



La Percepción de Satisfacción Vital que tienen los Jóvenes y cómo Afecta a las Relaciones Sociales

Iriana H. Solari Cosme y María Trujillo Díaz

Grado de Trabajo Social, Universidad de La Laguna

119354201- Trabajo Fin de Grado

21 de junio de 2022

Resumen

Esta investigación contiene una serie de objetivos. Por un lado, como objetivo principal se investiga, analiza y conoce el grado de satisfacción vital de los/as jóvenes canarios y cómo afecta a sus relaciones sociales. Y, por otro lado, también se pretende conocer la capacidad de bienestar emocional de los jóvenes, observar si hay algún tipo de relación entre sus propios estados de ánimo y las emociones con la satisfacción vital y las relaciones sociales, y además investigar a qué dedican dichos jóvenes su tiempo libre.

Por lo tanto, este trabajo, pretende estudiar y conocer la realidad de cómo se sienten los jóvenes con su propia vida, si ese sentimiento puede afectar de alguna forma en sus relaciones sociales, y además observar el uso que le dan a su tiempo libre. Asimismo, para llevar a cabo esta investigación, se ha contactado con un instituto donde se ha pedido una autorización para poder realizar un cuestionario oficial obtenido del INJUVE (2006) a los jóvenes estudiantes de primero de bachillerato. Cabe destacar que la metodología empleada ha sido de carácter cuantitativa.

Para finalizar, como principales resultados podemos destacar que los jóvenes que han realizado el cuestionario han manifestado que están muy satisfechos con sus vidas y no cambiarían nada de ella, todo lo contrario de lo que se esperaba al iniciar la investigación ya que, como hipótesis, se había planteado que los jóvenes realmente no estaban felices con la forma en que llevaban sus vidas.

Palabras claves

Satisfacción vital, jóvenes, percepción generacional de los jóvenes, ocio y tiempo libre, relaciones sociales

Abstract

This research contains a number of objectives. On the one hand, as a main objective, the degree of life satisfaction of young Canarians and how it affects their social relations is investigated, analyzed and known. And, on the other hand, it is also intended to know the emotional well-being capacity of young people, to observe if there is any type of relationship between their own moods and emotions with life satisfaction and social relationships, and also to investigate what these young people dedicate their free time to.

Therefore, this work aims to study and know the reality of how young people feel about their own lives, if that feeling can affect in any way their social relationships, and also observe the use they give to their free time. Likewise, to carry out this research, an institute has been contacted where an authorization has been requested to be able to carry out an official questionnaire obtained from INJUVE (2006) to young students of first year of baccalaureate. It should be noted that the methodology used has been quantitative.

Finally, as main results we can highlight that the young people who have carried out the questionnaire have stated that they are very satisfied with their lives and would not change anything about it, the opposite of what was expected at the beginning of the research since, as a hypothesis, it had been proposed that young people were really not happy with the way they led their lives.

Key Words

Life satisfaction, young people, generational perception of young people, leisure and free time, social relationships.

Tabla de contenidos

Resumen.....	2
Marco teórico	7
Objetivos	17
Método	17
Participantes.....	17
Instrumentos y definición de variables medidas	18
Procedimiento	19
Resultados	21
Discusión.....	30
Conclusiones	34
Referencias.....	38
Anexos	40

Introducción

La satisfacción vital es un aspecto psicológico importante de la felicidad. Este último se refiere al estado del individuo en el que se satisfacen las necesidades objetivas y subjetivas (Cabañero et al., 2004; Kahn y Juster, 2002 como se citó en Murillo & Molero, 2012).

Aunque existen diferentes formas de abordar este concepto desde una perspectiva psicológica, el bienestar subjetivo es quizás el tema que más atención ha suscitado en la psicología social en los últimos años. Como señalan Triadó, Villar, Solé y Osuna (2005 como se citó en Murillo & Molero, 2012), la felicidad subjetiva estudia la experiencia emocional humana, la satisfacción en diversas áreas importantes y una valoración global de la vida misma. Se reconocen dos componentes del bienestar subjetivo: el emocional, conocido hoy como felicidad, que incluye un predominio periódico de la influencia positiva sobre la negativa (Lucas, Denner y Soh, 1996 como se citó en Murillo & Molero, 2012) y la percepción o satisfacción con la vida, como el factor que debe orientarse en esta investigación.

Asimismo, cabe considerar, como dijo Alles (2012, como se cita en Observatorio de la Juventud en España, 2015) que las distintas generaciones tienen características determinantes en el comportamiento de cada individuo que las producen y estos comportamientos varían en función de sus hábitos y rutinas. Es por ello, que la adolescencia es un periodo importante, donde se pueden abordar este tipo de aspectos, ya que es un periodo de socialización en el que los jóvenes están en pleno desarrollo y sujetos a múltiples cambios, lo que influye en su desarrollo del bienestar (Chavarría & Barra, 2014).

El objetivo de esta investigación, por un lado, es conocer el grado de satisfacción vital de los/as jóvenes canarios y cómo afecta a sus relaciones sociales presentando los resultados obtenidos tras realizar una investigación con diferentes participantes de primero de bachillerato del Instituto ÍES Teobaldo Power. Se ha realizado un trabajo de campo hallando

el conocimiento de la realidad, ya que se considera que no hay suficientes investigaciones e información acerca de este tema en concreto. Y, por otro lado, también se quiere conocer y percibir la capacidad que tienen estos jóvenes sobre su bienestar emocional, y la relación que tienen entre sus propios estados de ánimo y las emociones con las relaciones sociales.

Por ello, una de las razones de realizar este trabajo es el poder ir “descubriendo” conocimientos sobre el tema abordado y, la posible satisfacción o insatisfacción que tienen los jóvenes hoy en día con su propia vida contrastando lo que uno piensa sin tener conocimiento sobre ello y lo que en realidad ocurre.

Dicha investigación se divide en dos partes. En la primera parte, se describe de manera detallada y argumentada el tema principal de la investigación, aportando datos de interés y actualizados, además de señalar los factores de riesgo que puede ocasionar la percepción que tienen los jóvenes entrevistados sobre su vida. Y, en la segunda parte, se lleva a cabo una investigación a través de un cuestionario en el cual los jóvenes de primero de bachillerato deberán responder de forma anónima las preguntas que se plantean para luego poder hacer un vaciado y analizar los resultados obtenidos. Asimismo, se abordará una discusión en la que se interpretarán los resultados obtenidos y se relacionarán con los hallazgos que hemos recogido en el marco teórico.

Para concluir este trabajo de investigación, se explicará la conclusión a la que se ha llegado tras haber finalizado la investigación.

Marco teórico

La satisfacción vital se puede encontrar en el bienestar subjetivo, por ello, para definir este primer término, se debe incidir y definir el segundo de estos. El bienestar subjetivo se define como el grado en que una persona califica su vida en general o globalmente en términos de aspectos positivos, o en otras palabras, cuán cómoda se siente esa persona con su propia vida (Veenhoven, 1984, como se citó en Elena, Montes, Romera & Álvarez, 2014). De igual forma, Diener (1984, como se citó en Elena et al., 2014) define la satisfacción vital como un componente cognitivo del bienestar subjetivo. La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2013) establece que uno de los principales indicadores para el bienestar subjetivo en el contexto de salud para 2020 es la satisfacción vital. Además, recientemente numerosos investigadores se han interesado por realizar estudios del bienestar subjetivo debido a su vigencia extraordinaria en los últimos años (Lyubomirsky y Dickerhoof, 2005; Steel, Schmidt y Shultz, 2008; Oliva et al., 2010, como se citó en Videra & Reigal, 2013)

Por otro lado, la satisfacción vital representa una brecha percibida entre las ambiciones y los logros que se consiguen a lo largo de la vida, este rango evaluativo va desde el sentido subjetivo de cada persona hasta la vivencia de alguna experiencia crítica de fracaso, decepción, felicidad, entre otras. Además, el componente emocional constituye una gran relevancia a la hora de experimentar diferentes situaciones por la persona ya que se pueden crear vivencias tanto positivas como negativas. Por ello, estos componentes mantienen una relación entre sí, es decir, una persona que haya vivido experiencias emocionales positivas, tiene más probabilidad de que vea su vida de la misma manera, en cambio, si la persona ha vivido experiencias emocionales negativas, este tendría más probabilidades de que vea su propia vida poco deseable y negativa. En este aspecto, la satisfacción con la vida y el componente emocional del bienestar subjetivo tienden a correlacionarse, ya que, como se ha comentado con anterioridad, ambos factores están influenciados por la valoración que la

persona hace de los acontecimientos, actividades y eventos, movimientos y experiencias en las condiciones generales en las que transcurre su vida. Sin embargo, deben ser diferentes, porque así como la satisfacción con la vida es un resumen universal o una evaluación de la vida en general, el equilibrio emocional depende más de la respuesta, particularmente a eventos específicos de la vida (García, 2002)

Alles (2012, como se cita en Observatorio de la Juventud en España, 2015) considera que las distintas generaciones tienen características determinantes en el comportamiento de cada individuo que las producen, si bien es cierto, estos comportamientos varían en función de sus hábitos y rutinas. Por ello, la adolescencia es un periodo importante, donde se pueden abordar este tipo de aspectos, ya que es un periodo de socialización en el que los jóvenes están en pleno desarrollo y sujetos a múltiples cambios, lo que influye en su desarrollo del bienestar (Chavarría & Barra, 2014).

