

## **Relaciones entre bienestar psicológico y variables familiares en la adolescencia**

De La Morena, M. L., Infante, L., García-Sánchez, B. y Sánchez-Sánchez, A. M.

*Departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación, Facultad de Psicología,*

*Universidad de Málaga, Málaga, España*

E-mail: [morena@uma.es](mailto:morena@uma.es)

El bienestar psicológico en la adolescencia se ve influenciado por una diversidad de variables que intervienen en sus diferentes dimensiones, siendo las variables del entorno familiar unas de las más influyentes. La perspectiva de bienestar que se ha adoptado en este estudio es la eudaimónica, que lo conceptualiza en base al sentido de control personal, de autonomía de vida, de propósitos personales y de competencias, focalizando más el interés en los procesos de crecimiento personal.

El presente trabajo tiene el objetivo de explorar y describir la relación existente entre el bienestar psicológico de alumnado de ESO y de Bachiller, y diversas variables provenientes del ámbito familiar. Se han analizado las siguientes variables: la calidad de la relación existente con la madre, así como con el padre, y también con los hermanos/as; la percepción que tiene el adolescente sobre el lugar donde vive; el trabajo que tiene la madre y el padre; y la situación de separación o no de los progenitores. Para analizar el bienestar psicológico se ha utilizado la adaptación española de las Escalas de Bienestar Psicológico de Carol Ryff con sus seis escalas de referencia.

El estudio se ha realizado con una muestra de 448 adolescentes de ESO y de Bachiller, con edades comprendidas entre los 12 y los 18 años, siendo 271 chicos y 177 chicas, y de diversos centros de secundaria de las provincias de Málaga y Cádiz (Benalmádena, Arriate, Algeciras y Málaga capital).

En los resultados hay que destacar que se asocia un mayor bienestar psicológico, en la adolescencia, a una buena calificación de la vivienda donde se vive, así como a una buena relación con la madre, con el padre y también con los hermanos/as. Así mismo se encuentra que el hecho de que los padres no estén separados en la adolescencia produce un mayor bienestar

psicológico total en los hijos/as, además de mayor autoaceptación, mayor dominio del entorno y mayor propósito en la vida de los adolescentes.

Como conclusión del presente estudio sobre variables familiares claves en el bienestar psicológico de los adolescentes, señalar que el hecho de valorar de forma positiva el entorno donde se vive, el hecho de mantener buenas relaciones con la madre, el padre y los hermanos/as, además de no sufrir una separación conflictiva de los progenitores; todo ello favorece el pleno desarrollo integral del adolescente y ayuda a sentirse bien con uno/a mismo/a, mostrando un mayor bienestar psicológico. Esto plantea posibles programas educativos para familias a desarrollar en los centros educativos y sociales de la comunidad.

**Palabras claves:** bienestar psicológico, variables familiares, adolescencia