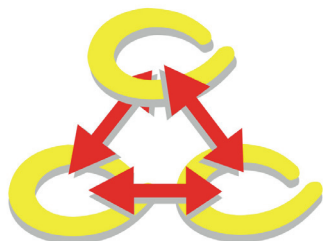




**INTELIGENCIA EMOCIONAL  
Y BIENESTAR III.  
REFLEXIONES, EXPERIENCIAS  
PROFESIONALES  
E INVESTIGACIONES.**

---

José Luis Soler Nages  
Óscar Díaz Chica  
Elena Escolano-Pérez  
Ana Rodríguez Martínez  
(coords.)



**ASOCIACIÓN ARAGONESA  
DE PSICOPEDAGOGÍA**

© de los textos: los autores

© de la presente edición: Ediciones Universidad San Jorge

2.ª edición, 2018

Coordinación de la obra: José Luis Soler Nages, Óscar Díaz Chica,  
Elena Escolano-Pérez, Ana Rodríguez Martínez

Diseño de portada: Juan R. Giménez

ISBN: 978-84-697-8795-3



universidad  
**SANJORGE**  
EDICIONES

Ediciones Universidad San Jorge

Campus Universitario Villanueva de Gállego

Autovía A-23 Zaragoza-Huesca Km 299

50830 Villanueva de Gállego (Zaragoza) Tel.: 976 060 100

ediciones@usj.es    www.usj.es



Esta editorial es miembro de la UNE, lo que garantiza  
la difusión y comercialización de sus publicaciones a  
nivel nacional e internacional.

---

# Factores predictivos de la satisfacción con la vida en la adolescencia

## *Predictors of satisfaction with life in adolescence*

**Alberto Alegre**

East Stroudsburg University

**Elia López-Cassá**

Universidad de Barcelona

---

### **Resumen**

El presente estudio examina si factores objetivos como la competencia emocional y factores subjetivos como la satisfacción experimentada en contextos relevantes de la vida de los adolescentes influyen en su satisfacción con la vida. El objetivo es determinar si la competencia emocional y las satisfacciones con los estudios, con uno mismo, con los recursos de afrontamiento y con el uso del tiempo de ocio predicen la satisfacción con la vida. La muestra de estudio es de 485 estudiantes de la Educación Secundaria Obligatoria de Cataluña y Bilbao. Se utilizaron cuestionarios para medir las diferentes variables. Se realizó un análisis de regresión mediante el que se obtuvo un modelo explicativo de la competencia emocional y la satisfacción con la vida en los jóvenes. Nuestro estudio confirma parcialmente la hipótesis general del estudio de que la competencia emocional y las dimensiones de la satisfacción experimentada en contextos relevantes para la vida de los adolescentes: uno mismo, los recursos de afrontamiento, y los estudios, predicen la satisfacción con la vida.

**Palabras clave:** competencia emocional, satisfacción con la vida, bienestar, adolescencia, educación secundaria.

### **Abstract**

*The present study examines whether objective factors such as emotional competence, and subjective factors such as satisfaction experienced in relevant contexts of adolescents' lives influence their satisfaction with life. The objective is to determine whether emotional competence, and satisfactions with studies, with oneself, with coping resources, and with the use of leisure time predict satisfaction with life. The sample of study is of 485 students of the Compulsory Secondary Education of Catalonia and Bilbao. Questionnaires were used to measure the different variables. A regression analysis was carried out to obtain an explanatory model of emotional competence and satisfaction with life in young people. Our study partially confirms the general hypothesis of the study that emotional competence and dimensions of*

*satisfaction experienced in contexts relevant to adolescent life: self, coping resources, and studies predict satisfaction with life.*

**Keywords:** *emotional competence, satisfaction with life, well-being, adolescent, secondary education.*

## 1. Introducción teórica

Experimentar satisfacción en la vida es uno de los objetivos máximos de cualquier individuo. En la adolescencia, la satisfacción con la vida está vinculada con la autoestima, el ajuste escolar, los recursos de apoyo, y el clima social (Furr y Fander, 1998; Huebner, 1991a, 1991b; Lewinsohn, Redner y Seeley, 1991; Cava y Musitu, 1999; Van Aken y Asendorpf, 1997; McCullough, Huebner y Laughlin, 2000; Ying y Fang-Biao, 2005; Martínez-Antón, Buelga y Cava, 2007; Ferragut y Fierro, 2012).