Desde hace décadas, la adolescencia se considera una etapa de la vida que se puede definir como problemática y conflictiva (Oliva, Ríos, Antolín, Parra, Hernando y Pertegal, 2010, como se cita en Chavarría & Barra, 2014). Sin embargo, en la visión actual de la adolescencia se considera que estos no son los problemas a ser resueltos, sino más bien personas en pleno desarrollo, es decir, se tiene una visión más optimista de esta etapa (Chavarría & Barra, 2014).

A través del desarrollo positivo en la adolescencia, se puede asumir que éstos tienen también fortalezas, las cuales deben ser identificadas y deben de utilizarse y trabajarse por medio de intervenciones efectivas, ya que el refuerzo positivo ayuda a alejar las malas conductas, fortaleciendo así las positivas. Por ello, es necesario la inclusión desde la juventud de terminologías como la felicidad, el bienestar subjetivo y la satisfacción con la vida (Giménez, Vasquez y Hervás, 2010; Luna, Laca y Mejía, 2011, como se citó en Chavarría & Barra,

2014). Es destacable que enfocar el desarrollo positivo en la infancia y juventud amplía las actitudes y habilidades que contribuyen a que los jóvenes crezcan en un entorno feliz con el fin de convertirse en adultos responsables y satisfechos (Oliva et al., 2010, como se citó en Chavarría & Barra, 2014).

Según Proctor, Linley y Maltby (2009, como se citó en Chavarría & Barra, 2014) argumentan que analizar los diversos factores en relación a la satisfacción vital en los jóvenes es de gran relevancia, ya que este tipo de investigaciones tiene una implicación de gran importancia para el funcionamiento psicológico, educacional y social de los jóvenes. Alguno de los factores psicológicos relacionados con el bienestar subjetivo y la satisfacción vital son la autoeficacia (Reina, Oliva y Parra, 2010; Yusoff, 2012 como se cita en Chavarría & Barra, 2014) y el apoyo social (Karademas, 2006; Moreno y Hidalgo, 2010 como se cita en Chavarría & Barra, 2014), sin embargo, existen pocas investigaciones respecto a esta población en específico.

1. ¿Cómo era la satisfacción vital años atrás?

Según INJUVE (2006) los jóvenes españoles, como en años anteriores, mantienen un buen ánimo. La evidencia es que siete de cada diez jóvenes describen su satisfacción vital en términos positivos como alegría, vitalidad, etc. Este porcentaje se ha mantenido constante desde 2003. Tampoco ha variado el número de jóvenes que valoran negativamente su estado de ánimo (30%), describiéndolo como estrés, ansiedad, etc.

En 2006, los/as jóvenes mantuvieron un alto nivel de satisfacción vital; el 88% dijo estar completamente satisfecho o muy satisfecho. La valoración positiva de la situación de los jóvenes mejoró ligeramente respecto al año anterior (84%), (INJUVE 2006).

Además, los aspectos del afecto y las relaciones interpersonales siguen siendo, como en años anteriores, las preguntas más satisfactorias para los jóvenes residentes en España en 2006. El

96% de los encuestados se muestran satisfechos (muchos encuestados) o en cierta medida con su familia y el 94% con sus amigos (INJUVE 2006).

2. Percepción generacional que tienen los/as jóvenes sobre sí mismos

En general, la autopercepción de un adolescente es en gran medida consistente con su comportamiento extrovertido y observador. Así, la agresión adolescente se asocia a sentimientos de soledad e insatisfacción con la vida (Moreno, Ramos, Martínez, & Musitu, 2010 como se cita en Limones, 2011) y la percepción de insatisfacción personal con ansiedad e inestabilidad emocional (Molina, Inda & Fernández, 2009 como se cita en Limones, 2011).

Bisquera (2000, como se citó en Limones, 2011) enfatiza los cambios en el autoconcepto y la etapa de la adolescencia, al mismo tiempo que destaca la presencia de una autoestima social aumentada y adecuada a la vida adolescente.

Estos cambios también varían según el sexo y las adolescentes suelen estar expuestas a estas motivaciones de manera más intensa. Por ello, los adolescentes muestran mayor preocupación por sus sentimientos y experiencias emocionales (Fernández Berrocal, Alcaide y Ramos, 1999 & Singh-Manoux, 2000 como se cita en Limones, 2011), compartiendo así más veces sus sentimientos y emociones (Garaigordobil & García, 2006 como se cita en Limones, 2011) por lo que tienen mayor riesgo de depresión y ansiedad. Asimismo, los chicos tienden a tener comportamientos más agresivos (Garaigordobil & García de G., 2006 como se cita en Limones, 2011), muestran menos empatía que las chicas y muestran más inhibiciones creativas y afectivas, lo que conduce a personalidades más reprimidas emocionalmente (Limones, 2011).

Según el estudio del INJUVE (2006), en el primer trimestre de 2006, la gran mayoría (83%) de los jóvenes en España afirman que notan problemas en nuestra sociedad. Los problemas

sociales más importantes desde el punto de vista de los jóvenes se identificaron específicamente en primer lugar como las drogas (12%), inseguridad y delincuencia (10%), las cuestiones económicas (8%), las cuestiones sociales (8%), la investigación y la educación (12%), (INJUVE, 2006).

Como se mencionó, en general, los jóvenes de nuestro país reportan tener un alto grado de satisfacción con la vida y felicidad. El principal aspecto de la felicidad de los jóvenes son las relaciones familiares (49%), seguido de las relaciones con amigos (17%) y las relaciones sentimentales (17%). En mucha menor medida, los jóvenes consideran divertirse y viajar (6%) así como su salud y apariencia (5%) como cosas que los hacen felices (INJUVE, 2006)

3. Percepción de la felicidad juvenil

Según la investigación de García (2002), la investigación muestra que la felicidad y la satisfacción con la vida comparten significados similares. Las personas llaman a la satisfacción vital una actitud y un sentimiento positivo a largo plazo sobre su vida. Desde este punto de vista, si se considera los diversos aspectos relevantes, la teoría de la satisfacción con la vida debería ser también una teoría de la felicidad y, en general, una teoría del bienestar subjetivo (García, 2002).

Existen evidencias empíricas de que los aspectos cognitivos y emocionales del bienestar subjetivo están interrelacionados (Beiser, 1974; Campbell, Converse & Rodgers, 1976; Diener, 1994; Kushman & Lane, 1980; Michalos, 1986 como se cita en García, 2002). Una de las principales dificultades para reconocer esta interrelación es la falta de medidas adecuadas, ya que muchas medidas de satisfacción con la vida suelen tener componentes emocionales. Asimismo, se observaron fuertes correlaciones entre escalas destinadas a medir el componente emocional o percibido del bienestar subjetivo (García, 2002).

Cabe mencionar que en los/as jóvenes, las relaciones con amigos/as producen más satisfacción y felicidad en los chicos que en las chicas. La felicidad asociada con estas relaciones con los/as compañeros/as tiende a perder importancia a medida que los adultos jóvenes envejecen (INJUVE, 2006).

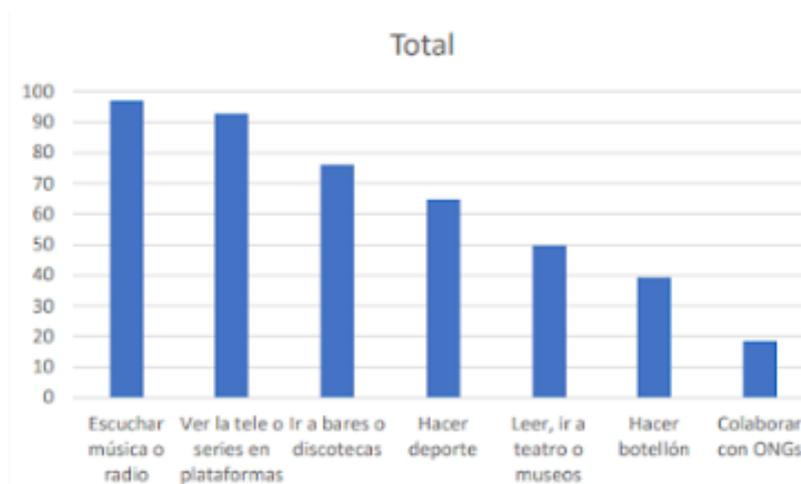
4. Ocio y tiempo libre de los jóvenes

Según la Organización Mundial de la Salud como se cita en Dirección General del INJUVE & Observatorio de la Juventud en España (2021), disfrutar de la relajación es un aspecto importante del desarrollo de cada individuo. Además, se refuerza la idea de que es un valor esencial para el desarrollo social, educativo y psicológico. Por lo tanto, es razonable creer que las actividades recreativas son especialmente importantes durante la adolescencia ya que es un momento crítico en el que se produce la transición a la vida adulta y se forman los valores personales.

