



Universidad Católica Argentina  
“Santa María de los Buenos Aires”

Facultad de Psicología y Psicopedagogía  
Licenciatura en Psicología

## TRABAJO DE INTEGRACIÓN FINAL

### **Comunicación familiar y bienestar psicológico del hijo adolescente**

**Alumna:** Agustina Ayelén Montenegro

**N° de registro:** 12-160139-1

**Directora:** Lic. Patricia Estevez

**Tutoras:** Dra. María Cristina Lamas, Dra. Solange Rodríguez Espínola y Lic. Pilar Filgueira

## ÍNDICE

i. RESUMEN	2
1. INTRODUCCIÓN	3
2. MARCO TEÓRICO	5
2.1. La Adolescencia Tardía	5
2.2. Comunicación Familiar entre Padres e Hijos Adolescentes	7
2.3. Bienestar Psicológico	12
2.4. Comunicación Familiar y Bienestar Psicológico del Hijo Adolescente	16
3. OBJETIVOS, HIPÓTESIS Y DEFINICIÓN DEL PROBLEMA	19
3.1. Objetivos	19
3.2. Hipótesis	19
3.3. Definición del Problema	20
4. MÉTODO	20
4.1. Diseño	20
4.2. Participantes	21
4.3. Instrumentos de Recolección de Datos	21
4.3.1. Cuestionario sociodemográfico	21
4.3.2. Escala de Comunicación Padres-Adolescentes (PACS)	21
4.3.3. Escala de Bienestar Psicológico Jóvenes Adolescentes (BIEPS-J)	22
4.4. Procedimientos	23
5. RESULTADOS	24
6. DISCUSIÓN	28
7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	33
8. APÉNDICES	37

## **i. RESUMEN**

Este trabajo de integración final se propuso explorar la relación entre la comunicación de padres e hijos adolescentes y el bienestar psicológico de estos últimos desde un enfoque sistémico-ecológico relacional y desde la Psicología Positiva, con un alcance descriptivo-correlacional, transversal y no experimental. Participaron del mismo 91 adolescentes de entre 16 y 20 años de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires y del Gran Buenos Aires. Se les administró de manera virtual la escala PACS de Comunicación entre Padres y Adolescentes de Barnes y Olson, y la escala de BIEPS-J de Bienestar Psicológico de Ryff. Los datos se analizaron con el programa estadístico SPSS. Se encontró que en esta muestra predomina la comunicación abierta entre padres e hijos adolescentes por sobre la interacción negativa y que ésta es mejor con la madre que con el padre. Además, el nivel de bienestar psicológico de los adolescentes es bajo. El resultado principal es que a mejor comunicación entre padres e hijos adolescentes, mayor es el bienestar psicológico de los hijos. Se encontró que el grado de apertura en la comunicación está directamente relacionado con los proyectos y la aceptación de sí, y no así con el control de situaciones y los vínculos psicosociales, las cuales son dimensiones del bienestar psicológico. Además, a mayores problemas en la comunicación, menor es el control de situaciones del adolescente. Este trabajo comprueba que tener una comunicación familiar abierta, sana y funcional entre padres e hijos adolescentes genera un impacto positivo en su bienestar psicológico.

**Palabras clave:** adolescencia, bienestar psicológico, comunicación familiar.

## 1. INTRODUCCIÓN

El propósito del presente trabajo de integración final, de diseño empírico cuantitativo, fue explorar la relación entre la comunicación de padres e hijos adolescentes y el bienestar psicológico de estos últimos. El trabajo de investigación fue abordado principalmente desde un enfoque sistémico-ecológico relacional y desde la Psicología Positiva.

Los individuos que transitan la adolescencia se encuentran en un período de múltiples cambios, tanto físicos, como también psicológicos, cognoscitivos y sociales. Durante esta etapa vital, se generan nuevos conflictos, desafíos, expectativas, dificultades, miedos que previamente no tenían, o que ahora se presentan con mayor intensidad (Aranguren & Irrazabal, 2015). Se considera que para tener éxito en el desarrollo de esta etapa, los adolescentes deben modificar sus patrones de relación (Orcasita Pineda & Uribe Rodríguez, 2010). El enfoque del trabajo está puesto en el entorno familiar ya que la familia es aquel grupo natural en el que se forman relaciones de dependencia y vínculos afectivos entre los que la componen. La misma constituye un sistema con una estructura jerárquica de carácter dinámico. El funcionamiento familiar en torno a la comunicación es el más estudiado en investigaciones con adolescentes y sus familias, debido a la importancia que adquiere durante esta etapa de la vida (Alfonso Hernández, Valladares González, Rodríguez San Pedro & Selín Ganén, 2017).

En la literatura científica coexisten dos modelos teóricos sobre la adolescencia y las relaciones familiares. Por un lado, el modelo centrado en el conflicto y la tensión con el entorno, que se enfoca en los efectos negativos que pueden tener los conflictos que se pueden generar en esta etapa en el bienestar del adolescente y en la dinámica de la familia, y por otro lado, un modelo focalizado en los recursos y capacidades que le permiten al adolescente un afrontamiento adaptativo de los cambios de esta etapa vital, el cual destaca los aspectos positivos que tienen las interacciones entre padres e hijos (Alfonso Hernández et al., 2017). El presente trabajo se enfoca en el segundo modelo descripto. A partir de la pubertad, el sistema familiar se vuelve más inestable y desequilibrado ya que aumenta la variedad de interacciones entre padres e hijos, en tanto que los adolescentes exploran nuevas fuentes de apoyo y comunicación extra-familiares. Progresivamente, el sistema se estabiliza y da lugar a un nuevo patrón relacional. Es decir que, durante la

adolescencia, las relaciones paterno-filiales se modifican, pero la interacción entre ellos es continua y sigue siendo necesaria para un adecuado ajuste psicológico y social.

En esta etapa, la comunicación, permite zanjar diferencias y orientarse hacia la mutualidad y la reciprocidad (Schmidt, Maglio, Messoulam, Molina & Gonzalez, 2010). Una comunicación funcional ayuda a un desarrollo saludable, y cuando no lo es, como parte de una relación problemática, tiene consecuencias negativas, como baja autoestima, ansiedad, depresión, y consumo de sustancias (Raimundi, Molina, Leibovich de Figueroa & Schmidt, 2017).

Por otro lado, el bienestar psicológico alude a la evaluación subjetiva que realiza la persona acerca de distintas áreas de su vida, como sus proyectos, la aceptación de sí, el control de situaciones, los vínculos interpersonales, la autonomía y el crecimiento personal (Aranguren & Irrazabal, 2015). Dicho bienestar tiene impacto en la salud integral del individuo. A modo de ejemplo se puede mencionar que los sujetos más satisfechos con sus vidas tienden a ser más exitosos en el matrimonio, las amistades, la salud, el trabajo y el aprendizaje (Compton & Hoffman, 2013).

El interés en esta temática y su relevancia para ser estudiada deriva en que las investigaciones previas acerca de la relación entre estas dos variables han permitido entender el modo en que la comunicación entre padres e hijos eleva, disminuye o mantiene el bienestar psicológico de los adolescentes en el mundo y en específico también en Argentina.

De este estudio se beneficiará principalmente el ámbito académico de la Psicología, aunque también podrá ser de interés para profesionales afines e incluso padres de adolescentes. Se detalla en primer lugar, las principales características de la adolescencia tardía, período elegido para realizar esta investigación. En segundo lugar, se describen las características de la comunicación entre padres e hijos adolescentes, así también como el bienestar psicológico de éstos últimos. Por último, se procede a explorar la relación entre estas dos variables, a través del análisis de los datos recolectados, con el fin de arribar a conclusiones que arrojen luz sobre esta temática.

El presente estudio tiene un alcance descriptivo-correlacional, transversal y no experimental. Algunas de sus limitaciones son el tamaño reducido de la muestra que no permite hacer generalizaciones a la población general, la desproporción de la muestra en

edad y sexo, y la poca representatividad de la muestra en cuanto a lugares de residencia de los adolescentes.

## **2. MARCO TEÓRICO**

### **2.1. La Adolescencia Tardía**

La adolescencia es un período evolutivo del desarrollo que involucra cambios físicos, psicológicos, cognoscitivos y sociales, y que está lleno de desafíos, tanto para el individuo como para los que lo rodean. Se presenta en el individuo un pensamiento reflexivo que lleva al autoanálisis. El aspecto central de esta etapa es asumir la propia identidad y sentirse diferente a los demás (Castillo, 2016). Para estudiarla, se la puede subdividir en etapas. En primer lugar, la adolescencia temprana, donde ocurren todos los cambios biológicos propios de la pubertad, que comienza entre los diez u once años y termina a los trece; luego, la adolescencia media, donde mayormente se establecen los grupos de pares, que va desde los catorce a los dieciséis años; y por último, la adolescencia tardía, que puede extenderse hasta los veinte o veintiún años de edad. En esta última etapa es cuando los individuos comienzan a preocuparse activamente por su futuro. Es el tiempo en el que se resuelven ciertas problemáticas que los llevarán a la adultez (Orcasita Pineda & Uribe Rodríguez, 2010). Los adolescentes se encuentran en un período de transición que los lleva a salir del mundo escolar y a insertarse en el mundo universitario y/o laboral. En este contexto, se generan nuevos conflictos, desafíos, expectativas, dificultades, miedos que no tenían en las etapas previas, o bien, ahora se presentan con una intensidad mayor (Aranguren & Irrazabal, 2015).

En esta etapa de la vida, además, los individuos desarrollan su capacidad de soñar, pensar y planificar su futuro, tarea que se vuelve importante para el crecimiento. Cuando los adolescentes se orientan al futuro, lo hacen involucrando muchos procesos psicológicos. Se ponen en juego sus motivaciones y valores, sus expectativas, la planificación y la posibilidad de alcanzar las metas que se proponen según sus competencias y su autopercepción. Deben considerar que ellos tienen un rol activo en la construcción de su futuro. Esto es importante ya que el adolescente está construyendo el sí mismo en el que se podría convertir y tiene que verse como agente del futuro al que quiere llegar. La perspectiva que se tenga del futuro se forma en un contexto sociocultural,

y hay muchos factores que influyen esta construcción, siendo algunas de ellas, la educación, los valores, las oportunidades percibidas, los pares y, por supuesto, la influencia parental, que los orienta a sus elecciones por ser modelos y transferir ideales y expectativas (Molina, Giménez, Raimundi, Leibovich de Figuero & Schmidt, 2017).

