

## El rol de la familia en el bienestar de adolescentes

### *The role of the family in the well-being of adolescents*

Marisol Morales Rodríguez

Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo

[marisolmoralesrodriguez@gmail.com](mailto:marisolmoralesrodriguez@gmail.com)

<http://orcid.org/0000-0002-3829-4951>

### Resumen

Introducción. En la adolescencia ocurren diversas transformaciones que impactan tanto en las relaciones familiares como en el bienestar personal. Objetivo. Determinar, desde la perspectiva del adolescente, la influencia que tiene la comunicación familiar en su bienestar. La hipótesis plantea que cuanto mejor es la comunicación familiar mayor bienestar manifiestan los adolescentes. Método. Se empleó una metodología cuantitativa, con un diseño no experimental de alcance descriptivo-correlacional. La muestra elegida, a partir de un muestreo no aleatorio intencional, fue de 476 adolescentes. Para medir el bienestar se optó por los indicadores de bienestar subjetivo, bienestar social y estabilidad emocional. Los instrumentos utilizados fueron los siguientes: escala de bienestar subjetivo, versión corta (EBS-8) de Calleja y Mason (2020); escala de estabilidad emocional (Li *et al.*, 2012; Li y Ahlstrom, 2016); escala de comunicación familiar (Olson *et al.*, 2006), y escala de bienestar social (Blanco y Díaz, 2005; Keyes, 1998), las cuales fueron aplicadas previo consentimiento informado de los padres. Los datos se analizaron con medidas de tendencia central, coeficiente de correlación de Pearson y regresión lineal. Resultados. Los hallazgos muestran que la mayoría de la población participante concibe la comunicación familiar como favorable. Además, el análisis correlacional mostró una relación positiva moderada entre comunicación familiar y bienestar subjetivo, mientras que con estabilidad emocional se hallaron correlaciones bajas y positivas, y con bienestar social las correlaciones fueron escasas. El análisis de regresión lineal reveló que de la variable *comunicación familiar* predice el 23 % de variabilidad del bienestar subjetivo, mientras que el resto presenta coeficientes bajos. Conclusiones. Se concluye que los participantes conciben la comunicación familiar como positiva; además, se predice el bienestar subjetivo, aunque no el bienestar social. En definitiva, cuanto mejor es la comunicación familiar mayor es la

satisfacción con la vida, lo que a su vez otorga mayor estabilidad emocional en los adolescentes.

**Palabras clave:** bienestar subjetivo, bienestar social, estabilidad emocional, comunicación familiar, adolescentes.

## **Abstract**

Introduction. Adolescence is the period in which various transformations occur, among which those related to the family and personal well-being stand out. Aim. Determine the degree of family communication and the influence it exerts on well-being from the perspective of the adolescent. The hypothesis proposes that the better the family communication, the greater well-being manifested by adolescents. Method. It was based on a quantitative methodology, a non-experimental design with a descriptive-correlational scope. The sample chosen under an intentional non-random sampling was 476 adolescents. To measure well-being, the indicators of subjective well-being, social well-being and emotional stability were chosen. The instruments used were: Subjective Well-Being Scale, short version (EBS-8) by Calleja and Mason (2020). Emotional Stability Scale (Li et al., 2012; Li and Ahlstrom (2016), Family Communication Scale (Olson et al., 2006), Social Well-being Scale (Keyes, 1998; Blanco & Díaz, 2005); such were applied prior informed consent of the parents. The data were analyzed with measures of central tendency, Pearson's correlation coefficient and linear regression. Results. The findings show that the majority of the participating population conceives family communication as favorable. The correlational analysis showed a moderate positive relationship between family communication and subjective well-being mainly, with emotional stability they are low and positive correlations, and with social well-being they are rather scarce. The linear regression analysis revealed that the family communication variable predicts 23% of well-being variability subjective, the rest present low coefficients. Conclusions. It is concluded that the participants conceive family communication as positive, and it also predicts subjective well-being, but not social well-being. The better the family communication, the greater the satisfaction with life, and the greater emotional stability in adolescents.

