



INTELIGENCIA EMOCIONAL, BIENESTAR Y FELICIDAD: UN ESTUDIO EXPLORATORIO EN FORMACIÓN PROFESIONAL

EMOTIONAL INTELLIGENCE, WELL-BEING AND HAPPINESS: AN EXPLORATORY STUDY IN VOCATIONAL EDUCATION

Concepción Granados-Perea | <https://orcid.org/0000-0003-2466-2669> | Universidad de Sevilla,
Facultad de Ciencias Económicas y Empresariales, España | cgranados@us.es

Violeta Rubiales-Rodríguez | Universidad de Sevilla, Facultad de Ciencias Económicas y
Empresariales, España | violeta.rubiales.98@gmail.com

Luis Miguel López-Bonilla | <https://orcid.org/0000-0002-5324-7715> | Universidad de Sevilla,
Facultad de Ciencias Económicas y Empresariales, España | luismi@us.es

Jesús Manuel López-Bonilla / <https://orcid.org/0000-0003-0623-1048> | Universidad de Sevilla |
Facultad de Ciencias Económicas y Empresariales, España | lopezbon@us.es

RESUMEN

El bienestar y la felicidad del estudiante reciben cada vez más interés por la comunidad científica, así como por las administraciones públicas. Esto es debido a que representan valores que aportan grandes ventajas para mejorar el rendimiento académico de los alumnos e incluso el rendimiento profesional de los egresados. En el presente estudio se plantea contrastar las posibles relaciones que existen entre la inteligencia emocional y distintos tipos de bienestar respecto a la felicidad del alumnado de Formación Profesional. Los resultados indicaron que el bienestar académico es el único constructo analizado que influye significativamente sobre la felicidad de los discentes. Las implicaciones y limitaciones de los hallazgos obtenidos, incluyendo futuras investigaciones, son discutidos.

Palabras clave: Bienestar académico, bienestar psicológico, bienestar social, felicidad.

ABSTRACT

Student well-being and happiness are receiving increasing attention from the scientific community and public administrations. This is because they represent values that offer significant advantages for improving students' academic performance and even the professional performance of graduates. This study aims to compare the possible relationships between emotional intelligence and different types of well-being with regard to the happiness of vocational training students. The results indicated that academic well-being is the only construct analyzed that significantly influences student happiness. The implications and limitations of the findings, including future research, are discussed.

Keywords: Academic well-being; happiness, psychological well-being, social well-being



INTRODUCCIÓN

El interés por conocer el bienestar dentro de los centros educativos constituye un eje central en la investigación actual (Requejo et al., 2022). El bienestar del estudiante ha surgido recientemente como un factor crítico en la agenda educativa debido a que aporta amplios beneficios para los discípulos mejorando su rendimiento académico y su formación como adultos (Hossain et al., 2022). A pesar del creciente interés en la investigación sobre el bienestar del alumnado, su concepto sigue estando pobemente definido (Powell, & Graham, 2017; Danker et al., 2019). Hay ciertos autores que lo vinculan con la satisfacción del alumno en el contexto educativo (e.g. Diener et al., 2009) y otros autores que lo relacionan con las oportunidades de buscar metas significativas que ofrecen los centros educativos a los estudiantes (e.g. Keyes, & Annas, 2009).

El creciente interés de la comunidad científica por el bienestar de los estudiantes se extiende también a la preocupación de las administraciones públicas. En concreto, la Secretaría de Estado de Educación del Gobierno de España -Ministerio de Educación, Formación Profesional y Deportes- (2023) ha aprobado el Programa de bienestar emocional en el ámbito educativo. Este programa no solo aborda las acciones preventivas y educativas relativas a la salud mental y el bienestar emocional, sino que también busca la propuesta de un entorno académico más comprensivo y solidario. De esta manera, la integración de estas metas en el sistema educativo establece las bases para un desarrollo más equilibrado y saludable de los alumnos.

En general, la educación tiene un impacto positivo y directo sobre la felicidad (Cuñado, & De Gracia, 2012; Haryati, 2017). La educación se debe

considerar un pilar fundamental para la mejora continua del bienestar, siendo entendida como una parte relevante de la formación, y que es necesario que se extienda hacia el docente, el estudiante, las familias y a toda la sociedad (Bisquerra, & Hernández, 2017). El bienestar y la felicidad del alumnado de todos los niveles educativos en la actualidad se han convertido en factores esenciales para garantizar un desarrollo integral y un proceso de enseñanza-aprendizaje efectivo. La salud mental y emocional de los estudiantes no solo tiene incidencia en su bienestar personal, sino que también afecta de manera considerable en su rendimiento académico, su capacidad de adaptación y su habilidad y herramientas para afrontar los desafíos que se pueden presentar en una sociedad tan cambiante como la que nos encontramos hoy día.

