



UNIVERSIDAD MICHOACANA DE SAN NICOLÁS DE HIDALGO  
FACULTAD DE PSICOLOGÍA  
DIVISIÓN DE ESTUDIOS DE POSGRADO

**Bienestar subjetivo en adolescentes con  
actividades extracurriculares de alta  
exigencia**

TESIS PRESENTADA POR

**Marlon Frank Espinosa Requesens**

PARA LA OBTENCIÓN DEL GRADO DE  
**Maestro en Psicología**

COMITÉ TUTORAL

**Ferran Padrós Blázquez (Tutor)**  
*Doctor en Psicología*

**Gabriela Navarro Contreras**  
*Doctora en Psicología Social*

**Victoria González Ramírez**  
*Maestra en Psicología*

REVISORES

**Ithzel Fernández Montaña**  
*Maestra en Psicoterapia Humanista*

**Esteban Gudayol Ferré**  
*Doctor en Investigación en Medicina*

MORELIA, MICH., FEBRERO DE 2020





UNIVERSIDAD MICHOACANA DE SAN NICOLÁS DE HIDALGO  
FACULTAD DE PSICOLOGÍA  
DIVISIÓN DE ESTUDIOS DE POSGRADO

**Bienestar subjetivo en adolescentes con  
actividades extracurriculares de alta  
exigencia**

TESIS PRESENTADA POR

**Marlon Frank Espinosa Requesens**

PARA LA OBTENCIÓN DEL GRADO DE  
**Maestro en Psicología**

COMITÉ TUTORAL

**Ferran Padrós Blázquez (Tutor)**  
*Doctor en Psicología*

**Gabriela Navarro Contreras**  
*Doctora en Psicología Social*

**Victoria González Ramírez**  
*Maestra en Psicología*

REVISORES

**Ithzel Fernández Montaña**  
*Maestra en Psicoterapia Humanista*

**Esteban Gudayol Ferré**  
*Doctor en Investigación en Medicina*



MORELIA, MICH., FEBRERO DE 2020

## AGRADECIMIENTOS:

A ANA MARTHA HERNÁNDEZ MALAGÓN, MI ANITA, MI AMOR, QUE ESTÁ A MI LADO EN TODOS LOS MOMENTOS DE MI VIDA.

A MI FAMILIA; MI MAMÁ IVÓN Y MI HERMANA IBYS QUE ME QUIEREN TANTO QUE NO DUDARON EN APOYARME CUANDO TOMÉ LA DECISIÓN DE EMPRENDER ESTE NUEVO RETO EN MI VIDA.

A MI PADRE Y MI PADRASTRO, MARIO Y HUMBERTO, JUNTO A MI HERMANA GABY POR SU APOYO.

A MIS TÍAS GLADYS (MADRINA) Y GISELA, POR SIEMPRE PODER CONTAR CON ELLAS.

A MI NUEVA FAMILIA: MARTHA Y HÉCTOR, MIS SUEGROS; ALMA Y SAÚL Y MIS SOBRINOS LEONCITO Y "PIPO".

A GALY Y DANY POR DEJARME CONTAR CON SU AMISTAD SINCERA.

AL DOCTOR FERRÁN POR SER EL MEJOR DIRECTOR DE TESIS QUE CUALQUIER ALUMNO PUDIERA TENER, SOBRE TODO POR SU AMISTAD.

A LA DOCTORA GABRIELA POR SUS ACERTADAS RECOMENDACIONES Y POR SU DISPOSICIÓN SIEMPRE PARA APOYAR NUESTRA INVESTIGACIÓN.

AL COORDINADOR, DR. ERWÍN, UNO DE LOS PRINCIPALES ARTÍFICES DE QUE YO PUDIERA SER PARTE DE ESTA MAESTRÍA.

A TODOS MIS COMPAÑEROS DE LA 5TA GENERACIÓN DE LA MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA Y LOS PROFESORES QUE FUERON PARTE DE MI FORMACIÓN EN LA DIVISIÓN DE POSGRADO.

A LOS MIEMBROS DEL COMITÉ TUTORAL, LA MTRA. VICTORIA, LA MTRA. ITHZEL Y EL DR. ESTEBAN, QUE TAMBIÉN FUERON PARTE DE ESTE PROCESO.

A TODAS MIS AMISTADES, LAS CUBANAS Y LAS MEXICANAS.

ESPECIALMENTE A MIS ABUELOS ELVIRA Y ROBERTO, QUE DESDE NIÑO ME ACOMPAÑAN ¡LOS AMO!

## **Resumen**

El objetivo de este estudio fue establecer una comparación entre el nivel de Bienestar Subjetivo presente en un grupo de adolescentes y jóvenes vinculados a actividades extracurriculares de alta exigencia y un segundo grupo que no se vinculaban a este tipo de actividades. Para cumplir con este objetivo se hicieron tres estudios, en el primero tuvo como objetivo diseñar una prueba que midiera la Satisfacción con la Vida (CBSVAJ), contó con 244 participantes, 177(72.5%) mujeres y 67(27.5%) hombres con edades entre 17 y 24 años ( $M=20.82$ ,  $DE=3.64$ ). El segundo estudio fue el diseño de la prueba de Rasgos Competitivos (CRCA), participaron 348 adolescentes, 244(70.1 %) fueron mujeres y 104(29.9 %) hombres, de entre 13 y 19 años ( $M=16.06$ ,  $DE=1.42$ ). El estudio principal arrojó que los adolescentes que hacen actividades extracurriculares de alta exigencia presentan mayores niveles de Bienestar Subjetivo.

Palabras claves: Bienestar subjetivo; Satisfacción con la vida; Rasgos competitivos; Actividades extracurriculares; Adolescentes y jóvenes.

## **Abstract**

The aim of this study was to establish a comparison between the level of Subjective Well-being present in a group of adolescents and young people linked to extracurricular activities of high demand and a second group that were not linked to this type of activities. In order to fulfill this objective, three studies were carried out, in the first one it was designed to design a test that measured Satisfaction with Life (CBSVAJ), it had 244 participants, 177 (72.5%) women and 67 (27.5%) men, with ages between 17 and 24 years ( $M = 20.82$ ,  $SD = 3.64$ ). The second study was the design of the Competitive Traits test (CRCA), 348 adolescents participated, 244 (70.1%) were women and 104 (29.9%) men, between 13 and 19 years ( $M = 16.06$ ,  $SD = 1.42$ ). The main study showed that adolescents who do high-demand extracurricular activities have higher levels of Subjective Wellbeing.

**Keywords:** Subjective well-being; Satisfaction with life; Competitive traits; Extracurricular activities; Teens and young people.

<b>Índice.</b>	
<b>Introducción.....</b>	<b>3</b>
<b>Capítulo I. Bienestar Subjetivo en adolescentes.....</b>	<b>8</b>
<b>1.1. Bienestar Subjetivo, conceptos e importancia .....</b>	<b>8</b>
<b>1.2. Factores biológicos y psicosociales que inciden en el Bienestar Subjetivo de los adolescentes.....</b>	<b>9</b>
<b>1.3. La Satisfacción con la Vida, en adolescentes. ....</b>	<b>12</b>
<b>1.4. Afectos positivos y negativos dimensiones del Bienestar subjetivo.....</b>	<b>13</b>
<b>1.5. Evaluación del Bienestar subjetivo en adolescentes.....</b>	<b>14</b>
<b>Capítulo II. Actividades extracurriculares de alta exigencia.....</b>	<b>16</b>
<b>2.1. La vinculación de los adolescente y jóvenes a actividades extracurriculares; deportes.16</b>	
<b>2.2. Posibles impactos de las actividades de alta exigencias en la salud. ....</b>	<b>17</b>
<b>2.3. Impacto en la salud de los adolescentes dedicados a la alta exigencia artística.....</b>	<b>20</b>
<b>Capitulo III. Rasgos de personalidad y actitudes.....</b>	<b>23</b>
<b>3.1. La Personalidad y los Rasgos de personalidad. Su comprensión desde el modelo clínico clásico. ....</b>	<b>23</b>
<b>3.2. Las Actitudes un concepto social. ....</b>	<b>25</b>
<b>3.3. Análisis diferencial entre rasgos de personalidad y actitudes. ....</b>	<b>27</b>
<b>Capitulo IV. Planteamiento de la pregunta principal.....</b>	<b>30</b>
<b>4.1. Introducción.....</b>	<b>30</b>
<b>4.2. Pertinencia de estudiar las actividades extracurriculares exigentes y el Bienestar Subjetivo en estas edades.. ....</b>	<b>30</b>
<b>4.3. El alcance del método cuantitativo. ....</b>	<b>31</b>
<b>4.4. Objetivos. ....</b>	<b>31</b>
<b>4.5. Hipótesis de trabajo. ....</b>	<b>32</b>
<b>4.6. Método.....</b>	<b>32</b>
<b>4.7. Participantes.....</b>	<b>33</b>
<b>4.8. Instrumentos.....</b>	<b>33</b>
<b>4.9. Procedimiento.....</b>	<b>34</b>
<b>Capítulo V. Estudio I. Cuestionario Breve de Satisfacción con la Vida para Adolescentes y Jóvenes (CBSVAJ). ....</b>	<b>36</b>
<b>5.1. Pregunta de investigación y objetivos.....</b>	<b>36</b>
<b>5.2. Variables. ....</b>	<b>36</b>
<b>5.3. Participantes.....</b>	<b>36</b>

5.4. Procedimiento.....	36
5.5. Resultados.....	37
5.6. Discusión.....	40
<b>Capítulo VI. Estudio II. Estudio piloto del Cuestionario de Rasgos Competitivos en Adolescentes(CRCA).....</b>	<b>41</b>
6.1. Pregunta de investigación y objetivos.....	41
6.2. Variables.....	41
6.3. Participantes.....	41
6.4. Instrumento.....	42
6.5. Resultados.....	42
6.6. Discusión.....	45
<b>Capítulo VII. Estudio III. Estudio comparativo sobre el nivel de Bienestar Subjetivo entre un grupo de adolescentes y jóvenes que realizan actividades extracurriculares de altas exigencias y otro grupo de adolescentes y jóvenes no vinculados a este tipo de actividades.....</b>	<b>46</b>
7.1. Preguntas de investigación y objetivos.....	46
7.2. Variables.....	46
7.3. Participantes.....	47
7.4. Instrumento.....	47
7.5. Resultado del análisis de los datos sociodemográficos.....	48
7.6. Comparación de los niveles de afecto (PANASN).....	49
7.7. Comparación de las medias del cuestionario de Satisfacción con la Vida y sus factores (CBSVAJ).....	50
7.8. Comparación de los niveles de Rasgos Competitivos (CRCA).....	51
7.9. Resultados de las correlaciones entre las pruebas aplicadas (PANASN, CBSVAJ y CRCA).....	52
<b>Capítulo VIII. Discusión.....</b>	<b>54</b>
<b>Referencias .....</b>	<b>60</b>
<b>Anexos .....</b>	<b>72</b>

## **Introducción.**

La realización de investigaciones relacionadas con el Bienestar, ha tomado gran interés en los últimos años. Al ser un área de investigación relativamente nueva no limita la existencia de supuestos teóricos para su estudio, los cuales se dividen en tres grandes líneas conceptuales: **Bienestar Subjetivo, Bienestar Psicológico y el Bienestar Social**. Comprender el **Bienestar Subjetivo** desde su lado positivo, más que en las afectaciones patológicas o sociales, basados en indicadores como la resiliencia, el desarrollo integral, estados de salud físicos y mental o factores relacionados con la prevención de comportamientos de riesgos es una propuesta novedosa ofrecida en algunos estudios (Alfaro, Casas & López, 2015).

Esta forma de comprender el Bienestar se relaciona con los procesos que mantienen nuestra salud integral. La Organización Mundial de la Salud (OMS) aboga por un programa dirigido a educar a la población con el fin de no ver afectado este indicador, entremezclando aspectos culturales y de salud (OMS, 2013). Esta organización internacional contempla la salud desde una visión holística, sujeta a estudios que vinculen el bienestar general (físico, mental y social), sin reducir esta al no padecer enfermedades.

Estudiamos la salud integral porque es el estado de Bienestar ideal, que solo se logra cuando existe un equilibrio entre los factores biológicos, físicos, mentales, emocionales, espirituales y sociales, que admiten un conveniente desarrollo y crecimiento en todos los recintos de la vida (OMS 2013, pp. 1).

En la conservación de la salud confluye un variado número de factores, por ejemplo, podemos asegurar que a nivel psíquico la interrelación entre la dimensión cognitiva y emocional forman la base de los distintos juicios que concebimos sobre los contextos de acción, su repercusión en los estados de ánimo y en como representamos la felicidad. La cultura específica de nuestra sociedad también va a ser importante para alcanzar el equilibrio que nos permita lograr el Bienestar subjetivo (Omar, Paris, Aguiar, Almeida & del Pino, 2009).

Nuestra investigación se dirige al estudio del Bienestar Subjetivo específicamente, comprendido desde la perspectiva Hedónica, estableciendo diferencias con la visión eudaimónica, la cual se vincula con el Bienestar Psicológico (Padrós & Martínez, 2011, Alfaro, Casas & López, 2015). La dimensión Hedónica se asocia propiamente con la obtención de metas que nos establecemos y que generan estados afectivos positivos que

directamente inciden en nuestra satisfacción con la vida, es un recurso usado para sobreponernos a dificultades y experimentar felicidad; a la vez que, la eudaimonia se relaciona con los factores de crecimiento personal, proyectado en un funcionamiento psicológico positivo a largo plazo, o sea, establece un equilibrio en cuanto a cómo utilizamos nuestras habilidades frente a distintos desafíos; es importante establecer estas diferencias entre estos conceptos, pues debido a la alta correlación que presentan entre ellos pueden crear confusión (Salavera, & Usán, 2019).

En el año 1974 la revista *Social Indicators Research* publica un artículo inicial en sus páginas sobre Bienestar Subjetivo (**BS**) o “Hedónico”; que determinaba la percepción de felicidad con base en las valoraciones individuales. Diez años más tarde Diener propone una estructura basada en dos componentes: **Satisfacción con la Vida** y balance de afectos. El propio autor también aporta tres principios de análisis:

- A) El bienestar subjetivo está basado en la experiencia del individuo, sus percepciones y evaluaciones.
- B) Incluye en su estudio medidas positivas y no sólo la ausencia de aspectos negativos.
- C) La incorporación de algún tipo de evaluación global sobre toda la vida de la persona, denominada satisfacción vital (Diener, 1984).

Las investigaciones del Bienestar subjetivo han sido desarrolladas mayormente en adultos Alfaro, Casas y López (2015), advierten, que si bien se cuenta con resultados de estudios sobre el **BS** en niños y adolescentes todavía distan de los realizados en adultos, a pesar de esto, existen conclusiones importantes en estas etapas, dadas por la presencia de características que matizan el bienestar, el cual cuenta con su propia idiosincrasia evolutiva, manifestando diferencias importantes según la edad.

Latinoamérica es señalada con poco abordaje en el estudio del **BS** en estas etapas, por lo cual se crean, validan o adaptan pruebas de medición para la exploración de este constructo, con el fin de desarrollar herramientas que aumenten la calidad de la comprensión de este fenómeno en estas etapas (Oyanedel, Alfaro & Mella, 2015).

En la revisión de estudios sobre el bienestar subjetivo es común encontrar investigaciones dirigidas a la medición de factores predictores, herramientas de ajuste psicosocial o factores asociados, mayormente en adultos o propiamente en adultos mayores, este último grupo con gran interés debido a presentar alto grado de vulnerabilidad social (Alvarado-San Román,

Toffoletto, Oyandel-Sepúlveda, Vargas-Salfate & Reynaldos- Grandón, 2017; Sanjuán & Ávila, 2016; Acosta-Quiroz, Vales-García, & Palacio-Cinco, 2015).

Asumimos que, para el estudio de este constructo en la edad adolescente, se deben considerar indicadores su relación estrecha con indicadores concretos de salud. Señalar que estas investigaciones presentan resultados parciales o con cierto nivel de certidumbre, por lo que no podemos afirmar que son definitivas estas relaciones; así encontramos respuestas iniciales relacionadas con la influencia del **BS** y los sistemas inmunológicos y cardiovasculares (Diener, Pressman, Hunter y Delgadillo-Chase, 2017). Nuevamente estas investigaciones iniciales se aplican en grupos de Adultos.

Aplicar una investigación que mida el **BS** en la adolescencia, obliga a documentar características propias de la etapa. La edad adolescente se describe como tormentosa, con cambios a niveles físicos y mentales, antesala de lo que será la edad adulta. Existe una constante demanda de nuevas sensaciones placenteras, conductas de exploración, de riesgos. Se plantea la presencia de mecanismos de protección los cuales facilitan la adaptación, basado en aumentar la reactividad ante situaciones que pudieran generar displacer, como sería el caso de las identificadas como potencialmente estresantes. Estas conductas de adaptación en ocasiones provocan respuestas erróneas ante situaciones que en realidad no son amenazantes, lo cual conlleva al malestar psicológico. Tres aspectos se relacionan con esta sensación de malestar: mucha ansiedad, depresión y baja autoestima, la presencia de estos estados se relacionan de manera negativa con la subjetividad del adolescente (Bermúdez, 2018).

Un estudio realizado en adolescentes, con la finalidad de explorar la presencia o no de vivencias negativas relacionadas con estrés, ansiedad, posibles daños de autoestima etc., en el contexto docente, tuvo indicadores elevados en estos apartados, los cuales se asociaban con el malestar psicológico, infiriendo la posibilidad de estar relacionados estos factores con niveles de competitividad al momento de obtener un mejor desempeño en el aula (Bermúdez, 2018).

El ser competitivo pudiera ser un rasgo presente en algunos adolescentes, lo que pudiera impulsarlos a medirse con sus pares. El rasgo de personalidad es trabajado mayormente desde el contexto clínico para indicar características que determinan cierta estabilidad de estos componentes, expresados en un comportamiento. Un estudio clásico muy influyente

relacionó tres modelos de personalidad con rasgos específicos contenidos en cada uno de ellos, haciendo a los individuos con estas características proclives a conductas antisociales (Eysenck, 1976, como se cita en López y López 2003). Los rasgos de personalidad pueden determinar la predisposición a diferentes conductas, basados en las características que estos mantienen de manera estable, manifestándose en actitudes matizadas por un determinado rasgo.

Es común que los adolescentes se vinculen a actividades extracurriculares, las que van a demandar su pertenencia a grupos dónde desarrollan habilidades vocacionales. Un estudio vinculó la práctica artística, deportiva y de scouts en edades entre 12 y 17 años con la inteligencia emocional y la resiliencia, funcionando estos como factores protectores frente a la presencia de enfermedades mentales (Ruvalcaba, Gallegos, Borges & Gonzáles, 2017). Si bien el estudio de Ruvalcaba, Gallegos, Borges y González (2017) identifica factores protectores de la salud mental de adolescentes que participan en actividades extracurriculares, no debemos ser absolutos en esta afirmación. El ser parte de grupos altamente competitivos, relacionado a creencias sociales rígidas establecidas, que el adolescente puede evaluar de manera negativa, según una línea de investigación reciente, atenta directamente contra el bienestar subjetivo en estas edades (De la Calle Real & Muñoz-Algar, 2018, Li & Wong, 2015).

Existe un síndrome de aislamiento presente en adolescentes, descrito en Japón, el cual se produce como respuesta a altas exigencias sociales; **El Hikikomori**. Muchos adolescentes japoneses deciden evitar el contacto social como respuesta a sistemas familiares y escolares estrictos, que obligan al cumplimiento de roles y deberes. Por voluntad, se alejan de la vida cotidiana y prefiriendo espacios vinculados a la internet y redes sociales. Actualmente el Hikikomori de ser un síndrome propio de la sociedad japonesa ha pasado a otros países (De la Calle Real & Muñoz-Algar, 2018, Li & Wong, 2015).

