

ESTUDIO DEL BIENESTAR PSICOLÓGICO EN NIÑOS ESCOLARES

Daidy Pérez Quintana

Roxanne Castellanos Cabrera

Facultad de Psicología, Universidad de La Habana. Cuba

Resumen

Históricamente la psicología clínica ha centrado más su mirada en el estudio y comprensión de las patologías que en el propio bienestar de las personas. En las últimas décadas este panorama se ha ido modificando y la psicología positiva se ha encargado de integrar todos los conceptos relativos al bienestar y la felicidad. Este nuevo campo de la ciencia ha permitido el crecimiento de las producciones científicas en relación al bienestar psicológico, lográndose sólidas bases teórico-metodológicas. Sin embargo, se trata de estudios complejos, donde la niñez es la etapa menos estudiada por sus propias características. Dado que el bienestar psicológico parte de una valoración asentada en las vivencias personales, surge la inquietud respecto a si pudieran los niños realizar ese análisis autorreferencial. Es por ello que el presente estudio pretende realizar una aproximación al estudio del bienestar psicológico en niños escolares respondiendo a la siguiente pregunta de investigación: ¿qué relación existe entre la vivencia de bienestar psicológico y el desarrollo psicológico constatado en evaluación clínica, de diez niños de cuarto grado? También, a partir de los resultados obtenidos se propone un concepto de bienestar psicológico en los niños, partiendo de sus propias vivencias y no a partir de consideraciones adulto-céntricas.

Palabras claves: bienestar psicológico, niños, vivencia, desarrollo psicológico.

Abstract

Historically, Clinical Psychology has focused more on the study and understanding of pathologies than on people's own well-being. In the last decades this panorama has been modified and Positive Psychology has been in charge of integrating all the concepts related to well-being and happiness. This new field of science has allowed the growth of scientific productions in relation to psychological well-being, achieving solid theoretical-methodological bases. However, these are complex studies, where childhood is the stage least studied by its own characteristics. Given that psychological well-being is based on an assessment based on personal experiences, there is concern about whether children could carry out this self-referential analysis. That is why this study aims to carry out an approach to the study of psychological well-being in school children by answering the following research question: what relationship exists between the experience of psychological well-being and the psychological development verified in clinical evaluation, of 10 children of fourth grade? Also, based on the results obtained, a concept of psychological well-being in children is proposed, starting from their own experiences and not from adult-centered considerations.

Key Words: *psychological well-being, children, experience, psychological development.*

Introducción

Desde los tiempos más remotos filósofos, pensadores y científicos intentaban reflexionar acerca del bienestar o felicidad del ser humano, constatándose esto en dos antiguas

corrientes filosóficas. Una de ellas se corresponde con el estudio de la felicidad, más conocida como bienestar hedónico. A los estudios científicos que tienen como fundamentos esta corriente se le ha atribuido el término de bienestar subjetivo. La segunda orientación filosófica corresponde al bienestar eudaimónico, donde la felicidad es percibida como el valor suficiente de la existencia humana y ha sido representada por el término de bienestar psicológico. Sin embargo, la psicología clínica en el transcurso de su historia ha centrado más su mirada al estudio y comprensión de las patologías que al propio bienestar de las personas. En las últimas décadas paulatinamente este panorama se ha ido modificando y la psicología positiva se ha encargado de integrar todos los conceptos relativos al bienestar, la felicidad y los enfoques más positivos de la salud mental.

Sin embargo, aunque son diversos los autores que se han inclinado por investigar este tema, los estudios sobre el bienestar psicológico son complejos y los científicos sociales no llegan a un consenso sobre este (Martínez, 2017). Muchas son las teorías acerca de este constructo, pero una de las principales críticas que se le realiza giran en torno a la ausencia de la imprescindible interrelación entre el componente afectivo y el cognitivo. Una de las autoras que no solo tiene en cuenta este aspecto en su teoría sino también algunos principios del enfoque histórico cultural es Carmen R. Victoria García-Viniegras⁴.

