

ESTUDIO DE VIRTUDES PERSONALES EN ADOLESCENTES Y SATISFACCIÓN CON LA VIDA, DURANTE LA PANDEMIA DEL COVID-19

M^ª Teresa Vázquez Resino MSc

Facultad de Ciencias de la Salud
Universidad Internacional de La Rioja (España)
apadm@cop.es

Teresa Sanchez-Gutierrez PhD1

Facultad de Ciencias de la Salud
Universidad Internacional de La Rioja (España)

Ana Belén Calvo PhD1

Facultad de Ciencias de la Salud
Universidad Internacional de La Rioja (España)

Recepción Artículo: 22 abril 2022

Admisión Evaluación: 22 abril 2022

Informe Evaluador 1: 24 abril 2022

Informe Evaluador 2: 26 abril 2022

Aprobación Publicación: 27 abril 2022

RESUMEN

El objetivo de este estudio fue comparar las relaciones de las virtudes personales, desde el enfoque de la psicología positiva, con la satisfacción con la vida de 129 adolescentes escolarizados en la ciudad de Alcorcón (Madrid), según el sexo y transcurrido un año tras el confinamiento provocado por la pandemia del COVID-19. Los instrumentos utilizados fueron dos cuestionarios, el Values in Action for Youth (VIA-Y, Park y Peterson, 2006) que mide las fortalezas humanas en adolescentes, y la escala de Satisfacción con la vida (SWLS), cuyo objetivo es evaluar los aspectos cognitivos del bienestar personal. El modelo usado para la medición es la versión en castellano de la SWLS de Diener, Emmons, Larsen, y Griffin (1985), escala que según Pavot, Diener, Colvin, y Sandvik, (1991) se puede utilizar con jóvenes y adultos. Los resultados del análisis de interdependencia entre las variables mostraron relación entre la virtud de “templanza y capacidad de perdón” con la variable de satisfacción con la vida, no observándose significación en relación con la edad, ni el sexo de los participantes.

Palabras clave: fortalezas; virtudes personales; satisfacción con la vida; adolescentes

ABSTRACT

Study of personal virtues in adolescents and satisfaction with life during the covid-19 pandemic. The objective of this study was to compare the relationships of personal virtues, from the positive psychology approach, with the life satisfaction of 129 adolescents attending school in the city of Alcorcón (Madrid), according to sex and one year after the study. confinement caused by the COVID-19 pandemic. The instruments

used were two questionnaires, the Values in Action for Youth (VIA-Y, Park y Peterson, 2006), which measures human strengths in adolescents, and the Satisfaction with Life Scale (SWLS), whose objective is to evaluate the aspects knowledge of personal well-being. The model used for the measurement is the Spanish version of the SWLS by Diener, Emmons, Larsen, y Griffin (1985), a scale that, according to Pavot, Diener, Colvin, y Sandvik, (1991), can be used with young people and adults. The results of the analysis of interdependence between the variables showed a relationship between the virtue of "temperance and forgiveness" with the variable of satisfaction with life, not observing significance in relation to age or gender of the participants.

Keywords: strengths; personal virtues; satisfaction with life; adolescents

INTRODUCCIÓN

La etapa adolescente es primordial por ser un periodo de cambios y de consecuencias para etapas posteriores (Castillo, 1999), caracterizándose por ser la etapa vital donde se fomenta la identidad y afianza la personalidad del individuo (Erikson, 1968), siendo fundamental no identificar la adolescencia con un momento de vulnerabilidad, sino contemplarla como una etapa relevante para el desarrollo de potencialidades y fortalezas (Park y Peterson, 2009).

La satisfacción con la vida implica disponer de varios gratificantes que construyan o permitan construir una significación y simbolización de lo que se entiende como estar satisfecho con lo que se tiene y con lo que se vive (Willson, 1967, citado en Muñoz, et al. 2018). Relacionando el bienestar subjetivo y satisfacción vital en adolescentes, algunos estudios muestran la importancia de construcción de metas, respecto al futuro de la persona, especialmente si son metas que tienen que ver con el desarrollo de las tareas propias de su edad y demandas sociales (Nurmi, 1991).