El proceso que atraviesan los adolescentes para definir su identidad genera grandes cambios en ellos, puede ser estresante y tener diversos efectos psicológicos, ya que en este proceso intentan integrar su personalidad, considerando sus propios pensamientos, emociones y conductas. Se considera que para tener éxito en el desarrollo de esta etapa, los adolescentes deben modificar sus patrones de relación. Un indicador de que esto está sucediendo es que suelen decir que sus padres no los entienden, se empiezan a apartar de su familia y a identificarse con su grupo de amigos, con quienes elaboran paulatinamente la transición al mundo adulto. En ellos encuentran apoyo, afecto, aceptación y comprensión, entre otros. Los adolescentes necesitan construir su propia red de relaciones para empezar a ser más autónomos, lo cual no quiere decir que no sigan necesitando del apoyo de los padres, quienes son muy importantes para el ajuste emocional y social de sus hijos adolescentes (Orcasita Pineda & Uribe Rodríguez, 2010).

Es durante la adolescencia tardía cuando el adolescente alcanza mayor independencia, y se observa una disminución de los conflictos. Las relaciones con sus pares son más estrechas y también en esta etapa suelen aparecer las relaciones de pareja, lo cual genera mayor distanciamiento con su familia. Los adolescentes en este período desarrollan su identidad personal y social, sus propios valores, sus metas vocacionales, entre otros (Hernández et al., 2017).

Para poder entender la adolescencia, se la debe pensar dentro de su contexto social y de la cultura, que determinará los roles que los adolescentes tomarán en la sociedad (Verdugo Lucero, Arguelles Barajas, Guzmán Muñiz, Márquez González, Montes Delgado & Uribe Alvarado, 2014). El escenario actual de la adolescencia en nuestra sociedad es que la misma suele iniciar antes y terminar más tarde que en épocas anteriores, prolongándose aproximadamente desde los 10 hasta los 25 años. Esto es debido a que los cambios biológicos de la pubertad actualmente suelen darse de manera más precoz que en otras épocas y, por otro lado, se ha prolongado la estancia de los hijos en los hogares de los padres en situación de dependencia y se ha retrasado la incorporación al mercado laboral de los individuos. Se percibe en los adolescentes cierta decepción y aburrimiento

por ver frenados sus deseos de mayor autonomía, sus proyectos de vida y la realización de sus ideales. Muchas veces, los hijos suelen vivir esta etapa de su vida con poca presencia de sus padres, los cuales no están disponibles cuando los adolescentes los necesitan, por lo que a veces crecen con carencias afectivas (Castillo, 2016).

## **2.2. Comunicación Familiar entre Padres e Hijos Adolescentes**

La familia es aquel grupo natural en el que se forman relaciones de dependencia y vínculos afectivos entre los que la conforman. Es una realidad social que tiene relevancia y consecuencias en los pensamientos, las emociones y las conductas de sus miembros. Es la unidad básica de salud y la que educa en normas y límites, es el centro primario de socialización y del desarrollo de múltiples habilidades. La misma constituye un sistema con una estructura jerárquica de carácter dinámico (Hernández et al., 2017).

El funcionamiento familiar en torno a la comunicación es el más estudiado en investigaciones con adolescentes y sus familias, debido a la importancia que adquiere durante esta etapa de la vida. La comunicación es el proceso de interacción que permite un intercambio de información entre las personas. Esa información es un conjunto de vivencias, sentimientos, ideales, valores, convicciones, actitudes y motivaciones (Díaz Bolaños, Rodríguez Trueba & Rodríguez Rodríguez, 2018; Orcasita Pineda & Uribe Rodríguez, 2010).

La comunicación familiar se refiere a aquellas interacciones, negociaciones y vinculaciones emocionales establecidas entre los miembros de una familia, que permite el intercambio de ideas, opiniones y sentimientos, así como el informar e influir y el establecer los límites psicológicos del respeto individual (Díaz Bolaños et al., 2018). Según Gonçalves y Bedin (2015) construir la comunicación familiar requiere de empatía, de una escucha reflexiva, también de comentarios de apoyo y de la capacidad de los integrantes para compartir sus sentimientos. La misma permite la socialización y culturización de los miembros de la familia.

Una buena comunicación es aquella que facilita el funcionamiento familiar y niveles más adecuados de cohesión y de adaptabilidad (Olson citado en Cesar et al., 2012). Los miembros de una familia tienden a intercambiar sus emociones e intercambiar de manera adecuada y cooperativa cuando perciben cierta satisfacción familiar, es decir,



la percepción de que las demandas funcionales de cada miembro están siendo aceptadas y satisfechas, lo cual a su vez, predice el buen funcionamiento familiar, ya que a mayores niveles de interacción entre los integrantes, menor será el conflicto. Cuando las interacciones son positivas y reforzadoras, habrá mayor satisfacción familiar. Por el contrario, la misma disminuirá si las interacciones son negativas y punitivas (Hernández et al., 2017). Lo mencionado anteriormente confirma el funcionamiento sistémico de la familia.

Como sistema dinámico, la familia está sometida a procesos de transformación por los cambios que atraviesan sus componentes. Es funcional aquella caracterizada por actitudes y comportamientos positivos, lo cual generará que los niveles comunicacionales, la satisfacción personal y familiar sea percibida como favorable, y será un factor protector para el desarrollo de la personalidad de sus miembros. Para desarrollar una comunicación positiva, un principio básico será construir las relaciones paterno-filiales tomando conciencia sobre el valor socializador de la familia (Hernández et al., 2017).

Desde el comienzo de la adolescencia con la pubertad, el sistema familiar se desequilibra y se vuelve más inestable debido a que, entre otras cosas, aumenta la variedad de interacciones entre padres e hijos. La comunicación con los padres sufre un deterioro y los adolescentes se vuelven menos espontáneos para hablar de sus asuntos. Progresivamente, se estabiliza y da lugar a un nuevo patrón relacional. Es decir que, durante la adolescencia, las relaciones paterno-filiales se modifican, pero la interacción entre ellos es continua y sigue siendo necesaria para un adecuado ajuste psicológico y social. Los lazos con los padres se mantienen, y ellos siguen siendo sus principales figuras de apego y fuentes de apoyo emocional (Gonçalves & Bedin, 2015; Orcasita Pineda & Uribe Rodríguez, 2010; Schmidt, Maglio, Messoulam, Molina & Gonzalez, 2010).

En la literatura sobre el conflicto familiar en la adolescencia, se encuentran dos resultados o posturas. Por un lado, se pueden destacar los aspectos positivos que tienen las interacciones entre padres e hijos, lo cual refleja una mirada optimista de la relación. Por otro lado, hay quienes se enfocan en los efectos negativos que pueden tener los conflictos que se pueden generar en esta etapa en el bienestar del adolescente y en la dinámica de la familia (Raimundi et al., 2017).

Según explican Orcasita Pineda y Uribe Rodríguez (2010), el adolescente necesita establecer su propia identidad y desarrollar autonomía respecto de la familia. Esto no implica una desvinculación afectiva de los padres, sino simplemente un cambio en las relaciones, ya que los pares pasan a ser centrales. Las nuevas identificaciones son los compañeros del colegio, los amigos, la pareja. Ellos son quienes validan sus pensamientos y emociones, y en ellos encuentran aceptación y aprobación.

Desde el punto de vida de los adultos, los adolescentes presentan ciertas manifestaciones preocupantes, como las actitudes desafiantes frente a la autoridad, conductas que los ponen en situaciones de riesgo, bajo rendimiento escolar, consumo de sustancias, trastornos alimentarios, comportamientos delictivos. El vínculo de los padres con sus hijos adolescentes contribuye a construir el comportamiento de estos últimos. El significado funcional de los conflictos durante esta etapa depende parcialmente de la calidad de la relación entre los padres y sus hijos, es decir, del grado de comunicación, intimidad y afecto que haya entre ellos (Orcasita Pineda & Uribe Rodríguez, 2010).

Aunque muchas veces son valorados como negativos porque atentan contra la convivencia familiar, los conflictos entre padres e hijos adolescentes son importantes para el desarrollo de estos últimos. La confrontación se produce ya que los hijos están intentando renegociar la manera en que se relacionan con sus padres, buscando una mayor horizontalidad y simetría en la misma. Suelen ser los adolescentes quienes mayormente se caracterizan por defender sus propias posturas y atacar las de sus padres (Correa Rodríguez, Rodríguez, Ceballos & Álvarez, 2013).

Cuando se presenta un conflicto, padres e hijos pueden atascarse cada uno en su posición sin querer ceder, o bien, negociar, lo cual requiere de capacidades argumentales complejas en ambas partes, es decir, que cada parte exponga su punto de vida mientras que intentan comprender el punto de vida del otro. Estas capacidades perspectivistas permitirán buscar una nueva solución al problema y, para facilitar la convivencia familiar, es conveniente que sean los padres quienes den el primer paso haciendo esto, animando a sus hijos a imitarlos. Un estudio con adolescentes españoles y sus padres demostró que las madres suelen ser las que realizan esta tarea de manera más exitosa que los padres, dando más explicaciones a sus propuestas. Los padres suelen mostrarse más autoritarios que las madres (Correa Rodríguez et al., 2013). Este mismo resultado fue encontrado en un estudio en México, en el cual, los adolescentes expresaron que tienen mejor relación

con la figura materna (Verdugo Lucero et al., 2014). Al considerar las dinámicas familiares en relación a la comunicación:

"Parece razonable esperar que la argumentación y el pensamiento se fomenten más en contextos familiares participativos en donde se dediquen esfuerzos a la construcción de una salida conjunta, favoreciendo un mayor conocimiento y comprensión mutuos y, muy posiblemente, potenciando el deseable desarrollo cognitivo y socioemocional en la adolescencia." (Correa Rodríguez et al., 2013, p. 208).

