



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO
PROGRAMA DE MAESTRÍA Y DOCTORADO EN PSICOLOGÍA
RESIDENCIA EN TERAPIA FAMILIAR

**CONFIGURACIÓN FAMILIAR EN RELACIÓN CON EL BIENESTAR PSICOLÓGICO Y
POTENCIAL RESILIENTE EN ADOLESCENTES ESCOLARES DE LA CIUDAD DE
MÉXICO.**

TESIS

**QUE PARA OPTAR POR EL GRADO DE:
MAESTRO EN PSICOLOGÍA**

PRESENTA:

CÉSAR OCTAVIO HERNÁNDEZ HERNÁNDEZ

TUTORA:

**DRA. BLANCA ESTELA BARCELATA EGUIARTE
(FACULTAD DE PSICOLOGÍA, UNAM)**

MIEMBROS COMITÉ:

**MTRO. JORGE ORLANDO MOLINA AVILÉS
(FACULTAD DE PSICOLOGÍA, UNAM)
DRA. DOLORES MERCADO CORONA
(FACULTAD DE PSICOLOGÍA, UNAM)
DRA. MILAGROS FIGUEROA CAMPOS
(FACULTAD DE PSICOLOGÍA, UNAM)
DR. GERARDO BENJAMÍN TONATIUH VILLANUEVA OROZCO
(FACULTAD DE PSICOLOGÍA, UNAM)**

CIUDAD UNIVERSITARIA, C.D.M.X., MARZO 2023.



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

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

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

ÍNDICE

Resumen	1
Abstract	2
Introducción	3
Capítulo 1	7
Adolescencia y sus recursos para la resiliencia	7
1.1.2 Los cambios fundamentales en la adolescencia	9
1.1.3 Desarrollo psicosocial del adolescente	13
1.1.1 La adolescencia en el contexto de la familia.....	17
1.1.4 La psicopatología en el adolescente.....	28
1.1.5 El contexto de riesgo en el adolescente	29
1.2 Resiliencia.....	31
1.2.1 Similitudes en afrontamiento, competencia y personalidad resistente y la resiliencia	34
1.2.2 Estudios sobre adolescencia y resiliencia	36
1.2.3 Potencial resiliente	40
1.2.4 Escala de Recursos Potenciales para la Resiliencia para Adolescentes ERPRA (Rodríguez, 2016):	42
Capítulo 2	43
El estudio del Bienestar en la adolescencia	43
2.1 Antecedentes: el estudio del Bienestar Subjetivo	43
2.1.2 Bienestar psicológico, modelo de seis dimensiones.	48
2.2 Estudios sobre Bienestar Psicológico	49
2.2.2 Bienestar psicológico en adolescentes en México	53

2.3 Escala de Bienestar psicológico BIEPS-J (González & Andrade, 2016; González, 2013):	56
.....	
Capítulo 3.	58
3.1 Justificación	58
3.2 Pregunta de investigación:	61
3.3 Objetivo:	61
Objetivos específicos:	61
3.4 Tipo de estudio	62
3.5 Variables	62
3.6 Hipótesis	63
3.7 Participantes	64
3.8 Instrumentos	65
3.8 Procedimiento	67
Resultados	69
Discusión y conclusión	87
Referencias	95

Resumen

La investigación tuvo por objetivo identificar si existen diferencias que existen en las condiciones entre elementos del contexto y la estructura familiar en adolescentes hombres y mujeres y su percepción de su bienestar psicológico y potencial resiliente. En esta investigación participaron 391 adolescentes escolares de 13-21 años ($M=14.65$, $DE: 1.18$). Se aplicaron las escalas BIEPS-J: escala de bienestar psicológico para potencial resiliente; y ERPRA: escala de recursos potenciales para la resiliencia para adolescentes. Los resultados indican que los adolescentes mexicanos serán resilientes si tienen control sobre sí mismos; apoyo con sus semejantes y personas relacionadas al ámbito escolar; el apoyo de los familiares; así como la posibilidad de ser optimistas y confiar en sí mismos para afrontar, en lugar de evitar, frente los riesgos a los que están expuestos. Son felices bienestar psicológico considerando su crecimiento personal, y es mayor en hombres. Los adolescentes por igual, son felices si tienen claridad en su propósito de vida y persiguen metas. No hay diferencia en hombres y mujeres al aceptarse a sí mismos. No hubo diferencia en la percepción de rechazarse a sí mismos y al control de ellos mismos, para percibir su felicidad. Los resultados apuntan a que las relaciones positivas con otros y el apoyo familiar, son contextos positivos para favorecer el desarrollo de la felicidad y la resiliencia en los adolescentes escolares de la Ciudad de México.

Abstract

The objective of the research was to identify whether there are differences in the conditions between elements of the context and the family structure in male and female adolescents and their perception of their psychological well-being and resilient potential. The participants were school-adolescents between ages 13 and 21 ($M=14.65$; $SD: 1.18$). The BIEPS-J scale of psychological well-being for resilient potential and ERPRA scale of potential resources for resilience in adolescents were used, and the results indicate that Mexican adolescents are to be resilient if they have control over themselves; support from their peers and people related to their school environment; support from their family; as well as the possibility to be optimistic and have self-confidence to face the risks they're exposed to in their daily lives, instead of avoiding them. Male adolescents are bound to express they're happier whenever they think of their personal growth in contrast with female adolescents. Both male and female adolescents are happier whenever they have a clearer life purpose and pursue goals towards that purpose. There's no significant difference between male and female adolescents at accepting themselves. Both male and female adolescents showed low self-rejection levels and seem to have high rates of self-control, and thus, both concepts have no effect on their perception of happiness. The results demonstrate that positive relationships with other people and family support favor the development of happiness and resilience in school-adolescents in Mexico City.

Introducción

La adolescencia es una de las etapas en el ciclo vital del ser humano que, según diversos autores (Carter y McGoldrick, 1998; Muuss, 1990; Papalia, Olds y Duskin, 2010; Barcelata, 2015), se caracteriza por los cambios en diversos niveles, desde lo biológico, hasta lo psico-social.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2018) el riesgo es alto en esa etapa de la vida, pues existe el contexto social y cultural para que los jóvenes se acerquen al consumo de sustancias tóxicas y adictivas, así como de comenzar a temprana edad relaciones sexuales de riesgo que pueden llevar desde un embarazo no deseado hasta tener enfermedades de todo tipo, sobre todo de las que son por vía de transmisión sexual.

A pesar de la adolescencia es un momento de la vida de alto riesgo, también en esta etapa se van desarrollan la mayoría de los recursos con los cuales los futuros adultos van a enfrentar los problemas que surgen en las interacciones de la vida adulta, por lo que es un momento adecuado en el que hay oportunidad para influir en la posibilidad de incrementar circunstancias favorables para una vida plena, con salud y bienestar integral (Barcelata, 2015).

Por otra parte, en su definición de salud de los 50's (Gonzáles, 2013) incluye al bienestar psicológico, no solamente la ausencia de un malestar o enfermedad. La OMS (2019) menciona que una buena salud mental se relaciona con el bienestar mental y psicológico. Los esfuerzos de la OMS buscan mejorar la salud mental de las personas y de la sociedad al mismo tiempo, todo esto a través de fomentar el bienestar mental.

La psicología también ha tenido interés en el estudio del bienestar mental, la felicidad en los seres humanos. Los primeros estudios lograron delimitar el constructo de felicidad o eudemonía sustituyéndolo por el de bienestar (Bradburn, 1969; Wilson, 1967).

Al principio se centraban en el reporte de la percepción que las personas reportaban acerca de su propio bienestar (Diener, 1999). Sin embargo, algunas críticas al modelo hedonista Ryff (1989) que se centraba en los logros obtenidos a lo largo de una larga vida (Ryff, 1989), sin considerar un marco teórico sólido que defina el bienestar psicológico con un modelo que considere el funcionamiento positivo que mantiene el estado de bienestar, así como el contexto social, etc.

Las investigaciones han logrado el desarrollo de una escala que mida el bienestar psicológico en los adolescentes de México (González, 2013), lo cual nos permite medir y evaluar de acuerdo al modelo de Ryff (1989) los factores que hacen que los jóvenes vivan con bienestar psicológico.

Los estudios sobre adolescencia y resiliencia en México (Barcelata, 2011, 2015; Barcelata y Rodríguez, 2016) obtuvieron una escala que mide la integración e interacción de elementos personales y ambientales que le dan la posibilidad al sujeto para adaptarse a cualquier adversidad, a diferencia de otras mediciones del constructo de resiliencia como características invariables que se encuentran en todo momento o solo en el momento de la medición.

Evaluar los recursos potenciales para la resiliencia (Rodríguez, 2016) es congruente con el modelo de bienestar psicológico ya que nos permite conocer el proceso de interacción entre los elementos que componen el bienestar psicológico (González, 2013) con las capacidades para ser resiliente. Al interactuar sistemáticamente y no ser estáticas, es posible desarrollarlas a través de intervenciones terapéuticas o de promoción para la salud en adolescentes.

La relación obtenida entre variables de edad y bienestar subjetivo es amplia, mientras que la comparación de edad con Bienestar Psicológico con el modelo de seis dimensiones es escasa, por lo que sería adecuado trabajar con poblaciones de distintos momentos en el ciclo del desarrollo (Casullo & Castro-Solano, 2002) en este caso es pertinente estudiar el bienestar psicológico en adolescentes de 13 a 18 años. La mayoría de las investigaciones encontradas en México evalúan los componentes cognitivo o afectivo, el bienestar subjetivo, y a pesar de que el modelo se adapta a la población mexicana (Anguas, 1997).

Investigar el bienestar psicológico en adolescentes mexicanos desde el modelo multidimensional permite identificar las dimensiones del constructo y luego facilitar las aplicaciones y de esa forma promover el bienestar en la joven población mexicana.

El conocimiento acerca de la relación entre los recursos de resiliencia y el bienestar psicológico en adolescentes permitirá tomar como referencia la información obtenida a través de lo que reportan los adolescentes participantes para el desarrollo de posibles programas de prevención y aplicación de posibles intervenciones psicoterapéuticas. Además, también podrán beneficiarse programas que tengan como objetivo el desarrollo de adolescentes en ambientes escolares y/o institucionales.

En el capítulo primero se describe la adolescencia y las características de resiliencia en esa etapa. Se considera un constructo de resiliencia que considere a esta capacidad como un proceso dinámico que se puede medir como factores que interactúan y no como factores que están fijos.

En el segundo capítulo se revisa el concepto de bienestar psicológico, diferenciándolo del bienestar subjetivo. Se utiliza el modelo de Ryff (1989) ya que la congruencia de los elementos

que interactúan permite conocer los factores del bienestar psicológico en los seres humanos, y más específico, medirlo en adolescentes (González, 2013).

En el tercer capítulo se desarrolla la metodología del estudio, el procedimiento que se eligió para el desarrollo del estudio, datos que describen a los participantes y donde se encontraron, así como las escalas que se utilizaron para la medición y el contexto de aplicación con los jóvenes que participaron en el estudio. Para el estudio se utilizaron escalas que midieran las variables de estudio. Para bienestar psicológico (BIEPS-J): escala de bienestar psicológico (González, 2013); para potencial resiliente (ERPRA): escala de recursos potenciales para la resiliencia para adolescentes (Rodríguez, 2016).

En el cuarto capítulo se exponen los resultados obtenidos en el estudio, datos sociodemográficos y las frecuencias de las respuestas respecto a los constructos de bienestar psicológico y recursos potenciales para la resiliencia.

En el quinto capítulo se explica la discusión derivada de los resultados y a la luz del marco teórico de esta investigación, posteriormente las conclusiones.

Capítulo 1

Adolescencia y sus recursos para la resiliencia

1.1 Adolescencia

La adolescencia es una etapa del ciclo vital del ser humano en la que se comienza a diferenciar el individuo de la familia de origen, se empiezan a desarrollar las relaciones con sus pares, en edad e intereses, y en algunos casos el establecimiento de uno mismo frente al trabajo (Carter y McGoldrick, 1998). El término adolescencia apareció en el siglo XV (Lerner y Steinberg, 2004) viene del latín “ad”, hacia y “olescere”, crecer o ser alimentado. La palabra “adolescere” significa “crecer hacia la madurez” (Muuss, 1990; Horrocks, 2001; Lerner y Steinberg, 2004; Steinberg, 2008).

De los primeros escritos al respecto de esa etapa de edad aparecen en el siglo XVII. Rosseau escribió “*Émile, ou de L'Éducation*” (Emilio o de la educación) en el cual describe lo que ocurre en la edad de la razón, periodo comprendido entre los 12 y los 15 años:

“El intervalo más peligroso de la vida humana es desde el nacimiento hasta la edad de doce años, que es cuando brotan los errores y los vicios, sin que haya todavía instrumento ninguno para destruirlos; y cuando viene el instrumento son tan hondas las raíces, que no es ya tiempo de arrancarlas. Si llegasen los niños de un salto repentino desde el pecho de su madre hasta la edad de la razón, pudiera convenirles la educación que les dan; pero, según el progreso natural, es menester una en todo opuesta.” (Rosseau, 1979, p.49)

En particular ese texto de Rosseau se refiere al proceso de educación, en particular el estudio de los idiomas, y sus estudios abracan hasta los quince años de edad:

“Extrañarán que mire como una de tantas inutilidades de la educación es el estudio de los idiomas; mas téngase presente que sólo hablo aquí de los estudios de la edad primera, y digan lo que quieran, creo que hasta los doce o quince años, ningún niño, exceptuando los portentos ha aprendido verdaderamente los idiomas. (1979, p.63)”

El estudio sistemático sobre la adolescencia se recupera de escritos de la última parte del siglo XIX de la historia de la humanidad. Por lo general escritos de filósofos y educadores o personas con intereses en el comportamiento y educación de los jóvenes (Horrocks, 2001). La importancia del estudio de la adolescencia es que la comprensión de esta etapa del desarrollo ayuda a entender el comportamiento humano.

Existen muchas investigaciones relacionadas acerca de la adolescencia. Con el fin de contribuir a que la evaluación de las investigaciones se encuentre con un planteamiento objetivo, sistemático y verificable (lo cual se puede adquirir siguiendo el método científico) se busca aportar información precisa en este aspecto. Evitar así perdernos en creencias, suposiciones u opiniones del sentido común. La etapa de adolescencia se caracteriza por los procesos y cambios que llevan a la maduración biológica (Santrock, 2004).

Existen muchas investigaciones relacionadas acerca de la adolescencia. Con el fin de contribuir a que la evaluación de las investigaciones se encuentre con un planteamiento objetivo, sistemático y verificable (lo cual se puede adquirir siguiendo el método científico) se busca aportar

información precisa en este aspecto. Evitar así perdernos en creencias, suposiciones u opiniones del sentido común. La etapa de adolescencia se caracteriza por los procesos y cambios que llevan a la maduración biológica. (Santrock, 2004)

Los motivos de entender esta etapa del desarrollo también tienen que ver con el interés científico de aplicar los conocimientos al campo terapéutico y provocar cambios sociales. (Horrocks, 2001)

El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF, 2011) define la adolescencia como una construcción social y cultural que progresivamente da lugar a la imagen de una persona que ya no está en la etapa de la infancia, pero tampoco se considera adulta. El rango de edad aproximada es de 10 a 19 años, distinguiendo la adolescencia temprana (de los 10 a los 14 años) y la adolescencia tardía (de los 15 a los 19 años).

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2018) dice que la adolescencia es un periodo que comprende de los 10 a los 19 años de edad. En este mismo trabajo la OMS dice que hasta el 2017 los adolescentes representan nada más que la sexta parte de la población mundial.

Existe un modelo para estudiar la adolescencia que propone Hill (1983), este modelo ofrece un marco de referencia con tres componentes en el cual se organiza la información al respecto de esta etapa. Los componentes son: los cambios fundamentales en la adolescencia, el contexto del adolescente y el desarrollo psicosocial del adolescente.

1.1.2 Los cambios fundamentales en la adolescencia

Según Hill (1983) existen tres series de cambios fundamentales en la adolescencia, estos ocurren de manera universal y todos los adolescentes en todas las sociedades atraviesan por ellos (Steinberg, 2008).

Los cambios fundamentales son: el comienzo de la pubertad (cambios biológicos), el surgimiento de habilidades cognitivas avanzadas (cambios cognitivos) y la transición hacia nuevos roles en la sociedad (cambios sociales), estos tres son, según Hill (1983), características principales de la adolescencia como periodo del ciclo vital del ser humano.

Algunos de estos cambios son los siguientes (Steinberg, 2008):

- **Cambios biológicos:** Los cambios biológicos se refieren a lo que se llama pubertad, lo cual se conoce como el periodo de vida en los seres humanos en los que se presentan cambios físicos en la anatomía del cuerpo, esto tiene que ver con el desarrollo de los caracteres sexuales secundarios (incrementa la estatura en mujeres y hombres, bello en zonas del cuerpo donde no había, crecimiento de los senos en las mujeres, etc.), además de alcanzar la capacidad de reproducción (Steinberg, 2008).
- **Cambios cognitivos:** La capacidad de procesamiento del pensamiento en los seres humanos cambia en esa edad. Son capaces de resolver problemas de lógica y matemáticas, además de que la capacidad de memoria también aumenta comparado con los niños, esto también es notable en la capacidad de pensar acerca de situaciones hipotéticas, es decir, situaciones que no han ocurrido, pero podrían o pueden ocurrir; también pueden pensar acerca de conceptos abstractos como la amistad, la moralidad y la democracia (Steinberg, 2008). Lo anterior se expresa, por ejemplo, cuando vemos adolescentes que se hacen preguntas pensando acerca de si mismos, de sus relaciones con amigos o familia, podemos ver a los adolescentes argumentar contra sus padres, vemos que son capaces de resolver problemas algebraicos, etc.
- **Cambios sociales:** En la mayoría de las sociedades existe una diferencia para distinguir a los individuos entre los que se puede pensar que son niños y entre los que puede pensar

que están listos para ser adultos (Steinberg, 2008). Los menores de edad no tienen permisos legales para realizar ciertas actividades como manejar un vehículo automotor, etc. Incluso participar en la organización democrática en México, requiere tener la edad de 18 años. Este tipo de nuevos roles son por los que transitan los individuos que se encuentran en este periodo de edad de la adolescencia.

A pesar de que estos cambios son universales, el efecto en cada individuo que atraviesa por este periodo de adolescencia no es uniforme. El ambiente en el cual se desarrollan los adolescentes tiene gran importancia en los efectos de la serie de cambios por los que se atraviesan en este periodo del ciclo vital.

Según Bronfenbrenner (1979) no podemos entender el desarrollo sin examinar el contexto en el cual ocurre. El individuo se desarrolla en diversos contextos: la familia, amigos o compañeros de edad similar, escuela, puede ser en el trabajo y actividades de ocio. Estas actividades a su vez están en un contexto más grande, una comunidad, una sociedad y un país con una economía y situación política particular. Además, a esto se añaden las fuerzas geográficas e históricas las cuales tienen efecto en cómo se organizan las estructuras de la sociedad en las actividades humanas de la vida cotidiana (Bronfenbrenner, 1979).

Los seres humanos se desarrollan en sistemas, es decir, en las interrelaciones que hay entre el desarrollo individual y el contexto. El modelo ecológico (Bronfenbrenner, 1979) se compone de cuatro niveles de sistemas:

- **Microsistemas:** son las condiciones inmediatas en las cuales el adolescente vive, por ejemplo, la familia y la escuela. Las instituciones como la familia y la escuela dotarán al adolescente de ciertas creencias que van a afectar de manera directa en las metas que tenga,

en qué tipo de persona es y querrá ser, etc. Respecto al desarrollo emocional, en la familia se brindan las pautas que el joven seguirá para comunicar sus emociones y pensar respecto de ellas. La escuela y su papel en la socialización impacta en la forma en que se relacionaran los adolescentes, ambos aportan en el desarrollo.

- **Mesosistema:** es el sistema de relaciones entre los microsistemas, por ejemplo, la familia relacionada con otros miembros de la familia, tíos, primos, o con el microsistema de la escuela con el microsistema de la familia. Por ejemplo, cuando existe una coordinación y sincronía en los objetivos escolares con los familiares, la cercanía en la relación entre padres y profesores, permiten que el adolescente tenga reglas que dirijan su desarrollo escolar pleno. Por otra parte, si en la familia no encuentra un sitio confortable para desarrollarse, buscará en las amistades de la misma edad, formas de aceptación que muchas veces van en contra de lo que los padres y maestros esperan del adolescente, por ejemplo, cuando se le invita al consumo de drogas, es en este nivel de relación mesosistémica que se van gestando este tipo de conductas en el adolescente (Berger, 2015).
- **Exosistema:** son las condiciones que no contienen al adolescente y le afectan indirectamente en su desarrollo, como el trabajo de los padres y todo lo que implica, sueldo para tener acceso a alimento, ropa, útiles escolares, estrés de los padres, etc. Mientras el adolescente desarrolla sus actividades pertinentes a su edad, los padres pueden tener exigencias que les impidan la convivencia plena (no necesariamente diaria), lo cual impacta en la relación que puedan tener padres e hijos adolescentes, y podría ser un punto crítico para el desarrollo negativo de la comunicación emocional y de la construcción de la identidad (Berger, 2015).

- **Macrosistema:** es el contexto más amplio, incluye las condiciones históricas, la cultura del momento en que el adolescente se desarrolla, como, por ejemplo, las redes sociales y la tecnología que es más accesible que hace algunos años. Ahora los adolescentes y los adultos de esta época parecen tener un reto distinto a otras épocas, ya que las redes sociales tienen una importancia mayor que en otros tiempos, por el desarrollo tecnológico.

Al considerar este modelo podemos entender cómo influyen los distintos grupos sociales en el desarrollo del adolescente. La forma de ser de los adolescentes va cambiando en función del contexto en el que ellos crecen. Es claro el caso de algún adolescente que vive su infancia o parte de la adolescencia en un país de oriente medio y de pronto se tuviera que mudar al occidente, es su forma de pensar, gustos incluso emociones cambiaran debido a la configuración de los sistemas de lenguaje, y la cultura en todos los niveles del contexto. Otro ejemplo sería en México, un adolescente que viva al sur y su familia se dedique al campo y tenga una religión católica será muy diferente a uno que viva en el norte con una familia de la ciudad que se dedique al comercio, cambian la forma en que se desenvuelven y las posibilidades económicas y sociales que puedan tener, así como el contexto familiar que les permita comunicarse, desarrollarse y expresar sus emociones (Berger, 2015).

