



UNIVERSIDAD DE JAÉN

Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación

Trabajo Fin de Grado

La felicidad y el bienestar psicológico en adolescentes

Alumno: Noelia Moreno Merino

Tutor: Lourdes Espinosa Fernández
Dpto: Psicología

Octubre, 2018

INDICE

RESUMEN	1
ABSTRACT	1
1. INTRODUCCIÓN.....	2
2. METODOLOGÍA.....	8
2.1 Participantes	8
2.2 Instrumentos	8
2.3 Procedimiento	10
3.RESULTADOS	11
3.1 Medias y desviaciones típicas.....	11
3.2 Correlaciones sin diferenciar géneros.....	12
3.3 Correlaciones en la muestra de chicos.....	18
3.4. Correlaciones en la muestra de chicas	22
3.5. Diferencias entre chicos y chicas.....	28
3.6 Descriptivos y frecuencias de las variables cualitativas.....	28
4. DISCUSIÓN	33
5. REFERENCIAS	37
ANEXO 1 Comisión ética	43
ANEXO 2 Cuestionario sociodemográfico	44

RESUMEN

El objetivo de este estudio es analizar las dimensiones que inciden en el Bienestar psicológico y felicidad y que medias presentan nuestros adolescentes a través de diferentes instrumentos (Escala de autoestima de Rosenberg, cuestionario de elaboración propia, EQ-i: YV, PANASN, escala de Bienestar psicológico de Ryff, escala de satisfacción con la vida y KIDSCREEN-52). En el estudio han participado 110 alumnos del Instituto de Educación Secundaria y Bachillerato Ramón Giraldo, de Villanueva de los Infantes (Ciudad Real), con edades comprendidas entre 15 y 20 años. Los análisis aportan resultados significativos, con puntuaciones media-altas en Bienestar psicológico.

Palabras clave: Felicidad, bienestar psicológico y adolescentes.

ABSTRACT

The goal of this study is to analyse the dimensions that impact the psychological well-being and happiness of adolescents and how they score in each of these areas through the use of different tools (Rosenberg Self Esteem Scale, questionnaire created by author, EQ-i: YV, PANASN , Ryff Psychological Well-Being scale, Satisfaction with Life Scale and KIDSSCREEN-52). One hundred and ten secondary students between the ages of 15 and 20 from the Institute of Secondary education and Bachillerato Ramon Giraldo both located in Villanueva de los Infantes, (Ciudad Real) have participated in this study. The data demonstrate significant results, with mid to high scores in psychological well-being.

Key words: Happiness, psychological well-being and teenagers.

1. INTRODUCCIÓN

Hoy en día la felicidad tiene miles de definiciones, hay mucha controversia en todas las sociedades de nuestra historia, todo el mundo sabe lo que es, pero para cada uno puede ser diferente. Si retrocediéramos en el tiempo y nos encontrásemos con el filósofo griego Sócrates (470 a.C. -399 a.C) este nos diría: “El secreto de la felicidad no se encuentra en la búsqueda de más, sino en el desarrollo de la capacidad para disfrutar de menos”. Para él, la felicidad la podemos encontrar en los pequeños placeres sin ir en busca de una recompensa exterior, es decir, esta viene de recompensas internas. El discípulo de Platón, Aristóteles, hacía referencia a la autorrealización “La felicidad depende de nosotros mismos” (384 a.C-322 a.C). Hace más de 2.000 años también se hacía referencia al “locus de control”. Para este filósofo, el locus interno era primordial para conseguir la felicidad “Las grandes bendiciones de la humanidad están dentro de nosotros y a nuestro alcance”. “El sabio se contenta con su suerte, sea cual sea, sin desear lo que no tiene” Séneca (4 a.C. – 65 d.C). (Conrado, 2018).

Después de dos siglos no nos hemos puesto de acuerdo para definir exactamente el concepto de felicidad, ya que es un término muy subjetivo. Evaluar la felicidad y crear un test estandarizado es algo muy difícil, por lo cual, cuando se desea medir se utilizan varias dimensiones o factores que pueden influir en ella. Por ello, se han estudiado conceptos que pueden aludir a la felicidad en la literatura psicológica actual: bienestar psicológico, bienestar subjetivo, calidad de vida, entre otros.

Oishi hace referencia a la felicidad con “conceptos como alegría, satisfacción o estar bien, por lo que desde la tradición hedónica se acuñó el término de bienestar subjetivo como expresión científica para describir la evaluación que hace el individuo de su vida” (Oishi, 2012). La evaluación recoge varios factores cognitivos y afectivos según la percepción personal. (Oishi, Diener y Lucas, 2007). Por otro lado, la Organización mundial de la salud hace referencia al concepto de salud en 1948, como “un estado de completo bienestar físico, psíquico y social y no meramente la ausencia de enfermedad”.

¿Los adolescentes españoles son felices? Un estudio realizado por la universidad de Sevilla que midió la satisfacción vital de los adolescentes ha demostrado que España se encuentra entre los cinco primeros países con adolescentes más felices de los cuarenta países occidentales estudiados (Camero, 2014).

En otro estudio más reciente, coordinado por Federico Javaloy para el INJUVE sobre el bienestar y la felicidad de la juventud española, se ha mostrado que los jóvenes españoles se sentían felices, tenían una puntuación media de 7,4 siendo 10 la máxima puntuación. (Javaloy, 2007).

Según la psicología positiva los constructos bienestar psicológico y bienestar subjetivo aluden a dos aproximaciones distintas en el estudio del bienestar: la primera propone que el bienestar consta de una vida plena, centrada en el estudio del crecimiento personal, más concretamente en la autorrealización y en el propósito de la vida. Por lo cual, el bienestar psicológico es denominado bienestar eudaimónico, y el modelo teórico más admitido sobre el bienestar psicológico es el multidimensional de Carol Ryff. Por otro lado, la segunda, se centra en la experiencia de satisfacción con la propia vida, es decir, la satisfacción vital percibida y el balance afectivo, esto es lo que denominamos como corriente hedonista. Muchas de las investigaciones sobre el bienestar están más cercanas a la tradición hedonística. (Lucas, Diener y Suh, 1996). Por lo tanto, el bienestar subjetivo incluye dos elementos, los juicios cognitivos sobre la satisfacción con la vida y las evaluaciones afectivas sobre las emociones, que son paralelas a la felicidad subjetiva. En conclusión el BS hace referencia a las conclusiones que cada persona piensa y siente sobre su vida (Padrós, Martínez, Gutiérrez-Hernández y Medina, 2010).

En el campo de la Psicología positiva los temas que se plantea a nivel subjetivo son: las experiencias subjetivas, como el bienestar, la satisfacción sobre el pasado, la alegría para el presente, la esperanza y el optimismo por el futuro. Sin embargo, a nivel individual son: la capacidad de amar, perseveración, perdón, originalidad, talento, sabiduría, etc. En cuanto nivel grupal, hace referencia a las virtudes cívicas y las instituciones como la responsabilidad, la moderación, el altruismo, la ética, etc. (Seligman y Csikszentmihalyi, 2000).

Así mismo, la Psicología positiva destaca la importancia de la percepción, los sentimientos positivos de uno mismo, el control personal y una visión positiva, los cuales son recursos que mejoran las dificultades del día a día, además de ayudar a las personas a afrontar mejor las situaciones estresantes (Taylor, Kemeny, Reed, Bower y Gruenewald 2000). Además se ha demostrado que las personas dispuestas a perdonar, las que son más generosas, comprensivas, decididas, creativas, sociales y colaboradoras

son más felices y también son menos hostiles, abusadoras y vulnerables a las enfermedades. (Myers, 1993)

En la actualidad, la psicología como disciplina estudia la satisfacción con la vida, como un factor de gran interés y un buen indicador de bienestar psicológico y de la calidad de vida. Hay una gran correlación, es decir, cuando una persona tiene una gran satisfacción con la vida tiene la probabilidad de tener menos enfermedades físicas y mentales y mayor felicidad y mayor calidad de vida (Diener, 1994; Michalos, 1986). Para obtener una satisfacción vital es importante desarrollar un bienestar eudaimónico, estableciendo unas metas personales alcanzables, y sobre todo metas intrínsecas (Vázquez y Hervás, 2008). En la calidad de vida se pueden encontrar componentes subjetivos que están divididos en carácter emocional y afectivo, como son los afectos positivos y afectos negativos, y de carácter cognitivo, como es la satisfacción con la vida (Moyano y Ramos, 2007).

El afecto negativo que incluye emociones y estados de ánimo con un contenido subjetivo desagradable (la ira, tristeza, ansiedad, preocupación...) y el afecto positivo que incluye estados de ánimo y emociones con un contenido subjetivo agradable (alegría, cariño, gozo, interés por las cosas...) son factores que influyen en la felicidad, por ejemplo: tanto la ansiedad como la depresión se asocian a un nivel elevado de afecto negativo, y a su vez, la depresión también se puede asociar a niveles bajos de afecto positivo (Tellegen, 1985).

La satisfacción con la vida se relaciona con la autoestima. Varios autores han puesto de manifiesto que una elevada autoestima se relaciona con una mayor satisfacción con la vida del adolescente, y por el contrario, una baja autoestima se correlaciona con una insatisfacción con la vida (Furr y Fander, 1998; Huebner, 1991a, 1991b; Lewinsohn, Redner y Seeley, 1991).

La autoestima es primordial para mantener buenas relaciones personales, para el aprendizaje y para la responsabilidad personal. Un adolescente con poca autoestima evitará situaciones y acciones que le provoquen ansiedad, no se sentirá valorado por los demás, se dejará influir por otros niños e incluso les echará la culpa de su propia debilidad. El adolescente o niño busca en los demás la aceptación y el apoyo que no encuentra en sí mismo. En cambio, un niño con mucha autoestima se sentirá satisfecho con sus resultados, no dependerá de los demás, asumirá responsabilidades, aceptará el fracaso y comenzará nuevos retos con empeño. Por consiguiente, la autoestima es un

factor importante para conseguir el éxito en el colegio, un niño con una alta autoestima aunque con una inteligencia media puede conseguir grandes resultados, sin embargo un niño con baja autoestima y con una inteligencia superior puede obtener peores resultados, esto puede deberse a la pérdida de motivación y el interés, el niño se enfoca en sentimientos de sí mismo (Clemes, y Bean, 1993).

La Psicología positiva también ha demostrado una relación verdadera con la Inteligencia Emocional (Seligman, Steen, Park, y Peterson, 2005). Según Salovey y Mayer la inteligencia emocional es la "capacidad de las personas para atender y percibir los sentimientos de forma apropiada y precisa, para asimilarlos y comprenderlos de manera adecuada y para regular y modificar el estado de ánimo propio y el de los demás" (Extremera, N. y Fernández-Berrocal, P. (2005). Una persona optimista, realista, flexible y exitosa para solucionar problemas y enfrentarse al estrés sin olvidar el control, se puede decir que es una persona emocionalmente inteligente (Bar-On, 1997). Numerosos estudios han demostrado diferencias según el género en IES. Descubrieron que las mujeres tenían mejores resultados en empatía y en atención emocional, y en cambio los hombres puntuaban más en regulación emocional (Bar On, 1997; Bar-On y Parker, 2000; Goleman, 1998).

Ryff (1989^a, 1989b) determinó la existencia de 6 dimensiones dentro del constructo de bienestar psicológico; entre ellas se encuentra la auto-aceptación que es una de las competencias principales para el crecimiento psicológico positivo (Keyes, 1998). Las relaciones positivas son también importantes para el bienestar. El mantener relaciones sociales estables y tener amigos es un elemento primordial para el bienestar (Allard, 1996). En cuanto a la autonomía, las personas que la tienen resisten mayor presión social y auto- regulan su conducta (Ryff y Keyes, 1995). Otra dimensión es el dominio del entorno, los individuos que creen tener mayor control sobre lo que les rodea se sienten más capaces de predominar sobre el ambiente. Además la gente que se propone una meta y va superando obstáculos ven la vida con más sentido, por lo tanto, es necesario un propósito en la vida que es otra de las dimensiones que recoge la escala. Por último, otra dimensión es el crecimiento personal que hace referencia al desarrollo y a la potencialización de las cualidades de cada uno es una forma más de aumentar el bienestar (Keyes, 2002).

En los apartados siguientes se muestran la relación existente entre varios ámbitos (la familia, el dinero y las nuevas tecnologías) y la felicidad.

1.1 Familia

Uno de los ámbitos que influye en nuestro bienestar es la familia. Es un punto importante que condiciona el bienestar de los integrantes, sobre todo según la percepción que tengan ellos sobre el núcleo familiar, por ejemplo como ven ellos mismos la capacidad de adaptarse a nuevas situaciones de sus etapas vitales y también sobre su progreso. Una familia desestructurada se puede vincular a problemas conductuales o psicológicos y además, una mala comunicación entre los miembros de la familia se asocia a una baja autoestima. (Musitu, Buelga, Lila y Cava, 2001).