Por eso, durante la adolescencia será necesario que padres e hijos desarrollen una comunicación abierta y sincera. De esta manera, la familia será un ambiente atrayente para el adolescente, y en él surgirán deseos de permanecer en la misma. En el proceso de individuación en la adolescencia, se busca apoyo en relaciones extrafamiliares, pero no por ello se perjudica la comunicación familiar. De hecho, si bien los adolescentes inician nuevas e importantes relaciones con amigos y parejas, la realidad es que, como se mencionó anteriormente, conservan importantes lazos afectivos con sus padres y ellos siguen siendo una de sus principales fuentes de apego y ayuda emocional (Hernández et al., 2017).

La comunicación entre padres e hijos en esta etapa se torna relevante para un desarrollo saludable. Conversar, expresar sus aspiraciones, negociar, recibir apoyo, aliento, guía o tomar decisiones juntos es parte de la relación. Estudios (Guzmán Arteaga & Pacheco Lora, 2014; Raimundi et al., 2017) demuestran que aquellos con una relación y comunicación problemática con sus padres tienen consecuencias negativas, como baja autoestima, ansiedad, depresión, y consumo de sustancias.

La falta de comunicación en el núcleo familiar es uno de los principales factores que afecta al desempeño académico, ya que la relación afectiva con los padres es lo que muchas veces determina dicho desempeño, dependiendo generalmente del diálogo que se establece entre padres e hijos en cuanto a valores y principios, del ambiente familiar, de la convivencia en el hogar, de la importancia que le den los padres al estudio, y la confianza que ellos tengan en las capacidades y habilidades de sus hijos. En cambio, aquellos con una buena comunicación familiar desarrollan un autoconcepto positivo, presentan mayores habilidades sociales, se muestran más seguros de sí mismos, y tienen mayor estabilidad emocional. Además, tienen un buen desempeño escolar y mayor

competencia en el aprendizaje (Guzmán Arteaga & Pacheco Lora, 2014; Raimundi et al., 2017). La buena comunicación en la familia también funciona como factor protector frente a conductas de riesgo, y especialmente cuando los adolescentes pueden expresar sus opiniones y expectativas de manera eficaz con sus padres resisten mejor la presión de los pares (Schmidt et al., 2010).

A la hora de explicar la razón de los problemas de comunicación, Hernández et al. (2017) explican que puede haber diferentes motivos. Por un lado, se ha propuesto que el origen es que los padres esperan de sus hijos un cierto tipo de comportamiento, que los adolescentes no realizan. Además, también los conflictos se deben a procesos cognitivos en los adolescentes, como el desarrollo del pensamiento formal, que los lleva a ser más críticos de las normas y a desidealizar a sus progenitores. También influye el nivel intelectual de los padres, y su nivel educativo. A esto se le suma el hecho de que muchos padres no son flexibles en poder modificar un poco el estilo de crianza, las normas y la forma de tratarlos. Algunas costumbres deberían dejarse atrás y dar paso a la negociación con el adolescente, que tiene sus propios criterios y deseos.

Por otro lado, hay que tener en cuenta que muchas veces lo que sucede es que durante la adolescencia se acentúan conflictos que ya se encontraban latentes previamente. Ciertas investigaciones han demostrado que los conflictos en la comunicación se pueden generar porque muchas veces los padres prefieren no hablar de ciertos temas, como la sexualidad, drogas, religión o los noviazgos, porque no se sienten preparados, y los adolescentes prefieren hablarlos con sus iguales. Por otro lado, a veces los padres no logran entender o no conocen acerca de los diversos cambios que están viviendo sus hijos como adolescentes, específicamente los momentos de irritabilidad, tensión, susceptibilidad, y cambios de humor, lo cual genera malentendidos entre ellos. Las conversaciones entre padres e hijos suelen ser superficiales, y muchas veces los adolescentes sienten que no son tenidos en cuenta cuando son sinceros, y eso genera el riesgo de que la comunicación disminuya (Hernández et al., 2017).

Investigadores argentinos (Schmidt, Messoulam, Molina & Abal, 2008; Schmidt et al., 2010) han evaluado la comunicación entre padres e hijos a través de dos dimensiones: (a) *comunicación abierta*, que indaga sobre el intercambio de información instrumental y emocional, el entendimiento mutuo y la satisfacción en la interacción; y (b) *problemas en la comunicación familiar*, centrada en los aspectos negativos de la

comunicación tales como la resistencia a compartir, la interacción negativa, y la falta de confianza en lo que se comparte. En sus estudios, en los que utilizaron su adaptación de la escala PACS (Parent-Adolescent Communication Scale) de Barnes y Olson, se observó que la comunicación abierta funciona como factor protector, ya que se asocia positivamente con la unión emocional familiar y el buen rendimiento escolar, y de manera negativa con el consumo abusivo de alcohol y tabaco. Los problemas en la comunicación familiar resultan ser un factor de riesgo. Se asocian de manera negativa a la unión emocional familiar y de manera positiva con un pobre autoconcepto y con problemas en el ajuste escolar. Ambas dimensiones son relativamente independientes y están vinculadas con los logros y con las conductas de riesgo de los adolescentes.

### **2.3. Bienestar Psicológico**

En primer lugar, es importante consignar la diferencia entre bienestar subjetivo y bienestar psicológico. La atención del bienestar subjetivo focaliza en el estudio de la felicidad y satisfacción con la vida, -aspecto cognitivo-, y de los afectos positivos y negativos -aspecto emocional- respecto de sí mismo y del entorno (Compton & Hoffman, 2013). La literatura ha demostrado que el componente cognitivo es más estable en el tiempo que el componente afectivo, más cambiante y muchas veces, momentáneo (Casullo & Castro Solano, 2000).

Por otro lado, el bienestar psicológico fue conceptualizado en primer lugar por Ryff en la década del '80, entendiendo a dicho concepto como una dimensión integradora y global del desarrollo humano. Para definirlo, integró conceptos de diferentes autores que estudiaron el desarrollo humano, como Erikson, y la personalidad, como Allport. Consideró que la felicidad no debía ser el único indicador que se tenga en cuenta a la hora de evaluar el funcionamiento óptimo de los individuos. Define entonces el bienestar psicológico como una evaluación subjetiva que hace la persona acerca de diferentes áreas de su vida (Aranguren & Irrazabal, 2015). Otros autores como Páramo, Straniero, García, Torrecilla y Escalante Gómez (2012) han dicho que para evaluar el bienestar psicológico con consistencia y de una forma significativa, éste debe ser visto como:

"un juicio que corresponde a un estado subjetivo que es estable y que está influenciado por factores tales como salud a largo plazo, condiciones de vida y

rasgos de personalidad que influyen los modos en los cuales el sujeto interactúa con el mundo" (p. 9).

El modelo de bienestar psicológico desarrollado por Ryff (1989) propuso seis dimensiones para evaluarlo: (a) *autoaceptación*, que es la actitud positiva hacia uno mismo, conociendo y aceptando los aspectos positivos y negativos, incluso de lo que se ha vivido en el pasado; (b) *relaciones positivas*, que implica poder establecer relaciones estables, confiables, cálidas y satisfactorias, e implica, además, tener capacidad para amar, empatía, e intimidad; (c) *autonomía*, que refiere a la autodeterminación, independencia y autorregulación de la conducta; (d) *dominio del entorno*, es decir, la competencia, control, y habilidad de crear ambientes favorables para satisfacer necesidades, deseos y valores, y a la vez aprovechar las oportunidades que surgen en el ambiente; (e) *propósito en la vida*, que se evidencia a través de proyectos y metas concretas y realistas en la vida, que le dan sentido a las experiencias tanto del pasado como del futuro; y por último, (f) *crecimiento personal*, que se refiere al potencial para enfrentar desafíos nuevos en cada etapa del ciclo vital, y a las estrategias que el individuo pone en marcha, que derivan en su crecimiento y madurez. Las diferentes dimensiones están interrelacionadas. Las personas que tienen conciencia de sus propias limitaciones, es decir, aceptación de sí mismos, sostienen su propia individualidad o autonomía, y así, definen objetivos y proyectos que les permitan darle sentido a su vida (Páramo et al., 2012).

Durante la adolescencia, hay múltiples factores que pueden influir en el bienestar psicológico: factores psicológicos, psicosociales, sociales y culturales. De hecho, se suele observar una disminución del bienestar durante la misma, en comparación con otras etapas de la vida. Es una etapa desafiadora, con muchas tareas a realizar, una etapa de crisis en la que la persona desarrolla nuevas habilidades sociales, capacidades cognitivas y en la que experimenta nuevas experiencias de todo tipo. Castellá Sarriera, Saforcada, Tonon, Rodríguez de La Vega, Mozobancyk y Bedin (2012) explican que:

"El desarrollo cognitivo, social y afectivo logrado en la etapa previa de la niñez, las condiciones materiales de existencia, el apoyo familiar y social proveniente de la escuela y otras instituciones de la comunidad, entre otros, desempeñan un rol principal en la calidad de vida y el bienestar que puede alcanzar el adolescente." (p. 274).

Existe una relación causal entre el apoyo social percibido y el bienestar psicológico. Cuando las interacciones sociales son positivas y aumenta o se mantiene el apoyo social, los adolescentes presentan un mayor bienestar psicológico. En cambio, los adolescentes presentan dificultades en su bienestar cuando pierden el apoyo social o cuando tienen interacciones sociales negativas. Una buena red de apoyo social asegura la capacidad de afrontar los eventos y los cambios que se le presentan al adolescente. Por eso, los amigos y la familia cumplen un rol fundamental en cuanto a fuentes de apoyo, que a su vez es un factor protector del bienestar psicológico del adolescente (Orcasita Pineda & Uribe Rodríguez, 2010).