Es, en este contexto, donde el estudio de Castro y Díaz (2002) pone el énfasis en el aspecto más intencional o propositivo para lograr los objetivos de vida, indicando que los niveles de satisfacción están modulados por el planteamiento de los mismos. Los resultados, comparando dos muestras de adolescentes en España y Argentina, demostraron diferencias significativas, aunque de baja potencia estadística en los perfiles combinados de objetivos de vida y satisfacción, estando relacionadas con el contexto cultural más amplio que opera como moderador de los objetivos vitales que construyen los adolescentes y que parecen seguir patrones diferenciales en ambos países.

Otros trabajos en esta misma línea ilustran la importancia de la edad, (Carrión, Molero y González, 2000, Sun et al, 2015; Gwozdz y Sousa-Poza, 2009) ya que los jóvenes ofrecen la expectativa de que su vida cambie en el futuro, llegando a encontrar mayor satisfacción de la que se les ofrece en este momento de ciclo.

Tras lo expuesto, se puede afirmar que las personas a lo largo de la vida transitan por etapas que involucran cambios en diferentes áreas, siendo la adolescencia un periodo de tránsito entre la infancia y la adultez (OMS, 2014), haciéndose necesario estudiar todas las variables que rodean dicha etapa, para comprender las relaciones con el bienestar psicológico, con la satisfacción vital y, por ende, con el desarrollo óptimo humano.

Bajo esta perspectiva, Seligman (2003) presentó desde la Psicología Positiva la forma de entender la experiencia humana como una necesidad de analizar tres aspectos importantes dentro de la misma: las experiencias positivas (que incluyen estudiar el bienestar psicológico y la satisfacción con la vida), favorecer rasgos individuales (formación del carácter y fortalezas) e incentivar las características de las instituciones positivas (familia, escuela y sociedad en general) que faciliten el desarrollo de los dos anteriores. Por ello, la Psicología Positiva además de estudiar conceptos positivos, como la felicidad, el optimismo y la atención en las fortalezas de carácter; la esperanza, la sabiduría, etc., trata de dar significado a las vidas con sentimientos como la interconexión grupal (Peterson, Park y Seligman, 2005) y el trabajo en equipo (Peterson y Seligman, 2004; Park y Peterson, 2009), conceptos ambos intrínsecos en el contexto escolar (Argüis, 2012) y bienestar emocional del alumnado (Bisquerra, 2017, Castro, 2009).

Al respecto, Seligman y Csikszentmihalyi (2000) promueven competencias en los niños, identificando y for-

tales como sus fortalezas y cualidades predominantes, y con ese fin se les ayuda igualmente a encontrar espacios donde poder expresarlas. Promover las fortalezas de los niños y jóvenes puede incrementar cambios que favorecen el manejo exitoso de las dificultades actuales y las que deberán afrontar en el futuro (Terjesen, Jacofsky, Froh y DiGiuseppe, 2004).

La psicología positiva establece la definición de las fortalezas del carácter -capacidades cognitivas, afectivas y conductuales que posibilitan el bienestar psicológico-, formulando 24 fortalezas y constituyendo los ingredientes básicos para las seis virtudes humanas: sabiduría, coraje, justicia, humanidad, templanza y trascendencia (Peterson y Seligman, 2004). Dicha clasificación ofrece un marco integral para estudiar el buen carácter y su relación con lo adaptativo, con el bienestar psicológico y con la satisfacción y salud mental. (García-Álvarez et al. 2018 y 2020).

Aunque en las últimas décadas se ha incrementado el estudio de las fortalezas, no existe demasiada literatura que muestre la relación entre las fortalezas de carácter en la adolescencia y la satisfacción con la vida, rasgos como el amor, esperanza, autenticidad y persistencia se vinculan a mayor satisfacción vital (García-Álvarez et al. 2019 y 2020). En esta línea de investigación se ha encontrado que las fortalezas del carácter se asocian con un alto bienestar psicológico en adolescentes, en especial la virtud del coraje, en la cual se han observado las correlaciones más elevadas (García-Álvarez et al. 2021, Wagner, I. 2019).

