



# Propiedades psicométricas de la Escala de Autocompasión de Estado (SSCS) en adolescentes mexicanos

## *Psychometric properties of the State Self-Compassion Scale (SSCS) in Mexican adolescents*

José de Jesús Marceliano Hernández<sup>1</sup>, María del Consuelo Escoto Ponce de León<sup>1</sup>,  
Esteban Jaime Camacho Ruíz<sup>2</sup>, Vanessa Monserrat Vázquez Vázquez<sup>3</sup>.

<sup>1</sup> Centro Universitario UAEM Ecatepec, Universidad Autónoma del Estado de México

<sup>1</sup> Centro Universitario UAEM Ecatepec, Universidad Autónoma del Estado de México

<sup>2</sup> Centro Universitario UAEM Nezahualcóyotl, Universidad Autónoma del Estado de México

<sup>3</sup> Centro Universitario del Sur, Universidad de Guadalajara

Recibido: 2025-06-10

Revisado: 2025-07-02

Aceptado: 2025-09-09

**Autor de correspondencia:** cescotop@uaemex.mx (M.C. Escoto-Ponce de León)

**Financiamiento:** Esta investigación fue patrocinada parcialmente por los proyectos UNAM IN305123 y UAEM 6795/2022CIC.

**Conflicto de intereses:** Los autores declaran no tener conflicto de intereses.

**Resumen.** La Escala de Autocompasión de Estado (SSCS) fue desarrollada para evaluar la autocompasión como un estado mental fluctuante en población adulta, mostrando ser útil en diversos contextos. No obstante, se han reportado inconsistencias en su estructura factorial. Asimismo, el estudio de sus propiedades psicométricas ha sido poco examinado en población adolescente, limitando la evidencia sobre su papel protector contra problemas de la conducta alimentaria. Este estudio evaluó las propiedades psicométricas de la SSCS en adolescentes mexicanos. La muestra comprendió 346 participantes de 14 a 17 años de edad ( $M = 15.3$ ,  $DE = 0.72$ ). Fueron estimados y comparados seis modelos de medición, incluyendo su consistencia interna, estabilidad temporal y validez de constructo. Los resultados mostraron que el modelo bifactor presentó la mejor solución. La consistencia interna de tres subescalas fue pobre ( $\alpha = .57-.62$ ), mientras el valor global fue aceptable ( $\alpha = .80$ ). La SSCS correlacionó positiva y significativamente con la autoestima ( $\alpha = .55$ ) y satisfacción con la vida ( $r = .41$ ) mientras

que correlacionó negativamente con el estrés percibido ( $r = -.60$ ). La SSCS es una medida confiable para medir la autocompasión de manera global, no obstante, se requiere profundizar en los resultados obtenidos en las subescalas.

**Palabras clave:** autocompasión, adolescencia, estructura factorial.

**Abstract.** The State Self-Compassion Scale (SSCS) was developed to assess self-compassion as a fluctuating mental state in the adult population and has proven useful in a variety of contexts. However, inconsistencies in its factor structure have been reported. Furthermore, the study of its psychometric properties has been little examined in the adolescent population, limiting the evidence on its protective role against eating disorders. This study evaluated the psychometric properties of the State Self-Compassion Scale in Mexican adolescents. The sample included 346 participants aged 14 to 17 years old ( $M = 15.3$ ,  $SD = 0.72$ ). Six measurement models were estimated and compared, including their internal consistency, temporal stability, and construct validity. The results showed that the bifactor model presented the best solution. The internal consistency of three subscales was poor ( $\alpha = .57-.62$ ), while the overall value was acceptable ( $\alpha = .80$ ). The SSCS correlated positively and significantly with self-esteem ( $\alpha = .55$ ) and life satisfaction ( $r = .41$ ), while negatively correlating with perceived stress ( $r = -.60$ ). The SSCS is a reliable measure of self-compassion overall; however, further study is needed to explore the results obtained for the subscales.

**Keyword:** self-compassion, adolescence, factorial structure

## INTRODUCCIÓN

La adolescencia se ha considerado un periodo crítico del desarrollo, caracterizada por las crecientes exigencias de independencia personal y por cambios neurobiológicos, particularmente en la corteza prefrontal, que inciden en la maduración de la regulación emocional y el pensamiento reflexivo. Estos cambios ocurren de manera gradual y asincrónica, lo que puede afectar la estabilidad emocional y dificulta la capacidad de los adolescentes para gestionar adecuadamente su propio malestar. Esta etapa del desarrollo se caracteriza por una mayor exposición a factores de estrés psicosocial, lo que convierte a la autocompasión en un constructo relevante para comprender las formas en que los adolescentes se vinculan con experiencias adversas y afrontan el sufrimiento emocional (Bailen et al., 2018; Theurel & Gentaz, 2018).

En años recientes, la autocompasión ha despertado un mayor interés en la investigación psicológica, al tratarse de un elemento clave para comprender cómo las

personas cultivan actitudes de empatía, amabilidad y cuidado hacia sí mismas (Neff, 2003). Este constructo se refiere a la propia capacidad de reconocer la manera de reaccionar, razonar y afrontar momentos de dificultad (Goetz et al., 2010; Strauss et al., 2016). Además, se han vinculado las dificultades en la regulación emocional con la alimentación emocional, como conducta alimentaria desadaptativa (Gouveia et al., 2019).

En el ámbito de los trastornos de la conducta alimentaria, las investigaciones sugieren que la autocompasión predice una menor incidencia de trastornos alimentarios. Una mayor autocompasión se asocia con menos síntomas bulímicos, como los atracones, tanto en muestras clínicas como no clínicas (Ferreira et al., 2013, Webb & Forman, 2013). También se asocia con una menor preocupación por la alimentación y el peso, la insatisfacción corporal, la motivación por adelgazar y la dieta restrictiva (Kelly et al., 2014, Maraldo et al., 2016, Wasylikiw et al., 2012). Además, se ha encontrado que los efectos de la autocompasión pueden permanecer

en periodos de hasta 16 semanas (Pullmer et al., 2019) y las intervenciones han logrado reducir los niveles de insatisfacción corporal, de alimentación restrictiva, además de mejorar los comportamientos nutricionales y disminuir de peso (Rahimi-Ardabili et al., 2018).

Para identificar los cambios en los niveles de auto-compasión, se han desarrollado diversos instrumentos psicométricos orientados a evaluarla, entre ellos la Escala de Autocompasión de Estado (SSCS, por sus siglas en inglés; Neff et al., 2021a), misma que ha cobrado interés por su capacidad evaluadora, así como por contar con diversas evidencias de sus propiedades psicométricas (Strauss et al., 2016).

