



MÁSTER EN PSICOLOGÍA APLICADA A LA EDUCACIÓN Y EL BIENESTAR  
SOCIAL

2016-2017

ADOLESCENTES Y BIENESTAR SUBJETIVO. FACTORES PROTECTORES Y  
FACTORES DE RIESGO

Trabajo de Fin de Máster Investigador

*Departamento de Psicología*  
*Facultad de Ciencias de la Educación*  
*Universidad de Córdoba*

**Código identificativo: MA2017-12**



ADOLESCENTES Y BIENESTAR SUBJETIVO. FACTORES PROTECTORES Y  
FACTORES DE RIESGO

**Título corto: Adolescentes y Bienestar Subjetivo**



# ÍNDICE

<b>RESUMEN</b>	<b>1</b>
<b>INTRODUCCIÓN</b>	<b>3</b>
<b>VARIABLES PSICOSOCIALES RELACIONADAS CON EL BIENESTAR SUBJETIVO</b>	<b>3</b>
FACTORES DE PERSONALIDAD Y BIENESTAR SUBJETIVO	3
LA PERCEPCIÓN DE SÍ MISMO: EL ROL DE LA AUTOESTIMA Y DE LA AUTO-EFICACIA SOCIAL	4
LA PERCEPCIÓN DE LA SITUACIÓN SOCIAL: EL ROL DE LA ANSIEDAD SOCIAL	6
LA PERCEPCIÓN QUE TIENEN LOS DEMÁS DE UNO MISMO: EL ROL DE LA POPULARIDAD	9
<b>EL PRESENTE ESTUDIO</b>	<b>11</b>
<b>MÉTODO</b>	<b>11</b>
<b>PARTICIPANTES</b>	<b>11</b>
<b>PROCEDIMIENTO</b>	<b>12</b>
<b>MEDIDAS</b>	<b>12</b>
DIMENSIONES DE LA PERSONALIDAD (EXTROVERSIÓN, NEUROTICISMO, RESPONSABILIDAD Y AMABILIDAD)	12
AUTOESTIMA	12
AUTOEFICACIA PARA LA INTERACCIÓN SOCIAL	13
ANSIEDAD SOCIAL	13
POPULARIDAD	13
BIENESTAR SUBJETIVO	13
<b>ANÁLISIS ESTADÍSTICOS</b>	<b>13</b>
<b>RESULTADOS</b>	<b>14</b>
<b>EFFECTOS DE MEDIACIÓN Y DE MODERACIÓN</b>	<b>14</b>
LA AUTOESTIMA COMO MEDIADORA (H1)	14
LA AUTOEFICACIA SOCIAL COMO MEDIADORA (H2)	14
LA ANSIEDAD SOCIAL COMO MEDIADORA (H3)	15
LA ANSIEDAD SOCIAL COMO MODERADORA (H4)	16
LA POPULARIDAD COMO MEDIADORA (H5)	18
<b>UN MODELO DE BIENESTAR SUBJETIVO</b>	<b>19</b>
<b>DISCUSIÓN</b>	<b>20</b>
<b>EFFECTOS DE MEDIACIÓN Y DE MODERACIÓN EN LA EXPLICACIÓN DEL BIENESTAR SUBJETIVO</b>	<b>20</b>
LA PERCEPCIÓN DE SÍ MISMO: ROLES MEDIADORES DE LA AUTOESTIMA Y DE LA AUTOEFICACIA SOCIAL	21
LA PERCEPCIÓN DE LA SITUACIÓN SOCIAL: ROLES MEDIADORES Y MODERADORES DE LA ANSIEDAD SOCIAL	21
LA PERCEPCIÓN QUE TIENEN LOS DEMÁS DE UNO MISMO: ROLES MEDIADORES DE LA POPULARIDAD	24
<b>APORTACIONES TEÓRICO-PRÁCTICAS</b>	<b>26</b>
<b>LIMITACIONES Y FUTURAS LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN</b>	<b>27</b>
<b>CONCLUSIONES</b>	<b>27</b>
<b>REFERENCIAS</b>	<b>28</b>

## LISTA DE TABLAS

<b>Tabla 1.</b> Coeficientes de los modelos de moderación de la Hipótesis 1. Autoestima como mediadora en la relación personalidad-bienestar subjetivo _____	14
<b>Tabla 2.</b> Coeficientes de los modelos de mediación de la Hipótesis 2. Autoeficacia como mediadora en las relaciones (a) personalidad-bienestar subjetivo y (b) autoestima bienestar subjetivo _____	15
<b>Tabla 3.</b> Coeficiente de los modelos de mediación de la Hipótesis 3. Ansiedad social como mediadora en las relaciones (a) personalidad-bienestar subjetivo, (b) autoestima-bienestar subjetivo, y (c) autoeficacia-bienestar subjetivo _____	16
<b>Tabla 4.</b> Coeficiente de los modelos de moderación de la Hipótesis 4. Ansiedad social como moderadora en las relaciones (a) extroversión-bienestar subjetivo; (b) amabilidad-bienestar subjetivo; y (b) autoestima-bienestar subjetivo _____	17
<b>Tabla 5.</b> Coeficiente de los modelos de mediación de la Hipótesis 5. Popularidad como mediadora en las relaciones (a) personalidad-bienestar subjetivo, (b) autoeficacia-bienestar subjetivo, y (c) ansiedad social-bienestar subjetivo _____	19

## LISTA DE FIGURAS

<i>Figura 1.</i> Modelo teórico del bienestar subjetivo _____	11
<i>Figura 2.</i> Efectos moderadores de la ansiedad social en relación al bienestar subjetivo _____	18
<i>Figura 3.</i> Modelo de bienestar subjetivo _____	21

## Resumen

El bienestar subjetivo, que influye directamente en la calidad de vida de los individuos, ha sido ampliamente estudiado en los adultos, pero no tanto en los adolescentes. En niveles bajos, puede llevar a los adolescentes a problemas psicológicos, sociales y comportamentales, mientras que en niveles altos se relaciona con una adecuada adaptación al medio y una óptima salud mental. El presente estudio de tipo descriptivo correlacional, tiene como propósito examinar la influencia de diferentes variables psicosociales (extroversión, neuroticismo, responsabilidad, amabilidad, autoestima, autoeficacia social, popularidad y ansiedad social) en el bienestar subjetivo en una muestra de 318 adolescentes de 12 a 17 años de Córdoba, España. Los resultados confirman el modelo predictivo propuesto, que explica un 36% de la varianza, y en el que se observa que todas las variables inciden indirectamente y/o directamente en el bienestar subjetivo. La autoestima, la autoeficacia social, y la popularidad actúan como variables mediadoras en las relaciones que establecen diferentes variables con el bienestar subjetivo, mientras que la ansiedad social actúa simultáneamente como variable mediadora y moderadora. El estudio apunta a la relevancia de promover intervenciones psicosociales y psicoeducativas en las que se tomen en consideración todas estas variables para incrementar el bienestar subjetivo de los y las adolescentes

*Palabras clave:* Bienestar subjetivo; Factores de personalidad; Autoestima; Autoeficacia social; Ansiedad social ; Popularidad.

### **Abstract**

Subjective well-being, which directly affects the individuals' quality of life, has been widely studied in adults, but not so much in adolescents. At low levels, it can lead adolescents to psychological, social and behavioral problems, while at high levels it is related to an adequate adaptation and an optimum mental health. The first aim of this descriptive correlational study was to examine the influence of different psychosocial variables (extroversion, neuroticism, responsibility, agreeableness, self-esteem, social self-efficacy, likeability and social anxiety) on subjective well-being in a sample of 318 Cordovan (Spanish) adolescents between 12 and 17 years old. The results confirmed the proposed predictive model, which accounts for 36% of the variance, and in which it is observed that all variables affect indirectly and/or directly subjective well-being. Self-esteem, social self-efficacy, and likeability act as mediating variables in the relationships of different variables with subjective well-being, while social anxiety acts simultaneously as a mediating and moderating variable. The study points to the relevance of promoting psychosocial and psycho-educational interventions in which all of these variables are taken into consideration in order to increase the subjective well-being of adolescents.

*Keywords:* Subjective well-being; Personality factors; Self-esteem; Social self-efficacy; Social anxiety; Likeability.



## Introducción

Las investigaciones acerca del bienestar subjetivo (BS) van *in crescendo* (Laca y Mejía, 2007; Rodríguez-Fernández, Ramos-Díaz, Ros, Fernández-Zabala, y Revuelta, 2016) debido a su relación con la calidad de vida (Molina, Meléndez y Navarro, 2008). El BS—que implica una combinación entre un componente cognitivo (la satisfacción vital) y un componente emocional que incluye el afecto positivo y negativo (Pavot y Diener, 2013), se define como una evaluación que las personas hacen de sus vidas, siendo alto cuando experimentan a su vez alta satisfacción global, emociones positivas habituales, e infrecuentes emociones negativas (D'Anello, 2006; Omar, París, Aguiar, Almeida y Del Pino, 2009).

El BS, ampliamente estudiado en los adultos, no ha adquirido tanto interés en el caso de la adolescencia (Casas, 2011; Tian, Wang y Huebener, 2015), etapa caracterizada por diferentes cambios que pueden provocar estrés. Las exigencias que se demandan al adolescente influyen en su autoeficacia, autoestima (Frydenberg y Lewis, 1996), ansiedad (Frydenberg y Lewis, 1991) y BS (Eryilmaz, 2012; Fuentes, García, Gracia y Alarcón, 2015). Se ha puesto de relieve que el BS amortigua los posibles efectos negativos de sucesos vitales estresantes (Park, 2004; Huppert, 2009). El BS activa determinadas redes neuronales y neuroquímicas, favoreciendo entre otros el funcionamiento cognitivo, la salud y las relaciones (Huppert, 2009). Bajos niveles de BS pueden llevar a los adolescentes a problemas psicológicos, sociales y comportamentales; mientras que altos niveles de BS se relacionan con una adecuada adaptación al medio y una óptima salud mental (Park, 2004). Parece pues relevante estudiar los determinantes psicosociales del BS en adolescentes, y así proponer líneas de intervención para fomentar dicho constructo desde los círculos socio-educativos.

### **VARIABLES PSICOSOCIALES RELACIONADAS CON EL BIENESTAR SUBJETIVO**

#### ***Factores de personalidad y bienestar subjetivo***

La personalidad está relacionada con el BS (Costa y McCrae, 1980; McCrae y Costa, 1991; Myers y Diener, 1995). Los estudios sugieren que los individuos extrovertidos son más alegres y perciben mayor BS que los introvertidos, mientras que los sujetos con inestabilidad emocional son más propensos a tener un afecto negativo y bajos niveles de BS (Brajša, Ivanović y Kaliterna, 2011; Chico, 2006; Costa y McCrae, 1980; McCrae y Costa, 1991). Y aunque se había dado mucha importancia al factor extroversión en la predicción del BS, el factor con más incidencia en el BS parece ser el neuroticismo (Brajša et al., 2011; Chico, 2006; Vitterso, 2001; Vitterso y Nilsen, 2002).

Según McCrae y Costa (1991) los rasgos de la personalidad de extroversión y neuroticismo influyen de manera directa sobre el BS, mientras que el agrado y la responsabilidad influyen de manera indirecta sobre él. Así, la amabilidad y la responsabilidad facilitan el acceso a experiencias positivas en situaciones sociales (permitiendo respectivamente un aumento de la calidad de las relaciones interpersonales y el alcance de objetivos personales), aumentando en consecuencia el BS (McCrae y Costa, 1991). A nuestro conocimiento, los estudios que relacionan la amabilidad con el BS evocan siempre una relación indirecta (DeNeve y Cooper, 1998; Kwan, Bond, y Singelis, 1997; McCrae y Costa, 1991). Diferentes estudios (Brajša et al., 2011; Novoa y Barra, 2015) muestran la relevancia de la responsabilidad en la predicción del BS, mientras que la apertura a la experiencia no parece ser buen predictor del BS (Joshani y Afshari, 2011)

Pero nuestro BS no solamente depende de nuestra personalidad, de quiénes o cómo somos (Hayes y Joseph, 2003), sino también en gran medida de cómo nos percibimos (las autoevaluaciones que hacemos de nosotros mismos, como nuestra autoestima y autoeficacia social [AES]) y de cómo percibimos las situaciones de interacción social, así como la ansiedad que éstas nos producen (ansiedad social [AS]). Dichas percepciones que hacemos de nosotros mismos y de las situaciones de interacción social son mecanismos autorreguladores, los cuales en su conjunto se orientan al mantenimiento y/o a la promoción de estados afectivos positivos y de conductas adaptativas, afectando directamente al BS (García, 1995; Rodríguez, Cabanach, Valle, Núñez y González, 2004). En los siguientes apartados nos centraremos en el análisis de estos mecanismos autorreguladores que influyen en el BS.