Este tipo de riesgos son considerados por nosotros, tomando en cuenta que nuestra población diana, se compone por adolescentes vinculados a altas exigencias propias de las actividades extracurriculares en las que se desempeñan, las que, de ser percibidas de manera negativa, basándonos en los ejemplos anteriores, pudieran presentar alguno de estos padecimientos que presumiblemente atentarían contra su salud integral.

Nuestra investigación entonces, pretende determinar si existe diferencias respecto al **BS**, en

un grupo de adolescentes que periódicamente practica actividades extracurriculares y otro grupo que no se vinculan a estas. Basados en los aspectos antes mencionados, desarrollaremos instrumentos de medición que nos permitan recolectar puntuaciones para establecer comparaciones estadísticas, a la vez que contribuyan al aumento de herramientas para la investigación en este grupo etario.

Determinar si existen rasgos de personalidad asociados con actitudes competitivas en estos adolescentes, que superen la presencia de estos en sus compañeros que no realizan actividades extracurriculares de alta exigencia, es otro objetivo que nos hemos trazado.

El estudio del **BS** es un tema complejo que demanda un meticuloso nivel de análisis al momento de relacionar todos los indicadores propuestos para determinar su incidencia sobre el constructor, a la vez que es una propuesta novedosa, dentro de un grupo de edad demandante de investigaciones sobre este tema. Comprender nuestra investigación con un alcance genérico, de impacto directo en la conservación de la salud integral de los adolescentes es lo que pretendemos.

## **Capítulo I. Bienestar Subjetivo en adolescentes.**

### **1.1. Bienestar Subjetivo, conceptos e importancia.**

En función del grupo etario al que se pertenezca pueden ir variando los indicadores a relacionar con el **BS**, Ryff, Friedman, Hayney, Love y Singer (2007) hablan sobre las interrelaciones activas que ocurren entre indicadores como las exigencias o los inconvenientes, la inspiración o desesperanza, lo placentero y lo doloroso, etc., sobre estas bases se proporcionan retos a la vida, contemplando estados emocionales positivos o negativos en los individuos, los que directamente influyen en el bienestar psicológico, la calidad de vida y la salud integral.

Se considera que el **BS** es un constructo activo que engloba fortalezas y factores encaminados a la obtención de afectividades positivas, medibles a través de indicadores de alto grado de confiabilidad, en lo que a estudios de felicidad compete (Veenhoven, 2005). Estos indicadores son dignos de estudiar, definidos como un deber pragmático académico (Vázquez 2006, como se citó en Vera, 2011). Los indicadores utilizados para medir el **BS** se caracterizan por la relación que establecen entre valoraciones, juicios, afectos y emociones, ejemplo son las dimensiones: Satisfacción Global con la Vida, Afecto Positivo, Expresión de Emociones Positivas y Negativas, Percepción de la Felicidad, Socialización de las Emociones, Atención a Sentimientos, Percepción Social de la Felicidad y Búsqueda de Felicidad y Valores (Vera, et al, 2011).

Palomar (2004, como se cita en Vera, et al, 2011), conceptualiza el Bienestar Subjetivo como un constructo multidimensional, dado que los indicadores de satisfacción tienen fuentes contextuales diversas: la sociedad, la familia, la relación de pareja, la autorrealización profesional etc. Esta manera de entender este constructo, habla de lo dinámico y a la vez complejo del estudio en esta área. El **BS** demanda controlar estos factores y su influencia en el individuo, pues entendemos que, metodológicamente su comprensión debe ser multidimensional, controlando mediante la medición los distintos factores que proponemos en las pruebas utilizadas.

Midiendo el **BS** podemos comprender la manera en que las personas evalúan su vida, lo cual hacen con una tendencia a lo positivo. El establecimiento de valoraciones cognitivas tiene de base las experiencias que reportan placer, goce y satisfacción, las que a mayor reportan estados afectivos positivos y viceversa. Sobre esta relación cognitivo-afectiva (juicios y

estados afectivos positivos y negativos) se construyen los instrumentos para estudiar el **BS**, ajustado a los grupos o poblaciones que se quieran investigar (Vera, 2011).

Es importante caracterizar el grupo donde se investigue el **BS**, pues las estrategias a diseñar deben contar con aspectos como la edad, actividades principales de la etapa, neoformaciones del desarrollo, papel de la familia, su posición en la familia, etc. Trabajar este constructo en edades como la adolescencia o la juventud temprana, obliga a contemplar las características propias de esta etapa del desarrollo. Los cambios físicos experimentados y las nuevas exigencias sociales matizan su accionar; dejan de ser vistos como niños, aparecen las necesidades superiores que los acercan a los adultos, comienza la lucha de independencia-dependencia (Iglesias, 2013).

Durante la edad adolescente la personalidad se va estabilizando, aparecen sistemas de intereses enfocados a metas preestablecidas. Las crisis de la etapa conviven con el desarrollo de la esfera cognitiva, las habilidades sociales y su posición en el grupo, matizando sus experiencias afectivas (Espinosa, 2012).

## **1.2. Factores biológicos y psicosociales que inciden en el Bienestar Subjetivo de los adolescentes.**

Estudios indican que los adolescentes que se encuentra en un estado de depresión pueden presentar tendencias a delinquir, al consumo de drogas, o conductas autolíticas (autodestructivas); todas estas son alertas a tener en cuenta (Alzuri-Falcato, Hernández-Muñoz, & Calzada-Urquiola, 2017; Silva, 2007).

Directamente se asocia la depresión con el síndrome de riesgo en la adolescencia el cual presenta cuatro factores de riesgos que atentan contra la salud en esta etapa; abusos de sustancias; embarazo o iniciación sexual precoz; deserción escolar o bajo rendimiento académico y por último tendencia a delinquir (Alzuri-Falcato, M., Hernández-Muñoz, N. & Calzada-Urquiola, Y., 2017).

El adolescente se encuentra sujeto a exigencias sociales que debe cumplir; las propias de la escolarización, la elección de su futuro profesional, la posición que ocupa entre sus pares etc. Este cúmulo de responsabilidades puede exceder sus recursos personales y el adolescente comienza a experimentar estados ansiosos o de tensión que pudieran derivar en trastornos mentales como la depresión (Silva, 2007) o ansiedad y suicidio (Bragado, Bersabé & Carrasco, como se cita en Silva 2007).

Estos autores, al estudiar los factores de riesgo para diversos trastornos en edades tempranas, identificaron varios perfiles que engloban tanto variables sociodemográficas, como estresores psicosociales del contexto familiar, fracaso escolar, historia médica y antecedentes de enfermedades mentales familiares; edad, preocupaciones familiares y salud de la madre, resultaron factores que favorecen la depresión.

El grupo al que pertenecen y su influencia en su conducta, también debe ser un factor a considerar, pues las relaciones propias que se establecen, pudieran afectar de alguna forma su estabilidad emocional; por ejemplo, un joven que practica un deporte de equipo, sus compañeros le van a demandar un rendimiento para ser aceptado en esta actividad, el no lograr las exigencias, puede que afecte su estabilidad emocional, siendo esta demanda propia del grupo al que pertenece y de la actividad que desempeña.

Blázquez (1999) nos habla que el dirigir solo el deporte hacia la victoria, genera en los “menos buenos” sentimientos de frustración que atentan contra su estabilidad emocional, lo cual es resultado de un mal manejo de la finalidad real de este tipo de actividad, que debe ser dirigida a la formación de valores que afiancen la personalidad en desarrollo.

El 8% de los adolescentes sufren depresión, los síntomas característicos de esta etapa incluyen; aumento o descenso brusco de peso, disminución del desempeño académico, problemas de atención y concentración en las actividades en las que participa, poca energía, conductas atípicas del área motora (agitación o enlentecimiento), desmotivación, afectación de la estructura de la personalidad, ideas relacionadas con la muerte etc., (García, 2009).

La atención de la depresión en la adolescencia se enfoca en el trabajo con los padres, planificando las intervenciones desde esta óptica, si bien acertada, solo identifican este tipo de estados vinculados a la repercusión familiar sobre el niño o adolescente. Ver al adolescente como un miembro activo en formación de una sociedad, nos puede indicar también otros núcleos que atenten contra su salud integral, colocándolo desde su posición al momento de comenzar alguna actividad y las exigencias que estas pueden demandar (GuiaPsicología.com, 2019).

En contraposición al estado depresivo pudiéramos encontrar la práctica de conductas violentas como respuestas a situaciones que no pueden controlar, pero igualmente les reportan estados tensos y de ansiedad.

Un estudio realizado en Colombia a adolescentes procesados por homicidio doloso tuvo

como resultado que contrario a la creencia popular por la tradición de “sicarios”, muchos actuaron por voluntad propia (Cartagena, Orozco & Lara 2011). Los factores que más se vinculaban a este tipo de acciones iban a ser el tipo de estructura familiar al que pertenecían, generalmente disfuncional, con antecedentes de historial delictivo, problemas con su contexto escolar (bajo rendimiento, deserción), consumo de drogas, maltrato infantil y carencias económicas, muchas de estos factores presentes son compartidos con los anteriormente mencionados en los trastornos depresivos.

La inestabilidad familiar y el rendimiento escolar son determinantes de conductas, que, si bien no predicen la dirección, influyen en vivencias emocionales que afectan a los adolescentes en primer término. Estas vivencias pueden afectar negativamente el **BS** en esta etapa de la vida, siendo producto no solo del contexto, sino también de un mal manejo de los responsables de la educación de los menores. Un estudio multilcéntrico sobre actitudes y normas culturales frente a la violencia (proyecto ACTIVA, 1997), propuso la presencia de procesos psicológicos y sociales (Conflicto, Interpretación, Reacción, Respuesta, Normas, Actitudes, Aptitud, Autoeficacia, Intención) que determinan las expresiones actitudinales de la violencia, cuando el contexto o los rasgos personales los auspician. (Fournier, de los Ríos, Orpinas y Piquet-Carneiro, 1999).

La investigación fue llevada a cabo por la Organización Mundial de la Salud en varios países latinoamericanos y España, partiendo de la idea que las expresiones violentas son amenazas para el desarrollo de una nación y específicamente para la salud pública (Fournier, de los Ríos, Orpinas y Piquet-Carneiro, 1999).

Tanto estados depresivos como condiciones sociales desfavorables afectan el **BS**. Uno de los factores directamente relacionados con estados psicológicos negativos es el estrés. Factores de riesgo como la tensión psíquica y estrés patogénico son causantes de enfermedades neuropsíquicas o las conocidas como psicósomáticas (Aldereguía y Komarov 1987, como se citó en Espinosa 2012).

Vivenciar experiencias negativas en las primeras edades, aumenta la posibilidad de padecer estrés o afectar la inteligencia emocional del adolescente, lo cual es un daño que se ha encontrado tiene relación con el suicidio en estas edades; incluso ser parte de una familia que no puede cumplir las necesidades psicológicas y sociales de los menores, derivando en maltratos o abandono, directamente contribuyen a la vivencia de estados afectivos negativos

en estas primeras edades (Bonet-Mas, Palma, & Gimeno-Santos, 2020).

En el campo de la experimentación animal, el estudio sobre el estrés en etapas tempranas de la vida, arroja resultados interesantes a tener en cuenta, los cuales pudieran ser compartidos por diferentes especies.

Un experimento con ratas jóvenes que fueron separadas de su madre, nos da ideas de las vivencias nocivas que pudieran presentar los humanos en las primeras edades del desarrollo si fueran expuestos a situaciones de separación. El miedo, la no protección y la soledad eran expresados conductualmente por las ratas, haciendo presente rasgos de ansiedad y depresión (Junco, 2013).

La represión del instinto de explorar el terreno fue interpretada como una expresión ansiosa, presente en las ratas “huérfanas”, las cuales preferían permanecer escondidas e inmóviles, siendo esto un factor que indicaba depresión. Las ratas jóvenes que tenían cerca la presencia de su madre, no presentaban este tipo de comportamientos. Estos comportamientos inseguros eran mostrados también, cuando eran forzadas a nadar, haciéndolo de forma tardía. Presuntamente estas conductas observadas en ratas jóvenes separadas de sus madres eran mantenidas en la edad adulta (Junco, 2013).

El estar sujeto desde edades tempranas del desarrollo a estímulos sostenidos generadores de estados los cuales como vimos, en la mayoría de las ocasiones presentan como foco principal el seno familiar, puede desatar este tipo de estados que atentan contra el **BS** y contra su dimensión valorativa, “Satisfacción con la Vida”.

### **1.3. La Satisfacción con la Vida, en adolescentes.**

La satisfacción con la vida es principalmente cognitiva, haciendo referencia a un juicio global sobre la experiencia vital general (Diener, Emmons, Larsen, y Griffin, 1985) o sobre aspectos diversos como la salud, familia, vivienda, etc. (Huebner, 1994, 2004).

Shin y Johnson (1978) proponen que la satisfacción con la vida es una evaluación global sobre la calidad de vida que realiza una persona de acuerdo con sus criterios escogidos; este es uno de los conceptos más antiguos que encontramos, emitido a escasos cuatro años de presentarse la primera publicación sobre Bienestar Subjetivo, constructo del cual forma parte. La principal figura internacional asociada a esta categoría psicológica es nuevamente Ed Diener, quien presenta resultados periódicamente, proponiendo que la satisfacción con la vida es definida como la evaluación general que hacen las personas sobre su vida y sus

dominios específicos (Diener y Ryan, 2009; Diener, Suh, Lucas y Smith, 1999).

En la revisión teórica y referencial, encontramos que existe una coherencia entre las propuestas, al momento de definir la satisfacción con la vida como una dimensión cognitiva responsable de establecer juicios valorativos. Asumimos conceptualmente la visión de Moons, Budts y De Geest (2006) cuando proponen que la satisfacción con la vida es una evaluación de calidad de vida; pero debe comentarse que son varias las acepciones de calidad de vida —en ocasiones incluyen aspectos objetivos en la evaluación—, pero en cualquier concepción de calidad de vida debe evaluarse de una forma u otra la satisfacción con la vida.

#### **1.4. Afectos positivos y negativos dimensiones del Bienestar subjetivo.**

Al momento de referirnos a los afectos negativos y positivos, encontramos investigaciones realizadas desde distintas áreas de la psicología; las neurociencias, la clínica, la salud, la psicología básica etc. Principalmente se determinan dos modelos de comprensión del fenómeno; bidimensional unipolar y unidimensional bipolar (Padrós, Soriano-Mas & Navarro, 2012).

A finales de los años sesenta se propuso comprender los afectos como dimensiones unipolares e independientes; así pues, encontramos la alegría, la gratitud o la diversión agrupadas en una dimensión que no tendría relación con el constructo encargado de agrupar las emociones negativas (Bradburn, 1969). Comprendemos que, según esta propuesta, los instrumentos para medir afectos también serían unipolares, aspecto con el cual no coincidimos.

El modelo Unidimensional Bipolar, ubica a la afectividad en una única dimensión, donde se encuentran tanto la experimentación de estados que significamos de manera positiva como negativa, matizados por el tipo de afectividad del momento, o sea, a la vez que se acerca al polo positivo se aleja del negativo y viceversa (Russel & Carroll, 1999).

Sería más fiable para medir las afectividades, si tomamos en cuenta resultados de estudios previos, el modelo unidimensional bipolar, al considerar que las emociones se mueven de un polo afectivo a otro, lo cual nos permite hacer mediciones de mayor o menor presencia del tipo de afecto, lo cual en el caso del modelo bidimensional unipolar solo estaría indicando la presencia de una afectividad positiva o negativa, por lo tanto pudiera darse el caso en los resultados de la no presencia de la afectividad en medida en cuestión (Padrós, Soriano-Mas & Navarro, 2012).

### **1.5. Evaluación del Bienestar Subjetivo en adolescentes.**

Las investigaciones de **BS** en adolescentes en comparación a las efectuadas en adultos resultan pocas. El contraste entre adolescentes de contextos socio-culturales diferentes, además de escasos, son sesgados por las características del país donde fue diseñada y validada, siendo por mucho tiempo utilizado un único instrumento para poblaciones no clínicas: Escala de autoevaluación de Cantril (Huebner, 2004).

A finales de la década pasada un grupo de investigadores realizó la validación del Inventario de Bienestar Subjetivo de Nacpal y Shell (GWBI) para adolescentes y jóvenes latinoamericanos, trabajando con muestras de Argentina (664), Brasil (497) y México (730), donde se hizo la adaptación al español y portugués (brasileño). La población total fue de 1108 mujeres y 783 hombres. El rango de edades comprendidas comprendió de los 13 a 26 años, con una media de 19.9 años (Omar, Paris, Aguiar, Almeida, del Pino & 2009).

El cuestionario se desglosa en seis factores: correspondencia entre expectativas y logros; confianza para afrontar dificultades; trascendencia; apoyo del grupo familiar, apoyo social y relaciones con el grupo primario, cada uno presenta tres ítems, excepto el primero que presenta seis.

A pesar de la necesidad de pruebas que midan el **BS** en la etapa, hay supuestos metodológicos que se deben cumplir; desglosar el **BS** en el análisis de emociones positivas y negativas, con pruebas como el **PANASN** (Sandín, 1997), por otra parte, debemos medir el constructo Satisfacción con la vida, dónde encontramos diseños como el **MSLSS** (Huebner, 1994), que propuso entender el fenómeno de manera multidimensional. Teóricamente debemos considerar que el adolescente promedio debe cumplir un grupo de actividades rectoras, propias de su edad, en las que ocupa gran parte de su tiempo diario. Su preparación escolar es asumida como la exigencia principal y el contexto escolar el lugar donde más tiempo va a estar, sumado al papel de los profesores, figura encargada junto con la familia de estimular y velar por su desarrollo integral. La escuela como agente formativo debe cumplir con una serie de requisitos históricamente establecidos, los cuales requieren su adaptación. Cumplir con los objetivos de enseñanzas impartidos en la escuela, de tipo académicos o morales y fortalecer su sistema de relaciones intrapersonales, al ser parte de un grupo, realizar actividades con sus coetáneos (docentes o recreativas), pueden ser logros en el adolescente que maten su posterior inserción a la sociedad.

La utilización de la prueba PANAS en la literatura se encuentra normalmente asociada a otros cuestionarios para obtener indicadores comparativos de afectos relacionados con los objetivos que se pretenden obtener. En estudios con adultos recientes, el cuestionario PANAS a mostrados como afectan aspectos corporales y mentales en lo respecto a la imagen corporal y la influencia de estos con nuestra salud (Bernardino-Conrado, et al, 2020).

El PANAS al ser comparado sus resultados entre distintos grupos de edades ha demostrado buena consistencia, pues la estructura de afectos es similar en distintos grupos de edades (Queral & Miró, 2014).

## **Capítulo II. Actividades extracurriculares de alta exigencia.**

### **2.1. La vinculación de los adolescente y jóvenes a actividades extracurriculares; deportes.**

Las actividades extracurriculares más comunes en los adolescentes pudiéramos identificarlas como la práctica deportiva o el vínculo de alguna manera al arte. Pérez Llantada y López de la Llave (2006), afirman la existencia de muchas similitudes entre los intérpretes musicales y los practicantes de algún deporte, sobre todo si estos son de alto rendimiento. El hecho de que ambos se desempeñan frente a un público, buscando la aprobación de estos, el cual también puede convertirse en fuente de ansiedad, la cual demanda adaptación, para no generar niveles que afecten su desempeño generando estados emocionales negativos es un primer punto de relación que estos autores proponen.

Otra similitud está dada en los tipos de preparaciones, las cuales suelen ser largas, dolorosas y sujetas a elementos impredecibles. Tanto los atletas como los artistas presentan altos niveles de motivación hacia sus metas establecidas, proporcionándoles la energía necesaria para cumplir sus objetivos no sin antes transitar por etapas muy desgastantes (López de la Llave & Pérez Llantada 2006).

