



Universidad Abierta Interamericana
Facultad de Psicología y Relaciones Humanas

Tesis de grado

*El sentido de la vida y la perspectiva temporal en
jóvenes-adultos del AMBA*

Tesista: Elizeche Andrea

Legajo: A0910050419-P1

Tutor: Franco Paul

Título a obtener: Licenciatura en Psicología

Año: 2024

ÍNDICE GENERAL

Resumen.....	3
Abstract	4
Introducción.....	5
Objetivo General.....	11
Objetivos específicos.....	11
Hipótesis	12
Método	12
Diseño.....	12
Participantes	12
Instrumentos.....	14
Procedimiento	15
Análisis de datos	16
Resultados	17
Estadística descriptiva.....	17
Correlaciones	18
Diferencias de grupos	19
Discusión.....	21
Referencias Bibliográficas	30
Anexos	37

Resumen

El sentido de la vida ha sido señalado como factor protector ante problemas de salud pública como son la depresión y la conducta suicida (Brigard Merchán, 2021). En la presente investigación se examina la posible relación entre el Sentido de la vida y la Perspectiva Temporal en jóvenes-adultos de entre 20 y 35 años de edad residentes en el AMBA. Se trabajó con una muestra conformada por 183 participantes ($M = 29.72$; $DS = 3.79$). Para la recolección de datos se utilizó un cuestionario de datos sociodemográficos, una versión abreviada y adaptada a Buenos Aires del inventario de Perspectiva Temporal de Zimbardo (Germano y Brenlla, 2020) y la adaptación argentina del Purpose in life Test (Gottfried, 2016). Se encontraron correlaciones significativas y positivas entre los factores de Sentido de vida y Pasado Positivo; y negativas con Pasado Negativo y Presente Fatalista. Asimismo, se evidenciaron asociaciones significativas positivas entre Futuro y Presente Hedonista con los factores Percepción de sentido y Vivencia de sentido. Además, se encontró que el nivel de estudios de los sujetos se asocia de forma negativa con Pasado Negativo y de forma positiva con la Perspectiva Temporal orientada al Futuro y todos los factores de Sentido de Vida. Por último, se evidenció que los sujetos desempleados poseen mayor tendencia hacia el Pasado Negativo que los empleados, y a su vez, estos últimos junto con los sujetos emprendedores, presentan mayor Vivencia de Sentido. Se concluye que la búsqueda y vivencia de un sentido de vida funciona como factor protector y se encuentra asociado a los marcos temporales positivos de la Perspectiva temporal.

Palabras clave: Perspectiva temporal | Sentido de la vida | Jóvenes-adultos

Abstract

Meaning in life has been identified as a protective factor against public health problems such as depression and suicidal behavior (Brigard Merchán, 2021). The present research examines the possible relationship between meaning of life and time perspective in young adults aged 20 to 35 residing in the AMBA. Data were collected from 183 participants ($M=29.72$; $SD=3.79$). Instruments utilized for data collection included a sociodemographic questionnaire, a shortened and adapted version of Zimbardo's Temporal Perspective Inventory for Buenos Aires (Germano y Brenlla, 2020), and the Argentine adaptation of the Purpose in Life Test (Gottfried, 2016). Significant direct relationships were found between Positive Past and all factors of Sense of Life, which, in turn, correlated negatively with Negative Past and Fatalistic Present. Likewise, significant positive associations were evidenced between Future and Hedonistic Present with the Perception of Meaning and Experience of Meaning factors. Additionally, it was found that the level of education is negatively associated with Negative Past and directly with all Sense of Life factors and with the Future-oriented temporal perspective. Lastly, it was evidenced that unemployed subjects have a greater tendency towards Negative Past than employed ones, and in turn, the latter along with entrepreneurial subjects, present a greater Experience of Meaning than the unemployed. It is concluded that the search for and experience of a sense of life functions as a protective factor and is associated with the positive time frames of the Temporal Perspective.