1.1.3 Desarrollo psicosocial del adolescente

Los cambios en el cuerpo y la mente desafían la formación de un nuevo sentido del yo, que se caracteriza por una mayor independencia emocional y diferentes roles sociales. Los jóvenes se definen a sí mismos de una manera más flexible y compleja, combinando sus ideas y cómo los ven los demás, considerando que cómo reaccionan ante ciertos eventos no determina quiénes son, sino

que depende en parte de quiénes están alrededor. Los adolescentes conforme van madurando son más conscientes de que las opiniones de los demás no son verdades absolutas, a diferencia de lo que sucedía en la infancia, lo que les permite conectarse y construir su mundo interior de una manera diferente. Asimismo, los adolescentes logran jerarquizar y organizar aspectos de sí mismos que ven como un todo unificado, dándose cuenta de que pueden existir polaridades o elementos opuestos dentro de una misma persona (Steinberg, 2008).

Al llegar a la etapa de transición de la infancia a la edad adulta, los adolescentes tanto hombres como mujeres enfrentan dos desafíos importantes de la vida: la producción y reproducción de la cultura y la sociedad. El primer desafío tiene que ver con convertirse en un individuo que pueda ser económicamente independiente, es decir, que sea capaz de ganarse la vida en la sociedad e introducirse al sistema económico. Las decisiones respecto a la trayectoria de escolaridad, educación, y carrera, comienzan a darle sentido a las metas del ser humano en este momento de la vida. Por otro lado, el segundo desafío importante es la entrada a la posibilidad de reproducción de la especie humana. Esto tiene que ver con comenzar la curiosidad por tener relaciones románticas, interesarse por la construcción de relaciones íntimas con el sexo opuesto o el mismo sexo, la posibilidad futura de fundar una familia y el cuidado de los niños, etc. Aunque varía en cada caso, estos son dos grandes desafíos en todas las culturas y sociedades. (Lerner & Steinberg, 2009).

Existen algunas explicaciones que nos permiten entender lo que ocurre en las relaciones sociales que desarrollan los adolescentes. Se sabe que las características que se adquieren a través del desarrollo físico y cognitivo en los adolescentes, les permite separarse de la familia y buscar compañeros de intereses semejantes en otro lugar (Lerner & Steinberg, 2009). Esto se manifiesta

a través del conflicto en la familia y la paulatina separación con los padres ya que esto es parte del proceso de individuación.

La cercanía con los padres en etapas pasadas, favorece una base de afecto positivo que posibilita trascender las dificultades de la adolescencia (Gray & Steinberg, 1999). En esta trayectoria de desarrollo, el razonamiento se vuelve más complejo y abstracto, de manera que permite distinguir con un matiz más amplio las diferencias interpersonales y una visión recíproca de las relaciones padre-hijo (Selman, 1980).

Por otra parte, el apego en las relaciones de padres e hijos es distinto al apego que se presenta en etapas anteriores. Se presentan lazos emocionales con los padres a través de burlas amistosas y preocupación de los hijos hacia los padres, también se comparten actividades en las que se manifiesta la interdependencia de esa relación entre padres e hijos a través de actividades con papá y de formas de acercamiento hacia mamá al conversar y compartir con ella temas privados.

El desarrollo cognitivo permite a los adolescentes tener experiencias de cuidado de sí mismos, de cuidado por los otros y tener confidencialidad para generar lazos afectivos de confianza con personas de la misma edad. Consecuentemente a lo anterior, en etapas anteriores los niños se enfocan en hacer una relación cercana a sus padres, los adolescentes se enfocan en ver las diferencias y similitudes en la relación que tienen con sus padres frente a la relación que tienen con personas con quien tienen mayor sintonía, ya sea de su misma edad o mayores, de su mismo sexo o del sexo opuesto, y respecto a este último punto, se enfocan en el desarrollo de amistades o de relaciones románticas (Lerner & Steinberg, 2009).

Sin embargo, la función de tener relaciones seguras en los adolescentes es similar a lo que significa para los infantes. Los infantes al tener relaciones seguras pueden explorar el entorno inmediato, en los adolescentes las relaciones seguras brindan una sensación de confianza al

sostenerse en el apoyo familiar, eso les permite explorar relaciones fuera de la familia y formar relaciones con otros adultos o con compañeros de edad e intereses similares. Las relaciones de apego seguro entre los padres y los adolescentes permiten interacciones sensibles y receptivas emocionalmente, lo cual permite vínculos fuertes para adaptarse a las transiciones características de la adolescencia (Lerner & Steinberg, 2009).

El desarrollo del adolescente tiene que ver con aspectos que son psicológicos y sociales al mismo tiempo (Steinberg, 2008). Por ejemplo, el desarrollo de la sexualidad implica cambios individuales en las emociones, la motivación y la conducta (cambios psicológicos) y a su vez implica cambios en el modo de relacionarse con los demás (cambios sociales).

Los aspectos del desarrollo psicosocial son (Steinberg, 2008):

- Identidad: descubrir y entender quién es como individuo.
- Autonomía: establecer el autocuidado de la salud y la independencia de satisfacción de necesidades (Ryff y Singer, 1998).
- Intimidad: formar relaciones cercanas con otras personas y cuidar de ellas.
- Sexualidad: expresar sentimientos sexuales y disfrutar el contacto físico con otros u otras.
- Logros personales: la búsqueda por conseguir ser un exitoso y competente miembro de la sociedad.

En México existen algunas particularidades respecto a la educación cultural en hombres y mujeres. Las diferencias respecto a los roles de género van formando el camino de los gustos, intereses, expresión emocional e incluso apego a la religión en los adolescentes (Ramírez, 1959;

García, 1999). Por ejemplo, la creencia de que las mujeres tienen mejor desempeño en el hogar y su rol de madre como algo primordial a comparación con el logro de metas personales y en otros ámbitos como el laboral, académico, etc. (García, 1999). Las adolescentes mujeres mexicanas también tienen una diferencia respecto a los hombres en la expresión de emociones positivas, y los hombres tienen mayor facilidad y aceptación social de la expresión de emociones negativas (Ramírez, 1959). Respecto a la religión, las adolescentes mexicanas pueden presentar mayor satisfacción con la religión, la familia mexicana parece mantener la premisa que el hombre fue la máxima creación de dios (Díaz-Guerrero, 1993), entonces parece ser un recurso para la mujer el hecho de refugiarse en creencias religiosas para mantenerse estable en la sumisión que genera el sacrificio de la mujer para sostener la premisa de la supremacía del hombre en el desarrollo de la familia y las actividades sociales (García, 1999).

1.1.1 La adolescencia en el contexto de la familia

La adolescencia describe un periodo del ciclo vital del ser humano, y uno de los contextos en los cuáles se desarrolla es la familia. Las definiciones de familia tienen características de acuerdo al nivel de análisis que se pretende describir y estudiar. Carter y MacGoldrick (1999) mencionan que la familia es una unidad de desarrollo emocional. Siguiendo lo anterior podríamos identificar el estado emocional por el que estén pasando los miembros de la familia, todo de acuerdo con el momento histórico y social en el cual se encuentren. Se trata más de una psicología de la sincronía temporal (timing).

Existen tres posibles dimensiones de analizar el curso del ciclo de vida familiar:

- Momento histórico.
- Momento de vida (edades cronológicas de los miembros de la familia).

- Momento social (Neugarten, 1976, en Carter y MacGoldrick ,1999).

Existe una continuidad histórica variable en el proceso del ciclo de vida familiar, por lo que, si no se cumple un momento del ciclo vital, no podemos decir que cualquier desviación es patológica, sobretodo en la adolescencia, ya que el transcurso de las relaciones en la familia con los adolescentes genera diversas condiciones para el desarrollo (Carter, et. al, 1999).

Existen algunos momentos de crisis en la familia y esto ocurre cuando un miembro sale o se añade al sistema familiar (Hadley, Jacob, Milliones, Caplan & Spitz, 1974). Ese tipo de cambios que se conocen pueden afectar a los miembros de la familia, pueden ser factores que alteren el desarrollo de los adolescentes, pues sus relaciones con abuelos, padres y/o hermanos se pueden ver afectadas.

Cada miembro de la familia de tres generaciones tiene tareas que debe lograr de acuerdo a su edad, la consecución o logro de esas tareas favorece que otros miembros de la familia logren las tareas que tienen que resolver de acuerdo a su momento de vida (Duvall & Hill,1948):

- Edad joven: desde que los hijos son niños hasta que tienen que dejar el hogar.
- Mediana edad: etapa comienza con el nido vacío y termina al comienzo de la jubilación.
- Edad mayor: etapa comienza con la jubilación de los cónyuges y termina con la muerte de algún cónyuge.

Entre los autores que han propuesto fases del desarrollo del ciclo vital familiar colocan que el matrimonio, nacimiento y crecimiento de los hijos, el que los hijos dejen la casa y encuentren trabajo, o salgan a estudiar fuera del hogar, el retiro o jubilación laboral de los cónyuges y luego

la muerte de alguno de los cónyuges. A pesar de esto no debemos generalizar acerca del desarrollo de la familia ya que existen muchas variaciones y particularidades (Hill, 1970).

La adolescencia también se estudia desde dos perspectivas distintas y complementarias: el desarrollo y el ciclo vital (Frydenberg y Lewis, 1991). El primero se enfoca en la maduración, el conflicto y la identidad del sujeto, y presenta investigaciones basadas en la edad. Más bien, desde el punto de vista del ciclo de vida, el desarrollo se presenta como un proceso de por vida en el que, como regla general, no se asume ningún estado particular de madurez.

El estrés en la familia es más probable en cada momento de cambio de una etapa hacia otra en el ciclo vital (Haley 1983), es por eso que en la adolescencia es una fase en el desarrollo individual que ya cuenta con cambios particulares de la madurez, y a eso se añaden los cambios que surgen en la familia con un ser humano que transita de la infancia a la adultez.

Los seres humanos comparten con otras especies procesos evolutivos como son: el proceso de galanteo, el de apareamiento, el de la construcción del nido, el momento de la crianza de los hijos y la mudanza de los hijos para iniciar una vida propia. Debido a la organización social compleja del ser humano, a diferencia de los animales, surgen problemas durante el ciclo vital familiar que son únicos de la especie humana (Haley 1983).

Los momentos del ciclo vital desde la perspectiva sistémica son (Haley 1983):

- El periodo de galanteo: los animales y humanos comparten esta fase en la vida, consiste en buscar una pareja del sexo opuesto. Existen múltiples formas de agrupamiento a veces los hombres y mujeres tienen encuentros en ocasiones sexuales, o pueden haber probado en varios matrimonios, pero lo más habitual es que elijan una única pareja durante la mayoría o toda la vida y convivan y compartan constantemente con ella.

- **Matrimonio y sus consecuencias:** El matrimonio representa una ceremonia crucial para la estabilidad de la vida, el compromiso, el desarrollo y formación de una familia es el tema principal de esta etapa pues pareja se compromete de por vida.
- **Nacimiento de hijos y trato con ellos:** Se trata de la llegada de un miembro a la familia, esto puede beneficiar o puede generar conflicto entre los conyugues. La familia humana no es como en la naturaleza, los hijos terminan cuidando de sus padres en etapas adultas
- **Destete de los padres:** Los padres viven la dificultad de soltar a sus hijos. familias donde sólo hay un progenitor, la pérdida de un hijo puede sentirse como el comienzo de una vejez solitaria, pero es necesario sobrevivir a la pérdida y encontrar nuevos intereses. A veces los problemas que se enfrentan en esta etapa son cuando un hijo mayor deja el hogar, pero puede ocurrir que en otras familias surja alguna perturbación de manera progresiva conforme se van yendo los hijos, y existen otros casos en que ocurren dificultades cuando el hijo menor está por marcharse.
- **Retiro de la vida activa y vejez:** En la edad adulta el trabajo ya no es algo que se pueda realizar adecuadamente. Puede existir la posibilidad de que una persona mayor encuentre una función útil. En otros casos, que alguno de los padres tenga que cuidar de su pareja, o que ya con el tiempo alguno podría morir eventualmente y el otro queda solo intentando involucrarse con el resto de la familia.

Muchos dilemas fundamentales de la vida humana aparecen durante el período en que una persona joven pasa de ser un muchacho a ser un miembro de la comunidad adulta. Lo que ocurra en ese momento tal vez ejerza efectos permanentes sobre la ubicación del individuo en la jerarquía social. Por esto, en el rango de edad que comprende a la adolescencia es una de las épocas de la

vida en que más se requiere ayuda profesional, y las consecuencias de una intervención tal vez sean más duraderas que en cualquier otro momento (Duvall & Hill, 1948; Haley, 1983).

Existen otra perspectiva del ciclo vital que se enfoca no en términos de la familia como contexto, sino del desarrollo individual del ser humano. En esta perspectiva se consideran las etapas como desafíos que tiene en ser humano en ese momento particular de la vida. Durante las etapas del desarrollo psicosocial (Dicaprio, 1989) se considera que existe algo que se extrae después de superar cada etapa.

A cada etapa resuelta urge una fortaleza esencial, lo cual evita el retroceso a etapas anteriores y se asemeja a lo que consideramos en este estudio como resiliencia. Y, al mismo tiempo, surgen los recursos para desarrollarse en otros conflictos y etapas, a los cuales el autor les llamó virtudes (Erikson, 1966). Las ocho etapas de este modelo de ciclo vital son:

1. La primera etapa aparece durante la infancia y tiene que ver con enfrentar un conflicto entre la confianza básica contra la desconfianza básica. La virtud que se desarrolla en esta etapa es la esperanza. El sentido de confianza se verá afectado en el recién nacido por la manera en que percibe la sensación de comodidad física frente a la experiencia mínima de temor o incertidumbre. La experiencia que el ser humano tenga en la manera en que se le atiendan esas necesidades particulares de un niño van a influir en que obtenga una personalidad que sea confiada y suficientemente satisfecha, o en el caso contrario una personalidad que sea desconfiada y exigente hacia la satisfacción de sus necesidades.
2. La segunda etapa es característica de la niñez temprana y el conflicto que se enfrenta es la iniciativa contra la culpa. La virtud que surge después de superar esta etapa es la del propósito. El ser humano va desarrollando los músculos del cuerpo, esto va

entrenando la capacidad de tomar objetos que se encuentren a su alcance, esto se asemeja a las modalidades sociales de aferrarse a algo y/o soltarlo. Entre los 18 meses de edad y los tres años se manifiestan conductualmente las dicotomías para la vida como son: amor y odio, cooperación y terquedad, libertad de expresión y supresión. Se va desarrollando el orgullo a través del sentimiento de lograr el autocontrol, a su vez, el sentimiento de duda y vergüenza se produce debido a una sensación de pérdida de control y, por lo tanto, produce una dependencia a un control externo.

3. La tercera etapa se desarrolla en la edad en que el jugar es característico, se enfrenta el ser humano al conflicto de iniciativa contra culpa. La virtud resultante de esta etapa es el propósito. El niño tiene el impulso de realizar actividades que le permitan alcanzar metas, pero existe el desarrollo de sentimientos de culpa que surgen por la frustración de su propia autonomía, ya que a veces, el querer hacer algo que involucra a los otros se ve frenado pues cada quien tiene su propia autonomía y deciden cuando, como y con quien hacer cosas.
4. La cuarta etapa es la que comprende a la edad escolar de los infantes. El conflicto que se enfrenta es la industria contra la inferioridad. La virtud que surge en esta etapa es la competencia. En las interacciones escolares el niño aprende a obtener reconocimiento por parte de semejantes y de otros adultos, mediante el desarrollo y producción de las tareas. A través de aprender a manejar herramientas desarrolla el sentido de industria. La identidad también se desarrolla al notar diferencias en observar a otros y a sí mismo en situaciones similares. Sigue el juego, pero se enfoca en relacionarse socialmente con otros de su mismo sexo o del sexo opuesto, permitiendo distinguir roles sexuales.

5. La quinta etapa se vive durante el comienzo y el desvanecimiento de la edad particular de la adolescencia. La fidelidad es la virtud que se consigue enfrentando y superando el conflicto en esta etapa. El sentido de identidad está presente en todo momento en esta etapa ya que es el inicio para entrar al mundo de los adultos alejándose progresivamente de la dependencia hacia los padres. La adolescencia es un periodo que se caracteriza por una búsqueda de la identidad sexual y la búsqueda de una ocupación.
6. La sexta etapa del adulto joven se vive el conflicto de intimidad contra aislamiento. La virtud que se obtiene en esta etapa es la del amor. En esta etapa se busca experimentar un sentido de identidad compartida, ya que, al elegir a una pareja, se busca también el reconocimiento de ambos como un ser un ser social. Si no se logra esa intimidad se puede desarrollar el aislamiento. La meta en esta etapa es lograr una relación con una persona para tener intimidad sexual, confianza mutua y madurez que pongan las condiciones para continuar juntos durante las etapas de la vida siguientes.
7. En la séptima etapa el ser humano se encuentra en la adultez y se enfrenta el conflicto de generatividad contra estancamiento. La virtud que se obtiene al superar esta etapa es el cuidado. El concepto de generatividad incluye a la productividad y la creatividad puestas en acción por la preocupación y búsqueda del desarrollo de las nuevas generaciones, podría ser y más comúnmente es por los hijos del matrimonio podría ser. Si se percibe una sensación estancamiento puede generar la sensación de empobrecimiento personal y esto genera dificultades en el bienestar del ser humano.
8. La octava etapa se vive en la edad madura, el conflicto al que se enfrenta el ser humano es la integridad del yo contra la desesperación. La virtud que se obtiene después de esta etapa es la sabiduría. La integridad y la satisfacción personal de una vida plena es más

probable que la obtenga quien ha cuidado de cosas y personas, también quien se ha logrado adaptar a triunfos y a desilusiones a lo largo de la vida, también quien ha logrado generar productos o ideas. El propio estilo de vida está más que definido en esta etapa. Si no se ha vivido alguna de las experiencias anteriores, se espera la desesperación que se sostiene muchas veces por el miedo a la muerte.

Erikson describe que existen crisis de desarrollo. Cada etapa es universal, pero la situación de crisis particular se ve definida culturalmente (Dicaprio, 1989). Existen diversas oportunidades de solución de las crisis a lo largo de la vida y a veces se aparecen de manera repetida en alguna etapa del desarrollo. Estas crisis son problemas básicos que se pueden aparecer repetidamente durante todo el tiempo que comprende el periodo de la vida del ser humano. Existe un momento clave en que se debe resolver cada crisis y de acuerdo a las herramientas y a los recursos con que el individuo cuenta una etapa particular de la vida se puede enfrentar el problema y dominarlo (Erikson, 1966).

Respecto a la pluralidad de formas y modelos de familias, éstas se diferencian de acuerdo a su estructura, a la pertenencia étnica, orientación sexual y por proveniencia geográfica (Fruggeri, 2016).

En lo que existe concordancia es en las diferencias de las familias de acuerdo a su estructura:

-Las familias monoparentales: Mamá soltera con hijos o en menores casos padres solteros (viudos);

-Familias plurinucleares: familias con dos núcleos mono parentales que surgen de una

reconstitución familiar, después de una disolución previa de una pareja conyugal, aquí también están las familias reconstituidas, es decir, con hijos de la pareja anterior, pero que se reorganizan en convivencia con la nueva pareja, y, por último, las familias que ya tenían un núcleo constituido pero que se responsabilizan de una situación de adopción;

-Por último, tendríamos las familias nucleares: éstas pueden ser familias compuestas por una pareja sin hijos, una pareja conyugal e hijos biológicos o una pareja e hijos adoptivos o biológicos.

De acuerdo a los estudios teóricos sobre terapia familiar estructural existen los tipos de familia de acuerdo a la función y organización de las mismas (Minuchin y Fishman, 1989):

-Pas de deux (de dos): Se caracterizan por cierta dependencia recíproca en los dos miembros de la familia del sistema de mayor jerarquía. Ejemplo: Madre soltera e hija/o, pareja anciana, progenitor e hijo adulto.

-Tres generaciones: Por lo regular tienen condiciones económicas inadecuadas (media baja o inferior). Conviven tres o más generaciones en el mismo domicilio o con relaciones difusas en las reglas, cuidados y plan familiar, así como de la organización de las actividades diarias. Por lo regular señalan a algún miembro como portador del síntoma. Ejemplo: Abuela, madre soltera e hija/os; Progenitor, padre soltero e hija/o.

-Con soporte: Son familias grandes en la cantidad de los miembros que la componen, en particular con muchos hijo/as. Se caracterizan por un rol de “hijo parental”, el cual es una alternativa funcional para la organización de los cuidados de los demás y las actividades diarias en estas familias.

-Acordeón: Se caracterizan por la ausencia de uno de los conyugues (por lo regular el varón). Esto genera que uno de los conyugues desarrolle funciones extra a las de su propio rol, eso

se traduce en actividades adicionales de cuidado y de guía para los hijos/as. Por lo regular se ejerce una percepción respecto a “mamá buena” o “papá malo.

-Cambiantes: Se caracterizan respecto a los ajustes de cambio de domicilio y la inestable geografía del hogar. Ya sea que se mudan constantemente de domicilio y/o existen cambios constantes de pareja respecto a un progenitor. Por lo regular no existen relaciones estables respecto a redes de apoyo, pueden perder familiares, amigos o vecinos por las condiciones cambiantes.

-Huéspedes: Se generan lazos similares al padre/hijo o madre/hijo, sin embargo, son lazos temporales, debido al tiempo irregular que comparten.

-Padrastro o madrastra: Cuando llega un padre o madre adoptivos a un sistema familiar, el nuevo progenitor se mantendrá en la periferia por el sistema originario.

-Con un fantasma: Son familias que perdieron a un miembro con jerarquía económica, o de planificación familiar importante. Existen coaliciones con ese miembro que ya no está físicamente y éstas se mantienen.

-Descontroladas: El descontrol depende del momento de desarrollo por el que pase la familia. Las pautas de comunicación tienden a ser caóticas en estas familias, por lo regular existen familiares que se consideran delincuentes.

-Familias con violencia en las relaciones: Se caracterizan por límites difusos, debido a que la familia es un lugar inseguro que se propone ser un lugar seguro al mismo tiempo. Esas paradojas dan como resultado inestabilidad en las interacciones entre el subsistema marital y el subsistema de hijos.

-Psicosomáticas: La estructura incluye una excesiva insistencia en los cuidados tiernos, esto se puede entender como un tipo de “sobrepotección”, a veces fusión entre las

individualidades al tomar decisiones o unión excesiva entre los miembros de la familia. Esto funciona bien cuando un miembro está enfermo.

Según estudios del Instituto de Investigaciones Sociales en México, existen tres tipos de familias en nuestro país (Pliego, 2014; López, 2016):

-Las familias tradicionales: Se caracterizan por conformarse de papá, mamá y los hijos. Hay subtipos de familias tradicionales de acuerdo a la cantidad de miembros y las edades: las familias con niños, las familias con jóvenes y las familias extensas (además del papá, la mamá y los hijos existe un miembro de otra generación, abuelos o nietos). Estos tres tipos de familias en conjunto representan la mitad de los hogares en México.