En el caso de los adolescentes que realizan actividades extracurriculares de manera estable, se tiene en cuenta, que, si bien sus niveles de motivación deben ser altos, la actividad extracurricular que realizan tiene demandas específicas; esta elección podemos relacionarla con la formación de unidades complejas como la autoestima, el autoconcepto, estructuración de sistemas de intereses motivacionales. La familia, su grupo próximo y la búsqueda de un posicionamiento social son factores que pueden mediar en la elección de la práctica de actividades extracurriculares.

Respecto a la práctica de actividades físicas debemos tener en cuenta que presentan varias categorías que las definen. Los desempeños de alto rendimiento son un escalón complejo de alcanzar, requiriendo un conjunto de habilidades. Estándares españoles emitidos por su federación olímpica, contemplan como pertenecientes al alto rendimiento a los campeones y subcampeones de Europa (se presenta el estatus de atleta), además de atletas con ranking nacional e internacional; este ejemplo en concreto centrado en los resultados, el cual solo tiene en cuenta desempeños deportivo de elite nacional e internacional, no lo asumimos. Otros criterios que, si bien no son oficiales, muchos concuerdan son más acertados, engloban

desde deportistas profesionales, semiprofesionales y practicantes que propiamente pertenecen a equipos nacionales. Se les atribuyen características comunes tales como las horas de prácticas intencionadas las cuales oscilan de dos a seis horas diarias y de cinco a siete días a la semana, (Ruiz, Sánchez, Durán y Jiménez, 2006, como se cita en García, 2010). Esta opinión es más acorde con la investigación, pues nos presenta atletas dedicando mucho tiempo a una actividad, que ocupa relevancia en su vida, esto dando mucha importancia sobre todo al proceso de preparación.

Este tipo de actividades físicas pueden ser producto de distintas motivaciones tanto intrínsecas como extrínsecas, así encontraremos adolescentes y jóvenes que hacen del deporte una parte importante de su vida, la cual puede influir en dimensiones psicológicas complejas como la autoestima o el autoconcepto. Un estudio realizado en jóvenes universitarios que practicaban deportes individuales y colectivos, tuvo como resultado que tenían muy en cuenta para elaborar su autoconcepto las actividades físicas que desempeñaban y cómo estas influían en su aspecto físico, sus relaciones sociales y en sus emociones, siendo mayor sus valoraciones sobre su persona cuando los índices de actividad física también lo eran. En esta investigación también se asoció, el tener un autoconcepto mayor con la práctica de deportes colectivos, indicando que el reconocimiento social en el grupo tenía mucha importancia en esta dimensión psicológica (Chacón-Cuberos, Zurita-Ortega, García-Mármol, & Castro-Sánchez., 2020).

Es normal pensar que el vincularse a la práctica de un deporte supone altos niveles de motivación orientados hacia obtener los logros, sin embargo, contrario a los que muchos esperan un estudio reciente con deportistas de élite, de los deportes de judo y lucha, al establecer comparaciones respecto al sexo y nivel del practicante (atletas de élite y los que lo hacían sin interés competitivo) se encontró que las motivaciones no eran diferentes entre los sujetos investigados. Las diferencias se encontraban en un rasgo personológico y en estímulos extrínsecos, pues los varones profesionales se orientaban hacia su ego o tenían muy en cuenta factores sociales como los premios, las becas o clasificaciones competitivas, lo cual les aseguraba reconocimiento, llegando a no tener reparos para obtenerlos (Pulido-Pedrero, de la Vega-Marcos, & Fuentes-García, 2020).

## **2.2. Posibles impactos de las actividades de alta exigencias en la salud.**

Investigaciones asocian el deporte en esta etapa con indicadores favorables de salud,

desarrollo físico-mental y la aparición temprana de valores como la responsabilidad, los que viabilizan la aparición de niveles de superación y obtención de metas a la vez que lo disciplinan, brindando herramientas que facilitan la integración social (Espinosa, 2012).

A diferencia de los adolescentes que no practican de manera formal actividades extracurriculares, los vinculados al deporte o a las actividades artísticas de forma regular, están sujetos a exigencias que median su desarrollo como seres psicosociales. Presentar una rutina diaria, caracterizada por las demandas de preparación de la especialidad que desempeñan, pudieran generar estados afectivos ambivalentes. Los horarios de entrenamiento, las competencias oficiales, no oficiales, controles físicos o técnicos en el caso de los deportistas, son actividades de alto gasto físico y psicológico( Espinosa 2012); a su vez, las presentaciones, dominio técnico del instrumento o montaje de una obra, sería el equivalente artístico, imponiendo una dinámica cotidiana de sus vidas, dirigida a formar características personalógicas que paulatinamente brinden el soporte necesario para desempeño en su actividad, demandando, al igual que en la práctica deportiva mucho tiempo de preparación en el plano físico y mental, en ambos casos limitando sus relaciones sociales fuera de este marco (López de la Llave & Pérez Llantada 2006).

El desarrollo psicológico de los adolescentes que realizan actividades físicas con un compromiso que los convierte en deportistas, transcurre fundamentalmente en la práctica de la actividad atlética, en sus dos escenarios principales: el entrenamiento y la competencia, ambos tienen características especiales y constituyen actividades significativas para el adolescente (Espinosa,2012).

Los adolescentes atletas y los no atletas, transitan una etapa, en la cual la actividad rectora es de tipo académica. En el caso de los que practican un deporte, están condicionados por el compromiso contraído al convertirse en atletas; si bien no se descuida totalmente la escuela, para muchos puede tomar una posición secundaria (Espinosa 2012).

La actividad física en la vida de los atletas jóvenes puede también presentar dimensiones negativas equivalentes a las vivenciadas por los que no están sujetos a este nivel de exigencia. La ocupación de tiempo, la carga de responsabilidades y su motivación al logro, no suponen siempre estímulos generadores de placer. Los adolescentes que practican deportes muestran movilizaciones activas al momento de enfrentar situaciones estresantes (Espinosa, 2012).

El dominio de los aspectos propios de la actividad deportiva que desempeñan, produce en

estos adolescentes sentimientos de gratitud y bienestar. También se reportan malestares relacionados con el agotamiento que experimentan para cumplir con sus actividades y logros atléticos (Chen & Kee, 2008). La representación de logros provoca un estado afectivo positivo, a su vez, el esfuerzo para su obtención demanda un alto grado de energía interpretado como un estado negativo, esta dinámica pudiera ser parte de este tipo de actividad, medir su impacto sobre el **BS** bridaría elementos para determinar la relación que se establece entre estos factores y su afectación o no en estos adolescentes.

La personalidad es un constructo que también debe ser considerado para el estudio del **BS**, al ser el nivel de organización superior de la psique, encargado de regular la conducta. Una investigación que tuvo como objetivo principal comparar indicadores de personalidad presentes en jóvenes deportistas y no deportistas, arrojó que no existían diferencias estadísticamente significativas entre ambos grupos. Considerando, que tanto los adolescentes y jóvenes que se vinculaban al deporte de forma profesional, como los que no lo hacían, poseían niveles de desarrollo de la personalidad similares, por lo cual enfrentaban este tipo de actividades con los mismos recursos psicológicos propios de la edad (Guillén & Castro 1994).

Distintos estudios, tratan la generación de ansiedad y estrés inherente al deporte, dichos factores no se reducen solo al momento de la competencia, el entrenamiento y las exigencias asociadas a la no participación en actividades diferentes también pueden ser responsables de sentimientos negativos. Dishman, (1983), desde su enfoque ergogénico, habla de la relación, basada en la presión y las cargas a las que son sometidos y la forma en que vivenciaban su condición de atleta de alto rendimiento. El estrés y el deporte basan su relación en la necesidad de lograr altos niveles de activación y ordenamiento de acciones, en contextos que exigen o exceden los recursos adaptativos con que cuenta el deportista, (González, 2008, como se cita en Álvarez, 2008).

También el área laboral puede ser un contexto altamente exigente, con repercusiones negativas para la salud. Un estudio realizado sobre el llamado Síndrome de Desgaste Profesional(SDP), específicamente aplicado a jóvenes de entre 21 y 25 años, estudiantes de medicina interna de pregrado, descrito como un sector dónde se hacen pocas investigaciones de este tipo; a pesar de que se encontraron resultados que apoyan que estos profesionales en formación de la salud están sujetos a mucha exigencia propias de su actividad, la cual les

provoca que sientan mucho cansancio o que no tienen el reconocimiento que esperan, indicó que si bien presentaban un deterioro emocional, ninguno cumplía con la puntuación que indica que sufren el Síndrome de Desgaste Profesional. Al contrastar los resultados con entrevistas, mostró que a pesar de estar sujetos a mucho estrés laboral le daban mayor importancia a su preparación profesional, normalizando las condiciones que les generaban afectos negativos. En el caso de los hombres consideraban importante desarrollar aspectos competitivos e individuales que les permitieran sobreponerse a este ambiente tan exigente y en el caso de las mujeres se identificaba más la necesidad de ser reconocidas. Importante señalar que indicaban como limitante de los resultados el momento de aplicación de la investigación, suponiendo que los niveles de estrés todavía no tenían tiempo para establecerse como críticos (Zavala-Pérez, Ramírez-Santiago, & Hernández-Medero, 2020).

A priori pensaríamos en las motivaciones que movilizan la conducta, sin embargo, sería importante estudiar también las vivencias subjetivas que experimentan estos adolescentes que realizan de manera formal alguna actividad extracurricular (no normativa) durante el camino a la obtención de metas y su repercusión en la estabilidad de su **BS**. Los esfuerzos especiales que realizan y exigencias propias de su actividad, pudieran propiciar la aparición de estados emocionales negativos o que afecten su satisfacción con la vida. Relacionar las dimensiones afectivas y valorativa, pueden indicar como estos adolescentes experimentan el realizar actividades extracurriculares con alto grado de exigencias y la manera en que repercute en su **BS**.

### **2.3. Impacto en la salud de los adolescentes dedicados a la alta exigencia artística.**

La vinculación de los adolescentes a actividades de tipo artísticas, es relacionada al fomento de habilidades sociales que vayan en pos de su desarrollo como individuo. El trabajo en equipo, fomentar la comunicación, fortalecimiento de la autoestima y la relación con sus pares, existiendo investigaciones que apoyan estos resultados (Oriola, Gustems & Filella, 2018).

En un estudio comparativo reciente, entre alumnos pertenecientes a bandas musicales juveniles y miembros de coros, de edades similares en España, Oriola, Gustems y Filella, (2018) tuvo como resultados que, respecto a los aspectos socioemocionales, no presentaban diferencias significativas, primando las emociones positivas, según la respuesta de los encuestados. En la revisión de los datos se encontró que el 58% de los adolescentes de estos

grupos dijeron sentirse nerviosos, unos pocos manifestaron usaban técnicas para controlar esta situación, lo cual hacían desde la empírea (25%), además este tipo de emociones aumentaban en situaciones concretas; conciertos, producto del público o cuando eran centro de atención. Si bien este estudio socioemocional en adolescentes españoles vinculados a la actividad musical, concluyó de manera positiva respecto al desarrollo de habilidades socioemocionales en estos grupos, cabe destacar el alto índice de ansiedad que experimentaban producto de la actividad.

Este padecimiento es identificado como **Ansiedad Escénica** (AE), presente tanto en interpretes experimentados como en noveles, descrita como un miedo irracional a cometer errores antes, durante o al momento de la ejecución, lo cual reporta sensaciones desagradables. Se describen síntomas como alteración del pulso, la respiración, sudoración, miedo al fracaso, irritabilidad, problemas para concertarse, olvidos involuntarios, pérdida del control motor etc. (Marinovic,2006).

Investigaciones sobre la ansiedad escénica arrojaron la presencia de esta mayormente en los menos experimentados y en mujeres. Al realizar un estudio a 162 sujetos, para comparar la prevalencia entre distintas manifestaciones artísticas, se encontró que los músicos instrumentistas eran los más afectados por encima de bailarines, actores y cantantes. A pesar del carácter negativo de la Ansiedad Escénica, esta es señalada en dos dimensiones AE Facilitadora y Debilitante; la primera como activador necesario de la actividad artística, por lo cual se necesita saber manejar niveles adecuados de la misma, los que influirían positivamente en el desempeño, la segunda, es propiamente la que afecta al artista (Marinovic,2006). En este caso se encuentra una relación entre lo que sería el Eustres deportivo y el AE positivo artístico y el Diestres deportivo y la AE debilitante.

Desde una perspectiva clínica la AE debilitante puede favorecer la aparición de fobias sociales, funcionalidad neurótica, retraimiento u otras ansiedades (Marinovic,2006). Los artistas con rasgos personales predisponentes a la ansiedad, son los más proclives a experimentar AE debilitante, a su vez que existe un segundo factor que sería el grado de dominio de la tarea a realizar, este se relaciona con la experiencia y maestría que se tenga de la actividad desempeñada; un tercer factor es el estrés situacional, dado principalmente por el contexto (Wilson & Hargreaves, 1997).

El papel del profesor en la actividad artística además de ser una importante figura en los

jóvenes que se vinculan a las artes, en manifestaciones artísticas como el ballet clásico establecen un vínculo con los iniciados muy especial, que incluso va hasta el nivel morfológico, pues como parte de su entrenamiento el profesor será responsable de hacer modificaciones en el cuerpo del bailarín, los cuales no solo lo harán más apto para esta actividad, también lo acompañarán el resto de su vida. La danza es de las actividades artísticas de temprano comienzo, pasando por manifestaciones como la contemporánea, las folclóricas o la clásica, pues la técnica se obtiene con años de experiencias. El caso del ballet clásico es descrito por los propios especialistas como variaciones físicas muy fuertes, por lo exigente de su preparación y su marcada influencia en el organismo, recomendando comenzar el trabajo en niños, de manera que los profesores puedan moldear la anatomía del cuerpo. Los métodos de enseñanzas del ballet clásico son estrictos y específicos, pues los errores pueden repercutir de manera permanente tanto a nivel físico como psicológico (Gurquel, 2011).

Las formas de prevenir las repercusiones negativas de las prácticas artísticas generalmente son los fármacos o los ejercicios de relajación, aunque no podemos controlar en todos los casos la forma en que fueron enseñados, o si es dedicado un tiempo de la preparación para el manejo de estas situaciones. Las vivencias de estados emocionales negativos en las actividades artísticas que a priori afectan el **BS** y el hecho de existir una correlación entre la experiencia y estas, son elementos que indican la necesidad de realizar investigaciones en grupos de adolescentes y niños que se dediquen a estas actividades con el fin de brindar herramientas para el manejo de estas situaciones de forma productiva.

### **Capítulo III. Rasgos de personalidad y actitudes.**

#### **3.1. La Personalidad y los Rasgos de personalidad. Su comprensión desde el modelo clínico clásicos.**

Una de las mayores áreas a investigar en la psicología es la personalidad. Varias son las teorías y métodos para su estudio y comprensión. Existen muchos instrumentos diseñados para la medición y descripción de la personalidad, basados en la visión particular del autor, lo cual causa que existan enfoques en cuanto a estructura, desarrollo y metodología diferentes, concordancia con la formación del investigador; así encontramos modelos biológicos o basados en análisis de lenguajes (García-Mendez, 2005).

Dentro del estudio de la personalidad se destacan dos líneas: el estudio de los rasgos de personalidad y el de los factores que causan la aparición de los rasgos de personalidad. Para este tipo de estudios se cuenta con pruebas de tipo psicométricas mayormente. Las pruebas más utilizadas son; MMPI, centrado en rasgos patológicos; 16 PF creado por Cattell; EPQ diseñado por Eysenck y el inventario de Neo de Costa y Mc Crae (Medina, Chavarro, González y Vásquez, 2018).

Para comprender metodológicamente la personalidad, debemos tener en cuenta que presenta dos componentes, temperamento y carácter. El temperamento se vincula a la herencia genética, a la vez que el carácter se relaciona con el aprendizaje del contexto, dado en la forma característica en que nos comportamos, asumimos las normas sociales o nos expresamos (Seelbach, 2013).

Dos de las figuras más influyentes en el estudio de los rasgos de la personalidad son Cattell y Eysenck, los cuales concordaron en que estos eran una unidad de análisis de ordenación de la realidad, que brindaba cualidades objetivas a las mediciones de personalidad. El rasgo es visto, entonces, como patrón de covariación de las respuestas. Cattell y Eysenck hicieron análisis factoriales de los rasgos, para poder delimitarlos y así conformar sus teorías (Pelechano, 1993, como se cita en Aragón 2011).

Cattell y Eysenck propusieron el estudio de la personalidad desde una metodología cuantitativa. En ambos casos determinan sus propuestas dimensionales desde el análisis factorial. Sus comprensiones sobre lo normal y lo anormal es propiamente relacionado a la cantidad y no a las cualidades, por lo cual un diagnóstico categorial psiquiátrico no sería competente en los estudios psicopatológicos, por ejemplo (Aragón, 2011).

Cattell propone su modelo de 16 factores de personalidad, donde ésta se compone por un conjunto de rasgos que van a predecir la conducta, teniendo una estructura única e irrepetible en cada individuo. Esta propuesta clasificó las distintas conductas con el fin de hacer mediciones predictivas lo más exactas posibles considerando los rasgos presentes. Los aspectos físicos, sociales, subjetivos o fisiológicos van a estar indistintamente presentes en los rasgos de personalidad (García-Méndez, 2005).

La propuesta de Cattell de 16 factores no niega ni limita los rasgos de personalidad a este número. Los factores de este modelo se caracterizan por ser bipolares e independientes, así podemos encontrar rasgos de sociabilidad, de independencia, emocionales, responsabilidad, etc. Resultados de estudios factoriales más complejos (Marth & Newman, 1994) arrojaron cuatro factores secundarios; Introversión- extroversión, alta ansiedad-baja ansiedad, pasividad-independencia y poca –muchas socialización. Los factores primarios y los de segundo orden conforman el cuestionario de personalidad de Cattell, siendo uno de los instrumentos de evaluación más utilizados a nivel mundial para el estudio de la personalidad (Aiken, 1993, 1996, como se cita en García-Méndez, 2005).

La propuesta de Eysenck en la investigación de rasgos propone tres factores; Extraversión con la presencia de rasgos tales como: sociable, activo, dogmático, dominante etc.; Neuroticismo con la presencia de rasgos: ansiosos, baja autoestima, depresión etc.; y Psicoticismo caracterizado por rasgos: agresivos, egocéntricos, antisociales etc. Esta visión ha sido muy utilizada en el área clínica y en estudios de conductas antisociales (López & López, 2003).

Uno de los modelos más utilizados en la investigación actual para el diseño de instrumentos que midan la personalidad, tanto en el área educativa, clínica, organizacional o deportiva, es el de los Cinco Grandes Factores de personalidad (García-Naviera & Ruiz, 2013), los cuales son: Factor O (Openness o apertura a nuevas experiencias); Factor C (Conscientiousness o responsabilidad); Factor E (Extraversión o extraversión); Factor A (Agreeableness o amabilidad) y Factor N (Neuroticism o inestabilidad emocional), basados en esta teoría encontramos el inventario NEO-PI-R (Costa & McCrae, 2008), el cual se asume como uno de los más completos. Este inventario es una escala tipo Likert, con cinco opciones de respuestas y un total de 240 ítems, en su tercera versión revisada. El inventario NEO-PI-R evalúa cinco factores: Neuroticismo, Extraversión, Apertura, Amabilidad y Responsabilidad,

a su vez cada factor tiene seis facetas y sus correspondientes puntuaciones (Costa & McCrae, 2008).

