



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA
DE MÉXICO**

FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES IZTACALA

Sistema de Universidad Abierta y Educación a Distancia

Manuscrito Recepcional

Programa de Profundización en Psicología Clínica

**“Validación de la escala HEMA-R en población mexicana: un
análisis psicométrico”.**

Reporte de investigación empírica

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

P R E S E N T A:

Coral Albarran Amador

Director: Dr. David Javier Enríquez Negrete

Vocal: Lic. Blanca Delia Arias García



Los Reyes Iztacala Tlalnepantla, Estado de México, 24 de junio de 2021



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

Índice

RESUMEN	4
Capítulo I. El estudio de la felicidad desde una visión historiográfica	5
1.1 La búsqueda de la felicidad: Antecedentes	5
1.2 El constructo psicológico de la felicidad.....	7
1.3 Hedonismo y Eudaimonia	9
1.4 Bienestar subjetivo y bienestar psicológico ¿dos corrientes opuestas o complementarias?.....	12
1.5.1 Psicología de la felicidad: un nuevo panorama	14
1.5.2 Los aportes de la Psicología Humanista - Maslow.....	15
1.5.3 Psicología Positiva: un nuevo panorama.....	16
1.5.4 Seligman y el PERMA	19
Capítulo II. Instrumentos de medición de la felicidad	20
2.1 Escala de Felicidad de Lima.....	21
2.2 Escala de Felicidad Subjetiva.....	21
2.3 Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS)	22
2.4 Escalas de Afecto Positivo y Negativo (PANAS).....	22
2.5 Escala de Felicidad para adultos (EFPA).....	23
2.6 The Happiness Measures (HM)	23
2.7 Escala de Orientaciones a la Felicidad (OTH)	24
2.8 Escala de Logros y Relaciones Positivas	24
2.9 HEMA-R Motivos de actividades hedónicas y eudaimónica- Revisado	25
Capítulo III. Justificación y planteamiento del problema	25
3.1 Elección del instrumento.....	27
Capítulo IV. Método	28
4.1.1 Estudio I	29
4.1.2 Participantes.....	29
4.1.3 Selección de los jueces	29
4.1.4 Tipo de Estudio.....	29
4.1.5 Instrumento	29
4.1.6 Procedimiento.....	30
4.1.7 Análisis de resultados	31
4.1.8 Resultados.....	31

4.1.9 Conclusión	35
4.2 Estudio II	36
4.2.1 Población universo	36
4.2.2 Selección de la muestra	37
4.2.3 Criterios de inclusión y exclusión a la muestra	37
4.2.4 Participantes.....	37
4.2.5 Escenario	38
4.2.6 Tipo de estudio	39
4.2.7 Instrumentos	39
4.2.8 Procedimiento.....	40
4.2.9 Análisis de datos.....	40
4.2.10 Resultados.....	41
Capítulo V. Discusión y conclusiones	45
Referencias	48
Anexo 1.....	55

RESUMEN

La presente investigación planteó por objetivo obtener indicadores de validez de la Escala de Motivos de actividades hedónicas y eudaimónicas de Huta (2016), adaptada para población mexicana en una muestra de 532 participantes, de ambos sexos (73.5% mujeres y 26.5% hombres), con edades entre 18 a 70 años. La escala original está compuesta por 10 ítems tipo Likert con siete alternativas de respuesta; no obstante, dos reactivos presentaron cargas factoriales compartidas, por lo que se realizó la validación solo con 8 ítems. La validez en este estudio se estableció por Análisis Factorial Exploratorio (AFE) con método de componentes principales y rotación ortogonal de tipo *Varimax*, previo al cálculo de la prueba de *Kaiser-Meyer*. Los resultados reportaron que se obtuvieron dos factores, los cuales explicaron el 65.814% de la varianza total sobre los ítems relacionados con las orientaciones hedónicas y eudaimónicas. Asimismo, se concluye que el instrumento presentó buena consistencia interna ($\alpha=.855$), y propiedades psicométricas adecuadas para esta población.

Palabras clave: Felicidad; psicometría; bienestar.

ABSTRACT

The objective of this research was to obtain validity indicators of the Scale of Motives of Hedonic and Eudaimonic Activities of Huta (2016), adapted for Mexican population in a sample of 532 participants, of both sexes (73.5% women and 26.5% men), with ages between 18 to 70 years. The original scale is composed of 10 Likert-type items with seven alternatives response; However, two items presented shared factor loadings, for which the validation was carried out with only 8 items. The validity in this study was established by Exploratory Factor Analysis (EFA) with the principal components method and *Varimax-type* orthogonal rotation, previous to

Kaiser-Meyer calculation test. The results reported that two factors were obtained, which explained 65.814% of the total variance on the articles related to hedonic and eudaimonic orientations. Likewise, it is concluded that the instrument presented good internal consistency ($\alpha = .855$), and adequate psychometric properties for this population.

Keywords: Happiness; psychometrics; wellness.

Capítulo I. El estudio de la felicidad desde una visión historiográfica

1.1 La búsqueda de la felicidad: Antecedentes

La felicidad se ha presentado como una de las interrogantes de mayor interés para la humanidad a través del tiempo en función de la dialéctica de la vida misma; donde el ser humano trata de evitar el sufrimiento obteniendo consuelo en aquellos placeres que le otorga la vida, intentando siempre maximizarlos y fortalecerlos. Esta perspectiva hedonista está representada por la filosofía con pensadores como Epicuro y Epícteto,—esté último es quien agrega a esta visión dimensiones como la razón y el control; será hasta la llegada de Sócrates, Platón y Aristóteles, donde se plantea que la felicidad está relacionada también con las virtudes y la capacidad del ser humano para enfrentar el devenir, esto se conoce más adelante como la visión eudaimónica de la felicidad (Domínguez & Ibarra, 2017).

El campo del conocimiento filosófico que ha buscado dar respuesta a diversas interrogantes existenciales, ha sido muy vasto a través del tiempo; no obstante, siguen existiendo áreas de oportunidad para el estudio y la investigación, desde distintas disciplinas, sobre temas en los que no se ha logrado una unificación de criterios. Desde el origen, la búsqueda de significados sobre la trascendencia, el destino o la existencia, que a lo largo de la historia reiteran la futilidad con que la vida pasa; también se ha buscado consuelo y esperanza, a través del

tiempo, en lo que se ha definido como felicidad, que representa una aspiración constante enmarcada culturalmente por cada época. Con base a esto, Trujano (2013) aborda las reconfiguraciones histórico-culturales de la felicidad, señalando que en el antiguo occidente era representada por la necesidad de equilibrar el deseo y los pensamientos; durante la edad media el foco central de la felicidad no se encontraba en la vida presente, sino en la vida después de la muerte: la religión prometía honrar a los individuos que a pesar de actuar con rectitud inevitablemente se enfrentaban al sufrimiento, ofreciéndoles la felicidad eterna en el paraíso.

Con base en lo anterior, es en la época que abarca el siglo XVI al XVIII que se reconoce que la felicidad puede coexistir con una vida terrenal y ser construida en libertad, como una elección del ser humano y su sociedad; no obstante, esta visión de la felicidad fue jactanciosa ante los cambios políticos, económicos y culturales que se suscitarían en los próximos siglos XIX y XX con la dinámica estereotipada del poder adquisitivo y su relación con la felicidad (Trujano, 2013). Será en esta época que la Psicología se constituya como ciencia y se independice de la filosofía, estudiando las interrogantes que enmarcan el constructo felicidad y creando modelos explicativos para la misma.

Para concluir, también desde el punto de vista de Trujano (2013), en el siglo XXI se presenta un derrumbe de lo que hasta ese momento se conceptualizaba como felicidad, situando la época con deconstrucciones teóricas y profundizando en una crítica social. Es en este periodo donde se diversifica aún más el término, que con claros matices hedónicos empezó a formar parte de las aspiraciones construidas socialmente en un nuevo contexto histórico y con un carácter filosófico distinto.

1.2 El constructo psicológico de la felicidad

Árraga y Sánchez (2012) analizan la imprecisión del término felicidad y la necesidad por encontrar un constructo con validez científica que permita realizar de forma objetiva una medición de la misma y a su vez una generalización lingüística indispensable para la transmisión del conocimiento científico. Al respecto Rojas (2014) menciona que esta falta de unificación del término, ha llevado a que exista poca o nula investigación empírica sugiere profundizar en su estudio, desde la psicología basada en evidencia científica. Por su parte, Domínguez & Ibarra (2017) sostienen que términos como: calidad de vida, bienestar subjetivo, satisfacción con la vida y felicidad, se reportan en la literatura como sinónimos, sin embargo, presuponen diferencias terminológicas.

Con base a lo anterior, en el diccionario, felicidad significa: “estar en un estado de grata satisfacción espiritual y física” (Real Academia Española [RAE], 2021). Desde el argot popular, el término felicidad se encuentra acompañado de una connotación emocional bien identificada por la mayoría de las personas; es decir, los individuos se reconocen a sí mismos como personas felices o infelices (*cf.* Rojas, 2014). Este hecho desde la posición de Alarcón (2006) es lo que en principio supone las implicaciones epistemológicas del constructo debido a la ambigüedad con que se describe la felicidad; lograr la universalidad del término remonta al uso de sinonimias como el bienestar subjetivo, bienestar psicológico y satisfacción con la vida; sin embargo, la felicidad es más abstracta. Por ejemplo, López, Jiménez y Guerrero (2017) coinciden en que habitualmente bienestar y felicidad son términos que han sido utilizados indistintamente; no obstante, es preciso señalar la versatilidad de dichas concepciones, conforme a su rama de estudio. Por ejemplo, el bienestar en el ámbito económico, político o educativo hace inferencia a los aspectos objetivos; mientras que en el área social, filosófica o psicológica incluye otras

dimensiones mayormente subjetivas: desde las experiencias, pensamientos, emociones y autoevaluación de la satisfacción.

Ahora bien, desde la mirada científica, se comprende que por sí mismas las definiciones teóricas de bienestar no son equivalentes con el término felicidad; sin embargo, cuando se operacionalizan se le otorgan atributos dados a la definición de felicidad, sus diferencias se estrechan (*cf.* Alarcón, 2006). Muchos autores se han dado a la tarea de hacer delimitaciones conceptuales claras, por ejemplo: Alarcón (2006) definió la felicidad como “un estado afectivo de satisfacción plena que experimenta subjetivamente el individuo en posesión de un bien anhelado” (p. 101). Por otra parte, la felicidad como bienestar subjetivo representada por Diener (1984) considera que se integra por la evaluación que realizan las personas respecto a que tan satisfechos se encuentran, o no, con aquello que logran y lo que esperan lograr.

De acuerdo con lo anterior, Ryff (1989) conceptualizó la felicidad como bienestar psicológico desde una postura eudaimónica, sin profundizar sobre una perspectiva hedónica a la que considera como la parte subjetiva del bienestar a partir de las experiencias, es decir, la satisfacción con la vida. Por su parte Maslow (2010) menciona que la felicidad es “estar conforme con este el estado de ausencia de lucha, de ausencia de deseo, de no interferencia, de ausencia de control y de intención” (p.266), momento cumbre en el que es posible alcanzar la felicidad total.

Para Seligman (2002) la felicidad es concebida “como el término «cognición» en el campo de la Psicología cognitiva o «aprendizaje» en la teoría del aprendizaje. Estos términos designan un ámbito de estudio, pero no desempeñan ningún papel en las teorías inherentes a sus respectivos campos” (p. 124). Con ello Seligman (2002) considera la felicidad como la

generalidad para nombrar las metas de la Psicología Positiva (véase más adelante la definición del modelo PERMA).

Por último, las aportaciones del trabajo de Barraza (2020), explican la felicidad desde un aspecto tridimensional, como son: la genética, la intención deliberada hacia la acción y las circunstancias de vida; de aquí se desprende el término felicidad crónica, entendida como el nivel de felicidad alcanzado por los individuos durante una etapa de su vida. Barraza (2020) además corrobora que los individuos con mayor felicidad, muestran mejores indicadores en otras áreas de su vida.

