

ARTÍCULO DE INVESTIGACIÓN

Bienestar Psicológico en adolescentes: El rol del apoyo social y de la satisfacción de necesidades básicas

Psychological well-being in adolescents: The role of social support and basic need satisfaction

Begoña Cordero¹ , Marcela Gracia-Leiva² , Emilio Moyano-Díaz¹ , Darío Páez Rovira³ 

¹ Universidad De Talca, Chile.

² Universidad de Burgos, España.

³ Universidad Andrés Bello, Chile.

Forma de citar: Cordero, B., Gracia-Leiva, M., Moyano-Díaz, E., & Páez, D., (2024). Bienestar Psicológico en adolescentes: El rol del apoyo social y de la satisfacción de necesidades básicas. *Rev. CES Psico*, 17(1), 52-67. <https://dx.doi.org/10.21615/cesp.6577>

Resumen

El conocimiento de los factores que influyen la satisfacción con la vida y el bienestar en adolescentes de países hispanos es escaso. Este estudio analiza si la satisfacción con la vida (SV), el apoyo social de pares y las tres necesidades básicas, postuladas por la teoría de la autodeterminación (competencia, autonomía y relación) dan cuenta de la variación incremental del bienestar psicológico (BP) en adolescentes. Participaron 544 adolescentes chilenos escolarizados (55% mujeres) entre 13 a 18 años de edad ($M=15.11$, $DE=1.05$). Los datos se recogieron mediante cuestionarios auto administrados en instituciones educativas. Se realizaron dos regresiones jerárquicas por pasos, una con SV y otra con BP como variables dependientes. El sexo y la edad se incluyeron como variables control. Se incorporó el apoyo social de pares, BP, SV y posteriormente satisfacción de necesidades psicológicas básicas. Los resultados muestran que el BP adolescente se incrementa una vez incluida la SV, el apoyo social de pares y la satisfacción de necesidades psicológicas básicas. Además, la edad y el BP predijeron la SV. Se utilizaron dos modelos de mediación para evaluar el efecto de las necesidades psicológicas básicas (competencia, autonomía y relación) sobre el BP y la SV. Los análisis de mediación indicaron que las tres necesidades psicológicas incrementan el efecto de la SV en el BP de los adolescentes. Los resultados de este estudio sugieren que sentirse competentes, más autónomos y con mayor relación con otros puede ayudar a explicar el efecto de la SV sobre el BP en población adolescente.

Palabras claves: Satisfacción vital; bienestar psicológico; apoyo social de pares; necesidades básicas; adolescentes.

Abstract

Knowledge of the factors that influence life satisfaction and well-being in adolescence is scarce. This study examines whether life satisfaction (LS), peer social support and satisfaction of three basic needs that posits self-determination (competence, autonomy and relatedness) account for incremental variation in psychological well-being (PW). The sample is 544 schooled adolescents (55 % female) aged 13 to 18 years ($M=15.11$, $DE=1.05$). Data were collected through self-administered questionnaires in educational institutions. Two stepwise hierarchical regressions were performed, one with LS and the other with PW as dependent variables. Sex and age were included as control variables. Peer social support, the two types of well-being and then satisfaction of basic psychological needs were incorporated. The results show that these variables increased adolescent PW once LS and peer social support were included. Age and PW predicted LS. Two mediation models were used to assess the effect of basic psychological needs (competence, autonomy, and relatedness) on PW and LS. Mediation analyses indicated that all three psychological needs increase the effect of LS on adolescent PW. The results of this study suggest that feeling competent, more autonomous, and more connected to others are important

Fecha correspondencia:

Recibido: enero 16 de 2022.

Aceptado: agosto 16 de 2022.

DOI: 10.21615/cesp.6577

ISSNe: 2011-3080

<https://revistas.ces.edu.co/index.php/psicologia>



need that may help explain the effect of LS on PW in the adolescent population.

Keywords: Subjective well-being; psychological well-being; social support; basic needs; adolescents.

Introducción

La adolescencia es un período de transición y formación de actitudes caracterizado por la adquisición de competencias psicológicas, tales como, consolidar la identidad (Erikson, 1968) y lograr un sentido de pertenencia a un grupo social externo a la familia (Odacı & Kınık, 2018) y mayor independencia de los padres (Benito-Gómez et al., 2020). Aunque la mayoría de los jóvenes consigue afrontar esta etapa sin mayores dificultades emocionales, algunos pueden presentar mayor vulnerabilidad emocional o problemas de adaptación (Mesurado et al., 2018) que afectan su calidad de vida. De manera progresiva, las investigaciones en psicología se orientan hacia una comprensión positiva de la adolescencia y de los mecanismos que promueven el bienestar en esta etapa; muchas de ellas se concentran en estudiar la satisfacción con la vida, el bienestar subjetivo o, bien, el bienestar psicológico, pero aún son escasas las que estudian los vínculos entre ambos tipos de bienestar y los procesos que pueden mediar esta relación (Cassà et al., 2018; Velásquez & Medina, 2017).

La satisfacción con la vida (SV), concebida como la evaluación cognitiva que hacen las personas de su vida y de su experiencia emocional (Diener, 2000, Diener et al., 2002; Moyano-Díaz & Ramos, 2007), ha sido ampliamente reconocida como indicador del bienestar subjetivo y de la calidad vida (Diener, 2012). Al respecto, se ha encontrado que, a mayor SV mayor será la presencia de emociones positivas como alegría, serenidad y satisfacción personal, y menor la de emociones negativas; y la resta de la afectividad positiva menos la negativa es un indicador de balance afectivo (Páez et al., 2006; Ronen et al., 2016). Y el balance afectivo junto a la SV se han descrito como componentes del bienestar subjetivo (BS) (Diener, 2000; Martela & Sheldon, 2019). Además, se ha reportado una asociación positiva entre la SV y las competencias emocionales (Cassà et al., 2018), y el comportamiento prosocial (Arslan & Coşkun, 2020); lo que confirma el efecto positivo de la SV en el desarrollo emocional adolescente (Alfaro & López, 2015; Álvarez et al., 2019).

El bienestar psicológico (BP) incorpora aspectos eudaimónicos del desarrollo humano (Ryff & Keyes, 1995) y abarca dimensiones como autoaceptación, crecimiento y expansión personal, autonomía, propósito vital, vínculos positivos y dominio del entorno (Keyes et al., 2002). El BP se ha asociado a más emociones positivas y a mayor SV (Disabato et al., 2016; Páez et al., 2006; Pavez et al., 2012). De hecho, se ha observado el BP como predictor del bienestar afectivo o subjetivo en estudiantes universitarios asociado a un crecimiento personal post-estrés (Cobo-Rendón et al., 2020). Y Bücken et al., (2018) confirmaron mediante un metaanálisis un efecto positivo del BS en el rendimiento académico en adolescentes y adultos jóvenes. No obstante, los estudios sobre el bienestar de los adolescentes sigue siendo menor en comparación a los realizados con adultos (Alfaro et al., 2015) y se han llevado a cabo principalmente en países desarrollados (Amerijckx & Humblet, 2014); además, las investigaciones sobre factores predictores de la SV, el BP y la relación entre ambos en población adolescente de países hispanos son escasas (Almagiá, 2011; Bilbao et al., 2019; Cassà et al., 2018; Oyarzún, 2019; Velásquez & Medina, 2017; Varela et al., 2019).

El apoyo social de los pares, definido como la percepción de una disposición instrumental o expresiva, real o percibida, de una red social en una relación íntima o comunitaria (Lin et al., 2013), es otro factor que se ha asociado positivamente a la SV (Brannan et al., 2013) y al BP (Ciarrochi et al., 2017) en adolescentes. El apoyo social percibido se ha relacionado con un mejor manejo de los hechos vitales estresantes (rol “amortiguador”), y mayor sentido de pertenencia y significado vital (Taylor, 2011). De modo opuesto, un bajo apoyo social percibido se ha relacionado con problemas de salud mental (Ciarrochi et al., 2017), conductas de riesgo y peor ajuste social en adolescentes (Çakar & Tagay, 2017).