El bienestar psicológico facilita o bien dificulta el tránsito de los adolescentes a la vida adulta. Estudios a partir de la Psicología Positiva (Castellá Sarriera et al., 2012; Compton & Hoffman, 2013; Diener, 2012) han demostrado que las personas que son más felices y están más satisfechas con su vida, tienden a ser más exitosas tanto en el presente como en el futuro en varias áreas de la vida. Estas personas suelen tener mejores matrimonios, amistades más profundas y relaciones sociales más satisfactorias, suelen ser más sanos física y psicológicamente, y estar más involucrados en comunidades, teniendo un buen comportamiento social. Además, tienen mejores estrategias de afrontamiento, es decir, que pueden concentrarse en resolver conflictos, esforzarse y tener éxito, desarrollando una actitud de compromiso. Tienen un buen desempeño laboral ya que son más productivos, y tienden a recibir mayores ingresos. Las emociones positivas generadas por el bienestar también ayudan a los alumnos a tener un mejor aprendizaje. Asimismo, el bienestar beneficia no solo a la salud, sino también a la longevidad. En fin, el bienestar psicológico está asociado con elementos que suelen considerarse aspectos de una buena vida, y es este bienestar, es decir felicidad y satisfacción, lo que genera que las personas funcionen mejor en el mundo.

Por otro lado, el bienestar psicológico tiene una fuerte relación con la personalidad. Las personas emocionales, impulsivas y temerosas frente al rechazo social, desconfiadas y que tienden al aislamiento tienen una tendencia hacia una mayor afectividad negativa. En cambio, las personas extrovertidas, con ambición y seguridad de sí mismas tienden a un mayor afecto positivo y correlacionan positivo con todas las dimensiones del bienestar psicológico. El balance entre estos dos afectos colabora en la satisfacción de la vida de los individuos. Además, considerando otras características de la

personalidad, las personas con una tendencia a anteponer las necesidades y oportunidades de sus otros significativos sobre las propias, y aquellas con afectividad y creatividad, tienen una alta puntuación en la dimensión de vínculos. En cambio, correlaciona negativamente con dicha dimensión el manejo del conocimiento con características analíticas (Páramo et al., 2012).

Existen diferencias en el bienestar psicológico y en sus predictores según la cultura. Aspectos como una autoestima sana, las emociones, y el humor funcionan como predictores de bienestar en culturas más individualistas. En cambio, en las culturas colectivistas, aspectos como la vida social se vuelven más importantes (Diener, 2012). Además, existen diferencias según el género y la edad de las personas. Las mujeres suelen puntuar más alto que los hombres en las relaciones positivas con otros y en el dominio del entorno, porque las mujeres presentan bienestar más relacional y expresivas en lo comunitario. Sin embargo, las mujeres suelen puntuar más bajo que los hombres en variables relacionadas con la autoestima y la aceptación de sí. En cuanto a la edad, los individuos suelen tener mayor autonomía, dominio del entorno y mayores sentimientos positivos de crecimiento personal a medida que alcanzan la vida adulta. Por otro lado, las dimensiones de autoaceptación y propósito en la vida o proyectos están altamente correlacionadas. Además, las dimensiones autonomía, propósito en la vida y dominio del entorno aumentan con la edad debido a las mejoras progresivas del funcionamiento autónomo, que les permiten dar más sentido a sus experiencias y controlar su ambiente según sus valores y expectativas (Castellá Sarriera et al., 2012; Muratori et al., 2015; Páramo et al., 2012).

Por último, en específico en Argentina, Casullo y Castro Solano (2000) tomaron cuatro de las seis dimensiones planteadas en la escala de Ryff: control de situaciones, vínculos psicosociales, proyectos y aceptación de sí. Evaluaron el bienestar psicológico como factor protector de la salud mental, con la escala BIEPS, diseñada por ellos. Se comparó el bienestar psicológico de un grupo con sintomatología clínica grave y el de un grupo sano. Aquellos con síntomas clínicos registraron menos bienestar, especialmente en las dimensiones de autopercepción y calidad de los vínculos psicosociales, mostrando sentimientos de desvalorización de sí mismos, inseguridad sobre sus cualidades y dificultades para generar vínculos.



Estas cuatro dimensiones funcionan como predictores de bienestar psicológico. El sentimiento de control y autoeficacia, que se refiere a la creencia de que uno tiene los medios para obtener los resultados que se esperan y evitar los resultados no deseados, se correlaciona con un mayor bienestar a lo largo de la vida; las relaciones positivas con otras personas generan bienestar por la percepción de contar soporte social; los proyectos y metas o sentido de la vida también se asocia al bienestar psicológico por las emociones positivas que activa y el significado de cada acto de vida; y la auto-aceptación implica la autoestima sana, que es fuente de bienestar, optimismo, y que neutraliza emociones negativas (Compton & Hoffman, 2013). La percepción del bienestar psicológico está relacionada con el logro de los objetivos vitales. Aquellas personas que consideran que han logrado sus objetivos, se perciben como más saludables psicológicamente y esperan cumplir con otras de sus metas a futuro. Hay una interdependencia entre la salud, tanto física como psicológica, y el bienestar y la satisfacción. A su vez, esta última, junto con los vínculos satisfactorios con pares, determina en los adolescentes el logro de sus objetivos de vida (Páramo, 2012). Así, podemos ver cómo las diferentes dimensiones del bienestar psicológico están interrelacionadas.

#### **2.4. Comunicación Familiar y Bienestar Psicológico del Hijo Adolescente**

Como se ha mencionado anteriormente, la adolescencia puede ser vista como un período negativo y a veces dramático, de conflictos, rebeldía, inmadurez, indisciplina, y enfrentamientos con los padres, o desde una visión positiva, como un período en el cual el individuo afronta demandas y oportunidades de crecimiento y de disfrute (Raimundi et al., 2017), eliminando así el mito estigmatizante del imaginario popular sobre la etapa, puesto que, en realidad, los hijos mantienen relaciones afectuosas y estrechas con sus padres.

La comunicación y la relación con los padres influye en el bienestar psicológico de los adolescentes en diversos aspectos. En primer lugar, existe relación entre la unidad familiar y el bienestar psicológico. La familia puede convertirse en un agente patógeno si no cumple bien su rol, o por el contrario, en fuente de satisfacción para el adolescente cuando hay fuertes vínculos afectivos, disciplina clara y una enseñanza en valores socialmente aceptados (Díaz Bolaños et al., 2018).

Existe una relación causal entre el apoyo social percibido, el cual reciben de sus familias y amigos, y el bienestar psicológico, anteriormente mencionada. Tanto las relaciones en los contextos familiares, como en la escuela y la relación con los amigos repercuten de manera compleja e incluso pueden predecir el bienestar psicológico. También impactan en cómo el adolescente se percibe a sí mismo y la satisfacción que experimenta hacia su cuerpo. Aquellos adolescentes que perciben altos niveles de apoyo social tienen un alto autoconcepto, una mayor autoestima y autoconfianza, un estilo de afrontamiento adecuado ante el estrés, un mayor control personal, una mejor salud, una percepción más positiva del ambiente, una mayor estabilidad, un mayor control de sus procesos, relaciones positivas y por lo tanto, un mayor bienestar psicológico. El apoyo que reciban de las familias, es decir, su disponibilidad y accesibilidad, será un recurso necesario para que el sujeto se adapte a las exigencias del ambiente, y también para que se sienta valorado y cuidado por otros. Las familias funcionales son una fuente de autovaloración para los adolescentes, ya que proporcionan un ambiente contenedor para el proceso de desarrollo que están viviendo. El mejor predictor del ajuste psicosocial de un adolescente es la calidad de la relación que éste mantenga con sus fuentes de apoyo más próximas (Gonçalves & Bedin, 2015; Orcasita Pineda & Uribe Rodríguez, 2010).

Lo anterior también es confirmado por otro estudio (Verdugo Lucero et al., 2014) en el que se encontró que cuando hay cohesión en el funcionamiento familiar, el adolescente muestra mayor capacidad de adaptación social. Los padres muchas veces son quienes facilitan o dificultan el desarrollo de competencias para que el adolescente logre la adaptación social, ya que la familia es el agente socializador primario. Los ambientes de crianza no solo son importantes para el funcionamiento adaptativo sino también para el desarrollo psicológico saludable. Una interacción negativa a nivel paterno-filial afectará a las relaciones con sus pares y con las figuras de autoridad. En cambio, una comunicación asertiva es una buena influencia sobre la conducta social que los hijos tendrán.

La comunicación familiar sirve como recurso para la satisfacción, el disfrute, la salud mental y el bienestar psicológico de los adolescentes. Una investigación entre adolescentes argentinos demostró que cuanto mayor es la comunicación abierta, más disfrutaban los adolescentes de las actividades que realizan, y lo inverso también es cierto. Los problemas en la comunicación con los padres generan menos disfrute de las actividades de la vida cotidiana (Raimundi et al., 2017).

Las familias disfuncionales exponen problemas de carácter social, educativo, laboral y relacional, lo cual influye en el bienestar psicológico individual de cada miembro de la familia. Es evidente que los adolescentes que presentan un mayor desajuste psicológico general son aquellos que reportan mayores problemas de comunicación con ambos padres, especialmente menos comunicación positiva con la madre. Esto se asocia con baja autoestima, sentimientos de ineficacia y menor regulación emocional (Schmidt et al., 2010). En cambio, se han encontrado correlaciones significativas entre la autoconfianza, la vigilancia y la comunicación abierta, caracterizada por empatía, escucha activa, autorrevelación, libertad, comprensión y transferencia de información (Cesar et al., 2012; Díaz Bolaños et al., 2018).

Los momentos en los que se puede generar el intercambio entre padres e hijos adolescentes no suelen ser muchos por razones sociales y culturales. Por eso es que se han realizado estudios acerca de las comidas familiares como momentos que pueden generar bienestar, por asociarse a la socialización. Son buenas oportunidades para conversar, expresar los sentimientos, apoyarse mutuamente, entenderse mejor, enterarse de las actividades de los demás y generar lazos más profundos. Es decir que, las comidas familiares no son en sí mismas un factor predictor del bienestar, sino más bien lo que sucede durante su transcurso. Se ha encontrado que los adolescentes que comen junto a su familia son más sanos, tienen más afectos positivos, menos afectos negativos y menos estrés, mejor adaptación social, menos síntomas depresivos y menor estrés percibido (Offer, 2013).

A partir de lo desarrollado anteriormente, se concluye que los hijos adolescentes se ven beneficiados si cuentan con padres comunicativos, cercanos y afectuosos, en quienes apoyarse durante esos años, ya que si bien las relaciones paterno-filiales se modifican, la interacción entre ellos sigue siendo necesaria para un adecuado ajuste psicológico y social. Los padres siguen siendo sus principales figuras de apego y fuentes de apoyo emocional. Una comunicación abierta con los padres genera de manera global, mayor bienestar psicológico en los adolescentes. Dicho bienestar está asociado con elementos que suelen considerarse aspectos de una buena vida, y es este bienestar, es decir felicidad y satisfacción, lo que genera que las personas funcionen mejor en el mundo.