1.3 Hedonismo y Eudaimonia

En la comprensión y explicación de la felicidad, han coexistido dos enfoques filosóficos, que más adelante retoma la Psicología para su estudio, que buscan abordar el constructo desde perspectivas diametralmente opuestas, estas son: la corriente eudaimónica y hedónica; la primera es considerada como algo individual, que se desarrolla a partir del esfuerzo por alcanzar la excelencia en función de la capacidad y el potencial humano con el que se nace (*cf.* Ryff, 2019). Por otra parte, se entiende por visión hedónica, aquella que está objetivada hacia la felicidad mediante la consecución de logros y/o eludir el sufrimiento (*cf.* Moral, Agustí, Delhom, Rodríguez, & Satorres, 2018). Así mismo, en el trabajo de Ryan y Deci (2001) quienes realizaron una revisión literaria sobre el bienestar hedónico y el bienestar eudaimónico, sintetizan el primero como obtención de placer y evitación del dolor; mientras que el segundo está más centrado en la persona y su autorrealización.

Bajo esta misma línea, desde la corriente eudaimónica el individuo es capaz de crecer a lo largo del tiempo en un flujo continuo de expansión y autoeficacia, lo que le concede bienestar; en el sentido opuesto se traduciría en fastidio y estancamiento. Esto “se basa en la noción de una

vida que valga la pena vivir enmarcada en compromisos personales con valor intrínseco, metas ajustadas y logros a lo largo del ciclo vital, y es allí donde los estudios universitarios pueden cobrar un valor significativo en el bienestar de una persona” (cf. Cobos, Pérez, Díaz & García, 2020, p. 104).

De acuerdo con la postura hedónica, la felicidad se considera como un estado donde las personas experimentan emociones, afectos positivos y altos niveles de satisfacción con la vida (Ryff, 2019). Se busca evitar el sufrimiento, con base en la premisa de que la vida tiene como objetivo el disfrute y la satisfacción de los deseos, alcanzando su clímax en el placer (Domínguez & Ibarra, 2017). Inicialmente el hedonismo hacía referencia a la sexualidad y los placeres carnales, no obstante, con el tiempo dio paso a una cosmovisión del cuerpo y la mente mucho más amplia, que desde la psicología integra las subjetividades que conforman el estudio del bienestar, buscando realizar intervenciones que magnifiquen la felicidad (Ryan & Deci, 2001).

Por otra parte, para Cobos et al. (2020) se ratifican las diferencias conceptuales entre la corriente hedonista y eudaimónica; sin embargo, presentan una correlación entre sí que no puede estudiarse de manera aislada. En esta línea, investigadores como Flores, Muñoz y Medrano (2018) se han interrogado si existe una forma de concebir la felicidad donde solo predomine un modo hedónico o eudaimónico; concluyendo en que, si bien las personas felices muestran características de ambos preceptos, la presencia de una concepción eudaimónica es preponderantemente mayor.

Con base en lo anterior, estas divergencias conceptuales hacen que las investigaciones se vuelvan complejas. Desde este entendido, Huta y Waterman (2014) analizan estos desafíos que supone el no tener una claridad de la comprensión y/o distinción entre hedonismo y eudaimonia, lo que ha ocasionado una extensa confusión en el ámbito de la investigación, para lo cual

proponen una clasificación que permita organizar los aportes teóricos partiendo de lo particular a lo general. En primer lugar, se deberá identificar el grado de centralidad, es decir, conocer la postura desde la cual se aborda identificando los elementos principales del discurso, aquellos que son cercanos al núcleo y los correlatos principales; en segundo lugar, se deberá ubicar la categoría de análisis que puede ser desde las orientaciones, comportamientos, experiencias o funcionamiento. Por último, el nivel de medición que consiste en saber si se refiere a una comparación del rasgo y/o estado.

Respecto a la categoría de análisis; si bien, es posible ubicar dos subcategorías que corresponden a las formas de vida (orientaciones y comportamientos) y como resultado de estas la buena vida (experiencias y funcionamiento), no son totalitarias de una u otra conceptualización, más bien se vuelven complementarias. Esto significa que la combinación de los preceptos de la eudaimonía y hedonia podrían dar como resultado un bienestar integral, en contraste a que si se utilizan de forma separada; en este estado de bienestar completo se integran variables que se pueden categorizar como eudamónicas en los análisis factoriales y otras como experiencias hedónicas (Huta, 2016).

Ahora bien, para explicar las categorías de análisis es necesario comprender como se van integrando en la práctica. Por ejemplo: alcanzar una buena vida parte de una orientación hacia la acción, es decir, una prioridad que dirige los esfuerzos para emprender comportamientos orientados en la consecución de una meta; este proceso requiere que el individuo se implique en su propio bienestar, lo que naturalmente lo llevaría hacia esa buena vida; en otras palabras, lograr lo que se conoce como éxito, mismo que incluye la experiencia como significados y el funcionamiento como logros (Huta, 2016).

Para Huta (2016) la orientación eudaimónica incluye la parte más objetiva a partir de la autenticidad, el significado, la excelencia y el crecimiento; por otro lado, considera que la orientación hedónica se ubica en una dimensión más subjetiva, en obtener aquello que es agradable desde el placer y la comodidad; Con lo anterior, la autora concluye que las diferencias están determinadas por la forma en que se evalúa lo que es “bueno”, esto explica que ambas posturas puedan empatarse o ser contrarias.

1.4 Bienestar subjetivo y bienestar psicológico ¿dos corrientes opuestas o complementarias?

Como parte del análisis realizado sobre el hedonismo y eudaimonia que se cita con antelación; queda de relieve profundizar sobre el paradigma relacionado con el bienestar subjetivo (en adelante BS) y el bienestar psicológico (en adelante BP) que contempla estas dos posturas filosóficas. A continuación, se hará un recorrido por trabajos de diferentes expertos en ambos temas, con el objetivo de definir si estos constructos se complementan o se demarcan claramente sus diferencias en el estudio de la significación de la felicidad.

Como primer punto, los autores Jurado, Soto, Conchas y Nájera (2019) señalan los aspectos subjetivos relacionados con la autoevaluación que realizan los individuos sobre estar viviendo o no una buena vida, es decir, como interpretan su BS o felicidad. El BS, desde la corriente hedonista, busca maximizar el placer y evitar el dolor; por lo que la autoevaluación se orientará hacia los factores afectivos y cognitivos de la satisfacción individual; mientras que en la segunda corriente, el BP, se centra la atención hacia el potencial, crecimiento y desarrollo de las habilidades humanas.

Para Diener (1984), abordar el BS desde la orientación hedónica se relaciona con conocer la autoevaluación que el individuo hace sobre su propia vida, es decir, aquella que realiza con

base a su experiencia individual y que incluye no sólo las emociones negativas, sino también las positivas que le hacen sentir o no satisfacción vital; de esta forma su propuesta se fundamenta en la afirmación de que la acumulación de experiencia, de factores vivenciales negativos y positivos, reflejan de forma general el grado de bienestar personal.

Desde esta óptica, el BS, de acuerdo con Rojas (2014), tiene valor en que se enfoca en el estudio de la felicidad no solamente desde la mirada del científico, sino a partir de la persona y su experiencia sobre su propio bienestar; es así que serán las propias personas los únicos jueces capacitados para emitir apreciaciones sobre lo que para ellos significa ser felices. En este sentido, la felicidad también es vista como una meta final que será posible alcanzarla, por medio de una serie de objetivos secundarios; la aspiración es ir logrando pequeñas metas que los lleven a ese estado a través de objetivos intermedios (Rojas, 2014).

Partiendo de lo anterior, es en las últimas décadas que la Psicología se ha dado a la tarea de estudiar las variables que llevan a los individuos a experimentar lo que individualmente definen como una buena vida; para esto, mediante psicométricos, se han logrado evaluar los factores específicos que establecen la creencia de que sus vidas valen la pena. De esta forma, el BS tiene por objetivo recuperar la autopercepción y la autoevaluación, mediante los juicios personales sobre sus emociones positivas, en contraste con sus emociones negativas (*cf.* Diener, Oishi & Tay, 2018).

De acuerdo con Diener et al. (2018) el BS puede clasificarse con base en tres diferentes teorías; a) la biológica (referente a la genética), b) la subyacente a metas y c) las teorías que hacen referencia al estado emocional, en esta última se recuperan aspectos hedónicos. Por su parte Torres y Flores (2018) aluden al BS y su correlación con la salud percibida como componente e indicador global de la valoración de la vida, destacando variables de afrontamiento que

permitirán (o no) la adaptación ante la pérdida de la salud y mantenimiento del bienestar general. Por último, Alarcón (2006) también considera la salud general como una parte del bienestar y el logro de la satisfacción plena.

Sin embargo, esta atención sobre el BS (hedónico), relegó el bienestar psicológico (eudaimónico) (Ryff, 2019). Ante esta división Ryff (1989) integra el Modelo de Bienestar Psicológico (PWB) con un enfoque multidimensional pero predominantemente eudaimónico a través de seis características: autoaceptación, relaciones positivas con los demás, crecimiento personal, propósito en la vida, dominio del medio ambiente y autonomía; por tanto, el BP en términos de medición es considerado como un rasgo y está ubicado en la categoría funcional (*cf.* Huta & Waterman, 2014). En conclusión, tal como lo señala Cobos et al. (2020), es importante estudiar el bienestar mediante una cosmovisión multidimensional, logrando identificar y medir el florecimiento de cada individuo a partir de los niveles de BS y BP, lo que representaría las bases de futuras aplicaciones que permitan incrementar el bienestar en uno o ambos sentidos.

1.5.1 Psicología de la felicidad: un nuevo panorama

Inicialmente, la Psicología se enfrentó a diversas problemáticas para encontrar el beneficio de estudiar la felicidad, dando origen a la variación terminológica del constructo mismo (Barraza, 2020). Como se ha señalado a través del tiempo, intentar entender qué es la felicidad ha sido tarea de la teología y de la filosofía; no obstante, la Psicología Humanista y la Psicología Positiva han tenido un papel medular que le ha otorgado un carácter científico a su estudio (Barraza, 2020).

Desde otra perspectiva, Domínguez & Ibarra (2017) reconocen las aportaciones de los economistas sobre el estudio del BS, quienes teorizaban sobre el dinero y la felicidad; no obstante existen diferencias culturales, como el caso de países latinoamericanos, donde variables

como la pobreza, sistemas políticos, el producto interno bruto, no representan un impacto en la felicidad de sus habitantes, ejemplo de esto se observa en el *World Happiness Report* (2021) donde México ocupaba el lugar número 23 en el 2017, y para el 2021 el lugar número 43, destacando esta diferencia asociada a la mortalidad por COVID-19 y no en función de los aspectos económicos, sociales o políticos.

Ahora bien, autores como Lupano y Castro (2010) ubican dos eventos posteriores a la segunda guerra mundial que marcan el cambio de paradigma de la psicología, con la creación en 1946 de la *Veterans Administration* y en 1947 con el *National Institute of Mental Health*, como resultado se adoptó un modelo basado en la enfermedad; evitar y curar el sufrimiento humano serían el centro de la intervención de la psicología (Vera, 2006) sin embargo, inicialmente los objetivos de la psicología a decir de Contreras y Esguerra (2006) “no solo estaban orientados hacia la curación de los trastornos mentales, sino que sus acciones debían contribuir a que la vida de las personas fuera más productivas y plenas, lo que implicaba identificar y desarrollar el talento y la inteligencia de las personas” (p. 312). De esta manera, los objetivos de la psicología transitaron por un modelo médico que no terminó por integrarlos, por lo que en los años ochenta, la investigación centra su atención no sólo en evitar o curar las enfermedades mentales, busca incrementar la salud y el bienestar, el panorama de la psicología se complementa al integrar los aspectos positivos (Lupano y Castro, 2010).