Los datos más recientes de la Encuesta de Uso del Tiempo de 2010 indican que la distribución del tiempo de las tareas actuales ha cambiado profundamente. Por ejemplo, una medida ilustrativa respecto a la encuesta anterior (de 2003) es el aumento del tiempo que dedican las personas al cuidado personal (11,5 horas). Entre estos tratamientos, alrededor de las 8:49 am para dormir, 1h 49 min para vida social y 2h 57 min para consumir medios como televisión, radio o escuchar música. Sin embargo, el grupo de población más joven dedica más tiempo a actividades consideradas lúdicas (2 horas 18 min) y deportivas (2,5 horas) que los adultos (Dirección General del INJUVE & Observatorio de la Juventud en España, 2021).

Figura 1

Actividades que desarrollan habitualmente los y las jóvenes (porcentaje)



Fuente. INJUVE 2019 como se cita en Dirección General del INJUVE & Observatorio de la Juventud en España, 2021)

Como se puede comprobar, escuchar música/radio o ver películas/series son prácticas que se han normalizado en la vida cotidiana de este grupo específico de personas (Dirección General del INJUVE & Observatorio de la Juventud en España, 2021)

Asimismo, tras estas dos actividades, ir a bares y discotecas fue la tercera opción más indicada, con prácticamente el mismo valor que la información de años anteriores. Sin embargo, cabe señalar que el ejercicio regular solo alcanzó el 65%, número que choca con el valor de otros estudios comparativos (Dirección General del INJUVE & Observatorio de la Juventud en España, 2021).

Tabla 1*Actividades habituales de la juventud en función de género y edad (en porcentaje)*

	Total	Hombres	Mujeres	14-19	20-24	25-29
Escuchar música o radio	97	96.9	97.1	97.5	97.3	96.4
Televisión o series online	92.9	91.7	94	93.3	94	91.4
Ir a bares o discotecas	76.3	76.5	76.1	72.6	82.1	74.3
Hacer deporte	64.5	72.1	57	68.7	62.6	62.2
Leer, ir al teatro o museos	49.5	43.1	55.8	45.1	51	52.3
Hacer botellón	39.1	41.9	36.4	48.7	45.2	24.5
Colaborar con ONGs	18.5	15.9	21.2	15.5	20.1	20

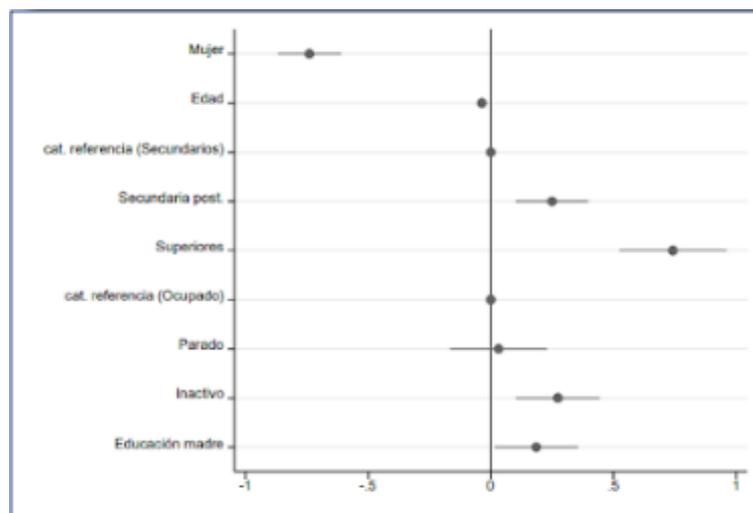
Fuente. INJUVE 2019 como se cita en Dirección General del INJUVE & Observatorio de la Juventud en España, 2021)

El primer factor esencial que hay que destacar es que las actividades más avanzadas (música, radio, series en plataformas, TV) están bastante a la par. No solo se evaluaron en general, sino que tampoco hubo diferencias significativas por sexo y edad (Dirección General del INJUVE & Observatorio de la Juventud en España, 2021)

De igual forma, hacer botellón fue una actividad más masculina (41,9%) que femenina (36,4%). Además, la edad es un factor muy importante en esta práctica, reflejando un importante en el punto más alto a los jóvenes con un 35,4% (Dirección General del INJUVE & Observatorio de la Juventud en España, 2021)

Figura 2.

Determinantes de la práctica habitual de deporte



Fuente. INJUVE 2019 como se cita en Dirección General del INJUVE & Observatorio de la Juventud en España, 2021)

La variable más significativa es ser mujer, y esta al obtener valores negativos, implicaría que los hombres son más propensos a afirmar que hacen ejercicio regularmente. La edad también tiene un efecto negativo: cuanto más joven eres, más susceptible eres a este saludable hábito. Además, se cree que los comportamientos sedentarios son más comunes en los niveles educativos más bajos (es decir, de entornos depresivos y vulnerables) (Dirección General del INJUVE & Observatorio de la Juventud en España, 2021).

5. Cómo afectan los estados de ánimo e insatisfacción vital en las relaciones sociales

Según Rieffe, Villanueva, Adrián & Górriz (2009) existen dos supuestos teóricos sobre los estados de ánimo y la adaptación emocional.

En primer lugar, se sugiere que surgen condiciones adversas cuando las emociones negativas no se controlan adecuadamente. Por ello, se hace una distinción entre cambios de humor “(estados afectivos globales, sin causa, objeto o inicio concreto)” y emociones “(estados afectivos que se encuentran ligados causalmente con un acontecimiento o situación específicos)” asumiendo que las emociones son un recordatorio de estos sentimientos, lo que exacerba estos sentimientos y el riesgo de estrés excesivo a largo plazo (Rieffe, Villanueva, Adrián & Górriz, 2009).

Y, en segundo lugar, la clave para controlar las emociones es la conciencia emocional (Lambie & Marcel, 2002, como se citó en Rieffe, Villanueva, Adrián & Górriz, 2009). La conciencia emocional es definida por Rieffe, Oosterveld, Miers, Meerum Terwoegt y Ly (2008), como se citó en Rieffe, Villanueva, Adrián & Górriz, 2009), como un sistema de enfoque que sirve para examinar y diferenciar emociones, encontrar las primeras e incluso ignorar movimientos físicos que forman parte de la experiencia emocional. Además, la conciencia emocional también incluye aspectos del comportamiento, como la forma de percibir las experiencias emocionales y dentro de uno mismo y de los demás.

Las personas con inteligencia emocional, por otro lado, pueden conocer y saber manejar sus propias emociones, además, reconocen las emociones de los demás e interactúan de manera efectiva (Suárez & Mendoza, 2008). Según Goleman (1999 como se cita en Suárez & Mendoza, 2008), las personas con inteligencia emocional pura o plena son equilibradas, sociables y extrovertidas, asumen responsabilidades y alcanzan un punto de vista moral, apoyan y cuidan sus relaciones.

El proceso de construcción de relaciones personales está estrechamente relacionado con las emociones, cómo se expresan los sentimientos y cómo se presentan las ideas. Cuando las personas no se comportan con tolerancia y respeto, desarrollan relaciones caracterizadas por la agresión y la frustración. Esto puede llevar a discordias, amenazas, etc. es decir, relaciones sociales conflictivas en las que la mayoría de las veces violan los derechos de las personas y generan conflictos (Suárez & Mendoza, 2008).

Objetivos

Objetivo general: Investigar, analizar y conocer el grado de satisfacción vital de los/as jóvenes canarios y cómo afecta a sus relaciones sociales.

- Objetivo específico 1: Conocer la capacidad de bienestar emocional de los jóvenes.
- Objetivo específico 2: Analizar si existe una relación entre el estado de ánimo y las emociones con la satisfacción vital y las relaciones sociales.
- Objetivo específico 3: Investigar a qué dedican los jóvenes su ocio y tiempo libre.

Hipótesis general: Existe una insatisfacción vital en la juventud.

Método

- Participantes

La investigación no presenta ninguna dificultad para cuantificar la población elegida, debido a que la satisfacción vital afecta a todo tipo de jóvenes, si bien es cierto que esta satisfacción no afecta solo a este sector en específico ya que puede afectar de igual manera al resto, es decir, a adultos y personas mayores.

Por un lado, se ha decidido establecer medidas de inclusión en la muestra además de añadir algunas limitaciones. En primer lugar, se ha establecido como medida de exclusión a aquellas personas que no cursen primero de bachillerato además de que no estén en los institutos

elegidos, el IES Teobaldo Power. Se ha elegido esta muestra con el objetivo de que el tamaño de esta fuese más reducido y así poder trabajar de forma más eficaz con los resultados obtenidos. Por otro lado, el cuestionario ha sido realizado por el INJUVE (2006), en el idioma español.

Como se ha establecido anteriormente, el propósito era recaudar una pequeña muestra de población joven para que de esta manera se pueda hacer una idea general de la percepción de satisfacción vital de los jóvenes y en cómo afecta a sus relaciones sociales. Por este motivo, no se ha decidido establecer un muestreo aleatorio. De esta forma, se ha recibido una muestra formada por los resultados de 97 jóvenes que han dado su consentimiento para la realización de este. A nivel general, presentan los siguientes datos sociodemográficos.

Tabla 2

Género de los/as participantes.

GÉNERO	N.º de participantes	Porcentaje de participantes
Femenino	62	60.14%
Masculino	35	33.95%
Total	97	100%

Nota. Elaboración propia (2022)

- **Instrumentos y definición de variables medidas**

La recogida de datos del estudio se centra en la parte cuantitativa del mismo, de esta manera se ha utilizado un cuestionario autocumplimentado realizado por el INJUVE (2006) y cumplimentado por los participantes como instrumento para recaudar los datos mediante su realización y distribución en Google Formularios. Dentro de este cuestionario se utilizó

diversas técnicas como la realización de encuestas y estableciendo escalas likert y de clasificación.

