

# Artículo

## Relaciones entre el significado psicológico del bienestar y la familia en adolescentes de Colima, México<sup>1</sup>

Relationships between the psychological meaning of well-being and family in adolescents from Colima, Mexico

*Recibido: 15 de marzo de 2024*

*Aprobado: 25 de noviembre de 2024*

Sara Lidia Pérez Ruvalcaba

*Universidad de Colima; Colima, México*

<https://orcid.org/0000-0002-4515-7744>

César Augusto García Avitia

*Universidad de Colima; Colima, México*

<https://orcid.org/0000-0003-1841-3033>

Claudia Verónica Márquez González

*Universidad de Colima; Colima, México*

<https://orcid.org/0000-0001-5885-0153>

### Resumen

El concepto de bienestar ha tomado cada vez más relevancia en la sociedad. Su masificación, sin embargo, no representa que sea comprendido igual por todas y todos, pues se trata de un constructo con diversos significados. El bienestar se distingue por su naturaleza compleja y multifacética, integrando componentes tanto objetivos como subjetivos. Además, para investigar el bienestar es primordial tomar en cuenta la etapa del ciclo vital y la cultura

<sup>1</sup> Este artículo es producto del proyecto de investigación “Bienestar psicológico y socioambiental en estudiantes de educación superior de la Universidad de Colima”, financiado por la Universidad de Colima, a través del Programa de Fortalecimiento de la Investigación - Convocatoria 2023.

Agradecemos de manera especial a Emilio Velasco Benites, Giselle Archundia Jiménez, Yuliana Monserrat Heredia Anguiano y Ana Belén Velázquez Hernández, quienes fueron colaboradores de esta investigación.



en la que las personas se encuentran, por lo que es importante hacer estudios que se centren en un grupo etario y contexto específico, que en este caso son las y los adolescentes en Colima, México, para quienes sus familias son fundamentales, permitiéndoles su desarrollo pleno. Por ello, se realizó una investigación cuyo objetivo fue analizar las relaciones entre el significado psicológico de bienestar y de familia desde la perspectiva de adolescentes colimenses. Se utilizó la técnica de redes semánticas naturales para estudiar una muestra de 62 adolescentes estudiantes de bachilleratos de la ciudad de Colima. Los resultados muestran una íntima relación entre el significado de bienestar y el de familia, mostrando diversas dimensiones en común, pero también contrastes. Se concluyó que las familias son una fuente esencial de bienestar para las y los adolescentes participantes.

**Palabras clave:** significado psicológico, bienestar, familia, adolescencia, redes semánticas naturales.

## Abstract

The concept of well-being has become increasingly relevant in society. However, its widespread recognition does not imply that it is understood uniformly by everyone, as it is a construct with diverse meanings. Well-being is characterized by its complex and multifaceted nature, incorporating both objective and subjective components. Moreover, to research well-being, it is important to consider the life cycle stage and culture of the individuals involved, making it crucial to conduct studies focused on a specific age group and context, in this case, adolescents from Colima, Mexico, for whom their families are fundamental, allowing their full development. Therefore, a study was conducted with the aim of analyzing the relationships between the psychological meaning of well-being and family from the perspective of adolescents from Colima. The natural semantic networks technique was used to study a sample of 62 high school students from the city of Colima, Mexico. The results show a close relationship between the meanings of well-being and family, revealing various dimensions in common, but also contrasts. It was concluded that families are an essential source of well-being for the participating adolescents.

**Keywords:** psychological meaning, wellbeing, family, adolescence, natural semantic networks.

**Sara Lidia Pérez.** Mexicana. Maestra en psicología por la Universidad Nacional Autónoma de México. Profesora investigadora de tiempo completo de la Facultad de Psicología de la Universidad de Colima. Líneas de investigación: evaluación y manejo del estrés, bienestar. Correo: [sallypr@ucol.mx](mailto:sallypr@ucol.mx).

**César Augusto García Avitia.** Mexicano. Doctor en psicología por la Universidad de Guadalajara. Profesor investigador de tiempo completo de la Facultad de Psicología de la Universidad de Colima. Líneas de investigación: bienestar, derechos humanos, comportamiento ético. Correo: [garciaavitia@ucol.mx](mailto:garciaavitia@ucol.mx).

**Claudia Verónica Márquez González.** Mexicana. Doctora en psicología por la Pontificia Universidad Católica de Chile. Profesora investigadora de tiempo completo de la Facultad de Psicología de la Universidad de Colima. Líneas de investigación: procesos de salud y bienestar, resiliencia, violencia y agresividad. Correo: [cmarquez@ucol.mx](mailto:cmarquez@ucol.mx).

## Introducción

### *Bienestar*

El concepto de bienestar ha tomado cada vez más relevancia en la sociedad. Su masificación, sin embargo, no representa que sea comprendido igual por todas y todos, pues se trata de un constructo con diversos significados. Según el Merriam-Webster Dictionary (s.f.), se tiene registro de que el concepto de bienestar surge desde el siglo XVI, al menos en habla inglesa. Una de sus acepciones se refiere a estar saludable, entendiéndose originalmente como no estar enfermo, pero también hace referencia a la felicidad y a la prosperidad. Así, la definición actual que brinda ese diccionario del vocablo inglés *wellbeing*, que se traduce al castellano como bienestar, es “el estado de ser feliz, saludable o próspero”. Por su parte, el Diccionario de la Lengua Española (Real Academia Española, s.f.), lo define como: a) “conjunto de las cosas necesarias para vivir bien”, b) “vida holgada o abastecida de cuanto conduce a pasarlo bien y con tranquilidad”, y c) “estado de la persona en el que se le hace sensible el buen funcionamiento de su actividad somática y psíquica”.

El bienestar ha sido relevante tanto para las ciencias biomédicas como para las sociales y, por supuesto, eso incluye a la psicología. Esta última, como disciplina dedicada al estudio del comportamiento humano y los procesos mentales, ha extendido su interés hacia el bienestar individual y colectivo, considerándolo actualmente como un aspecto fundamental para el desarrollo pleno del ser humano. Aunque esto no siempre fue así pues, históricamente, la psicología como disciplina y profesión se centró en el diagnóstico y tratamiento de trastornos mentales, adoptando una perspectiva predominantemente psicopatológica. Sin embargo, a

finales del siglo XX, emergió un nuevo enfoque que busca entender los factores que contribuyen a la salud mental, la felicidad y la satisfacción vital, dando lugar al nacimiento de la psicología positiva (Seligman y Csikszentmihalyi, 2000). Esta subdisciplina, junto con otras áreas de investigación, ha subrayado la importancia de estudiar el bienestar como un componente esencial del funcionamiento humano.

Históricamente han existido tres enfoques filosóficos de abordaje del bienestar (Brock, 1993; Diener y Suh, 1996). El primero, ligado a la tradición de la eudaimonia, se refiere a “la buena vida” e ideales normativos (religiosos, culturales, filosóficos, etcétera), de tal forma que el bienestar puede derivarse de ayudar a otras personas y otros aspectos éticos y morales (Diener y Suh, 1996). El segundo enfoque se basa en las preferencias y la satisfacción del individuo, ligado al placer y relacionado con la tradición hedonista. Por último, el tercer enfoque mira el problema en términos de las experiencias del individuo. En esta perspectiva, si alguien siente que su vida es satisfactoria, se asume que así es (Dłużewska, 2016), por lo que la subjetividad toma gran relevancia.

Así, autores comenzaron a investigar al bienestar psicológico como un constructo más complejo y no dependiente de aspectos como la economía o los procesos de salud/enfermedad. Ryff (1989) introdujo un modelo multidimensional para comprender el bienestar psicológico, alejándose de las tradicionales medidas unidimensionales centradas únicamente en la felicidad o la satisfacción con la vida. Conocido como modelo de la estructura del bienestar psicológico, su propuesta se ha sustentado en procesos de análisis estadístico de datos empíricos de los cuales han surgido seis dimensiones fundamentales que conforman el bienestar psicológico: a) autoaceptación, b) dominio del entorno, c) relaciones positivas con otros, d) propósito en la vida, e) crecimiento personal, y, f) autonomía. Ryff argumenta que el bienestar no se limita a la ausencia de enfermedad o la presencia de emociones positivas, sino que implica la realización del potencial humano y el desarrollo personal a través de estas dimensiones interrelacionadas.

A partir de la Evaluación de los Ecosistemas del Milenio (Millenium Ecosystem Assessment, 2005), un esfuerzo internacional dirigido por la ONU para evaluar las consecuencias de los cambios en los ecosistemas globales para el bienestar humano y proporcionar una base científica para acciones destinadas a mejorar la conservación y el uso sostenible

de esos ecosistemas y sus recursos, se definió al bienestar como estado multivariado que comprende cinco dimensiones (Carpenter et al., 2009): 1) salud, 2) material básico para una buena vida, 3) buenas relaciones sociales, 4) seguridad, y 5) libertad de elección y acción. Estas dimensiones del bienestar pueden ser consideradas universales y son de utilidad para tener un acercamiento a este concepto, tanto desde indicadores objetivos como subjetivos, pero deben comprenderse desde las particularidades de cada cultura.