Se entiende la satisfacción con la vida como una valoración global que la persona hace sobre su vida, poniendo en comparación lo que ha conseguido, con el logro de sus retos y expectativas (Diener et al. 1985; Pavot, Diener, Colvin y Sandvik, 1991; Veenhoven, 1994) que se relaciona con un sentimiento de bienestar o de felicidad y es uno de los indicadores de la calidad de vida (Veenhoven, 1994; Pérez-Escoda, 2013).

La satisfacción con la vida es un constructo que puede modificarse por elección del individuo o por variabilidad del medio ambiente y que no viene marcada totalmente por la herencia (Tay y Kuykendall, 2011; Roysamb, Nes, y Vitterso, 2014).

La adolescencia es una etapa de vida en la que surgen cambios significativos a nivel biológico, psicológico y social. Aunque no hay un acuerdo unánime sobre el concepto de adolescencia, según Moreno (2009) la adolescencia es el período de transición entre la infancia y la adultez que transcurre aproximadamente entre los once y doce años y los dieciocho y veinte años de edad.

Se trata de la etapa en la que los jóvenes se enfrentan a la difícil tarea de formar su personalidad e identidad (SEPEC, 1996; González Rey, 1999). En ella, la vida emocional es muy inestable principalmente en los entornos donde los adolescentes tienen más problemas: en la escuela y en casa (Shuerger, 2003; Moreno, 2009). Por ello, experimentar satisfacción con la vida resulta difícil en esta etapa de la vida, al mismo tiempo que es muy importante para un desarrollo saludable del adolescente (Pérez-Escoda y Pellicer, 2009; Bisquerra, 2011).

La satisfacción con la vida puede derivarse de experiencias en contextos específicos o de rasgos de la personalidad del individuo (Diener,

1984). Algunos autores proponen que la competencia emocional es uno de los factores que más influye en la satisfacción en la vida de las personas. (Extremera, Durán y Rey, 2005; Páez, Ferragut y Fierro, 2012; Pérez-Escoda y Alegre, 2014). Confirmando esta idea, otros autores han identificado una relación entre satisfacción con la vida y competencia emocional también en la adolescencia (Bermúdez, Álvarez y Sánchez, 2003; Páez, Fernández, Campos, Zubieta y Casullo, 2006).

Por otro lado, la satisfacción con la vida de los adolescentes también parece estar relacionada con sus propias experiencias tanto del mundo exterior como de sí mismos. Por ejemplo, Galíndez y Casas (2010), con una muestra de estudiantes de secundaria demostraron que existen correlaciones muy altas entre satisfacción con la vida y el autoconcepto y la autoestima. Coinciden con los trabajos de Furr y Funder, (1998); Huebner, (1991 a y b) y Lewinsohn, Redner y Seeley, (1991) al poner de manifiesto que una elevada autoestima se relaciona con una mayor satisfacción con la vida del adolescente, mientras que, por el contrario, una menor autoestima, se relaciona con una valoración negativa de la propia vida.

Otros estudios relacionan afrontamiento y bienestar en la adolescencia (Casullo y Castro, 2000; Mullis y Chapman, 2000; González-Barrón; Montoya, Casullo y Bernabéu, 2002) y concluyen que las preocupaciones de los jóvenes se centran en problemas educativos, afectivos, personales y familiares. Otras investigaciones muestran que la satisfacción con el ocio (Kuykendall, Tay y Ng, 2015) se sitúan en un primer plano durante la adolescencia.

Finalmente, no cabe duda que un ámbito de enorme importancia durante la adolescencia es el de los estudios, por tanto es probable que la satisfacción experimentada en este contexto tenga una fuerte relación con la satisfacción con la vida durante la adolescencia.

En consecuencia, este estudio investiga la hipótesis de que la competencia emocional, la satisfacción con los estudios, con uno mismo, con los recursos de afrontamiento y con el uso del tiempo del ocio predicen la satisfacción con la vida de los adolescentes.

## **2. Objetivos**

El objetivo es testar diferentes factores predictivos de la satisfacción con la vida. La hipótesis general del estudio es que la competencia emocional, la satisfacción con los estudios, la satisfacción con uno mismo, la satisfacción con los recursos de afrontamiento, y la satisfacción con el uso del tiempo de ocio predicen la satisfacción con la vida.

### 3. Procedimiento

#### 3.1. Participantes

La muestra es de conveniencia y fue recogida en tres escuelas de educación secundaria, dos de Barcelona y una de Bilbao. Está compuesta de 290 estudiantes, el 49% de género femenino. La edad oscila entre los 11 y los 13 años, con una media de 12,35 años. Los participantes se aplicaron los cuestionarios de forma totalmente voluntaria.