1.5.2 Los aportes de la Psicología Humanista - Maslow

La Psicología Humanista fue uno de los primeros enfoques que cuestionó los alcances del modelo médico en el que estaba basada la *praxis* de la disciplina, haciendo hincapié en la necesidad de profundizar en el campo de estudio de dimensiones psicológicas con base en el potencial humano, en conjunto con las capacidades propias de cada individuo y no solamente

desde sus deficiencias o falencias. Con ello, abrió paso para el estudio de aspectos positivos y su inferencia en el comportamiento humano (Lupano y Castro, 2010).

Desde sus primeros trabajos en 1954, Maslow (2010) mencionaba cómo el ser humano tiende a la autorrealización y guarda un potencial interno, que de cierto modo se encuentra limitado; a esto lo denominó como “Complejo de Jonás”, que se representa como una ambivalencia entre lo posible y aquello que pueda ser realizable. Para Maslow (2010) la felicidad es el clímax, es temporal y ante la incertidumbre de su durabilidad se da el “Complejo de Jonás”; entender esto, posibilita que la felicidad pueda ser aprendida y enseñada. Asimismo, Maslow (2010) sugiere que la Psicología debe abordar valores de desarrollo y criterios positivos, pues esto hará que el ser humano tienda hacia la búsqueda de la felicidad como una constante.

Por último, aunque la Psicología Humanista y la Psicología Positiva convergen en algunos supuestos teóricos basados en el estudio de dimensiones como: sentido de vida, autorrealización, proyecto vital, desarrollo de habilidades y potencialidades; tanto Seligman, como Csikszentmihalyi (principales expositores de la Psicología Positiva) quisieron que se les distanciara de las propuestas de Maslow, enfatizando que para que ellos pudieran validar sus hipótesis, la PP trabaja con una metodología científica y reportando hallazgos basados en evidencia; no obstante no se puede negar que los constructos en los que basan sus investigaciones y su praxis son equivalentes, lo cual ha sido una de las principales críticas a la PP, dificultando esta separación (Lupano y Castro, 2010).

1.5.3 Psicología Positiva: un nuevo panorama.

Moran et al. (2014) y Lupano y Castro (2010) indican que la Psicología Positiva (PP) tuvo su origen en el año 1998, la cual fue propuesta por el psicólogo estadounidense Martin Seligman, reconociéndolo como fundador y autor del término. Desde su nacimiento, la PP

cuestionó el enfoque desde el cual se realizaban la intervención y la investigación hasta ese entonces, donde tradicionalmente solo se les daba importancia a los aspectos desfavorables del individuo con una tendencia hacia la patologización, dejando de lado, las experiencias positivas (Domínguez & Ibarra, 2017).

Tal como lo menciona Vera (2006) el categorizar a la disciplina de esta manera ha nublado considerablemente el panorama; por ejemplo, las intervenciones realizadas en la depresión estaban centradas entorno a los aspectos negativos, promoviendo eliminar o evitar las emociones negativas, sin considerar el fortalecimiento de emociones positivas que pudieran favorecer el tiempo de la intervención. Por su parte, Cuadra, Veloso, Puddu, Salgado y Peralta (2012) corroboraron la eficacia de realizar intervenciones en la depresión mediante el enfoque de la Psicología Positiva, aplicado en talleres para adultos mayores con este padecimiento.

Por su parte Morán, Castro, Sánchez y Montes (2014) señalan que, aunque los elementos que estudia la PP, tienen sus antecedentes en bases filosóficas no es sino hasta el último siglo que la psicología abordó la felicidad y sólo hasta las últimas décadas es que su estudio científico adquirió un carácter formal. Asimismo, Ryff (2019) señala que las investigaciones sobre el bienestar empezaron a centrarse en los aspectos positivos, como: la salud mental, el desarrollo, el propósito y el funcionamiento; y esto se debe, posiblemente como respuesta al daño y sufrimiento del ambiente social. Por esta razón, es que todos estos elementos fueron integrados en la propuesta del modelo de bienestar de Ryff (1989).

A este respecto, Lupano y Castro (2010) expresan que la Psicología Positiva cuenta con el reconocimiento científico, y no representa solamente una moda pasajera, ni una clase de *coaching* que permite alcanzar la felicidad por medio de mantras o un misticismo religioso,

tampoco brinda explicaciones tautológicas sobre las dimensiones que estudia; pero, ¿entonces cómo se define la psicología positiva?

Para los autores Morán, Castro, Sánchez y Montes (2014) la Psicología Positiva es la disciplina encargada de estudiar “lo que hace que la vida merezca la pena vivirla” (p.440). También es relevante señalar que la PP es un enfoque teórico que centra su práctica y estudio principalmente en “la construcción de competencias y en la prevención” (Vera, 2006, p. 4).

Bajo esta misma línea de demarcación de este enfoque, una de sus características principales es que persigue el entendimiento del comportamiento humano, a partir de las fortalezas intrínsecas para ponderar el bienestar integral sirviendo como complemento para la psicología tradicional. De hecho, Seligman et al. (2005) reconocen que no se pretende desplazar u olvidar la visión tradicional de la psicología, se busca complementarla y equilibrar los aspectos negativos y positivos.

Si bien es cierto que la estructura de los preceptos en los que se fundamenta no son nuevos puesto que sus antecedentes datan de treinta y cinco años atrás, que es cuando iniciaron las investigaciones sobre lo que hoy se conoce como Bienestar Psicológico, sí representa un nuevo panorama para la investigación y la intervención (Domínguez & Ibarra, 2017). Con base a esto último, Lupano y Castro (2010) declaran que el crédito más loable de la PP ha sido investigar diversos postulados teóricos, para integrarlos en una misma corriente teórica.

Con base al estudio del bienestar, para Bisquerra y Hernández (2017) este comprende una dimensión social y otra personal, en donde la búsqueda de la felicidad, ocasionalmente, también puede transitar por caminos errados como promover conductas de riesgo tales como las adicciones, motivo por el cual estos autores hacen énfasis en la importancia de estudiarlos e

intervenirlos desde la Psicología Positiva, con el objetivo de que para alcanzar y desarrollar el bienestar, se tomen en consideración los aspectos eudaimónicos de las personas y no solamente los hedónicos.

1.5.4 Seligman y el PERMA

A inicios del siglo XXI Seligman, Steen, Nansook y Peterson (2005) vislumbraban si el papel del psicólogo puede llevar a que las personas adopten los medios necesarios para alcanzar la felicidad, de forma más duradera. De acuerdo con Pastrana y Salazar (2016) cuando Martin Seligman propone el PERMA “proporciona un método sencillo para la identificación de los niveles de bienestar y satisfacción con la vida enmarcados dentro del cumplimiento de cinco componentes, los cuales son: emociones positivas (P, *Positive Emotions*), compromiso (E, *Engagement*), relaciones positivas (R, *Relationship*), Significado (M, *Meaning*) y logro (A, *Accomplishment*)” (p.13). Los autores Araújo, Ribeiro y Paúl (2017) destacan las aportaciones de la PP y el modelo PERMA en la atención de gerontología orientada hacia el envejecimiento positivo; así como los trabajos de Pastrana y Salazar (2016) con relación de actividades de voluntariado y el bienestar a través del PERMA. También cabe resaltar los estudios de Kern, Waters, Adler y White (2015) quienes realizaron una investigación para medir el bienestar por medio de este modelo en estudiantes australianos.

Ahora bien, Gander, Proyer y Ruch (2016) corroboran los beneficios del enfoque PERMA dentro de la intervención, mismos que pueden ser usados para promover el bienestar. Por su parte Jurado et al. (2019) sostienen como el individuo puede estar satisfecho con su vida de forma global, pero en situaciones específicas mostrar insatisfacción, esto sirve también para la reformulación de las dimensiones del modelo, contemplando aquellas en las que prevalece la insatisfacción, para así realizar una intervención que permita el ajuste oportuno.

Por último, tal como sostiene Fernández (2018) la psicología positiva ha logrado englobar la felicidad en el BS como un concepto multidimensional, dando un giro a la perspectiva disfuncional y unidimensional que prevalecía en la psicología, siendo el PERMA el eslabón que complementa la mirada para la comprensión del comportamiento (Legorreta, González, Valdez, González & Van Barneveld, 2014).

Capítulo II. Instrumentos de medición de la felicidad

De acuerdo con Rojas (2014), el punto cumbre para considerar el estudio científico de la felicidad, se dio a raíz de que se empezó a enmarcar la necesidad de tener mediciones más objetivas de la misma. Sin embargo, como se ha reiterado a lo largo del capítulo anterior, la dificultad en la medición radica en operacionalizar el constructo de felicidad. Por su parte, Toribio, González, Valdez, González, y Van Barneveld (2012) también recomiendan tener claridad sobre el significado del término felicidad, pero además sobre lo que se espera medir, por ejemplo; felicidad como estado o rasgo.

Por otra parte, el bienestar subjetivo se ha medido especialmente a través de autoinformes y escalas que centran su atención en la evaluación y experiencia; no obstante, el sesgo que se ha presentado en estas mediciones, se relaciona con el horario en el que se presentan las preguntas; además de factores como el clima, el orden y el momento específico en que se encuentre el encuestado (Diener et al., 2018).

No obstante, aún con todas estas complejidades, la Psicología ha logrado introducir con éxito diversos instrumentos validados y gracias a esto se cuentan con métricas suficientes para realizar intervenciones basadas en evidencia que trabajen con dimensiones como la felicidad y el bienestar, desde lo experimental. (cf. Diener, 1984; Ryff, 1989; Lyubomirsky & Lepper, 1999;

Seligman, 2002; Alarcón, 2006; Rojas, 2014; Huta, 2016; Moyano, Dinamarca, Mendoza & Palomo, 2018). A continuación, se detallarán algunos de estos instrumentos.

2.1 Escala de Felicidad de Lima

Esta escala está diseñada en un formato tipo Likert y fue desarrollada por Alarcón (2006), la cual está compuesta por 27 ítems con cinco alternativas de respuesta; “totalmente de acuerdo” (5 puntos), “de acuerdo” (4 puntos), “ni de acuerdo ni en desacuerdo” (3 puntos), “en desacuerdo” (2 puntos) y “totalmente en desacuerdo” (1 punto). Es un instrumento que permite evaluar cuatro dimensiones de la felicidad: 1.- el sentido positivo de la vida, 2.- la satisfacción con la vida, 3.- la realización personal y 4.- la alegría de vivir; con una varianza total y un α de; 32.82% ($\alpha = .88$), 11.22% ($\alpha = .79$), 10.7% ($\alpha = .76$) y 10.7% ($\alpha = .72$), respectivamente. Cabe citar que esta escala mantiene una elevada consistencia interna ($\alpha = .916$) y su principal ventaja radica en ser una opción viable para aplicarse en población latinoamericana al ser validada en una muestra de 709 universitarios peruanos (*cf.* Alarcón, 2006).

Por último, es importante señalar que esta escala ha sido validada en población mexicana con 405 adolescentes por los autores: Toribio et al. (2012), quienes a través de un análisis factorial de componentes principales y rotación *Varimax*, eliminaron el ítem 8 y obteniendo con ello un $\alpha = .917$ total, con una varianza total explicada del 50.32% para sus cuatro dimensiones, muy similar a la obtenida por Alarcón (2006) de 49.79 %.

2.2 Escala de Felicidad Subjetiva

Los autores Lyubomirsky y Lepper (1999) desarrollaron una medida de la felicidad subjetiva mediante una escala de 4 ítems tipo Likert que va del 1 al 7, dónde 1 se considera como: “no es una persona muy feliz” y 7 “es una persona muy feliz”. La escala fue validada a través de 14 estudios en una muestra de 2,732 participantes adultos de origen estadounidense

principalmente; el alfa de Cronbach se comparó con otras escalas de felicidad teniendo como resultado una confiabilidad del constructo de buena, a excelente ($\alpha=.0.74$ a $\alpha=.0.94$) (cf. Lyubomirsky & Lepper, 1999). Investigadores como Moyano y Ramos (2007) han utilizado esta escala para evaluar el bienestar desde su componente cognitivo y afectivo en población chilena, que en conjunto con otras dos escalas lograron obtener indicadores del bienestar en una muestra de 927 personas.

