión española adaptada por Fernández-Castro *et al.* (1998). Comprende ocho ítems diseñados para evaluar la percepción subjetiva de control sobre las circunstancias de la vida y la capacidad para afrontarlas con éxito. El cuestionario agrupa dos expectativas: autoeficacia (p. ej., "Puedo hacer las cosas tan bien como los demás") y resultado (p. ej., "Por mucho que lo intento, las cosas no salen como me gustaría"). El cuestionario tiene una escala tipo Likert de seis opciones de respuesta, que van desde 1 (totalmente en desacuerdo) hasta 6 (totalmente de acuerdo). La consistencia interna de la escala (alfa de Cronbach) fue de 0,80 en

los estudios que utilizaron la adaptación original al español (Fernández-Castro *et al.*, 1998) y de 0,79 para el presente estudio.

Procedimiento

Previo a su aplicación, un grupo de seis profesionales de las áreas de la psicología y la comunicación realizaron una validación lingüística y semántica del instrumento para su uso en la población ecuatoriana. Posteriormente, con el fin de identificar posibles dificultades de comprensión, se aplicó el WAAQ a un grupo piloto de 27 estudiantes de pregrado de la universidad en la que se realizó el estudio. Luego se aplicó el cuestionario a la población objeto de estudio durante los meses de junio, julio y agosto de 2018, por medio de la plataforma virtual de la institución.

Siguiendo los lineamientos publicados por la Comisión Internacional de Tests (ICT, 2017; Muñiz *et al.*, 2015), se obtuvo la autorización de los autores de la versión en inglés y español del WAAQ, previo a su modificación. En el caso de la versión en español, también se obtuvo la autorización del propietario de los derechos de autor.

Antes de la recogida de datos, la aprobación oficial del estudio ya había sido otorgada por la máxima autoridad académica de la institución. Los estudiantes participaron de forma voluntaria y anónima, por lo que solo se requirió el consentimiento pasivo de los participantes.

Análisis de datos

La base de datos se validó con el software SAS v9.4. El análisis estadístico también se apoyó con este programa, complementado con el software SPSS y el software R Core Team (2017). Se utilizó un nivel de significación de 0,05 para todas las decisiones estadísticas.

La muestra de 6230 estudiantes se dividió en dos grupos: el primer grupo (3113 estudiantes) se utilizó para realizar el análisis factorial exploratorio (AFE) y el segundo (3117 estudiantes) para el análisis factorial confirmatorio (AFC).

Sin embargo, antes de realizar el AFE, verificamos la adecuación de la muestra mediante la prueba de Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) y la prueba de esfericidad de Bartlett (Dziuban y Shirkey, 1974). La muestra se considera adecuada y los datos se consideran aptos -para el AFE- si los valores en la prueba de KMO están cerca de 1 y los de la prueba de Bartlett son inferiores a 0,05.

Para el AFE, los factores se extrajeron mediante rotación oblicua (Brown, 2015). Se calcularon las correlaciones entre ítems y factor principal. La consistencia interna se validó mediante el coeficiente alfa de Cronbach (Crutzen y Peters, 2015). El AFC se realizó ajustando un modelo de ecuaciones estructurales (Kline, 2015).

La bondad de ajuste de un modelo suele evaluarse mediante la prueba Chi Cuadrado; sin embargo, esta prueba es sensible al tamaño de la muestra y casi siempre rechaza el modelo cuando se utilizan muestras grandes (Bentler y Bonnet, 1980; Jöreskog y Sörbom, 1993).

Con base en las recomendaciones de Hooper, Coughlan y Mullen (2008) y Kline (2015), para la evaluación global del modelo se consideraron los siguientes índices de bondad de ajuste: índice de ajuste comparativo (CFI); índice tucker-lewis (TLI);

residuo estandarizado cuadrático medio (SRMR) y error cuadrático medio de aproximación (RMSEA). Los valores de estos índices oscilan entre 0 y 1. Un buen ajuste del modelo se indica con valores superiores a 0,95 en CFI y superiores a 0,90 en TLI; pero inferior a 0,05 en SRMR e inferior a 0,08 en RMSEA (Hooper *et al.*, 2008; Hu y Bentler, 1999).