Estudios de personalidad han integrado las teorías anteriores en una investigación en deportistas españoles, donde se encontró que estos tenían alta presencia de los rasgos de personalidad Extroversión, pues el estar vinculado a una actividad física favorecía su optimismo y la búsqueda de establecer relaciones sociales; también se encontraron buenos niveles de Estabilidad Emocional y Responsabilidad, lo cual favorecía en ellos la relajación y el ser ordenados. El estudio, a su vez no asoció a este grupo de deportistas con la presencia del rasgo de Psicotismo propuesto por Eysenck. Estos resultados fueron contrastados con una revisión de referentes bibliográficos, a los que accedieron con el buscador Sportdiscus (García-Naviera & Ruiz, 2013).

Estas propuestas sobre el estudio de los rasgos de la personalidad, demuestran la posibilidad de medir estos factores debido a su estabilidad estructural, la cual ya han probado en varios estudios. También se hace presente el interés de los investigadores por caracterizar la presencia de los rasgos de personalidad en individuos que realizan actividades de tipo vocacional, aspecto que tratamos como uno del objetivo principales de nuestra investigación.

### **3.2. Las Actitudes un concepto social.**

La literatura contempla estudios de actitudes en mayor medida en el campo de la psicología social. La actitud es un concepto muy trabajado, que presenta un gran número de definiciones. Según Moscovici (1984) uno de los aspectos más trabajados en esta es el cambio de actitudes.

Las actitudes nacen, desaparecen, se transforman, es complejo determinar cómo se adquieren, estando dadas indistintamente por el condicionamiento clásico, el condicionamiento instrumental, tratamiento de información, aprendizaje social mediante observación o comunicación de las opiniones de otras personas (Moscovici, 1984).

Algunos autores piensan que los procesos de adquisición y cambio son lo mismo, siendo digno de estudiar mayormente el cambio de actitud; se propone un concepto operativo: “Las actitudes son aquello a lo que se refieren las investigaciones experimentales sobre el cambio de actitud” (Moscovici, 1984, p. 118).

Otra propuesta para comprender las actitudes es la Teoría de Acción Razonada (Ajzen & Fishbein, 1980, 2000), donde se propone la actitud como un constructo afectivo

unidimensional, determinado por las creencias que construimos sobre los objetos, las cuales condicionan que las respuestas sean negativas o positivas hacia este. La actitud y las distintas normas subjetivas crean una intención de conducta, la que directamente influye sobre la conducta. La Teoría de Acción Razonada tiene una de sus principales fortalezas en cuanto a que puede ser utilizada en diferentes contextos, como el educativo o el laboral, por ejemplo, ya que predicen las actitudes sobre la base tanto de los factores individuales como grupales y las circunstancias donde tienen lugar.

Las actitudes en campos de especialización como el deportivo, son referidas en forma de estructuras psicológicas, que perduran sobre creencias sociales adquiridas, organizadas por la experiencia individual y su reacción típica ante objetos, situaciones u otras personas, (Arias, Morales, Nouvilas & Martínez-Rubio, 2012).

Las actitudes siempre están condicionadas por un objeto, debido a que estos tienen características abstractas o concretas, producidas por grupos, personas, opiniones, comportamientos etc., (López-Sáez, 2006, como se cita en Arias, Morales, Nouvilas & Martínez-Rubio, 2012).

Según Briñol, Falces y Becerra (2007, como se cita en Arias, Morales, Nouvilas y Martínez-Rubio, 2012), tres componentes conforman la actitud; el cognitivo, engloba creencia y pensamientos sobre el objeto de la actitud; afectivo, dado en los sentimientos y emociones que provoca el objeto de la actitud; conductual, que da una salida a las intenciones de manera conductual hacia el objeto de la actitud.

En la tarea de buscar antecedentes de estudios relacionados con las actitudes encontramos temas tales como, las actitudes en el contexto académico, relacionado con la enseñanza, relacionadas con el sexo en la etapa adolescente, sobre la violencia (Pinos-Abad, et al, 2017; Gaviria & Castejón, 2016; Carracosa & Buelga, 2015). Las cuales más bien eran sobre cambios de actitudes.

En la búsqueda bibliográfica al relacionar las actitudes con las competencias psicológicas, se encuentran investigaciones del área laboral, sobre habilidades que permiten desempeñar determinadas tareas, o propiamente las actitudes competitivas se vinculaban a el desempeño atlético (García & Remor, 2010).

Si bien la investigación de García y Remor (2010) es del área deportiva, en sus definiciones teóricas se encuentran conceptualizaciones con un alcance que puede tener aplicación más

allá del ámbito atlético Martens (1975, como se cita en García & Remor 2010) propone que la competitividad va a ser la disposición a esforzarse en pos de satisfacer estándares de excelencia, al hacer comparaciones en presencia de evaluadores externos.

Los investigadores, Houston, Harris, McIntire y Francis (2002) definen la competitividad como una configuración multidimensional, caracterizada en hacer prevalecer la superioridad de unos sobre otros en el contexto deportivo, teniendo en cuenta el éxito personal y la satisfacción que este provoca. Los beneficios desprendidos de la competitividad eran asociados a ser competentes en una actividad.

La competitividad en el caso del alto rendimiento es asociada con una mayor presencia de recursos para controlar el estrés derivado de la competición, la forma en que interpretan las situaciones que pueden afectar su desempeño o incluso como otros evalúan este. Otra característica importante es respecto a si son practicantes de deportes individuales o colectivos, pues los últimos han demostrado tener un mayor control del estrés deportivo y el manejo de la ansiedad (Andrade-Sánchez, Galindo-Villardón, & Cuevas-Romo, 2015). El ser competitivo en el alto rendimiento es relacionado también con altos niveles confianza, motivación y capacidad de concentración (Tutte, Reche, & Álvarez, 2020).

La competitividad puede interpretarse como un comportamiento dirigido al éxito, desarrollado en un contexto que le brinda un carácter competitivo, sujeto a evaluaciones sociales, determinantes en este tipo de actitudes, (Remor, 2007 como se cita en García y Remor 2010).

### **3.3. Análisis diferencial entre rasgos de personalidad y actitudes.**

Las investigaciones relacionadas con la predicción de conductas, se basan en los rasgos y las actitudes. Estos constructos presentan paralelismos que ayudan a diferenciarlos, así podemos tener una mejor comprensión al momento de aplicarlos como predictores del comportamiento. En ambos casos son indicadores inferenciales y de control, construidos al relacionarlos con los estímulos provenientes de situaciones cotidianas (Sherman & Fazio, 1983).

Las actitudes siempre van a depender de la existencia de un objeto como tal y la representación emocional que este transmite, entiéndase, la evaluación que formamos, sobre el objeto y las circunstancias que lo rodean; por ejemplo, me gusta hacer ejercicios, pero para ello necesito de una buena indumentaria, de no ser así tomo una actitud negativa hacia esta

actividad en concreto. Por otra parte, los rasgos son constructos globales, no dependen de un objeto para su formación, nos acompañan y definen pues son estructuras estables en nuestra personalidad, por ejemplo, ser sociable o conversador. La actitud se identifica por su carácter evaluativo sobre el objeto en cuestión y su significado, los rasgos no tienen propiamente que dar connotación emocional a un objeto, cuando esto ocurre se presentan autoevaluaciones y evaluaciones relacionadas a estructuras como el autoconcepto. El rasgo tiene manifestaciones conductuales que se manifiestan frente a distintos objetos, estas expresiones pueden condicionarse por los valores o relaciones sociales a las que estamos sujetos (Sherman & Fazio, 1983).

Es común encontrar escalas diseñadas para medir actitudes hacia determinados constructos sociales, ejemplo, la ética profesional, o los valores a tener en cuenta para ejercer una profesión. Se consideran al momento del diseño, los rasgos de personalidad (globales) que deben presentar los individuos, para poder predecir sus conductas.

El diseño de una prueba para medir de manera global la competitividad como un rasgo que puede manifestarse en cualquier momento de la vida, es una forma novedosa de interpretar este fenómeno, el cual generalmente encontramos asociados a un contexto específico y a las exigencias concretas de estos. Ejemplos de cómo es investigada la competitividad comúnmente, encontramos en Remor (2007) o Ruiz, Jaraba y Romero (2008), el primero investiga en el área del deporte, los segundos en el contexto laboral, siendo estos campos los primeros resultados que obtenemos cuando hacemos búsquedas bibliográficas. En ambos contextos generalmente se contempla la competitividad, como una actitud y no como rasgo. Relacionar el **BS** con la presencia de un rasgo de personalidad que pueden tener los adolescentes que realizan actividades extracurriculares de alta exigencia, permitiéndoles desempeñar sus actividades extracurriculares al manifestar una actitud competitiva no presente, o en menor intensidad en los adolescentes que no realizan actividades extracurriculares de alta exigencia, es una pregunta que nos provoca una nueva hipótesis.

Proponemos que el **Rasgo Competitivo**, es un constructo que incluye tres aspectos; **Cognitivo**: Tendencia y/o preferencia por interpretar las circunstancias como situaciones de competencia. Así como por obtener reconocimiento. **Emocional**: Experimentación de estados afectivos intensos en los contextos que pueden ser percibidos como competitivos. **Conductual**: Realización de un gran esfuerzo en su empeño de ganar o sobresalir (Espinosa,

Navarro y Padrós, 2019).

El **Rasgo Competitivo** debe ser comprendido de forma genérica, no limitado a un contexto específico; es una expresión conductual dada al interpretarse una situación como un marco para sobre salir o demostrar habilidades, capacidades etc.

Comprendemos el **Rasgo Competitivo** como constructo multidimensional que posiblemente se manifiesta con mayor intensidad en sujetos sometidos a actividades que demandan mucho esfuerzo, por lo cual nos planteamos la necesidad de medir esta hipótesis. Anteriormente se mencionó que tanto las actitudes como las competencias psicológicas eran asociadas a contextos muy puntuales como el laboral o el deportivo, contando con pruebas psicométricas sesgadas por estos. Al ser nuestra propuesta pensada con un alcance genérico, nos dimos la tarea de hacer una revisión bibliográfica y construir un concepto que definiera el **Rasgo Competitivo**, para luego diseñar un instrumento que pudiera medirlo (ver Anexo #1).

## **Capítulo IV. Planteamiento de la pregunta principal.**

### **4.1. Introducción.**

Nuestra investigación se compone por tres estudios, los cuales responden a los objetivos e hipótesis de trabajo. El diseño de un instrumento para medir la Satisfacción con la vida fue el objetivo general del primer estudio, teniendo como resultado el **Cuestionario Breve de Satisfacción con la Vida en Adolescentes y Jóvenes (CBSVAJ)**, se tuvo en consideración el no contar con un instrumento validado para medir este constructo en este grupo de edad. El segundo estudio fue el diseño y estudio psicométrico de una prueba global para medir la presencia del rasgo de competitividad en adolescentes, la cual nombramos **Cuestionario de Rasgos Competitivos en Adolescentes (CRCA)**. El diseño de estos instrumentos junto con la prueba **PANASN**, conforman la batería de pruebas para establecer las comparaciones del **BS** entre los grupos investigados, siendo este el objetivo del tercer estudio (y principal estudio). Como último objetivo determinar el tipo de correlación establecida entre el **BS** y la prueba **CRCA**.

### **4.2. Pertinencia de estudiar las actividades extracurriculares exigentes y el Bienestar Subjetivo en estas edades.**

Una mejor comprensión del trabajo con adolescentes es clave para obtener buenos resultados y fomentar actitudes asertivas, sin importar la actividad educativa en cuestión. Poder brindar elementos a profesores, maestros, entrenadores etc., que ayuden a desarrollar un proceso de enseñanza aprendizaje que no afecte de forma sostenida el **Bienestar Subjetivo** de los adolescentes, es una tarea compleja que requiere el manejo y creación de herramientas especializadas, para puesta en las manos de los responsables de este tipo de actividades.

El adolescente vinculado a actividades extracurriculares con alto grado de exigencias, presuntamente al tener una doble carga de responsabilidades, puede ver afectada (o no) su Bienestar Subjetivo; sin importar su calidad o permanencia en la práctica de estas actividades, su desarrollo como ser biopsicosocial, perteneciente a una sociedad, demanda que el proceso de formación al que esté vinculado, sea un contexto de preparación adecuado, que propicie el su crecimiento como individuo sano y productivo. Velar por una educación de alcance integral en edades tempranas determinante para la salud de nuestra sociedad.

El aporte práctico de la investigación sería crear, validar y poner a disposición de las personas encargadas de la preparación de estos adolescentes con actividades

extracurriculares herramientas psicológicas que les ayuden a detectar y manejar, la presencia de indicadores que pueden afectar el Bienestar Subjetivo de este grupo.

#### **4.3. El alcance del método cuantitativo.**

Para recolectar objetivamente datos de los indicadores necesarios en el análisis del **BS**, diseñamos dos pruebas que miden componentes presentes en este constructo; Cuestionario Breve de Satisfacción con la Vida para Adolescentes y Jóvenes (**CBSVAJ**) y Cuestionario de Rasgos Competitivos en Adolescentes(**CRCA**), además de la aplicación del **PANASN**. Contrastar los resultados recolectados con nuestras hipótesis de trabajo, proporciona un análisis concreto y objetivos del constructo **BS**, lo cual no significa que desconozcamos el carácter subjetivo del fenómeno, el que fue primordial en todos los momentos de trabajo, con especial énfasis al momento de formular objetivos e hipótesis.

#### **4.4. Objetivos.**

##### **Objetivo general:**

- 1) Estudiar posibles diferencias en el bienestar subjetivo entre un grupo de adolescentes que realizan actividades extracurriculares de tipo artísticas o deportivas respecto a un grupo de adolescentes que no realizan este tipo de actividades (con el mismo nivel de exigencia).

##### **Objetivos específicos:**

- 1) Diseñar y estudiar las propiedades psicométricas de una prueba para medir la satisfacción con la Vida en adolescentes y jóvenes.
- 2) Diseñar y estudiar las propiedades psicométricas de un instrumento para medir rasgos de competitividad en adolescentes.
- 3) Estudiar posibles diferencias en el rasgo competitivo entre un grupo de adolescentes que realizan actividades extracurriculares de tipo artísticas o deportivas respecto a un grupo de adolescentes que no se no realizan este tipo de actividades (con el mismo nivel de exigencia).
- 4) Establecer correlaciones entre las pruebas que miden el bienestar subjetivo (**PANASN y CBSVAJ**) y el **Cuestionario de rasgos competitivos en adolescentes (CRCA)** para determinar el tipo de influencia que se establece.

#### **4.5. Hipótesis de trabajo.**

La posibilidad de que los adolescentes vinculados a actividades extracurriculares con alto nivel de exigencia, vivencien estados psicológicos que afecten su Bienestar Subjetivo, como resultado del esfuerzo que realizan para obtener las metas que se trazan en estas actividades, determina la situación problema.

De acuerdo a lo anterior, se plantea la siguiente pregunta de investigación: ¿Existirán diferencias significativas en cuanto a los indicadores de Bienestar Subjetivo entre los grupos investigados, conformados por adolescentes que realizan actividades extracurriculares con alto nivel de exigencia y adolescentes que no se vinculan a este tipo de actividades, producto de los diferentes niveles de exigencias que demanda el estar vinculado a la práctica deportiva o artística?

H1: Los adolescentes que practican actividades físicas o artísticas con alto grado de exigencias presentan peores indicadores en los tres componentes del Bienestar Subjetivo, respecto a los que no tienen este nivel de compromiso.

H2: La prueba diseñada para medir el constructo Satisfacción con la Vida presentará las propiedades psicométricas adecuadas.

H3: El diseño de un instrumento encargado de medir los rasgos competitivos en adolescentes tendrá los indicadores psicométricos necesarios para medir esta dimensión psicológica.

H4: Los adolescentes que practican actividades físicas o artísticas con alto grado de exigencias, tendrán mayor puntuación en el Cuestionario de Actitudes competitivas (CRCA).

H5: Las correlaciones que se establecen entre las pruebas de que miden el **Bienestar Subjetivo (PANASN y CBSVAJ)** y el **Cuestionario de rasgos competitivos en adolescentes (CRCA)** serán mayormente de tipo positivo.

#### **4.6. Método.**

##### **Paradigma de Investigación.**

- 1) La investigación se sustentará en un paradigma cuantitativo, la forma de obtención de los datos será mediante cuestionarios y el estudio transversal correlacional del fenómeno estudiado.

##### **Tipo de estudio**

- 1) Descriptivo, comparativo y correlacional.

## **Tipo de Diseño**

- 1) No experimental, no se tiene control de la variable independiente.

## **4.7. Participantes.**

La propuesta se dirige a las edades comprendidas entre 11 y 21 años; como nuestra investigación contó con tres estudios a continuación hacemos un desglose; Estudio I, 244 participantes; Estudio II, 348 participantes; El Estudio III y principal de la investigación contó con 250 participantes, los cuales tenían que cumplir con los siguientes criterios:

**Grupo I:** adolescentes vinculados a alguna actividad extracurricular, de tipo deportiva o artística, con alto grado de exigencias, con una frecuencia de por lo menos cinco días a la semana y dos horas mínimas de actividad que desempeñan.

**Grupo II:** adolescentes que no se vinculan de manera regular a la práctica de un deporte o manifestación artística con alto grado de exigencias.

## **Tipo de Muestreo**

- 1) No probabilístico por conveniencia.

## **Técnicas de Análisis:**

- 1) Análisis descriptivos y correlacionales.

## **4.8. Instrumentos.**

Son utilizados 3 instrumentos, por su orden de aplicación tres primeros que conforman una batería de prueba, con la cual se mide el **Bienestar Subjetivo**; Escala de afecto positivo y negativo (**PANASN**); Cuestionario breve de satisfacción con la vida (**CBSVAJ**) (Espinosa, Navarro & Padrós, 2018), (Ver Anexo #1).

También se diseñó para nuestra investigación el Cuestionario de Rasgos Competitivos en adolescentes (**CRCA**) (Espinosa, Navarro & Padrós, 2019), (Ver Anexo #1).

### **1) Escala de afecto positivo y negativo(PANASN).**

La escala **PANASN** para niños y adolescentes fue diseñada por Sandín (1997,2003), partiendo de la versión para adultos(**PANAS**) de Watson, Clark y Tellegen (1988). Ambas versiones son escalas de autoinforme con 20 elementos, 10 evalúan el afecto positivo y los otros 10 los afectos negativos.

El cuestionario se orienta a medir la manera en que los niños y adolescentes se siente y/o comporta habitualmente. Ofrece tres alternativas respuestas: Nunca (1), A veces (2) y Muchas veces (3). Las puntuaciones totales se interpretan en dependencia del nivel de afecto

positivo y afecto negativo: a mayor puntuación el sujeto experimenta ese estado afectivo con mayor frecuencia.

Las escalas **PANASN** no alcanza en su consistencia interna el valor de .80 en el alfa de Cronbach, aunque todos los coeficientes están por encima de 0.70, este estudio fue en adolescentes españoles (Sandín, 2003).

## **2) Cuestionario breve de satisfacción con la vida(CBSVAJ).**

El instrumento mide niveles de Satisfacción con la Vida en adolescentes y jóvenes. Para la validación del instrumento fue sometido al criterio de jueces expertos, los cuales respondieron a preguntas de un cuestionario para jueceo sobre la prueba, los resultados fueron sometidos a los análisis estadísticos pertinentes, pruebas de coeficiente Aiken y Kendall. La longitud de la muestra fue de 244 participantes, a razón de 10 respuesta por ítems, buscando así mayor confiabilidad, dando paso al análisis factorial. El Cuestionario Breve de Satisfacción con la Vida (**CBSVAJ**) quedó conformado por cuatro dimensiones; Familia, Amistades; Individual y Escuela, presentando 18 ítems y cuatro posibilidades de respuestas; Nunca (0), Casi Nunca (1), Casi Siempre (2), Siempre (3), presentando un Alfa de Cronbach total de  $\alpha = .895$  (Ver Estudio I, Capítulo V).