**Keywords:** Subjective well-being, Social well-being, Emotional stability, Family communication, Adolescents.

**Fecha Recepción:** Enero 2023

**Fecha Aceptación:** Julio 2023

## **Introducción**

La adolescencia es un periodo de la vida que, por una parte, requiere ajustes constantes debido a las profundas transformaciones que genera, pero, al mismo tiempo, representa una oportunidad para el crecimiento personal, lo cual se manifiesta a través del bienestar, constructo teórico que ha sido estudiado desde dos perspectivas principales: un enfoque hedonista, centrado en la búsqueda de la felicidad, la obtención del placer y la evitación del dolor; y un enfoque eudaimónico, enfocado en el desarrollo humano y autorrealización, es decir, en la medida en que un individuo se siente pleno.

Posteriormente, surgieron concepciones del bienestar orientadas hacia las cualidades de un ser humano maduro, su autorrealización y su funcionamiento pleno (Ryan y Deci, 2001, citados por Gutiérrez-Carmona y Urzúa, 2019). Por eso, Díaz y Sánchez (2002) definen el bienestar psicológico como la evaluación que las personas hacen de sus vidas, para lo cual incorpora tanto una dimensión cognitiva como una afectiva.

Ahora bien, aunque los planteamientos anteriores pueden ser acertados, no se puede pensar que el sentimiento de bienestar general se adhiere a una sola teoría, pues también se debe considerar el grado de bienestar percibido por una persona, lo cual constituye un indicador de su salud mental o psicológica. Esta, a su vez, no se refiere solo a la ausencia de trastornos, ya que también abarca una realidad basada en el constructo de personalidad “saludable” (Fierro y Rando, 2007).

Por eso, en el presente trabajo se abordó el tema del bienestar tomando en cuenta los componentes de bienestar subjetivo y bienestar social, así como el componente afectivo de la estabilidad emocional.

El bienestar subjetivo, y en particular el componente cognitivo, está estrechamente vinculado con la satisfacción por la vida, y también se ha asociado con la salud mental de los adolescentes. De hecho, se ha observado que una alta satisfacción con la vida se relaciona positivamente con la salud física y mental, lo que a su vez puede determinar una menor probabilidad de involucrarse en conductas de riesgo (Benavente *et al.*, 2018).

Por eso, tradicionalmente, se ha considerado que el bienestar subjetivo tiene que ver con lo que las personas piensan y sienten acerca de sus vidas, y con las conclusiones afectivas y cognitivas a las que llegan al evaluar su existencia. Esta, por tanto, es una estimación subjetiva y global que las personas hacen de su propia vida (Cuadra y Florenzano, 2003; Tarazona, 2005).

Sin embargo, una concepción más contemporánea del bienestar se refiere a la capacidad para enfrentar nuevos desafíos, el desarrollo personal y la iniciativa para alcanzar

objetivos con excelencia. Según esta perspectiva, el concepto de bienestar se vincula con las relaciones interpersonales y sociales, así como con los recursos y el funcionamiento social (Chacón-Cuberos, 2020). Por lo tanto, está directamente relacionado con otra dimensión que ha sido considerada como parte del mismo constructo: el bienestar social.

El bienestar social surge a partir de las críticas de Keyes (1998) a estas tradiciones, quien destaca la importancia de los determinantes sociales en la salud mental. Esta perspectiva se basa en lo propuesto por Dewey y Durkheim, quienes resaltan que el bienestar social parte del orden social en el cual todas las personas alcanzan logros específicos de acuerdo a su edad, lo que favorece el desarrollo tanto individual como social (Actis di Pasquale, 2017).