-Las familias en transición: Tienen la característica de prescindir de alguno de los miembros que figuran en las familias tradicionales; Ejemplos serían: familias de madres solteras, parejas jóvenes que deciden no tener hijos o esperar más tiempo para la llegada de los hijos; parejas adultas que sus hijos ya se fueron del hogar (nido vacío); familias unipersonales, es decir, aquellos en el hogar sólo hay una persona; familias co-residentes que se caracterizan por ser hogares en donde sus miembros son amigos o parientes sin agruparse en torno a una pareja. Estas configuraciones familiares han existido a lo largo de la historia humana, sin embargo, los registros al respecto indican que esto tuvo un crecimiento importante durante las décadas de los sesenta y setenta. Se relaciona a fenómenos sociales poblacionales como el empoderamiento de la mujer, la liberación sexual y la planificación familiar. En términos estadísticos estas familias representan cuarenta y dos por ciento de los hogares en México.

-Las familias emergentes: En el último milenio los cambios sociales han dado lugar a este tipo de familias. En esta categoría estarían familias de padres solteros, de pareja del mismo sexo y familias reconstituidas. Las familias emergentes representan alrededor del siete por ciento de los

hogares. En proporción no es muy amplia su existencia, sin embargo, marcan tendencias actualmente.

1.1.4 La psicopatología en el adolescente

El estudio de la psicopatología históricamente se ha ocupado de buscar el origen de las causas de los trastornos mentales del individuo. Existen diversas explicaciones al respecto, la mayoría se concentran en las experiencias que modifican los procesos individuales del ser humano a lo largo de su desarrollo. Siguiendo el modelo ecológico y la perspectiva sistémica tenemos que no existe una causa de las anomalías en la individualidad, sino que las disfunciones en la familia como sistema.

El autor representativo en esta teoría es Ludwig Von Bertalanffy (1976) y su intención era describir los principios válidos para los sistemas en general. Un sistema es un conjunto de objetos y de relaciones entre los objetos y entre sus atributos. Los objetos son las partes del sistema y los atributos con propiedades de los objetos y las relaciones mantienen unificado el sistema. Las personas que comunican serían los objetos interaccionales. Los sistemas interaccionales son dos o más comunicantes en el proceso de definir la relación. El medio es el conjunto de todos los objetos cuyos atributos se modifican por la conducta del sistema. Un sistema cerrado no tiene cambio en sus componentes, el intercambio es interno entre ellos y no entra ni sale información (o energía o lo que sea que relacione a los componentes). El sistema abierto cambia información, o material o cualquier cosa que relacione a los componentes, con el medio. La división del universo en sistema (medio en donde interactúa el sistema) y subsistema (sistema que interactúa con el medio) permite entender las relaciones dentro de marcos más amplios al marco de referencia inicial.

Cada componente dentro del sistema está relacionado de modo que una alteración en algún componente modifica las relaciones del sistema en su totalidad. Un sistema no es compuesto por elementos independientes, es un todo inseparable y coherente.

Por lo tanto, podemos decir que trastornos mentales no son monocausales, sino más bien se deben a la coincidencia e interacción de muy diversos factores. Y siguiendo un modelo ecológico en el cual existen interrelaciones entre sistemas y el principio sistémico de equifinalidad que dice que el sistema abierto puede alcanzar un estado independiente del tiempo y de las condiciones iniciales, es decir, obtener resultados idénticos puede tener orígenes distintos, debido a la organización del sistema (Watzlawick, Beavin y Jackson, 1967). Entonces la aparición y el desarrollo de un trastorno mental presente en dos sujetos distintos no se genera por los mismos factores (Ezpeleta y Toro, 2017).

El hecho de que existen algunos factores similares que se asocian a la presencia de psicopatologías ha dado lugar al concepto de factor de riesgo. (Toro, 2017, en Ezpeleta y Toro, 2017).

1.1.5 El contexto de riesgo en el adolescente

La adolescencia es una de las etapas con mayor riesgo y vulnerabilidad (OMS, 2018), pues los jóvenes se conviven con presiones en su entorno social que facilitan la posibilidad de consumir alcohol, tabaco, entre otras drogas. A eso también se añade el proceso de maduración sexual lo cual lleva a comenzar a tener relaciones sexuales a cada vez edades más tempranas. Esto puede llevar a que se eleve el riesgo de tener traumatismos intencionados y/o accidentales, aparición de embarazos no deseados, o incluso padecer infecciones de transmisión sexual.

A pesar de que gran parte de los adolescentes tienen buena salud según la OMS (2018) existen algunos problemas considerables como la mortalidad prematura, la morbilidad y las lesiones entre los adolescentes. En el caso de las enfermedades, estas afectan la capacidad de los adolescentes para tener un crecimiento y desarrollo con plenitud. Otros problemas como puede ser el consumo de alcohol o fumar tabaco como formas de convivencia o parte del estilo de vida, la ausente o nula práctica de actividad física en la vida cotidiana, las prácticas sexuales sin ninguna protección y la excesiva exposición mediante los medios de comunicación y en las comunidades a la violencia ponen en peligro la salud mental de los adolescentes además de que pueden generar problemas en su desarrollo como adultos e incluso si está en sus planes tener una familia ya que sus hijos pueden adquirir algunos problemas asociados al contexto de riesgo en la adolescencia.

Además, en esta etapa también se experimentan problemas de adaptación y salud mental con mayor frecuencia (OMS, 2018). Por lo anterior, con seguridad podemos deducir que esta etapa es una oportunidad de gran importancia para influir en los jóvenes para un desarrollo con efectos positivos en su salud y bienestar. Respecto a la salud mental, los trastornos de personalidad más comunes en adolescentes masculinos y femeninos son las fobias sociales y específicas (Benjet, Borges, Medina-Mora, Méndez, Fleiz, Rojas, 2009). De los trastornos que presentan las mujeres con mayor frecuencia son: la depresión femenina seguida del trastorno negativista, luego la agorafobia, la ansiedad. En hombres sería el primer lugar las fobias, luego trastorno negativista desafiante, seguido del alcoholismo y, por último, el trastorno antisocial. Además de problemas sociales como son el suicidio y la drogadicción, que son factores de riesgo que son cercanos a la etapa de la adolescencia (Barcelata, 2017).

1.2 Resiliencia

La resiliencia en su significado original es una propiedad de algunos metales para soportar impactos y recuperar el estado original después de fuertes presiones. Barcelata (2015) dice que el origen etimológico de la palabra es del latín “resilo” y significa rebotar, volver de un salto o volver hacia atrás. Siguiendo a Barcelata (2015) la resiliencia es una capacidad de las personas que les permite enfrentar y superar experiencias traumáticas, estresantes y de riesgo, mientras recuperaran su nivel y ritmo de vida.

Los mecanismos por los cuales la resiliencia impulsa la adaptación se describen como la capacidad de percibir el estrés, evaluar de manera realista la capacidad de actuar y asumir la responsabilidad de resolver problemas (Wagnild y Young, 1993). El mecanismo que permite a las personas hacer frente a nuevas experiencias con competencia, no con miedo e incompetencia.

La resiliencia está relacionada de manera muy cercana al concepto de adaptación (Barcelata, 2015). Los estudios en psicología respecto a la adaptación, nos permiten describirla como la estabilidad emocional y de personalidad características de un individuo, esto además de la exigencia que existe en el medio, que obliga al individuo a lograr una concordancia entre sus propias características personales y las necesidades y requerimientos del entorno en donde se va desarrollando (Del Bosque y Aragón, 2008). La adaptación es un proceso de toma de decisiones y el conjunto de acciones realizadas para mantener la capacidad de responder a futuros cambios o perturbaciones en un sistema socio-ecológico sin alterarlo. El equilibrio se basa en las características estructurales y valorativas de este sistema (Nelson, Adger, & Brown, 2007).

Existen tres líneas de investigación que comenzaron a desarrollar las bases para el estudio de la resiliencia, los hallazgos de estas investigaciones ofrecen evidencia de que existe un proceso que permite la adaptación y la descripción de habilidades que, ante situaciones de adversidad, permiten

a los niños y adolescentes sobrevivir e incluso desarrollarse de manera positiva. Una de estas líneas de investigación fue con estudios longitudinales los cuales se realizaron a través del tiempo, con niños en varios momentos de la vida, los niños mostraron a lo largo del tiempo un proceso de vida variable y cambios en diversas situaciones, no hubo presencia de indicadores de psicopatología, sino que mostraban creatividad y ser competentes ante situaciones que podrían ser desafíos de acuerdo a su ciclo vital. La segunda línea de investigación fueron estudios de psicopatología y pobreza, en ellos se estudió a niños que tenían padres con esquizofrenia, se buscaban la existencia de vulnerabilidad emocional, sin embargo, los niños presentaron un desarrollo “normal” de acuerdo a las investigaciones. Una tercera línea que ha permitido el estudio de la resiliencia es una que se llevó a cabo sobre extrema pobreza, infancia, adolescencia y adultez en Kauai, existían condiciones en las características familiares y de la comunidad las cuales parecían medios adversos para el desarrollo de niños y adolescentes, tales dificultades eran familias uniparentales y en algunos casos disfuncionales, pobreza, riñas constantes, alcoholismo y otros trastornos emocionales, además de psicopatologías. Los participantes presentaron características de adaptación positiva e incluso alto nivel de competencia situaciones adversas a lo largo de la vida a pesar de las condiciones contextuales para el desarrollo.

La resiliencia es un proceso de adaptación ante la presencia de situaciones de estrés y riesgo significativo. Los siguientes conceptos están implícitos en la definición y estudio del proceso de resiliencia: adaptación, riesgo, vulnerabilidad y protección.

La adaptación es un concepto que permite entender el comportamiento en el contexto y curso del desarrollo. Es un concepto implícito en la resiliencia, sin embargo, la resiliencia está supra ordenado a la adaptación. La adaptación es la capacidad de balancear y coordinar los recursos internos y externos que implican un equilibrio personal en función de las demandas del medio

ambiente. Esta respuesta muestra la capacidad de funcionar dentro de una normalidad, también refleja la ausencia de problemas emocionales y de conducta significativos, así como de psicopatología. Además, refleja el desarrollo de ciertas competencias para adaptarse (Barcelata, 2015).

Riesgo es un concepto asociado ya que la resiliencia se enfoca en los recursos que tiene un individuo que está sometido a condiciones en las que tiene un riesgo algo de ser objeto de una psicopatología o un malestar emocional. Las variables personales y familiares son mediadores para que aumente la vulnerabilidad hacia la desadaptación o la adaptación negativa sobre una situación de riesgo, como, por ejemplo, la pobreza económica. También esos factores pueden ser protectores para evitar efectos negativos de dichas condiciones.

La vulnerabilidad se puede definir como los factores personales o medioambientales que aumentan los efectos negativos de una condición de riesgo (Barcelata, 2015). La protección por otro lado son los factores que favorecen el desarrollo y amortiguan las condiciones de riesgo. Existen factores personales que están asociados, unos son los factores personales y que tiene que ver con el temperamento, el estado de salud, y lo biológico, y otros que surgen de la interacción social como el autoconcepto, autoestima, etc. Los otros factores son los externos y estos tienen que ver con el medio ambiente en que se desarrolla el individuo, la familia, la escuela, el ingreso económico, la cultura, etc. (Barcelata, 2015). Estudios acerca de los elementos de la resiliencia mencionan que ésta tiene la capacidad de mejorar y llegar a optimizarse a lo largo del tiempo siempre y cuando los factores de protección relacionados adquieren diferencias positivas a través de la interacción del individuo con su entorno (Zolkoski y Bullock, 2012) eso incrementa la posibilidad de que se eviten situaciones de riesgo. El contexto en el cual pueden existir esos factores tiene que ver con los dominios psicológico, biológico y social, y se sabe que, al interactuar

y presentar diferencias positivas, los factores de protección para mantenerse resiliente se potencian conjuntamente (Leary y DeRosier, 2012) por lo que las investigaciones tienen que considerar la interacción de estos factores con los elementos de la resiliencia (Stanley, 2010).

Comparar individuos resilientes y poco adaptativos implica que enfrentan riesgos similares, pero con diferentes resultados y conduce a la conclusión de que la desalineación está relacionada con rasgos y comportamientos, porque los individuos carecen de competencia social y recursos psicosociales y tienen que adaptarse a las situaciones de manera negativa, y por lo tanto su capacidad para mantener su bienestar se dificulta (Masten, 2001).

Los factores protectores favorecen una importante adaptación positiva en los adolescentes para tener posibilidades de afrontar dificultades en cualquier circunstancia, ya que el desarrollo humano en la adolescencia presenta mayormente riesgos potenciales en el bienestar psicológico (Barcelata, 2011).

1.2.1 Similitudes en afrontamiento, competencia y personalidad resistente y la resiliencia

Existen tres conceptos que están relacionados con la resiliencia: afrontamiento, competencia y personalidad resistente, y aunque comparten en algunos casos intereses por aprender sobre los recursos que tienen los seres humanos para mostrar adaptación ante situaciones que ponen en peligro la estabilidad y la vida, cada constructo tiene características particulares. A continuación, se describirá de manera breve cuáles son esas características:

El concepto de “afrontamiento” está relacionado con la resiliencia, sin embargo, la diferencia radica en que: “el afrontamiento es parte de los recursos que intervienen en el desarrollo de la resiliencia” (Barcelata, 2015, p.13). Además, la resiliencia es un constructo que es de mayor amplitud, ya que el afrontamiento se manifiesta en situaciones de adversidad, mientras que la

resiliencia involucra la presencia de riesgo en cualquier situación. El afrontamiento es un mecanismo que se presenta ante situaciones que amenazan al individuo y estas amenazas rebasan los recursos para enfrentarlas lo cual produce estrés (Lazarus y Folkman, 1991). El afrontamiento incluye a los recursos personales como cogniciones, solución de problemas, habilidades psicosociales.

La competencia es un conjunto de destrezas que permiten al individuo actuar de manera funcional ante la vida. Se refiere más a los procesos de adaptación y de no a los de desadaptación. Existen competencias diversas para cada situación, se puede ser competente ante sólo algunas situaciones. La resiliencia es en función de un contexto determinado, así como las diversas competencias.

El otro concepto similar es el de “hardiness”, que significa una personalidad resistente, dura. La personalidad resistente más bien refuerza la resiliencia. La personalidad resistente son características como el compromiso, percepción del control y el sentido de oportunidad. Estas se activan ante situaciones adversas. Se refiere también a la capacidad de tener el control en situaciones de estrés. La personalidad resistente es una característica de personas resilientes.

Existen similitudes y diferencias entre los conceptos afrontamiento, competencia, personalidad resiliente:

- El afrontamiento tiene similitudes con el concepto de resiliencia como que ambos son mecanismos que se presentan ante una situación amenazante que genera estrés, también ambos incluyen recursos tales como cogniciones, solución de problemas y habilidades psicosociales. Respecto a las diferencias el afrontamiento es parte de los recursos que intervienen en el desarrollo de la resiliencia.

- Las competencias son similares a la resiliencia en que son un conjunto de destrezas para actuar de manera funcional ante la vida. Además, al igual que la resiliencia ambas se presentan en un contexto determinado y también ambas se presentan en procesos de adaptación. La diferencia mayor entre estas está en que se puede ser competente para algunas situaciones y para otras no, mientras que la resiliencia es una característica que aparecerá en la mayoría de las situaciones adversas.
- El concepto de personalidad resistente tiene similitudes con la resiliencia en que es un conjunto de características como el compromiso, percepción del control y el sentido de oportunidad, esto también es parte de la resiliencia, y estas se activan ante situaciones adversas. Sin embargo, la diferencia sería que la personalidad resistente es una característica de las personas resilientes.

Los factores protectores que promueven la resiliencia y generan una adaptación positiva en el individuo se categorizan en individuales, familiares y sociales. En particular pueden presentarse como habilidades de adaptación y cómo se da la valoración del estrés.

1.2.2 Estudios sobre adolescencia y resiliencia

Con un enfoque ecológico transaccional que considera a la resiliencia como un constructo multidimensional, se han realizado diversos estudios en los cuales se han determinado los recursos de la resiliencia frente a un riesgo o estrés que es la pobreza (Barcelata, Durán & Lucio, 2012; Barcelata, 2015; Barcelata & Márquez, 2017).

Los sistemas de desarrollo humano son complejos por lo que algunos autores (Pianta y Walsh, 1998; Crawford, 2006) mencionan que existe una dificultad para manipular las variables que contribuyen de manera significativa en regularizar el riesgo y la resiliencia; por lo que se trata de un fenómeno multifacético que se desarrolla en contexto social amplio.

Los adolescentes que viven en un contexto de pobreza tienen mayor posibilidad de tener problemas de salud mental, entre otros. Sin embargo, se han detectado factores que pueden predicen la resiliencia en adolescentes que viven en pobreza y estos son la capacidad para resolver los problemas, buscar apoyo social y la espiritualidad (Barcelata, Durán & Lucio, 2012; Barcelata & Márquez, 2017).

Un estudio en escuelas públicas de la Ciudad de México (Gómez, 2012) a través del modelo de (Rutter, 1979) menciona que una buena relación con la familia, buena relación con personas de la misma edad, tener una conducta socialmente aceptada, estrategias de afrontamiento adaptativo y adaptación psicológica son elementos que componen la resiliencia en adolescentes. Mencionan que esas cualidades pueden llevar a un desarrollo positivo y que ser resiliente es posible en un contexto en que haya riesgo y vulnerabilidad, aunque los jóvenes no se encuentren en riesgo, pueden ser resilientes si su contexto tiene condiciones adversas.

Algunos de los factores que diferencian a los adolescentes resilientes de los no son resilientes son que los adolescentes resilientes utilizan estrategias funcionales de aproximación o activas, como son la solución de problemas o la búsqueda de apoyo social.

Los adolescentes no resilientes utilizan estrategias disfuncionales de afrontamiento como la rumiación y conductas autolesivas y en menor frecuencia la búsqueda de apoyo social (Barcelata, 2011). Tanto los resilientes como los no resilientes, utilizan la evitación y las respuestas fisiológicas, dentro de la normalidad estadística. También menciona a la evasión como una

estrategia que los protege de posibles daños y eso resulta positivo para la salud. Los adolescentes resilientes utilizan la distracción como una estrategia funcional dependiendo del contexto, esto es más a menudo cuando no pueden ejercer algún cambio sobre el o los sucesos estresantes que viven. Es entonces que la distracción se convierte en una estrategia efectiva para así tomar distancia emocional y lograr algo de control sobre la fuente de estrés (Barcelata, 2011).

Los adolescentes resilientes tienen mayor percepción de apoyo social en su familia, así como, en menor medida, de sus amigos y de otros, en comparación con los adolescentes no resilientes, de ellos se reporta menos unión familiar y menor libertad para expresar sus afectos y emociones, además de menor posibilidad de solucionar problemas familiares. Los adolescentes no resilientes pueden presentar algún tipo de desorden mental o trastorno psicológico, además de personalidad antisocial, contrario a esto los adolescentes resilientes presentan mayor capacidad de control de impulsos, así como menor incomodidad social, menor cantidad de problemas familiares y escolares, menor tendencia a la depresión y ansiedad (Barcelata, 2011; Arenas, 2012).

Respecto a la edad, los adolescentes mayores realizan más a menudo afrontamiento funcional, y los de menor edad afrontamiento disfuncional, esto se puede entender debido a la falta de maduración. Respecto al sexo, las mujeres no resilientes presentan mayor tendencia a realizar estrategias disfuncionales, así como la presencia de problemas emocionales que pueden estar relacionados con personalidad antisocial, ideas de referencia, ansiedad, baja autoestima, introversión social, e inmadurez; además de problemas en la familia y la escuela. Las mujeres resilientes como no resilientes mostraron una mayor tendencia a presentar conductas autolesivas como una estrategia de afrontamiento (Barcelata, 2011).

Un estudio de riesgo suicida para adolescentes obtuvo los factores predictores de la resiliencia y son la aprobación paterna, el ser asertivos, competitivos, dominantes, poco convencionales y equilibrados (Arenas, 2012).

Además, se encontró que la adquisición de habilidades de comunicación y la solución de problemas durante la etapa de la adolescencia, son factores que promueven el bienestar emocional, así mismo, contar con relaciones de apoyo con miembros de la familia, tanto nuclear como extensa, permite fortalecer la autoestima y la autoeficacia (Arenas, 2012).

Algunos rasgos de personalidad que contribuyen en que los adolescentes sean resilientes son que sean flexibles, activos, entusiastas, optimistas, sociables y extrovertidos. Además, el estar orientados al logro, ser amigables, socialmente seguros y competentes, tener buena autoestima y no presentar conducta delictiva, antisocial, y estar libres de ansiedad ni tensiones graves (Arenas, 2012).

Un estudio en México con adolescentes que consumían drogas encontró que el ambiente familiar, las relaciones con los padres y el fortalecimiento de la orientación a futuro y el sentido del humor son elementos de resiliencia favorables para esa población de consumidores ocasionales y experimentales. Además de que de manera negativa impacta en la resiliencia el hecho de que los consumidores que abusan de sustancias pierden la visión del futuro (Córdova, 2006).

En un estudio con adolescentes escolares se menciona que algunas condiciones son promotoras de conductas resilientes como ser mujer y tener un mejor rendimiento académico a comparación con los hombres (Acevedo & Jimenez, 2011).

También mencionan que la estructura familiar en la que los roles del matrimonio están compuestos por un rol del miembro masculino como el proveedor y el rol del miembro femenino como la persona que se encarga de la organización del hogar, favorece conductas resilientes

(Acevedo & Jimenez, 2011). Ser el hermano mayor en la familia también es un factor que favorece conductas resilientes. Otro factor promotor de conductas resilientes es el tamaño de la familia, si es pequeña se promueven mejor las conductas resilientes.

Respecto al nivel socioeconómico también es un factor que puede promover conductas resilientes, así como un auto concepto favorable, esto se refleja también en mejor rendimiento escolar (Acevedo & Jimenez, 2011).

1.2.3 Potencial resiliente

Potencial resiliente se define como como el conjunto de recursos tanto individuales como de contexto cuya interacción genera una adaptación positiva del adolescente ante la presencia de alguna situación de estrés, riesgo y/o adversidad significativa (Rodríguez, 2016). El modelo del desarrollo positivo de la juventud lo cual básicamente estudia las características positivas de los adolescentes y de cuales recursos se pueden desarrollar a lo largo de la vida. Se sustentan en la cualidad flexible del desarrollo, y entonces el desarrollo y la conducta individual y social no se reducen a las influencias genética, sino que más bien lo que se debe enfatizar es el potencial para adaptarse a los cambios y ofrecer conductas a partir de las interacciones entre la persona en desarrollo, las características biológicas y psicológicas, y su familia, comunidad y la cultura.