## **3) Cuestionario de Rasgos Competitivos en Adolescentes (CRCA).**

Cuestionario de Rasgos Competitivos en adolescentes (Espinosa, Navarro & Padrós, 2019) de 26 reactivos y cuatro posibilidades de respuestas; Nunca (0), Casi Nunca (1), Casi Siempre (2), Siempre (3). Es una prueba de tipo multidimensional con cinco factores; Afecto positivo derivado de la competencia, Afecto negativo derivado de la competencia, Necesidad de reconocimiento, Empeño y Dedicación y Tendencia a Competir. Presenta un alfa de Cronbach total de .925 (Ver Estudio II, Capítulo VI).

### **4.9. Procedimiento.**

Para cumplir con los objetivos planteados, se hicieron tres estudios (capítulos V, VI y VII). Los capítulos V y VI dan cumplimiento a los objetivos de diseño y estudio de las propiedades psicométricas de pruebas que miden el Bienestar Subjetivo (capítulo V) e instrumento para medir los Rasgos Competitivos (capítulo VI). En el capítulo VII se da cumplimiento al objetivo principal de la investigación, estableciendo las comparaciones entre los grupos investigados.

En cada estudio se plantean objetivos, se describe el método usado, los participantes (cada

estudio contó con una muestra propia), los estudios estadísticos pertinentes y en el caso de los capítulos de diseño de instrumentos psicométricos se contemplan resultados y discusiones.

## **Capítulo V. Estudio I. Cuestionario Breve de Satisfacción con la Vida para Adolescentes y Jóvenes (CBSVAJ).**

### **Estudio Exploratorio.**

#### **5.1. Pregunta de investigación y objetivos.**

¿Presentará las propiedades psicométricas adecuadas el **Cuestionario Breve de Satisfacción con la Vida para Adolescentes y Jóvenes?**

##### **Objetivo general.**

- 1) Diseñar y estudiar las propiedades psicométricas de un instrumento que mida el constructo satisfacción con la Vida en adolescentes y jóvenes.

##### **Objetivos específicos.**

- 1) Redactar los reactivos del instrumento para medir la Satisfacción con la vida en adolescentes y jóvenes basados en la revisión teórica del constructo.
- 2) Validar los reactivos del instrumento mediante el criterio de jueces expertos.
- 3) Estudiar las propiedades psicométricas del instrumento mediante un estudio piloto.

#### **5.2. Variables.**

##### **Satisfacción con la Vida**

Concepto: La satisfacción con la vida es principalmente cognitiva, haciendo referencia a un juicio global sobre la experiencia vital general (Diener, Emmons, Larsen, y Griffin, 1985) o sobre aspectos diversos como la salud, familia, vivienda, etc. (Huebner, 1994, 2004).

#### **5.3. Participantes.**

La muestra fue no probabilística por conveniencia, integrada por 244 adolescentes y jóvenes, divididos en 177(72.5%) mujeres y 67(27.5%) hombres, con edades comprendidas entre los 17 y 24 años ( $M=20.82$ ,  $DE=3.64$ ). Todos los implicados previamente dieron su consentimiento de participación. Es importante señalar que un total de 48 aplicaciones fueron vía internet, cumpliendo con los requisitos del consentimiento informado y manteniendo el contacto a través de correo electrónico.

#### **5.4. Procedimiento.**

El diseño de la prueba: **Cuestionario Breve de Satisfacción con la Vida para Adolescentes y Jóvenes (CBSVAJ)** contó con los pasos metodológicos utilizados para este tipo de investigación.

En primer lugar, se elaboraron 32 reactivos basados algunos en la escala Multidimensional de Satisfacción con la Vida para estudiantes (MSLSS) propuesta por Heubner (1994), la cual como ya mencionamos contiene 40 ítems.

La validación del instrumento fue sometida a jueces expertos, que respondieron a preguntas de un cuestionario de jueceo para la prueba. Los resultados fueron sometidos a las pruebas Aiken y Kendall, arrojando una Pertinencia de los ítems: .88 y una Claridad de la redacción: .90. De un total inicial de 32 ítems redactados, los jueces expertos recomendaron la pertinencia de 24 ítems.

La administración del instrumento fue en forma grupal, aplicada por estudiantes de la maestría en psicología, capacitados para tal fin. Los participantes fueron informados sobre los objetivos de la investigación y del carácter anónimo y confidencial de sus respuestas, antes de solicitar su consentimiento. Los datos obtenidos fueron capturados y analizados en el paquete estadístico IBM SPSS STATISTICS. Se aplicó una primera versión de 24 ítems, que se califican como una escala de cuatro opciones de respuestas (nunca, casi nunca, casi siempre y siempre).

### **5.5. Resultados.**

Se obtuvieron 4 factores, Familia, Amistades, individual y Escuela, que explican el 62.12% de la varianza total. El Factor 1 Familia explica el 36.58% de la varianza; el Factor 2 Amistades, explica el 11.58% de la varianza; el Factor 3 Individual, explica el 7.77% de la varianza y el Factor 4 Escuela, explica el 6.19% de la varianza. Para comprobar la consistencia interna, aplicamos las pruebas Alfa de Cronbach y el coeficiente de dos mitades de Guttman.

La consistencia interna a través del alfa de Cronbach para la escala total fue de .865. Los valores del alfa de Cronbach por factor fueron los siguientes: Familia, ítems: 2,6,10,14,18; = .859, Bueno; Amistades, ítems: 3,7,11,15,19; = .813, Bueno; Individual, ítems: 1,5,9,17,21; = .808, Bueno; Escuela, ítems:4,8,20,24; = .739, Aceptable.

Respecto a la prueba de Guttman, en un primer momento introducimos los datos en el orden que aparecían, obteniéndose un coeficiente = .886; luego utilizamos la distribución en pares y nones, lo cual mostró un aumento de los valores de fiabilidad, teniendo como resultado un Coeficiente de dos mitades de Guttman = .907.

La distribución de los ítems es acorde a la de estudios previos similares, y en función de las

muestras. Los ítems mostraron propiedades psicométricas adecuadas, al igual que la consistencia interna del instrumento, haciéndolos factibles para su aplicación en adolescentes y jóvenes de la población Michoacana.

Al concluir esta primera etapa, correspondiente a la prueba piloto, el instrumento (**CBSVAJ**) de la propuesta inicial de 24 ítems, se eliminaron 6 (9,12,13,16,22 y 23), quedando la prueba integrada por 18 reactivos, distribuidos en los cuatro factores previamente propuestos (Ver tabla 1).

**Tabla 1**

Pesos factoriales y Alfas de Cronbach					
Ítems	Factores				Total
	Familia	Amistades	Individual	Escuela	
Estoy satisfecho con la familia que tengo	.826				
Me agrada mi familia	.813				
En mi familia existe mucha armonía	.761				
Estoy satisfecho con el ejemplo que mis padres representan para mi	.729				
Tengo una relación satisfactoria con mi familia	.712				
Tengo relaciones de amistad satisfactorias		.804			
Estoy satisfecho de los amigos que tengo		.748			
Mis amistades son muy importantes en mi vida		.674			
Mis amigos me aceptan como soy		.673			
El tiempo que paso con mis amigos me satisface		.597			
Me siento satisfecho muy satisfecho como personas			.733		
Estoy Satisfecho con mi forma de ser			.700		
Estoy satisfecho con mi imagen corporal			.662		
Me satisface mi rendimiento escolar			.610		
El tiempo que paso en la escuela es satisfactorio				.798	
Me gusta ir a la escuela				.794	
Me siento satisfecho con las clases que recibo				.654	
Alfa de Cronbach	.859	.813	.808	.739	.865

Nota: Método de extracción: análisis de componentes principales. Método de rotación: Varimax con normalización Kaiser.

## **5.6. Discusión.**

El presente trabajo tuvo como objetivo diseñar un cuestionario de satisfacción con la vida para adolescentes y jóvenes, realizando una primera depuración mediante un estudio psicométrico inicial. La estructura interna resultó de 4 factores congruentes con el marco teórico. Los 18 reactivos resultantes se adecuaron tanto con su factor, como con el total de la escala. La confiabilidad de la escala resultó adecuada y elevada, así como la de las subescalas correspondientes a los 4 factores.

Puede concluirse que el Cuestionario Breve de Satisfacción con La Vida para Adolescentes y Jóvenes(**CBSVAJ**) de 18 reactivos, obtuvo adecuados indicadores respecto a su validez de constructo y fiabilidad. Sin embargo, es necesario estudiar las propiedades psicométricas de la escala conformada con solo los 18 reactivos y estudiar su estructura interna a partir de un Análisis Factorial confirmatorio, así como estudiar la validez de criterio de la misma. También sería conveniente en futuras investigaciones estudiar la fiabilidad test-retest de la escala.

Respecto a la generalización a la población mexicana de los valores obtenidos, debe señalarse que las muestras solo se han obtenido de Michoacán que es solo un estado de México, deberían capturarse muestras de otros estados de la República Mexicana.

## **Capítulo VI. Estudio II. Estudio piloto del Cuestionario de Rasgos Competitivos en Adolescentes(CRCA).**

### **6.1. Pregunta de investigación y objetivos.**

- 1) ¿Presentará el **Cuestionario de Rasgos Competitivos en Adolescentes(CRCA)** las propiedades psicométricas adecuadas, para medir el rasgo competitivo en adolescentes?

#### **Objetivo general.**

- 1) Diseñar y estudiar las propiedades psicométricas de un instrumento que mida el rasgo de personalidad relacionado con la competitividad de manera global en la edad adolescente.

#### **Objetivos específicos.**

- 1) Redactar los reactivos del instrumento para medir el rasgo de competitividad en adolescentes basados en la revisión teórica del constructo.
- 2) Validar los reactivos del instrumento mediante el criterio de jueces expertos.
- 3) Estudiar las propiedades psicométricas del instrumento mediante un estudio piloto.

### **6.2. Variables.**

Siendo el rasgo de competitividad una de las hipótesis planteadas en nuestra investigación, diseñamos un instrumento para su medición de manera global para ser aplicado en adolescentes. Estudiamos la estructura interna a través de un Análisis Factorial Exploratorio (AFE), así como la bondad de los reactivos y la consistencia interna de la escala en población michoacana.

### **6.3. Participantes.**

Muestreo no probabilístico por conveniencia, conformada por un total de 348 adolescentes con edades entre 13 y 19 años ( $M=16.06$ ,  $DE=1.42$ ), de los cuales el 70.1 % fue población femenina y el 29.9 % masculina.

#### **6.4. Instrumento.**

Cuestionario de Rasgos Competitivos en Adolescentes (**CRCA**), objeto de estudio de la presente investigación. Se aplicó una primera versión de 32 ítems, que se califican como una escala de cuatro opciones de respuestas (nunca, casi nunca, casi siempre y siempre).

**Concepto:** Constructo que incluye tres aspectos:

**Cognitivo:** Tendencia y/o preferencia por interpretar las circunstancias como situaciones de competencia. Así como por obtener reconocimiento. **Emocional:** Experimentación de estados afectivos intensos en los contextos que pueden ser percibidos como competitivos.

**Conductual:** Realización de un gran esfuerzo en su empeño de ganar o sobresalir (Espinosa, Navarro y Padrós, 2019).

#### **Procedimiento**

El instrumento fue sometido a 5 jueces expertos, que basaron sus análisis, en cuanto a pertinencia de los ítems y claridad de redacción. Los resultados fueron sometidos a las pruebas Aiken y Kendall, arrojando una Pertinencia de los ítems: .85 y una Claridad de la redacción: .84. Estadísticamente fueron analizadas en Excel y SPSS. De un total inicial de 40 ítems redactados, los jueces expertos recomendaron la pertinencia de 32 ítems.

La administración del instrumento fue en forma grupal, por estudiantes de la licenciatura en psicología, capacitados para tal fin. Los participantes fueron informados sobre los objetivos de la investigación y del carácter anónimo y confidencial de sus respuestas, antes de solicitar su consentimiento. Los datos obtenidos fueron capturados y analizados en el paquete estadístico IBM SPSS STATISTICS.

#### **6.5. Resultados.**

Se obtuvieron 5 factores a través del AFE, que explican el 61.81% de la varianza total. El factor 1 Afecto positivo derivado de la actividad competitiva, explica el 35.21 % de la varianza, el factor 2 Afecto negativo derivado de la actividad competitiva, explica el 11.32% de la varianza, el factor 3 Necesidad de reconocimiento, explica el 6.60 % de la varianza, el factor 4 Empeño y dedicación, explica el 4.68% de la varianza y el factor 5 Tendencia a competir, explica el 3.98% de la varianza. La consistencia interna a través del alfa de Cronbach para la escala total fue de .925. Los valores del alfa de Cronbach por factor fueron los siguientes: “Afecto positivo derivado de la actividad competitiva” =0.866, “Afecto negativo derivado de la actividad competitiva” =0.879, “Necesidad de reconocimiento”

$r = 0.730$ , “Empeño y dedicación”  $r = 0.802$  y “Tendencia a competir”  $r = 0.842$ , presentando un alfa de Cronbach total de .925. El análisis de fiabilidad basado en el coeficiente de dos mitades de Guttman fue de .936, muy bueno.

Los ítems que se conservaron presentan una buena distribución, mostrando propiedades psicométricas (correlación corregida con la escala total y valor de alfa si se elimina el ítem) adecuadas con la escala total y con el factor al que pertenecen.

En esta primera etapa de prueba piloto, el instrumento (**CRCA**) contó con un total inicial de 32 ítems, siendo eliminados 6(5,8,18,28,29 y 30), integrando la prueba 26 reactivos, distribuidos en los cinco factores propuestos (Ver Tabla 2).

**Tabla 2**

## Pesos factoriales y Alfas de Cronbach

Ítems	Factores					Total
	APC	ANC	NR	ED	TC	
Me siento muy mal cuando pierdo.	.844					
No ser el/la mejor me frustra.	.796					
Lo paso muy mal cuando no soy el/la mejor.	.796					
Me molesta mucho no ganar.	.771					
No ser el/la mejor me angustia.	.738					
Temo mucho perder cuando compito	.644					
Cuando sobresalgo siento una gran satisfacción.		.781				
Disfruto mucho al ser el/la mejor.		.766				
Ser el/la mejor en lo que hago es una sensación muy gratificante para mí.		.719				
Ser el/la mejor en mi desempeño es algo que disfruto.		.676				
Disfruto mucho al ganar.		.675				
Siento un gran orgullo cuando soy el/la mejor haciendo una actividad.		.551				
Disfruto sobresalir en las actividades que realizo.		.480				
Le dedico mucho tiempo a mi preparación porque es fundamental para lograr mis metas.			.778			
Dedico mucho tiempo a mi preparación para sobresalir.			.758			
Me preparo mucho para ser el/la mejor.			.673			
Mi preparación para ser el/la mejor es lo más importante.			.606			
Hago un gran esfuerzo para ganar/destacar.			.593			
Tiendo a ser competitivo/a.				.827		
Soy competitivo/a.				.770		
Siempre estoy dispuesto/a a competir.				.730		
Siento necesidad de competir con los demás.				.605		
Enfrento cada tarea pensando en ser reconocido(a) por los demás.					.679	
Necesito que los demás reconozcan mi capacidad					.615	
Deseo que mis profesores/entrenadores me reconozcan por mi buen desempeño.					.593	
Es importante ser reconocido como el/la mejor.					.585	
Alfas de Cronbach	.866	.879	.730	.802	.842	.925

Nota: Método de extracción: análisis de componentes principales. Método de rotación: Varimax con normalización Kaiser. Nota: Se presentan media, entre paréntesis la desviación estándar. APC= Afecto Positivo derivado de la competencia; ANC= Afecto Negativo derivado de la Competencia; NR=Necesidad de Reconocimiento; ED= Empeño y Dedicación; TC= Tendencia a Competir.

## **6.6. Discusión.**

El presente trabajo tuvo como objetivo diseñar un instrumento para medir rasgos de competitividad en adolescentes, de manera global, realizando una primera depuración mediante un estudio psicométrico inicial. La estructura interna resultó de 5 factores congruentes con el marco teórico. Los 26 reactivos resultantes se adecuaron tanto con su factor, como con el total de la escala. La confiabilidad de la escala resultó adecuada y elevada, así como la de las subescalas correspondientes a los 5 factores.

Puede concluirse que el Cuestionario de Rasgos Competitivos en Adolescentes (**CRCA**) de 26 reactivos, obtuvo adecuados indicadores respecto a su validez de constructo y fiabilidad. Sin embargo, se hace necesario estudiar las propiedades psicométricas de la escala conformada por los 26 reactivos, estudiando su estructura interna a partir de un Análisis Factorial confirmatorio, así como la validez de criterio de la misma. Es conveniente también estudiar la fiabilidad test-retest de la escala.

Señalar que se debe tomar en consideración en caso de querer hacer una generalización a la población mexicana de los valores obtenidos, que las muestras solo fueron tomadas en Michoacán, por lo que recomendaríamos se capturasen muestras de otros estados de la República Mexicana.

## **Capítulo VII. Estudio III. Estudio comparativo sobre el nivel de Bienestar Subjetivo entre un grupo de adolescentes y jóvenes que realizan actividades extracurriculares de altas exigencias y otro grupo de adolescentes y jóvenes no vinculados a este tipo de actividades.**

### **7.1. Preguntas de investigación y objetivos.**

- 1) ¿Existen correlaciones positivas entre las pruebas **PANASN**, **CBSVAJ** y **CRCA**?

#### **Objetivo general.**

- 1) Estudiar posibles diferencias en el bienestar subjetivo entre un grupo de adolescentes que realizan actividades extracurriculares de tipo artísticas o deportivas respecto a un grupo de adolescentes que no realizan este tipo de actividades (con el mismo nivel de exigencia).

#### **Objetivos**

- 1) Determinar si existen diferencias estadísticamente significativas entre las variables sociodemográficas de los grupos investigados.
- 2) Comparar los niveles de afectos positivos y negativos presentes en los grupos investigados.
- 3) Comparar los indicadores de satisfacción con la vida presentes en los grupos investigados.
- 4) Establecer el tipo de correlación que existe entre las pruebas que miden el **BS** (**PANASN** y **CBSVAJ**) y la prueba que mide la presencia de rasgos competitivos (**CRCA**).

### **7.2. Variables.**

Para este estudio fue diseñada una batería de pruebas que agrupó tres cuestionarios. El cuestionario **PANASN** con dos dimensiones, una que mide los afectos positivos (**AP**) y otra que mide los afectos negativos (**AN**) y el cuestionario **CBSVAJ** con sus cuatro factores (familia, amigos, individual y escuela) fueron los encargados de medir la variable **Bienestar Subjetivo (BS)**. La prueba **CRCA** con sus cinco factores (afectos positivos derivados de la competencia, afectos negativos derivados de la competencia, necesidad de reconocimiento, empeño y tendencia a competir) fue la encargada de medir la presencia de la variable rasgos competitivos en los grupos estudiados.

### **7.3. Participantes.**

Se trabajó con un muestreo no probabilístico por conveniencia, conformada por un total de 250 participantes, de los cuales cumplieron con los requisitos de investigación 236, sobre ese total brindamos los datos estadísticos. Del total de participantes 87(36.86%) pertenecen al grupo 1, de adolescentes y jóvenes con actividades extracurriculares de altas exigencias, divididos en 41 hombres y 46 mujeres. El grupo 2 conformado por adolescentes y jóvenes sin actividades extracurriculares de altas exigencias fue integrado por un total de 149 (63.14%) participantes, repartidos en 75 hombres y 74 mujeres. Los integrantes del grupo 1 fueron adolescentes y jóvenes vinculados a la práctica de deportes de alto rendimiento (taekwondo, natación y atletismo) con participación en eventos nacionales e internacionales, de los estados Michoacán, Estados de México y Monterrey y alumnos del Conservatorio de Música de las Rosas de esta ciudad. El grupo 2 comprendió alumnos de preparatorias de esta ciudad. Las edades de los participantes estuvieron entre los 11 y 21 años, aunque el mayor número comprendió las edades entre 15 y 19 años.