### ***La percepción de sí mismo: El rol de la autoestima y de la auto-eficacia social en relación al bienestar subjetivo***

#### *Autoestima y bienestar subjetivo*

El concepto mismo de autoestima—actitud positiva de la persona hacia sí mismo (Simkin, Azzollini y Voloschin, 2014)—nos lleva a concebir la estrecha relación que puede existir entre dicho constructo y BS. Una actitud positiva hacia sí mismo se culminará probablemente en una mayor satisfacción vital y un afecto predominantemente positivo, es decir, en un alto nivel de BS. En este sentido, Myers y Diener (1995) identificaron la autoestima como un rasgo común a las personas felices de todas edades. Una autoestima alta implica un alto BS (Martínez, Buelga y Cava, 2007), porque determina la evaluación que hacen las personas de sí mismas y las relaciones que establecen con los demás (John, Robins y Pervin, 2010).

Todo ello nos lleva a plantear que la autoestima es un predictor del BS. Pero además, estudios previos han explorado la relación establecida entre los factores de personalidad y la autoestima. Se halló una fuerte relación entre neuroticismo y autoestima, demostrándose cómo los individuos con un alto nivel de inestabilidad emocional tienden a experimentar una visión negativa de sí mismos (Watson, Suls y Haig, 2002). También se relacionan los factores de responsabilidad y extroversión con la autoestima (Goldberg y Rosolack, 1994; Zeigler-Hill, Besser, Myers, Southard y Malkin, 2013) debido a la alta deseabilidad social que representan ambos rasgos. De esta forma, si se ha demostrado que la extroversión, la responsabilidad y el neuroticismo influyen en la autoestima, y que todas estas variables influyen a su vez en el BS, planteamos la siguiente hipótesis:

H1. La autoestima media la relación que establecen los factores de personalidad de extroversión, responsabilidad y neuroticismo con el BS.

#### *Autoeficacia social y BS subjetivo*

Otro mecanismo autorregulador con un efecto potencial en el BS es la autoeficacia— la evaluación que realiza cada sujeto de sus propias habilidades, en torno a las cuales establecerá determinadas actuaciones que le permitan obtener un rendimiento eficaz en el logro de sus objetivos (Bandura, 1997). Nos centraremos aquí en la AES, que hace referencia a las creencias que tienen los individuos acerca de su propia capacidad para iniciar, desarrollar y mantener contactos sociales y nuevas relaciones interpersonales (Gecas, 1989). Según la conceptualización de la autoeficacia (Bandura, 1986, 1997) se desprende la teoría según la cual a menores puntuaciones de AES, menores niveles de logro en el campo de las interacciones sociales. En este sentido se ha demostrado cómo la AES repercute en sentimientos de soledad y en depresión (Wei, Russel y Zakalik, 2005). Así, es esperable encontrar que los adolescentes que no se sienten eficaces en sus interacciones sociales vean sus niveles de BS reducidos. Son muchos los desajustes a nivel emocional y psicológico debido a los cambios constantes que se producen durante la etapa de la adolescencia. Si dichos cambios se ven acompañados de una adecuada autoestima y sentimiento de AES, se fomentará una evaluación positiva de aquellas circunstancias a las que el adolescente deberá adaptarse (Salvador, 2009), estableciéndose la AES como un factor protector que llevaría a la persona a percibir su vida de forma más satisfactoria (Sousa y Lyubomirsky, 2001).

Por otro lado, dado que los factores de personalidad de extroversión y amabilidad se enmarcan dentro de la esfera social, cabría esperar que se relacionen con la AES de los

individuos. Es esperable que cuanto más extrovertido sea un individuo y más alto puntúe en amabilidad, más capaz será de establecer relaciones efectivas. En esta línea, [Kwan et al. \(1997\)](#) encontraron cómo la amabilidad influía en el BS de forma indirecta mediante el efecto que tenía en el establecimiento de relaciones armoniosas, y [Caprara, Alessandri, Di Guinta, Panerai y Eisenberg \(2010\)](#) encontraron que altos niveles de amabilidad contribuyen a la tendencia a comportarse de manera prosocial directamente, pero también indirectamente mediante el efecto que tiene la amabilidad en la AES a lo largo del tiempo, actuando esta última como variable mediadora. Planteamos pues la posibilidad de que la AES actúe como variable mediadora en la relación que establecen los factores de amabilidad y extroversión con el BS. Además, estudios previos han demostrado que cuánto más responsables ([Martocchio y Judge, 1997](#)) y menos neuróticos ([Schyns y Von Collani, 2002](#)) son los individuos, mayores son sus niveles de autoeficacia.

Por ende, cabe esperar encontrar una relación positiva entre autoestima y AES, de forma que los individuos que se evalúan de forma positiva se sientan más capaces de establecer relaciones efectivas con otras personas. De hecho, la AES correlaciona positivamente con la autoestima ([Sherer et al., 1982](#)). La autoeficacia puede verse afectada a lo largo del tiempo por la obtención de nuevas informaciones y experiencias; en este sentido, la autoestima, al ser una valoración global que hace el individuo de sí mismo, puede repercutir en las diferentes autoeficacias específicas del individuo ([Stajkovic y Luthans, 2003](#)). Cabe esperar, pues, que una valoración global negativa de sí mismo repercuta en la forma de relacionarse con los demás y en la percepción de la capacidad propia para poder interactuar eficazmente, es decir, en la AES.

Así, si como hemos descrito, tanto los factores de personalidad como la autoestima influyen en la AES, y todas estas variables a su vez influyen en el BS, planteamos la siguiente hipótesis de estudio:

H2. La AES media las relaciones que establecen entre sí (a) los factores de personalidad con el BS, y (b) la autoestima con el BS.

### ***La percepción de la situación social: El rol de la ansiedad social en relación al bienestar subjetivo***

Otro mecanismo regulador que influye en el BS es la AS, la cual se refiere al miedo y a la evitación de situaciones sociales en las que los individuos pueden percibir que los demás les evalúen de forma negativa ([Kashdan, 2007](#)). Diversas situaciones sociales en la etapa de

la adolescencia generan temor y ansiedad frente a las situaciones sociales (García-López, 2007). La AS se expresa dentro de un *continuum*, que puede ir desde poco miedo y evitación de las situaciones sociales, hasta niveles muy elevados de miedo que llevan al individuo a una discapacidad y bloqueo en sus relaciones (McNeil, 2001). El problema radica en niveles excesivos de AS, que se relacionan con un amplio rango de resultados negativos, que van desde los problemas en las relaciones, hasta el riesgo de suicidio y problemas psiquiátricos comórbidos, pasando por peores niveles de calidad de vida y de BS (Kashdan, 2007). La AS forma parte del sistema de evitación que tiene como función alertar al individuo y protegerlo frente al rechazo (Kashdan, 2007). El ser humano busca ser evaluado positivamente por los demás para poder ser aceptado, de forma que si percibe señales de rechazo pueda redirigir su conducta (Gilbert, 2001). Pero las personas con altos niveles de AS son extremadamente reactivas frente a las señales de rechazo y sobreestiman el peligro de las situaciones sociales (Kashdan, 2007); y todo ello acaba minando el BS (Puklek y Berce, 2012).

Parece claro que la AS puede ser un importante predictor del BS. Pero además, el inicio, desarrollo y mantenimiento de la AS puede deberse a múltiples factores de riesgo que a su vez pueden influir en el BS. Entre ellos se destacan la influencia de los iguales, la timidez o inhibición, las habilidades sociales y la personalidad (García-López, Piqueras, Díaz-Castela e Inglés, 2008). Diversos estudios en relación a la fobia social y los cinco grandes factores de la personalidad (Realo y Allik, 1998; Caballo, Salazar, Iurrtia, Arias y Guillén, 2010) demuestran una relación negativa entre la extroversión y la AS, así como una relación positiva entre el neuroticismo y la AS (Caballo et al., 2010).

Si tenemos en cuenta que uno de los componentes de la autoestima nace de la percepción que tenemos de cómo nos valora el otro, es fácil imaginar cómo una autoestima negativa pueda repercutir en niveles bajos de AS. Un individuo con una percepción negativa de sí mismo, que se valore negativamente, temerá probablemente en mayor grado las situaciones en las que los demás puedan evaluarle de forma negativa—es decir sufrirá mayor AS—frente a otro individuo que tenga una alta autoestima. En este sentido, varias investigaciones han observado como aquellos adolescentes que poseen una alta autoestima muestran bajos niveles de AS (Newbegin y Owens, 1996; Yang, 2002; Riggio, Throckmorton y De Paola, 1990).

También se puede relacionar la AS con la AES, la cual se ha definido como un componente cognitivo que influye directamente en la AS de los individuos (Maddux, Norton y Leary, 1988). Se ha demostrado que la AES se relaciona con bajos niveles de AS, de

soledad, y de insatisfacción en las relaciones ([Galanaki y Kalanzi-Azizi, 1999](#); [Smith y Betz, 2000, 2002](#)). Aquellos individuos que poseen un alto sentimiento de autoeficacia, y sobre todo de AES son capaces de enfrentarse a diferentes retos con menor AS que aquellos que poseen un menor sentido de autoeficacia ([Bandura, 1997](#)).

Basándonos en la literatura científica citada anteriormente, en la que se ha demostrado que tanto la extroversión y el neuroticismo como la autoestima y la AES influyen en la AS, y que todas estas variables a su vez repercuten en el BS, planteamos la siguiente hipótesis:

H3. La AS media las relaciones que establecen (a) los factores de personalidad de extroversión y de neuroticismo con el BS, (b) la autoestima con el BS, y (c) la AES con el BS

Por otra parte, muchas variables que se establecen como mediadoras, también pueden a su vez actuar como moderadoras en relación a unas mismas variables. En este estudio planteamos que es probable que la AS interactúe con otras variables que también se relacionan con el BS, incrementando o disminuyendo el impacto que dichas variables tienen en el BS. De hecho, la literatura ha establecido en varias ocasiones que la AS puede ser un moderador de las relaciones establecidas entre determinadas variables personales y determinados comportamientos o resultados individuales. Por ejemplo, se ha visto que la AS incrementa la relación positiva encontrada entre las creencias de los individuos acerca del consumo de alcohol de sus compañeros y sus conductas de consumo de alcohol ([Neighbors et al., 2007](#)), así como la relación positiva encontrada entre las actitudes acerca de la homofobia con las conductas de consumo de alcohol y drogas ([Moser y Turk, 2014](#)).

Todo ello nos lleva a teorizar sobre la probabilidad de que la AS pueda influir en las relaciones que establecen diferentes variables personales que se enmarcan dentro de un ámbito social (la extroversión, la amabilidad y la autoestima—que depende en parte de cómo creemos que los demás nos valora a nosotros mismos) con el BS. Planteamos que la AS interactúa con dichas variables, modificando las relaciones que éstas establecen con el BS, de forma que si bien altos niveles de extroversión, amabilidad y autoestima suponen mayores niveles de BS, estas relaciones pueden verse disminuidas por niveles altos de AS, o por el contrario potenciadas por niveles bajos de AS. Así, planteamos la siguiente hipótesis:

H4. la AS modera las relaciones que establecen entre sí (a) los factores de personalidad de extroversión y amabilidad con el BS, y (b) la autoestima con el BS.

Hasta ahora nos hemos centrado en cómo diferentes variables personales repercuten en el BS. Nos centraremos ahora en explicar como dicho BS también puede verse influido por las valoraciones que hacen del individuo las personas que le rodean.

***La percepción que tienen los demás de uno mismo: El rol de la popularidad en el bienestar subjetivo***

El individuo es un ser inherentemente social que necesita la interacción social y sentirse incluido para ser feliz. Para los adolescentes, el sentimiento de pertenencia a un grupo es aún más relevante para la formación de la propia identidad ([Organización Mundial de la Salud \[OMS\], 2016](#)). Por ello, la popularidad—entendida como el grado según el cual el individuo es percibido como una persona a la que los demás quieren y aceptan como amigo y miembro su grupo ([van der Linden, Scholte, Cillessen, Nijenhuis y Segers, 2010](#))—adquiere una gran relevancia para los adolescentes, ya que ser popular posee grandes ventajas, tales como la obtención de mayor apoyo por parte de los compañeros ([Cillessen y Rose, 2005](#)).

Una baja popularidad durante la adolescencia contribuye a aumentar los riesgos de trastorno psicológico en la etapa adulta, mientras que una alta popularidad supondría relaciones interpersonales positivas que contribuyen a un mejor BS y por lo tanto, un rendimiento y vida saludable en la etapa adulta ([Ostberg, 2003](#)). Asimismo, el apoyo social resulta imprescindible en la percepción de BS ([Ben-Ari y Gil, 2004](#); [Clara, Cox, Enns, Murray y Torgrudc, 2003](#)). En este sentido, diversos estudios ([Martínez, Povedano, Amador y Moreno, 2011](#); [Moreno, Estévez, Murgui y Musitu, 2009](#); [Renshaw y Brown, 1993](#)) plantan que la popularidad es un factor que determina en gran medida el BS de los individuos y de los adolescentes en particular, obteniendo los individuos rechazados bajas puntuaciones en el BS.