Desde este escenario, donde se deben atender las capacidades, fortalezas, la construcción de metas y objetivos vitales, como variables fundamentales en el bienestar psicológico y satisfacción vital de los adolescentes, irrumpe la situación de pandemia causada por el virus SARS-CoV-2, causante de la Covid-19. Una crisis que conlleva unos efectos dentro del alumnado joven, que ha de enfrentarse a esta pandemia desde diferentes contextos personales, familiares y escolares, los cuales se han visto alterados (Arévalo, 2021).

Aunque son reducidos los estudios realizados hasta la fecha, desde el inicio de la pandemia, en el año 2020, en España, y tras la primera ola de la pandemia producida por el COVID-19, el Instituto de la Juventud (INJUVE) constata que una mayoría del colectivo juvenil refiere no haberse sentido solo o incluso informa haber tenido una situación de confinamiento con calma (56%) o alegría (51%) (INJUVE, 2020), elementos si caben optimistas que deben seguir investigándose en estudios futuros.

METODOLOGÍA

Tipo de Investigación

La investigación se clasifica como transversal, correlacional y de diseño no experimental.

Participantes

La muestra estuvo conformada por 129 estudiantes de Enseñanza Secundaria Obligatoria (ESO), de 12 a 16 años, del IES Prado de Santo Domingo de Alcorcón (Madrid), durante los meses de Marzo a Mayo de 2021, de los cuales, el 40,30 % (n=77) fueron varones y el 34,63% (n=52) fueron mujeres. La edad fluctuó desde 12 hasta 16 años, con una media de 13,78±0,1.

Puesto que el método de muestreo fue no probabilístico, el tamaño de la muestra se determinó por la cantidad de alumnos que tomaron parte en la investigación.

Instrumentos

Se utilizaron dos cuestionarios, el Values in Action for Youth, VIA-Youth (Park y Peterson, 2006), cuyo desarrollo se basa en la escala de adultos, diseñada por el mismo grupo de autores (Peterson y Seligman, 2004) y mide las fortalezas humanas en adolescentes. Consta de 198 ítems con una escala Likert de cinco opciones que van desde 1 (muy en desacuerdo) hasta 5 (muy de acuerdo) y puede ser completado aproximadamente en 40 minutos. Todas las subescalas que componen el instrumento presentan coeficientes de consistencia interna por alfa de Cronbach adecuados, entre .62 y .88. A su vez, tales reactivos permiten explicar las siguientes virtudes:

Virtud I: corresponde a la virtud de la sabiduría y conocimiento. Agrupa fortalezas como la curiosidad, creatividad, amor por el aprendizaje, mente abierta y perspectiva.

Virtud II: se enfoca en el coraje y valentía e incluye fortalezas del manejo emocional tales como la valentía, perseverancia, autenticidad y entusiasmo.

Virtud III: concierne a la virtud de la humanidad y el amor. Contiene atributos de manejo interpersonal como amabilidad, capacidad de amar e inteligencia social.

Virtud IV: atañe a la justicia y equidad y reúne rasgos que ayudan a vivir en comunidad tales como la equidad, el liderazgo y el trabajo en equipo.

Virtud V: se refiere a la templanza y capacidad de perdón, y que concentra fortalezas asociadas con la moderación y la regulación. Incluye características como el perdón, modestia, prudencia y autorregulación.

Virtud VI: compete a la virtud de la trascendencia y espiritualidad, que engloba fortalezas como la gratitud, esperanza, humor, apreciación de la belleza y espiritualidad.

Para el estudio de satisfacción con la vida se utilizó la Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS) y cuyo objetivo es evaluar los aspectos cognitivos del bienestar personal. El modelo usado para la medición es la versión en castellano de la SWLS de Diener, Emmons, Larsen, y Griffin (1985), escala que según Pavot, Diener, Colvin, y Sandvik, (1991) se puede utilizar con jóvenes y adultos. Ésta consta de 5 reactivos y opciones de respuesta que van desde 1 hasta 7, siendo 1 = fuertemente en desacuerdo y 7 = fuertemente de acuerdo. Este instrumento goza de una alfa de Cronbach entre el 0.83 y .85.