Con respecto a la relación entre el apoyo social y el BP, Schwarzer y Leppin (1991) encontraron que, en la población adulta, tanto el apoyo social objetivo (número de contactos) como subjetivo (satisfacción con el

apoyo emocional, instrumental, etc.) están asociados con el bienestar ($r = .20$). Pinquart et al. (2000) a partir de un metaanálisis que sintetiza los resultados de 286 estudios empíricos sobre la asociación del estatus socioeconómico, la red social y la competencia con el bienestar subjetivo, reportaron una asociación similar del apoyo social con el bienestar subjetivo ($r = .15$). Otro metaanálisis (Chu et al., 2010) basado en muestras de niños/as y adolescentes encontró una asociación entre apoyo social de $r = .17$ con el bienestar emocional (baja ansiedad, baja depresión, alta felicidad), y de $.20$ con el BP (autoestima, autoeficacia, control del ambiente). Ambos metaanálisis evidenciaron que el apoyo social objetivo de tipo estructural (frecuencia de contactos o la cantidad de contactos) se asocia de manera significativa, pero más débil con el BP, mientras que la SV está fuertemente relacionada con el apoyo social subjetivo (Chu et al., 2010; Pinquart et al., 2000). Otro metaanálisis examinó el papel del apoyo social en estudiantes extranjeros y encontró un efecto similar de $r = .20$ con el ajuste psicológico (Bender et al., 2019), y concluye que el apoyo social subjetivo o percibido, como un sentido positivo de pertenencia social, está más fuertemente asociado con el bienestar subjetivo (r media $.20$) que el apoyo social recibido u objetivo (r media $= .10$), en una asociación similar con el bienestar hedónico y el eudaimónico, esto es, la SV de tipo hedónico y el BP de tipo eudaimónico; aunque la evidencia es limitada. En esta misma línea, Chu et al. (2010) señalan que la valoración subjetiva de apoyo social ha mostrado estar fuertemente vinculada al bienestar, incluso más que otras medidas de apoyo como las que se refieren a las fuentes u origen, pareja, familiares o amigos, y las funciones o roles que cumplan.

Otro elemento señalado en la literatura científica como predictor del crecimiento y bienestar en la adolescencia es el desarrollo de necesidades psicológicas básicas. Al respecto, Ryan y Deci (2017) postulan que existen tres necesidades psicológicas claves que facilitan el bienestar y que se satisfacen o se frustran en la interacción con el mundo social: autonomía, competencia y relación. Estas necesidades se articulan en la teoría de la autodeterminación (TAD) (Deci & Ryan 1995, 2002a; Tomás & Gutiérrez, 2019), propuesta como un marco útil para comprender el desarrollo juvenil positivo. Por una parte, la necesidad de autonomía hace referencia a la individuación e independencia del adolescente ante el entorno (sensación de elección sobre el comportamiento propio). Por otra, la competencia se refiere a la necesidad de ejercer el dominio exitoso del medio y ser un agente eficaz (vivencia de ser capaz de producir cambios positivos en los resultados deseados). Por último, la necesidad de pertenecer se incluye en esta teoría bajo la etiqueta de "necesidad de relacionarse" (sentirse aceptado por el medio social propio). Esta necesidad de relación implica sentir una sensación de apoyo y conexión con los demás y se asemeja a la pertenencia social (Ryan & Deci, 2009); y en la Escala de satisfacción de las necesidades básicas se evalúa a través de ítems como "me gustan realmente las personas con las que interactúo" (Johnston & Finney, 2010). La satisfacción de estas necesidades puede conducir a un aumento de las experiencias y emociones positivas, como la alegría y el orgullo, y a una reducción de los sentimientos negativos de soledad e ira (Chang et al., 2015); por el contrario, la frustración de estas necesidades durante la adolescencia se ha relacionado con depresión, afectos negativos (Vansteenkiste & Ryan, 2013) y riesgo de suicidio (Bonet et al., 2020).

Altos niveles de autodeterminación incrementarían el bienestar subjetivo con resultados de mayor flexibilidad cognitiva y apertura a la experiencia (Deci & Ryan, 2000). Un metaanálisis de estudios realizados en Estados Unidos (cultura individualista) y países de Asia Oriental (culturas colectivistas) que comprende análisis de efectos aleatorios con 36 muestras independientes (22 de EE. UU. y 14 de Asia oriental, incluidas China y Japón) con un total de 12.906 participantes, confirma una asociación fuerte entre la satisfacción de la necesidad de autonomía y el bienestar subjetivo de $r = .46$ (Yu et al., 2018). Los resultados de otro metaanálisis realizado con 17 muestras que suman un total de 5.991 participantes y que estudia el tamaño del efecto entre la satisfacción de las necesidades básicas y los afectos negativos y positivos, indican un fuerte efecto entre la satisfacción de la necesidad relacional con el afecto positivo de $r = .39$ y con el afecto negativo de $r = -.30$. El tamaño del efecto entre la autonomía y el afecto positivo fue de $r = 0.39$, IC del 95% [0.32, 0.46], $p < .001$ y entre la competencia y el afecto positivo de $r = .45$, IC del 95% [0.37, 0.52], $p < .001$. En todas las muestras de los estudios analizados, la mayor satisfacción de las necesidades básicas se asoció con altos niveles de afecto positivo y bajos niveles de afecto negativo (Stanley et al., 2020). Cabe mencionar entonces que la satisfacción de las necesidades básicas funciona como especie de nutriente esencial para el desarrollo y bienestar del

individuo (Ryan & Deci, 2017), y como predictor de la SV (Martela & Sheldon, 2019; Orkibi & Ronen, 2017). Al respecto, Martela y Sheldon (2019) plantean que la satisfacción de las necesidades psicológicas media las relaciones entre el BP y la SV. Esta relación se explica porque, aunque tanto el BP y la SV son constructos experienciales, la SV solo hace referencia a contenidos genéricos de satisfacción, mientras el BP implica contenidos psicosociales más allá del hedonismo, que refieren a una relación específica del organismo con su entorno. En este sentido, el apoyo social satisfaría las necesidades de afiliación y relación de las personas con su entorno.

Estudio actual

En Chile, se han incrementado los estudios sobre la SV y el bienestar en estudiantes adolescentes y universitarios (Bilbao et al., 2019; Céspedes et al., 2019; Varela et al., 2019; 2020), tanto como en el ámbito internacional (Crede et al., 2015; Villora et al., 2020). Así, Moyano-Díaz y Ramos Alvarado (2007) reportaron un menor nivel de bienestar subjetivo en adolescentes chilenos en comparación con la población adulta; y Bilbao et al. (2019) confirmaron una asociación positiva entre la SV y el rendimiento escolar. No obstante, estudios sobre las necesidades psicológicas de competencia, autonomía y relaciones y su relación con el BP y la SV aún son limitados. También se requieren estudios que identifiquen los factores que aumentan la SV y la adaptación saludable en la adolescencia (López et al., 2017); que analicen la interrelación del BP con el BS (evaluado como SV) en adolescentes y jóvenes chilenos (Cobo-Rendón et al., 2020; Gómez-López et al., 2019) y que identifiquen otros factores positivos involucrados en la SV y BP en población adolescente. En consecuencia, el presente estudio analiza si la satisfacción con la vida (SV), el apoyo social de pares y las tres necesidades básicas, postuladas por la teoría de la autodeterminación (competencia, autonomía y relación) dan cuenta de la variación incremental del bienestar psicológico (BP) en adolescentes.

Se plantean las siguientes hipótesis a) el BP se asocia positivamente con la SV, al apoyo social percibido de pares y las tres necesidades psicológicas básicas (Hipótesis1); b) la satisfacción de necesidades básicas aporta a la varianza explicativa del BP en los adolescentes, al incorporar en el análisis la SV y el apoyo social de pares (Hipótesis 2); c) el BP predice incrementalmente la SV y no a la inversa (Hipótesis 3); d) la satisfacción de necesidades básicas media la relación entre la SV y el BP, puesto que el BP no depende solo de una buena calidad de vida, sino también de la satisfacción de las necesidades eudaimónicas o de crecimiento personal como la autonomía, relación con otros y la competencia. En cambio, no se espera que la satisfacción de las necesidades básicas medie entre el BP y la SV, ya que la satisfacción hedónica puede conducir a una evaluación cognitiva positiva de la vida, aunque existan necesidades eudaimónicas no satisfechas (Hipótesis 4).