Pero la popularidad no solamente se relaciona con el BS, sino también con otras variables que predicen el BS. Múltiples investigaciones muestran la relación existente entre los factores de personalidad y la popularidad ([Anderson, John, Keltner y Kring, 2001](#); [Scholte, van Aken y van Lieshout, 1997](#)). Concretamente, se muestra como la extroversión y la amabilidad se relacionan positivamente con la popularidad, mientras que el neuroticismo se relacionan negativamente con ella ([Mervielde y de Fruyt, 2000](#); [van der Linden et al., 2010](#)), siendo la extroversión la que mayor relación guarda con la popularidad ([van der Linden et al., 2010](#)). La amabilidad y la extroversión adoptan un rol relevante en el establecimiento de interacciones sociales positivas, y en consecuencia pueden tener un efecto significativo en la popularidad ([Ozer y Benet-Martínez, 2006](#)). En línea con este argumento,

Jensen-Campbell et al. (2002) demostraron como la extroversión y la amabilidad se conforman como predictores de la popularidad de jóvenes adolescentes.

Por otra parte, se ha de tener en cuenta el impacto que ejerce la percepción de la AES en la popularidad. Paglis y Green (2002) proponen un modelo de autoeficacia de líder basado en el establecimiento de guías que determinan una dirección a seguir, la superación de los obstáculos que se presenten y el compromiso con los seguidores. Por otro lado, cabe esperar que quienes confíen en su propia capacidad para establecer relaciones positivas con los demás sean más eficaces en sus relaciones. Connolly (1989) demostró cómo las personas que puntúan más alto en AES muestran un mayor ajuste social, mostrándose una asociación positiva entre AES y compromiso social por un lado y competencia social por otro, y en particular con el aislamiento social. Cabe pues considerar que, si la AES se relaciona con la competencia social y el aislamiento, probablemente también pueda predecir la popularidad de los individuos, como demostraron Rabaglietti, Vacirca y Ciairano (2012).

También se ha relacionado la popularidad con la AS, demostrándose que altos niveles de AS afectan de manera significativa determinadas áreas relacionadas con el funcionamiento social (Beidel, Ferrell, Alfano y Yeganeh, 2001). Algunas de estas consecuencias se aprecian en el proceso de socialización del menor en su adaptación al entorno escolar (Amerigen, Manzini y Farvorden, 2003) como por ejemplo un menor apoyo social percibido, pocas o nulas relaciones de calidad, sentimientos de soledad y de insatisfacción social, aumento del afecto negativo y pesimismo social (Galanaki y Kalanzi-Azizi, 1999; Kashdan y Herbert, 2001; Smith y Betz, 2000, 2002). Asimismo, la actitud negativa de los compañeros hacia una persona está asociada a altos niveles de AS (Blöte, Kint y Westenberg, 2007; Storch y Masia-Warner, 2004). Los beneficios de la amistad en la etapa adolescente son abundantes de manera que un buen manejo de las habilidades sociales junto con bajos niveles de AS aumentarían la popularidad del adolescente (Inglés, Hidalgo y Menéndez, 2005).

De esta forma, si tanto los factores de personalidad como la AES y la AS predicen la popularidad de los individuos, y si a su vez todas estas variables predicen el BS, cabe plantearse la siguiente hipótesis de mediación:

H5. La popularidad media las relaciones que establecen entre sí (a) los factores de personalidad de extroversión, amabilidad y neuroticismo con el BS, (b) la AES con el BS, y (c) la AS con el BS.

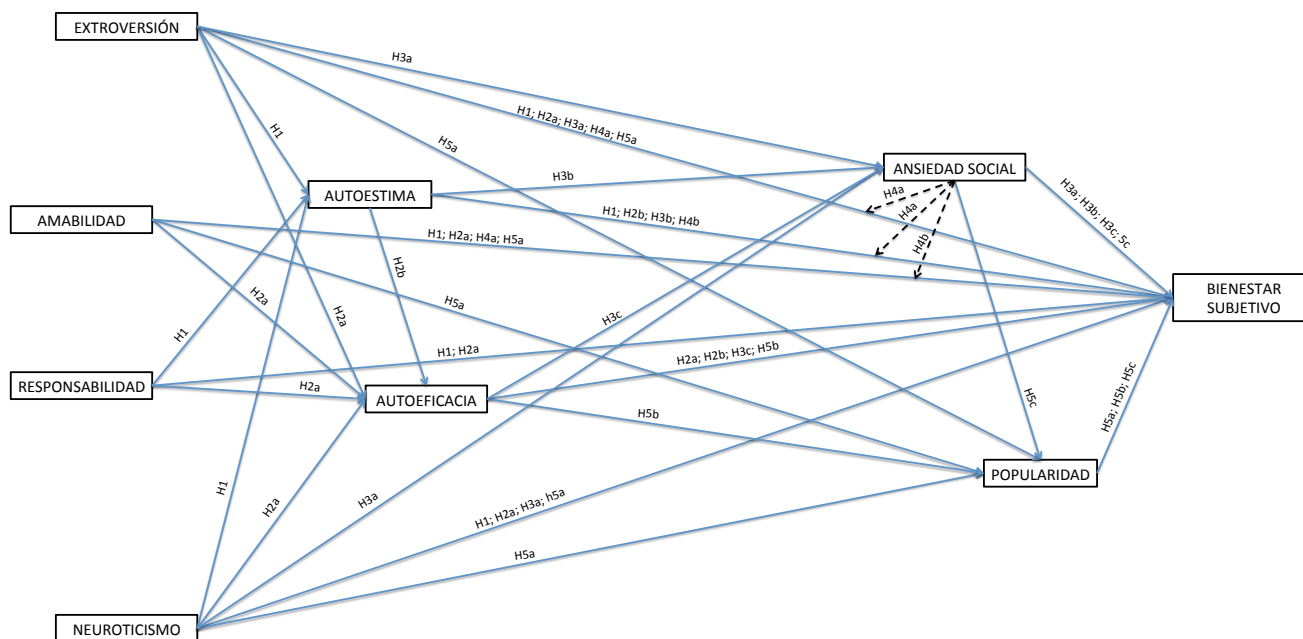


**El presente estudio**

La revisión bibliográfica efectuada nos lleva a plantear que las diferentes variables psicosociales desglosadas determinan potencialmente el BS de los y las adolescentes, estableciéndose además diferentes relaciones e interacciones entre dichas variables.

El principal objetivo de este estudio fue analizar el rol predictivo de los factores de personalidad de extroversión, amabilidad, responsabilidad y neuroticismo, de la autoestima, de la AES, de la AS, y de la popularidad en el BS de los adolescentes. Además, nos planteamos estudiar las relaciones e interacciones que dichas variables establecen entre sí mediante el análisis de los potenciales efectos mediadores y/o moderadores de las variables autorreguladoras (autoestima, AES y AS) y de la popularidad.

De acuerdo con la literatura científica, y en congruencia con el interés destacado de estudiar aquellas variables psicosociales que determinan el BS, y a su vez las interacciones que establecen entre ellas, planteamos el modelo predictivo presentado en la Figura 1.



**Figura 1. Modelo teórico del bienestar subjetivo.** Las líneas discontinuas expresan los efectos moderadores

**Método**

**Participantes**

La muestra se compone de 318 adolescentes de los cuales 171 son chicas (52.8%) y 153 son chicos (47.2%) de dos colegios diferentes de Educación Secundaria Obligatoria (ESO) de la provincia de Córdoba, España. La mayoría de la muestra fue recogida en el Instituto de Educación Secundaria (IES) Santa Victoria (un total de 236 adolescentes, es decir

un 74.21%) mientras que los demás (82 adolescentes, es decir un 25.79%) pertenecieron al IES Alhakén II. Las edades fueron comprendidas entre 12 y 17 años ( $M = 13.45$ ,  $DT = 1.306$ ). Un 32.1% de los adolescentes eran de 1º de la ESO, un 28.7% de 2º de la ESO, un 17.3% de 3º de la ESO, y finalmente un 21.9% de 4º de la ESO.

### **Procedimiento**

Empleamos un diseño ex post facto prospectivo (Montero y León, 2007) mediante un cuestionario formado por un conjunto de escalas psicológicas.

Una vez que el Centro dio la aprobación para la realización del estudio, se facilitó una carta informativa a las familias para solicitar la participación de los menores. En ella se incluía información acerca del objetivo del estudio, la confidencialidad y anonimato de los datos aportados a la investigación, así como un consentimiento informado. Posteriormente, se administró el cuestionario a los estudiantes cuyos tutores legales dieron el consentimiento para su participación, a través de la plataforma online *Google forms* en horario lectivo y en un aula con ordenadores del Centro Educativo, siendo el tiempo de respuesta medio de 30 minutos aproximadamente.

### **Medidas**

#### ***Dimensiones de la personalidad (Extroversión, neuroticismo, responsabilidad y amabilidad)***

Para evaluar en qué medida la personalidad de los individuos se ve representada por los factores de personalidad objeto del estudio, los participantes respondieron a 14 ítems del MINI IPIP (Donnellan, Oswald, Baird y Lucas, 2006) relativos a los factores de extroversión (3 ítems), neuroticismo (3 ítems), responsabilidad (4 ítems) y amabilidad (4 ítems) en una escala Likert de 5 puntos. La fiabilidad fue aceptable para los factores de extroversión, neuroticismo y amabilidad ( $\alpha = .64$ ,  $\alpha = .69$ , y  $\alpha = .70$ , respectivamente), y alta para el factor de responsabilidad ( $\alpha = .80$ ).

#### ***Autoestima***

Para evaluar en qué medida los participantes se estiman a sí mismos contestaron los 10 ítems de la versión validada al español (Atienza, Balaguer y Moreno, 2000) de la Escala de Autoestima de Rosenberg (RSE; Rosenberg, 1965) en una escala tipo Likert de 5 puntos. La fiabilidad obtenida fue alta ( $\alpha = .87$ )

### ***Autoeficacia para la interacción social***

Para evaluar en qué medida los individuos se sienten capaces de enfrentarse con éxito a las situaciones de interacción social creamos una medida de autoeficacia para la interacción social basándonos en la guía para la creación de escalas de autoeficacia de [Bandura \(2006\)](#). Los participantes contestaron a los 8 ítems en una escala Likert de 5 puntos. La fiabilidad del instrumento fue alta ( $\alpha = .81$ ) y el análisis factorial con rotación Varimax demostró que la varianza total explicada fue de 61.09%.

### ***Ansiedad social***

Para evaluar el miedo a ser juzgado y la evitación ante determinadas situaciones sociales se utilizó la versión abreviada y validada al español de la Escala de Ansiedad Social para Adolescentes (SAS-A; [Olivares et al., 2005](#)). Los participantes contestaron los 14 ítems estructurados en una escala Likert de 5 puntos. La fiabilidad obtenida fue alta ( $\alpha = .91$ )

### ***Popularidad***

Para medir el la posición y aceptación de los estudiantes en su grupo-clase se utilizó un instrumento socio-métrico ([Muñoz, Moreno y Jiménez, 2008](#)) que consiste en una escala de tipo Likert de 5 puntos en la que los participantes respondieron cuánto les gustaba estar con cada uno de sus compañeros y compañeras. La fiabilidad por grupo osciló entre ( $\alpha = .70$  y  $\alpha = .91$ )

### ***Bienestar subjetivo***

Para evaluar en qué medida los individuos están satisfechos con su vida los participantes contestaron los 5 ítems de la Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS) ([Diener, Emmons, Larsen y Griffin, 1985](#); [Atienza, Pons, Balaguer y García-Merita, 2000](#)) en una escala de tipo Likert de 5 puntos. El alfa obtenida fue alta ( $\alpha = .79$ )

### **Análisis estadísticos**

Los análisis de datos fueron efectuados con SPSS.21 y Amos.19. con el objetivo de comprobar las hipótesis de mediación y de moderación empleamos los modelos 4 y 1 de *Process for SPSS* ([Hayes, 2013](#)) respectivamente, obteniendo el intervalo de confianza del 95% con un número de 10000 remuestras de *Bootstrap*. Además, para explorar el porcentaje de la varianza del BS que explica las variables de estudio, efectuamos un análisis de regresión

lineal con SPSS introduciendo todas las variables en un bloque. Finalmente, para evaluar el modelo general de BS se efectuó un modelo de vías con AMOS.

**Resultados**

**Efectos de mediación y de moderación**

***La autoestima como mediadora en la relación establecida entre personalidad y bienestar subjetivo (H1)***

Los resultados de mediación con *Process for SPSS* confirman que la autoestima media las relaciones que establecen entre sí (a) la extroversión con el BS, (b) la responsabilidad con el BS, y (c) el neuroticismo con el BS, confirmándose la H1 (véase Tabla 1).