La SSCS fue desarrollada a partir de la Escala de Autocompasión (SCS, por sus siglas en inglés; Neff, 2003). La primera versión de la SCS (Neff, 2003) fue desarrollada con estudiantes universitarios ( $M = 20.91$ ;  $DE = 2.27$ ) de Estados Unidos, a partir de un modelo teórico de tres ejes: bondad (ser amable y no juzgarse en lugar de ser autocrítico), atención plena (que implica mantener los sentimientos dolorosos en conciencia plena en lugar de identificarse demasiado con ellos) y humanidad común (ver el sufrimiento de uno como parte de la experiencia humana en vez de aislado). La SCS está conformada por 26 ítems, con una escala de respuesta tipo Likert de cinco puntos (1 = Casi nunca; 5 = Casi siempre). Este instrumento ha sido validado con adultos de diferentes países, entre ellos Arabia (Alabdulaziz et al., 2020), Alemania (Coroiu et al., 2018), Polonia (Kocur et al., 2022), y Turquía (Deniz et al., 2008). La SCS cuenta con seis subescalas, tres que miden respuestas compasivas (Amabilidad Consigo Mismo [ $\alpha = .78$ ], Humanidad Común [ $\alpha = .80$ ] y Conciencia Plena [ $\alpha = .75$ ]) y tres que evalúan respuestas no compasivas (Autocrítica [ $\alpha = .77$ ], Aislamiento [ $\alpha = .79$ ] y Sobreidentificación [ $\alpha = .81$ ]). Con adecuada consistencia interna ( $\alpha = .92$ ) y estabilidad temporal a las tres semanas ( $r = .93$ ).

Existen tres versiones adicionales a la SCS con múltiples revisiones en diferentes países: 1) la Escala de Autocompasión Versión Corta (SCS-SF, por sus siglas en inglés; Raes et al., 2011), es una versión abreviada de la SCS, desarrollada para facilitar su uso en contextos clínicos; 2) la Escala de Autocompasión Versión Adolescente (SCS-Y, por sus siglas en inglés; Neff et al., 2021b) es una adaptación lingüística para población

adolescente; y 3) la Escala de Autocompasión de Estado (SSCS, por sus siglas en inglés; Neff et al., 2021a), la cual evalúa la autocompasión como un estado mental en el momento presente, a diferencia de las versiones anteriores que conceptualizan la autocompasión como un rasgo de la personalidad, relativamente estable (Chishima et al., 2022; Miyagawa et al., 2022). Cabe señalar que diversos estudios han encontrado soluciones factoriales inconsistentes en las cuatro versiones (SCS, SCS-SF, SCS-Y, SSCS), identificando estructuras de uno (Cunha et al., 2016; Deniz et al., 2008; Holas et al., 2024; Souza & Hutz, 2016), dos (Coroiu et al., 2018; Levantini et al., 2025; López et al., 2015; Rahman et al., 2023; Sutton et al., 2018; Travesano-Cabrera & Elguera-Cuba, 2022) y seis factores (Alabdulaziz et al., 2020; Azizi et al., 2013; Cababie & Etchezahar, 2022; Galiana et al., 2022; García-Campayo et al., 2014; Karakasidou et al., 2017; Karakasidou et al., 2021; Maya et al., 2024; Petrocchi et al., 2014; Truong et al., 2022; Ümmet et al., 2023), bifactor (Chishima et al., 2022; Martínez-Ramos et al., 2022; Miyagawa et al., 2022; Neff, 2003; Neff et al., 2017, Neff et al., 2021a; Neff et al., 2021b; Raes et al., 2011; López et al., 2023; Tóth-Király et al., 2017) e incluso modelos de segundo orden (Castilho et al., 2015). En resumen, no hay acuerdo respecto a la estructura factorial de la SSCS. Algunos estudios reportan una solución bifactor, que cuenta con un Factor G y seis factores subyacentes (Chishima et al., 2022; Miyagawa et al., 2022; Neff et al., 2021a); otros identifican seis factores (Galiana et al., 2022; Ümmet et al., 2023).

La principal modificación realizada a la SSCS es la transformación de sus ítems en presente indicativo, para enfatizar el estado del individuo en el presente y en el futuro inmediato, función que permite evaluar los cambios de estado, producto de una intervención (Chishima et al., 2022; Miyagawa et al., 2022; Neff et al., 2021a; Ümmet et al., 2023). La SSCS se desarrolló con una muestra de 588 adultos estadounidenses y comprende 18 ítems tipo Likert de cinco puntos (1 = Casi nunca; 5 = Casi siempre), agrupados en seis subescalas. Tres subescalas miden las respuestas compasivas (Amabilidad Consigo Mismo [ $\alpha = .89$ ]; Humanidad Común [ $\alpha = .83$ ]; Conciencia Plena [ $\alpha = .84$ ]) y tres las no compasivas (Autocrítica [ $\alpha = .85$ ]; Aislamiento [ $\alpha = .83$ ] y Sobreidentificación [ $\alpha = .73$ ]). La consistencia interna de la escala es excelente ( $\alpha = .94$ ;  $\omega = .97$ ).

En apoyo a la validez, la SSCS correlaciona positivamente con medidas de afecto positivo (Chishima et al., 2022; Galiana et al., 2022; Neff et al., 2021a), felicidad (Miyagawa et al., 2022), resiliencia (Bluth et al., 2018), atención plena y bienestar emocional (Bluth & Blanton, 2014). Por el contrario, la autocompasión se asoció negativamente con el afecto negativo (Galiana et al., 2022; Miyagawa et al., 2022; Neff et al., 2021a), con las emociones desagradables (ira, miedo, tristeza y disgusto; Chishima et al., 2022), el estrés fisiológico (Bluth et al., 2016), la ansiedad social (Gill et al., 2018), y los síntomas de depresión (Pullmer et al., 2019).

En la adolescencia se viven constantes presiones sociales y fracasos académicos que podrían comprenderse y atenderse a través de la capacidad de afrontar el sufrimiento. La SSCS es una escala que muestra la capacidad de valorar cómo se relacionan los jóvenes consigo mismos en momentos de dificultad. Para nuestro conocimiento, las validaciones que se han hecho de la SSCS se realizaron exclusivamente con adultos. Utilizar la SSCS para detectar niveles bajos de autocompasión permitiría intervenir en esta etapa clave del desarrollo ante momentos de fracaso, estrés académico y comparación social. Además, se han reportado cifras preocupantes de conductas alimentarias de riesgo en adolescentes mexicanos, por ejemplo, 6.6% presenta este tipo de conductas y 1.6% tiene riesgo alto de presentar un trastorno de la conducta alimentaria (Villalobos-Hernández et al., 2023). Tener una medida de autocompasión adaptada a la población adolescente mexicana, favorecería el desarrollo de intervenciones en nuestra población.