Con este modelo su busca prevenir conductas de riesgo al desarrollo y también promover conductas positivas (Rodríguez, 2016). Algunos autores han mencionado la importancia de pensar de manera positiva u optimista sobre vivir con los resultados esperados frente a la adversidad (Crawford, 2006; Leary y DeRosier, 2012) debido a una perspectiva positiva. Las perspectivas futuras pueden tener un impacto significativo en las decisiones de los adolescentes al creando acciones más exitosas en la creencia de que darán mejores resultados (Sánchez y Méndez, 2009).

La escala de potencial resiliente en adolescentes mexicanos (Rodríguez, 2016) evalúa través de 8 factores:

1. Pensamiento positivo: La búsqueda de aspectos positivos para afrontar situaciones difíciles que se presentan. También se refiere a la existencia de una propensión a ver y juzgar los eventos de la vida desde una mirada optimista, y así, se esperan resultados más favorables.
2. Afrontamiento comprometido: Son respuestas para aproximarse a las fuentes de estrés o tensión, implica esfuerzo por solucionar los problemas y disminuir estrés.
3. Apoyo familiar: La percepción de recursos de apoyo instrumental, emocional e informativo que se encuentran en la familia del adolescente y puede recurrir para enfrentar problemas y/o situaciones amenazantes.
4. Control percibido: Se refiere a la percepción del adolescente sobre la capacidad para controlar un acontecimiento o una situación particular.
5. Afrontamiento no comprometido: Son las respuestas orientadas a alejarse de los estresores y/o las fuentes de estrés, incluyendo emociones y pensamientos propios.
6. Autocontrol: Es la capacidad para alterar las propias respuestas mediante acciones y pensamientos que pueden apoyar la consecución de los objetivos a corto y largo plazo.
7. Apoyo social: Evalúa percepción del adolescente de ser estimado y de pertenecer a una red de personas quienes se interesan por su bienestar. También la percepción de que con esas personas existe la confianza de expresar emociones, problemas o situaciones difíciles.
8. Espiritualidad: Sentido de vínculo entre el sí mismo y un ser superior. El vínculo se hace más presente ante el afrontamiento de situaciones adversas.

1.2.4 Escala de Recursos Potenciales para la Resiliencia para Adolescentes ERPRA (Rodríguez, 2016):

La escala para medir los recursos potenciales para la resiliencia en adolescentes se compone de 62 reactivos tipo Likert con cuatro opciones de respuesta (totalmente en desacuerdo, en desacuerdo, de acuerdo y totalmente de acuerdo). De esos 62 reactivos se distribuyen en ocho factores:

- Pensamiento positivo (16 reactivos).
- Afrontamiento comprometido (7 reactivos).
- Afrontamiento no comprometido (8 reactivos).
- Apoyo familiar (10 reactivos).
- Apoyo social (5 reactivos).
- Autocontrol (4 reactivos).
- Espiritualidad (3 reactivos).
- Control percibido (9 reactivos).

Fiabilidad del instrumento: es de 0.909 se obtuvo mediante análisis de consistencia interna, se obtuvo alfa de Cronbach.

Varianza explicada: 38.011%

Muestra para la construcción de la escala: 960 adolescentes mexicanos, de la Ciudad de México. Edad de 13 a 18 años, poco más de la mitad fueron hombres, el resto mujeres. Menos del 50% escolaridad bachillerato y la mayoría escolaridad secundaria, más de la mitad de los vivían en familia nuclear, los demás en diversos tipos de familia, uniparental, o con abuelos o tíos como tutores, etc.

Capítulo 2

El estudio del Bienestar en la adolescencia

2.1 Antecedentes: el estudio del Bienestar Subjetivo

A partir de la década de 1970, los estudios sociales se interesaron por aprender respecto a la felicidad en los seres humanos. Con el concepto de “bienestar subjetivo”, se desarrollaron estudios en los cuales se buscaba conocer cuáles eran las condiciones que permitían a las personas ser felices, percibirse socialmente incluidas en comunidades que pudieran ser cada vez más prósperas a través del tiempo, y con ello sentirte más satisfechos en general (Iglesias, Pena & Sánchez, 2013).

Los trabajos de Richard Easterlin fueron de los iniciadores en el campo del estudio del bienestar subjetivo, en ellos se comparó niveles de ingresos y la satisfacción de vida en varios países, de esa forma mostró evidencia que indica que mayores estándares en la economía no mejoraban la calidad de vida de los ciudadanos de aquellos países (Easterlin, 1973).

A partir de eso, las investigaciones se han venido enfocando sobre dos campos: el primero tiene como interés encontrar los determinantes del bienestar subjetivo según contextos y el segundo corresponde al interés de la elaboración de mediciones, además de buscar definir criterios para la aplicación de estos aprendizajes en la aplicación y desarrollo de políticas públicas. El primero está sin duda en el que ha habido más avance (Millán & Castellanos, 2018).

El estudio del bienestar psicológico se encuentra dentro de lo que se llama la psicología positiva. El autor que representa este enfoque es Seligman (2003), el cual menciona que la vida placentera, que implica el disfrute y la obtención del placer produce sentimientos positivos, así como la realización de actividades que generan satisfacción en el presente en donde se ponen en juego las fortalezas personales en la que se obtienen experiencias gratificadoras también producen

sentimientos positivos. La resiliencia y la psicología positiva investigan los procesos del desarrollo del ser humano que tienen que ver con la felicidad y el bienestar emocional.

Los sentimientos como la alegría, fe, espiritualidad, esperanza, optimismo, satisfacción, creatividad contribuyen al bienestar emocional. Esto también promueve las competencias y la resiliencia en las personas. Para obtener lo anterior se debe prevenir el daño causado por un mal autocuidado, la nutrición y mejorar el estilo de vida son actividades que favorecen el desarrollo de los sentimientos positivos.

La Psicología Positiva se define como la ciencia que estudia la experiencia subjetiva y/o las emociones positivas, además de las tendencias individuales y rasgos de personalidad positivos más las instituciones que contribuyen al logro de los dos primeros (Seligman, 1999). Esta corriente psicológica, tiene como objetivo la promoción de la salud y el bienestar psicológico, complementa el modelo patogénico que enfatiza la prevención de la enfermedad mental. La psicología estudia la enfermedad y también la fortaleza y la virtud (Seligman, 1999).

En México se han desarrollado estudios sobre el bienestar subjetivo y a través de los auto reportes, se han obtenido indicadores de que tanto en hombres como en mujeres el bienestar subjetivo va decreciendo al mismo tiempo en que la edad va incrementando (Martínez, 2018). Según Martínez (2018) cuanta más satisfacción perciba un mexicano respecto de su bienestar, con su ocupación laboral, las relaciones con su familia cercana, su vida personal, las condiciones físicas del lugar de trabajo y sus circunstancias financieras, más probable es que tenga altos niveles de bienestar subjetivo. A mayor convivencia con los seres queridos existe una probabilidad más alta de ser feliz, así como tener un sueldo alto y una pareja con la cual convivir, favorece que el individuo tenga bienestar subjetivo (Martínez, 2018).

De las primeras investigaciones sobre bienestar desde la psicología centraban su atención en el constructo de felicidad o eudemonía. Los estudios buscaban el reporte de la percepción que las personas tenían acerca de su propia felicidad, fue en estos que el término de eudemonía se sustituyó por el de “bienestar” (Bradburn, 1969; Wilson, 1967). Para esto, se propuso un modelo de la estructura del bienestar el cuál tenía las dimensiones de afecto positivo y negativo, además de una escala que pudiera generar un balance para medir las dimensiones antes mencionadas (González, 2013).

Fue en el 1974 en que aparecen cuando se ocupa el término bienestar subjetivo como un tema de estudio en la revista internacional llamada: “Social Indicators Research”, la cual se interesaba en publicar investigaciones en temas de calidad de vida desde el campo de la sociología (Anguas, 1997). En muchos países, entre ellos México, el bienestar subjetivo crece conforme la edad, a mayor edad se está más satisfecho con la vida (Anguas, 1997).

En el estudio del bienestar se han desarrollado dos corrientes de estudio (Page & Vella- Brodick, 2009). Ambas tienen como objeto de estudio la felicidad, sin embargo, la primera corriente se enfoca en el punto de vista hedonista, el interés está en identificar el balance entre afecto positivo/negativo y junto a la medición de satisfacción de vida (Keyes, 2007). La segunda corriente está relacionada con la eudemonía en el ser humano en ésta se entiende el bienestar como un proceso de búsqueda y del logro de la realización personal (auto-realización), además de la signification personal y de la auto-determinación (Keyes, 2007; Page & Vella- Brodick, 2009).

Por lo general no aparecen explícitas en la literatura definiciones de bienestar subjetivo que permitan tener un parámetro básico de lo que se entiende por ese fenómeno. Las definiciones tienen las siguientes características (Diener, Suh, Lucas & Smith, 1999):

- El bienestar se define como la valoración positiva que el individuo hace de su propia vida, (Campbell, 1981), está relacionado con los estudios de satisfacción de vida (Campbell, 1981; Diener & Diener, 2009).
- El bienestar es la diferencia entre los sentimientos o afectos positivos sobre los afectos negativos. Se midió a través de la Escala de Balance Afectivo (Bradburn, 1969). Una persona es feliz cuando la experiencia afectiva positiva se reporta como superior a la experiencia afectiva negativa (Bradburn & Caplovitz, 1965).
- La definición del bienestar como algo más que simplemente sentirse bien (Ryff, 1989). Es por eso que se propuso un modelo multidimensional de bienestar psicológico que se enfoca en la realización de metas y el funcionamiento del ser humano.

Los estudios y las mediciones desarrollados hasta ese momento sobre bienestar tenían algunos obstáculos respecto al bienestar, no sólo como un constructo, sino como un campo de estudio (Diener, Suh, Lucas & Smith, 1999), no había una definición que pudiera considerarse como generalizada respecto de lo que se quería describir como felicidad o bienestar. Además de que la forma de medir tenía problemas ya que inicialmente la propuesta para describir y evaluar no tenía un fundamento en la definición. Existía un desacuerdo respecto a la definición de bienestar, y, por lo tanto, no había un modelo de base que pudiera dar sentido a las mediciones subjetivas de la diferencia entre afectos positivos y negativos frente a las características funcionales del ser humano, los estudios se mantenían en el bienestar subjetivo y estaban orientados a aprender de los adultos mayores, que ya contaban con una vida recorrida, como si la felicidad se encontrar al final del camino y no durante todo el proceso de vida.

Las dificultades por las que pasó el estudio del bienestar son (Ryff, 1989):

- El primero es sobre la definición del constructo de bienestar.
- La ausencia de fundamento teórico para fundamentar el concepto de bienestar psicológico.
- La ausencia de considerar el funcionamiento positivo del ser humano para entender el bienestar psicológico.
- Que se enfocaron en la discusión y el balance entre el afecto positivo y negativo, y esto hace que el constructo se mantenga en la idea de la subjetividad, que si se contrasta con la funcionalidad del ser humano podría aportar mejor para entender el constructo.
- Al intentar evaluar el balance entre afecto positivo y negativo, se encontró que la relación entre ambas era insuficiente para definir el constructo, pues una no predecía a la otra.
- El concepto de eudemonía en los griegos tenía más semejanza a lograr algo en lo que uno está juntando sus esfuerzos y de esa forma se direcciona la existencia, más que en un sentimiento de placer en un momento determinado.
- Por último, los instrumentos que se utilizaron para definir la estructura del bienestar subjetivo, fueron instrumentos gerontológicos que se crearon con el fin de estudiar a personas que logran un envejecimiento exitoso de las que no lo hacen.

A partir de eso se desarrolla un modelo de seis dimensiones que considera las características funcionales en el ser humano y que permite estudiar el bienestar psicológico, ya no bienestar subjetivo, en cada etapa de la vida y no en un momento determinado como sería la vejez.

2.1.2 Bienestar psicológico, modelo de seis dimensiones.

El Bienestar Psicológico (BP) se refiere a aspectos relacionados al funcionamiento positivo de las personas, al esfuerzo por perfeccionarse y a la realización del propio potencial (Ryff, 1995). Se debe considerar la etapa de desarrollo en la que se encuentra, las actividades que realiza y los roles que tiene. En la adolescencia existen ciertas situaciones que los individuos en esta etapa deben enfrentar. La noción de bienestar psicológico en el individuo depende de los siguientes factores: socioeconómicos, laborales, relacionales y ambientales.

Ryff (1989) propone un modelo multidimensional compuesto por seis dimensiones:

1. **Autoaceptación:** es uno de los criterios centrales del bienestar. Las personas intentan sentirse bien consigo mismas incluso siendo conscientes de sus propias limitaciones. Tener actitudes positivas hacia uno mismo es una característica fundamental del funcionamiento psicológico positivo.
2. **Relaciones Positivas:** la capacidad de mantener con otras personas es un factor de funcionamiento psicológico positivo (Ryff y Singer, 1998). La gente necesita mantener relaciones sociales estables, personas en quienes pueda confiar, por ejemplo: tener amigos. Ser capaz de amar es un componente del bienestar psicológico y de la salud mental (Ryff, 1989).
3. **La autonomía:** Para poder sostener su propia individualidad en diferentes contextos sociales, las personas necesitan asentarse en sus propias convicciones (esto es la autodeterminación). También es importante mantener su independencia y autoridad personal. La autonomía permite resistir en mayor medida la presión social y autorregular el comportamiento.

4. El dominio del entorno, es decir, la habilidad personal para elegir o crear entornos favorables para satisfacer los deseos y necesidades propias, es otra de las características del funcionamiento positivo. Las personas con un alto dominio del entorno poseen una mayor sensación de control sobre el mundo y se sienten capaces de influir sobre el contexto que les rodea.
5. Propósito en la vida: las personas necesitan perseguir metas, definir objetivos que permitan dotar a la vida de sentido.
6. Crecimiento personal: Se debe tener empeño para desarrollar potencialidades propias, es decir, seguir creciendo como persona y llevar al máximo las capacidades.

Con el modelo de las seis dimensiones se han desarrollado diversos estudios que han permitido comparar las evaluaciones de las seis dimensiones con datos sociodemográficos en diversas poblaciones. Los estudios han comparado hombres y mujeres, además de rangos de edad con las dimensiones del bienestar psicológico.

2.2 Estudios sobre Bienestar Psicológico

En estados unidos se desarrolló un estudio (Ryff ,1989) en donde participaron 321 hombres y mujeres, respecto a la edad se organizaron en tres grupos: jóvenes, adultos tempranos y en edad adulta tardía. El rango de edad fue de 19 a 74.9 años y un alto nivel educativo y económico. Los resultados indicaron que en el ámbito de propósito de vida y de autonomía, los participantes del rango de edad adulta temprana obtuvieron puntajes mayores, a comparación de los de edad adulta tardía y de los jóvenes. Respecto al ámbito de dominio del ambiente los resultados más altos los

obtuvieron los del rango de edad adulta temprana y edad adulta tardía. En el ámbito de crecimiento personal las puntuaciones más altas fueron a de los participantes de rangos de edad jóvenes y edad adulta temprana. En el ámbito de relaciones positivas y en el de autoaceptación no se registraron diferencias en los grupos de edad. Por último, al comparar entre hombres y mujeres, las mujeres obtuvieron más altos los puntajes en el ámbito de relaciones positivas con otros y en crecimiento personal.

En un estudio posterior en estados unidos se confirmaron los datos anteriores, se aplicó la versión corta de la escala BP (Ryff & Keyes, 1995). Este se desarrolló con una muestra de 1108 adultos con los tres grupos de edad anteriores: jóvenes, edad adulta temprana y edad adulta tardía. Hubo algunas diferencias respecto a que en el ámbito de dominio del ambiente y autonomía incrementaban respecto a cómo avanza el tiempo en la edad adulta temprana. En el ámbito de dominio del ambiente y autonomía se iban reduciendo los puntajes conforme avanza la edad. No hubo diferencia importante en el ámbito de autoaceptación y en el de relaciones positivas con otros entre los tres grupos de edad. Un aspecto a resaltar es el caso en que en ambos estudios las mujeres, no importa la comparación del grupo de edad, obtienen puntuaciones mayores que los hombres en las dimensiones de crecimiento personal y la de relaciones positivas con otros (Ryff, 1989; Ryff & Keyes, 1995).

Un estudio con adolescentes y bienestar en Murcia, España, utilizando un marco teórico de bienestar diferente al de las seis dimensiones, sin embargo, se encontró que, en la forma de medir, en las mujeres de 12 años tienen un menor bienestar en dimensiones como nivel de vida, la salud, los logros en la vida, las relaciones personales, la seguridad personal percibida, con los grupos de pertenencia y la seguridad por el futuro (Viñas, González, García, Malo y Casas, 2015). Lo que se dice respecto a estos bajos niveles es que puede estar relacionado al momento de vida de las

mujeres adolescentes, ya que transitan por temas de insatisfacción con la imagen corporal, cambios hormonales de la adolescencia, entre otras cosas como dificultades emocionales como la depresión y baja autoestima (Viñas, et al., 2015).

En Valencia, España, se comparó el bienestar con jóvenes que habían consumido drogas y otros que no habían consumido, se encontró que la percepción de bienestar es menor en los jóvenes, sin importar sexo, que han consumido de drogas a diferencia de los que no han consumido (González, Montoya, Casullo & Bernabéu, 2002).

En otro estudio con adolescentes en Inglaterra se encontró que hay una marcada diferencia respecto al sexo en el bienestar. Las mujeres reportaron baja autoestima y niveles más altos de autoeficacia negativa, en comparación con los adolescentes hombres; las niñas también informan mayor infelicidad y preocupaciones pasadas más frecuentes; además de un menor bienestar percibido (Bergman & Scott, 2001).

En Italia se desarrolló un estudio para comparar la autoeficacia y el BP, los participantes tenían edades entre 12 a 18 años. En las dimensiones de crecimiento personal, relaciones positivas con otros, propósito de vida y autoaceptación los del grupo de 16 años obtuvieron puntajes mayores que los de 12 y 18 años, los cuales tuvieron los puntajes más bajos en esos ámbitos. El mayor puntaje en el ámbito de autonomía lo obtuvieron los de 18 años (Sagone & De Caroli, 2014). En la comparación entre hombres y mujeres los hombres tuvieron puntuaciones mayores que las mujeres en BP, en las dimensiones de control del entorno y autoaceptación. Los investigadores concluyeron que los jóvenes de adolescencia media en Italia parecen mostrarse con apertura a nuevas experiencias y se esfuerzan por lograr sus metas y fortalecer su autoestima y potencial humano. Respecto a la diferencia en sexo, los hombres adolescentes en Italia tienen mayores facilidades para desarrollarse en su medio y tienen mayores posibilidades en el desarrollo de

actividades y oportunidades para elegir las que más se adecuen a sus valores personales y cubran sus necesidades, además de que se valoran positivamente a nivel físico y sus habilidades personales (Sagone y De Caroli, 2014).

En India desarrollaron un estudio para relacionar satisfacción de vida con bienestar percibido en pre-adolescentes (12 a 15 años) y adolescentes (16 a 18 años). La escala de medida para el bienestar fue diferente a la de los seis factores de Ryff. La escala utilizada cuenta con seis ítems que son control personal y de los eventos, felicidad, desempeño social, autoestima, equilibrio mental y sociabilidad. No hubo gran diferencia en la escala de percepción del bienestar entre hombres y mujeres, aunque las mujeres tuvieron una media más alta en el ámbito de autoestima y de equilibrio mental. Los adolescentes puntuaron mayormente en los ámbitos de control personal y de los eventos, sociabilidad y equilibrio mental, mientras que los pre-adolescentes puntuaron más alto en felicidad, desempeño social y en autoestima (Rathu & Rastogi, 2007).

En Santiago, Chile, se hizo un estudio con 26 adolescentes de 13 a 16 años, pertenecientes a cuatro clubes de tenis distintos (Romero, Zapata, García-Mas, Brustad, Quiroz & Letelier, 2010). Compararon las respuestas en adolescentes tenistas y no tenistas, encontraron puntuaciones con mayor frecuencia en los jóvenes tenistas en las dimensiones de autoaceptación, propósito de vida y crecimiento personal. Así como diferencias no tan significativas en relaciones positivas, dominio del entorno y autonomía, con respecto a adolescentes no tenistas.

Un estudio en adolescentes argentinos (de tres regiones diferentes región metropolitana, noroeste y Patagonia), la edad de los adolescentes fue de 13 a 18 años (Casullo & Castro-Solano, 2000). Los resultados indicaron que se obtuvieron fue una alta puntuación en los niveles de satisfacción pues los adolescentes presentan altos niveles en desarrollo en objetivos de vida. En la comparación por sexo, los hombres puntuaron mayormente en el ámbito de auto aceptación en

comparación con las mujeres. Las mujeres tuvieron puntajes más altos en el establecimiento de vínculos y en el control de la situación. Según los resultados, se puede concluir que el control de la situación y el establecimiento de vínculos, es lo que favorece el bienestar psicológico en las mujeres.

2.2.2 Bienestar psicológico en adolescentes en México

La percepción del bienestar subjetivo se relaciona con el incremento de la edad, a mayor edad mayor percepción de bienestar y satisfacción de la vida, además esa satisfacción tiene que ver con el clima en la familia, pues es en ese sistema y contexto (Bronfenbrenner, 1979) donde tiene lugar la expresión emocional del cariño, afecto, la alegría y la felicidad, como características de la cultura en México. Esto se encontró en las puntuaciones altas en el ámbito de afectividad positiva y dan por confirmada la importancia que tiene para los adolescentes la familia como contexto de expresión emocional, lo cual confirma que la cultura mexicana es colectivista (Díaz-Guerrero, 1993; Anguas, 1997; García, 1999). También la religión es una parte importante de las puntuaciones en bienestar subjetivo, y eso permite percibir satisfacción con la vida (García, 1999).

En Colima se estudió el bienestar subjetivo en 1000 participantes agrupados en 5 rangos de edad: adolescente (14-18 años), adolescente tardío (19-22 años), joven adulto (23-20 años), adulto (31-38 años) y adulto tardío (39-55 años), la mitad fueron hombres y la otra mitad mujeres (Laborín & Vera, 2000). Los resultados encontrados muestran que los adolescentes que se perciben más satisfechos con su vida esperan un reforzamiento como consecuencia de su conducta, tienen emociones y sentimientos más frecuentemente y son más intensos que los que no se perciben satisfechos, y expresan dar un sentido positivo a problemas.

En una población tsotsil la satisfacción de la vida se relaciona con puntuaciones altas en las dimensiones de relación con los otros y relaciones con la familia. Los participantes tsotsiles reportan altos puntajes de felicidad relacionados con los colectivos sociales y familiares, lo cual nos habla de que su cultura tiende a ser colectivista (Vera, Zavaleta, Solís, Hernández & Santiz, 2011). Respecto a la orientación al logro, los puntajes fueron bajos en comparación con una población urbana, esto puede tener sentido ya que el trabajo, la competitividad, la evaluación social y comparación con los otros son características de la cultura de las zonas urbanas (Laborín & Vera, 2000).

