

AUTOESTIMA Y SENTIDO DE LA VIDA EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS

YOEL SMEDEMA MALONDA

Universidad de Deusto

M^a NIEVES BARAHONA ESTEBAN

Escuela Universitaria de Magisterio Fray Luis de León (UCAV)

RESUMEN

El presente trabajo pretende evidenciar el grado de asociación entre la autoestima y el sentido de la vida, así como el peso modulador de la variable sexo. Se han utilizado dos instrumentos estandarizados para la evaluación empírica de los constructos: la Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR) y el Purpose-In-Life Test (PIL). Dichas pruebas fueron aplicadas a una muestra de 106 universitarios con un rango de edad entre 18 y 26 años. Los resultados encontrados indican que, en cuanto al género, no aparecen diferencias significativas en relación a los niveles de autoestima, como tampoco en el sentido de la vida. En relación a los niveles de autoestima y sentido de la vida se encontró una correlación positiva significativa entre ambos indicadores, siendo la autoestima sana una condición necesaria, aunque no suficiente, para la presencia del sentido vital.

Palabras clave: Autoestima, sentido de la vida, vida significativa, psicología positiva, estudiantes universitarios.

ABSTRACT

The present work pretends to demonstrate the degree of association between self-esteem and the meaning of life, as well as the modulatory weight of the variable sex.

Two standardized instruments for the empirical evaluation of the constructs were applied: the Rosenberg Self-Esteem Scale (EAR) and the Purpose-In-Life Test (PIL). These tests were applied to a sample of 106 university students ranging in age from 18 to 26 years. The results indicate that, in terms of gender, there are no significant differences in relation to the levels of self-esteem, nor in the meaning of life. In relation to the levels of self-esteem and sense of life, a significant positive correlation was found between both indicators, with healthy self-esteem being a necessary but not sufficient condition for the presence of the sense of life.

Keywords: Self-esteem, meaning of life, meaningful life, positive psychology, university students.

INTRODUCCIÓN

A pesar de los diferentes matices conceptuales enunciados en relación a la autoestima, numerosos autores coinciden en señalar que la autoestima es un proceso que se construye a partir del proceso de categorización del yo, en el marco del proceso de socialización y en la interacción con diferentes agentes socializadores. Al mismo tiempo, convienen en que la infancia, adolescencia y juventud son las etapas críticas para la formación de dicha autoestima (Enrique y Muñoz, 2014).

Para el propósito de esta investigación se ha tomado como referencia la conceptualización de la autoestima propuesta por Rosenberg (1965). Desde esta perspectiva, se consideraría la autoestima como una dimensión única y, por lo tanto, supone un enfoque global de la misma. Este autor integró diversos planteamientos, como la psicología del desarrollo y la psicología clínica junto con aportaciones de la sociología, para desarrollar un enfoque integral de la formación de la autoestima a lo largo del ciclo vital (Simkin y Azzollini, 2015).

Por otra parte, estrechamente ligado a la noción del autoconcepto se encontraría la autoeficacia. Cabe mencionar aquí la teoría social cognitiva de Albert Bandura (1986), según la cual esta hace referencia a un sentimiento de confianza en las propias capacidades para poder hacer frente de manera adecuada a los distintos eventos estresantes. Dicho constructo influye sobre el modo de pensar, sentir y actuar, de tal manera que, si se desarrolla la convicción en la propia capacidad para superar los retos que en la vida se plantean, el individuo con una alta autoeficacia considerará que puede hacerles frente, se sentirá seguro cuando tenga que emprender una tarea, la motivación para dicho emprendi-

miento será alta y desarrollará las acciones necesarias para lograrla (Guerrero y Sánchez, 2015).

Dado que en el presente trabajo se ha investigado acerca de la relación existente entre autoestima y sentido de la vida, se considera importante contemplar el aporte que desde la Teoría de la Autodeterminación (SDT) se realiza. Este planteamiento toma como indicadores de bienestar psicológico medidas de autoestima, satisfacción con la vida y vitalidad subjetiva. Por lo tanto, se encuentran correlaciones positivas entre la satisfacción con la vida y autoconcepto-autoestima, pues se consideran que ambos constructos están implicados en el bienestar psicológico del sujeto y vinculados al sistema “yo” (self-system) propio de cada individuo (Goñi e Infante, 2010).

La importancia de la autoestima en la vida de las personas ha quedado registrada por una amplia investigación. En este sentido se ha visto que la autoestima se relaciona de una manera directa con estilos de vida saludable ya que, a mayores expectativas de autoeficacia (componente esencial de la autoestima), mayor se ha visto que es la posibilidad de afrontar los estresores vitales. Al mismo tiempo, esto facilitaría a los individuos apreciar un mejor estado de salud y, por ende, poner en marcha conductas más saludables que ejerzan una influencia como variables protectoras frente a la enfermedad (Guerrero y Sánchez, 2015).