En un principio, la educación poseía un valor meramente académico, ocupándose de impartir clases magistrales centradas más bien en el aprendizaje y transmisión de conocimientos, sin abordar temas externos o transversales a la educación formal, como serían aquellos vinculados con el bienestar del alumnado destacando la importancia que puede significar para el proceso de enseñanza-aprendizaje. En suma, la educación de carácter emocional no se planteaba como un aspecto relevante en el desarrollo del alumnado, quedando excluida como medida de contribución a la mejora de las situaciones personales y/o sociales a experimentar por el alumnado. Sin embargo, en la actualidad se considera a la educación como un proceso integral, que engloba tanto el desarrollo académico del alumnado como también su bienestar y su felicidad. Así, todo ello se configura como un conjunto de factores vitales para favorecer el desarrollo académico, personal y, posteriormente, laboral o profesional de los egresados. Por lo tanto, el éxito en la educación no



se puede medir exclusivamente por los logros académicos, sino que resulta necesario tener muy en cuenta los factores determinantes del bienestar y la felicidad del alumnado para conseguir que el proceso de enseñanza-aprendizaje sea efectivo y duradero en el tiempo. Como indica Campo (2020), una educación formal tiene que estar acompañada de una educación emocional a través de los conceptos de felicidad y bienestar, que consiga enriquecer la cadena educativa que conforman profesores, alumnos, familias y sociedad, en general.

De esta manera, la educación emocional se considera cada vez más como un aspecto primordial en la educación en España, aunque todavía queda un largo recorrido y muchos cambios en el sistema educativo para que se introduzcan plenamente estos factores claves dentro del proceso de enseñanza-aprendizaje. La educación emocional debe entenderse como un proceso educativo permanente y continuado en todos los niveles educativos, ya que se va a favorecer, como expone Bisquerra (2012), el desarrollo integral del individuo, con el propósito de capacitarlo para afrontar todos los retos a los que se puede enfrentar en su vida cotidiana, personal, social y educativa. Por todo ello, el objetivo general del presente estudio es tratar de explorar una serie de factores emocionales, sociales y educativos que ejerzan su posible efecto sobre la felicidad del alumnado, así como tratar de ofrecer las herramientas necesarias para su mejora.

El bienestar de los estudiantes ha crecido en importancia en la investigación y práctica educativa en los últimos años, como algunas recientes revisiones de la literatura lo han confirmado (Losada-Puente et al., 2022; Ribeiro-Silva et al., 2022; Douwes et al., 2023). Sin embargo, el concepto de bienestar posee una naturaleza multidimensional y la falta de precisión para definirlo conlleva una limitación de su conocimiento, haciendo necesario un estudio más profundo (Ribeiro-Silva et al., 2022). En este

sentido, se puede entender el bienestar como un metaconstructo que abarca todos los aspectos de una vida sana y satisfactoria, incluyendo aspectos psicológicos y físicos, así como de otros ámbitos (Renshaw, & Chenier, 2019). Como sugieren Zenteno-Osorio y Leal-Soto (2023), en un contexto psicológico, la calidad educativa puede considerarse inherente al bienestar. Siguiendo a Seligman et al. (2009), el bienestar debe enseñarse en las aulas por tres motivos, que suponen un antídoto a la depresión, un vehículo para aumentar la satisfacción con la vida y una ayuda para mejorar el aprendizaje y el pensamiento creativo.

Por su parte, la felicidad se refiere al grado en el que una persona evalúa favorablemente la calidad de su vida o la vida que lleva en la actualidad en su conjunto (Veenhoven, 2015). El término de felicidad se identifica con frecuencia en la literatura con el concepto de bienestar subjetivo (Carpentier, 2023; Diener et al., 2009; Muratori et al., 2009; Yildirim, & Tanrıverdi, 2021), pero este último es un indicador o componente de aquella y no hay que entenderlo como la felicidad como un todo (Alarcón, 2006). Igualmente, la felicidad y el bienestar pueden solaparse con otros términos emparejados como es el concepto de disfrute (Schmidt et al., 2022). Por lo tanto, ambos conceptos están intrínsecamente vinculados y desempeñan un papel crucial en el proceso educativo, dado que puede afectar a elementos como la motivación, la autoestima, la resiliencia o la capacidad del alumnado para afrontar sus propios desafíos académicos y personales.

Revisando la literatura existente, se puede observar un cierto predominio de diversos estudios que han planteado la relación entre la inteligencia emocional, el bienestar y la felicidad en todos los niveles educativos. Así, por ejemplo, en educación primaria, Ros et al. (2017), comprobaron que existen correlaciones significativas entre competencias emocionales, autoestima y clima social en el aula. Estos autores destacaron la importancia del desarrollo de competencias emocionales y la



autoestima para mejorar el bienestar y el rendimiento del alumnado. Más recientemente, Akyürek (2024) señaló también que un mejor clima escolar aumentaba la felicidad de los alumnos. Por su parte, Requejo, Losada-Puente, Rebollo-Quintela y Mendiri (2022) han subrayado que las relaciones interpersonales y el ambiente escolar desempeñan un papel crucial en el bienestar escolar.

En enseñanza secundaria, Hoyo-Rivas (2021) confirmó también la importancia de la autoestima a la hora de potenciar la felicidad de los alumnos. Asimismo, Martínez, de la Barrera, Jiménez y Montoya (2019) indicaron correlaciones positivas entre la inteligencia emocional y la satisfacción con la vida. Estos autores encontraron que la claridad de los sentimientos y la reparación emocional estaban fuertemente relacionados con un mayor bienestar emocional. Salavera y Usán (2017) señalaron que las estrategias de afrontamiento del estrés, en las que el adolescente busca ayuda y compañía de otros, aumenta la percepción de su felicidad. Telef (2021) indicó también que la satisfacción escolar, la persistencia y el optimismo eran antecedentes de la felicidad. Yam (2022) consideró que la felicidad supone un efecto moderador entre la satisfacción con la escuela y el bienestar psicológico de los alumnos.