Los adolescentes que presentan niveles altos de bienestar subjetivo reportan mayor variedad de estilos de afrontamiento (Verdugo, Ponce de León, Guardado, Meda, Uribe & Guzmán, 2013). Además de que la edad no mostrar diferencias en cuanto al grado de bienestar subjetivo. Los adolescentes entre 14 y 16 años dan mayor importancia a relaciones de pares, a la afirmación personal y a la sociabilidad al evaluar el nivel personal de satisfacción con la vida (Verdugo et al., 2013).

Se desarrolló una escala considerando el marco teórico de las seis dimensiones de Ryff, y se comparó con una escala hecha en argentina (Casullo et al., 2000). Tanto en la población mexicana como en la argentina se eliminó la dimensión de autonomía. (González & Andrade, 2016). En otros países parece ser un constructo clave en la cultura de los adolescentes, pero en Latinoamérica los adolescentes viven junto a sus padres y son dependientes de ellos emocional y económicamente (Casullo et al, 2002; González & Andrade, 2016). Se encontró que los estudios los adolescentes de 14 a 20 años tienden a mostrar un bienestar psicológico ligeramente mayor en comparación con los jóvenes que tienen conductas de riesgo (González, 2013).

Los adolescentes mexicanos de 12 a 18 años evaluados con la escala de BIEPS-J (González, 2013) de las seis dimensiones de Ryff. Los resultados parecen indicar que los adolescentes en están satisfechos con su vida (Rivas, 2015). Estos datos sugieren que la satisfacción es un indicador del desarrollo positivo en los adolescentes, pues la baja satisfacción con la vida se asocia con problemas psicológicos, sociales y de comportamiento, los altos niveles de satisfacción con la vida están relacionadas con una buena adaptación y salud mental óptima en los adolescentes (Rivas, 2015). En comparación entre sexos se encontró que los hombres están más satisfechos en sus atributos y en logros personales a diferencia de las mujeres. También hubo diferencias en las dimensiones de autoconcepto y auto-control, los hombres obtuvieron puntuaciones mayores y en las dimensiones de planes a futuro y rechazo personal las mujeres obtuvieron mayores puntajes (Rivas, 2015).

Independientemente del sexo, los adolescentes de menor edad se sienten más satisfechos en los dominios: calidad de vida, logros y en la satisfacción global (Rivas, 2015).

En México, se realizó una investigación (López, 2016) en donde se asocian las estrategias de afrontamiento en adolescentes con el bienestar psicológico. Para lo anterior se desarrolló una escala que pudiera medir el bienestar psicológico der acuerdo al modelo de Keyes.

En el estudio (López, 2016) la dimensión más alta fue planes a futuro, la más baja fue rechazo personal. Keyes, et al., (2002) menciona que el ser humano debe perseguir metas para dar sentido a la vida, además de empeñarse por desarrollar sus propias potencialidades, crecer como persona y desarrollar las capacidades propias.

El estudio muestra que los adolescentes tanto mujeres como hombres de 12 a 18 años indicaron tener del desarrollo positivo, así como de salud mental (López, 2016). Las mujeres tienen mayor

orientación hacia la autotranscendencia, la importancia del bienestar y armonía con los demás, mientras que los hombres se orientarían más hacia la autopromoción, la búsqueda de objetivos y metas individuales y el poder sobre personas y recursos.

Además, existieron datos de que en general los adolescentes tienen poco control de impulsos. La presencia de niveles suficientes de bienestar psicológico es un indicador de salud mental (López, 2016).

Se ha estudiado el bienestar psicológico en adolescentes mexicanos (López, 2016) y se propuso una escala que pueda dar cuenta de las dimensiones siguiendo el modelo de Ryff (1989).

Las dimensiones por medir para el bienestar psicológico en adolescentes son: planes a futuro, crecimiento personal, propósito en la vida, relaciones positivas con otros, autoaceptación, control parental y rechazo personal. Las anteriores se basan en el modelo descrito anteriormente y las modificaciones tienen que ver con las características particulares de la población de adolescentes en México.

2.3 Escala de Bienestar psicológico BIEPS-J (González & Andrade, 2016; González, 2013):

La escala se compone de 29 reactivos tipo Likert con cuatro opciones de respuesta (totalmente de acuerdo, de acuerdo, en desacuerdo y totalmente en desacuerdo). Está conformada por siete factores:

- Crecimiento personal (6 reactivos): Disposición, apertura e interés del adolescente para informarse continuamente y desarrollar su potencial y sus capacidades personales.

- Relaciones positivas con otros (5 reactivos): Percepción del adolescente respecto a sus habilidades/dificultades para establecer relaciones respetuosas y cordiales con los otros.
- Proyecto de vida (4 reactivos): Percepción del adolescente sobre la relevancia de establecer metas/objetivos personales a futuro y habilidad para relacionar sus esfuerzos actuales con el logro de metas en los próximos años.
- Planes a futuro (4 reactivos): Percepción del adolescente sobre la relevancia de establecer metas planes a futuro y habilidad para relacionar esfuerzos con el logro de metas.
- Autoaceptación (4 reactivos): Aceptación o rechazo de sus capacidades y limitaciones personales.
- Rechazo personal (3 reactivos): Dimensión que mide el rechazo de las capacidades y limitaciones personales.
- Control personal (3 reactivos): Percepción del adolescente respecto a su capacidad para controlar sus impulsos, carácter y comportamiento, aun cuando esté alterado emocionalmente.

La varianza explicada es del 60.51%.

Muestra para la construcción de la escala: muestreo no probabilístico 940 estudiantes de nivel medio superior de 14 a 20 años. Más de la mitad mujeres y el resto hombres.

Capítulo 3.

Investigación

3.1 Justificación

Según la encuesta Intercensal de 2015 (Instituto Nacional de Estadística y Geografía, 2017) en el país habitan 30.6 millones de jóvenes de 15 a 29 años que representan el 25.7% de la población total en México. Los estudios científicos sobre adolescencia permiten tener información sistemática y replicable como producto del método científico aplicado para conocer aspectos de esa población en nuestro país.

La Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT, 2006) reporta datos sobre adolescentes de entre 10 y 19 años, teniendo una muestra total de 25056 entrevistados, que representan a 22874970 del total en México. El 50.8% son hombres y el 49.2% mujeres, la encuesta arrojó los siguientes datos sobre la salud en los adolescentes: los adolescentes en este rango de edad que han consumido más de 100 cigarrillos en la vida es de 7.6 %; del total de los adolescentes el 17.7% consumen alcohol, es mayor el consumo en hombres (21.4%) que en mujeres (13.9%); el 14.4% de los adolescentes reportó haber tenido relaciones sexuales, sobre la primer relación sexual el 63.5% de hombres declaró utilizar condón, el 8% hormonas y el 29% no usó ningún método, en mujeres esto es menor ya que el 38% de ellas reportó usar condón y el 56.6% mencionó no haber utilizado anticonceptivos; la tasa de embarazos en adolescentes de entre 12 y 19 años son de 79 por cada mil mujeres; la preocupación de engordar, consumir demasiada comida o perder el control de lo que se consume en los adolescentes fue de 18.3%, y esto puede favorecer la presencia de conductas alimentarias de riesgo; por último, la prevalencia del suicidio en adolescentes fue de 1.1%, mayor para las mujeres que en los hombres de entre 16 a 19 años.

Lo anterior nos permite entender la importancia de los estudios sobre adolescencia y la capacidad de tener los recursos para enfrentar situaciones de estrés (resiliencia), ya que están expuestos a prácticas sociales de riesgo que pueden llevar al consumo de sustancias y caer en situaciones como son el alcoholismo y el tabaquismo. Sobre las prácticas sexuales, el riesgo existe ya que pueden tener repercusiones como embarazos no deseados, o adquirir una infección de transmisión sexual (ENSANUT, 2006).

Cruz, Maganto, Montoya y González (2002) desarrollaron un estudio en España en donde se evidenció que entre menor edad los resultados eran menores los puntajes en la escala adaptada para adolescentes sobre Bienestar Psicológico, se aplicó con adolescentes de 14 a 18 años. Por otra parte, y más cercano a nuestra cultura, González y Andrade (2016) obtuvieron el desarrollo y adaptación de una escala de Bienestar Psicológico para adolescentes mexicanos con participantes de 15 a 20 años de edad. Por lo anterior el rango de edad de adolescentes escolares elegido es de 13 a 19 años, de esta manera se puede precisar el estudio continuando las aportaciones de otros investigadores y comparando este rango de edad con las investigaciones anteriores.

Tenemos la posibilidad de cuantificar cuáles son los recursos que permiten la resiliencia, además de tener la posibilidad de relacionarlos con los rasgos del bienestar psicológico en los adolescentes. En este estudio se pretende encontrar las relaciones entre cada uno de los factores que componen la medición del bienestar psicológico y el potencial resiliente, y comparar los grupos entre hombres y mujeres y entre rangos de edad, además de cada uno de los atributos de las escalas que miden lo queremos medir.

La relación obtenida entre variables de edad y bienestar psicológico es escasa, por lo que sería adecuado trabajar con poblaciones de distintos momentos en el ciclo del desarrollo (Casullo & Castro-Solano, 2002) en este caso es pertinente estudiar el bienestar psicológico en adolescentes

de 13 a 18 años. La mayoría de las investigaciones encontradas en México evalúan los componentes cognitivo o afectivo, el bienestar subjetivo, y a pesar de que el modelo se adapta a la población mexicana (Anguas, 1997), el modelo de seis dimensiones considera más ampliamente el constructo de bienestar y también se adapta a la población de adolescentes mexicanos (González & Andrade, 2016).

Existen diferentes resultados en la comparación de la edad y las puntuaciones del bienestar psicológico. En Argentina el BP se mantuvo a lo largo de la adolescencia (Casullo & Castro, 2000). En las variables de planes a futuro, propósito de vida, relaciones positivas y crecimiento personal los adolescentes mexicanos de menor edad tuvieron puntuaciones más altas (Rivas, 2015). Parece ser que los adolescentes mexicanos sobreestiman su percepción del BP se requiere para verificar esta interpretación propuesta (Rivas, 2015).

Investigar el bienestar psicológico en adolescentes mexicanos desde el modelo multidimensional permite identificar las dimensiones del constructo y luego facilitar las aplicaciones y de esa forma promover el bienestar en la joven población mexicana. Respecto a esto se ha desarrollado un modelo de terapia de bienestar psicológico (Fava, 1998).

Por otra parte, existe evidencia respecto a cómo la familia tiene influencia en el desarrollo de recursos de resiliencia (Barcelata y Rodríguez, 2016) así como de elementos de bienestar psicológico (Casuyo, 2022). En ambas dimensiones, es significativo la manera en que la familia se estructura y las condiciones que pueden tener los adolescentes para su desarrollo psicosocial. Si la familia tiene elementos que favorezcan una influencia positiva el adolescente podrá desarrollarse con plenitud tanto en el presente como en el futuro que quiera formar para sí mismo, así como de su integración dentro de la sociedad adulta. Lo anterior facilitará la toma de decisiones y permitirá conseguir seguridad para asumir responsabilidades importantes que permitan un

desarrollo adecuado a las circunstancias en la sociedad. Es por ello que se propone en esta investigación facilitar las relaciones entre el contexto familiar y los aspectos de resiliencia y felicidad, y de esta manera generar información que permita incluso tener un camino más en la travesía del proceso psicoterapéutico del adolescente en el contexto familiar.

El conocimiento acerca de la relación entre los recursos de resiliencia y el bienestar psicológico en adolescentes permitirá tomar como referencia la información obtenida a través de lo que reportan los adolescentes participantes para el desarrollo de posibles programas de prevención y aplicación de posibles intervenciones psicoterapéuticas. Además, también podrán beneficiarse programas que tengan como objetivo el desarrollo de adolescentes en ambientes escolares y/o institucionales.

3.2 Pregunta de investigación:

¿Qué relación existe entre las variables de bienestar psicológico, potencial resiliente y su contexto familiar en adolescentes escolares de 13 a 19 años que vivan en la CMDX?

3.3 Objetivo:

Objetivo general

Analizar la relación entre el bienestar psicológico, potencial resiliente y su contexto familiar en adolescentes de 13 a 19 años que vivan en la CMDX.

Objetivos específicos:

Describir los niveles de bienestar psicológico y el potencial resiliente:

- Comparar si existen diferencias en el bienestar psicológico y el potencial resiliente con respecto al sexo.
- Determinar si existe relación entre el bienestar psicológico y el potencial resiliente en cada una de sus dimensiones.

Describir los aspectos del contexto familiar en los adolescentes:

- Describir la estructura familiar (número de hermanos, si duermen juntos en el mismo cuarto, con qué familiares viven, cuánto dinero producen en la familia) y características sociales del subsistema de papá y mamá (escolaridad, estado civil y grado de estudios), así como características del subsistema del adolescente (promedio escolar en el último año).

3.4 Tipo de estudio

Se propone un tipo de estudio correlacional. Se pretende conocer cómo al incrementar una se va a relacionar con el incremento de la otra, en sus factores particulares entre las variables de potencial resiliente y bienestar psicológico.

3.5 Variables

Definición conceptual:

- Bienestar psicológico: el bienestar psicológico se define como los aspectos relacionados al funcionamiento positivo de las personas, al esfuerzo por perfeccionarse y a la realización del propio potencial (González, 2013).

- Potencial resiliente: conjunto de recursos individuales y contextuales cuya interacción favorece la adaptación positiva en el adolescente ante presencia de estrés y/o riesgo (Barcelata y Rodriguez, 2016; Rodríguez, 2016).
- Contexto familiar: De acuerdo a la toma de datos sociodemográficos podremos conocer el tipo de estructura familiar, número de hermanos, edad del padre, edad de la madre, escolaridad del padre, escolaridad de la madre, ocupación del padre, ocupación de la madre, estado civil del padre, estado civil de la madre, dinero familiar percibido, dinero para gastar diario, ingreso mensual aproximado de la familia, número de personas que duermen en el mismo cuarto y promedio escolar en el último año.

Definición operacional:

- Bienestar Psicológico: puntaje obtenido de la Escala de Bienestar psicológico BIEPS-J (González & Andrade, 2016; González, 2013).
- Potencial resiliente: puntaje que se obtiene en la Escala de Recursos Potenciales para la Resiliencia para Adolescentes (Barcelata y Rodriguez, 2016; Rodríguez, 2016).
- Contexto familiar: La elección de las respuestas de los datos sociodemográficos respecto a las condiciones de la organización familiar.

3.6 Hipótesis**Hipótesis de trabajo:**

- Los adolescentes que tengan altos puntajes en potencial resiliente obtendrán también puntajes ligeramente mayores en el bienestar psicológico, en comparación con los que tengan bajos puntajes de potencial resiliente.

Hipótesis conceptual:

- El potencial resiliente repercute en el puntaje de la percepción de bienestar psicológico según López (2016) y Godoy, López, Martínez, Gutiérrez y Vázquez, (2013).

Hipótesis estadística:

- Hi: Existen diferencias estadísticamente significativas entre hombres y mujeres en el bienestar psicológico.
- Ho: No existen diferencias estadísticamente significativas entre hombres y mujeres en el bienestar psicológico.
- Hi: Existen diferencias estadísticamente significativas entre hombres y mujeres en el potencial resiliente.
- Ho: No existe relación entre el bienestar psicológico y potencial resiliente en los adolescentes.

3.7 Participantes

Participan adolescentes de 13 a los 19 años, de sexo masculino y femenino que vivan en CDMX y asistan a la escuela, en nivel secundaria y bachillerato. En total se obtuvo la participación de 391 participantes, con 153 varones (39.1%) y 238 mujeres (60.9%), con un rango de edad de 13 a 21 (Media= 14.65, DE= 1.81) en zona metropolitana de la república mexicana.

Criterios de inclusión:

- Adolescentes de 13 a 19 años.
- Que actualmente cursen estudios de secundaria o bachillerato.

Criterios de exclusión:

- Que tengan alguna discapacidad física o intelectual.
- Que no cursen estudios de secundaria o bachillerato.

3.8 Instrumentos

Escala de Recursos Potenciales para la Resiliencia para Adolescentes ERPRA

La escala para medir los recursos potenciales para la resiliencia en adolescentes se compone de 62 reactivos tipo Likert con cuatro opciones de respuesta que va del 1 al 4 (1= totalmente en desacuerdo, 2= En desacuerdo, 3= De acuerdo y 4= Totalmente de acuerdo). Con un alfa de Cronbach de 0.909 y varianza explicada de 38.011%, tenemos propiedades psicométricas aceptables.

Son 62 preguntas que se agrupan en ocho los factores:

1.- Pensamiento positivo (16 reactivos): Hace referencia a la búsqueda de los aspectos positivos para hacer frente a las situaciones difíciles que se presentan. Asimismo, alude a la existencia de cierta propensión a ver y juzgar las cosas bajo un aspecto más optimista y a esperar resultados favorables en la vida.

2.- Afrontamiento comprometido (7 reactivos): Factor que hace referencia a las respuestas de aproximación hacia las fuentes de estrés o tensión, lo cual implica esfuerzos por solucionar los problemas y disminuir el estrés.

3.- Apoyo familiar (10 reactivos): Factor que evalúa la percepción de los recursos de apoyo instrumental, emocional e informativo dentro de la familia con los que el adolescente cuenta y puede recurrir para enfrentar sus problemas o situaciones amenazantes.

4.- Control percibido (9 reactivos): Explora la percepción del adolescente con respecto al control, o capacidad para controlar un acontecimiento o situación.

5.- Afrontamiento no comprometido (8 reactivos): Factor que alude a las respuestas orientadas a tomar distancia o alejarse de los estresores y/o las fuentes de estrés, incluyendo las propias emociones y pensamientos.

6.- Autocontrol (4 reactivos): Factor que se refiere a la capacidad para alterar las propias respuestas mediante acciones y pensamientos que pueden apoyar la consecución de los objetivos a corto y largo plazo.

7.- Apoyo Social (5 reactivos): Factor que evalúa la percepción del adolescente de que es estimado y que forma parte de una red de personas que se preocupan por su bienestar, con las cuales existe la confianza para poder expresar emociones, problemas o dificultades.

8.- Espiritualidad (3 reactivos): Alude al sentido de conexión entre el sí mismo y un ser de naturaleza superior, que se asocia con el afrontamiento de situaciones adversas.

Escala de Bienestar psicológico BIEPS-J

La escala se compone de 29 reactivos tipo Likert con cuatro opciones de respuesta que va del 1 al 4 (1= totalmente en desacuerdo, 2= En desacuerdo, 3= De acuerdo y 4= Totalmente de acuerdo). Tenemos propiedades psicométricas: Kaiser-Meyer-Olkin= 0.911, Prueba Barlett Chi-cuadrado

aproximado= 12032.95, $gl= 496$; varianza explicada de 60.51%. Está conformada por siete factores:

- 1.- Crecimiento personal (6 reactivos): Disposición, apertura e interés del adolescente para informarse continuamente y desarrollar su potencial y sus capacidades personales.
- 2.- Relaciones positivas con otros (5 reactivos): Percepción del adolescente respecto a sus habilidades/dificultades para establecer relaciones respetuosas y cordiales con los otros.
- 3.- Proyecto de vida (4 reactivos): Percepción del adolescente sobre la relevancia de establecer metas/objetivos personales a futuro y habilidad para relacionar sus esfuerzos actuales con el logro de metas en los próximos años.
- 4.- Planes a futuro (4 reactivos): Percepción del adolescente sobre la relevancia de establecer metas planes a futuro y habilidad para relacionar esfuerzos con el logro de metas.
- 5.- Autoaceptación (4 reactivos): Aceptación o rechazo de sus capacidades y limitaciones personales.
- 6.- Rechazo personal (3 reactivos): Dimensión que mide el rechazo de las capacidades y limitaciones personales.
- 7.- Control personal (3 reactivos): Percepción del adolescente respecto a su capacidad para controlar sus impulsos, carácter y comportamiento, aun cuando esté alterado emocionalmente.

3.8 Procedimiento

Se acudió a las siguientes instituciones: Escuela Nacional Preparatoria número 7 “Ezequiel A. Chávez” (escuela preparatoria pública en el centro de la Ciudad de México), la Escuela Secundaria

Técnica #39 (escuela pública en el sur de la Ciudad de México), y el Colegio Oliverio Cromwell (colegio de educación privada en el sur de la Ciudad de México) en donde se encontraban grupos de adolescentes escolares cautivos, tomando clases en sus respectivas aulas. Se solicitó a las personas responsables de los grupos si era posible que colaboraran con la investigación. Una vez aceptado se explicó el proceso de aplicación. Se presentó frente a ellos un cuadernillo que integraba las escalas que miden las variables para el desarrollo de este estudio. Una vez que aceptaron, se expidieron cartas de aplicación y los oficios correspondientes en donde de manera formal se les brindó una explicación a los directivos de la escuela (en el caso de la escuela privada) y a los profesores de lo que se pretendía realizar y bajo qué programa de investigación se llevó a cabo. Una vez que esto ocurría, se acudió como tal a cada uno de los grupos durante clase. La duración de la aplicación por grupo fue de aproximadamente 50- 60 minutos en cada uno. En un lapso de 10 minutos se les explicó a los participantes la intención y los objetivos del estudio y se les pidió que mencionaran si aceptaban participar voluntariamente en responder las encuestas y si ellos aceptaban se procedía a aplicarles las escalas a cada uno, en cada grupo aceptaron todos y todas las alumnas dentro de las aulas, no hubo al menos un caso que se negara. Se les brindó un cuadernillo junto con una hoja de respuesta a cada alumno del grupo para que comenzara a responder los cuestionarios. La aplicación duró aproximadamente una hora. Se les explicó a los alumnos que los datos están bajo la protección de su integridad y privacidad. Una vez terminada la aplicación se les retiraron los cuadernillos y hojas de respuesta, los participantes no conservaron ningún material de aplicación, fue así como se finalizó el proceso de aplicación. Las instituciones escolares que brindaron el apoyo no solicitaron la evaluación particular de los alumnos, ni de manera individual ni de manera grupal, sin embargo, pidieron un resumen de manera informal para

los profesores, a través de una charla informativa. Eso se realizó posterior a vaciar los datos de la aplicación.

Resultados

Contexto familiar de los adolescentes participantes

La mayoría de los participantes tienen una estructura familiar tradicional, es decir, viven en casa con papá y mamá y hermanos: 184 participantes; luego le sigue los que viven en una familia monoparental (mamá o papá y hermanos): 60 participantes; después los de familia nuclear sin hermanos: 47 participantes; le siguen participantes que viven sólo con mamá o sólo con papá: 33 participantes; luego dos grupos de 20 participantes que viven en familia de tres generaciones (mamá, papá, hermanos y abuelos) y en mismo número de participantes con familia extensa (se añaden tíos y/o primos), esto se observa en la Tabla 1.