### *La dimensión subjetiva del bienestar y el significado psicológico*

El concepto de bienestar se distingue por su naturaleza compleja y multifacética, integrando componentes tanto objetivos como subjetivos (Andrews y Withey, 1976; Diener, 1994; Manfredi y Di Pasquale, 2021). Los componentes objetivos del bienestar se refieren a factores externos y cuantificables, tales como la salud física, la seguridad económica, el acceso a la educación y la calidad del entorno. Estos elementos proporcionan un marco para evaluar las condiciones de vida de una manera relativamente estandarizada, permitiendo comparaciones entre diferentes poblaciones y contextos culturales. Por otro lado, los componentes subjetivos del bienestar abarcan las percepciones individuales, las experiencias emocionales y la satisfacción con la vida, destacando la importancia de la evaluación personal de las circunstancias y las condiciones de vida.

La dimensión subjetiva subraya el rol crucial de las experiencias personales y los valores individuales en la determinación del bienestar, reconociendo que las medidas objetivas, por sí solas, no capturan completamente la complejidad de la experiencia humana. La interacción entre estos componentes objetivos y subjetivos subraya la necesidad de un enfoque integral para el estudio del bienestar, que considere tanto las condiciones materiales de vida como las valoraciones personales de esas condiciones.

Es relevante considerar que una evaluación en función de criterios objetivos sobre los cuales las personas emiten juicios subjetivos, no es suficiente para entender el bienestar. En ese sentido, Diener (1994), menciona que la estructura concreta de la satisfacción o bienestar subjetivo basada en dominios específicos de la vida, como el trabajo, el matrimonio o los estudios, depende de la cultura y de la manera en que se estructura la vida de cada persona. Sumado a lo anterior, también hay que recalcar que no solo la evaluación que cada persona realiza de las circunstancias y

las condiciones de vida implican subjetividad con respecto al tema, pues el propio concepto de bienestar también tiene un significado individual y único, enmarcado en contextos culturales diversos.

Por lo anterior, investigar el significado que las personas atribuyen al concepto de bienestar es esencial para comprender su dimensión subjetiva, un aspecto fundamental que va más allá de los indicadores objetivos tradicionalmente utilizados para medir la calidad de vida. Es relevante tener una visión más completa del bienestar psicológico que refleje una gama más amplia de experiencias humanas y promueva su desarrollo (Ryff, 1989). Esta indagación se torna crucial porque el bienestar, percibido a través del prisma de la experiencia individual, encapsula una variedad de factores emocionales, culturales y contextuales que influyen significativamente en cómo los individuos evalúan su propia vida y sus condiciones.

## **El bienestar en las y los adolescentes**

Diferenciar en qué etapa del ciclo vital se encuentran las personas es esencial para tener un entendimiento adecuado del bienestar subjetivo, ya que las percepciones sobre la felicidad, satisfacción con la vida y los factores que contribuyen a estos estados varían significativamente a lo largo del desarrollo humano. La literatura científica sugiere que el bienestar subjetivo está influenciado por una amalgama de factores psicológicos, sociales y físicos, los cuales interactúan de manera diferente en distintas etapas de la vida (De los Santos y Gutiérrez, 2017; Diener et al., 2003; Martínez, 2018; Ryff, 1989). Tomar la perspectiva del desarrollo humano para abordar el bienestar subjetivo permite una comprensión más profunda y matizada de cómo las necesidades y prioridades cambian a lo largo de la vida, teniendo en cuenta sus necesidades y desafíos únicos (Ryff, 1989; Ryff y Keyes, 1995).

En la infancia, el bienestar subjetivo está fuertemente vinculado con el apoyo familiar y en la adolescencia las relaciones con los pares toman mayor relevancia. Durante estas etapas, la aceptación social y un entorno seguro y estimulante son cruciales para el desarrollo de una autoestima positiva y la satisfacción con la vida (Steinberg y Morris, 2001). A medida que los individuos transitan hacia la adultez y la edad adulta media, factores como el éxito profesional, las relaciones íntimas y el balance entre la vida laboral y personal cobran mayor importancia para el bienestar subjetivo (Ryff y Singer, 2008).

La adolescencia se caracteriza por cambios significativos tanto a nivel biológico como psicosocial, lo que influye en la percepción del bienestar subjetivo. Diversas teorías sustentan que existen dimensiones del bienestar subjetivo, y algunas de las que cobran especial relevancia durante la adolescencia son la satisfacción con la vida (Huebner, 2004), la autoestima, las relaciones sociales y el equilibrio emocional (Steinberg y Morris, 2001).

Primeramente, la satisfacción con la vida se refiere a la evaluación cognitiva general que hacen los adolescentes de su vida. Esta dimensión del bienestar subjetivo es crucial, ya que refleja cómo los jóvenes valoran su existencia en su conjunto, teniendo en cuenta sus aspiraciones, logros y desafíos (Diener et al., 1985). La satisfacción con la vida durante la adolescencia está influenciada por factores como el rendimiento académico, las relaciones familiares y de amistad, y la percepción de salud (Proctor et al., 2009).

Por su parte, la autoestima, definida como la valoración que los individuos hacen de sí mismos, es otra dimensión relevante del bienestar subjetivo en la adolescencia. La autoestima influye en cómo los jóvenes enfrentan los desafíos típicos de esta etapa, incluyendo la formación de identidad y la gestión de las relaciones sociales (Rosenberg, 1965). Una autoestima positiva está asociada con mejores condiciones de salud mental, reduciendo el riesgo de ansiedad y depresión (Steinberg y Morris, 2001).

En cuanto a las relaciones sociales, que abarcan tanto las relaciones familiares como las de amistad, estas son fundamentales para el bienestar subjetivo de los adolescentes. Las investigaciones indican que el apoyo social percibido, tanto de la familia como de los amigos, es un predictor significativo de la satisfacción con la vida y la salud mental durante la adolescencia (Helsen et al., 2000). Las relaciones positivas ofrecen a los jóvenes un entorno de apoyo que facilita atravesar por los cambios y desafíos propios de esta etapa.

Finalmente, el equilibrio emocional se refiere a la habilidad para gestionar emociones tanto positivas como negativas. Durante la adolescencia, el desarrollo de esta habilidad es crucial para el bienestar subjetivo, ya que los jóvenes se enfrentan a fluctuaciones emocionales

derivadas de los cambios hormonales y los desafíos psicosociales (Larson et al., 2002). La capacidad para regular las emociones está vinculada con menores niveles de estrés y mejor ajuste psicológico (Gross y John, 2003).

Retomando el modelo estructural de Ryff (1989), la literatura científica indica que las diferentes dimensiones del bienestar psicológico experimentan trayectorias de desarrollo variadas. Se ha observado que aspectos como las relaciones positivas con otros y la aceptación de uno mismo mantienen su consistencia a través de las etapas de la vida, mientras que el dominio del entorno y la autonomía experimentan un aumento tras la adolescencia, alcanzando una estabilidad en las etapas posteriores de la vida. Por otro lado, se señala que el sentido de propósito en la vida y el crecimiento personal tienden a disminuir a medida que las personas avanzan en edad, especialmente desde la mediana edad hacia la vejez (Ryff y Keyes, 1995; Ryff, 2014; Mayordomo et al., 2016). Sin embargo, en el caso de México, se ha encontrado que las y los adolescentes muestran puntajes bajos en las dimensiones de “relaciones interpersonales” y “autonomía” (De los Santos y Gutiérrez, 2017).

## Familia y bienestar

Las familias contemporáneas se caracterizan por su diversidad y complejidad, reflejando cambios sociales, económicos y culturales significativos. Las investigaciones destacan la transición de estructuras familiares tradicionales a configuraciones más variadas, incluyendo familias monoparentales, reconstituidas, de parejas del mismo sexo, y hogares multigeneracionales (Bianchi y Milkie, 2010). Esta diversificación responde a transformaciones en las prácticas de matrimonio y cohabitación, la participación de las mujeres en la fuerza laboral, la aceptación social de la diversidad sexual y las innovaciones en tecnologías reproductivas (Amato, 2010).