### **7.4. Instrumento.**

Batería de pruebas, conformada por tres cuestionarios; **PANASN** de 20 reactivos que miden los afectos negativos y positivos; cuestionario Breve de Satisfacción con la Vida en Adolescentes y Jóvenes (**CBSVAJ**) de 18 reactivos y cuatro factores, encargados de medir los niveles de satisfacción con la vida y el Cuestionario de Rasgos Competitivos en Adolescentes (**CRCA**) de 26 ítems y cinco factores, que mide la presencia del rasgo competitivo en los grupos.

### 7.5. Resultado del análisis de los datos sociodemográficos.

Respecto a las variables sociodemográficas se obtuvo como resultados que no existen diferencias significativas en el sexo entre los grupos estudiados, ( $X^2= 0.226$ ,  $p=0.634$ ) (Ver tabla 1). Por otro lado, se realizó una prueba T para la igualdad de media de ambos grupos en la edad dónde no se encontraron diferencias significativas ( $t_{(107.445)} = 0.397$ ,  $p=0.693$ ).

**Tabla 3**

Datos sociodemográficos

	Actividades extracurriculares de altas exigencias	Sin actividades de alta exigencia	Total
	87(36.86%)	149(63.14%)	236(100%)
Sexo			
Hombres	41(17.37%)	75(31.78%)	116(49.15%)
Mujeres	46(19.50%)	74(31.35%)	120(50.85%)
Edad			
M	16.65	16.56	16.59
DE	2.051	.966	1.96
Máx-Min	11-21	13-18	11-21

Nota: Entre paréntesis aparece el porcentaje.

### 7.6. Comparación de los niveles de afecto (PANASN).

Respecto al objetivo 1, se aplicó la prueba T de Student para muestras independientes, para determinar si existe diferencia significativa entre los grupos estudiados. Comenzamos con el análisis de la prueba PANASN, de afectos negativos y positivos. Los pertenecientes al grupo de actividades extracurriculares de alta exigencia experimentaban mayor nivel de afecto positivo y menor nivel de afecto negativo respecto al grupo sin actividades extracurriculares de alta exigencia presentó mayor presencia de estos (Ver tabla 4).

**Tabla 4**

Diferencias entre las medias del afecto positivo y negativo entre los grupos.

Variables	Actividades Extracurriculares de alta exigencia	Sin actividades de alta exigencia	T	GL	Sig. Bilateral
AP	26.54 (2.78)	25.17 (3.50)	3.090	228	.002
AN	18.63 (3.48)	19.78 (3.86)	-2.295	233	.023

Nota: Se presentan media, entre paréntesis la desviación estándar. AP= Afecto Positivo y AN= Afecto negativo.

### 7.7. Comparación de las medias del cuestionario de Satisfacción con la Vida y sus factores (CBSVAJ).

Continuando con el objetivo 1, al realizar la comparación entre los adolescentes y jóvenes que están vinculados a las actividades de alta exigencia con los que no se vinculan a este tipo de actividades, basados en la Satisfacción con la Vida, se obtuvo el resultado siguiente; existen de manera general diferencias estadísticamente significativas entre los grupos, presentando los adolescentes y jóvenes con actividades extracurriculares de alta exigencia una mayor satisfacción con la vida en el total y en todas las dimensiones, excepto en el factor familia (Ver tabla 5).

**Tabla 5**

Diferencia entre las medias del cuestionario (CBSVAJ)

Variables	Actividades Extracurriculares de alta exigencia	Sin actividades de alta exigencia	T	GL	Sig. Bilateral
Familia	12.74 (2.71)	12.50 (3.50)	0.658	227	.512
Amigos	13.50 (1.60)	12.82 (2.30)	2.65	221.03	.023
Individual	11.69 (2.42)	10.73 (2.97)	2.54	230	.012
Escuela	7.60(1.44)	6.13(1.85)	6.33	230	<.001
CBSVAJ	45.82(5.67)	42.19(7.71)	3.71	221	.009

Nota: Se presentan media, entre paréntesis la desviación estándar.

### 7.8. Comparación de los niveles de Rasgos Competitivos (CRCA).

Al analizar el Cuestionario de Rasgos Competitivos en Adolescentes, se obtiene que existen diferencias estadísticamente significativas entre los grupos. Se mostró una mayor presencia del Rasgo de Competitividad en los adolescentes y jóvenes con actividades extracurriculares de alta exigencia en el total de la escala y en los 5 factores (Ver tabla 6).

**Tabla 6**

Diferencia entre las medias del cuestionario CRCA.

Variables	Actividades Extracurriculares de alta exigencia	Sin de actividades de alta exigencia	T	GL	Sig. Bilateral
APC	18.54 (2.78)	16.51 (3.86)	4.60	212.51	<.001
ANC	8.09 (3.99)	6.50 (3.71)	3.02	224	.003
NR	7.31 (2.84)	6.19 (2.50)	3.09	224	.002
ED	12.70 (2.11)	9.59 (2.93)	9.27	212.39	<.001
TC	7.71(3.24)	6.73 (3.11)	2.27	227	.025
CRCA	54.37(11.28)	45.78 (11.93)	5.14	210	<.001

Nota: Se presentan media, entre paréntesis la desviación estándar. APC= Afecto Positivo derivado de la competencia; ANC= Afecto Negativo derivado de la Competencia; NR=Necesidad de Reconocimiento; ED= Empeño y Dedicación; TC= Tendencia a Competir.

### **7.9. Resultados de las correlaciones entre las pruebas aplicadas (PANASN, CBSVAJ y CRCA).**

Al establecer el análisis de correlación entre las pruebas aplicadas **PANASN** y **CBSVAJ** y los factores del **CRCA** se presentan los siguientes resultados. Entre el Afecto positivo (**AP**) y los factores de la prueba **CRCA** se encontraron correlaciones bajas y moderadas positivas, excepto con el factor afectos negativos derivados de la competencia (**ANC**) con el cual no existe correlación. El Afecto Negativo (**AN**) de la prueba **PANASN** no se observaron correlaciones con los factores Necesidad de reconocimiento (**NR**) ni con el factor Tendencia a Competir (**TC**), tampoco presenta correlación con la prueba **CRCA** de forma total, sin embargo, si se halló una correlación de tipo negativa con los factores Afecto Positivo derivado de la Competencia (**APC**) y con el factor **Empeño**. Por último, el **AN** presenta una correlación baja de tipo positiva con el factor Afecto Negativo derivado de la competencia (**ANC**).

Finalmente, entre la prueba **CBSVAJ** y la prueba **CRAC**, existen correlaciones de bajas a moderadas y positivas, excepto con el factor Afecto Negativo Derivado de la Competencia (**ANC**) con el cual no correlaciona (Ver Tabla 7).

**Tabla 7**

Correlaciones entre las pruebas y dimensiones de la escala CRCA aplicadas.

	APC	ANC	NR	EMPEÑO	TC	CRCA	AP	AN	CBSVAJ
APC		.340**	.512**	.516**	.578**	.788**	<b>.401**</b>	<b>-.137*</b>	<b>.411**</b>
ANC			.601**	.320**	.469**	.743**	<b>-0.01</b>	<b>.24**</b>	<b>0.023</b>
NR				.398**	.461**	.769**	<b>.227**</b>	<b>0.081</b>	<b>.221**</b>
ED					.428**	.674**	<b>.489**</b>	<b>-.131*</b>	<b>.468**</b>
TC						.774**	<b>.261**</b>	<b>-0.03</b>	<b>.270**</b>
CRCA							<b>.340**</b>	<b>-0.02</b>	<b>.372**</b>
AP								<b>-.28**</b>	<b>.630**</b>
AN									<b>-.359**</b>

Nota: \*\* La correlación es significativa en el nivel 0.01(bilateral). \* La correlación es significativa en el nivel 0.05(bilateral). APC= Afecto Positivo derivado de la Competencia; ANC= Afecto Negativo derivado de la Competencia; NR= Necesidad de Reconocimiento; ED= Empeño y Dedicación; TC= Tendencia a Competir; CRCA= Cuestionario de Rasgos Competitivos en Adolescentes; AP= Afectos Positivos; AN= Afectos Negativos; CBSVAJ= Cuestionario Breve de Satisfacción con la Vida en Adolescentes y Jóvenes.

## Capítulo VIII. Discusión.

El objetivo principal de la presente investigación fue estudiar las posibles diferencias en el bienestar subjetivo entre un grupo de adolescentes que realizan actividades extracurriculares de alta exigencia y un grupo de pares que no realizan dichas actividades, debe señalarse que solo se encontró un estudio previo en formato de libro con objetivos similares, tomando en consideración de forma global que el adolescente estuviera en una condición de alta exigencia independientemente de la modalidad (deportiva o artística). Las investigaciones relacionadas con grupos de sujetos vinculados a altas exigencias, comprenden mediciones en poblaciones que se dedican a un área en concreto, como por ejemplo el deporte (Chacón-Cuberos, Zurita-Ortega, García-Mármol, & Castro-Sánchez, 2020; Blázquez, 1999) y las manifestaciones artísticas (Oriola, Gustems & Filella, 2018; Marinovic, 2006) o propiamente a la influencia de alguna actividad laboral de mucha exigencia en la salud (Zavala-Pérez, Ramírez-Santiago, & Hernández-Medero, 2020), excepto en caso del libro “Desde la psicología del deporte a la interpretación artística”, de López de la Llave & Pérez Llantada (2006), donde contemplan a estos grupos vinculados a actividades de alta exigencia en coherencia con nuestra propuesta. Desde nuestra perspectiva pudiera ser una fortaleza la manera en que abordamos el estudio del Bienestar Subjetivo, tratando de averiguar si los hechos de estar sometido a actividades de alta exigencia se relacionan con el **BS** en una muestra relativamente amplia.

En principio nuestra investigación parte de la necesidad de investigar el Bienestar Subjetivo en estas edades, pues la bibliografía revisada indica que es un tema poco estudiado en estos grupos etarios (Diener, Pressman, Hunter & Delgadillo-Chase, 2017; Alvarado-San Román, Toffoletto, Oyandel-Sepúlveda, Vargas-Salfate & Reynaldos- Grandón, 2017; Sanjuán & Ávila, 2016; Alfaro, Casas & López, 2015; Oyanedel, Alfaro & Mella, 2015; Acosta-Quiroz, Vales-García, & Palacio-Cinco, 2015).

Nuestra hipótesis de trabajo se fundamentó en la posibilidad de afectación que pudieran tener los adolescentes y jóvenes vinculados a actividades extracurriculares de alta exigencia respecto a su Bienestar Subjetivo, pues si bien directamente no encontramos estudios que trabajaran esta relación, existe literatura que describe la presencia de estados negativos en distintos grupos que interpretan situaciones como exigentes (Bermúdez, 2018; De la Calle Real & Muñoz-Algar, 2018; Oriola, Gustems & Filella, 2018; Li & Wong, 2015; Chen & Kee, 2008).

Contrario a lo que esperábamos, encontramos que los adolescentes y jóvenes vinculados a actividades extracurriculares que demandan altas exigencias presentan mejores indicadores de Bienestar Subjetivo que los que no lo hacían, por lo cual se rechazó la primera hipótesis de trabajo. Para llegar a este resultado metodológicamente cuidamos que no existieran diferencias estadísticamente significativas de las variables sociodemográficas entre ambos grupos (edad y sexo), lo cual fue comprobado.

Los resultados de la prueba PANASN al comparar los grupos, también a diferencia de lo esperado, mostró que la media de los pertenecientes al grupo que practican actividades de alta exigencia era superior en presencia de afectos positivos y al contrario respecto a los afectos negativos. A pesar de que el resultado fue contrario a lo que esperábamos, se asume como confiable, en base a la eficiencia de la prueba vista en estudios anteriores, respecto a la consistencia de sus dos factores, tanto en adultos como en adolescentes (Bernardino-Conrado, et al, 2020; Queral & Miró, 2014; Sandín, 2003). El tipo de correlación positiva que se estableció entre los afectos positivos y el Rasgo competitivo fue determinante en que el grupo de adolescentes y jóvenes con actividades extracurriculares de alta exigencia presentara mayores puntuaciones en esta dimensión de la prueba PANASN; específicamente los factores Afectos Positivos derivados de la Competencia, Necesidad de Reconocimiento, Empeño y Dedicación y Tendencia a Competir fundamentaron esta conclusión.

Al establecer una comparación en los factores que componen el cuestionario de satisfacción con la Vida en jóvenes y adolescentes (CBSVAJ), los miembros del grupo que realizan actividades extracurriculares de alta exigencia mostraron mayores niveles de satisfacción en tres factores (amigos, individual y escuela) respecto a los adolescentes y jóvenes del grupo control. Sin embargo, no se observó diferencia en el factor familia.

Estos resultados pueden estar relacionados a la posibilidad de que este tipo de actividades actúen como factores que refuerzan el autoconcepto en los jóvenes que se vinculan a actividades físicas (deportivas), asociando este tipo de tareas a ganancias positivas, tanto en el plano físico como mental y la forma en que lo perciben sus compañeros (Chacón-Cuberos, Zurita-Ortega, García-Mármol, & Castro-Sánchez., 2020). Otro aspecto pudiera ser una actitud proactiva ante contextos que son percibidos como retos, esta manera de interpretar situaciones donde se proyectan a metas futuras, eleva la motivación y entusiasmo, mientras otros ven problemas y comprenden la actividad como esfuerzos desgastantes (Salessi, &

Omar, 2017). También se podría pensar que el grupo que realizan actividades extracurriculares de alta exigencia pueden tener rasgos de personalidad que facilitan la realización de tareas de alta exigencia, las cuales, a su vez, influyen en la forma de cómo interpretan de manera positiva algunas situaciones y la forma de afrontamiento, por ejemplo, el sacrificio (Ruiz-Barquín, 2005), o los retos (en lugar de amenazas). Otro elemento a considerar es la relación que se establece entre el ego y la competitividad, al momento de obtener sus de metas, la cual tiende a ser superior a la motivación (Pulido-Pedrero, de la Vega-Marcos, & Fuentes-García, 2020; Zavala-Pérez, Ramírez-Santiago, & Hernández-Medero, 2020). Esta relación la podemos encontrar en el grupo de adolescentes y jóvenes con altas exigencias cuando analizamos las correlaciones positivas que se establecen entre el Rasgo Competitivo y factores de Satisfacción con la Vida, específicamente con el factor individual, el cual se puede interpretar como regulador de su conducta e interpretaciones y el factor amigos, en cuanto a la importancia que le brindan a su posición y reconocimiento por estos, lo que eleva su Satisfacción con la vida a la vez inferimos también su ego.

La no aceptación de la primera hipótesis, se podría explicar por la relación que establece con nuestra segunda hipótesis de investigación, donde definimos la competitividad como un rasgo que se puede manifestar en cualquier contexto y persona. Primeramente, se obtuvo que los adolescentes y jóvenes del grupo con actividades extracurriculares de altas exigencias presentaron puntuaciones marcadamente superiores en cada uno de los factores del cuestionario CRCA y de forma total. El cual, al ser correlacionado con la prueba PANASN y el cuestionario CBSVAJ, arrojó que estas eran significativas de tipo positivo, que iban de bajas a moderadas, de modo que los adolescentes con actividades extracurriculares de altas exigencias al presentar mayor presencia del Rasgo Competitivo también presentan mayor Bienestar Subjetivo.

La presencia de factores en el Rasgo Competitivo que directamente se asocian con el reconocimiento, la preparación y el ver oportunidad de sobresalir, indica que los adolescentes y jóvenes vinculados a actividades de altas exigencias tienen una forma de evaluar los factores asociados al Bienestar Subjetivo diferentes a los del grupo que no se vincula a este tipo de actividades extracurriculares de alta exigencia; comprendiendo que el esfuerzo o el sacrificio son vivencias asociadas a la obtención de sus metas. Se entiende que el Rasgo Competitivo no contempla explícitamente el balance que puede realizar una persona respecto

a valorar los desgastes físicos y mentales, pues más bien se orienta al hecho de ser reconocido socialmente o la gratificación que deriva de su actividad extracurricular, estas apreciaciones directamente se relacionan con la Satisfacción con la Vida y la vivencia de afectos positivos. Según los resultados, podemos interpretar que ser un adolescente o joven vinculado a actividades extracurriculares de alta exigencia se asocia de manera positiva con indicadores del Bienestar Subjetivo. Las actividades extracurriculares exigen esfuerzos que este grupo no interpreta de manera negativa, pues al presentar un rasgo competitivo, sus personalidades se orientan más en prepararse para sobresalir, pues esto les supone afectos positivos, los cuales encuentran en las actividades que realizan.

A partir de los resultados de la presente investigación se sugiere que el tener una mayor presencia del Rasgo Competitivo puede influir en la forma de evaluar las situaciones (como amenazantes o retos, como positivas o negativas), pues sus intereses son modulados por factores de este rasgo; deseos de destacar sobre los otros y esforzarse para tener resultados, algo que perciben con una connotación positiva. Esta sugerencia es coherente con estudios que obtuvieron en personas con actividades profesionales de alta exigencia como el deporte, son más determinantes los factores personalológicos y externos al momento de movilizarse hacia una meta, la cual se asocia a la obtención de gratificaciones (Pulido-Pedrero, de la Vega-Marcos, & Fuentes-García, 2020). Lo cual podría explicar la relación observada entre el Bienestar Subjetivo y el Rasgo Competitivo.

Como conclusión, nuestra investigación arrojó que los adolescentes con actividades extracurriculares de altas exigencias presentan mayores indicadores de Bienestar Subjetivo en comparación a los adolescentes y jóvenes que no realizan actividades extracurriculares de alta exigencia, rechazándose la hipótesis 1 de trabajo, a la vez que se acepta la hipótesis 2, que demuestra una mayor presencia del Rasgo Competitivo en los adolescentes y jóvenes del grupo con actividades extracurriculares de alta exigencia; encontrándose una relación positiva entre los Rasgos Competitivos y el Bienestar Subjetivo. Este resultado nos indica que el realizar actividades de este tipo puede nutrir el desarrollo personalológico, enseña a disfrutar los retos, el establecimiento de metas y logros. Al fomentar que los adolescentes y jóvenes realicen actividades extracurriculares se estimulan los niveles de Bienestar Subjetivo y en correspondencia la salud.

Este estudio puede ser un referente para otros trabajos que tengan como objetivo estudiar el

Bienestar Subjetivo en adolescentes y jóvenes, además de aportar nuevas pruebas psicométricas para la medición de la Satisfacción con la Vida y la evaluación del Rasgo Competitivo en este grupo de edades.

Si bien proponemos continuar con el estudio confirmatorio de las pruebas diseñadas, para brindar un mayor rigor científico en los resultados que se obtiene, enunciarnos un grupo de limitantes a las que nos enfrentamos. Precisamente el trabajar con pruebas de nuevo diseño, aplicadas por primera vez (CBSVAJ y CRCA) que solo han sido sometidas a un análisis factorial de tipo exploratorio y no se han estudiado psicométricamente las versiones finales de ninguna de las pruebas, requieren de estudios futuros sobre validez de constructo (a través de un Análisis Factorial Confirmatorio), validez concurrente y fiabilidad test-retest entre otros. Otro grupo de limitantes pueden estar dadas en cuanto a que los resultados se obtuvieron en adolescentes y jóvenes mexicanos, mayormente del estado de Michoacán, como parte de una muestra no probabilística por conveniencia, por lo cual se recomienda replicar estos estudios en poblaciones mayores y contextos diferentes.

