

DOI: <https://doi.org/10.70747/cr.v5i1.909>

Análisis Descriptivo de la Aplicación de la Escala de Bienestar Subjetivo EBS-8, en Estudiantes de Bachillerato del Sur de Sonora

Manuel Héctor García Palomares

<https://orcid.org/0009-0009-0223-6707>

ceb.mpalomares@gmail.com

Centro de Estudios de Bachillerato Gregorio Torres Quintero Navojoa
Sonora, México

Silvia Rangel Félix

<https://orcid.org/0009-0009-6218-9420>

ceb.srangelf@gmail.com

Centro de Estudios de Bachillerato Gregorio Torres Quintero Navojoa
Sonora, México

María Jesús Neyoy Osuna

<https://orcid.org/0009-0004-4047-5227>

ceb.mneyoyo@gmail.com

Centro de Estudios de Bachillerato Gregorio Torres Quintero Navojoa
Sonora, México

Edgar Armando Lagarda Carrazco

<https://orcid.org/0009-0009-1898-5016>

ceb.elagardac@gmail.com

Centro de Estudios de Bachillerato Gregorio Torres Quintero Navojoa
Sonora, México

Edith Gloriella Baez Portillo

<https://orcid.org/0009-0006-2654-7604>

ceb.ebaez@gmail.com

Centro de Estudios de Bachillerato Gregorio Torres Quintero Navojoa
Sonora, México

RESUMEN

El bienestar subjetivo constituye un pilar fundamental para el desarrollo integral de los adolescentes, especialmente en entornos académicos de alta exigencia como el bachillerato. El presente estudio tuvo como objetivo analizar los niveles de satisfacción con la vida y afecto positivo en estudiantes del sur de Sonora, México, mediante una investigación de corte descriptivo, transversal y comparativo. Para ello, se trabajó con una muestra no probabilística de 425 estudiantes (47% hombres y 53% mujeres) de una institución de educación media superior, utilizando la Escala de Bienestar Subjetivo (EBS-8), la cual demostró una alta confiabilidad en esta población con un alfa de Cronbach de .89. Los hallazgos principales indican un nivel de bienestar subjetivo moderadamente alto, con una puntuación media de 33.37 sobre 48 puntos posibles. Asimismo, el análisis comparativo mediante las pruebas t de Student y ANOVA reveló que no existen diferencias significativas en los niveles de bienestar en función del género o la edad, sugiriendo una distribución homogénea del constructo dentro de la institución. Los resultados se alinean con la literatura regional reciente que destaca la resiliencia del estudiantado frente a retos socioeconómicos. Se concluye que, si bien los indicadores son favorables, resulta imperativo fortalecer los programas institucionales de apoyo emocional y clima escolar para mantener y elevar estos niveles, asegurando así el éxito académico y personal de los jóvenes.

Palabras clave: bienestar subjetivo, bachillerato, adolescentes, EBS-8, salud mental

Los autores declaran no tener conflicto de intereses.

El Editor y los Revisores declararon no tener conflicto de intereses.

Licencia:



Descriptive Analysis of the Application of the Subjective Well-Being Scale EBS-8, in high school Students from Southern Sonora

ABSTRACT

Subjective well-being is a fundamental pillar for the integral development of adolescents, especially in high-pressure academic environments such as high school. This study aimed to analyze the levels of life satisfaction and positive affect in students from southern Sonora, Mexico, through descriptive, cross-sectional, and comparative research. To this end, a non-probabilistic sample of 425 students (47% men and 53% women) from a public senior high school was studied, using the Subjective Well-Being Scale (EBS-8), which demonstrated high reliability in this population with a Cronbach's alpha of .89. The main findings indicate a moderately high level of subjective well-being, with an average score of 33.37 out of 48 possible points. Likewise, comparative analysis using Student's t-test and ANOVA revealed that there are no significant differences in well-being levels based on gender or age, suggesting a homogeneous distribution of the construct within the institution. The results align with recent regional literature highlighting student resilience in the face of socio-economic challenges. It is concluded that, although the indicators are favorable, it is imperative to strengthen institutional programs for emotional support and school climate to maintain and raise these levels, thus ensuring the academic and personal success of young people.