Método

Diseño

Investigación observacional, con diseño transversal y correlacional, de carácter descriptivo y analítico (Manterola & Otzen, 2014).

Participantes

En este estudio participaron $N = 544$ adolescentes escolarizados, con edades comprendidas entre 13 y 18 años ($M = 15.11$, $DE = 1.05$), que cursaban entre octavo básico y tercero medio. 54.2% mujeres (ver [Tabla 1](#)); 22.1% pertenecían a colegios particulares, 51.1% a colegios subvencionados y 26.6% a colegios públicos de una ciudad de la zona centro sur de Chile.

Se contactaron cuatro centros educativos y se les presentó el estudio, de los cuales tres aceptaron participar. Previo acuerdo y coordinación con los centros, a los estudiantes que decidieron participar de manera voluntaria, se aplicaron los cuestionarios durante el horario de clases y el tiempo promedio de respuesta osciló entre 15 y 20 minutos. La aplicación la realizó un integrante del equipo de investigación con formación especializada en psicología. Por asunto de disponibilidad de salas con computadores, un $n = 266$ (48,9 %) de los

participantes respondió en formato papel (50,4 % mujeres y 49,6 % hombres) y $n = 278$ (51,1%) respondieron en modalidad *online* (a través de formulario de Google) (57,9 % mujeres y 42,1 % hombres). La recolección de datos se realizó durante los años 2018-2019.

Tabla 1. Características sociodemográficas de la muestra (N=544).

Variable	(n=544)	%
Establecimiento Educativo		
Colegio subvencionado ¹	278	51
Colegio particular ²	120	22
Colegio público ³	146	27
Sexo		
Mujer	295	54.2
Hombre	249	45.8
Curso		
8° básico	43	7.9
1° medio	169	31
2° medio	193	35.5
3° medio	139	25.6
Con quien vive		
Ambos padres	344	63.2
Madre	162	29.8
Padre	16	2.9
Otros	22	4.1

Nota: ¹Colegio Particular= padres pagan el 100%; ²Colegio Subvencionado = Pagan una parte los padres y otra el Estado; ³Colegio Público= los padres no pagan; el Estado paga el 100%.

Consideraciones éticas

Este estudio contó con la aprobación del Comité Ético Científico (CEC) de la Universidad de Talca (Folio:21/2018) que se fundamenta en los principios éticos de la Declaración de Helsinki (World Medical Association, 1975) y de Singapur (Second World Conference on Research Integrity, 2010). Tanto los jóvenes como sus padres firmaron un consentimiento informado y los menores de edad el respectivo asentimiento informado.

Instrumentos

Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS) (Diener, 1985) versión de Atienza et al., (2000). Consta de cinco ítems (ej. “Estoy satisfecho/a con mi vida”) con formato de respuesta tipo Likert de 7 puntos (1=*completamente en desacuerdo* a 7=*completamente de acuerdo*). Mayor puntaje indica mayor satisfacción con la vida. El rango de respuestas se establece entre la puntuación mínima y la máxima, de 5 a 35. Se han reportado valores $\alpha=.79$ a $.89$ en estudiantes chilenos (Atienza et al., 2000; Chen et al., 2019).

Escala de Bienestar Psicológico (Ryff, 1989), versión de Díaz et al. (2006). Consta de 39 ítems y seis dimensiones: autoaceptación (ej. “Estoy contento con cómo me han resultado las cosas”), dominio del entorno (ej. “Es difícil dirigir mi vida hacia un camino que me satisfaga”), autonomía (ej. “Me juzgo por lo que yo creo que es importante”), propósito en la vida (ej. “Soy activo al realizar los proyectos que me propongo”), crecimiento personal (ej. “Siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo/a”) y relaciones positivas con otros (ej. “A menudo me siento solo/a porque tengo pocos amigos íntimos”). Se responde en formato Likert de 6 puntos (1= *totalmente en desacuerdo* y 6= *totalmente de acuerdo*). Mayor puntuación indica mayor BP. Rango de respuestas de 31 a 234. La totalidad de las escalas muestran una consistencia interna buena, con valores comprendidos entre $\alpha=.71$ y $.83$.

Escala de Apoyo Social (AFA-R) (Ramírez & Hernández, 2014). Consta de 15 ítems que miden el apoyo social familiar (8 ítems) y el apoyo social de pares (7 ítems). En el presente estudio solo se utilizó la última dimensión (ej. “*Cuentas con algún amigo/a para poder platicar cuando lo necesita*”). Se responde según la escala tipo Likert de 5 puntos (1=*nunca* y 5=*siempre*), a mayor puntaje mayor apoyo percibido de pares y la calificación se presenta en un rango de 7 a 35 puntos. El análisis de consistencia interna arrojó un $\alpha=.918$.

Escala de Satisfacción de las Necesidades Psicológicas Básicas en General (BNSG-S) (Gagné, 2003), adaptación española (González-Cutre et al., 2015). Consta de 21 ítems que evalúan tres dimensiones: competencia (6 ítems) (ej. “*La gente que conozco me dice que soy bueno/a en lo que hago*”), autonomía (7 ítems) (ej. “*Siento que soy libre para decidir por mí mismo/a cómo vivir mi vida*”) y relación (8 ítems) (ej. “*Me llevo bien con la gente con la que me relaciono habitualmente*”). Las respuestas se recogen en una escala tipo Likert del 1 (*totalmente en desacuerdo*) a 7 (*totalmente de acuerdo*) y el rango de puntuación va de 21 a 147. Se realizó la recodificación de ítems planteados en negativo, (3 ítems) (ej. “*A menudo no me siento muy competente*”), con el fin de que un mayor puntaje indique mayor satisfacción de necesidades.

Análisis de datos

En primer lugar, se realizaron análisis de fiabilidad de las escalas mediante el coeficiente alfa de Cronbach y análisis descriptivos de las variables del estudio: bienestar psicológico, satisfacción con la vida, apoyo social percibido de pares y necesidades psicológicas básicas de competencia, autonomía y de pertenencia o relación.

En segundo lugar, para establecer la asociación entre las variables del estudio se realizaron análisis de correlaciones de Pearson (r_p). Se incluyó el sexo y la edad como variables de control (Ver [Tabla 2](#)). Valores de r de alrededor de .10 se consideraron pequeños, .20 de tamaño mediano, y .30 o mayor grande (Gignac & Szodorai, 2016; Richard et al., 2003; Bosco et al., 2015).

En tercer lugar, con el fin de examinar la validez incremental de las variables explicativas sobre la SV y el BP, se realizaron dos análisis de regresión jerárquica en tres pasos. Se analizaron los supuestos y se tomaron decisiones al respecto considerando el modelo de regresión. En el primer análisis, en el primer paso se incluyó como variable predicha la SV, el *sexo*, la *edad*, y en el segundo paso se incluyó el bienestar psicológico y el *apoyo social de pares*. En el tercer paso, se añadieron como variables explicativas la satisfacción de las tres necesidades psicológicas básicas (*autonomía, relación y competencia*) en el modelo. Este proceso se repitió tomando como variable predicha al BP.

En cuarto lugar, con el objetivo de contrastar la hipótesis de los efectos mediadores de las necesidades psicológicas básicas entre el BP y la SV se utilizó la macro PROCESS para SPSS v.25.0 (Hayes, 2018). Para examinar los efectos de mediación, se estimaron dos modelos (modelo 4. PROCESS). Se estimaron el efecto indirecto, los errores estándar (*SE*) y los intervalos de confianza (IC, 95%) basados en la distribución obtenida con el método *bootstrap* ajustado a 10.000 iteraciones (Hayes, 2017). El efecto indirecto resulta significativo, si el intervalo de confianza no pasa por el valor cero. El nivel de significatividad se estableció a $p \leq .05$ en todos los análisis.

Resultados

En la [Tabla 2](#) se presentan los resultados descriptivos de las variables y los índices de fiabilidad de las escalas. En general, los índices de fiabilidad presentan un nivel alto: .70 o más (Cortina, 1993). Excepto los índices de autoaceptación, dominio del entorno y autonomía de la Escala de Bienestar Psicológico que resultaron entre .60 y .63, siendo más bajos de lo esperado, pero aceptables según un estudio previo (van Griethuijsen et al., 2014). La media de SV evaluada con la SWLS fue media alta y se situó en el 63% del rango de respuestas, al igual que la media de BP, que se situó en el 66% del rango de respuestas. El nivel de apoyo social de los pares

de la AFA-R fue más bajo, y se situó en el 47% del rango de respuestas¹. El puntaje de satisfacción de necesidades según la BNSG-S fue medio alto y se situó en el 66% del rango de respuestas.

En general, la matriz de correlaciones (ver [Tabla 2](#)) muestra una asociación positiva y significativa entre todas las variables analizadas. Los tamaños de las asociaciones encontradas se consideran grandes excepto entre la SV con la dimensión de autonomía (BP) y de crecimiento personal (BP), en las que el tamaño de la asociación fue mediano. Y entre el apoyo social de pares y la dimensión de autonomía (BP) también fue mediano.

Los resultados confirman la hipótesis 1 sobre la asociación positiva y significativa entre la SV y el BP. Y la relación positiva entre las necesidades psicológicas básicas (total y sus dimensiones) con la SV ($r=.37$ a $.43$), y con el BP ($r=.69$ a $.83$). Asimismo, el apoyo social de pares se relacionó positiva y significativamente con la SV, el BP y con las necesidades psicológicas básicas ($r=.35$ a $.56$).

Para comprobar las hipótesis 2 y 3 se llevaron a cabo dos modelos de regresión. El resultado del primer modelo de regresión jerárquica con el BP como variable dependiente (Hipótesis 2) muestra que el sexo (ser hombre) y un mayor apoyo social de pares representa el 33% de la varianza explicada (ver [Tabla 3](#)). Al incluir la SV se incrementó la varianza del BP en un 17%, explicando, junto al apoyo social de pares, un 50% de la varianza total del BP. Por último, al añadir las tres necesidades psicológicas básicas (autonomía, relación y competencia), se observa que dichas variables representan un 27% complementario de la varianza explicada de la SV respecto al segundo paso del análisis de regresión jerárquica, explicando un 76% de la varianza total del BP.

Tabla 3. Regresión jerárquica para variables que predicen el Bienestar Psicológico.

		Bienestar Psicológico	
Paso	Predictores	B	P
1	Sexo	.081	.021
	Edad	.023	.510
	Apoyo social de pares	.569	.0001
	Ajuste	$R^2 = .326$	
2	Sexo	.047	.121
	Edad	-.041	.190
	Satisfacción con la Vida	.447	.0001
	Apoyo social de pares	.413	.0001
	Ajuste	$R^2 = .497^{**}$	$\Delta R^2 = .172^{***}$
3	Sexo	.012	.567
	Edad	-.006	.786
	Satisfacción con la Vida	.129	.0001
	Apoyo social de pares	.238	.0001
	Autonomía	.224	.0001
	Relación	.116	.001
	Competencia	.402	.0001
Ajuste	$R^2 = .763^{***}$	$\Delta R^2 = .265^*$	

Nota: β coeficientes de regresión estandarizados. * $p < .05$; ** $p < .001$; *** $p < .0001$.

¹ El recorrido o rango de respuestas es la diferencia entre puntuación mínima y máxima. La media o puntuación se le resta la mínima de la escala SWLS y el resultado se posiciona en este recorrido y permite ver en qué posición del recorrido se sitúa esta. Equivale a transformar la escala en porcentaje de la amplitud posible de respuesta. Por ejemplo, en SV la Media fue de 24. El rango era 5-35=30. La media menos rango mínimo era 24-5= 19, 19 sobre 30 indica que la media representa el 63% del recorrido o un 6,3 en una escala de 0 10, mostrando que la SV está por encima de la media y es relativamente positiva.

Tabla 2. Medias, DE, Alpha de Cronbach y correlaciones entre las variables del estudio.

Variables	M	DE	α	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
1. SV Total	22.49	6.69	.88	1												
2. BP Total	166.2	25.65	.89	.589***	1											
3. Autoaceptación	26.03	5.31	.62	.489***	.839**	1										
4. Dominio Entorno	19.92	4.66	.63	.484**	.812**	.646**	1									
5. Autonomía-BP	23.31	5.33	.60	.256***	.654***	.423***	.396***	1								
6. Propósito en la vida	26.38	6.21	.80	.565***	.842***	.694***	.654***	.416***	1							
7. Crecimiento personal	32.48	5.84	.73	.512***	.865***	.697***	.642***	.494***	.682***	1						
8. Relaciones positivas	25.70	4.74	.70	.291***	.674***	.469***	.480***	.334***	.447***	.512***	1					
8. Apoyo social de pares	20.59	4.15	.82	.351***	.569***	.486***	.441***	.285***	.426***	.451***	.451***	1				
9. Necesidades Básicas Total	105.52	19.78	.88	.435***	.830***	.677***	.677***	.522***	.652***	.732***	.598***	.598***	1			
10. Autonomía	33.86	7.52	.73	.431***	.718***	.572***	.610**	.538***	.531***	.622***	.483***	.873***	.873***	1		
11. Competencia	28.66	6.87	.72	.408***	.772***	.655***	.655***	.424***	.673***	.711***	.438***	.856***	.629***	.629***	1	
12. Relación	43.00	8.20	.79	.374***	.694***	.556***	.522***	.407***	.521***	.596***	.629***	.890***	.657***	.646***	.646***	1

Nota: *** $p < .0001$; ** $p < .001$; * $p < .05$; BP=Bienestar Psicológico; BS= Bienestar Subjetivo; TAD= Autodeterminación; Relaciones positivas= relaciones positivas con otros.

El segundo modelo de regresión jerárquica incluyó la SV como variable dependiente (Hipótesis 3). Este modelo muestra que el apoyo social de pares junto a la edad representa el 14% de la varianza explicada (véase [Tabla 4](#)). Al incluir el BP se incrementa la varianza de la SV en un 22%, explicando junto a la edad (mayor edad) un 35.5% de la varianza total. En el tercer paso del análisis de regresión jerárquica, al añadir la variable necesidades psicológicas básicas, se observa que la edad y el BP predicen la SV. Las dimensiones autonomía y competencia presentaron un coeficiente negativo y no fueron significativas, y representaron un 4% complementario de la varianza explicada de la SV respecto al segundo paso. El carácter negativo de la competencia es contraintuitivo y se debe probablemente a la multicolinealidad. Según se desprende del análisis de regresión jerárquica (véase [Tabla 4](#)), la SV está asociada a la edad y al BP.

Tabla 4. Regresión jerárquica para variables que predicen Satisfacción vital /bienestar subjetivo.

		Satisfacción Vital	
Paso	Predictores	B	p
1	Sexo	.076	.057
	Edad	.143	.0001
	Apoyo social de pares	.349	.0001
	Ajuste	R² = .135***	
2	Sexo	.029	.395
	Edad	.129	.0001
	Apoyo social de pares	.023	.584
	Bienestar psicológico	.573	.0001
Ajuste	R² = .355***	ΔR² = .220***	
3	Sexo	.031	.364
	Edad	.125	.0001
	Apoyo social de pares	.040	.390
	Bienestar psicológico	.644	.0001
	Autonomía	.054	.306
	Relación	-.065	.245
	Competencia	-.096	.091
Ajuste	R² = .358***	ΔR² = .007	

Nota: β coeficientes de regresión estandarizados. * p < .05; ** p < .001; *** p < .0001.

Posteriormente se llevaron a cabo dos análisis de mediación para comprobar la hipótesis de mediación (Hipótesis 4). En el primer modelo alternativo o inverso, se propuso examinar si las tres necesidades psicológicas (autonomía, relación y competencia) mediaban la relación entre el BP y la SV, y en el segundo modelo se examinó la hipótesis 4 que indica que las tres necesidades psicológicas median la relación entre el BP y la SV. La edad y el sexo se incluyeron como covariables en los análisis.

En el primer modelo, como se muestra en la [Figura 1](#), el BP tuvo un efecto directo y positivo sobre la SV ($F= 51.627, p = 0.0001$). Las necesidades de autonomía, competencia y relación no tuvieron un efecto directo significativo sobre la SV. La prueba de efectos indirectos indicó que la autonomía ($B = 0.102, SE= 0.0099, 95\% IC [-0.0091, 0.0297]$), la competencia ($B = -0.0204, SE= 0.112, 95\% IC [-0.0428, 0.0016]$) y la relación ($B = -0.0084, SE= 0,0096, 95\% IC [-0.0274, 0.0103]$) no fueron mediadores significativos y no explicaron la relación entre el BP y la SV. El modelo explicó el 36% de la varianza total.

En el segundo modelo, la SV tuvo un efecto directo positivo y significativo sobre el BP ($F= 277.974, p= 0.0001$).

Además, las necesidades de autonomía, competencia y relación también se asociaron con un mayor BP. Los efectos indirectos para autonomía ($B = 0.3953$, $SE = 0.671$, 95% IC [0.2690, 0.5303]), competencia ($B = 0.0248$, $SE = 0.0029$, 95% IC [0.0192, 0.0306]) y relación ($B = 0.0106$, $SE = 0.0021$, 95% IC [0.0067, 0.0149]) fueron significativos. Siendo mayor el efecto en el caso de la dimensión de competencia, posteriormente, en la de autonomía y, finalmente, en la de relación. El modelo explicó el 76% de la varianza total. La comparación entre los efectos indirectos entre autonomía y competencia fue significativa ($B = -0.2411$, $SE = 0.1070$, 95% IC [-0.4536, -0.0303]), es decir, que la competencia tuvo mayor efecto que la autonomía en el incremento de la SV sobre el BP. Así mismo, la comparación entre los efectos indirectos entre competencia y relación fue significativa ($B = 0.3647$, $SE = 0.0926$, 95% IC [0.1858, 0.5494]), lo que indica que la competencia tuvo mayor efecto que la relación en el incremento de la SV sobre el BP. Sin embargo, la comparación entre los efectos indirectos entre autonomía y relación no fue significativa ($B = 0.1235$, $SE = 0.0880$, 95% IC [-0.0511, 0.2990]) (ver [Figura 2](#)).

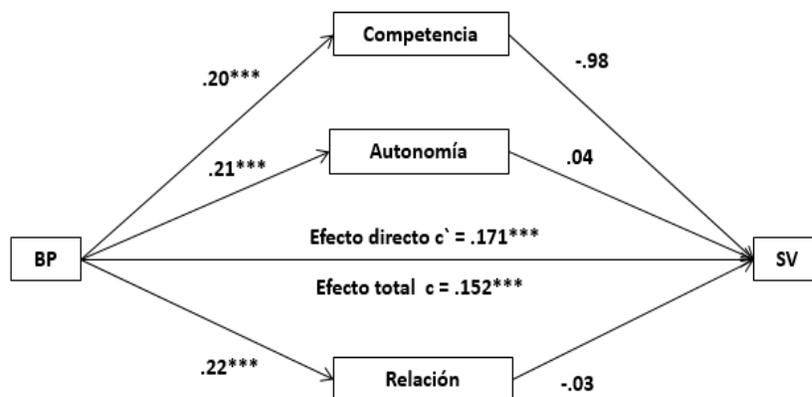


Figura 1. Modelo 1 con competencia, autonomía y relación como mediadores en el efecto del Bienestar Psicológico sobre la SV.

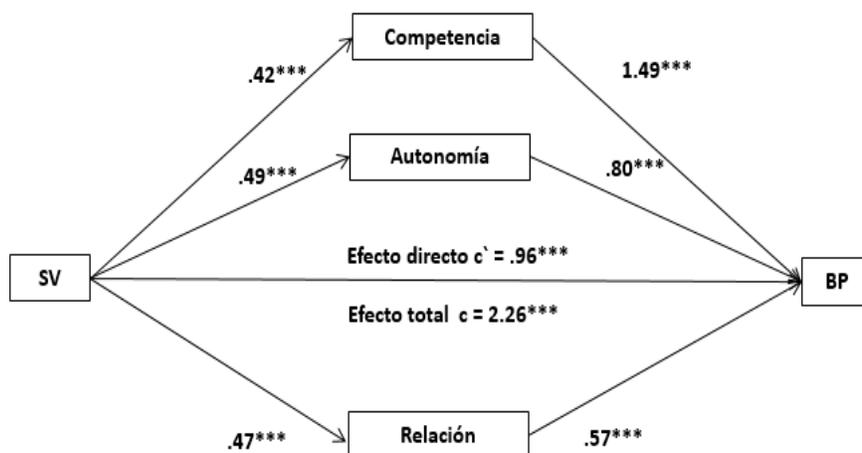


Figura 2. Modelo 2 con competencia, autonomía y relación como mediadores en el efecto de la SV/BS sobre el Bienestar Psicológico (BP).

Discusión

En este estudio se analizó si la satisfacción con la vida (SV), el apoyo social de pares y las tres necesidades básicas, postuladas por la teoría de la autodeterminación (competencia, autonomía y relación) dan cuenta de la variación incremental del bienestar psicológico (BP) en adolescentes y en qué medida el BP predice la SV en la adolescencia. Se examinó el efecto del BP, apoyo social de pares y de las necesidades psicológicas básicas en la contribución a la SV. Además, se analizó el efecto de ésta en el BP, considerando el apoyo social de pares y las necesidades psicológicas mencionadas. Por último, se exploró el papel mediador de la satisfacción de necesidades psicológicas entre el BP y SV.

En primer lugar, a partir de los análisis de correlación realizados, se encontró que la SV y el BP están positivamente asociados, con un tamaño grande de correlación, confirmando el vínculo positivo esperado entre ambas variables. El apoyo social de pares se asocia positivamente con la SV y el BP, siendo mayor en el caso del BP. Además, se confirmó que la satisfacción de necesidades psicológicas básicas de autonomía, competencia y relación se asocian de modo positivo con la SV entre $r = .37$ y $.43$, y con BP $r = .69$ y $.77$.

El primer modelo de regresión jerárquica confirmó la hipótesis 2, dado que las necesidades psicológicas básicas de autonomía, competencia y relación incrementaron el bienestar psicológico adolescente una vez incluida la SV y el apoyo social de pares.

Con relación a la tercera hipótesis, tal como se planteó, el BP predijo la SV en los adolescentes; hallazgo que coincide con los de estudios previos (Joshani, 2018, 2019). En el segundo modelo de regresión jerárquica realizado (Ver [Figura 2](#)), la edad también incrementó la SV; sin embargo, ni el apoyo percibido de pares, ni las tres necesidades psicológicas básicas (autonomía, competencia y relación) incrementaron la varianza de la SV una vez introducido el BP en el modelo.

Respecto al apoyo percibido de pares, pese a que se ha demostrado que éste juega un papel necesario en la SV y el bienestar subjetivo (Kong et al., 2013; Urzúa et al., 2011) contrario a lo esperado, en el presente estudio, esta variable no es un predictor significativo de la SV en los adolescentes participantes, una vez incluido el BP. Quizás en la adolescencia, además de la relación con los pares, otras relaciones de apoyo como la que se establece con los padres y/o los profesores(as) juegan un rol relevante. En esta línea, Chu et al. (2010) encontraron que el apoyo dado por los docentes a los niños y adolescentes estaba más fuertemente asociado con un mayor bienestar que otras fuentes de apoyo social. Así mismo, este hallazgo puede relacionarse con el contexto de un país como Chile, que se enmarca en la cultura latinoamericana donde la familia es central para el individuo y, en consecuencia, el apoyo de los padres es valorado por los adolescentes (Paez et al., 2002; Yu et al., 2018).