Por otro lado, la consistencia interna se validó mediante el coeficiente omega (Crutzen y Peters, 2015); con un estimador de consistencia interna basado en cargas factoriales que indican la proporción de varianza atribuida a la varianza común total (McDonald, 1999; Ventura-León, 2018); e impacto directo en la precisión y error de medida (Martínez *et al.*, 2014, Ventura-León, 2018).

Resultados

Datos descriptivos

La tabla 1 muestra la puntuación media y la desviación típica para cada ítem del WAAQ en ambas muestras ($n_1= 3113$ y $n_2= 3117$). En la primera muestra la puntuación media más baja fue 4,87 ($DT= 1,52$) para el ítem 7 y la más alta fue 5,30 ($DT= 1,31$) para el ítem 2. Las puntuaciones medias para la segunda muestra estuvieron entre 4,53 ($DT= 1,43$) para el ítem 3 y 5,32 ($DT= 1,26$) para el ítem 2.

Análisis factorial exploratorio

La prueba de Bartlett ($p < 0,001$) y la prueba de Kaiser-Meyer-Olkin ($KMO= 0,91$) validaron la bondad de ajuste de los datos con respecto a la realización del AFE.

Tabla 1

Media, desviación típica y rango de puntuaciones por cada ítem del WAAQ

Ítem	Muestra 1 ($n_1= 3113$) <i>M (DT)</i>	Muestra 2 ($n_2= 3117$) <i>M (DT)</i>	Rango
1	4,87 (1,42)	4,85 (1,42)	1 - 7
2	5,30 (1,31)	5,32 (1,26)	1 - 7
3	4,59 (1,38)	4,53 (1,43)	1 - 7
4	4,87 (1,50)	4,84 (1,53)	1 - 7
5	5,16 (1,40)	5,17 (1,40)	1 - 7
6	4,89 (1,42)	4,87 (1,44)	1 - 7
7	4,87 (1,52)	4,85 (1,52)	1 - 7

Los resultados de la AFE indican que hubo un único factor principal, de acuerdo con el criterio de Kaiser, que explica el 62,3% de la variabilidad total observada.

La tabla 2 muestra la proporción de varianza común explicada para cada variable (comunalidad) y las cargas factoriales de cada ítem en el factor único obtenido. Todas las comunalidades se encuentran dentro de un rango entre 0,57 y 0,67, lo que sugiere una excelente relación entre todos los ítems que componen el cuestionario. Las cargas factoriales de cada ítem oscilaron entre 0,76 y 0,82, lo que,

junto con un índice de consistencia interna (alfa de Cronbach) de 0,90, respalda la solución unifactorial del cuestionario.

Tabla 2
Varianza explicada por ítem y por factor del WAAQ

Items	Comunalidad	Factor
1. Soy capaz de estudiar eficazmente, aunque tenga preocupaciones personales	0,64	0,80
2. Puedo admitir mis errores en los estudios y aun así seguir siendo exitoso	0,57	0,76
3. Puedo estudiar de manera eficaz, incluso cuando estoy nervioso por algún motivo	0,67	0,82
4. Mis preocupaciones no se interponen en mi camino hacia el éxito	0,63	0,79
5. Soy capaz de comportarme según la situación lo requiera, sin que me afecte cómo me sienta	0,63	0,79
6. Puedo estudiar eficazmente, incluso cuando dudo de mí mismo	0,63	0,79
7. Mis pensamientos y sentimientos no se interponen en lo que debo hacer en mis estudios	0,60	0,77

Análisis factorial confirmatorio

Para confirmar la estructura unifactorial obtenida en el AFE, se realizó un AFC con los datos de la segunda muestra ($n_2= 3117$). Los resultados de bondad de ajuste del modelo fueron los siguientes: $\chi^2= 1068,27$ ($gl= 14$; $p < 0,001$); CFI= 0,97; TLI= 0,96; RMSEA= 0,16; IC 90% [0,15-0,16] y SRMR= 0,03. El coeficiente omega fue de 0,91.

Correlación de Pearson con otros instrumentos

El WAAQ adaptado al ámbito académico mostró una correlación negativa baja, aunque estadísticamente significativa, con el AAQ-II ($r= -0,18$; $p= 0,01$). Por otro lado, la correlación con la Escala de competencias personales de Wallston fue positiva y moderada ($r= 0,51$; $p= 0,01$).