En cuanto a sus funciones, las familias actuales continúan desempeñando roles fundamentales en el apoyo emocional y económico, la socialización y la transmisión cultural. Sin embargo, las modalidades a través de las cuales cumplen estas funciones se han adaptado a los cambios en su estructura y en el contexto social más amplio. El apoyo emocional se manifiesta en el compromiso y la comunicación entre sus miembros, esenciales para el bienestar psicológico y el desarrollo de una identidad segura en niños y adolescentes. La función económica, por su parte, ha



evolucionado con la creciente necesidad de ingresos duales para mantener el hogar, así como el apoyo intergeneracional en familias extendidas o reconstituidas (Amato, 2010). La socialización engloba la enseñanza de normas, valores y habilidades para desenvolverse en la sociedad, adaptándose a las necesidades individuales y los desafíos contemporáneos (Grusec, 2011). Por último, la función de transmisión cultural se ha diversificado, reflejando una mayor inclusión de diversas tradiciones y perspectivas en respuesta a la globalización y el multiculturalismo.

El papel de las familias en el bienestar de las y los adolescentes es fundamental (Luna et al., 2011), proporcionando un soporte crucial para su desarrollo emocional, social y cognitivo. Investigaciones en psicología del desarrollo y sociología familiar han demostrado que el ambiente familiar influye significativamente en la salud mental, la autoestima, el rendimiento académico y las competencias sociales de las y los adolescentes (Steinberg y Morris, 2001; Hair et al., 2008). Una característica clave de las familias que contribuyen positivamente al bienestar adolescente es la presencia de un clima emocional positivo, incluyendo el apoyo emocional, la comunicación abierta y la expresión de afecto (Collins y Laursen, 2004).

El apoyo emocional proporcionado por la familia promueve la seguridad emocional de las y los adolescentes, permitiéndoles explorar su identidad y enfrentar desafíos con confianza (Steinberg y Morris, 2001). Además, la comunicación efectiva dentro de la familia no solo ayuda a resolver conflictos de manera constructiva, sino que también fomenta habilidades de comunicación y empatía en las y los adolescentes, habilidades cruciales para el desarrollo de relaciones saludables fuera del entorno familiar (Collins y Laursen, 2004). Además, la participación activa de la familia en la vida educativa de las y los adolescentes, a través de expectativas académicas claras y apoyo en el aprendizaje, está vinculada con mejores resultados educativos y una mayor motivación por el aprendizaje (Hill y Tyson, 2009).

Sin embargo, es importante reconocer que el impacto de la familia en el bienestar de las y los adolescentes puede variar dependiendo de factores como la estructura familiar, las prácticas de crianza, el contexto socioeconómico y cultural (Amato, 2005). Por ejemplo, las familias que experimentan conflictos frecuentes o que emplean estilos de crianza autoritarios pueden contribuir a un mayor estrés y a problemas de

comportamiento en adolescentes (Rohner y Khaleque, 2005). En contraste, los estilos de crianza autoritativos, caracterizados por un equilibrio entre exigencia y sensibilidad a las necesidades de las y los adolescentes, están asociados con mejores resultados en términos de bienestar (Steinberg, 2001).

## **Las redes semánticas naturales como herramienta de investigación del significado psicológico de bienestar y familia**

Las redes semánticas naturales ofrecen ventajas significativas para la investigación, destacándose por su capacidad para capturar la complejidad y la riqueza de las asociaciones cognitivas que las personas establecen con los constructos de bienestar y familia. Esta metodología permite un acercamiento al significado psicológico, entendiéndolo como “la unidad fundamental de la organización cognoscitiva que está compuesta de elementos afectivos y conocimientos que producen un código subjetivo de reacción” (García et al., 2023, p. 50).

Con respecto al estudio del bienestar, el uso de las redes semánticas naturales permite una exploración profunda de sus dimensiones subjetivas, revelando no solo los elementos constitutivos que los individuos consideran esenciales para su comprensión, sino también cómo estos elementos se interrelacionan en el entramado cognitivo personal. Al facilitar la identificación de patrones de significado comunes, así como variaciones individuales o culturales, las redes semánticas naturales habilitan una aproximación más global y detallada al estudio del bienestar, en comparación con métodos que podrían imponer una estructura predefinida al análisis (Valdez, 1998).

Además, esta técnica permite acercamientos más afinados a las percepciones y necesidades reales de las personas, al proporcionar conocimiento directo sobre los valores, expectativas y prioridades que configuran su conceptualización del bienestar. Por ello, la utilización de redes semánticas naturales representa un enfoque valioso e innovador para profundizar en la comprensión del mencionado constructo, promoviendo una perspectiva más inclusiva y representativa de las diversas realidades humanas.

Con respecto al concepto de familia, la aplicación de la técnica de redes semánticas naturales en su investigación también presenta ventajas notables por su eficacia en desentrañar la diversidad de percepciones y significados que las personas asocian con este núcleo social. Este enfoque metodológico permite una exploración detallada y matizada de las concepciones de familia, capturando no solo la variedad de elementos constitutivos y roles percibidos, sino también las complejas interrelaciones y jerarquías conceptuales presentes en el entendimiento individual y colectivo de lo que constituye una familia en cada contexto cultural. Además, esta técnica promueve un acercamiento más empático e integral al estudio de la familia, permitiendo que las voces de las y los participantes guíen la investigación y revelen los matices intrínsecos a las realidades familiares, lo cual es fundamental para abordar los desafíos y apoyar el bienestar de las unidades familiares en su amplia gama de configuraciones.

Finalmente, la implementación de redes semánticas naturales en la investigación de los conceptos de bienestar y familia de manera conjunta ofrece ventajas cruciales para comprender las posibles relaciones entre estos dos constructos fundamentales. Especialmente en una población de adolescentes, esta metodología posibilita la elucidación de las percepciones y significados que le atribuyen tanto al bienestar como a la familia, identificando las conexiones cognitivas y afectivas que establecen entre ambos. Además, esta técnica es particularmente valiosa para captar la diversidad de experiencias y visiones en esta etapa del desarrollo humano, proporcionando conocimientos fundamentales sobre cómo las dinámicas familiares y los contextos socioculturales específicos afectan el bienestar adolescente. Por todo lo anterior, se consideró relevante realizar una investigación con el objetivo de analizar las relaciones entre el significado psicológico de bienestar y de familia desde la perspectiva de las y los adolescentes colimenses.

## Metodología

El diseño de investigación fue de tipo cualitativo y descriptivo. Se seleccionó como población a estudiantes inscritos en educación Media Superior de la ciudad de Colima, pertenecientes a dos instituciones, una privada y otra pública, con el fin de considerar las condiciones en la que podría encontrarse el grueso de la población. El muestreo fue por conveniencia y el tamaño de

la muestra de estudio constó de 62 participantes, 32 hombres y 30 mujeres de entre 14 y 18 años, 34 de la institución pública y 28 de la privada. Al tratarse de un estudio cualitativo, no se pretende la generalización.

Los estudiantes respondieron a la red semántica en sus aulas de clase de su bachillerato, el cual se ubica en la zona conurbada de Colima, durante el período de febrero a junio de 2023; la aplicación del instrumento se llevó a cabo por un profesor de bachillerato capacitado en la recolección de datos a través de la técnica de redes semánticas naturales y una de las investigadoras de equipo, quien fungió como capacitadora del proceso de la técnica de las redes semánticas a los profesores y estudiantes involucrados en él.

El formato de aplicación de la red semántica constó de tres hojas: la primera contiene el asentimiento informado, el objetivo del estudio e instrucciones: “lee con detenimiento las siguientes palabras y escribe en cada una de las cinco líneas horizontales, palabras o frases cortas que lleguen a tu mente y que estén relacionadas con la palabra leída, al terminarlas, asígnale a cada una, su jerarquía sin repetir, entre los valores 1 a 5, donde 1 representa la más cercana/importante para representarla, y 5 a la más lejana”. En la segunda hoja se muestran las palabras estímulo: “Bienestar” y “Familia” y debajo de cada una, cinco líneas, y a su lado derecho otras cinco pequeñas. En la tercer hoja se agradece la participación y la posibilidad de acceso a los resultados al solicitarlo, indicándose que éstos estarían bajo el cuidado de datos personales.

Cabe destacar que, tras consultar al Comité de Ética de la Facultad de Psicología de la Universidad de Colima, no se consideró necesario solicitar el consentimiento informado a los padres o tutores de las y los participantes debido a que la investigación fue considerada sin riesgo por tratarse solo de la aplicación de la redes semánticas naturales, no se abordan temas sensibles, la información recabada fue totalmente anónima y no se tendría el registro de algún dato que pudiera identificar los participantes. Esto está respaldado en el Artículo 125 del Código Ético del Psicólogo vigente de la Sociedad Mexicana de Psicología (2010), el cual menciona lo siguiente.

Antes de decidir que la investigación planteada (tal como investigación que involucre sólo cuestionarios anónimos, observaciones naturalistas, o ciertos tipos de investigaciones de archivo) no requiere de un con-

sentimiento informado de los participantes, el psicólogo considera los reglamentos aplicables y los requerimientos de los consejos de revisión institucionales y consulta con colegas cuando sea apropiado. (p. 79)

Posteriormente, para el análisis del significado psicológico se realizaron los procedimientos descritos por García Avitia y Tello Miranda (2022), los cuales se presentan a continuación:

*Valor J pre-categorización:* hace referencia al número de palabras distintas después de eliminar repeticiones y unificar palabras cuya única diferencia sea el plural o singular (por ejemplo, “amigo” y “amigos”). El valor obtenido refleja la riqueza semántica de la red y su dispersión.