En el contexto de los estudios de Bachillerato y de Formación Profesional, Sanmartín et al., (2018) destacaron la influencia del programa educativo y la edad de los alumnos en relación con la inteligencia emocional. Valenzuela y Frías (2024) detectaron una relación directa y positiva entre el ambiente escolar y la experimentación del bienestar. García, Orts y Peña (2020) confirmaron que la inteligencia emocional se correlaciona estadísticamente con la satisfacción vital. Sin embargo, Andrés (2012) no observó correlaciones significativas entre ciertas áreas de la inteligencia emocional y algunos aspectos concretos del bienestar subjetivo de los estudiantes de bachillerato.

También en el ámbito universitario se han realizado distintos estudios que han contrastado, por ejemplo, que existe una relación significativa y directa entre felicidad e inteligencia emocional (Pulido, & Herrera, 2018), que el bienestar social y el compromiso académico son predictores del bienestar académico (Chávez, 2023), que hay relaciones significativas entre el bienestar psicológico, la felicidad y la satisfacción educativa (Demirbatir, 2015), o bien, que existe una relación significativa entre el bienestar académico y la felicidad (Khodapana, & Tamannaeifar, 2022).

En general, los estudios resaltan el valor que suponen el apoyo emocional, el desarrollo de competencias emocionales y la autoestima como factores principales que contribuyen al bienestar del alumnado. La emotividad es una dimensión esencial de la experiencia social de individuos y grupos (Kaplan, & Silva, 2016), siendo las emociones la energía que activa y orienta el aprendizaje (Pérez, 2020). La consideración del bienestar y la felicidad del alumnado se convierten en elemento fundamentales para su desarrollo integral, su rendimiento académico y su preparación para el desempeño profesional en el futuro. Sin embargo, el concepto de bienestar ha sido interpretado y analizado de distinta forma, quedando poco claras sus dimensiones y sus relaciones entre sus componentes (Govorova et al., 2020; Ribeiro-Silva et al., 2022). De este modo, se echa en falta profundizar en el estudio del bienestar y la felicidad de los alumnos de una manera más desagregada. Así, se cree conveniente investigar no solo aspectos propios de la inteligencia emocional, sino también elementos relacionados con diversos aspectos del bienestar. En este sentido, Bisquerra (2009) desglosa el concepto de bienestar en cuatro tipos diferenciados como son: bienestar material, bienestar físico, bienestar social y bienestar emocional. No obstante, el bienestar emocional se conoce también como bienestar subjetivo, que se refiere a la valoración global que realiza la persona sobre su satisfacción con la vida, por lo que también



está estrechamente vinculado al concepto de felicidad.

El propio Bisquerra (2013) amplía esta clasificación citando además del bienestar subjetivo, el psicológico, el profesional, el hedónico y el eudaimónico. Ante tanta diversidad terminológica, Bisquerra y Hernández (2017) aseguran que todos estos tipos del bienestar deben formar parte de la educación, dado que sirven como orientación del camino a seguir en la vida. Asimismo, según la OCDE (2017), el bienestar de los estudiantes supone una serie de capacidades psicológica, cognitiva, material, social y física que los estudiantes necesitan para alcanzar una vida feliz y plena.

Debido al amplio campo de investigación del estudio sobre el bienestar, su desarrollo se ha planteado desde diferentes enfoques (Yiğit, & Çakmak, 2024). En una revisión sistemática sobre el bienestar general y escolar, Losada-Puente et al. (2022), determinan que los componentes subjetivo, psicológico y social deben ser atendidos de manera diferenciada, aunque también interconectada, con lo cual se trate de superar la visión restrictiva de estudios previos y se permita el desarrollo de propuestas educativas integradoras para promover el bienestar escolar.

Por todo lo cual, en el presente estudio se ha tratado de establecer una mayor distancia conceptual entre todos estos términos y se propone analizar más específicamente el bienestar psicológico, el bienestar social y el bienestar académico, además de considerar la inteligencia emocional, para observar sus efectos sobre la felicidad del alumnado. Para ello, el contexto educativo se ha establecido en la Formación Profesional, que está adquiriendo cada vez mayor importancia en España, aumentando un 32,6% el número de alumnos en los últimos cinco años (Ministerio de Educación, Formación Profesional y Deportes, 2024), a la vez que se ha detectado una menor atención científica sobre esta materia en la revisión de la literatura existente hasta la fecha.

MÉTODO

La idea del trabajo de investigación surge dentro del Máster Universitario en Profesorado de Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato, Formación Profesional y Enseñanza de Idiomas, en la especialidad de Hostelería y Turismo. En concreto, este estudio se ha llevado a cabo en el contexto educativo de la Formación Profesional y, específicamente, en el Ciclo de Grado Superior de Agencia de Viajes y Gestión de Eventos. Se trata de un alumnado mayor de edad, siendo la media de edad de 27 años. Aunque la mayoría de los alumnos se hallan en edades comprendidas entre 18 y 22 años, hay dos alumnas que tienen en torno a los 40 años. La muestra se compone de 20 alumnos, contando con 14 mujeres y 6 hombres. Varios alumnos ya han completado otro ciclo o nivel educativo superior y buscan complementar su formación, por lo que podemos anticipar que es un grupo muy heterogéneo.

Se ha elaborado un cuestionario con 20 ítems, a partir de los estudios previos revisados de medidas que representan a las escalas sobre la inteligencia emocional, el bienestar y la felicidad. Todas ellas adoptan un formato de escala de Likert, compuestas de cinco opciones de respuesta que van desde totalmente en desacuerdo a totalmente de acuerdo. Las 20 cuestiones han sido organizadas en el cuestionario de forma aleatoria y el proceso de recogida de datos se ha realizado mediante Google Forms durante la sesión de clase del día 31 de enero de 2024, en la que previamente se explicó al alumnado, siguiendo a Koch et al. (2021), que el cuestionario es anónimo y la importancia de responder sinceramente, ofreciéndoles todo el tiempo necesario para leer las preguntas y responderlas sin presión, para así poder obtener unas respuestas lo más ajustadas



a la realidad y que permitan analizar adecuadamente sus resultados. Participaron todos los alumnos que estaban presentes en el aula durante ese día, de un total de 25 alumnos que están inscritos en el curso.

El análisis de los datos se ha realizado a través del programa estadístico IBM SPSS Statistics, versión 29.0.1. El tamaño de la muestra es reducido y por ello se va a emplear pruebas no paramétricas.

RESULTADOS

La tabla 1 presenta los datos descriptivos de los distintos ítems de las escalas de medida. Los ítems aparecen con el número de orden en el que figuraban en el cuestionario. Los valores medios han sido de 3.32 para la variable de Inteligencia emocional, de 4.18 para el Bienestar psicológico, de 3.68 para el Bienestar social, de 3.56 para el Bienestar académico y de 3.85 para la Felicidad del alumnado. Los valores promedios de todos los constructos resumen adecuadamente los valores analizados dado que las desviaciones no superan el porcentaje del 30%, con lo cual se va a disponer de una mayor precisión en los resultados. Las escalas que presentan mayor o menor variabilidad son inteligencia emocional, con un valor de 27.3%, y bienestar psicológico, con un 13.7%.

Se puede observar que entre las puntuaciones más reducidas se destacan claramente aspectos relacionados con la gestión del estrés y de las emociones y sentimientos (ítems 6 y 19), así como aspectos vinculados con la motivación de asistencia a clase (ítems 9 y 14).

Tabla 1. Datos descriptivos de ítems de escalas de medida

Indicadores	M	DE
6. Soy capaz de manejar el estrés y las situaciones difíciles que se me presentan en la vida	3	1.414
17. Hago autorreflexión sobre mis emociones y sentimientos	3.75	1.020
19. Se gestionan mis emociones y sentimientos	3.20	1.152
INTELIGENCIA EMOCIONAL	3.32	0.908
2. Mis amistades y relaciones sociales mejoran mi bienestar psicológico	4.30	0.865
7. Mis hobbies y actividades de ocio contribuyen a mi bienestar y me ayudan a sentirme mejor conmigo mismo/a	4,35	1.089
8. Mis relaciones familiares me ayudan a mejorar mi bienestar emocional	4.05	0.826
15. Tengo metas y planes de futuro	4.65	0.745



16. La comunicación con mis compañeros/as de clase contribuye a mi bienestar	3.55	0.945
BIENESTAR PSICOLÓGICO	4.18	0,573
4. Las relaciones con mis compañeros/as de clase mejora mi felicidad y bienestar social	3.55	0.945
10. Siento que mis relaciones con mis amistades son reales y me ayudan a mejorar como persona	3.70	1.174
11. Me siento comprendido/a y apoyado/a por mis familiares	4.10	0.968
12. Tengo el apoyo de mis compañeros/as para afrontar mis problemas	3.40	1.095
13. Pertener a un grupo de amigos me ayuda a ser más feliz	3.65	1.268
BIENESTAR SOCIAL	3.68	0.727
3. Estoy satisfecho/a con mi rendimiento académico	3.35	0.988
5. Mis logros académicos contribuyen a mi bienestar	4.35	0.813
9. Acudir a clase contribuye positivamente a mi felicidad y bienestar	3.05	1.234
14. Me siento motivado/a viniendo a clase	2.75	1.251
18. Es importante para mí tener un equilibrio entre mi vida académica y personal	4.30	1.174
BIENESTAR ACADÉMICO	3.56	0.778
1. En general, ¿cómo evalúo mi nivel de felicidad?	3.70	1.081
20. Me siento feliz con el rumbo que está llevando mi vida	4.00	0.795
FELICIDAD	3.85	0.844

Fuente: elaboración propia

En la tabla 2 se puede apreciar que las cinco escalas de medida alcanzan un Alfa de Cronbach entre 0.617 en Inteligencia emocional y 0.745 en Bienestar académico. Todas ellas superan un valor mínimo de 0.6 y, como indican Hair et al. (2010), se consideran suficientes para verificar la consistencia interna en los estudios de carácter exploratorios. No obstante, si se eliminan el ítem 17 en la escala de inteligencia emocional, los ítems 8 y 15 en la escala de bienestar psicológico y el ítem 11 en la escala de bienestar social se alcanzan indicadores de consistencia interna más robustos superando el valor de 0.7 que se aconseja en la investigación, en general.

Tabla 2. Fiabilidad de las escalas de medida.



Escalas	Nº de ítems	Alfa de Cronbach (conjunto de ítems)	Alfa de Cronbach (restando ítems)
Inteligencia emocional	3	0,617	0,715
Bienestar Psicológico	5	0,631	0,801
Bienestar Social	5	0,680	0,709
Bienestar Académico	5	0,745	0,745
Felicidad	2	0,738	0,738

Fuente: elaboración propia

La tabla 3 presenta un análisis de correlaciones entre las cinco variables de estudio, utilizando para ello las escalas reducidas, que presentan un mayor nivel de consistencia interna. Como prueba no paramétrica se utiliza el coeficiente de correlación de Spearman. Se puede comprobar que existe una correlación positiva y moderada (con un valor en torno a 0.5) entre el bienestar psicológico (V2) y el bienestar social (V3), así como entre el bienestar académico (V4) y la felicidad (V5), que en ambos casos ocurre con un nivel de significación del 5%.

Tabla 3. Correlaciones entre constructos

	Rho de Spearman	V1	V2	V3	V4	V5
Inteligencia emocional (V1)	Coef. de correlación	.014	1.000	.489*	.443	.172
	Sig. (bilateral)	---	.953	.355	.395	.121
Bienestar psicológico (V2)	Coef. de correlación	.014	1.000	.489*	.443	.172
	Sig. (bilateral)	.953	---	.029	.051	.469
Bienestar social (V3)	Coef. de correlación	.218	.489*	1.000	.419	.286
	Sig. (bilateral)	.355	.029	---	.066	.222
Bienestar académico	Coef. de correlación	.201	.443	.419	1.000	.485*



(V4)	Sig. (bilateral)					
		.395	.051	.066	---	.030
Felicidad	Coef. de correlación	.317	.172	.286	.485*	1.000
(V5)	Sig. (bilateral)					
		.121	.469	.222	.030	---

Fuente: elaboración propia

Por último, en la tabla 4 se indican los resultados de las pruebas U de Mann-Whitney, como prueba no paramétrica considerando dos muestras independientes, y se observa que el bienestar académico es la única variable que afecta significativamente a la felicidad del alumnado ($p<0,05$).

Tabla 4. Pruebas U de Mann-Whitney

	V1	V2	V3	V4
U de Mann-Whitney	7.50	20.00	41.00	14.00
W de Wilcoxon	10.50	26.00	62.00	29.00
Z	-.834	-.592	-.084	-2.084
Sig. asin. (bilateral)	.405	.554	.933	.037
Significación exacta [2*(sig. unilateral)]	.440	.616	.968	.042

Fuente: elaboración propia

Se hace constar también que los resultados obtenidos son idénticos tanto con las escalas reducidas, con objeto de aumentar su consistencia interna, como con las escalas iniciales, es decir, el bienestar académico es el único constructo estudiado que afecta significativamente a la felicidad del alumnado.

DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

En lo relacionado con la inteligencia emocional, el bienestar y la felicidad de los estudiantes de Formación Profesional que han participado en este estudio se pueden generar varias

conclusiones e implicaciones que pueden dar lugar a la posterior propuesta de mejora e intervención con el alumnado.

En relación con la inteligencia emocional destaca el manejo del estrés y las situaciones difíciles que se presentan en la vida. Se puede observar que el alumnado presenta algunos inconvenientes para gestionar dichas situaciones difíciles. Los



alumnos podrían estar luchando con la gestión del estrés y los desafíos a los que se enfrentan cotidianamente. Es un aspecto relevante al que se debe atender para trabajarla y asimilarla mejor con el alumnado. Asimismo, los estudiantes han mostrado también un cierto déficit en lo que supone la gestión de emociones y sentimientos, por lo que este grupo de estudiantes podría beneficiarse de técnicas y herramientas de conocimiento que hagan posible una mejora de las diferentes habilidades de regulación emocional.

Por otro lado, se aprecia un menor nivel de bienestar psicológico como consecuencia de las relaciones con los compañeros de clase. Esto puede ser entendido como una necesidad de más apoyo emocional por parte de su grupo de clase. De este modo, es relevante destacar la importancia que puede suponer el desarrollo de programas que conlleven el apoyo e integración social dentro del grupo de clase, dado que la sensación de pertenencia al grupo va a contribuir en gran medida a los niveles de bienestar del alumnado.

En los aspectos relacionados con el bienestar académico se puede hacer mención a las puntuaciones relativamente bajas que se han otorgado sobre la motivación de asistir a clase y su contribución a la felicidad y bienestar del alumnado. Estas respuestas plantean la necesidad de conocer en mayor profundidad las razones académicas y no académicas que pueden provocarlas, así como reclaman un interés por potenciar valores positivos y motivadores para combatir y reducir el absentismo.

Los resultados del presente estudio han indicado que el bienestar académico es el único constructo de los analizados que afecta significativamente sobre la felicidad de los alumnos. Esta relación positiva y directa está en consonancia con algunos estudios previos (v.gr., Telef, 2021; Khodapana, & Tamannaeifar, 2022), aunque diverge de otros estudios que han

corroborado otras relaciones significativas respecto a la felicidad del alumnado (v.gr., Pulido, & Herrera, 2018; García et al., 2020; Hoyo-Rivas, 2021). Además, se han realizado otras pruebas no paramétricas para comprobar la posible incidencia indirecta que podría haber sobre la felicidad, contrastando las relaciones entre inteligencia emocional, bienestar psicológico y bienestar social en relación con el bienestar académico, pero no se han obtenido resultados significativos. Creemos que es importante resaltar que se ha observado en la literatura una cierta falta de concreción sobre el concepto de bienestar (Ribeiro-Silva et al., 2022), pero también es necesario ser más precisos con otros constructos, como la inteligencia emocional, sobre la que cabe considerar aspectos específicos cuando se trata de evaluar su relación con el bienestar y la felicidad (Andrés, 2012).

En cuanto a las implicaciones prácticas del presente estudio, como medida para fomentar el bienestar y la felicidad del alumnado, sería interesante crear un entorno seguro y de apoyo en el que los estudiantes puedan expresar sus inquietudes y recibir ayuda de sus propios compañeros para facilitar su desarrollo integral. Para ello, una de las actuaciones que pueden ser más efectivas para lograrlo está vinculada al uso de aplicaciones específicas que favorezcan la comunicación y el apoyo entre los alumnos, ofreciendo la posibilidad de crear un entorno en el que puedan plantear sus problemas o inquietudes, de manera que el resto de alumnos pueda ofrecer su colaboración para afrontar y superar situaciones problemáticas. El hecho de compartir problemas con otros compañeros puede generar sentimientos positivos, valorando que disponen de una red de apoyo del grupo de clase que les ofrezca una variedad de perspectivas y soluciones. Cada alumno puede aportar diferentes enfoques basados en sus propias experiencias y conocimientos, siendo este intercambio muy enriquecedor a la hora de



encontrar soluciones más efectivas y sentirse menos solo o diferente a los demás en las situaciones que se estén afrontando.

Por último, este estudio ha pretendido ampliar el cuerpo de conocimiento sobre aquellos factores que pueden influir en el bienestar y la felicidad del alumnado, pero su mayor limitación es, sin duda, el número reducido de encuestas realizadas, ya que tan solo se ha dirigido a un grupo de clase de primer curso de un grado superior en Formación Profesional. Por lo tanto, se hace necesario profundizar en este conjunto de relaciones entre los distintos constructos implicados a partir de una población objetiva más extensa, abarcando incluso distintos niveles educativos. Sin embargo, sería interesante hacer más hincapié en el análisis de los ciclos de Formación Profesional, observando sus posibles diferencias y verificando si existen situaciones deficitarias de bienestar y felicidad del alumnado, en cuyo caso habría que contrarrestarlas con acciones educativas acordes con el Programa de bienestar emocional en el

ámbito educativo que ha propuesto recientemente el Ministerio de Educación, Formación Profesional y Deportes.

Además, hay que señalar que las escalas de medida utilizadas son propuestas preliminares, por lo que sería conveniente revisarlas en futuros estudios y, en su caso, refinrarlas o completarlas. Por ejemplo, en lo que respecta a la inteligencia emocional, se ha utilizado una escala muy reducida, contemplando tan solo tres ítems que representan dos dimensiones diferenciadas, como son el manejo del estrés y la gestión de las emociones. Otros constructos, como el bienestar psicológico y el bienestar social, se han presentado como escalas basadas en una sola dimensión, pero se podrían considerar desde una perspectiva más amplia en próximas investigaciones. Asimismo, con tamaños muestrales mayores, se podría plantear un modelo de investigación con relaciones directas e indirectas entre las variables de estudio, que cabría contrastar con técnicas de ecuaciones estructurales.

REFERENCIAS

- Akyürek, M.I. (2024). Examining the relationship between school climate and happiness according to primary school students' perceptions. *Education*, 52(3), 328-341. <https://doi.org/10.1080/03004279.2022.2089711>
- Alarcón, R. (2006). Desarrollo de una escala factorial para medir la felicidad. *Revista Interamericana de Psicología*, 40(1), 99-106. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=28440110>
- Bisquerra, R. (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Síntesis.
- Bisquerra, R. (2012). De la inteligencia emocional a la educación emocional. En Bisquerra, R. (Coord.), *¿Cómo educar las emociones? La inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia* (pp. 24-35). Esplugues de Llobregat (Barcelona): Hospital San Joan de Déu.
- Bisquerra, R. (2013). *Cuestiones sobre bienestar*. Síntesis.



Bisquerra, R., & Hernández, S. (2017). Psicología positiva, educación emocional y el Programa Aulas Felices. *Papeles de Psicólogo*, 38(1), 58-65. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=77849972006>

Campo Moraga, S.A. (2020). Desde la felicidad al bienestar: Una mirada desde la psicología positiva. *Revista Reflexión E Investigación Educacional*, 3(1), 137–148. <https://doi.org/10.22320/reined.v3i1.4507>

Carpentier, E. (2023). The Economics of Happiness: A Brief Review. *Intersect*, 16(3), 1-27. <https://ojs.stanford.edu/ojs/index.php/intersect/article/view/2668>

Chávez Ortega, E.A. (2023). Bienestar social y compromiso académico predictores del bienestar académico en estudiantes mexicanos de educación superior. *Revista de Investigación Educativa, Intervención Pedagógica y Docencia*, 1(1), 58-73. <https://doi.org/10.71770/rieipd.v1i1.1791>

Cuñado, J., & De Gracia, F.P. (2012). Does education affect happiness? Evidence for Spain. *Social Indicators Research*, 108, 185-196. <https://doi.org/10.1007/s11205-011-9874-x>

Danker, J., Strnadová, I., & Cumming, T.M. (2019). Picture my well-being: Listening to the voices of students with autism spectrum disorder. *Research in Developmental Disabilities*, 89, 130-140. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2019.04.005>

Demirbatir, R.E. (2015). Relationships between psychological well-being, happiness, and educational satisfaction in a group of university music students. *Educational Research and Reviews*, 10(15), 2198-2206. <https://doi.org/10.5897/ERR2015.2375>

Diener, E., Lucas, R.E., & Scollon, C.N. (2009). Beyond the hedonic treadmill: Revising the adaptation theory of well-being. En E. Diener (Ed.), *The Science of Well-Being* (pp. 103-118). Springer, New York. https://doi.org/10.1007/978-90-481-2350-6_5

Douwes, R., Metselaar, J., Pijnenborg, G.H.M., & Boonstra, N. (2023). Well-being of students in higher education: The importance of a student perspective. *Cogent Education*, 10(1). <https://doi.org/10.1080/2331186X.2023.2190697>

García, L., Orts, C.Q., & Peña, L.R. (2020). Cibervictimización y satisfacción vital en adolescentes: la inteligencia emocional como variable mediadora. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 7(1), 38-45. <https://doi.org/10.21134/rpcna.2020.07.1.5>

Govorova, E., Benítez, I., & Muñiz, J. (2020). How schools affect student well-being: A cross-cultural approach in 35 OECD countries. *Frontiers in Psychology*, 11, 431. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00431>

Hair, J.F., Black, W.C., Babin, B.Y.A., & Anderson, R.E. (2010). *Multivariate Data Analysis*. 7th ed. Pearson Prentice Hall.

Haryati, H.U. (2023). The Effect of Education on Happiness, Self-Acceptance, and Family Harmony (Empirical Evidence from Indonesia). *The Journal of Indonesia Sustainable Development Planning*, 4(1), 35-56. <https://doi.org/10.46456/jisdep.v4i1.371>

Hossain, S., O'Neill, S., & Strnadová, I. (2023). What constitutes student well-being: a scoping review of students' perspectives. *Child Indicators Research*, 16(2), 447-483. <https://doi.org/10.1007/s12187-022-09990-w>



Hoyo-Rivas, S.C. (2021). Factores de resiliencia y autoestima asociados a la felicidad en estudiantes de educación secundaria. *Revista ConCiencia EPG*, 6(2), 1-12. <https://orcid.org/0000-0001-5858-2101>

Kaplan, C., & Silva, V. (2016). Respeto y procesos civilizatorios. Imbricación socio-psíquica de las emociones / Respect and civilizing processes. Socio-psychic overlap of emotions. *Praxis Educativa*, 20(1), 28–36. <https://doi.org/10.19137/praxiseducativa-2016-200103>

Keyes, C.L., & Annas, J. (2009). Feeling good and functioning well: Distinctive concepts in ancient philosophy and contemporary science. *The Journal of Positive Psychology*, 4(3), 197-201. <https://doi.org/10.1080/17439760902844228>

Khodapana, F., & Tamannaefar, M.R. (2022). The mediating role of happiness and academic self-efficacy in the relationship between self-compassion and academic well-being in student. *Journal of Psychological Science*, 21(118), 2067-2089. <https://doi.org/10.52547/JPS.21.118.2067>

Kock, F., Berbekova, A., & Assaf, A.G. (2021). Understanding and managing the threat of common method bias: Detection, prevention and control. *Tourism Management*, 86, 104330. <https://doi.org/10.1016/j.tourman.2021.104330>

Losada-Puente, L., Mendiri, P., & Rebollo-Quintela, N. (2022). Del bienestar general al bienestar escolar: una revisión sistemática. *RELIEVE. Revista Electrónica de Investigación y Evaluación Educativa*, 28(1), 1-29. <https://doi.org/10.30827/relieve.v28i1.23956>

Martínez Esparza, A., de la Barrera Marzal, U., Jiménez Rodríguez, T., & Montoya Castilla, I. (2019). Inteligencia emocional y bienestar subjetivo en adolescentes: un estudio longitudinal. En E. Bresó y M. Sánchez (Eds.), *Organizaciones emocionalmente inteligentes: experiencias en evaluación e intervención* (pp. 27-33). Servei de Comunicació i Publicacions.

Ministerio de Educación, Formación Profesional y Deportes (2024). Enseñanzas no universitarias. Estadística del alumnado de Formación Profesional. Curso 2023-2024. Datos avances. Madrid. <https://www.educionfpydeportes.gob.es/servicios-al-ciudadano/estadisticas/no-universitaria/alumnado/matriculado.html>

Muratori, M., Zubieta, E., Ubillos, S., González, J.L., & Bobowik, M. (2015). Felicidad y bienestar psicológico: estudio comparativo entre Argentina y España. *Psykhe*, 24(2), 1-18. <https://doi.org/10.7764/psykhe.24.2.900>

OECD (2017). *PISA 2015 Results (Volume III)*. Paris: OECD.

