

Satisfacción Vital y Adolescencia en la Educación Física Española Life Satisfaction and Adolescence in Spanish Physical Education

*Santiago Gómez-Paniagua, *Carmen Galán-Arroyo, **Antonio Castillo-Paredes, *Jorge Rojo-Ramos
*Universidad de Extremadura (España), **Universidad de las Américas (Chile)

Resumen. La satisfacción vital (SV) durante la adolescencia puede estar influenciada por varios factores y la educación física juega un papel importante en este periodo crucial de desarrollo. Se refiere a cómo se sienten con respecto a su existencia, teniendo en cuenta sus relaciones sociales, su entorno académico, su bienestar emocional y su sentido de logro personal. Esta satisfacción puede influir en su desempeño académico, su salud mental y su bienestar general. Por ello, el objetivo de este estudio es analizar la satisfacción vital en estudiantes españoles de Educación Física desde los 6 hasta los 18 años. A 723 estudiantes se les pasó la Escala de Satisfacción con la Vida (SLSS). Los resultados muestran un nivel de SV general muy similar en función del sexo. Con respecto a la edad parece mantener una correlación negativa con la SV, a diferencia del IMC que no muestra tener influencia en la SV. Sobre la ubicación del centro existe una ligera influencia en el nivel de SV, sin encontrar diferencias significativas. Conocer los factores que influyen en la SV dota a la comunidad educativa de herramientas para poder promover un estilo de vida saludable y mejorar el bienestar general de los adolescentes.

Palabras clave: Bienestar emocional, Adolescente, Educación, Actividad Física

Abstract. Life satisfaction (LS) during adolescence can be influenced by a number of factors and physical education plays an important role in this crucial period of development. It refers to how they feel about their existence, taking into account their social relationships, their academic environment, their emotional well-being and their sense of personal achievement. This satisfaction can influence their academic performance, mental health and general well-being. Therefore, the aim of this study is to analyse life satisfaction in Spanish Physical Education students aged 6 to 18. The Satisfaction with Life Scale (SLSS) was administered to 723 students. The findings show a very similar overall level of SV according to gender. With respect to age there seems to be a negative correlation with SV, in contrast to BMI which shows no influence on SV. Regarding the location of the centre, there is a slight influence on the level of SV, but no significant differences were found. Knowing the factors that influence SV provides the educational community with tools to promote a healthy lifestyle and improve the general well-being of adolescents.

Keywords: Emotional wellbeing, Adolescent, Education, Physical activity

Fecha recepción: 04-01-24. Fecha de aceptación: 04-03-24

Carmen Galán-Arroyo
mamengalana@unex.es

Introducción

A lo largo del ciclo vital las personas evalúan las condiciones de sus vidas, donde la influencia de los criterios de juicio tiene una gran importancia más allá de las circunstancias de cada uno o su personalidad (Diener, 2012). Muy relacionado se encuentra el constructo de la satisfacción vital (SV) definido por Diener (2000) como la evaluación general de un individuo sobre su calidad de vida. Este concepto se ha utilizado con frecuencia como un indicador general en el seguimiento y la promoción de la calidad de la atención médica, los programas educativos, así como de los servicios de bienestar psicológico y social (Jiang y Huebner, 2017). Poniendo el foco en el ámbito educativo, se han encontrado evidencias que indican que la SV está relacionada con los resultados educativos positivos (Antaramian, 2017), al igual que con el rendimiento académico, que también ha sido correlacionado positivamente con este constructo (Crede et al., 2015).

En cuanto a la adolescencia, se puede definir como el periodo transicional entre la niñez y la adultez, que se inicia por los cambios biológicos de la pubertad y finaliza con la transición a la adultez como límite superior (Jackson y Goossens, 2020). Esta etapa ha sido considerada por algunos autores como un periodo de desarrollo especialmente interesante y potencialmente significativo para la investigación (Compas et al., 1985). Blakemore (2019) considera

este periodo de la vida de los seres humanos como un periodo distinto de desarrollo biológico, psicológico y social por tres razones principales: 1) por los comportamientos típicos de los adolescentes presentes en todas las culturas; 2) porque todos los mamíferos pasan por una etapa de desarrollo entre la pubertad, la madurez sexual y cambios en los comportamientos sociales; y 3) porque existe una evidente documentación de dichos cambios en sus comportamientos. Asimismo, en relación a la SV en adolescentes, se espera que aquellos que se perciben a sí mismos como académica y socialmente más competentes, con la capacidad de autorregularse y que tienen metas de vida significativas que perseguir tengan más probabilidades de estar satisfechos con sus vidas (Calmeiro et al., 2018). Sin embargo, Calmeiro et al. (2018) exponen que aquellos adolescentes de entornos más pobres reflejan niveles de SV más bajos.