Tabla 1. Estructura familiar en la que viven los participantes

	Frecuencia	Porcentaje
Familia nuclear (papá y mamá)	47	12.0
Familia tradicional (papá, mamá y hermanos)	184	47.1
Monoparental (papá o mamá)	33	8.4
Monoparental y hermanos	60	15.3
Tres generaciones (papá, mamá, hermanos y abuelos)	20	5.1
Extensa (papá, mamá, hermanos y/o tíos y/o primos)	20	5.1
Otro	23	5.9
Total	387	99.0

Los resultados del número de hermanos se muestran en la tabla 2: 186 participantes tienen un hermano, 88 de ellos tiene dos hermanos. Sólo 66 de los participantes no tienen hermanos, 36 participantes tienen tres, 8 participantes tienen cuatro hermanos, 6 participantes tienen cinco hermanos y sólo 1 tiene seis o más hermanos.

Tabla 2. Número de hermanos en la familia

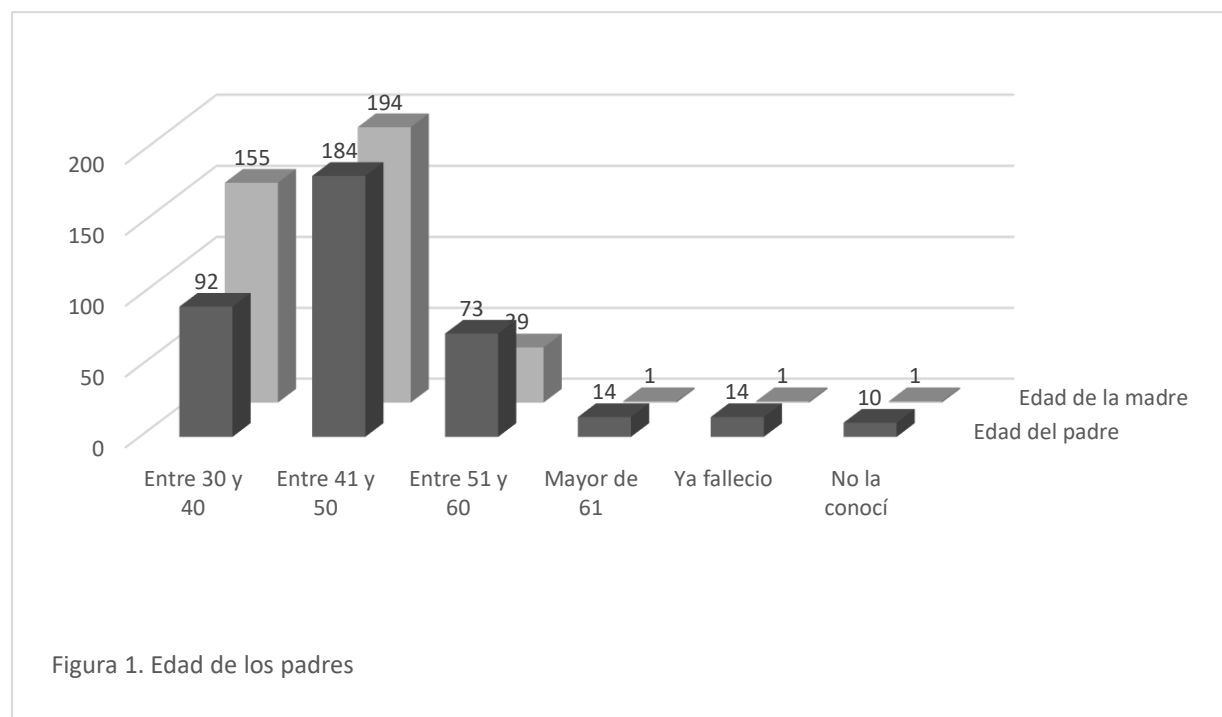
	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
No tengo hermanos	66	16.9	16.9	16.9
Uno	186	47.6	47.6	64.5
Dos	88	22.5	22.5	87.0
Tres	36	9.2	9.2	96.2
Cuatro	8	2.0	2.0	98.2
Cinco	6	1.5	1.5	99.7
Seis o más	1	.3	.3	100.0
Total	391	100.0	100.0	

Datos sociodemográficos sobre los padres

Edad

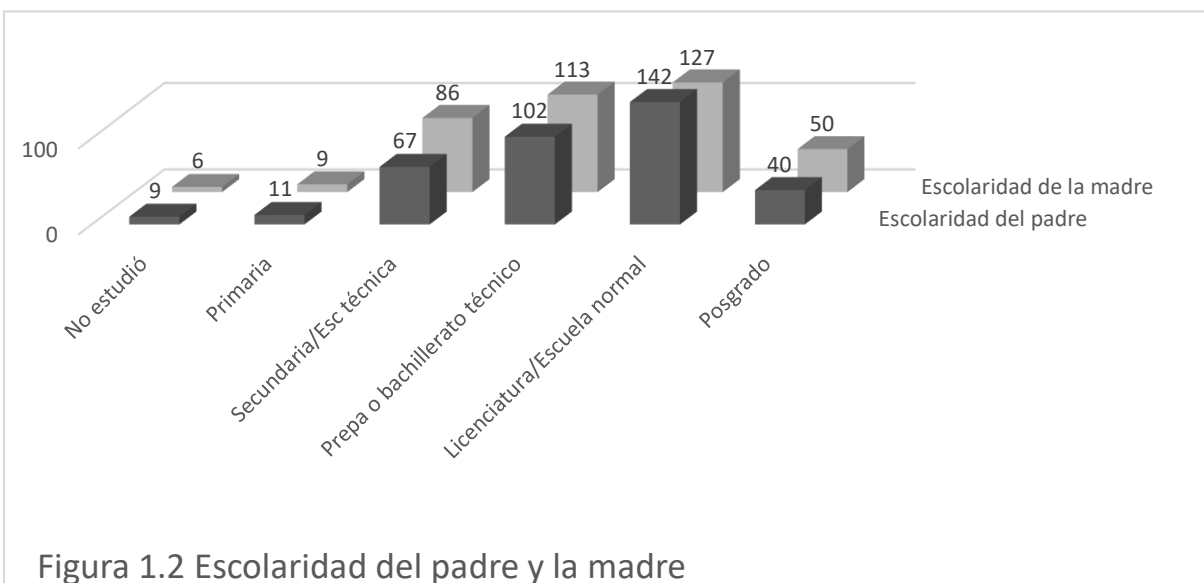
La edad del padre de los participantes está en su mayoría entre los 41 y 50 años de edad con 184 participantes. Los que siguen son 92 de los participantes que reportan que la edad de su padre es entre 30 y 40 años de edad, 73 de los participantes reportan que la edad de su padre está entre 51 y 60 años de edad, 14 de los participantes mencionaron que su padre tiene más de 60 años de edad. Se reporta el fallecimiento del padre en 14 de los participantes. Y, por último, 10 de los participantes no conocieron a su padre.

La edad de la madre de los participantes está en su mayoría entre los 41 y 50 años de edad con 194 participantes. Los que siguen son 155 de los participantes que reportan que la edad de su madre es entre 30 y 40 años de edad, 39 de los participantes reportan que la edad de su madre está entre 51 y 60 años de edad, 1 de los participantes mencionaron que su madre tiene más de 60 años de edad. Se reporta el fallecimiento de la madre en 1 de los participantes. Y, por último, 1 de los participantes no conoció a su madre. Esto se mira en la figura 1.



Escolaridad de los padres

En la figura 1.2 se muestran datos sobre la escolaridad en la familia está en su mayoría en nivel licenciatura o escuela normal con 142 en los padres y 127 las madres. Luego sigue el nivel escuela preparatoria o bachillerato técnico con 102 en los padres y 113 en las madres. El número de padres con nivel secundaria está en 67 y de madres en 86. Se reportaron 50 madres con nivel posgrado y 40 padres. En nivel primaria están 11 padres y 9 madres, y, por último, sin estudios están 9 padres y 6 madres.



Ocupación

En la figura 1.3 se muestra la ocupación de las madres de los participantes es en su mayoría ama de casa con 127. Como empleada u oficinista se reportaron 101 madres de los participantes. Las madres profesionistas reportadas fueron 79. Madres que trabajan por su cuenta o son

comerciantes se reportaron 58. De las madres que se dedican a ser empleadas domésticas o de actividad laboral eventual son 13. Por último, se reportan 9 madres empresarias y 3 que se dedican a ser obreras o campesinas.

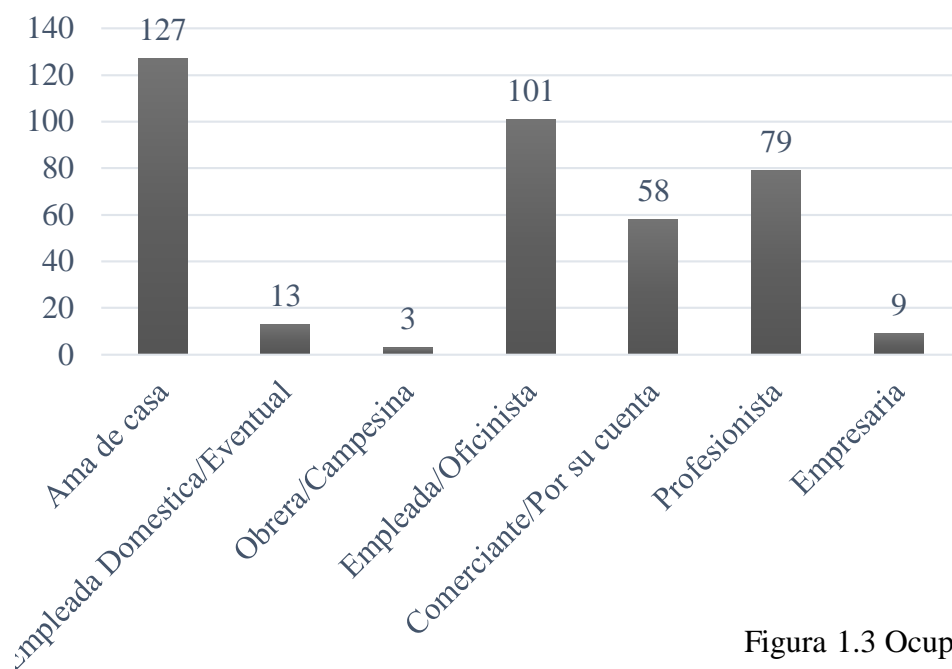
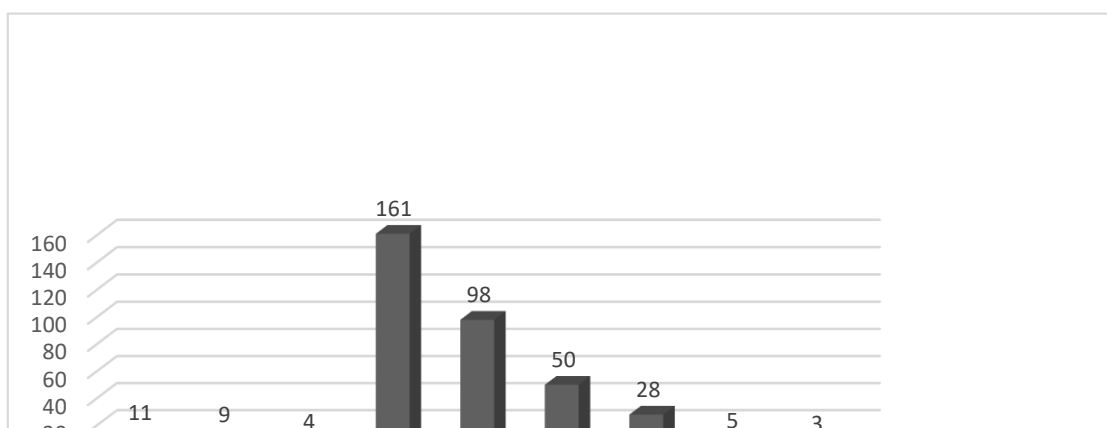


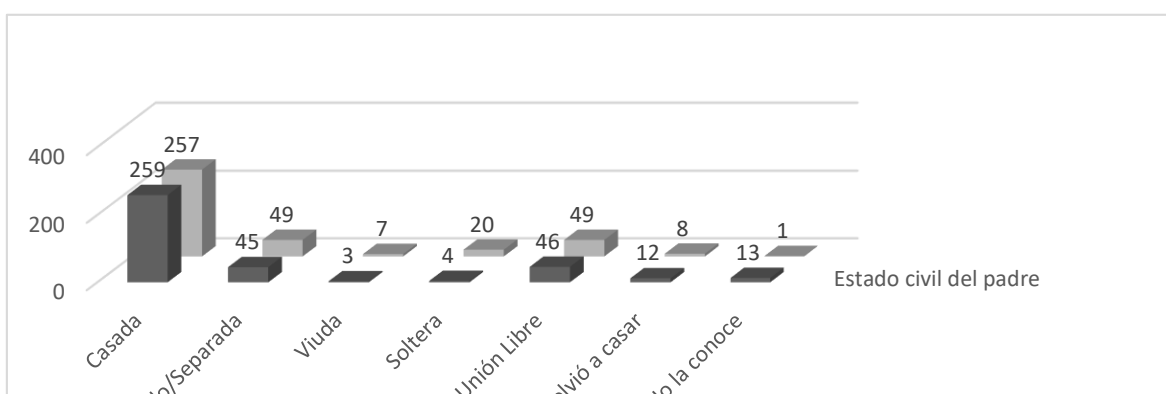
Figura 1.3 Ocupación de la madre e

son profesionistas fueron 50. Se reportó que 28 de los padres son empresarios o ejecutivos. Padres que se dedican a ser subempleados o de trabajo eventual se reportan 9. Padres que son obreros o campesinos son 4. Sobre los padres que no realizan una ocupación con remuneración económica se reporta que 11 de los padres de los participantes son desempleados, mientras que 5 están jubilados. Por último, 3 de los padres de los participantes se reporta que fallecieron. Todo esto se muestra en la figura 1.4.



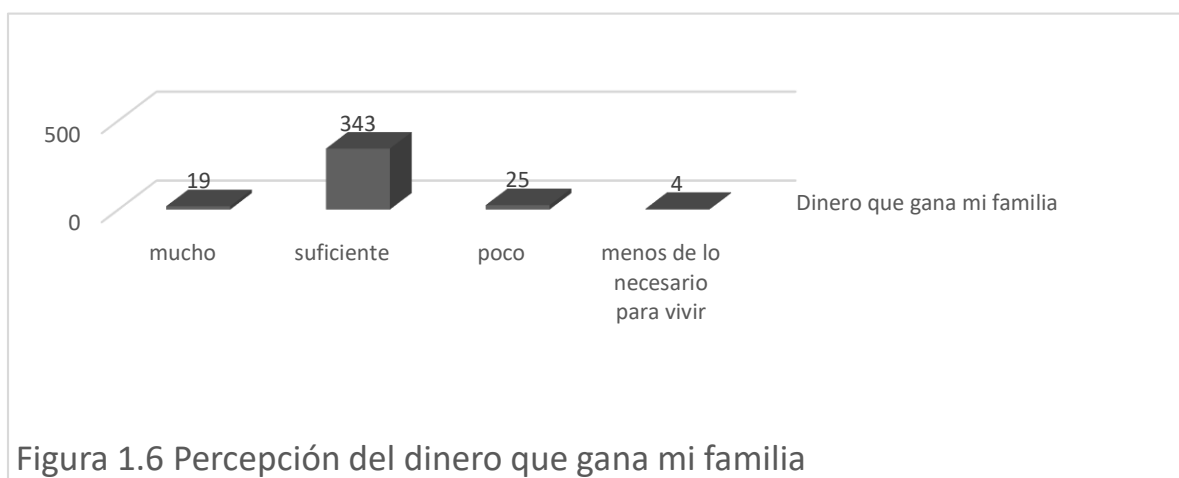
Estado civil de los padres y madres

En la figura 1.5 se reporta el estado civil de los padres y madres de los participantes es casado con 259 en los padres y 257 en las madres. Se reportó que 49 de las madres están en unión libre y 46 de los padres también se encuentran en ese estado civil. Del total están divorciadas o separadas 49 de las madres y 45 de los padres. Se reportó que 20 de las madres son solteras y 4 de los padres también lo son. De los padres que se volvieron a casar se reportan 12 y 8 madres que se volvieron a casar. El estado en que el conyugue ha fallecido y no se vuelve a casar se reportan 7 madres y 3 padres. Sólo 13 participantes no conocen el estado civil de sus padres y 1 no conoce el estado civil de su madre.



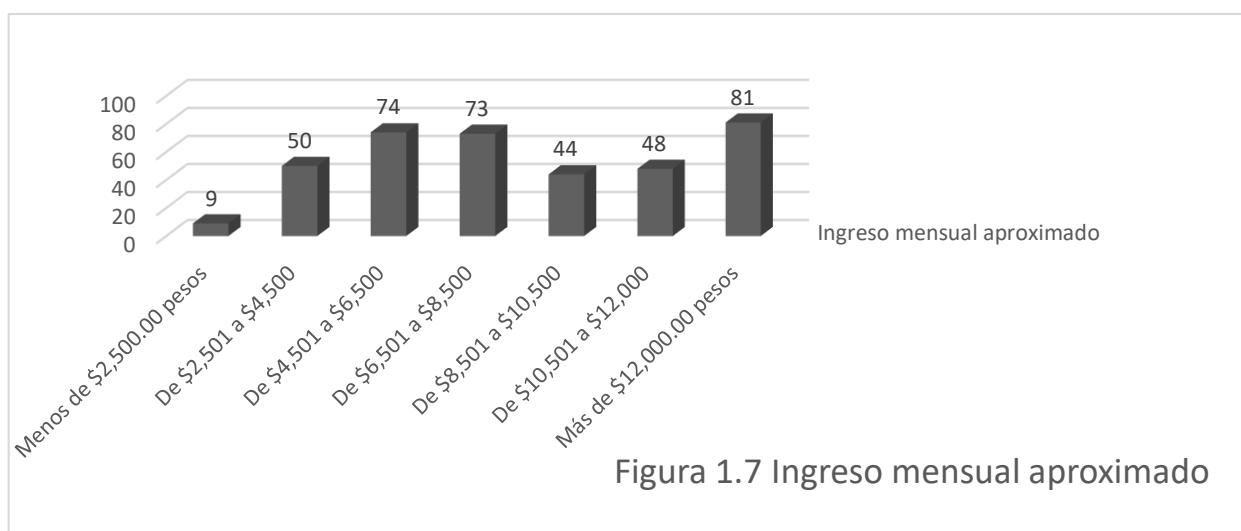
Ingreso económico percibido

Respecto al ingreso económico familiar, 343 adolescentes respondieron que consideran como suficiente el dinero que gana su familia. Después 25 de los participantes consideran como poco lo que gana su familia, 19 de los adolescentes consideran que es mucho lo que gana su familia y por último 4 de ellos reportan que su familia gana menos de lo necesario para vivir. Esto se muestra en la figura 1.6.



Ingreso mensual aproximado

Los participantes reportaron que el ingreso mensual aproximado de su familia es de más de 12000 pesos mensualmente con 81 respuestas. De los que su familia gana de 4501 a 6500 fueron 74, de 6501 a 8500 se reportaron 73. Se reportó que 50 de los participantes mencionan que el ingreso mensual aproximado es de 2501 a 4500 al mes. Luego siguió que 48 de los participantes reportan que el ingreso mensual es de 10501 a 12000 pesos al mes. 44 de los participantes mencionaron que el ingreso familiar es de 8501 a 10500 pesos al mes. Y por último solo nueve de los participantes mencionan que el ingreso aproximado de la familia es de menos de 2500 pesos al mes. Esto se muestra en la figura 1.7.



Dinero que disponen para gastar al día

Los adolescentes reportaron que 171 de ellos disponen de 21 a 50 pesos para gastos diarios. Luego 78 de ellos disponen de 51 a 80 pesos diarios. 58 de ellos mencionan que disponen de 11 a 20 pesos diarios. 45 de los adolescentes mencionan que disponen de 81 a 100 pesos diarios. Luego 23 de ellos tienen de 1 a 10 pesos diarios. 13 de los adolescentes disponen de más de 100 pesos diarios y 3 de los adolescentes no disponen de dinero para gastar diariamente. Esto se describe en la figura 1.8.

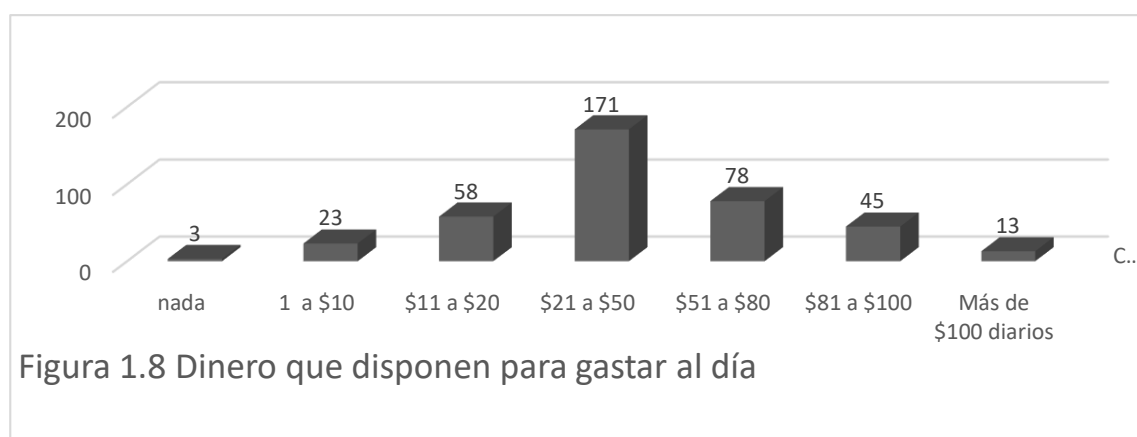


Figura 1.8 Dinero que disponen para gastar al día

Características personales de los adolescentes participantes

Sexo

Se presenta en la tabla 3 que de los 391 la mayoría de participantes fueron mujeres con 238, del total 153 fueron hombres.

Tabla 3. Distribución por Sexo de los participantes

	Frecuencia	Porcentaje
Hombres	153	39.1
Mujeres	238	60.9
Total	391	100.0

Edad

En este estudio la muestra fue conformada por 391 adolescentes escolares de 13-21 años de edad ($M=14.65$, $DE: 1.18$). De los cuales 290 tienen de 13 a 15 años, 97 de 16-18 años y 2 de 19-21 años. Dos de los participantes tenían 12 años y dos de los participantes reportaron tener 12 años. La media de edad se encuentra en. Esto se muestra en las tablas 4.