Pérez Gómez, A. (2020). Los desafíos educativos en tiempos de pandemias: ayudar a construir la compleja subjetividad compartida de los seres humanos. *Praxis Educativa*, 24(3), 1-24. <https://doi.org/10.19137/praxiseducativa-2020-240302>

Powell, M.A., & Graham, A. (2017). Wellbeing in schools: Examining the policy-practice nexus. *The Australian Educational Researcher*, 44, 213-231. <https://doi.org/10.1007/s13384-016-0222-7>

Pulido Acosta, F., & Herrera Clavero, F. (2018). Predictores de la felicidad y la inteligencia emocional en la educación secundaria. *Revista Colombiana de Psicología*, 27(1), 71-84. <https://doi.org/10.15446/rcp.v27n1.62705>



Renshaw, T.L., & Chenier, J. S. (2019). Screening for student subjective wellbeing: An analog evaluation of broad and targeted models. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 37(6), 1-18. <https://doi.org/10.1177/0734282918795797>

Requejo, E., Losada-Puente, L., Rebollo-Quintela, N., & Mendiri, P. (2022). Narrativas del alumnado de Educación Primaria sobre su bienestar escolar: un diagnóstico inicial. *Revista de Investigación en Educación*, 20(1), 5-20. <https://doi.org/10.35869/reined.v20i1.3964>

Ribeiro-Silva, E., Amorim, C., Aparicio-Herguedas, J.L., & Batista, P. (2022). Trends of active learning in higher education and students' well-being: A literature review. *Frontiers in Psychology*, 13, 844236. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.844236>

Ros, A., Filella, G., Ribes, R., & Pérez, N. (2017). Análisis de la relación entre competencias emocionales, autoestima, clima de aula, rendimiento académico y nivel de bienestar en una muestra de escolares de educación primaria. *REOP - Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 28(1), 8–18. <https://doi.org/10.5944/reop.vol.28.num.1.2017.19355>

Salavera, C., & Usán, P. (2017). Repercusión de las estrategias de afrontamiento deestrés en la felicidad de los alumnos de Secundaria. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 20(3), 65--77. <http://dx.doi.org/10.6018/reifop.20.3.282601>

Sanmartín, R., González, C., & Vicent, M. (2018). Inteligencia Emocional en alumnado de Formación Profesional. Diferencias en función del curso, del género y de la edad. *Educar*, 54(1), 229-245. <https://doi.org/10.5565/rev/educar.797>

Schmidt, V., Molina, M.F., Celsi, I., & Corti, J.F. (2022). La experiencia de disfrute y su contribución a la realización personal en jóvenes estudiantes. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 25(2), 59-78. <https://doi.org/10.6018/reifop.517201>

Secretaría de Estado de Educación, Gobierno de España (2023). Resolución de 5 de julio de 2023, por la que se publica el Acuerdo de la Conferencia Sectorial de Educación de 7 de junio de 2023, por el que se aprueba la propuesta de distribución territorial y los criterios de reparto de los créditos gestionados por comunidades autónomas destinados al Programa de Bienestar Emocional en el ámbito educativo, en el ejercicio presupuestario 2023. Boletín Oficial del Estado, 170, 103763-103774.

Seligman, M.E., Ernst, R.M., Gillham, J., Reivich, K., & Linkins, M. (2009). Positive education: Positive psychology and classroom interventions. *Oxford Review of Education*, 35(3), 293-311. <https://doi.org/10.1080/03054980902934563>

Telef, B.B. (2021). The Relation between Happiness, School Satisfaction, and Positive Experiences at School in Secondary School Students. *Education & Science/Egitim ve Bilim*, 46(205), 359-371. <https://doi.org/10.15390/EB.2020.5587>

Valenzuela, B.M., & Frías, M. (2024). Ambiente escolar positivo, justicia escolar, conducta sostenible y bienestar en estudiantes de bachillerato. *CES Psicología*, 17(1), 68-86. <https://doi.org/10.21615/cesp.7056>

Veenhoven, R. (2015). Informed pursuit of happiness: What we should know, do know and can get to know. *Journal of Happiness Studies*, 16, 1035-1071. <https://doi.org/10.1007/s10902-014-9560-1>



Yam, F.C. (2022). The relationship between school satisfaction and psychological well-being of secondary school students: the mediating role of happiness at school. *Journal of Teacher Education and Lifelong Learning*, 4(2), 248-262. <https://doi.org/10.51535/tell.1200847>

Yiğit, B., & Çakmak, B.Y. (2024). Discovering psychological well-being: A bibliometric review. *Journal of Happiness Studies*, 25(5), 1-24. <https://doi.org/10.1007/s10902-024-00754-7>

Yıldırım, M., & Tanrıverdi, F.Ç. (2021). Social support, resilience and subjective well-being in college students. *Journal of Positive School Psychology*, 5(2), 127-135. <https://doi.org/10.47602/jpsp.v5i2.229>

Zenteno-Osorio, S., & Leal Soto, F. (2023). Transferencia de un Sistema de Información y Seguimiento del Bienestar Psicológico en Contextos Educativos: experiencia de colaboración entre un centro de investigación y escuelas de la región de Tarapacá – Chile. *Praxis Educativa*, 27(1), 1–22. <https://doi.org/10.19137/praxiseducativa-2023-270120>