

DOI: <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.273>

Comunicación familiar y su relación con el bienestar psicológico en estudiantes de bachillerato

Family Communication and Its Relationship to Psychological Well-Being in High School Students

Michelle Garcés Coca

Universidad Técnica de Ambato

agarces3485@uta.edu.ec

Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-5866-4032>

Ambato-Ecuador

Andrea del Rocío Mejía Rubio

Universidad Técnica de Ambato

adr.mejia@uta.edu.ec

Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-9371-9636>

Ambato-Ecuador

Artículo recibido: día 14 de diciembre de 2022. Aceptado para publicación: día mes 2022.

Conflictos de Interés: Ninguno que declarar.

Resumen

La comunicación familiar representa un ente fundamental en el desarrollo emocional, conductual y psicológico en la etapa de la adolescencia, por consiguiente, se muestra como factor influyente para el desarrollo óptimo del bienestar psicológico (BP). La investigación busca determinar la relación entre la comunicación familiar y el bienestar psicológico en estudiantes de bachillerato. Se trató de un estudio cuantitativo no experimental, de corte transversal, y con un alcance descriptivo-correlacional. Los datos recolectados pertenecen a 219 estudiantes, cuyas edades oscilan entre 14 y 18 años, con una media de 15.9, de una unidad educativa de la ciudad de Ambato-Ecuador, a quienes se les administró la Escala de Comunicación familiar de Olson y la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J). Los resultados reflejan una correlación positiva leve ($r=0.400$. $p<0.001$) entre la comunicación familiar y el bienestar psicológico en los estudiantes de bachillerato, además, se evidenció un nivel bajo de comunicación familiar (46.6%), y un nivel bajo de bienestar psicológico (56.4%) como predominantes. En conclusión, se infiere que el desarrollo de la comunicación dentro de la dinámica familiar podría contribuir al bienestar psicológico de forma favorable o desfavorable, por tanto, al presentar un bajo nivel de comunicación familiar se puede evidenciar a la vez un bajo nivel de bienestar psicológico.

Palabras clave: adolescentes, bienestar psicológico, comunicación familiar, relaciones familiares

Abstract

Family communication represents a fundamental entity in the emotional, behavioral and psychological development in the adolescent stage, therefore, it is shown as an influential factor for the optimal development of psychological well-being (BP). The research seeks to determine the relationship between family communication and psychological well-being in high school students. It was a non-experimental, cross-sectional, quantitative study with a descriptive-correlational scope. The data collected belonged to 219 students, whose ages ranged from 14 to 18 years old, with a mean of 15.9, from an educational unit in the city of Ambato-Ecuador, who were administered Olson's Family Communication Scale and the Psychological Well-Being Scale (BIEPS-J). The results reflect a slight positive correlation ($r=0.400$, $p<0.001$) between family communication and psychological well-being in high school students, in addition, a low level of family communication (46.6%), and a low level of psychological well-being (56.4%) were predominant. In conclusion, it is inferred that the development of communication within the family dynamics could contribute to psychological well-being in a favorable or unfavorable way, therefore, by presenting a low level of family communication, a low level of psychological well-being can be evidenced at the same time.

Keywords: adolescents, psychological well-being, family communication, family relationships

Todo el contenido de LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, publicados en este sitio está disponibles bajo Licencia Creative Commons . 

Como citar: Garcés Coca, M., & Mejía Rubio, A. D. R. (2023). Comunicación familiar y su relación con el bienestar psicológico en estudiantes de bachillerato. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades* 4(1), 563–575. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.27>

INTRODUCCIÓN

La comunicación familiar tiene un gran impacto en el bienestar psicológico del adolescente; ya que como se conoce la familia representa un ente social fundamental para el desarrollo integral del ser humano (American Psychological Association, 2010; Puchaicela & Torres, 2020); por lo tanto, se ve relacionado con la parte emocional, afectiva y social, a pesar de no establecer causalidad directamente (León-Moreno & Musitu-Ferrer, 2019).

