

LOGOTERAPIA Y PSICOLOGÍA POSITIVA PARA MEJORAR EL SENTIDO VITAL EN JÓVENES

Dra. Dña. Ana Risco Lázaro*
 Universidad Católica de Valencia
 Dra. Dña. M^a Victoria Moreno García**
 Escuela Universitaria de Magisterio San Pablo CEU
 Dr. D. José David Urchaga Litago***, Dr. D. Antonio Sánchez Cabaco****
 Universidad Pontificia de Salamanca

RESUMEN

Se presenta parte de una investigación sobre el sentido de la vida llevada a cabo en la provincia de Salamanca (España) con 2324 jóvenes estudiantes de distintos niveles académicos. Se aplican los baremos que Noblejas (1994) estableció para las puntuaciones obtenidas en el test PIL (Purpose In Life) en población española siguiendo los criterios de Crumbaugh y Maholick (1969). Los niveles de *indefinición en relación al sentido de la vida* que se obtienen son interpretados como un horizonte de posibilidades para una actuación educativa orientada a la formación integral de los estudiantes, en coherencia con la actual normativa europea. Se destaca el aporte que a tal efecto pueden suponer la Logoterapia y la Psicología Positiva.

Palabras clave: sentido de la vida, jóvenes, Psicología Positiva, Logoterapia, educación

ABSTRACT

The document below is part of a research on the meaning of life carried out in the University of Salamanca on 2324 young students belonging to different educational stages. The scale that has been applied is Noblejas (1994) for PIL (Purpose in Life) test in a sample of Spanish population according to the criteria of Crumbaugh and Maholick (1969). The levels of *indefiniteness relating to the meaning of life* obtained are interpreted as a range of possibilities for education action oriented to the students' comprehensive learning, according to the current European legal framework. The contribution of Logotherapy and Positive Psychology is especially highlighted.

Key words: meaning of life, young people, Positive Psychology, Logotherapy, education

RESUMO

Este artigo apresenta parte de uma investigação sobre o significado da vida realizado na província de Salamanca (Espanha) em 2324 jovens estudantes envolvidos em qualquer grau. As escalas Noblejas (1994) estabelecidos para pontuação no teste PIL (propósito na vida) em população espanhola de acordo com as aproximações de Crumbaugh e Maholick (1969) se aplicam. Os níveis de incerteza quanto ao sentido da vida obtidos são interpretados como um horizonte de possibilidades para atividades educativas voltadas para a formação integral dos alunos, de forma compatível com as normas europeias em vigor. A contribuição que o efeito pode incorrer em Logoterapia e Psicologia Positiva é realçado.

Palavras-chave: sentido da vida, a juventude, Psicologia Positiva, Logoterapia, educação

*Universidad Católica de Valencia San Vicente Mártir (España). Profesora contratada. Correo electrónico: ana.risco@ucv.es

**Escuela Universitaria de Magisterio San Pablo CEU. Vigo (España). Profesora contratada. Correo electrónico: mvictoriamorenogarcia@gmail.com

*** Universidad Pontificia de Salamanca (España). Profesor titular. Correo electrónico: jdurchagali@upsa.es

****Universidad Pontificia de Salamanca (España). Profesor titular. Correo electrónico: diasanchezca@upsa.es

La cuestión del sentido de la vida humana ha sido abordada desde los diversos ámbitos del saber, desde la ciencia filosófica mediante un procedimiento racional, hasta la experimental, utilizando métodos empíricos, en ambos casos se ha estudiado desde distintas perspectivas y dirigido a objetivos también muy diversos. Sin embargo, es el psiquiatra vienés Víktor Emil Frankl (1905-1997), fundador de la Logoterapia, quien lo asume como cuestión fundamental de estudio desde la corriente de la Psicología Humanista Existencial y orientado a la psicoterapia.

Partiendo de su propia experiencia de reclusión en los campos de concentración durante la ocupación nazi, elabora su pensamiento científico acerca de la existencia humana con el fin de proporcionar una respuesta que ayude al ser humano actual a situarse de un modo positivo, pero totalmente realista, ante su propia vida. La novedad de su teoría antropológica consiste en haber aportado al conocimiento del hombre la visión de éste como un ser en continua búsqueda del sentido de su existencia, lo cual, según considera, constituye su motivación principal (Frankl, 1994, 1985, 1984). Se trata pues -la búsqueda del sentido de la vida- de una necesidad específica en el ser humano, no reductible a otras necesidades y que, siendo particular en cada persona tanto en su contenido como en el camino que conduce a ella, está presente en todas ellas. La pregunta por el sentido de la vida es considerada, por tanto, esencial en el ser humano pues en ella se encierra su anhelo más profundo y el fundamento de su felicidad.