A finales del siglo XX, Forest (1996) exploró las diferencias de género en los caminos hacia la SV y la felicidad, encontrando que los hombres y las mujeres eran más similares que distintos en sus respuestas. Años más tarde se pueden encontrar estudios que muestran la existencia de importantes diferencias de género en cuanto al bienestar subjetivo y la SV (Gattario et al., 2020; Hutchinson et al., 2004). Centrándose en la etapa de la niñez y la adolescencia, estudios demuestran que las niñas suelen tener una menor SV que los niños (Goswami, 2014). En relación a la edad, Blanchflower y Oswald (2008) en su estudio extraen dos

conclusiones principales: en primer lugar, la SV no se mantiene de manera constante durante todas las etapas de la vida; en segundo lugar, se pueden apreciar diferencias importantes en los niveles de SV en diferentes cortes de nacimiento. Continuando con el entorno de las personas, se pueden observar estudios en los que los resultados muestran que el funcionamiento familiar y el desarrollo positivo de los jóvenes se encuentran relacionados con la SV de los adolescentes a lo largo del tiempo (Shek y Liu, 2014), así como la estructura familiar, la etapa del ciclo de la vida familiar, la alimentación se encuentran relacionadas con la SV (Schnettler et al., 2022).

Asimismo, los investigadores de la salud han reconocido ampliamente que la participación de actividad física regular está vinculada a varios beneficios para la salud y prevención de enfermedades crónicas (Yao y Rhodes, 2015). Sin embargo, se puede encontrar evidencia en estudios como el de Corder et al. (2015) en el que se muestra que los perfiles de actividad empeoran notablemente durante la transición a la adolescencia donde se llegan a reemplazar hasta cuarenta minutos de actividad física por actitudes sedentarias. A pesar de ello, se han encontrado hallazgos en los que existe una relación entre la mayor frecuencia de actividad física vigorosa y la SV en adolescentes, independientemente del género (Feng et al., 2022). Asimismo, también existe una relación entre la actividad física y una mejor percepción de la salud y el estado físico, así como niveles más bajos de síntomas depresivos y niveles más altos de SV en estudiantes (Piko y Keresztes, 2006; Reigal et al., 2012). En este sentido, Moreno et al. (2011) realizaron un estudio en el que observaron que las necesidades psicológicas básicas influían en el nivel de SV, de forma que, si en las clases de Educación Física (EF) el alumno tenía autonomía, se sentía competente y mostraba cierto nivel de autoestima y diversión, percibía un nivel de SV mayor.

Tras este contexto, el objetivo del estudio es analizar la satisfacción vital en estudiantes españoles de Educación Física desde los 6 hasta los 18 años de edad.

Método

Participantes

La muestra del estudio estuvo compuesta por 723 estudiantes de centros educativos públicos de Extremadura (España), con una edad media de 13,08 años (SD=1.78), abarcando desde segundo de primaria hasta segundo de bachillerato (de 6 a 18 años), donde 267 pertenecían a Primaria, 441 a Secundaria y 15 a Bachillerato. Del total, el 49.4% eran chicas (n=357) y el 50.6% restante eran chicos (n=366). En cuanto a las características antropométricas, el peso medio fue de 57.90 kg (SD=15.13), mientras que la altura alcanzó los 1.57 metros de media (SD=0.14). En lo que se refiere al Índice de Masa Corporal (IMC), se obtuvo un valor promedio de 22.70 (SD=2.39).

Por otro lado, también se tuvo en cuenta la localización del centro educativo, perteneciendo la mayoría de los alumnos a un centro urbano (52%) y el resto a centro rural. En

cuanto a la clasificación de tipo de centro, se consideró rural a todo aquel que estuviera ubicado en una población con menos de 20.000 habitantes, siguiendo los criterios establecidos por la Diputación de Cáceres (<https://www.dip-caceres.es/>).

Respecto a la participación en el estudio, se establecieron dos criterios: 1) Ser estudiante de Educación Física en un centro público extremeño perteneciente a primaria o secundaria-bachillerato, teniendo una edad de entre 6 y 18 años; y 2) aportar el consentimiento informado firmado por los padres/tutores legales.

Para la selección del tamaño muestral, se utilizó el método de muestreo no probabilístico basado en un muestreo por conveniencia de Salkind (1999). A continuación, en la tabla 1 se muestran los datos sociodemográficos de los participantes.

Tabla 1.
Caracterización de la muestra (N=723).