1.2 Dinero

El dinero también es importante para nuestro día a día pero ¿Cuánto lo es? ¿Depende nuestro bienestar del dinero que tengamos? ¿El dinero es importante para ser feliz? En un estudio de la universidad de Michigan se les preguntaba a los estudiantes qué podría mejorar su calidad de vida, la mayoría contestaron que “más dinero mejoraría su calidad de vida” (Campbell, 1981). Realmente existe un estereotipo social que explica que somos más felices en función de cómo aumentan nuestros ingresos (Sen, 2009), pero las investigaciones nos dicen que la felicidad no está asociada a los ingresos económicos (Cuadra y Florenzano, 2003; Layard, 2005; Oshio y Kobayashi, 2011; Rojas, 2004).

1.3 Nuevas tecnologías

Otro de los ámbitos son las nuevas tecnologías. ¿Las tecnologías influyen realmente en nuestro bienestar? Las nuevas tecnologías tienen efectos negativos sobre el bienestar. Es muy relevante el uso que hacen los adolescentes de internet, aunque el tiempo de conexión varía según la edad y el sexo, las chicas tienden a conectarse más que los chicos. (Fundación Catalana per a la Recerca, 2004). En cambio, en cuanto a los videojuegos los chicos tienen mayor preferencia que las chicas (Castellana, Sánchez-Carbonell, Beranuy y Graner, 2006). Su excesivo uso se debe a la comodidad, al fácil acceso y asequibilidad y además te permiten jugar de forma solitaria pero también en grupo. Los videojuegos interfieren en la autoestima, en la confianza de uno mismo, incluso en la capacidad de superación y son emocionalmente excitantes para quienes los usan. Al igual que los videojuegos, internet es atractivo porque puede existir una relación virtual tanto con amigos como con desconocidos y permite encubrir la identidad personal porque al no haber comunicación no verbal la experiencia puede ser

más placentera. Además disminuye el aburrimiento, la ansiedad, depresión y la tensión (Fiel, 2001). Con el paso del tiempo, un abuso excesivo de internet se manifiesta en graves efectos negativos como la disminución del rendimiento, fracaso escolar, abandono de estudios y el propio interés. También se presentan sentimientos de culpa y una baja autoestima. El adolescente cree que el único lugar donde se puede sentir bien es en Internet, aunque al pasar cada vez más tiempo en este tiende a sentirse más sólo y el bienestar psicológico es menor. (Young, 1989).

DIFERENCIAS DEL BIENESTAR PSICOLÓGICO SEGÚN EL GÉNERO

Varios estudios que analizan la relación entre estilos y estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes encuentran diferencias respecto al género. Las mujeres tienen mayores estrategias de afrontamiento y los hombres tienen mayor puntuación en habilidades para afrontar los problemas (Bernabeu, Casullo, Gonzalez, y Montoya, 2002). También se encuentra otras diferencias significativas como que los hombres exhiben mejores niveles en autoaceptación y autonomía que las mujeres y por otro lado, las mujeres tienen mayores niveles en el crecimiento personal. En cambio, para el dominio del entorno y propósito en la vida no encuentran diferencias (Zubieta, Fernández, y Sosa, 2012). Sin embargo, otro estudio realizado con inmigrantes sudamericanos sí que encuentra diferencias en los niveles de la dimensión de propósito en la vida y crecimiento personal. Los hombres obtienen mejor puntuación que las mujeres y ellas las obtienen en el crecimiento personal (Yáñez y Cárdenas, 2010).

Tras la recopilación de todo lo precedente se decide estudiar la felicidad y el bienestar psicológico de los adolescentes, ya que esto conlleva a tener buena salud mental tal y como lo define la organización mundial de la salud que hemos expuesto anteriormente. La salud mental implica sentirnos bien, manejar nuestros sentimientos, la regulación del estrés, la mejora de las relaciones sociales, saber enfrentarnos a los problemas de la vida, etc. Por ello, el objeto de la investigación es evaluar el bienestar psicológico de los adolescentes analizando la media y puntuaciones máximas y mínimas de bienestar que estos tienen. Otro objetivo es saber si existe relación entre todas las subescalas de los cuestionarios realizados psicológico (autoestima, calidad de vida, satisfacción con la vida, afecto positivo, etc.). Todas ellas son factores que inciden en el buen bienestar. Y por último, que variables del cuestionario sociodemográfico influyen en las variables de la felicidad o en el bienestar psicológico. En los siguientes apartados se expone la

metodología llevada a cabo, se describe nuestra muestra, los instrumentos utilizados y el procedimiento que hemos llevado a cabo para realizar esta investigación.

2 MÉTODOLÓGÍA

El presente trabajo es un estudio empírico, un modelo de investigación científica, ya que hemos recogido datos producidos por la experiencia de nuestros participantes.

Para llevar a cabo la investigación hemos utilizado cuestionarios administrados a nuestra muestra de forma anónima. Nuestro objeto de estudio es externo con la finalidad de conseguir la máxima objetividad y fiabilidad. La mayoría de los datos que se han recogido han sido cuantitativos. A continuación, hemos realizado un análisis y tras ello, hemos presentado en una tabla la información de las medias, puntuaciones mínimas y máximas, y las relaciones entre variables/subescalas de los cuestionarios administrados de forma descriptiva.

2.1 Participantes

La muestra (población) está compuesta por 110 alumnos del Instituto de Educación Secundaria y Bachillerato Ramón Giraldo, de Villanueva de los Infantes (Ciudad Real), de los cuales 53 son varones y 57 mujeres, con edades comprendidas entre 15 y 20 años. (Media= 13,93 y desviación típica= 3,46)

De los sujetos 50 estudian 4º ESO (25 chicos y 25 chicas) 13 un ciclo de Grado Medio (6chicos y 7chicas), y 47 Bachillerato (23 chicos y 24chicas).

2.2 Instrumentos

Los instrumentos utilizados para la evaluación fueron los siguientes:

-Cuestionario de elaboración propia para este estudio, compuesto por 23 preguntas en las que se recoge información de varios ámbitos, desde datos personales (edad, curso, si vivía con sus padres, etc.), hasta si tenía algún propósito en general o cuantas horas usan el móvil (ver anexo 2).

-EQ-i : YV (*Emotional Quotient Inventory Youth Version*, Bar-On y Parker (2000) adaptado al castellano por Ferrándiz, Hernández, Bermejo, Ferrando y Sáinz (2012).

Inventario de inteligencia emocional para niños y adolescentes. El objetivo es medir el comportamiento emocional y socialmente inteligente. Consta de 60 ítems agrupados en 5 subescalas: intrapersonal (6), interpersonal (12), adaptabilidad (10), manejo de estrés (12) y humor general (14). Se le pide a la persona que elija una de las 4 opciones de respuesta que van desde 1 (nunca me pasa) a 4 (siempre me pasa). Consistencia interna ($\alpha=0.9$).

-Escala de autoestima de Rosemberg (1965). Mide la autoestima personal, es decir, evalúa el sentimiento que la persona tiene de sí misma. Está compuesta por 10 ítems, 5 positivos y 5 negativos. El sujeto debe marcar según una escala tipo Likert una de las cuatro opciones de respuestas que más apropiada vea, comprendidas desde 1 (muy de acuerdo) hasta 4 (muy en desacuerdo). Consistencia interna ($\alpha=0.87$).

-Escala de Bienestar psicológico de Ryff (1989). Adaptada al español por Darío Díaz, Raquel Rodríguez Carvajal, Amalio Blanco, Bernardo Moreno-Jiménez, Ismael Gallardo, Carmen Valle y Dirk van Dierendonck (2006). Está compuesta por 39 ítems. Los participantes responden según una escala tipo Likert con 6 alternativas que oscilan desde 1 (totalmente en desacuerdo) hasta 6 (totalmente de acuerdo). Está compuesta por 6 dimensiones: la auto-aceptación, el crecimiento personal, el propósito en la vida, las relaciones positivas con otros, el dominio ambiental y la autonomía. Fiabilidad de alfa de cronbach de 0.84 a 0.7.

-Escala PANASN de Watson, Clark y Tellegen, (1988), fue adaptada por Sandín (1997). Es un cuestionario para niños y adolescentes formado por 20 elementos, de los cuales 10 evalúan el afecto positivo y los otros 10 el afecto negativo. Se realiza señalando una de las tres alternativas de respuesta (1 nunca, 2 a veces o 3 muchas veces) en función de cómo se siente y/o actúe normalmente. La versión española tiene un coeficiente de fiabilidad de 0.8.

-Escala de satisfacción con la vida, de Diener, Emmons, Larsen y Griffin (1985). Adaptada al castellano por Atienza, Pons, Balaguer, y García-Merita, (2000). El objetivo de la escala es evaluar los aspectos cognitivos del bienestar para obtener un índice de felicidad subjetiva. Se puede aplicar a jóvenes y adultos y consta de 5 afirmaciones con respuesta de formato Likert. El adolescente debe de marcar en función de las 7 categorías de respuestas que oscilan desde si está totalmente de acuerdo que equivale a una puntuación de 7 hasta si está totalmente en desacuerdo con una puntuación de 1 en ese ítem. La fiabilidad de la escala a través de alfa fue de 0.82.

-KIDSCREEN-52, (The KIDSCREEN Group), Berra, Bustingorry, Henze, Díaz, Rajmil, & Butinof, (2009) desarrollado simultáneamente en trece países europeos entre ellos España. Es un cuestionario multidimensional creado exclusivamente para niños y jóvenes. El objetivo es analizar la calidad de vida relacionada con la salud y el bienestar subjetivo. Compuesto por 52 ítems repartidos en 10 dimensiones: Bienestar físico (5 ítems), bienestar psicológico (6 ítems), estado de ánimo (7 ítems), autopercepción (5 ítems), autonomía (5 ítems), relación con los padres y vida familiar (6 ítems), recursos económicos (3 ítems), amigos y apoyo social (6 ítems), entorno escolar (6 ítems) y aceptación social (Bullying) (3 ítems). Los participantes deben marcar 1 (nunca o nada), 2 (casi nunca o un poco), 3 (algunas veces o moderadamente), 4 (casi siempre o mucho) y 5 (siempre o muchísimo) en función de lo que le representa a él mismo. Los coeficientes alfa de Cronbach varían entre 0,74 y 0,86.

2.3 Procedimiento

Para realizar esta investigación, primero se ha seleccionado un tema de interés, en este caso es la felicidad y el bienestar psicológico en adolescentes y posteriormente se ha efectuado una revisión bibliográfica para conseguir información sobre ello.

En cuanto a la evaluación, los instrumentos que hemos utilizado para recoger los datos que hemos querido analizar, han sido cuestionarios en los que se evalúan variables, factores y dimensiones que interfieren en la felicidad. Estos se les administraron a un Instituto de Secundaria donde también se desarrollaban ciclos formativos. Se eligió este Instituto para tener más diversidad en los resultados. Teniendo la autorización del comité de ética y antes de administrar los cuestionarios pedimos el consentimiento firmado por los padres que se les entregó una semana antes. Los cuestionarios se administraron en Marzo, se realizaron en 6 clases diferentes, entre ellas se cursaba 4º E.S.O, Bachillerato y un Ciclo formativo. La duración de la realización de los cuestionarios era sobre una hora.

Después, se corrigieron todos los cuestionarios y se analizaron los datos exponiendo los resultados en los siguientes apartados.

3. RESULTADOS

Los resultados que vamos a mostrar a continuación son las medias, desviaciones típicas, puntuaciones máximas y mínimas obtenidas en los instrumentos y las correlaciones de Pearson entre las diferentes dimensiones de los instrumentos, en primer lugar, sin diferenciar géneros y posteriormente, diferenciando entre géneros en las puntuaciones obtenidas.

3. 1. Medias y desviaciones típicas

En este apartado vamos a mostrar las medias y desviaciones típicas de nuestra muestra en general y por separación entre géneros, además también se muestra las puntuaciones máximas y mínimas de los cuestionarios (ver tabla 1).

Según los resultados podemos decir en general que la media de los adolescentes tienen puntuaciones medias-altas comparando las mínimas y las máximas. Por lo tanto, el resultado de nuestra muestra nos revela que presentan un alto nivel de autoestima y una alta inteligencia emocional, además se encuentran satisfechos con la vida manteniendo una alta calidad de vida, su bienestar psicológico es favorable al igual el afecto positivo

Tabla.1 Media y desviaciones típicas

	Media (desviación típica)			Puntuación máxima	Puntuación mínima
	Total (n=110)	Chicos (n=54)	Chicas (n=56)		
IE intrapersonal	13,93 (3,46)	13,80 (2,91)	14,05 (3,95)	24	6
IE interpersonal	37,48 (4,30)	36,63 (4,17)	38,30 (4,29)	48	12
IE estrés	31,18 (5,36)	32,39 (4,50)	30,02 (5,89)	48	12
IE adaptabilidad	26,93(4,30)	27,46 (3,97)	26,41 (4,57)	40	10
IE Estado de ánimo	43,38(6,69)	44,93 (6,15)	41,89 (6,9)	56	14
IE TOTAL	152,95 (16,15)	155,33 (13,52)	150,66 (18,16)	216	54
AUTOESTIMA	30,97 (4,89)	31,57 (4,44)	30,39 (5,25)	40	10
BP autoaceptación	25,82 (4,79)	26,35 (4,61)	25,30 (4,94)	36	6
BP relaciones positivas	26,74 (5,62)	26,22 (5,62)	27,23 (5,63)	36	6
BP autonomía	32,86 (6,11)	33,19 (5,58)	32,55 (6,63)	48	8
BP dominio del entorno	24,91 (4,70)	25,26 (4,50)	24,57 (4,91)	36	6
BP crecimiento personal	30,15 (4,85)	30,07 (4,77)	30,21 (4,96)	42	7
BP propósito en la vida	27,70 (4,59)	28,19 (4,23)	27,23 (4,91)	36	6
BP TOTAL	167,46 (23,11)	168,52 (22,58)	166,45 (23,76)	234	39
Afecto positivo	24,15 (3,29)	24,33 (3,17)	23,98 (3,43)	30	10
Afecto negativo	19,36 (3,14)	18,94 (3,09)	19,77 (3,15)	30	10
Satisfacción con la vida	23,05 (6,69)	22,26 (7,01)	23,82 (6,33)	35	7
Actividad física y salud	12,98 (4,31)	14,39 (3,85)	11,63 (4,33)	20	4
Sentimientos	22,25 (4,87)	22,50 (4,49)	22,00 (5,24)	30	6
Estado de ánimo	24,85 (6,13)	25,93 (5,84)	23,82 (6,29)	35	7
Acerca de ti	18,59 (3,95)	19,17 (3,39)	18,04 (4,38)	25	5
Tu tiempo libre	17,81 (4,45)	18,78 (4,52)	16,88 (4,22)	25	5
Tu vida en el hogar	23,85 (4,30)	24,28 (4,01)	23,45 (4,56)	30	6

Asuntos de dinero	12,79 (254)	12,78 (2,53)	12,80 (2,57)	15	3
Tus amigos	23,62 (4,64)	23,48 (4,82)	23,75 (4,5)	30	6
El colegio	21,18 (4,55)	21,09 (4,34)	21,27 (4,78)	30	6
Tú y los demás	13,54 (1,86)	13,57 (2,02)	13,50 (1,71)	15	3

3.2 Correlaciones sin diferenciar géneros

Las correlaciones de Pearson que se muestran a continuación son de los instrumentos que hemos utilizado en este apartado sin diferenciar por géneros.

3.2.1 Inteligencia emocional

3.2.1.1 Inteligencia emocional y Autoestima

El coeficiente de correlación de Pearson muestra la existencia de una relación positiva significativa entre las siguientes dimensiones de la IE con la autoestima. IE intrapersonal ($r=0,25;p=0,008$), IE interpersonal ($r=0,22; p =0,017$), IE estrés ($r=0,24;p=0,009$) IE adaptabilidad ($r=0,46;p=0,00$) IE estado de ánimo ($r=0,77;p=0,00$). También, una relación positiva con la IE Total ($r=0,64;p=0,00$).

3.2.1.2 Inteligencia emocional y Bienestar psicológico

Por lo que respecta a la relación con el bienestar psicológico (BP), los resultados muestran una relación positiva significativa entre las siguientes dimensiones de la IE con las diferentes dimensiones del BP:

IE intrapersonal con:

-BP autoaceptación ($r=0,24;p=0,011$), BP relaciones positivas ($r=0,23;p=0,013$), BP propósito en la vida ($r=0,31;p=0,001$) y BP total ($r=0,23;p=0,005$).

IE interpersonal con:

-BP relaciones positivas ($r=0,37;p=0,00$), BP autonomía ($r=0,24;p=0,009$), BP crecimiento personal ($r=0,28;p=0,003$), BP propósito en la vida ($r=0,20;p=0,035$) y BP total ($r=0,31;p=0,001$).

IE estrés con:

-BP autoaceptación ($r=0,22;p=0,017$), BP dominio del entorno($r=0,27;p=0,003$) y BP total ($r=0,20;p=0,033$).

IE Adaptabilidad con:

-BP autoaceptación ($r=0,38;p=0,00$), BP relaciones positivas ($r=0,45;p=0,00$), BP autonomía ($r=0,35;p=0,00$), BP dominio del entorno($r=0,35;p=0,00$), BP crecimiento personal ($r=0,28;p=0,002$), BP propósito con la vida ($r=0,42;p=0,00$) y BP total ($r=0,49;p=0,00$).

IE estado de ánimo con:

-BP autoaceptación ($r=0,76;p=0,00$), BP relaciones positivas ($r=0,45;p=0,00$), BP autonomía ($r=0,43;p=0,00$), BP dominio del entorno($r=0,51;p=0,00$), BP crecimiento personal ($r=0,34;p=0,00$), BP propósito en la vida ($r=0,53;p=0,00$) y BP total ($r=0,66;p=0,00$).

IE total con:

-BP autoaceptación ($r=0,59;p=0,00$), BP relaciones positivas ($r=0,48;p=0,00$), BP autonomía ($r=0,42;p=0,00$), BP dominio del entorno ($r=0,49;p=0,00$), BP crecimiento personal ($r=0,34;p=0,00$), BP propósito en la vida ($r=0,50;p=0,00$) y BP total ($r=0,62;p=0,00$).

3.2.1.3 Inteligencia emocional y afecto positivo y negativo

En relación al afecto positivo nos encontramos una relación positiva significativa con las siguientes dimensiones de la IE: IE intrapersonal ($r=0,23; p=0,012$), IE interpersonal ($r=0,41; p=0,00$), IE adaptabilidad ($r=0,51;p=0,00$) y IE estado de ánimo ($r=0,59;p=0,00$). También con IE total ($r=0,61;p=0,00$).

En cuanto al afecto negativo se ha encontrado una relación negativa significativa con las siguientes dimensiones de la IE: IE estrés ($r= -0,37;p=0,00$), IE adaptabilidad ($r= -0,29;p= 0,002$), IE estado de ánimo ($r= -0,54;p=0,00$). Con IE total también la relación es negativa ($r= -0,51;p=0,00$).

3.2.1.4 Inteligencia emocional y satisfacción con la vida

Por lo que respecta a la variable satisfacción con la vida, la IE muestra una relación positiva significativa en estos casos: IE estrés ($r=0,21;p=0,025$), IE adaptabilidad ($r=0,28;p=0,003$), IE estado de ánimo correlaciona significativamente con satisfacción con la vida ($r=0,48;p=0,00$), IE total ($r=0,38;p=0,00$).

3.2.1.5 Inteligencia emocional y calidad de vida.

Por lo que respecta a la calidad de vida, nos encontramos con estas relaciones positivas y significativas:

IE intrapersonal con sentimientos ($r=0,37;p=0,00$), estado de ánimo ($r=0,30;p=0,001$), vida en el hogar ($r=0,26;p=0,005$), asuntos de dinero ($r=0,21;p=0,022$), tus amigos ($r=0,25;p=0,006$) y el colegio ($r=0,25;p=0,007$).

IE interpersonal con sentimientos ($r=0,22;p=0,018$), vida en el hogar ($r=0,23;p=0,013$), asuntos de dinero ($r=0,25;p=0,006$), tus amigos ($r=0,38;p=0,00$) y el colegio ($r=0,24;p=0,001$).

IE estrés con sentimientos ($r=0,21;p=0,023$), estado de ánimo ($r=0,35;p=0,00$), acerca de ti ($r=0,25;p=0,008$), tiempo libre ($r=0,19;p=0,039$), tu vida en el hogar ($r=0,24;p=0,009$) y el colegio ($r=0,20;p=0,035$).

IE adaptabilidad con actividad física y salud ($r=0,32;P=0,001$), sentimientos ($r=0,42;p=0,00$), estado de ánimo ($r=0,38;p=0,00$), acerca de ti ($r=0,25;p=0,007$), tiempo libre ($r=0,30;p=0,001$), tu vida en el hogar ($r=0,30;p=0,001$), tus amigos ($r=0,41;p=0,00$) y el colegio ($r=0,33;p=0,00$).

IE estado de ánimo con actividad física y salud ($r=0,48;p=0,00$), sentimientos ($r=0,56;p=0,00$), estado de ánimo ($r=0,58;p=0,00$), acerca de ti ($r=0,52;p=0,00$), tiempo libre ($r=0,38;p=0,00$), vida en el hogar ($r=0,54;p=0,00$), asuntos de dinero ($r=0,42;p=0,00$), tus amigos ($r=0,42;p=0,00$) y el colegio ($r=0,42;p=0,00$).

IE total con actividad física y salud ($r=0,38;p=0,00$), sentimientos ($r=0,56;p=0,00$), estado de ánimo ($r=0,54;p=0,00$), acerca de ti ($r=0,43;p=0,00$), tiempo libre ($r=0,33;p=0,00$), vida en el hogar ($r=0,51;p=0,00$), asuntos de dinero ($r=0,38;p=0,00$), tus amigos ($r=0,45;p=0,00$) y el colegio ($r=0,45;p=0,00$).

3.2.2 Autoestima

3.2.2.1. Autoestima y Bienestar psicológico

El coeficiente de correlación de Pearson muestra la existencia de una relación positiva significativa entre las siguientes dimensiones de la autoestima y bienestar psicológico.

Autoestima con BP autoaceptación ($r=0,77;p=0,00$), BP relaciones positivas ($r=0,49;p=0,00$), BP autonomía ($r=0,47;p=0,00$), BP dominio del entorno

($r=0,55;p=0,00$), BP crecimiento personal ($r=0,48;p=0,00$), BP propósito en la vida ($r=0,56;p=0,00$) y BP total ($r=0,72;p=0,00$).

3.2.2.2. Autoestima y afecto positivo y negativo

Con el afecto positivo hay una relación positiva y significativa ($r=0,55;p=0,00$), mientras que con el afecto negativo la relación es negativa ($r= -0,51;p=0,00$).

3.2.2.3 Autoestima y satisfacción con la vida

Con satisfacción con la vida la autoestima muestra una relación positiva significativa ($r=0,41;p=0,00$).

3.2.2.4 Autoestima y calidad de vida.

En cuanto a la calidad de vida, se ha encontrado una relación positiva significativa con la autoestima en las siguientes dimensiones de la calidad de vida: Actividad física y salud ($r=0,38;p=0,00$), sentimientos ($r=0,42;p=0,00$), estado de ánimo ($r=0,51;p=0,00$), acerca de ti ($r=0,55;p=0,00$), tiempo libre ($r=0,36;p=0,00$), vida en el hogar ($r=0,40;p=0,00$), asuntos de dinero ($r=0,30;p=0,001$), tus amigos ($r=0,32;p=0,001$) y el colegio ($r=0,40;p=0,00$).

3.2.3 Bienestar psicológico

3.2.3.1 Bienestar psicológico y afecto positivo y negativo.

En relación a la relación hallada entre el afecto positivo y el BP, hay una relación positiva significativa en las siguientes dimensiones del BP: autoaceptación ($r=0,54;p=0,00$), relaciones positivas ($r=0,47;p=0,00$), autonomía ($r=0,38;p=0,00$), dominio del entorno ($r=0,45;p=0,00$), propósito en la vida ($r=0,58;p=0,00$) y BP total ($r=0,64;p=0,00$).

Con el afecto negativo, la relación hallada es negativa sucediendo en ello en las siguientes dimensiones del BP: autoaceptación ($r=-0,54;p=0,00$), relaciones positivas ($r= -0,37;p=0,00$), autonomía ($r= -0,36;p=0,00$), dominio del entorno ($r= -0,54;p=0,00$), propósito en la vida ($r= -0,31;p=0,001$) y BP total ($r= -0,49;p=0,00$).

3.2.3.2 Bienestar psicológico y satisfacción con la vida

La satisfacción con la vida muestra una relación positiva significativa con las siguientes dimensiones del BP: autoaceptación ($r=0,54; p=0,00$), relaciones positivas ($r=0,39;$

p=0,00), autonomía (r=0,32; p=0,001), dominio del entorno (r=0,43; p=0,00), propósito en la vida (r=0,32;p=0,001). También con BP Total (r=0,47;p=0,00).

3.2.3.3 Bienestar psicológico y calidad de vida.

En cuanto a la calidad de vida, se ha encontrado una relación positiva y significativa entre las siguientes dimensiones del BP con las siguientes dimensiones de la calidad de vida:

BP autoaceptación con: actividad física y salud (r=0,38;p=0,00), sentimientos (r=0,51;p=0,00), estado de ánimo (r=0,58;p=0,00), acerca de ti (r=0,55;p=0,00), tiempo libre (r=0,32;p=0,001), vida en el hogar (r=0,44;p=0,00), asuntos de dinero (r=0,36;p=0,00), tus amigos (r=0,37;p=0,00) y el colegio (r=0,40;p=0,00).

BP relaciones positivas con: actividad física y salud (r=0,22;p=0,02), sentimiento (r=0,33;p=0,00), estado de ánimo (r=0,44;p=0,00), acerca de ti (r=0,41;p=0,00), vida en el hogar (r=0,31;p=0,001), asuntos de dinero (r=0,27;p=0,004), tus amigos (r=0,45;p=0,001) y tú y los demás (r=0,23;p=0,013).

