

Las informaciones recogidas en las entrevistas individuales señalan que:

Los chicos ponen énfasis en los aspectos de su bienestar que han mejorado, debido sobre todo a que se relacionan más con sus amigos y a los cambios que han experimentado a nivel personal.

Las chicas enfatizan más que su bienestar se ha mantenido igual, a pesar de que los factores que mencionan como favorecedores u obstaculizadores son similares a los de los chicos.

La comparación de los resultados de las entrevistas grupales e individuales realizadas el primer año con las realizadas un año después sugiere que mientras que algunos factores permanecen estables en el tiempo, como la importancia de las relaciones interpersonales (familia y amigos), otros, como por ejemplo los factores materiales, disminuyen su impacto sobre el bienestar.

Resultados *(integración de resultados cuantitativos y resultados cualitativos)*

Del análisis conjunto de las respuestas de los cuestionarios y de las entrevistas cabe destacar aspectos que han variado de forma relevante en el segundo año respecto del primero:

- *Percepción sobre su futuro.* La disminución significativa de la satisfacción con la vida en general y del optimismo vital observada en las respuestas a los cuestionarios, se refleja en los comentarios hechos por los adolescentes en las entrevistas, manifestando que ven su futuro con incertidumbre y esto les conlleva preocupación.
- *Elementos materiales.* En sus respuestas a los cuestionarios muestran una disminución significativa en los valores materialistas (dinero, poder, imagen y popularidad) por los que aspiran a ser apreciados en el futuro por las otras personas, en tres de las cinco cohortes estudiadas. En las entrevistas explican que les dan menos importancia que antes. En contraste, *el valor de la imagen* aumenta significativamente en la segunda cohorte. En sus comentarios señalan, en el primer año, que la apariencia física no es importante para ellos, mientras que en el segundo explican que la forma en que los ven los demás influye en su bienestar.

Conclusiones:

- El bienestar subjetivo no es estable a lo largo de la adolescencia, sino que disminuye de forma progresiva a partir de los 11 años aproximadamente.
- El descenso que se produce en los niveles de bienestar subjetivo y de optimismo vital puede que esté más vinculado a factores de desarrollo propios de la edad que a factores externos, aunque éstos también sean importantes.
- Los resultados permiten sugerir intervenciones específicas para chicos y chicas y para las diferentes edades con el objetivo de minimizar el descenso del bienestar subjetivo en la adolescencia.

Agradecimientos:

A todos los participantes de los centros educativos: Centre Escolar Empordà (Roses), Escola Empúries (l'Escala), Escola Els Estany (Platja d'Aro), Escola Lacustària (Llagostera), Institut de Llagostera, Escola Madrenc (Vilablareix), Institut de Palamós, Escolàpies - Paula Montal (Figueres), Institut El Pedró (l'Escala), Institut Ridaia (Castell d'Aro), Escola Ruiz Giménez (Palamós), Centre Educatiu Sant Josep (Sant Feliu de Guíxols), Col·legi Sant Jordi (Palafrugell), Escola Vedruna (Palamós), Institut de Vilablareix.

Al Ministerio de Economía y Competitividad (MINECO) por la financiación del proyecto (referencia PSI2010-19404).

Para más información, podéis contactar con nosotros:

ERIDIQV (Coord. Dr. Ferran Casas)

Facultad de Educación y Psicología

Universitat de Girona

Plaza Sant Domènec, 9

17001 Girona.

Teléfono: +34 972419838/9611

Correo electrónico: dolors.navarro@udg.edu; monica.gonzalez@udg.edu

Página web: www.udg.edu/eridiv

Evolución del bienestar subjetivo entre los 10 y los 15 años



El bienestar subjetivo se refiere a la evaluación que las personas hacen de sus vidas, tanto de forma global (satisfacción con la vida en general) como en ámbitos concretos (satisfacción con la familia, amigos, tiempo libre, etc.). Cuando hablamos de bienestar subjetivo en la adolescencia nos referimos específicamente a la evaluación que hacen los adolescentes de sus vidas, siempre desde su propia perspectiva.

Objetivo de la investigación

Conocer si con el paso del tiempo se producen variaciones en los niveles de bienestar subjetivo de los adolescentes de entre 10 y 15 años y cuál es la dirección de estos cambios.

Muestra

940 adolescentes pertenecientes a 15 centros educativos de la provincia de Girona. El estudio se ha realizado por cohortes de edad.