Variable	Categorías	N	%
Sexo	Chico	366	50,6
	Chica	357	49,4
Ciclo	Primaria	267	36,93
	Secundaria	441	61
	Bachillerato	15	2,07
Ubicación del centro	Rural	347	48
	Urbano	376	52
Variable		M	SD
Edad		13,08	1,78
Peso		57,90	15,13
Altura		1,57	0,4
IMC		22,70	2,39

N: número; %: porcentaje; SD: Desviación Estándar; M: Media

Procedimiento

Se obtuvieron los datos de contacto de todos los centros educativos públicos de Extremadura a partir del directorio de centros educativos públicos proporcionado por la Consejería de Educación y Empleo de la Junta de Extremadura. Se envió un correo electrónico a cada centro dirigido a los docentes de educación física con información sobre el objeto del estudio, un modelo del instrumento y el consentimiento informado paterno. En el caso de que el centro aceptara colaborar y participar en el estudio, se les solicitó que concertaran una cita por correo electrónico para que un miembro del equipo de investigación acudiera al centro educativo para administrar los cuestionarios a los alumnos de educación física, siempre y cuando se hubieran obtenido todos los consentimientos informados de los padres.

Un investigador visitó el centro educativo el día acordado y, después de verificar que los padres o tutores de los estudiantes que se encontraban en el aula habían firmado el consentimiento informado, distribuyó una Tablet con un enlace URL al cuestionario creado a través de la aplicación digital *Google Forms*. Para asegurarse de que los estudiantes comprendieran el instrumento, también leyó en alto cada ítem. Se optó por utilizar un cuestionario electrónico para facilitar el almacenamiento de todas las respuestas en una sola base de datos, lo que redujo los costos y el tiempo.

El tiempo promedio para completar el cuestionario fue de 10 minutos. Entre enero y mayo de 2023 se recopilaron todos los datos de forma anónima.

Instrumentos

En total se utilizaron dos instrumentos para recopilar toda la información necesaria para llevar a cabo este estudio. En primer lugar, se utilizó un cuestionario de elaboración propia, Datos Sociodemográficos, formado por seis preguntas relativas a sexo, edad, peso, altura, IMC (obtenido a través de la fórmula de las medidas de peso y talla), curso escolar y ubicación del centro. En segundo lugar, se utilizó la Escala de Satisfacción con la Vida (SLSS) validada por Alfaro et al. (2016) de seis niveles, con los ítems 3 y 4 invertidos para facilitar la interpretación de los resultados, abarcando desde "Totalmente en desacuerdo" (1) hasta "Totalmente de acuerdo" (6) y con una puntuación de 0,70 en el alfa de Cronbach.

Análisis Estadístico

En primer lugar, se examinó la distribución de los datos para determinar si se cumplía el supuesto de normalidad para determinar el tipo de pruebas estadísticas a utilizar. Para ello se empleó la prueba de Kolmogorov-Smirnov. El resultado de esta prueba fue que no se cumplió con tal supuesto ($p < 0,05$), por lo que se optó por usar pruebas estadísticas no paramétricas.

Se utilizó la prueba U de Mann Whitney para analizar las diferencias en las puntuaciones en cada uno de los ítems del SLSS y su puntuación global en función de las variables sociodemográficas de los participantes. Se estableció un valor de significancia para $p < 0,05$.

Además, se utilizó la *g* de Hedges para determinar el tamaño del efecto del sexo o de la ubicación demográfica para cada ítem del SWLS. Los valores menores a 0,20 indican que no hay efecto, los valores entre 0,21 y 0,49 indican un efecto pequeño, los valores entre 0,50 y 0,79 indican un efecto moderado y, por último, los valores superiores a 0,80 indican un efecto fuerte (Cohen, 2013).

Finalmente, se utilizaron los coeficientes del Alfa de Cronbach y del Omega de McDonald para evaluar la fiabilidad de las escalas psicométricas a partir de su consistencia interna. Para interpretar los valores reportados se eligieron los establecidos por Nunnally y Bernstein (1994) que indicaron que valores por debajo de 0,70 correspondería a una fiabilidad baja, valores entre 0,71 y 0,90 correspondería a una fiabilidad satisfactoria y valores superiores a 0,91 correspondería a una fiabilidad excelente. Para calcular el coeficiente del Omega de McDonald se utilizó el modelo de máxima verosimilitud.

Por otro lado, las variables sociodemográficas se representaron mediante un número y su correspondiente porcentaje, mientras que las respuestas del cuestionario de satisfacción se representaron con la Media (M) y la desviación estándar (SD). En cuanto al análisis de estos datos, se utilizó el software *Statistical Package of Social Science*, versión 23 en MAC.

Resultados

En la tabla 2 se presentan los descriptivos, diferencias (*p*) y tamaño del efecto (*g*) de cada uno de los ítems del SLSS en función del sexo y de la ubicación demográfica de los participantes.

Tabla 2.
Puntuaciones, valor de *p* y tamaño del efecto en función del sexo y ubicación demográfica para los ítems del SLSS.

Item	Sexo				Ubicación			
	Chico		Chica		Rural		Urbano	
	M (SD)	M (SD)	<i>p</i>	<i>g</i>	M (SD)	M (SD)	<i>p</i>	<i>g</i>
1, Mi vida va bien	4,73 (1,65)	4,91 (1,42)	0,373	0,12	4,89 (1,49)	4,75 (1,59)	0,266	0,09
2, Mi vida es perfecta	4,23 (1,45)	3,99 (1,31)	0,008	0,17	4,13 (1,33)	4,08 (1,44)	0,802	0,04
3, Me gustaría cambiar muchas cosas de mi vida	4,26 (1,81)	4,46 (1,49)	0,781	0,12	4,47 (1,65)	4,26 (1,68)	0,070	0,13
4, Te gustaría tener otro tipo de vida	4,33 (1,76)	4,69 (1,51)	0,034	0,22	4,60 (1,68)	4,41 (1,63)	0,065	0,12
5, Tengo una buena vida	4,37 (1,81)	4,67 (1,60)	0,053	0,18	4,57 (1,68)	4,46 (1,74)	0,465	0,06
6, Tengo lo que quiero en la vida	4,02 (1,73)	4,13 (1,61)	0,579	0,07	4,11 (1,62)	4,03 (1,71)	0,642	0,05
7, Mi vida es mejor que la mayoría de los chicos/as de mi edad	3,59 (1,57)	3,55 (1,46)	0,757	0,03	3,53 (1,55)	3,59 (1,49)	0,629	0,04
SLSS	4,21 (1,41)	4,34 (1,20)	0,818	0,10	4,33 (1,28)	4,23 (1,34)	0,422	0,08

Note: M = Media; SD = Desviación Estándar; *p* es significativo $< 0,05^*$; *g* = tamaño del efecto, Cada puntuación obtenida está basada en una escala Likert (1-6),

Un resultado notable es la diferencia estadísticamente significativa ($p = 0,008$) en el ítem "Mi vida es perfecta", donde los chicos reportaron una mayor satisfacción ($M = 4,23$, $SD = 1,45$) en comparación con las chicas ($M = 3,99$, $SD = 1,31$). Además, el ítem "Te gustaría tener otro tipo de vida" mostró diferencias significativas entre sexos, con las chicas expresando un mayor grado de acuerdo ($M = 4,69$, $SD = 1,51$) en comparación con los chicos ($M = 4,33$, $SD = 1,76$), y un valor de *p* de 0,034. En cuanto a la ubicación del centro, las diferencias fueron menos pronunciadas, aunque se observó una tendencia en el ítem "Me gustaría

cambiar muchas cosas de mi vida", donde los estudiantes de áreas rurales mostraron una ligera tendencia a estar más de acuerdo ($M = 4,47$, $SD = 1,65$) en comparación con sus pares urbanos ($M = 4,26$, $SD = 1,68$), aunque esta diferencia no alcanzó significación estadística. No obstante, estos resultados subrayan cómo factores como el género y el entorno geográfico pueden influir en la percepción de los estudiantes sobre su satisfacción con la vida. Finalmente, es importante destacar que los ítems 3 y 4 fueron invertidos en su formulación para una mejor interpretación de los resultados. En la Tabla 3 se presentan los coeficientes de correlación entre los

diferentes ítems del Cuestionario de Satisfacción con la Vida en la Escala de Estudiantes (SLSS) y las variables demográficas edad e IMC.

Tabla 3.

Correlación entre las variables del SLSS y la edad y el IMC,

Dimensiones	Edad ρ (p)	IMC ρ (p)
1 Mi vida va bien	-0,11 (0,002)	0,01 (0,875)
2 Mi vida es perfecta	-0,12 (<0,001)	-0,02 (0,519)
3 Me gustaría cambiar muchas cosas de mi vida	-0,14 (<0,001)	0,01 (0,764)
4 Te gustaría tener otro tipo de vida	-0,09 (0,015)	0,01 (0,766)
5 Tengo una buena vida	-0,11 (0,003)	0,02 (0,561)
6 Tengo lo que quiero en la vida	-0,10 (0,004)	0,01 (0,644)
7 Mi vida es mejor que la mayoría de los chicos/as de mi edad	0,03 (0,379)	0,01 (0,806)
SLSS	-0,13 (<0,001)	-0,002 (0,961)

La correlación es significativa al ** $p < 0,01$; * $p < 0,05$. Cada puntuación obtenida en el SLSS se basa en una escala de Likert (1-5).

Los resultados muestran que existe una correlación negativa y leve, entre la edad y la mayoría de los ítems del SLSS. Concretamente, las percepciones de que "Mi vida va bien", "Mi vida es perfecta", "Me gustaría cambiar muchas cosas de mi vida", "Te gustaría tener otro tipo de vida", "Tengo una buena vida" y "Tengo lo que quiero en la vida" presentan correlaciones negativas significativas con la edad (ρ de -0,09 a -0,14), y valores de p que oscilan entre 0,015 y menos de 0,001. Estos hallazgos sugieren que a medida que los estudiantes envejecen, tienden a ver su vida con una perspectiva ligeramente menos positiva en estas dimensiones. Por otro lado, la correlación entre el IMC y las dimensiones del SLSS es prácticamente inexistente, con coeficientes de Spearman cercanos a cero y valores de p no significativos, lo que indica que el IMC no tiene una relación clara con la SV en esta muestra. Cabe destacar que la única dimensión que mostró una correlación positiva muy débil con la edad fue "Mi vida es mejor que la de la mayoría de los chicos/as de mi edad", aunque no fue estadísticamente significativa.

Se utilizaron los estadísticos alfa de Cronbach ($\alpha=0,920$) y Omega de McDonald ($\omega=0,926$) para calcular la fiabilidad del instrumento. Siguiendo a Nunnally y Bernstein (1994) se considera que los valores son excelentes.

Discusión

El objetivo principal del estudio es analizar la satisfacción vital en estudiantes españoles de Educación Física. En este contexto, los resultados obtenidos muestran un nivel de satisfacción general con la vida bastante similar en función del sexo, a pesar de que en algunos ítems se observa una clara diferencia entre la muestra femenina y la masculina. Por otro lado, la edad parece mantener una correlación negativa con la SV, a diferencia del IMC que no parece tener influencia en este aspecto. Finalmente, la ubicación del centro tiene una ligera influencia en el nivel de SV, sin encontrar diferencias significativas. En primer lugar, los chicos que participaron en el estudio mostraron niveles significativamente más altos de SV que sus compañeras en tan sólo

dos de los siete ítems, obteniendo puntuaciones parecidas en el nivel de SV general. Estos resultados están en la línea de los encontrados por Videra-García y Reigal-Garrido (2013), quienes estudiaron el autoconcepto físico, la percepción de salud y la SV en 1,648 adolescente de entre 14 y 16 años, o por los obtenidos por Huebner et al., (2000) en una muestra de 5,544 estudiantes estadounidenses. Por otro lado, los ítems con diferencias significativas a favor de los chicos no concuerdan con los resultados obtenidos por Aznar et al., (2004) en su estudio realizado con 1,634 alumnos catalanes de entre 12 y 16 años, aunque sí con los obtenidos en una muestra de 1,764 estudiantes de entre 17 y 20 años, donde los chicos mostraron niveles de SV más altos que las chicas (Fraguela et al., 2016). Estas diferencias en el nivel de SV a favor de los chicos se pueden deber a que las chicas enfrentan una mayor presión debido a la apariencia y el peso (Uusitalo-Malmivaara, 2014).

Respecto a la relación entre la ubicación del centro, los resultados de este estudio no muestran diferencias significativas, aunque sí se aprecia una ligera superioridad en el nivel de SV en los estudiantes de zonas urbanas respecto a los de zonas rurales. Esto difiere con los resultados obtenidos en un estudio con 200 estudiantes de entre 18 y 25 años, donde los pertenecientes a zonas rurales mostraron mayor SV que los de zonas urbanas (Sharma et al., 2023), pudiéndose deber a que duermen más tiempo por la noche y a niveles superiores de bienestar asociados con la salud, como indicaron Jiménez Boraita et al., (2022). Algunos estudios han revelado que los adolescentes pertenecientes a zonas urbanas experimentan niveles más altos de ansiedad académica, la percepción de pertenencia a su centro educativo es menor, y presentan niveles más elevados de inseguridad, victimización y conflictos familiares, asociándose con un aumento en los problemas de comportamiento y en la incidencia de trastornos psicológicos (Kohli et al., 2013; Anderman, 2002; Anderman y Kimweli, 1997; Stanley et al., 2008; Zhang y Fuligni, 2006; Oldfield et al., 2016).

En cuanto al análisis del nivel de SV en función de la edad, los resultados de este estudio muestran una leve correlación negativa, significativa en algunos ítems, de forma que, cuanto mayor es el adolescente, menor SV experimenta. Estos resultados siguen la línea con los obtenidos por otros autores como Fonseca et al. (2009) o Jiménez et al. (2013) en sus respectivos estudios, aunque difieren de los encontrados por autores como Fraguela Vale et al., (2016) y Ash y Huebner (2001). En este contexto, Erikson (2017) describió la adolescencia como un "periodo de moratoria psicosocial", en el que se produce una ruptura del marco de vida, siendo la disminución de la SV una de las consecuencias de este proceso. Además, es durante esta etapa durante la cual los adolescentes desarrollan numerosas vulnerabilidades que pueden influir en su SV (Daly, 2022), entre ellas, el desarrollo de enfermedades relacionadas con la salud mental como la ansiedad y la depresión (Beesdo-Baum y Knappe, 2012; Costello et al., 2011). Por otro lado, respecto al IMC, los resultados obtenidos no indican que exista una relación entre esta variable y la SV, coincidiendo con

los resultados obtenidos por Jiménez-Moral et al., (2013) en una muestra de 388 adolescentes españoles de entre 12 y 18 años. Sin embargo, otros autores han observado una relación negativa entre estos dos aspectos, en una muestra de 7.865 mujeres australianas de entre 18 y 23 años (Ball et al., 2004) y en otra muestra formada por 6.131 alumnos portugueses (Fonseca et al., 2009). En este contexto, Bucchianeri et al., (2013) indicaron que la insatisfacción corporal aumenta, sobre todo durante la transición a la edad adulta joven, a medida que aumenta el IMC junto con su desarrollo corporal. Además, Shen y Kogan (2021) observaron que el IMC se relacionaba con la insatisfacción vital, tanto en niños como en niñas, a través de factores psicológicos como la autoestima y el estado mental.