En dicho instrumento existen diferentes partes, las cuales están formadas por una parte que recauda los datos sociodemográficos de las personas participantes y por otro lado, la parte perteneciente al formulario que recoge los datos necesarios.

El cuestionario está compuesto por los siguientes apartados: datos sociodemográficos, problemas que perciben en la sociedad, problemas que les preocupan en el plano personal, cuestiones sobre su vida, sus aspiraciones, sus condiciones de vida, si se consideran felices. También el reconocimiento de sus emociones, sus actividades de ocio y sus relaciones sociales.

- **Procedimiento**

El procedimiento que se llevó a cabo para la recogida de los datos de los participantes se realizó a través de un cuestionario. De este modo, se realiza la codificación y depuración de la base de datos obtenidos a través del mismo para posteriormente hacer un análisis de ellos a través de Excel.

El trabajo de investigación ha sido realizado en tres diferentes etapas, las cuales forman parte del procedimiento para el mismo, y estas son: fase previa, trabajo de campo, análisis y resultados.

La primera etapa de la investigación, conocida como la fase previa, se realiza entre los meses de marzo y abril. Principalmente se realiza una selección de los objetivos que definirán la investigación y a continuación, se elige el método con el que se va a trabajar. Una vez seleccionado, se empieza a realizar una revisión del marco teórico, en este caso se realiza una consulta de artículos científicos sobre la satisfacción vital, el ocio y tiempo libre de los

jóvenes, la percepción de los jóvenes sobre sí mismos, entre otros. Así, se consigue una información clara y precisa, orientada hacia los objetivos a tratar y hacia dónde se quiere focalizar la investigación.

La segunda etapa, denominada trabajo de campo, se comienza a realizar a mediados de abril, con una duración aproximada de quince días. A partir de esta etapa, se selecciona el cuestionario oficial con el que se va a trabajar las distintas cuestiones planteadas durante la investigación.

En el proceso de recogida de datos, se analiza los mismos y se observa que dentro de ellos se encuentran los criterios de inclusión y exclusión expuestos en la investigación. Es importante tener en cuenta que el cuestionario se ha repartido a la población en base a los objetivos de la misma.

Terminado el proceso de recogida de datos, comienza una nueva etapa conocida como análisis y resultados. Esta es trabajada durante el mes de mayo y a través de ella, se realiza un tratamiento estadístico de los cuestionarios, analizando los datos obtenidos de la misma. El tipo de análisis realizado para los datos es de tipo descriptivo.

Resultados

En este punto se presentan los resultados de la investigación “La Percepción de Satisfacción Vital que tienen los Jóvenes y cómo Afecta a las Relaciones Sociales”.

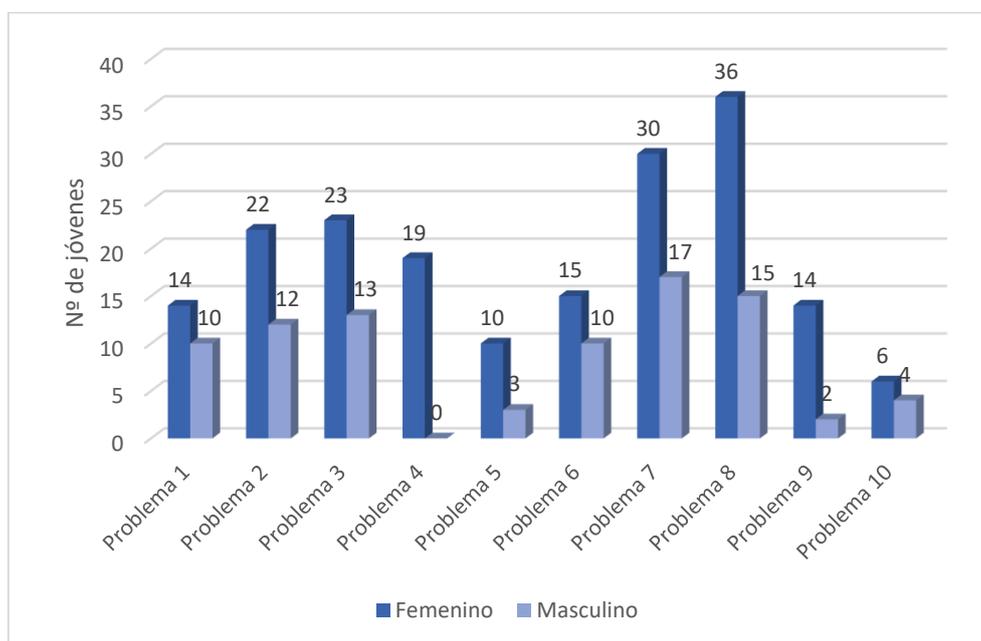
Las preguntas de investigación se centran en saber si los participantes se consideran felices, si se sienten satisfechos con sus propias vidas, sus hábitos de ocio, cómo perciben los problemas de la sociedad, entre otras.

A continuación, se agrupan por objetivos específicos las diversas cuestiones del cuestionario con la finalidad de obtener una mayor comprensión de los resultados obtenidos.

En cuanto al objetivo específico 1

Figura 3

¿Podrías decirme cuáles son, a tu juicio, los dos principales problemas que existen en la sociedad actual?



Nota. *Elaboración propia (2022)*

Tabla 3*Denominaciones de los problemas.*

Denominaciones	
Problema 1	Las drogas
Problema 2	La inseguridad, la delincuencia
Problema 3	Los problemas económicos
Problema 4	La familia, las relaciones familiares
Problema 5	Las relaciones afectivas
Problema 6	El futuro
Problema 7	Los problemas sociales
Problema 8	La violencia
Problema 9	La salud
Problema 10	Otros problemas

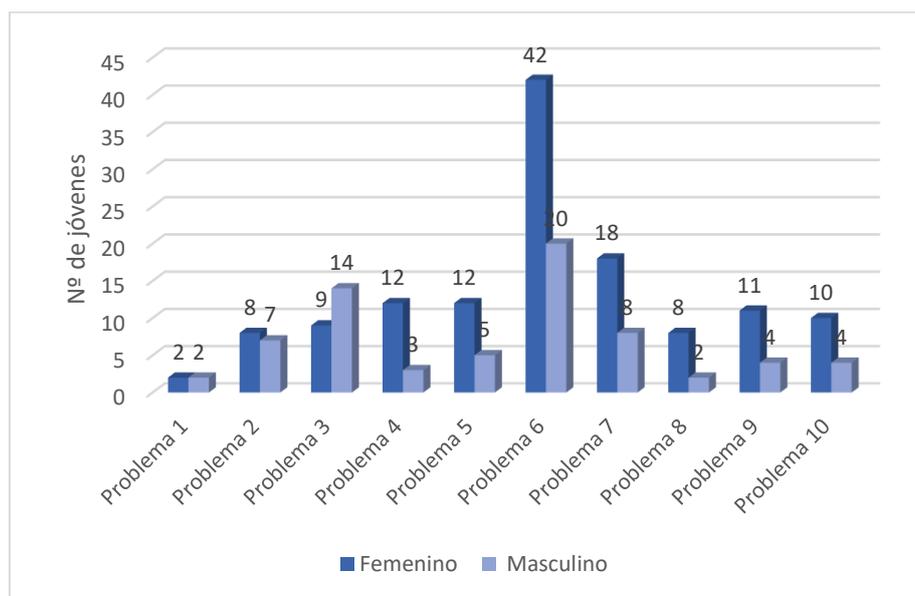
Nota. *Elaboración propia (2022)*

Según los participantes, los dos principales problemas que existen en la sociedad actual son la problemática 7 y 8, es decir, los problemas sociales y la violencia respectivamente. Por otro lado, se destaca que en la problemática 4, 5, 9 y 10, se puede comprobar que el género masculino no las ve como cuestiones que realmente sean una problemática en la sociedad actual.

En cuanto al objetivo específico 1

Figura 4.

Y centrándonos en tu caso concreto, ¿podrías decirme cuáles son los dos problemas que más te preocupan en el plano personal?



Nota. Elaboración propia (2022)

Tabla 4

Denominaciones de los problemas.