Tabla 4. Rangos de edad de los participantes

Rangos de edad	Frecuencia	Porcentaje
13a15años	290	74.2
16a18años	97	24.8
19a-21años	2	.5
Total	389	99.5

Escolaridad

En la tabla 5 se muestra la escolaridad de los participantes: 194 nivel secundaria y 197 nivel preparatoria.

Tabla 5. Escolaridad de los participantes

	Frecuencia	Porcentaje
Secundaria	194	49.6
Bachillerato	197	50.4
Total	391	100.0

Calificaciones escolares

La calificación escolar del último año tiene una mayoría de 177 con “9” de promedio, sólo 6 obtuvieron “10” de promedio en el último año escolar y 13 tienen “5” o menos calificación promedio, en la tabla 6 se muestran estos datos.

Tabla 6. Promedio escolar del último año

	Frecuencia	Porcentaje
10	6	1.5
9	177	45.3
8	121	30.9
7	60	15.3
6	12	3.1
5 ó menos	13	3.3
Total	389	99.5

Datos descriptivos de la variable Bienestar Psicológico

Las medias más altas respecto al bienestar psicológico fueron: rechazo personal (M= 2.74), planes a futuro (M= 2.53), auto aceptación (M=2.4), control personal (M= 2.35), relaciones positivas con otros (M=2.35) y propósito de vida (M=2.05). La media más baja fue en crecimiento personal (M= 1.83). En la tabla 7 podemos observar las medias más altas para la variable bienestar psicológico.

Tabla 7.
Descriptivos de las dimensiones de la variable bienestar psicológico

Factores	M	DE
Crecimiento personal	1.83	0.78
Relaciones positivas con otros	2.35	0.39
Propósito de vida	2.05	0.88
Auto aceptación	2.40	0.39
Planes a futuro	2.53	0.32
Rechazo personal	2.74	0.83
Control personal	2.35	0.68

Nota: N= 391; M=media, DE= desviación estándar

Datos descriptivos de la variable Potencial Resiliente

En la variable Potencial Resiliente las medias más altas fueron en las dimensiones: pensamiento positivo (M= 3.32), autocontrol (M= 3.3), apoyo social (M= 3.11), afrontamiento comprometido

(M= 3.08), apoyo familiar (M= 3.02). Y las medias más bajas fueron en: espiritualidad (M= 2.41), afrontamiento no comprometido (M= 3.08) y control percibido (M= 2.07), se observa en la Tabla 8.

Tabla 8. Descriptivos de las dimensiones de la variable Potencial Resiliente

Factores	M	DE
Pensamiento positivo	3.32	0.42
Afrontamiento comprometido	3.08	0.45
Afrontamiento no comprometido	2.32	0.56
Apoyo familiar	3.02	0.59
Apoyo social	3.11	0.55
Autocontrol	3.30	0.51
Espiritualidad	2.41	0.90
Control percibido	2.07	0.55

Nota: N= 391; M=media, DE= desviación estándar

Comparación de medias para la variable bienestar psicológico en función del sexo

La media más alta en mujeres fue en la dimensión de Rechazo personal (M= 2.75) y la más baja fue en Crecimiento personal (M= 1.74). En los hombres la media más alta fue en la dimensión de Rechazo personal (M= 2.7) y la media más baja fue en Crecimiento personal (M= 1.98). En la siguiente Tabla 9 se observan las medias en función del sexo (hombres y mujeres) para la variable Bienestar Psicológico.

Tabla 9. Diferencias de Medias en Bienestar Psicológico en función del sexo

Factores	Hombres		Mujeres		t	p
	N= 153		N=238			
	M	DE	M	DE		
Crecimiento personal	1.98	0.91	1.74	0.67	2.87	0.004
Relaciones positivas con otros	2.43	0.40	2.29	0.38	3.24	0.001
Propósito de vida	2.18	0.92	1.98	0.84	2.22	0.27
Autoaceptación	2.38	0.40	2.41	0.38	-0.86	0.38
Planes a futuro	2.49	0.33	2.56	0.31	-2.18	0.03
Rechazo personal	2.74	0.89	2.75	0.79	-0.11	0.90
Control personal	2.34	0.76	2.35	0.62	-0.16	0.87

Nota: N= 391

* $p \leq .05$, ** $p \leq .01$, *** $p \leq .001$

Comparación de medias para las variables de contexto familiar y la variable potencial resiliente

En la tabla 10 observamos que existe relación negativa débil entre el modelo de estructura familiar y el apoyo familiar; también existe una relación positiva débil entre el modelo de estructura familiar y la espiritualidad. Respecto al número de hermanos, hay una relación negativa débil con el pensamiento positivo, con apoyo familiar y con autoconcepto. La edad del padre tiene una relación negativa débil con apoyo familiar, y una relación positiva débil con el apoyo social. La edad de la madre presenta una relación positiva débil con el apoyo social. La escolaridad del padre presenta una relación negativa débil con espiritualidad. La escolaridad de la madre presenta una relación positiva débil con apoyo social y con control percibido. La ocupación del padre tiene una relación positiva débil con el afrontamiento comprometido. El estado civil de la madre tiene una relación débil positiva con el afrontamiento no comprometido. La percepción del dinero que gana la familia tiene una relación negativa débil con pensamiento positivo y con apoyo familiar. El ingreso mensual aproximado tiene una relación positiva débil con el apoyo social y una relación negativa débil con el autoconcepto. El número de personas que viven en el mismo cuarto tiene una relación negativa débil con el afrontamiento comprometido. Y por último, el promedio escolar tiene una relación positiva débil con afrontamiento comprometido y con crecimiento personal, y tiene relaciones negativas débiles con pensamiento positivo, afrontamiento comprometido, apoyo familiar y espiritualidad.

Tabla 10.

Correlación Rho de Spearman entre las variables potencial resiliente y contexto familiar

Potencial resiliente

Contexto familiar	PP	AC	ANC	AF	AS	AU	ES	CP
Estructura familiar	-.072	-.081	.007	-.140**	.009	-.023	.120*	.039
Número de hermanos	-.123*	-.073	.029	-.174**	-.094	-.108*	.027	.047
Edad del padre	-.051	-.001	.012	-.113*	.111*	.052	.002	-.063
Edad de la madre	.036	.000	-.022	.025	.176**	.091	.049	-.063
Escolaridad del padre	-.043	-.026	.072	-.027	.025	-.058	-.150**	.015
Escolaridad de la madre	.005	-.023	.019	.052	.112*	-.041	-.050	.121*
Ocupación del padre	.001	.113*	-.070	-.002	.015	.060	.099	-.004
Ocupación de la madre	.046	-.026	-.015	-.024	.002	.052	-.023	-.042
Estado civil del padre	-.080	.048	.074	-.091	-.081	.097	-.018	.051
Estado civil de la madre	-.089	-.022	.102*	-.077	-.093	.067	-.013	.048
Dinero familiar percibido	-.128*	-.056	.031	-.126*	-.011	.004	-.051	.039
Dinero para gastar diario	.016	-.048	-.002	.093	.075	.086	-.086	-.017
Ingreso mensual aproximado de la familia	.035	.012	-.064	.100	.120*	-.144**	-.035	.021
Número de personas que duermen en el mismo cuarto	-.052	-.104*	-.036	-.067	.039	.005	.034	.065
Promedio escolar	-.159**	-.152**	.146**	-.232**	-.009	.021	-.100*	.112*

Nota: PP=Pensamiento positivo; AC=Afrontamiento comprometido; ANC=Afrontamiento no comprometido; AF=Apoyo familiar; AS=Apoyo social; AU=Autocontrol; ES=Espiritualidad; CP=Control percibido.

N=391

*p ≤ .05, **p ≤ .01, ***p ≤ .001

Comparación de medias para las variables de contexto familiar y la variable bienestar psicológico

En la tabla 11 se muestra que existe una relación negativa débil en la variable número de hermanos y rechazo personal. Luego la edad del padre tiene relación positiva débil con las variables autoaceptación y rechazo personal. La escolaridad de la madre presenta una relación positiva débil con la variable control personal. La variable dinero familiar percibido tiene relación positiva débil con relaciones positivas con otros. Y, por último, el promedio escolar tiene relación positiva débil con crecimiento personal, relaciones positivas con otros, propósito de vida y control personal y una relación negativa débil con rechazo personal.

Tabla 11.

Correlación Rho de Spearman entre las variables bienestar psicológico y contexto familiar

Contexto familiar	Bienestar psicológico						
	CrP	RP	PV	A	PF	R	C
Estructura familiar	.073	.064	.016	.015	-.077	-.014	.022
Número de hermanos	-.018	-.064	.044	-.098	.025	-.102*	-.022
Edad del padre	.004	-.014	-.010	.104*	.043	.133**	-.070
Edad de la madre	-.040	.002	-.011	.084	.006	.065	-.049
Escolaridad del padre	.062	.037	.049	.067	-.043	.072	.081
Escolaridad de la madre	-.072	.015	-.050	.009	-.081	.011	.150**
Ocupación del padre	.015	.057	-.003	.035	.008	.041	-.060
Ocupación de la madre	-.068	-.061	-.031	.025	-.087	.064	-.015
Estado civil del padre	.078	.005	.049	.029	.008	.097	-.072
Estado civil de la madre	.066	.003	.057	.043	.047	.067	-.018
Dinero familiar percibido	-.027	-.138**	.050	-.061	.056	.030	.041
Dinero para gastar diario	-.014	-.017	-.038	-.007	-.096	-.037	.050

Ingreso mensual aproximado de la familia	-.074	.045	-.031	-.023	-.048	.101	.045
Número de personas que duermen en el mismo cuarto	.030	.013	.072	-.005	-.021	.001	.011
Promedio escolar	.174**	.133**	.130*	-.014	.043	-.183**	.107*

Nota: CrP=Crecimiento personal; RP=Relaciones positivas con otros; PV: Propósito de vida; A: Autoaceptación; PF: Planes a futuro; R: Rechazo personal; C: Control personal.

N=391

* $p \leq .05$, ** $p \leq .01$, *** $p \leq .001$

Comparación de medias para la variable Potencial resiliente en función del sexo

En la siguiente tabla 12 se observan las medias en función del sexo. La media más alta en mujeres fue la de la dimensión Pensamiento positivo ($M=3.26$) y la más baja fue en Control percibido ($M=2.19$). En hombres la media más alta fue en Pensamiento positivo ($M=3.35$) y la más baja en Control percibido ($M=1.99$).

Tabla 12. Medias Potencial Resiliente en función del sexo

Dimensiones	Hombres N= 153		Mujeres N=238		t	p
	M	DE	M	DE		
Pensamiento positivo	3.26	0.46	3.35	0.38	-2.08	0.038
Afrontamiento Comprometido	3.07	0.48	3.08	0.44	-0.21	0.82
Afrontamiento no Comprometido	2.27	0.55	2.34	0.57	-1.22	0.22
Apoyo familiar	2.94	0.58	3.07	0.60	-1.98	0.048
Apoyo social	3.07	0.58	3.13	0.52	-1.12	0.26
Autocontrol	3.24	0.61	3.33	0.43	-1.74	0.083
Espiritualidad	2.19	0.88	2.55	0.88	-3.86	0.000
Control percibido	2.18	0.55	1.99	0.54	3.43	0.001

Nota: N= 391

*p≤.05, **p≤.01, ***p≤.001

Correlación de la variable Bienestar psicológico y la variable Potencial resiliente

En la Tabla 13, se ilustra el grado de relación de las variables Bienestar psicológico y Potencial resiliente. Respecto a las dimensiones del bienestar psicológico, en este caso crecimiento personal, existe correlación negativa débil en las siguientes dimensiones del potencial resiliente: pensamiento positivo, afrontamiento comprometido, afrontamiento no comprometido y apoyo familiar. Relaciones positivas con otros parece tener escasa o nula relación con el potencial resiliente. El propósito de vida tiene relación negativa débil con pensamiento positivo y con afrontamiento comprometido. La autoaceptación tiene escasa relación con el potencial resiliente. Los planes a futuro tienen escasa relación con el potencial resiliente. El rechazo personal presenta correlación positiva débil con el pensamiento positivo y presenta correlación negativa débil con afrontamiento no comprometido y control personal. Control personal parece tener relación escasa con el potencial resiliente.

Tabla 13.

Correlación Rho de Spearman entre las variables Bienestar psicológico y Potencial resiliente

Bienestar psicológico	Potencial resiliente							
	PP	AC	ANC	AF	AS	AU	ES	CP
Crecimiento personal	-.384	-.372	.287	-.309	-.251	-.167	-.073	.167
Relaciones positivas con otros	-.123	-.051	.007	-.075	.018	-.130	.013	.130
Propósito de vida	-.328	-.313	.255	-.246	-.203	-.105	-.141	.109
Autoaceptación	-.036	-.051	-.038	-.073	.002	-.065	-.048	-.097
Planes a futuro	-.085	-.022	-.077	.015	-.027	-.094	-.093	-.175
Rechazo personal	.260	.210	-.330	.209	.192	-.003	.015	-.273
Control personal	-.168	-.224	.197	-.031	-.096	-.096	-.055	.088

Nota: PP=Pensamiento positivo; AC=Afrontamiento comprometido; ANC=Afrontamiento no comprometido; AF=Apoyo familiar; AS=Apoyo social; AU=Autocontrol; ES=Espiritualidad; CP=Control percibido.

N=391

*p ≤.05, **p≤.01, ***p≤.001

Discusión y conclusión

Este trabajo tuvo como objetivo analizar la relación que existe en la percepción del bienestar psicológico de acuerdo al modelo de Ryff (1989), y el potencial resiliente en adolescentes de acuerdo a los estudios en adolescentes en México (Barcelata, 2012; Martínez, 2018; Rodríguez, 2016), encontramos relaciones en algunos aspectos. Otro de los objetivos fue comparar las diferencias en relación al sexo para la percepción del bienestar psicológico y el potencial resiliente, encontramos diferencias sólo en algunos elementos de cada variable. Para esto se llevó a cabo la aplicación de las escalas BIEPS-J (González & Andrade, 2016) para evaluar bienestar psicológico y el ERPRA (Rodríguez, 2016) para el potencial resiliente en adolescentes de 13 a 19 años que viven en la Ciudad de México.

En estudios previos se menciona hay diferencia respecto al sexo en términos de la percepción del potencial resiliente (González y Valdez, 2005; Vera, 2004; Arenas, 2021; Rodríguez, 2016) aquí encontramos diferencias en algunos aspectos, pero podría ser debido a que la muestra mayormente es de mujeres.

El estudio permite conocer que las diferencias entre hombres y mujeres respecto al potencial resiliente, en general no hay diferencias significativas a excepción de los siguientes elementos: pensamiento positivo, apoyo familiar, espiritualidad y control percibido. Lo cual apoya investigaciones en donde las mujeres se vuelven más resilientes en la medida en que cuentan con un importante apoyo familiar, de personas cercanas como amistades y profesores, ya que la población del estudio se relaciona con personas que se encuentran en el ámbito escolar la mayor del tiempo (González y Valdez, 2005; Vera, 2004).

Asimismo, de acuerdo a los resultados podemos describir que los adolescentes mexicanos tienen la capacidad de ser resilientes gracias a tener control sobre sí mismos, al apoyo que tienen con sus semejantes y con personas relacionadas a su estilo de vida, ya sea profesores y amistades en el ámbito escolar, el apoyo que los familiares brindan en términos de economía y de proponer un plan de vida, así como la posibilidad de ser optimistas frente a las situaciones que van a vivir en el futuro, frente a la posibilidad de confiar en sí mismos y pensar menos en las situaciones de riesgo, así como afrontar situaciones en lugar de evitarlas.

Respecto a la capacidad adaptativa que describen los adolescentes, el pensamiento positivo es algo que permite a los adolescentes, tanto hombres y mujeres, tener la posibilidad de ser resilientes frente a la adversidad (Crawford, 2006; Leary & DeRosier, 2012). Las adolescentes mujeres utilizan mayormente el pensamiento positivo para lograr adaptarse a las situaciones que afrontan, similar a los resultados de trabajos de otros autores (Arenas, 2021; Rodríguez, 2016). El pensamiento positivo tiene un efecto en resultados positivos en las decisiones de los adolescentes creando acciones más exitosas que se sostienen en creencias acerca de que tendrán cada resultado favorable en el futuro (Sánchez y Méndez, 2009).

En particular, la literatura ha informado consistentemente que las mujeres se consideran una variable protectora, mientras que los hombres tienen más probabilidades de estar en riesgo (González y Valdez, 2005). Podemos mencionar al respecto que en los factores que utilizan mayormente las mujeres son el pensamiento positivo, apoyo familiar, espiritualidad y control percibido. En las variables de afrontamiento, apoyo social y autocontrol parece no haber diferencias. Esto nos indica que los adolescentes en general afrontan los problemas para evitar

estrés, evitan dejar pasar las situaciones, tienen apoyo social y autocontrol. Mientras que hay diferencia en la manera de pensar positivamente respecto a situaciones, el apoyo familiar es mayor para las mujeres (Aguirre, 2002; Verduzco, 2004).

El fenómeno de resiliencia estudiado en este trabajo alude a un potencial para ser resiliente y a la percepción de bienestar psicológico en el momento, a diferencia de estudios en donde la resiliencia es una característica presente o no (Acevedo y Jiménez, 2011; Aguirre, 2002; Arenas, 2012; Gómez, H. 2012; González y Valdez, 2005) podemos decir que existen elementos que le van a permitir a los adolescentes ser resilientes y por lo tanto, afrontar y adaptarse al contexto que ofrece diversas situaciones de riesgo (Barcelata, 2012; Martínez, 2018; Rodríguez, 2016).

Respecto al bienestar psicológico podemos decir que tanto hombres como mujeres tienen en cuenta el crecimiento personal, pero es mayor en hombres que en mujeres. Ambos tienen buena relación con sus semejantes en gustos, intereses y edad, por ejemplo: amigos, primos, hermanos, etc; pero se ve una mayor relación con sus semejantes por parte de los hombres. Los adolescentes por igual, hombres y mujeres, tienen cierta claridad en su propósito de vida y persiguen esas metas a mediano plazo que les permiten tener un bienestar positivo. No hay diferencia en cómo adolescentes hombres y mujeres se aceptan positivamente a sí mismos. Respecto a planes a futuro, los hombres tuvieron medias más altas, a diferencia de las mujeres. Y en relación a la percepción de rechazarse a sí mismos y al control de ellos mismos, no hubo diferencia en hombres y mujeres.

Respecto a los resultados en el ámbito del bienestar psicológico en el factor de relaciones positivas con otros, obtuvimos medias altas tanto en hombres como en mujeres, y a pesar de que

hombres se relacionan mayormente de manera positiva con sus semejantes, los adolescentes tanto hombres como mujeres tienen este elemento de apoyo social con medias altas en la medición del potencial resiliente, por lo que como en otros estudios (Musitu y Cava, 2003; Sameroff y Seifer, 1983; Walsh, 2004; Méndez y Barra, 2008), podemos concluir que el apoyo de semejantes, amigos, familia, personal escolar, es un elemento positivo en el contexto en que se desarrollan los adolescentes (Barcelata, 2012). Asimismo, los estudios del ciclo vital y el desarrollo del adolescente (Barcelata 2012; Keyes, Shmotkin y Ryff., 2002; Laborín, y Vera, 2000; González, Montoya, Casullo y Bernabéu, 2002; González y Valdez, 2005; Lerner y Steinberg, 2009; Martínez, 2018; Millán y Castellanos, 2018) concuerdan con los desarrollos en psicoterapia sistémica (Erikson, 1966; Haley, 1983) los cuales enfatizan el trabajo en conjunto con los contextos de desempeño, vistos como sistemas, en los que se relacionan los adolescentes que presentan dificultades como síntomas.

Estudios acerca de los aspectos de felicidad y el contexto en el cual los adolescentes pueden presentar rasgos de adaptación ante situaciones de riesgo, nos permiten comprender las relaciones que tienen con el entorno, de esa manera, las intervenciones psicoterapéuticas tienen un impacto mayor en facilitar el cambio en las familias. El trabajo en conjunto con los niveles de relaciones que existen en los adolescentes, tanto en hombres como en mujeres, nos permite comprender aspectos del ciclo vital que son un apoyo a que las conversaciones en psicoterapia tengan mayor sentido y resultados positivos en favorecer el cambio y adaptación para los consultantes de este momento en el ciclo vital. Asimismo, invitar a profesores, padres de familia y a los estudiantes adolescentes a presentar conductas que sean favorables para el desarrollo en conjunto en los

ámbitos escolares, lo cual permitiría que la calidad de vida incremente en la sociedad mexicana actual.

En algunos estudios se ha reportado que el área familiar junto con la personal y la social, son fuentes de estrés en los adolescentes (Barcelata, Durán y Lucio, 2012). Sin embargo, nuestra investigación, se sugiere que para los adolescentes el apoyo familiar y la relación que tienen personalmente consigo mismos son fuentes de potencial resiliente y de felicidad. Sería una posibilidad relacionar los elementos de estrés, con la felicidad y el potencial de resiliencia en futuras investigaciones, para delimitar qué características del apoyo familiar favorecen la adaptación y la felicidad, y cuales características generan estrés y dificultades de adaptación para los adolescentes, con esto las intervenciones en psicoterapia y los planes de trabajo escolares que se relacionen con los sistemas familiares, podrían tener resultados positivos en el desarrollo de los adolescentes.

Estudios previos mencionan que el estrés percibido a nivel escolar, no tiene diferencia entre hombres y mujeres y que puede ser un contexto para el desarrollo positivo en los adolescentes (Barcelata, Durán y Lucio, 2012; Verdugo, Ponce de León, Guardado, Meda, Uribe & Guzmán, 2013; Verduzco, 2004). Esto tiene sentido, ya que, con los resultados obtenidos, podemos decir que el apoyo que se obtiene en el contexto escolar, ya sea por parte de los grupos de amistades y de convivencia, el apoyo de los adultos desde la posición de profesores, tutores, prefectos, etc., y los programas de desarrollo académico para los alumnos, son un contexto que permite dar pauta a la posibilidad de lograr resiliencia en los adolescentes, así como de brindarles felicidad, esto por igual para hombres y mujeres.