Procedimiento

La participación de los estudiantes fue voluntaria, previa entrega a las familias de una carta informando del estudio, aprobación del comité de ética de la Universidad y consentimiento pasivo. Las administraciones de las pruebas fueron realizadas durante el curso académico 2020/2021. Se realizó una única sesión de aplicación durante una hora de promedio, en el horario de tutoría de cada grupo, conformándose los grupos entre 15-20 personas aproximadamente (7 aulas). Los datos fueron analizados con el paquete estadístico SPSS versión 25.0.

Análisis Estadístico

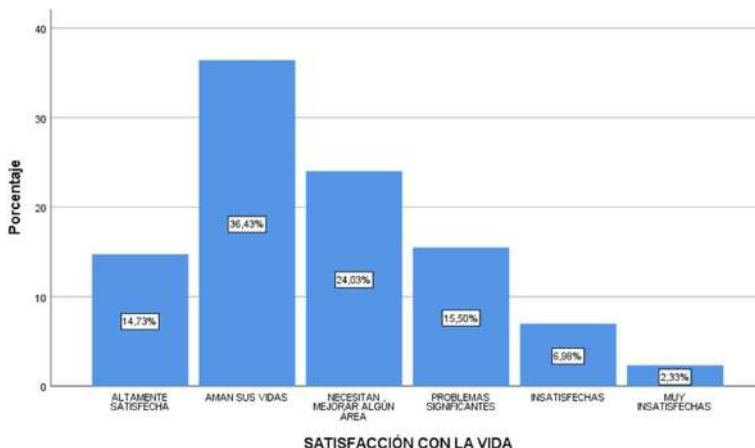
Se calcularon las medias y desviaciones típicas para las variables cuantitativas y las frecuencias y porcentajes para las cualitativas. En cuanto a las comparaciones entregupos, al tratarse de variables no paramétricas se utilizaron los estadísticos Kruskal-Wallis, con el fin de comparar variables nominales o cualitativas y cálculo de normalidad mediante la prueba de Kolmogorov-Smirnov y con el fin de hallar las diferencias entre grupos se utilizó el estadístico U de Mann Whitney y las pruebas de chi cuadrado de Pearson.

RESULTADOS

En esta muestra, la variable de la satisfacción con la vida se distribuye de la siguiente manera: 14,73% de alumnos altamente satisfechos; 36,43% que aman sus vidas; 24,03%

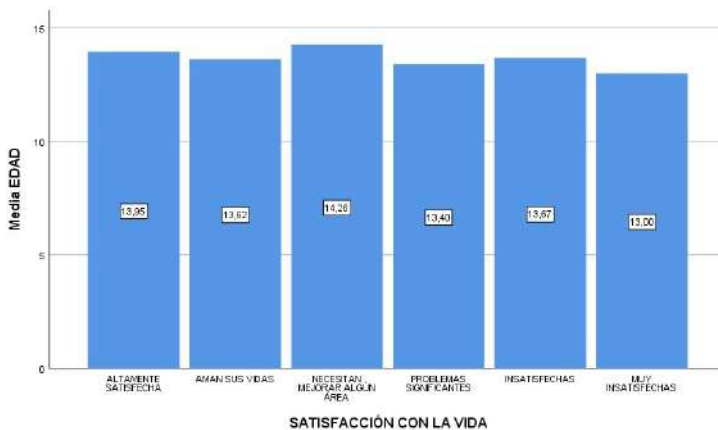
necesitan mejora en algún área vital, 15,60% presentan problemas significativos, 6,96% se muestran insatisfechos y 2,33% muy insatisfechos.

Figura 1
Distribución niveles satisfacción con la vida.



Si comparamos dichos resultados con la variable edad, los valores obtenidos son edad media: 13,95 y D.T: 1,615 altamente satisfechos, edad media 13,62 y D.T: 1,190 aman sus vidas, edad media 14,26 y D.T: 1,237 necesitan mejorar en algún área de su vida, edad media 13,40 y D.T: 1,273 expresan problemas significantes, edad media 13,67 y D.T: 1,414 presentan insatisfacción con la vida y por último edad media de 13,00 y D.T: 1,732 se muestran muy insatisfechos con la vida. Los datos se exponen en la Figura 2.

Figura 2
Distribución de media edad con satisfacción con la vida



La comparación entre las variables de sexo y satisfacción con la vida, se ofrecen en la Tabla 1.

ESTUDIO DE VIRTUDES PERSONALES EN ADOLESCENTES Y SATISFACCIÓN CON LA VIDA, DURANTE LA PANDEMIA DEL COVID-19

Tabla 1
Distribución de los resultados sexo y satisfacción con la vida

			SEXO		Total
			HOMBRE	MUJER	
			9	10	19
SATISFACCIÓN CON LA VIDA	ALTAMENTE SATISFECHA	% dentro de SATISFACCIÓN CON LA VIDA	47,4%	52,6%	100,0%
		% dentro de SEXO	11,7%	19,2%	14,7%
			32	15	47
AMAN SUS VIDAS		% dentro de SATISFACCIÓN CON LA VIDA	68,1%	31,9%	100,0%
		% dentro de SEXO	41,6%	28,8%	36,4%
			22	9	31
NECESITAN MEJORAR ALGÚN ÁREA		% dentro de SATISFACCIÓN CON LA VIDA	71,0%	29,0%	100,0%
		% dentro de SEXO	28,6%	17,3%	24,0%
			10	10	20
PROBLEMAS SIGNIFICANTES		% dentro de SATISFACCIÓN CON LA VIDA	50,0%	50,0%	100,0%
		% dentro de SEXO	13,0%	19,2%	15,5%
			3	6	9
INSATISFECHAS		% dentro de SATISFACCIÓN CON LA VIDA	33,3%	66,7%	100,0%
		% dentro de SEXO	3,9%	11,5%	7,0%
			1	2	3
MUY INSATISFECHAS		% dentro de SATISFACCIÓN CON LA VIDA	33,3%	66,7%	100,0%
		% dentro de SEXO	1,3%	3,8%	2,3%
			77	52	129
TOTAL		% dentro de SATISFACCIÓN CON LA VIDA	59,7%	40,3%	100,0%
		% dentro de SEXO	100,0%	100,0%	100,0%

Al aplicarse las pruebas de chi cuadrado de Pearson, con el fin de contrastar si las diferencias observadas entre los dos grupos son atribuibles al azar, o existen independencia entre las mismas, los datos obtenidos son no significativos (chi cuadrado=8,5, p=.133).

A continuación, en la Tabla 2 se muestran los datos descriptivos entre las virtudes estudiadas y los datos sobre satisfacción con la vida.

Tabla 2
Datos descriptivos virtudes personales y satisfacción con la vida.

SATISFACCIÓN CON LA VIDA	EDA D	SABIDU RÍA Y CONOCI MIENTO	CORA JE Y VALE NTIA	AMO RY HUMA NIDAD	JUSTI CIA Y EQUI DAD	TEMPLA NZA Y CAPACI DAD DE PERDÓN	ESPIRITU ALIDAD Y TRASCEN DENCIA
ALTAMENTE	13,95	3,58	3,89	3,95	3,21	2,47	3,89
Medi							
a							
SATISFECHA	Desv. 1,615	1,502	1,663	1,870	1,437	1,896	1,595
AMAN SUS VIDAS	13,62	3,62	3,30	4,00	3,34	2,72	4,02
Media							
	Desv. 1,190	1,812	1,473	1,818	1,672	1,514	1,674
NECESITAN	14,26	3,94	3,81	3,94	2,58	3,06	3,68
Medi							
a							
MEJORAR ALGÚN ÁREA	Desv. 1,237	1,711	1,352	1,861	1,628	1,632	1,720
PROBLEMAS	13,40	3,80	3,40	3,50	3,20	4,05	3,05
Medi							
a							
SIGNIFICANTES	Desv. 1,273	1,795	1,698	1,638	1,508	1,849	1,791
INSATISFECHAS	13,67	3,44	3,67	2,33	2,89	4,11	4,56
Medi							
a							
	Desv. 1,414	1,944	1,118	1,732	1,616	1,764	1,509
MUY	13,00	4,33	4,00	5,67	1,67	2,33	3,00
Medi							
a							
INSATISFECHAS	Desv. 1,732	,577	2,000	,577	,577	1,155	2,000
Total	13,78	3,72	3,57	3,82	3,05	3,06	3,78
Medi							
a							
	Desv. 1,324	1,714	1,494	1,831	1,600	1,735	1,705

Los resultados del análisis H de Krustal-Wallis, entre las variables de virtudes estudiadas y la satisfacción con la vida fueron los siguientes: V.1: p=.925; V.2: p=.621; V.3: p=.073; V.4: p=.182; V.5: p= ,021* y V.6: p=.209. Asimismo, la comparación entre la edad y la satisfacción con la vida de p= ,182.

ESTUDIO DE VIRTUDES PERSONALES EN ADOLESCENTES Y SATISFACCIÓN CON LA VIDA, DURANTE LA PANDEMIA DEL COVID-19

Tabla 3
Distribución de resultados virtudes personales y satisfacción con la vida.

	H de Kruskal-Wallis	gl	Sig. Asintótica
EDAD	7,562	5	,182
SABIDURÍA Y CONOCIMIENTO	1,395	5	,925
CORAJE Y VALENTIA	3,519	5	,621
AMOR Y HUMANIDAD	10,081	5	,073
JUSTICIA Y EQUIDAD	7,569	5	,182
TEMPLANZA Y CAPACIDAD DE PERDÓN	13,285	5	,021
ESPIRITUALIDAD Y TRASCENDENCIA	7,161	5	,209

Al obtener un resultado significativo en el análisis de la Virtud 5: templanza y capacidad de perdón y la variable satisfacción vital, se procede a analizar "por pares", haciendo uso del estadístico U de Mann-Whitney encontrándose resultados significativos en los siguientes pares analizados que se presentan en la tabla 4.

Tabla 4
Estadísticos de contraste variable templanza y capacidad del perdón y variable satisfacción con la vida.

	Altamente satisfechas (n=19)- Problemas significantes (n=20)	Altamente satisfechas (n=19) Insatisfechas (n=9)	Aman sus vidas (n=47) Problemas significantes (n=20)	Aman sus vidas (n=47) Insatisfechas (n=9)
U de Mann-Whitney	109,50	44,50	280,50	117,50
Sig. asin. (bilateral)	,019	,036	,008	,032
Significación exacta [2*(sig. unilateral)]	,022 b	,042b		

Nota. a. Variable de agrupación: SATISFACCIÓN CON LA VIDA

b. No corregido para empates.

CONCLUSIÓN Y DISCUSIÓN

En concordancia con los objetivos de investigación se observa que la característica más frecuente en relación con la satisfacción vital es “*aman sus vidas*” (36,42%), independientemente de ser hombre/mujer y de la edad de la muestra, datos similares a los encontrados en otros estudios realizados tras la pandemia del COVID-19, (INJUVE, 2020, pag. 23-36, Centro de Estudios en Bienestar y Convivencia Social (CEBCS) 2021)

En este estudio, se observa una relación entre la virtud “*templanza y capacidad de perdón*” con la variable de satisfacción con la vida, no observándose significación en relación con la edad, ni el sexo de los participantes. Este resultado es consistente con otros estudios (Rye et al. , 2001, Rodríguez et al, 2018).

Los datos de análisis entre pares muestran que existe significancia, aceptando que los resultados en la satisfacción de la vida influyen en la templanza y en la capacidad del perdón. Teniendo en cuenta que la templanza se refiere a una moderación juiciosa, atendiendo las fortalezas de la capacidad del perdón, fortaleza que expresa la aceptación ante las personas que han cometido errores, la modestia o humildad, que se caracteriza por realizar un análisis realista de nuestras capacidades, la prudencia, fortaleza que orienta hacia el futuro para lograr objetivos coherentes y eficaces y por último la autoeficacia como fortaleza que ayuda a controlar nuestras emociones y conductas (Peterson y Seligman, 2004), en este estudio, los estudiantes que han mostrado dichas fortalezas se sienten más satisfechos con la vida y por ende gozan de mayor bienestar (Barcelata y Rivas, 2016, Ryan y Deci, 2000)

En todo caso, creemos que estos datos pueden resultar relevantes puesto que permite destacar la importancia de una virtud trascendente como es la virtud personal de la templanza y capacidad de perdón en nuestros jóvenes (Seligman y Csikszentmihalyi, 2000) de manera que educadores (Argüis, 2012, Bisquerra, 2017) y familia, puedan realizar un ajuste adecuado y mediador, lo que influye finalmente en su modelo vital de satisfacción.

No olvidemos, sin embargo, que la conceptualización de satisfacción con la vida contiene un carácter multidimensional y multifactorial acorde con las realidades y contextos particulares de los jóvenes (Martell, et al, 2016).

Asimismo, indicar que dichos datos se deben tomar con cautela, debido a que el tipo de muestreo que se implementó, al ser de tipo no probabilístico limita en gran medida la generalización de los resultados, ofreciendo a los investigadores un campo abierto para seguir estudiando dichas variables y haciendo hincapié en muestras más amplias.

AGRADECIMIENTOS

A los alumnos y alumnas, claustro de profesores, director y orientadora escolar del Instituto de Educación Secundaria Prado de Santo Domingo de Alarcón (Madrid) por su generosidad.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arévalo, J.J. (2021). Pandemia y alumnos resilientes. *Cuadernos de Educación*.
<https://juanjoarevalo.es/2021/02/>
- Argüis, R., y cols. (2013). Programa Aulas Felices. *Psicología Positiva aplicada a la educación*.
<https://www.educacion.navarra.es/documents/27590/203401/Aulas+felices+documentaci%C3%B3n.pdf/3980650d-c22a-48f8-89fc-095acd1faa1b>
- Barcelata, B.E. y Rivas, D. (2016). Bienestar psicológico y satisfacción vital en adolescentes mexicanos tempranos y medios. *Revista Costarricense de Psicología*, 35. (2). 121-139.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5755886>
- Bisquerra, R., y Hernández, S. (2017). Psicología positiva, educación emocional y el programa aulas felices. *Papeles del Psicólogo*; 38, 1, 58-65. <https://doi.org/10.23923/pap.psicol2017.2822>
- Carrion, A., Molero, R. y González, F. (2000) Estudio de la satisfacción personal según la edad de las personas. *Anales de Psicología*, 16(2), 189-198
- Castillo, G. (1999). El adolescente y sus retos. La aventura de hacerse mayor. Pirámide.
- Castro, S. A. (2009). El bienestar psicológico cuatro décadas de progreso. *Revista Interuniversitaria de formación del profesorado*, 66 (23), 43-72