Denominaciones	
Problema 1	Las drogas
Problema 2	La inseguridad, la delincuencia
Problema 3	Los problemas económicos
Problema 4	La familia, las relaciones familiares
Problema 5	Las relaciones afectivas

Problema 6	El futuro
Problema 7	Los problemas sociales
Problema 8	La violencia
Problema 9	La salud
Problema 10	Otros problemas

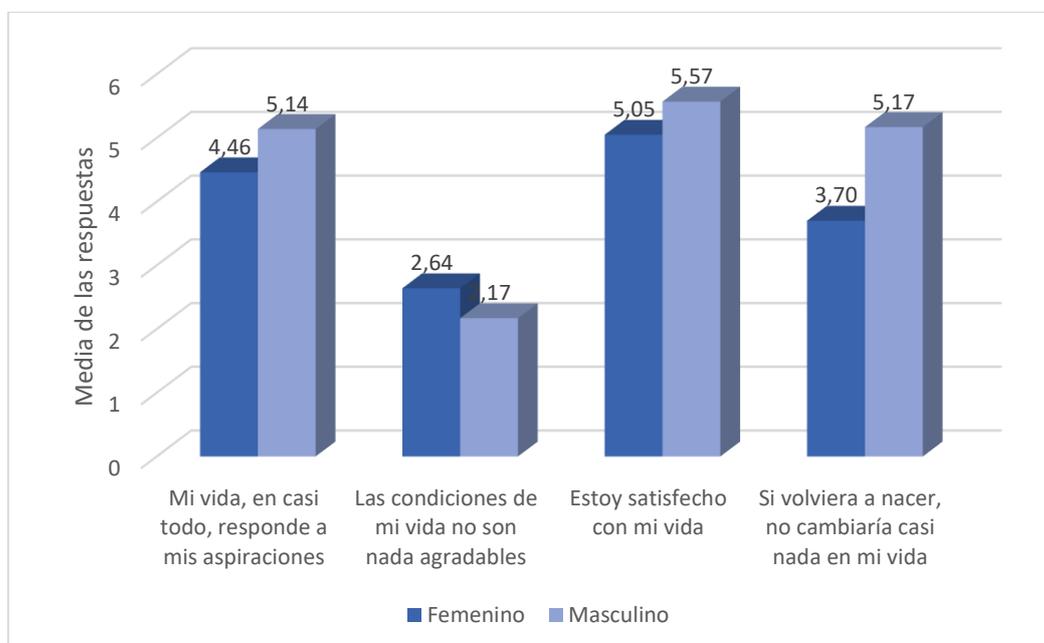
Nota. *Elaboración propia (2022)*

En cuanto a los problemas en el plano personal, es de gran relevancia destacar la diferencia de puntuación entre el género femenino frente al masculino en la problemática 6, es decir, en el futuro, con 22 puntos de diferencias.

En cuanto al objetivo específico 1 y 2

Figura 5.

¿Podrías decir, hasta qué punto estás muy en desacuerdo- muy de acuerdo con cada una de las siguientes frases?



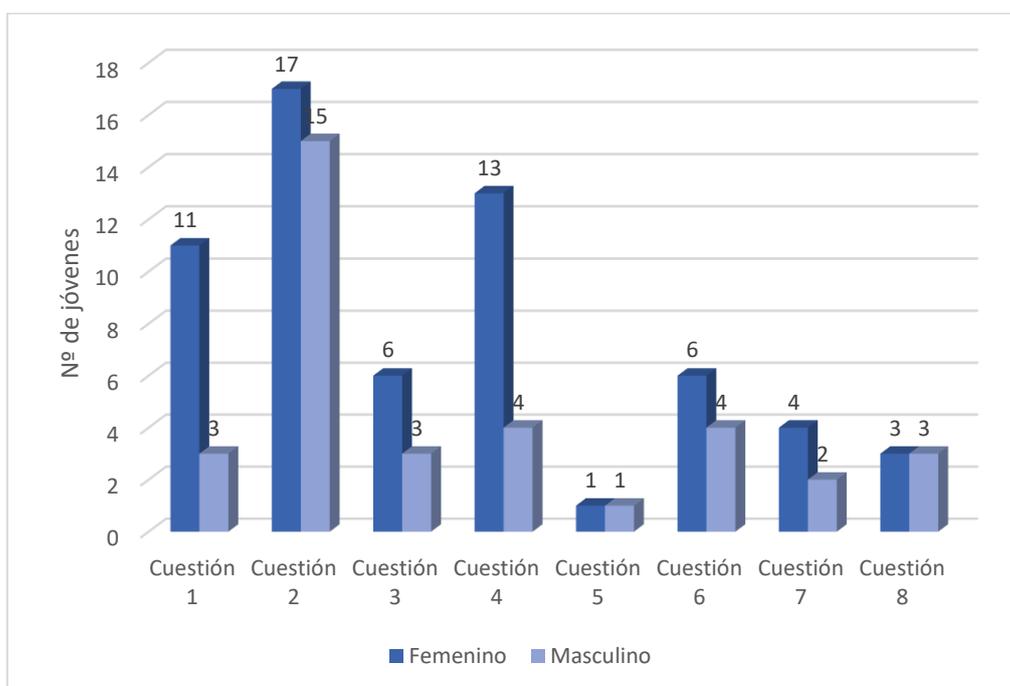
Nota. *Elaboración propia (2022)*

En este gráfico se puede comprobar la media de las respuestas de los jóvenes participantes. Estas respuestas variaban entre “Muy en desacuerdo”, el cual era la puntuación 1, hasta “Muy de acuerdo”, siendo esta la puntuación 7. Es destacable comentar que en la afirmación en la que más están en desacuerdo es “las condiciones de mi vida no son nada agradables” y con la que más están de acuerdo es con la de “estoy satisfecho con mi vida”.

En cuanto al objetivo específico 2

Figura 6.

¿Podrías decirme qué es lo que te hace feliz?



Nota. *Elaboración propia (2022)*

Tabla 5*Denominaciones de las cuestiones.*

Denominaciones	
Cuestión 1	Las relaciones con la familia
Cuestión 2	Las relaciones con los amigos
Cuestión 3	Las relaciones afectivas o de pareja.
Cuestión 4	La diversión, los viajes
Cuestión 5	Los bienes materiales
Cuestión 6	Mi salud física, mi aspecto físico
Cuestión 7	Otros aspectos personales
Cuestión 8	Otras respuestas

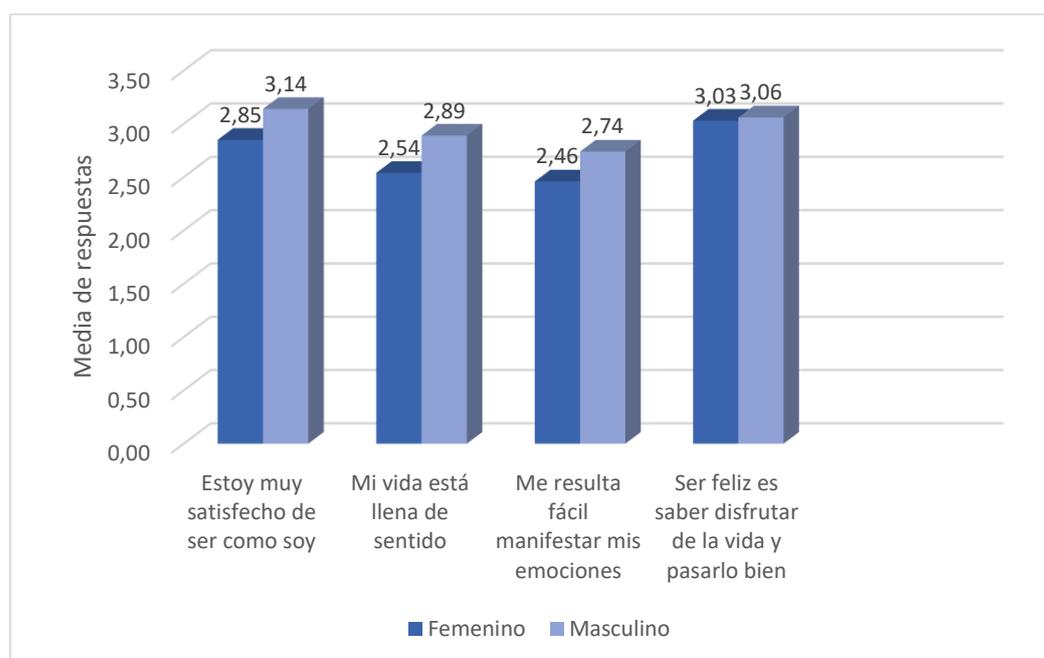
Nota. *Elaboración propia (2022)*

En general, los jóvenes participantes han respondido que una de las cuestiones que más les hace feliz son las relaciones con los amigos y la que menos les hace feliz son los bienes materiales ya que esta última cuestión ha obtenido únicamente dos votaciones, uno por parte del género femenino y otra por el género masculino.

En cuanto al objetivo específico 1 y 2

Figura 7

¿Podría decirme hasta qué punto estás muy en desacuerdo o muy de acuerdo con cada una de las siguientes frases?



Nota. *Elaboración propia (2022)*

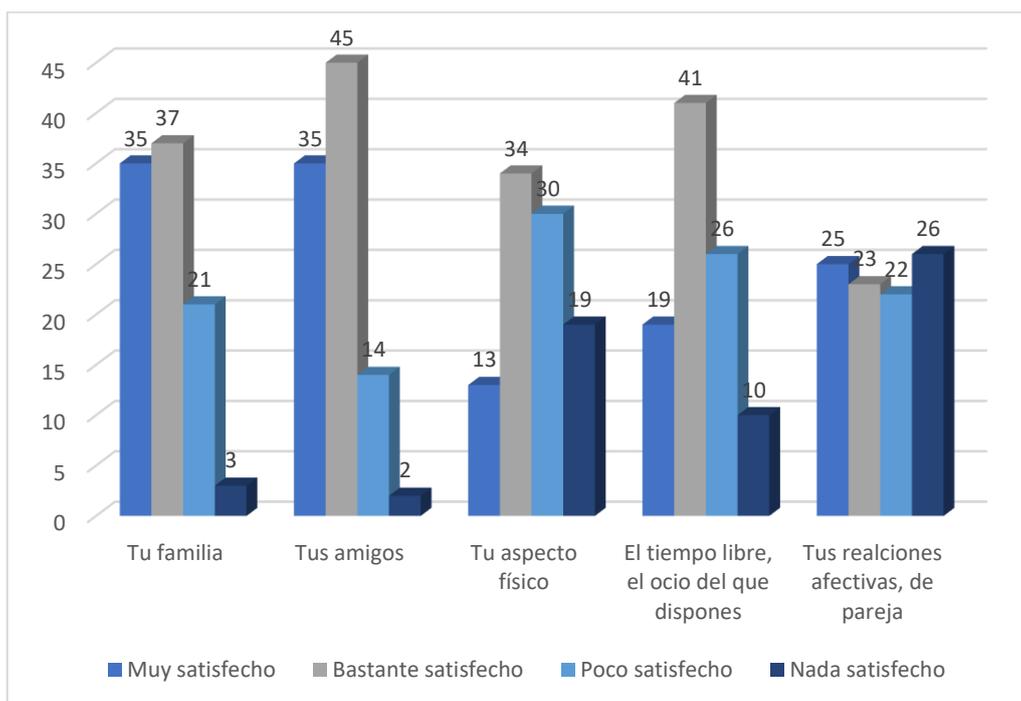
En este gráfico se puede comprobar la media de las respuestas de los jóvenes participantes.

Estas respuestas variaban entre “Muy en desacuerdo”, el cual era la puntuación 1, hasta “Muy de acuerdo”, siendo esta la puntuación 4. Es destacable comentar que las 4 afirmaciones mantienen la media por encima de la mitad (2), lo que implicaría que la mayoría de los participantes están de acuerdo con estas afirmaciones.

En cuanto al objetivo específico 2

Figura 8

En relación con cada uno de los siguientes aspectos de tu vida personal, ¿podría decirme si te encuentras muy satisfecho, bastante satisfecho, poco o nada satisfecho?



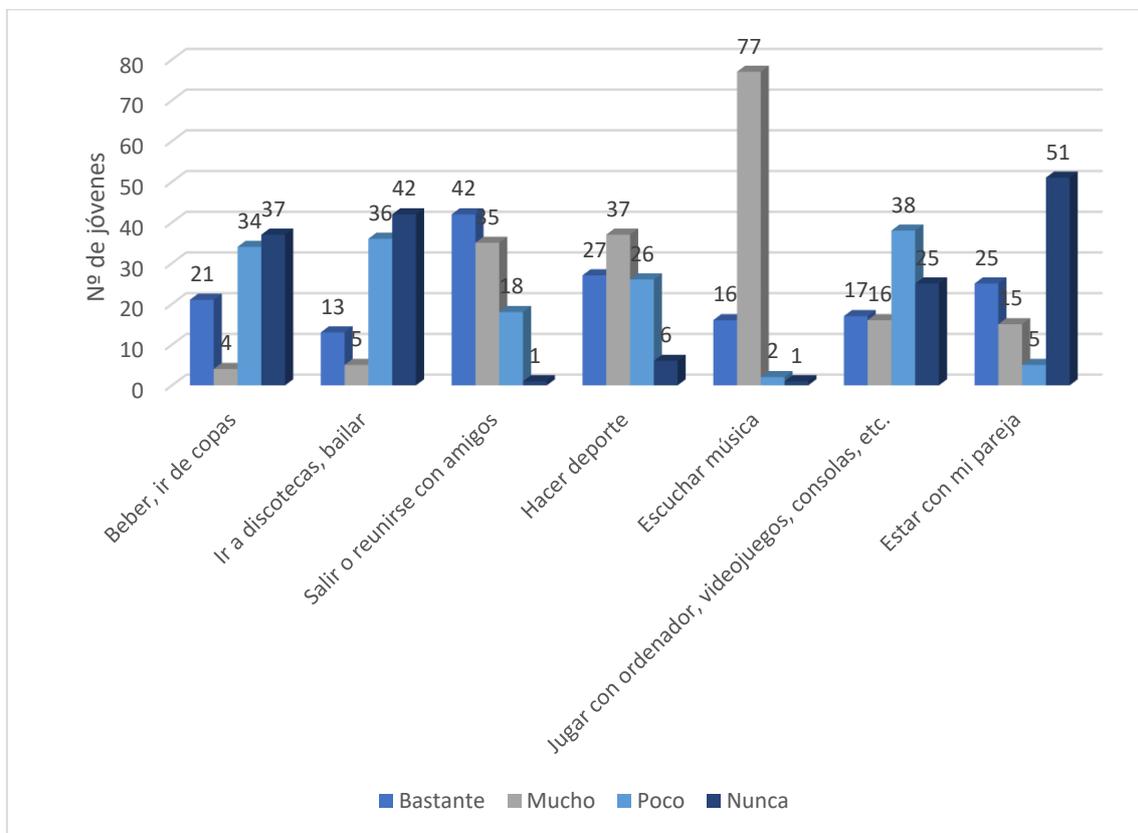
Nota. *Elaboración propia (2022)*

En cuanto a esta figura, en general la población joven se encuentra muy satisfecho con su familia, bastante satisfecho en cuanto a la relación con sus amigos, poco satisfecho con su tiempo libre, el ocio del que dispone y nada satisfecho con sus relaciones afectivas, de pareja.

En cuanto al objetivo específico 3

Figura 9

¿Con qué frecuencia practicas cada una de estas cuestiones?



Nota. *Elaboración propia (2022)*

La actividad de ocio y tiempo libre que practican los jóvenes es escuchar música y la actividad que menos realizan es estar con sus respectivas parejas.

Discusión

El objetivo principal de este Trabajo Fin de Grado consiste en investigar, analizar y conocer el grado de satisfacción vital de los/as jóvenes canarios y cómo afecta a sus relaciones sociales. Para ello, se ha llevado a cabo esta investigación en la cual se ha realizado un cuestionario en el instituto del IES Teobaldo Power, para posteriormente, analizar los resultados obtenidos con la finalidad de observar y averiguar si la hipótesis planteada desde un principio se cumple o no, es decir, si es cierto que existe una insatisfacción vital en los jóvenes.

Con respecto a las percepciones de los jóvenes en los problemas que existen en la sociedad actual y los problemas que les preocupan en el plano personal existe una diferencia de puntuaciones en todos los apartados expuestos (drogas, inseguridad, delincuencia, el futuro...) ya que cuando se habla de los problemas que observan ellos en la sociedad las puntuaciones no se concentra en alguna problemática en específico en las respuestas de ningún género, sin embargo, cuando se pregunta por los problemas que le preocupan en el plano personal las respuestas cambian y se centra, sobre todo en el género femenino, en la problemática 6, la del futuro (véase figura 3 y 4)

En cuanto a la figura 5, los datos obtenidos indican que no existe gran diferencia de puntuaciones, a excepción de la segunda cuestión “las condiciones de mi vida no son nada agradables” ya que esta es la única cuestión que se plantea en negativo, es decir, a la inversa, por lo que los participantes no han estado de acuerdo con esta afirmación. Por ello, es destacable señalar la buena puntuación y media que obtiene la cuestión “Estoy satisfecho con mi vida” la cual implica que los jóvenes encuestados consideran que existe una satisfacción vital en su mayoría, lo que significa que la hipótesis general (“Existe insatisfacción vital en los jóvenes”) planteada no se cumple. Además, en las revisiones teóricas, en algunas

investigaciones como por ejemplo INJUVE (2006), mencionan que en general, los jóvenes del país reportan tener un alto grado de satisfacción vital y felicidad.

En cuanto a lo que le hace feliz a los jóvenes (véase figura 6), se hallan diferencias entre el género de los participantes, pero si bien es cierto que en la investigación participaron casi el doble de personas con el género femenino que del masculino. Se observa que lo que más le hace feliz a los jóvenes es la relación con sus amistades, tanto en el género femenino como el masculino.

Es destacable comentar que las respuestas del género femenino también señalan otras dos cuestiones que le hace felices, en el género opuesto, las demás cuestiones obtienen una puntuación muy baja, es decir, se centra únicamente como mayor felicidad y satisfacción las diversas relaciones de amistad.

Estos hallazgos van en contra del estudio de INJUVE (2006), ya que el principal aspecto de felicidad de los jóvenes no eran las relaciones con sus amigos, sino las relaciones familiares, las cuales en el género femenino ocupan el tercer lugar y el segundo lugar para el género opuesto.

En relación a la figura 7, los hallazgos obtenidos son todos favorables. Los jóvenes mantienen una relación positiva ante las distintas afirmaciones que se plantean en la pregunta, la puntuación mínima es un 1, estando muy en desacuerdo y la máxima respuesta era un 4, estando muy de acuerdo, lo que implica que las respuestas de ambos géneros están por encima de la media (2), lo que a su vez significa que están de acuerdo con estas afirmaciones positivas.

Por ello, como se ha podido comprobar en figuras anteriores (véase figura 5), los participantes consideran tener una alta satisfacción vital y a su vez (véase figura 7),

consideran tener “una vida llena de sentido”, lo que implicaría que se sienten felices con cómo ha sido y está siendo su vida. Con lo cual, existe una relación importante entre la satisfacción vital, el sentido de la vida y la felicidad de los jóvenes, siendo esta correlación bastante positiva. Por consiguiente, esto se puede corroborar en la investigación de García (2002), donde muestra que la felicidad y la satisfacción con la vida comparten significados similares y muy importantes. Además, desde este punto de vista, si se consideran los diversos aspectos relevantes y que se pueden relacionar, la teoría de la satisfacción con la vida debería ser también una teoría de la felicidad y, en general, una teoría del bienestar subjetivo (García, 2002).

En relación con la figura 8, existe una satisfacción con las cuestiones planteadas; la familia; los amigos; el aspecto físico; el ocio y el tiempo libre que disponen, a excepción de las relaciones afectivas, de pareja. Esta cuestión obtiene por todos los participantes un rango de satisfacción desde el 22 hasta el 26, siendo el 22 votaciones poco satisfactorio y 26 nada satisfactorio.

Finalmente, en referencia a las actividades de ocio y tiempo libre, en su mayoría lo que suelen hacer los jóvenes es escuchar música, obteniendo 77 respuestas de los participantes, seguido de salir y reunirse con amigos (42 respuestas). Las dos primeras actividades que los jóvenes no realizan es estar con sus parejas, cuestión que ha obtenido 51 votaciones e ir a discotecas y bailar, obteniendo 42 votaciones. Es probable que esta última cuestión se encuentre en este lugar ya que, aunque estemos hablando de jóvenes, los participantes encuestados se encuentran en la minoría de edad, por lo que no pueden acceder a clubes ni discotecas. En el estudio de INJUVE (2019, como se cita en Dirección General del INJUVE & Observatorio de la Juventud en España, 2021), se halla que la actividad que más realizan los jóvenes es escuchar la música o la radio, en segundo lugar, la elección de los participantes del estudio votaron por ver la televisión o series online, cuestión que ha cambiado a lo largo

de los años ya que como se comentó con anterioridad, la cuestión elegida por los participantes de este estudio han elegido salir y reunirse con amigos.

A pesar de los resultados obtenidos el estudio no está exento de limitaciones ya que en primer lugar hubo diversas complicaciones para poder obtener una muestra más amplia para que la investigación pudiera desarrollarse, por ejemplo, en más etapas de la juventud. Pero pese a la limitación de tiempo impuesta para realizar la investigación y el poco apoyo de las instituciones, solo se ha obtenido una muestra de 96 estudiantes de primero de bachillerato del IES Teobaldo Power.

A pesar de estas limitaciones, este Trabajo de Fin de Grado puede ayudar y complementar a otras investigaciones que se relacionen. Es destacable comentar que en la búsqueda de información no se ha hallado ninguna investigación concretamente de la población canaria, por lo que esta investigación podrá servir para futuras investigación más profundas y amplias, es decir, con diferentes poblaciones diana para un mejor y mayor análisis de datos. Por ello, es importante la realización de estudios de esta magnitud que puedan servir para realizar, por ejemplo, proyectos de intervención con jóvenes para mejorar su satisfacción vital, felicidad y percepción de sí mismos y sus relaciones sociales.

Conclusiones

Esta investigación, se ha centrado en la posible satisfacción vital que tienen los jóvenes de bachillerato de un instituto de Santa Cruz de Tenerife. Por este motivo, su objetivo general se centra en investigar, analizar y conocer el grado de satisfacción vital de los/as jóvenes canarios y cómo afecta a sus relaciones sociales y, a raíz de ello, la hipótesis general que se plantea dentro de la investigación se centra en que si existe una insatisfacción vital en la juventud. Partiendo de esta base, se ha realizado un cuestionario del INJUVE (2006) para la recogida de datos de una pequeña muestra de la población joven. De este modo, a través del análisis realizado de los datos obtenidos, se puede determinar si se cumplen las diversas cuestiones planteadas principalmente a través de sus objetivos e hipótesis.

A lo largo del desarrollo de este Trabajo de Fin de Grado en la literatura encontrada y en los resultados obtenidos se ha conocido y observado la verdadera existencia, en su mayoría, de una satisfacción vital en los jóvenes entrevistados. Con lo cual, la hipótesis general de esta investigación no se ha cumplido, siendo esta, como se ha comentado con anterioridad, “existe una insatisfacción vital en la juventud”.

Además, también se ha encontrado a lo largo de la investigación una importante correlación entre los términos “bienestar subjetivo”, “satisfacción vital”, “felicidad” y “percepción generacional que tienen los jóvenes sobre sí mismos”, siendo cuestiones que dependen una de la otra, por ejemplo dependiendo de la felicidad que tenga una persona su satisfacción vital será mayor o menor.

Según el Art. 14.4 Decreto 23/1995, de 24 de febrero, por el que se regula la orientación educativa en la Comunidad Autónoma Canaria, algunas de las funciones del Trabajador/a Social que se pueden aplicar en esta investigación son:

1. Participar en el desarrollo de programas que satisfagan las necesidades sociales de los estudiantes.
 - a. Diseñar proyectos específicos que aborde la satisfacción vital y que a su vez, contribuya a la educación en valores del alumnado prevengan problemática social en los institutos.
2. Reforzar la coordinación entre las distintas unidades y organismos que trabajan en este campo.
 - a. Ser partícipe en la creación de protocolos de actuación de manera coordinada con otros recursos de la zona para los jóvenes.
 - b. Promover la creación de recursos sociales y personales para utilizarlos de forma creativa en caso de que existiese una insatisfacción vital por parte del alumnado
3. La colaboración en la prevención y detección de indicadores de peligro puede dar lugar a la desinformación social y escolar.
 - a. Proporcionar información sobre los aspectos sociales y familiares del alumno, y aportar y/o desarrollar estrategias de trabajo.
 - b. Informar sobre el procedimiento a los profesores/as y demás personal del instituto que se ha de seguir cuando se detecten indicadores de riesgo en el alumnado.
 - c. Trabajar con los docentes para asesorar a las familias en la crianza de su hijo e hija, con foco en desarrollar relaciones de colaboración entre los miembros de la comunidad educativa en caso de insatisfacción.
4. Coordinación con otros centros educativos en la prestación de recomendaciones para mejorar los mecanismos de convivencia y participación de los miembros de la comunidad educativa.

- a. Diseñar estrategias que contribuyan a estimular la competencia social de los estudiantes.

Por otro lado, existen diferentes líneas de actuación o de intervención del Trabajo Social que se plantean ante los resultados expuestos de los jóvenes de bachillerato del IES Teobaldo Power. A continuación, se nombran varias líneas de actuación:

1. Investigar otro instituto y hacer un análisis cruzado para ver las diferencias de resultados entre ambos institutos, con el estudio del mismo nivel, es decir, primero de bachillerato.
2. Investigar en el instituto de esta investigación y otro, para hacer un análisis cruzado de ambos institutos, con el estudio de diferentes niveles, es decir, educación secundaria y bachillerato.
3. Investigar otros institutos en el contexto rural para así poder analizar el contexto urbano-rural y observar sus diferencias y similitudes.
4. Realizar proyectos de intervención con los jóvenes del instituto investigado, el IES Teobaldo Power.
5. Realizar proyectos de intervención desde esta investigación, con jóvenes de diferentes institutos de la isla de Tenerife.
6. Realizar proyectos de intervención a nivel Municipal de la Isla de Tenerife o a nivel de las Islas Canarias.

Asimismo, existen líneas de continuidad del Trabajo Social en la investigación del tema que se quedan abiertas, por lo que se proponen diversas cuestiones para la mejora de la investigación:

1. Retomar la investigación en el siguiente año de realización de los Trabajo Fin de Grado por otros alumnos/as. Con esto lo que se podría lograr es que se profundice en

mayor medida y se haga una investigación más extensa, es decir, podría centrarse en alguna línea de actuación expuesta con anterioridad para seguir el desarrollo de este.

2. Que las alumnas una vez graduadas de Trabajo Social, retomen la investigación y realicen todas las líneas de actuación expuestas con anterioridad convirtiéndose así en una investigación extensa.

Para finalizar, esta investigación del Trabajo de Fin de Grado concluye que, en base a los resultados obtenidos de esta investigación, se reafirma la existencia de satisfacción vital y felicidad en los jóvenes de primero de bachillerato del IES Teobaldo Power.

Referencias

Art. 14.4 Decreto 23/1995, de 24 de febrero, por el que se regula la orientación educativa en
la Comunidad Autónoma Canaria

Chavarría, M. P., & Barra, E. (2014). Satisfacción Vital en Adolescentes: Relación con
la Autoeficacia y el Apoyo Social Percibido. *Terapia psicológica*, 32(1), 41–46.
<https://doi.org/10.4067/s0718-48082014000100004>

Dirección General del INJUVE & Observatorio de la Juventud en España. (2021).
Informe Juventud en España 2020. Instituto de la Juventud.

Elena, M. J. S., Montes, J. M. G., Romera, M. V., & Álvarez, M. P. (2014).
Enfermedad crónica: satisfacción vital y estilos de personalidad adaptativos.
Clínica y Salud, 25(2), 85–93. <https://doi.org/10.1016/j.clysa.2014.06.007>

García Martín, M. N. (2002). El bienestar subjetivo. *Escritos de Psicología –
Psychological Writings*, 6, 18–39. <https://doi.org/10.24310/epsiesepsi.vi6.13409>

INJUVE. (2006). Pool on the 38oung38n and situation of 38oung (2nd survey 2006)
Generational Perception, Values and Attitudes, Quality of Life and Happiness.
INJUVE.