La presente investigación parte del concepto propuesto por esta autora, quien define el bienestar psicológico como la vivencia subjetiva relativamente estable que se produce en relación con un juicio de satisfacción con la vida, en las áreas de mayor significación para cada individuo en particular, y que posee un carácter positivo, de disfrute personal, donde predominan los estados emocionales positivos (García-Viniegras, 2004). Si nos adentramos en el estudio de este constructo, se hacen evidentes las escasas investigaciones acerca del bienestar psicológico en el período de la infancia, etapa de importantes cambios para el desarrollo de la personalidad.

Referencial teórico:

Tradicionalmente las investigaciones en psicología clínica han estado orientadas hacia la comprensión de las patologías y el estudio de las enfermedades mentales. Sin embargo, la psicología positiva ha permitido el estudio de conceptos tales como la felicidad, optimismo y bienestar psicológico. Este último constructo ha sido más investigado en la adolescencia y la adultez, siendo los períodos del desarrollo psicológico más privilegiados en cuanto a los avances teóricos-metodológicos.

Existen diversas investigaciones que se han propuesto explorar el bienestar psicológico en la infancia, sin embargo son estudios para los niños pero sin los niños (Ben-Arieh, 2005), donde las consideraciones adulto-céntricas son más importantes que las opiniones de los propios menores. Es el caso del estudio realizado por Oyanedel, Alfaro y Mella (2015) cuyo objetivo fue conocer la satisfacción con la vida que las niñas, niños y adolescentes de Chile poseen con respecto a determinadas dimensiones evaluadas (familia, autoimagen, barrio, salud, relaciones interpersonales, familia, colegio y percepción de futuro) que los investigadores consideran están relacionados con el bienestar.

El estudio realizado por Hernández, Ferrer & Guevara (2016) es el referente fundamental de la presente investigación, donde se asume el reto de definir los indicadores para el estudio de este constructo en escolares a partir de los criterios de quince especialistas. Los

⁴ Especialista en Psicología de la Salud. Investigadora Titular. Facultad de Ciencias Médicas "Miguel Enríquez".

indicadores obtenidos a través del método Delphi fueron la autonomía, el apego, la autoestima, las competencias sociales y la regulación emocional.

En la presente investigación se decide estudiar el bienestar psicológico, pero desde la propia vivencia del niño y aunque trabajar con la introspección de los infantes dificulte el trabajo debido que los procesos autorreferenciales no poseen un adecuado desarrollo, sí son capaces de realizar generalizaciones a partir de sus vivencias personales (Castellanos, 2017). Se debe tener en cuenta que los niños poseen una dependencia hacia sus padres y otros adultos significativos, por lo que se corre el riesgo de que traten de quedar bien con estas personas en algunos de sus planteamientos. Por esta cuestión se decide evaluar la relación entre sus planteamientos autorreferenciales y el desarrollo psicológico, para comprobar si existe correspondencia o no entre lo que expresan los infantes acerca de su propio bienestar psicológico, y lo que reflejan en la batería de pruebas que se les realiza.

Por tanto, en la presente investigación se da respuesta a la interrogante: ¿qué relación existe entre la vivencia de bienestar psicológico y el desarrollo psicológico constatado en evaluación clínica, de diez niños de cuarto grado? El objetivo general es caracterizar la relación existente entre la vivencia de bienestar psicológico y el desarrollo psicológico constatado en evaluación clínica, de diez niños de cuarto grado.

El concepto de bienestar psicológico de partida es el de García-Viniegras (2004), mientras que un referente esencial es una investigación precedente de (Hernández, Ferrer & Guevara, 2016) en el que se plantearon cinco indicadores para evaluar el bienestar psicológico en niños.

Esta investigación puede ser de interés a todas las profesiones que trabajan con la niñez, a los fines de potenciar su bienestar psicológico.

Metodología: Estudio exploratorio descriptivo que se basa en la metodología cualitativa y el método fundamental es el estudio de casos. Las técnicas empleadas son la entrevista al niño, entrevista a un familiar cercano, técnicas psicográficas (dibujo espontáneo, dibujo temático de familia, dibujo temático “cuando me siento bien, cuando estoy bien”, Completamiento de Frases (Rotter Infantil), “Tres deseos, Tres miedos, Tres molestias”.