Keywords: Time perspective | Meaning of life | Young adults

Introducción

El presente trabajo pretende indagar cuestiones que resultan fundamentales para el ser humano, ya que como interpela la Organización Panamericana de Salud (OPS, 2024), a partir de la pandemia por COVID-19, son más los individuos que experimentan sensación de pérdida, sufrimiento y estrés, por lo que es necesario promover la toma de conciencia y la esperanza para prevenir problemáticas como, por ejemplo, el suicidio. El mismo, es un problema de salud pública, ya que es la tercera causa de muerte en personas de entre 20 y 24 años (OPS, 2024) y la cuarta causa en jóvenes de entre 15 y 29 años (WHO, 2023).

Resulta de gran importancia indagar en la mención que hace la OPS (2024) del concepto de esperanza debido a que, en revisiones sistemáticas de la literatura, se ha encontrado a la depresión como uno de los trastornos más asociados directamente con la conducta suicida (Hernández-Bello et al., 2020) y, además, su prevalencia es 7 veces mayor que antes de la pandemia (Notivol et al., 2021). En relación a ello, la revisión sistemática de Brigard Merchán (2021) encuentra que el sentido de la vida es un factor protector de la depresión y, en especial, de la conducta suicida. Particularmente, encuentra que hay evidencias de asociaciones significativa tanto entre el vacío existencial y el riesgo suicida, como entre la concepción de sentido de vida y la protección contra el suicidio.

Por ello nos resulta de gran valor el estudio del Sentido de la vida, constructo abordado y desarrollado por Viktor Frankl (1905 - 1997), creador de la Logoterapia y desarrollador del análisis existencial. En este marco, Frankl (1987) define al sentido de la vida como una fuerza motivacional básica. Su teoría sostiene que hay dos concepciones psicológicas opuestas acerca de las tendencias básicas del ser humano. Por un lado, están aquellas que entienden que el ser humano se encuentra guiado por sus pulsiones y por el placer y, por el otro, aquellas que afirman

que lo que lo guía es su autorrealización, es decir, encontrar el sentido de la vida (Gottfried, 2017). Según esta segunda concepción, encontrar el sentido de para qué vivimos, es algo constitutivo del ser humano que lo motiva por las tensiones entre el ser y el deber ser (Gottfried, 2017). En este sentido, a la sensación de pérdida o de falta de dicho sentido, Frankl (1987) la denomina como vacío existencial, el cual conlleva frustración y puede derivar en síntomas como la apatía, la angustia y la falta de metas y objetivos (Di Marco, et al. 2022). De esta manera, el hombre guiado por resolver las tensiones entre querer y poder (bajo la motivación por el placer) puede, de todas maneras, sentirse frustrado existencialmente, sin contar con metas ni objetivos (Gottfried, 2017).

Es pertinente destacar que numerosos estudios señalan el impacto positivo que posee la búsqueda y la realización de un sentido de la vida frente a factores de riesgo que afectan la salud mental y resultando un factor protector ante dichas problemáticas. Se encuentran evidencias de que a mayor sentido de vida, menores son los niveles de ansiedad (Armas Arráez y López Castedo, 2018; Brigard Merchán, 2021; Cervigni et al., 2022; García-Alandete et al., 2014; Osorio Castaño et al., 2022), depresión (Albújar Sánchez y Del Risco Aguilar, 2022; Armas Arráez y López Castedo, 2018; Brigard Merchán, 2021; Cervigni et al., 2022; García-Alandete et al., 2014; Osorio Castaño et al., 2022), desesperanza (Brigard Merchán, 2021; Bustamante Bustamante y Carrillo Chu, 2021; García-Alandete et al., 2014; Huamantuma Quispe, 2020) y de ideación suicida (Brigard Merchán, 2021; Bustamante Bustamante y Carrillo Chu, 2021; García-Alandete et al., 2014; Huamantuma Quispe, 2020). A su vez, la presencia del sentido de vida favorece el bienestar psicológico (Osorio Castaño et al., 2022; Szelubski, 2024), la resiliencia (Huamantuma Quispe, 2020; Losada y Miller Franca, 2021; Torres Sevillano, 2023), un mejor

afrontamiento de enfermedades médicas y hábitos saludables (Osorio Castaño et al., 2022; Ríos Fernández y Muñoz, 2023).