En cuanto a los diferentes resultados obtenidos en los estudios mencionados, las principales causas pueden ser la diferencia en el tamaño de la muestra, los diferentes rangos de edad que abarcan, el país o comunidad autónoma (CCAA) donde se realizó el estudio y a la composición de la muestra, siendo en uno de los estudios únicamente sujetos femeninos.

Conclusión

Estos hallazgos sugieren que hay poca diferencia en cuanto a sexos con la SV y que a medida que los estudiantes envejecen, tienden a ver su vida con una perspectiva ligeramente menos positiva. Conocer los factores que influyen en la SV dota a la comunidad educativa de herramientas para poder promover un estilo de vida saludable y mejorar el bienestar general de los adolescentes.

Agradecimientos

Gracias a los centros educativos extremeños y sus docentes por permitir la investigación.

Conflicto de interés

Los autores declaran no tener conflicto de interés

Financiación

No existe financiación externa

Referencias

- Alfaro, J., Guzman, J., Sirlopu, D., Garcia, C., Reyes, F., y Gaudlitz, L., (2016), Propiedades psicométricas de la Escala de Satisfacción con la Vida en los Estudiantes (SLSS) de Huebner en niños y niñas de 10 a 12 años de Chile, *Anales de Psicología / Annals of Psychology*, 32(2), Article 2, <https://doi.org/10,6018/analesps,32,2,217441>
- Anderman, E., M., (2002), School effects on psychological outcomes during adolescence, *Journal of Educational Psychology*, 94(4), 795-809, <https://doi.org/10,1037/0022-0663,94,4,795>
- Anderman, E., M., y Kimweli, D., M., S., (1997), Victimization and Safety in Schools Serving Early Adolescents, *The Journal of Early Adolescence*, 17(4), 408-438, <https://doi.org/10,1177/0272431697017004004>
- Antaramian, S. (2017), The importance of very high life satisfaction for students' academic success, *Cogent Education*, 4(1), 1307622, <https://doi.org/10,1080/2331186X,2017,1307622>
- Ash, C., y Huebner, E., S., (2001), Environmental Events and Life Satisfaction Reports of Adolescents: A Test of Cognitive Mediation, *School Psychology International*, 22(3), 320-336, <https://doi.org/10,1177/0143034301223008>
- Aznar, F., C., Estrada, M, R, B., Ramírez, C, F., Carrasco, M, G., Teijón, A, T., Pigem, E, N., y Rodríguez, J., M., R., (2004), Los valores y su influencia en la satisfacción vital de los adolescentes entre los 12 y los 16 años: Estudio de algunos correlatos, *Apuntes de Psicología*, 22(1), Article 1, <https://apuntesdepsicologia.es/index.php/revista/article/view/38>
- Ball, K., Crawford, D., y Kenardy, J., (2004), Longitudinal Relationships Among Overweight, Life Satisfaction, and Aspirations in Young Women, *Obesity Research*, 12(6), 1019-1030, <https://doi.org/10,1038/oby,2004,125>
- Beesdo-Baum, K., y Knappe, S., (2012), Developmental Epidemiology of Anxiety Disorders, *Child and Adolescent Psychiatric Clinics*, 21(3), 457-478, <https://doi.org/10,1016/j,chg,2012,05,001>
- Blakemore, S.,-J., (2019), Adolescence and mental health, *The Lancet*, 393(10185), 2030-2031, [https://doi.org/10,1016/S0140-6736\(19\)31013-X](https://doi.org/10,1016/S0140-6736(19)31013-X)
- Blanchflower, D., G., y Oswald, A., J., (2008), Is well-being U-shaped over the life cycle? *Social Science & Medicine*, 66(8), 1733-1749, <https://doi.org/10,1016/j,socscimed,2008,01,030>
- Bucchianeri, M., M., Arikian, A., J., Hannan, P., J., Eisenberg, M., E., y Neumark-Sztainer, D., (2013), Body dissatisfaction from adolescence to young adulthood: Findings from a 10-year longitudinal study, *Body Image*, 10(1), 1-7, <https://doi.org/10,1016/j,bod-ym,2012,09,001>
- Calmeiro, L., Camacho, I., y De Matos, M., G., (2018), Life Satisfaction in Adolescents: The Role of Individual and Social Health Assets, *The Spanish Journal of Psychology*, 21, E23, <https://doi.org/10,1017/sjp,2018,24>
- Cohen, J., (2013), *Statistical power analysis for the behavioral sciences*, Academic press.
- Compas, B, E., Davis, G, E., y Forsythe, C., J., (1985), Characteristics of life events during adolescence, *American Journal of Community Psychology*, 13(6), 677-691, <https://doi.org/10,1007/BF00929795>
- Corder, K., Sharp, S, J., Atkin, A, J., Griffin, S, J., Jones, A, P., Ekelund, U., y Van Sluijs, E., M., F., (2015), Change in objectively measured physical activity during the transition to adolescence, *British Journal of Sports Medicine*, 49(11), 730-736, <https://doi.org/10,1136/bjsm-2014-095000>