Discusión

El análisis factorial exploratorio (AFE) y el análisis factorial confirmatorio (AFC) confirmaron la estructura unifactorial del cuestionario WAAQ, modificado para población universitaria, en línea con estudios previos realizados en un entorno laboral (Bond *et al.*, 2013, Ruiz y Odriozola-González, 2014). También verificaron la idoneidad de todos los ítems para formar parte del instrumento. Los resultados del AFC reflejaron un ajuste razonable al modelo de factor único; esto fue respaldado por los resultados de los índices CFI, TLI y SRMR que arrojaron puntajes satisfactorios. Por el contrario, la puntuación del índice RMSEA fue más alta de lo esperado. En

línea con estudios previos, las pruebas de confiabilidad realizadas con los coeficientes alfa de Cronbach y omega también mostraron una alta consistencia interna, similar a los resultados de Ruiz y Odriozola-González (2014) y Bond *et al.* (2013) en muestras de personas trabajadoras.

Por otro lado, la correlación entre el WAAQ modificado y el AAQ-II fue pequeña y negativa, ya que el primer instrumento evalúa la flexibilidad psicológica mientras que el segundo evalúa la rigidez psicológica. En línea con estudios previos de Levin *et al.* (2018), el WAAQ adaptado al contexto académico evalúa aspectos específicos en el ámbito académico universitario; por lo tanto, la correlación con el AAQ-II, que es de naturaleza más general, es baja. La correlación entre el WAAQ y la Escala de competencia personal de Wallston fue moderada.

En cuanto a las limitaciones del estudio, se debe señalar que la muestra se tomó en una sola institución educativa; futuras investigaciones podrían obtener nuevas muestras y, de esta manera, los resultados pueden compararse y generalizarse. Además, el cuestionario se aplicó de forma virtual, en línea, lo que puede haber dado lugar a algún sesgo en cuanto a las características de los participantes. Finalmente, el instrumento se correlacionó únicamente con el AAQ-II y la Escala de competencias personales de Wallston, ambas herramientas que aún no han recibido validación formal en muestras ecuatorianas; sea como fuere, sus consistencias internas eran adecuadas.

De este estudio concluimos que el WAAQ, en la versión española de Ruiz y Odriozola-González (2014) -adaptado a población universitaria, ha demostrado ser un instrumento fiable y válido para midiendo la flexibilidad psicológica en los escenarios académicos ecuatorianos. Se recomienda que futuras investigaciones evalúen la utilidad del instrumento en diferentes contextos, entre diferentes tipos de estudiantes y en diferentes instituciones universitarias.

Referencias

- Alsubaie, M. M., Stain, H. J., Webster, L. A. y Wadman, R. (2019). The role of sources of social support on depression and quality of life for university students. *International Journal of Adolescence and Youth*, 24(4), 484-496. doi: 10.1080/02673843.2019.1568887
- Bentler, P. M. y Bonett, D. G. (1980). Significance tests and goodness of fit in the analysis of covariance structures. *Psychological Bulletin*, 88(3), 588. doi: 10.1037/0033-2909.88.3.588
- Bond, F. W., Hayes, S. C., Baer, R. A., Carpenter, K. M., Guenole, N., Orcutt, H. K. y Zettle, R. D. (2011). Preliminary psychometric properties of the Acceptance and Action Questionnaire - II: a revised measure of psychological flexibility and experiential avoidance. *Behavior Therapy*, 42(4), 676-688. doi: 10.1016/j.beth.2011.03.007
- Bond, F. W., Lloyd, J. y Guenole, N. (2013). The Work-related Acceptance and Action Questionnaire (WAAQ): initial psychometric findings and their implications for measuring psychological flexibility in specific contexts. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 86(3), 331-347. doi: 10.1111/joop.12001
- Brown, T. (2015). *Confirmatory factor analysis for applied research* (2ª ed.). Nueva York, NY: Guilford.
- Crutzen, R. y Peters, G.-J. (2015). Scale quality: alpha is an inadequate estimate and factor-analytic evidence is needed first of all. *Health Psychology Review*, 11(3), 242-247. doi: 10.1080/17437199.2015.1124240