A partir de esto, es necesario mencionar que la ansiedad es otro de los trastornos asociados a la conducta suicida (Brigard Merchán, 2021; Hernández-Bello et al., 2020). Además, Brigard Merchán (2021) señala que la incertidumbre del tiempo futuro lleva a los sujetos a la apatía, lo que estaría relacionado al vacío existencial (Di Marco, et al. 2022). Por este motivo, sumado a la mención de la OPS (2024) acerca de la esperanza, resulta de gran importancia conocer la relación del sentido de la vida con la perspectiva de futuro y su visión de presente y pasado que posee el sujeto.

Para ello, en el presente trabajo se abordará el concepto de Perspectiva Temporal (PT), un constructo abordado y desarrollado por varios autores, entre ellos Kurt Lewin (1890 - 1947). Este autor fue quien lo introdujo al campo teórico definiéndolo como la totalidad de la visión que un individuo posee acerca de su pasado y su futuro psicológico en un momento determinado (Lewin, 1951). En relación a esto, Lewin (1951) afirma que lo que afecta profundamente la conducta y el estado anímico de un sujeto, son sus deseos a futuro y la visión sobre su propio pasado.

En concordancia con los postulados de Lewin (1951), Zimbardo y Boyd (1999) definen la PT como una dimensión psicológica básica del tiempo, que implica un “proceso no consciente, mediante el cual el flujo de las experiencias personales y sociales se encuadran en categorías temporales que ayudan a dar orden, coherencia y significado a esas experiencias” (p. 1271). Estas categorías son: pasado negativo, pasado positivo, presente hedonista, presente fatalista y futuro. En estos marcos temporales se codifican y ordenan las experiencias, dándole así coherencia y sentido a la vida, influyendo este proceso en el comportamiento humano y en su

estado psicológico (Zimbardo y Boyd, 1999). El pasado positivo refiere a una tendencia a recordar aspectos positivos de los eventos y experiencias vividas, percibiendo el pasado de forma agradable y placentera. En el pasado negativo, por el contrario, los recuerdos se enfocan en los aspectos dolorosos y en las dificultades atravesadas. En el caso de la orientación temporal ubicada en un presente hedonista, se presenta una especial atención en la búsqueda del placer y en la gratificación a corto plazo, evitando experiencias dolorosas y preocupaciones relacionadas al futuro. En el presente fatalista, los acontecimientos del presente se perciben como negativos y ansiógenos, tendiendo a percibir una falta de control y resignación frente a lo ocurrido. Por último, en la orientación temporal centrada en el futuro, el foco se centra en la planificación y logro de las metas a largo plazo (Zimbardo y Boyd, 1999).

Es esta última orientación temporal la que se entiende que podría estar más ligada a un mayor sentido de la vida o ser una protección contra el vacío existencial, el cual, como se mencionó con anterioridad, puede relacionarse con la depresión y las conductas suicidas (Brigard Merchán, 2021). En varios estudios antecedentes se ha encontrado que esta orientación se relaciona con ciertos aspectos positivos del ser humano. En este sentido, se ha encontrado que la orientación a futuro se relaciona positiva y significativamente con un estilo de crianza basado en el apoyo (Díaz Grijalva et al., 2021); conductas de autocuidado y experimentación de felicidad (Barrera-Hernández et al., 2020) y con un mejor rendimiento académico (Díaz Mayma, 2022; Gaeta-González et al., 2020; Grasso, 2021; Grasso y Stover, 2023).

Cabe destacar que algunos autores sostienen que es el equilibrio entre los diferentes marcos temporales (pasado, presente y futuro) lo que daría estabilidad y salud a los sujetos (Fernández Da Lama y Brenlla, 2021; Oyanadel et al., 2021). En este sentido, Vázquez et al. (2016) plantean que un perfil de sujeto denominado equilibrado-trascendente es aquel que