Los sujetos respondieron los cuestionarios durante el horario escolar, en clase, y con el profesor ausente. Todos los cuestionarios han sido tratados garantizando el anonimato y la confidencialidad de los participantes.

#### 3.2. Instrumentos de Medición

Satisfacción con la vida. Esta variable fue medida con el cuestionario "Satisfaction with Life Scale" (SWLS: Diener, Emmons, Larsen y Griffin, 1985). El SWLS es probablemente la medida más citada de satisfacción con la vida en la literatura científica (Vázquez et al., 2012). Se compone de cinco ítems a los que se responde en una escala tipo Likert de siete puntos, desde 1 (total desacuerdo) a 7 (totalmente de acuerdo). Pavot y Diener, (2008) y Diener y González, (2011) resumieron en dos estudios las investigaciones desarrolladas durante los últimos 20 años que confirman las propiedades psicométricas de este instrumento. La fiabilidad de acuerdo con el alpha de Cronbach en esos estudios varía entre 0,79 y 0,89 (Blais, Vallerand, Pelletier y de Briere, 1989; Diener, et al., 1985; Pavot, Diener, Colvin y Sandvik, 1991). También existe una amplia evidencia de la validez del SWLS en muestras españolas (Atienza, Pons, Balaguer y García- Merita, 2000). En el estudio actual de la fiabilidad de Cronbach fue  $\alpha = 0,81$ .

Cuestionario de bienestar. Este es un cuestionario desarrollado ad hoc para recoger información sobre el grado de satisfacción de los participantes en áreas específicas de su experiencia. Se compone de diecinueve ítems de los cuales tres miden la satisfacción con los estudios (e.g. «Estoy satisfecho con mis resultados en los estudios»). Seis ítems miden la satisfacción con uno mismo (e.g. «Estoy orgulloso de ser como soy»). Siete ítems se refieren a la capacidad de resiliencia de los participantes (e.g. «Afronto de manera adecuada las situaciones estresantes») y tres ítems miden la satisfacción con el tiempo libre y de ocio (e.g. «En general me divierto bastante»). La consistencia interna de esta escala medida con el alpha de Cronbach fue de 0,81. Las cuatro subescalas mostraron una

fiabilidad de 0,69, 0,80, 0,75, 0,73 respectivamente. El cuestionario se basa en otro anterior utilizado con adultos (Pérez-Escoda y Alegre, 2016) que mostró validez, fiabilidad y capacidad predictiva.

Competencia emocional. Se midió con el Cuestionario de Desarrollo Emocional para educación secundaria (CDE-SEC; Pérez-Escoda, Bisquerra, Filella y Soldevila, 2010). Es un cuestionario de auto-informe, desarrollado para población española, basado en el modelo teórico de educación emocional Bisquerra y Pérez (2007). De acuerdo con este modelo, el cuestionario mide cinco dimensiones de la competencia emocional, además de ofrecer una puntuación global. Se compone de 35 ítems. Se utiliza una escala de tipo Likert con opciones de respuesta que van desde 0 (completamente en desacuerdo con la declaración) a 10 (completamente de acuerdo). En un estudio previo con una muestra de 1.537 adultos, los autores del cuestionario obtuvieron una fiabilidad de  $\alpha = .92$  para la escala completa, y por encima de 0.69 para cada una de las cinco dimensiones (Pérez-Escoda et al., 2010). En este estudio utilizamos sólo la escala global que mostró una fiabilidad de Cronbach fue 0,79.

### 3.3. Análisis estadísticos

Se procedió primero a calcular los coeficientes de correlación de orden cero de Pearson entre las diferentes variables. Después se analizó la capacidad de las diferentes variables para predecir la satisfacción con la vida utilizando un análisis de regresión.

## 4. Resultados

### 4.1. Datos descriptivos y correlaciones

Los datos descriptivos se presentan en la tabla 1 y las correlaciones en la tabla 2. Conviene destacar que las cuatro dimensiones de la escala de bienestar: satisfacción con uno mismo, con los estudios, con las actividades de ocio, y la resiliencia correlacionan fuertemente tanto con la satisfacción con la vida como con la competencia emocional.