Por su parte, para Chacón-Cuberos (2020) el bienestar social abarca las experiencias vividas por cada individuo en la sociedad, las cuales divide en cinco dimensiones: integración social, que refleja cómo una persona se relaciona con los demás y la calidad de estas relaciones; aceptación social, vinculada con el sentimiento de pertenencia a grupos sociales y comunidades; contribución social, capacidad de una persona para llevar a cabo acciones que contribuyan al bienestar general; actualización social, concepción sobre el dinamismo que presenta la sociedad, y coherencia social, que se refiere a la capacidad de comprender la dinámica social y la preocupación por entender lo que sucede en la vida cotidiana desde una perspectiva social.

Sumada a estas dimensiones, se puede mencionar la gestión de las emociones, aspecto esencial para llevar una vida satisfactoria en diversos contextos. Esta se refiere a un conjunto de constructos emocionales que confluyen en lo que se conoce como *estabilidad emocional*, es decir, las disposiciones relativamente estables de las personas en relación con su capacidad para mantener su equilibrio después de una experiencia emocionalmente desafiante, sin requerir la intervención de fuerzas externas específicas (Li *et al.*, 2012, citado por Gracia *et al.*, 2016).

Esta disposición emocional se compone de dos dimensiones: umbral de alteración emocional, que describe la sensibilidad para experimentar estados emocionales alterados, y resiliencia emocional, que se refiere al tiempo necesario para recuperarse de una experiencia cargada de emociones negativas (Gracia *et al.*, 2016; Li y Ahlstrom, 2016).

Como se puede observar, el bienestar es un constructo que abarca no solo aspectos internos y personales, sino también elementos surgidos de la interacción entre el individuo y su entorno social. Por esta razón, es fundamental considerar que diversas variables, como la familia, pueden predecir este bienestar.

En efecto, la familia desempeña un papel significativo en la vida de una persona, pues constituye el principal contexto de socialización y el espacio donde el individuo pasa la mayor parte de su existencia, incluso durante la adolescencia, época en la cual suele haber un distanciamiento entre padres e hijos debido a que estos últimos empiezan a buscar su autonomía.

En este contexto, la comunicación familiar desempeña un papel fundamental, la cual se refiere al “intercambio de información sobre pensamientos, sentimientos, emociones, actividades y necesidades que puede surgir de forma respetuosa, cordial, afable y empática entre los integrantes de una familia, dependiendo de su historia” (Garrido *et al.*, 2019, p. 253). Este factor, por lo tanto, se convierte en un predictor significativo del bienestar en adolescentes.

Por todo lo anterior, el objetivo de este estudio fue determinar el nivel de comunicación familiar y su influencia en el bienestar percibido por los adolescentes. Para ello, la hipótesis formulada fue la siguiente: cuanto mejor sea la comunicación familiar mayor será el bienestar experimentado por los adolescentes.

## **Método**

El presente estudio se basó en una metodología cuantitativa, con diseño no experimental de alcance descriptivo-correlacional.

## **Participantes**

La muestra fue elegida utilizando un muestreo no aleatorio intencional, y estuvo conformada por 476 adolescentes de secundarias públicas ubicadas en la periferia de la ciudad de Morelia, Michoacán, con edad promedio de 13.2 años. El 51.4 % fueron hombres y el 48.6 % mujeres.

## Instrumentos

Para medir el bienestar subjetivo, la estabilidad emocional y el bienestar social de los adolescentes, se utilizaron los siguientes instrumentos:

1. Escala de bienestar subjetivo, versión corta (EBS-8) de Calleja y Mason (2020). El bienestar subjetivo ha sido definido como la satisfacción general que surge de la evaluación de la experiencia global de la propia vida y un estado anímico positivo. Esta escala estuvo integrada por 8 de los 20 reactivos de la EBS-20: cuatro de ellos corresponden a la dimensión *satisfacción con la vida* y cuatro a *afecto positivo*. El modelo de un solo factor se ajusta correctamente, por lo que se considera una escala unifactorial; las opciones de respuesta fueron tipo Likert de 6 puntos (1 = “En desacuerdo”; 2 = “Ni de acuerdo ni en desacuerdo”; 3 = “Ligeramente de acuerdo”; 4 = “De acuerdo”; 5 = “Muy de acuerdo”; 6 = “Totalmente de acuerdo”). El índice de confiabilidad fue de  $\alpha = .968$ .
2. Escala de estabilidad emocional (Li *et al.*, 2012) validada por Li y Ahlstrom (2016). Esta cuenta con dos dimensiones: la primera es *umbral de alteración o trastorno emocional*, y está compuesta por cuatro ítems en los que se les pregunta a los participantes si experimentan emociones negativas fácilmente. La escala de respuesta es de tipo Likert de 1 a 6 (totalmente en desacuerdo/totalmente de acuerdo). El coeficiente alfa de Cronbach de esta dimensión fue de .73. La segunda dimensión es *resiliencia emocional*, y está constituida por seis ítems que miden si es rápida la recuperación tras experimentar emociones negativas. La escala de respuesta es tipo Likert de 1 a 6 (totalmente en desacuerdo/totalmente de acuerdo). El coeficiente alfa de Cronbach de esta dimensión fue de .85.
3. Escala de comunicación familiar (Olson *et al.*, 2006). Esta escala unifactorial está conformada por 10 ítems de tipo Likert de cinco alternativas (1 = “Extremadamente insatisfecho”; 2 = “Generalmente insatisfecho”; 3 = “Indeciso”; 4 = “Generalmente satisfecho”, y 5 = “Extremadamente satisfecho”). Además, contemplan solo las habilidades positivas de la comunicación (mensajes claros y congruentes, empatía, frases de apoyo, habilidades efectivas de resolución de problemas) entre todos los miembros del sistema familiar (Olson y Barnes, 2010). Esta versión de la escala ha sido adaptada a distintos países y poblaciones, y es ampliamente utilizada en investigaciones basadas en el modelo circuplejo. El índice de fiabilidad del alfa de Cronbach fue de .90.
4. Escala de bienestar social (Blanco y Díaz, 2005; Keyes, 1998). Esta mide el bienestar que condensa las tradiciones existentes, es decir, da cuenta de los elementos de la

salud mental que provienen del mundo social en el cual están insertos los individuos. Está conformada por 26 ítems dimensionados en 5 factores: integración social, aceptación social, contribución social, autoactualización social y coherencia social. Además, presenta una escala de Likert de 4 puntos y el índice de consistencia interna es de .73.

## **Procedimiento**

Los instrumentos fueron aplicados de manera colectiva dentro de las aulas, previo consentimiento informado de los padres. Igualmente, se consideraron los criterios de confidencialidad de la información y el anonimato de los participantes. Posteriormente, los datos fueron examinados mediante un análisis de frecuencias, para lo cual se emplearon las medidas de tendencia central, coeficiente de correlación de Pearson y regresión lineal.

## **Resultados**

A continuación, se presentan por niveles los datos descriptivos relacionados con la variable *comunicación familiar*. En estos se nota que los adolescentes se ubican en los niveles medio-alto, lo que significa que conciben la comunicación en su familia como favorable (tabla 1).

**Tabla 1.** Distribución de comunicación familiar por niveles

	Muy alto	Alto	Medio	Bajo	Muy bajo	Total
Comunicación familiar	14.1	27.5	39.3	15.5	2.0	100 %

Nota: n = 337.

Fuente: Elaboración propia

Como respuesta al objetivo general, se presentan los resultados de la estimación del modelo final de regresión lineal, donde se destaca un coeficiente de determinación del 23 % explicado por el bienestar subjetivo. El resto de los elementos considerados dentro del bienestar muestran coeficientes bajos, aunque significativos estadísticamente (tablas 2 y 3).