2.3 Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS)

Cimentada en el modelo de Diener (1984), en sus dimensiones de: satisfacción con la vida, afecto positivo y negativo, a través de cinco ítems tipo likert de 7 puntos dónde 7 corresponden a “totalmente de acuerdo” y 1 a “totalmente en desacuerdo” presenta un alfa de Cronbach de $\alpha=0.87$ y correlaciones ítem-test entre 0.57 y 0.75 (cf. Gander et al., 2016).

Por otra parte, se puede observar en los trabajos de Cabañero et al. (2004) como validaron esta escala mediante un estudio en 588 mujeres embarazadas y en puerperio inmediato, obteniendo un alfa de Cronbach, de $\alpha=0,82$, con una varianza total explicada del 58,6%.

2.4 Escalas de Afecto Positivo y Negativo (PANAS)

A diferencia de la anterior, esta escala no evalúa la satisfacción con la vida centrándose únicamente en los afectos positivos y negativos de las personas. Está compuesta por 20 ítems tipo Likert con cinco alternativas de respuesta que van desde: 1 “muy poco o nada” a 5 “extremadamente”; así mismo tiene como característica que puede aplicarse como estado o bien como rasgo, dependiendo de la formulación. Los reactivos “usualmente” o “en la última semana” presentan un alfa de Cronbach de $\alpha=0.80$ con una correlación entre factores independientes-0.12 a-0.23 (cf. Watson, Clark & Tellegen, 1988).

Moral (2011) realizó un estudio en parejas casadas mexicanas, haciendo una adaptación al castellano de esta escala, en un muestra de 100 parejas casadas obteniendo un $\alpha= 0.88$ y $\alpha=0.84$, para afecto negativo y afecto positivo respectivamente.

2.5 Escala de Felicidad para adultos (EFPA)

Esta escala es elaborada bajo el enfoque *emic*, la cual fue inicialmente construida con 100 ítems y es conocida como Escala Chilena de Felicidad (ECHF), diseñada para medir la felicidad en adultos; con 21 ítems tipo Likert que evalúan: estado (9 ítems), tener familia (6 ítems) y orientación al logro (3 ítems). Los autores-Moyano et al. (2018) reportaron haber encontrado un alfa de Cronbach de $\alpha=0.911$ $\alpha=0.927$, y $\alpha =0.904$ en cada uno de los factores evaluados dentro de su trabajo (estado, tener familia y orientación al logro). Esta escala no cuenta con aplicaciones en otros países, fue creada *ex profeso* en el 2018 para medir el constructo felicidad en una muestra conformada por adultos chilenos (*cf.* Moyano et al., 2018).

2.6 The Happiness Measures (HM)

Esta escala es, quizá, una de las más representativas en el estudio de la felicidad. Los autores Lupano y Castro (2010) reconocen que Fordyce fue de los primeros autores que trabajó en la medición de la felicidad, creando un instrumento para evaluar los resultados de la aplicación de su programa. Por otra parte, otra de las cualidades de esta escala, a decir de Diener (1984) es que: “Pide a los encuestados que estimen el porcentaje de momento en que son felices, infelices y neutrales. También incluye una escala de once opciones de respuesta en la que los encuestados califican la felicidad general” (p. 546). La HM realiza una medición de la felicidad no solo desde lo cuantitativo sino también incluye la parte cualitativa y cuenta con una fiabilidad de ($\alpha=0.98$ test-retest) (*cf.* Fordyce, 1988).

2.7 Escala de Orientaciones a la Felicidad (OTH)

Peterson, Park y Seligman (2005) realizaron esta escala compuesta por 18 reactivos tipo Likert, con cinco opciones de respuesta que van desde: “totalmente de acuerdo”, “de acuerdo”, “ni de acuerdo ni en desacuerdo”, “en desacuerdo” y “totalmente en desacuerdo”; esta escala contempla los enfoques eudaimónico y hedónico, además de que mide satisfacción con la vida a través del placer, del compromiso y del significado.

Su validación en Latinoamérica ha demostrado que es confiable para su aplicación; por ejemplo, en México, Durón, García y Gálvez (2016) presentaron su trabajo en el XXIV Congreso Mexicano de Psicología, con una muestra de 179 participantes, para lo cual realizaron previa traducción al español. Con ello se demostró que, esta escala, cuenta con buena consistencia interna y validez de constructo en las dimensiones de: significado ($\alpha=.61$), compromiso ($\alpha=.75$) y placer ($\alpha=.79$).

2.8 Escala de Logros y Relaciones Positivas

La escala anterior permite medir tres dimensiones del modelo PERMA: emociones positivas (P), compromiso (E) y significado (M), sin embargo dimensiones como: relaciones (R) y logro (A) aún no presentaban un instrumento de medición; para ello la Escala de Logros y Relaciones Positivas: mediante 10 ítems, en dos escalas distintas, y por medio de una comparación con otras escalas como OTH, SWB y la Escala Floreciente, demostraron tener alta confiabilidad test-retest en un período de 1, 3 y 6 meses ($r= .68 - .78$) que en conjunto con la escala OTH, es posible medir todas las dimensiones propuestas en el modelo PERMA (cf. Gander et al., 2017).

2.9 HEMA-R Motivos de actividades hedónicas y eudaimónica- Revisado

La escala sobre la que versa el presente trabajo (HEMA-R), fue seleccionada porque, como se ha citado con antelación, evalúa dos factores relevantes: las orientaciones hedónica y eudaimónica, que además puede incluir cuatro dimensiones: orientaciones, comportamientos, experiencias y funcionamiento haciéndola un instrumento completo. En sus investigaciones, Huta (2016) realizó la adaptación de la escala HEMA (motivos de actividades hedónicas y eudaimónicas) con la introducción de un nuevo ítem (HEMA-R) al área eudaimónica (quinto ítem: significado), como se mencionó en el apartado 1.3 (hedonismo y eudaimonia); la autora considera que las orientaciones (prioridades) y los comportamientos (metas) corresponden a las “formas de vida”, es decir “la buena vida”, mientras que las experiencias (significado) y el funcionamiento (logro) son resultado de las “formas de vida” o el “bienestar”. A su vez, la HEMA-R puede ser usada para medir las orientaciones hedónicas y eudaimónicas a nivel rasgo, nivel estado o nivel situacional, consta de 10 reactivos tipo Likert donde maneja opciones de respuesta que van de 1 (nunca) a 7 (siempre) para seleccionar la que mejor se adapte a lo que la persona siente; por lo cual es un instrumento breve, de fácil comprensión y aplicación.

Para concluir, Huta (2016) menciona que en su versión anterior de 9 reactivos (HEMA) ha presentado un alfa de Cronbach de $\alpha= 0,95$ y $\alpha=0,80$ consistente en diversos estudios, reconoce la validez de esta nueva versión, en un estudio que aún no ha sido, pero encontrando un alfa por encima de $\alpha=0,80$.

Capítulo III. Justificación y planteamiento del problema

Muchos de los problemas que existen actualmente con las escalas que miden la felicidad en países de habla hispana, se relacionan con la extrapolación del instrumento de una cultura a otra. Es decir, si la escala tiene su origen en un nicho cultural diferente al cual será aplicado, esto

implica que el sistema de valores, creencias y la representación de los reactivos, no necesariamente corresponderá al de la población objetivo, para lo cual también se tendrán que contemplar las barreras idiomáticas (*cf.* Hassan, Shiu & Parry, 2015). A este respecto, Trujano (2013) se da cuenta de estas áreas de oportunidad en su presentación de las reconfiguraciones culturales e históricas por las que pasa la felicidad; en este sentido y de acuerdo con Alarcón (2006) la importancia de realizar adaptaciones pertinentes a la cultura donde se aplica un instrumento, radica en el marco interpretativo que cada cultura puede adoptar para el constructo de felicidad, por tanto, pasar por alto esta consideración puede incluso invalidar las propiedades psicométricas de un instrumento.

Por su parte, Rojas señala que a pesar de la importancia que el ser humano brinda a la felicidad, aún son escasas las instituciones que se dedican a investigarla; aunque de acuerdo con López existen más de doscientas universidades enfocadas en el estudio de la felicidad (además del creciente auge de la Psicología Positiva). No obstante, este rezago, a decir de Rojas (2014), corresponde a la manera en la que se ha medido el constructo y enfatiza sobre la relevancia que tiene la creación de instrumentos que permitan medirlo desde la experiencia individual y bajo el método científico. En este caso, los esfuerzos encaminados para medir la felicidad y conocer su impacto dentro de la intervención, permitiría que su estudio logre su aceptación como parte de la Psicología Basada en Evidencia (PBE) y así sumarse al *corpus* de filosofías con una base epistemológica sólida y es por ello que también se justifica el presente trabajo. Asimismo, Gander et al. (2016) resaltan la importancia de generar nuevas escalas porque a partir de ellas se pueden diseñar intervenciones eficaces.

Las propiedades psicométricas de los instrumentos pueden variar de un área geográfica a otra en función de la redacción de los ítems y su adaptación cultural, tal es el caso del estudio

realizado por Barraza (2020) para la validación de la Escala de Felicidad Subjetiva de Lyubomirsky y Lepper (1999). Otro ejemplo es el estudio realizado por Schnettler, et al. (2017) quienes validaron la Escala de Satisfacción con la Vida en Chile y Ecuador en una muestra de adultos que demostró no ser válida en esta población debido a las comparaciones transculturales.

3.1 Elección del instrumento

Las críticas en torno a los instrumentos de medición actuales radican en el tipo de metodología usada bajo un enfoque unidimensional de investigación. Domínguez & Ibarra (2017) y Araújo et al. (2017) refieren que las investigaciones sobre bienestar subjetivo son marcadamente cuantitativas y las mediciones del constructo se realizan a partir de escalas con respuestas cerradas, lo que permite cuantificar y estimar indicadores psicométricos; no obstante, bajo esta línea de análisis, los autores establecen la necesidad de tener un acercamiento hacia lo cualitativo.

Por su parte, Kern, Waters, Adler y White (2015) también argumentan la importancia de realizar una medición del bienestar, pero desde un enfoque mixto. Sobre este punto cabe recalcar que, si bien el HEMA-R no presenta un enfoque cualitativo, ofrece un acercamiento inductivo al contemplar una cosmovisión individual que combina, en una misma escala, las dos posturas filosóficas que abordan la felicidad (eudaimónica y hedónica), mediante la cuales se puede conocer las orientaciones generales (nivel rasgo), las orientaciones en un momento dado (nivel estado) e información sobre las orientaciones hacia un tipo específico de actividad (nivel situacional) (Huta, 2016); lo que permite medir el constructo de manera multidimensional y lo constituye como un instrumento completo.

Con base a lo anterior, antes de la propuesta de Seligman (2002) la mayoría de los instrumentos validados se encontraban bajo la formulación hedónica vs eudaimónica, (Araújo et

al., 2017), sin embargo, el HEMA-R las contempla ambas, con el propósito de evaluar el bienestar de manera integral (Huta, 2016).

Alarcón (2016) señala que, a pesar del avance de las investigaciones en el estudio felicidad, existen pocos instrumentos en idioma español; si bien la escala HEMA de acuerdo con Huta (2016) ha sido traducida y validada en diversos países de occidente y oriente, tanto la versión original como la versión revisada -el HEMA-R- no cuentan con estudios de validación en población mexicana; esto puede obedecer a que el instrumento fue creado recientemente. Es por ello que el objetivo del presente trabajo fue validar dicha escala en la población mexicana y determinar su confiabilidad, para lo que se realizó previa adaptación cultural mediante un proceso de traducción – retraducción.

Capítulo IV. Método

El presente estudio se desarrolló en dos fases estructuradas de la siguiente manera: I) adaptación cultural de la escala psicométrica, y II) estudio instrumental. El objetivo de la primera fase estuvo orientado a obtener la homologación en la estructura de los reactivos: a) semántica -equivalencia en el significado de las palabras-, b) idiomática -expresiones equivalentes-, c) empírica -ajuste del contenido de las expresiones al contexto cultural-, y d) conceptual -validez de los conceptos en la cultura destino- (cf. Oliveria, 2009). El objetivo de la segunda fase estuvo orientado a obtener los indicadores psicométricos de la escala en población mexicana (cf. Montero & León, 2002).