	Media	Sd.
Satisfacción con los estudios	21.74	6.08
Satisfacción con uno mismo	51.16	8.22

Satisfacción con los recursos de afrontamiento	55.47	11.14
Satisfacción con el tiempo de ocio	24.84	5.35
Competencia emocional	6.38	1.09
Satisfacción con la vida	28.56	5.79
Nota. N = 290		

**Tabla 1.** Estadísticos Descriptivos.

	Satisf. estudios	Satisf. uno mismo	Satisf. recursos afrontamiento	Satisf. con ocio	Compet. emocional
Satisfacción uno mismo	.579**				
Satisfacción con recursos afrontamiento	.594**	.735**			
Satisfacción con ocio	.472**	.672**	.718**		
Competencia emocional	.458**	.540**	.521**	.442**	
Satisfacción con la vida	.531**	.670**	.694**	.583**	.516**
Nota. N = 485					

**Tabla 2.** Correlaciones entre las variables del estudio.

#### 4.2. Análisis Predictivo

El análisis de regresión confirmó que la satisfacción con los estudios, con uno mismo, la satisfacción con los recursos de afrontamiento contribuyen a la predicción de la satisfacción con la vida. La satisfacción con el tiempo de ocio en cambio no aportó capacidad predictiva significativa (tabla 3). Cuando la competencia emocional fue introducida en la ecuación de regresión, la satisfacción con los estudios perdió poder predictivo.



		Coeficientes				
Modelo		Coeficientes No Estandarizados		Coeficientes Estandarizados	t	Sig.
		B	Error Std.	Beta		
1	(Constante)	3.364	1.465		2.296	.022
	Satisfacción con los estudios	.109	.049	.114	2.224	.027
	Satisfacción con uno mismo	.204	.045	.289	4.541	.000
	Satisfacción con el tiempo de ocio	.085	.065	.079	1.312	.190
	Satisfacción con los recursos de Afrontamiento	.185	.035	.357	5.228	.000
2	(Constante)	1.542	1.596		.966	.335
	Satisfacción con los estudios	.088	.049	.092	1.797	.073
	Satisfacción con uno mismo	.178	.045	.253	3.924	.000
	Satisfacción con el tiempo de ocio	.079	.064	.073	1.234	.218
	Satisfacción con los recursos de Afrontamiento	.172	.035	.332	4.867	.000
	Competencia emocional	.700	.257	.132	2.723	.007

Nota. N = 290. Variable Dependiente: Satisfacción con la vida. CI = Competencia Emocional

**Tabla 3.** Análisis de regresión.

## 5. Conclusiones y discusión

Este estudio planteaba la hipótesis de que la competencia emocional, las satisfacciones con los estudios, con uno mismo, con los recursos de afrontamiento y con el uso del tiempo del ocio predicen la satisfacción

con la vida de los adolescentes. Los resultados de este estudio indican que casi todas las variables mencionadas predicen fuertemente la satisfacción con la vida excepto la satisfacción con el tiempo de ocio que no parece ser tan importante para los adolescentes. Asimismo, la satisfacción con los estudios pierde capacidad de predicción cuando se tiene en cuenta la competencia emocional.

Una relación entre las competencias emocionales y la satisfacción con la vida ya había sido observada en múltiples estudios. Sin embargo casi no había evidencia de esta relación durante la adolescencia. Nuestro estudio confirma la relación entre competencia emocional y satisfacción con la vida durante esta etapa de la vida. Las personas con mayor inteligencia emocional entienden las emociones que motivan la conducta de las personas, lo que les permite sentirse menos víctimas de los comportamientos negativos desarrollados por otras personas y con mayores recursos para enfrentarlos. De esta forma pueden derivar menor insatisfacción de las experiencias negativas y disfrutar más a fondo de las positivas.

El hecho de que la satisfacción con el tiempo de ocio no predice la satisfacción con la vida de los adolescentes parece indicar que estos son menos hedonistas de lo que a menudo se nos ha hecho creer y valoran más sus estudios, su propia persona y la capacidad de afrontar los retos que se les presentan que la diversión. Por otro lado, el hecho de que la satisfacción con los estudios pierde poder predictivo cuando se tiene en cuenta la competencia emocional parece indicar que los factores de tipo interno (competencia emocional, satisfacción con uno mismo, satisfacción con las propias capacidades de afrontar el estrés) son, en esta edad, más importantes que los factores de tipo externo (satisfacción con los estudios, o con el tiempo de ocio). Estos resultados, coinciden en parte con los obtenidos por Diener et al. (1999), Diener y Seligman (2002), Lyubomirsky et al. (2005), Demir y Weitekamp (2007) y Javaloy et al. (2007) que observaron en diferentes estudios que para los jóvenes, su nivel de satisfacción con el ocio y los estudios son relativamente poco importantes.

