

**FACULTAD DE PSICOLOGIA
PROGRAMA DE PSICOLOGIA
BOGOTÁ D.C.**

LICENCIA CREATIVE COMMONS:

Atribución no comercial

AÑO DE ELABORACIÓN: 2017

TÍTULO: Bienestar y Satisfacción en Áreas Vitales; Variables Sociodemográficas, de Personalidad, Autoestima y Optimismo.

AUTOR (ES): Ipuz Martin María Alejandra y Portela Cañón Erika Johana

DIRECTOR(ES)/ASESOR(ES): Santacruz María del Pilar

MODALIDAD: Trabajo de investigación

PÁGINAS: **TABLAS:** **CUADROS:** **FIGURAS:** **ANEXOS:**

CONTENIDO:

1. RESUMEN
2. MARCO TEÓRICO
3. OBJETIVOS
4. MÉTODO
5. RESULTADOS
6. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES
7. REFERENCIAS
8. APÉNDICES

RESUMEN ANALÍTICO EN EDUCACIÓN - RAE -



DESCRIPCIÓN:

Se relacionan los niveles de bienestar subjetivo y psicológico con variables sociodemográficas, satisfacción en las áreas vitales, variables de personalidad, autoestima y optimismo en 108 personas residentes en Bogotá, Colombia (55 mujeres y 53 hombres) de edades entre 18-25 y 35-40 años. El bienestar se relaciona principalmente con satisfacción en las áreas vitales y de personalidad que con variables sociodemográficas.

METODOLOGÍA:

Se seleccionaron los participantes de forma incidental dentro de los rangos de edad de 18 – 25 años y de 35-40 años, a los cuales se les aplicó la Escala de Bienestar Psicológico, el Cuestionario de Felicidad, la Escala de Satisfacción con la Vida, la Escala PANAS, el Inventario NEO- PI- R, el Test de Orientación Vital y la Escala de Autoestima, más adelante realizo el análisis por medio del paquete estadístico spss.

PALABRAS CLAVE:

BIENESTAR PSICOLÓGICO, BIENESTAR SUBJETIVO, VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS, VARIABLES DE PERSONALIDAD, AUTOESTIMA, OPTIMISMO.

CONCLUSIONES:

De acuerdo al objetivo general planteado se determina que el bienestar psicológico y el bienestar subjetivo en la población colombiana se relacionan positivamente con el nivel de estudios, la satisfacción con el trabajo, la satisfacción con los ingresos, la satisfacción con las actividades de ocio, la satisfacción con la situación sentimental, la escrupulosidad, la cordialidad, la apertura, la extraversión, el autoestima y el optimismo, mientras que se relaciona negativamente con el neuroticismo.

Dentro del bienestar subjetivo, la felicidad se relaciona positivamente con la satisfacción en el trabajo, la satisfacción con las actividades de ocio, la satisfacción con la situación sentimental, la autoestima, la extraversión y negativamente con el neuroticismo;

RESUMEN ANALÍTICO EN EDUCACIÓN - RAE -



UNIVERSIDAD CATÓLICA
de Colombia

la satisfacción en general se relaciona en mayor medida con el nivel de estudios, la satisfacción con el trabajo, la satisfacción con las actividades de ocio, la satisfacción con la salud, la satisfacción con la salud, la escrupulosidad, la apertura, la cordialidad, la extraversión, el optimismo y la autoestima y se relaciona negativamente con el neuroticismo; el afecto positivo por su lado relaciona positivamente con el nivel de estudios, la satisfacción con el trabajo, la satisfacción con las actividades de ocio, satisfacción con la situación sentimental, la escrupulosidad, la apertura, la cordialidad, la extraversión, el optimismo y la autoestima y se relaciona negativamente con el neuroticismo y la satisfacción con los ingresos ; y los afectos negativos se relacionan positivamente con la satisfacción con los ingresos y el neuroticismo, mientras que se relaciona negativamente con el nivel de estudios, la satisfacción con el trabajo, la satisfacción con las actividades de ocio, la satisfacción con la situación sentimental, la escrupulosidad, la apertura, la cordialidad, la extraversión, el optimismo y la autoestima.

Asimismo en el bienestar psicológico se encuentra que la autoaceptación y el propósito en la vida se relacionan positivamente con el nivel de estudios, la satisfacción con el trabajo, la satisfacción con la salud, la satisfacción con la situación sentimental, la escrupulosidad, la apertura, la cordialidad, la extraversión, el optimismo y la autoestima, mientras que negativamente con la satisfacción con los ingresos y el neuroticismo; las relaciones positivas con los otros se relacionan positivamente con el nivel de estudios, la satisfacción con el trabajo, la satisfacción con la situación sentimental, la escrupulosidad, la apertura, la cordialidad, la extraversión, el optimismo y la autoestima, mientras que negativamente con la satisfacción con la importancia religiosa y el neuroticismo; la autonomía se relacionó positivamente con la satisfacción con las actividades de ocio, la escrupulosidad, la apertura, la extraversión, el optimismo y la autoestima, mientras que negativamente con el neuroticismo; el control ambiental se relacionó positivamente con la edad, el nivel de estudios, la satisfacción con el trabajo, la satisfacción con la situación sentimental, la satisfacción con la salud, la escrupulosidad, la apertura, la cordialidad, la extraversión, el optimismo y la autoestima, mientras que negativamente con la satisfacción con los ingresos y el neuroticismo; y por último el crecimiento personal se relacionó positivamente con el nivel de estudios, la satisfacción con el trabajo, la escrupulosidad, la apertura, la cordialidad, la extraversión, el optimismo y la autoestima, mientras que negativamente con el neuroticismo.

De acuerdo a los estudios se encontró que en cuanto a la relación de los factores sociodemográficos con el bienestar psicológico y subjetivo en adultos de Bogotá, el nivel

de estudios al igual que en otros países como Chile (Vera, Celis, Pavez, Lillo, Bello, Díaz y López, 2012), España y República Dominicana (Tomás, Oliver, Navarro, Meléndez y Molina, 2008) es un factor que se relaciona positivamente y de manera sobresaliente con tener relaciones positivas con los otros y consigo mismos, el control de su medio y de sus objetivos de su vida, así como también con el crecimiento personal y la satisfacción en general.

Por otra parte ni el género ni la edad determinan o influyen en el bienestar psicológico ni subjetivo, exceptuando a las personas entre 35 y 40 años quienes se caracterizan por dar forma a su medio para así satisfacer sus necesidades y deseos, teniendo una sensación de control y competencia en actividades, sacando provecho de las oportunidades. El área religiosa se relaciona negativamente con el bienestar psicológico y subjetivo en contraposición al estudio realizado por Gómez y Cogollo (2010) donde el segundo fue un factor predictor, lo anterior debido a que la importancia de ésta en la vida de las personas se relaciona con el poco desarrollo y mantenimiento de relaciones cálidas con los demás, preocupación por el bienestar de ellos y falta de empatía, además no recibir educación religiosa se asoció la felicidad.

También se puede afirmar que la autoestima y el optimismo forman parte fundamental en la presentación del bienestar subjetivo como el psicológico. La satisfacción en la población bogotana en cuanto al área laboral se relacionó con todas las dimensiones del bienestar psicológico excepto en la dimensión de autonomía; la satisfacción en la actividades de ocio y la sentimental se relacionaron con dicho bienestar en cuanto a que se sienten bien consigo mismos siendo conscientes de sus propias limitaciones, tomando una actitud positiva hacia ellos mismos, aceptando los aspectos positivos y los negativos, y haciendo una valoración positiva del pasado, además encuentran un propósito que unifica sus esfuerzos y retos, teniendo la sensación de llevar un rumbo en su vida y de que el pasado y el presente tienen sentido. Y además las actividades de ocio se relacionaron con el desarrollo de un marcado sentido de individualidad y de libertad personal con la capacidad para resistir presiones sociales, autorregulando y evaluando críticamente su conducta y la satisfacción sentimental con el desarrollo y mantenimiento de relaciones cálidas con los demás, se preocupan por el bienestar de ellos y muestran alta empatía. La satisfacción laboral, en las actividades de ocio se relacionaron totalmente con el bienestar psicológico. La satisfacción con la salud se asocia a una evaluación positiva de las diferencias entre las aspiraciones y los logros alcanzados, y la satisfacción con los ingresos se asocia con los afectos, emociones y sentimientos positivos.

FUENTES:

- Almagia, E. (2012). Influencia de la autoestima y del apoyo social percibido sobre el bienestar psicológico de estudiantes universitarios chilenos*. *Diversitas*, 8(1), 29-38.
- Andrade, P. (1998). *El ambiente familiar del adolescente*. Tesis de doctorado en psicología social. Facultad de psicología, UNAM, México.
- Andrews, F. y Withey, S. (1976). *Social Indicators of well being, Americans' perceptions of life quality*. New York: Plenum Press.
- Anguas, A. y Reyes, I., (1998). "El significado del bienestar subjetivo: su valoración en México". *La Psicología Social en México*. Vol. VII, pp. 7-11.
- Araneda, M. (2014). Representación social de la noción de felicidad en estudiantes y profesionales de educación y salud de Chile e Italia. *Universitas Psychologica*, 14(1), 271-286.
- Arcila, H. (2011). Medición de niveles de bienestar subjetivo o felicidad, de una muestra a conveniencia, de los afiliados al programa para la salud psicofísica -PROSA-, Universidad de Antioquia. Medellín. (Tesis de Pregrado). Recuperado el 25 de febrero de 2016 de: http://avido.udea.edu.co/autoevaluacion/documentos/bienestar/prosa_investigacion_felicidad.pdf
- Arrogante, Ó. (2014). Estudio del bienestar en personal sanitario: relaciones con resiliencia, apoyo social, estrés laboral y afrontamiento (Tesis de doctorado) Universidad Nacional de Educación a Distancia, Madrid - España.
- Atienza, F., Pons, D., Balaguer, I., García, M. (2000). Propiedades psicométricas de la escala de satisfacción con la vida en adolescentes. *Psicothema*. 12(2). Pp. 314-319.
- Ballesteros, B., Medina, A. y Caycedo, C. (2006). El bienestar psicológico definido por asistentes a un servicio de consulta psicológica en Bogotá, Colombia. *Universitas Psychologica*. 5(2). Pp. 239-258.
- Beck, A., Ward, C., Mendelson, M., Mock, J., y Erbaugh, J. (1961) An inventory for measuring depression. *Archives of General Psychiatry*, 4, 561-571.
- Bilbao Ramírez, M. (2008). Creencias Sociales y Bienestar: valores, creencias básicas, impacto de los hechos vitales y crecimiento psicológico. Tesis Doctoral. Facultad de Psicología, universidad del País Vasco.

- Blanco, A. y Díaz, D. (2005). El bienestar social: su concepto y medición. *Psicothema*, 17 (4), 582-589
- Cantú, R., Alegre, J., Martínez, O., Chavez, M., Arellano, S., Saucedo, C., Talamantes, J. y Landero, R. (2010). Satisfacción con la vida, comunicación con padres y estrés percibido en jóvenes universitarios del noroeste de México. *SUMMA psicológica UST*. 7(2). Pp. 83-92.
- Caprara, G. V., Barbaranelli, C., Borgogni, L., & Perugini, M. (1993). The “Big Five Questionnaire”: A new questionnaire to assess the five factor model. *Personality and individual Differences*, 15(3), 281-288.
- Carballeira, M., González, J. y Marrero, R. (2015). Diferencias transculturales en bienestar subjetivo: México y España. *Anales de Psicología*. 31(1). Pp. 199-206.
- Carraro, A., Scarpa, S. y Ventura, L. (2010). Relationships between physical self-concept and physical fitness in italian adolescents. *Perceptual and Motor Skills*, 110(2), 522-530
- Castellá J., Saforcada, E., Tonon, G., Rodríguez, L., Mozobancyk, S. y Debin, L. (2012). Bienestar subjetivo de los adolescentes: un estudio comparativo entre Argentina y Brasil. *Psychosocial Intervention*. 21(3). Pp. 273-280.
- Castro A. y Diaz J. (2002). Objetivos de vida y satisfacción vital en adolescenens españoles y argentinos. *Psicothema*.
- Casullo, M., y Solano, A. (2013). Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. *Revista de Psicología*, 18(1), 35-68.
- Collins, M.E. (1991). Body figure perceptions and preferences among preadolescent children. *International Journal of Eating Disorders*, 10(2), 199- 208.
- Cruz, S. y Maganto, C. (2002). Índice de masa corporal, preocupación por la delgadez y satisfacción corporal en adolescentes. *Revista de Psicología General y Aplicada*, 55(3), 455-473.
- Cuadra, H., y Florenzano, R. (2003). El bienestar subjetivo: hacia una psicología positiva. *Revista de Psicología*, 12(1), Pág-83.
- Csikszentmihalyi, M. (1999). If we are so rich, why aren't we happy? *American psychologist*, 54, 821- 827.
- De olvieria, D., Pankalla, A. y Cabecinchas, R. (2012). Ethnic identity as predictor for the well-being: an exploratory transcultural study in Brazil and Europe. *SUMMA PSICOLÓGICA UST*. 9(2). Pp. 33-42.

- Díaz, D., Rodríguez, R., Blanco, A., Moreno, B., Gallardo, I., Valle, C. et al. (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema*, 18, 572-577.
- Diener, E., Emmons, R., Larsen R. y Griffin S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Diener, E. (1996). Subjective well-being incross-cultural perspective. En H. Grad, A. Blanco y J. Georgas (Eds.), *Keyissues in Cross-cultural Psychology*. Lisse, Netherlands: Swets y Zeitlinger B.V.
- Escarbajal, A., y Izquierdo, T. (2014). Analisis del bienestar psicológico en grupos en riesgo de exclusion social. *Anales De Psicología*, 30(2), Pp. 541-548.
- Fernández, N., Clúa, A., Báez, R., Ramírez, M. y Prieto, V. (2000). Estilos de vida, bienestar subjetivo y salud de los ancianos. *Revista cubana de medicina general integral*. 116(1). Pp. 6-12.
- Figuroa M., Contini N., Lacunza A., Levín M. y Estévez A. (2005). las estrategias de afrontamiento y su relación con el nivel de bienestar psicológico. un estudio con adolescentes de nivel socioeconómico bajo de Tucumán Argentina. *Anales de Psicología*. 21(1). Pp. 66-72.
- Fredrickson, B. L. (2000). Cultivating positive emotions to optimize health and well-being. *Prevention and Treatment*, 3(1), 1a.
- Fredrickson, B., y Losada, M. (2005). Positive affect and the complex dynamics of human flourishing. *American Psychologist*, 60, 678–686.
- Frydenberg, E. y Lewis, R. (1997). ACS. Escalas de Afrontamiento para adolescentes. Manual Madrid: TEA, adaptación Española.
- Galinha, O., Oishi, S., Pereira, C., Wirtz, D. y Esteves, F. (2012). The role of personality traits, attachment style, and satisfaction with relationships in the subjective well-being of americans, portuguese, and mozambicans. *Journal of cross- cultural psychology*. 44 (3). Pp. 416-437.
- Goldberg, D.P. (1972). The detection of psychiatric illness by questionnaire. London: Oxford University Press.
- Gómez, E., y Cogollo, Z. (2010). Factores predictores relacionados con el bienestar general en adolescentes estudiantes de Cartagena, *Colombia.Revista de salud pública*, 12(1), 61-70.

- Gómez, V., Villegas, C., Barrera, F. y Cruz, J. (2007). Factores predictores de bienestar subjetivo en una muestra colombiana. *Revista Latinoamericana de Psicología*. 39 (2). Pp. 311-325.
- Goñi, A., Rodríguez, A. y Ruiz de Azúa, S. (2004). Bienestar psicológico y autoconcepto físico en la adolescencia y juventud. *Psiquis*. 25, 141-151
- González, M. y Landero, T. (2007). Factor structure of the perceived Stress Scale (PSS) in a sample from México. *The Spanish Journal of Psychology*. 10(1). Pp. 199-206.
- González, N. (2015). Bienestar y familia, una mirada desde la psicología positiva. Recuperado de: <http://148.215.1.179/bitstream/123456789/21368/1/L-984-4.pdf#page=20>.
- Guevara I, Cabrera V, Barrera F. Factores contextuales y emociones morales como predictores del ajuste psicológico. *Univ Psychol* 2007; 6: 269-283.
- Herrero, J., Gracia, E., Fuente, A., y Lila, M. (2012). Desorden social, integración social y bienestar subjetivo en inmigrantes latinoamericanos en España. *anales de psicología*, 28(2), 505-514.
- Hennessy, C., Moriarty, D., Zack, M., Scherr, P. y Brackbill, R. "Measuring health-related quality of life for public health surveillance", *Public Health Reports*, 109, 665 - 672, 1994.
- Inga J. y Vara A. (2006). Factores asociados a la satisfacción de vida de adultos mayores de 60 años en Lima- Perú. *Universitas Psychologica*. 5 (3). Pp. 475-485.
- Javaloy, F. (Coord.) (2007). Bienestar y felicidad de la juventud española. Madrid: INJUVE.
- Keyes, C. (1998). Social Well-Being. *Social Psychology Quarterly*, 61(2), 121-140.
- Keyes, C. (2002). Complete mental health: An agenda for the 21st century. En C. Keyes y Haidt (Eds.), *Flourishing: Positive psychology and the life well-lived* (pp. 293-312). Washington, DC: American Psychological Association
- Liberalesso, N. A. (2002). Bienestar subjetivo en la vida adulta y en la vejez: hacia una Psicología positiva en América Latina. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 34 (1-2), 55-74.
- Little, B. (1999). Personality and motivation: Personal action and the conative evolution. En L. Pervin & O. John (eds.). *Hand book of Personality. Theory and Research* h. (pp. 501-524). Guilford Press: New York .

- Llanos, R., Amarís, M., Blanco, A., Madariaga, C., Díaz, D., y Arciniegas, T. (2008). Bienestar, autoestima, depresión y anomia en personas que no han sido víctimas de violencia política y social. *Investigación y Desarrollo*, 16(2). Pp. 214-231.
- Lyubomirsky, S., & Lepper, H. (1999). A measure of subjective happiness: Preliminary reliability and construct validation. *Social indicators Research*, 46, 137-155.
- Martí, N., Martínez, F., Martí, M., y Marí, R. (2007). Responsabilidad social universitaria: acción aplicada de valoración del bienestar psicológico en personas adultas mayores institucionalizadas. *Polis. Revista Latinoamericana*, (18).
- McGregor, I. y Little, B. (1998). Personal projects, happiness, and meaning: On doing well and being yourself. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 494-512.
- Midgley, C., Maehr, M., Hrada, L., Enderman, E., Enderman, L., Freeman, K., Gheen, M., Kaplan, A., Kumar, R., Middleton, M., Nelson, J., Roeser, R. & Urdan, T. (2000). *Manual for the patterns of adaptive learning scale*. University of Michigan. Michigan, United States.
- Moyano, E., y Ramos, N. (2007). Bienestar subjetivo: midiendo satisfacción vital, felicidad y salud en población chilena de la Región Maule. *Universum (Talca)*, 22(2), 177-193.
- Muñoz, J. y Molero, F. (2012). Factores psicosociales asociados al bienestar de inmigrantes de origen Colombiano en España. *Psychosocial Intervention*. 21(3). Pp. 319-329.
- Muñoz, P.E., Vázquez-Barquero, J.L., Rodríguez, F., Pastrana, E. y Varo, J. (1979). Adaptación española del General Health Questionnaire (GHQ) de D.P. Goldberg. *Archivos de Neurobiología*, 42(2), 139-158.
- Muratori, M., Zubieta, E., Ubillos, S., González, J. y Bobowik, M. (2015). Felicidad y Bienestar Psicológico: estudio comparativo entre Argentina y España. *PSYKHE*. 24(2). Pp. 1-18.
- Nix, G., Ryan, R., Manly, J. & Deci, E. (1999). Revitalization through self-regulation: The effects of autonomous and controlled motivation on happiness and vitality. *Journal of Experimental Social Psychology*, 35, 266-284.
- Nunes, C., Bodden, D., Lemos, I., Lorence, B. y Jimenez, L. (2014). prácticas parentales y calidad de vida en adolescentes holandeses y portugueses: un estudio transcultural. *Revista de psicodidáctica*. 19(2). Pp. 327-346.
- Peterson, C., y Seligman, M. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. Oxford: Oxford University Press.

- Pinto, D., Villagra, H., Moya J., Del campo, J. y Pires, R. (2014). calidad de vida relacionada con la salud de adolescentes latinoamericanos. *Revista panamericana de salud pública*. 35(1). Pp. 46-52.
- Rea, P. (2015). Psicología positiva: La autoestima, el auto-concepto y el sentido del humor en personas con discapacidad motriz (tesis de maestría) Universidad de Valladolid, España.
- Ryan, R., y Deci, E. (2000). Selfdetermination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*. 55; 68- 78.
- Ryan, R., y Deci, E. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. En S. Fiske (Ed.), *Annual Review of Psychology*. 141-166.
- Ryan, R. M., Huta, V., y Deci, E. L. (2008). Living well: A self-determination theory perspective on eudaimonia. *Journal of Happiness Studies*, 9, 139-170.
- 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-
- Salanova, M., Martínez, I., Bresó, E., Llorens, S. & Grau, R. (2005). Bienestar psicológico en estudiantes universitarios: facilitadores y obstaculizadores del desempeño académico. *anales de psicología*. 21(1). Pp. 170-180.
- Seligman, M. (2002). *Authentic happiness*. New York: Free Press/Simon and Schuster.
- Schaufeli, W., Salanova, M., González, V. y Bakker, A. (2002). The measurement of burnout and engagement: A confirmatory factor analytic approach. *Journal of Happiness Studies*, 3, 71-92.
- Solano, A. y Morales, D. (2002). Objetivos de vida y satisfacción vital en adolescentes españoles y argentinos. *Psicothema*, 14(1), 112-11
- Solano, A. (2011). Las rutas de acceso al bienestar. Relaciones entre bienestar hedónico y eudaemónico: un estudio en población argentina. *Revista iberoamericana de diagnóstico y evaluación psicológica*, 1(31), 37-57.
- The European Kidscreen Group (2006). *The Kidscreen questionnaires. Quality of life questionnaires for children and adolescents*. Lengerich: Pabst Science Publishers.
- Tomás, J., Oliver, A., Navarro, E., Meléndez, J. & Molina, C. (2008). Comparación del bienestar psicológico de personas mayores dominicanas y españolas. *Revista española de geriatría y gerontología*. 4(4), 180-185.

- Vázquez, J., Herrera, S., Burgon, A. & Pindado, J. (2001). Clasificación internacional del funcionamiento de la discapacidad y de la salud (CIF). *Papeles médicos*. 10(4). 177-184.
- Vázquez, C., Hervás, G., Rahona, J. & Gómez, D. (2009). Bienestar psicológico y salud: aportaciones desde la psicología positiva. *Anuario de Psicología Clínica y de la Salud*. 5. Pp. 15-28.
- Vázquez C. & Sanz J. (1998). Fiabilidad, Validez y datos normativos del inventario para la depresión de Beck. *Psicothema*. 10(2). Pp. 303-318.
- Veenhoven, R. (1991). *Is happiness a trait: Tests of the theory that a better society does not make people happier*. WZB, Arbeitsgruppe Sozialberichterstattung.
- Vera, P., Celis, K., Pavez, P., Lillo, S., Bello, F., Díaz, N. y López, W. (2012). Money, age and happiness: association of subjective wellbeing with socio-demographic variables. *Revista latinoamericana de Psicología*. 44(2). Pp. 155-163.
- Vera, J., Laborín, J., Córdova, M. & Parra, E. (2007). Bienestar subjetivo: comparación en dos contextos culturales. *Psicología para América Latina*. México. ISSN: 1870-350X.
- Vera, J. y Tánori, B. (2002). "Propiedades psicométricas de un instrumento para medir el Bienestar Subjetivo en población mexicana". *Apuntes de Psicología*. vol. 20, N° 1, pp.63-80.
- Videra, A., y Reigal, R. (2013). Autoconcepto físico, percepción de salud y satisfacción vital en una muestra de adolescentes. *Anales de psicología*, 29(1), 141-147.
- Vitterso, J. (2003). Flow versus life satisfaction: A projective use of cartoons to illustrate the difference between the evaluation approach and the intrinsic motivation approach to subjective quality of life. *Journal of Happiness Studies*, 4, 141-167.
- Ware J., Kosinski M. & Keller S. (1996). A 12-item Short-Form Health Survey: construction of scales and preliminary test of reliability and validity. *Med Care*. 34(3). Pp. 220-233.
- Waterman, A. (1993). Two conceptions of happiness: Contrasts of personal expressiveness (eudemonia) and hedonic enjoyment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, 678-691.
- Watson, D., Clark, L., y Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*; 54, 1063-1070.



Zubieta, E., Muratori, M. y Fernández, O. (2012). Bienestar subjetivo y psicosocial: Explorando diferencias de género. *Salud y Sociedad: investigaciones en psicología de la salud y psicología social* 3(1). Pp. 66-76. ISSN 0718-7475.