**Tabla 1.** Coeficientes de los modelos de moderación de la Hipótesis 1. Autoestima como mediadora en la relación personalidad-bienestar subjetivo

	Consecuente					
	Autoestima (M)			Bienestarsubjetivo (Y)		
Antecedente	Coeff.	SE	p	Coeff.	SE	p
Extroversión (X)	.10	.05	<. 03	-.01	.04	ns
Autoestima (M)	-	-	-	.57	.05	<.001
Constante	3.49	.17	<. 001	1.63	.23	<.001
	$R^2 = .01$ $F(1,316) = 4.73, p < .03$			$R^2 = .23$ $F(2,315) = 66.26, p < .001$		
Efectocondicionalindirecto	Bootstrapp (95% CI) .044 [.001;.102]					
Neuroticismo (X)	-.38	.04	<. 001	-.12	.05	<.01
Autoestima (M)	-	-	-	.50	.06	<.001
Constante	4.75	.10	<. 001	2.16	.28	<.001
	$R^2 = .23$ $F(1,316) = 93.28, p < .001$			$R^2 = .31$ $F(2,315) = 71.50, p < .001$		
Efectocondicionalindirecto	Bootstrapp (95% CI) -.192 [-.271;-.126]					
Responsabilidad (X)	.20	.05	<. 001	.12	.04	<.01
Autoestima (M)	-	-	-	.54	.05	<.001
Constante	3.10	.17	<. 001	1.28	.22	<.001
	$R^2 = .06$ $F(1,316) = 19.29, p < .001$			$R^2 = .33$ $F(2,315) = 30.67, p < .001$		
Efectocondicionalindirecto	Bootstrapp (95% CI) .109 [.053;.174]					

Nota. X = variable independiente; M = mediador (autoestima); Y = variable dependiente (bienestarsubjetivo)

***La autoeficacia social como mediadora en la relaciones establecidas entre personalidad y bienestar subjetivo (H2a) y entre autoestima y bienestar subjetivo (H2b)***

Los resultados confirman que la AES media tanto las relaciones entre los cuatro factores de personalidad estudiados y el BS como las relaciones entre la autoestima y el BS, confirmándose la H2a y la H2b (véase Tabla 2).

**Tabla 2.** Coeficientes de los modelos de mediación de la Hipótesis 2. Autoeficacia social como mediadora en las relaciones (a) personalidad-bienestar subjetivo y (b) autoestima bienestar subjetivo

Antecedente	Consecuente					
	Autoeficacia (M)			Bienestar subjetivo (Y)		
	Coeff.	SE	p	Coeff.	SE	p
Extroversión (X)	.44	.04	< .001	-.12	.05	< .03
Autoeficacia (M)	-	-	-	.37	.06	< .001
Constante	1.97	.15	< .001	2.90	.21	< .001
	$R^2 = .27$			$R^2 = .10$		
	$F(1,316) = 114.05, p < .001$			$F(2,315) = 18.13, p < .001$		
Efecto condicional indirecto	Bootstrapp (95% CI)					
	.166 [.105;.236]					
Amabilidad (X)	.28	.05	< .001	.01	.06	ns
Autoeficacia (M)	-	-	-	.30	.06	< .001
Constante	2.51	.20	< .001	2.70	.24	< .001
	$R^2 = .083$			$R^2 = .90$		
	$F(1,316) = 28.83, p < .001$			$F(2,315) = 15.48, p < .001$		
Efecto condicional indirecto	Bootstrapp (95% CI)					
	.083 [.042;.142]					
Neuroticismo (X)	-.11	.05	< .03	-.29	.04	< .001
Autoeficacia (M)	-	-	-	.26	.05	< .001
Constante	3.79	.12	< .001	3.56	.22	< .001
	$R^2 = .02$			$R^2 = .20$		
	$F(1,316) = 5.44, p < .02$			$F(2,315) = 39.90, p < .001$		
Efecto condicional indirecto	Bootstrapp (95% CI)					
	-.028 [-.060;-.006]					
Responsabilidad (X)	.20	.05	< .001	.18	.05	< .001
Autoeficacia (M)	-	-	-	.26	.05	< .001
Constante	2.80	.18	< .001	2.23	.23	< .001
	$R^2 = .05$			$R^2 = .13$		
	$F(1,316) = 16.92, p < .001$			$F(2,315) = 23.09, p < .001$		
Efecto condicional indirecto	Bootstrapp (95% CI)					
	.051 [.021;.091]					
Autoestima (X)	.28	.06	< .001	.53	.05	< .001
Autoeficacia (M)	-	-	-	.17	.05	< .001
Constante	2.45	.22	< .001	1.19	.22	< .001
	$R^2 = .07$			$R^2 = .32$		
	$F(1,316) = 24.91, p < .001$			$F(2,315) = 74.40, p < .001$		
Efecto condicional indirecto	Bootstrapp (95% CI)					
	.047 [.019;.090]					

Nota. X = variable independiente; M = mediador (autoeficacia); Y = variable dependiente (bienestar subjetivo)

***La ansiedad social como mediadora en las relaciones establecidas entre personalidad (extroversión y neuroticismo) y bienestar subjetivo (H3a), autoestima y bienestar subjetivo (H3b) y entre autoeficacia social y bienestar subjetivo (H3c)***

Como se puede observar en la tabla 3 los resultados confirman que la AS media las relaciones que establecen (a) los factores de personalidad de extroversión y neuroticismo con el BS, y (b) la AES con el BS, confirmándose la H3a y la H3c. Sin embargo, no se confirma la H3b, dado que si bien se confirma el efecto directo de la autoestima tanto en la AS como en el BS, no se confirma el efecto de mediación de la AS en la relación que establecen entre sí la autoestima con el BS, perdiéndose el efecto de la AS en el BS al incluirse la variable de autoestima en el modelo.

**Tabla 3.** Coeficiente de los modelos de mediación de la Hipótesis 3. Ansiedad social como mediadora en las relaciones (a) personalidad-bienestar subjetivo, (b) autoestima-bienestar subjetivo, y (c) autoeficacia-bienestar subjetivo

Antecedente	Consecuente					
	Ansiedad Social (M)			Bienestar subjetivo (Y)		
	Coeff.	SE	p	Coeff.	SE	p
Extroversión (X)	-.31	.05	<. 001	-.03	.05	ns
Ansiedad social (M)	-	-	-	-.26	.06	<.001
Constante	3.35	.17	<. 001	4.50	.25	<.001
	$R^2 = .11$			$R^2 = .07$		
	$F(1,316) = 40.77, p < .001$			$F(2,315) = 11.37, p < .001$		
Efecto condicional indirecto	Bootstrapp (95% CI)					
	.079 [.040;.132]					
Neuroticismo (X)	.28	.05	<. 001	-.27	.05	<.001
Ansiedad Social (M)	-	-	-	-.15	.05	<.01
Constante	1.60	.12	<. 001	4.77	.14	<.001
	$R^2 = .10$			$R^2 = .16$		
	$F(1,316) = 35.44, p < .001$			$F(2,315) = 29.94, p < .001$		
Efecto condicional indirecto	Bootstrapp (95% CI)					
	-.042 [-.084;-.012]					
Autoestima (X)	-.44	.06	<. 001	.55	.05	<.001
Ansiedad Social (M)	-	-	-	-.05	.05	ns
Constante	3.94	.22	<. 001	1.78	.27	<.001
	$R^2 = .16$			$R^2 = .30$		
	$F(1,316) = 58.96, p < .001$			$F(2,315) = 66.85, p < .001$		
Efecto condicional indirecto	Bootstrapp (95% CI)					
	.020 [-.028;.072]					
Autoeficacia (X)	-.52	.05	<. 001	.23	.06	<.001
Ansiedad Social (M)	-	-	-	-.14	.06	<.02
Constante	4.10	.19	<. 001	3.30	.31	<.001
	$R^2 = .24$			$R^2 = .11$		
	$F(1,316) = 101.39, p < .001$			$F(2,315) = 18.53, p < .001$		
Efecto condicional indirecto	Bootstrapp (95% CI)					
	.071 [.002;.151]					

Nota. X = variable independiente; M = mediador (ansiedad social); Y = variable dependiente (bienestar subjetivo)

***La ansiedad social como moderadora en la relaciones establecidas entre personalidad (factores de extroversión y amabilidad) y bienestar subjetivo (H4a) y entre autoestima y bienestar subjetivo (H4b)***

Los resultados confirman que la AS modera las relaciones establecidas entre (b) amabilidad y BS y (c) autoestima y BS, pero no entre extroversión y BS, confirmándose parcialmente la H4 (Véase Tabla 4).

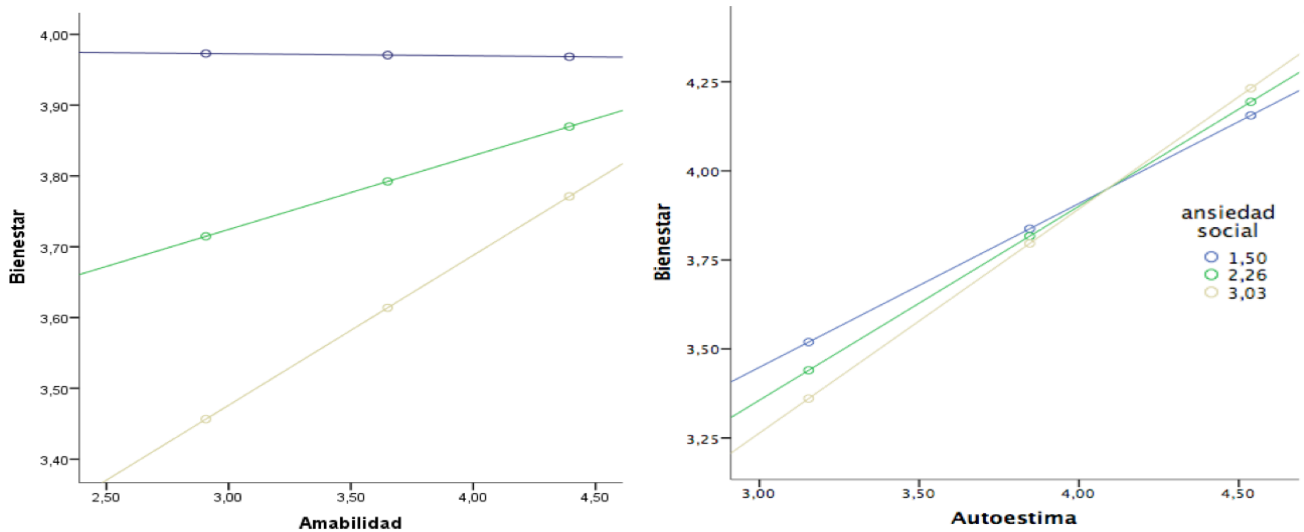
**Tabla 4.** Coeficiente de los modelos de moderación de la Hipótesis 4. Ansiedad social como moderadora en las relaciones (a) extroversión-bienestar subjetivo; (b) amabilidad-bienestar subjetivo; y (b) autoestima-bienestar subjetivo

		Coeff.	SE	t	p
X (Extroversión)	b <sub>1</sub>	.20	.13	1.47	ns
M (Ansiedad social)	b <sub>2</sub>	.08	.19	0.43	ns
XM (Extroversión x Ansiedad social)	b <sub>3</sub>	-.10	.05	-1.86	< .09
Constante	i <sub>1</sub>	3.69	.50	7.34	< .001
		$R^2 = .08$		$\Delta R^2 = .01$	
		$F(3,314) = 8.79, p < .001$		$F(1,314) = 3.46, p < .09$	
X (Amabilidad)	b <sub>1</sub>	-.22	.14	-1.49	ns
M (Ansiedad social)	b <sub>2</sub>	-.75	.22	-3.40	< .01
XM (Amabilidad x Ansiedad social)	b <sub>3</sub>	.14	.06	2.34	< .02
Constante	i <sub>1</sub>	5.11	.53	9.67	< .001
		$R^2 = .09$		$\Delta R^2 = .02$	
		$F(3,314) = 10.63, p < .001$		$F(1,314) = 5.48, p < .02$	
X (Autoestima)	b <sub>1</sub>	.29	.14	2.16	< .03
M (Ansiedad social)	b <sub>2</sub>	-.46	.20	-2.26	< .03
XM (Autoestima x Ansiedad social)	b <sub>3</sub>	.11	.05	2.09	< .05
Constante	i <sub>1</sub>	2.75	.54	5.09	< .001
		$R^2 = .31$		$\Delta R^2 = .01$	
		$F(3,314) = 46.50, p < .001$		$F(1,314) = 4.37, p < .05$	

Nota. X = variable independiente; M = moderador (Ansiedad social); Y = variable dependiente (Bienestar subjetivo)

En relación al efecto moderador de la AS en la relación establecida entre amabilidad y BS, se puede observar en la Figura 2 como los mayores niveles de BS son alcanzados por los individuos con los menores niveles de AS; además, a medida que asciende el factor amabilidad, aumenta el BS para los individuos con niveles medios y altos de AS, mientras que cuando los niveles de AS son bajos, los niveles de BS son equivalentes en las personas con niveles de amabilidad altos, medios, o bajos; sin embargo, cuando los niveles de AS son altos, a medida que baja la amabilidad también baja el BS.