Respecto a la hipótesis 4, en el primer modelo de regresión jerárquica el BP presentó un efecto directo positivo sobre la SV, sugiriendo que aspectos eudaimónicos del desarrollo humano, tales como la autoaceptación, la expansión personal, la autonomía, el propósito vital, los vínculos positivos y el dominio del entorno (Keyes et al., 2002), incrementan la satisfacción con la vida de los adolescentes. En este estudio, el BP de los adolescentes incrementa la satisfacción de sus necesidades psicológicas básicas (competencia, autonomía y relación); mientras que esta satisfacción no tiene un efecto significativo en la SV, y lo mismo con relación a los efectos indirectos. Cabe mencionar, que mediante el análisis de regresión jerárquica se confirma que las necesidades psicológicas predicen la SV, hasta que se introduce el BP en el modelo, lo que evidencia su interrelación, no obstante, las necesidades psicológicas básicas no actuarían como mediadores entre el BP y la SV, como plantean Martela y Sheldon (2019). Es decir, el incremento de las necesidades psicológicas no aumenta el efecto del BP en la SV. Sin embargo, el segundo modelo de mediación confirma que la SV presenta un efecto directo positivo sobre el BP, es decir, que evaluar positivamente la propia vida y las experiencias personales incrementa aspectos eudaimónicos del BP. A su vez, la SV incrementa la satisfacción de las necesidades básicas de competencia, autonomía y relación, que al mismo tiempo tienen un efecto directo

positivo y significativo en el BP. Los efectos indirectos confirmaron el papel de mediación de las tres necesidades psicológicas básicas entre la SV y el BP, es decir, la satisfacción de estas necesidades psicológicas puede incrementar el efecto de la SV en el BP. Entre estas satisfacciones, sentirse competente resultó ser el mediador más importante, hallazgo coherente con la teoría de autodeterminación de Ryan & Deci (2000), que plantea que las personas que se sienten capaces se desafían a sí mismas y están más motivadas para adquirir y practicar habilidades con el fin de alcanzar sus objetivos. Estos resultados indican que los adolescentes con adecuada satisfacción vital valoran su capacidad de afrontar los retos que se les presentan, así como perseverar hasta alcanzar el resultado deseado y, quizás, por esta misma razón, se sienten más capaces y productivos. Trazarse objetivos e intentar cumplirlos puede impulsar entonces un sentido positivo de sí mismo, que a su vez incrementa los efectos positivos de la SV en el BP, específicamente, respecto al crecimiento y la expansión personal. La relación positiva de la necesidad básica de autonomía en la SV y el BP en los adolescentes, puede obedecer a la importancia que tiene sentirse libre para expresar opiniones y ser uno mismo/a en el ambiente social (no sentirse rechazado/a) en una etapa en la que es fundamental pertenecer a un grupo social (Ronen et al., 2016). Así mismo, la autonomía que van adquiriendo los adolescentes y su progresiva toma de decisiones, independiente de los padres, puede potenciar su BP; en este sentido, Pérez y Cumsille (2012) encontraron una relación entre padres que ejercen un control psicológico mayor sobre sus hijos y niveles más altos de miedo y toma de decisiones menos autónomas en adolescentes chilenos.

En conclusión, los resultados del presente estudio indican que además de las experiencias hedónicas o placenteras que se puedan tener en la adolescencia, si la SV va acompañada del establecimiento de relaciones sociales íntimas y significativas, puede incrementar el bienestar psicológico de los adolescentes.

Este estudio aporta a la comprensión de la SV y el BP en adolescentes chilenos en el contexto de la salud psicológica positiva; sin embargo, presenta algunas limitaciones. Primero, es probable que el diseño transversal limite las inferencias causales, por lo cual se alienta a realizar futuros estudios de tipo longitudinal. Segundo, en el segundo modelo de regresión jerárquica las dimensiones de autonomía y competencia presentaron un coeficiente negativo probablemente porque presentan colinealidad con otras variables del modelo. Tercero, solo se midió el apoyo social de pares, sin incorporar la percepción del apoyo de los padres o de otros contextos familiares que también se confirman como relevantes. Cuarto, en este estudio solo se evaluaron medidas de bienestar individual, en futuros estudios se podrían incluir medidas de bienestar social y escolar (López et al., 2017).

Finalmente, considerar el incremento de la satisfacción con la vida y el bienestar psicológico en adolescentes es un aporte importante en el diseño de programas focalizados a potenciar su sano e integral desarrollo; y, según los hallazgos presentados, se sugiere que estos programas contemplen el fortalecimiento de la SV (aspectos hedónicos), es decir, la valoración que el adolescente hace sobre su vida asociado al despliegue de sus propósitos y desafíos, es decir, en la línea de los aspectos eudaimónicos (BP) del bienestar. Con el fin de promover o incrementar el BP se sugiere al profesorado, a los padres y madres estimular progresivamente actividades y tareas desafiantes para los jóvenes; apoyarlos en la consecución de objetivos y metas (personales, sociales y/o académicas); y promover actividades grupales y sociales que fortalezcan relaciones sociales más cercanas con pares. Así como facilitar relaciones más democráticas entre los adultos y los adolescentes, es decir, mantener un equilibrio entre la autonomía y control de los jóvenes tanto en el contexto escolar como familiar (Yu et al., 2018). Estos elementos podrían aportar al desarrollo de las necesidades psicológicas básicas e incrementar el BP en los adolescentes.

Referencias

- Alfaro, J., Casas, F., & López, V. (2015). Bienestar en la infancia y adolescencia. *Psicoperspectivas*, 14(1), 1-5.
- Álvarez, D. G., Soler, M. J., & Rendón, R. C. (2019).

- Bienestar psicológico en adolescentes: Relaciones con autoestima, autoeficacia, malestar psicológico y síntomas depresivos. *Revista de Orientación Educativa*, 33(63), 23-43.

- <http://www.roeupla.cl/roe/index.php/roe/article/view/4>
- Almagiá, E. B. (2011). Bienestar psicológico y orientación de rol sexual en adolescentes. *Liberabit. Revista de Psicología*, 17(1), 31–36.
- Amerijckx, G., & Humblet, P. C. (2014). Child well-being: What does it mean? *Children & Society*, 28(5), 404-415. <http://doi.org/10.1111/chso.12003>
- Arslan, G., & Coşkun, M. (2020). Student subjective wellbeing, school functioning, and psychological adjustment in high school adolescents: A latent variable analysis. *Journal of Positive School Psychology*, 4(2), 153-164. <https://journalppw.com/index.php/jpsp/article/view/117/111>
- Atienza, F. L., Pons, D., Balaguer, I., & Merita, M. G. (2000). Propiedades psicométricas de la Escala de Satisfacción con la Vida en adolescentes. *Psicothema*, 12(2), 314-319.
- Bender, M., van Osch, Y., Slegers, W., & Ye, M. (2019). Social support benefits psychological adjustment of international students: Evidence from a meta-analysis. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 50(7), 827-847. <https://doi.org/10.1177/0022022119861151>
- Benito-Gómez, M., Williams, K. N., McCurdy, A., & Fletcher, A. C. (2020). Autonomy-supportive parenting in adolescence: Cultural variability in the contemporary United States. *Journal of Family Theory & Review*, 12(1), 7-26. <https://doi.org/10.1111/jftr.12362>
- Bilbao, M., Oyanedel, J. C., Ascorra, P., López, V., & Cárdenas, K. (2019). Bienestar subjetivo y logro escolar: Rol del bienestar social y la satisfacción con la vida. En P., Ascorra & V., López (Eds.), *Una década de investigación en convivencia escolar* (83- 102). Ediciones Universitarias de Valparaíso.
- Bonet, C., Palma, C., & Gimeno-Santos, M. (2020). *Riesgo de suicidio, inteligencia emocional y necesidades psicológicas básicas en adolescentes tutelados en centros residenciales*. <https://doi.org/10.21134/RPCNA.2020.07.1.4>
- Bosco, F. A., Aguinis, H., Singh, K., Field, J. G., & Pierce, C. A. (2015). Correlational effect size benchmarks. *Journal of Applied Psychology*, 100(2), 431–449. <http://dx.doi.org/10.1037/a0038047>
- Brannan, D., Biswas-Diener, R., Mohr, C. D., Mortazavi, S., & Stein, N. (2013). Friends and family: A cross-cultural investigation of social support and subjective well-being among college students. *The Journal of Positive Psychology*, 8(1), 65-75. <https://doi.org/10.1080/17439760.2012.743573>
- Bücker, S., Nuraydin, S., Simonsmeier, B. A., Schneider, M., & Luhmann, M. (2018). Subjective well-being and academic achievement: A meta-analysis. *Journal of Research in Personality*, 74, 83-94. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2018.02.007>
- Çakar, F. S., & Tagay, Ö. (2017). The mediating role of self-esteem: The effects of social support and subjective well-being on adolescents' risky behaviors. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 17(3), 859–876. <http://dx.doi.org/10.12738/estp.2017.3.0024>
- Cassà, E. L., Pérez-Escoda, N., & Alegre, A. (2018). Competencia emocional, satisfacción en contextos específicos y satisfacción con la vida en la adolescencia. *Revista de Investigación Educativa*, 36(1), 57-73. <http://dx.doi.org/10.6018/rie.36.1.273131>
- Castro, M. C., Delgado, J. B., Ramírez, Á. B., Rovira, D. P., Ojeda, F. G., & Salazar, D. A. (2012). Estructura factorial de la escala de satisfacción con la vida en una muestra de estudiantes universitarios chilenos. *Revista mexicana de Psicología*, 29(2), 157-164. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=243030190006>
- Céspedes Carreño, C., Viñas i Poch, F., Malo Cerrato, S., Rubio Rivera, A., & Oyanedel Sepúlveda, J. C. (2019). Comparación y relación del bienestar subjetivo y satisfacción global con la vida de adolescentes autóctonos e inmigrantes de la Región Metropolitana de Chile. *RIEM: Revista internacional de estudios migratorios*, 9(2), 257-281. <http://dx.doi.org/10.25115/riem.v9i2.3818>
- Chang, J.-H., Huang, C.-L., & Lin, Y.-C. (2015). Mindfulness, basic psychological needs fulfillment, and well-being. *Journal of Happiness Studies*, 16(5), 1149-1162. <https://doi.org/10.1007/s10902-014-9551-2>
- Chen, X., Cai, Z., He, J., & Fan, X. (2019). Gender differences in life satisfaction among children and adolescents: A meta-analysis. *Journal of Happiness Studies*, 1-29. 2307. <https://doi.org/10.1007/s10902-019-00169-9>
- Chu, P. S., Saucier, D. A., & Hafner, E. (2010). Meta-analysis of the relationships between social support and well-being in children and adolescents. *Journal of social and clinical psychology*, 29(6), 624-645. <https://doi.org/10.1521/jscp.2010.29.6.624>
- Crede, J., Wirthwein, L., McElvany, N., & Steinmayr, R. (2015). Adolescents' academic achievement and life satisfaction: The role of parents' education. *Frontiers in psychology*, 6, 52. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.00052>
- Ciarrochi, J., Morin, A. J., Sahdra, B. K., Litalien, D., & Parker, P. D. (2017). A longitudinal person-centered perspective on youth social support:

- Relations with psychological wellbeing. *Developmental psychology*, 53(6), 1154. <https://doi.org/10.1037/dev0000315>
- Cobo-Rendón, R., Pérez-Villalobos, M. V., Páez-Rovira, D., & Gracia-Leiva, M. (2020). A longitudinal study: Affective wellbeing, psychological wellbeing, self-efficacy and academic performance among first-year undergraduate students. *Scandinavian Journal of Psychology*, 61(4), 518-526. <https://doi.org/10.1111/sjop.12618>
- Cortina, J. M. (1993). What is coefficient alpha? An examination of theory and applications. *Journal of applied psychology*, 78(1), 98. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.78.1.98>
- World Medical Association. (1975). Declaración de Helsinki. Principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos. Asociación Médica Mundial.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1995). Human autonomy. En *Efficacy, agency, and self-esteem* (pp. 31-49). Springer.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological inquiry*, 11(4), 227-268. <https://www.jstor.org/stable/1449618>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2002a). Overview of self-determination theory: An organismic dialectical perspective. *Handbook of self-determination research*, 3-33.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American psychologist*, 55(1), 34. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.34>
- Diener, E. (2012). New findings and future directions for subjective well-being research. *American psychologist*, 67(8), 590. <https://doi.org/10.1037/a0029541>
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of personality assessment*, 49(1), 71-75. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13
- Diener, M. L., Mangelsdorf, S. C., McHale, J. L., & Frosch, C. A. (2002). Infants' behavioral strategies for emotion regulation with fathers and mothers: Associations with emotional expressions and attachment quality. *Infancy*, 3(2), 153-174. https://doi.org/10.1207/S15327078IN0302_3
- Díaz, D., Rodríguez-Carvajal, R., Blanco, A., Moreno-Jiménez, B., Gallardo, I., Valle, C., & Van Dierendonck, D. (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema*, 18(3), 572-577.
- Disabato, D. J., Goodman, F. R., Kashdan, T. B., Short, J. L., & Jarden, A. (2016). Different types of well-being? A cross-cultural examination of hedonic and eudaimonic well-being. *Psychological assessment*, 28(5), 471. <https://doi.org/10.1037/pas0000209>
- Erikson, E. H. (1968). Identity and identity diffusion.
- Gagné, M. (2003). The role of autonomy support and autonomy orientation in prosocial behavior engagement. *Motivation and emotion*, 27(3), 199-223. <https://doi.org/10.1023/A:1025007614869>
- Gignac, G. E., & Szodorai, E. T. (2016). Effect size guidelines for individual differences researchers. *Personality and individual differences*, 102, 74-78. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.06.069>
- Gómez-López, M., Viejo, C., & Ortega-Ruiz, R. (2019). Psychological Well-Being during adolescence: Stability and association with romantic relationships. *Frontiers in psychology*, 10, 1772. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01772>
- González-Cutre, D., Sierra, A. C., Montero-Carretero, C., Cervelló, E., Esteve-Salar, J., & Alonso-Álvarez, J. (2015). Evaluación de las propiedades psicométricas de la Escala de Satisfacción de las Necesidades Psicológicas Básicas en General con adultos españoles. *Terapia psicológica*, 33(2), 81-92. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082015000200003>
- Hayes, A. F. (2017). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. Guilford publications.
- Hayes, A. F. (2018). Partial, conditional, and moderated moderated mediation: Quantification, inference, and interpretation. *Communication monographs*, 85(1), 4-40. <https://doi.org/10.1080/03637751.2017.1352100>
- Johnston, M. M., & Finney, S. J. (2010). Measuring basic needs satisfaction: Evaluating previous research and conducting new psychometric evaluations of the Basic Needs Satisfaction in General Scale. *Contemporary Educational Psychology*, 35(4), 280-296. <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2010.04.003>
- Joshanloo, M. (2018). Optimal human functioning around the world: A new index of eudaimonic well-being in 166 nations. *British Journal of Psychology*, 109(4), 637-655. <https://doi.org/10.1111/bjop.12316>
- Joshanloo, M. (2019). Investigating the relationships between subjective well-being and psychological well-being over two decades. *Emotion*, 19(1), 183. <https://doi.org/10.1037/emo0000414>
- Keyes, C. L., Shmotkin, D., & Ryff, C. D. (2002). Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of personality and social*