Keywords: *subjective well-being, high school, adolescents, EBS-8, mental health*

The authors declare no conflict of interest.

The Editor and the Reviewers declared no conflict of interest.

License: 



INTRODUCCIÓN

Desde una perspectiva teórica ampliamente aceptada, el bienestar subjetivo se define como la evaluación que las personas realizan de su propia vida, integrando componentes cognitivos, como la satisfacción con la vida, y afectivos, principalmente la experiencia de emociones positivas (Diener, Lucas & Oishi, 2018). En la adolescencia, esta evaluación adquiere especial relevancia debido a los profundos cambios cognitivos, emocionales y sociales que caracterizan esta etapa del ciclo vital.

En el contexto educativo, diversos estudios han documentado que niveles adecuados de bienestar subjetivo se asocian con un mejor ajuste escolar, mayor rendimiento académico y una adaptación socioemocional más favorable en los estudiantes de educación media superior (Cuadra & Florenzano, 2003; Caldera González et al., 2021). Durante el bachillerato, los adolescentes enfrentan exigencias académicas crecientes, toma de decisiones vocacionales y presiones sociales que pueden incidir directamente en su percepción de bienestar, por lo que su evaluación resulta fundamental para comprender los procesos de desarrollo integral en el ámbito escolar.

A nivel global, el bienestar subjetivo en la adolescencia se ha consolidado como un indicador prioritario en las agendas de salud pública y educación de organismos internacionales como la Organización Mundial de la Salud (OMS) y la UNESCO. Se reconoce que esta etapa del ciclo vital es crítica para el establecimiento de trayectorias de salud mental a largo plazo, donde el bienestar actúa como un factor protector frente a las crecientes tasas mundiales de ansiedad y depresión juvenil. En este sentido, la evaluación del bienestar subjetivo trasciende la esfera individual, convirtiéndose en un eje fundamental para alcanzar los Objetivos de Desarrollo Sostenible, particularmente aquellos orientados a garantizar una educación de calidad y promover la salud y el bienestar en todas las edades.

La relevancia del estudio del bienestar subjetivo en adolescentes se intensifica al considerar el contexto social mexicano. De acuerdo con el Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social (CONEVAL), la población juvenil enfrenta diversas condiciones de vulnerabilidad asociadas al rezago educativo, la precariedad económica y la limitada cobertura de servicios de protección social, factores que pueden influir en la percepción de satisfacción vital y bienestar emocional (CONEVAL, s. f.; Millán & Castellanos, 2018). En regiones específicas como el sur del estado de Sonora, estas condiciones adquieren particular importancia debido a las dinámicas sociales, económicas y educativas propias del contexto regional.

En respuesta a la necesidad de evaluar el bienestar subjetivo de manera válida y eficiente, se han desarrollado instrumentos psicométricos breves que permiten su medición en contextos educativos. Entre ellos destaca la Escala de Bienestar Subjetivo en su versión reducida de ocho ítems (EBS-8), derivada de la escala original EBS-20.

Este instrumento evalúa las dimensiones de satisfacción con la vida y afecto positivo, y ha mostrado adecuados indicadores de confiabilidad y validez en población adolescente y joven en contextos hispanohablantes (Calleja & Mason, 2020; Calleja et al., 2022). La selección de la Escala de Bienestar Subjetivo (EBS-8) para este estudio se fundamenta en su optimización psicométrica para contextos escolares. A diferencia de versiones más extensas o instrumentos diseñados para poblaciones adultas, la EBS-8 permite reducir significativamente el sesgo por fatiga de respuesta, un factor crítico al trabajar con adolescentes en entornos de aula. Asimismo, este instrumento fue elegido por su probada robustez en población mexicana, demostrando una estructura factorial consistente y una alta validez de constructo en estudios previos (Calleja y Mason, 2020), lo que garantiza que las dimensiones de satisfacción con la vida y afecto positivo sean medidas de forma precisa y culturalmente pertinente.

Si bien la literatura reporta investigaciones sobre bienestar subjetivo en adolescentes mexicanos, persiste un vacío de información empírica centrada específicamente en estudiantes de bachillerato del sur de Sonora utilizando la versión breve EBS-8. La mayoría de los estudios disponibles se han desarrollado en contextos urbanos amplios o en poblaciones universitarias, lo que limita la comprensión del bienestar subjetivo en escenarios educativos locales y en niveles educativos previos a la educación superior. Esta carencia de datos contextualizados dificulta el diseño de estrategias institucionales basadas en evidencia para la promoción del bienestar socioemocional en el nivel medio superior.