- Duffy, M. E., Twenge, J. M. y Joiner, T. E. (2019). *Trends in mood and anxiety symptoms and suicide-related outcomes among U.S. undergraduates, 2007-2018: evidence from two national surveys*. *Journal of Adolescent Health, 65*(5), 590-598. doi: 10.1016/j.jadohealth.2019.04.033
- Dziuban, C. D. y Shirkey, E. C. (1974). When is a correlation matrix appropriate for factor analysis? Some decision rules. *Psychological Bulletin, 81*(6), 358-361. doi: 10.1037/h0036316
- Eisenbeck, N., Carreno, D. F. y Uclés-Juárez, R. (2019). *From psychological distress to academic procrastination: exploring the role of psychological inflexibility*. *Journal of Contextual Behavioral Science, 13*, 103-108. doi: 10.1016/j.jcbs.2019.07.007
- Fernández-Castro, J., Álvarez, M., Blasco, T., Doval, E. y Sanz, A. (1998). *Validación de la Escala de competencia personal de Wallston: implicaciones para el estudio del estrés*. *Ansiedad y Estrés, 4*(1), 31 - 41.
- Glick, D. M. y Orsillo, S. M. (2015). An investigation of the efficacy of acceptance-based behavioral therapy for academic procrastination. *Journal of Experimental Psychology: General, 144*(2), 400-409. doi: 10.1037/xge0000050
- González- Cabanach, R., Souto-Gestal, A., González-Doniz, L. y Franco Taboada, V. (2018). Perfiles de afrontamiento y estrés académico en estudiantes universitarios. *Revista de Investigación Educativa, 36*(2), 421-433. doi: 10.6018/rie.36.2.290901
- Hayes, S. C., Luoma, J. B., Bond, F. W., Masuda, A. y Lillis, J. (2006). Acceptance and commitment therapy: model, processes and outcomes. *Behaviour Research and Therapy, 44*(1), 1- 25. doi: 10.1016/j.brat.2005.06.006
- Hayes, S. C., Strosahl, K. D. y Wilson, K. G. (2015). *Acceptance and commitment therapy. The process and practice of mindful change*. Nueva York, NY: Guilford.
- Hayes, S. C., Strosahl, K. D., Wilson, K. G., Bissett, R. T., Pistorello, J., Toarmino, D., Polusny, M., A., Dykstra, T. A., Batten, S. V., Bergan, J., Stewart, S. H., Zvolensky, M. J., Eifert, G. H., Bond, F. W., Forsyth J. P., Karekla, M. y McCurry, S. M. (2004). Measuring experiential avoidance: a preliminary test of a working model. *The Psychological Record, 54*(4), 553-578. doi: 10.1007/BF03395492
- Hj Ramli, N., Alavi, M., Mehrihezad, S. y Ahmadi, A. (2018). Academic stress and self-regulation among university students in Malaysia: mediator role of mindfulness. *Behavioral Sciences, 8*(1), 12. doi: 10.3390/bs8010012
- Hooper, D., Coughlan, J. y Mullen, M. R. (2008). Structural equation modelling: Guidelines for determining model fit. *The Electronic Journal of Business Research Methods, 6*(1), 53-60. doi: 10.21427/D7CF7R
- Hu, L.-t. y Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling, 6*(1), 1-55. doi: 10.1080/10705519909540118
- Ibrahim, A. K., Kelly S. J., Adams C. E. y Glazebrook C. (2013). A systematic review of studies of depression prevalence in university students. *Journal of Psychiatric Research, 47*(3), 391-400. doi: 10.1016/j.jpsychires.2012.11.015
- Jacoby, R., Abramowitz, J., Buchholz, J., Reuman, L. y Blakey, S. (2018). Experiential avoidance in the context of obsessions: development and validation of the Acceptance and Action Questionnaire for obsessions and compulsions. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders, 19*, 34-43. doi: 10.1016/j.jocrd.2018.07.003
- Jöreskog, K. G. y Sörbom, D. (1993). *LISREL 8: structural equation modeling with the SIMPLIS command language*. Scientific Software International.
- Kline, R. (2015). *Principles and Practice of Structural Equation Modeling* (4ª ed.). Nueva York, NY: Guilford.