- psychology*, 82(6), 1007. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.6.1007>
- Kong, F., Zhao, J., & You, X. (2013). Self-esteem as mediator and moderator of the relationship between social support and subjective well-being among Chinese university students. *Social Indicators Research*, 112(1), 151-161. <https://doi.org/10.1007/s11205-012-0044-6>
- Lin, N., Dean, A., & Ensel, W. M. (2013). *Social support, life events, and depression*. Academic Press.
- López, V., Oyanedel, J. C., Bilbao, M., Torres, J., Oyarzún, D., Morales, M., Ascorra, P., & Carrasco, C. (2017). School achievement and performance in Chilean high schools: The mediating role of subjective wellbeing in school-related evaluations. *Frontiers in psychology*, 8, 1189. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01189>
- Manterola, C., & Otzen, T. (2014). Estudios observacionales: los diseños utilizados con mayor frecuencia en investigación clínica. *International Journal of Morphology*, 32(2), 634-645. <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-95022014000200042>
- Martela, F., & Sheldon, K. M. (2019). Clarifying the concept of well-being: Psychological need satisfaction as the common core connecting eudaimonic and subjective well-being. *Review of General Psychology*, 23(4), 458-474. <https://doi.org/10.1177/1089268019880886>
- Mesurado, B., Vidal, E. M., & Mestre, A. L. (2018). Negative emotions and behaviour: The role of regulatory emotional self-efficacy. *Journal of adolescence*, 64, 62-71. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2018.01.007>
- Moyano Díaz, E., & Ramos Alvarado, N. (2007). Bienestar subjetivo: Midiendo satisfacción vital, felicidad y salud en población chilena de la Región Maule. *Universum (Talca)*, 22(2), 177-193. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-23762007000200012>
- Odaci, H., & Kınık, Ö. (2018). Evaluation of early adolescent subjective well-being in terms of submissive behavior and self-esteem. *Journal of Social Service Research*. <https://doi.org/10.1080/01488376.2018.1481175>
- Orkibi, H., & Ronen, T. (2017). Basic psychological needs satisfaction mediates the association between self-control skills and subjective well-being. *Frontiers in psychology*, 8, 936. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00936>
- Oyarzún, D. (2019). Bienestar subjetivo de niños, niñas y adolescentes en Chile: Una revisión sistemática. En A. Ascorra, & V. López (Eds.) Una década de investigación en convivencia escolar (pp. 83-102). Ediciones Universitarias de Valparaíso.
- Páez, D., Fernández, I., Campos, M., Zubieta, E., & Casullo, M. (2006). Apego seguro, vínculos parentales, clima familiar e inteligencia emocional: Socialización, regulación y bienestar. *Ansiedad y estrés*, 12(2-3), 329-341.
- Paez, D., Fernández, I., Basabe, N., & Grad, H. (2002). Valores culturales y motivación: creencias de auto-concepto de Singelis, actitudes de competición de Triandis, control emocional e individualismo-colectivismo vertical-horizontal. *Revista española de motivación y emoción*, 3, 169-195.
- Pavez, P., Mena, L., & Vera-Villarroel, P. (2012). El rol de la felicidad y el optimismo como factor protector de la ansiedad. *Universitas Psychologica*, 11(2), 369-380. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy11-2.rfof>
- Pérez, J. C., & Cumsille, P. (2012). Adolescent temperament and parental control in the development of the adolescent decision making in a Chilean sample. *Journal of adolescence*, 35(3), 659-669. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2011.09.002>
- Pinquart, M., & Sörensen, S. (2000). Influences of socioeconomic status, social network, and competence on subjective well-being in later life: A meta-analysis. *Psychology and aging*, 15(2), 187. <https://doi.org/10.1037/0882-7974.15.2.187>
- Ramírez, M. T. G., & Hernández, R. L. (2014). Propiedades psicométricas de la escala de Apoyo Social Familiar y de Amigos (AFA-R) en una muestra de estudiantes. *Acta de investigación psicológica*, 4(2), 1469-1480.
- Richard, F. D., Bond Jr, C. F., & Stokes-Zoota, J. J. (2003). One hundred years of social psychology quantitatively described. *Review of general psychology*, 7(4), 331-363. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.7.4.331>
- Ronen, T., Hamama, L., Rosenbaum, M., & Mishely-Yarlap, A. (2016). Subjective well-being in adolescence: The role of self-control, social support, age, gender, and familial crisis. *Journal of Happiness Studies*, 17(1), 81-104. <https://doi.org/10.1007/s10902-014-9585-5>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American psychologist*, 55(1), 68. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2009). *Promoting self-determined school engagement: Motivation, learning, and well-being*.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-determination*

- theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness.* Guilford Publications.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of personality and social psychology*, 57(6), 1069. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of personality and social psychology*, 69(4), 719. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- Second World Conference on Research Integrity. (2010). Singapore Statement on Research Integrity. <http://www.wcrif.org/guidance/singapore-statement>
- Schwarzer, R., & Leppin, A. (1991). Social support and health: A theoretical and empirical overview. *Journal of social and personal relationships*, 8(1), 99-127. <https://doi.org/10.1177/0265407591081005>
- Stanley, P. J., Schutte, N. S., & Phillips, W. J. (2020). A Meta-Analytic Investigation of the Relationship between Basic Psychological Need Satisfaction and Affect. *Journal of Positive School Psychology*, 1-16. <https://psycnet.apa.org/record/2021-62235-001>
- Stewart, T., & Sharma, M. (2020). Physical activity among school-aged children and intervention programs using self-determination theory (SDT): A scoping review. *Journal of Health and Social Sciences*, 5(4), 457-470. https://journalhss.com/wp-content/uploads/jhss_457-470.pdf
- Taylor, S. E. (2011). Social support: A review. In H. S. Friedman (Ed.), *The Oxford handbook of health psychology* (pp. 189–214). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780195342819.013.0009>
- Tomás, J.-M., & Gutiérrez, M. (2019). Aportaciones de la teoría de la autodeterminación a la predicción de la satisfacción escolar en estudiantes universitarios. *Revista de Investigación Educativa*, 37(2), 471-485. <https://doi.org/10.6018/rie.37.2.328191>
- Urzúa, A., Godoy, J., & Ocayo, K. (2011). Competencias parentales percibidas y calidad de vida. *Revista chilena de pediatría*, 82(4), 300-310. <http://dx.doi.org/10.4067/S0370-41062011000400004>
- van Griethuijsen, R. A., van Eijck, M. W., Haste, H., den Brok, P. J., Skinner, N. C., Mansour, N., Gencer, A. S., & BouJaoude, S. (2014). *Global Patterns in Students' Views of Science and Interest in Science.* <https://doi.org/10.1007/s11165-014-9438-6>
- Vansteenkiste, M., & Ryan, R. M. (2013). On psychological growth and vulnerability: Basic psychological need satisfaction and need frustration as a unifying principle. *Journal of psychotherapy integration*, 23(3), 263. <https://doi.org/10.1037/a0032359>
- Varela, J. J., Fábrega, J., Carrillo, G., Benavente, M., Alfaro, J., & Rodríguez, C. (2020). Bullying and subjective well-being: A hierarchical socioeconomical status analysis of Chilean adolescents. *Children and Youth Services Review*, 118, 105398. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105398>
- Varela, J. J., Guzmán, J., Alfaro, J., & Reyes, F. (2019). Bullying, cyberbullying, student life satisfaction and the community of Chilean adolescents. *Applied Research in Quality of Life*, 14(3), 705-720. <https://doi.org/10.1007/s11482-018-9610-7>
- Velásquez, D. V., & Medina, C. D. (2017). Bienestar psicológico en adolescentes. *Revista electrónica PSYCONEX*, 9(15), 1-11.
- Víllora, B., Larrañaga, E., Yubero, S., Alfaro, A., & Navarro, R. (2020). Relations among poly-bullying victimization, subjective well-being and resilience in a Sample of late adolescents. *International journal of environmental research and public health*, 17(2), 590. <https://doi.org/10.3390/ijerph17020590>
- Yu, S., Levesque-Bristol, C., & Maeda, Y. (2018). General need for autonomy and subjective well-being: A meta-analysis of studies in the US and East Asia. *Journal of Happiness Studies*, 19(6), 1863-1882. <https://doi.org/10.1007/s10902-017-9898-2>