obtiene niveles de puntuación elevados en Futuro y niveles bajos de Pasado Negativo y Presente Fatalista del Inventario de Perspectiva Temporal (ZTPI - Zimbardo y Boyd, 1999). Vázquez et al. (2016) comprueban que este perfil se relaciona con una personalidad más adaptativa, en función de ser más abierta, activa, firme y sociable. En contraposición, el perfil que los autores definen como conflictivo de la Perspectiva Temporal, con puntajes altos en Pasado Negativo y Presente Fatalista, se asocia a un estilo de la personalidad conflictuado, caracterizado por modalidades interpersonales conflictivas. Reforzando estas evidencias, diferentes investigaciones exhiben correlaciones significativas entre las categorías positivas de la Perspectiva Temporal y aspectos más adaptativos de la personalidad y, en contraposición, asociaciones significativas entre las categorías negativas de la PT y aspectos más desadaptativos de la personalidad (Díaz Mayma, 2022; Germano y Brenlla, 2020; Grasso, 2021; Madinelli, 2021).

En concordancia con estos hallazgos, algunos estudios relacionan las orientaciones negativas de la Perspectiva Temporal (Pasado Negativo y Presente Fatalista) con la falta de metas concretas y planificaciones a futuro (Germano, 2022; Jaime et al., 2020) y la orientación hacia un Presente Hedonista relacionado a metas a corto plazo sin consecuencias a futuro que puedan permitir gratificaciones inmediatas (Jaime et.al., 2020). Esto resulta de especial interés teniendo en cuenta lo expuesto con anterioridad en relación a la pérdida o falta de sentido de vida (vacío existencial) con la falta de metas y objetivos (Di Marco, et al. 2022; Gottfried, 2017).

Para explorar la posible relación de estos constructos, Sentido de la Vida y Perspectiva Temporal, primeramente, Osorio Castaño (2020), encontró en una población de 72 jóvenes colombianos, una correlación positiva y alta entre el Sentido de la vida y la perspectiva de tiempo a Futuro. Aunque menciona que los instrumentos utilizados (Escala Dimensional de Sentido de Vida y la Escala de Perspectiva de Tiempo Futuro) pueden estar evaluando de forma

muy similar ambos constructos. Por otro lado, del Río et al. (2023) administró el Purpose in Life Test (PIL Test) y el Inventario de Perspectiva Temporal de Zimbardo, ambos con su versión adaptada y validada en Argentina, en una población de 225 estudiantes (mujeres=141) de entre 18 y 25 años, tanto de universidades públicas (n=93) como privadas. En esta investigación se concluyó que, a mayor percepción de sentido de vida, mayor prevalencia de una orientación temporal hacia un pasado de forma positiva y hacia el futuro, y que, por el contrario, a menor percepción de sentido de vida, mayor tendencia hacia una perspectiva temporal negativa del pasado y a un presente fatalista. Además, se halló que los universitarios de instituciones privadas tuvieron puntuaciones más altas en la orientación temporal hacia un pasado negativo y más bajas en un presente fatalista en comparación a estudiantes de universidades públicas.

Resulta de interés señalar que tanto en esta última investigación abocada específicamente al estudio de las dos variables en conjunto (del Río et al., 2023), como en otros estudios sumados a los ya mencionados, no se encuentran diferencias significativas entre el género y las variables Sentido de Vida y Perspectiva Temporal (Chan Chi, 2021; Garcia Callata y Alata Quispe, 2023; Gottfried, 2016; Malonda y Barahona, 2018; Martínez y Castellanos, 2013; Torres Sevillano, 2023). Solamente, por un lado, se encontraron diferencias significativas en cuanto a la Perspectiva Temporal y el género en la investigación de Osorio Castaño et al. (2020), en la cual se halló que el género masculino puntuó levemente superior al género femenino en la orientación hacia el futuro. Y, por otro lado, Albújar Sanchez y Del Risco Aguilar (2022), encontraron diferencias significativas al comparar por género, evidenciando que el vacío existencial era más alto en mujeres, y, por el contrario, los hombres obtenían puntuaciones más elevadas en el logro de sentido de vida, con respecto a las mujeres. Los autores explican que estos resultados,

hallados en una muestra de jóvenes en Perú, puede deberse a que los hombres alcanzan niveles de estudio superiores a las mujeres en la sociedad peruana.