### 3. OBJETIVOS, HIPÓTESIS Y DEFINICIÓN DEL PROBLEMA

#### 3.1. Objetivos

##### *Objetivo general*

Explorar la relación entre la comunicación entre padres e hijos y el bienestar psicológico de adolescentes.

##### *Objetivos específicos*

1. Evaluar las características de la comunicación familiar entre padres e hijos adolescentes.
2. Comparar la relación de los adolescentes con la madre y con el padre.
3. Evaluar el nivel de bienestar psicológico que manifiestan los adolescentes.
4. Identificar dimensiones de la comunicación familiar.
5. Relacionar el bienestar psicológico de los adolescentes con la comunicación familiar.

#### 3.2. Hipótesis

##### *Hipótesis general*

H1: A mejor comunicación entre padres e hijos adolescentes, mayor será el bienestar psicológico de los hijos.

##### *Hipótesis derivadas*

H2: El estilo de la comunicación predominante entre padres e hijos adolescentes es de interacción negativa.

H3: La comunicación de los adolescentes es mejor con la madre que con el padre.

H4: Los adolescentes manifiestan bajos niveles de bienestar psicológico.

H5: A mayor comunicación familiar abierta, mayor bienestar psicológico de los adolescentes en las cuatro dimensiones: control de situaciones, vínculos psicosociales, proyectos y aceptación de sí.

### **3.3. Definición del Problema**

Si el bienestar psicológico implica satisfacción a lo largo de la vida y por otro lado, la comunicación entre padres e hijos adolescentes es un área de gran impacto durante esta etapa, que puede zanjar diferencias y orientarse hacia el entendimiento recíproco, cabe preguntarse lo siguiente. ¿Cuáles son las características de la comunicación entre padres e hijos adolescentes? ¿Los adolescentes están más satisfechos con la comunicación con sus respectivas madres o con la comunicación con sus padres? ¿Qué nivel de bienestar psicológico manifiestan los adolescentes? ¿De qué manera inciden los aspectos de la comunicación positiva y negativa entre padres e hijos en el bienestar de los adolescentes?

## **4. MÉTODO**

### **4.1. Diseño**

El propósito del presente trabajo fue explorar la relación entre la comunicación de padres e hijos adolescentes y el bienestar psicológico de estos últimos. Se realizó un diseño metodológico empírico cuantitativo, de alcance descriptivo-correlacional, transversal y no experimental.

Una de las variables evaluadas fue la comunicación familiar. Esta variable se refiere a dos dimensiones: la comunicación abierta y los problemas en dicha comunicación. El primero es el intercambio fluido de información, el entendimiento mutuo y la satisfacción que esa interacción produce. El segundo factor se enfoca en la interacción negativa, que en particular refiere a actitudes de indiferencia, agresión o desvalorización; también se enfoca en las dificultades para manifestar lo que uno piensa, siente o desea, en la falta de confianza e insatisfacción en la interacción.

La segunda variable evaluada fue el bienestar psicológico, entendiendo por la misma las siguientes cuatro dimensiones: control de situaciones, vínculos psicosociales, proyectos y aceptación de sí.

## **4.2. Participantes**

Participaron de manera voluntaria en este estudio 91 adolescentes de entre 16 y 20 años de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires y del Gran Buenos Aires, de los cuales 25 son hombres y 66 son mujeres. La distribución de las edades fue la siguiente: 13 adolescentes de 16 años, 21 adolescentes de 17 años, 32 adolescentes de 18 años, siendo ésta la moda de la muestra, 13 adolescentes de 19 años y 12 adolescentes de 20 años. Esta muestra fue elegida de manera no probabilística, utilizando el tipo de selección bola de nieve.

## **4.3. Instrumentos de Recolección de Datos**

### ***4.3.1. Cuestionario sociodemográfico***

Se solicita que el participante consigne su sexo y su edad.

### ***4.3.2. Escala de Comunicación Padres-Adolescentes (PACS)***

Fue desarrollada por Barnes y Olson en 1982. Consta de 20 ítems (véase apéndice B), los cuales se pueden dividir en dos subescalas de 10 ítems cada una. Una de ellas mide la comunicación familiar abierta, lo cual refiere a los aspectos positivos de la interacción. Los ítems que miden esta variable son el 1, 3, 6, 7, 8, 13, 14, 16 y 17. A mayor puntuación, mejor apertura en la comunicación. La segunda subescala mide los aspectos negativos, es decir, la magnitud de los problemas en dicha comunicación. Los ítems que la miden son el 2, 4, 5, 10, 11, 12, 15, 18, 19 y 20. A mayor puntuación, más problemas en la comunicación. El formato de respuesta es una escala Likert de 5 puntos, donde completamente en desacuerdo vale 1 punto y completamente de acuerdo vale 5 puntos. Puede ser administrada tanto a padres como a hijos. A los hijos se los evalúa dos veces con los mismos ítems: uno en relación a la madre y otro en relación al padre. Schmidt, Messoulam, Molina y Abal (2008) se encargaron del proceso de adaptación de esta escala en la Argentina. Este proceso constó de dos fases. Primero, un panel de psicólogos y estudiantes avanzados de Psicología con experiencia en evaluación psicológica revisaron las definiciones conceptuales de los ítems según la cultura argentina. Luego, se procedió a revisar las propiedades psicométricas (validez y confiabilidad), para lo cual participaron 591 adolescentes de ambos sexos de diferente nivel socioeconómico residentes de Buenos

Aires. Los resultados demuestran su buena consistencia interna y su buena validez de contenido y de constructo, concluyendo así que este es un instrumento que mide adecuadamente la comunicación entre padres e hijos adolescentes.

#### **4.3.3. Escala de Bienestar Psicológico Jóvenes Adolescentes (BIEPS-J)**

Fue desarrollada por Casullo y Castro Solano (2000) a partir de cuatro de las seis dimensiones del bienestar psicológico propuestas por Ryff. Para su validación en Argentina, se realizó un estudio que determinó su validez y confiabilidad para evaluar el bienestar psicológico en adolescentes argentinos pertenecientes a distintos contextos culturales. En el estudio participaron 1270 adolescentes, varones y mujeres de entre 13 y 18 años, de Buenos Aires, de Tucumán y de la Patagonia. Se demostró que esta escala correlaciona negativamente con síntomas clínicos graves y moderados, y de forma positiva con otras escalas de satisfacción vital como la escala SWLS de Diener. La escala BIEPS-J está compuesta por 13 ítems (véase apéndice C), que tienen en cuenta las siguientes dimensiones: (a) el control de situaciones, medido por los ítems 1, 5, 10 y 13; (b) los vínculos psicosociales, medido por los ítems 2, 8 y 11; (c) los proyectos, medido por los ítems 3, 8 y 11, y (d) la aceptación de sí, medida por los ítems 4, 7 y 9. Las puntuaciones altas en control de situaciones indican que el sujeto tiene sensación de control y autocompetencia y puede manipular los contextos y adecuarlos a sus necesidades, en cambio, las puntuaciones bajas indican dificultades para manejar asuntos de la vida diaria y la creencia de que no son capaces de modificar el ambiente. En cuanto a los vínculos psicosociales, un puntaje alto indica que la persona es cálida, confía en otros y establece buenos vínculos, mientras que un puntaje bajo representa las pocas relaciones con los demás, el aislamiento y la frustración en los vínculos. El puntaje alto en proyectos representa que la persona tiene metas, que considera que su vida tiene significado, mientras que un puntaje bajo indica que la vida carece de sentido y no logra establecer metas y proyectos. Por último, una puntuación alta indica que puede aceptar los múltiples aspectos de sí mismo y se siente bien acerca del pasado; en cambio, el puntaje bajo refiere a un sujeto desilusionado respecto de su pasado, se siente insatisfecho consigo y le gustaría ser diferente. En puntuaciones inferiores al percentil 25 se considera que la persona tiene un bajo nivel de bienestar psicológico. Un nivel promedio o medio se observa en puntuaciones mayores al percentil 50 y un nivel alto de bienestar está indicado con un percentil 95. En una primera instancia, la escala tenía 20 ítems, y consideraba la dimensión

de autonomía, además de las mencionadas anteriormente. Sin embargo, este factor resultaba poco claro y fue eliminado, descartando también 7 ítems. Los resultados demuestran que la confiabilidad de la escala es aceptable (0.74), con lo cual se considera que esta escala es adecuada para medir el bienestar psicológico de adolescentes.

#### **4.4. Procedimientos**

En primer lugar, se contactó a los adolescentes de manera virtual para consultarles si desearían participar de esta investigación. A los participantes que aceptaron formar parte, se les envió por mensaje de Whatsapp un link de Google Forms con el cuestionario. En el mismo, primero se les presentó un consentimiento informado, en el cual estaba explicada la razón del estudio y la confidencialidad del mismo (véase apéndice A). Una vez que se obtuvo su consentimiento mediante la aceptación de dicha explicación, que demostraban pasando a la siguiente página del formulario, se administraron las escalas PACS de Comunicación entre Padres y Adolescentes y BIEPS-J de Bienestar Psicológico, previamente mencionadas, en ese orden, a la muestra de adolescentes, pidiéndoles que las completen de manera autónoma. La administración se realizó durante el mes de abril de 2020 de manera virtual. Para registrar los datos, se utilizó el programa Microsoft Excel.

Una vez finalizada la recolección de datos, se procedió a analizar los mismos con el programa estadístico SPSS. Se realizaron análisis estadísticos descriptivos para detallar las características de la muestra. Para evaluar las hipótesis, se utilizaron los siguientes estadísticos y las siguientes pruebas. Para H1 y H5 se realizó una prueba  $r$  de Pearson para evaluar la relación entre dos o más variables, relacionando las dimensiones de la comunicación entre padres e hijos por un lado, y las dimensiones del bienestar psicológico por el otro. Para H2 se realizó una prueba  $t$  de Student con comparación de medias de las dimensiones de la comunicación y para H3 también se realizó una prueba  $t$  de Student con comparación de medias de las dimensiones de la comunicación abierta con la madre y el padre. Por último, H4 se evaluó con medidas de posición (percentiles), para generar variables agrupadas de bienestar psicológico: alto, medio y bajo.