Los resultados de este estudio deben tomarse con precaución debido a una serie de limitaciones. Primero, todos los datos provienen del autoinforme de los adolescentes. Es sabido que los estudios de autoinforme tienden a dilatar artificialmente las correlaciones entre las variables. También todos los datos han sido obtenidos a través de cuestionarios, y la utilización de un mismo método de obtención de datos también tiende a incrementar las relaciones estadísticas. Adicionalmente, la muestra no

es aleatoria sino de conveniencia, por lo que la generalización a la población general debe hacerse con cautela. Por otra parte, se desconoce la situación socioeconómica de los participantes, una variable demográfica que puede influir fuertemente en la satisfacción de vida. Sin embargo, sí se obtuvieron datos sobre el nivel educativo que podrían servir como un indicador de la situación socioeconómica. No obstante, en nuestro estudio esta variable no afectó a los patrones de las relaciones entre las variables. En futuros estudios se estima conveniente recoger información sobre otras variables potencialmente importantes tales como la satisfacción con amigos íntimos o con amistades con las que se establece una relación romántica, relaciones que cobran importancia sobretudo en la adolescencia tardía. Al utilizar una muestra compuesta en su mayor parte por chicos y chicas españoles, no es posible generalizar los resultados a otras culturas. Para investigar más a fondo las hipótesis sería necesario desarrollar nuevos estudios en los que también se midieran o se seleccionaran aquellas variables y poblaciones antes mencionadas.

Destacamos de los resultados obtenidos ciertas tendencias que es importante tener en cuenta: Las experiencias positivas en ámbitos concretos de la existencia tales como los estudios, el desarrollo de capacidades de afrontamiento, la satisfacción con uno mismo, y las capacidades emocionales predicen la satisfacción con la vida. Estas aportaciones empíricas son necesarias para conocer la realidad de los jóvenes (Weinsinger, 1997; Cooper y Sawaf, 1997). Su contribución puede ser enriquecedora para el contexto educativo (Martínez-Antón, Buelga y Cava, 2007; Fernández-Berrocal y Extremera, 2009; Steiner y Perry, 1997) y para la motivación de los adolescentes en las tareas escolares (IFMB, 2008). Se recomienda, en consecuencia, intervenir en diversos niveles entre los cuales está el ámbito educativo (Casasús y Casasús, 1999).

## 6. Referencias

- ATIENZA, F. L., PONS, D., BALAGUER, I. Y GARCÍA-MERITA, M. (2000): «Propiedades psicométricas de la escala de satisfacción con la vida en adolescentes», *Psicothema*, 12 (2), 314-319.
- BERMÚDEZ, M. P., ÁLVAREZ, I. T. Y SÁNCHEZ, A. (2003): «Análisis de la relación entre inteligencia emocional, estabilidad emocional y bienestar psicológico», *Universitas Psychologica*, 2(1), 27-32.
- BERNAL, A. (Ed.) (2005): *La familia como ámbito educativo*, Navarra, Editorial Rialp.
- BISQUERRA, R. (Coord.) (2011): *¿Cómo educar las emociones? La*

*inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia*, Esplugues de Llobregat (Barcelona), Editorial Hospital Sant Joan de Déu.

BISQUERRA, R. Y PÉREZ, N. (2007): «Las competencias emocionales», *Educación XXI*, 10, 61-82. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.5944/educxxi.1.10.297>

BLAIS, M. R., VALLERAND, R. J., PELLETIER, L. G. Y BRIÈRE, N. M. (1989): «L'échelle de satisfaction de vie: Validation canadienne-française du Satisfaction with Life Scale», *Canadian Journal of Behavioural Science/ Revue canadienne des sciences du comportement*, 21(2), 210. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.1037/h0079854>

CASAS, F. (2000): «La adolescencia: retos para la investigación y para la sociedad europea de cara al siglo XXI», *Anuario de Psicología*, 31, (2), 5-14.

CASASÚS, P. Y CASASÚS, P. (1999): «Intervención psico-social en trastornos de la conducta alimentaria», *Estudios de Juventud*, 47, 23-31.

CASULLO, M. M. Y CASTRO, A. (2000): «Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos», *Revista de Psicología. Pontificia Universidad Católica del Perú*, XVIII (1), 35-68.

CAVA, M. J. Y MUSITU, G. (1999): «Percepción del profesor y estatus sociométrico en el grupo de iguales», *Informació Psicològica*, 71, 60-65.