**Tabla 2.** Resumen del modelo de regresión lineal para las dimensiones de bienestar a nivel personal

	Modelo	R	R <sup>2</sup>	R corregida	Error de la estimación
Bienestar subjetivo	1	.470 <sup>a</sup>	.231	.222	6.015
Umbral alteración emoc.		.260 <sup>a</sup>	.068	.065	3.607
Resiliencia emocional		.261 <sup>a</sup>	.068	.065	5.421

a. Variable predictora: Familia

Fuente: Elaboración propia

**Tabla 3.** Resumen del modelo de regresión lineal para las dimensiones de bienestar social

	Modelo	R	R <sup>2</sup>	R corregida	Error de la estimación
Integración social	1	.316 <sup>a</sup>	.100	.097	3.285
Aceptación social		.210 <sup>a</sup>	.044	.041	4.063
Contribución social		.179 <sup>a</sup>	.032	.029	2.557
Actualización social		.097 <sup>a</sup>	.009	.006	1.908
Coherencia social		.235 <sup>a</sup>	.055	.052	2.690

a. Variables predictoras: autoeficacia, resiliencia

Fuente: Elaboración propia

Las betas estandarizadas confirman el modelo aplicado, pues son estadísticamente significativas. El bienestar personal y social, incluyendo la estabilidad emocional, son predichos por la comunicación familiar, aunque su poder predictivo es bajo en bienestar social y en estabilidad emocional (tablas 4 y 5).

**Tabla 4.** Estimación del modelo aplicado a bienestar personal

Modelo	Coeficientes no estandarizados		Coeficientes tipificados	t	Sig.
	B	Error típ.	Beta		
Bienestar subjetivo	.341	.035	.470	9.743	.000
Umbral alteración emoc.	.103	.021	.260	4.926	.000
Resiliencia emocional	.156	.032	.261	4.946	.000

a. Variable dependiente: bienestar subjetivo

Fuente: Elaboración propia

**Tabla 5.** Estimación del modelo aplicado a bienestar social

Modelo		Coeficientes no estandarizados		Coeficientes tipificados	t	Sig.
		B	Error típ.	Beta		
	Integración social	.117 <sup>a</sup>	.019	.316	6.095	.000
	Aceptación social	.093 <sup>a</sup>	.024	.210	3.032	.000
	Contribución social	.050 <sup>a</sup>	.015	.179	3.338	.001
	Actualización social	.020 <sup>a</sup>	.011	.097	1.778	.076
	Coherencia social	.069 <sup>a</sup>	.016	.235	4.423	.000

a. Variable dependiente: bienestar subjetivo

Fuente: Elaboración propia

Las correlaciones halladas confirman los datos anteriores, es decir, bienestar subjetivo se asocia moderada y positivamente con comunicación familiar, mientras que con estabilidad emocional mantiene correlaciones positivas pequeñas, y con bienestar social las correlaciones positivas y pequeñas se presentan solo en algunas de sus dimensiones (tablas 6 y 7).

**Tabla 6.** Matriz de correlaciones entre comunicación familiar y bienestar personal

	Bienestar subjetivo	Umbral alteración emoc.	Resiliencia emocional
Comunicación familiar	.470*	.260**	.261**

Nota: \*\*p < .01

Fuente: Elaboración propia

**Tabla 7.** Matriz de correlaciones entre comunicación familiar y bienestar social

	Integración social	Aceptación social	Contribución social	Actualización social	Coherencia social
Comunicación familiar	.316**	.210**	.179**	.097	.235**

Nota: \*\*p < .01

Fuente: Elaboración propia

## **Discusión**

Los hallazgos muestran que, en general, los adolescentes tienen una percepción positiva de la comunicación familiar, pues la mayoría la califica en niveles medio-altos, con una inclinación hacia el nivel alto. Este hallazgo fue poco esperado, dado que la adolescencia es una etapa caracterizada por cambios significativos y la búsqueda de independencia de la familia.

De hecho, según los resultados, los participantes perciben que en sus familias prevalece una comunicación positiva y abierta. Al respecto, téngase en cuenta que la comunicación familiar abierta se define por su espontaneidad y su capacidad para crear un ambiente cálido a través de la escucha activa y la aceptación, mientras que la comunicación ofensiva se caracteriza por la dureza verbal, es decir, insultos y gritos humillantes (Castro *et al.*, 2019).