La validación de la estructura factorial de la SSCS ha mostrado valores heterogéneos y deficientes en algunos casos. Existe un extraordinario vacío en el conocimiento de la estructura factorial de la SSCS en las culturas hispanas y especialmente en adolescentes, donde la intervención permite prevenir problemas mentales. Por lo anterior, el objetivo del presente estudio fue probar la estructura factorial de la SSCS en adolescentes mexicanos. Adicionalmente, se evaluó la consistencia interna de los ítems y la estabilidad temporal de la escala. Finalmente, para evaluar la validez de constructo la SSCS se correlacionó con la autoestima, la satisfacción la vida y el estrés.

## MÉTODO

### Participantes

Participaron 386 adolescentes de tres escuelas preparatorias ubicadas en el Estado de México, México, de los cuales 17 respondieron incorrectamente el ítem control. La muestra fue no probabilística por conveniencia y estuvo compuesta por 346 adolescentes (51% mujeres y 49% hombres) con un rango de 14 a 17 años de edad. El promedio de edad fue de 15.3 ( $DE = 0.72$ ) años. Una submuestra de 71 participantes (42% mujeres y 58% hombres) respondió los cuestionarios seis semanas después.

### Procedimiento

El protocolo fue aprobado por el Comité de Ética de la Universidad Autónoma del Estado de México, Centro Universitario Nezahualcóyotl (registro CEIN/2024/052). Después de obtener los permisos correspondientes, para el acceso y aplicación de los instrumentos en cada una de las escuelas consideradas, los tutores legales firmaron el consentimiento informado y los adolescentes otorgaron asentimiento, tras recibir información sobre los objetivos y procedimientos del estudio. Cabe señalar que no se ofrecieron incentivos por participar. La aplicación fue presencial y se llevó a cabo en las aulas de las instituciones educativas, en presencia del personal docente responsable.

### Medidas

Todos los cuestionarios incluyeron un ítem control, por ejemplo, *si está leyendo este reactivo responda con la opción 3*.

### Autocompasión de estado

La SSCS fue desarrollada por Neff et al. (2021a) para adultos estadounidenses y traducida al español por Galiana et al. (2022) para estudiantes universitarios. La

versión en español, utilizada en este estudio, conserva los 18 ítems tipo Likert de cinco puntos (1 = totalmente en desacuerdo; 5 = totalmente de acuerdo) de la versión original y cuenta con seis subescalas; Autoamabilidad ( $\alpha = .85$ ), Autocrítica ( $\alpha = .81$ ), Humanidad Común ( $\alpha = .68$ ), Aislamiento ( $\alpha = .72$ ), Atención Plena ( $\alpha = .74$ ) y Sobreidentificación ( $\alpha = .50$ ).

### Autoestima

La Escala de Autoestima de Rosenberg (RSES, por sus siglas en inglés; Rosenberg, 1965) ha sido validada en población adulta mexicana por González et al. (2021). Esta escala se conforma por diez reactivos, con una escala de respuesta tipo Likert de cuatro puntos (1 = totalmente en desacuerdo; 4 = totalmente de acuerdo) y comprende dos factores: Afirmaciones Positivas (ítems 1, 2, 3, 4, 5;  $\alpha = .81$ ) y Afirmaciones Negativas (ítems 6, 7, 8, 9, 10;  $\alpha = .77$ ). La escala cuenta con consistencia interna aceptable ( $\alpha = .84$ ).

### Satisfacción con la vida

La Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS, por sus siglas en inglés; Diener et al., 1985) es un instrumento unifactorial que cuenta con cinco ítems tipo Likert de 7 puntos (1 = completamente en desacuerdo; 7 = completamente de acuerdo). En México (Martell et al., 2018) fue validada para población adolescente. Martell et al. (2018) encontraron que la escala cuenta con adecuada consistencia interna ( $\alpha = .85$ ).

### Estrés percibido

La Escala de Estrés Percibido (PSS, por sus siglas en inglés; Cohen et al., 1983) fue validada para adultos jóvenes mexicanos por Brito-Ortiz et al. (2019). Está conformada por 14 ítems tipo Likert de cinco puntos (1 = nunca; 5 = muy frecuentemente). La escala cuenta con consistencia interna aceptable ( $\alpha = .86$ ) y comprende dos factores: A Favor del Control (ítems 4, 5, 6, 7, 9, 10, 13;  $\alpha = .82$ ) y En Contra del Control (ítems 1, 2, 3, 8, 11, 12, 14;  $\alpha = .82$ ).

### Análisis de datos

Los análisis descriptivos y correlacionales fueron realizados con el programa SPSS v-27 (IBM corporation, 2010). La detección y eliminación de casos atípicos multivariados se realizó a través de la prueba de Mahalanobis (Tabachnick & Fidell, 2013). Asimismo, se evaluó la normalidad de los datos mediante la prueba de Kolmogorov-Smirnov. Con el software RStudio v.4.5.0 (R Core Team, 2020; RStudio Team, 2018) se realizó un Análisis Gráfico Exploratorio (AEG; Golino & Epskamp, 2017), con el fin de identificar el número óptimo de factores a extraer. Para probar el modelo bifactor propuesto por Neff et al., (2021a) y los modelos de uno, dos, tres y seis factores previamente identificados en la literatura, se utilizó el software RStudio v.4.5.0 (R Core Team, 2020; RStudio Team, 2018). Finalmente, se probó un modelo de segundo orden con el software RStudio v.4.5.0.

Para probar los modelos confirmatorios se utilizaron los siguientes índices de ajuste: chi cuadrado  $\leq 3$ ,  $p < .05$ , RMSEA  $\leq .08$ , CFI y TLI  $\geq .90$ , WMRM  $\leq 0.6$  (Bentler, 1990; Hu & Bentler, 1995; Jordan, 2021). Fueron calculados los coeficientes alfa de Cronbach ( $\alpha$ ) y omega de McDonald ( $\omega$ ) para observar el grado de confiabilidad de la escala y las subescalas.

Los valores  $> .70$  y  $< .95$  fueron considerados aceptables (Nunnally, 1978; Rodríguez- Rodríguez & Reguant-Álvarez, 2020). Asimismo, se evaluó el grado de correlación de la SSCS con la SWLS, la RSE y la PSS a través de la prueba  $r$  de Spearman. Este último análisis fue también utilizado para evaluar la estabilidad temporal de la escala.

## RESULTADOS

### Análisis preliminares

El análisis de distancia de Mahalanobis indicó que 5.95% ( $n = 23$ ) eran casos atípicos. La prueba de Kolmogorov-Smirnov indicó que los datos no se distribuyen normalmente ( $p < 0.001$ ). Por lo anterior, todos los modelos fueron probados con el método de estimación de Mínimos Cuadrados Ponderados Diagonalmente Robustos (DWLS, por sus siglas en inglés) basado en

**Tabla 1. Estimación de parámetros para seis modelos**

Modelo	X2	Df	p	Factor	RMSEA (IC 90%)	WRMR	SRMR	CFI	TLI
CFA-un factor	1071.35	135	.000	1.00	.14 (0.13-0.15) <i>p</i> < .05)	-	.11	.65	.63
CFA-dos factores	673.06	134	.000	1.06	.10 (0.10-0.11) <i>p</i> < .05)	-	.09	.78	.79
CFA-tres factores	407.09	132	.000	1.01	.08 (0.07-0.08) <i>p</i> < .05)	-	.07	.86	.83
CFA-seis factores	1833.00	135	.000	2.03	.19 (0.18-0.20) <i>p</i> < .05)	-	.22	.64	.60
CFA- segundo orden	422.45	129	.000	1.01	.07 (0.07-0.09) <i>p</i> < .05)	-	.08	.91	.89
CFA-bifactor	148.26	102	.002	-	.03 (0.02-0.04) <i>p</i> < .05)	.60	-	.99	.98

matrices de correlación policóricas, debido a que la escala es tipo Likert (datos ordinales).

### Estructura factorial

La estructura factorial se examinó a través de un modelo bifactor (Tabla 1), el cual obtuvo índices de ajuste adecuados  $X^2 = 3273.03$  ( $gl = 153$ ;  $p = 0.000$ ) RMSEA = .03 ( $I.C = 0.02-0.04$ ;  $p < .05$ ), CFI = .99, TLI = .98, WMRM = .60). Los valores de las cargas factoriales (Tabla 2) indican valores inadecuados para algunos ítems. En el caso del factor general, los ítems 1, 3, 5, 7, 11, 13, 15, 16 y 17 muestran valores muy bajos e incluso menores a cero, siendo reducida su contribución al factor general. Sin embargo, en los factores específicos, la mayoría de los ítems sobrepasa .50 con excepción de los ítems 8 y 12.

Debido a lo anterior, se llevó a cabo un AEG, del que fue extraído un modelo de tres factores, sin embargo, este modelo presentó índices de ajuste deficientes. Posteriormente fueron probados los modelos los modelos de un factor, dos factores, seis factores y de segundo orden. Los modelos de uno y seis factores mostraron los peores índices de ajuste, seguidos por el modelo de dos factores, que, aunque aumenta sus valores respecto a los anteriores, no son los adecuados. Por otra parte, el modelo de segundo orden mejoró en los índices y, sin embargo, el valor de TLI no alcanzó su valor adecuado,

por lo que se descartó este modelo como la solución ideal (Tabla 1).

**Tabla 2. Cargas factoriales del modelo bifactor**

		CFA BIFACTOR							
Ítem	Ítem subescala	FG	Aa	Ac	Hc	Ai	Ap	Si	
1	Aa1	-.19	.69						
7	Aa2	-.07	.83						
13	Aa3	-.04	.68						
4	Ac1	.43		.64					
10	Ac2	.29		.77					
16	Ac3	.19		.64					
3	Hc1	.03			.50				
9	Hc2	.10			.68				
15	Hc3	.14			.67				
6	Ai1	.36				.64			
12	Ai2	.67				.32			
18	Ai3	.33				.78			
5	Ap1	.22					.61		
11	Ap2	.17					.62		
17	Ap3	.00					.64		
2	Si1	.11						.69	
8	Si2	.42						.39	
14	Si3	.46						.42	

Notas: FG = Factor General; Aa = Autoamabilidad; AC = Autocrítica; Hc = Humanidad común; Ai = Aislamiento; Ap = Atención plena; Si = Sobreidentificación.

## Consistencia interna

Para el modelo bifactor, la escala ( $\alpha = .80$ ;  $\omega = .82$ ) y las subescalas Autoamabilidad ( $\alpha = .74$ ;  $\omega = .74$ ), Autocrítica ( $\alpha = .74$ ;  $\omega = .75$ ) y Aislamiento ( $\alpha = .71$ ;  $\omega = .72$ ) obtuvieron valores aceptables, sin embargo, las subescalas Humanidad Común ( $\alpha = .60$ ;  $\omega = .62$ ), Atención Plena ( $\alpha = .62$ ;  $\omega = .63$ ) y Sobreidentificación ( $\alpha = .57$ ;  $\omega = .57$ ) obtuvieron valores por debajo de lo aceptable.

## Estabilidad temporal

La correlación ( $r$  de Spearman) entre la medida inicial y la medida seis semanas después de la primera aplicación, indicó que la escala tiene adecuada estabilidad temporal ( $r = .71$ ;  $p < 0.01$ ).

## Validez de constructo

Se obtuvo evidencia de la validez relacionada con otras medidas y la autocompasión, específicamente de tipo convergente con la autoestima ( $r = .55$ ,  $p < 0.01$ ) y la satisfacción con la vida ( $r = .41$ ,  $p < 0.01$ ). Mientras, se observó una asociación negativa entre la autocompasión y el estrés percibido ( $r = -.60$ ,  $p < 0.01$ ).

## DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

La presente investigación tuvo por objetivo probar las propiedades psicométricas de la Escala de Auto-compasión de Estado en adolescentes mexicanos. Los resultados mostraron que el modelo bifactor cuenta con un buen ajuste, coincidiendo con la propuesta original de Neff et al. (2021b) y con hallazgos en otras validaciones internacionales (Chishima et al., 2022; Miyagawa et al., 2022). No obstante, el modelo de seis factores expuesto en la validación al español del que se recuperó la traducción para el presente estudio y que se replicó, presentó índices de ajuste inadecuados.

Aunque el modelo bifactor fue el de mejor ajuste en comparación el resto de los modelos probados, la consistencia interna fue baja en tres de las subescalas. Con relación a lo anterior, se encuentran diferencias

respecto a lo hallado entre estudios anteriores y el presente que pueden explicarse por el hecho de que, hasta ahora, la SSCS ha sido validada principalmente en adultos. Aunque otras versiones de la escala de autocompasión (SCS, SCS- SF y SCS-Y) han sido validadas en adolescentes (Cheung et al., 2023; Engin et al., 2022; Huang et al., 2022; Karakasidou et al., 2021; Nazari et al., 2022), la SSCS aún carece de suficiente evidencia psicométrica en este grupo etario. Además, los estudios en contextos latinoamericanos, y particularmente en México, son recientes, por lo que es necesario mayor investigación contextualizada para fortalecer la validez de la escala en esta población.

Se ha propuesto que la estructura de seis factores podría hallarse con mayor claridad en personas jóvenes con niveles más altos de autocompasión, dado su mayor uso de estrategias de afrontamiento adaptativas y menor autocrítica (Rahman et al., 2023).

La adolescencia es una etapa de constantes cambios biopsicosociales que afectan la estabilidad emocional (Bailen et al., 2018; Theurel & Gentaz, 2018). Esta variabilidad emocional podría explicar las dificultades para evaluar adecuadamente algunas dimensiones de la autocompasión en esta etapa. La SSCS al evaluar un estado, puede verse limitada para captar con precisión la intensidad y variabilidad emocional de los adolescentes, particularmente en contextos escolarizados donde las exigencias y la interacción social median el afrontamiento del sufrimiento.

Dado que en México los datos acerca de conductas alimentarias de riesgo (Villalobos-Hernández et al., 2023) y la presencia de problemas como la insatisfacción corporal (Ruiz et al., 2021) están presentes en la población adolescente, brindar una medida efectiva de Auto-compasión, permitiría prevenir problemas relacionados a la imagen corporal negativa y la conducta alimentaria desadaptativa, así como algunos otros problemas relacionados a la autorregulación como la depresión y ansiedad (Ángeles-Rodríguez et al., 2024).

Las subescalas de Humanidad común, Atención plena y Sobreidentificación que presentaron una menor consistencia interna en este estudio, son dimensiones relacionadas con la forma en la que se procesa y regula el sufrimiento. Ello refuerza la idea de que los adolescentes podrían tener limitaciones en la comprensión o aplicación de estos aspectos en la vida cotidiana.

Cabe mencionar que, otras validaciones también han reportado valores inferiores a .70 en las subescalas de Sobreidentificación y Humanidad común (Galiana et al., 2022; Miyagawa et al., 2022).

Respecto a las cargas factoriales, el factor general (G) presentó contribuciones débiles de varios ítems, mientras que los factores específicos mostraron cargas aceptables. Aunque Neff et al. (2021b) proponen que la varianza se explica principalmente por el factor general, este hallazgo sugiere que, en esta muestra, los factores específicos podrían aportar más información. Aun así, la consistencia interna global es buena y los constructos relacionados mostraron una validez relacionada aceptable.

Dado lo anterior, se recomienda interpretar con cautela los puntajes de las subescalas y, priorizar el uso del puntaje global de la SSCS. Futuras investigaciones podrían beneficiarse del uso de pruebas piloto que permitan adaptar la redacción de los ítems a las habilidades cognitivas de los adolescentes, sin modificar el número de reactivos que componen la escala, lo cual es relevante para la validez estructural. Asimismo, se podría explorar si una mayor cantidad de ítems por subescala mejora la consistencia interna en esta población. También sería importante aumentar el tamaño de la muestra para mejorar el poder estadístico del análisis.

En suma, aunque la SSCS presenta limitaciones en la consistencia interna de algunas subescalas, los hallazgos sugieren que el puntaje global puede ser una medida útil de autocompasión para los adolescentes. Las asociaciones positivas con la autoestima y satisfacción con la vida y, negativa con el estrés percibido, abonan evidencia de validez relacionada con otras variables y como indicador de estados autocompasivos que favorecen el bienestar psicológico.

## LIMITACIONES Y FUTURAS DIRECCIONES

Una de las principales limitaciones que tuvo el presente estudio fue la omisión de la evaluación de la validez de contenido considerando que se utilizó una versión del SSCS validada en España en una muestra de adultos. Lo anterior pudo haber influido en la comprensión de los ítems, dada la capacidad cognitiva y nivel de abstracción

de la etapa adolescente. Por tanto, se sugiere en futuros estudios realizar un proceso de adaptación cultural específico para la población de interés, que considere características como grado escolar, rendimiento académico, o problemas socioeconómicos, además de incluir la evaluación de jueces expertos (Maldonado-Suárez & Santoyo-Telles, 2024). Asimismo, la realización de entrevistas cognitivas permitirá examinar el procesamiento e interpretación de los reactivos al reducir posibles sesgos culturales (Caicedo & Zalazar-Jaime, 2018).

Por otra parte, se sugiere que futuros estudios deberán considerar replicar esta validación en adolescentes de distintas regiones del país y en otros grupos etarios, lo que permitiría comprobar la estabilidad factorial de la escala en diversos contextos socioculturales. Finalmente, es importante considerar que la SSCS evalúa la autocompasión como estado mental transitorio, por lo que deben considerarse las instrucciones particulares bajo las que responden los participantes, pues deben enmarcar el contexto en el que se encuentran para evaluar la autocompasión circunstancialmente como indica la escala.

## REFERENCIAS

- Alabdulaziz, H., Alquwez, N., Almazan, J. U., Albougami, A., Alshammari, F., & Cruz, J. P. (2020). The Self-Compassion Scale Arabic version for baccalaureate nursing students: A validation study. *Nurse Education Today*, 89. <https://doi.org/10.1016/J.NEDT.2020.104420>
- Ángeles-Rodríguez, Y., Vilchis-Chaparro, E., Polaco-de la Vega, T., & Maravillas-Estrada, A. (2024). Trastorno de ansiedad y depresión en adolescentes y su asociación con el estado nutricional. *Atención Familiar*, 25(1), 30–34. <http://dx.doi.org/10.22201/fm.14058871p.2024.187141>
- Azizi, A., Mohammadkhani, P., Foroughi, A. akbar, Lotfi, S., & Bahramkhani, M. (2013). The validity and reliability of the Iranian version of the Self-Compassion Scale. *Practice in Clinical Psychology*, 1(3), 149–155. <https://jpcp.uswr.ac.ir/article-1-83-en.html>
- Bailen, N. H., Green, L. M., & Thompson, R. J. (2018). Comprensión de las emociones en los adolescentes: una revisión de la frecuencia, intensidad, inestabilidad y claridad emocionales. *Revista de la Emoción*, 11(1), 63-73. <https://doi.org/10.1177/1754073918768878>

- Bentler, P. M. (1990). Comparative fit indexes in structural models. *Psychological Bulletin*, 107(2), 238-246. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.88.3.588>
- Bluth, K., & Blanton, P.W. (2014). Mindfulness and self-compassion: Exploring pathways to adolescent emotional well-being. *Journal of Child Family Studies*, 23, 1298-1309. <https://doi.org/10.1007/s10826-013-9830-2>
- Bluth, K., Mullarkey, M. & Lathren, C. (2018). Self-Compassion: A potential path to adolescent resilience and positive exploration. *Journal of Child Family Studies*, 27, 3037-3047. <https://doi.org/10.1007/s10826-018-1125-1>
- Bluth, K., Roberson, P.N.E., Gaylord, S.A., Faurot, K., Grewen, K. Arzon, S., & Girdler, S. (2016). Does Self-Compassion Protect Adolescents from Stress? *Journal of Child Family Studies*, 25, 1098-1109. <https://doi.org/10.1007/s10826-015-0307-3>
- Brito-Ortíz, J. F., Nava-Gómez, M. E., & Juárez-García, A. (2020). Escala de estrés percibido en estudiantes de odontología, enfermería y psicología: validez de constructo. *Revista Conciencia EPG*, 4(2), 42-54. <https://doi.org/10.32654/concienciaepg.4-2.4>
- Cababie, M., & Etchezahar, E. (2023). Adaptation and validation of the self-compassion scale (SCS) in an Argentine context. *Current Psychology*, 42(15), 12777-12794. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02505-w>
- Caicedo, E., & Zalazar-Jaime, M. F. (2018). Entrevistas cognitivas: Revisión, directrices de uso y aplicación en investigaciones psicológicas. *Avaliação Psicológica*, 17(3), 362-370. <http://dx.doi.org/10.15689/ap.2018.1703.14883.09>
- Castilho, P., Pinto-Gouveia, J., & Duarte, J. (2015). Evaluating the multifactor structure of the long and short versions of the Self-Compassion Scale in a clinical sample. *Journal of Clinical Psychology*, 71(9), 856-870. <https://doi.org/10.1002/jclp.22187>
- Cheung, H. N., Ho, W. S., Habibi Asgarabad, M., Chan, S. W. Y., & Williams, J. (2023). A Multiple Indicator Multiple Cause (MIMIC) model of the Self-Compassion Scale Youth (SCS-Y) and investigation of differential item functioning in China, Hong Kong and UK adolescents. *Mindfulness*, 14(8), 1967-1979. <https://doi.org/10.1007/s12671-023-02170-z>
- Chishima, Y., Sugawara, D., & Mizuno, M. (2022). Supplemental material for supportive evidence for the State Self-Compassion Scale using Japanese samples. *Psychological Assessment*, 34(9), 72-87. <https://doi.org/10.1037/pas0001144.supp>
- Cohen, S., Kamarak, T., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 24, 385-396. [https://www.jstor.org/stable/2136404?origin=crossref&seq=1#page\\_scan\\_tab\\_contents](https://www.jstor.org/stable/2136404?origin=crossref&seq=1#page_scan_tab_contents)
- Coroiu, A., Kwakkenbos, L., Moran, C., Thombs, B., Albani, C., Bourkas, S., Zenger, M., Braehler, E., & Körner, A. (2018). Structural validation of the Self-Compassion Scale with a German general population sample. *PLOS ONE*, 13(2). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0190771>
- Cunha, M., Xavier, A., & Castilho, P. (2016). Understanding self-compassion in adolescents: Validation study of the Self-Compassion Scale. *Personality and Individual Differences*, 93, 56-62. <https://doi.org/10.1016/J.PAID.2015.09.023>
- Deniz, M. E., Kesici, Ş., & Sümer, A. S. (2008). The validity and reliability of the Turkish Version of the Self-Compassion Scale. *Social Behavior & Personality: An International Journal*, 36(9), 1151-1160. <https://doi.org/10.2224/sbp.2008.36.9.1151>
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75. [https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901\\_13](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13)
- Engin, M., Ahmet, S., Doeniyas, C., & Caglar, A. (2022). Self-Compassion Scale for Youth: Turkish adaptation and exploration of the relationship with resilience, depression, and well-being. *Child Indicators Research*, 15, 1255-1267. <https://doi.org/10.1007/s12187-022-09915-7>
- Ferreira, C., Pinto-Gouveia, J., & Duarte, C. (2013). Self-compassion in the face of shame and body image dissatisfaction: implications for eating disorders. *Eating Behaviors*, 14(2), 207-210. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2013.01.005>
- Galiana, L., Guillén, M., Pades, A., Flowers, S. L., Vidal-Blanco, G., & Sansó, N. (2022). The Spanish Version of the State Self-Compassion Scale-Long Form (SSCS-L): A study of its validity and reliability in a sample of nursing students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(16). <https://doi.org/10.3390/ijerph191610174>
- García-Campayo, J., Navarro-Gil, M., Andrés, E., Montero-Marín, J., López-Artal, L., & Piva, M. (2014). Validation of the Spanish versions of the long (26 items) and short (12 items) forms of the Self-Compassion Scale (SCS). *Health Qual Life Outcomes* 12(4), 1-9. <https://doi.org/10.1186/1477-7525-12-4>
- Gill, C., Watson, L., Williams, C., & Chan, S. W. Y. (2018). Social anxiety and self-compassion in adolescents. *Journal of Adolescence*, 69, 163-174. <https://doi.org/10.1016/J.ADOLESCENCE.2018.10.004>
- Goetz, J. L., Keltner, D., & Simon-Thomas, E. (2010). Compassion: An evolutionary analysis and empirical review. *Psychological Bulletin*, 136(3), 351-374. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/a0018807>
- Golino, H. F., & Epskamp, S. (2017). Exploratory graph analysis: A new approach for estimating the number of dimensions in psychological research. *PLOS ONE*, 12(6), e0174035. <https://doi.org/10.1371/JOURNAL.PONE.0174035>
- González, A., Rivera, S., Velasco, P., Méndez, F., & Jaen, C. (2021). Escala de autoestima de Rosenberg: revisión de

- sus propiedades psicométricas y estructura en adultos mexicanos. En: Armenta, C., Domínguez, A., & Cuz, C., (Eds). *Psicología Social Mexicana*. 559-574. Universidad Iberoamericana.
- Gouveia, M. J., Canavarro, M. C., & Moreira, H. (2019). Associations between mindfulness, self-compassion, difficulties in emotion regulation, and emotional eating among adolescents with overweight/obesity. *Journal of Child and Family Studies*, 28(2), 273–285. <https://doi.org/10.1007/s10826-018-1239-5>
- Holas, P., Shevchuk, Y., Rusanowska, M., Krejtz, I., Nezelek, J., & Jankowski, T. (2024). The Polish adaptation of the Self-Compassion Scale Short Form. *Psychiatria Polska*, 58(4), 637–651. <https://doi.org/10.12740/PP/172115>
- Hu, L. T., & Bentler, P. M. (1995). Evaluating model fit. In R. H. Hoyle (Ed.), *Structural equation modeling: Concepts, issues, and applications* (pp. 76–99). Sage Publications.
- Huang, L., Chen, Z., Jiang, W., Qu, D., Wang, Y., Fang, X., Han, H., Huang, C., Li, Z., & Chi, X. (2022). Validation of the Chinese version of Self-Compassion Scale for Youth (SCS-Y). *Mindfulness*, 13(12), 3166–3178. <https://doi.org/10.1007/s12671-022-02024-0>
- IBM Corporation. (2010). IBM SPSS statistics for windows (Version 27.0) [Software].
- Jordan Muiños, F. M. (2021). Valor de corte de los índices de ajuste en el análisis factorial confirmatorio. *Revista de Investigación en Psicología Social*, 7(1). <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=672371335005>
- Karakasidou, E., Pezirkianidis, C., Stalikas, A., Eirini, K., Christos, P., Michael, G., & Anastasios, S. (2017). Validity, reliability, and factorial structure of the Self Compassion Scale in the Greek population. *Journal of Psychology & Psychotherapy*, 7(4). <https://doi.org/10.4172/2161-0487.1000313>
- Karakasidou, E., Raftopoulou, G., Pezirkianidis, C., & Stalikas, A. (2021). Validity, reliability and factorial structure of the Self Compassion Scale-Youth Version in the Greek population. *Psychology*, 12(04), 536–553. <https://doi.org/10.4236/psych.2021.124033>
- Kelly, A. C., Vimalakanthan, K., & Miller, K. E. (2014). Self-compassion moderates the relationship between body mass index and both eating disorder pathology and body image flexibility. *Body Image* 11(4), 446–453. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2014.07.005>
- Kocur, D., Flakus, M., & Fopka-Kowalczyk, M. (2022). Validity and reliability of the Polish version of the Self-Compassion Scale and its correlates. *PLOS ONE*, 17. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0267637>
- Levantini, V., Bertacchi, I., Magno, A., Privitera, G. D., Rinaldi, A., Zara, N., & Muratori, P. (2025). The Self-Compassion Scale Short Form for children aged 8–12: Validation of the Italian version. *Children*, 12(1). <https://doi.org/10.3390/children12010084>
- López, A., Mondragón, R., Sánchez, R., & Moreno, A. B. (2023). Propiedades psicométricas de la Escala de Autocompasión (SCS) en México. *Psicología y Salud*, 33(1), 217–228. <https://doi.org/10.25009/pys.v33i1.2785>
- López, A., Sanderman, R., Smink, A., Zhang, Y., Eric, V. S., Ranchor, A., & Schroevers, M. J. (2015). A reconsideration of the self-compassion scale's total score: Self-compassion versus self-criticism. *PLOS ONE*, 10(7). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0132940>
- Maldonado-Suárez, N., & Santoyo-Telles, F. (2024). Validez de contenido por juicio de expertos: Integración cuantitativa y cualitativa en la construcción de instrumentos de medición. *REIRE: Revista d'Innovació i Recerca en Educació*, 17(2), 1–19. <https://doi.org/10.1344/reire.35693>
- Maraldo, T. M., Zhou, W., Dowling, J., & Vander Wal, J. S. (2016). Replication and extension of the dual pathway model of disordered eating: the role of fear of negative evaluation, suggestibility, rumination, and self-compassion. *Eating Behaviors*, 23, 187–194. <http://dx.doi.org/10.1016/j.eatbeh.2016.10.0081471-0153/>
- Martell, J., García, C. H., Daniel-González, L., Sánchez, P., & Mendoza, A. (2018). Estructura factorial de la escala de satisfacción con la vida y validez convergente con la escala de calidad de vida en preparatorianos mexicanos. *Revista de Psicología y Ciencias del Comportamiento de la Unidad Académica de Ciencias Jurídicas y Sociales*, 9(2), 30–45. <https://www.scielo.org.mx/pdf/rpcc/v9n2/2007-1833-rpcc-9-02-30.pdf>
- Martínez-Ramos, N., Cárdenas, L., & Aguirre-Acevedo, D. C. (2022). Colombian adaptation of the Self-Compassion Scale (SCS). *Psicothema*, 34(4), 621–630. <https://doi.org/10.7334/psicothema2022.86>
- Maya, J., Arcos-Romero, A. I., Rodríguez-Carrasco, C. R., & Hidalgo, V. (2024). Psychometric properties of Self-Compassion Scale Short Form (SCS-SF) in Spanish adolescents. *Heliyon*, 10(16). <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e36331>
- Miyagawa, Y., Tóth-Király, I., Knox, M. C., Taniguchi, J., & Niiya, Y. (2022). Development of the Japanese version of the State Self-Compassion Scale (SSCS-J). *Frontiers in Psychology*, 12, 1–14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.779318>
- Nazari, N., Hernández, R. M., Ocaña-Fernandez, Y., & Grifiths, M. D. (2022). Psychometric validation of the Persian Self-Compassion Scale Youth version. *Mindfulness*, 13(2), 385–397. <https://doi.org/10.1007/s12671-021-01801-7>
- Neff, K. (2003). The development and validation of a scale to measure self-compassion. *Self and Identity*, 2, 223–250. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1080/15298860309027>

- Neff, K. D., Bluth, K., Tóth-Király, I., Davidson, O., Knox, M. C., Williamson, Z., & Costigan, A. (2021b). Development and validation of the Self-Compassion Scale for Youth. *Journal of Personality Assessment*, 103(1), 92–105. <https://doi.org/10.1080/00223891.2020.1729774>
- Neff, K. D., Tóth-Király, I., Knox, M. C., Kuchar, A., & Davidson, O. (2021a). The development and validation of the State Self-Compassion Scale (Long-and Short Form). *Mindfulness*, 12, 121–140. <https://doi.org/10.1007/s12671-020-01505-4>
- Neff, K. D., Whittaker, T. A., & Karl, A. (2017). Examining the factor structure of the Self-Compassion Scale in four distinct populations: ¿Is the use of a total scale score justified? *Journal of Personality Assessment*, 99(6), 596–607. <https://doi.org/10.1080/00223891.2016.1269334>
- Nunnally, J. (1978). *Psychometric Theory*. McGraw-Hill.
- Petrocchi, N., Ottaviani, C., & Couyoumdjian, A. (2014). Dimensionality of self-compassion: Translation and construct validation of the self-compassion scale in an Italian sample. *Journal of Mental Health*, 23(2), 72–77. <https://doi.org/10.3109/09638237.2013.841869>
- Pullmer, R., Chung, J., Samson, L., Balanji, S., & Zaitsoff, S. (2019). A systematic review of the relation between self-compassion and depressive symptoms in adolescents. *Journal of Adolescence*, 74, 210–220. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2019.06.006>
- Pullmer, R., Coelho, J. S., & Zaitsoff, S. L. (2019). Kindness begins with yourself: The role of self-compassion in adolescent body satisfaction and eating pathology. *International Journal of Eating Disorders*, 52(7), 809–816. <https://doi.org/10.1002/eat.23081>
- Raes, F., Pommier, E., Neff, K. D., & van Gucht, D. (2011). Construction and factorial validation of a short form of the Self-Compassion Scale. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 18(3), 250–255. <https://doi.org/10.1002/cpp.702>
- Rahimi-Ardabili, H., Reynolds, R., Vartanian, L. R., McLeod, L. V. D., & Zwar, N. (2018). Systematic review of the efficacy of interventions that aim to increase self-compassion on nutrition habits, eating behaviours, body weight and body image. *Mindfulness*, 9(2), 388–400. <https://doi.org/10.1007/s12671-017-0804-0>
- R Core Team (2020). R: A language and environment for statistical computing. R Foundation for Statistical Computing, Vienna, Austria. <https://www.R-project.org/>.
- RStudio Team (2018). RStudio: Integrated Development for R. RStudio, PBC, Boston, MA. <http://www.rstudio.com/>
- Rahman, M. M., Huq, M. M., Shakib, S., & Shahrier, M. A. (2023). Psychometric evaluation of the Bangla version of the Self-Compassion Scale-Short Form (SCS-SF). *Mindfulness*, 14(11), 2795–2806. <https://doi.org/10.1007/s12671-023-02237-x>
- Rodríguez-Rodríguez, J., & Reguant-Álvarez, M. (2020). Calcular la fiabilidad de un cuestionario o escala mediante el SPSS: el coeficiente alfa de Cronbach. *REIRE: Revista d'Innovació i Recerca en Educació*, 13(2). <https://doi.org/10.1344/reire2020.13.230048>
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton University Press.
- Ruíz, A. O., González Arratia, N. I., González, S., Torres, M. A., & Vázquez, R. (2021). Más allá de la apariencia: Imagen corporal asociada a las actitudes y conductas de riesgo de trastorno alimentario en adolescentes. *Revista de Psicología de la Universidad Autónoma del Estado de México*, 10(19), 107–123. <https://revistapsicologia.uaemex.mx/article/view/16054>
- Souza, L. K., & Hutz, C. S. (2016). Adaptation of the self-compassion scale for use in Brazil: Evidences of construct validity. *Temas Em Psicologia*, 24(1), 159–172. <https://doi.org/10.9788/TP2016.1-11>
- Strauss, C., Lever Taylor, B., Gu, J., Kuyken, W., Baer, R., Jones, F., & Cavanagh, K. (2016). What is compassion and how can we measure it? A review of definitions and measures. *Clinical Psychology Review*, 47, 15–27. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2016.05.004>
- Sutton, E., Schonert-Reichl, K. A., Wu, A. D., & Lawlor, M. S. (2018). Evaluating the reliability and validity of the Self-Compassion Scale Short Form adapted for children ages 8–12. *Child Indicators Research*, 11(4), 1217–1236. <https://doi.org/10.1007/s12187-017-9470-y>
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics* (6th ed.). Pearson.
- Theurel, A. & Gentaz, E. (2018). The regulation of emotions in adolescents: Age differences and emotion-specific patterns. *PLOS ONE*, 13(6). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0195501>
- Tóth-Király, I., Bóthe, B., & Orosz, G. (2017). Exploratory structural equation modeling analysis of the Self-Compassion Scale. *Mindfulness*, 8(4), 881–892. <https://doi.org/10.1007/s12671-016-0662-1>
- Travezaño-Cabrera, A., & Elguera-Cuba, A. (2022). Evidencias preliminares de validez y confiabilidad de una escala breve de autocompasión en adolescentes peruanos. *ACADEMO Revista de Investigación En Ciencias Sociales y Humanidades*, 9(2), 209–216. <https://doi.org/10.30545/academo.2022.jul-dic.8>
- Truong, Q. C., Nguyen, T. M., Nguyen, A. H., Medvedeva, A., & Medvedev, O. N. (2022). Investigating stable and dynamic aspects of the Vietnamese Self-Compassion Scale using generalizability theory. *Mindfulness*, 13(9), 2215–2226. <https://doi.org/10.1007/s12671-022-01950-3>

- Ümmet, D., Ekşi, H., & Ünal, H. (2012). Review the adaptation of the State Self-Compassion Scale Long and Short Form to Turkish culture: Validity and reliability study. *International Journal of Educational Research Review*, 8(3), 610-622. <https://doi.org/10.24331/ijere.1239297>
- Villalobos-Hernández, A., Bojórquez-Chapela, I., Hernández-Serrato, M. I., & Unikel-Santoncini, C. (2023). Prevalencia de conductas alimentarias de riesgo en adolescentes mexicanos. *Salud Pública de México*, 65(Supl 1), 96-101. <https://doi.org/10.21149/14800>
- Wasyliw, L., MacKinnon, A. L., & MacLellan, A. M. (2012). Exploring the link between self-compassion and body image in university women. *Body Image*, 9(2), 236-245. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2012.01.007>
- Webb, J. B., & Forman, M. J. (2013). Evaluating the indirect effect of self-compassion on binge eating severity through cognitive-affective self-regulatory pathways. *Eating Behaviors*, 14(2), 224-228. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2012.12.005>