Asimismo, la comunicación familiar de acuerdo con el Modelo Circumplejo Marital y Familiar es un elemento de interacción entre la cohesión y la flexibilidad, pasando así a ser estos tres componentes fundamentales para el desenvolvimiento óptimo de la familia; por lo tanto, la valoración de estos elementos en conjunto permite identificar a la dinámica o sistema familiar como cercano, desconectado, rígido o caótico (Olson et al., 1979), de manera que, se considera una adecuada comunicación dentro de la dinámica familiar, a la apertura positiva y capacidad de los miembros para expresar abiertamente sentimientos, emociones e ideologías de forma segura; por consiguiente, permitirá la habituación al entorno social (Garduño et al., 2019).

Estudios previos sobre la comunicación familiar indican que la tecnología es un elemento que en la actualidad han formado parte de esta interacción de forma notoria, generando así la reducción de espacios de interrelación entre los miembros del sistema, de manera similar, el reducir la continuidad de la comunicación entre padres e hijos podría dar paso al desarrollo de angustia psicológica u otro tipo de problemas emocionales principalmente en los adolescentes (Santana-Vega et al., 2019) (Wong et al., 2022).

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2021, 2020) uno por cada siete adolescentes de 10 a 19 años presenta algún tipo de trastorno mental o afectación emocional, siendo los más comunes la depresión y ansiedad; además, indica que entre los diversos factores que favorecen a la preservación de un estado mental óptimo es fundamental el mantener un entorno familiar seguro, así también, aduce un aumento considerable en casos de violencia entre jóvenes suscitando el surgimiento de agravios a nivel físico y psicológico, mostrándose como un agente predisponente la existencia de violencia dentro de la dinámica familiar.

Investigaciones preliminares muestran una relación bilateral entre la comunicación familiar y la autoestima -elemento importante para el desarrollo del bienestar psicológico adecuado- en los adolescentes, es decir, que al existir la presencia de un intercambio menos problemático entre padres y adolescentes se reduce la probabilidad de generar un bajo nivel de autoestima (Zhang et al., 2019); adicionalmente, otro de los aspectos importantes para prevenir el malestar o angustia psicológica estaría el mantener una comunicación abierta con los progenitores donde se pueda manifestar libremente los sentimientos, así mismo, fortalece la confianza en los padres (Castro Castañeda et al., 2019).

Por ende, la comunicación familiar se considera un factor clave en el desarrollo y mantenimiento del bienestar psicológico y pro social del adolescente, ya que facilita la interacción tanto entre los miembros internos del sistema como externos: amigos, docentes, entre otros, igualmente favorece a la confianza, de modo que los jóvenes puedan acudir a los padres en momentos de angustia y dificultad, así como de felicidad, sin temor de ser juzgados, reprochados u obligados a satisfacer sus dudas por medios poco favorables (Kataoka & Tsuchiya, 2020).

De igual manera, se alude que el diálogo entre jóvenes y demás integrantes de la familia junto con otras acciones tienden a tener un buen impacto en el bienestar integral en esta etapa del desarrollo del adolescente (Zurro et al., 2019). Así pues, el bienestar psicológico o la felicidad llega a ser altamente transmisible entre los miembros de la familia tanto de padres a hijos o viceversa, mientras que el malestar a nivel psicológico es transmisible principalmente del padre a los hijos y la madre (Chi et al., 2019a).

Por lo tanto, el bienestar psicológico constituye una parte importante en el crecimiento personal a través de sus diferentes etapas de desarrollo (Ryff & Singer, 2008). Para mantener un bienestar

psicológico adecuado se plantean seis dimensiones que la persona debe mantener: control ambiental, propósito de vida, crecimiento personal, autonomía, relaciones positivas y la auto-aceptación; mismas que favorecerán al desenvolvimiento adecuado de forma subjetiva (Ryff, 2018).

El bienestar psicológico se ve relacionado con dos paradigmas: eudaimónico y hedónico; el primero basado en alcanzar el bienestar de forma personal o subjetiva a través del crecimiento de la aptitud individual mientras que el segundo está basado en lograr la plenitud mediante vivencias afables; por lo tanto, forma parte del desarrollo de la psicología positiva ya que se centra en la búsqueda de la felicidad y plenitud; así como del equilibrio entre las circunstancias positivas y negativas del ciclo vital, lo cual apunta a que el bienestar puede verse afectado en esta etapa por diversos factores como: académicos, sociales, motivacionales y personales (Vázquez & Hervás, 2008).

Investigaciones previas han descubierto que el mantener un estado de salud mental positivo ayudaría de manera eficaz a mejorar o sobrellevar casos de personas que padecen algún trastorno mental, específicamente en trastornos afectivos (Iasiello et al., 2019), de modo que, se describe al bienestar psicológico como la felicidad o plenitud a nivel personal y social, es decir, como el adolescente se percibe a sí mismo mediante la realización individual al proponer y alcanzar metas, junto con la integración positiva con otros sujetos (Marly et al., 2019).

Por lo tanto, el principal objetivo de este estudio es determinar la relación entre la comunicación familiar y el bienestar psicológico en estudiantes de bachillerato.

MÉTODO

Diseño

Se empleó un diseño de tipo cuantitativo no experimental, ya que se obtuvieron datos numéricos, sin la manipulación de las variables; de alcance descriptivo-correlacional puesto que se especificó las características de la población en cuanto a cada una de las variables de estudio y posteriormente se midió su relación a través de un proceso estadístico (Hernández - Sampieri & Mendoza, 2018), de corte transversal dado que los instrumentos se aplicaron en una sola ocasión.

Participantes

Los participantes de este estudio fueron 219 estudiantes de secundaria, pertenecientes a 1ro, 2do y 3ro de bachillerato de una Unidad Educativa de la ciudad de Ambato-Ecuador. El 89% eran hombres y el 11% mujeres, con una media de edad de 15.9 (+1.17).

El método de muestreo utilizado fue no probabilístico por conveniencia, puesto que se tuvo accesibilidad a la unidad educativa y a los estudiantes de bachillerato (Hernández Sampieri et al., 2014).

Los participantes de la investigación cumplieron con los criterios de inclusión: (1) encontrarse legalmente matriculados en bachillerato técnico y BGU, (2) presentar el consentimiento informado correspondiente con la firma de su representante.

Instrumentos

Los datos obtenidos se lograron mediante la aplicación de la Escala de Comunicación Familiar de Olson et al (2006) en su versión reducida, este instrumento presenta un coeficiente de fiabilidad (alfa de Cronbach) de 0.80 (Cracco & Ball, 2019); el cual evalúa mediante una escala tipo Likert del 1 al 5 correspondientes a totalmente de acuerdo, generalmente en desacuerdo, indeciso, generalmente de acuerdo, totalmente de acuerdo respectivamente. Para obtener la puntuación directa, se realiza el sumatorio total de las 10 respuestas, posteriormente se determina el percentil correspondiente que brindara el nivel de comunicación: alto, medio y bajo.

Para evaluar el bienestar psicológico se utilizó la Escala de Bienestar Psicológico para Jóvenes (BIEPS-J) Casullo (2002), cuya validación es de alfa de Cronbach de 0,88 (Luna et al., 2020). La escala valora mediante una escala tipo Likert del 1 al 3, mismos que corresponden a: de acuerdo, ni de acuerdo-ni en desacuerdo, en desacuerdo; puntuándose respectivamente, a continuación, se sumó las puntuaciones de las 13 preguntas para obtener una puntuación directa la cual se transformó a percentiles y posteriormente se determinó el nivel: alto, medio y bajo.

Procedimiento

Inicialmente para el desarrollo de la investigación se obtuvieron los permisos formales: institucionales y de los participantes. La aplicación de los reactivos se desarrolló de forma grupal en las aulas de clase, donde se diligenciaron los instrumentos físicos de evaluación de manera presencial. Se explicaron los parámetros de aplicación, confidencialidad, participación voluntaria, intercambio de datos y el consentimiento, mencionados en la Declaración de Helsinki (Quintanilla Cobián et al., 2020) y en Handbook of Research Ethics in Psychological Science (Handbook of research ethics in psychological science, 2021) de la APA, características del proceso ético mediante las cuales se basó esta investigación.

A continuación, se realizó la tabulación respectiva de los datos obtenidos los cuales se sometieron a la Interfaz Gráfica de Usuario-Jamovi en su versión 2.3.18; empleándose la prueba Rho de Spearman para determinar el grado de correlación entre los dos fenómenos de estudio.

RESULTADOS

En el presente apartado se detallan los resultados obtenidos en el estudio sobre comunicación familiar y bienestar psicológico de los estudiantes de bachillerato.

A continuación, se describen los estadísticos descriptivos en cuanto a sexo, especialidad de bachillerato y el curso.

Análisis de datos sociodemográficos

En cuanto al sexo de la población, del 100% de los participantes el 89% (195) estuvo conformada por hombres, y el 11% (24) mujeres; asimismo, el 52.1% se encuentra en la especialidad de automotriz seguido del 30.1% de mecatrónica, 11.4% de instalaciones, 5.5% de mecanizado y 0.9% perteneciente a bachillerato general unificado.

La población estuvo conformada con una media de edad de 15.9 y una desviación estándar de 1.17, siendo la edad mínima de 14 y máxima de 18 años.

En la Tabla 1 se describe el análisis estadístico de frecuencia y porcentaje de los niveles de comunicación familiar.

Tabla 1

Niveles de la Escala de Comunicación Familiar

Nivel de comunicación familiar	Frecuencias	% del Total
Nivel bajo	102	46.6 %
Nivel medio	95	43.4 %
Nivel alto	22	10.0 %

Se puede observar que el 46.6% de los participantes indican un nivel bajo seguido del 43.4% con un nivel medio y el 10% corresponde a un nivel alto de comunicación familiar.

En la tabla 2 se muestra el análisis estadístico de frecuencia y porcentaje de los niveles de bienestar psicológico de los estudiantes de bachillerato.

Tabla 2

Niveles de bienestar psicológico

Nivel de bienestar psicológico	Frecuencias	% del Total
Nivel bajo	128	58.4 %
Nivel medio	43	19.6 %
Nivel alto	48	21.9 %

De los 219 participantes se refleja que de forma predominante el 58,4% (128) presenta un nivel bajo; 21.9% (48) un nivel alto y el 19.6% (43) un nivel medio de bienestar psicológico.

En la tabla 3 se determina la comparación de las medias de puntuación del bienestar psicológico en cuanto al sexo de los participantes. Utilizando una prueba no paramétrica puesto que al realizar la prueba de normalidad Shapiro-Wilk, se indica que el valor de p es <0.05 por lo que se infiere que la distribución de los datos no cumple con los criterios de normalidad.

Tabla 3

Medias de puntuación del bienestar psicológico de acuerdo al sexo

Prueba T para Muestras Independientes

		Estadístico	gl	p	Diferencia de medias
PD Bienestar psicológico	T de Welch	0.758	28.4	0.455	0.819

Nota: **PD**: Puntuación Directa del bienestar psicológico.

Se puede evidenciar que no existe diferencia estadísticamente significativa entre el bienestar psicológico y el sexo de los participantes.

Finalmente, en la tabla 4 se utilizó una prueba no paramétrica: Rho de Spearman por la naturaleza de los datos cualitativos, para determinar la correlación entre la comunicación familiar y el bienestar psicológico

Tabla 4

Correlación entre la Comunicación Familiar y el Bienestar Psicológico

		PD Comunicación familiar	PD Bienestar psicológico
			—
PD Bienestar psicológico	Rho de Spearman	0.400 ***	
			—
	valor p	< .001	

Nota: * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$, lo cual indica que el nivel de significancia es alto con una mínima de error. **PD**: Puntuaciones Directas de cada variable evaluada.

Con un 95% de confiabilidad se puede observar que existe una correlación positiva entre la comunicación familiar y el bienestar psicológico ($r=0.400$, $p<0.001$) demostrando la presencia de una relación positiva leve.

DISCUSIÓN

En el presente estudio se indica una correlación positiva entre los niveles de comunicación familiar con los de bienestar psicológico en los estudiantes de bachillerato, por lo que se infiere que al presentar un bajo nivel de comunicación entre la familia también existiría un bajo nivel de bienestar psicológico en los adolescentes; estos resultados concuerdan con un estudio realizado en una población de 171 adultos jóvenes donde se demuestra una correlación positiva entre la conformidad de la comunicación con la madre y padre con la turbulencia en la relación familiar, síntomas depresivos y la resiliencia (Leustek & Theiss, 2020).

En concordancia con los hallazgos de una correlación positiva entre la comunicación y el bienestar psicológico, la presencia de una buena comunicación familiar representa una favorable habituación al entorno o desenvolvimiento social; Yotyodying & Wild (2019) en su investigación en 309 familias, concluyen que mientras los padres registran un mejor nivel de comunicación en la familia, en los hijos se observa el incremento de confianza y participación en el hogar como en el ámbito educativo o social. De la misma forma, se encontró similitud con una investigación en una muestra de 1698 adolescentes de una secundaria de Puerto Vallarta denotando una relación significativa bidireccional entre la comunicación familiar, victimización en el ámbito educativo y el malestar psicológico, es decir, que al existir baja comunicación familiar sugiere la presencia de mayor malestar psicológico lo cual contribuiría a una mayor victimización estableciendo así una correlación circular entre estos factores (Castro Castañeda et al., 2019).

Además, los resultados obtenidos sobre la correlación entre los niveles de comunicación familiar y el bienestar psicológico, se asemejan con los de un estudio realizado en Canadá con 23.218 jóvenes entre 11 y 15 años, donde se relaciona de forma directa los bajos niveles de calidad de la comunicación familiar con puntuaciones mayores de soledad, así también, esta relación se verá alterada debido a la frecuencia con la que el joven utilice la comunicación con otros (amigos)

mediante un ordenador, ya sea de forma diaria o con una periodicidad menos frecuente (Favotto et al., 2019).

La relación positiva entre la comunicación familiar y el bienestar psicológico, difiere con los datos de una investigación en 199 diadas de padres e hijos adolescentes, ya que menciona que la perspectiva negativa de los padres hacia los hijos puede verse relacionada con un bajo nivel de comunicación entre estos miembros del sistema familiar, pero no tendrían relación directamente con el bienestar de los adolescentes, estos datos pudieron variar por la edad de los padres, nivel educativo, la estructura familiar o la cantidad de participantes tomados en consideración para el estudio (Silva et al., 2021).

También, se asemeja con un estudio realizado en China donde se observó que el bienestar psicológico llega a ser transferible de forma bidireccional entre padres a hijos e inversamente, mientras que el malestar o angustia psicológica es únicamente transferible del padre hacia los hijos y la madre; comprendiendo así que la familia representa un ente fundamental para el desarrollo positivo del bienestar psicológico entre sus miembros (Chi et al., 2019b).

Del mismo modo, Bolaños et al. (2018) menciona la similitud entre el bienestar subjetivo o felicidad y la satisfacción familiar, pero no llegando a ser considerablemente significativa, es decir, se plantea que puede existir una posible influencia de la satisfacción familiar hacia la felicidad de la persona, pero no determina a esta como el único medio para conseguirla.

Así mismo, la familia desempeña un papel importante en el bienestar psicológico y emocional del adolescente, ya que, de acuerdo a Ebratt-Castro et al. (2020), este factor familiar se ve relacionado con la ideación suicida de los jóvenes puesto que desde este eje de desarrollo no adquieren o aprenden estrategias para un mejor manejo de situaciones estresantes o no existe la apertura para la expresión de sentimientos, por ende, no se percibe el apoyo por parte de la familia.

Además, se encontró una relación positiva entre el secretismo del adolescente con respecto a la comunicación con los padres y el desarrollo de problemas emocionales, de conducta y delincuencia. Mientras tanto, se relacionó de manera negativa con el bienestar, es decir, a mayores niveles de secretismo en los adolescentes, se podría evidenciar menores niveles de bienestar. Así mismo, la revelación de los jóvenes se asoció con mejores niveles emocionales mientras que el control más estricto de la conducta y lo esperado de esta en los adolescentes se asocian con niveles más elevados de delincuencia en jóvenes que describen la relación con sus padres como deficiente (Kapetanovic & Skoog, 2021).

De acuerdo con los resultados de la comparación de medias entre el bienestar psicológico y el sexo, en el presente estudio se determinó que no existe diferencia estadísticamente significativa, lo cual discrepa con un estudio realizado en 1075 adolescentes entre 13 y 18 años en el País Vasco donde se estableció que en el caso de los hombres existe valoraciones elevadas en el bienestar subjetivo y auto concepto en relación con las mujeres quienes muestran mayor emotividad; estas deferencias se pueden dar debido a la cantidad de participantes y los instrumentos empleados para la evaluación (Maganto Mateo et al., 2019).

Como resultado de esta investigación, se concluye que existe una correlación positiva leve, por lo que se deduce que los estudiantes de bachillerato al presentar un nivel bajo de comunicación familiar a la par presentan un bajo nivel de bienestar psicológico.

En relación a los niveles de comunicación, se encontró que en la mayoría de los participantes predomina el nivel bajo por lo que se alude que existen dificultades en la interacción entre padres e hijos, asimismo, en los niveles de bienestar psicológico de manera similar, se encuentra de forma predominante la presencia de un nivel bajo, es decir, que probablemente existen dificultades en relación a la autoestima, metas, relación social; factores que influyen en el crecimiento individual y pro social del joven.

Finalmente, se encontró que no existe diferencia entre las medias del bienestar psicológico y el sexo de los participantes, por lo tanto, se aduce que el ser hombre o mujer no se considera un determinante en el desarrollo favorable o desfavorable del bienestar psicológico.

Las limitaciones de este estudio se basan en el número de participantes para realizarla y el tiempo empleado para su ejecución, por lo tanto, no se permite generalizar los datos obtenidos; además, de no poder establecer causalidad de la comunicación familiar sobre el bienestar psicológico, por consiguiente, se sugiere realizar nuevos estudios de corte longitudinal sobre esta línea de investigación, asimismo, utilizar una población más amplia para la evaluación e incluir a los padres de los adolescentes.

REFERENCIAS

American Psychological Association. (2010). APA. Diccionario conciso de psicología. Editorial El Manual Moderno.

American Psychological Association. (2021). Handbook of Research Ethics in Psychological Science.

Bolaños, C. D. D., Trueba, J. C. R., & Rodríguez, R. I. R. (2018). Bienestar Subjetivo, Estrategias Cognitivo-Afectivas Y Familia. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 3(1), 179-188.

Castro Castañeda, R., Nuñez Fadda, S. M., Musitu Ochoa, G., & Callejas Jerónimo, J. E. (2019). Comunicación con los padres, malestar psicológico y actitud hacia la autoridad en adolescentes mexicanos: Su influencia en la victimización escolar. *Estudios sobre Educación*, 26, 113-134. <https://doi.org/10.15581/004.36.113-134>

Chi, P., Du, H., King, R. B., Zhou, N., Cao, H., & Lin, X. (2019a). Well-Being Contagion in the Family: Transmission of Happiness and Distress Between Parents and Children. *Child Indicators Research*, 12(6), 2189-2202. <https://doi.org/10.1007/s12187-019-09636-4>

Chi, P., Du, H., King, R. B., Zhou, N., Cao, H., & Lin, X. (2019b). Well-Being Contagion in the Family: Transmission of Happiness and Distress Between Parents and Children. *Child Indicators Research*, 12(6), 2189-2202. <https://doi.org/10.1007/s12187-019-09636-4>

Cracco, C., & Ball, C. D. C. (2019). Propiedades Psicométricas de la Escala de Comunicación Familiar. *Revista iberoamericana de diagnóstico y evaluación psicológica*, 2(51), 77-86.

Ebratt-Castro, Lucy, Cudris-Torres, Lorena, Bahamón, Marly J., Bonilla-Cruz, Nidia J., Pinzón-Atencio, Estela, & Navarro-Rodriguez, Fleury. (2020). Bienestar psicológico y contextos relacionales de adolescentes con ideación suicida en el caribe colombiano. <https://doi.org/10.5281/ZENODO.4069152>

Favotto, L., Michaelson, V., Pickett, W., & Davison, C. (2019). The role of family and computer-mediated communication in adolescent loneliness. *PLOS ONE*, 14(6), e0214617. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0214617>

Garduño, A. G., Luna, A. G. R., Ceja, N. N., Silva, P. O., & Govea, M. N. (2019). Comunicación familiar en estudiantes universitarios. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 1(2), Art. 2.

Hernández - Sampieri, R., & Mendoza, C. (2018). Metodología de la investigación. Las rutas cualitativa, cuantitativa y mixta. McGraw-Hill.

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2014). Metodología de la investigación (6.a ed.). McGraw-Hill.

Iasiello, M., van Agteren, J., Keyes, C. L. M., & Cochrane, E. M. (2019). Positive mental health as a predictor of recovery from mental illness. *Journal of Affective Disorders*, 251, 227-230. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.03.065>

Kapetanovic, S., & Skoog, T. (2021). The Role of the Family's Emotional Climate in the Links between Parent-Adolescent Communication and Adolescent Psychosocial Functioning. *Research on Child and Adolescent Psychopathology*, 49(2), 141-154. <https://doi.org/10.1007/s10802-020-00705-9>

Kataoka, Y., & Tsuchiya, K. (2020). The Communication Skills and Family Resources in the University Students: The Moderating Effect of Encoding Skills and Commitment to Family. *The Family Journal*, 106648072096652. <https://doi.org/10.1177/1066480720966524>

León-Moreno, C., & Musitu-Ferrer, D. (2019). Estilos de comunicación familiar, autoconcepto escolar y familiar, y motivación de venganza en adolescentes. 9(1), 51-58. <https://doi.org/10.30552/ejihpe.v9i1.316>

Leustek, J., & Theiss, J. A. (2020). Family communication patterns that predict perceptions of upheaval and psychological well-being for emerging adult children following late-life divorce. *Journal of Family Studies*, 26(2), 169-187. <https://doi.org/10.1080/13229400.2017.1352531>

Luna, D., Figuerola-Escoto, R. P., Contreras-Ramírez, J., Sienra-Monge, J. J. L., Navarrete-Rodríguez, E. M., Montoya, J. S., Peña, P. C., & Meneses-González, F. (2020). Propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico para Adolescentes (BIEPS-J) en una muestra mexicana. *Psicodebate*, 20(1), Art. 1. <https://doi.org/10.18682/pd.v20i1.957>

Maganto Mateo, C., Peris Hernández, M., & Sánchez Cabrero, R. (2019). El bienestar psicológico en la adolescencia: Variables psicológicas asociadas y predictoras. *European Journal of Education and Psychology*, 12(2), 139. <https://doi.org/10.30552/ejep.v12i2.279>

Marly, B., Alarcón-Vásquez, Y., Torres, L. C., Trejos-Herrera, A. M., & Aráuz, L. C. (2019). Bienestar psicológico en adolescentes colombianos. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 38(5), 396.

Olson, D. H., Sprenkle, D. H., & Russell, C. S. (1979). Circumplex Model of Marital and Family Systems: I. Cohesion and Adaptability Dimensions, Family Types, and Clinical Applications. *Family Process*, 18(1), 3-28. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.1979.00003.x>

OMS. (2020). Violencia juvenil. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/youth-violence>

OMS. (2021). Salud mental del adolescente. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>

Panicker, S., & Stanley, B. (2021). Handbook of research ethics in psychological science (pp. xiii, 338). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/0000258-000>

Puchaicela, C., & Torres, M. (2020). Evolución Normativa de la Familia en el Ecuador Frente a los Derechos Humanos. 41(25), 11.

Quintanilla Cobián, L., García Gallego, C., & Rodríguez Fernández, R. (2020). Fundamentos de Investigación en Psicología. UNED - Universidad Nacional de Educación a Distancia. <https://0110o376u-y-https-elibro-net.uta.metaproxy.org/es/lc/uta/titulos/167595>

Ryff, C. D. (2018). Well-Being With Soul: Science in Pursuit of Human Potential. *Perspectives on Psychological Science: A Journal of the Association for Psychological Science*, 13(2), 242-248. <https://doi.org/10.1177/1745691617699836>

Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). Know Thyself and Become What You Are: A Eudaimonic Approach to Psychological Well-Being. *Journal of Happiness Studies*, 9(1), 13-39. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9019-0>

Santana-Vega, L.-E., Gómez-Muñoz, A.-M., & Feliciano-García, L. (2019). Adolescents problematic mobile phone use, Fear of Missing Out and family communication. *Comunicar*, 27(59), 39-47. <https://doi.org/10.3916/C59-2019-04>

Silva, K., Robles, R. J., Friedrich, E., Fisher Thiel, M., Ford, C. A., & Miller, V. A. (2021). Stereotyped Beliefs About Adolescents and Parent and Teen Well-Being: The Role of Parent-Teen Communication. *The Journal of Early Adolescence*, 41(6), 886-904. <https://doi.org/10.1177/0272431620961446>

Vázquez, C., & Hervás, G. (2008). *Psicología positiva aplicada* (2.a ed.). DESCLÉE DE BROUWER S.A.

Wong, R. S., Tung, K. T. S., Chow, K. H. T., Law, A. R. M., Ho, F. K. W., Chan, K. L., & Ip, P. (2022). Exploring the role of family communication time in the association between family dinner frequency and adolescent psychological distress. *Current Psychology*. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02639-x>

Yotyodying, S., & Wild, E. (2019). Effective family–school communication for students with learning disabilities: Associations with parental involvement at home and in school. *Learning, Culture and Social Interaction*, 22, 100317. <https://doi.org/10.1016/j.lcsi.2019.100317>

Zhang, Y., Huang, J., & Wang, Y. (2019). Parent–adolescent communication and Chinese adolescents' self-esteem: A cross-lagged model. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 47(10), 1-11. <https://doi.org/10.2224/sbp.8416>

Zurro, A., Cano Pérez, J. F., & Badia, J. (2019). *Atención primaria. Problemas de salud en la consulta de medicina de familia—8th Edition*. <https://www.elsevier.com/books/atencion-primaria-problemas-de-salud-en-la-consulta-de-medicina-de-familia/martin-zurro/978-84-9113-185-4>