## 5. RESULTADOS

En primer lugar, se realizaron análisis estadísticos descriptivos utilizando el programa SPSS. El tamaño de la muestra fue  $n=91$ , compuesta por adolescentes de entre 16 y 20 años, de los cuales 25 son hombres y 66 son mujeres. La moda y la media de las edades de la muestra fue 18 años.

A continuación, se presentan los resultados de la investigación, agrupados en función de las hipótesis planteadas.

La H1 plantea que a mejor comunicación entre padres e hijos adolescentes, mayor será el bienestar psicológico de los hijos. Para evaluar la relación entre estas dos variables, se realizó una prueba  $r$  de Pearson entre la dimensión de apertura en la comunicación de la escala PACS de comunicación entre padres y adolescentes, y el total de la escala BIEPS-J de bienestar psicológico para adolescentes y jóvenes. Como se muestra en la tabla 1, se halló una relación significativa positiva entre la comunicación abierta entre padres e hijos y el bienestar psicológico de los adolescentes ( $r= ,322$ ;  $p= ,002$ ;  $n=91$ ). De esta manera, se confirma H1.

Además, en la relación entre la magnitud de los problemas en la comunicación y el bienestar psicológico, se halló una relación inversa ( $r= -,357$ ;  $p= ,001$ ;  $n=91$ ), en la que a mayor interacción negativa en la comunicación, menos bienestar psicológico tienen los adolescentes, como se muestra también en la tabla 1.

**Tabla 1**

*Correlación entre Bienestar Psicológico y las Dimensiones de la Comunicación entre Padres y Adolescentes*

		Grado de apertura en la comunicación con los padres	Problemas en la comunicación con los padres
Bienestar psicológico	Correlación de Pearson	,322**	-,357**
	Sig. (bilateral)	,002	,001
	N	91	91

*Nota:* \*\* La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

La H2 plantea que el estilo de la comunicación predominante entre padres e hijos adolescentes es de interacción negativa. Se realizó una prueba t de Student para comparar las medias de las dos dimensiones de la comunicación: grado de apertura y problemas en la comunicación. Como se muestra en la tabla 2, la apertura en la comunicación tuvo una media de 74,7 con un desvío estándar de 14,03 ( $t(90) = 50,8$ ;  $p = ,000$ ). La interacción negativa, es decir, los problemas en la comunicación entre padres e hijos, tuvo una media de 50,2 con un desvío estándar de 11,27 ( $t(90) = 42,5$ ;  $p = ,000$ ). Por lo tanto, H2 queda refutada ya que predomina la comunicación abierta entre padres e hijos adolescentes por sobre la interacción negativa.

**Tabla 2**

*Comparación de Medias entre las Dimensiones de la Comunicación Familiar*

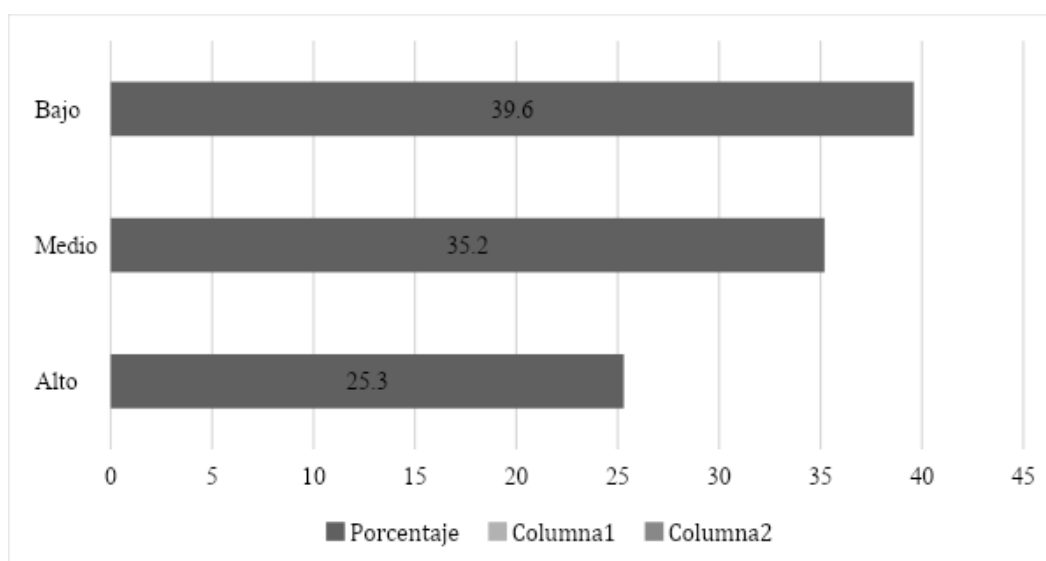
	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Desviación estándar
Grado de apertura en la comunicación con los padres	50,8	90	,000	74,7	14,03
Problemas en la comunicación con los padres	42,5	90	,000	50,2	11,27

La H3 dice que la comunicación de los adolescentes es mejor con la madre que con el padre. Se realizó una prueba t de Student para comparar las medias del grado de apertura en la comunicación entre la madre y el padre. En la tabla 3 se puede observar los resultados de dicha prueba. La apertura en la comunicación con la madre tuvo una media de 39,5 con un desvío estándar de 6,86 ( $t(90) = 54,9$ ;  $p = ,000$ ). La apertura en la comunicación con el padre tuvo una media de 35,2 con un desvío estándar de 9,47 ( $t(90) = 35,5$ ;  $p = ,000$ ). Si bien no se encontró una gran diferencia entre las medias, H3 queda confirmada ya que la comunicación abierta de los adolescentes es mejor con la madre que con el padre.

**Tabla 3***Comparación de Medias en la Comunicación Abierta entre la Madre y el Padre*

	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Desviación estándar
Grado de apertura en la comunicación con la madre	54,9	90	,000	39,5	6,86
Grado de apertura en la comunicación con el padre	35,5	90	,000	35,2	9,47

La H4 plantea que los adolescentes manifiestan bajos niveles de bienestar psicológico. Para evaluar esta hipótesis, en primer lugar, se dividieron los resultados de la escala BIEPS-J de bienestar psicológico en altos, medios y bajos, teniendo en cuenta que en puntuaciones inferiores al percentil 25 se considera que la persona tiene un bajo nivel de bienestar psicológico, un nivel promedio o medio se observa en puntuaciones mayores al percentil 50 y un nivel alto de bienestar está indicado con un percentil 95 o mayor. Luego se calculó el porcentaje de cada categoría según el total de adolescentes.

**Figura 1***Niveles de Bienestar Psicológico (BIEPS) en los adolescentes*

Como muestra la figura 1, el 25,3% de los adolescentes tiene un bienestar psicológico alto, el 35,2% presenta un bienestar psicológico medio y el 39,6% presenta un bienestar psicológico bajo. Esta hipótesis entonces queda confirmada, ya que los adolescentes manifestaron predominantemente bajos niveles de bienestar psicológico.

Por último, la H5 dice que a mayor comunicación familiar abierta, mayor bienestar psicológico de los adolescentes en las cuatro dimensiones: control de situaciones, vínculos psicosociales, proyectos y aceptación de sí. Se realizó una prueba *r* de Pearson entre las dos dimensiones de la escala PACS de comunicación entre padres y adolescentes, y las cuatro dimensiones de la escala BIEPS-J de bienestar psicológico para adolescentes y jóvenes. Los resultados se muestran en la tabla 4.

En primer lugar, en cuanto al control de situaciones se halló una relación significativa inversa con los problemas en la comunicación entre padres e hijos ( $r = -,246$ ;  $p = ,019$ ;  $n = 91$ ), es decir que a mayores problemas en la comunicación, menor el control de situaciones del adolescente. Sin embargo, no se halló una relación significativa entre dicha variable y la apertura de la comunicación.

En segundo lugar, en cuanto a los vínculos psicosociales no se encontró ninguna relación significativa con las dimensiones de comunicación entre padres e hijos.

En tercer lugar, en cuanto a los proyectos se encontró una relación significativa directa con el grado de apertura en la comunicación entre padres e hijos ( $r = ,336$ ;  $p = ,001$ ;  $n = 91$ ), es decir que a mayor apertura en la comunicación, mayor capacidad de proyectarse del adolescente.

Además, se halló una relación significativa inversa entre los proyectos y los problemas de la comunicación ( $r = -,255$ ;  $p = ,015$ ;  $n = 91$ ), es decir que a mayores problemas comunicacionales, menos proyectos tienen los adolescentes.

Por último, en cuanto a la aceptación de sí se halló una relación significativa directa con el grado de apertura en la comunicación familiar ( $r = ,223$ ;  $p = ,034$ ;  $n = 91$ ), es decir que a mayor apertura en la comunicación, mayor aceptación de sí del adolescente. También se halló una relación significativa inversa entre la aceptación de sí y los problemas de la comunicación ( $r = -,235$ ;  $p = ,025$ ;  $n = 91$ ), es decir que a mayores problemas comunicacionales, menos aceptación de sí tienen los adolescentes.

Por lo tanto, H5 se rechaza parcialmente. El grado de apertura en la comunicación está directamente relacionado con los proyectos y la aceptación de sí, y no así con el control de situaciones y los vínculos psicosociales.

**Tabla 4**

*Correlación entre las Dimensiones de la Comunicación Familiar y las Dimensiones del Bienestar Psicológico*

		Grado de apertura en la comunicación con los padres	Problemas en la comunicación con los padres
Control de situaciones	Correlación de Pearson	,075	-,246*
	Sig. (bilateral)	,481	,019
	N	91	91
Vínculos psicosociales	Correlación de Pearson	,165	-,067
	Sig. (bilateral)	,118	,527
	N	91	91
Proyectos	Correlación de Pearson	,336**	-,255*
	Sig. (bilateral)	,001	,015
	N	91	91
Aceptación de sí	Correlación de Pearson	,223*	-,235*
	Sig. (bilateral)	,034	,025
	N	91	91

Nota: \*\*La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

\*La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

## 6. DISCUSIÓN

El propósito del presente trabajo fue explorar la relación entre la comunicación entre padres e hijos y el bienestar psicológico de adolescentes que se encuentran en la etapa tardía de la adolescencia, con edades entre los 16 y 20 años. Se encontró como resultado principal que a mejor comunicación entre padres e hijos, mayor es el bienestar psicológico de los hijos adolescentes. Como han explicado Díaz Bolaños et al. (2018), la familia puede convertirse en fuente de satisfacción para el adolescente cuando hay fuertes vínculos afectivos. A continuación, se explican las conclusiones de las hipótesis y los objetivos planteados.