BP autonomía con: sentimientos (r=0,23;p=0,015), estado de ánimo (r=0,32;p=0,00), acerca de ti (r=0,44;p=0,00), vida en el hogar (r=0,23;p=0,014), asuntos de dinero (r=0,23;p=0,033), tus amigos (r=0,26;p=0,05) y tú y los demás (r=0,31;p=0,001).

BP dominio del entorno con: actividad física y salud (r=0,33;p=0,00), sentimientos (r=0,43;p=0,00), estado de ánimo (r=0,49;p=0,00), acerca de ti (r=0,32;p=0,00), tiempo libre (r=0,31;p=0,001), vida en el hogar (r=0,44;p=0,00), asuntos de dinero (r=0,21;p=0,022), tus amigos (r=0,22;p=0,016) y el colegio (r=0,40;p=0,00).

BP crecimiento personal con: actividad física y salud (r=0,24;p=0,009), sentimientos (r=0,23;p=0,015), estado de ánimo (r=0,19;p=0,041), acerca de ti (r=0,33;p=0,00), tiempo libre (r=0,28;p=0,003), vida en el hogar (r=0,23;p=0,012), asuntos de dinero (r=0,19;p=0,045), tus amigos (r=0,22;p=0,019) y el colegio (r=0,24;p=0,009).

BP propósito en la vida con: actividad física y salud (r=0,38;p=0,00), sentimientos (r=0,37;p=0,00), estado de ánimo (r=0,40;p=0,00), acerca de ti (r=0,28;p=0,002), vida en el hogar (r=0,33;p=0,00), asuntos de dinero (r=0,27;p=0,003), tus amigos (r=0,42;p=0,00) y el colegio (r=0,33;p=0,00).

BP Total con: actividad física y salud ($r=0,36;p=0,00$), sentimientos ($r=0,47;p=0,00$), estado de ánimo ($r=0,54;p=0,00$), acerca de ti ($r=0,53;p=0,00$), tiempo libre ($r=0,31;p=0,001$), vida en el hogar ($r=0,44;p=0,00$), asuntos de dinero ($r=0,34;p=0,00$), tus amigos ($r=0,42;p=0,00$), el colegio ($r=0,32;p=0,001$) y tú y los demás ($r=0,25;p=0,008$).

3.2.4 Afecto positivo y negativo

3.2.4.1 Afecto positivo, negativo y satisfacción con la vida.

Con la satisfacción con la vida hay una relación positiva significativa con el Afecto positivo ($r=0,31;p=0,001$) y negativa con afecto negativo ($r=-0,30;p=0,001$).

3.2.4.2 Afecto positivo, afecto negativo y calidad de vida

En cuanto a la calidad de vida, el Afecto positivo, se relaciona positiva y significativamente con las siguientes dimensiones de la calidad de vida: actividad física y salud ($r=0,37;p=0,00$), sentimientos ($r=0,38;p=0,00$), estado de ánimo ($r=0,46;p=0,00$), acerca de ti ($r=0,34;p=0,00$), tiempo libre ($r=0,25;p=0,007$), vida en el hogar ($r=0,33;p=0,00$), asuntos de dinero ($r=0,27;p=0,004$), tus amigos ($r=0,46;p=0,00$), el colegio ($r=0,33;p=0,00$) y tú y los demás ($r=0,26;p=0,005$).

Con respecto al Afecto negativo, la relación hallada ha sido negativa y ello sucede con las siguientes dimensiones de la calidad de vida: actividad física y salud ($r=-0,31;p=0,00$), sentimientos ($r=-0,46;p=0,00$), estado de ánimo ($r=-0,51;p=0,00$), acerca de ti ($r=-0,32;p=0,001$), tiempo libre ($r=-0,22;p=0,019$), vida en el hogar ($r=-0,36;p=0,00$), tus amigos ($r=-0,20;p=0,036$), el colegio ($r=-0,23;p=0,015$) y tú y los demás ($r=-0,21;p=0,023$).

3.2.5 Satisfacción con la vida

3.2.5.1 Satisfacción con la vida y calidad de vida

Por último, la satisfacción con la vida muestra una relación significativa con estas dimensiones de la calidad de vida: actividad física y salud ($r=0,40;p=0,00$), sentimientos ($r=0,37;p=0,00$), estado de ánimo ($r=0,28;p=0,003$), acerca de ti ($r=0,28;p=0,003$), tiempo libre ($r=0,26;p=0,005$), vida en el hogar ($r=0,32;p=0,001$), asuntos de dinero ($r=0,31;p=0,001$), tus amigos ($r=0,23;p=0,012$), el colegio ($r=0,27;p=0,004$) y tú y los demás ($r=0,21;p=0,028$).

3.3 Correlaciones en la muestra de chicos

3.3.1 Inteligencia emocional

3.3.1.1 Inteligencia emocional y Autoestima

El coeficiente de correlación de Pearson muestra la existencia de una relación positiva significativa entre las siguientes dimensiones de la IE con la autoestima: IE intrapersonal ($r=0,35;p=0,01$), IE adaptabilidad ($r=0,47;p=0,00$), IE estado de ánimo ($r=0,73;p=0,00$). También, una relación positiva con la IE total ($r=0,63;p=0,00$).

3.3.1.2 Inteligencia emocional y Bienestar psicológico

Por lo que respecta a la relación con el bienestar psicológico (BP), los resultados muestran una relación positiva significativa entre las siguientes dimensiones de la IE con las diferentes dimensiones del BP.

IE interpersonal con:

- BP relaciones positivas ($r=0,28;p=0,037$), BP crecimiento personal ($r=0,36;p=0,008$).

IE Adaptabilidad con:

- BP autoaceptación ($r=0,33;p=0,012$), BP relaciones positivas ($r=0,44;p=0,001$), BP autonomía ($r=0,27;p=0,048$), BP dominio del entorno ($r=0,28;p=0,036$), BP propósito con la vida ($r=0,43;p=0,001$) y BP total ($r=0,42;p=0,001$).

IE estado de ánimo con:

- BP autoaceptación ($r=0,74;p=0,00$), BP relaciones positivas ($r=0,45;p=0,00$), BP autonomía ($r=0,47;p=0,00$), BP dominio del entorno ($r=0,55;p=0,00$), BP crecimiento personal ($r=0,32;p=0,016$), BP propósito en la vida ($r=0,62;p=0,00$) y BP total ($r=0,66;p=0,00$).

IE total con:

- BP autoaceptación ($r=0,53;p=0,00$), BP relaciones positivas ($r=0,48;p=0,00$), BP autonomía ($r=0,45;p=0,001$), BP dominio del entorno ($r=0,40;p=0,002$), BP crecimiento personal ($r=0,39;p=0,003$), BP propósito en la vida ($r=0,54;p=0,00$) y BP total ($r=0,58;p=0,00$).

3.3.1.3 Inteligencia emocional y afecto positivo y negativo

En relación al afecto positivo nos encontramos una relación positiva significativa con las siguientes dimensiones de la IE: IE interpersonal ($r=0,47$; $p=0,00$), IE adaptabilidad ($r=0,43$; $p=0,001$), IE estado de ánimo ($r=0,58$; $p=0,00$). También con IE total ($r=0,59$; $p=0,00$).

En cuanto al afecto negativo se ha encontrado una relación negativa significativa con las siguientes dimensiones de la IE: IE adaptabilidad ($r= -0,27$; $p= 0,048$), IE estado de ánimo ($r= -0,51$; $p=0,00$). También con IE total también la relación es negativa ($r= -0,43$; $p=0,001$).

3.3.1.4 Inteligencia emocional y satisfacción con la vida

Por lo que respecta a la variable satisfacción con la vida, la IE muestra una relación positiva significativa sólo en IE estado de ánimo ($r=0,30$; $p=0,24$).

3.3.1.5 Inteligencia emocional y calidad de vida.

Por lo que respeta a la calidad de vida, nos encontramos con estas relaciones positivas y significativas:

IE intrapersonal con estado de ánimo ($r=0,29$; $p=0,029$).

IE interpersonal con tus amigos ($r=0,38$; $p=0,00$).

IE adaptabilidad con: actividad física y salud ($r=0,41$; $P=0,002$), sentimientos ($r=0,42$; $p=0,001$), estado de ánimo ($r=0,32$; $p=0,017$), tiempo libre ($r=0,41$; $p=0,002$), tu vida en el hogar ($r=0,27$; $p=0,045$) y tus amigos ($r=0,41$; $p=0,02$).

IE estado de ánimo con: actividad física y salud ($r=0,56$; $p=0,00$), sentimientos ($r=0,48$; $p=0,00$), estado de ánimo ($r=0,62$; $p=0,00$), acerca de ti ($r=0,40$; $p=0,002$), tiempo libre ($r=0,31$; $p=0,02$), vida en el hogar ($r=0,46$; $p=0,00$), asuntos de dinero ($r=0,39$; $p=0,00$), tus amigos ($r=0,44$; $p=0,001$) y el colegio ($r=0,30$; $p=0,025$).

IE total con: actividad física y salud ($r=0,46$; $p=0,00$), sentimientos ($r=0,47$; $p=0,00$), estado de ánimo ($r=0,52$; $p=0,00$), acerca de ti ($r=0,39$; $p=0,003$), tiempo libre ($r=0,28$; $p=0,036$), vida en el hogar ($r=0,39$; $p=0,03$), asuntos de dinero ($r=0,31$; $p=0,021$), tus amigos ($r=0,47$; $p=0,00$) y el colegio ($r=0,28$; $p=0,04$).

3.3.2 Autoestima

3.3.2.1. Autoestima y Bienestar psicológico

El coeficiente de correlación de Pearson muestra la existencia de una relación positiva significativa entre las siguientes dimensiones de la autoestima y bienestar psicológico.

Autoestima con: BP autoaceptación ($r=0,78;p=0,00$), BP relaciones positivas ($r=0,38;p=0,004$), BP autonomía ($r=0,44;p=0,001$), BP dominio del entorno ($r=0,56;p=0,00$), BP crecimiento personal ($r=0,38;p=0,004$), BP propósito en la vida ($r=0,67;p=0,00$) y BP total ($r=0,68;p=0,00$).

3.3.2.2. Autoestima y afecto positivo y negativo

Con el afecto positivo hay una relación positiva y significativa ($r=0,57;p=0,00$), mientras que con el afecto negativo la relación es negativa ($r= -0,51;p=0,00$).

3.3.2.3 Autoestima y calidad de vida.

En cuanto a la calidad de vida, se ha encontrado una relación positiva significativa con la autoestima en las siguientes dimensiones de la calidad de vida: actividad física y salud ($r=0,41;p=0,002$), sentimientos ($r=0,37;p=0,005$), estado de ánimo ($r=0,46;p=0,00$), acerca de ti ($r=0,36;p=0,007$) y el colegio ($r=0,29;p=0,039$).

3.3.3 Bienestar psicológico

3.3.3.1 Bienestar psicológico y afecto positivo y negativo.

En relación a la relación hallada entre al afecto positivo y el BP, hay una relación positiva significativa en las siguientes dimensiones del BP: autoaceptación ($r=0,59;p=0,00$), relaciones positivas ($r=0,50;p=0,00$), autonomía ($r=0,54;p=0,00$), dominio del entorno ($r=0,59;p=0,00$), propósito en la vida ($r=0,61;p=0,00$) y BP total ($r=0,72;p=0,00$).

Con el afecto negativo, la relación hallada es negativa sucediendo en ello en las siguientes dimensiones del BP: autoaceptación ($r= -0,53;p=0,00$), relaciones positivas ($r= -0,44;p=0,001$), autonomía ($r= -0,51;p=0,00$), dominio del entorno ($r= -0,59;p=0,00$), propósito en la vida ($r= -0,47;p=0,00$) y BP total ($r= -0,57;p=0,00$).

3.3.3.2 Bienestar psicológico y satisfacción con la vida

La satisfacción con la vida muestra una relación positiva significativa con las siguientes dimensiones del BP: autoaceptación ($r=0,32;p=0,016$), relaciones positivas ($r=0,27;p=0,046$), autonomía ($r=0,28;p=0,037$) y dominio del entorno ($r=0,35;p=0,009$).

3.3.3.3 Bienestar psicológico y calidad de vida.

En cuanto a la calidad de vida, se ha encontrado una relación positiva y significativa entre las siguientes dimensiones del BP con las siguientes dimensiones de la calidad de vida:

BP autoaceptación con: actividad física y salud ($r=0,41;p=0,002$), sentimientos ($r=0,46;p=0,00$), estado de ánimo ($r=0,56;p=0,00$), acerca de ti ($r=0,53;p=0,00$), tiempo libre ($r=0,30;p=0,023$), vida en el hogar ($r=0,32;p=0,016$), asuntos de dinero ($r=0,27;p=0,41$), tus amigos ($r=0,39;p=0,003$) y el colegio ($r=0,28;p=0,039$).

BP relaciones positivas con: actividad física y salud ($r=0,34;p=0,01$), sentimiento ($r=0,39;p=0,003$), estado de ánimo ($r=0,57;p=0,00$), acerca de ti ($r=0,39;p=0,003$), vida en el hogar ($r=0,34;p=0,016$) y tus amigos ($r=0,46;p=0,00$).

BP autonomía con: sentimientos ($r=0,34;p=0,011$), estado de ánimo ($r=0,36;p=0,006$), acerca de ti ($r=0,42;p=0,001$), tu tiempo libre ($r=0,27;p=0,048$) y tú y los demás ($r=0,27;p=0,046$).

BP dominio del entorno con: actividad física y salud ($r=0,34;p=0,011$), sentimientos ($r=0,32;p=0,017$), estado de ánimo ($r=0,40;p=0,002$), acerca de ti ($r=0,41;p=0,002$), tiempo libre ($r=0,31;p=0,022$) y vida en el hogar ($r=0,38;p=0,004$).

BP crecimiento personal con: actividad física y salud ($r=0,29;p=0,03$) y tiempo libre ($r=0,36;p=0,007$).

BP propósito en la vida con: actividad física y salud ($r=0,40;p=0,003$), sentimientos ($r=0,29;p=0,031$), estado de ánimo ($r=0,30;p=0,023$), acerca de ti ($r=0,27;p=0,046$), vida en el hogar ($r=0,33;p=0,015$) y tus amigos ($r=0,40;p=0,002$).

BP Total con: actividad física y salud ($r=0,44;p=0,001$), sentimientos ($r=0,47;p=0,001$), estado de ánimo ($r=0,50;p=0,00$), acerca de ti ($r=0,48;p=0,00$), tiempo libre ($r=0,41;p=0,002$), vida en el hogar ($r=0,39;p=0,003$) y tus amigos ($r=0,41;p=0,002$).

3.3.4 Afecto positivo y afecto negativo

3.3.4.1 Afecto positivo, afecto negativo y calidad de vida.

En cuanto a la calidad de vida, el afecto positivo, se relaciona positiva y significativamente con las siguientes dimensiones de la calidad de vida: actividad física y salud ($r=0,31;p=0,022$), estado de ánimo ($r=0,35;p=0,008$), acerca de ti ($r=0,39;p=0,003$), vida en el hogar ($r=0,30;p=0,024$), tus amigos ($r=0,46;p=0,00$) y tú y los demás ($r=0,32;p=0,018$).

Con respecto al afecto negativo, la relación hallada ha sido negativa y ellos sucede con las siguientes dimensiones de la calidad de vida: actividad física y salud ($r=-0,33;p=0,013$), sentimientos ($r=-0,37;p=0,005$), estado de ánimo ($r=-0,43;p=0,001$), acerca de ti ($r=-0,33;p=0,014$) y tus amigos ($r=-0,28;p=0,039$).

3.3.5 Satisfacción con la vida

3.3.5.1 Satisfacción con la vida y calidad de vida

Por último, la satisfacción con la vida muestra una relación significativa con estas dimensiones de la calidad de vida: sentimientos ($r=0,29;p=0,03$), estado de ánimo ($r=0,35;p=0,009$) y tiempo libre ($r=0,28;p=0,036$).

3.4. Correlaciones en la muestra de chicas

3.4.1 Inteligencia emocional

3.4.1.1 Inteligencia emocional y Autoestima

El coeficiente de correlación de Pearson muestra la existencia de una relación significativa entre las siguientes dimensiones de la IE con la autoestima: IE interpersonal ($r=0,33; p =0,012$), IE estrés ($r=0,33;p=0,01$) IE adaptabilidad ($r=0,43;p=0,001$), IE estado de ánimo ($r=0,79;p=0,00$). También, una relación positiva con la IE total ($r=0,64;p=0,00$).

3.4.1.2 Inteligencia emocional y Bienestar psicológico

Por lo que respecta a la relación con el bienestar psicológico (BP), los resultados muestran una relación positiva significativa entre las siguientes dimensiones de la IE con las diferentes dimensiones del BP:

IE intrapersonal con:

- BP dominio del entorno ($r=0,26;p=0,048$), BP propósito en la vida ($r=0,31;p=0,006$) y BP total ($r=0,28;p=0,036$).

IE interpersonal con:

- BP relaciones positivas ($r=0,43;p=0,001$), BP autonomía ($r=0,33;p=0,012$), BP dominio del entorno ($r=0,28;p=0,032$) y BP total ($r=0,40;p=0,002$).

IE estrés con:

- BP autoaceptación ($r=0,36;p=0,006$), BP dominio del entorno ($r=0,42;p=0,001$) y BP total ($r=0,31;p=0,019$).

IE Adaptabilidad con:

- BP autoaceptación ($r=0,41;p=0,002$), BP relaciones positivas ($r=0,50;p=0,00$), BP autonomía ($r=0,41;p=0,002$), BP dominio del entorno ($r=0,39;p=0,003$), BP crecimiento personal ($r=0,33;p=0,012$), BP propósito con la vida ($r=0,41;p=0,002$) y BP total ($r=0,55;p=0,00$).

IE estado de ánimo con:

- BP autoaceptación ($r=0,77;p=0,00$), BP relaciones positivas ($r=0,51;p=0,00$), BP autonomía ($r=0,40;p=0,002$), BP dominio del entorno ($r=0,47;p=0,00$), BP crecimiento personal ($r=0,38;p=0,003$), BP propósito en la vida ($r=0,44;p=0,001$) y BP total ($r=0,67;p=0,00$).

IE total con:

- BP autoaceptación ($r=0,63;p=0$), BP relaciones positivas ($r=0,53;p=0,00$), BP autonomía ($r=0,41;p=0,002$), BP dominio del entorno ($r=0,52;p=0,00$), BP crecimiento personal ($r=0,32;p=0,016$), BP propósito en la vida ($r=0,46;p=0,00$) y BP total ($r=0,65;p=0,00$).

3.4.1.3 Inteligencia emocional y afecto positivo y negativo.

En relación al afecto positivo nos encontramos una relación positiva significativa con las siguientes dimensiones de la IE: IE intrapersonal ($r=0,29; p=0,026$), IE interpersonal

($r=0,40$; $p=0,00$), IE estrés ($r=0,29$; $p=0,03$), IE adaptabilidad ($r=0,57$; $p=0,00$), IE estado de ánimo ($r=0,59$; $p=0,00$), IE total ($r=0,62$; $p=0,00$).

En cuanto al afecto negativo se ha encontrado una relación negativa significativa con las siguientes dimensiones de la IE: IE estrés ($r= -0,52$; $p=0,00$), IE adaptabilidad ($r= -0,29$; $p= 0,028$), IE estado de ánimo ($r= -0,53$; $p=0,00$). Con IE total también la relación es negativa ($r= -0,55$; $p=0,00$).

3.4.1.4 Inteligencia emocional y satisfacción con la vida

Por lo que respecta a la variable satisfacción con la vida, la IE muestra una relación positiva significativa en estos casos: IE interpersonal ($r=0,37$; $p=0,004$), IE estrés ($r=0,30$; $p=0,023$), IE adaptabilidad ($r=0,52$; $p=0,00$), IE estado de ánimo ($r=0,74$; $p=0,00$) e IE total ($r=0,66$; $p=0,00$).

3.4.1.5 Inteligencia emocional y calidad de vida.

Por lo que respecta a la calidad de vida, nos encontramos con estas relaciones positivas y significativas:

IE intrapersonal con: sentimientos ($r=0,44$; $p=0,001$), estado de ánimo ($r=0,34$; $p=0,01$), vida en el hogar ($r=0,37$; $p=0,004$), asuntos de dinero ($r=0,29$; $p=0,026$), tus amigos ($r=0,41$; $p=0,001$) y el colegio ($r=0,31$; $p=0,017$).

IE interpersonal con: sentimientos ($r=0,37$; $p=0,005$), vida en el hogar ($r=0,30$; $p=0,021$), asuntos de dinero ($r=0,39$; $p=0,002$), tus amigos ($r=0,41$; $p=0,001$) y el colegio ($r=0,31$; $p=0,017$).

IE estrés con: sentimientos ($r=0,28$; $p=0,034$), estado de ánimo ($r=0,44$; $p=0,001$), tiempo libre ($r=0,33$; $p=0,013$), tu vida en el hogar ($r=0,38$; $p=0,004$) y el colegio ($r=0,27$; $p=0,042$).

IE adaptabilidad con: sentimientos ($r=0,41$; $p=0,001$), estado de ánimo ($r=0,40$; $p=0,002$), acerca de ti ($r=0,27$; $p=0,037$), tu vida en el hogar ($r=0,32$; $p=0,016$), tus amigos ($r=0,43$; $p=0,001$), el colegio ($r=0,49$; $p=0,00$) y tú y los demás ($r=0,30$; $p=0,023$).

IE estado de ánimo con: actividad física y salud ($r=0,36$; $p=0,006$), sentimientos ($r=0,62$; $p=0,00$), estado de ánimo ($r=0,52$; $p=0,00$), acerca de ti ($r=0,57$; $p=0,00$), tiempo libre ($r=0,39$; $p=0,003$), vida en el hogar ($r=0,58$; $p=0,00$), asuntos de dinero

($r=0,47;p=0,00$), tus amigos ($r=0,42;p=0,001$), el colegio ($r=0,54;p=0,00$) y tú y los demás ($r=0,27;p=0,043$).

IE total con: actividad física y salud ($r=0,29;p=0,028$), sentimientos ($r=0,61;p=0,00$), estado de ánimo ($r=0,55;p=0,00$), acerca de ti ($r=0,43;p=0,001$), tiempo libre ($r=0,35;p=0,008$), vida en el hogar ($r=0,58;p=0,00$), asuntos de dinero ($r=0,45;p=0,00$), tus amigos ($r=0,46;p=0,00$), el colegio ($r=0,58;p=0,00$) y tú y los demás ($r=0,27;p=0,043$).

3.4.2 Autoestima

3.4.2.1. Autoestima y Bienestar psicológico

Por lo que respecta a la relación con el bienestar psicológico (BP), los resultados muestran una relación positiva significativa con la autoestima con las diferentes dimensiones del BP: BP autoaceptación ($r=0,76;p=0,00$), BP relaciones positivas ($r=0,62;p=0,00$), BP autonomía ($r=0,48;p=0,00$), BP dominio del entorno ($r=0,53;p=0,00$), BP crecimiento personal ($r=0,50;p=0,00$), BP propósito en la vida ($r=0,48;p=0,00$) y BP total ($r=0,76;p=0,00$).

3.4.2.2. Autoestima y afecto positivo y negativo

Con el afecto positivo hay una relación positiva y significativa ($r=0,53;p=0,00$), mientras que con el afecto negativo la relación es negativa ($r= -0,49;p=0,00$).

3.4.2.3 Autoestima y satisfacción con la vida

Con satisfacción con la vida la autoestima muestra una relación positiva significativa ($r=0,69;p=0,00$).

3.4.2.4 Autoestima y calidad de vida.

En cuanto a la calidad de vida, se ha encontrado una relación positiva significativa con la autoestima en las siguientes dimensiones de la calidad de vida: actividad física y salud ($r=0,33;p=0,013$), sentimientos ($r=0,44;p=0,001$), estado de ánimo ($r=0,53;p=0,00$), acerca de ti ($r=0,65;p=0,00$), tiempo libre ($r=0,46;p=0,00$), vida en el hogar ($r=0,55;p=0,00$), asuntos de dinero ($r=0,46;p=0,001$), tus amigos ($r=0,42;p=0,001$) y el colegio ($r=0,49;p=0,00$).

3.4.3 Bienestar psicológico

3.4.3.1 Bienestar psicológico y afecto positivo y negativo.

En relación a la relación hallada entre el afecto positivo y el BP, hay una relación positiva significativa en las siguientes dimensiones del BP: autoaceptación ($r=0,49;p=0,00$), relaciones positivas ($r=0,46;p=0,00$), autonomía ($r=0,27;p=0,042$), dominio del entorno ($r=0,34;p=0,009$), BP propósito en la vida ($r=0,56;p=0,00$) y BP total ($r=0,56;p=0,00$).

Con el afecto negativo, la relación hallada es negativa en las siguientes dimensiones del BP: autoaceptación ($r= -0,53;p=0,00$), relaciones positivas ($r= -0,32;p=0,013$), dominio del entorno ($r= -0,48;p=0,00$) y BP total ($r= -0,41;p=0,002$).

3.4.3.2 Bienestar psicológico y satisfacción con la vida

La satisfacción con la vida muestra una relación positiva significativa con las siguientes dimensiones del BP: autoaceptación ($r=0,73;p=0,00$), relaciones positivas ($r=0,50;p=0,00$), autonomía ($r=0,37;p=0,004$), dominio del entorno ($r=0,55;p=0,00$), crecimiento personal ($r=0,40;p=0,002$), propósito en la vida ($r=0,56;p=0,00$) y BP Total ($r=0,72;p=0,00$).

3.4.3.3 Bienestar psicológico y calidad de vida.

En cuanto a la calidad de vida, se ha encontrado una relación positiva y significativa entre las siguientes dimensiones del BP con las siguientes dimensiones de la calidad de vida;

BP autoaceptación con: actividad física y salud ($r=0,33;p=0,011$), sentimientos ($r=0,55;p=0,00$), estado de ánimo ($r=0,59;p=0,00$), acerca de ti ($r=0,56;p=0,00$), tiempo libre ($r=0,30;p=0,022$), vida en el hogar ($r=0,52;p=0,00$), asuntos de dinero ($r=0,45;p=0,00$), tus amigos ($r=0,36;p=0,006$) y el colegio ($r=0,52;p=0,00$).

BP relaciones positivas con: sentimiento ($r=0,29;p=0,026$), estado de ánimo ($r=0,37;p=0,005$), acerca de ti ($r=0,47;p=0,00$), vida en el hogar ($r=0,31;p=0,017$), asuntos de dinero ($r=0,35;p=0,008$), tus amigos ($r=0,44;p=0,001$), el colegio ($r=0,28;p=0,037$) y tú y los demás ($r=0,23;p=0,013$).

BP autonomía ánimo con: estado de ánimo ($r=0,29;p=0,027$), acerca de ti ($r=0,45;p=0,001$), asuntos de dinero ($r=0,30;p=0,023$), tus amigos ($r=0,27;p=0,041$) y tú y los demás ($r=0,36;p=0,006$).

BP dominio del entorno con: actividad física y salud ($r=0,31;p=0,17$), sentimientos ($r=0,50;p=0,00$), estado de ánimo ($r=0,55;p=0,00$), tiempo libre ($r=0,30;p=0,022$), vida en el hogar ($r=0,48;p=0,00$), asuntos de dinero ($r=0,27;p=0,037$) y el colegio ($r=0,40;p=0,00$).

BP crecimiento personal con: estado de ánimo ($r=0,26;p=0,048$), acerca de ti ($r=0,39;p=0,002$) y el colegio ($r=0,33;p=0,011$).

BP propósito en la vida con: actividad física y salud ($r=0,34;p=0,009$), sentimientos ($r=0,43;p=0,001$), estado de ánimo ($r=0,45;p=0,00$), acerca de ti ($r=0,28;p=0,036$), vida en el hogar ($r=0,32;p=0,013$), asuntos de dinero ($r=0,36;p=0,006$), tus amigos ($r=0,44;p=0,001$) y el colegio ($r=0,45;p=0,00$).

BP Total con: actividad física y salud ($r=0,31;p=0,018$), sentimientos ($r=0,49;p=0,00$), estado de ánimo ($r=0,58;p=0,00$), acerca de ti ($r=0,56;p=0,00$), vida en el hogar ($r=0,48;p=0,00$), asuntos de dinero ($r=0,46;p=0,00$), tus amigos ($r=0,43;p=0,001$), el colegio ($r=0,49;p=0,00$) y tú y los demás ($r=0,28;p=0,034$).

3.4.4 Afecto positivo y negativo

3.4.4.1 afecto positivo, negativo y satisfacción con la vida.

Con la satisfacción con la vida hay una relación positiva significativa con el afecto positivo ($r=0,56;p=0,00$) y negativa con el afecto negativo ($r=-0,39; p=0,003$).

3.4.4.2 Afecto positivo, afecto negativo y calidad de vida

En cuanto a la calidad de vida, el afecto positivo, se relaciona positiva y significativamente con las siguientes dimensiones de la calidad de vida: actividad física y salud ($r=0,42;p=0,001$), sentimientos ($r=0,51;p=0,00$), estado de ánimo ($r=0,54;p=0,00$), acerca de ti ($r=0,31;p=0,02$), tiempo libre ($r=0,34;p=0,01$), vida en el hogar ($r=0,35;p=0,007$), asuntos de dinero ($r=0,46;p=0,00$), tus amigos ($r=0,58;p=0,00$) y el colegio ($r=0,52;p=0,00$).

Con respecto al afecto negativo, la relación hallada ha sido negativa y ello sucede con las siguientes dimensiones de la calidad de vida: sentimientos ($r=-0,53;p=0,00$), estado de ánimo ($r=-0,56;p=0,00$), acerca de ti ($r=-0,30;p=0,023$), vida en el hogar ($r=-0,48;p=0,00$), el colegio ($r=-0,27;p=0,038$) y tú y los demás ($r=-0,29;p=0,026$).

3.4.5 Satisfacción con la vida

3.4.5.1 Satisfacción con la vida y calidad de vida

Por último, la satisfacción con la vida muestra una relación significativa con estas dimensiones de la calidad de vida: actividad física y salud ($r=0,41;p=0,001$), sentimientos ($r=0,52;p=0,00$), estado de ánimo ($r=0,46;p=0,00$), acerca de ti ($r=0,40;p=0,002$), tiempo libre ($r=0,31;p=0,017$), vida en el hogar ($r=0,54;p=0,00$), asuntos de dinero ($r=0,48;p=0,00$), tus amigos ($r=0,42;p=0,001$), el colegio ($r=0,55;p=0,00$) y tú y los demás ($r=0,32;p=0,014$).

3.5. Diferencias entre chicos y chicas

Para comprobar si existen diferencias significativas entre la muestra de chicas y chicos en las diferentes variables evaluadas en el estudio se ha realizado la *prueba t de Student*; Sólo se han encontrado diferencias significativas en algunas dimensiones de la IE y en algunas de calidad de vida. En concreto se ha encontrado lo siguiente:

- Las chicas tienen mayor *inteligencia emocional interpersonal* que los chicos: $t_{(108)} = -2,07$; $p < .041$ (media de chicas:38,30; media de chicos:36,63).
- Los chicos tienen mayor *inteligencia emocional en regulación de estrés* que las chicas: $t_{(108)} = 2,37$; $p < .019$ (media de chicas:30,02; media de chicos:32,39).
- Los chicos tienen mayor *inteligencia emocional de estado de ánimo* que las chicas: $t_{(108)} = 2,43$; $p < 0.17$ (media de chicas: 41,89; media de chicos:44,93).
- Los chicos tienen mayor *calidad de vida sobre la actividad física y salud* que las chicas: $t_{(108)} = 3,54$; $p < .001$ (media de chicas:11,63; media de chicos:14,39).
- Los chicos tienen mayor *calidad de vida sobre tiempo libre* que las chicas: $t_{(108)} = 2,28$; $p < .025$ (media de chicas: 16,88; media de chicos:18,78).

3.6 Descriptivos y frecuencias de las variables cualitativas

A continuación, se presentan los datos relativos a algunas de las variables cualitativas relacionándolas con las variables cuantitativas (las recogidas en el cuestionario de elaboración propia) considerando que el porcentaje de sujetos supera la media de las variables y haciendo referencia únicamente en las que se han encontrado diferencias significativas. Para ello, se ha realizado un análisis de frecuencias utilizando la prueba chi-cuadrado. Para estos análisis se ha utilizado la muestra total, sin diferenciar por género.

3.6.1 Humor general

3.6.1.1 Humor general y motivación

Un 53,63 % de los sujetos tuvieron una puntuación superior a la media en la escala que evalúa humor general. De esos sujetos el 94,9% estaban motivados para conseguir sus propósitos frente al 5,1% que no estaban motivados. $\chi^2_{(1)}=13,22, p=0,000$.

3.6.1.2 Humor general y perspectiva de futuro

Un 53,63% de los sujetos que han superado la media en la escala que evalúa humor general, de estos sujetos el 96,6% tenían perspectiva de futuro mayor que la media frente al 3,4% que no tenían perspectivas de futuro. $\chi^2_{(1)}=5,00, p=0,025$.

3.6.2 Autoestima

3.6.2.1 Autoestima y saber que estudiar

Un 46,36% de los sujetos de nuestra muestra superaron la media de autoestima, de estos sujetos el 80% sabía ya lo que quería estudiar frente al 19,6% que aún no lo tenía claro. $\chi^2_{(1)}=4,14, p=0,042$.

3.6.2.2 Autoestima y motivación

Del 46,36% de los sujetos que presentan una autoestima por encima de la media, el 92,15% se sentían motivados para conseguir sus propósitos, al contrario, sólo el 7,85% que no se sentían motivados superaban la media de autoestima. $\chi^2_{(1)}=5,91, p=0,015$.

3.6.3. Autonomía y actuación para sus propósitos

Un 42,72% de los sujetos de nuestra muestra tenían una media superior en la subescala de autonomía, de estos sujetos el 97,8% actuaba para conseguir sus propósitos frente al 2,2% que no actuaba. $\chi^2_{(1)}=5,65, p=0,017$.

3.6.4 Dominio del entorno

3.6.4.1 Dominio del entorno y repetición de curso

Un 45,45% de los sujetos de nuestra muestra superaban la media en la subescala de dominio del entorno, de estos sujetos el 86% no había repetido nunca, por lo contrario, sólo el 14% que ha repetido alguna vez superaba la media de dominio del entorno. $\chi^2_{(1)}=8,14, p=0,004$.

3.6.4.2 Dominio del entorno y motivación

Un 45,45% de los sujetos en la subescala de dominio del entorno superaban la media, de estos sujetos el 94% tenían motivación para conseguir sus propósitos, frente al 6% que no estaban motivados para conseguir sus propósitos. $\chi^2_{(1)}=8,15, p=0,004$.

3.6.4.3 Dominio del entorno y actuación para sus propósitos

Un 45,45% de los sujetos tuvieron una puntuación superior a la media en la subescala de dominio del entorno, de estos sujetos el 98% actuaban para conseguir sus propósitos, frente al 2% que no actuaban para conseguir sus propósitos. $\chi^2_{(1)}=6,51, p=0,011$.

3.6.5 Crecimiento personal y motivación

El 42,72% de los sujetos de nuestra muestra superaron la media de la subescala de crecimiento personal, de estos el 93,6 % estaban motivados para conseguir sus propósitos al contrario, el 6,4% no estaba motivado. $\chi^2_{(1)}=6,81, p=0,009$.

3.6.6 Bienestar psicológico total y motivación

Un 50% de los sujetos de nuestra muestra tenían una puntuación total superior a la media en Bienestar Psicológico, de estos el 90,9% estaban motivados para conseguir sus propósitos, por el contrario, sólo el 9,1% no estaban motivados para conseguir sus propósitos y tenían una puntuación total superior a la media en Bienestar Psicológico. $\chi^2_{(1)}=5,15 p=0,023$.

3.6.7 Afecto positivo

3.6.7.1 Afecto positivo y repetición de curso

Un 50,90% de los sujetos de nuestra muestra tuvieron una puntuación mayor a la media en afecto positivo, de esos sujetos el 82,1% nunca habían repetido de curso, frente al 17,9% que habían repetido al menos alguna vez. $\chi^2_{(1)}=5,09, p=0,024$.

3.6.7.2 Afecto positivo y motivación

Un 50,90% de los sujetos presentan un afecto positivo por encima de la media, el 91% se sentían motivados para conseguir sus propósitos, frente al 9% que no estaban motivados. $\chi^2_{(1)}=5,58, p=0,018$.

3.6.7.3 Afecto positivo y actuación para sus propósitos

Un 50,90% de los sujetos de nuestra muestra superaban la media de afecto positivo. De esos sujetos el 96,4% actuaba para conseguir sus propósitos, frente al 3,6% que no actuaba para conseguir sus propósitos. $\chi^2_{(1)}=5,23, p=0,022$.

3.6.8 Sentimientos y perspectivas de futuro

Un 56,36% de los sujetos tuvieron una puntuación superior a la media en la subescala que evalúa sentimientos. De esos sujetos el 98,3% tenían perspectivas de futuro, por el contrario, sólo el 1,7% no tenían perspectivas de futuro y superaban la media de la subescala de sentimientos. $\chi^2_{(1)}=9,61, p=0,002$.

3.6.9 Estado de ánimo y edad

Un 49,09% de los chicos con edad de 15 y 16 años superan la media de mejor estado de ánimo representan el 61,8% frente a los chicos entre 17 y 20 años que representan el 38,2% superaban la media de mejor estado de ánimo. $\chi^2_{(1)}=5,23, p=0,022$.

3.6.10 Dinero

3.6.10.1 Dinero y actuación para sus propósitos

Del 48,18% de los sujetos que presentan en la subescala de dinero puntuaciones por encima de la media, el 96,2% actúan para conseguir sus propósitos, por el contrario, sólo el 3,8% no actuaban para sus propósitos superando la media de la subescala de dinero. $\chi^2_{(1)}=4,40, p=0,036$.

3.6.10.2 Dinero y asistencia en clase

Un 48,18% de los sujetos tuvieron una puntuación superior a la media en la subescala de dinero. De esos sujetos el 96,2% no faltan a clase, por el contrario, sólo el 3,8% faltaban a clase y superan la media de la subescala de dinero. $\chi^2_{(1)}=6,35, p=0,012$.

3.6.11 Tus amigos

3.6.11.1 Tus amigos y asistencia en clase

Un 42,72% de los sujetos de nuestra muestra tenían mejor relación con sus amigos. De esos sujetos el 97,8% asistían a clase frente al 2,2% que no asistían a clase. $\chi^2_{(1)}=7,48, p=0,024$.

3.6.11.2 Tus amigos y edad

El 65,9% de los sujetos con edad de 15 y 16 años tenían mejor relación con sus amigos frente al 34,1% que representan los sujetos con edad comprendidas entre 17 y 20 años. $\chi^2_{(1)}=8,35, p=0,004$.

3.6.12 Inteligencia emocional interpersonal

3.6.12.1 Inteligencia emocional interpersonal y repetición de curso

Del 43,63% de los sujetos que presentan una inteligencia emocional interpersonal por encima de la media, el 89,6% no habían repetido nunca curso frente al 10,4% que habían repetido al menos alguna vez curso. $\chi^2_{(1)}=12,19, p=0,000$.

3.6.12.2 Inteligencia emocional interpersonal y perspectiva de futuro

Un 43,63% de los sujetos tuvieron una puntuación superior a la media en inteligencia emocional interpersonal. De esos sujetos el 97,9% tenían perspectiva de futuro frente al 2,1% que no tenían perspectiva de futuro. $\chi^2_{(1)}=5,06, p=0,024$.

3.6.12.3 Inteligencia emocional interpersonal y videojuegos

Un 43,63% de nuestros participantes tenían una media superior en inteligencia emocional interpersonal. De esos sujetos el 75% juegan a los videojuegos media hora frente al 25% de los sujetos que juegan entre 1 hora o incluso más de 2 horas. $\chi^2_{(1)}=7,89, p=0,005$.

3.6.13 Estrés y móvil

Un 50% de los sujetos superaban la media en regulación de estrés. De esos sujetos 56,3% que superaron la media de regulación de estrés usan el móvil entre media horas hasta 2 o 3 horas frente al 43,7% que usaban el móvil de 3 o más de 5 horas. $\chi^2_{(1, N=55)}=10,41, p=0,001$. Por el contrario, un 49,09% de los sujetos que no llegaban a la media en regulación de estrés, podemos ver que el uso del móvil de 3 o más de 5 horas representa el 80% frente al 20% que usaban el móvil de media o hasta 2 o 3 horas. $\chi^2_{(1)}=10,41, p=0,001$.

4. DISCUSIÓN

El principal objetivo del trabajo ha sido evaluar el Bienestar psicológico en adolescentes a través de varios instrumentos, ya que la felicidad engloba diversos conceptos. Tras observar los resultados, podemos comprobar que la media de nuestros sujetos en todas las escalas e instrumentos han sido puntuaciones medias-altas, como puede verse en la Tabla1, equiparado a los niveles globales de bienestar de los adolescentes españoles, tal y como reflejan estudios como el realizado en la universidad de Sevilla (Carmona, 2014) y el realizado para el Injuve (Javaloy, 2007). Por lo tanto, los adolescentes que están satisfechos con su vida tienen mayor autoestima, mejores sentimientos, control de sí mismos, buen estado de ánimo, buena inteligencia emocional, buenas relaciones sociales y con familia, y también una alta calidad de vida y un afecto positivo. Los resultados obtenidos por Páez, Morales y Fernández destacan que el 56% de los participantes tenían una elevada satisfacción con la vida con puntuaciones entre 7 y 10 (Páez, Morales y Fernández , 2007).

En segundo lugar, hemos estudiado la relación entre las diferentes variables evaluadas. En relación a la muestra total no hay que destacar nada importante, puesto que todas las subescalas y dimensiones de las escalas se correlacionan, es decir, entre las variables había relación positiva significativa. Este hallazgo coincide con otras investigaciones, por ejemplo una elevada autoestima supone una mayor satisfacción con la vida (Furr y Fander 1998, Ying y Fang-Biao 2005). Sin embargo, diferenciando por géneros, en las correlaciones de chicos, en la escala de IE sólo muestra relación positiva significativa en la variable de estado de ánimo con satisfacción con la vida.

Otro hallazgo importante que se ha encontrado a través de la *prueba t de Student*, fueron las diferencias significativas que se encontraron entre chicos y chicas en las variables del estudio, hemos encontrado en algunas dimensiones de IE y en algunas de calidad de vida;

Las chicas tienen mayor *inteligencia emocional interpersonal* que los chicos. Las chicas participantes de este estudio evalúan mejor que los hombres la calidad de las relaciones sociales a la vez que se sienten más útiles, que pueden sacar más provecho del entorno y que aportan a un bien común. Además, se identifican con un grupo social y cooperan con él (responsabilidad social) y destacan en establecer relaciones satisfactorias con los demás (relación interpersonal). Estudios previos aportan que las

mujeres aún con dificultades de inserción y consideración respecto de los hombres, perciben que han logrado más que los hombres y por tanto se muestran más optimistas en relación a sus posibilidades de crecimiento personal (Zubieta y Delfino 2010).

Según nuestros resultados, los chicos tienen mayor *inteligencia emocional* que las chicas, y en concreto, muestran mayores niveles en la *regulación de estrés* y en el *estado de ánimo*. En cambio, las chicas en la dimensión de *IE Interpersonal* de la inteligencia emocional muestran mayores puntuaciones. Numerosos estudios justifican porqué las mujeres prestan mayor atención a las emociones, por lo tanto son más empáticas. Por el contrario, esta mayor atención se relaciona con estrategias de afrontamiento inadecuadas frente a las empleadas por los hombres, que se caracterizan por tener mayor capacidad de autorregulación de estrés. (Inglés, Matinez, Delgado, Torregrosa, Redondo, Benavides, García-Fernández y García-López 2008). Estas diferencias se podrían explicar por la interiorización de los roles de géneros en nuestra sociedad. Al hombre se le educa para que defienda sus derechos personales y exprese su desagrado, y en cambio a las mujeres se le enseña a anteponer las necesidades ajenas sin expresar su opinión o deseos. Esto produce un control inhibitorio más elevado de la respuesta emocional. Además, las mujeres están más orientadas a valores sociales, en cambio los hombres están más orientados a la búsqueda de sus objetivos y metas individuales (Eisenberg, Fabes y Spinrad, 2006).

Los chicos tienen mayor *calidad de vida sobre la actividad física y salud y tiempo libre* que las chicas, es decir, los chicos realizan más actividad física y tienen mayor tiempo libre que las chicas. Estudios exponen que esto puede deberse al tiempo dedicado al trabajo doméstico, ya que las chicas emplean más tiempo que los chicos (Pavón y Moreno 2008).

Por otro lado, hemos analizado las variables cualitativas en relación con las variables cuantitativas para saber cuáles son las dimensiones psicológicas que inciden en el bienestar psicológico o la felicidad.

Una de las dimensiones del cuestionario de elaboración propia, es decir, del cuestionario sociodemográfico que más ha destacado por tener una relación positiva significativa con varias variables es la motivación para conseguir los propósitos. Estas variables son autoestima, bienestar psicológico, estado de ánimo, crecimiento personal, dominio del entorno y afecto positivo. Alrededor del 50% de los sujetos que tuvieron una puntuación superior a la media en las variables anteriormente nombradas, alrededor del 90% se

sentían motivados para conseguir sus propósitos. Por lo tanto, la motivación es fundamental. Podemos estar ante una motivación intrínseca, que es aquella que nace del interior de la persona con el fin de satisfacer sus deseos de autorrealización y crecimiento personal, o motivación extrínseca por interés de recompensas externas como por ejemplo el dinero. Ryan, Richard, Deci y Edward han encontrado resultados similares a los nuestros, postulan que tenemos tres necesidades psicológicas innatas que son la competencia, la autonomía y las relaciones sociales, y que cuando estas están satisfechas, la motivación y bienestar o salud mental mejoran (Ryan, Richard, Deci y Edward, 2000). En cambio, cuando no están satisfechas, la motivación y el bienestar descienden. También se observa la importancia de estas necesidades y procesos psicológicos dentro de dominios como el cuidado de la salud, la educación, el trabajo, el deporte, la religión y la psicoterapia.

La repetición de curso es otra de las dimensiones del cuestionario que más veces ha sido relevante en varias dimensiones por tener una relación positiva significativa con la inteligencia emocional interpersonal, dominio del entorno y afecto positivo. Entre el 40%-50% de los sujetos de nuestra muestra que tuvieron una puntuación mayor a la media en afecto positivo, dominio del entorno e inteligencia emocional interpersonal, de esos sujetos el 80%-90% nunca habían repetido de curso, frente al 10%-18% que habían repetido al menos alguna vez. Por lo tanto, la IE parece aportar cierto grado explicativo en el ajuste socioescolar, sobre todo en el rendimiento académico. Aun así podemos decir que nuestra muestra tiene una buena IE y por tanto el porcentaje de repetición de curso es bajo. Extremera y Fernández-Berrocal, (2003) han investigado el peso que tiene una relación indirecta entre la inteligencia emocional y el rendimiento, una medida para mantener el equilibrio psicológico. La inteligencia emocional contribuye a la salud mental de los estudiantes y al equilibrio emocional. ¿Cómo lo hace? Reflexionando nuestros estados afectivos, percibiendo nuestros sentimientos propios y rectificando los estados negativos emocionales. Por tanto, el estudio citado anteriormente y el de Extremera y Fernández-Berrocal concluyen que la IE está también relacionada con el rendimiento académico final (Extremera y Fernández-Berrocal, 2001; Extremera y Fernández-Berrocal, 2003).

Otro de los resultados analizados ha sido la relación positiva significativa de Inteligencia emocional interpersonal con videojuegos y la regulación de estrés con el uso del móvil de 2-3 horas. Según nuestros resultados un 43,63% y 50% de los sujetos tuvieron una puntuación superior a la media en inteligencia interpersonal y regulación

de estrés. De estos, el 75% de los sujetos juegan a los videojuegos media hora frente al 25% de los sujetos que juegan entre 1 hora o incluso más de 2 horas, y el 50% superaba la media de regulación de estrés cuando usaba el móvil una media de 2-3 horas. Según el estudio realizado por Rodríguez, los adolescentes utilizan el móvil para evitar enfrentarse a situaciones de estrés o problemas del día a día. Cuando hablamos del uso del móvil podemos referirnos simplemente a escuchar música, que sabemos que influye en el estado del ánimo y muchas personas lo utilizan para mejorarlo. Además, algunos adolescentes usan los videojuegos y otros el móvil pero con el fin regular sus estados afectivos o para reducir estados de ánimo negativos y aumentar estados de ánimo positivos o para la regulación del estrés, por lo que, el uso de las nuevas tecnologías tienen consecuencias emocionales (Rodríguez, 2002).

Otros estudios, han obtenido resultados similares y contrarios a los nuestros. Se ha comprobado que un exceso continuado de estrés producido por los problemas del colegio, familiares, relaciones sociales y afectivas, tiene una relación positiva al uso del móvil (Chiu, 2014). Otra de las investigaciones ha demostrado que los adolescentes hacen frente a los problemas del día a día usando las nuevas tecnologías para mejorar el estado de ánimo, las relaciones sociales y escapar de la realidad (Leung 2007). Según Folkman y Lazarus, el estilo de afrontamiento evitativo ayuda a enfrentar situaciones de estrés, en un corto periodo de tiempo, sin embargo los estresores más prolongados no son eficaces y pueden entorpecer al desarrollo de estrategias alternativas. El móvil se vincula con el afrontamiento por evitación cognitiva. Estos autores diferencian dos grupos de edad en los adolescentes, los chicos de 16-18 años que utilizan el móvil habitualmente y los de 12-13 años que se encuentran en peligro del uso desmesurado. En ambos grupos la puntuación era más alta en supresión emocional que en el resto. Puede deberse a que los más pequeños no están acostumbrados a las funciones que nos puede dar el móvil y esto hace que les llame más la atención y por lo tanto, hagan mayor uso de él. En cuanto a los más mayores se puede deber a que ya están más habituados a su uso. (Folkman y Lazarus, 1991).

A lo largo de este estudio nos hemos encontrado con una serie de limitaciones que influyen de forma negativa en el transcurso del mismo. Estas son:

- la deseabilidad social que es una característica propia de los humanos, que consiste en que estos tienden a contestar de acuerdo a lo más aceptable por el evaluador. Suelen pensar que su respuesta no está bien vista. En nuestro caso, la

deseabilidad social puede que no se de en un alto grado puesto que los cuestionarios utilizados se respondían de forma anónima. Aun así, es muy habitual la tendencia de contestar a base de lo más aceptado por los demás.

- La dificultad de encontrar estudios que traten dimensiones tan específicas como las trabajadas en este trabajo como por ejemplo: Sentimientos con las perspectivas de futuro o afecto positivo con actuación para conseguir sus propósitos.
- Otras de la limitaciones es la falta de un instrumento específico que mida exclusivamente la felicidad, al ser considera un concepto subjetivo.

A pesar de estas limitaciones el transcurso del estudio se ha podido llevar a cabo.

En conclusión, tras la realización de la investigación, se ha comprobado que la muestra estudiada refleja unas puntuaciones media-altas en autoestima, inteligencia emocional, en la satisfacción con la vida, en la calidad de vida, en afecto positivo y en bienestar psicológico diferenciando géneros y sin diferenciar. Además, en la mayoría de las subescalas de los cuestionarios utilizados hemos encontrado que correlacionaban entre ellas. Por otro lado, haciendo una comparación entre chicos y chicas, los análisis muestran que no hay grandes diferencias significativas en general, aunque en algunas subescalas sí las hay; los chicos tienen mayor puntuaciones en *calidad de vida sobre la actividad física y salud y tiempo libre y en la regulación de estrés y estado de ánimo* que las chicas, en cambio, las chicas tienen mayor puntuación en *inteligencia emocional interpersonal*. En relación al cuestionario sociodemográfico, podemos resaltar que la motivación, la repetición de curso, los videojuegos y el uso del móvil son variables que inciden en el bienestar psicológico.