CIARROCHI, J. V., CHAN, A. C. Y CAPUTI, P. (2000): «A critical evaluation of the emotional intelligence construct», *Personality and Individual Differences*, 28 (3), 539-561. Recuperado de [http://dx.doi.org/10.1016/S0191-8869\(99\)00119-1](http://dx.doi.org/10.1016/S0191-8869(99)00119-1)

CIARROCHI, J. V., CHAN, A. C. Y BAJGAR, J. (2001): «Measuring emotional intelligence in adolescents», *Personality and Individual Differences*, 31, 1105-1119. Recuperado de [http://dx.doi.org/10.1016/S0191-8869\(00\)00207-5](http://dx.doi.org/10.1016/S0191-8869(00)00207-5).

Commission of the European Communities (1990): «Public opinion in the European Community», *Eurobaromefre*, 34. August. Brussels. Recuperado de [http://ec.europa.eu/public\\_opinion/index\\_en.htm](http://ec.europa.eu/public_opinion/index_en.htm).

COOPER, R. K. Y SAWAF, A. (1997): *Estrategia emocional para ejecutivos*, Barcelona, Editorial Martínez Roca.

CHO, E. Y TAX, L. (2015): «Domain satisfaction as a mediator of the relationship between work-family spillover and subjective well-being: A longitudinal study», *Journal of Business and Psychology*, 1-13. doi: 10.1007/s10869-015-9423-8

DEMIR, M. Y WEITEKAMP, L. A. (2007): «I am so happy cause today I found my friend: friendship and personality as predictors of happiness», *Journal of Happiness Studies*, 8, 181 - 211. doi: 10.1007/s10902-006-9012-7

DIENER E. Y GONZALEZ E. (2011): «The validity of life satisfaction

- measures», *Social Indicator NetworkNews*, 108, 1-5
- DIENER, E. (1984): «Subjective well-being», *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- DIENER, E. Y SELIGMAN, M. E. (2002): «Very happy people», *Psychological Science*, 13(1), 81-84. doi: 10.1111/1467-9280.00415
- DIENER, E., EMMONS, R., LARSEN, R. J. Y GRIFFIN, S. (1985): «The satisfaction with life scale», *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75. Recuperado de [http://dx.doi.org/10.1207/s15327752jpa4901\\_13](http://dx.doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13)
- DIENER, E., SUH, E. M., LUCAS, R. E. Y SMITH, H. L. (1999): «Subjective well-being: Three decades of progress», *Psychological Bulletin*, 125, 276-302.
- ERIKSON, E. (1968): *Identity: Youth and crisis*, Nova York, Norton. [Trad. cast. *Identidad, juventud y crisis*, Buenos Aires, Editorial Paidós, 1974.]
- Erikson, E. (1972): *Adolescence et crise: la quête de l'identité*, Paris, Editorial Flammarion
- Escoda, N. P. y Alegre, A. (2016): «Does Emotional Intelligence Moderate the Relationship between Satisfaction in Specific Domains and Life Satisfaction?», *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 16 (2), 131-140.
- EXTREMERA, N. (2003): *El modelo de inteligencia emocional de Mayer y Salovey y su validez predictiva en muestras españolas*, Tesis doctoral no publicada, Universidad de Málaga, España.
- EXTREMERA, N., DURÁN, A. Y REY, L. (2005): «La inteligencia emocional percibida y su influencia sobre la satisfacción vital, la felicidad subjetiva y el engagement en trabajadores de centros para personas con discapacidad intelectual», *Ansiedad y Estrés*, 11, 63-73.
- FERNÁNDEZ-BERROCAL, P., ALCAIDE, R., EXTREMERA, N. Y PIZARRO, D. (2002): «The role of perceived emotional intelligence in the psychological adjustment of adolescents», Manuscrito remitido para publicación.
- FERNÁNDEZ-BERROCAL Y EXTREMERA (2009): «La Inteligencia Emocional y el estudio de la felicidad», *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 66 (23,3), 85-108.
- FERRAGUT, M. Y FIERRO, A. (2012): «Inteligencia emocional, bienestar personal y rendimiento académico en preadolescentes», *Revista Latinoamericana de Psicología*, 44 (3), 95-104.
- FURR, R. M. Y FUNDER, D. (1998): «A multimodal analysis of personal negativity», *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 1580-1591. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.74.6.1580>.
- GALINDEZ, E. Y CASAS, F. (2010): «Adaptación y validación de la Students' Life Satisfaction Scale (SLSS) con adolescentes», *Estudios de Psicología*,

31 (1), 79-87.