En primer lugar, se planteó evaluar las características de la comunicación familiar entre padres e hijos adolescentes, ya que, como se ha explicado, si bien las relaciones paterno-filiales se modifican durante la adolescencia, la interacción entre ellos es necesaria para un adecuado ajuste psicológico y social. Se encontró en este estudio que predomina la comunicación abierta entre padres e hijos adolescentes por sobre la interacción negativa. Esto confirma lo expuesto por diferentes investigadores en el tema (Gonçalves & Bedin, 2015; Orcasita Pineda & Uribe Rodríguez, 2010; Schmidt, Maglio, Messoulam, Molina & Gonzalez, 2010), quienes explican que durante esta etapa, los lazos con los padres se mantienen, y ellos siguen siendo sus principales figuras de apego y fuentes de apoyo emocional. La comunicación abierta se refiere al intercambio de información instrumental y emocional, el entendimiento mutuo y la satisfacción en la interacción. Es fundamental en esta etapa porque funciona como factor protector, ya que se asocia positivamente con la unión emocional familiar y el buen rendimiento escolar (Schmidt, Messoulam, Molina & Abal, 2008; Schmidt et al., 2010).

En segundo lugar, en este estudio se comparó la relación de los adolescentes con la madre y con el padre respectivamente. Se encontró que la comunicación abierta de los adolescentes es mejor con la madre que con el padre. Este resultado es consistente con lo estudiado por Correa Rodríguez (2013), quien explicó que las madres suelen ser quienes realizan de manera más exitosa que los padres la tarea de dar el primer paso en buscar soluciones a los conflictos, dando explicaciones a sus propuestas e intentando comprender el punto de vista del otro, lo cual facilita la convivencia familiar. También es consistente con el estudio de Verdugo Lucero et al. (2014), en el que los adolescentes demostraron tener mejor relación con su figura materna que con su figura paterna.

En este estudio también se evaluó el nivel de bienestar psicológico que manifiestan los adolescentes y se observó una predominancia de un bienestar relativamente bajo. Esto se puede explicar con la observación que realizan Castellá Sarriera et al. (2012) de que suele haber una disminución del bienestar durante la adolescencia, en comparación con otras etapas de la vida. Es una etapa desafiadora, con muchas tareas a realizar, una etapa de crisis para la persona. De todos modos, en esta muestra probablemente los adolescentes que presentan un mayor desajuste psicológico general sean aquellos que reportan mayores problemas de comunicación con ambos padres, especialmente menos comunicación

positiva con la madre, como explican Schmidt et al. (2010). Esto se asocia con autoestima baja, sentimientos de ineficacia y menor regulación emocional.

Por último, el objetivo final fue identificar las cuatro dimensiones de la comunicación familiar: el control de situaciones, los vínculos psicosociales, los proyectos y la aceptación de sí, y buscar relacionar cada dimensión con la comunicación familiar. Se encontró que el grado de apertura en la comunicación está directamente relacionado con los proyectos y la aceptación de sí, y no así con el control de situaciones y los vínculos psicosociales. Además, se observó que a mayores problemas en la comunicación, menor el control de situaciones del adolescente.

Por un lado, la relación directa con proyectos y aceptación de sí puede deberse a que, como explicaron algunos investigadores (Castellá Sarriera et al., 2012; Muratori et al., 2015; Páramo et al., 2012), las dimensiones de autoaceptación y propósito en la vida o proyectos están altamente correlacionadas entre sí, y van aumentando con la edad debido a las mejoras progresivas del funcionamiento autónomo, que les permiten dar más sentido a sus experiencias.

En cuanto a la aceptación de sí mismo, se halló que a mayores problemas comunicacionales, menor aceptación de sí mismos tienen los adolescentes y que a mayor apertura en la comunicación, mayor aceptación de sí. Este resultado es consistente con estudios anteriores (Guzmán Arteaga & Pacheco Lora, 2014; Raimundi et al., 2017). Una buena comunicación familiar ayuda al adolescente a desarrollar un autoconcepto positivo, seguridad en sí mismos y estabilidad emocional, los cuales tienen estrecha relación con el bienestar psicológico. Esto también es congruente con lo que observaron Gonçalves y Bedin (2015). Ellos explicaron que las familias funcionales son una fuente de autovaloración para los adolescentes, ya que proporcionan un ambiente contenedor para el proceso de desarrollo que están viviendo.

Un hallazgo novedoso y para el que se requieren posteriores estudios es la relación positiva entre la comunicación abierta y los proyectos, que muestra que a mayor apertura en la comunicación, mayor capacidad de proyectarse del adolescente, y a su vez, a mayores problemas comunicacionales, menos proyectos tienen los adolescentes. Este es un punto importante ya que, como explica Páramo (2012), la percepción del bienestar psicológico está relacionada con el logro de los objetivos vitales. Aquellas personas que consideran que han logrado sus objetivos, se perciben como más saludables

psicológicamente y esperan cumplir con otras de sus metas a futuro. Además, como explican Molina et al. (2017), la perspectiva que se tenga del futuro se forma en un contexto sociocultural, y hay muchos factores que influyen esta construcción, siendo una de ellas la influencia parental.

Por otro lado, el resultado en referencia a que la comunicación abierta no está directamente relacionada con los vínculos psicosociales es contrario a los hallazgos de Orcasita Pineda y Uribe Rodríguez (2010). Ellos observaron que sí existe una relación causal entre el apoyo social percibido, que incluye a familia y amigos, y el bienestar psicológico. Cuando las interacciones sociales son positivas y aumenta o se mantiene el apoyo social, los adolescentes presentan un mayor bienestar psicológico. Esta inconsistencia podría deberse a que la comunicación no es la única manera de percibir el apoyo social. Asimismo el resultado de este estudio es contrario al hallazgo de Verdugo Lucero et al. (2014) que dice que cuando hay cohesión en el funcionamiento familiar, el adolescente muestra mayor capacidad de adaptación social. Además, estos autores plantearon que una interacción negativa con los padres afectará a las relaciones con sus pares y con las figuras de autoridad, mientras que una comunicación asertiva será una buena influencia sobre la conducta social de los hijos.

En este estudio tampoco se halló una relación positiva entre una buena comunicación familiar y el control de situaciones. Esto podría deberse a que esta variable dependa de otros aspectos de la persona. Como explican algunos autores, el dominio del entorno suele aumentar con la edad debido a las mejoras progresivas del funcionamiento autónomo, que les permiten a los adolescentes dar más sentido a sus experiencias y controlar su ambiente según sus valores y expectativas (Castellá Sarriera et al., 2012; Muratori et al., 2015; Páramo et al., 2012). Sin embargo, sí se encontró que a mayores problemas en la comunicación, menor el control de situaciones del adolescente. Este aspecto debería seguir siendo explorado, ya que las investigaciones realizadas no alcanzan para explicar este hallazgo.

De los resultados obtenidos, se concluye que este trabajo permitió avanzar en la comprensión respecto de la relación entre el bienestar psicológico y la comunicación familiar. Se arribó a conclusiones consistentes con anteriores investigaciones. La principal conclusión es que a mejor comunicación entre padres e hijos adolescentes, mayor es el bienestar psicológico de los hijos. Se encontró específicamente que la dimensión de la



comunicación que tiene que ver con el grado de apertura está directamente relacionado con los proyectos y la aceptación de sí, que son dimensiones del bienestar psicológico. Asimismo, se encontró que a mayores problemas en la comunicación, menor es el control de situaciones del adolescente.

Algunas limitaciones del presente estudio son la no representatividad de la muestra por su tamaño reducido, su desproporción en cuanto a edades, ya que no fue pareja en su distribución, y en cuanto al sexo, ya que participaron más mujeres que hombres, y por último, la poca representatividad de la muestra en cuanto a lugares de residencia de los adolescentes, no pudiendo hacer una generalización a la población de adolescentes que viven en Buenos Aires.

Futuros estudios son necesarios para indagar en mayor profundidad la relación entre la comunicación familiar y las distintas dimensiones del bienestar psicológico. Además, es necesario comprobar qué otros aspectos de la vida familiar impactan en el bienestar psicológico de los adolescentes, aparte de la comunicación con los padres. En futuras líneas de investigación, se podría explorar qué sucede si alguno de los padres no está presente en la vida del adolescente y estudiar cómo es la dinámica familiar y en específico la comunicación en esos casos. Por otro lado, un estudio longitudinal sería muy interesante para evaluar a largo plazo cómo impacta en el futuro de los adolescentes el haber tenido una comunicación abierta con sus padres o una comunicación caracterizada por la interacción negativa, y el haber transitado esta etapa con determinado nivel de bienestar psicológico. También se podría retomar el hallazgo de la relación directa entre la comunicación abierta con los padres y los proyectos a futuro de los adolescentes, para conocer cómo impactan una variable en la otra, así también como indagar la razón por la cual uno de los hallazgos fue que a mayores problemas en la comunicación, menor el control de situaciones del adolescente.

En conclusión, este estudio sugiere la importancia que tiene la comunicación familiar abierta, sana y funcional entre padres e hijos adolescentes para generar un impacto positivo en su bienestar psicológico, en específico, en la aceptación de sí mismos y en los proyectos que se proponen como meta. Esto se vuelve relevante dentro del campo de la Psicología ya que la satisfacción con la propia vida no sólo impacta el presente de la persona, en el transcurso de esta etapa del ciclo vital, sino que también impacta su futuro.