En cuanto al impacto predictivo de la comunicación familiar en el bienestar general, llama la atención que esta solo influye significativamente en el bienestar subjetivo, y no en el bienestar social.

Al respecto, Gómez-Bustamante y Cogollo (2010, citados por Montoya y Corona, 2021) han demostrado que una familia funcional es un fuerte predictor del bienestar subjetivo, lo que reduce el riesgo de que los adolescentes desarrollen psicopatologías en etapas posteriores de sus vidas. La familia, como núcleo básico por excelencia, desempeña un papel fundamental en el desarrollo de sus miembros, pues a través de ella las personas adquieren modos característicos de enfrentar la vida y aprenden pautas de comportamiento adaptativas (Morales y Díaz, 2020).

Aun así, es interesante destacar que, según los datos recabados en el presente estudio, la comunicación familiar no parece tener una influencia clara sobre el bienestar social. Esto resulta llamativo, ya que podría esperarse que la forma en que un adolescente percibe la relación de su familia con el mundo exterior y su rol en la sociedad afectaría su bienestar social. Esto incluiría la percepción de la aceptación por parte de otros, la comprensión del dinamismo social y el sentimiento de integración social. Los resultados, por tanto, sugieren la necesidad de una investigación más profunda en este ámbito. Además, existe la premisa de que la familia influye en el comportamiento social de sus miembros, lo cual no se confirma con los datos obtenidos.

En torno a la influencia de la comunicación familiar en la estabilidad emocional, los resultados indican que, aunque existe una influencia, esta es menos significativa en comparación con la que se observa en el bienestar subjetivo. Al respecto, varios estudios han

señalado que la combinación adecuada de implicación y establecimiento de límites en el hogar facilita el desarrollo de habilidades de autorregulación en los hijos, lo que les permite actuar de manera competente. Este logro se debe a un intercambio efectivo de ideas y a una expresión respetuosa de sentimientos en la familia. Además, fomentar el diálogo positivo entre padres e hijos contribuye al desarrollo de competencias cognitivas y sociales en estos últimos, lo que a su vez les ayuda a mejorar su autocontrol y, por ende, sus procesos de adaptación (Larraz *et al.*, 2020).

Por último, para tender las limitaciones de este estudio, se sugiere ampliar la muestra para incluir a diferentes áreas geográficas de la ciudad y del estado, lo que permitiría obtener una comprensión más precisa de las características y particularidades de los participantes. También sería beneficioso incorporar otras variables que podrían arrojar luz sobre el comportamiento del bienestar social y profundizar en la comprensión de las variables involucradas en su variabilidad.

En cuanto a las futuras líneas de investigación, se plantea la necesidad de llevar a cabo un estudio utilizando una metodología mixta para analizar de manera exhaustiva el impacto de la familia, no solo desde la perspectiva de la comunicación, sino también desde diversos fenómenos que ocurren en su interior. Además, es esencial definir estrategias de prevención como enfoque para abordar el fenómeno en cuestión, centrándose en los factores protectores de la familia que promuevan el ajuste psicológico de los adolescentes con el objetivo de fomentar un desarrollo positivo.

## **Conclusiones**

A partir de los resultados recabados, se concluye que los adolescentes conciben a su familia como un sistema positivo donde prevalece una comunicación abierta y favorable. Esta comunicación familiar, además, influye significativamente en su bienestar subjetivo, por lo que se puede afirmar que una mejor comunicación ofrecerá un mayor bienestar subjetivo, así como una mayor estabilidad emocional.

Sin embargo, cabe mencionar que si bien la familia desempeña un papel fundamental en el bienestar relacionado con la satisfacción de vida, su influencia es más limitada en lo que respecta a la gestión de las emociones. Además, en cuanto al bienestar social, los resultados son menos concluyentes, lo que sirve para señalar que su capacidad predictiva en este aspecto es mínima.