Las personas con baja percepción del mismo tenderían a la depresión, ansiedad, a presentar menores grados de felicidad y satisfacción con la vida, mayor estrés psicológico, presencia de psicopatología y problemas clínicos, así como mayor consumo de drogas y conductas disruptivas (Martínez y Castellanos, 2013). Por el contrario, una autoestima alta se ha visto asociada a un mejor desempeño laboral, resolución de problemas, extraversión, autonomía, autenticidad, así como guarda relación con varios fenómenos interpersonales positivos como son la conducta prosocial, satisfacción en las relaciones y desempeño positivo en grupos. En definitiva, una alta autoestima cumpliría una función hedónica o de bienestar general en la vida de las personas (Góngora y Casullo, 2009).

A lo largo de la Historia y en el transcurso y evolución de las distintas disciplinas académicas (en particular de la Filosofía y la Psicología), se ha intentado definir la felicidad, así como conocer los factores asociados a la misma, con el objetivo de facilitar su comprensión. Si bien es cierto que este término es controvertido, una rama de la Psicología, la Psicología Positiva, ha apostado por realizar una definición conceptual de la misma resaltando los aspectos positivos/cualidades de los seres humanos, contrastando con lo que históricamente ha sido

el objeto de atención de la Psicología, tanto en su vertiente práctica como en la investigación: las carencias y patologías. Esta corriente propone una psicología equilibrada, en la que se tengan conocimientos y herramientas tanto para intervenir sobre lo aflictivo, como para ejercitar aquello que apreciamos y es beneficioso en la vida de los seres humanos (Tarragona, 2013).

Park, Peterson y Sun (2013) entienden como Psicología Positiva:

El estudio científico de las experiencias positivas, los rasgos individuales positivos, las instituciones que facilitan su desarrollo y los programas que ayudan a mejorar la calidad de vida de los individuos, previendo y reduciendo la incidencia de psicopatología, a la vez que promueve las potencialidades humanas.

Dicha disciplina tiene conexiones con otras corrientes o teorías psicológicas que han analizado conceptos vinculantes o en relación con la misma, como son las propuestas de Abraham Maslow, Carol Ryff y Viktor Frankl (Barahona, Cabaco y Urchaga, 2013). Tal y como se ha señalado hasta ahora, el estudio de la felicidad podría abordarse desde diferentes perspectivas.

Para el presente trabajo se ha tenido en cuenta el planteamiento desarrollado por Frankl (2003). Según este autor la vida humana consiste en la lucha por hallar el sentido de la propia existencia. Para ello es necesario sobreponerse a la situación de falta de sentido (vacío existencial), por medio de una tensión innata y continua que le conduce a la búsqueda de sentido (voluntad de sentido) para alcanzar el verdadero sentido de la vida (suprasentido) (Moreno, 2014). La voluntad de sentido sería para V. E. Frankl el principal motivo del individuo de su existir y se caracteriza por su naturaleza existencial, universal y no dependiente de variables demográficas. Sería una necesidad existencialmente prioritaria en cada instante, ya sea de carácter biológica (salud, fortaleza, sexo), psicológica (bienestar subjetivo) o social (prestigio, éxito), que consiste en encontrar una motivación de carácter existencial por el cual, pese a las dificultades, la vida sería percibida y experimentada como valiosa (logro de sentido). No obstante, las diferencias sociodemográficas señaladas con anterioridad, puedan suponer, al mismo tiempo, discrepancias en el nivel de logro del sentido vital (García, Martínez, Soucase y Gallego, 2011).

En esta investigación se ha tomado como referencia la definición de sentido vital aportada por Martínez y Castellanos (2013), entendida como:

La percepción afectiva-cognitiva de valores que invitan u orientan a la persona a actuar de un modo u otro ante situaciones específicas o generales de la vida, dando coherencia e identidad personal, abogando por una definición de

sentido vital integradora del significado y del sentido, motivo por el cual, la búsqueda de sentido iría más allá de la búsqueda de coherencia e identidad o de tener propósitos en la vida.

El interés del sentido de la vida en la existencia de las personas ha quedado registrado por una amplia investigación. En esta línea, se ha demostrado que una vida caracterizada por la presencia de sentido es más satisfactoria que una vida centrada en el placer (Park et al., 2013). Desde una perspectiva vinculada a la psicopatología y a la experiencia de malestar, se ha visto que el sentido vital mantiene una relación inversa con el afecto negativo, el miedo, la ansiedad, la vergüenza y la tristeza, el estrés y el neuroticismo (Martínez y Castellanos, 2013). Morán y Fínez (2016) encontraron en su estudio sobre felicidad y tipos y rasgos de personalidad que esta tiene una fuerte relación con el bienestar y la felicidad. También, las personas que experimentan mayor sentido de vida son menos propensas a abusar del alcohol y otras sustancias (Tarragona, 2013). Desde la experiencia de duelo cabría mencionar que los individuos que no buscan el sentido positivo del mismo serían propensos a experimentar estados de ansiedad y depresión (Armas, 2015).