*Valor J post-categorización:* corresponde a la suma de las categorías de palabras definidoras que resultan tras unificar sinónimos (por ejemplo, “comida” y “alimento”) y conceptos similares con diferencias lingüísticas (como “comida” y “comer”).

*Frecuencia de definidoras:* indica cuántas veces aparece en la muestra una palabra o categoría definidora.

*Valor M grupal (peso semántico):* este valor se calcula al asignar un puntaje a cada palabra de la red semántica según la jerarquía establecida por los participantes. Se multiplica la frecuencia de aparición de cada palabra o categoría por un valor numérico según su jerarquía (por ejemplo, palabras asignadas con el número 1 se multiplican por 5, las de número 2 por 4, y así sucesivamente hasta las de número 5, que se multiplican por 1). Este valor permite estimar la importancia atribuida a cada palabra o categoría definidora.

*Conjunto SAM:* corresponde a las 15 palabras o categorías definidoras con mayor peso semántico (Valor M grupal) y representan el núcleo central de la red semántica.

*Valor G:* se define como el promedio de las diferencias entre los Valores M de las 15 palabras o categorías del conjunto SAM. Se calcula restando el valor M del primer lugar con el del segundo, luego el del segundo con el tercero, y así sucesivamente. Posteriormente, se suman todos los resultados de estas restas y se dividen entre el total de restas realizadas (14 en este caso). Este valor mide la densidad semántica del conjunto SAM, donde valores más cercanos a cero indican mayor cercanía entre

las definidoras.

*Valor FMG:* se obtiene asignando un porcentaje de 100 al mayor valor M del conjunto SAM y luego utilizando una regla de tres para calcular los valores FMG proporcionales del resto. Estos valores sirven para medir la distancia semántica entre cada palabra del conjunto SAM.

*Categorización de segundo nivel:* tras calcular los valores previamente mencionados, se crean nuevas categorías a partir del conjunto SAM (Pérez et al., 2020). Estas categorías agrupan palabras o categorías definidoras según criterios cualitativos de asociación (por ejemplo, “salud física”, “ejercicio y deporte” y “alimentación” se integran en una categoría llamada “salud y bienestar físico”).

*Valor M por categoría de segundo nivel:* se obtiene sumando todos los valores M de las palabras o categorías definidoras agrupadas dentro de una misma categoría de segundo nivel, expresándose como la suma de M ( $\Sigma$  de M).

## Resultados y discusión

### *Significado de bienestar*

Para iniciar la exposición de los resultados relacionados sobre el significado psicológico de “bienestar” existente en las y los participantes, primeramente, se presenta el Valor J de la red, el cual representa su riqueza semántica y que fue de  $J=167$ . El Valor J posterior a la categorización se redujo a  $JPC=73$ . El Valor M más alto lo obtuvo la categoría nombrada “salud física”, que integra los conceptos “salud”, “buena salud”, “salud digna”, “estar con buena salud” “saludable”, “sanar”, “sanito”, “sano”, “tener salud” y “no estar enfermo”, con un Valor  $M=126$  y a la cual se le otorgó el Valor  $FMG=100$ , de acuerdo con lo descrito por Valdez (1998). Esta categoría también es la que mayor frecuencia muestra en toda la red semántica, con una  $n=39$ . El segundo lugar lo tiene la categoría nombrada “felicidad” con un Valor  $M=66$ , lo cual la coloca a una distancia notable del primer lugar con 60 puntos menos en el Valor M, una frecuencia  $n=17$  y un Valor  $FMG=47.62$ . Los datos de las 15 categorías o palabras definidoras del Conjunto SAM se muestran en la Tabla 1.

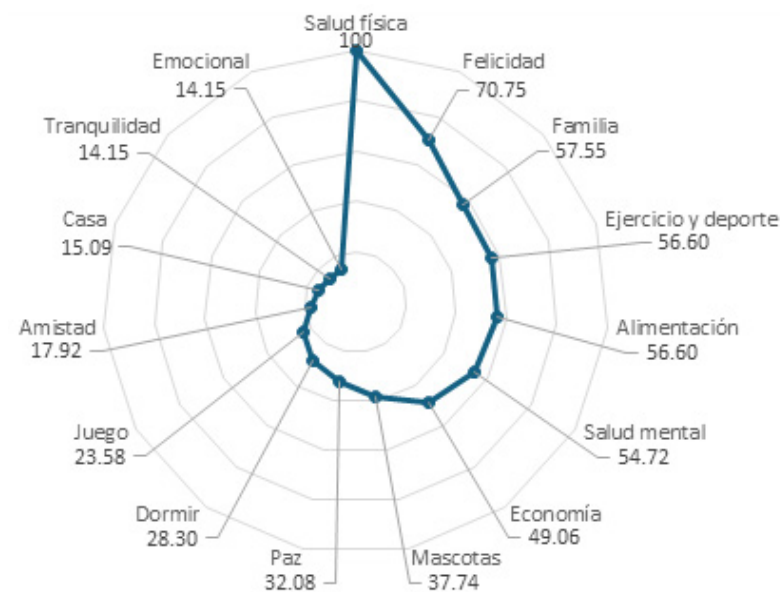
**Tabla 1.** Jerarquía, frecuencia, Valores M y Valores FMG de las categorías o palabras definidoras que conforman el Conjunto SAM del significado de “bienestar”

Posición jerárquica	Categorías 1 <sup>er</sup> nivel	n	M	FMG
1	Salud física	39	126	100
2	Felicidad	17	66	52.38
3	Familia	17	53	42.06
4	Ejercicio y deporte	13	44	34.92
5	Alimentación	14	39	30.95
6	Salud mental	9	36	28.57
7	Economía	11	35	27.78
8	Mascotas	10	31	24.60
9	Paz	11	31	24.60
10	Dormir	9	29	23.02
11	Juego	11	26	20.63
12	Amistad	8	23	18.25
13	Casa	9	22	17.46
14	Tranquilidad	6	21	16.67
15	Emocional	4	19	15.08

Nota: n=Frecuencia, M=Peso semántico, Valor FMG=Distancia semántica.

Para profundizar en el entendimiento de los significados de las palabras derivadas del conjunto SAM, se pueden presentar los datos de la Tabla 1 utilizando diagramas radiales, como se muestra en la Figura 1. Estos facilitan la observación de agrupaciones o segmentos dentro del conjunto SAM, que colectivamente representan significados que comparten similitudes o tienen atributos comparables (Aguilar, 2024). De este modo, la categoría más significativa que define el concepto de “bienestar” está formado exclusivamente por “salud física”. Un segundo nivel está constituido por la categoría “felicidad”. En el tercer nivel podemos agrupar a las categorías “familia”, “ejercicio y deporte”, “alimentación”, “salud mental” y “economía”. Un cuarto nivel incluye “mascotas”, “paz”, “dormir” y “juego”. Finalmente, el quinto y último nivel está compuesto por las categorías “amistad”, “casa”, “tranquilidad” y “emocional”.

Figura 1. Valores FMG del conjunto SAM de “bienestar”



Con las 15 categorías incluidas en el Conjunto SAM se realizó una categorización de segundo nivel, resultando cinco grupos: 1) “salud y aspectos físicos”, 2) “emociones y salud mental”, 3) “relaciones y conexión social”, 4) “aspectos económicos y seguridad” y 5) “recreación y tiempo libre”. La Tabla 2 presenta la organización de estas categorías, así como su posición jerárquica y los Valores M por categoría de segundo nivel.



**Tabla 2.** Categorías de segundo nivel del conjunto SAM del significado de “bienestar”

Posición jerárquica	Categorías 2º nivel	$\Sigma$ de M	P	Categorías 1º nivel	M
1	Salud y aspectos físicos	238	1	Salud física	126
			4	Ejercicio y deporte	44
			5	Alimentación	39
			10	Dormir	29
2	Emociones y salud mental	173	2	Felicidad	66
			6	Salud mental	36
			9	Paz	31
			14	Tranquilidad	21
			15	Emocional	19
3	Relaciones y conexión social	107	3	Familia	53
			8	Mascotas	31
			12	Amistad	23
4	Aspectos económicos y seguridad	57	7	Economía	35
			12	Casa	22
5	Recreación y tiempo libre	26	11	Juego	26

Nota: P=Posición jerárquica de la categoría o palabra definidora,  $\Sigma$  de M=Sumatoria de los valores M (peso semántico por categoría de segundo nivel), M=Peso semántico.