- <https://doi.org/10.1136/bjsports-2013-093190>
- Costello, E. J., Copeland, W., y Angold, A., (2011), Trends in psychopathology across the adolescent years: What changes when children become adolescents, and when adolescents become adults? *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 52(10), 1015-1025, <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2011.02446.x>
- Crede, J., Wirthwein, L., McElvany, N., y Steinmayr, R., (2015), Adolescents' academic achievement and life satisfaction: The role of parents' education, *Frontiers in Psychology*, 6, <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2015.00052>
- Daly, M., (2022), Cross-national and longitudinal evidence for a rapid decline in life satisfaction in adolescence, *Journal of Adolescence*, 94(3), 422-434, <https://doi.org/10.1002/jad.12037>
- Diener, E., (2000), Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index, *American Psychologist*, 55(1), 34-43, <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.34>
- Diener, E., (2012), New findings and future directions for subjective well-being research, *American Psychologist*, 67(8), 590-597, <https://doi.org/10.1037/a0029541>
- Erikson, E., H., (2017), *Identität und Lebenszyklus*, <https://sfbs.tu-dortmund.de/handle/sfbs/3234>
- Feng, B., Xu, K., y Zhou, P., (2022), Association between vigorous physical activity and life satisfaction in adolescents, *Frontiers in Public Health*, 10, <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpubh.2022.944620>
- Fonseca, H., Matos, M. G., Guerra, A., y Pedro, J., G., (2009), Are overweight and obese adolescents different from their peers? *International Journal of Pediatric Obesity*, 4(3), 166-174, <https://doi.org/10.1080/17477160802464495>
- Forest, K., B., (1996), Gender and the pathways to subjective well-being, *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 24(1), 19-34, <https://doi.org/10.2224/sbp.1996.24.1.19>
- Fraguela Vale, R., Varela Garrote, L., y Sanz Arazuri, E., (2016), Ocio deportivo, imagen corporal y satisfacción vital en jóvenes españoles, *Revista de psicología del deporte*, 25(4), 33-38, <https://ddd.uab.cat/record/168783>
- Gattario, K. H., Frisén, A., Teall, T. L., y Piran, N., (2020), Embodiment: Cultural and gender differences and associations with life satisfaction, *Body Image*, 35, 1-10, <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2020.07.005>
- Goswami, H., (2014), Children's Subjective Well-being: Socio-demographic Characteristics and Personality, *Child Indicators Research*, 7(1), 119-140, <https://doi.org/10.1007/s12187-013-9205-7>
- Huebner, E., S., Drane, W., y Valois, R., F., (2000), Levels and Demographic Correlates of Adolescent Life Satisfaction Reports, *School Psychology International*, 21(3), 281-292, <https://doi.org/10.1177/0143034300213005>
- Hutchinson, G., Simeon, D. T., Bain, B. C., Wyatt, G. E., Tucker, M. B., y Lefranc, E., (2004), Social and Health Determinants of Well Being and Life Satisfaction in Jamaica, *International Journal of Social Psychiatry*, 50(1), 43-53, <https://doi.org/10.1177/0020764004040952>
- Jackson, S., y Goossens, L., (2020), *Handbook of Adolescent Development*, Psychology Press,
- Jiang, X., y Huebner, E., S., (2017), Students' Life Satisfaction Scale: Analysis of Factorial Invariance Across Gender, *Journal of Well-Being Assessment*, 1(1-3), 25-34, <https://doi.org/10.1007/s41543-017-0002-9>
- Jiménez Boraita, R., Arriscado Alsina, D., Gargallo Ibort, E., y Dalmau Torres, J., M., (2022), Hábitos y calidad de vida relacionada con la salud: Diferencias entre adolescentes de entornos rurales y urbanos, *Anales de Pediatría*, 96(3), 196-202, <https://doi.org/10.1016/j.anpedi.2020.11.022>
- Jiménez-Moral, J. A., Sánchez, M. L. Z., Molero, D., Pulido-Martos, M., y Ruiz, J., R., (2013), Capacidad aeróbica, felicidad y satisfacción con la vida en adolescentes españoles, *Revista de Psicología del Deporte*, 22(2), 429-436, <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=235128058011>
- Jimenez-Moral, J., Sanchez, M., Molero, D., Pulido-Martos, M., y Ruiz, J., (2013), Cardiorespiratory fitness, happiness and satisfaction with life among Spanish adolescents, *Revista de Psicología del Deporte*, 22, 429-436, <https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=a9h&AN=90462569&site=eds-live>
- Kohli, S., Malik, A., y others, (2013), Academic anxiety and wellbeing amongst rural and urban adolescents, *Indian Journal of Positive Psychology*, 4(1), 148,
- Moreno Murcia, J. A., y Vera, J., A., (2011), Modelo causal de la satisfacción con la vida en adolescentes de educación física, *Revista de psicodidáctica*, <https://redined.educacion.gob.es/xmlui/handle/11162/174110>
- Nunnally, J., y Bernstein, I., (1994), Elements of statistical description and estimation, *Psychometric theory*, 3(127),
- Oldfield, J., Humphrey, N., y Hebron, J., (2016), The role of parental and peer attachment relationships and school connectedness in predicting adolescent mental health outcomes, *Child and Adolescent Mental Health*, 21(1), 21-29, <https://doi.org/10.1111/camh.12108>
- Piko, B. F., y Keresztes, N., (2006), Physical activity, psychosocial health and life goals among youth, *Journal of Community Health*, 31(2), 136-145, <https://doi.org/10.1007/s10900-005-9004-2>
- Reigal Garrido, R., Videra García, A., Parra Flores, J. L., & Juárez Ruiz de Mier, R. (2012). Actividad físico deportiva, autoconcepto físico y bienestar psicológico en la adolescencia (Physical sports activity, physical self-concept and psychological wellbeing in adolescence). *Retos*, 22, 19-23. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i22.34578>
- Salkind, N. J., Escalona, R. L., y Salmerón, V. V., (1999), *Métodos de investigación*,
- Schnettler, B., Miranda-Zapata, E., Grunert, K. G., Grønhoj, A., Jiménez, P., Lobos, G., Lapo, M., Orellana, L., y Hueche, C., (2022), Satisfaction with life,