En este sentido, el presente estudio tiene como objetivo analizar de manera descriptiva los niveles de bienestar subjetivo en estudiantes de bachillerato del sur de Sonora, México, a través de la aplicación de la Escala de Bienestar Subjetivo EBS-8. Asimismo, se busca explorar la distribución del bienestar subjetivo en función de variables sociodemográficas como el sexo y la edad, aportando evidencia empírica que contribuya tanto al conocimiento científico como al fortalecimiento de programas educativos orientados al desarrollo socioemocional de los adolescentes.

La inclusión de las variables de sexo y edad como ejes de análisis comparativo responde a la evidencia teórica que sugiere trayectorias diferenciadas de bienestar durante la adolescencia. Diversas investigaciones señalan que, mientras la satisfacción con la vida tiende a mostrar una ligera disminución conforme aumenta la edad debido a la transición hacia mayores responsabilidades académicas y sociales, existen disparidades de género donde las mujeres suelen reportar niveles distintos de afecto positivo en comparación con sus pares varones. Por tanto, analizar estas variables en el contexto específico del sur de Sonora permitirá determinar si los niveles de bienestar se distribuyen de manera equitativa o si existen grupos de vulnerabilidad que requieran intervenciones psicoeducativas diferenciadas.

MÉTODO

El diseño cuantitativo de alcance descriptivo-comparativo fue seleccionado debido a su idoneidad para caracterizar el estado actual del bienestar subjetivo en una población específica y determinar la existencia de perfiles diferenciados según variables sociodemográficas. Al emplear un enfoque transversal, se logró recolectar información de una muestra amplia de manera eficiente, lo cual es fundamental para establecer una línea base que permita a la institución educativa diseñar intervenciones socioemocionales pertinentes y basadas en la realidad inmediata del estudiantado, sin la manipulación de variables que pudiera alterar el contexto escolar natural.

Participantes

La muestra estuvo compuesta por un total de 425 estudiantes de bachillerato de la institución Centro de Estudios de Bachillerato “Gregorio Torres Quintero”, ubicada en el sur de Sonora, México. Los estudiantes fueron seleccionados mediante muestreo no probabilístico por conveniencia, considerando la accesibilidad al centro educativo y la disposición de los estudiantes para participar en el estudio.

Los participantes fueron estudiantes de ambos sexos y de diferentes grados escolares. La media de edad de los participantes fue de 16.5 años ($DE = 1.2$). A continuación, se presentan las características de la muestra:

- Edad: 15–18 años
- Sexo: 48% hombres, 52% mujeres
- Grado escolar: 100% estudiantes de bachillerato

Para la conformación de la muestra se establecieron criterios de selección rigurosos. Los criterios de inclusión fueron: a) estar matriculado legalmente en la institución Centro de Estudios de Bachillerato 'Gregorio Torres Quintero' durante el ciclo escolar vigente; b) contar con el consentimiento informado debidamente firmado por los padres o tutores

legales en el caso de menores de edad; y c) manifestar el asentimiento voluntario para participar en el estudio. Por otro lado, se definieron como criterios de exclusión: a) presentar cuestionarios con respuestas incompletas o patrones de respuesta inconsistentes; b) la falta de autorización por parte de los responsables legales; y c) el abandono voluntario del instrumento antes de su finalización.

Instrumento

Para la recolección de los datos se utilizó la Escala de Bienestar Subjetivo EBS-8, que consta de 8 ítems con formato de respuesta tipo Likert. Los ítems están diseñados para evaluar dos dimensiones principales del bienestar subjetivo:

- Satisfacción con la vida (4 ítems)
- Afecto positivo (4 ítems)

Cada ítem tiene 6 opciones de respuesta que van desde 1 = "En desacuerdo" hasta 6 = "Totalmente de acuerdo". La escala fue seleccionada debido a su alta confiabilidad y validez psicométrica, lo que la hace adecuada para la población adolescente y para su aplicación en el contexto escolar (Calleja & Mason, 2020).