## Referencias

- Actis di Pasquale, E. (2017). Las dimensiones constitutivas del bienestar social: una propuesta conceptual. *Trabajo y Sociedad*, (29), 493-515. [http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1514-68712017000200025&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1514-68712017000200025&lng=es&tlng=es)
- Benavente, M., Cova, F., Pérez, C., Varela, J., Alfaro, J. y Chuecas, J. (2018). Propiedades psicométricas de la escala breve de bienestar subjetivo en la escuela para adolescentes (BASWBSS) en una muestra de adolescentes chilenos. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación*, 3(48), 53-65. <https://www.redalyc.org/journal/4596/459657523006/459657523006.pdf>
- Castro, R., Núñez, S., Musitu, G. y Callejas, J. (2019). Comunicación con los padres, malestar psicológico y actitud hacia la autoridad en adolescentes mexicanos: su influencia en la victimización escolar. *Estudios sobre Educación*, 36, 113-134.
- Chacón-Cuberos, Ramón, Martínez-Martínez, Asunción, Puertas-Molero, Pilar, Viciano-Garófano, Virginia, González-Valero, Gabriel y Zurita-Ortega, Félix. (2020). Bienestar social en la etapa universitaria según factores sociodemográficos en estudiantes de Educación. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 22, <https://doi.org/10.24320/redie.2020.22.e03.2184>
- Cuadra, H. y Florenzano, R. (2003). El bienestar subjetivo: hacia una psicología positiva. *Revista de Psicología*, 12(1). <https://doi.org/10.5354/0719-0581.2003.17380>
- Díaz, G. y Sánchez, M. (2002). El bienestar subjetivo: actualidad y perspectiva. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 17(6), 572-579.
- Fierro, A. y Rando, B. (2007). Escala Eudemon de bienestar personal: características psicométricas. *Anuario de Psicología*, 38(3), 401-412.
- Garrido, A., Reyes, M., Navarro, N., Ortega, P. y Nabor, M. (2019). Comunicación familiar en estudiantes universitarios. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 1(2), 252-261.
- González-Forteza, C., Hermosillo, A., Vacio-Muro, M., Peralta, R. y Wagner, F. (2015). Depresión en adolescentes. Un problema oculto para la salud pública y la práctica clínica. *Boletín Médico del Hospital Infantil de México*, 72(2), 149-155. <http://www.scielo.org.mx/pdf/bmim/v72n2/1665-1146-bmim-72-02-00149.pdf>
- Gracia, E., Vidal-Sellés, N. y Martínez-Tur, V. (2016). Análisis de las características de estabilidad emocional en hombres y mujeres. *Psychologica*, 59(2), 137-147. [https://doi.org/10.14195/1647-8606\\_59\\_2\\_8](https://doi.org/10.14195/1647-8606_59_2_8)

- Gutiérrez-Carmona, A. y Urzúa, A. (2019) ¿Los valores culturales afectan el bienestar humano? Evidencias desde los reportes de investigación. *Universitas Psychologica*, 18(1), 1-12. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy18-1.vcab>
- Larraz, N., Urbon, E., Antoñanzas, J. y Salavera, C. (2020). La satisfacción con la familia y su relación con la agresividad y la inteligencia emocional en adolescentes. *Know and Share Psychology*, 1(4),171-179. <https://ojs.ual.es/ojs/index.php/KASP/article/view/4247/4235>
- Li, Y. and Ahlstrom, D. (2016). Emotional stability: A new construct and its implications for individual behavior in organizations. *Asia Pacific Journal of Management*, 33(1), 1-28. doi: 10.1007/ s10490-015-9423-2
- Montoya, L. y Corona, B. (2021). Dinámica familiar y bienestar subjetivo en adolescentes: su asociación y factores protectores. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 3(1), 59-77.
- Morales, M. y Díaz, D. (2020). Bienestar psicológico en adolescentes en situación de vulnerabilidad: impacto de redes de apoyo social. *Revista Electrónica sobre Cuerpos Académicos y Grupos de Investigación*, 7(14). <https://www.cagi.org.mx/index.php/CAGI/article/view/225>