Limones Silva, I. (2011). Adolescentes y Percepción de sí mismo: La Construcción de
una Imagen Realista de la Adolescencia desde la Familia y la Escuela. *Etic@net.
Revista científica electrónica de Educación y Comunicación en la Sociedad del
Conocimiento*, 11, 233–252. <https://doi.org/10.30827/eticanet.v11i0.16818>

Murillo Muñoz, J. & Molero Alonso, F. (2012). La satisfacción vital: su relación con el
prejuicio, la identidad nacional, la autoestima y el bienestar material, en
inmigrantes. *Acta Colombiana de Psicología*, 15 (2),99-108. ISSN: 0123-9155.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=79825836005>

Observatorio de la Juventud en España. (2015). *Jóvenes y generación 2020* (Vol. 108).

Instituto de la Juventud.

Organización Mundial de la Salud (2013). Joint meeting of experts on targets and indicators for health and well-being in Health 2020

Rieffe, C., Villanueva, L., Adrián, J. E., & Górriz, A. B. (2009). Quejas somáticas, estados de ánimo y conciencia emocional en adolescentes. *Psicothema*, *21*(3), 459–464.

Suárez, P. I., & Mendoza, B. (2008). Desarrollo de la inteligencia emocional y de la capacidad para establecer relaciones interpersonales e intrapersonales.

Universidad Pedagógica Experimental Libertador, *14*(27), 76–95.

Videra-García, A., & Reigal-Garrido, R. E. (2013). Autoconcepto físico, percepción de salud y satisfacción vital en una muestra de adolescentes. *Anales de Psicología*, *29*(1). <https://doi.org/10.6018/analesps.29.1.132401>

Anexos

Anexo 1.

Consentimiento informado

1. He recibido información y explicación clara y suficiente de la Investigación de TFG **“La percepción de satisfacción vital que tienen los jóvenes y cómo afecta a las relaciones sociales”** y de la evaluación que se va a realizar de éste.
2. Se me ha solicitado la participación voluntaria en este proyecto y en la evaluación final del mismo.
3. Se me ha informado/a de las medidas de protección de datos personales.
4. También he sido informado/a del derecho a no prestar mi consentimiento cuando lo desee.
5. Por último, se me ha informado que recibiré, si lo deseo, un enlace vía email, donde podré observar los resultados y evaluaciones del TFG.
6. En el proceso de recogida de datos se garantiza el anonimato y la voluntad de participación atendiendo al Reglamento (UE) 2016/679 del Parlamento Europeo y la LO 3/2018, de 5 de diciembre, de Protección de Datos Personales y Garantía de los Derechos Digitales. Toda la información que nos aporta es totalmente confidencial y anónima.
7. EXPRESO MI CONSENTIMIENTO a que durante el proceso de ejecución y evaluación del citado TFG:
 - a. Se me consulte y realice preguntas relativas a mi satisfacción vital y mis relaciones sociales.
 - b. Se registre la información obtenida en esta sesión.
 - c. Estén presente las dos alumnas del TFG, además de mi profesor/a, en función de observador/a.

- Sí
- No

Anexo 2.

CUESTIONARIO

DATOS SOCIODEMOGRÁFICOS

1. Género

- Masculino
- Femenino
- Prefiero no decirlo

2. Curso al que pertenezco

- 1° de Bachillerato
- 2° de Bachillerato

3. Instituto en el que estudio

- IES Teobaldo Power
- IES Benito Pérez Armas

Responde a las siguientes cuestiones de manera espontánea (multirrespuesta: máximo dos respuestas)

1. Para comenzar, ¿podrías decirme cuáles son, a tu juicio, los dos principales problemas que existen en la sociedad actual?

- Las drogas
- La inseguridad, la delincuencia
- Los problemas económicos

- La familia, las relaciones familiares
- Las relaciones afectivas
- El futuro
- Los problemas sociales
- La violencia
- La salud
- Otros problemas
- Ningún problema

2. Y centrándonos en tu caso concreto, ¿podrías decirme cuáles son los dos problemas que más te preocupan en el plano personal?

- Las drogas.
- La inseguridad, la delincuencia.
- Los problemas económicos.
- La familia, las relaciones familiares.
- Las relaciones afectivas.
- El futuro.
- Los problemas sociales.
- La violencia.
- La salud.
- Ningún problema.
- Otros problemas.

A continuación, encontrarás cinco frases con las que puedes estar de acuerdo o en desacuerdo. Utilizando una escala del 1 al 7, donde el 1 significa “muy en desacuerdo” y el 7 “muy de acuerdo”, indica tu grado de acuerdo con cada frase.

1. Mi vida, en casi todo, responde a mis aspiraciones

Muy en desacuerdo 2 3 4 5 6 Muy de acuerdo

2. Las condiciones de mi vida no son nada agradables

Muy en desacuerdo 2 3 4 5 6 Muy de acuerdo

3. Estoy satisfecho con mi vida

Muy en desacuerdo 2 3 4 5 6 Muy de acuerdo

4. Si volviera a nacer, no cambiaría casi nada en mi vida

Muy en desacuerdo 2 3 4 5 6 Muy de acuerdo

En cada una de las siguientes frases o preguntas, señala qué punto de la escala consideras que describe mejor lo que sientes.

1. En general, me considero: Nada Feliz - Muy Feliz

Nada feliz 2 3 4 5 6 Muy feliz

2. En comparación con la mayoría de mis iguales, me considero: Menos Feliz - Más Feliz

Nada feliz 2 3 4 5 6 Muy feliz

3. Hablando en general, algunas personas no son muy felices. Aunque no se encuentran deprimidas, nunca parecen estar tan felices como podrían. ¿Hasta qué punto te ves a ti mismo cómo estas personas?

Nada en absoluto 2 3 4 5 6 Mucho

4. ¿Podrías decirme qué es lo que te hace feliz?

- Las relaciones con la familia
- Las relaciones con los amigos
- Las relaciones afectivas o de pareja
- La diversión, los viajes
- Los bienes materiales
- Mi salud física, mi aspecto físico
- Otros aspectos personales
- Otras respuestas

5. Últimamente, ¿con qué frecuencia sueles reírte cada día?

- Constantemente
- Bastantes veces
- Algunas veces
- Casi nunca
- Nunca

6. ¿Podrías decirme, por favor, hasta qué punto estás muy en desacuerdo, bastante en desacuerdo, bastante de acuerdo o muy de acuerdo con cada una de las siguientes frases?

a. Estoy muy satisfecho de ser como soy

- Muy en desacuerdo
- Bastante en desacuerdo
- Bastante de acuerdo
- Muy de acuerdo

b. Mi vida está llena de sentido

- Muy en desacuerdo
- Bastante en desacuerdo

- Bastante de acuerdo
- Muy de acuerdo

c. Me resulta fácil manifestar mis emociones

- Muy en desacuerdo
- Bastante en desacuerdo
- Bastante de acuerdo
- Muy de acuerdo

d. Ser feliz es saber disfrutar de la vida y pasarlo bien

- Muy en desacuerdo
- Bastante en desacuerdo
- Bastante de acuerdo
- Muy de acuerdo

7. Contando todas las cosas, todos los aspectos de tu vida, ¿podrías decirme si estás muy satisfecho, bastante satisfecho, poco o nada satisfecho con tu situación actual?

- Muy satisfecho
- Bastante satisfecho
- Poco satisfecho
- Nada satisfecho

8. Y más concretamente, en relación con cada uno de los siguientes aspectos de tu vida personal, ¿podrías decirme si te encuentras muy satisfecho, bastante satisfecho, poco o nada satisfecho?

a. Tu familia

- Muy satisfecho
- Bastante satisfecho

Poco satisfecho

Nada satisfecho

b. Tus amigos

Muy satisfecho

Bastante satisfecho

Poco satisfecho

Nada satisfecho

c. Tu aspecto físico

Muy satisfecho

Bastante satisfecho

Poco satisfecho

Nada satisfecho

d. El tiempo libre, el ocio de que dispones

Muy satisfecho

Bastante satisfecho

Poco satisfecho

Nada satisfecho

e. Tus relaciones afectivas, de pareja

Muy satisfecho

Bastante satisfecho

Poco satisfecho

Nada satisfecho

A continuación vamos a hablar de lo que haces en tus días o ratos de ocio. ¿Con qué frecuencia practicas cada una de ellas?

a. Beber, ir de copas

- Nunca
- Poco
- Bastante
- Mucho

b. Ir a discotecas, bailar

- Nunca
- Poco
- Bastante
- Mucho

c. Salir o reunirse con los amigos

- Nunca
- Poco
- Bastante
- Mucho

d. Hacer deporte

- Nunca
- Poco
- Bastante
- Mucho

e. Escuchar música

- Nunca
- Poco
- Bastante
- Mucho

f. Jugar con ordenador, videojuegos, consolas, etc.

- Nunca
- Poco
- Bastante
- Mucho

g. Estar con mi novio/a o con mi pareja

- Nunca
- Poco
- Bastante
- Mucho