GARCÍA AGUILAR, N., VIÑALS, M. Y PÉREZ-ESCODA, N. (2016): «Les competències emocionals i les dificultats quotidianes a l'adolescència», Comunicación presentada en las XII Jornadas de Educación Emocional; Barcelona: GROU-ICE de la Universidad de Barcelona.

GONZÁLES- BARRÓN, R., MONTOYA, I.; CASULLO, M. Y BERNABÉU, J. (2002): «Relación entre los estilos y estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes», *Psicothema*, 14 (2), 363-368.

GONZÁLEZ REY, A. (1999): *Comunicación, personalidad y desarrollo*, Cuba, Editorial Pueblo y Educación.

HUEBNER, E. S. (1991a): «Initial development of the Student's Life Satisfaction Scale», *School Psychology International*, 12, 231-240. doi: 10.1177/0143034391123010

HUEBNER, E. S. (1991b): «Correlates of life satisfaction in children», *School Psychology Quarterly*, 6 (2), 103-111. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.1037/h0088805>

IFMB (Informe Fundación Marcelino Botín). (2008): *Educación emocional y social. Análisis internacional*, Santander, Editorial Fundación Marcelino Botín.

JAVALOY, F., PÁEZ, D., CORNEJO, J. M., BESABE, N., RODRÍGUEZ, A., VALERA, S. Y ESPELT, E. (2007): *Bienestar y felicidad de la juventud española*, Madrid, Editorial Injuve.

KUYKENDALL, L., TAY, L. Y NG, V. (2015): «Leisure engagement and subjective well-being: A meta-analysis», *Psychological Bulletin*, 141 (2), 364. doi: 10.1037/a0038508

LEWINSOHN, P. M., REDNER, E. Y SEELEY, J. R., (1991): «The relationship between life satisfaction and psychosocial variables: New perspectives», Strack, F., Argyle, F. y Schwarz, N. (eds.) *Subjective well-being: An interdisciplinary perspective* (pp. 193-212), New York, Pergamon.

LYUBOMIRSKY, S., KING, L. Y DIENER, E. (2005): «The benefits of frequent positive affect: does happiness lead to success?», *Psychological Bulletin*, 131 (6), 803. doi: 10.1037/0033-2909.131.6.803

MARTÍNEZ-ANTÓN, M., BUELGA, S. Y CAVA, M. J. (2007): «La satisfacción con la vida en la adolescencia y su relación con la autoestima y el ajuste escolar». *Anuario de Psicología*, 38, 2, 293-303.

MCCULLOUGH, G., HUEBNER, E. S. Y LAUGHLIN, J. E. (2000): «Life events, self-concept, and adolescents' positive subjective well-being», *Psychology in the Schools*, 37 (3), 281-290. doi: 10.1002/(SICI)1520-6807(200005)37:3<281::AID-PITS8>3.0.CO;2-2