Se empleó la versión de la escala validada psicométricamente en población mexicana por Calleja y Mason (2020). Esta adaptación cultural es particularmente relevante para el estudio, ya que utiliza modismos y expresiones lingüísticas propias del contexto nacional, como el ítem "Estoy de buenas", lo que garantiza que los reactivos posean validez de contenido y sean comprensibles para los estudiantes de bachillerato en el sur de Sonora. La utilización de una versión con equivalencia cultural reduce los sesgos de interpretación y fortalece la precisión de las mediciones en las dimensiones de satisfacción y afecto.

Procedimiento

La aplicación de la Escala de Bienestar Subjetivo EBS-8 se realizó de manera digital mediante el uso de la plataforma Google Forms. Los estudiantes accedieron a la escala a

través de un enlace proporcionado, asegurando la misma confidencialidad y voluntariedad en la participación.

Antes de la aplicación, se solicitó el consentimiento informado de los responsables legales de los estudiantes menores de edad y se les explicó la confidencialidad de los datos, asegurando que solo se utilizarían con fines académicos. El tiempo promedio para completar la escala fue de aproximadamente 10 minutos.

Análisis de datos

Para el procesamiento de la información se utilizó el software estadístico SPSS versión 26. El procedimiento incluyó el cálculo de medias y desviaciones estándar para cada ítem y dimensión. Fundamentalmente, se evaluó la consistencia interna del instrumento específicamente para esta muestra del sur de Sonora, obteniendo un coeficiente Alfa de Cronbach de $\alpha = .89$ para la dimensión de Satisfacción con la vida y de $\alpha = .87$ para Afecto positivo. Estos valores confirman una excelente confiabilidad del EBS-8 en el contexto evaluado. Posteriormente, se realizaron análisis comparativos mediante la prueba t de Student para determinar diferencias por sexo y edad.

RESULTADOS

Se analizaron los resultados de la Escala de Bienestar Subjetivo EBS-8 aplicada a 425 estudiantes de bachillerato. Las medias y las desviaciones estándar obtenidas para cada dimensión se presentan a continuación.

Tabla 1 Estadísticos descriptivos de la Satisfacción con la vida

Ítem	Media (M)	Desviación estándar (DE)
Me gusta mi vida	4.25	1.15
Soy una persona feliz	4.31	1.04
Estoy satisfecho(a) con mi vida	4.16	1.12
Mi vida me trae alegría	4.30	1.08

Fuente: elaboración propia.

Las puntuaciones en la dimensión de satisfacción con la vida son generalmente altas, con las medias de los ítems oscilando entre 4.16 y 4.31, lo que indica que los estudiantes de bachillerato tienden a sentirse satisfechos con su vida. La desviación estándar relativamente alta (1.04 - 1.15) sugiere cierta variabilidad en las respuestas, lo que podría reflejar diferencias individuales en las percepciones de bienestar.

Tabla 2 Estadísticos descriptivos del efecto positivo

Ítems	Media (M)	Desviación estándar (DE)
Mi vida es feliz	4.33	1.05
Disfruto de mi vida	4.28	1.09
Mi vida es maravillosa	4.12	1.13
Estoy "de buenas"	3.98	1.18

Fuente: elaboración propia.

En cuanto a afecto positivo, los ítems también muestran puntuaciones moderadas ($M = 3.98$ - 4.33), con un ligero predominio del afecto positivo, especialmente en los ítems "Mi vida es feliz" y "Disfruto de mi vida". La desviación estándar es algo más alta en comparación con la satisfacción con la vida, lo que indica una mayor dispersión en las respuestas sobre las emociones positivas experimentadas.

Se calculó el coeficiente alfa de Cronbach para evaluar la consistencia interna de cada dimensión de la escala.

Tabla 3 Coeficiente Alfa de Cronbach para dimensiones de Bienestar Subjetivo

Dimensiones	Coeficiente alfa (α)
Satisfacción con la vida	0.89
Afecto positivo	0.87

Fuente: elaboración propia

El coeficiente alfa de Cronbach para la dimensión de satisfacción con la vida fue de 0.89, lo que indica una excelente consistencia interna. Para la dimensión de afecto positivo, el valor

fue 0.87, también dentro de un rango excelente, lo que confirma que las dos dimensiones tienen una alta confiabilidad en esta muestra de estudiantes.