La muestra es intencional no probabilística, compuesta por diez niños de cuarto grado de la escuela primaria “Federico Engels”, ubicada en San Antonio de los Baños, provincia Artemisa.

Los indicadores propuestos por Hernández *et al.*, (2016), se sometieron a consideración de cinco expertos que confirmaron su utilidad, aunque aportaron otros criterios para evaluar el bienestar psicológico infantil. Se decide utilizar estos cinco indicadores y se construye una entrevista para explorar su desarrollo en los niños de la muestra. El sondeo elaborado se sometió a un pilotaje previo que permitió perfeccionar el instrumento. Con la entrevista y el resto de las técnicas conocidas se realizó la investigación del modo previsto: por una parte, evaluar el bienestar de los niños según sus propias percepciones y por otra evaluar el desarrollo psicológico de los niños con un estudio de corte clínico. Luego se procedió a comparar ambos tipos de resultados para comprobar su equivalencia.

Resultados

El concepto de bienestar se asocia por nueve de los diez infantes, con poder jugar y socializar con otros niños. En segundo lugar, con el ámbito escolar y, en tercer lugar, el bienestar es asociado a la esfera familiar. El análisis de la moda, permite constatar que

existe una variación en cuanto al orden de las asociaciones, encontrándose la familia en primer lugar de elección, el juego y la socialización en segundo y la escuela en tercero. Resulta interesante la importancia de la satisfacción de las necesidades de juego y socialización para que los niños experimenten bienestar.

Al realizar la integración del estudio de bienestar psicológico según las percepciones de los niños y en virtud de los indicadores de Hernández *et al.*, (2016), seis de los diez experimentan buen nivel de bienestar y cuatro no lo hacen. Es interesante que todos los casos con buen nivel, son niños de alto potencial intelectual, mientras que los demás son de rendimiento promedio a bajo, excepto uno de ellos.

En relación al desarrollo psicológico, siete de los diez niños de la muestra presentan un desarrollo favorable de sus procesos cognitivos. Uno de los resultados más interesantes de la evaluación del desarrollo psicológico es el elevado por ciento de niños de la muestra que presentan dificultades en la esfera emocional, sin ser conscientes de ello. Esto se corresponde con la característica de la clínica infantil acerca de la no conciencia de malestar en el niño.

Los cuatro niños que no logran una valoración integral positiva del bienestar, obtienen una equivalencia en la caracterización del desarrollo, donde se constata la existencia de problemas emocionales, de la autoestima, del concepto de lo humano y capacidad de socializar adecuadamente. Dos niños obtuvieron una buena valoración del bienestar en relación a los indicadores propuestos por Hernández *et al.*, (2016) y en relación al estudio clínico no se reflejaron malestares emocionales, por lo que en estos casos se obtuvo una total correspondencia entre ambos aspectos. Sin embargo, otros tres niños que también alcanzan una buena valoración de su bienestar, según los indicadores de Hernández *et al.*, (2016) presentan ligeras dificultades emocionales.

De lo anterior podemos concluir que en los casos en que, al evaluarse el bienestar, los niños problematizan y explican sus vivencias negativas, va a existir una correspondencia con la constatación de malestar en la evaluación clínica. Pero se evidencian algunos casos de niños que dan una imagen favorable de sí mismos, que no reconocen ningún problema (por eso reciben una valoración positiva del bienestar) y que en cambio esto se detecta en la evaluación clínica. Esto es importante, dado que los niños dependen mucho de sus padres, incluso en lo relativo a la construcción de su autoimagen; se esfuerzan por cumplir con las expectativas de los adultos y todo ello puede contribuir al resultado de un individuo que ni siquiera expresa el malestar. Esto es negativo en relación con los problemas de salud mental que se pueden ir gestando.

Discusión

A continuación, se realizará una discusión de los resultados obtenidos en la investigación.

La entrevista realizada para explorar el bienestar arrojó que, cuando los niños realizan una introspección acerca de este constructo, la mayoría lo asocia con el poder satisfacer sus necesidades de juego y socialización, con el rendir bien en la escuela y con la esfera familiar. Esto corresponde totalmente con los nuevos elementos que aportaron los expertos a los que se les realizó la entrevista de validación de los indicadores de Hernández *et al.*, (2016). Ellos propusieron dirigir la mirada también a la satisfacción de algunas necesidades como las cognoscitivas, el juego y la distensión. Sugirieron tener en cuenta el contexto escolar y las relaciones que establecen con los profesores, coetáneos y los resultados académicos que

aquí obtienen. También consideraron importante tomar en cuenta la satisfacción en la esfera familiar, jugando un papel importante el cumplimiento de las expectativas familiares.

Además, los resultados coinciden con la investigación realizada por Ceballos (2015), en la cual se ratifica que la familia es el principal agente socializador que proporciona experiencias de bienestar en los niños, así como los contextos escolares, destacándose las experiencias ligadas a los compañeros y amigos.

Los menores no hacen referencia explícita a ninguno de los indicadores propuestos por la investigación de Hernández *et al.*, (2016) cuando realizan una primera introspección acerca de su bienestar. Es a través de la elaboración de preguntas que indagan sobre estos indicadores, que se logra obtener toda esta información de los niños. En general elaborar estas preguntas y obtener información relevante no se hizo fácil debido a la abstracción de los constructos explorados. Esto se hizo más crítico en los indicadores competencias sociales y regulación emocional.

Estos indicadores, sin embargo, sí se corresponden con los aspectos fundamentales que se exploran en la evaluación clínica: desarrollo emocional, desarrollo del autoconcepto, habilidades sociales y capacidad de socialización, esfera familiar y validismo. Sin embargo no hacen alusión a la esfera cognoscitiva. En este estudio pudo comprobarse una relación directa entre el óptimo desarrollo intelectual y la existencia de buen nivel de bienestar. Por lo que consideramos que las destrezas cognitivas deberían ser parte de los indicadores para evaluar el bienestar infantil. Solamente se constató que en un caso esto no se cumple ya que el menor presenta un nivel intelectual alto pero por determinadas singularidades propias de él, el bienestar que vivencia se evaluó de medio-bajo.

De todo lo anterior se desprende que para obtener directamente del niño su valoración acerca del bienestar, se le debe preguntar si tiene cubierta sus necesidades de juego, esparcimiento y socialización. Además acerca de cómo le va en la escuela y cómo se siente en su familia. Estos dos agentes socializadores son los que tienen en sus manos entonces el lograr propiciar el bienestar psicológico. Es interesante además la gran importancia de las necesidades de juego y socialización –referido por los propios niños– dado que existe cierta tendencia a considerar que estas actividades en el menor escolarizado, deben estar en un segundo plano. Tanto la familia como la escuela deben procurar garantizar esos espacios.

La metodología empleada para dar cumplimiento al objetivo de evaluar el bienestar del niño (entrevista al menor y dibujo temático), aunque efectiva no resultó suficiente. Se hizo necesario el apoyo en otras técnicas proyectivas y la entrevista a la familia. Por otra parte, se pudo constatar que en el estudio de corte clínico, puede aprovecharse mucha información obtenida del niño a través de la entrevista. Esto nos lleva a concluir que no es válido intentar evaluar el bienestar del niño, apoyado en su valoración verbal únicamente. Por otra parte, tampoco es descartable que en la evaluación clínica, el niño pueda hablar de sus necesidades y problemáticas con un mayor protagonismo del que a veces se considera por tratarse de la infancia.

A partir de esto se confirma lo que expresan algunos investigadores interesados en el estudio del bienestar en la infancia como Ben-Arieh (2008), Bradshaw y Richarson (2009), Bradshaw y Lau (2010). Ellos reconocen que en los infantes se debe explorar directamente el bienestar y no explorarlo a partir de las consideraciones adulto-céntricas. Pero nosotros consideramos que el apoyo en técnicas indirectas es necesario.

Conclusiones

No se da una relación directa entre la vivencia de bienestar y la evaluación del desarrollo psicológico en todos los casos. Seis de los diez niños experimentan buen nivel de bienestar, mientras los cuatro restantes no tienen buen desarrollo de algunos de los indicadores evaluados. Siete de los niños de la muestra presentan una tendencia a experimentar emociones negativas como angustia y ansiedad, demostrando la afectación que presentan en la esfera emocional. Solo en tres casos no se reflejan dificultades en la evaluación del desarrollo psicológico.