Distribución de la muestra por cohortes, cursos y años de administración

	1ª cohortes (177 participantes)	2ª cohortes (154 participantes)	3ª cohortes (229 participantes)	4ª cohortes (174 participantes)	5ª cohortes (206 participantes)
1º año	5º E. primaria	6º E. primaria	1º ESO	2º ESO	3º ESO
2º año	6º E. primaria	1º ESO	2º ESO	3º ESO	4º ESO

Procedimiento y metodología

Primera recogida de datos el curso 2011-2012 y segunda recogida el 2012-2013, utilizando los mismos instrumentos y técnicas:

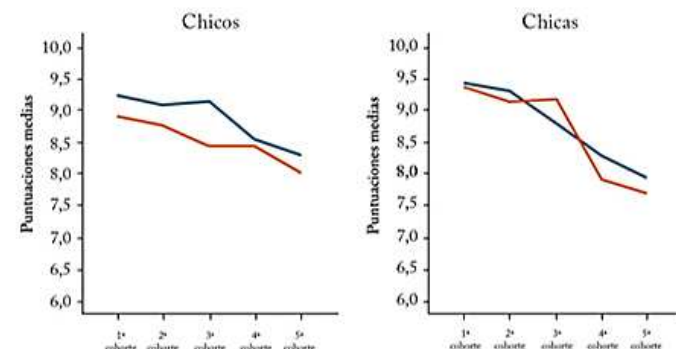
- 1) Cuestionario que incluye varias escalas para evaluar el bienestar subjetivo.
- 2) Entrevistas grupales separadas a adolescentes que en sus respuestas al cuestionario presentaron puntuaciones más y menos elevadas en el bienestar subjetivo.
- 3) Entrevistas individuales separadas a adolescentes que en sus respuestas al cuestionario presentaron puntuaciones más y menos elevadas en optimismo vital y apertura a la experiencia.

Resultados (cuantitativos)

El análisis de las respuestas obtenidas en los cuestionarios muestra que:

- Se produce un descenso continuado de año en año y generalizado, aunque moderado, de los niveles de bienestar subjetivo a partir de los 11-12 años de edad. El descenso que se observa en las chicas es más pronunciado que en los chicos (Ver Gráficos).
- Este descenso se observa tanto en las respuestas a las preguntas sobre satisfacción con ámbitos concretos de la vida (p.ej.: con la salud), como en las que evalúan el bienestar con la vida de forma global.
- Las puntuaciones obtenidas cuando se utiliza una única pregunta sobre felicidad o satisfacción resultan ser siempre más elevadas que al emplear un índice global de los distintos ámbitos de satisfacción.

Puntuaciones de la *satisfacción con la vida* en general



Resultados (cualitativos)

El análisis de las entrevistas grupales muestra que se han producido cambios que afectan al bienestar en la mayoría de participantes de un año al otro. Chicos y chicas manifiestan que hay factores que tienen un impacto positivo en su bienestar mientras que otros, en cambio, lo disminuyen.

Factores que AUMENTAN el bienestar

- Cambios a nivel personal (percibirse más maduro y responsable).
- Mejora en las relaciones con los progenitores (más confianza y libertad por parte de éstos).
- Mejora en aspectos escolares (calificaciones más elevadas y mejora del comportamiento en clase).
- Mayor posibilidad de realizar e iniciar nuevas actividades de tiempo libre que les gusten.

Factores que DISMINUYEN el bienestar

- Aspectos del ámbito escolar (demasiados deberes, descenso de las notas escolares y falta de motivación para estudiar).
- Situaciones difíciles en el ámbito familiar (separación de los padres, muerte de un familiar y excesivo control de los padres).

Chica: Que he cambiado mi manera de pensar y, no sé, ahora me siento más madura. Y eso es lo que ha mejorado.

E: ¿Qué significa para ti ser más madura?

Chica: Por ejemplo, antes me podía estar todo el día en la calle, o haciendo otras cosas. Y ahora, por ejemplo en los estudios... ahora digo "no puedo salir" y antes salía. Ahora me quedo en casa y estudio.

E: ¿Cómo es que esta responsabilidad te hace sentir mejor?

Chica: No sé, porque... Mi madre no está tanto encima de mí, como el año pasado, y me da más confianza... y no sé, siento que estoy bien.

(Grupo 3º ESO, baja puntuación en bienestar)