## 7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aranguren, M. & Irrazabal, N. (2015). Estudio de las propiedades psicométricas de las escalas de bienestar psicológico de Ryff en una muestra de estudiantes argentinos. *Ciencias Psicológicas* 9(1), 73-83. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=459545409008>
- Castellá Sarriera, J., Saforcada, E., Tonon, G., Rodríguez de La Vega, L., Mozobancyk, S. & Bedin, L. M. (2012). Bienestar subjetivo de los adolescentes: un estudio comparativo entre Argentina y Brasil. *Psychosocial Intervention* 21(3), 273-280. <http://dx.doi.org/10.5093/in2012a24>
- Castillo, G. (2016). *Adolescencia: mitos y enigmas*. España: Desclée De Brouwer.
- Casullo, M. M. & Castro Solano, A. (2000). Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. *Revista de Psicología de la PUCP* 18(1), 35-68. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4531342>
- Cesar, A., Bernal, L., Laca Arocena, F. A. & Cedillo Navarro, L. I. (2012). Toma de decisiones, estilos de comunicación en el conflicto y comunicación familiar en adolescentes bachilleres. *Enseñanza e investigación en Psicología* 17(2), 295-311. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29224159014>
- Compton, W. C. & Hoffman, E. (2013). *Positive Psychology: The Science of Happiness and Flourishing (2nd ed.)*. Belmont, CA: Wadsworth.
- Correa Rodríguez, N., Rodríguez, J., Ceballos, E. & Álvarez, M. (2013). ¿Pelemos o negociamos? La argumentación de los padres y las madres con sus hijos e hijas adolescentes durante los conflictos familiares. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education* 3(3), 207-217. Recuperado de <https://www.researchgate.net/publication/301560149>

- Díaz Bolaños, C. D., Rodríguez Trueba, J. C. & Rodríguez Rodríguez, R. I. (2018). Bienestar subjetivo, estrategias cognitivo-afectivas y familia. *International Journal of Developmental and Educational Psychology* 3(1), 1-11. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349856428018>
- Diener, E. (2012). New findings and the future directions for subjective well-being research. *American Psychologist* 67, 590-597. <http://doi:10.1037/a0029541>
- Gonçalves, S. & Bedin, L. M. (2015). Bienestar, salud e imagen corporal de adolescentes brasileiros: la importancia de los contextos familiares, de amistad y escolar. *Universitas Psychologica* 14(4), 15-24. doi:10.11144/Javeriana.up14-4.bsic
- Guzmán Arteaga, R. & Pacheco Lora, M. C. (2014). Comunicación familiar y desempeño académico en estudiantes universitarios. *Zona Próxima* 20, 79-91. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=85331022008>
- Hernández, A. C., Valladares González, A. M., Rodríguez San Pedro, L. & Selín Ganén, M. (2017). Comunicación, cohesión y satisfacción familiar en adolescentes de la enseñanza secundaria y preuniversitaria. Cienfuegos 2014. *Medisur* 15(3), 341-349. Recuperado de <http://scielo.sld.cu/pdf/ms/v15n3/ms09315.pdf>
- Molina, M. F., Giménez, M., Raimundi, M. J., Leibovich de Figuero, N. & Schmidt, V. (2017). ¿Cómo perciben los adolescentes de la ciudad de Buenos Aires su futuro? Una mirada desde sus actores. *Revista Diversitas. Perspectivas en Psicología* 13(2), 241-253. <http://dx.doi.org/10.15332/s1794-9998.2017.0002.08>
- Muratori, M., Zubieta, E., Ubillos, S., González, J. L. & Bobowik, M. (2015). Felicidad y bienestar psicológico: estudio comparativo entre Argentina y España. *Psykhé* 24(2), 1-18. <http://doi:10.7764/psykhe.24.2.900>

- Offer, S. (2013). Assessing the relationship between family mealtime communication and adolescent emotional well-being using the experience sampling method. *Journal of Adolescence* 36, 577-585. <http://dx.doi.org/10.1016/j.adolescence.2013.03.007>
- Orcasita Pineda, L. T. & Uribe Rodríguez, A. F. (2010). La importancia del apoyo social en el bienestar de los adolescentes. *Psychologia. Avances de la disciplina* 4(2), 69-82. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=297224090010>
- Orpinas, P., Rico, A., & Martínez, L. (2013). *Familias latinas y jóvenes: un compendio de herramientas de evaluación*. Washington, DC: Organización Panamericana de la Salud.
- Páramo, M. A., Straniero, C. M., García, C. S., Torrecilla, N. M. & Escalante Gómez, E. (2012). Bienestar psicológico, estilos de personalidad y objetivos de vida en estudiantes universitarios. *Pensamiento Psicológico* 10(1), 7-21. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/801/80124028001.pdf>
- Raimundi, M. J., Molina, M. F., Leibovich de Figueroa, N. & Schmidt, V. (2017). La comunicación entre padres e hijos: su influencia sobre el disfrute y el flow adolescente. *Revista de Psicología* 26(2), 1-14. <http://dx.doi.org/10.5354/0719-0581.2017.46881>
- 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, 1069-1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Schmidt, V., Maglio, A., Messoulam, N., Molina, M. F. & Gonzalez, A. (2010). La comunicación del adolescente con sus padres: construcción y validación de una escala desde un enfoque mixto. *Revista Interamericana de Psicología* 44(2), 299-311. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=28420641011>

Schmidt, V., Messoulam, N., Molina, M. F. & Abal, F. (2008). Hacia una versión argentina de una Escala de Comunicación Padres-Adolescente. *Revista Interamericana de Psicología* 42(1), 41-48. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/284/28420641011.pdf>

Verdugo Lucero, J. C., Arguelles Barajas, J., Guzmán Muñiz, J., Márquez González, C., Montes Delgado, R. & Uribe Alvarado, I. (2014). Influencia del clima familiar en el proceso de adaptación social del adolescente. *Psicología desde el Caribe* 31(2), 207-222. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/213/21331836002.pdf>

## 8. APÉNDICES

### Apéndice A

#### Consentimiento informado virtual

El siguiente consentimiento, dirigido a los adolescentes que quisieran participar voluntariamente del estudio, fue presentado en la primera página del cuestionario de Google Forms y aceptarlo era condición necesaria para poder responder las escalas.

Mi nombre es Agustina Montenegro, soy estudiante de Psicología de la Universidad Católica Argentina (UCA).

Actualmente, estoy realizando una investigación como parte de mi Trabajo de Integración Final, para poder graduarme. El objetivo es explorar la comunicación de padres e hijos adolescentes argentinos y cómo la misma impacta en el bienestar psicológico de los adolescentes.

Si accedes a participar de este estudio se te pedirá completar dos cuestionarios: Escala de Comunicación Padres-Adolescentes (PACS) y Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS). Completarlos te tomará aproximadamente 10 minutos. Tu participación es totalmente voluntaria. Al completar esta página y pasar a la siguiente, estarás dando tu consentimiento a participar. Es importante que sepas que no vas a recibir ningún tipo de devolución posterior. Las respuestas y datos obtenidos serán utilizados de manera anónima como parte de la investigación, con fines académico-científicos.

Si tenés alguna otra pregunta o comentario, me podés contactar al siguiente e-mail: [aagustinamontenegro@gmail.com](mailto:aagustinamontenegro@gmail.com).

Desde ya, muchas gracias por tu participación.

## Apéndice B

### Escala de Comunicación Padres-Adolescentes (PACS)

Conteste a las siguientes afirmaciones según el nivel de acuerdo que tenga con las mismas, siendo que el 1 está completamente en desacuerdo y el 5, completamente de acuerdo, primero con respecto a su madre y después con respecto a su padre (Orpinas, Rico & Martínez, 2013).

1. Yo puedo discutir mis creencias con mi madre/padre sin sentirme limitado(a) o avergonzado(a).
2. Algunas veces me cuesta trabajo creer todo lo que mi madre/padre me dice.
3. Mi madre/padre es siempre un buen oyente.
4. Algunas veces tengo miedo de pedirle a mi madre/padre lo que quiero.
5. Mi madre/padre tiende a decirme cosas que sería mejor que no se dijeran.
6. Mi madre/padre sabe cómo me siento sin necesidad de preguntarme.
7. Yo estoy muy satisfecho(a) con la forma en que mi madre/padre y yo hablamos.
8. Si yo estuviera metido en problemas se lo puedo decir a mi madre/padre.
9. Yo le muestro mi afecto (cariño) a mi madre/padre abiertamente.
10. Cuando tenemos algún problema, frecuentemente castigo a mi madre/padre no dirigiéndole la palabra.
11. Soy cuidadoso(a) con lo que le digo a mi madre/padre.
12. Cuando hablo con mi madre/padre, tengo la tendencia a decirle cosas que sería mejor que no dijera.
13. Cuando yo hago preguntas, recibo respuestas honestas de mi madre/padre.
14. Mi madre/padre trata de entender mi punto de vista.
15. Hay algunos temas que evito discutir con mi madre/padre.
16. Es fácil discutir problemas con mi madre/padre.
17. Siempre es muy fácil para mí expresar mis verdaderos sentimientos a mi madre/padre.
18. Mi madre/padre me molesta.
19. Mi madre/padre me insulta cuando ella/él está enojada(o) conmigo.
20. Yo no creo que le pueda decir a mi madre/padre como realmente me siento acerca de algunas cosas.

## Apéndice C

### Escala de Bienestar Psicológico para Adolescentes y Jóvenes (BIEPS-J)

Conteste a las siguientes afirmaciones según el nivel de acuerdo que tenga con las mismas, siendo que el 1 está en desacuerdo y el 3, de acuerdo (Casullo & Castro Solano, 2000).

1. Creo que me hago cargo de lo que digo o hago.
2. Tengo amigos/as en quienes confiar.
3. Creo que sé lo que quiero hacer con mi vida.
4. En general estoy conforme con el cuerpo que tengo.
5. Si algo me sale mal puedo aceptarlo, admitirlo.
6. Me importa pensar que haré en el futuro.
7. Generalmente le caigo bien a la gente.
8. Cuento con personas que me ayudan si lo necesito.
9. Estoy bastante conforme con mi forma de ser.
10. Si estoy molesto/a por algo soy capaz de pensar en cómo cambiarlo.
11. Creo que en general me llevo bien con la gente.
12. Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida.
13. Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar.