

Satisfacción en los dominios de la vida cotidiana y bienestar subjetivo en preadolescentes en el contexto Post Covid-19: un estudio en el municipio de Ocotlán, Estado de Jalisco

Satisfaction in everyday life domains and subjective well-being in preadolescents in the post-COVID-19 context: a study in the municipality of Ocotlán, Jalisco State

Paola Karina Gómez Casillas^a

Resumen / Abstract

El presente estudio analiza la relación entre la satisfacción en distintos dominios de la vida cotidiana y el bienestar subjetivo en estudiantes preadolescentes en el contexto post COVID-19 en Ocotlán, Jalisco. La investigación, de carácter cuantitativo y correlacional, se realizó con una muestra de 269 estudiantes de quinto y sexto grado de primaria. Se utilizaron escalas para medir la satisfacción en los dominios de familia, escuela, amistades y vecindario, así como instrumentos para evaluar la satisfacción general con la vida y los afectos positivos y negativos. Los resultados revelan que el dominio escolar se asocia significativamente con los afectos positivos, mientras que el dominio familiar tiene una relación fuerte con la satisfacción vital. Se discuten las implicaciones para el desarrollo de intervenciones y políticas orientadas a promover el bienestar integral de la infancia, en un contexto marcado por los efectos de la pandemia.

Palabras clave: bienestar subjetivo, satisfacción vital, preadolescentes, COVID-19, interacción social.

This study examines the relationship between satisfaction with different domains of daily life and subjective well-being in preadolescents in the post COVID-19 context in Ocotlán, Jalisco. Employing a quantitative and correlational design, the research involved 269 fifth and sixth grade students. Instruments measuring satisfaction with the domains of family, school, friendship, and neighborhood were used along with scales for overall life satisfaction and positive and negative affect. Results reveal that the school domain is significantly associated with positive affect, while the family domain

^a. Centro Universitario de la Ciénega, Universidad de Guadalajara. Av. Universidad 1115 Col. Lindavista. Ocotlán, Jalisco, C.P. 48820. México. ORCID <https://orcid.org/0009-0009-0678-0064>. Correo electrónico: paola.gomez8336@alumnos.udg.mx

shows a strong relationship with life satisfaction. Implications for the development of interventions and policies aimed at promoting child well-being in a post-pandemic context are discussed.

Keywords: *Subjective well-being, life satisfaction, preadolescents, COVID-19, social interaction.*

Introducción

La irrupción del COVID-19 a nivel mundial marcó un antes y un después en la vida cotidiana de millones de personas. En México, las medidas de confinamiento implementadas para mitigar la propagación del virus obligaron al cierre de escuelas y al cambio repentino de la modalidad educativa. Esta transición, lejos de ser homogénea, expuso desigualdades y generó impactos importantes en la salud mental y el bienestar emocional de la población infantil.

En particular, la experiencia de confinamiento en los estudiantes de primaria evidenció alteraciones en diversas áreas de la vida cotidiana. Por un lado, la imposibilidad de asistir a clases de manera presencial afectó no solo el aprendizaje formal, sino también las interacciones sociales y las experiencias emocionales que se desarrollan en el ambiente escolar. Por otro lado, el confinamiento intensificó la dependencia de la familia como espacio de seguridad y apoyo, al tiempo que limitó la interacción con amigos y la comunidad del vecindario.

Diversas investigaciones internacionales (Guessoum et al., 2020; Liang et al., 2020; Wang et al., 2020) han documentado efectos negativos en la salud mental de niños y adolescentes, incluyendo aumentos en síntomas de ansiedad, depresión y alteraciones en el sueño. Sin embargo, otros estudios resaltan que, pese a estas dificultades, algunos contextos –como la familia– han mostrado un potencial efecto protector, favoreciendo la interacción y el apoyo mutuo.

El bienestar subjetivo, entendido como la evaluación que hace el individuo sobre su propia vida, se compone de la satisfacción con la vida, la presencia de afectos positivos y la ausencia de afectos negativos (Diener, 1984; Ryan & Deci, 2001). En este sentido, la satisfacción en dominios específicos de la vida cotidiana (familia, escuela, amistades y vecindario) se ha identificado como un predictor clave del bienestar global. La presente investigación se inscribe en este marco teórico y metodológico, proponiéndose explorar cómo se relacionan estos dominios con la percepción del bienestar en estudiantes preadolescentes en el contexto post COVID-19.

El enfoque adoptado se fundamenta en la teoría del interaccionismo simbólico, la cual enfatiza la construcción de significado a partir de las interacciones cotidianas. Así, comprender la satisfacción en los diferentes dominios no solo implica medir aspectos objetivos de calidad de vida, sino también interpretar las experiencias emocionales y sociales que configuran el bienestar subjetivo en el día a día de los estudiantes.

La relevancia de este estudio radica en la necesidad de generar información empírica que sirva para el diseño de intervenciones y políticas educativas y sociales. Dado que los niños y niñas cons-

tituyen un grupo vulnerable ante los cambios abruptos generados por crisis sanitarias, identificar las áreas en las que se experimenta mayor satisfacción o insatisfacción permite orientar estrategias preventivas y de apoyo que potencien su desarrollo integral.

Marco Teórico

El concepto de bienestar subjetivo ha sido ampliamente estudiado en la literatura, y se ha conceptualizado como una función de las evaluaciones cognitivas (satisfacción con la vida) y de las experiencias afectivas (presencia de afectos positivos y ausencia de afectos negativos) (Diener, 1984; Ryan y Deci, 2001). Este constructo se ha relacionado con factores contextuales y sociales que influyen en la percepción de calidad de vida.

La satisfacción en los dominios específicos de la vida cotidiana se refiere a la valoración que hacen los individuos sobre aspectos concretos de su entorno, como la familia, la escuela, el grupo de amigos y el vecindario. Estudios previos han demostrado que la satisfacción con el dominio familiar se asocia de manera significativa con la satisfacción global con la vida (Gutiérrez et al., 2021; Heras et al., 2016). Asimismo, el ámbito escolar, pese a haber sufrido grandes cambios durante la pandemia, continúa desempeñando un papel fundamental en la configuración de experiencias emocionales positivas, en tanto facilita la socialización y el aprendizaje colaborativo.

El interaccionismo simbólico proporciona una perspectiva que resalta la importancia de las interacciones diarias en la construcción de la identidad y el bienestar. Desde esta óptica, los niños y niñas no son receptores pasivos de estímulos externos, sino actores activos que dotan de significado a sus experiencias. La manera en que interpretan y valoran sus relaciones interpersonales y los espacios que habitan incide directamente en su percepción de bienestar.

La literatura reciente ha explorado cómo la pandemia afectó estas dinámicas. Durante el confinamiento, la reducción de interacciones presenciales se vio compensada, en algunos casos, por una mayor implicación de la familia y el uso de tecnologías para mantener el contacto con amigos y maestros (Burkart et al., 2022; Erades & Morales, 2020). No obstante, el acceso desigual a los recursos tecnológicos y las limitaciones inherentes a la educación a distancia generaron brechas en la experiencia educativa y emocional de los estudiantes.

En México, investigaciones sobre bienestar subjetivo en la infancia han destacado que, a partir de los 8 años, se comienzan a evidenciar diferencias notables en la evaluación del bienestar, tanto en función del género como del contexto socioeconómico (Armenta et al., 2022; CEPAL-UNICEF, 2020). Los estudios han sugerido que las niñas, en algunos contextos, reportan mayores niveles de emociones negativas, mientras que los niños tienden a experimentar en mayor medida afectos positivos, lo cual podría estar relacionado con roles sociales y expectativas culturales.

Materiales y Métodos

Diseño y tipo de investigación

Se desarrolló un estudio cuantitativo de diseño correlacional, con el objetivo de examinar la relación entre la satisfacción en distintos dominios de la vida cotidiana y los componentes del bien-

estar subjetivo en estudiantes preadolescentes. Este enfoque permitió identificar asociaciones entre las variables sin inferir relaciones causales directas.

Participantes

La muestra estuvo compuesta por 269 estudiantes de quinto y sexto grado de primaria, con edades comprendidas entre 10 y 14 años, provenientes de seis escuelas del municipio de Ocotlán, Jalisco. La selección de la muestra se fundamentó en criterios de inclusión que garantizaban que los participantes hubieran vivido la experiencia del confinamiento y la transición a la educación a distancia, siendo por ello representativos de la población preadolescente en el contexto post COVID-19.

Instrumentos de Medición

Se emplearon tres instrumentos principales para la recolección de datos:

1. Cuestionario de Satisfacción con los Dominios de la Vida Cotidiana:
 - Este instrumento ad hoc evalúa la percepción de los estudiantes en cuatro dominios: familia, escuela, amistades y vecindario. Cada dominio se evalúa mediante ítems que permiten valorar el grado de satisfacción en cada área de la vida cotidiana.
2. Escala de Satisfacción con la Vida:
 - Se utilizó una escala adaptada para medir la satisfacción general con la vida de los niños y niñas. Este instrumento captura la evaluación global que hace el individuo sobre su calidad de vida.
3. Escala de Emociones Positivas y Negativas (PANAS):
 - La PANAS permitió medir los afectos positivos y negativos experimentados por los estudiantes, proporcionando una dimensión afectiva al constructo de bienestar subjetivo.

Además, se aplicó un cuestionario sociodemográfico para recopilar información sobre variables como género, grado escolar y tipo de institución (pública o privada).

Procedimiento

La recolección de datos se realizó durante el periodo de reinicio de clases presenciales en el contexto post COVID-19. Se gestionó el permiso correspondiente con las autoridades escolares y se aplicaron los instrumentos en el aula, asegurando el cumplimiento de las normativas éticas. Se obtuvieron los consentimientos informados de los padres y el asentimiento de los estudiantes, garantizando la participación voluntaria y anónima de los sujetos.

El procedimiento incluyó:

- Una explicación inicial a los estudiantes sobre el propósito del estudio.
- La aplicación de los instrumentos de medición en una sesión grupal, bajo la supervisión de los investigadores y asistentes capacitados.
- La recolección y procesamiento de los datos en formato digital para su posterior análisis estadístico.

Análisis de Datos

Los datos recolectados fueron analizados utilizando estadísticos descriptivos y correlacionales. Se calcularon medidas de tendencia central (media y mediana) y dispersión (desviación estándar) para cada

una de las variables evaluadas. Las correlaciones entre la satisfacción en cada dominio y los componentes del bienestar subjetivo se determinaron a través de coeficientes de correlación de Pearson. Además, se realizaron comparaciones en función de variables sociodemográficas (por ejemplo, diferencias de género y tipo de escuela) para identificar patrones relevantes en la percepción del bienestar.

Resultados

El análisis de los datos arrojó hallazgos significativos que permiten comprender la influencia de los dominios de la vida cotidiana en el bienestar subjetivo de los preadolescentes en el contexto post COVID-19.

1. Satisfacción en los Dominios de la Vida Cotidiana:
 - El dominio escolar obtuvo el puntaje promedio más alto en la evaluación de satisfacción, sugiriendo que, a pesar de los desafíos derivados de la transición a la educación a distancia, los estudiantes perciben la escuela como un espacio de interacción y aprendizaje valioso.
 - En contraste, el dominio del vecindario presentó los puntajes más bajos, lo que puede atribuirse a las limitaciones en la interacción comunitaria y al menor acceso a recursos en el entorno local.
2. Bienestar Subjetivo y Componentes Afectivos:
 - La evaluación del bienestar subjetivo mostró que la satisfacción con la vida se correlaciona positivamente con la presencia de afectos positivos y negativamente con los afectos negativos.
 - Se encontró que el dominio escolar se asocia de forma significativa con el afecto positivo, indicando que las experiencias en el ámbito educativo pueden potenciar emociones positivas entre los estudiantes.
 - Por otro lado, la satisfacción con el dominio familiar presentó una fuerte relación con la satisfacción global con la vida, lo que refuerza el rol protector y de apoyo de la familia en la construcción del bienestar infantil.
3. Diferencias Socio Demográficas:
 - Al analizar las variables sociodemográficas, se observaron diferencias en función del género. En general, los niños mostraron mayores niveles de afecto positivo, mientras que algunas niñas reportaron una mayor incidencia de emociones negativas.
 - Asimismo, se encontró que los estudiantes de escuelas públicas presentaron, en promedio, puntajes más altos en afectos positivos en comparación con sus pares de instituciones privadas, lo cual podría relacionarse con las características propias del contexto socioeconómico y las estrategias de enseñanza implementadas en cada tipo de escuela.
4. Relación entre Dominios y Bienestar Subjetivo:
 - Las correlaciones entre los dominios específicos y los componentes del bienestar subjetivo indican que no todos los espacios de la vida cotidiana tienen el mismo impacto en la percepción de bienestar.
 - La escuela y la familia emergen como dos contextos fundamentales: la escuela, al facilitar la interacción social y el aprendizaje colaborativo, incide directamente en la gene-

ración de afectos positivos; la familia, al ser el primer entorno de socialización, influye decisivamente en la evaluación global de la vida.

Estos resultados proporcionan evidencia empírica sobre la importancia de considerar múltiples dominios de la vida cotidiana al evaluar el bienestar subjetivo en la infancia, especialmente en contextos marcados por cambios disruptivos como los ocasionados por la pandemia.

Discusión

Los hallazgos de esta investigación permiten profundizar en la comprensión de cómo los diferentes contextos de la vida diaria contribuyen al bienestar subjetivo en preadolescentes. En primer lugar, el dominio escolar destaca por su asociación con el afecto positivo. Esto sugiere que, a pesar de las interrupciones y el cambio de modalidad durante la pandemia, la escuela continúa siendo un espacio crucial para el desarrollo emocional y social. La posibilidad de establecer vínculos, recibir apoyo de los maestros y participar en actividades colaborativas parece mitigar algunos de los efectos negativos del confinamiento. Este hallazgo es consistente con estudios previos que han resaltado la función protectora del entorno educativo en la salud mental de los niños (Guessoum et al., 2020; Wang et al., 2020).

Por otro lado, la importancia del dominio familiar queda evidenciada en la fuerte correlación observada con la satisfacción general con la vida. La familia, como núcleo primario de socialización, proporciona un ambiente seguro y afectivo que favorece la formación de una percepción positiva del propio bienestar. En contextos de crisis, el apoyo familiar puede compensar en cierta medida las carencias en otros ámbitos, lo que se traduce en una mayor resiliencia emocional. La literatura respalda esta idea, indicando que las relaciones familiares de calidad son determinantes en la construcción de la satisfacción vital en la infancia (Gutiérrez et al., 2021; Heras et al., 2016).

Las diferencias detectadas en función del género abren una discusión relevante sobre las influencias socioculturales en la percepción del bienestar. Los resultados sugieren que, en algunos contextos, las niñas pueden ser más vulnerables a experimentar emociones negativas, lo cual podría estar vinculado a las expectativas y roles sociales tradicionales que se imponen desde temprana edad. Esta diferencia plantea la necesidad de diseñar estrategias de intervención que aborden de manera diferenciada las necesidades emocionales de niños y niñas, promoviendo espacios de diálogo y apoyo que permitan mitigar las desigualdades de género en la experiencia del bienestar.

Asimismo, la disparidad observada entre estudiantes de escuelas públicas y privadas invita a reflexionar sobre el impacto del contexto socioeconómico en la calidad de vida de los preadolescentes. Los estudiantes de escuelas públicas que reportan mayores afectos positivos podrían estar influenciados por factores tales como la solidaridad y el sentido de comunidad presentes en dichos entornos, o bien, por estrategias pedagógicas que enfatizan el apoyo emocional. En contraposición, en contextos privados, la mayor disponibilidad de recursos tecnológicos y materiales no siempre se traduce en una mayor satisfacción emocional, lo que sugiere que la calidad de las interacciones humanas es un componente fundamental del bienestar.

Desde una perspectiva teórica, estos hallazgos se enmarcan dentro del interaccionismo simbólico, que subraya la importancia de las interacciones cotidianas y la construcción de significados en el desarrollo del individuo. Los niños y niñas no solo reciben información del entorno, sino que ac-

tivamente interpretan y valoran sus experiencias, lo que condiciona su percepción de bienestar. Las evaluaciones realizadas en este estudio evidencian que los dominios de la vida cotidiana –familia, escuela, amistades y vecindario– se configuran como escenarios donde se generan significados y emociones que impactan de manera directa en la satisfacción vital.

Las implicaciones prácticas de este estudio son múltiples. En primer lugar, se sugiere que las intervenciones dirigidas a mejorar el bienestar subjetivo en la infancia deben tener un enfoque integral, que considere no solo aspectos académicos o cognitivos, sino también las dimensiones afectivas y relacionales. Programas de intervención en escuelas que promuevan actividades colaborativas, espacios de resolución de conflictos y dinámicas que fortalezcan la autoestima pueden contribuir significativamente a mejorar la experiencia emocional de los estudiantes.

Por otro lado, el fortalecimiento de la red de apoyo familiar resulta esencial. Estrategias que incluyan talleres para padres, actividades intergeneracionales y dinámicas familiares pueden potenciar el ambiente de apoyo y seguridad en el hogar, traduciéndose en una mayor satisfacción global con la vida para los niños. Dado el impacto que la pandemia ha tenido en la estructura familiar, es imprescindible implementar medidas que restablezcan y refuercen la comunicación y el apoyo mutuo en el entorno doméstico.

Finalmente, las políticas públicas en materia de educación y salud deben considerar estas evidencias para orientar recursos y diseñar programas que atiendan las necesidades emocionales y sociales de los preadolescentes. La creación de entornos educativos y comunitarios que fomenten la interacción positiva y la solidaridad resulta fundamental para contrarrestar los efectos negativos de eventos disruptivos como el COVID-19.

Conclusiones

El presente estudio confirma la relevancia de los dominios de la vida cotidiana en la configuración del bienestar subjetivo de los preadolescentes en el contexto post COVID-19. Se demuestra que la satisfacción con el entorno escolar y familiar tiene un impacto significativo en la generación de afectos positivos y en la percepción global de satisfacción vital. Estas relaciones subrayan la importancia de promover entornos seguros, afectivos y colaborativos tanto en la escuela como en el hogar.

Las diferencias encontradas en función del género y el tipo de institución educativa ponen de manifiesto la necesidad de adoptar estrategias de intervención diferenciadas, que tengan en cuenta las particularidades culturales y socioeconómicas de los estudiantes. Es indispensable que tanto las escuelas como las familias y las políticas públicas trabajen de manera conjunta para crear un entorno que favorezca el desarrollo integral y el bienestar emocional de la infancia.

A nivel teórico, la integración del enfoque del interaccionismo simbólico ha permitido comprender que el bienestar subjetivo se construye a partir de la interacción diaria y de la interpretación personal de las experiencias en los distintos dominios. Esto reafirma la importancia de considerar tanto los factores objetivos como los subjetivos en la evaluación de la calidad de vida de los niños y niñas.

Se recomienda, además, la realización de estudios longitudinales que permitan analizar la evolución del bienestar subjetivo en contextos postcrisis y la eficacia de las intervenciones implementadas en el ámbito escolar y familiar. La presente investigación sienta las bases para futuras

investigaciones que profundicen en las variables contextuales y en el impacto de las relaciones interpersonales en el desarrollo emocional durante la infancia.

En síntesis, la experiencia del confinamiento y la transición a la educación post COVID-19 han dejado lecciones importantes sobre la resiliencia y la capacidad de adaptación de los preadolescentes. La escuela y la familia se consolidan como pilares fundamentales en la promoción del bienestar, y es imperativo que las estrategias de intervención se orienten a fortalecer estos dominios para garantizar un desarrollo integral y satisfactorio en la vida de los niños y niñas.

Implicaciones para la práctica y la investigación futura

Los resultados de este estudio ofrecen varias implicaciones prácticas:

- En el ámbito escolar:
Se sugiere la implementación de programas que fomenten la interacción positiva y el apoyo emocional entre compañeros y docentes. Actividades lúdicas, talleres de resolución de conflictos y dinámicas de grupo pueden fortalecer el sentido de pertenencia y mejorar la percepción del ambiente escolar.
- En el ámbito familiar:
Es fundamental promover espacios de diálogo y actividades que fortalezcan la comunicación entre padres e hijos. Talleres y programas de apoyo familiar pueden ayudar a mitigar el impacto de las crisis y a establecer un ambiente propicio para el desarrollo emocional.
- En políticas públicas:
Las autoridades educativas y de salud deben considerar la integración de estrategias que aborden tanto los aspectos académicos como los emocionales del desarrollo infantil. La inversión en infraestructura tecnológica y en programas de capacitación para docentes y padres es clave para reducir las desigualdades y mejorar la calidad de la experiencia educativa.

Para la investigación futura, se recomienda:

- Ampliar la muestra a otros contextos geográficos y culturales para contrastar las diferencias y similitudes en la percepción del bienestar.
- Realizar estudios longitudinales que permitan seguir la evolución del bienestar subjetivo a lo largo del tiempo, especialmente en escenarios de crisis o cambios significativos.
- Explorar en mayor profundidad el rol de otras variables contextuales, como el nivel socioeconómico, la calidad de la comunicación familiar y la incidencia de factores externos (por ejemplo, la violencia en el hogar o en el entorno comunitario).

Limitaciones del estudio

Si bien este estudio aporta información valiosa sobre la relación entre los dominios de la vida cotidiana y el bienestar subjetivo, es importante reconocer algunas limitaciones:

- La naturaleza transversal y correlacional del diseño no permite establecer relaciones causales directas entre las variables.
- La muestra, aunque representativa de Ocotlán, puede no reflejar las realidades de otros contextos geográficos o culturales en México.
- El uso de autorreportes en estudiantes preadolescentes puede verse influenciado por sesgos en la percepción o en la interpretación de los ítems, lo que podría afectar la precisión de las mediciones.

Estas limitaciones sugieren que los hallazgos deben interpretarse con cautela y que futuras investigaciones deben considerar diseños experimentales o longitudinales para profundizar en la causalidad y en la evolución de las variables estudiadas.

Reflexiones finales

El impacto del COVID-19 ha dejado una marca indeleble en la vida de las generaciones más jóvenes. Los preadolescentes han tenido que adaptarse a cambios abruptos en su entorno escolar, familiar y social, lo que ha puesto de relieve la importancia de la resiliencia y del apoyo en los diferentes dominios de la vida. Este estudio evidencia que la satisfacción en contextos tan fundamentales como la escuela y la familia se traduce en una mayor capacidad para experimentar afectos positivos y en una mejor evaluación general de la vida.

El enfoque interaccionista simbólico resulta particularmente útil para comprender cómo se construye el bienestar a partir de las interacciones cotidianas y cómo los niños y niñas dotan de significado a sus experiencias. La integración de la teoría con el análisis empírico permite visualizar no solo las cifras y correlaciones, sino también la dimensión humana y emocional que subyace en cada interacción.

Finalmente, este estudio invita a docentes, familias y responsables de políticas públicas a reflexionar sobre la necesidad de crear entornos que fortalezcan el bienestar subjetivo de la infancia. La experiencia post COVID-19 brinda una oportunidad única para replantear estrategias y diseñar intervenciones que promuevan una educación integral y un desarrollo emocional saludable, sentando las bases para una sociedad más justa y resiliente.

Referencias bibliográficas

- Armenta, C., López, M., Gómez, M., & Puerto, O. (2022). Percepción y autorreporte de los niveles de bienestar emocional en niñas y niños durante la pandemia por la COVID-19. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos*, 52(1), 47–70. <https://doi.org/10.48102/rlee.2022.52.1.469>
- Burkart, S., Parker, H., Weaver, G., Beets, M., Jones, A., Adams, E., Chaput, J., & Armstrong, B. (2022). Impacto de la pandemia de COVID-19 en la actividad física, el sueño, el tiempo frente a la pantalla y la dieta de los estudiantes de primaria: Un estudio cuasi-experimental de series de tiempo interrumpido. *Pediatric Obesity*, 17(1). <https://doi.org/10.1111/ijpo.12846>
- CEPAL-UNICEF. (2020). Violencia contra niñas, niños y adolescentes en tiempos de COVID-19. In Informe Covid-19. <https://www.unicef.org/lac/informes/violencia-contra-ninas-ninos-y-adolescentes-en-tiempos-de-covid-19>
- Diener, E. (1984). Bienestar subjetivo. *Boletín Psicológico*, 95(3), 542–575. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>
- Erades, N., & Morales, A. (2020). Impacto psicológico del confinamiento por la COVID-19 en niños españoles: Un estudio transversal. *Revista de Psicología Clínica Con Niños y Adolescentes*, 7(3), 2020–2047. <https://doi.org/10.21134/rpcna.2020.mon.2041>
- Guessoum, S., Lachal, J., Radjack, R., Carretier, E., Minassian, S., Benoit, L., & Moro, M. (2020). Trastornos psiquiátricos en adolescentes durante la pandemia y el confinamiento por COVID-19.

- Investigación En Psiquiatría, 291, 113264. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113264>
- Gutiérrez, M., Tomás, J., & Pastor, A. (2021). Apoyo social de familia, profesorado y amigos, ajuste escolar y bienestar subjetivo en adolescentes peruanos. *Suma Psicológica*, 28(1), 17–24. <https://doi.org/10.14349/sumapsi.2021.v28.n1.3>
- Heras, D., Cepa, A., & Lara, F. (2016). Desarrollo emocional en la infancia. Un estudio sobre las competencias emocionales de niños y niñas. *Revista internacional de psicología del desarrollo y de la educación*, 1(1), 67–73. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349851776008>
- Liang, L., Ren, H., Cao, R., Hu, Y., Qin, Z., Li, C., & Mei, S. (2020). El efecto de COVID-19 en la salud mental de los jóvenes. *Psychiatric Quarterly*, 91(3), 841–852. <https://doi.org/10.1007/s1126-020-09744-3>
- Ryan, R., & Deci, E. (2001). Sobre la felicidad y los potenciales humanos: Una revisión de la investigación sobre el bienestar hedónico y eudaimónico. *Revisión Anual de Psicología*, 52(1), 141–166. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141>
- Wang, G., Zhang, Y., Zhao, J., Zhang, J., & Jiang, F. (2020). Mitigar los efectos del confinamiento domiciliario en los niños durante el brote de COVID-19. *La Lanceta*, 395(10228), 945–947. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30547-X](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30547-X)

Palabras Finales

El presente artículo se construye a partir de la tesis de Maestría desarrollada por Paola Karina Gómez Casillas, cuyo propósito fue ampliar el conocimiento sobre la relación entre la satisfacción en los dominios de la vida cotidiana y el bienestar subjetivo en un contexto post pandemia. La investigación no solo evidencia la importancia de los espacios de interacción –como la familia y la escuela – en la configuración del bienestar emocional, sino que también subraya la necesidad de adoptar un enfoque integral en el diseño de intervenciones dirigidas a la infancia.

La evidencia empírica recogida en este estudio permite vislumbrar nuevas rutas para la investigación y la práctica, resaltando que, en un mundo marcado por crisis y transformaciones, la calidad de las interacciones cotidianas se erige como uno de los pilares fundamentales para el desarrollo humano. Fortalecer estos vínculos y promover entornos de apoyo se traduce en una mayor resiliencia y en la posibilidad de construir una sociedad en la que la salud emocional y el bienestar subjetivo sean prioritarios.

Con estos aportes, se espera que el estudio sirva como insumo tanto para futuras investigaciones como para la formulación de políticas y programas que contribuyan a mejorar la calidad de vida de los niños y niñas, garantizando que, incluso en tiempos de adversidad, se puedan cultivar espacios de crecimiento, aprendizaje y felicidad.