Respecto a la comparación en bienestar psicológico y potencial resiliente se encontró relación escasa en las siguientes dimensiones del bienestar psicológico con el potencial resiliente:

relaciones positivas con otros, autoaceptación, planes a futuro y control personal. Hubo una relación negativa débil en el nivel de la percepción del crecimiento personal, y el pensamiento positivo. Sugiero que existe una diferencia en las definiciones de las variables en la construcción de las escalas, en la percepción del crecimiento personal se centra en las características positivas del propio adolescente (Ryff, 1995):

“Sentimiento de continuo desarrollo, se ve a sí mismo como alguien en crecimiento y expansión, está abierto a nuevas experiencias, reconoce su potencial personal, busca mejora con el tiempo, cambia de manera que refleja más autoconocimiento y efectividad.” (González, 2013, p.40)

Y las del potencial resiliente parece esperar el mejor resultado sin ejercer algún acto, sólo percibir rasgos positivos que probablemente no hacen la diferencia entre que algo salga lo mejor posible:

“Pensamiento positivo: Hace referencia a la búsqueda de los aspectos positivos para hacer frente a las situaciones difíciles que se presentan. Asimismo, alude a la existencia de cierta propensión a ver y juzgar las cosas bajo un aspecto más optimista y a esperar resultados favorables en la vida” (Rodríguez, 2016, p. 66)

Los adolescentes parecen percibir que las condiciones externas mejoraran la situación, y en la evaluación del bienestar psicológico se percibe a sí mismo con mayor responsabilidad. Podríamos decir que a mayor percepción de responsabilidad en los adolescentes respecto a los actos que los llevarán a lograr sus propósitos, menor será la percepción de esperar a que las situaciones se resuelvan favorablemente por sí mismas. Lo anterior hace sentido ya que existieron a demás correlaciones negativas con la dimensión de crecimiento personal, con la de apoyo familiar,

afrontamiento comprometido y afrontamiento no comprometido, lo que podría indicar que si los adolescentes tuvieran la percepción la responsabilidad que tienen para hacer cambios en su desarrollo, serían menos las actividades para buscar afrontar situaciones para evitar estrés o tener dificultades con evitar los problemas. Esto tiene sentido con las teorías sobre la maduración y parece ser parte de la búsqueda de la identidad como seres humanos en la adolescencia (Lerner, y Steinberg, 2009).

Respecto al rechazo personal, existe una correlación positiva débil con el pensamiento positivo, igualmente me parece que la definición de la variable de rechazo personal para la escala de bienestar psicológico hace referencia a la percepción del “carácter” en los adolescentes y no tanto en aspectos generales de ellos mismos. Entonces tendríamos que a mayor rechazo personal mayor pensamiento positivo, esto podría indicar que hay una diferencia en lo que perciben que son los adolescentes y lo que quieren ser, que es similar a lo que plantea Erikson (2000) en su teoría del desarrollo psico-social.

Luego tenemos la relación negativa débil entre el rechazo personal y el control percibido, esto tiene sentido ya que si hay menor rechazo el propio carácter la percepción de no poder enfrentar algo y evadirlo incrementa incrementará en otros aspectos externos. Es decir, si hay un alto grado de percepción de rechazo a sí mismo, será mayor la percepción de dificultad y de incapacidad para enfrentar las situaciones. De esa misma manera a mayor rechazo personal, menor posibilidad de controlar las situaciones externas (Laborín, y Vera, 2000).

Y por último el propósito de vida en los adolescentes parece tener una relación negativa débil con el pensamiento positivo y el afrontamiento comprometido. Las preguntas para propósito de vida de la escala de bienestar psicológico hacen referencia a estar seguro de tener metas claras y objetivos, algo que se dificulta en la etapa de adolescencia (Godoy, Godoy, López, Martínez,

Gutiérrez, Vázquez, 2008), y lo que se evalúa en la escala de potencial resiliente es la seguridad que tienen para, una vez que se decidan por una meta, lograrla. Entonces, aunque exista un bajo nivel de percepción de metas claras, sí puede existir una alta percepción de la confianza en sí mismos, es decir, se puede pensar positivo sobre sí mismo a pesar de no tener una meta. Y por supuesto que puede existir una percepción alta de afrontamiento comprometido a pesar de no tener metas claras, es decir, una percepción baja de felicidad puede existir con una alta percepción de autoconfianza para enfrentar situaciones en el futuro.

A pesar de que este trabajo se realizó previo a la situación de pandemia actual, nos brinda información acerca de las condiciones de “normalidad” sobre las cuales vivíamos previo a este fenómeno histórico-social, y con ello podemos tener elementos para buscar la felicidad y el contexto de resiliencia para nuestros adolescentes que se han visto en aislamiento social, lo cual, sería un indicador de que podrían presentar mayor riesgo al que ya estaban expuestos (Barcelata & Márquez, 2017), pero el hecho de permitir una mayor convivencia temporal y geográfica en el contexto del sistema familiar, podría ser un elemento del desarrollo positivo, pero esto queda a futuras investigaciones las cuales se ven necesarias dada la situación y los contextos de la actualidad.

Referencias

Acevedo, T. & Jiménez, N. (2011). Características de resiliencia en adolescentes de secundaria. (Tesis inédita de pregrado). Universidad Nacional Autónoma de México, Ciudad de México, México.

Aguirre, G.A. (2002). Capacidad y factores asociados a la resiliencia en adolescentes del C. E. Mariscal Andrés Bello Cáceres del Sector IV de Pamplona alta, San Juan de Miraflores. Tesis inédita de Licenciatura en Enfermería. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos.

Anguas, A. M. (1997). El significado del bienestar subjetivo, su valoración en México (Tesis inédita de maestría). Facultad de Psicología, Universidad Nacional Autónoma de México.

Arenas, P. (2012) Resiliencia y riesgo de suicidio en adolescentes expuestos a sucesos de vida estresantes. (Tesis inédita de doctorado) Universidad Nacional Autónoma de México UNAM, México.

Barcelata B, Durán C, Lucio E. (2012). Coping strategies as predictors of resilience in adolescents with economic hardship. En Moore K, Kaniasty K, Buchwald P, editors. *Stress and Anxiety: Application to Economic Hardship Occupational Demands, and Developmental Challenges* (pp. 7–17). Berlin: Logos Verlag.

Barcelata, B. & Márquez-Caraveo, M. (2017). Poverty and Mental Health Outcomes in Mexican Adolescents. En M.H. Maurer (Ed.), *Child and adolescent mental health*, (pp. 109-124). London, United Kingdom: IntechOpen Limited.

Barcelata, B. & Rodríguez, R. (2016). Desarrollo y validación de la escala de recursos potenciales para la resiliencia para adolescentes. *Revista latinoamericana de medicina conductual*, 6(2), 75-89.

Barcelata, B. (2011). Factores personales y familiares predictores de la resiliencia en adolescentes en condiciones de pobreza. (Tesis inédita de Doctorado). Universidad Nacional Autónoma de México, Ciudad de México, México.

Barcelata, B. (2015). *Adolescentes en riesgo. Una mirada a partir de la resiliencia*, México DF, México: Manual Moderno.

Benjet, C., Borges, G., Medina-Mora, M., Méndez, M., Fleiz, C., Rojas, E., et. al. (2009). Diferencias de sexo en la prevalencia y severidad de trastornos psiquiátricos en adolescentes de la Ciudad de México. *Salud Mental*, 32(2), 155-163.

Berger, K.S. (2015). *Psicología del desarrollo. Infancia y adolescencia*. México: Editorial Medica Panamericana.

Bergman, M. & Scott, J. (2001). Young adolescents' wellbeing and health-risk behaviours: Gender and socio-economic differences. *Journal of Adolescence*, 24, 183-197.

Bertalanffy, L.V. (1976). *Teoría general de los sistemas*. México: Fondo de Cultura Económica. (Trabajo original publicado en 1968)

Bradburn, N. (1969). *The structure of psychological well-being*. Chicago: Aldine Pub. Co., 1969. ONLINE ED: Published May 2001 by the NORC Library. Recuperado de https://www.norc.org/PDFs/publications/BradburnN_Struc_Psych_Well_Being.pdf

Bradburn, N. M., & Caplovitz, D. (1965). *Reports of happiness*. Chicago: Aldine.

Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of Human Development*. Cambridge, Harvard University Press. (Trad. Cast.: *La ecología del desarrollo humano*. Barcelona, Ediciones Paidós, 1987).

Campbell, A. (1981). *The sense of well-being in America: Recent patterns and trends*. New York: McGraw-Hill.

Carter, B., & McGoldrick, M. (1998). Overview. In B. Carter, & M. McGoldrick, (Eds.), *The changing family life cycle* (2nd ed.) (pp. 3-28). New York, NY: Gardner Press.

Carter, E. y McGoldrick, M. (1999). *The family life cycle and family therapy: An overview*. In: E. Carter y M. McGoldrick (Eds.) *The family life cycle: A framework for family therapy*. (pp. 3-20). New York: Gardner Press, Inc.

Casullo, M. M. (2002). Evaluación del bienestar psicológico. En M. Casullo, M.E. Brenlla, A. Castro S., A., Cruz, R. González, C. Maganto, M. Martín, I. Montoya, & R. Morote. *Evaluación del bienestar psicológico en Iberoamérica* (pp.11-29). Buenos Aires: Paidós.

Casullo, M. M., & Castro Solano, A. (2000). Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. *Revista de Psicología de la Pontificia Universidad Católica de Perú*, 18(1), 36-68.

Casullo, M. M., & Castro Solano, A. (2001). El significado de bienestar en estudiantes adolescentes. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación – e Avaliação Psicológica*, 12(2), 57-70.

Córdova, A. (2006). Características de resiliencia en jóvenes usuarios y no usuarios de drogas. (Tesis inédita de Doctorado). Universidad Nacional Autónoma de México, Ciudad de México, México.

Crawford, K. (2006). Risk and protective factors related to resilience in adolescents in an alternative education program. Graduate School Theses and Dissertations. Recuperado en: <http://scholarcommons.usf.edu/etd/2493>.

Cruz, M.S., Maganto, C. Montoya, I. y González R. (2002). Escala de bienestar psicológico para adolescentes. En M. Casullo, M.E. Brenlla, A. Castro S., M. Cruz, R. González, C. Maganto, M. Martín, I. Montoya y R. Morote. Evaluación del bienestar psicológico en Iberoamérica. (pp.65-77). Buenos Aires: Paidós.

Díaz-Guerrero, R. (1993). Un factor cardinal en la personalidad de los mexicanos. *Revista de psicología social y personalidad*, 9 (2), 1-19.

Dicaprio, N. S. (1989). *Teorías de la personalidad*. México: Editorial McGraw Hill.

Diener, E. y Diener, M. (2009). Cross-cultural correlates of life satisfaction and selfesteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, 653-663.

Diener, E., Suh, E., & Oishi, S. (1997). Recent findings on subjective well-Being. To be published in the *Indian Journal of Clinical Psychology*, March, 1997. Recuperado de <http://www.psych.uiuc.edu/~ediener/hottopic/paper1.html>

Diener, E., Suh, E., Lucas, R., & Smith, H. (1999). Subjective Well-Being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125, 276-302.

Duvall, E., & Hill, R. (1948). Report of the committee on the dynamics of family interaction. Paper presented at the National Conference on Family Life, Washington, DC.

Easterlin, R. A. (1973). Does Money Buy Happiness? *The Public Interest*, 30, 3-10.

Encuesta Nacional de Salud y Nutrición, 2006 (ENSANUT, 2006). México: Instituto Nacional de Salud Pública.

Erikson, E. (1966). *Infancia y sociedad*. (2da. Ed.). Buenos Aires: Editorial Horme.

Erikson, Erik. (2000). *El ciclo vital completado*. Barcelona: Ediciones Paidós Ibérica.

Ezpeleta, L. y Toro, J. (2017) *Psicopatología del desarrollo*. España: Ediciones Pirámide.

Fava, G., & Tomba, E. (2009). Increasing psychological well-being and resilience by psychotherapeutic methods. *Journal of Personality*, 77(6), 1903-1934. doi:10.1111/j.1467-6494.2009.00604.x.

Fava, G., Rafanelli, C., Cazzaro, M., Conti, S., & Belluardo, P. (1998). Well-being therapy. A novel psychotherapeutic approach for residual symptoms of affective disorders. *Psychological Medicine*, 28, 475-480.

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia, UNICEF. (2011). *Estado Mundial de la Infancia 2011. La adolescencia: Una época de oportunidades*. Retomado de www.unicef.org/sowc2011. Consultado el 16/06/2018.

Fruggeri, L. (2016). *Diferentes normalidades: Psicología social en las relaciones familiares*. México: Editorial Página Seis.

Frydenberg, E. y Lewis, R. (1991). Adolescent coping: The different ways in which boys and girls cope. *Journal of Adolescence*, 14, 119-133.

García, T., (1999). Bienestar subjetivo y locus de control en jóvenes mexicanos. (Tesis inédita de pregrado). Universidad Nacional Autónoma de México, Ciudad de México, México.

Godoy-Izquierdo, D.; Godoy, J.; López-Chicheri, I.; Martínez, A.; Gutiérrez, S.; Vázquez, L. (2008). Propiedades psicométricas de la Escala de Autoeficacia para el Afrontamiento del Estrés (EAEAE). *Psicothema*. 20 (1)155-165.

Gómez, H. (2012). Resiliencia en adolescentes expuestos a la violencia en la comunidad: elementos para una intervención basada en competencias. (Tesis inédita de Doctorado). Universidad Nacional Autónoma de México, Ciudad de México, México.

González, M. (2013). Prácticas parentales, bienestar psicológico y conductas de riesgo en adolescentes. (Tesis inédita de Doctorado). Universidad Nacional Autónoma de México, Ciudad de México, México.

González, M., Andrade, P. (2016). Escala de Bienestar Psicológico para adolescentes. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación e Avaliação Psicológica*, 42 (2), 69-83.

González, R., Montoya, I., Casullo, M.. & Bernabéu, J. (2002). Relación entre estilos y estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes. *Psicothema*. 14(2), 363-369.

González-Arratia L.F., N.I. y Valdez-Medina, J.L. (2005). Resiliencia en niños y niñas. Memorias del III Congreso Mexicano de Relaciones Personales. Acapulco, Gro., México.

Gray, M., & Steinberg, L. (1999). Unpacking authoritative parenting: Reassessing a multidimensional construct. *Journal of Marriage and the Family*, 61, 574–587.

Hadley, T., Jacob, T., Milliones, J., Caplan, J., & Spitz, D. (1974). The relationship between family developmental crises and the appearance of symptoms in a family member. *Family Process*, 13, 207-214.

Haley, J. (1983). *Terapia no convencional*. Buenos Aires: Amorrortu.

Hill, R. (1970). *Family development in three generations*. Cambridge, MA: Schenkman.

Horrocks, J. E., (2001). *Psicología de la adolescencia*. (José M. Salazar Palacios, Trad.). México: Trillas.

Iglesias Vázquez, E., Pena López, J. A. y Sánchez Santos, J. M. (2013). Bienestar subjetivo, renta y bienes relacionales: los determinantes de la felicidad en España. *Revista Internacional de Sociología*, 71, 567-592.

Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2017). Estadísticas a propósito del Día internacional de la juventud (12 de agosto). Aguascalientes, México: INEGI. Recuperado de: http://www.beta.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2017/juventud2017_Nal.pdf

Keyes, C. L. M (2007). Promoting and protecting mental health as flourishing: A complementary strategy for improving national mental health. *American Psychologist*, 62, 95-108.

Keyes, C.L.M., Shmotkin, D., & Ryff, C.D. (2002). Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 1007-1022.

Laborín, J. F., y Vera, J. A. (2000) Bienestar subjetivo y su relación con locus de control y enfrentamiento. *La Psicología Social en México*. 3, 192-199

Lazarus, R. y Folkman, S. (1991). *Estrés y Procesos Cognitivos*. México: Ediciones Roca.

Leary, K., & DeRosier, M. (2012). Factors promoting positive adaptation and resilience during the transition to college. *Psychology*, 3(12), 1215-1222.

Lerner, R. M., & Steinberg, L. M. (2009). *Handbook of adolescent psychology*. Hoboken, New Jersey: J. Wiley.

Lerner, R. M., & Steinberg, L. (2004). The scientific study of adolescent development: Past, present, and future. In R. M. Lerner & L. Steinberg (Eds.), *Handbook of adolescent psychology* (pp. 1-12). Hoboken, NJ, US: John Wiley & Sons Inc.

López, D. (2016). *Estilos y estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes*. (Tesis inédita de pregrado). Universidad Nacional Autónoma de México, Ciudad de México, México.

López, H. (2016). Los once tipos de familias en México. *Datos diagnósticos tendencias*, (47),26-31.https://www.amai.org/revistaAMAI/472016/AMAI_47_OCTUBRE_2016.pdf

Martínez, I. (2018). Los niveles de felicidad a lo largo de la vida en México. En Millán, R. y Castellanos, R., editors. *Bienestar subjetivo en México*. (pp. 219-251). México: Instituto de Investigaciones Sociales.

Millán, R. y Castellanos, R. (2018). *Bienestar subjetivo en México*. Ciudad de México, México: Instituto de Investigaciones Sociales.

Minuchin, S. (1979). *Familias y Terapia Familiar*. Barcelona: Gedisa.

Minuchin, S. y Fishman, H. (1989). *Técnicas de terapia familiar*. México: Paidós.

Muuss, R. E. (1990). *Adolescent behavior and society: A book of readings*. New York: McGraw Hill.

Muuss, R. E. (1990). *Adolescent behavior and society: A book of readings*. New York: McGraw Hill.

Nelson, D., Adger, W., & Brown, K. (2007). Adaptation to environmental change: contributions of a resilience framework. *Annual Review of Environment and Resources*, 32, 395-419.

Organización Mundial de la Salud (2018). *Adolescentes: riesgos para la salud y soluciones*. Recuperado de: <http://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/adolescents-health-risks-and-solutions>

Organización Mundial de la Salud (2019). *Salud mental*. Recuperado el 12 de abril de 2020 de Organización Mundial de la Salud: <https://www.who.int/es/news-room/facts-in-pictures/detail/mental-health>

Page, K., & Vella-Brodrick, V. (2009). The “what”, “why” and “how” of employee well-being: A new model. *Social Indicators Research*, 90, 441-458.

Papalia, D., Olds, S., y Duskin, R. (2010). *Desarrollo humano*. México: McGraw-Hill.

Pianta, R. y Walsh, D. (1998). Applying the construct of resilience in schools: cautions from a developmental systems perspective. *School Psychology Review*, 27(3), 407-417.

Pliego C., F.J. (2014). *Las familias en México*. México: Editorial Porrúa.

Ramírez, S. (1959). *El mexicano. Psicología de sus motivaciones*. México: Editorial Pax-México.

Rathu, N. & Rastogi, R. (2007). Meaning in Life and Psychological Well-Being in Pre-Adolescents and Adolescents. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 33(1), 31-38.

Rivas, D. (2015). *Análisis multifactorial del bienestar óptimo y la conducta pro-social como indicadores del desarrollo positivo en adolescentes mexicanos. (Tesis inédita de pregrado)*. Universidad Nacional Autónoma de México, Ciudad de México, México.

Rodríguez, R. (2016). *Construcción y validación de un instrumento de recursos para la resiliencia en adolescentes. (Tesis inédita de pregrado)*. Universidad Nacional Autónoma de México, Ciudad de México, México.

Romero, A., Zapata, R., García-Mas, A., Brustad, R., Quiroz, R. & Letelier, A. (2010). Estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en jóvenes tenistas de competición. *Revista de Psicología del Deporte*, 19 (1), 117-133.

Rousseau, J. J. (1979). *Emilio o de la educación*. (Daniel Moreno, Trad.) México: Porrúa.
(Trabajo original publicado en 1762)

Rutter, M. (1979) Protective factors in children's responses to stress and disadvantage. En Kent M., Rolf J., (Eds.). *Primary prevention in psychopathology: Social competence in children*. Vol. 8. University Press of New England; Hanover, NH: pp. 49-74.

Ryff, C. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069-1081.

Ryff, C. (1995). Psychological well-being in adult life. *Current Directions in Psychological Science*, 4(4), 99-104.

Ryff, C., & Keyes, C. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 719-727.

Ryff, C.D., & Singer, B. (1998). The contours of positive human health. *Psychological Inquiry*, 9, 1-28.

Sagone, E. & De Caroli, M. (2014). Relationships between psychological wellbeing and resilience in middle and late adolescents. *Social and Behavioral Sciences*, 141, 881-887.

Seligman, M. (1999). The presidents address. APA.1998. Annual Report. *American Psychologist*, 54, 559-562.

Seligman, M. (2003). Positive psychology. Fundamental assumptions. *The psychologist*. 16 (3). 126-127.

Selman, R. (1980). *The development of interpersonal understanding*. New York: Academic Press.

Stanley, P. (2010). Risk and resilience: The role of risk and protective factors in the lives of young people over time. Tesis inédita de doctorado. Nueva Zelanda: Auckland University of Technology.

Steinberg, L. (2008). Adolescence. New York: McGraw-Hill.

Vanistendael, S. (2005). La resiliencia: desde una inspiración hacia cambios prácticos. 2º congreso Internacional de los Trastornos del Comportamiento en Niños y Adolescentes. Madrid, España.

Vera Noriega, Zavaleta G., Solís, J., Hernández y Santiz, E. (2011) Bienestar subjetivo en estudiantes universitarios indígenas. En Estrés, Burnout y bienestar subjetivo: Investigaciones en salud mental de agentes educativos. Barraza, A. Jaik Dipp, A. (Editores) Instituto Universitario Anglo Español y Red Durango de Investigación Educativa. 267-288.

Vera, P.B. (2004). Resistir y rehacerse. Una reconceptualización de la experiencia traumática desde la Psicología Positiva. Disponible en línea: <http://wwwpsicología-positiva.com/resiliencia.html>

Verdugo-Lucero, J. L., Ponce de León-Pagaza, B. G., Guardado-Llamas, R. E., Meda-Lara, R. M., Uribe-Alvarado, J. I. & 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), pp. 79-91.

Verduzco A., M.A. (2004). Autoestima, estrés y afrontamiento desde el punto de vista del desarrollo. Tesis no publicada de Doctorado. México: Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Autónoma de México.

Viñas, F., González, M., García, Y., Malo, S. y Casas, F. (2015). Los estilos y estrategias de afrontamiento y su relación con el bienestar personal en una muestra de adolescentes. *Anales de Psicología*. 31(1), 226–233. Obtenido de <https://revistas.um.es/analesps/article/view/analesps.31.1.163681/169761>.

Wagnild, G., & Young, H. (1993). Development and psychometric evaluation of the resilience scale. *Journal of Nursing Measurement*, 1(2), 165-178.

Watzlawick, P; Beavin, J. H.; Jackson, D. D. (1967). *Teoría de la comunicación humana. Interacciones, patologías y paradojas*. España: Herder.

Wilson, W. (1967). Correlates of avowed happiness. *Psychological Bulletin*. 67 (4), 294-306.

Zolkoski, S., & Bullock, L. (2012). Resilience in children and youth: A review. *Children and Youth Services Review*, 34(12), 2295-2303.