- Levin, M. E., Pistorello, J., Hayes, S. C. y Seeley, J. (2014). Feasibility of a prototype web-based acceptance and commitment therapy prevention program for college students. *Journal of American College Health*, 62(1), 20-30. doi: 10.1080/07448481.2013.843533
- Levin, M. E., Haeger, J., Pierce, B. y Twohig, M. P. (2017). Web-based acceptance and commitment therapy for mental health problems in college students: a randomized controlled trial. *Behavior Modification*, 41(1), 141-162. doi: 10.1177/0145445516659645
- Levin, M. E., Krafft, J., Pistorello, J. y Seeley, J. R. (2018). Assessing psychological inflexibility in university students: development and validation of the acceptance and action questionnaire for university students (AAQ-US). *Journal of Contextual Behavioral Science*, 12, 199-206. doi: 10.1016/j.jcbs.2018.03.004
- Martínez, A. R., Hernández, J. y Hernández, V. (2014). *Psicometría*. Madrid: Alianza.
- McDonald, R. P. (1999). *Test theory. A unified treatment*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Muñiz, J., Hernández, A. y Ponsoda, V. (2015). New guidelines for test use: research, quality control and security of tests. *Papeles del Psicólogo*, 36(3), 161-173.
- Ribeiro, I. J., Pereira, R., Freire, I. V., de Oliveira, B. G., Casotti, C. A. y Boery, E. N. (2018). Stress and quality of life among university students: a systematic literature review. *Health Professions Education*, 4 (2), 70-77. doi: 10.1016/j.hpe.2017.03.002
- Rueda, B. y Valls, E. (2020). Is the effect of psychological inflexibility on symptoms and quality of life mediated by coping strategies in patients with mental disorders? *International Journal of Cognitive Therapy*, 13(2), 112-126. doi: 10.1007/s41811-020-00069-4
- Ruiz, F. J., Langer, A. I., Luciano, C., Cangas, A. J. y Beltrán, I. (2013). Measuring experiential avoidance and psychological inflexibility: the Spanish version of the Acceptance and Action Questionnaire-II. *Psicothema*, 25(1), 123-129. doi: 10.7334/psicothema2011.239
- Ruiz, F. J. y Odriozola-González, P. (2014). The Spanish version of the Work-related Acceptance and Action Questionnaire (WAAQ). *Psicothema*, 26(1), 63-68. doi: 10.7334/psicothema2013.110
- Saeed, H., Saleem, Z., Ashraf, M., Razaq, N., Akhtar, K., Maryam, A. y Rasool, F. (2017). Determinants of anxiety and depression among university students of Lahore. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 16(5), 1283-1298. doi: 10.1007/s11469-017-9859-3
- Sharp, J. y Theiler, S. (2018). A review of psychological distress among university students: pervasiveness, implications and potential points of intervention. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 40(3), 193-212. doi: 10.1007/s10447-018-9321-7
- Shari, N. I., Zainal, N. Z., Guan, N. C., Ahmad Sabki, Z. y Yahaya, N. A. (2019). Psychometric properties of the Acceptance and Action Questionnaire (AAQ II) Malay version in cancer patients. *PloS One*, 14, 2. doi: 10.1371/journal.pone.0212788
- Soltani, E., Abdolmajid Bahrainian, S., Masjedi Arani, A., Farhoudian, A. y Gachkar, L. (2016). Psychometric properties of the Persian version of the Social Anxiety - Acceptance and Action Questionnaire. *Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences*, 10(2). doi: 10.17795/ijpbs.3753
- Tavakoli, N., Broyles, A., Reid, E. K., Sandoval, J. R. y Correa-Fernández, V. (2019). Psychological inflexibility as it relates to stress, worry, generalized anxiety, and somatization in an ethnically diverse sample of college students. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 11, 1-5. doi: 10.1016/j.jcbs.2018.11.001
- Taylor, K. B. y Baker, A. R. (2019). *Examining the role of discomfort in collegiate learning and development*. *Journal of College Student Development*, 60(2), 173-188. doi: 10.1353/csd.2019.0017

- Ventura-León, J. (2018). Intervalos de confianza para coeficiente omega: propuesta para el cálculo. *Adicciones*, 30 (1), 77-78. doi: 10.20882/adicciones.962
- Wallston, K. A. (1992). Hocus-Pocus, the focus isn't strictly on locus: Rotter's social learning theory modified for health. *Cognitive Therapy and Research*, 16(2), 183-199. doi: 10.1007/BF01173488
- Xian-Yang, L., La-Mei, X., Ya-Nan, L. y Ya-Min, L. (2016). Prevalence of depression among Chinese university students: a meta-analysis. *PLoS One*, 11(4). doi: 10.1371/journal.pone.0153454

RECIBIDO: 11 de diciembre de 2020

ACEPTADO: 9 de noviembre de 2021