- family and food in adolescents: Exploring moderating roles of family-related factors, *Current Psychology*, 41(2), 802-815, <https://doi.org/10.1007/s12144-020-00618-2>
- Sharma, R., Sarita, y Kumar, D., (2023), Life Satisfaction of Youth Residing in Rural and Urban Areas: A Comparative Study, *Indian Journal of Positive Psychology*, 14(1), 35-38, <https://search.ebsco-host.com/login.aspx?direct=true&AuthType=sso&db=asn&AN=163008139&lang=es&site=eds-live&custid=s5935452>
- Shek, D, T, L., y Liu, T., T., (2014), Life Satisfaction in Junior Secondary School Students in Hong Kong: A 3-Year Longitudinal Study, *Social Indicators Research*, 117(3), 777-794, <https://doi.org/10.1007/s11205-013-0398-4>
- Shen, J., y Kogan, I., (2021), Gendered Body Mass and Life Satisfaction Among Youth in Three Western European Immigrant-Receiving Countries, *Frontiers in Sociology*, 6, <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fsoc.2021.695374>
- Stanley, L, R., Comello, M, L, G., Edwards, R, W., y Marquart, B, S, (2008), School Adjustment in Rural and Urban Communities: Do Students from “Timbuktu” Differ from Their “City Slicker” Peers? *Journal of Youth and Adolescence*, 37(2), 225-238, <https://doi.org/10.1007/s10964-007-9180-8>
- Uusitalo-Malmivaara, L., (2014), Happiness Decreases during Early Adolescence—A Study on 12- and 15-Year-Old Finnish Students, *Psychology*, 05(06), 541-555, <https://doi.org/10.4236/psych.2014.56064>
- Videra-García, A., y Reigal-Garrido, R., E., (2013), Autoconcepto físico, percepción de salud y satisfacción vital en una muestra de adolescentes, *Anales de Psicología / Annals of Psychology*, 29(1), Article 1, <https://doi.org/10.6018/analesps.29.1.132401>
- Yao, C., A., y Rhodes, R., E., (2015), Parental correlates in child and adolescent physical activity: A meta-analysis, *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 12(1), 10, <https://doi.org/10.1186/s12966-015-0163-y>
- Zhang, W., y Fuligni, A., J., (2006), Authority, Autonomy, and Family Relationships Among Adolescents in Urban and Rural China, *Journal of Research on Adolescence*, 16(4), 527-537, <https://doi.org/10.1111/j.1532-7795.2006.00506.x>

Datos de los autores:

Carmen Galán-Arroyo
Santiago Gómez-Paniagua
Antonio Castillo-Paredes
Jorge Rojo-Ramos

mamengalana@unex.es
sgomezpa@alumnos.unex.es
acastillop85@gmail.com
jorgerr@unex.es

Autor/a
Autor/a
Autor/a
Autor/a