En cuanto al efecto de moderación de la AS en la relación establecida entre autoestima y BS, el Anova de un factor efectuado revela que existen diferencias significativas en el nivel de BS percibido de los individuos que tienen altos niveles de AS y de los que tienen bajos niveles de AS solamente para los individuos con bajos niveles de autoestima ( $F(2,55) = 3.31, p < .04$ ), mientras que ninguna de las diferencias encontradas para los individuos con niveles medios ( $F(2,209) = 1.12, ns$ ) y altos ( $F(2,51) = 2.25, ns$ ) de autoestima fueron significativas. Así, para los individuos con baja autoestima, altos niveles de AS suponen peores niveles de BS percibido, mientras que para los individuos con media o alta autoestima, los niveles de BS son similares, independientemente del nivel de AS percibido (Véase Figura 2).



**Figura 2. Efectos moderadores de la ansiedad social en relación al bienestar subjetivo.** Los valores altos y bajos de la ansiedad social se determinaron con +/- 1 desviación típica

*La popularidad como mediadora en la relaciones establecidas entre personalidad (factores de extroversión, amabilidad y neuroticismo) y bienestar subjetivo (H5a), entre autoeficacia social y bienestar subjetivo (H5b), y entre ansiedad social y bienestar subjetivo (H5c)*

Se presentan los resultados de la Hipótesis 5 en la tabla 5, en los que se confirman que la popularidad media las relaciones que establecen (a) los factores de personalidad de extroversión, amabilidad y neuroticismo con el BS, y (b) la AS con el BS. Sin embargo, aunque se confirmen los efectos directos de la AES tanto en la popularidad como en el BS, no se confirma el efecto mediador de la popularidad en la relación que establece la AES con el BS.



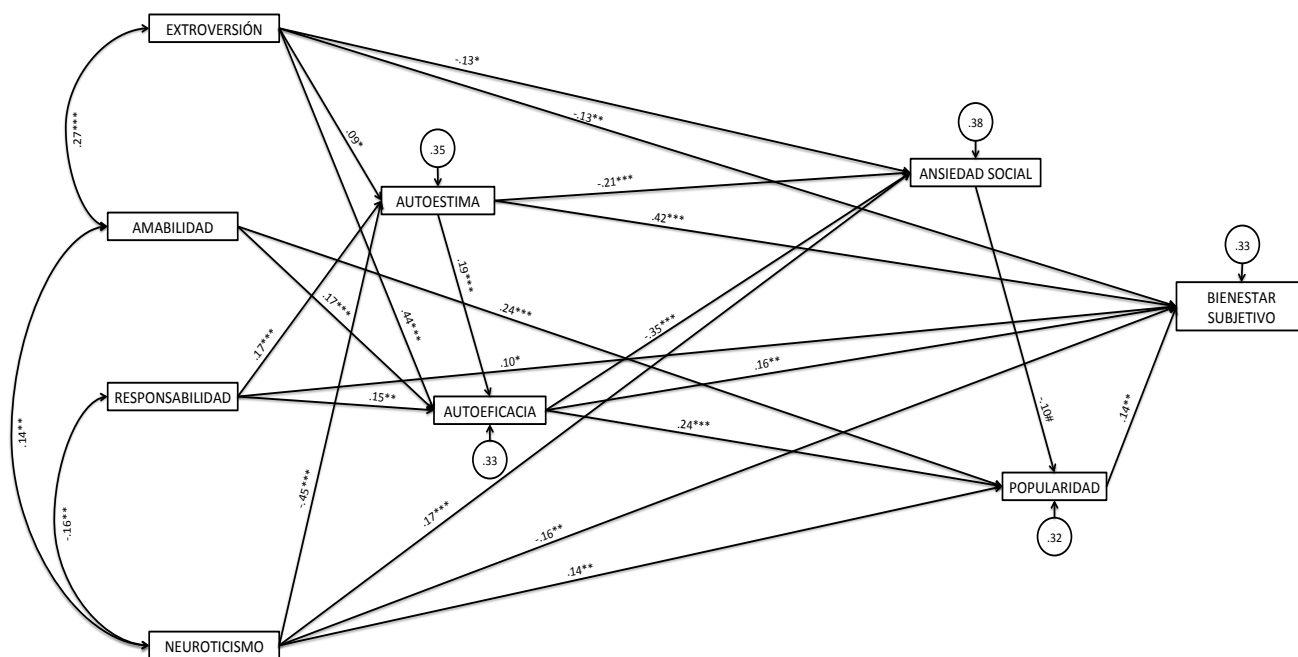
**Tabla 5.** Coeficiente de los modelos de mediación de la Hipótesis 5. Popularidad como mediadora en las relaciones (a) personalidad-bienestar subjetivo, (b) autoeficacia-bienestar subjetivo, y (c) ansiedad social-bienestar subjetivo

Antecedente	Consecuente					
	Popularidad (M)			Bienestar subjetivo (Y)		
	Coeff.	SE	p	Coeff.	SE	p
Extroversión (X)	.21	.04	<. 001	.01	.05	ns
Popularidad (M)	-	-	-	.16	.07	< .02
Constante	2.75	.15	<. 001	3.19	.25	<.001
	$R^2 = .07$ $F(1,314) = 24.94, p < .001$			$R^2 = .02$ $F(2,313) = 3.36, p < .05$		
Efecto condicional indirecto	Bootstrapp (95% CI) .034 [.006;.072]					
Amabilidad (X)	.28	.05	<. 001	.05	.06	ns
Popularidad (M)	-	-	-	.15	.07	<. 05
Constante	3.09	.26	<. 001	3.09	.26	<.001
	$R^2 = .11$ $F(1,314) = 37.66, p < .001$			$R^2 = .02$ $F(2,313) = 3.75, p < .03$		
Efecto condicional indirecto	Bootstrapp (95% CI) .041 [.003;.090]					
Neuroticismo (X)	.07	.04	<. 09	-.33	.04	<.001
Popularidad (M)	-	-	-	.21	.06	<.001
Constante	3.30	.10	<. 001	3.85	.22	<.001
	$R^2 = .01$ $F(1,314) = 3.17, p < .09$			$R^2 = .17$ $F(2,313) = 33.01, p < .001$		
Efecto condicional indirecto	Bootstrapp (95% CI) .016 [.001;.037]					
Autoeficacia (X)	.31	.05	<. 001	.28	.06	<.001
Popularidad (M)	-	-	-	.05	.07	ns
Constante	2.39	.17	<. 001	2.60	.25	<.001
	$R^2 = .12$ $F(1,314) = 43.49, p < .001$			$R^2 = .09$ $F(2,313) = 15.59, p < .001$		
Efecto condicional indirecto	Bootstrapp (95% CI) .016 [-.029;.065]					
Ansiedad Social (X)	-.15	.05	<. 01	-.23	.05	<.001
Popularidad (M)	-	-	-	.12	.06	< .09
Constante	3.81	.11	<. 001	3.90	.27	<.001
	$R^2 = .03$ $F(1,314) = 10.29, p < .01$			$R^2 = .08$ $F(2,313) = 12.82, p < .001$		
Efecto condicional indirecto	Bootstrapp (95% CI) -.017 [-.052;-.001]					

Nota. X = variable independiente; M = variable moderadora (popularidad); Y = variable dependiente (bienestar subjetivo)

### Un modelo de bienestar subjetivo

Introduciendo todas las variables en un bloque, los resultados del análisis de regresión lineal muestran que el modelo explica un 36% de varianza y que todas las variables, salvo la amabilidad y la AS influyen directamente en el BS. Los ajustes del modelo del análisis de vías con AMOS son excelentes ( $\chi^2(13, 318) = 12.81, p = .463, RMSEA = .001, 95\% CI [.001, .06], CFI = 1.00, GFI = .99$ ) y confirman el modelo, reafirmando los resultados encontrados con los análisis de mediación (Véase Figura 3).



**Figura 3. Modelo de bienestar subjetivo.** Los valores numéricos indican el peso de los coeficientes  $\beta$ . #  $p < .09$ , \*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$

### Discusión

Los resultados demuestran como todas las variables se ven implicadas directamente y/o indirectamente en el BS en el sentido esperado, con un modelo que explica un 36% de la varianza. El análisis de vías demuestra que la amabilidad y la AS son variables que influyen indirectamente en el BS, mediante el influjo que tienen en terceras variables, que vienen a mediar las relaciones que establecen estas primeras con el BS; todas las demás variables incluidas en el estudio—a excepción de la popularidad, que es únicamente predictor directo del BS—influyen tanto directamente como indirectamente en el BS. Estos resultados subrayan la relevancia de fomentar, en los programas socio-educativos orientados al desarrollo del BS en los adolescentes, prácticas educativas que incidan en mayores niveles de extroversión, amabilidad, responsabilidad, autoestima, AES y popularidad de los adolescentes, a su vez que en menores niveles de neuroticismo y AS.

### Efectos de mediación y de moderación en la explicación del bienestar subjetivo

Los análisis efectuados con *Process for SPSS* nos han permitido confirmar la gran mayoría de las hipótesis de mediación y moderación planteadas en este estudio, relaciones que en el caso de las mediaciones se vieron todas confirmadas en el posterior análisis de vías del modelo predictivo del BS.

***La percepción de sí mismo: roles mediadores de la autoestima y de la autoeficacia social en la explicación del bienestar subjetivo***

Los análisis de mediación confirman la hipótesis 1. La autoestima media plenamente la relación establecida entre extroversión y BS, y parcialmente las relaciones entre (a) responsabilidad y BS, y entre (b) neuroticismo y BS. Dichos resultados van en concordancia con los estudios de diferentes autores, según los cuales los individuos más extrovertidos, más responsables y con mayor estabilidad emocional presentan mayores niveles de autoestima (Goldberg y Rosolack, 1994; Watson et al., 2002; Zeigler-Hill et al., 2013), y que los individuos con mayores niveles de autoestima presentan a su vez mayores niveles de BS (Martínez et al., 2007; Myers y Diener, 1995).

De la misma forma, los análisis de mediación confirman la hipótesis 2. La AES media parcialmente las relaciones que establecen la extroversión, el neuroticismo, la responsabilidad y la autoestima con el BS; y plenamente la relación que establece la amabilidad con el BS, desdibujándose la relación directa que se establece entre amabilidad y BS cuando se incluye la AES en el modelo.

En línea con investigaciones previas, estos resultados demuestran como aquellos adolescentes más extrovertidos, más responsables, y menos neuróticos (Martocchio y Judge, 1997; Schyns y Von Collani, 2002), y con una autoestima más alta, se sienten más capaces de establecer relaciones eficaces; de acuerdo con Stajkovic y Luthans (2003), dado que la autoestima implica la evaluación que el sujeto hace de sí mismo, también influye en la percepción de la persona para establecer relaciones interpersonales satisfactorias. Por ende, estos resultados demuestran como un mayor sentimiento de eficacia social a su vez redundaba en un mayor sentimiento de BS, como habían sugerido estudios previos (Avendaño y Barra, 2008; Karademas, 2006; Sousa y Lyubomirsky, 2001).

El análisis de vías realizado con AMOS confirma los resultados obtenidos en los análisis de mediación de las dos primeras hipótesis, manteniéndose todas las relaciones expuestas al incluir en el modelo todas las variables de estudio, tanto para las mediaciones que se revelaron parciales como para las que se revelaron completas.

***La percepción de la situación social: roles mediadores y moderadores de la ansiedad social en la explicación del bienestar subjetivo***

La percepción que tienen los adolescentes de las situaciones sociales como amenazantes y el temor hacia dichas situaciones y hacia la posibilidad de que los demás les

evalúen de forma negativa tiene un impacto en el BS. En este sentido, en el presente estudio hemos demostrado como la AS media determinadas relaciones que establecen ciertas variables con el BS, mientras que modera otras. A continuación, describiremos los resultados encontrados en cuanto al efecto de la AS en el BS.

#### *Los efectos mediadores de la ansiedad social en la explicación del bienestar subjetivo*

Se ha podido confirmar parcialmente el efecto de mediación de la AS (H3). A través de los análisis de mediación hemos podido comprobar que la AS media plenamente y parcialmente la relación que establecen los factores de personalidad de extroversión y neuroticismo respectivamente con el BS (H3a), de forma que, en concordancia con estudios previos, los adolescentes más extrovertidos y más estables emocionalmente sufren menos AS (Caballo et al., 2010), y esto a su vez repercute en mayores niveles de BS (Puklek y Berce, 2012). Tomando en cuenta que la AS se refiere a un miedo generado en situaciones en las que el individuo percibe que podría ser evaluado negativamente, se entiende fácilmente cómo los adolescentes introvertidos, quienes se sienten incómodos en las situaciones sociales, son más propensos a percibir dichas situaciones como amenazantes que los adolescentes que, por el contrario, son extrovertidos, y por consiguiente a quienes les agradan las situaciones sociales. Asimismo, también es fácil entrever cómo las personas muy poco estables emocionalmente puedan tener una mayor propensión a evaluar negativamente las situaciones sociales y a temer la evaluación negativa.

También se ha podido comprobar en este estudio mediante los análisis de mediación que la AS media parcialmente la relación que establecen entre sí la AES y el BS (H3c), de forma que cuanto más eficaces se sienten los individuos en sus relaciones, menos sufren de AS (Galanaki y Kalanzi-Azizi, 1999; Maddux et al., 1988; Smith y Betz, 2000, 2002), y a su vez, cuanto más AS sufren, menores son sus niveles de BS (Puklek y Berce, 2012). Sentirse poco eficaz en las relaciones puede sentar las bases para que un adolescente perciba las situaciones sociales como más amenazantes de lo que realmente son, redundando así con facilidad en niveles altos de AS; lo que a su vez vendría a influir en sus niveles de BS. Por ello, y tomando en cuenta que la AES influye directamente en el AS, y que, como explicaremos a continuación, la AS reduce el impacto positivo que tienen la extroversión, la amabilidad y la autoestima en el bienestar, la AES parece una variable de especial interés en relación a las aplicaciones prácticas de este estudio. Los resultados nos llevan a apuntar a la relevancia de fomentar las habilidades sociales y asimismo el sentimiento de eficacia en las relaciones, pues éste vendría a influir no solamente en el BS de forma directa, sino también

de forma indirecta mediante el efecto que tiene, entre otros, sobre la AS, que influye negativamente en el BS.

Sin embargo, no hemos podido comprobar la hipótesis según la cual la AS media la relación que establecen entre sí la autoestima y el BS (H3b), si bien nuestros resultados corroboran que altos niveles de autoestima predicen bajos niveles de AS y altos niveles de BS, en concordancia con estudios previos (Newbegin y Owens, 1996; Riggio et al., 1990; Yang, 2002). Cabe destacar que aunque no hayamos podido corroborar el efecto mediador de la AS en la relación establecida entre la autoestima y el BS, sí hemos podido confirmar el efecto moderador de la misma variable en la relación establecida entre estas dos últimas, como detallaremos más adelante en el apartado dedicado a los resultados encontrados en relación al efecto moderador de la AS.

Por ende, el análisis de vías realizado con AMOS confirma los resultados obtenidos en relación a los efectos mediadores de la AS, manteniéndose todas las relaciones confirmadas por los análisis de mediación en los mismos términos.

#### *Los efectos moderadores de la ansiedad social en la explicación del bienestar subjetivo*

En relación a los efectos moderadores encontrados, los resultados indican que si bien la AS no modera la relación establecida entre extroversión y BS, sí modera las relaciones que establecen (a) la amabilidad con el BS, y (b) la autoestima con el BS, confirmándose parcialmente la hipótesis 4.

El presente estudio ha permitido confirmar cómo la AS y la amabilidad interactúan entre sí a la hora de explicar el BS (H4b). En este sentido, muchos estudios que han intentado relacionar la amabilidad con el BS han encontrado solamente una relación indirecta (DeNeve y Cooper, 1998; McCrae y Costa, 1991). Y más recientemente, Boyce y Wood (2011) establecen que la amabilidad interactúa con el tiempo incapacitado a la hora de recuperar niveles adecuados de bienestar. En nuestro estudio, la interacción no se da con el tiempo incapacitado, sino con los niveles de AS. Así, para los adolescentes que tienen bajos niveles de AS, el nivel de BS es el mismo independientemente de sus niveles de amabilidad. Sin embargo, para los individuos con niveles medios o altos de AS, a medida que descienden sus niveles de amabilidad, también descienden sus niveles de BS, siendo esta relación más pronunciada cuando mayor es el nivel de AS. Ello implica que altos niveles de amabilidad son imprescindibles en adolescentes con altos niveles de AS para poder tener elevados índices de BS. En adolescentes con alta amabilidad, su BS no se ve significativamente

afectado por sus niveles de AS, mientras que para los jóvenes con baja amabilidad, altos niveles de AS son totalmente contraproducentes para su BS. Sería pues necesario, desde los programas socioeducativos, trabajar la AS para reducir su impacto en los individuos, y particularmente en aquellos con bajos o medios niveles de amabilidad.

Además, en el presente estudio se observa como elevados índices de AS implican un descenso en el BS para aquellos individuos con bajos niveles de autoestima. Sin embargo, cuando la autoestima es suficientemente alta, la AS no tiene tal repercusión en los niveles de BS. Por ello exponemos la necesidad de fomentar la autoestima de los adolescentes, que puede actuar como un factor protector del BS, incluso para los grupos que tienen altos niveles de AS.

Así, cabe destacar que la AS adquiere no solamente un rol mediador en la explicación del BS en adolescentes (mediando las relaciones que establecen la extroversión, el neuroticismo, y la AES con el BS), sino también un rol moderador, viniendo a modificar la relación que establecen la amabilidad y la autoestima con el BS. Por ello, y dada la relevancia que adquiere esta variable en relación al BS, parece de interés prestar especial atención a dicha variable en los programas socio-educativos orientados al fomento del BS, tratando de reducir su impacto en los jóvenes, quizás mediante programas de ayuda entre iguales, programas de fomento del apoyo social, o de habilidades sociales, pues la AS reduce el impacto positivo que tienen la amabilidad y la autoestima en el bienestar. En este sentido, cabe destacar los programa de intervención para la reducción de la AS validados en los que, entre otros, se emplea al grupo de iguales como asistentes para fomentar en los compañeros y compañeras con problemas de AS sus habilidades sociales (Caballo, Carrillo y Ollendick, 2015; Masia-Warner et al., 2005).

### ***La percepción que tienen los demás de uno mismo: roles mediadores de la popularidad en la explicación del bienestar subjetivo***

Los resultados del estudio han permitido confirmar parcialmente la hipótesis 5. En primer lugar, se ha podido comprobar como la popularidad media las relaciones que establecen los factores de personalidad de extroversión, amabilidad y neuroticismo con el BS, indicando que cuanto más extrovertidos, amables y estables emocionalmente son los adolescentes, mejor posición y aceptación social adquieren con sus compañeros y compañeras de clase (Mervielde y de Fruyt, 2000; Ozer y Benet-Martínez, 2006; van der Linden et al., 2010); y que a su vez,

niveles altos de popularidad en los adolescentes implican altos niveles de BS (Clara, et al. 2003; Ben-Ari y Gil, 2004; Martínez et al., 2011; Moreno et al., 2009; Ostberg, 2003).

Cabe destacar que los resultados demuestran que, si bien la popularidad media parcialmente la relación entre neuroticismo y BS, de forma que la relación directa e indirecta del neuroticismo en el BS conviven cuando se introduce la popularidad como mediadora; la popularidad media plenamente la relación que establecen los factores de personalidad de extroversión y amabilidad con el BS, perdiéndose el efecto directo sobre el BS al incluirse la variable popularidad como mediadora. Al fin y al cabo, el neuroticismo es un factor que incide directamente en el estado emocional del individuo, de forma que se entiende porqué tiene un efecto no solamente indirecto en el BS, sino que además se mantiene el efecto directo que tiene en él al incluirse terceras variables que median la relación. Por otro lado, los factores de la personalidad de extroversión y amabilidad adquieren un papel relevante en el establecimiento de relaciones interpersonales satisfactorias y por ello tienen un impacto potente en la popularidad (Ozer y Benet-Martínez, 2006), la cual en este caso sería la que en último recurso viene a influir en el BS.

Sin embargo, no se ha podido confirmar el rol mediador de la popularidad entre la AES y el BS. Se corrobora el efecto directo de la AES tanto en la popularidad como en el BS, de forma que cuanto más eficaces se sienten los adolescentes en las relaciones, más elevada es su popularidad (Rabaglietti et al., 2012), y mayor BS perciben (Connolly, 1989). Sin embargo, al introducir la popularidad como variable mediadora, la relación de la popularidad con el BS se desvanece, probablemente por el impacto tan potente que tiene la AES en el BS. En este sentido, si bien en el modelo con AMOS al introducir todas las variables sí se mantiene la relación entre popularidad y BS, cabe destacar que la relación que establece la AES con el BS aparece como mayor que la que establece la popularidad con el BS. Probablemente, en el modelo completo sí sigue apareciendo la relación entre popularidad y BS porque se añaden más variables, de entre las cuales la AS, la cual mantiene una relación indirecta con el BS, precisamente a través del efecto que tiene en la popularidad. Además, como se observa en el modelo efectuado con AMOS (véase Figura 3), la AES influye en la AS, la cual a su vez influye en la popularidad, de forma que al incluir la variable de AS se reduzca el efecto directo que establece la AES con el BS, pudiendo así probablemente favorecer que reaparezca la relación entre popularidad y BS en el modelo completo.

Finalmente, los análisis de mediación también corroboran como la popularidad media parcialmente la relación que establece la AS con el BS, demostrándose que cuanta más AS

sufren los jóvenes, menor es el apoyo y aprecio por parte de su grupo de iguales (Amerigen et al., 2003; Beidel et al., 2001; Blöte et al., 2007; Inglés, et al., 2005; Storch et al., 2004), y que estos bajos niveles de popularidad a su vez suponen que los jóvenes perciban cierto malestar y bajos niveles de BS. En este caso, si bien el análisis de mediación efectuado con *Process for SPSS* demuestra que el rol mediador de la popularidad entre AS y BS era solamente parcial, de forma que se mantenía también la relación directa entre AS y BS, en el análisis de vías, al incluirse más variables en el modelo que también influyen en el BS tanto de forma directa como indirecta, el efecto directo que tiene la AS sobre el BS desaparece, manteniéndose solamente la relación indirecta de la AS con el BS a través del efecto que ejerce la AS sobre la popularidad, que a su vez influye en el BS.

### **Aportaciones teórico-prácticas**

Las principales aportaciones teóricas del presente estudio se ciñen en la relevancia de las variables estudiadas en la explicación del BS en adolescentes, estableciéndose la extroversión, la amabilidad, la responsabilidad, la autoestima, la AES y la popularidad como factores protectores del BS, mientras que el neuroticismo y la AS se establecen como factores de riesgo. Por consiguiente, las principales aportaciones prácticas hacen referencia a la importancia de promover programas de intervención socio-educativos en los que se incida especialmente (a) en la promoción de una autoestima positiva, de unos sentimientos de eficacia elevados en las relaciones interpersonales, de niveles adecuados de aceptación por el grupo de iguales, y (b) en la disminución de la ansiedad social; todas ellas variables más fáciles de modificar que las variables de personalidad.

De las aportaciones teóricas, cabe destacar la especial relevancia de la autoestima, que una vez incluidas todas las variables en el modelo teórico, es la que mantiene el mayor grado de significatividad con el BS. Por otro lado, destacar el doble rol mediador y moderador de la AS, alcanzando así una especial relevancia en la explicación del BS, viniendo incluso a modificar las relaciones positivas que establecen la autoestima y la amabilidad con el BS. Por último, destacar el rol de la AES por su papel determinante en dos variables que inciden en el BS: la AS y la popularidad. Los sentimientos de eficacia en las relaciones interpersonales alcanzan una especial relevancia en la adolescencia y en relación al BS, pues permitirían que los jóvenes evalúen de forma más positiva las situaciones de interacción social, sin tanto temor y ansiedad, y a su vez les permitiría establecer relaciones más positivas sus iguales, y



asimismo alcanzar cuotas de mayor popularidad, todo lo cual a su vez repercutiría en una percepción de mayor BS.

En este sentido, se podría destacar las intervenciones basadas en el apoyo entre iguales, así como los programas de habilidades sociales, pues todos ellos tienen la ventaja de poder incidir tanto en la autoestima, la AES, la AS y la popularidad, repercutiendo así en el BS de los adolescentes (Caballo et al., 2015; Masia-Warner et al., 2005; Rodebaugh, Holaway y Heimberg, 2004).

### **Limitaciones y futuras líneas de investigación**

Algunas de las limitaciones que posee el estudio la constituyen el tamaño de la muestra y la falta de cooperación por parte de algunos padres para permitir a los menores participar en la investigación. También se ha de tener en cuenta el componente subjetivo de los datos aportados por los adolescentes mediante los auto-informes. Otra limitación de la investigación se basa en su diseño descriptivo-correlacional, lo cual no permite establecer relaciones causales entre las variables estudiadas, ni tampoco determinar la influencia de otras variables que pudieran estar involucradas.

Las líneas de investigación futura podrían establecer diferencias entre sexo y edad en relación al bienestar. Por otro lado, en el estudio llevado a cabo por Extremera y Fernández-Berrocal (2002) se demuestra la importancia que posee la inteligencia emocional en el ámbito escolar y social de los adolescentes. En este sentido, poseer una adecuada expresión de las emociones facilitaría la comunicación, permitiría reconocer las emociones en los demás, las necesidades y objetivos de otras personas, y proporcionaría una mejor expresión de los propios miedos y preocupaciones, lo cual podría relacionarse estrechamente con aspectos como el grado de AES en los individuos, el nivel de AS y de BS. Estos aspectos pueden ser un tema crucial en el ámbito educativo para conocer aquellas destrezas y habilidades que el alumnado debe poseer para tener un adecuado índice de bienestar a nivel físico, psicológico y social. De esta forma, podría sugerirse continuar este tipo de investigación incorporando otras variables independientes que enriquezcan el conocimiento sobre el tema.

### **Conclusiones**

El estudio nos ha permitido confirmar un modelo predictivo del BS que explica un 36% de la varianza en el que las variables de personalidad, autoestima AES, AS, y popularidad inciden directa y/o indirectamente en el BS. Dichos resultados nos permiten confirmar la relevancia que dichos constructos alcanzan en relación a la percepción del BS en

los adolescentes, estableciéndose la extroversión, la amabilidad, la responsabilidad, la AES y la popularidad como factores protectores del BS; y el neuroticismo y la AS como factores de riesgo. Todo ello implica, a nivel práctico, la necesidad de promover en los jóvenes la extroversión, la amabilidad, la responsabilidad, la AES y la popularidad, y por otro lado de reducir sus niveles de labilidad emocional y de AS en las intervenciones psicoeducativas y psicosociales orientadas al fomento del BS. Cabe destacar el rol de la AS, que actúa simultáneamente como variable mediadora (en las relaciones que establecen la extroversión, el neuroticismo y la AES con el BS) y como variable moderadora (en las relaciones que establecen la autoestima y la amabilidad con el BS). Por ello subrayamos la importancia de tomar en cuenta dicha variable en las intervenciones para el fomento del BS en adolescentes, por ejemplo mediante programas de ayuda entre iguales y de intervenciones en habilidades de interacción social (Caballo et al., 2015; Masia-Warner et al., 2005; Rodebaugh et al., 2004), los cuales a su vez podrían ser eficaz para mejorar la AES (lo que además a su vez incidiría en un descenso de los niveles de AS) y la popularidad de los jóvenes, otras dos variables que también inciden en el BS. En definitiva, el estudio muestra la necesidad de reforzar en los y las adolescentes determinadas destrezas y habilidades que potencien unas relaciones interpersonales satisfactorias. Por ello, desde el sistema educativo se debería incidir en el fomento de la autoestima y las habilidades sociales, lo que permitiría promover mejores niveles de AES y de popularidad, así como menores niveles de AS, todo lo cual a su vez permitiría influir en último término en un aumento del BS en los adolescentes.

### Referencias

- Amerigen, M. V., Mancini, C., y Farvorden, P. (2003). The impact of anxiety disorders on educational achievement. *Journal of Anxiety Disorders*, 17(5), 561-571. Doi: 10.1016/S0887-6185(02)00228-1
- Anderson, C., John, O. P., Keltner, D., y Kring, A. M. (2001). Who attains social status? Effects of personality and attractiveness in social groups. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81(1), 116–132. Doi: 10.1037//0022-3514.81.1.116
- Atienza, F. L., Balaguer, I., y Moreno, Y. (2000). Análisis de la dimensionalidad de la Escala de Autoestima de Rosenberg en una muestra de adolescentes valencianos. *Revista de Psicología*, 22(1-2), 29-42.

- Atienza, F. L., Pons, D., Balaguer, I., y García-Merita, M. L. (2000). Propiedades psicométricas de la Escala de Satisfacción con la Vida en adolescentes. *Psicothema*, 12(2), 331-336.
- Avendaño, M. J., y Barra, E. (2008). Autoeficacia, apoyo social y calidad de vida en adolescentes con enfermedades crónicas. *Terapia Psicológica*, 26(2), 165-172. Doi: 10.4067/S0718-48082008000200002
- Bandura, A. (1986). *Social Foundations of Thought and Action. A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: N.H. Freeman.
- Bandura, A. (2006): Guide for constructing self-efficacy scales. En Pajares F. y Urdan, T. (Eds.), *Self-efficacy beliefs of adolescents*, (pp.307- 337), Information Age Publishing.
- Beidel, D. C., Ferrell, C., Alfano, C. A., y Yeganeh, R. (2001). The treatment of childhood social anxiety disorder. *The Psychiatric Clinics of North America*, 24(4), 831-846. Doi: 10.1016/S0193-953X(05)70266-5
- Ben-Ari, A., y Gil, S. (2004). Well-being among minority students: The role of perceived social support. *Journal of Social Work*, 4(2), 215-225. Doi:10.1177/1468017304045510
- Blöte, A. W., Kint, M. J. W., y Westenberg, P. M. (2007). Socially anxious adolescents' perception of treatment by classmates. *Behavior Research and Therapy*. 45(2), 189-198. Doi: 10.1016/j.brat.2006.02.002
- Boyce, C. J. y Wood, A. M. (2011). Personality prior to disability determines adaptation: Agreeable individuals recover lost life satisfaction faster and more completely. *Psychological Science*, 22(11), 1397-1402. Doi: 10.1177/0956797611421790
- Brajša, A. Ivanović, D., y Kaliterna, L. (2011). Personality traits and social desirability as predictors of subjective well-being. *Psihologijske Teme*, 20(2), 261-276.
- Caballo, V. E., Carrillo, G. B., y Ollendick, T. H. (2015). Eficacia de un programa lúdico de entrenamiento en habilidades sociales para la intervención sobre la ansiedad social en niños. *Psicología Conductual*, 23(3), 403-427.

- Caballo, V., Salazar, I., Irurtia, M. J., Arias, B., y Guillén, J. L. (2010). Relaciones entre ansiedad social y rasgos, estilos y trastornos de la personalidad. *Psicología Conductual*, 18(2), 259-276.
- Casas, F. (2011). Subjective social indicators and child and adolescent well-being. *Child Indicators Research*, 4(4), 555–575. Doi: 10.1007/s12187-010-9093-z
- Caprara, G. V., Alessandri, G., Di Giunta, L., Panerai, L., y Eisenberg, N. (2010). The contribution of agreeableness and self- efficacy beliefs to prosociality. *European Journal of Personality*, 24(1), 36-55. Doi: 10.1002/per.739
- Chico, E. (2006). Personality dimensions and subjective well-being. *The Spanish Journal of Psychology*, 9(1), 38-44. Doi: 10.1017/S1138741600005953
- Cillessen, A. H. N., y Rose, A. J. (2005). Understanding popularity in the peer system. *Current Directions in Psychological Science*, 14(2), 102–105.
- Clara, I. P., Cox, B. J., Enns, M. W., Murray, L. T., y Torgrudc, L. J. (2003). Confirmatory factor analysis of the Multidimensional Scale of Perceived Social Support in clinically distressed and student samples. *Journal of Personality Assessment*, 81(3), 265-270. Doi:10.1207/S15327752JPA8103\_09
- Connolly, J. (1989). Social self-efficacy in adolescence: Relations with self-concept, social adjustment, and mental health. *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue Canadienne des Sciences du Comportement*, 21(3), 258.
- Costa, P. T. y McCrae, R. R. (1980). Influence of extraversion and neuroticism on subjective well-being: Happy and unhappy people. *Journal of Personality and Social Psychology*, 38(4), 668-678. Doi: 10.1037/0022-3514.38.4.668
- D´Anello, S. (2006). Efectos de las normas y emociones en los juicios sobre satisfacción con la vida en una muestra Venezolana. *Revista Interamericana de Psicología*, 4(3), 371-376.
- DeNeve, K. M. y Cooper, H. (1998). The happy personality: A meta-analysis of 137 personality traits and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 124(2), 197–229. Doi:10.1037/0033-2909.124.2.197
- Diener, E., Emmons, R., Larsen, R. J., y Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75. Doi: 10.1207/s15327752jpa4901\_13

- Donnellan, M. B., Oswald, F. L., Baird, B. M., y Lucas R. E. (2006). The Mini-IPIP Scales: Tiny-yet-effective measures of the big five factors of personality, *Psychological Assessment*, 18(2), 192-203. Doi: 10.1037/1040-3590.18.2.192
- Eryilmaz, A. (2012). A model for subjective well-being in adolescence: Need satisfaction and reasons for living. *Social Indicators Research*, 107(3), 561–574. Doi: 10.1007/s11205-011-9863-0
- Extremera, N. y Fernández-Berrocal, P. (2002). La inteligencia emocional en el contexto educativo: Hallazgos científicos de sus efectos en las aulas. *Revista de Educación*, 332(2003), 97-116.
- Frydenberg, E. y Lewis, R. (1991). Adolescent coping: The different ways in which boys and girls cope. *Journal of Adolescence*, 14(2), 119-133. Doi: 10.1016/0140-1971(91)90025-M
- Frydenberg, E. y Lewis, R. (1996). A replication study of the structure of the Adolescent Coping Scale: Multiple forms and applications of a self report inventory in a counselling and research context. *European Journal of Psychological Assessment*, 12(3), 224-235. Doi: 10.1027/1015-5759.12.3.224.
- Fuentes, M., García, F., Gracia, E., y Alarcón, A. (2015). Los estilos parentales de socialización y el ajuste psicológico. Un estudio con adolescentes españoles. *Revista de Psicodidáctica*, 20(1), 117-138. Doi:10.1387/RevPsicodidact.10876
- Galanaki, E. P. y Kalantzi-Azizi, A. (1999). Loneliness and social dissatisfaction: Its relation with children's self-efficacy for peer interaction. *Child Study Journal*, 29(1), 1-22.
- García, T. (1995). The role of motivational strategies in self-regulated learning. En P. Pintrich (Ed.), *Understanding self-regulated learning* (pp.29-42). San Francisco: Jossey-Bass Publishers.
- García-López, L. J. (2007). Trastorno de ansiedad social: Estado actual en población infanto-juvenil. En P. Berrios y M. M. Ramos (dirs.), *Investigación en psicología. Investigación en psicología aplicada* (pp. 13-34). Universidad de Jaén: Servicio de Publicaciones.
- García-López, L. J., Piqueras, J. A., Díaz-Castela, M. M., e Inglés, C. (2008). Trastorno de ansiedad social en la infancia y adolescencia: Estado actual, avances recientes y líneas futuras. *Psicología Conductual*, 16(3), 501-533.

- Gecas, V. (1989). The social psychology of self-efficacy. *Annual Review of Sociology*, 15, 291–316. Doi: 10.1146/annurev.so.15.080189.001451
- Gilbert, P. (2001). Evolution and social anxiety: The role of attraction, social competition, and social hierarchies. *Psychiatric Clinics of North America*, 24(4), 723-751. Doi: 10.1016/S0193-953X(05)70260-4
- Goldberg, L. R., y Rosolack, T. K. (1994). The Big Five factor structure as an integrative framework: An empirical comparison with Eysenck's PEN model. En C.F Halverson, G.A. Kohnstamm y R.P. Martin (Eds.), *The developing structure of temperament and personality from infancy to adulthood*, (pp. 7-35) Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. New York, NY: The Guilford Press
- Hayes, N. y Joseph, S. (2003). Big 5 correlate of three measures of subjective well-being. *Personality and Individual Differences*, 34(4), 723-727. Doi: 10.1016/S0191-8869(02)00057-0
- Huppert, F. A. (2009). Psychological well-being: Evidence regarding its causes and consequences. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 1(2), 137-164. Doi: 10.1111/j.1758-0854.2009.01008.x
- Inglés, C.J., Hidalgo, M.D., y Méndez, F.X. (2005). Interpersonal difficulties in adolescence: a new self-report measure. *European Journal of Psychological Assessment*, 21(1), 11-22. Doi: 10.1027/1015-5759.21.1.11
- Jensen-Campbell, L. A., Adams, R., Perry, D. G., Workman, K. A., Furdella, J. Q., y Egan, S. K. (2002). Agreeableness, extraversion, and peer relations in early adolescence: Winning friends and deflecting aggression. *Journal of Research in Personality*, 36(3), 224-251. Doi:210.1006/jrpe.2002.2348
- John, O. P., Robins, R. W., y Pervin, L. A. (Eds.). (2010). *Handbook of personality: Theory and research*. New York: Guilford Press.
- Joshanloo, M. y Afshari, S. (2011). Big Five personality traits and self-esteem as predictors of life satisfaction in Iranian Muslim university students. *Journal of Happiness Studies*, 12(1), 105-113. Doi: 10.1007/s10902-009-9177-y

- Karademas, E. C. (2006). Self-efficacy, social support and well-being: The mediating role of optimism. *Personality and Individual Differences*, 40(6), 1281-1290. Doi.org/10.1016/j.paid.2005.10.019
- Kashdan, T. B. (2007). Social anxiety spectrum and diminished positive experiences: Theoretical synthesis and meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 27(3), 348-365. Doi: 10.1016/j.cpr.2006.12.003
- Kashdan, T. B. y Herbert, J. D. (2001). Social anxiety disorder in childhood and adolescence: Current status and future directions. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 4(1), 37-61. Doi: 10.1023/A:1009576610507
- Kwan, V. S., Bond, M. H., y Singelis, T. M. (1997). Pancultural explanations for life satisfaction: Adding relationship harmony to self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(5), 1038-1051. Doi: 10.1037/0022-3514.73.5.1038
- Laca, F. y Mejía, J. (2007). Actitudes ante la violencia, bienestar subjetivo e individualismo en jóvenes mexicanos. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 12(2), 301-313.
- Maddux, J. E., Norton, L. W., y Leary, M. R. (1988). Cognitive components of social anxiety: An investigation of the integration of self-presentation theory and self-efficacy theory. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 6(2), 180-190. Doi: 10.1521/jscp.1988.6.2.180
- Martínez, 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.
- Martínez, B., Moreno, D., Amador, L. V., y Orford, J. (2011). School victimization among adolescents. An analysis from an ecological perspective. *Psychosocial Intervention*, 20(2), 149-160. Doi:10.5093/in2011v20n2a3
- Martocchio, J. J. y Judge, T. A. (1997). Relationship between conscientiousness and learning in employee training: Mediating influences of self-deception and self-efficacy. *Journal of Applied Psychology*, 82(5), 764-773.
- Masia-Warner, C., Klein, R. G., Dent, H. C., Fisher, P. H., Alvir, J., Marie Albano, A., y Guardino, M. (2005). School-based intervention for adolescents with social anxiety disorder: Results of a controlled study. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 33(6), 707-722. DOI: 10.1007/s10802-005-7649-z

- McCrae, R. R. y Costa, P. T (1991). Adding liebe und arbeit: The full five-factor model and well-being. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 17(2), 227-232. Doi: 10.1177/014616729101700217
- McNeil, D. W. (2001). Terminology and evolution of constructs in social anxiety and social phobia. En S. G. Hofmann y P. M. DiBartolo (Eds.), *Social phobia and social anxiety: An integration* (pp. 8-19), Allyn y Bacon: Needham Heights, MA.
- Mervielde, I. y de Fruyt, F. (2000). The big five personality factors as a model of the structure of children's peer nominations. *European Journal of Personality*, 14(2), 91-106. Doi: 10.1002/(SICI)1099-0984
- Molina, C., Meléndez, J. C., y Navarro, E. (2008). Bienestar y calidad de vida en ancianos institucionalizados y no institucionalizados. *Anales de Psicología*, 24(2), 312-319.
- Montero, I. y León, O. (2007). A guide for naming research studies in Psychology. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 7(3), 847-862.
- Moreno D., Estévez, E., Murgui, S., y Musitu, G. (2009). Reputación social y violencia relacional en adolescentes: El rol de la soledad, la autoestima y la satisfacción vital. *Psicothema*, 21(4), 537-542.
- Moser, J. y Turk, CL. (2014). *Social Anxiety as a Possible Moderator of the Relationship Between Internalized Homophobia and Problematic Substance Use*. Conference paper at Association for Behavioral and Cognitive Therapies, Philadelphia
- Muñoz, V., Moreno, M. C., y Jiménez, I (2008). Las tipologías de estatus sociométrico durante la adolescencia: contraste de distintas técnicas y fórmulas para su cálculo. *Psicothema*, 20(4), 665-671.
- Myers, D. G. y Diener, E. (1995). Who is happy? *Psychological Science*, 6(1), 10-19.
- Neighbors, C., Fossos, N., Woods, B. A., Fabiano, P., Sledge, M., y Frost, D. (2007). Social anxiety as a moderator of the relationship between perceived norms and drinking. *Journal of Studies on Alcohol and Drugs*, 68(1), 91-96.
- Newbegin, L. y Owens, A. (1996). Self-esteem and anxiety in secondary school achievement. *Journal of Social Behavior and Personality*, 11(3), 521-530.



- Novoa, C. y Barra, E. (2015). Influencia del apoyo social percibido y los factores de personalidad en la satisfacción vital de estudiantes universitarios. *Terapia Psicológica*, 33(3), 239-245. Doi: 10.4067/S0718-48082015000300007
- Olivares, J., Ruiz, X., Hidalgo, M., García-Lopez, L., Hernández, M., Rosa, A., y Piqueras, J. (2005). Social Anxiety Scale for Adolescents (SAS-A): Psychometric properties in a spanish-speaking population. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 5(1), 85-97.
- Omar, A., Paris, L., Aguiar, M., Almeida, S., y Del Pino, R. (2009). Validación del inventario de bienestar subjetivo con muestras de jóvenes y adolescentes argentinos, brasileros y mexicanos. *Suma Psicológica*, 16(2), 69-84.
- Organización Mundial de la Salud (2016). *Marco mundial AA-ha! Para agilizar la adopción de medidas a favor de la salud de los adolescentes*. Recuperado de [http://www.who.int/maternal\\_child\\_adolescent/topics/adolescence/adolescent-health-global-framework-brochure-es.pdf](http://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/adolescent-health-global-framework-brochure-es.pdf)
- Ostberg, V. (2003). Children in classrooms: Peer status, status distribution, and mental well-being. *Social Science and Medicine*, 56(1), 17-29. Doi: 10.1016/S0277-9536(02)00006-0
- Ozer, D. J. y Benet-Martínez, V. (2006). Personality and the prediction of consequential outcomes. *Annual Review of Psychology*, 57, 401-421. Doi: 10.1146/annurev.psych.1157.102904.190127
- Paglis, L. L. y Green, S. G. (2002). Leadership self-efficacy and manager's motivation for leading change. *Journal of Organizational Behavior*, 23(2), 215-235. Doi: 10.1002/job.137
- Park, N. (2004). The role of subjective well-being in positive youth development. *The Annals of the American Academy of Political and Social Science*, 591(1), 25-39. Doi: 10.1177/0002716203260078
- Pavot, W. y Diener, E. (2013). Happiness experienced: The science of subjective well-being. En S. David, I. Boniwell, y A.C. Ayers (Eds.), *The Oxford handbook of happiness*. (pp. 134-151). Oxford, UK: Oxford University Press.

- Puklek, M. y Berce, J. (2012). Social anxiety, social acceptance and academic self-perceptions in high-school students. *Journal for General Social Issues*, 2(116), 405-419. Doi:10.5559/di.21.2.06
- Rabaglietti, E., Vacirca, M. F., y Ciairano, S. (2012). Popularity and quality of adolescent friendships: Are they resources or risks? En C. Bassani (Ed.) *Adolescent Behavior* (pp. 37- 51). Hauppauge, NY: Nova Science.
- Realo, A. y Allik, J. (1998). The Estonian Self-Consciousness Scale and Its relation to the five factor model of personality. *Journal of Personality Assessment*, 70(1), 109-124. Doi: 10.1207/s15327752jpa7001\_8
- Renshaw, P. D. y Brown, P. J. (1993). Loneliness in middle childhood: Concurrent and longitudinal predictors. *Child Development*, 64(4), 1271-1284. Doi: 10.1111/j.1467-8624.1993.tb04200.x
- Riggio, R. E., Throckmorton, B., y De Paola, S. (1990). Social skills and self-esteem. *Personality and Individual Differences*, 11(8), 799-804. Doi: 10.1016/0191-8869(90)90188-W
- Rodebaugh, T. L., Holaway, R. M., y Heimberg, R. G. (2004). The treatment of social anxiety disorder. *Clinical Psychology Review*, 24(7), 883-908. Doi: 10.1016/j.cpr.2004.07.007
- Rodríguez, S., Cabanach, R.G., Valle, A., Núñez, J.C., y González, J.A. (2004). Diferencias en el uso de self-handicapping y pesimismo defensivo y sus relaciones con las metas de logro, la autoestima y las estrategias de autorregulación. *Psicothema*, 16(4), 625-31.
- Rodríguez-Fernández, A., Ramos-Díaz, E., Ros, I., Fernández-Zabala, A., y Revuelta, L. (2016). Bienestar subjetivo en la adolescencia: El papel de la resiliencia, el autoconcepto y el apoyo social percibido. *Suma Psicológica*, 23(1), 60-69. Doi: 10.1016/j.sumpsi.2016.02.002
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Salvador, C. M. (2009). Ecuaciones estructurales como modelos predictivos de una autoeficacia emprendedora en una muestra de jóvenes mexicanos y españoles. *Apuntes de Psicología*, 27(1), 65-78.

- Scholte, R. H. J., van Aken, M. A. G., y van Lieshout, C. F. M. (1997). Adolescent personality factors in self-ratings and peer nominations and their prediction of peer acceptance and peer rejection. *Journal of Personality Assessment*, 69(3), 534–554. Doi: 10.1207/s15327752jpa6903\_8
- Schyns, B. y Von Collani, G. (2002). A new occupational self-efficacy scale and its relation to personality constructs and organizational variables. *European Journal of Work and Organizational Psychology*, 11(2), 219-241. Doi.org/10.1080/13594320244000148
- Sherer, M., Maddux, J. E., Mercandante, B., Prentice-Dunn, S., Jacobs, B., y Rogers, R. W. (1982). The self-efficacy scale: Construction and validation. *Psychological Reports*, 51(2), 663-671.
- Simkin, H., Azzollini, S., y Voloschin, C. (2014). Autoestima y problemáticas psicosociales en la infancia, adolescencia y juventud. *Revista de Investigación en Psicología Social*, 1(1), 59–96.
- Smith, H. M. y Betz, N. E. (2000). Development and validation of a scale of perceived social self-efficacy. *Journal of Career Assessment*, 8(3), 283–301. Doi.org/10.1177/106907270000800306.
- Smith, H. M. y Betz, N. E. (2002). An examination of efficacy and esteem pathways to depression in young adulthood. *Journal of Counseling Psychology*, 49(4), 438–448. Doi.org/10.1037//0022-0167.49.4.438
- Sousa, L. y Lyubomirsky, S. (2001). Life satisfaction. En J. Worell (Ed.), *Encyclopedia of women and gender: Sex similarities and differences and the impact of society on gender (Vol. 2)* (pp. 667-676). San Diego, CA: AcademicPress.
- Stajkovic, A. D. y Luthans, F. (2003). Social cognitive theory and self-efficacy: Implications for motivation theory and practice. En L.W. Porter, G.A. Bigley y M. Steers (Eds). *Motivation and Work Behavior* (pp. 126-140). Boston: McGraw-Hill/Irwin.
- Storch, E. A. y Masia-Warner, C. (2004). The relationship of peer victimization to social anxiety and loneliness in adolescent females. *Journal of Adolescence*, 27(3), 351-362. Doi: 10.1016/j.adolescence.2004.03.003
- Tian, L., Wang, D., y Huebner, E. S. (2015). Development and validation of the Brief Adolescents' Subjective Well-Being in School Scale (BASWBSS). *Social Indicators Research*, 120(2), 615–634. Doi: 10.1007/s11205-014-0603-0

- van der Linden, D., Scholte, R. H., Cillessen, A. H., te Nijenhuis, J., y Segers, E. (2010). Classroom ratings of likeability and popularity are related to the Big Five and the general factor of personality. *Journal of Research in Personality*, 44(5), 669-672. Doi: 10.1016/j.jrp.2010.08.007
- Vitterso, J. (2001). Personality traits and subjective well-being: emotional stability, not extraversion, is probably the important predictor. *Personality and Individual Differences*, 31(6), 903-914. Doi: 10.1016/S0191-8869(00)00192-6
- Vitterso, J. y Nilsen, F. (2002). The conceptual and relational structure of subjective well-being, neuroticism, and extraversion: once again, neuroticism is the important predictor of happiness. *Social Indicators Research*, 57(1), 89-118. Doi: 10.1023/A:1013831602280
- Watson, D., Suls, J., y Haig, J. (2002). Global self-esteem in relation to structural models of personality and affectivity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 83(1), 185-197. Doi: 10.1037/0022-3514.83.1.185
- Wei, M., Russell, D. W., y Zakalik, R. A. (2005). Adult attachment, social self-efficacy, self-disclosure, loneliness, and subsequent depression for freshman college students: A longitudinal study. *Journal of Counseling Psychology*, 52(4), 602-614. Doi:10.1037/0022-0167.52.4.602
- Yang, D. (2002). Depression, anxiety, and self-concept of middle school students. *Chinese Mental Health Journal*, 16(9), 633-635.
- Zeigler- Hill, V., Besser, A., Myers, E. M., Southard, A. C., y Malkin, M. L. (2013). The Status- Signaling Property of Self- Esteem: The Role of Self- Reported Self- Esteem and Perceived Self- Esteem in Personality Judgments. *Journal of Personality*, 81(2), 209-220. Doi: 10.1111/j.1467-6494.2012.00790.x