En los casos que, al evaluarse el bienestar, los niños problematizan y explican sus vivencias negativas, va a existir una correspondencia con la constatación de malestar en la evaluación clínica. Sin embargo, hay niños que dan una imagen favorable de sí mismos (por lo que reciben una valoración positiva del bienestar) y en cambio en la evaluación clínica se detecta la existencia de problemas emocionales. Solo dos casos obtuvieron una buena valoración del bienestar a partir de los indicadores propuestos por Hernández *et al.*, (2016) y en relación al estudio clínico no se reflejaron malestares emocionales.

Referencias bibliográficas

- Alfaro, J., Casas, F., & López, V. (2015). Bienestar en la infancia y adolescencia. *Psicoperspectivas, individuo y sociedad*, 14(1), 1-5. Obtenido de <http://www.psicoperspectivas.cl/index.php/psicoperspectivas/article/viewFile/601/409>
- Casas, F. (2010). El bienestar personal: su investigación en la infancia y la adolescencia. *Encuentros en Psicología Social*, 5(1), 85-101.
- Castellanos Cabrera, R. (2017). *Programa psicoterapéutico grupal para escolares menores con alteraciones emocionales*. Tesis Doctoral, la Habana.
- Ceballos Villada, Z. R. (2015). Bienestar psicológico en los niños, retos de la familia y la institución educativa. *Reflexionando las disciplinas*, 301-309. Obtenido de <http://www.umariana.edu.co/ojs-editorial/index.php/libroseditorialunimar/article/view/697/0>
- Cuadra, H., & Florenzano, R. (2003). El Bienestar Subjetivo: Hacia una Psicología Positiva. *Revista de Psicología de la Universidad de Chile*, XII(1), 83-96. Obtenido de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=26400105>
- García Viniegras, C., & González Benítez, I. (2000). La categoría bienestar psicológico. su relación con otras categorías sociales. *Revista Cubana en Medicina General Integral*, 16(6), 586-592. Obtenido de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252000000600010
- García-Viniegras, C. R. (2004). *Construcción y validación de una técnica para evaluar bienestar psicológico*. Tesis Doctoral, La Habana.
- Hernández Soler, G., Ferrer Lozano, D., & Guevara Díaz, E. (2016). Bienestar psicológico en niños. Propuesta de indicadores para su estudio. *Alternativas cubanas en Psicología*, 4(12), 88-96. Obtenido de <http://www.acupsi.org/articulo/167/bienestar-psicologico-en-nios-propuesta-de-indicadores-para-su-estudio>
- Hernangómez, L., Vázquez, C., & Hervás, G. (2015). El paisaje emocional a lo largo de la vida. En C. Vázquez, & G. Hervás, *La ciencia del bienestar. Fundamentos de una Psicología Positiva* (pp. 89-113). Alianza Editorial. México.
- Oyanedel, J. C., Alfaro, J., & Mella, C. (2015). Bienestar Subjetivo y Calidad de Vida en la Infancia en Chile. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 13(1), 313-327. Obtenido de <http://revistalatinamericanaumanizales.cinde.org.co>

Seligman, M. (2005). *La auténtica felicidad*. Barcelona: B.S.A.

Vázquez, C. (2006). La psicología positiva en perspectiva. *Revista del Consejo General de Colegios Oficiales de Psicólogos*, 27(1), 1-2. Obtenido de www.papelesdelpsicologo.es/pdf/1278.pdf

Vázquez, C., & Hervás, G. (2008). *Bienestar: Fundamentos científicos de una Psicología Positiva*. Madrid: Alianza Editorial.

Vázquez, C., Hervás, G., Rahona, J., & Gómez, D. (2009). Bienestar psicológico y salud: Aportaciones desde la Psicología Positiva. *Anuario de Psicología Clínica y de la Salud*, 15-28. Obtenido de http://institucionales.us.es/apcs/doc/APCS_5_esp_15-28.pdf