- Castro-Solano, A. y Díaz-Morales, J. F. (2002). Objetivos de vida y satisfacción vital en adolescentes españoles y argentinos. *Psicothema*, 14(1), 112-117.
- Centro de Estudios en Bienestar y Convivencia Social (CEBCS). El bienestar antes, durante y después de la pandemia. (2021). Facultad de Psicología – Universidad.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., y Griffin, S. (1985). La escala de satisfacción con la vida. *Revista de evaluación de la personalidad*, 49 (1), 71–75. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13
- Erikson, E. (1968): *Identity: Youth and crisis*. New York: Norton.
- García-Álvarez, D., Soler, M. y Cobo, R. (2018). Efectos del Programa Creciendo Fuertes sobre el bienestar psicológico y autoeficacia generalizada en adolescentes. *Revista Búsqueda* (20), 28-47. <https://revistas.cecar.edu.co/index.php/Busqueda/article/view/390>
- García-Álvarez, D., Soler, M., y Cobo, R. (2019). Bienestar psicológico en adolescentes: relaciones con autoestima, autoeficacia, malestar psicológico y síntomas depresivos. *Revista de Orientación Educativa*, 33(63), 23-43 <http://www.roe.cl/index.php/roe/article/view/4>
- García-Álvarez, D., Hernández-Lalinde, J., Espinosa-Castro, J., y Soler M. (2020). Salud mental en la adolescencia montevideana: una mirada desde el bienestar psicológico. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*. 9(2):37-57 http://www.revistaavft.com/images/revistas/2020/avft_2_2020/7_salud_mental.pdf
- García-Álvarez, D., Hernández-Lalinde, J., Espinosa-Castro, J., Rendón, R., y Soler M., (2020). Virtudes y fortalezas del carácter en la adolescencia: medición, comparación y relación con bienestar psicológico. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, vol. 39, (4). <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=55965385015>
- García-Álvarez, D. y Soler, M.J. (2021). Bienestar psicológico y virtud del coraje en adolescentes tardíos. *Informes Psicológicos*. 21. (2). <https://doi.org/10.18566/infpsic.v21n2a03>
- Gowdz, W. & Sousa-Poza, A. (2009) Ageing, Health and Life Satisfaction of the Oldest Old: An Analysis for Germany. *IZA Discussion Paper 40(53)*, 1-37
- Instituto de la Juventud, Injuve. (2020). *Informe de la Juventud en España*. http://www.injuve.es/sites/default/files/adjuntos/2021/03/informe_juventud_espana_2020.pdf
- Martell-Muñoz, J. y Mendoza-Martínez, A. (2016). Satisfacción con la vida entre jóvenes estudiantes de Bachillerato en Zacatecas, México. *Revista Iberoamericana de Psicología: Ciencia y Tecnología*, 9 (2), 23-27.
- Muñoz, J., García-Cadena, C., Daniel-González, L., Sánchez, P, y Mendoza, A. (2018). Estructura factorial de la escala de satisfacción con la vida y validez convergente con la escala de calidad de vida en preparatorianos mexicanos. *Revista de psicología y ciencias del comportamiento de la Unidad Académica de Ciencias Jurídicas y Sociales*, 9(2), 30- 45. <https://doi.org/10.29365/rpcc.20181207-70>
- Nurmi, J. E. (1991). How do adolescents see their future? A review of the development of future orientation and planning. *Developmental Review*, 11, 1-59
- Organización Mundial de la Salud (2014). *Salud para los adolescentes del mundo: Una segunda oportunidad en la segunda década*. Ginebra: WHO
- Park, N., y Peterson, C. (2006). Moral competence and character strengths among adolescents: the development and validation of the Values in Action Inventory of Strengths for Youth. *Journal of Adolescence*, 29 , 891-909.
- Park, N., y Peterson, C. (2009). The cultivation of character strengths. *Ferrari y G. Potworowski (Eds.)*, 57-75.
- Park N., y Peterson, C. (2009). *Strengths of Character in Schools*. En: *Handbook of Positive Psychology in Schools*. Routledge
- Pavot, G., Diener, E., Colvin, R y Sandvik, E. (1991). Validación adicional de la escala de satisfacción con la vida: evidencia de la convergencia de métodos cruzados de las medidas de bienestar. *Revista de Evaluación de la Personalidad* 57(1):149-61. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5701_17

- Peterson, Ch., y Seligman, M. (2004). *Character Strengths and Virtues: A Hand-book an Classification*. Washington: Oxford University Press.
- Peterson, Ch., Park, N., y Seligman, M. (2005). Orientations to happiness and life satisfaction. *Journal of Happiness Studies*, 6,25-41.
- Rodríguez, L.M., Menghi, M.C., y Moreno, J.E. (2018). El perdón en adolescentes y jóvenes: una propuesta para su medición en Argentina. *Revista psicodebate: psicología, cultura y sociedad*. 18(1), 21-34. http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2451-66002018000100002&lng=es&tlng=en.
- Ryan, R. M. y Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and wellbeing. *American Psychologist*, 55, 68- 78
- Rye, M. S., Loiacono, D. M., Folck, C. D., Olszewski, B. T., Heim, T. A., y Madia, B. P. (2001). Evaluation of the psychometric properties of two forgiveness scales. *Current Psychology: Developmental, Learning, Personality, Social*, 20, 260–277. <https://doi.org/10.1007/s12144-001-1011-6>
- Seligman, M. (2003). Positive psychology: Fundamental assumptions. *American Psychologist*, 126-127.
- Seligman, M. E. P., y Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55, 5-14.
- Terjesen, MD, Jacofsky, M., Froh, J. y DiGiuseppe, R. (2004). Integración de la psicología positiva en las escuelas: implicaciones para la práctica. *Psicología en las Escuelas*, 41 (1), 163–172. <https://doi.org/10.1002/pits.10148>
- Wagner, L. (2019). El buen carácter es lo que buscamos en un amigo: Las fortalezas del carácter se relacionan positivamente con la aceptación de los compañeros y la calidad de la amistad en los primeros años de la adolescencia. *The Journal of Early Adolescence*, 39 (6), 864–903. <https://doi.org/10.1177/0272431618791286>