Siendo patente la gran aportación del planteamiento de V.E. Frankl y la Logoterapia a la ciencia psicológica completando así la visión del ser humano aceptada y generalizada hasta ese momento en el ámbito psicológico, cabe señalar que también desde otras perspectivas psicológicas se ha planteado la cuestión del sentido vital y la felicidad humana adoptando otros caminos y aportando matices apropiados para su conceptualización. La Psicología científica, así, ha ido dando un giro sobre la dirección que había tenido en gran parte del siglo XX y se ha ido reconvirtiendo de hurgar en los problemas y

debilidades para centrarse en las fortalezas y potencialidades de las personas (Cabaco, 2008). De este modo, la Psicología Positiva, de la mano de Martin Seligman, su fundador y máximo exponente, ha abierto las puertas de la percepción de la psicología a los aspectos tanto proactivos como reactivos de la motivación humana. Desde este planteamiento se han elaborado diversos constructos que guardan estrecha relación con los de sentido y propósito de la vida, así como con otros elaborados y estudiados desde la corriente logoterapéutica. Así, Seligman (2003) ofrece una propuesta operativa del camino hacia la felicidad humana que, después de medio siglo de la elaboración de la teoría de V.E. Frankl, presenta ciertas similitudes con ella al considerar el sentido de la vida como el motivo último y más elevado de la felicidad.

La búsqueda del sentido, según la teoría elaborada y desarrollada por V.E. Frankl, constituye la motivación fundamental humana, con independencia de las circunstancias y situaciones personales (sexo, edad, cultura, nivel socioeconómico, etc.), si bien no se niega expresamente que éstas puedan ejercer cierta influencia, sí se niega su determinismo. En este orden, la investigación empírica realizada desde la perspectiva logoterapéutica está arrojando datos que pueden aportar luz para considerar la relación de las distintas variables personales y/o contextuales con el nivel de sentido experimentado por las personas. También desde la Psicología Positiva se comprueba el interés por estudiar el nivel de sentido vital percibido por los individuos y favorecer que éstos alcancen mayores cotas mediante el desarrollo de los aspectos positivos de su personalidad, en concreto de las denominadas *fortalezas personales*, según la nomenclatura propia de esta corriente.

En cuanto a los instrumentos utilizados en la investigación empírica sobre el sentido vital, desde la Logoterapia de V.E. Frankl los más difundidos y utilizados son el *Purpose In Life Test* (PIL), elaborado por C. Crumbaugh y L.T. Maholick en 1964, y el *Logo-Test*, elaborado en 1986 por E. Lukas, discípula directa de V.E. Frankl, con el objeto de lograr una mejor definición de algunos de los conceptos

logoterapéuticos. No obstante, en un trabajo anterior hemos evidenciado la escasa fiabilidad y validez de dicha prueba para el estudio empírico del constructo *sentido de la vida* (Cabaco, Risco y Urchaga, 2011), lo cual es coherente con la investigación disponible que señala la mayor adecuación del PIL a tal efecto debido a sus propiedades psicométricas, por lo que es el instrumento que más ha sido utilizado por la investigación tradicional al respecto. Sobre este instrumento de medida se han desarrollado más recientemente otras escalas y cuestionarios con el mismo objetivo pero tratando de solventar ciertas cuestiones críticas observadas en el mismo, y a menudo se aplican de modo complementario al PIL. Así, en la actualidad existen diversos instrumentos para la determinación operativa del sentido de la vida y su relación con otros constructos tales como *libertad, responsabilidad, autotrascendencia, autodistanciamiento, actitud ante la vida, sentido de la muerte, motivaciones existenciales, objetivos de sentido*, etc. Algunos de estos instrumentos logoterapéuticos disponibles para la investigación empírica son: *Seeking of Noetic Goals* (SONG Test), de Crumbaugh (1977); *Perfil de Actitud de Vida* (PAV), de Reker y Peacock (1981); *Life Purpose Questionnaire Test* (LPQ), de Hutzell y Peterson (1986); *Existenzskala*, de A. Längle, C. Orgler y M. Kundi (2000) y la *Escala Dimensional de Recursos Noológicos*, validada por E. Martínez, J. Díaz del Castillo y J. Jaimes en 2010.

La Psicología Positiva, por su parte, ha desarrollado distintos cuestionarios y escalas para tratar de estudiar empíricamente los distintos aspectos positivos, así como el nivel de felicidad y bienestar experimentado por las personas. De entre ellos, el más representativo es el *Cuestionario VIA de Fortalezas Personales*, versión castellana del original *VIA-IS (Values In Action- Inventory Strengths)*, elaborado y desarrollado bajo la dirección de Martin Seligman y Christopher Peterson en 2002, con una versión para niños y adolescentes (2003). Además, ha desarrollado un elenco de pruebas para la evaluación de aspectos relacionados como la gratitud, la tenacidad, optimismo, etc., que a menudo utiliza en conjunto. Por lo que respecta al

interés de nuestra investigación, la Psicología Positiva utiliza también cuestionarios sobre sentido vital: *Meaning in Life Questionnaire* (MLQ), de Steger, Frazier, Oishi y Kaler (2006), y sobre Satisfacción Vital: *Escala de satisfacción con la vida* (E. Diener, 1985).

En España, la investigación sobre el sentido de la vida cuenta con aportaciones en los últimos años en diversos ámbitos de aplicación, destacando los de la adicción (Agredano, 1990; Noblejas, 1995, 1998; Porras y Noblejas, 2004, 2007) y la vejez, enfermedad y muerte (Rodríguez, 2007; Sánchez Herrera, 2005; Kroeff, 1999), si bien otros han sido desarrollados con un objetivo de diagnóstico existencial en población juvenil, los cuales serán referenciados más adelante en el apartado de discusión de resultados.

Desde la línea de investigación que venimos desarrollando (Risco, Cabaco y Urchaga, 2011; Risco, Fernández y Urchaga, 2011; Risco, Cabaco y Moreno, 2010; Moreno, Risco, Cabaco y Urchaga, 2010; Cabaco, Risco y Salvino, 2008), el interés de nuestro equipo se centra en el desarrollo de las competencias vitales de los estudiantes a efectos de encontrar orientaciones para la formación integral de los mismos en el contexto de las reformas educativas actuales. Entre tales competencias vitales, consideramos esencial la actitud positiva y madura ante la vida, manifestada en la orientación a un propósito o ideal claro. Así pues, desde este enfoque, el estudio empírico que se presenta en esta publicación fue realizado en el marco de una investigación más amplia sobre el *sentido de la vida* llevada a cabo en Salamanca (España) con una muestra de jóvenes estudiantes de distintos centros educativos y niveles académicos. En general, se pretendía investigar las dimensiones evolutivas de la actitud ante la vida o *sentido de la vida* y se obtuvieron algunas conclusiones que ya han sido publicadas y contrastadas en los trabajos anteriormente referenciados. En el estudio empírico que en este momento presentamos, se ofrecen los datos relativos al nivel de presencia, indefinición y ausencia de sentido vital percibido por los propios estudiantes participantes en esta investigación. Se pretende con ello detectar los

momentos evolutivos (curso académico) generalmente más vulnerables respecto a sentido vital, y por lo tanto, en los que la educación para el sentido habría de incidir. Estos datos serán contrastados con los resultantes en estudios homólogos, a fin de encontrar notas comunes. Finalmente, se presenta la aportación que tanto la Logoterapia como la Psicología Positiva ofrecen para implementar procesos educativos orientados al desarrollo de actitudes positivas ante la vida.

Concretamente, los objetivos planteados en este estudio, son los siguientes:

- 1) Detectar el nivel de sentido vital, indefinición y ausencia de sentido que presentan los jóvenes encuestados mediante la aplicación de los baremos establecidos para el PIL.
- 2) Identificar, con los datos de este estudio, los momentos evolutivos más proclives para llevar a cabo acciones educativas orientadas al desarrollo de una actitud favorable ante la vida.
- 3) Contrastar estos datos con otros estudios similares a fin de encontrar elementos comunes que orienten una adecuada educación para el sentido de la vida.
- 4) Reflexionar sobre el aporte de la Logoterapia y Psicología Positiva para mejorar el sentido vital de los jóvenes.

MÉTODO

Participantes

El trabajo se llevó a cabo en la provincia de Salamanca (España), durante los años 2006-08 sobre una muestra de 2324 jóvenes estudiantes en centros privados y públicos de educación universitaria y preuniversitaria.

Se seleccionaron dos grupos de estudiantes, de diferente nivel académico (preuniversitario y universitario), que reflejan dos grupos de edad (13-17 años / 18-25 años), por confluir en ambas ciertas condiciones existenciales que los hacen más homogéneos y así

poder establecer entre ellos los análisis comparativos. De este modo, la muestra general de la investigación quedó conformada por dos sub-muestras: la preuniversitaria y la universitaria. Las características de cada una de ellas se refieren a continuación:

- Muestra preuniversitaria: 1151 estudiantes distribuidos en los cursos académicos 3º y 4º ESO y 1º y 2º Bachillerato. Edades comprendidas entre los 13 y 17 años (media = 15,94; desviación típica = 1,2)
- Muestra universitaria: 1173 estudiantes de los cursos 1º a 5º. Edades comprendidas entre los 18 y 25 años (media = 20,71; desviación típica = 2,8)

Este tipo de muestreo no garantiza la representatividad de la población estudiante de Salamanca, ya que no es puramente aleatorio y no fueron contemplados todos los centros de educación universitaria y preuniversitaria. Posee características de muestreo “incidental” y “por cuotas” ya que de antemano se previó una proporción homogénea en el número de estudiantes de los dos niveles académicos fijando la cifra de 1000 como mínimo deseado para cada una de las sub-muestras. Por otra parte, en la revisión bibliográfica realizada, no se encontró ningún estudio con tal amplitud de muestra en condiciones semejantes, por lo que permitiría proporcionar datos empíricos novedosos y válidos para el contraste con la investigación ya existente sobre el sentido de la vida en población juvenil.

Instrumentos

Para el estudio se utilizó el *Test de Propósito Vital (Purpose In Life, PIL)*, una vez confirmada su fiabilidad y validez para la medición del constructo *sentido de la vida* (alfa de Cronbach=0,812; KMO=0,89), datos coherentes con la investigación disponible al respecto para población española (Noblejas, 1999, 2000).

Aunque la prueba en su versión original consta de tres partes, en este estudio se ha

convenido considerar únicamente la primera (parte A) debido a que no se contemplaban las condiciones requeridas para el análisis de las otras partes, de carácter cualitativo y, según indica la investigación disponible al respecto, las partes B y C añaden escasa información a la obtenida en la parte A. Así, pues, el análisis realizado fue cuantitativo en base a ésta última parte, formada por 20 ítems, en los que el sujeto se posiciona en una escala tipo Likert de 1 a 7, entre dos sentimientos extremos. Cabe notar que la puntuación 4 refleja una postura nula, por lo que en la presentación de la prueba se motivaba a los estudiantes a que esta respuesta fuera indicada el menor número de veces posible.

La corrección se realiza mediante la suma de las puntuaciones dadas en cada ítem. Mayores puntuaciones indican mayores cotas de sentido vital.

La interpretación de la puntuación total, según la baremación establecida por Crumbaugh y Maholick (1969) sobre 1151 sujetos, en la que se incluían 346 enfermos psiquiátricos, se realiza del modo siguiente:

- puntuaciones inferiores a 91 indicarían *ausencia de claro sentido de la vida*
- en el rango de puntuaciones entre 92 y 112 se encontraría la llamada *zona de indefinición respecto al sentido de la vida*
- puntuaciones mayores de 113 reflejarían *presencia de metas y sentido en la vida*

La validación de dicha prueba y la aplicación de estos criterios en España fue realizada por Noblejas (1994) sobre 871 sujetos (con muestra clínica de 30 sujetos) obteniéndose dos baremos diferenciados según la edad (<29 años / >30 años) y se reflejaron diferencias significativas en sus puntuaciones tanto respecto a la versión original americana como a las adaptaciones en otros países (Noblejas, 2011). Así, la aplicación de los criterios americanos a la muestra de validación española, obtiene los siguientes baremos:

- puntuaciones por debajo de 90: ausencia de sentido de la vida
- puntuaciones entre 90 y 105: zona intermedia o de indefinición respecto del sentido de la vida
- puntuaciones mayores de 105: presencia de sentido de la vida.

Esta baremación es la que se ha aplicado a las investigaciones realizadas sobre el sentido vital en población española, por lo que es la que utilizamos en nuestra investigación.

Además del test PIL, a los jóvenes de esta investigación les fue aplicado un cuestionario complementario con datos sociodemográficos requeridos para realizar los análisis comparativos (sexo, edad, curso, extensión de la población de residencia, problemas de salud).

Procedimiento

Para llevar a cabo la aplicación del instrumento de evaluación (PIL), se contactó con profesores universitarios y de enseñanza preuniversitaria (dos cursos de educación secundaria -3º ESO y 4º ESO- y dos de Bachillerato -1º y 2º-) que, una vez conocido el planteamiento y objetivos de la investigación, ofrecieron amablemente los horarios de sus clases para poder informar a los alumnos de tal estudio. La presentación de la prueba fue realizada por la investigadora, asegurando la privacidad de los datos ofrecidos y la utilización de los mismos para el único fin de la realización de dicho estudio. Asimismo, se enfatizó que la participación en la investigación era de carácter totalmente voluntario y no se ofrecía recompensa alguna a los participantes, ofreciendo la posibilidad de no realizar la colaboración sin que por ello se siguiese ningún tipo de consecuencia para el alumno. No se encontró negativa por parte de ningún estudiante a cumplimentar el cuestionario.

La aplicación de la prueba se llevó a cabo en el lugar y hora de la clase habitual, teniendo una duración máxima de 30 minutos, según los casos. No se encontraron en ningún momento dificultades o inconvenientes en grado que pudieran invalidarla. Sí pudo observarse, no

obstante, en algunas ocasiones, cierta dificultad para comprender el enunciado de determinados ítems, por lo que en estos casos hubo que realizar las aclaraciones pertinentes en el transcurso de la cumplimentación de la prueba.

En cuanto a las manipulaciones experimentales de la muestra previas al análisis, es preciso señalar que hubo que rechazar algunos de los cuestionarios por encontrarse en gran medida incompletos (elevado número de ítems sin contestar, lo que podría interferir en las conclusiones derivadas de los resultados finales) o por carecer los datos sociodemográficos requeridos, lo cual impediría su análisis. En la muestra preuniversitaria se eliminaron nueve casos (0,77% del total de la muestra) quedando conformada por 1151 sujetos. El mismo número de casos se eliminó de la base total de la muestra universitaria, obteniéndose un número definitivo de 1173 casos. Tras estas manipulaciones experimentales de la muestra, se procedió al análisis estadístico de la muestra final (N=2324).

Tabla 1.

Porcentajes de presencia, ausencia e indefinición de sentido por sub-muestras y total de la muestra resultantes de la aplicación de los baremos del PIL

	PREUNIVERSARIOS	UNIVERSARIOS	MUESTRA TOTAL
Presencia de sentido	61,4%	72,6%	67,1%
Ausencia de sentido	6,3%	3,9%	5,2%
Indefinición	32,2%	23,4%	27,8%

En cuanto al segundo de los objetivos planteados, a fin de identificar en esta muestra de estudio los momentos evolutivos más vulnerables en cuanto al sentido vital, se obtiene que, en los jóvenes encuestados, la capacidad para percibir que la vida tiene un sentido bien definido aumenta discretamente en relación al curso académico. Tal incremento comienza a ser paulatino en el primer curso de estudios universitarios, manteniendo su progresión en los cursos siguientes. Los mayores porcentajes para la categoría *presencia de sentido definido* se dan en el 5º curso universitario (79%) y los menores en 2º de Bachillerato (57,1%).

El análisis de resultados fue llevado a cabo mediante el paquete estadístico SPSS (versión 15) para Windows.

RESULTADOS

En la aplicación de los baremos establecidos para las puntuaciones en el PIL por Noblejas (1994) a las puntuaciones obtenidas de los estudiantes de este estudio, se obtiene que los universitarios encuestados presentan mayor porcentaje de presencia de sentido que los estudiantes preuniversitarios, así como son menores las situaciones de ausencia de sentido.

En cuanto a la zona de indefinición respecto del sentido de la vida, se obtiene que ésta es mayor en los alumnos preuniversitarios.

Los datos concretos, en porcentajes, se muestran en la tabla 1 que sigue. Se presenta la aplicación de los baremos por separado para cada una de las sub-muestras y para la muestra global.

En lo que respecta a la categoría de *indefinición respecto al sentido de la vida*, se observa un descenso paulatino de los porcentajes de indefinición a medida que el curso académico es superior, llegando a obtenerse un 17,2% en el último de los cursos universitarios. La indefinición es mayor en el curso 2º Bachillerato, correspondiente a 17-18 años (37,6%) y en el curso 4º ESO (15-16 años), obteniéndose 34,3%.

En relación a los porcentajes indicativos de *ausencia de sentido definido*, señalamos que son los menores respecto a las demás categorías en cada uno de los grupos, encontrándose los valores

mínimos en los dos primeros cursos universitarios (3,7% y 3% respectivamente). Las mayores cotas de ausencia de sentido vital se dan en los cursos de 3º ESO -14-15 años- (9,9%) y 4º curso universitario (9,2%).

Estos datos se expresan a continuación distribuidos por niveles académicos (gráfico 1), con el objeto de facilitar la visualización de los resultados referidos.

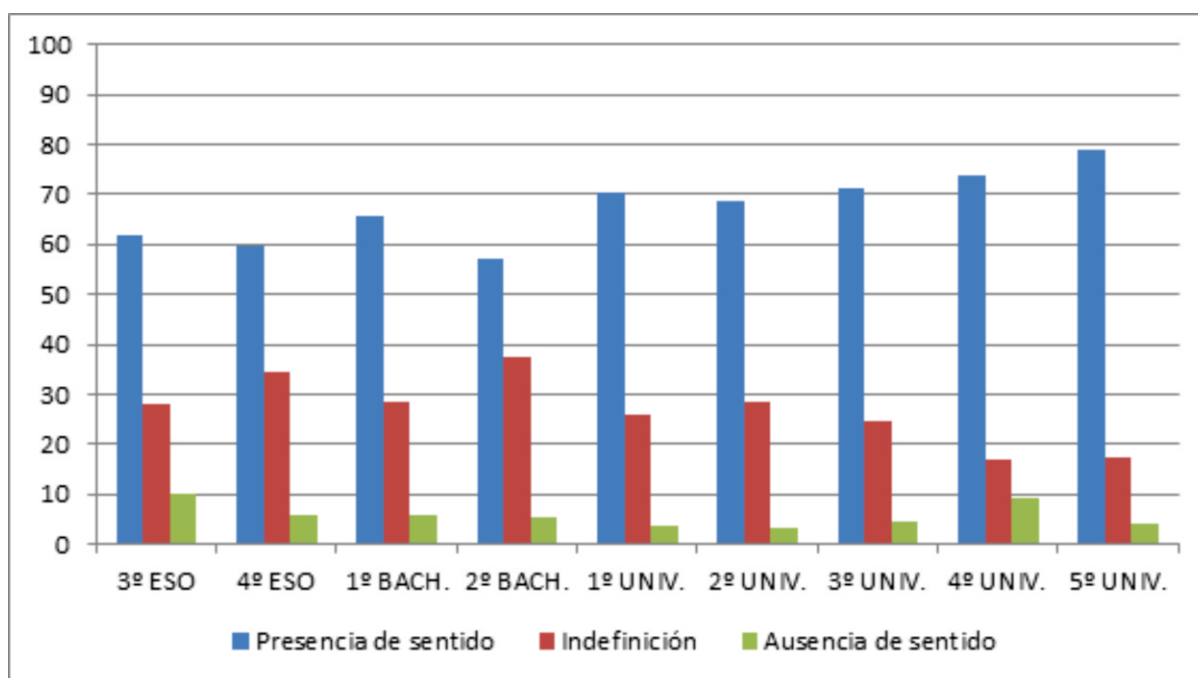


Gráfico 1. Niveles de presencia, indefinición y ausencia de sentido por curso académico (en porcentajes)

Por último, de acuerdo al tercero de los objetivos de este estudio, el contraste de los anteriores resultados con los que se obtuvieron en la validación del PIL en España (Noblejas, 1994), considerando los datos relativos a la muestra no clínica de jóvenes (<29 años), refleja una mejora en la percepción del sentido vital a favor de la

muestra del estudio actual. El porcentaje de presencia de sentido es mayor en el estudio actual (67,1% frente a 52,1%), la ausencia de sentido es menor (4,6% frente a 17,2%), aunque hay que notar que la indefinición con respecto al sentido vital es tan solo escasamente menor (28,3% frente a 30,7%).

Tabla 2.

Contraste de los resultados actuales con los de la baremación del PIL en España

	Noblejas (1994) 16-29 años	Estudio actual 16-25 años
Presencia de sentido	52,1%	67,1%
Ausencia de sentido	17,2%	4,6%
Indefinición	30,7%	28,3%

En lo que se refiere al contraste con otros estudios similares realizados en España sobre población juvenil, se exponen a continuación los siguientes trabajos y resultados:

Utilizando el test PIL, el estudio de Prats (2001) realizado con adolescentes en Valencia muestra que el 36,7% posee un sentido vital definido; el 39,5% presenta indefinición y que en el 23,8% restante se da ausencia de sentido. También en Valencia, un estudio con universitarios (Gallego-Pérez y García-Alandete, 2004) revela que un 57,5% presenta un sentido vital definido y el 11,1% ausencia del mismo, mientras que el 31,3% presenta un estado de indefinición.

En 2005, en un estudio realizado en Madrid con universitarios se obtiene que el 50% de los estudiantes encuestados muestra un sentido definido y el 17% falta del mismo, siendo un 33% el que se encuentra en zona de indefinición (Rollán, García-Bermejo y Villarrubia, 2005).

En cuanto a otros estudios comparables a éstos realizados fuera de España, el trabajo de López (1998) con universitarios mexicanos arroja que un 61,3% manifiesta sentido definido; 32,7% se encuentra en la zona intermedia o de indefinición y el 6% muestra ausencia de sentido, aludiendo a la existencia de problemáticas personales en este colectivo. El estudio realizado con universitarios mexicanos por Magaña y cols. (2004) encuentra que 55% presenta sentido definido; 33,3% se encuentra en la zona intermedia o de indefinición y 12% muestra ausencia de sentido.

DISCUSIÓN

Para realizar la discusión y reflexión acerca de los resultados obtenidos, destacamos primeramente algunos datos comunes encontrados en los estudios sobre el sentido vital en jóvenes que han sido anteriormente contrastados:

- La zona de *ausencia de un sentido de la vida bien definido* es mínima en todos los estudios. Por lo general, los jóvenes que han sido preguntados acerca del sentido

de su vida no manifiestan que ésta carezca de significado.

- Los mayores porcentajes corresponden en todos los casos a los jóvenes que perciben su vida con un sentido bien definido.
- Respecto a los porcentajes obtenidos en la llamada *zona de indefinición respecto al sentido de la vida o zona intermedia*, constituyen un rango de puntuaciones que nos parece preciso considerar por presentar, a nuestro modo de entender, cierta ambigüedad.

Lejos de tratar de interpretar estos resultados desde una perspectiva psicodiagnóstica, es nuestro interés abundar en la reflexión acerca de la situación de indefinición del sentido de la propia vida ya que se presenta como un horizonte de posibilidades en relación a la acción educativa.

Según la nomenclatura empleada en la baremación, podemos entender que los porcentajes en el rango de puntuaciones del PIL correspondiente al estado de *indefinición* (90-105) reflejarían que las personas encuestadas muestran cierta inseguridad para considerar que su vida tiene un sentido bien definido. Sin embargo, consideramos que, bajo tal nomenclatura podrían estar siendo englobadas muy diversas experiencias que resultaría pertinente poder llegar a clarificar de algún modo para lograr una más adecuada interpretación.

Por otro lado, si consideramos cuestiones existenciales de tipo personal o contextual, podemos encontrar ciertas pistas que ayudarían a la comprensión de tal dificultad para percibir la vida con un sentido definido. Así, puede pensarse en un cierto estado de insatisfacción con la vida en general y en particular con la propia existencia individual, lo cual puede llegar realmente a incapacitar a la persona para afirmar que en su vida hay un sentido claro con metas y propósitos definidos. Sin intención de interpretar esta situación desde un aspecto patológico, podemos, sin embargo, considerar la etapa de la adolescencia y juventud como momentos de

transición en la formulación de objetivos vitales y de un propósito claro en la vida. Los cambios que en este periodo se suceden en el orden biológico y psicológico pueden ser percibidos también en la esfera existencial. Los interrogantes acerca del propio futuro pueden ser percibidos como amenaza o como oportunidad, y ambas experiencias llevan asociada una carga de ambigüedad por el interrogante existencial que supone, lo cual puede llegar a ser interpretado como “indefinición”.

El descenso de los porcentajes de presencia de sentido definido, así como el incremento de la indefinición, pueden estar relacionados con el momento situacional de decisión que es propio de ciertos cursos académicos. En coherencia con los datos resultantes de esta investigación, destacamos la conveniencia de prestar una atención particular a los estudiantes de los cursos de Bachillerato (dos cursos previos al acceso a la educación universitaria o superior), dado el momento existencial decisivo que atraviesan en relación a la configuración de metas y propósitos claros para su vida, no solo de carácter profesional sino también a nivel existencial.

En este sentido, y según el planteamiento de nuestro equipo de investigación, podemos justificar claramente la pertinencia de propiciar, en las edades juveniles, una adecuada formación para el desarrollo de las competencias vitales, en este caso la del sentido existencial. Ello requerirá espacios educativos y acciones concretas que estén orientadas claramente al desarrollo de las habilidades personales estrechamente relacionadas con la capacidad de definir un sentido de la propia existencia. A este respecto, destacamos la aportación de la fundamentación teórica ofrecida por la Logoterapia en relación al concepto de *sentido existencial* y las vías de acceso al mismo: valores creativos, de experiencia y de actitud. Esta formulación del camino hacia el sentido puede ofrecer numerosas posibilidades de acciones educativas para favorecer en los estudiantes la capacidad de autoconocimiento para elaborar metas concretas e intereses personales valiosos. Asimismo, según refieren las aportaciones en relación a sus

implicaciones educativas (Bruzzzone, 2011, 2008; Fizzoti, 1998), los docentes poseen un papel de destacada relevancia en tal proceso, en tanto en cuanto su actuación y aún su propia actitud y manera de mostrarse en las relaciones personales y en el rol de educador, puede revertir en una mejor percepción del sentido de la vida por parte de los educandos.

Por su parte, la Psicología Positiva, con el desarrollo de la investigación empírica que la sostiene, se encuentra capacitada para incidir favorablemente en la potenciación de aquellos aspectos positivos de las personas que guardan relación con la definición de un sentido o propósito claro en la vida. Por ello, destacamos igualmente la conveniencia de que avance igualmente en su implementación en el contexto educativo. Las aportaciones teóricas al respecto (Vázquez y Hervás, 2009, 2008; Vera, 2008; Seligman, 2003) muestran su adecuación para el desarrollo de las llamadas *fortalezas personales* y ciertas actitudes positivas en la relación con los demás y en los distintos ámbitos existenciales (creatividad, valentía, amabilidad, ciudadanía, perdón, gratitud, etc.). El desarrollo de tales actitudes favorecerá una percepción satisfactoria de la vida.

Las líneas comunes que ambos modelos presentan pueden reflejar la posibilidad de su integración en la práctica educativa para favorecer en las personas el descubrimiento y cumplimiento del sentido de la propia vida reflejándose en una percepción más positiva de la misma. En esta línea de estudio teórico y empírico está trabajando actualmente nuestro equipo, contando con algunos trabajos preliminares (Cabaco, 2008; Cabaco, Risco y Salvino, 2008) que han dado lugar a la CIP (Cognición Instruccional Positiva), propuesta innovadora e integradora cuyos resultados hasta ahora la avalan como una herramienta que puede ser resultar eficaz en los distintos momentos evolutivos de la existencia humana (Barahona, Cabaco y Urchaga, 2013a, 2013b, 2012, 2010; Franco, Barahona, Urchaga y Cabaco, 2012; Cabaco, 2009). Los resultados obtenidos en este estudio justifican la continuidad de la investigación comenzada y amplían sus horizontes y posibilidades.

REFERENCIAS

- Agredano, A. (1990). *Logoterapia y Proyecto Hombre*. Madrid: Asociación Proyecto Hombre.
- Barahona, M.N., Cabaco, A.S. y Urchaga, J.D. (2013a). 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.
- Barahona, M.N., Cabaco, A.S. y Urchaga, J.D. (2013b). PIC program: implementation of the Positive Instructional Cognition in improving vital skills and quality of life. *Atención Primaria*, Vol. 45, 105.
- Barahona, M.N., Cabaco, A.S. y Urchaga, J.D. (2012). *Experiencia piloto de Intervención Instruccional Positiva*. I Congreso Nacional de Psicología Positiva, San Lorenzo de El Escorial; Sociedad Española de Psicología Positiva.
- Barahona, M.N., Cabaco, A.S. y Urchaga, J.D. (2010). *Cognición Instruccional Positiva: una experiencia piloto con jóvenes*. Trabajo Fin de Máster. Universidad Pontificia de Salamanca.
- Bruzzone, D. (2011). *Afinar la conciencia. Educación y búsqueda de sentido a partir de Viktor E. Frankl*. Buenos Aires: San Pablo.
- Bruzzone, D. (2008). *Pedagogía de las alturas. Logoterapia y educación*. México: L.A.G.
- Cabaco, A.S. (2009). Positive instructional cognition: New challenges for Educational Psychology. En *International Conference "Psychology and Education: Practices, Training and Research"*, Covilha, UBI.
- Cabaco, A.S. (2008). Aportación de la Psicología al conocimiento del hombre. En I. Murillo (Dir.). *Ciencia y hombre* (pp.141-153). Madrid: Ediciones Diálogo Filosófico.
- Cabaco, A.S., Risco, A. y Urchaga, J.D. (2011). Propiedades psicométricas de un instrumento (Logotest) para evaluar el sentido de la vida. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*. INFAD *Revista de Psicología*, 5(1), 373-381.
- Cabaco, A.S., Risco, A. y Salvino, E. (2008). Desarrollo de competencias actitudinales en la Educación Superior. Búsqueda de sentido vital y felicidad. *Naturaleza y Gracia*, 3, 697-721.
- Fizzoti, E. (1998). *El despertar ético. Conciencia y responsabilidad*. Buenos Aires: Fundación Argentina de Logoterapia.
- Franco, P., Barahona, M.N., Urchaga, J.D. y Cabaco, A.S. (2012). *Experiencia piloto de intervención instruccional positiva con personas mayores*. Poster presentado al XIX Congreso Internacional INFAD, Lisboa; Asociación Nacional de Psicología Evolutiva y Educativa de la Infancia, Adolescencia y Mayores (INFAD).
- Frankl, V.E. (1994). *La voluntad de sentido. Conferencias escogidas sobre Logoterapia*. Barcelona: Herder.
- Frankl, V.E. (1985). *El hombre en busca de sentido*. Barcelona: Herder.
- Frankl, V.E. (1984). *La idea psicológica del hombre*. Madrid: Rialp.
- Gallego-Pérez, J.F. y García-Alandete, J. (2004). Sentido de la vida y desesperanza en un grupo de estudiantes universitarios. *NOUS: Boletín de Logoterapia y Análisis Existencial*, 8, 49-64.
- Kroeff, P. (1999). *Afrontando la enfermedad y la muerte*. Tesis doctoral. Universidad Autónoma de Madrid.
- López, A.E. (1998). El sentido de la vida en estudiantes universitarios: reflexiones en torno a la misión de la educación en la actualidad. *Memorias del I Congreso Mexicano de Logoterapia*. México: LAG.
- Magaña, L., Zavala, M.A., Ibarra, I., Gómez, M.T. y Gómez, M.M. (2004). El sentido de la vida en estudiantes de primer semestre de la Universidad de La Salle Bajío [Versión electrónica]. *Revista del Centro de Investigación Universidad La Salle*, 6(22), 5-13.
- Moreno, M.V., Risco, A. Cabaco, A.S. y Urchaga, J.D. (2010). Sentido de la vida: estudio empírico en estudiantes de educación secundaria. *Paideia*, 48, 95-116.
- Noblejas, M.A. (2011). El sentido de la vida, dimensión evolutiva. Hallazgos empíricos en la baremación del test PIL (Purpose In Life) en España. *Journal of Transpersonal Research*, 3(1), p. 30-38.
- Noblejas, M.A. (2001). Sentido de la vida y compromiso social. Datos empíricos para la reflexión. *NOUS: Boletín de Logoterapia y Análisis Existencial*, 5, 51-65.

- Noblejas, M.A. (2000). Fiabilidad de los test PIL y Logotest. *NOUS: Boletín de Logoterapia y Análisis Existencial*, 4, 81-90.
- Noblejas, M.A. (1999). Estructura factorial de los test PIL y Logotest. *NOUS: Boletín de Logoterapia y Análisis Existencial*, 3, 67-84.
- Noblejas, M.A. (1998). Evaluación de los abandonos en las primeras fases de un programa de tratamiento de drogadicción. *NOUS: Boletín de Logoterapia y Análisis Existencial*, 2, 73-79.
- Noblejas, M.A. (1995). *Una experiencia de evaluación del logro interior de sentido dentro del programa terapéutico educativo Proyecto Hombre de Madrid*. Madrid: Centro Español de Solidaridad Proyecto Hombre.
- Noblejas, M.A. (1994). *Logoterapia. Fundamentos, principios y aplicación. Una experiencia de evaluación del logro interior de sentido*. Tesis Doctoral. Universidad Complutense de Madrid.
- Porras, A. y Noblejas, M.A. (2007). Estudio longitudinal del sentido de la vida en el Proyecto Hombre de Málaga. Análisis de las dos primeras fases con atención a los abandonos. *NOUS: Boletín de Logoterapia y Análisis Existencial*, 11, 67-79.
- Porras, A. y Noblejas, M.A. (2004). Evaluación del logro interior de sentido dentro del programa terapéutico Proyecto Hombre de Málaga. *NOUS: Boletín de Logoterapia y Análisis Existencial*, 8, 65-80.
- Prats, J.I. (2001). *Fundamentación teórica de la hipótesis motivacional del logro de sentido de V. Frankl. Un estudio empírico en la adolescencia*. Tesis Doctoral. Universitat de València.
- Risco, A., Cabaco, A.S. y Urchaga, J.D. (2011). Pedagogía del sentido de la vida en el ámbito educativo: estudio empírico con jóvenes salmantinos. *NOUS: Boletín de Logoterapia y Análisis Existencial*, 14, 33-46.
- Risco, A., Fernández, L.M. y Urchaga, J.D. (2011). Competencias actitudinales (sentido de la vida) en la Universidad: importancia en la formación integral. *Actas del I Congreso Mundial de Universidades Católicas. WCCU*, 1, 53-71. Ávila: Universidad Católica de Ávila.
- Risco, A., Cabaco, A.S. y Moreno, M.V., (2010). Competencias actitudinales (sentido de la vida) en el E.E.E.S.: Dimensiones evolutivas. *International Journal of Developmental and Educational Psychology. INFAD Revista de Psicología*, 2, 259-267.
- Rodríguez, M.I. (2007). *Afrontamiento del cáncer y sentido de la vida: un estudio empírico y clínico*. Tesis Doctoral. Universidad Autónoma de Madrid.
- Rollán, C., García-Bermejo, M. y Villarrubia, I. (2005). Relación entre la satisfacción familiar, el bienestar psicológico y el sentido de la vida. [Versión electrónica]. *Educación y futuro: Revista de investigación aplicada experiencias educativas*, 12, 141-150.
- Sánchez Herrera, L.Y. (2005). *Implicaciones de la psicoterapia existencial en la búsqueda de sentido en la vejez*. Tesis de Grado. Universidad Autónoma de Barcelona.
- Seligman, M. (2003). *La auténtica felicidad*. Barcelona: Grijalbo.
- Vázquez, C. y Hervás, G. (2009). *La ciencia del bienestar: fundamentos de una psicología positiva*. Madrid: Alianza Editorial.
- Vázquez, C. y Hervás, G. (2008). *Psicología Positiva aplicada*. Bilbao: Desclee de Brouwer.
- Vera, B. (2008). *Psicología Positiva: una nueva forma de entender la psicología*. Madrid: Calamar.

Recibido: 16 de febrero del 2015

Aceptado: 28 de abril del 2015