4.1.1 Estudio I

4.1.2 Participantes

Participaron ocho jueces que conformaron un panel de expertos para dictaminar la traducción al español de la escala psicométrica. Todos los jueces fueron psicólogos, dos de ellos con nivel de estudios de Licenciatura, dos con el grado de maestría y cuatro ostentaban el grado de Doctor. El panel de expertos se desempeña, principalmente, en el ejercicio de la docencia a nivel superior y, solo algunos, de manera adicional desarrollan actividades de investigación.

4.1.3 Selección de los jueces

Los jueces fueron seleccionados por medio de un procedimiento no aleatorio, por oportunidad. Se enviaron invitaciones personalizadas a 15 jueces, todos ellos adscritos al Sistema de Universidad Abierta y Educación a Distancia (SUAYED). La convocatoria se realizó a través de correo electrónico. En este mensaje, los jueces tenían que firmar la invitación con el propósito de ratificar su participación y validar su dictamen. También, se adjuntaron las rúbricas de calificación y el instrumento psicométrico que sería evaluado. Solamente se consideraron los dictámenes que fueron entregados en las fechas solicitadas -en las siguientes tres semanas después de la invitación-, con firma y rúbricas completas.

4.1.4 Tipo de Estudio

Este estudio tiene un diseño no experimental, transversal e instrumental puesto que tenía por objetivo primordial la validación de dos escalas en población mexicana (Montero & León, 2002).

4.1.5 Instrumento

El instrumento que el panel de expertos dictaminó fue el “*HEMA-R (Motivos de Actividades Hedónicas y Eudaimónicas Revisado)*” (Huta, 2016) que consta de 10 reactivos,

todos con un formato de respuesta tipo Likert con siete opciones de respuesta que van de “nunca” a “siempre”. El instrumento evalúa las orientaciones eudaimónicas y hedónicas conformado por dos factores: I) orientaciones hedónicas que hacen referencia a la comodidad y a el placer, II) orientaciones eudaimónicas que se refieren al crecimiento, la excelencia y el significado.

4.1.6 Procedimiento

El procedimiento se desarrolló en cinco fases, las cuales se describen a continuación:

I) Se obtuvo el instrumento original a través de las bases de datos especializadas de la UNAM.

Los reactivos de la escala original se encontraban redactados en inglés.

II) Se llevó a cabo un proceso de traducción-retraducción. Se realizó la traducción a través de dos traductores independientes quienes tenían como lengua materna el idioma Inglés, pero con un excelente dominio del Español. Posteriormente, se solicitó a dos traductores más que realizarán la traducción del Español al Inglés, siendo su lengua materna el Español pero tenían un manejo profundo del idioma del cual retradujeron la escala.

III) A través de la revisión de dos psicólogos expertos en el área de “Bienestar y felicidad” se contrastaron las versiones traducidas y retraducidas para realizar los ajustes pertinentes en la redacción de los reactivos.

IV) Se conformó un panel de expertos para la dictaminación de la escala, quienes evaluaron cuatro dimensiones: a) Suficiencia: los ítems que pertenecen a una misma dimensión y que bastan para obtener la medición de esta, b) Claridad: El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintaxis y semántica son adecuadas, c) Coherencia: El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo, y d) Relevancia: El ítem es esencial o importante, es

decir debe ser incluido. Los jueces evaluaron con una rúbrica de calificación cada uno de los ítems a través de cuatro opciones de respuesta: 1) No cumple con el criterio, 2) Bajo Nivel, 3) Moderado nivel, y 4) Alto nivel. Asimismo, la rúbrica tenía preguntas abiertas para que los jueces expresaran sus opiniones.

V) Después de la dictaminación de los jueces, se estimó el coeficiente de razón de validez.

VI) Se hicieron ajustes mínimos en la redacción de los reactivos de la escala.

4.1.7 Análisis de resultados

Se estimó la *w de Kendall* para determinar el índice de concordancia entre los jueces, tomando en cuenta los reactivos de acuerdo con cada una de las dimensiones evaluadas en la rúbrica: suficiencia, claridad, coherencia y relevancia. Posteriormente, se calculó el coeficiente de razón de validez (CRV).

4.1.8 Resultados

A continuación, se describen los resultados del análisis de concordancia y las dimensiones evaluadas en los instrumentos, de acuerdo con la opinión de los jueces.

Tabla 1
Estadísticos descriptivos del jueceo de la dimensión de suficiencia por reactivo.

Ítems	N	\bar{x}	D.E	Min	Max
1	8	38.75	0.354	3.00	4.00
2	8	36.25	0.744	2.00	4.00
3	8	37.50	0.463	3.00	4.00
4	8	38.75	0.354	3.00	4.00
5	8	<u>35.00</u>	<u>0.756</u>	<u>2.00</u>	4.00
6	8	38.75	0.354	3.00	4.00
7	8	37.50	0.463	3.00	4.00
8	8	38.75	0.354	3.00	4.00
9	8	38.75	0.354	3.00	4.00
10	8	38.75	0.354	3.00	4.00

*Nota p=.05 (w=.099. p .626)

Los resultados de la Tabla, muestran que el reactivo que puntuó más bajo fue el número ocho “*usar lo mejor de mí mismo.*” dado que obtuvo la media más baja en el puntaje de calificación y la desviación estándar más alta; lo que implica que hubo poca consistencia en las calificaciones de los jueces -muchas dispersiones en las calificaciones asignadas- y un rango de respuesta más amplio. El resto de los reactivos obtuvieron calificaciones en un rango más de (2.0 y 4.0) y las desviaciones oscilaron entre .354 y .744. La prueba de concordancia mostró que no hubo una asociación estadísticamente significativa entre los puntajes asignados por los jueces para evaluar la dimensión de suficiencia ($w=.099$, $p=.626$).

Tabla 2
Estadísticos descriptivos del jueceo de la dimensión de claridad por reactivo.

Ítems	N	\bar{x}	D.E	Min	Max
1	8	38.75	0.354	3.00	4.00
2	8	<u>33.75</u>	<u>0.916</u>	<u>2.00</u>	4.00
3	8	37.50	0.463	3.00	4.00
4	8	38.75	0.354	3.00	4.00
5	8	35.00	0.756	2.00	4.00
6	8	36.25	0.518	3.00	4.00
7	8	<u>33.75</u>	<u>0.916</u>	<u>2.00</u>	4.00
8	8	35.00	0.756	2.00	4.00
9	8	36.25	0.518	3.00	4.00
10	8	36.25	0.518	3.00	4.00

Nota * $p=.05$ ($w=.124$, $p=.443$)

Los resultados de la Tabla 2 muestran que los reactivos, número dos “desarrollar una habilidad” y siete “buscar llevar las cosas con calma” puntuaron más bajo dado que obtuvieron la media más baja en el puntaje de calificación y la desviación estándar más alta, lo que implica que hubo poca consistencia en las calificaciones de los jueces -muchas dispersiones en las calificaciones asignadas- y un rango de respuesta más amplio. El resto de los reactivos obtuvieron calificaciones en un rango medio de (2.0 y 4.0) y las desviaciones oscilaron entre .354 y 0.756.

La prueba de concordancia mostró que hubo una asociación estadísticamente significativa entre los puntajes asignados por los jueces para evaluar la dimensión de claridad ($w=0.124$, $p= 0.443$).

Tabla 3
Estadísticos descriptivos del jueceo de la dimensión de coherencia por reactivo.

Ítems	N	\bar{x}	D.E	Min	Max
1	8	40.00	0.000	4.00	4.00
2	8	<u>35.00</u>	<u>0.926</u>	<u>2.00</u>	4.00
3	8	40.00	0.000	4.00	4.00
4	8	40.00	0.000	4.00	4.00
5	8	36.25	0.744	2.00	4.00
6	8	40.00	0.000	4.00	4.00
7	8	<u>35.00</u>	<u>0.926</u>	<u>2.00</u>	4.00
8	8	36.25	0.744	2.00	4.00
9	8	<u>35.00</u>	<u>0.926</u>	<u>2.00</u>	4.00
10	8	36.25	0.518	3.00	4.00

*Nota * $p=.05$ ($w=.202$, $p .105$)*

Los resultados de la Tabla 3 muestran que los reactivos dos “desarrollar una habilidad”, siete “buscar llevar las cosas con calma” y nueve “buscar diversión” dado que obtuvieron la media más baja en el puntaje de calificación y la desviación estándar más alta, lo que implica que hubo poca consistencia en las calificaciones de los jueces -muchas dispersiones en las calificaciones asignadas- y un rango de respuesta más amplio. El resto de los reactivos obtuvieron calificaciones en un rango de (2.0 y 4.0) y las desviaciones oscilaron entre 0.000 y .744. La prueba de concordancia mostró que no hubo una asociación estadísticamente significativa entre los puntajes asignados por los jueces para evaluar la dimensión de coherencia ($w=.202$, $p= 0.105$).

Tabla 4
Estadísticos descriptivos del jueceo de la dimensión de relevancia por reactivo.

Ítems	N	\bar{x}	D.E	Min	Max
1	8	4.00	0.000	4.00	4.00
2	8	3.62	0.744	2.00	4.00
3	8	4.00	0.000	4.00	4.00
4	8	4.00	0.000	4.00	4.00
5	8	3.62	0.744	2.00	4.00
6	8	3.87	0.354	3.00	4.00
7	8	<u>3.50</u>	<u>0.926</u>	2.00	4.00
8	8	3.75	0.707	2.00	4.00
9	8	3.87	0.354	3.00	4.00
10	8	3.75	0.463	3.00	4.00

*Nota *p=.05 (w=.130. p .402)*

Los resultados de la Tabla 4 muestran que el reactivo que puntuó más bajo fue el número siete “buscar llevar las cosas con calma” dado que obtuvo la media más baja en el puntaje de calificación y la desviación estándar más alta lo que implica que hubo poca consistencia en las calificaciones de los jueces -mucha dispersión en las calificaciones asignadas- y un rango de respuesta más amplio. El resto de los reactivos obtuvieron calificaciones en un rango medio (2.0 y 4.0) y las desviaciones oscilaron entre 0.000 y .74400. La prueba de concordancia mostró que no hubo una asociación estadísticamente significativa entre los puntajes asignados por los jueces para evaluar la dimensión de relevancia (w=.130. p= 0.402). Los resultados obtenidos del Coeficiente de razón de validez CVR, se observan en la tabla 5.

Tabla 5
Estimación del coeficiente de razón de validez

Ítems	N	Suficiencia	Claridad	Coherencia	Relevancia
1	8	1.00	1.00	1.00	1.00
2	8	0.75	*0.50	*0.50	0.75
3	8	1.00	1.00	1.00	1.00
4	8	1.00	1.00	1.00	1.00
5	8	0.75	0.75	0.75	0.75
6	8	1.00	1.00	1.00	1.00
7	8	1.00	*0.50	*0.50	*0.50
8	8	1.00	0.75	0.75	0.75
9	8	1.00	1.00	*0.50	1.00
10	8	1.00	1.00	1.00	1.00

*Nota *Modelo Lawshe ≥ 0.75*

Como se puede observar en la tabla 5 el CVR en la categoría de suficiencia, demuestra que los reactivos cuentan con buena validez de contenido, **que es** igual o mayor a $CRV=0.75$ (es decir cumplen con los criterios necesarios para evaluar el constructo); en la categoría claridad se observan problemas de validez de contenido, para el reactivo dos ($CRV=0.50$) “desarrollar una habilidad, aprender o ganar entendimiento sobre algo” y siete ($CRV=0.50$) “buscar llevar las cosas con calma”. En la categoría coherencia se detectan problemas para los reactivos; dos ($CRV=0.50$) “desarrollar una habilidad, aprender o ganar entendimiento sobre algo”, siete ($CRV=0.50$) “buscar llevar las cosas con calma” y nueve ($CRV=0.50$) “buscar diversión” por último en el caso de la categoría relevancia para el reactivo siete ($CRV=0.50$) “buscar llevar las cosas con calma” se muestra con bajos niveles de validez de contenido.