Es importante mencionar la relación que esta última mantiene con la desesperanza, pues ejercería un rol como variable moduladora entre la depresión y la conducta suicida, dado que forma parte de las distorsiones cognitivas propias de personas con depresión e ideaciones suicidas (García, Gallego, y Pérez, 2009). En este aspecto, sujetos con bajos niveles de sentido de vida reportan una mayor ideación suicida y desesperanza (Martínez y Castellanos, 2013). Así pues, mientras la desesperanza y una baja autoestima estarían asociados con la presencia de depresión, la esperanza, una consideración positiva de uno mismo y la presencia de sentido vital guardarían relación con estados de felicidad (Armas, 2015). Finalmente, se ha establecido que las personas que piensan que su vida tiene sentido son más felices, experimentan mayor bienestar y satisfacción, así como manifiestan sentirse más en control de sus vidas y están más implicadas en su trabajo (Tarragona, 2013).

El objetivo principal de este estudio, por tanto, será conocer en qué medida se relacionan los niveles de autoestima y sentido de la vida en los estudiantes universitarios de primer curso del Grado de Psicología de la Universidad Pontificia de Salamanca (UPSA), así como analizar el peso modulador que puede ejercer la variable sexo. Esto se realizará por medio de la aplicación de dos pruebas específicas para la evaluación de ambos constructos: la Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR) y el Purpose-In-Life Test (PIL).

A partir del objetivo expuesto se pretende la contrastación empírica de la hipótesis: sujetos con altas puntuaciones en autoestima tenderán también a mostrar valores elevados en sentido de la vida. A su vez, se sostiene que su opuesto, a saber, participantes que presenten una valoración negativa de su autoestima presentarán índices inferiores en sentido de la vida, también se cumplirá. Como segunda hipótesis, de carácter exploratoria, se pretende evidenciar la posible influencia del factor sexo en la relación entre ambas variables. Se parte del supuesto de que las mujeres mostrarán menores niveles de autoestima que los hombres y que habrá diferencias significativas en las puntuaciones de la Escala de Autoestima de Rosenberg en los niveles de autoestima.

MATERIAL Y MÉTODO

PARTICIPANTES

El número total de la muestra está compuesta por 106 estudiantes universitarios (78 mujeres y 28 hombres), provenientes de una universidad privada de Salamanca, España. La diferencia de tamaño entre los grupos de hombres y mujeres se debe al perfil del alumnado en esta carrera universitaria, compuesto mayormente por estas últimas. El rango de edad comprendió entre los 18 y 26 años. La colaboración fue voluntaria y no recibieron a cambio ningún incentivo.

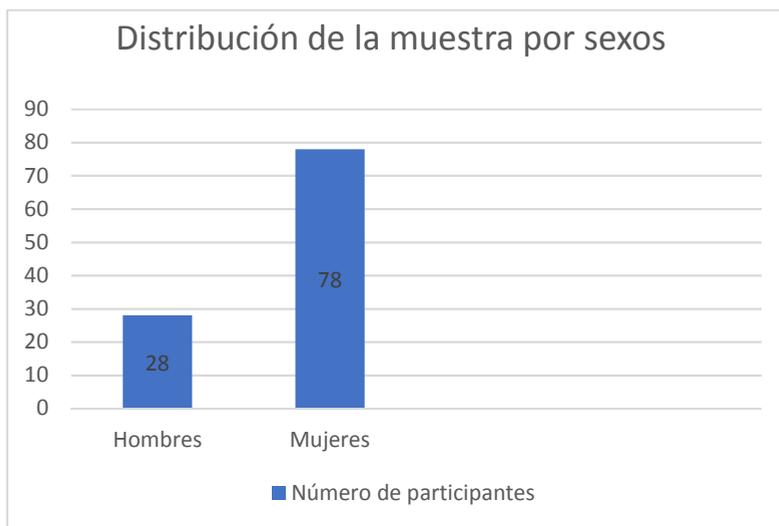


Figura 1. Número total de participantes según la distribución del sexo

INSTRUMENTOS

Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR)

Uno de los instrumentos más empleados a nivel internacional para obtener una medida de la evaluación global de la autoestima es la Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR, 1965). Fue desarrollada originalmente por este autor con la finalidad de realizar una evaluación de la autoestima en adolescentes. Aunque en sus inicios fue diseñada como escala de Guttman, posteriormente su puntuación se ha utilizado de manera habitual como escala tipo Likert (Vázquez, Vázquez y Bellido, 2013).

Está compuesta por 10 ítems cuyos temas se centran en los sentimientos de respeto y aceptación de uno mismo/a. El sujeto debe leer las afirmaciones e informar en qué medida pueden ser aplicadas a sí mismo, haciendo la valoración sobre una escala tipo Likert con 4 categorías de respuesta (1= Muy de acuerdo; 4= Muy en desacuerdo). Cinco de los ítems están escritos en forma positiva (i.e., “Siento que soy una persona con méritos”); y los otros cinco en forma negativa (i.e., “Tengo tendencia a sentir que soy un fracaso en todo”). Para su corrección se invierten las puntuaciones de los ítems enunciados negativamente (3,5, 8,9,10) y posteriormente se suman todos los ítems (Vázquez et al., 2013). La puntuación total varía entre 10 y 40 puntos donde las puntuaciones mayores indican mayor autoestima (San Martín y Barra, 2013). Los puntos de corte empleados en este estudio han sido: 25 puntos o inferior a esta cifra, autoestima baja; 26 puntos o superior a esta calificación, autoestima alta.

En relación a las características psicométricas de esta prueba Garaigordobil, Aliri y Fontaneda (2009) han informado de coeficientes de consistencia (alfa de Cronbach) que se sitúan entre 0,74 y 0,77 y de fiabilidad test-retest de 0,63 (intervalo de 7 meses) y de 0,85 (intervalo de 2 semanas). Existen diversos estudios que apoyan sus adecuadas características psicométricas en diversos idiomas (puede encontrarse más información al respecto en Vázquez, Jiménez y Vázquez, 2004). Para el presente estudio adquiere relevancia el hecho de que esta escala haya sido adaptada y validada en población española, tanto en población adolescente como universitaria (Reina, Oliva y Parra, 2010), y sus propiedades psicométricas han resultado ser satisfactorias (Cabello, Fernández, Ruíz y Extremera, 2006). Finalmente, la validez de la EAR como medida unidimensional de la autoestima también ha sido comprobada en varios estudios (Garaigordobil y Durá, 2006).

Purpose-in-Life Test (PIL)

La evaluación del sentido de la vida se realizó mediante el empleo del test de propósito vital (Purpose-in-Life Test, PIL). Fue diseñado por James C. Crumbaugh y Leonard T. Maholick en 1964 con el objetivo de operacionalizar y desarrollar empíricamente conceptos logoterapéuticos formulados por V. E. Frankl. Esta escala mide la experiencia personal de sentido de la vida siguiendo dichos postulados y ofrece información, concretamente, sobre la satisfacción y el sentido de la vida, y las metas y propósitos vitales (García, 2014), así como permite detectar el vacío existencial (Moreno, 2014). Actualmente es el instrumento de evaluación más adecuado y empleado para evaluar el constructo del sentido de la vida.

Aunque la prueba original consta de tres partes, en el presente estudio se ha considerado únicamente la primera. Se trata de una escala tipo Likert (1 a 7) de 20 ítems, cuya puntuación se obtiene sumando los valores de las opciones de respuesta que el sujeto selecciona (García et al., 2011). La posición 4 se considera neutral y se emplean distintos términos descriptivos para las dos posiciones extremas (Moreno, 2014). En el PIL se distinguen cinco áreas: 1) Significado de Vida (ítems 3,4,7,12,17 y 20), que mide la presencia de un propósito o misión en la vida; 2) Satisfacción por la Vida Propia (ítems 1,2,5,6,9 y 19), que informa de la percepción de la vida; 3) Libertad (ítems 13,14 y 18), se refiere a la autoevaluación en cuanto a la libertad y la responsabilidad personal; 4) Miedo a la Muerte (ítem 15), evalúa la preparación para la muerte y el miedo a la misma; y, 5) La Valoración de la Vida (ítem 10), mide si el individuo estima que su existencia es válida/provechosa (Magaña, Zavala, Ibarra, Gómez y Gómez, 2004).

La aplicación de la prueba es muy simple, siendo el tiempo de cumplimentación 20 minutos aproximadamente (Moreno, 2014). La corrección es directa, excepto para los ítems 2,5,7,10,14,15,17,18 y 19, para los cuales se invierten las puntuaciones de las respuestas. La interpretación del PIL se realiza en orden ascendente: a mayores puntuaciones, mayor sentido de la vida. Además, los participantes cumplieron una serie de cuestiones vinculadas a datos sociodemográficos y a determinados aspectos de su vida (familia, Dios, religión, espiritualidad, crecimiento personal y amigos), valorando estas últimas cuestiones en una escala tipo Likert (1 a 7). Las puntuaciones del PIL fluctúan entre 20 y 140 puntos, pudiendo distinguirse diversas categorías: inferiores a 90 sería indicativo de vacío existencial, entre 90 y 105 señala indefinición en relación al sentido de la vida, y superiores a 105 denota logro de sentido (García et al., 2009).

En cuanto a sus propiedades psicométricas se puede indicar que el PIL alcanza un alto coeficiente de fiabilidad (0.84) y ha sido baremado para la población española, habiendo sido probada su consistencia interna con un alfa de Cronbach de 0.88 (García et al., 2011). Por otra parte, las conclusiones más relevantes obtenidas acerca de la exploración de esta prueba confirman que elevadas puntuaciones en la misma mantienen una correlación positiva con las creencias religiosas firmemente establecidas, pericia en la responsabilidad por causas generosas, valores de auto trascendencia, humor sano, autoconcepto positivo, autoestima y fortaleza ante el estrés, así como con otras variables asociadas al bienestar psicológico. Por el contrario, bajas puntuaciones en esta prueba se han visto asociadas a alteraciones psicológicas, ideación suicida, conductas adictivas e inseguridad ante las situaciones de peligro. No obstante, a pesar de lo mencionado, una puntuación en PIL sería indicativo de un nivel de sentido de la vida que un sujeto experimenta, aunque no señala el contenido de dicho significado (Moreno, 2014).

PROCEDIMIENTO

La recogida de información fue realizada mediante la técnica de cuestionario (los dos instrumentos mencionados con anterioridad). Éstos fueron aplicados de manera colectiva, no especificándose límite de tiempo, en dos momentos temporales (dos sesiones), siendo la secuencia de aplicación primero el Purpose In-Life Test y, en la segunda sesión, la Escala de Autoestima de Rosenberg. Dichos cuestionarios fueron administrados en una única aula por el presente estudiante y el tutor de este trabajo, ambos adiestrados y conocedores de estas pruebas. La participación fue voluntaria y se les informó del carácter totalmente confidencial de dicha información.

Para el análisis de datos se empleó el Paquete Estadístico para las Ciencias Sociales (SPSS, Versión 14.0). Se extrajo una medida de tendencia central (la media) y se hizo una medición de la variabilidad (la desviación estándar) del grupo con la finalidad de obtener el promedio aritmético de la distribución de datos y conocer el promedio de desviación de las puntuaciones en base a la media. Por otro lado, se utilizó la prueba *t* para evaluar si los dos grupos (hombres y mujeres) diferían entre sí de manera significativa respecto a sus medias. A su vez, se empleó la prueba de Levene para evaluar la igualdad de las varianzas en las variables analizadas en los grupos mencionados anteriormente. Finalmente, se empleó el coeficiente de correlación lineal de Pearson.

RESULTADOS

En la Tabla 1 se muestra el total de sujetos (hombres y mujeres) que participaron en este estudio, a los que se aplicó la Escala de Autoestima de Rosenberg y el Purpose-In-Life Test. Como se puede observar, el número de mujeres (78) supera a la población masculina (28), constando la población final de 106 sujetos.

Tabla 1. Datos relativos al número de sujetos y su distribución según sexo

Estadísticas de grupo					
	SEXO	N	Media	Desviación estándar	Media de error estándar
Autoestima	Hombre	28	28,96	4,426	,836
	Mujer	78	29,41	3,781	,428
PIL	Hombre	28	99,6071	11,83009	2,23568
	Mujer	78	102,6282	12,68408	1,43619

A continuación, en la Tabla 2, se muestran los resultados obtenidos en las dos variables analizadas (autoestima y sentido de la vida) acorde al sexo de los participantes. Como se apreciará, no se han encontrado diferencias significativas en relación a los niveles de autoestima (Sig.: 0,610>0,05), como tampoco en el sentido de la vida (0,274>0,05), en relación al sexo.

Tabla 2. Datos relativos a las dos variables analizadas y su relación con el sexo de los participantes

		Prueba de Levene de igualdad de varianzas		Prueba t para la igualdad de medias		
		F	Sig.	t	gl	Sig. (bilateral)
Autoestima	Se asumen varianzas iguales	,000	,986	-,511	104	,610
	No se asumen varianzas iguales			-,475	41,989	,638
PIL	Se asumen varianzas iguales	,020	,887	-1,100	104	,274
	No se asumen varianzas iguales			-1,137	50,846	,261

En las Tablas 3 y 4 y en la Figura 2 se presentan unas representaciones de datos dicotomizando, en términos cualitativos (baja-alta), la variable dependiente (autoestima) y su relación con el sexo de la población objeto de estudio.

Tabla 3. Relación de la autoestima con el sexo de los participantes

Cruzada Autoestima cualitativa y Sexo

Recuento		SEXO		
		Hombre	Mujer	Total
Autoestima	Alta	24	66	90
	Baja	4	12	16
Total		28	78	106

Tabla 4. Relación de la autoestima con el sexo de los participantes

Cruzada Autoestima cualitativa y Sexo

			SEXO		
			Hombre	Mujer	Total
Autoestima	Alta	Recuento	24	66	90
		% dentro de SEXO	85,7%	84,6%	84,9%
	Baja	Recuento	4	12	16
		% dentro de SEXO	14,3%	15,4%	15,1%
Total		Recuento	28	78	106
		% dentro de SEXO	100,0%	100,0%	100,0%

A continuación, en la Tabla 5, se presenta la relación de los datos obtenidos en la variable autoestima y sentido de la vida. Es importante mencionar que la distribución de este último indicador en tres niveles (ausencia de sentido, zona intermedia y presencia de sentido) ha sido tomado de la adaptación que realizó Noblejas (1994, citado en Risco., 2009) a población española.

Tabla.5. Relación entre autoestima y sentido de la vida

Cruzada Autoestima y Sentido de la Vida

Recuento			PIL		
			Ausencia de Sentido	Zona intermedia	Presencia de Sentido
Autoestima	Alta	13	37	40	90
	Baja	6	10	0	16

Total		19	47	40	106
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado	
Válido	Ausencia de Sentido	19	17,9	17,9	
	Zona intermedia	47	44,3	62,3	
	Presencia de Sentido	40	37,7	100,0	
	Total	106	100,0		
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado	
Válido	Alta	90	84,9	84,9	
	Baja	16	15,1	100,0	
	Total	106	100,0		

Acorde a estos resultados la autoestima sería condición necesaria para la presencia de sentido en la vida, pero no suficiente. No obstante, estas conclusiones serán examinadas con mayor detenimiento en el apartado de discusión del presente trabajo.

Al tratarse de un estudio correlacional, es de suma importancia los resultados aquí obtenidos, pues el principal objetivo del mismo es conocer el grado de relación entre los principales indicadores. La correlación lineal de Pearson obtenida (0,445) es significativa ($p < 0,001$). Se debe interpretar que dichas variables correlacionan de manera positiva, por lo que en la medida en que aumentan las puntuaciones en un indicador aumentan en el otro. Esto supondría que aquellos sujetos con mayores índices de autoestima tendrían mayor sentido de la vida, y la misma situación se produciría a la inversa.

Tabla 6. Correlación obtenida en las variables objeto de estudio

		Autoestima	PIL
Autoestima	Correlación de Pearson	1	,445**
	Sig. (bilateral)		,000
	N	106	106
PIL	Correlación de Pearson	,445**	1
	Sig. (bilateral)	,000	
	N	106	106

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

El estudio realizado confirma la hipótesis principal de que existe una relación entre autoestima y sentido de la vida. Los resultados encontrados nos permiten concluir que una sana autoestima sería una condición necesaria pero no suficiente para la presencia del sentido vital. Acorde a estas conclusiones se observa como determinados participantes exhiben una sana autoestima, pero no presentan ese logro del sentido vital. Esto puede suponer que, a pesar de que estas personas se valoren positivamente a sí mismas, no sean capaces de “ver más allá”, es decir, que dicha autoestima esté basada en una consideración de su propia persona, pero no valore en la misma medida a las otras personas (en tanto que sentido vital implica considerar la vida en su totalidad y, por ende, el entorno social que les rodea) o conceda menor importancia a los aspectos trascendentales. Esto podría suponer la presencia de ciertos rasgos narcisistas.

Estos resultados guardan relación con las implicaciones de la teoría de Abraham Maslow (1943) sobre las necesidades humanas. Acorde a este autor, existen diversas necesidades que el ser humano debe suplir para construir su vida. Para representar este proceso de crecimiento, Maslow, empleó la figura de una pirámide estableciendo en sus eslabones las diferentes motivaciones humanas. En ella estas se distribuían yendo desde los aspectos más elementales, como los ingredientes fisiológicos, atravesando la necesidad de seguridad, el sentido de pertenencia y la estima hasta llegar al punto álgido de la pirámide: la autorrealización, principio motivacional por antonomasia de todo ser humano.

De esta teoría no sólo se extrae la importancia del componente motivacional en la vida de los individuos, sino la relación de una sana autoestima con la percepción de autoeficacia, aspecto vinculado con la teoría de Albert Bandura. Teniendo esto presente se podría concluir que, en la maduración evolutiva de los participantes, se observa como algunos de ellos en exclusividad han realizado ese proceso de desarrollo de un componente de estima personal a una “fase” de autorrealización. Esto podría guardar relación con los aspectos narcisistas que se comentaba anteriormente.

Dada la etapa evolutiva en la que se encuentra la muestra de participantes es importante no perder de vista la presencia de ciertos atributos asociados a la misma como, por ejemplo, la posible presencia del mito de la invencibilidad. Esta creencia irracional hace referencia a la convicción que, consciente o inconscientemente, mantienen algunos jóvenes de que nada que derrote a un mortal común logrará vencerlos (Berger, 2011). Este tipo de creencias irracionales implicarían una mayor intrascendencia a la hora de considerar a los otros/as. Esto podría reflejarse en las puntuaciones obtenidas por el grupo situado en

la zona intermedia del PIL y que, al mismo tiempo, mantienen una alta autoestima.

Por otra parte, como se puede observar, los resultados obtenidos en el presente estudio coinciden con los aportados por Martínez, Buelga y Cava (2007) al enunciar que una elevada autoestima se relaciona con una mayor satisfacción con la vida mientras que, por el contrario, una menor autoestima, se relaciona con una valoración negativa de la propia vida. Por otra parte, en relación al sentido de la vida, se ha visto que estos resultados son coincidentes con lo aportado por Armas (2015) al establecer que el sentido vital guarda relación con elevados índices de autoestima. En esta línea, Martínez et al. (2007) encontraron una correlación positiva entre autoestima alta y satisfacción con la vida durante la etapa de la adolescencia. Finalmente, los resultados del presente estudio coinciden con la investigación de Morán, Vicente, Sánchez y Montes (2014) al concluir que una baja autoestima supondría un impedimento en las personas para la experimentación de una vida con sentido.

En cambio, los resultados aquí obtenidos acerca de la relación entre el género y la autoestima son discrepantes con los obtenidos por González, Valdez y Serrano (2003) quienes encontraron que las mujeres presentaban índices inferiores de autoestima en comparación con los hombres. Este resultado también fue evidenciado por Ancer, Meza, Pompa, Torres y Landero (2011). A la luz de la investigación previa, se esperaba que los niveles de autoestima en mujeres serían menores que en los hombres. La base teórica que sostenía esta hipótesis era los trabajos anteriormente citados, sin embargo, los resultados obtenidos no apoyaron esta hipótesis.

En relación a la asociación entre sentido de la vida y género no se han observado diferencias significativas. Estos resultados son coincidentes con lo aportado por García (2014), quien sostiene que los resultados obtenidos a lo largo de la investigación son dispares, pareciendo estar lejos de ser claras las relaciones entre género y las diferencias en sentido vital cuando se emplea el PIL como herramienta de evaluación.

La principal limitación está relacionada con el tamaño muestral. Al haber contado con 106 participantes se considera que la representación de la población es bastante reducida. Al mismo tiempo, en relación a este aspecto, podemos ver como el número de mujeres es superior al de hombres. Sería positivo contemplar todo ello de cara a un futuro con la finalidad de mejorar los estándares del estudio. Para ello, se podrían considerar las cuestiones relativas a la heterogeneidad de la muestra, representatividad de la misma y, finalmente, contemplar la posibilidad de aleatorización de la población muestral.

Finalmente, es importante resaltar la posible interferencia de una serie de variables asociadas a este estudio. Se podría mencionar la cuestión relativa a la cumplimentación de los cuestionarios por parte de los participantes. Al tratarse de una aplicación colectiva, con escasa posibilidad de control de las respuestas, existe la posibilidad de que se hayan producido sesgos en las mismas (de-seabilidad social, por ejemplo), contestación por azar u otros obstáculos (p.ej., comprensión adecuada de los ítems). Si bien en ningún cuestionario se detectó la presencia de aquiescencia, no exime de la posibilidad de que las otras circunstancias hayan podido estar presentes en el momento de aplicación de las pruebas. Este tipo de limitaciones son inherentes, forman parte, del planteamiento y diseño de este modelo de investigación, aun así, se ha considerado relevante tener esto en consideración. Apuntar también que, en relación al carácter de este estudio, sería realmente útil si se pudiera plantear de manera longitudinal (evaluación a lo largo de diferentes momentos temporales) y no meramente transversal (en un momento puntual, como es el caso).

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ancer, L., Meza, C., Pompa, E., Torres, F., & Landero, R. (2011). Relación entre los niveles de autoestima y estrés en estudiantes universitarios. *Enseñanza e Investigación En Psicología*, 16(1), 91-101. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29215963008>
- Armas, M. (2015). *Sentido de la vida y afectividad negativa en pacientes con ansiedad y depresión* (Tesis de doctorado inédita). Universidad Pontificia de Salamanca.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall
- Barahona, M.N., Cabaco, A.S., & Urchaga, J.D. (2013). La Psicología Positiva aplicada a la educación: el programa CIP para la mejora de las competencias vitales en la Educación Superior. *Revista de Formación e Innovación Educativa Universitaria*, 6(4), 244-256.
- Berger, K. (2011). *Psicología del desarrollo*. (7ª. ed.). Madrid: Médica Panamericana.
- Cabello, R., Fernández, P., Ruíz, D., & Extremera, N. (2006). Una aproximación a la integración de diferentes medidas de regulación emocional. *Ansiedad y estrés*, 12(2-3), 155-166.
- Enrique, M. & Muñoz, R. (2014). El problema de la autoestima basado en la eficacia. *Revista de Investigación en Psicología Social*, 1(1), 52-58.
- Frankl, V. (2003). *El hombre en busca de sentido*. Barcelona: Herder.

- Garaigordobil, M. & Durá, A. (2006). Relaciones del autoconcepto y la autoestima con la sociabilidad, estabilidad emocional y responsabilidad en adolescentes de 14 a 17 años. *Análisis y Modificación de Conducta*, 32(141), 37-64.
- Garaigordobil, M., Aliri, J., & Fontaneda, I. (2009). Bienestar psicológico subjetivo: diferencias de sexo, relaciones con dimensiones de personalidad y variables predictoras. *Behavioral Psychology / Psicología Conductual*, 17(3), 543-559.
- García, J., Gallego, J.F., & Pérez, E. (2009). Sentido de la vida y desesperanza: un estudio empírico. *Universitas Psychologica*, 8(2), 447-454.
- García, J., Martínez, E. R., Soucase, B., & Gallego, J.F. (2011). Diferencias asociadas al sexo en las puntuaciones total y factoriales del Purpose-In-Life Test en universitarios españoles. *Universitas Psychologica*, 10 (3), 681-692.
- García, J. (2014). Análisis factorial de una versión española de Purpose-In-Life Test, en función del género y edad. *Pensamiento Psicológico*, 12(1), 83-98. doi: 10.11144/javerianacali.ppsi12-1.afve
- Góngora, V. & Casullo, M. (2009). Factores protectores de la salud mental: un estudio comparativo sobre valores, autoestima e inteligencia emocional en población clínica y población general. *Interdisciplinaria*, 26(2), 183-205.
- González, N., Valdez, J., & Serrano, J. (2003). Autoestima en jóvenes universitarios. *CIENCIA Ergo-Sum*, 10(2), 173-179.
- Goñi, E. & Infante, G. (2010). Actividad físico-deportiva, autoconcepto físico y satisfacción con la vida. *European Journal of Education and Psychology*, 3(2), 199-208. doi:10.1989/ejep.v3i2.60
- Guerrero, J. & Sánchez, J. (2015). Factores protectores, estilos de vida saludable y riesgo cardiovascular. *Psicología Y Salud*, 25(1), 57-71.
- Magaña, L., Zavala, M., Ibarra, I., Gómez, M., & Gómez, M. (2004). El Sentido de vida en Estudiantes de Primer Semestre de la Universidad de la Salle Bajío. *Revista del Centro de Investigación. Universidad la Salle.*, 6(22), 5-13. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=34202201>
- Martínez, M., Buelga, S., & Cava, M. (2007). La satisfacción con la vida en la adolescencia y su relación con la autoestima y el ajuste escolar. *Anuario de Psicología*, 38(2), 293-303.
- Martínez, E. & Castellanos, C. (2013). Percepción de sentido de vida en universitarios colombianos. *Pensamiento Psicológico*, 11(1), 71-82.
- Maslow, A. (1943). A theory of human motivation. *Psychological Review*, 50, 370-396.

- Morán, M.C., Fínez, M.J. & Fernández-Abascal, E. (2016). Sobre la felicidad y su relación con tipos y rasgos de personalidad. *Clinica y salud*, 28, 2, 59-63. doi:10.1016/j.clysa.2016.11.003
- Morán, C., Vicente, F., Cabaco, A.S., & Montes, E. (2014). La Psicología Positiva: antigua o nueva concepción. *International Journal of Developmental and Educational Psychology. Revista INFAD De Psicología.*, 3(1), 439-450. doi:10.17060/ijodaep.2014.n1.v3.522
- Moreno, M. V. (2014). *Sentido de la vida y afectividad negativa (ansiedad, depresión y obsesión ante la muerte) en universitarios* (Tesis de doctorado inédita). Universidad de Extremadura.
- Park, N., Peterson, C., & Sun, J. (2013). La Psicología Positiva: Investigación y aplicaciones. *Terapia Psicológica*, 31(1), 11-19. doi:10.4067/s0718-48082013000100002
- Reina, M., Oliva, A., & Parra, Á. (2010). Percepciones de autoevaluación: Autoestima, autoeficacia y satisfacción vital en la adolescencia. *Psychology, Society & Education*, 2(1), 55-69.
- Risco, A. (2009). *Sentido de la vida: Evolución e implicaciones para la Educación Superior* (Tesis de doctorado inédita). Universidad Pontificia de Salamanca.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press
- San Martín, J. & Barra, E. (2013). Autoestima, Apoyo Social y Satisfacción Vital en Adolescentes. *Terapia Psicológica*, 31(3), 287-291. doi:10.4067/s0718-48082013000300003
- Simkin, H. & Azzollini, S. (2015). Personalidad, autoestima, espiritualidad y religiosidad desde el modelo y la teoría de los cinco factores. *PSIENCIA. Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica*, 7, 339-361. doi:10.5872/psiencia/7.2.22
- Tarragona, M. (2013). Psicología Positiva y Terapias Constructivas: Una Propuesta Integradora. *Terapia Psicológica*, 31(1), 115-125. doi:10.4067/s0718-48082013000100011
- Vázquez, A., Jiménez, R., & Vázquez, R. (2004). Escala de autoestima de Rosenberg: fiabilidad y validez en población clínica española. *Apuntes de Psicología*, 22(2), 247-255.
- Vázquez, A., Vázquez, R., & Bellido, G. (2013). Fiabilidad y validez de la Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR) en pacientes con diagnóstico de psicosis. *Apuntes de Psicología*, 31(1), 37-43.