Se realizaron comparaciones entre las medias de bienestar subjetivo por sexo utilizando la prueba t de Student para muestras independientes. Los resultados mostraron que no existieron diferencias estadísticamente significativas en las dimensiones de satisfacción con la vida y afecto positivo entre hombres y mujeres ($p > 0.05$).

Tabla 4 Comparación de medias por sexo (t de Student)

Dimensiones	t	p-valor
Satisfacción con la vida (Hombres vs Mujeres)	0.87	0.385
Afecto positivo (Hombres vs Mujeres)	0.92	0.356

Fuente: elaboración propia.

Los valores de la prueba t para las dimensiones de bienestar subjetivo por sexo no fueron significativos ($p > 0.05$), lo que indica que no existen diferencias de género en las percepciones de bienestar subjetivo en esta muestra de estudiantes.

Se compararon las medias de bienestar subjetivo en función de la edad de los participantes (15-16 años vs 17-18 años). Los resultados de la prueba t de Student no mostraron diferencias significativas entre los dos grupos de edad ($p > 0.05$).

Tabla 5 Comparación de medias por edad (t de Student)

Dimensiones	t	p-valor
Satisfacción con la vida (15-16 años vs 17-18 años)	0.74	0.466
Afecto positivo (15-16 años vs 17-18 años)	1.05	0.299

Fuente: elaboración propia.

Al igual que con el sexo, las diferencias de edad no mostraron ser significativas ($p > 0.05$), lo que sugiere que la percepción del bienestar subjetivo no está relacionada con el rango de edad dentro de los estudiantes de bachillerato.

En general, los estudiantes de bachillerato en esta muestra presentaron altos niveles de bienestar subjetivo, con puntuaciones medias en satisfacción con la vida y afecto positivo que reflejan una valoración positiva de su vida en general. Además, los análisis estadísticos muestran una alta confiabilidad de la escala EBS-8 y no revelan diferencias significativas por sexo o edad. Esto sugiere que las percepciones de bienestar subjetivo son relativamente uniformes en esta población de estudiantes de bachillerato.

DISCUSIÓN

El bienestar subjetivo (BS) ha demostrado ser un factor clave en el desarrollo cognitivo, emocional y social de los jóvenes, especialmente durante la adolescencia, una etapa crítica en su formación integral. En este estudio, se encontró que los estudiantes de bachillerato en la región sur de Sonora, México, reportaron un bienestar subjetivo moderadamente alto, con puntuaciones superiores a la media en las dos dimensiones evaluadas: satisfacción con la vida y afecto positivo. Estos hallazgos coinciden con los de Calleja et al. (2022), quienes también encontraron que los estudiantes mexicanos reportaron un bienestar subjetivo relativamente alto, especialmente en contextos educativos. La escala EBS-8 mostró ser un instrumento confiable y adecuado para medir estas dimensiones en adolescentes, al presentar coeficientes alfa de Cronbach de 0.89 y 0.87, respectivamente.

A pesar de las altas puntuaciones en bienestar subjetivo, se observa que, en comparación con otros estudios en adolescentes, los niveles de afecto positivo fueron ligeramente más bajos que las valoraciones de satisfacción con la vida. Este patrón es consistente con lo reportado por Murillo Muñoz y Rentería (2023), quienes encontraron que, en muestras universitarias colombianas, la satisfacción con la vida tendía a tener una relación más directa con la percepción de bienestar subjetivo que el afecto positivo. Este hecho sugiere que la satisfacción con la vida puede ser un indicador más estable del bienestar subjetivo en

jóvenes que el afecto positivo, que puede estar influenciado por factores emocionales transitorios.

En este estudio, no se encontraron diferencias significativas en el bienestar subjetivo por sexo ni por edad. Estos resultados son similares a los de Calleja y Mason (2020), quienes también encontraron que el bienestar subjetivo no se ve significativamente afectado por estas variables en estudiantes universitarios. Sin embargo, otros estudios, como el de Díaz Bolaños et al. (2018), han reportado que las mujeres tienden a reportar niveles más altos de afecto positivo, mientras que los hombres suelen reportar mayor satisfacción con la vida, lo que en este estudio no se reflejó. Esto podría deberse a que la muestra de este estudio está centrada en estudiantes de bachillerato, un grupo donde el bienestar subjetivo podría estar más influenciado por las demandas académicas y el contexto educativo que por factores de género o edad.

Aunque en el presente estudio no se hallaron diferencias significativas por género, es importante considerar factores del entorno que moldean la experiencia adolescente. Por ejemplo, Arreola-Olivarría et al. (2025) destacan que, en el sur de Sonora, el clima social escolar y la compasión actúan como mediadores críticos frente a fenómenos como el acoso, lo cual coincide con la visión de Caldera González et al. (2021) sobre cómo la autopercepción del bienestar está ligada a la calidad de las interacciones en los programas sociales y educativos.

Según Calleja y Mason (2020), las investigaciones sobre bienestar subjetivo en estudiantes de bachillerato han mostrado diferencias de género, donde las mujeres tienden a reportar niveles más altos de afecto positivo, mientras que los hombres reportan mayor satisfacción con la vida. Sin embargo, el presente estudio no encontró evidencia significativa de estas diferencias, lo que podría estar relacionado con el contexto cultural y educativo de la muestra en el sur de Sonora. Murillo Muñoz y Rentería (2023) también sugieren que, en

adolescentes, las variables de género y edad pueden no ser tan influyentes como en otras poblaciones, especialmente cuando el bienestar está más relacionado con el contexto académico y la adversidad que enfrentan los jóvenes.

Los hallazgos de este estudio tienen importantes implicaciones para el ámbito educativo. Dado que los estudiantes de bachillerato mostraron un bienestar subjetivo moderadamente alto, es fundamental considerar que el bienestar subjetivo no solo influye en la salud mental, sino también en el rendimiento académico y la adaptación al entorno escolar. Los estudiantes que se sienten satisfechos con su vida y experimentan emociones positivas están mejor preparados para enfrentar los desafíos académicos y sociales que presenta la educación secundaria y media superior. Esto subraya la importancia de incluir estrategias de promoción del bienestar en los programas educativos, como actividades de gestión emocional, resiliencia y educación socioemocional, que podrían contribuir a mejorar aún más el bienestar de los estudiantes y su rendimiento.

Los resultados obtenidos en este estudio sobre el bienestar subjetivo en estudiantes de bachillerato coinciden en gran medida con los hallazgos previos en contextos educativos. Diversos estudios han documentado la relación entre el bienestar subjetivo y el rendimiento académico, destacando que aquellos estudiantes con niveles más altos de satisfacción con la vida y afecto positivo suelen tener mejores resultados académicos **y** una mayor adaptación escolar (Murillo Muñoz & Rentería, 2023). Por ejemplo, Calleja et al. (2022) informaron que el bienestar subjetivo actúa como un predictor de la resiliencia académica **y** socioemocional en jóvenes, lo que podría explicar la alta correlación observada entre la satisfacción con la vida y el afecto positivo en nuestra muestra. En línea con estos resultados, el estudio de Díaz Bolaños et al. (2018) subraya la importancia de medir el bienestar subjetivo en adolescentes para identificar posibles áreas de intervención en el sistema educativo, lo que podría ser

fundamental para optimizar el desempeño académico y la salud emocional de los estudiantes.

Un hallazgo clave de este estudio fue la uniformidad en los niveles de bienestar subjetivo entre los estudiantes, independientemente de su sexo o edad. Esto resalta la necesidad de promover un enfoque inclusivo y equitativo en las intervenciones educativas relacionadas con el bienestar, adaptadas a las realidades de los estudiantes en sus respectivos contextos.

Este estudio tiene varias limitaciones que deben ser consideradas al interpretar los resultados. En primer lugar, el muestreo no probabilístico por conveniencia limita la generalización de los resultados a otras poblaciones de bachillerato, lo que sugiere la necesidad de replicar el estudio en diferentes contextos y con muestras más diversas. Además, aunque la escala EBS-8 ha mostrado ser un instrumento confiable en esta población, sería útil continuar con estudios de validación externa en otros grupos culturales y geográficos.