- MORENO, A. (2009): *El desenvolupament durant l'adolescència*, Barcelona, Editorial UOC.
- MORENO, A. Y DEL BARRIO, C. (2005): *La experiencia adolescente. La búsqueda de un lugar en el mundo*, Buenos Aires, Editorial Aique.
- MULLIS, R. L. Y CHAPMAN, P. (2000): «Age, gender, and self-esteem differences in adolescent coping styles», *The Journal of Social Psychology*, 140 (4), 539-541. doi: 10.1080/00224540009600494
- NOLLER, P. Y CALLAN, V. (1991): *The adolescent in the family*, Londres, Editorial Routledge.
- PÁEZ, FERNÁNDEZ, CAMPOS, ZUBIETA Y CASULLO (2006): «Apego Seguro, Vínculos Parentales, Clima Familiar e Inteligencia Emocional: socialización, regulación y bienestar», *Ansiedad y estrés*, 12, 329-341.
- PAVOT, W. Y DIENER, E. (2008): «The satisfaction with life scale and the emerging construct of life satisfaction», *The Journal of Positive Psychology*, 3 (2), 137-152. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.1080/17439760701756946>
- PAVOT, W., DIENER, E., COLVIN, C. R. Y SANDVIK, E. (1991): «Further validation of the Satisfaction With Life Scale: Evidence for the cross-method convergence of well-being measures», *Journal of Personality Assessment*, 57, 149-161. doi: 10.1207/s15327752jpa5701\_17
- PÉREZ-ESCODA, N. (2013): «*Variables predictivas de la satisfacción con la vida en estudiantes universitarios*», Comunicación presentada al XVI Congreso Nacional / II Internacional Modelos de Investigación Educativa de AIDIPE, Alicante, 4-6 septiembre.
- PÉREZ-ESCODA, N. Y ALEGRE, A. (2014): «Satisfacción con la vida: predictores y moderadores», Barredo, B., Bisquerra, R., Blanco, A., Garcia-Aguilar, N., Giner, A., Pérez-Escoda, N. y Tey, A. (coords.) *I Congreso Internacional de Educación Emocional. X Jornadas de Educación Emocional*. Barcelona, Universitat de Barcelona (Institut de Ciències de l'Educació), Documento electrónico. [Disponible en: <http://hdl.handle.net/2445/58585>]. Pp. 447-456.
- PÉREZ-ESCODA, N. Y PELLICER, I. (2009): «*Necesidad de desarrollo emocional en la adolescencia*», I Jornades de Tutoria a l'ESO al segle XXI. Universitat de Barcelona, <[http://issuu.com/eprat.ice.ub/docs/necesidad\\_de\\_desarrollo\\_emocional\\_en\\_la\\_adolescencia](http://issuu.com/eprat.ice.ub/docs/necesidad_de_desarrollo_emocional_en_la_adolescencia)> [Consulta: 7 de febrero de 2016].
- PÉREZ-ESCODA, N., ÁLVAREZ, M. Y BISQUERRA, R. (2008): *CDE-SEC Cuestionario de desarrollo emocional para Educación Secundaria*, Barcelona, Editorial GROU. Universitat de Barcelona.
- PÉREZ-ESCODA, N., BISQUERRA, R., FILELLA, G. Y SOLDEVILA, A. (2010): «Construcción del cuestionario de desarrollo emocional de adultos

(QDE-A)», *REOP Revista Española de orientación psicopedagógica*, 21, 2, 367-379.

ROYSAMB, E., NES, R. B. Y VITTERSO, J. (2014): «Well-being: Heritable and changeable», *Stability of Happiness: Theories and Evidence on Whether Happiness Can Change*, 9-36. doi: 10.1016/B978-0-12-411478-4.00002-3

RUTTER, M. Y RUTTER, M. (1992): *Developing minds*, Londres, Editorial Penguin.

SCHEER, S., UNGER, D. Y BROWN, M. (1994): «Adolescents becoming adults: attributes for adulthood», Comunicación presentada en la trobada bianual de la Society for Research on Adolescence, San Diego.

SCHUERGER, J. M. (2003): *Manual 16PF-APQ, Cuestionario de Personalidad para Adolescentes 16PF*, Madrid, Editorial TEA Ediciones, S.A.

SEPEC. (1996): *Estoy aquí, queriéndote. Los jóvenes, el amor y la sexualidad*, Lima: Editorial SEPEC.

STEINER, V. Y PERRY, R. (1997): *La educación emocional*, Buenos Aires, Editorial Javier Vergara.

TAY, L. Y KUYKENDALL, L. (2013): «Promoting happiness: The malleability of individual and societal subjective wellbeing. International», *Journal of Psychology*, 48, 159-176. doi: 10.1080/00207594.2013.779379

VAN AKEN, M. A. Y ASENDORPE, J. B. (1997): «Support by parents, classmates, friends and siblings in preadolescence: Covariation and compensation across relationships», *Journal of Social and Personal Relationships*, 14 (1), 79-93. doi: 10.1177/0265407597141004

VÁZQUEZ, C., DUQUE, A. Y HERVÁS, G. (2012): «Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS) en una muestra representativa de españoles adultos», Validación y datos normativos». Disponible en: [http://pendientedemigracion.ucm.es/info/psisalud/carmelo/PUBLICACIONES\\_pdf/2012-SWLS\\_Normative\\_data\\_copia.pdf](http://pendientedemigracion.ucm.es/info/psisalud/carmelo/PUBLICACIONES_pdf/2012-SWLS_Normative_data_copia.pdf)

VEENHOVEN, R. (1994): «El estudio de la satisfacción con la vida», *Intervención Psicosocial*, 3, 87-116.

WEISINGER, H. (1997): *Emocional intelligence at work: The untapped edge for success*, San Francisco, Editorial Josey-Bass.

YING, S. Y FANG-BIAO, T. (2005): «Correlations of school lifesatisfaction, self-esteem and coping style in middle schoolstudents», *Chinese Mental Health Journal*. 19,741-744.