La dimensión “salud y aspectos físicos” resultó con el significado más importante, con 4 de las 15 categorías definidoras del Conjunto SAM incluidas y un peso semántico conjunto de  $\Sigma$  de M=238. El hecho de que “salud y aspectos físicos” tenga la mayor relevancia, y además de una notoria diferencia de 65 puntos, deja claro que la concepción de bienestar de las y los participantes es muy similar a la definición clásica, la cual se encuentra íntimamente ligada a la salud física. Es importante recalcar que en esta dimensión no solo se estaría considerando a la salud física como ausencia de enfermedad, pues también se conjuntan aspectos relevantes como la actividad física y deportiva; la alimentación y el sueño, que son elementos clave del estilo de vida. Esto deja entrever que las y los adolescentes reconocen la relevancia que un estilo de vida saludable tiene para el bienestar. Finalmente, hay que recalcar que una de las cinco

dimensiones consideradas en la Evaluación de Ecosistemas del Milenio (2005) es la salud, por lo que las y los adolescentes están mostrando que también subjetivamente esto es relevante.

Un aspecto notorio es que las y los adolescentes participantes concedieron un lugar muy importante a la dimensión emocional y de salud mental. Si bien la felicidad es uno de los conceptos que históricamente más se han relacionado con el bienestar, por lo que no extraña que aparezca en segundo lugar de todas las categorías, es significativo que aparezca la salud mental en sexto lugar. Esto puede representar una mayor sensibilidad de la juventud actual hacia la importancia que juega la salud mental y no solo la salud física, lo que probablemente se vio influido por el énfasis que se ha hecho sobre ello en los últimos años, en particular a partir de la pandemia por Covid-19.

Además, no solo la felicidad aparece como una emoción relevante, sino también la paz y la tranquilidad, que pueden agruparse en el concepto de bienestar emocional, siendo esta última palabra una de las que aparecen en el conjunto SAM. En este sentido, es importante resaltar que la salud mental podría implicarse en la dimensión de salud de la Evaluación de Ecosistemas del Milenio (2005), sin embargo, históricamente ha habido un énfasis en la salud física dentro de los indicadores de bienestar, por lo que dejarlo separado representa darle visibilidad, pues además no solo se trata de ausencia de psicopatología, sino de estados emocionales como paz, tranquilidad y felicidad.

La tercera categoría general fue llamada relaciones y conexión social y no “buenas relaciones sociales”, como es nombrada en la Evaluación de Ecosistemas del Milenio (2005), principalmente porque aparece un aspecto que no podría clasificarse como relación social, es decir: la relación que las y los adolescentes muestran con sus mascotas o animales de compañía. Si bien el tercer lugar en las categorías de primer nivel fue la familia, lo cual no representa alguna sorpresa, llama la atención que en sexto lugar aparecieran las mascotas, incluso sobre la categoría amigos, que sorprendentemente aparece hasta el lugar número 12. Según la perspectiva de la psicología del desarrollo, las y los adolescentes cada vez dan más relevancia a las relaciones con los pares y poco a poco se van separando de su familia (Steinberg, 2001). De tal forma que los vínculos afectivos permanecen con la familia de origen, pero se hacen más fuertes con las amistades. Por ello, el hecho de que la categoría “mascotas”

aparezca con mayor frecuencia ( $n=10$ ) y tenga un valor M ( $M=31$ ) más alto que “amistad” ( $n=8$  y  $M=23$ ) es relevante, lo cual puede representar un notorio cambio cultural. Por sí solo, el hecho de que la categoría amistad solo fuera mencionada por 8 participantes, es decir el 12.9% de la muestra, es llamativo.

La categoría general de “aspectos económicos y seguridad” en este caso abarca dos de las dimensiones de las planteadas en la Evaluación de Ecosistemas del Milenio (2005), que son “material básico para una buena vida” y “seguridad”. Aquí solo aparecen las categorías de primer nivel “economía” y “casa”, en 7º y 12º lugar del conjunto SAM respectivamente. Esto refleja que, si bien las y los adolescentes les dan importancia a los aspectos materiales, no se encuentran entre los más importantes. Esto puede ser por las características socioeconómicas de la muestra, pues no se trata de un grupo de jóvenes provenientes de las clases sociales menos favorecidas, recordando que 28 de los 62 participante estudian en una escuela privada. También hay que comentar que no se trata de un grupo que perciba un riesgo a su seguridad personal, pues solo se mencionó la palabra seguridad por 3 personas en la red semántica.

Finalmente, la categoría general “recreación y tiempo libre” aparece en quinto lugar e incluye solo una categoría de primer nivel: “juego”. Esta aparece en decimoprimer lugar del conjunto SAM y fue solo mencionado por 11 participantes. Es importante resaltar que 7 de los 11 participantes que lo mencionaron se refirieron específicamente a jugar videojuegos y solo cuatro mencionaron juego en general. Según los datos obtenidos, incluso un participante consideró a los videojuegos como primer lugar de sus palabras definidoras de bienestar. Esta información denota que las nuevas generaciones de adolescentes se orientan a los videojuegos más allá del juego físico, lo cual refleja un cambio cultural relevante. Cabe resaltar que, si bien el juego es de gran importancia en las edades más tempranas, también en la adolescencia sigue siendo importante, siendo una etapa de transición hacia la adultez. La recreación en general es relevante a lo largo de toda la vida.

## Significado de familia

Pasando a los resultados sobre el significado psicológico de “familia”, para comenzar se presenta el Valor J de la red, 166. Cabe resaltar que en esta red semántica el número de participantes no fue de 62, como en la de

“bienestar”, sino de 61, pues uno de los participantes no la respondió. El Valor J posterior a la categorización se redujo a JPC=69. El Valor M más alto lo obtuvo la categoría nombrada “apoyo”, que integra los conceptos “apoyo”, “apoyo educativo”, “apoyo emocional”, “atención”, “ayuda”, “ayuden”, “me apoyan en todo”, “me ayudan en mis problemas”, “nos apoyamos mutuamente”, “te apoyan” y “te ayudan a tus metas”, con un Valor M=106 y a la cual se le otorgó el Valor FMG=100. Esta categoría muestra la frecuencia más alta de toda la red semántica, con una n=37. El segundo lugar lo tiene la categoría nombrada “convivencia” con un Valor M=75, una frecuencia n=25 y un Valor FMG=70.75. Los datos de las 15 categorías o palabras definidoras del Conjunto SAM sobre “familia” se muestran en la Tabla 3.

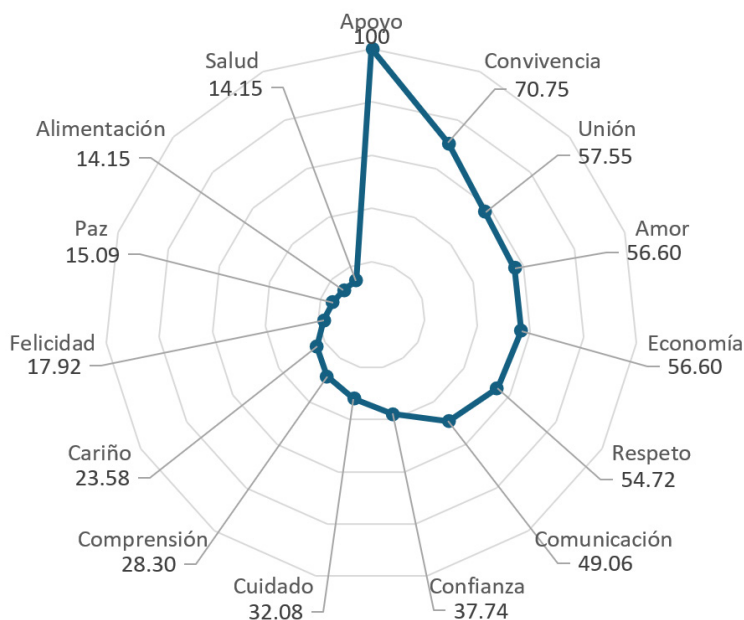
**Tabla 3.** Jerarquía, frecuencia, Valores M y Valores FMG de las categorías o palabras definidoras que conforman el Conjunto SAM del significado de “familia”

Posición jerárquica	Categorías 1 <sup>er</sup> nivel	n	M	FMG
1	Apoyo	37	106	100
2	Convivencia	25	75	70.75
3	Unión	19	61	57.55
4	Amor	19	60	56.60
5	Economía	19	60	56.60
6	Respeto	14	58	54.72
7	Comunicación	17	52	49.06
8	Confianza	12	40	37.74
9	Cuidado	10	34	32.08
10	Comprensión	9	30	28.30
11	Cariño	9	25	23.58
12	Felicidad	7	19	17.92
13	Paz	5	16	15.09
14	Alimentación	5	15	14.15
15	Salud	5	15	14.15

Nota: n=Frecuencia, M=Peso semántico, Valor FMG=Distancia semántica.