Una posible línea de investigación futura sería analizar la relación entre bienestar subjetivo y variables externas, como el rendimiento académico, la participación en actividades extracurriculares o el acceso a recursos socioemocionales, que podrían explicar las variaciones en el bienestar subjetivo entre los estudiantes de bachillerato. Además, se podría realizar un análisis longitudinal para estudiar cómo el bienestar subjetivo evoluciona a lo largo de la educación media superior y cómo se ve afectado por cambios en el entorno escolar, familiar y social.

CONCLUSIONES

Este estudio tuvo como objetivo aplicar la Escala de Bienestar Subjetivo EBS-8 en una muestra de estudiantes de bachillerato en el sur de Sonora, México, con el fin de evaluar sus dimensiones de satisfacción con la vida y afecto positivo. Los resultados obtenidos proporcionan evidencia empírica de que los estudiantes de bachillerato en esta muestra

reportan niveles moderadamente altos de bienestar subjetivo. Las puntuaciones medias en ambas dimensiones sugieren que los jóvenes de esta población tienen una visión positiva de su vida, con una mayor satisfacción con su vida en general que con las emociones positivas experimentadas.

El análisis de confiabilidad (coeficiente alfa de Cronbach) mostró que tanto la satisfacción con la vida como el afecto positivo tienen una excelente consistencia interna, con valores de 0.89 y 0.87, respectivamente. Estos resultados refuerzan la validez y la confiabilidad de la EBS-8 como un instrumento adecuado para medir el bienestar subjetivo en esta población de estudiantes de bachillerato.

Aunque se realizaron comparaciones por sexo y edad, no se encontraron diferencias significativas, lo que sugiere que el bienestar subjetivo en este grupo es relativamente homogéneo, independientemente de estas características demográficas. Este hallazgo es consistente con estudios previos que han indicado que el bienestar subjetivo en jóvenes no siempre se ve fuertemente influenciado por el sexo o la edad (Calleja & Mason, 2020).

Desde una perspectiva educativa, los resultados sugieren que las estrategias para promover el bienestar subjetivo en las escuelas pueden ser igualmente efectivas para todos los estudiantes, sin importar su sexo o edad. Esto subraya la importancia de implementar programas educativos que fomenten habilidades socioemocionales y un entorno de aprendizaje positivo, que no solo contribuyan a la salud mental de los estudiantes, sino que también favorezcan su rendimiento académico y adaptación escolar.

Entre las limitaciones del estudio, se destaca el muestreo no probabilístico, lo que restringe la posibilidad de generalizar los resultados a otras poblaciones de bachillerato. Además, la naturaleza transversal del estudio impide establecer relaciones causales entre las variables. Por ello, se recomienda realizar futuros estudios longitudinales que examinen cómo evoluciona el bienestar subjetivo de los estudiantes a lo largo de su trayectoria educativa y

cómo este se relaciona con otras variables contextuales, como el rendimiento académico y la participación en actividades extracurriculares.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Arreola-Olivarria, C. G., Valdés-Cuervo, A. A., Morales-Álvarez, A., Díaz-Vargas, L. A., & Chaidez-Villalobos, I. D. (2025). Clima social escolar y acoso hacia pares en adolescentes. El rol mediador de la compasión. *Emerging Trends in Education*, 8(15).

<https://doi.org/10.19136/etie.v8n15.6327>

Caldera González, J. F., Reynoso González, O. U., Gómez-Artiga, A., & Domínguez-García, C. (2021). Bienestar subjetivo en estudiantes de bachillerato: El papel de la competencia emocional y el apoyo social. *Revista de Psicología y Educación*, 16(2), 160-173.

<https://doi.org/10.17060/ijodaep.2021.n1.v1.2057>

Calleja, N., & Mason, T. A. (2020). Escala de Bienestar Subjetivo (EBS-8): Desarrollo y validación. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación – e Avaliação Psicológica*, 55(2), 185-196. <https://doi.org/10.21865/RIDEP55.2.14>

Calleja, N., Mason, T. A., & Gómez Pérez, R. V. (2022). Bienestar subjetivo en adolescentes mexicanos: Diferencias por sexo y edad. *Acta de Investigación Psicológica*, 12(1), 5-15.

<https://doi.org/10.22201/fpsi.20074719e.2022.1.401>

Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social. (s. f.). *Jóvenes*.

<https://www.coneval.org.mx/Medicion/paginas/jovenes.aspx>

Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social. (2025). *Informe de Evaluación de la Política de Desarrollo Social 2024*.

https://www.coneval.org.mx/EvaluacionDS/PP/CEIPP/Documents/Informes/IEP_DS_2024.pdf



Cuadra, H., & Florenzano, R. (2003). El bienestar subjetivo: Hacia un área de trabajo e investigación psicológica en Chile. *Revista de Psicología*, 12(2), 83–96.

<https://doi.org/10.5354/0719-0581.2003.17597>

Díaz Bolaños, C., Valdés Cuervo, A. A., & Alcántar Nieblas, C. (2018). Propiedades psicométricas de una escala para medir bienestar subjetivo en adolescentes mexicanos. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 5(2), 34-41.

Diener, E., Lucas, R. E., & Oishi, S. (2018). Advances and open questions in the science of subjective well-being. *Collabra: Psychology*, 4(1), 15.

<https://doi.org/10.1525/collabra.115>

Enríquez Félix, M. L. (2024). *Procrastinación académica y bienestar subjetivo en estudiantes de bachillerato del sur de Sonora* [Tesis de Licenciatura]. Institución Local.

Enríquez Félix, M. L., & Valenzuela Santoyo, A. C. (2026). Factores psicosociales asociados al rendimiento académico en el nivel medio superior. *Revista de Innovación Educativa*, 10(1).

Ibarra Uribe, L. M., & Fonseca Bautista, C. D. (2019, 25-29 de noviembre). *El desarrollo de las habilidades socioemocionales en el bachillerato tecnológico. ¿Una estrategia fallida?* [Ponencia]. XV Congreso Nacional de Investigación Educativa (COMIE), Acapulco, Guerrero, México.

<https://www.comie.org.mx/congreso/memoriaelectronica/v15/doc/0437.pdf>

Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2021). *Encuesta Nacional de Bienestar Autorreportado (ENBIARE) 2021*.

<https://www.inegi.org.mx/programas/enbiare/2021/>



Mateo Canedo, C., Reyes de Luna, G., & Rubiales, J. (2019). Influencia de las estrategias cognitivas de regulación emocional en el bienestar subjetivo y psicológico en estudiantes universitarios. *Liberabit. Revista Peruana de Psicología*, 25(1), 25–40.

<https://doi.org/10.24265/liberabit.2019.v25n1.03>

Millán, R., & Castellanos, R. (Coords.). (2018). *Bienestar subjetivo en México*. Universidad Nacional Autónoma de México, Instituto de Investigaciones Sociales.

https://ru.iis.sociales.unam.mx/bitstream/IIS/5445/7/bienestar_subjetivo.pdf

Murillo Muñoz, J. A., & Rentería, M. F. (2023). Bienestar subjetivo y satisfacciones de dominios en estudiantes universitarios colombianos. *Interdisciplinaria: Revista de Psicología y Ciencias Afines*, 40(2), 245–263.

<https://doi.org/10.16888/interd.2023.40.2.15>

Secretaría de Bienestar. (2024). *Informe anual sobre la situación de pobreza y rezago social 2024: 15112 Villa del Carbón, México*. Gobierno de México.

<https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/888194/15112VillaDelCarbon2024.pdf>

Secretaría de Educación Pública de Hidalgo. (2021). *Caja de herramientas: Desarrollo de habilidades sociales y emocionales para entornos educativos armónicos* (2.^a ed.).

https://educacionbasica.sep.gob.mx/wpcontent/uploads/2022/12/C2_1Desarrollo-de-habilidades-sociales-y-emocionales-para-entornos-educativos-armonicos.pdf

Secretaría de Educación Pública. (2015, 23 de abril). *Programa Construye T*. Gobierno de México.

<https://www.gob.mx/sep/acciones-y-programas/programa-construye-t-4598>

La Revista utiliza códigos para identificar al Editor y al equipo de PARES REVISORES. si tiene dudas o consultas contacte a:
contacto@cienciayreflexion.org
Código de Editor: 106
Código de Revisores: 909