4.1.9 Conclusión

Conforme al análisis realizado, se observa que no existió significancia estadística en ninguna de las dimensiones relacionadas con la concordancia entre las opiniones de los jueces (suficiencia, claridad, coherencia y relevancia). Sin embargo, estos resultados pueden atribuirse

al nivel de expertis de los jueces, ya que ninguno de ellos contaba con formación en el área de la felicidad, lo que implica un desconocimiento sobre los contenidos particulares que persigue la escala; asimismo, su grado de experiencia en la dictaminación de instrumentos era variable, entendiéndose con esto que por su trayectoria los jueces con nivel académico mayor suelen ser más rigurosos en sus evaluaciones; al contrario de los jueces con menor experiencia quienes tienden a proporcionar valoraciones menos estrictas por no estar tan familiarizados con el tema. Por último, se sugiere incrementar el tamaño del panel de jueces y homologar el nivel de experiencia de los dictaminadores, con el propósito de reducir la variabilidad de opiniones en los expertos.

En cuanto al coeficiente de razón de validez (CRV) en la dimensión suficiencia, arrojó que todos los ítems son suficientes para medir la dimensión correspondiente; en cuanto a la claridad, coherencia y relevancia. El ítem (7) presenta problemas para su comprensión en cuanto a la semántica y/o sintaxis, lógica e importancia; sin embargo, el puntaje aún es aceptable por lo que solo se realizó un ajuste mínimo en la redacción. De igual forma los reactivos 2 y 9; el primero en cuanto a claridad y coherencia, el segundo únicamente en coherencia; Ambos mostraron puntajes aún aceptables por tanto se procedió a realizar un ajuste mínimo de su redacción. El estudio II, se realizó con todos los reactivos que conforman el instrumento original.

4.2 Estudio II

4.2.1 Población universo

La muestra poblacional estuvo constituida por hombres y mujeres mexicanas con rango de edad entre los 18 y 75 años.

4.2.2 Selección de la muestra

La muestra fue seleccionada con un procedimiento no probabilístico de tipo intencionado (Kerlinger & Lee, 2008), debido a que las unidades muestrales fueron elegidas bajo el juicio personal del investigador, buscando constituir una muestra típica a partir de seleccionar solo aquellos casos que cumplieran con los criterios de inclusión y exclusión para participar en el estudio (Namakforoosh, 2005); y por cuota, el tamaño de “n” fue determinado según el criterio establecido por Nunnally (1978), el cual consiste en incluir en la muestra a cinco participantes por cada reactivo que conforma la escala. Así, el tamaño estimado de la muestra por escala, fue de 50 sujetos (10 reactivos x 5 participantes = 50 participantes); sin embargo, se buscó incrementar el tamaño de la muestra con el objetivo de evitar perder datos cuando los participantes decidieran no contestar alguna sección o el instrumento completo.

4.2.3 Criterios de inclusión y exclusión a la muestra

Los criterios de inclusión fueron: a) tener entre 18 y 70 años de edad, b) ser de nacionalidad mexicana, c) haber contestado todos los reactivos de la escala. Los criterios de exclusión fueron: a) no haber aceptado el consentimiento informado, y b) contestar erróneamente el reactivo *captcha* y c) consumir alguna sustancia nociva para la salud a excepción de tabaco y alcohol.

4.2.4 Participantes

Los participantes en esta investigación fueron 532 mexicanos con una edad promedio de 36.45 años (D.E= 11.094). Del total de los participantes: 391 fueron mujeres (73.5%) y 141 fueron hombres (26.5%). Con relación a su estado civil el 42.3% son solteros, el 29.3% casados, 14.3% vive en unión libre, 13% está separados/divorciados, 0.6% se identificaron como viudos y el 0.6% seleccionó la opción “otro”.

Relacionado con las preferencias sexuales: El 90.2% se declaró como heterosexual; el 6.8% como bisexual, el 2.8%, como homosexual y el 0.2% seleccionó la opción otro. El 55.8% tiene hijo(s) y el 65.8% está en una relación de pareja. El 29.3% de los participantes indicó que vive con uno o ambos padres; el 26.3%, vive con su pareja e hijo(s); el 11.8%, solo vive con su pareja; el 8.5%, vive solo con su hijo(s); el 5.6, con su familia extensa y el 6.0%, solos.

Asimismo, el 4.7% de la muestra cuenta con estudios a nivel secundaria: el 34.2%, cuenta con estudios a nivel medio superior, el 9.8%, cuenta con estudios a nivel técnico, el 40.8%, cuenta con estudios profesionales a nivel de licenciatura y el 10.2%, cuenta con estudios de postgrado. El 56.8% comentó tener un trabajo remunerado al momento de responder la encuesta: el 16.5% indicó estudiar y trabajar; el 21.4% mencionó dedicarse al hogar, estudiar y trabajar; el 16.0% trabaja; el 14.7% estudia; el 13.9% estudia y se dedica al hogar; el 8.8% trabaja y se dedica al hogar; el 7.5% se dedica al hogar y el 1.1% seleccionaron la opción “otro”. En cuanto al ingreso mensual el 40% mencionó que su ingreso cubrió satisfactoriamente todas las necesidades de la familia, pero no les permitió ahorrar, el 35.3% indicó que si ingreso cubrió satisfactoriamente todas las necesidades de la familia y les permitió ahorrar, el 21.8% expresó que su ingreso cubrió parcialmente todas las necesidades de la familia y el 2.8% expresó que su ingreso no cubrió las necesidades de la familia.

Finalmente, el 60.3% de los participantes se identificaron como católicos, mientras que el 28.4% se declaró no afecto a ninguna religión y el 11.3% está repartido entre diversas religiones.

4.2.5 Escenario

La aplicación del instrumento de evaluación se realizó a través de la plataforma de *SurveyMonkey*, la cual permite crear encuestas en línea y distribuirlas a través de un *link*. La liga para contestar la escala, se distribuyó vía redes sociales con la facilidad de que la participación se

podía realizar a través de cualquier dispositivo con conexión a internet: teléfono celular, tableta o computadora.

4.2.6 Tipo de estudio

De acuerdo con la clasificación de Montero y León (2002), el estudio fue instrumental debido a que se estimaron las propiedades psicométricas de la escala en población mexicana.

4.2.7 Instrumentos

La escala de *HEMA-R Motivos de actividades hedónicas y eudaimónica- Revisado* evalúa dos dimensiones: orientación hedónica y eudaimónica. Se compone de 10 reactivos, los cuales están contruidos con formato tipo Likert (“nada”, “casi nunca”, “en ocasiones”, “normalmente”, “con frecuencia”, “casi siempre”, “siempre”), de los cuales 5 pertenecen a la dimensión hedónica (1, 4, 6, 7 y 9) los otros 5 reactivos pertenecen a la dimensión eudaimónica (2, 3, 5, 8, 10). En particular los reactivos 1 y 7 miden la comodidad y los reactivos 4, 6 y 9 el placer -en la dimensión hedónica-. En el caso de la orientación eudaimónica el reactivo 2 mide crecimiento personal, el ítem 3 evalúa autenticidad, el 5 la excelencia, el 10 el significado y por último el reactivo número 8 autenticidad y excelencia. La escala HEMA con base a lo citado por Huta (2016) ha sido traducida y validada en diversos países de occidente y oriente, incluso existe una versión para niños el (HEMAY); no obstante, es importante resaltar que, tanto la versión original como la versión revisada (el HEMA-R) no cuentan con estudios de validación en población mexicana.

Huta (2016) menciona que en su versión anterior de 9 reactivos el (HEMA) ha presentado un alfa de Cronbach de $\alpha = 0.95$ y $\alpha = 0.80$ consistente en diversos estudios, no obstante, el estudio para demostrar la validez de esta nueva versión aún se encuentra en proceso

de publicación; sin embargo, sus resultados preliminares muestran un alfa de Cronbach superior a $\alpha=0.80$.

4.2.8 Procedimiento

Se publicaron las ligas de acceso en redes sociales. En la primera pantalla se describía el objetivo del estudio y las condiciones éticas, las cuales se refieren al anonimato, confidencialidad y uso estadístico de los datos. Posteriormente, se solicitó la firma del consentimiento informado a través de aceptar las consideraciones éticas seleccionando una casilla con la opción “estoy de acuerdo”. Consecutivamente, era necesario contestar el reactivo del *captcha* como medida de seguridad y autenticación para confirmar si quien contestaba la encuesta era una persona y no un *malware*. Después, se liberaban los reactivos de la escala, los cuales fueron contestados en línea, a través de un dispositivo electrónico con acceso a internet. Al concluir, los participantes enviaban sus resultados por medio del botón “finalizar encuesta”. El tiempo utilizado para contestar ambas escalas fue de 10 minutos en promedio. Finalmente, los datos fueron descargados de la plataforma *Survey Monkey* y exportados al programa SPSS, v. 23.

4.2.9 Análisis de datos

Se llevó a cabo: a) un análisis de frecuencia y estimación de medidas de tendencia central y dispersión para describir la muestra, b) un análisis discriminante por reactivo para valorar la sensibilidad de cada uno, c) los reactivos sensibles fueron considerados para el Análisis Factorial Exploratorio (AFE) con método de componentes principales y rotación *Varimax*; de los factores extraídos con valor propio mayor de 1, se seleccionaron aquellos reactivos con cargas factoriales mayores de 0.40, y d) se estimó la consistencia interna global y de los factores obtenidos a través del Alfa de Cronbach.

4.2.10 Resultados

En la Tabla 6 se muestran los resultados del análisis discriminante, en donde se compararon los puntajes del primer y último cuartil en cada uno de los reactivos a través de una *t* de Student para muestras no relacionadas, con el propósito de evaluar la sensibilidad del reactivo, es decir, si éstos son capaces de distinguir a los participantes con puntajes altos y bajos.

Tabla 6
Resultados por reactivo del análisis discriminante

Reactivo	Grupo bajo*		Grupo alto**		t	gl	p
	M	D.E	M	D.E			
1	2.95	0.895	4.71	1.656	-11.004	215.870	.001
2	3.85	1.080	6.49	0.704	-23.815	227.353	.001
3	3.52	0.963	6.38	0.852	-26.021	272.000	.001
4	3.01	0.849	5.52	1.311	-18.860	239.512	.001
5	3.28	1.045	6.20	1.005	-23.549	272.000	.001
6	3.72	1.073	6.76	0.459	-30.329	178.312	.001
7	3.25	1.181	5.49	1.524	-13.584	260.776	.001
8	3.83	1.066	6.69	0.589	-27.305	205.279	.001
9	3.06	1.046	5.64	1.292	-18.223	264.766	.001
10	3.43	1.179	6.24	1.043	-20.923	272.00	.001

*Nota**Corresponde a los puntajes ubicados en el primer cuartil de la escala. ****Corresponden a los puntajes ubicados en el último cuartil de la escala.

De acuerdo con los resultados de la Tabla 6, todos los ítems discriminan los puntajes obtenidos en el primer cuartil y en el último, por tanto, todos los reactivos pasaron al Análisis Factorial Exploratorio (AFE).

Con estos reactivos, también se calculó la medida de adecuación muestral de *Kaiser-Meyer-Olkin* ($KMO= 0.887$, $p<.001$) y la prueba de *esfericidad de Bartlett* ($\chi^2_{630}=.001$, $p<.001$).

Estos resultados indican que el AFE es adecuado para el tratamiento de los datos. A través del AFE con rotación *Varimax* se obtuvieron dos factores con autovalores mayores a 1, los cuales en conjunto explican el 61.398% de la varianza total (Tabla 7) y un coeficiente de consistencia interna global de $\alpha=0.880$. A continuación, se describe los detalles psicométricos de la escala y los factores obtenidos.