Señalar también que en este trabajo se consideró la alta exigencia en su relación a factores propiamente de la dedicación, los cuales quizás no expresan en su totalidad que estuvieran sometidos a estas, por ello sería conveniente hacer uso de entrevistas u otros medios para cerciorarse que realmente se sienten sujetos a actividades extracurriculares de altas exigencias.

Las características de la presente investigación, también provoca varias preguntas, que nuestro diseño no permite responder y a continuación planteamos como futuras hipótesis de trabajo: ¿La alta exigencia está vinculada solamente al tiempo y la dedicación? ¿El tener mayores niveles del Rasgo Competitivo predispone a los adolescentes y jóvenes a vincularse a actividades extracurriculares de alta exigencia, o son este tipo de actividades las que favorecen la presencia de este rasgo? ¿Los adultos que en su adolescencia y juventud estuvieron vinculados a actividades extracurriculares de alta exigencia, presentan mayores indicadores de Bienestar Subjetivo en comparación con los que no lo hicieron? Para responder a estas preguntas se deberían realizar estudios de tipo longitudinal en el grupo de alta exigencia, con el objetivo de determinar en qué dirección y de qué forma se establecen estas relaciones (rasgo-actividad) pudieran esclarecer estas nuevas hipótesis de investigación, incluso contrastar los resultados con entrevistas pudiera aportar mayor claridad respecto a

futuras investigaciones sobre el Bienestar Subjetivo en personas que se vinculan a actividades de altas exigencias.

## Referencias.

- Acosta-Quiroz, C., Vales-García, J. & Palacio-Cinco, R. (2015). Ajuste psicosocial, bienestar subjetivo y ocio en adultos mayores jubilados mexicanos. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 20(3), 316-325. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=292/29242800009>
- Ajzen, I. & Fishbein, M. (2000). Attitudes and the Attitude-Behavior Relation: Reasoned and Automatic Processes. *European Review of Social Psychology*, 11(1), 1-33. DOI: 10.1080/14792779943000116
- Ajzen, I. & Fishbein, M. (1980). *Underestimating Attitudes and Predicting Social Behavior*. Lincoln, Reino Unido: Prentice Hall.
- Alfaro, J., Casas, F. & López, V. (2015). Bienestar en la infancia y adolescencia. *Revista psicoperspectiva*, 14(1), 1-5.
- Alvarado-San Román, X., Toffoletto, M., Oyandel-Sepúlveda, J., Vargas-Salfate, S., & Reynaldos-Grandón, K. (2017). Factores asociados al bienestar subjetivo en los adultos mayores. *Texto & contexto-enfermagem*, 26(2). Doi: <https://dx.doi.org/10.1590/0104-07072017005460015>.
- Álvarez, D. (2008). Caracterización de los estilos de afrontamiento ante el estrés en adolescentes de los equipos femeninos de Polo Acuático de Villa Clara. (Tesis de pregrado no publicado) Universidad Central de Las Villas, Villa Clara, Cuba.
- Alzuri-Falcato, M., Hernández-Muñoz, N. & Calzada-Urquiola, Y., (2017). Depresión en la adolescencia: consideraciones necesarias para su diagnóstico y tratamiento. *Revista Finlay*, 7(3), 2. Rescatado de <http://revfinlay.sld.cu/index.php/finlay/article/view/541>
- Andrade-Sánchez, A., Galindo-Villardón, M., & Cuevas-Romo, J. (2015). Análisis multivariante del perfil psicológico de los deportistas universitarios. Aplicación del CPRD en México. *Educación Física y Ciencia*, 17(2), 1-11. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=439943734002>
- Anguas-Platas, A. (2001). Identificación y validación del Significado del Bienestar Subjetivo en México: Fundamentos para el Desarrollo de un instrumento de Medición. *Interamerican Journal of Psychology*, 35(1), 163-183. Rescatado de <http://www.redalyc.org/comocitar.oa?id=28435110>

- Aránguiz, H., García V., Rojas S., Salas C., Martínez R., & Mac Millan K. (2010). Estudio descriptivo comparativo y correlacional del estado nutricional y condición cardiorrespiratoria en estudiantes Universitarios de Chile. *Rev Chil Nutr*, 37(1), Recuperado de <https://scielo.conicyt.cl/pdf/rchnut/v37n1/art07.pdf>
- Arias, A.V., Morales, J.F., Nouvilas, E. y Martínez-Rubio, J.L., (2012). *Psicología Social Aplica*. Madrid: Editorial Medica Panamericana.
- Arita-Watanabe, B. (2005). La capacidad y el bienestar subjetivo como dimensiones de estudio de la calidad de vida. *Revista Colombiana de Psicología*, (14), 73-79. Rescatado de <http://www.redalyc.org/pdf/804/80401407.pdf>
- Atienza, F., Pons, D., Balaguer, I. & García-Merita, M. (2000). Propiedades Psicométricas de la Escala de Satisfacción con la Vida en Adolescentes. *Psicothemas*, 12(2), 314-319. Rescatado de <http://www.redalyc.org/pdf/727/72712226.pdf>
- Blázquez, D. (1999). *La iniciación deportiva y el deporte escolar*. Barcelona, España: INDE publicaciones. Recuperado de [https://books.google.com.mx/books?hl=es&lr=&id=nAMS1by01ksC&oi=fnd&pg=PA5&dq=el+adolescente+que+practica+deportes+su+posici%C3%B3n+en+su+equipo&ots=aEiZMSY\\_a-&sig=whhvokQxHHRrZBdjztaputQLbtw#v=onepage&q=el%20adolescente%20que%20practica%20deportes%20su%20posici%C3%B3n%20en%20su%20equipo&f=false](https://books.google.com.mx/books?hl=es&lr=&id=nAMS1by01ksC&oi=fnd&pg=PA5&dq=el+adolescente+que+practica+deportes+su+posici%C3%B3n+en+su+equipo&ots=aEiZMSY_a-&sig=whhvokQxHHRrZBdjztaputQLbtw#v=onepage&q=el%20adolescente%20que%20practica%20deportes%20su%20posici%C3%B3n%20en%20su%20equipo&f=false)
- Bonet-Mas, C., Palma, C. & Gimeno-Santos, M. (2020). Riesgo de suicidio, inteligencia emocional y necesidades psicológicas básicas en adolescentes tutelados en centros residenciales. *Revista de Psicología Clínica con Niños y adolescentes*,7(1), 30-37. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7202405>
- Bradburn, N.M. (1969). *The structure of psychological well-being*. Chicago: Aldine.
- Caeiro- Rodríguez, M., (2018). Aprendizaje basado en la creación y educación artística: proyecto de aula entra la metacognición y la metaemoción. *Arte, Individuo y Sociedad*, 30(1), 159-177. Doi: <http://dx.doi.org/10.5209/ARIS.57043>
- Campo-Arias, A. & Oviedo, H. (2008). Propiedades Psicométricas de una Escala: La Consistencia Interna. *Revista de Salud Pública*, 10(5), 831-839. Recuperado de

<https://www.scielo.org/article/ssm/content/raw/?resourcepath=/media/assets/r/sap/v10n5a15.pdf>

Carmen, R., García-Viniegras, V., & González-Benítez, I. (2000). La categoría bienestar psicológico: Su relación con otras categorías sociales. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 16(6), 586-592. Recuperado de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-21252000000600010&lng=es&tlng=pt](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252000000600010&lng=es&tlng=pt).

Carracosa, L.; Cava, M. & Buelga, S. (2015). Actitudes hacia la autoridad y la violencia entre adolescentes: diferencias en función del sexo. *Suma Psicología*, 22(2), 102-109. DOI: 10.1016/j.sumpsi.2015.08.003

Casas, F., (2013) El bienestar subjetivo en la adolescencia: Estudio comparativo de dos Comunidades Autónomas en España. *Anales de Psicología*, 29 (1) 148-158. DOI:10.6018/analesps.29.1.145471.

Castellá, J., et al (2012) Bienestar Subjetivo de los Adolescentes: Un Estudio Comparativo entre Argentina y Brasil. *Psychosocial Intervention*, 21 (3), 273-280. Recuperado de: <https://core.ac.uk/download/pdf/82647963.pdf>

Cartagena, A., Orozco, A. y Lara, C. (2011). Caracterización psicológica de menores condenados por homicidio doloso en Medellín y el Valle del Aburrá durante 2003 – 2007. *CES Psicología*, 3(1), 64-82. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/4235/423539416005.pdf>

Chacón-Cuberos, R., Zurita-Ortega, F., García-Mármol, E. & Castro-Sánchez, M. (2020). Autoconcepto multidimensional según la práctica deportiva en estudiantes universitarios de educación física de Andalucía. *Retos*, 37(1), 174-180. Recuperado de [https://www.researchgate.net/profile/Ramon-Chacon-Cuberos/publication/335243238\\_Autoconcepto\\_multidimensional\\_segun\\_practica\\_deportiva\\_en\\_estudiantes\\_universitarios\\_de\\_Educacion\\_Fisica\\_de\\_Andalucia\\_Multidimensional\\_self-concept\\_depending\\_on\\_sport\\_practice\\_in\\_university\\_students\\_o/links/5d5adf6092851c37636bba7f/Autoconcepto-multidimensional-segun-practica-](https://www.researchgate.net/profile/Ramon-Chacon-Cuberos/publication/335243238_Autoconcepto_multidimensional_segun_practica_deportiva_en_estudiantes_universitarios_de_Educacion_Fisica_de_Andalucia_Multidimensional_self-concept_depending_on_sport_practice_in_university_students_o/links/5d5adf6092851c37636bba7f/Autoconcepto-multidimensional-segun-practica-)

[deportiva-en-estudiantes-universitarios-de-Educacion-Fisica-de-Andalucia-Multidimensional-self-concept-depending-on-sport-practice-in-university-students-o.pdf](#)

- Chavarría, María Paulina, & Barra, Enrique. (2014). Satisfacción Vital en Adolescentes: Relación con la Autoeficacia y el Apoyo Social Percibido. *Terapia psicológica*, 32(1), 41-46. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082014000100004>
- Chen, L.H. & Kee, Y.H., (2008) Gratitude and Adolescent Athletes' Well-Being. *Social Indicators Research*, 89(2),361–373. DOI <https://doi.org/10.1007/s11205-008-9237-4>
- Contreras, F. & Esguerra, G. (2006). Psicología Positiva: una nueva perspectiva en la Psicología. *Diversitas: Perspectiva en Psicología*, 2(2), 311-319. Rescatado de: <http://www.scielo.org.co/pdf/dpp/v2n2/v2n2a11.pdf>
- Córdova-Alcaráz, A., Rodríguez-Kuri, S. & Díaz-Negrete, D. (2010). Bienestar Subjetivo en jóvenes mexicanos usuarios y no usuarios de drogas. *Revista Internacional de Psicología y Educación*, 12(2), 147-162. Rescatado de <https://www.redalyc.org/comocitar.oi?id=80218376008>
- Costa, P., & McCrae, R. (2008). The revised NEO personality inventory (NEO-PI-R). *The SAGE Handbook of Personality Theory and Assessment*, 2, 179-198. DOI: 10.4135/9781849200479.n9.
- Cuadra, L. & Florenzano, U. (2003). El Bienestar Subjetivo: hacia una Psicología Positiva. *Revista de Psicología*, 12(1), 83-96. Rescatado de <https://www.redalyc.org/pdf/264/26400105.pdf>
- De la Calle Real, M., & Muñoz-Algar, M., J. (2018). Hikikomori: El síndrome de aislamiento social juvenil. *Rev. Asoc. Esp. Neuropsiq*, 38(133), 115-129. Doi: 10.4321/S0211-57352018000100006
- Díaz Llanes, G. (2001). El bienestar subjetivo: Actualidad y perspectivas. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 17(6), 572-579. Recuperado de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-21252001000600011&lng=es&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252001000600011&lng=es&tlng=es).
- Diener, E. (1984). Subjective Well-Being. *Psychological Bulletin*. 95(3), 542-575.

- Diener, E., Emmons, R., Larsen R., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75. <https://doi:10.1207/s15327752jpa490113>
- Diener, E., Larsen R., Levine, S. & Emmons, R. (1985). Intensity and frequency: Dimensions underlying positive and negative affect. *Journal of personality and social psychology*, 48(5), 1253-1265.
- Diener, E., & Ryan, K. (2009). Subjective Well-Being: A General Overview. *South African Journal of Psychology*, 39(4), 391-406. <https://doi.org/10.1177/008124630903900402>
- Diener, E., Suh, E., M., Lucas, R., E., & Smith, H., L. (1999). Subjective Well-Being: Three Decades of Progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276-302.
- Diener, E., Pressman, S., D., Hunter, J., & Delgado-Chase, D. (2017). If, Why, and When Subjective Well-Being Influence Health, and Future Needed Research. *Applied Psychology*, 9(2), 133-167. Doi: 10.1111/aphw.12090.
- Espinosa, M., Navarro, G., & Padrós, F. (2019). Pilotaje del Cuestionario Breve de Satisfacción con la Vida en Adolescentes y Jóvenes (CBSVAJ). A. Zalce-Aceves (Presidente), XXVII Congreso Mexicano de Psicología. Congreso llevado a cabo en Guadalajara, México.
- Espinosa, M., Navarro, G., & Padrós, F. (2019). Estudio piloto del Cuestionario de Rasgos Competitivos en Adolescentes (CRCA). A. Zalce-Aceves (Presidente), XXVII Congreso Mexicano de Psicología. Congreso llevado a cabo en Guadalajara, México.
- Espinosa, M., F. (2012). *Estrés + Entrenamiento=Afrontamiento*. Madrid, España: Editorial Académica Española.
- Franco, I. (2015). *Relación entre el bienestar subjetivo y las aspiraciones de vida en estudiantes de medicina de Lima Metropolitana*. (Tesis de Licenciatura) Universidad peruana de ciencias aplicadas. Perú. Recuperado de [http://repositorioacademico.upc.edu.pe/upc/bitstream/10757/621930/2/Franco\\_E\\_C.pdf](http://repositorioacademico.upc.edu.pe/upc/bitstream/10757/621930/2/Franco_E_C.pdf)
- Fournier, de los Ríos, Orpinas y Piquet-Carneiro. (1999). Estudio Multicéntrico sobre Actitudes y Normas Culturales frente a la Violencia (proyecto ACTIVA):

- metodología. *Revista Panamericana de Salud Pública*, (5), 4-5. Recuperado de <http://iris.paho.org/xmlui/bitstream/handle/123456789/8946/v5n4a2.pdf?sequence=1>
- García, A. (2009). La depresión en adolescentes. *Revista de estudios de juventud*, (84), 85-104. Recuperado de <http://www.injuve.es/sites/default/files/RJ84-07.pdf>
- García-Martin, M. (2002). El bienestar subjetivo. *Escritos de Psicología*, (6), 18-39. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=281674>
- García-Méndez, G. (2005). Estructura factorial del modelo de personalidad de Cattell en una muestra colombiana y su relación con el modelo de cinco factores. *Avances en Medición*, 3(1), 53-72. Recuperado de <https://pdfs.semanticscholar.org/74e9/baddd1b204128956e4b24fcfd482670f396e.pdf>
- García-Naveira, A. (2010). El Psicólogo del deporte en el alto rendimiento: Aportaciones y Retos futuros. *Papeles del Psicólogo*, 31(3), 259-268. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=77815136005>
- García-Naveira, A., & Remor, E. (2010). Motivación de logro, indicadores de competitividad y rendimiento en un equipo de jugadores de fútbol de competición varones entre 14 y 24 años. *Universitas Psychologica*, 10(2), 477-487. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy10-2.mlic>
- García-Naviera, A., & Ruiz, R. (2013). La personalidad del deportista: Una revisión teórica desde la perspectiva de rasgos. *Revista Internacional de Medicina y Ciencia de la Actividad Física y el deporte*, 13(51), 627-645. Recuperado de <https://www.researchgate.net/publication/280484833>
- Gaviria, D. & Castejón, J. (2016). Desarrollo de valores y actitudes a través de la clase de educación física. *Revista da Escola de Educacao Física*, 22(1), 251-262. DOI: 10.22456/1982-8918.53455
- Gómez, V., Villegas, C., Barrera, F., & Cruz, E., J. (2007). Factores predictores de bienestar subjetivo en una muestra colombiana. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 39(2), 311-325. Recuperado de [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0120-05342007000200008&lng=pt&tlng=es](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-05342007000200008&lng=pt&tlng=es)

- Guiapsicología.com, (2019). *Depresión en adolescentes*. Recuperado de <http://guiapsicologia.com/depresion-en-adolescentes/>
- Guillén, F., F. & Vastro, J., C. (1994) Comparación de la personalidad en deportistas, utilizando como instrumento El EPQ de Eysenck. *Revista de psicología del deporte*, 5, 5-14. Recuperado de [https://www.researchgate.net/publication/273917545\\_Comparacion\\_de\\_la\\_personalidad\\_en\\_deportistas\\_y\\_no\\_deportistas\\_utilizando\\_como\\_instrumento\\_el\\_EPQ-A\\_de\\_Eysenck](https://www.researchgate.net/publication/273917545_Comparacion_de_la_personalidad_en_deportistas_y_no_deportistas_utilizando_como_instrumento_el_EPQ-A_de_Eysenck)
- Gurquel, A. (2011). *Tratado de danza clásica basada en la metodología de elongación*. Buenos Aires, Argentina: Balletin Dance.
- Houston, J., Harris, P., McIntire, S., & Francis, D., (2002). Revising the Competitiveness Index using factor analysis. *Psychological reports*, 90(1), 31-34. DOI: 10.2466/PRO.90.1.31-34.
- Huebner, E., S. (1994). Preliminary development and validation of a multidimensional life satisfaction scale for children. *Psychological assessment*, 6(2), 149-158.
- Huebner, E. S. (2004). Research on Assessment of Life Satisfaction of Children and Adolescents. *Social Indicators Research*, 66 (1-2), 3-33.
- Iglesias, J.L. (2013). Desarrollo del adolescente: aspectos físicos, psicológicos y sociales. *Pediatría Integral*, 17(2), 88-93. Recuperado de <file:///E:/88-93%20Desarrollo.pdf>
- Junco, M. L. (2013). *Efectos de la separación maternal periódica sobre la neurogénesis hipocampal y correlatos conductuales en ratas hembras adultas*. Licenciatura en Psicología. (Tesis de Licenciatura no publicada) Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo.
- Laca-Arocena, F., Verdugo-Lucero, J. & Guzmán-Muñiz, J. (2005). Satisfacción con la Vida de algunos colectivos mexicanos: una discusión sobre la psicología del bienestar subjetivo. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 10(2), 325-336. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/292/29210208.pdf>

- Liberalesso-Neri, A. (2002). Bienestar Subjetivo en la vida adulta y en la vejez: hacia una psicología positiva; en América Latina. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 34(1-2), 55-74. Rescatado de: <https://www.redalyc.org/pdf/805/80534205.pdf>
- Li, T. & Wong, P. (2015). Youth social withdrawal behavior (Hikikomori): A systematic review of qualitative and quantitative studies. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 49(7), 595-609. Doi: 10.1177/0004867415581179
- López de la Llave, A. y Pérez-Llantada, M. C., (2006). *Desde la psicología del deporte a la interpretación artística*. Madrid, España. Editorial Thomson- Paraninfo.
- López, C., & López, R., J. (2003). Rasgos de personalidad y conducta antisocial y delictiva. *Psicopatología Clínica legal y Forense*, 3(2), 5-19. Recuperado de <https://masterforense.com/pdf/2003/2003art7.pdf>
- Luna-Bernal, A., Laca-Arocena, F. & Mejía-Ceballos, J. (2011). Bienestar Subjetivo y Satisfacción con la Vida de Familia en Adolescentes mexicanos de bachillerato. *Psicología Iberoamericana*, 19(2), 17-26. Rescatado de <https://www.redalyc.org/pdf/1339/133921440003.pdf>
- Marinovic, M. (2006). La ansiedad escénica en interpretes musicales chilenos. *Revista Musical Chilena*, 60(205), 5-25. <http://dx.doi.org/10.4067/S0716-27902006000100001>
- Marrero-Quevedo, R., J., & Carballeira-Abella, M. (2010). El papel del optimismo y del apoyo social en el bienestar subjetivo. *Salud mental*, 33(1),39-46.Recuperado de [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0185-33252010000100005&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-33252010000100005&lng=es&tlng=es)
- Marth, J. & Newman, I. (1994). *The second-order factor structure of the 16PF: A four factor solution*. Annual meeting of the midwestern educational research association conference. Chicago. Recuperado en: <https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED379349.pdf>
- Medina, Y., & Rodríguez, P. (2011). *Estudio comparativo del bienestar psicológico y tipos de contratación en una empresa colombiana*. (Tesis de Grado) Pontificia Universidad Javeriana, Colombia. Rescatado de

<https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/8036/tesis142.pdf?sequence=1>

Monjas-Aguado, R., Ponce-Garzarán, A., & Gea-Fernández, J., (2015). La transmisión de valores a través del deporte. Deporte escolar y deporte federado: relaciones, puentes y posibles transferencias. *Retos*, 28, 276-284. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5147806>

Moscovici, S. (1984). *Psicología Social I: Influencia y cambio de actitudes individuos y grupos*. Barcelona, España: Ediciones Paidós, S.A.