Tal y como se presentó con la red semántica de bienestar, a continuación se presentan los datos de la Tabla 3 utilizando un diagrama radial. De este modo, como lo muestra la Figura 2, la categoría más significativa que define el concepto de “familia” está formado exclusivamente por “apoyo”. Un segundo nivel está constituido por la categoría “convivencia”. En el tercer nivel podemos agrupar a las categorías “unión”, “amor”, “economía”, “respeto” y “comunicación”. Un cuarto nivel incluye “confianza”, “cuidado”, “comprensión” y “cariño”. Finalmente, el quinto y último nivel está compuesto por las categorías “felicidad”, “paz”, “alimentación” y “salud”.

Figura 2. Valores FMG del conjunto SAM de “familia”



Con las 15 categorías incluidas en el Conjunto SAM se realizó una categorización de segundo nivel, resultando cuatro grupos: 1) “relaciones y aspectos socioafectivos”, 2) “aspectos económicos y seguridad”, 3) “aspectos emocionales” y 4) “salud y aspectos físicos”. La Tabla 4 presenta la organización de estas categorías, así como su posición jerárquica y los Valores M por categoría de segundo nivel.

**Tabla 4.** Categorías de segundo nivel del conjunto SAM del significado de “familia”

Posición jerárquica	Categorías 2º nivel	$\Sigma$ de M	P	Categorías 1er nivel	M
1	Relaciones y aspectos socioafectivos	507	1	Apoyo	106
			2	Convivencia	75
			3	Unión	61
			4	Amor	60
			6	Respeto	58
			7	Comunicación	52
			8	Confianza	40
			10	Comprensión	30
			11	Cariño	25
2	Aspectos económicos y seguridad	94	5	Economía	60
			9	Cuidado	34
3	Aspectos emocionales	35	12	Felicidad	19
			13	Paz	16
4	Salud y aspectos físicos	30	14	Alimentación	15
			15	Salud	15

Nota: P=Posición jerárquica de la categoría o palabra definidora,  $\Sigma$  de M=Sumatoria de los valores M (peso semántico por categoría de segundo nivel), M=Peso semántico.

En la red semántica de “familia” es notoria la relevancia que las y los adolescentes les dan al ámbito relacional y al vínculo afectivo. Se nombró a la categoría general que integra estos aspectos como “relaciones y aspectos socioafectivos”, similar a la de “relaciones y conexión social” que apareció en la red semántica de “bienestar”. En ella se incluyen nueve categorías de primer nivel que son: “apoyo”, “convivencia”, “unión”, “amor”, “respeto”, “comunicación”, “confianza”, “comprensión” y “cariño”. Entre todos suman un valor M bastante alto ( $\Sigma$  de M =507), separado por 413 puntos de la siguiente categoría general. Estos resultados reflejan una percepción profundamente positiva del núcleo familiar, subrayando su papel esencial como fuente de seguridad emocional, cohesión y bienestar psicológico durante esta etapa.

Las asociaciones mostradas en la red semántica sugieren que las y los adolescentes valoran y buscan en la familia no solo un espacio seguro

donde satisfacer sus necesidades básicas, sino también un entorno enriquecedor donde se fomentan las relaciones interpersonales saludables, se nutre el crecimiento personal y se fortalece la autoestima a través del amor incondicional y el respaldo mutuo. La importancia otorgada a la comunicación y la comprensión indica una valoración de la apertura y la capacidad de la familia para servir como un foro para el intercambio de ideas, la expresión de emociones y la resolución de conflictos de manera constructiva. En conjunto, estas percepciones resaltan el papel central de la familia en proporcionar un ambiente que contribuye significativamente al desarrollo social y emocional de las y los adolescentes.

Los “aspectos económicos y seguridad” también aparecen como una categoría general en la red semántica de “familia”, tal y como fue en la de “bienestar”. En este caso aparecen en segundo lugar de las categorías generales, pero a una distancia bastante lejana ( $\Sigma$  de  $M=94$ ) de la categoría general de “relaciones y aspectos socioafectivos”. Está compuesta por solo dos categorías de primer nivel, que son “economía” y “cuidado”, lo cual puede indicar una comprensión integral de la familia no solo como un núcleo afectivo, sino también como una entidad responsable del bienestar material y la protección. Al relacionar la familia con “economía”, las y los adolescentes reconocen el papel de la familia en proveer los recursos necesarios para vivir, incluyendo alimentación, vivienda, educación y salud, subrayando la importancia de la gestión económica familiar en su seguridad y estabilidad. Este reconocimiento puede reflejar una conciencia de las dinámicas de interdependencia y la contribución de todos sus miembros hacia el bienestar colectivo.

Por otro lado, la asociación con el “cuidado” resalta la percepción de la familia como un espacio de atención emocional y física, donde los miembros se sienten cuidados y protegidos. Cabe resaltar que este concepto también podría estar relacionado con aspectos de la anterior categoría general, como el amor y el soporte emocional, además de la atención en momentos de enfermedad o dificultad, y la orientación en el desarrollo personal y social. En conjunto, estos conceptos enfatizan una visión de la familia como un sistema integral que cumple con responsabilidades económicas y afectivas, fundamentales para el desarrollo y bienestar de los adolescentes, reforzando la idea de la familia como el pilar cultural sobre el que se construye su seguridad, desarrollo y sentido de pertenencia.

En la red semántica de “familia” apareció la categoría general de “aspectos emocionales”, abarcando dos categorías de primer nivel: “felicidad” y “paz”. No se consideró incluirlas en la categoría de “relaciones y aspectos socioafectivos” porque se trata de estados emocionales que se experimentan en los individuos, incluso en situaciones no sociales. Cabe resaltar que aparece con un valor M mucho menor a las dos primeras categorías ( $\Sigma$  de  $M=35$ ). Sin embargo, su inclusión es relevante porque sugiere una percepción de la familia como una fuente primordial de bienestar emocional y estabilidad. Interpretar la familia en términos de “felicidad” indica que las y los jóvenes la consideran un espacio donde experimentan alegría, satisfacción y momentos gratificantes, lo cual es esencial para su desarrollo emocional y psicológico. La familia, en este sentido, se entiende como el escenario donde se cultivan y comparten experiencias positivas, contribuyendo significativamente a la construcción de una identidad sólida y positiva.

Por otro lado, la asociación con “paz” destaca la importancia de la familia como un refugio de tranquilidad y armonía en medio de las turbulencias típicas de la adolescencia. Este concepto refleja la búsqueda de un entorno familiar que ofrece seguridad, minimiza conflictos y proporciona un clima de comprensión y aceptación mutua, por lo que está íntimamente relacionado con la categoría general principal de esta red sobre “relaciones y aspectos socioafectivos”. Ambos conceptos subrayan la relevancia de la dinámica familiar en promover un ambiente de amor y respeto, donde las y los adolescentes no solo se sienten felices sino también en paz consigo mismos y con su entorno, reconociendo a la familia como un pilar fundamental para su bienestar integral.

Finalmente, la cuarta y última categoría general de la red semántica de familia es la de “salud y aspectos físicos”, que incluye a dos categorías de primer nivel: “alimentación” y “salud”, últimos dos lugares en el conjunto SAM, con un valor  $\Sigma$  de  $M=30$ . Esto puede representar que las y los adolescentes tienen una percepción de la familia como un ente fundamental en el fomento y mantenimiento de hábitos de vida saludables. La relación con la alimentación sugiere una conciencia sobre el papel de la familia en proveer nutrición adecuada, enseñar preferencias alimenticias y establecer patrones de alimentación que pueden influir en el estado de salud a largo plazo. Esta perspectiva subraya la importancia de las prácticas familiares en la formación de hábitos alimentarios saludables desde una edad temprana, lo cual es crucial para el desarrollo físico y cognitivo de las y los adolescentes.



En cuanto a la salud, la conexión implica el reconocimiento de la familia como soporte en la educación sobre la salud, el acceso a cuidados médicos y el modelado de comportamientos saludables. Este concepto podría abarcar no solo la salud física, sino también la promoción del bienestar psicológico y emocional dentro del entorno familiar. En conjunto, la vinculación de estos conceptos refleja la comprensión de los adolescentes acerca de la responsabilidad compartida entre la familia en cultivar un entorno que priorice y valore la salud integral, demostrando la influencia significativa de la dinámica y prácticas familiares en el establecimiento de una base sólida para un estilo de vida saludable.

## **Relación en los significados de bienestar y familia**

La comparación de las categorías asociadas con los conceptos de “bienestar” y “familia” por parte de las y los adolescentes, según los resultados de las redes semánticas naturales, ofrece una perspectiva reveladora sobre cómo los jóvenes perciben la interconexión entre estos dos aspectos fundamentales de su vida. A través de un análisis detallado, se pueden identificar tanto similitudes como diferencias en las dimensiones valoradas, lo que a su vez refleja las complejas dinámicas entre el bienestar individual y el entorno familiar.