6. REFERENCIAS

- Allardt, E. (1996) Tener, amar, ser: una alterativa al modelo sueco de investigación sobre el bienestar. En M. Nussbaum y A. Sen (comps.), *La calidad de vida* (pp.126.134). México:F.C.E .
- Bar-On, R. (1997). *The Emotional Quotient Inventory (EQ-i): technical manual*. Toronto, Canada: Multi Health Systems, Inc.
- Bar-On, R. y Parker, J. (2000). *Emotional Quotient Inventory: Youth Version (EQ-i:YV).Technical manual*. Toronto, Canada: Multi-Health Systems, Inc.

- Bernabeu, V. J., Casullo, M., Gonzalez, B. R y Montoya, C. I. (2002). Relación entre estilos y estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes. *Psicothema*, 14 (2).
- Camero, R. (10-03-2014). Los adolescentes españoles entre los más felices de 40 países. *ABCdesevilla*. Recuperado de: <https://sevilla.abc.es/sevilla/20140310/sevi-estudio-adolescentes-felices-201403092110.html>.
- Campbell, A. (1981). *The sense of well – being in America*. New York: McGraw-Hill.
- En: Csikszentmihalyi, 1999.
- Castellana, M., Sánchez-Carbonell, X., Beranuy, M. y Graner, C. (2006). La relació de l' adolescent amb les TIC: Un tema de rellevància social. *Full Informatiu del Col·legi Oficial de Psicòlegs de Catalunya*, 192, 22-23.
- Chiu, S. I. (2014). The relationship between life stress and Smartphone addiction on taiwanese university student: A mediation model of learning self-Efficacy and social self-Efficacy. *Computers in Human Behavior*, 34, 49-57.
- Clemes, H. y Bean, R. (1993). *Cómo desarrollar la autoestima en los niños*. Madrid: Debate.
- Conrado, N. (2018). El confidencial: *El secreto de la felicidad, según 12 de los filósofos más sabios de la historia*. Recuperado de https://www.elconfidencial.com/alma-corazon-vida/2016-07-04/secreto-felicidad-filosofos-nietzsche-kant-aristoteles_1226385/
- Cuadra, H. y Florenzano, R. (2003). El bienestar subjetivo: hacia una psicología positiva. *Revista de Psicología de la Universidad de Santiago*, 12 (01), 83–96.
- Diener, E. (1994). El bienestar subjetivo. *Intervención psicosocial. Revista sobre igualdad y calidad de vida*, 3, (8), 67-113.
- Einber, N., Fabes, R. A Y Spinrad, T. L. (2006). Prosocial development. En w. Damon y N. Eisenber (Eds), *Handbook of child psychology, vol3: social, emotional and personality development (pp646-718)*. New York: John Wiley y sons.
- Extremera, N. y Fernández-Berrocal, P. (2001). ¿Es la Inteligencia emocional un adecuado predictor del rendimiento académico en estudiantes? III Jornadas de

Innovación Pedagógica: Inteligencia Emocional. *Una brújula para el siglo XXI* (pp.146-157).

Extremera, N. y Fernández-Berrocal, P. (2003). La inteligencia emocional en el contexto educativo: Hallazgos científicos de sus efectos en el aula. *Revista de educación*, 332, 97-116.

Extremera, N. y Fernández-Berrocal, P. (2005). La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19(3), 63-93.

Fiel, G. (2001). Los grupos de charla de Internet como objeto de adicción: caso IRC. Consultado el 16 de noviembre de 2006 en: www.ub.edu.ar/investigaciones/tesinas/3_fiel_martinez.htm.

Folkman, S., y Lazarus, R. S. (1991). Coping and emotion. In A. Monat & R. S. Lazarus (Eds.), *Stress and coping: An anthology* (pp. 207–227). New York: Columbia University Press.

Fundació Catalana per a la Recerca. (2004). II estudio sobre los hábitos de uso de Internet entre jóvenes de 12 a 17 años. Día Internacional para una Internet Segura: Madrid, 6 de febrero de 2004.

Furr, R.M. y Funder, D. (1998). A multimodal analysis of personal negativity. *Journal of personality and social Psychology*, 74, 1580-1591.

Goleman, D. (1998). *Working with Emotional Intelligence*. New York: Bantam Books.

Huebner, E. S. (1991a). Initial development of the Student's Life Satisfaction Scale. *School Psychology International*, 12, 231-240.

Huebner, E. S. (1991b). Correlates of life satisfaction in children. *School Psychology Quarterly*, 6 (2), 103-111.

Inglés, C. J., Martínez-Monteagudo, M, C., Delgado, B., Torregrosa, M. S., Redondo, J., Benavies, G., García-Fernández, J, M., y García-López, L, J. (2008). Prevalencia de la conducta agresiva, conducta prosocial y ansiedad social en una muestra de adolescentes españoles: un estudio comparativo. *Infancia y aprendizaje*, 31, 449-461.

- Javaloy, F. (2007). Bienestar y felicidad de la juventud española. *Estudio del instituto de la juventud*. Madrid: Injuve.
- Keyes, C. (1998). Social well-being. *Social Psychology Quarterly*, 61, 121-140
- Keyes, C., Ryff, C., y Shmotkin, D. (2002). Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of personality and social psychology*, 82, 1007-1022.
- Layard, R. (2005). *Happiness: lessons from a new science*. New York: Penguin.
- Leung, L. (2007). Stressful life events, motives for Internet use, and social support among digital kids. *Cyberpsychology & Behavior*, 10 (2), 204-214.
- Lewinsohn, P.M., Redner, E. y Seeley, J.R. (1991). The relationship between life satisfaction and psychosocial variables: New perspectives. En F. Strack, M. Argyle y N. Schwarz (Eds.), *Subjective well-being: An interdisciplinary perspective* (pp. 193-212). New York: Pergamon
- Lucas, R.E., Diener, E., y Suh, E.M. (1996). Discriminant validity of well-being measures. *Journal of personality and social Psychology*, 71, 616-628.
- Michalos, A.C. (1986). An application of Multiple Discrepant Theory (TDM) to seniors, *social Indicator Research*, 18, 349-373.
- Moyano, E. y Ramos, N. (2007). Bienestar subjetivo: midiendo satisfacción con la Vida, felicidad y salud en población chilena de la región Maule. *Revista Universum*, 22, nº 2, 177-193.
- Musitu, G., Buelga, S., Lila, M. y Cava, M.J. (2001). *Familia y adolescencia*. Madrid: Síntesis.
- Myers, D.G. (1993). *The pursuit of happiness*. New York: Avon. En: Myers, D.G. (2000).
- Oishi, S., Diener, E. & Lucas, R. E. (2007). The optimum level of well-being: Can people be too happy? *Perspectives on Psychological Science*, 2, 346-360. doi:10.1007/978-90-481-2350-6_8 .
- Oishi, S. (2012). *The psychological wealth of nations: Do happy people make a happy society?* Malden, MA: Wiley-Blackwell.

- Oshio, T. y Kaobayashi, M. (2011). Area-Level Income Inequality and Individual Happiness: Evidence from Japan. *Journal of Happiness Studies*, 12, 633–649.
- Padrós, F., Martínez, M. P., Gutiérrez-Hernández, C. y Medina, M. (2010). La psicología positiva. Una joven disciplina científica que tiene como objeto de estudio un viejo tema, la felicidad. *Uaricha, Revista de Psicología*, vol. 14, 30-40.
- Páez, D. Morales, F y Fernández, I. (2007). Las creencias básicas sobre el mundo social y yo. *Psicología social* (pp. 195-211) Tercera Edición. Madrid: Mc Graw Hill.
- Pavón, L. A. y Moreno, J.A. Actitud de los universitarios ante la práctica física deportiva: diferencias por géneros Murcia. Universitat de les Illes Balears, Universitat Autònoma de Barcelona. *Revista de psicología del deporte*. 2008; 17(1)7-23.
- Rodríguez, E. (2002). Jóvenes y videojuegos: espacio, significación y conflictos. Madrid: Fundación de Ayuda contra la Drogadicción.
- Rojas, M. (2004). Well-being and the complexity of Poverty. *Research Paper, United Nations University, WIDER*, 2004/29.
- Ryan, Richard M., Deci, Edward L(2000). Teoría de la autodeterminación y la facilitación de la motivación intrínseca, el desarrollo social y el bienestar. *American Psychologist*, Vol 55 (1) 68-78.
- Ryff, C., y Keyes, C. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 719-727.
- Seligman, M. y Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction, *American Psychologist*, 55, 5-14.
- Seligman, M. P., Steen, T. A., Park, N., y Peterson, C. (2005). Positive Psychology Progress. *American Psychologist*, 60(5), 410-421.
- Sen, A. (2009). *The idea of justice*. Massachusetts. Belknap Harvard Press.
- Taylor S.E., Kemeny, M.E., Reed, G.M., Bowe, J.E., y Gruenewald, T.L. (2000). Psychological resources, positive illusions, and health. *American Psychologist*, 55(1), 99-109.

- Tellegen, A. (1985). Structures of mood and personality and their relevance to assessing anxiety, with emphasis on self-report. En A.H. Turna y D. Maser (Eds.), *Anxiety and the anxiety disorders* (pp. 681-706). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Vázquez, C., Y Hervás, G., (2008). *Psicología positiva aplicada*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Yáñez, S. y Cárdenas, M. (2010). Estrategias de aculturación, indicadores de salud mental y bienestar psicológico en un grupo de inmigrantes sudamericanos en Chile. *Salud y Sociedad*, 1, 51-70.
- Ying, S. y Fang-Biao, T (2005). Correlations os school life satisfaction, self-esteem and coping style in middle school students. *Chinese Mental Health Journal*, 19 (11), 741-744.
- Young, K. (1998). Internet Addiction: *The emergence of as new clinical disorder*. *Cyberpsychology y Behavior*, 1 (3), 237-244.
- Zubieta, E. M. y Delfino, G. I. (2010). Satisfacción con la vida, bienestar psicológico y bienestar social en estudiantes universitarios de Buenos Aires. *Anuario de investigaciones*, 17, 277-283. Facultad de psicología, Universidad de Buenos Aires.
- Zubieta, E. M., Fernández, O. D. y Sosa, F. (2012). Bienestar, valores y variables asociadas. *Boletín de Psicología*, 106, 7-27.



Universidad de Jaén

Vicerrectorado de Investigación

COMISIÓN DE ÉTICA

Tipo de actividad : TFG

Referencia: ABR.18/3.TFG

Título de la actividad: Bienestar psicologico y felicidad en adolescentes

Convocatoria y/o entidad a la que se presenta: TFG UJA

- Tutora : Lourdes Espinosa Fernandez

Tipo de experimentación o actividad sometida a informe: Investigación en humanos

Informe que se emite : FAVORABLE

Observaciones: 7 de mayo de 2018

Jaén, 7 de mayo de 2018



Fdo. Gustavo Reyes del Paso
Presidente de la Comisión de Ética

Vicerrectorado de Investigación

Campus Las Lagunillas, s/n. Edificio B-1 Rectorado – Telf. 953 212597 – Fax 953 211968 – E-mail: vicinv@ujaen.es

ANEXO II

Escribe y señala lo que corresponda

Edad:

Sexo: Femenino ☐Masculino ☐

Curso:

¿Vives con tus padres?

→ Sí ☐→ No ☐

→ ¿Con quién vives?

¿Tienes hermanos?

→ Sí ☐→ No ☐

→ ¿Cuántos tienes?

¿El núcleo familiar es monoparental? Sí ☐ No ☐

¿Has repetido curso alguna vez?

No ☐Sí ☐

→

¿Cuántas veces?

¿Actualmente estas repitiendo?

Sí ☐No ☐¿Te consideras solidario con las demás personas sin esperar nada a cambio en tu día a día cuando se da la situación de serlo? Sí ☐ No ☐

¿Tienes perspectivas de futuro?

Sí ☐No ☐**(FP)** ¿Quieres trabajar el día de mañana lo que estás estudiando hoy? Sí ☐ No ☐**(ESO Y BACHILLER)** ¿Tienes claro lo que vas a estudiar (en lo que te quieres formar para trabajar el día de mañana)? Sí ☐ No ☐¿Te sientes motivado para conseguir tus propósitos? Sí ☐ No ☐¿Estás haciendo algo para conseguir esos propósitos? Sí ☐ No ☐

¿Sueles faltar a clase?

No ☐Sí ☐

→

¿Cuántas veces?

1 ó 2 veces a la semana ☐1 ó 2 veces cada mes ☐¿Juegas a los videojuegos? No ☐Sí ☐

→

¿Cuánto tiempo juegas al día?

30 minutos ☐2 horas ☐1 hora ☐+ 2 horas ☐¿Usas el móvil todos los días? No ☐Sí ☐

→

¿Cuánto tiempo lo usas al día?

½ hora- 1 hora ☐1-2horas ☐2-3 horas ☐3-4 horas ☐+5horas ☐