Tabla 7

Validez de constructo y consistencia interna de la escala de Motivos de actividades hedónicas y eudaimónica- Revisado

Item	Factores	CF †	ACEL †††	Asim ††††
Factor 1 Eudaimonia				
8	Normalmente realizas tus actividades con la intención de...usar lo mejor de mí mismo.	0.824	0.860	-0.532
2	Normalmente realizas tus actividades con la intención de...desarrollar una habilidad, aprender o ganar entendimiento sobre algo	0.806	0.865	-0.364
3	Normalmente realizas tus actividades con la intención de...buscar hacer algo en lo que creo.	0.787	0.863	-0.321
5	Normalmente realizas tus actividades con la intención de...buscar la excelencia o un ideal personal.	0.728	0.866	-0.205
10	Normalmente realizas tus actividades con la intención de...buscar contribuir a otros o al mundo que me rodea.	0.725	0.865	-0.178
Valores Eigen		4.893		
Varianza explicada		37.997		
Indice de consistencia interna (α)		0.864		
Factor 2 Hedónico				
1	Normalmente realizas tus actividades con la intención de...buscar relajarme	0.791	0.882	0.520
9	Normalmente realizas tus actividades con la intención de...buscar diversión	0.772	0.871	0.316
4	Normalmente realizas tus actividades con la intención de...buscar placer.	0.757	0.869	0.455
Valores Eigen		1.246		
Varianza explicada		23.402		
Indice de consistencia interna (α)		0.742		

Nota: †CF: Carga Factorial; †† ACEL: Alfa de Cronbach si se elimina elemento por factor; †††Asim: Asimetría.

En este primer análisis exploratorio no aparece el reactivo seis “*Normalmente realizas tus actividades con la intención de...buscar disfrutar lo que hago*” y el reactivo siete “*Normalmente realizas tus actividades con la intención de...buscar llevar las cosas con calma*”, ya que presentan carga factorial compartidas en ambos factores; en consecuencia, se eliminaron los ítems. Huta (2016) ubica estos dos reactivos en la dimensión hedónica para evaluar placer y

comodidad respectivamente; tanto el reactivo seis como el siete presentaron una carga factorial más alta para la orientación eudaimónica con $CF= 0.682$ vs $CF= 0.440$ y $CF=0.412$ vs $CF=0.401$, por tanto, se consideran reactivos poco claros para medir el constructo en sus dimensiones particulares, dado que están contribuyendo con cargas factoriales y la varianza explicada en dos factores, y no solamente en uno.

Por este motivo se estimó un segundo modelo, en el cual se eliminaron los reactivos mencionados (6 y 7). Con este nuevo grupo de reactivos con poder discriminante, se calculó la medida de adecuación muestral de *Kaiser-Meyer-Olkin* ($KMO= .854$, $p<.001$) y la prueba de esfericidad de Bartlett ($\chi^2_{630}=0.001$, $p<.001$). Estos resultados indican que el Análisis Factorial Exploratorio (AFE) es adecuado para el tratamiento de los datos. A través del AFE con rotación *Varimax* se obtuvieron dos factores con autovalores mayores a 1, los cuales en conjunto explican el 65.814% de la varianza total (Tabla 8) y un coeficiente de consistencia interna global de ($\alpha=0.855$) A continuación, se describen los indicadores psicométricos obtenidos.

Tabla 8

Validez de constructo y consistencia interna de la escala de Motivos de actividades hedónicas y eudaimónica- Revisado

Item	Factores	CF †	ACEL †††	Asim ††††
Factor 1 Eudaimonia				
8	Normalmente realizas tus actividades con la intención de...usar lo mejor de mí mismo.	0.813	0.830	-0.532
2	Normalmente realizas tus actividades con la intención de...desarrollar una habilidad, aprender o ganar entendimiento sobre algo	0.815	0.832	-0.364
3	Normalmente realizas tus actividades con la intención de...buscar hacer algo en lo que creo.	0.802	0.828	-0.321
5	Normalmente realizas tus actividades con la intención de...buscar la excelencia o un ideal personal.	0.738	0.833	0.205
10	Normalmente realizas tus actividades con la intención de...buscar contribuir a otros o al mundo que me rodea.	0.738	0.832	-0.178
Valores Eigen		4.024		
Varianza explicada		40.371		
Indice de consistencia interna (α)		0.864		
Factor 2 Hedónico				
1	Normalmente realizas tus actividades con la intención de...buscar relajarme	0.783	0.861	.0520
9	Normalmente realizas tus actividades con la intención de...buscar diversión	0.780	0.842	0.316
4	Normalmente realizas tus actividades con la intención de...buscar placer.	0.784	0.838	1.86
Valores Eigen		1.241		0.455
Varianza explicada		25.442		
Indice de consistencia interna (α)		0.742		

Nota: †CF: Carga Factorial; †† ACEL: Alfa de Conbach si se elimina elemento por factor; †††Asim: Asimetría

Como se observa, el ajuste realizado en el segundo análisis mejora la varianza total explicada (65.814%) y su consistencia interna global es aceptable ($\alpha=.855$). A continuación, se describen los reactivos obtenidos en la escala:

Factor 1. Orientaciones eudaimónicas: evalúa la a) excelencia, es decir el esfuerzo por alcanzar altos estándares de calidad ética, el desempeño y los resultados de la persona; además también evalúa el b) crecimiento entendido como una forma de adquirir habilidades y/o conocimiento, y c) el significado entendiendo este como la búsqueda de lo que realmente importa. Finalmente valora la d) autenticidad, el verdadero yo. Este factor quedó conformado por 5 reactivos que explican el 40.371% de la varianza total ($\alpha= 0.864$).

Factor 2. Orientaciones hedónicas: evalúa el a) placer como emociones positivas, satisfactorias y sensaciones agradables y b) comodidad, relajación. Este factor quedó conformado por tres reactivos que explican el 25.442% de la varianza total ($\alpha = 0.742$).

Capítulo V. Discusión y conclusiones

El objetivo del presente estudio fue validar la escala HEMA-R en población mexicana, haciendo una previa adaptación cultural para llevar a cabo el estudio instrumental, tal como lo mencionan Arriega y Sánchez (2012); la evidencia presentada respecto a la validez del constructo frecuentemente es la más difícil de establecer, debido a que es la que certifica que se logran medir de forma clara los atributos del constructo con base en la teoría, siendo entonces en el AFE la prueba estadística particular para la validez de constructo. Los resultados mostrados confirman que la escala HEMA-R se ajusta mejor a población mexicana con 8 reactivos que su versión original de 10 ítems, una escala más breve pero que explica de forma confiable, tanto separada o conjuntamente, las orientaciones hedónicas y eudaimónicas.

Como se ha mencionado, a la fecha, no se encontraron estudios publicados sobre la validación de la escala HEMA-R con 10 reactivos, la información con la se cuenta hace referencia a su versión de 9 ítems (HEMA) misma que en poblaciones orientales ha reportado suficiencia psicométrica, con la identificación de tres componentes principales: orientación hedónica al placer, orientación hedónica a la relajación y eudaimonismo (*cf.* Asano, Igarashi & Tsukamoto, 2014), a diferencia del presente estudio, donde se encontraron dos factores (orientaciones hedónicas y orientaciones eudaimónica) con una varianza total explicada de 65.814% que refleja un ajuste cultural diferente al reportado por Asano et al. (2014) y parcialmente al de Huta (2016) por los ítems que se utilizaron, con el objetivo del ajuste y validación cultural del instrumento.

En estudios realizados en norteamericanos y polacos (Bujacz, Vitterso, Huta & Kaczmarek, 2014) también fueron identificados tres componentes; placer hedónico, comodidad hedónica y factores eudaimónicos, llama la atención el ajuste realizado al HEMA con una versión de 8 ítems eliminando el reactivo número 6 “*Normalmente realizas tus actividades con la intención de...buscar disfrutar lo que hago.*” obteniendo resultados aceptables y similares a los reportados en la escala original (cf. Bujacz et al., 2014) dicho ítem fue uno de los reactivos eliminados en este estudio, perteneciente a la dimensión hedónica, siendo un reactivo orientado a medir el placer, con un buen ajuste factorial, a decir de estos autores la traducción- retraducción de este ítem tiene connotaciones distintas para la cultura polaca y norteamérica.

A decir de Huta (2016) la mayoría de los estudios realizados con la versión HEMA, han reportado una consistencia interna muy buena, superior al $\alpha=.80$, al igual que los resultados preliminares del HEMA-R, esta aseveración coincide con lo encontrado en esta investigación $\alpha=.855$, pero con una versión abreviada de 8 ítems, no obstante, la aplicación completa del instrumento presentó un coeficiente aceptable ($\alpha=0.880$).

Dentro de las limitantes del presente trabajo se encontró que la selección de la muestra del panel de expertos no fue homogénea, lo que influyó en la infravaloración de los resultados obtenidos en el primer estudio, por ejemplo, el análisis de concordancia mostraba al reactivo número 7 (“*Normalmente realizas tus actividades con la intención de buscar llevar las cosas con calma*”). con problemas de claridad, coherencia y en el de coeficiente de razón de validez para dimensiones de claridad, coherencia y relevancia, tomando la decisión de que podía pasar a la siguiente fase; sin embargo, a pesar del ajuste realizado en la redacción de dicho ítem este fue rechazado por su ambigüedad y carga factorial compartida al igual que el ítem número 6.

Para futuras investigaciones, se sugiere realizar una selección de jueces con criterios de inclusión más rigurosos, con características homologadas y ampliar la muestra a otras áreas geográficas, lo que permitiría evaluar las diferencias transculturales y el ajuste de la escala en otras zonas, con el propósito de que a mediano plazo esto contribuya para realizar comparaciones con el mismo instrumento, entre diferentes grupos étnicos, distintos perfiles sociodemográficos y grupos etarios.

Asimismo se concluye que el campo de la felicidad, como constructo psicológico, es prometedor en virtud de los estudios realizados desde la línea de investigación que ha manejado la Psicología Positiva; los cuales permiten centrarse en los aspectos positivos del individuo, su desarrollo, calidad de vida y prevención de enfermedades mentales a través de una mirada multidimensional, como lo es el modelo PERMA, que ha comprobado su eficacia en el área de la intervención, por ejemplo el protocolo de aulas felices (*cf.* Bisquerra & Hernández, 2017), además de la relación que tiene el bienestar subjetivo con la mejora de otras dimensiones como la salud, productividad laboral, política, económica etc. (Diener, et al., 2018); por tanto, la principal propuesta que emerge del presente trabajo es manifestar la necesidad de continuar con investigaciones instrumentales que permitan validar los psicométricos y lograr su adaptación en diferentes poblaciones, con el objetivo de que se conozcan más las dimensiones positivas de las personas y poder complementar la intervención psicológica desde una perspectiva multiaxial.

Para concluir, una de las aportaciones relevantes en esta investigación fue el dar a conocer las ventajas del instrumento utilizado, ya que esta escala aporta un discernimiento entre el hedonismo y eudaimonia que queda confiablemente adaptado a la población objetivo dado sus indicadores psicométricos; así mismo que puede ser utilizado en conjunto o por separado, además de que su uso en el contexto de la investigación es aconsejable puesto que facilita la

aplicación en un tiempo breve (menor a 10 minutos). Los estadísticos psicométricos obtenidos le conceden validez y confiabilidad en su versión adaptada en población mexicana; por último, se sugiere desarrollar futuras investigaciones con esta escala con el propósito de valorar, a mediano y largo plazo, su consistencia en otras muestras y en diferentes condiciones experimentales.

Conflicto de interés: En la presente investigación se declara que no existieron conflictos de intereses.