Moyano-Díaz, E., & Ramos-Alvarado, N. (2007). Bienestar subjetivo: midiendo satisfacción vital, felicidad y salud en población chilena de la Región Maule. *Universum*, 22(2), 177-193. Doi: 10.4067/S0718-23762007000200012

Omar, A., Paris, L., Aguiar, M., Almeida, S. & Del Pino, R. (2009) Validación del Inventario de Bienestar Subjetivo con muestras de jóvenes y adolescentes argentinos, brasileños y mexicanos. *Suma Psicológica*, 16 (2), 69-84. Recuperado de <http://www.redalyc.org/html/1342/134213131006/>

Oriola, S., Gustems, J. y Filella, G. (2018). Las bandas y corales juveniles como recurso para el desarrollo integral de los adolescentes. *Revista Electrónica Complutense de Investigación en Educación Musical*, 15, 153-173. Doi: [10.5209/RECIEM.58813](https://doi.org/10.5209/RECIEM.58813)

Oyandel, J., Alfaro, J. & Mella, C. (2015). Bienestar Subjetivo y Calidad de Vida en la Infancia en Chile. *Revista latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 13(1), 313-327. Doi: 10.11600/1692715x.13118040414

Pinos-Abad, G., Pinos-Vélez, V., Palacios-Cordero, M., López-Alvarado, S., Castillo-Núñez, J., Ortiz-Ochoa, W., Jerves-Hermida, E. & Enzlin, P. (2017). Conocimientos y actitudes hacia la sexualidad y educación sexual en docentes de colegios públicos. *Actualidades Investigativas en Educación*, 17(2), 1-22. DOI: <http://dx.doi.org/10.15517/aie.v17i2.28671>

Pulido-Pedrero, S., de la Vega-Marcos, R. & Fuentes-García, J., (2020). Motivación de logro en deportistas de combate de élite: Evaluación objetiva computarizada. *Revista de Psicología del Deporte*, 29(1), 75-82. Recuperado de [https://ddd.uab.cat/pub/revpsidep/revpsidep\\_a2020v29n1/revpsidep\\_a2020v29n1p75.pdf](https://ddd.uab.cat/pub/revpsidep/revpsidep_a2020v29n1/revpsidep_a2020v29n1p75.pdf)

- Queral, R. & Miró, J. (2014). Las Escalas PANAS de afectos positivos y negativos: Nuevos datos de su uso en personas mayores. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 19(1), 15-21. Recuperado de [http://www.aepcp.net/arc/02\\_2014\\_n1\\_nolla\\_queral\\_miro.pdf](http://www.aepcp.net/arc/02_2014_n1_nolla_queral_miro.pdf)
- Reigal-Garrido, R., Videra-García, A., Parra-Flores, J., & Juárez-Ruiz de Mier, R. (2012). Actividad físico deportiva, autoconcepto físico y bienestar psicológico en la adolescencia. *RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (22), 19-23. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/3457/345732288005.pdf>
- Robles, R., & Páez, F. (2003). Estudio sobre la traducción al español y las propiedades psicométricas de las escalas de afecto positivo y negativo (PANAS). *Salud Mental*, 26(1), 69-75. Recuperado de <https://www.medigraphic.com/pdfs/salmen/sam-2003/sam031h.pdf>
- Ruiz-Barquín, R. (2005). Análisis de las diferencias de personalidad en el deporte de judo a nivel competitivo en función de la variable sexo y categoría de edad deportiva. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 5(1y2), 29-48. Recuperado de <file:///C:/Users/Toshiba/Downloads/93381-Texto%20del%20art%C3%ADculo-378131-1-10-20100127.pdf>
- Russell, J.A. & Carroll, J.M. (1999). On the bi-polarity of positive and negative affect. *Psychological Bulletin*, 125(1), 3-30. doi:10.1037/0033-2909.125.1.3
- Ruvalcaba, N., Gallegos, J., Borges, A. & González, N. (2017). Extracurricular activities and group belonging as protective factor in adolescence. *Psicología Educativa*, 23(1), 45-51. Doi: 10.1016/j.pse.2016.09.001
- Salavera, C. & Usán, P. (2019). Propiedades Psicométricas del Cuestionario QEWB de Bienestar Eudaimónico en Adolescentes. *Psicología Educativa*, 25(2), 139-146. Recuperado de <https://www.doi.org/10.5093/psed2019a3>
- Salessi, S., & Omar, A. (2017). Comportamientos proactivos en el trabajo: una puesta al día. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 9(3), 82-103. Recuperado de [https://ri.conicet.gov.ar/bitstream/handle/11336/78451/CONICET\\_Digital\\_Nro.26a\\_df852-0288-41c7-98c1-404378eb3ed4\\_A.pdf?sequence=2](https://ri.conicet.gov.ar/bitstream/handle/11336/78451/CONICET_Digital_Nro.26a_df852-0288-41c7-98c1-404378eb3ed4_A.pdf?sequence=2)
- Shin, D., C., & Johnson, D., M. (1978). Avowed happiness as an overall assessment of the

- quality of life. *Social Indicators Research*, 5, 475-492. Recuperado de <https://doi.org/10.1007/BF00352944>
- Sanjuán, P., & Ávila, M. (2016). Afrontamiento y motivación como predictores del bienestar subjetivo y psicológico. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 21(1), 1-10. Doi: 10.5944/rppc.vol.21.num.1.2016.15401 [www.aepcp.net](http://www.aepcp.net).
- Silva-Diverio, I. (2007). *La adolescencia y su interrelación con el entorno*. Madrid, España. Instituto de la juventud.
- Singer, B., H., Friedman, E., M., Hayney, M., Love, G., D., & Ryff, C., D. (2007). *Health Psychology*, 26(3), 305-313. Doi: 10.1037/0278-6133.26.3.305
- Toribio-Pérez, L., González Arratia-López Fuentes, N., Valdez-Medina, J, González-Escobar, S., & Van Barneveld, H. (2012). Validación de la Escala de Felicidad de Alarcón para adolescentes mexicanos. *Psicología Iberoamericana*, 20(1), 71-79. Rescatado de <https://www.redalyc.org/pdf/1339/133924623008.pdf>
- Tutte, V., Reche, C., Álvarez, V. (2020). Evaluación e intervención psicológica en jugadoras de hockey sobre hierba femenino. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 20(1), 62-74. Doi: 10.6018/cpd.406651
- Vázquez, C. (2006). La psicología positiva en perspectiva. *Papeles del Psicólogo*, 27(1), 1-2. Rescatado de <https://www.redalyc.org/pdf/778/77827101.pdf>
- Veenhoven, R. (2005). Lo que sabemos de la felicidad. *Calidad de Vida y Bienestar Subjetivo en México* (pp. 17-55). México, D.F.: Plaza y Valdez S.A de C.V.
- Vera, J. A. (2011). Variables asociadas al bienestar subjetivo en jóvenes universitarios, brasileños y mexicanos. *Revista Psicología e Saúde*. 3 (2), 13-22. Recuperado de <https://www.researchgate.net/publication/284032540>
- Vera, J., Yañez, A., Grubits, S., & de Albuquerque, F. (2011). Variables Asociadas al Bienestar Subjetivo en Jóvenes Universitarios de México y Brasil. *Revista Psicología e Saúde*, 3(2), 13-22. Recuperado de <https://www.ciad.mx/archivos/desarrollo/publicaciones/PUBLICACIONES/Produccion%20Academica/Articulos/2012/181.pdf>
- Vera-Noriega, J., Laborín-Álvarez, J., F., Córdova-Moreno, M., A., & Parra-Armenta, E., M. (2007). Bienestar subjetivo: comparación en dos contextos culturales. *Psicología para América Latina*, (11). Recuperado de

[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1870-350X2007000300014&lng=pt&tlng=es](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-350X2007000300014&lng=pt&tlng=es)

Vera-Noriega, J., & Tanori-Aquilar, C., B. (2002). Propiedades psicométricas de un instrumento para medir bienestar subjetivo en la población mexicana. *Apuntes de Psicología*, 20, (1), 5-20. Rescatado de [https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/46074081/vol20\\_1\\_5.pdf?AWSAccessKeyId=AKIAIWOWYYGZ2Y53UL3A&Expires=1523170428&Signature=b2J24P%2FnZeuzJS2zjHBOTNdVHw%3D&response-content-disposition=inline%3B%20filename%3DPropiedades\\_psicomtricas\\_de\\_un\\_instrumente.pdf](https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/46074081/vol20_1_5.pdf?AWSAccessKeyId=AKIAIWOWYYGZ2Y53UL3A&Expires=1523170428&Signature=b2J24P%2FnZeuzJS2zjHBOTNdVHw%3D&response-content-disposition=inline%3B%20filename%3DPropiedades_psicomtricas_de_un_instrumente.pdf)

Verdugo-Lucero, J., Ponce de León-Pagaza, B., Guardado-Llamas, R., Meda-Lara, R., Uribe-Alvarado, J. & Guzmán-Muñiz, J. (2013). Estilos de afrontamiento al estrés y bienestar subjetivo en adolescentes y jóvenes. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 11(1), 79-91. Rescatado de <http://www.scielo.org.co/pdf/rlcs/v11n1/v11n1a05.pdf>

Videra-García, A., & Reigal-Garrido, R. (2013). Autoconcepto físico, percepción de salud y satisfacción vital en una muestra de adolescentes. *Anales de Psicología*, 29(1), 141-147. <https://dx.doi.org/10.6018/analesps.29.1.132401>

Wilson, G. & Hargreaves, A., C. (1997). Performance Anxiety. *The Social Psychology of Music*. Oxford: Oxford University Press, 3, 229-248.

Zavala-Pérez, G., Ramírez-Santiago, M. & Hernández-Medero, M. (2020). El síndrome de desgaste profesional en estudiantes de internado médico de pregrado desde la mirada de género. UPIICSA. *Investigación Interdisciplinaria*, 6(1). Recuperado de <http://www.ruii.ipn.mx/index.php/RUII/article/view/75>

Zubieta, E., Muratori, M., & Fernandez, O. (2012). Bienestar subjetivo y psicosocial: explorando diferencias de género. *Salud & Sociedad: investigaciones en psicología de la salud y psicología social*, 3(1), 66-76. Recuperado de [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0718-74752012000100005&lng=pt&tlng=es](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-74752012000100005&lng=pt&tlng=es).

**Anexos.**

**UNIVERSIDAD MICHOACAN DE SAN NICOLÁS DE HIDALGO**

**FACULTAD DE PSICOLOGÍA**

**Por favor lea la siguiente información:**

La siguiente batería de pruebas pretende recolectar información para el estudio del Bienestar Subjetivo en edades tempranas. Para la realización del estudio será necesario aplicar algunos cuestionarios. Los resultados que se obtengan serán sometidos a diferentes análisis estadísticos. Por cuanto solicitamos su participación de forma consciente y voluntaria. En todo momento se guardará el anonimato de los datos obtenidos de sus cuestionarios, por lo que se respeta la total confidencialidad de los participantes. Los resultados que se obtengan serán publicados en revistas científicas, pero en ningún momento se revelarán los datos personales de quienes participen en el estudio.

Después de haber leído y comprendido el objetivo del estudio, doy mi conformidad para participar en él.

**Lugar y fecha:**..... de ..... de  
201.....

**Firma** \_\_\_\_\_

**Sexo**\_\_\_\_\_ **Edad**\_\_\_\_\_

**Escuela**\_\_\_\_\_

**Actividad Extracurricular**\_\_\_\_\_

**Años de experiencias:** más de 3 años ( ), menos de 3 años ( )

**UNIVERSIDAD MICHOACAN DE SAN NICOLÁS DE HIDALGO**

**FACULTAD DE PSICOLOGÍA**

**Por favor lea la siguiente información:**

La siguiente batería de pruebas pretende recolectar información para el estudio del Bienestar Subjetivo en edades tempranas. Para la realización del estudio será necesario aplicar algunos cuestionarios. Los resultados que se obtengan serán sometidos a diferentes análisis estadísticos. Por cuanto solicitamos su participación de forma consciente y voluntaria. En todo momento se guardará el anonimato de los datos obtenidos de sus cuestionarios, por lo que se respeta la total confidencialidad de los participantes. Los resultados que se obtengan serán publicados en revistas científicas, pero en ningún momento se revelarán los datos personales de quienes participen en el estudio.

Después de haber leído y comprendido el objetivo del estudio, doy mi conformidad para participar en él.

**Lugar y fecha:**..... de ..... de 201.....

**Firma** \_\_\_\_\_

**Sexo** \_\_\_\_\_ **Edad** \_\_\_\_\_

**Escuela** \_\_\_\_\_

**Está vinculado/a usted a alguna actividad extracurricular a la cual le dedique más de 6 horas a la semana:**

**Si ( ) o No ( )**

<b>Afirmación</b>	<b>SI</b>	<b>NO</b>
<b>Está vinculado/a usted a alguna actividad extracurricular a la cual le dedica más de 6 horas a la semana:</b>		

## Cuestionario de Rasgos Competitivos en Adolescentes (CRCA)

### Por favor lea la siguiente información:

A continuación, le ofrecemos un grupo de preguntas relacionadas con la presencia de Rasgos Competitivos en adolescentes. Esperamos respuestas rápidas en consonancia con lo que usted decida. Las respuestas no son “buenas” o “malas”. Recuerde responder todas las preguntas, lo cual no le tomará mucho tiempo.

<b>N</b>	<b>Afirmación</b>	<b>Nunca 0</b>	<b>Casi Nunca 1</b>	<b>Casi siempre 2</b>	<b>Siempre 3</b>
<b>1</b>	Disfruto sobresalir en las actividades que realizo.				
<b>2</b>	Temo mucho perder cuando compito.				
<b>3</b>	Necesito que los demás reconozcan mi capacidad.				
<b>4</b>	Me preparo mucho para ser el/la mejor.				
<b>5</b>	Siento un gran orgullo cuando soy el/la mejor haciendo una actividad.				
<b>6</b>	Lo paso muy mal cuando no soy el/la mejor.				
<b>7</b>	Dedico mucho tiempo a mi preparación para sobresalir.				
<b>8</b>	Siento necesidad de competir con los demás.				
<b>9</b>	Disfruto mucho al ganar.				
<b>10</b>	No ser el/la mejor me angustia.				
<b>11</b>	Deseo que mis profesores/entrenadores me reconozcan por mi buen desempeño.				
<b>12</b>	Mi preparación para ser el/la mejor es lo más importante.				
<b>13</b>	Soy competitivo/a.				
<b>14</b>	Ser el/la mejor en lo que hago es una				

	sensación muy gratificante para mí.				
<b>15</b>	Me siento muy mal cuando pierdo.				
<b>16</b>	Hago un gran esfuerzo para ganar/destacar.				
<b>17</b>	Siempre estoy dispuesto/a a competir.				
<b>18</b>	Disfruto mucho al ser el/la mejor.				
<b>19</b>	Me molesta mucho no ganar.				
<b>20</b>	Es importante ser reconocido como el/la mejor.				
<b>21</b>	Le dedico mucho tiempo a mi preparación porque es fundamental para lograr mis metas.				
<b>22</b>	Tiendo a ser competitivo/a.				
<b>23</b>	Cuando sobresalgo siento una gran satisfacción.				
<b>24</b>	No ser el/la mejor me frustra.				
<b>25</b>	Ser el/la mejor en mi desempeño es algo que disfruto.				
<b>26</b>	Enfrento cada tarea pensando en ser reconocido(a) por los demás.				

## CUESTIONARIO PANASN

### Cuestionario PANASN para niños y adolescentes (PANASN)

Bonifacio Sandín, 1997

**Instrucciones:** A continuación, se indican algunas frases que las adolescentes utilizan para describirse a sí mismas. Lee detenidamente cada frase y marca cada una de ellas con una **X** en el espacio correspondiente a una de las tres alternativas: **Nunca, A veces, o Muchas veces.**

No	Pregunta	Clasificación		
		NUNC A	A VECE S	MUCHAS VECES
1	Me intereso por la gente y por las cosas.			
2	Me siento tenso(a), agobiado(a) con sensación de estrés.			
3	Soy una persona animada, suelo emocionarme.			
4	Me siento disgustado(a) o molesto(a).			
5	Siento que tengo vitalidad y energía.			
6	Me siento culpable.			
7	Soy un chico(a) asustadizo(a).			
8	Estoy enfadado(a) o furioso(a).			
9	Me entusiasmo (por cosas personales, etc.).			
10	Me siento orgulloso(a), satisfecho(a), de algo.			
11	Tengo mal humor (Me altero o irrito).			
12	Soy un chico(a) despierto(a), despabilado(a).			
13	Soy vergonzoso(a).			
14	Me siento inspirado(a).			
15	Me siento nervioso(a).			
16	Soy un chico(a) decidido(a).			
17	Soy una persona atenta, esmerada.			
18	Siento sensaciones corporales de estar intranquilo(a) o preocupado(a).			
19	Soy un chico(a) activo(a).			
20	Siento miedo.			

### **Cuestionario Breve de “Satisfacción con la Vida” en adolescentes y jóvenes (CBSVAJ)**

A continuación, le ofrecemos un breve cuestionario conformado por preguntas relacionadas con su satisfacción por la vida. Las preguntas son sencillas, esperando respuestas rápidas en consonancia con lo que tú decidas. Recuerde responder todas las preguntas, lo cual le tomará menos de diez minutos.

N		<b>Nunca 0</b>	<b>Casi Nunca 1</b>	<b>Casi siempre 2</b>	<b>Siempre 3</b>
1	Estoy satisfecho con mis logros hasta ahora				
2	Estoy satisfecho con la familia que tengo				
3	Mis amigos me aceptan como soy				
4	Me siento satisfecho con las clases que recibo				
5	Estoy satisfecho con mi imagen corporal				
6	Tengo una relación satisfactoria con mi familia				
7	Estoy satisfecho de los amigos que tengo				
8	Me satisface mi rendimiento escolar				
9	Me agrada mi familia				
10	Tengo relaciones de amistad satisfactorias				
11	En mi familia existe mucha armonía				
12	Mis amistades son muy importantes en mi vida				
13	Me siento muy satisfecho como persona				
14	Estoy satisfecho con el ejemplo que mis padres representan para mí				
15	El tiempo que paso con mis amigos me satisface				
16	El tiempo que paso en la escuela es satisfactorio				
17	Estoy satisfecho con mi forma de ser				
18	Me gusta ir a la escuela				