Una similitud notable entre las categorías relacionadas con el bienestar y la familia es la prominencia de aspectos socioafectivos y relaciones, lo que subraya la importancia del soporte emocional, las interacciones positivas y la cohesión familiar. En la categorización del bienestar, “relaciones y conexión social” se destacan, señalando la familia como un componente crítico. De manera similar, en la percepción de la familia, “Relaciones y aspectos socioafectivos” ocupan la posición jerárquica más alta, enfatizando conceptos como apoyo, amor y comunicación. Esto indica que los adolescentes consideran a la familia no solo como una fuente de bienestar emocional y social, sino también como el núcleo de su red de apoyo, esencial para su desarrollo saludable.

La relación entre las categorías “aspectos económicos y de seguridad” en las percepciones de “bienestar” y “familia” por parte de las y los adolescentes ofrece una visión profunda sobre cómo los aspectos materiales y la seguridad son fundamentales tanto para el concepto de

bienestar individual como para la estructura y función de la familia. Esta intersección subraya la importancia de la estabilidad económica y un entorno seguro en la construcción del bienestar adolescente y resalta el papel central de la familia en proporcionar estas condiciones. Esta intersección sugiere que los adolescentes no solo valoran la seguridad y estabilidad económica por sí mismas, sino también comprenden el papel crítico de la familia en la provisión de estas condiciones. Resalta una visión integrada donde el bienestar no se ve únicamente como un estado individual de satisfacción y felicidad, sino también como el resultado de un entorno familiar que brinda apoyo económico y seguridad.

A pesar de las similitudes, existen diferencias notables en cómo las y los adolescentes relacionan ciertas categorías específicamente con el bienestar o la familia. Por ejemplo, en la categorización del bienestar, “salud y aspectos físicos” y “Emociones y salud mental” son fundamentales, destacando la importancia de la salud física, el ejercicio, la alimentación, así como la felicidad y la salud mental. Estas categorías indican una percepción del bienestar como un estado holístico que abarca tanto la salud física como la emocional, sin atribuir estas responsabilidades directamente a la familia.

Por otro lado, cuando los adolescentes hablan de “familia”, aunque “salud y aspectos físicos” también aparecen, lo hacen en menor medida en comparación con su énfasis en el bienestar, sugiriendo que, aunque reconocen el papel de la familia en promover hábitos saludables, ven la salud en un sentido más amplio como una responsabilidad personal o influenciada por factores externos a la familia.

## Conclusiones

La relación entre las categorías con las que los adolescentes asocian el bienestar y la familia revela una comprensión intrincada de cómo estos dos aspectos de su vida se entrelazan, comenzando con la aparición del concepto de familia como el tercero más importante en la red semántica de bienestar. La evidente valoración de las relaciones socioafectivas y la seguridad económica en ambos conceptos subraya la percepción de la familia como un pilar fundamental del bienestar adolescente. Sin embargo, las diferencias en el énfasis puesto en aspectos de salud física y emocional reflejan una distinción entre lo que se considera inherente al bienestar individual y el papel específico que la familia juega en su promoción.

Este análisis sugiere que, para las y los adolescentes, la familia es vista tanto como fuente de amor, apoyo y seguridad, como un componente de un sistema más amplio, dentro del contexto cultural, que contribuye a su bienestar general.

También es importante destacar la relación entre la familia y la felicidad. Según los significados otorgados por las y los adolescentes, destaca la familia como un pilar fundamental en la configuración del bienestar emocional. Los adolescentes asocian directamente conceptos como “apoyo”, “amor”, “unión” y “comunicación” con la familia, elementos que son esenciales para la construcción de un entorno socioafectivo positivo. Este entorno, a su vez, es crucial para el desarrollo de la felicidad, ya que proporciona una base de seguridad emocional, confianza y comprensión mutua. Estas asociaciones indican que los adolescentes perciben a la familia no solo como un soporte material y físico, sino principalmente como una fuente de bienestar emocional y social, donde la felicidad se nutre a través de relaciones saludables y positivas. Al situar a la familia en el centro de su concepción de felicidad, se subraya el impacto significativo de las dinámicas familiares en la percepción del bienestar subjetivo de las y los adolescentes, enfatizando la importancia de cultivar relaciones familiares caracterizadas por el afecto, el respeto y la comunicación abierta para promover un desarrollo emocional saludable.

Si partimos de la definición de bienestar como un estado multivariado que abarca cinco dimensiones fundamentales, como son la salud, material básico para una buena vida, buenas relaciones sociales, seguridad, y libertad de elección y acción (Evaluación de Ecosistemas del Milenio, 2005), se encuentra una notable resonancia en las categorías asociadas con los conceptos de “bienestar” y “familia” descritas por los participantes adolescentes colimenses en las redes semánticas.

Con respecto a la salud, se refleja claramente en la categoría “salud y aspectos físicos” dentro de ambas redes semánticas, indicando la importancia que los adolescentes otorgan a la salud física, el ejercicio, la alimentación y el descanso adecuado como componentes del bienestar. Además, en la red semántica de familia, aspectos como “alimentación” y “salud” subrayan el papel de la familia en promover y mantener la salud física de sus miembros.

En lo que respecta a la dimensión de material básico para una buena vida, la categoría “aspectos económicos y seguridad” en ambas tablas

resalta la percepción de los adolescentes sobre la importancia de tener una base material sólida y seguridad económica, proporcionada por la familia, como esencial para el bienestar.

Por su parte, con relación a la dimensión de buenas relaciones sociales, la prominencia de la categoría “relaciones y aspectos socioafectivos” en la tabla de familia, con conceptos como apoyo, amor y comunicación, y la inclusión de “familia” bajo “relaciones y conexión social” en la tabla de bienestar, evidencian la valoración de las relaciones familiares saludables y positivas como un componente crítico del bienestar.

Con respecto a seguridad, tanto en el sentido físico como emocional, está implícita en la preocupación por los “aspectos económicos y seguridad” en ambas redes, donde se enfatiza la necesidad de un ambiente familiar estable y protegido que respalde el bienestar de los adolescentes.

Finalmente, con respecto a la dimensión de libertad de elección y acción, esta dimensión no se menciona explícitamente en las categorías surgidas de las redes semánticas. Sin embargo, puede interpretarse que, a través de la importancia de la “confianza” y la “comunicación” dentro de la familia, se sugiere un entorno que respeta la individualidad de las y los adolescentes y apoya su autonomía, permitiéndoles tomar decisiones propias y actuar según sus preferencias y valores. Sin embargo, es relevante seguir investigando con respecto a esta dimensión en particular, pues no parece prioritaria para las y los adolescentes participantes.

Otros aspectos que hay que investigar más podrían ser las razones por las que las y los adolescentes no le están dando tanta relevancia a la amistad, según los resultados obtenidos. Ello contrasta notoriamente con lo que teóricamente se menciona sobre la importancia de las relaciones entre pares en esa etapa (Steinberg, 2001), pero es semejante a los resultados de la investigación realizada en México por De los Santos y Gutiérrez (2017), que incluso aseveran que “los adolescentes no son capaces de establecer relaciones estrechas con otras personas” (p. 74). Asimismo, vale la pena investigar y reflexionar sobre cómo se debe caracterizar a la relación de las y los adolescentes con las mascotas o animales de compañía, pues al parecer estos son un referente clave de bienestar para las nuevas generaciones, pudiendo representar un relevante cambio cultural. También es necesario analizar el papel de los videojuegos, pues estos resultaron importantes para algunos y algunas participantes, que

junto con el hecho de que la amistad no sea tan relevante y que incluso las mascotas están más arriba en importancia, puede estar representando un problema en cuanto a interacción social.

Reconocer y comprender los significados psicológicos, en los distintos contextos culturales y etarios, facilita que las y los investigadores, profesionales y responsables de políticas públicas desarrollen intervenciones y políticas más efectivas e inclusivas, ajustadas a la diversidad de necesidades, aspiraciones y valores de la población. Esta aproximación no solo amplía el entendimiento sobre la naturaleza humana, sino que también mejora nuestra capacidad para promover sociedades resilientes, basadas en la apreciación de su heterogeneidad y riqueza subjetiva.

El uso de redes semánticas naturales para examinar cómo se conceptualiza la familia revela el impacto de las diferencias culturales, sociales y personales en estas percepciones, ofreciendo un fundamento sólido para formular teorías, políticas y prácticas que resuenen con la variedad de experiencias familiares en la sociedad actual. Este análisis detallado de la interacción entre bienestar y familia proporciona conocimientos cruciales para diseñar programas específicos que mejoren los entornos familiares, apoyando así el bienestar adolescente de manera efectiva.

## Referencias

- Aguilar, C. A. (2024). Los significados de la sustentabilidad. *Estudios sobre las Culturas Contemporáneas*, 1(1), 57-89. <https://doi.org/10.53897/RevESCC.2024.1.03>
- Amato, P. R. (2005). The impact of family formation change on the cognitive, social, and emotional well-being of the next generation. *The Future of Children*, 15(2), 75-96. <https://doi.org/10.1353/foc.2005.0012>
- Amato, P. R. (2010). Research on divorce: Continuing trends and new developments. *Journal of Marriage and Family*, 72(3), 650-666. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2010.00723.x>
- Andrews, F. M. y Withey, S. B. (1976). *Social indicators of well-being: American's perceptions of life quality*. Springer. <https://doi.org/10.1007/978-1-4684-2253-5>
- Bianchi, S. M. y Milkie, M. A. (2010). Work and family research in the first decade of the 21st century. *Journal of Marriage and Family*, 72(3), 705-725. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2010.00726.x>

- Brock, D. (1993). Quality of life in health care and medical ethics. En M. Nussbaum y A. Sen (Eds.), *The quality of life* (pp. 95-132). Clarendon Press. <https://doi.org/10.1093/0198287976.003.0009>
- Carpenter, S. R., Mooney, H. A., Agard, J., Capistrano, D., DeFries, R. S., Díaz, S. y Whyte, A. (2009). Science for managing ecosystem services: Beyond the Millennium Ecosystem Assessment. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 106(5), 1305-1312. <https://doi.org/10.1073/pnas.0808772106>
- Collins, W. A. y Laursen, B. (2004). Parent-adolescent relationships and influences. En R. M. Lerner y L. Steinberg (Eds.), *Handbook of Adolescent Psychology* (pp. 331-361). John Wiley & Sons. <https://doi.org/10.1002/9780471726746.ch11>
- De los Santos X. y Gutiérrez, J. R. (2017). Medición del bienestar psicológico en adolescentes de educación media superior del Estado de México. *Revista de Psicología de la Universidad Autónoma del Estado de México*, 6(11), 61-79. <https://hemeroteca.uaemex.mx/index.php/rpsicologia/article/view/13351>
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0033-2909.95.3.542>
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J. y Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75. [https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901\\_13](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13)
- Diener, E., Oishi, S. y Lucas, R. E. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual review of psychology*, 54(1), 403-425. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.54.101601.145056>
- Diener, E. y Suh, E. M. (1996). Measuring quality of life: Economic, social and subjective indicators. *Social Indicators Research*, 40(1), 189-216. <https://link.springer.com/article/10.1023/a:1006859511756>
- Dłużewska, A. (2016). Well-being—conceptual background and research practices. *Društvena istraživanja: časopis za opća društvena pitanja*, 25(4), 547-567. <https://doi.org/10.5559/di.25.4.06>
- García, C. A., Pérez, S. L., Rodríguez, E. I. y Márquez, C. V. (2023). Las redes semánticas actitudinales. Una propuesta de evaluación de actitudes con redes semánticas naturales. En S. L. Pérez, I. U. Jiménez, y E. J. Medina (Eds.), *Redes semánticas. Nuevas perspectivas y aplicaciones en psicología* (pp. 43-59). Universidad de Colima. <https://doi.org/10.53897/LI.2023.0004.UCOL>
- García, C. A. y Tello, O. A. (2022). Significados psicológicos y actitudes en relación con la inclusión que presentan las y los miembros de los Servicios de Asistencia Técnica Escolar de Educación Especial. En B. Lara, C. I. Huerta, y S. Gutiérrez (Eds.), *Estudios y reflexiones sobre inclusión, diversidad y vulnerabilidad* (pp. 71-98). Universidad de Guadalajara.
- Gross, J. J. y John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348-362. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348>

- Grusec, J. E. (2011). Socialization processes in the family: Social and emotional development. *Annual Review of Psychology*, 62, 243-269. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.121208.131650>
- Hair, E. C., Moore, K. A., Garrett, S. B., Ling, T. y Cleveland, K. (2008). The continued importance of quality parent-adolescent relationships during late adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, 18(1), 187-200. <https://doi.org/10.1111/j.1532-7795.2008.00556.x>
- Helsen, M., Vollebergh, W. y Meeus, W. (2000). Social support from parents and friends and emotional problems in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 29(3), 319-335. <https://doi.org/10.1023/A:1005147708827>
- Hill, N. E. y Tyson, D. F. (2009). Parental involvement in middle school: A meta-analytic assessment of the strategies that promote achievement. *Developmental Psychology*, 45(3), 740-763. <https://doi.org/10.1037/a0015362>
- Huebner, E. S. (2004). Research on assessment of life satisfaction of children and adolescents. *Social Indicators Research*, 66(1-2), 3-33. [https://doi.org/10.1007/978-1-4020-2312-5\\_2](https://doi.org/10.1007/978-1-4020-2312-5_2)
- Larson, R., Moneta, G., Richards, M. H. y Wilson, S. (2002). Continuity, stability, and change in daily emotional experience across adolescence. *Child Development*, 73(4), 1151-1165. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00464>
- Luna, A. C. A., Laca, F. A. y Mejía, J. C. (2011). Bienestar Subjetivo y Satisfacción con la Vida de Familia en Adolescentes Mexicanos de Bachillerato. *Psicología Iberoamericana*, 19(2), 17-26. <https://doi.org/10.48102/pi.v19i2.225>
- Manfredi, M. y Di Pasquale, E. A. (2021). Medición del bienestar objetivo y subjetivo: una propuesta de índice de desarrollo humano integral. *Revista de economía mundial*, (57), 161-186. <https://doi.org/10.33776/rem.v0i57.4648>
- Martínez, I. (2018). Los niveles de felicidad a lo largo de la vida en México. En R. Millán y R. Castellanos (Eds.), *Bienestar subjetivo en México* (pp. 219-252). Universidad Nacional Autónoma de México. [https://ru.iis.sociales.unam.mx/bitstream/IIS/5445/7/bienestar\\_subjetivo.pdf](https://ru.iis.sociales.unam.mx/bitstream/IIS/5445/7/bienestar_subjetivo.pdf)
- Mayordomo, T., Sales, A., Satorres, E. y Meléndez, J. C. (2016). Bienestar psicológico en función de la etapa de vida, el sexo y su interacción. *Pensamiento psicológico*, 14(2), 101-112. <https://doi.org/10.12804/apl33.01.2015.03>
- Merriam-Webster. (s.f.). Well-being. En *Merriam-Webster.com dictionary*. Recuperado el 12 de marzo de 2024, de <https://www.merriam-webster.com/dictionary/well->
- Millennium Ecosystem Assessment (2005). *Ecosystems and human wellbeing: synthesis/ current state and trends/ scenarios/ policy responses/ multiscale assessments*. Island Press. <https://www.wri.org/research/millennium-ecosystem-assessment-ecosystems-and-human-well-being>
- Pérez, S. L., García, C. A., Rodríguez, E. I., González, J. R. y López, A. L. (2020). Comparación del significado psicológico de estrés y aprendizaje entre universitarios de México y Costa Rica. *Dissertare Revista de Investigación en Ciencias Sociales*, 5(2), 1-17. <https://revistas.uclave.org/index.php/dissertare/article/view/2891>

- Proctor, C. L., Linley, P. A., y Maltby, J. (2009). Youth life satisfaction: A review of the literature. *Journal of happiness studies*, 10, 583-630. <https://doi.org/10.1007/s10902-008-9110-9>
- Real Academia Española. (s.f.). Bienestar. En *Diccionario de la lengua española*. Recuperado el 12 de marzo de 2024, de: <https://dle.rae.es/bienestar>
- Rohner, R. P. y Khaleque, A. (2005). Parental acceptance-rejection and parental control: A meta-analytic review of cross-cultural and intracultural studies. *Parenting: Science and Practice*, 5(3), 251-273. [https://doi.org/10.1207/s15327922par0503\\_3](https://doi.org/10.1207/s15327922par0503_3)
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton University Press. <https://doi.org/10.1515/9781400876136>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of personality and social psychology*, 57(6), 1069-1081. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C. D. (2014). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(1), 10-28. <https://doi.org/10.1159/000353263>
- Ryff, C. D. y Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of personality and social psychology*, 69(4), 719-727. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- Ryff, C. D. y Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of happiness studies*, 9, 13-39. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9019-0>
- Seligman, M. E. y Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5-14. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.5>
- Sociedad Mexicana de Psicología. (2010). *Código ético del psicólogo*. Trillas.
- Steinberg, L. y Morris, A. S. (2001). Adolescent development. *Annual Review of Psychology*, 52, 83-110. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.83>
- Valdez, J. L. (1998). *Las redes semánticas naturales. Usos y aplicaciones en psicología social*. Universidad Autónoma del Estado de México.