Referencias

- Alarcón, R. (2006). Desarrollo de una Escala Factorial para Medir la Felicidad. *Revista Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology*, 40(1), 99-106. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=28440110>
- Araújo, L., Ribeiro, O., & Paúl, C. (2017). Hedonic and eudaimonic well-being in old age through positive psychology studies: a scoping review. *Anales de Psicología*, 33(3), 568-577. Recuperado de: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-97282017000300014
- Árraga, M. V., & Sánchez, M. (2012). Validez y confiabilidad de la Escala de Felicidad de Lima en adultos mayores venezolanos. *Universitas Psychologica*, 11(2), 381-393. Recuperado de: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1657-92672012000200003&lng=en&nrm=iso&tlng=es
- Asano, R., Igarashi, T., & Tsukamoto, S. (2014). Hedonic and eudaimonic motives for activities (HEMA) in Japan: The pursuit of well-being. *Japanese Journal of Psychology*, 85, 69–79. Doi <https://doi.org/10.4992/jjpsy.85.69>

- Barraza, A. (2020). Escala de Felicidad Subjetiva: Análisis de sus propiedades Psicométricas. *Psychologia. Avances de la Disciplina*, 14(1), 29-39. Recuperado de: http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1900-23862020000100029&script=sci_abstract&tlng=es
- Behaviour*, 2(4), 253-260. Recuperado de <https://doi.org/10.1038/s41562-018-0307-6>
- Bisquerra, R., & Hernández, S. (2017). Psicología positiva, educación emocional y el programa aulas felices. *Papeles del psicólogo*, 38(1), 58-65. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5842356>
- Bujacz, A., Vittersø, J., Huta, V., & Kaczmarek, L. D. (2014). Measuring eudaimonia and hedonia as motives for activities: Cross-national investigation through traditional and Bayesian Structural Equation Modeling. *Frontiers in Psychology, Special Issue: Frontiers in Quantitative Psychology and Measurement*, 5, 984. Doi <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2014.00984>
- Cabañero, M.J., Richart, M., Cabrero, J., Orts, M. I., Reig, A., & Tosal, B. (2004). Fiabilidad y validez de la Escala de Satisfacción con la vida de Diener en una muestra de mujeres embarazadas y puérperas. *Revista Psicothema*, 16(3), 448-455. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=72716318>
- Cobo, R. C., Pérez, M. V., Díaz, A. E., & García, D. J. (2020). Systematic review in multidimensional models of well-being and its measurement in university students. *Formación universitaria*, 13(2), 103-118. Recuperado de: https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-50062020000200103&lng=en&nrm=iso&tlng=en
- Cuadra, A., Veloso, C., Puddu, G., Salgado, P., & Peralta, J. (2012). Impacto de un programa de psicología positiva en sintomatología depresiva y satisfacción vital en adultos mayores.

- Psicologia: Reflexão e Crítica*, 25(4), 644-652. Recuperado de:
<https://www.redalyc.org/pdf/188/18825219003.pdf>
- Diener, E. (1984). Bienestar subjetivo. *Boletín Psicológico*, 95(3), 542-575. Recuperado de:
<https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>
- Diener, E., Oishi, S., & Tay, L. (2018). Advances in subjective well-being research. *Nature Human*
- Domínguez, R..E., & Ibarra, E. (2017). La psicología positiva: Un nuevo enfoque para el estudio de la felicidad. *Razón y palabra*, 21(96), 660-679. Recuperado de:
<https://www.redalyc.org/pdf/1995/199551160035.pdf>
- Durón, M., F., García, F., I. & Gálvez, M., K. (2016). Traducción y validación de una escala para medir orientación a la felicidad en población Mexicana. *Memorias del Congreso Mexicano de Psicología*. Ciudad de México
- Fernández, D. (2018). Análisis crítico de discurso del bienestar subjetivo y la psicología positiva en la adolescencia. *Límite (Arica)*, 13(43), 39-51. Recuperado de:
https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-50652018000300039
- Flores, P. E., Muñoz, R. & Medrano, L. A. (2018). Concepciones de la Felicidad y su relación con el Bienestar Subjetivo: un estudio mediante Redes Semánticas Naturales. *Liberabit*, 24(1), 115-130. Recuperado de: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1729-48272018000100008&lng=es&nrm=iso&tlng=es
- Fordyce, M.W. (1988). A review of research on The happiness measures: A sixty second index of happiness and mental health. *Social Indicators Research*, 355-381.
- Gander, F., Proyer, R.T. & Ruch, W. (2016). The Subjective Assessment of Accomplishment and Positive Relationships: Initial Validation and Correlative and Experimental Evidence for Their Association with Well-Being. *Journal of Happiness Studies*. doi: 10.1007/s10902-016-9751-z

- Hassan, L., Shiu, E. & Parry, S. (2015). Addressing the cross – country applicability of the theory of planned behaviour (TPB): A structured review of multi-country TPB studies. *Academic Paper*. Recuperado de: https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1002/cb.1536?casa_token=D6NLUftFgHoAAAAA%3Ajg6xODVOUFqq8toeRzoglC1IDmm6d3cb59LPBqHF_bd3HQzZEYPe7xozYNi3T7Bt-MNTgsR34xA_1VB
- Huta, V., & Waterman, A. S. (2014). Eudaimonia and its distinction from hedonia: Developing a classification and terminology for understanding conceptual and operational definitions. *Journal of Happiness Studies* 15(1), 1425–1456. DOI 10.1007/s10902-013-9485-0
- Huta, V. (2016). Eudaimonic and Hedonic Orientations: Theoretical Considerations and Research Findings. En J. Vittersø (Ed.), *Handbook of Eudaimonic Well-Being* (pp.215-231). Switzerland: Springer.
- John F., H., Layard, R., Sachs, J. & De Neve J., eds. *World Happiness Report (2021)*. New York: Sustainable Development Solutions Network.
- Jurado, P. J., Soto, M. C., Conchas, M., & Nájera, R. J. (2019). Estructura Factorial de la Escala de Satisfacción con la Vida de Diener en Universitarios Mexicanos. *Formación universitaria*, 12(6), 183-190. Recuperado de: https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-50062019000600183
- Kerlinger, F., N., & Lee, H., B. (2008). *Investigación del comportamiento. Métodos de investigación en Ciencias Sociales* (4 ed.). México, D.F.: McGraw-Hill.
- Kern, M., Waters, L., Adler, A., & White, M. (2015). A multidimensional approach to measuring well-being in students: Application of the PERMA framework. *The Journal of Positive Psychology*, 10(3), 262–271. Recuperado de: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4337659/>

- Legorreta, N., González, L. F. N. I., Valdez, J.L., González, S., & Van Barneveld, H. O. (2014). Bienestar subjetivo en el ciclo vital en un ecosistema rural. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 17(1), 132-149. Recuperado de: <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=71072>
- López, M., Jiménez, M. G., & Guerrero, D. (2017). Estudio de la percepción del profesorado sobre el bienestar-felicidad. *Profesorado. Revista de Currículum y Formación de Profesorado*, 21(2), 463-486. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=56752038025>
- Lupano, M.L., & Castro, A. (2010). Psicología Positiva: Análisis desde su surgimiento. *Ciencias Psicológicas*, 4(1), 43-56. Recuperado de: <http://www.scielo.edu.uy/pdf/cp/v4n1/v4n1a05.pdf>
- Lyubomirsky, S., & Lepper, H.S. (1999). A measure of subjective happiness: Preliminary reliability and construct validation. *Social Indicators Research*, 46(2), 137-155. Recuperado de: <https://link.springer.com/article/10.1023/A:1006824100041>
- Maslow, A. (2010). *La amplitud de la naturaleza humana*. México: Trillas.
- Montero, I. y León, O. (2002). Clasificación y descripción de las metodologías de investigación en Psicología. *Revista Internacional de Psicología Clínica y de la Salud*, 2(3), 503-508.
- Moral, J. (2011). La escala de afecto positivo y negativo (PANAS) en parejas casadas mexicanas. *Red de Revistas Científicas de América Latina y el Caribe, España y Portugal*, 18(2), 117-125. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/104/10418753002.pdf>
- Morán, C., Castro, F. V., Sánchez, A., & Montes, E. (2014). La psicología positiva: Antigua o nueva percepción. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 3(1), 439-449. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349851785044>

- Moyano, E., & Ramos, N. (2007). Bienestar subjetivo: midiendo satisfacción vital, felicidad y salud en población chilena de la región del Maule. *Revista Universum*, 22(2), 184-200. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=65027764012>
- Moyano, E., Dinamarca, D., Mendoza-Llanos, R. & Palomo-Vélez, G. (2018). Escala de Felicidad para Adultos (EFPA). *Terapia psicológica*, 36(1), 33-45. Recuperado de: <https://teps.cl/index.php/teps/article/download/229/269/204>
- Namakforoosh, M. N. (2005). *Metodología de la investigación* (2 ed.). México: Limusa.
- Nunnally, J. C. (1978). *Psychometric Theory*. New York: McGraw-Hill.
- Oliveria, L. (2009). Traducción de los cuestionarios para su uso en investigación multicultural - estamos haciendo lo correcto?. *Actas Urológicas Españolas*, 33(1):5-7.
- Pastrana, M. P., Salazar, F. (2016). Perfil PERMA en una muestra de jóvenes voluntarios colombianos. *Katharsis Revista de Ciencias Sociales*, (22), 13-34. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5796600>
- Peterson, C., Park, N. & Seligman, M. P.E. (2005). Orientations to happiness and life satisfaction: the full life versus the empty life. *Journal of Happiness Studies*, 25-41. doi: 10.1007/s10902-004-1278-z
- Real Academia Española (RAE, 2021). *Diccionario de la lengua española*, (23.^a ed.) Consultado en <https://dle.rae.es>
- Rojas, M. (2014). *El estudio científico de la felicidad*. México: Fondo de la cultura económica.
- Ryan, R.M., & Deci, E. L. (2001). On Happiness and Human Potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141-166. DOI:10.1146/annurev.psych.52.1.141

- Ryff, C.D. (1989). Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081. Recuperado de: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C.D. (2019). Entrepreneurship and eudaimonic well-being: Five venues for new Science. *Journal of Personality and Social Psychology*, 34(4), 646 – 663. Recuperado de: <https://doi.org/10.1016/j.jbusvent.2018.09.003>
- Schnettler, B., Miranda, E., Lobos, G., Lapo, M. D., Adasme, C., & Hueche, C. (2017). Measurement invariance in the Satisfaction with Life Scale in Chilean and Ecuadorian older adults. *Personality and Individual Differences*, 110(1), 96-101. doi: 10.1016/j.paid.2017.01.036
- Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic happiness. Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. New York, NY: Free Press.
- Seligman, M.P.E., Steen, T. A., Nansook, P., & Peterson, C. (2005). Positive Psychology Progress Empirical Validation of Interventions. *American Psychological Association*, 60(5), 410-421. Recuperado de: 10.1037/0003-066X.60.5.410
- Toribio, L., González, L. F. N.I, Valdez, J. L., González, S., & Van Barneveld, H.O. (2012). Validación de la Escala de Felicidad de Alarcón para adolescentes mexicanos. *Psicología Iberoamericana*, 20(1), 71-79. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/1339/133924623008.pdf>
- Torres, W. I., & Flores, M. (2018). Factores predictores del bienestar subjetivo en adultos mayores. *Revista de Psicología*, 36(1), 9-48. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6309299>
- Trujano, M. M. (2013). Del hedonismo y las felicidades efímeras. *Sociológica*, 28(79), 79-109. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=305028347002>

Vera, B. (2006). Psicología positiva: una nueva forma de entender la psicología. *Papeles del Psicólogo*, 27(1), 3-8. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=778/77827102>

Watson, D., Clark, L., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 1063-1070. doi: 10.1037/0022-3514.54.6.1063

Anexo 1

Cuestionario de motivos hedónicos y eudaimónicos para actividades (HEMA-R)

A continuación, se te presentarán diez frases, califica cada una de ellas, en una escala del 1 (nunca) al 7 (muy frecuentemente) según la respuesta que mejor refleje tu situación.

Normalmente ¿En qué grado realizas tus actividades con cada una de las siguientes intenciones? ya sea que logres, o no, tu objetivo.

* Normalmente realizas tus actividades con la intención de:

1. buscar relajarme.
2. desarrollar una habilidad, aprender o ganar entendimiento sobre algo.
3. buscar hacer algo en lo que creo.
4. buscar placer.
5. buscar la excelencia o un ideal personal.
6. buscar disfrutar lo que hago.
7. buscar llevar las cosas con calma.
8. usar lo mejor de mí mismo.
9. buscar diversión.
10. buscar contribuir a otros o al mundo que me rodea.