Ante las pocas investigaciones que evalúan la asociación entre el Sentido de vida y la Perspectiva Temporal, resulta de particular interés en el presente trabajo determinar la posible relación entre las categorías que conforman la Perspectiva Temporal con los factores que componen el Sentido de la vida en jóvenes-adultos de entre 20 y 35 años de edad, residentes en AMBA. Además, es importante indagar las posibles diferencias significativas en dichas variables en función de algunas variables sociodemográficas, como el género, que presenta algunos antecedentes contradictorios, el nivel de estudios y la ocupación de los sujetos (que no se han encontrado antecedentes). De esta manera, se busca generar un aporte teórico que pueda ser tomado en cuenta en futuros desarrollos para la comprensión de estas variables y sus implicaciones en la salud; destacando su rol protector, que resulta fundamental para pensar en intervenciones de psicoeducación o/y psicoterapéuticas, en especial en los jóvenes, para prevenir problemáticas actuales como la depresión o la conducta suicida.

Objetivo General

- Evaluar la relación entre el sentido de la vida y la perspectiva temporal en jóvenes-adultos de entre 20 y 30 años del AMBA.

Objetivos específicos

- Analizar si hay diferencias significativas dependiendo el género autopercebido.
- Examinar diferencias en función de la ocupación de los sujetos.
- Indagar la relación significativa entre las variables estudiadas y el nivel de estudios de los participantes.

Hipótesis

Se espera encontrar que, a mayor puntuación en los factores que componen el sentido de la vida, mayor tendencia hacia las dimensiones Pasado Positivo y Futuro de la Perspectiva Temporal.

A su vez, se encontrará que no existen diferencias con respecto al género en las variables estudiadas y que sí habrá diferencias según el tipo de ocupación y el nivel de estudios de los sujetos.

Método

Diseño

El presente estudio es de enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental y transversal, con alcance descriptivo correlacional (Hernández Sampieri et al., 2014).

Participantes

La población inicial, cuyo muestreo fue no probabilístico de tipo intencional (Hernández Sampieri et al., 2014), se conformó por 194 jóvenes-adultos de diferentes géneros. El criterio de inclusión se basó en que los individuos, al momento de la administración de los instrumentos, tengan entre 20 y 35 años de edad, sean residentes del AMBA y den su consentimiento informado y voluntario para ser parte de la investigación. Finalmente, se eliminaron 5 participantes por no pertenecer al rango etario evaluado y otros 6 por no haber completado en su totalidad los cuestionarios, por lo que la muestra total a analizar quedó conformada por 183 sujetos (femenino=100, masculino=81, no binario=2) de entre 20 y 35 años ($M=29.72$, $DS=3.79$).

La mayor parte de los sujetos que conformaron la muestra, eran residentes de CABA (66.7%), siendo en su mayoría mujeres (55.2%). Casi dos tercios de los participantes de la muestra eran empleados (70.5%). A su vez, un poco más de la mitad de la muestra eran estudiantes (52.5%), con un máximo de estudios terciarios alcanzados (incompleto 37.2%; completo 24.6%). En cuanto al estado civil, la mitad de los sujetos se encontraban solteros (50.8%) y un gran porcentaje en pareja (38.3%) (Ver tabla 1).

Tabla 1.*Descripción de datos sociodemográficos*

Variable	Valores	fi	f%
Zona de residencia	CABA	122	66.7
	Conurbano	61	33.3
Género	Femenino	100	55.2
	Masculino	81	44.7
	No binario	2	1.1
Ocupación	Empleado	129	70.5
	Emprendedor	39	21.3
	Desempleado	15	8.2
Estudia	Sí	96	52.5
	No	87	47.5
Estudios alcanzados	Primario incompleto	3	1.6
	Primario completo	25	13.7
	Secundario incompleto	8	4.4
	Secundario completo	17	9.3
	Terciario incompleto	68	37.2
	Terciario completo	45	24.6
	Universitario incompleto	9	4.9
	Universitario completo	8	4.4
Estado civil	Soltero	93	50.8
	En pareja	70	38.3
	Casado	5	2.7
	Unión civil	12	6.6
	Separado o Divorciado	3	1.6

Nota. n=183

Instrumentos

Cuestionario de datos sociodemográficos. Recolecta información de cada participante en relación a su edad, género autopercebido, zona de residencia (AMBA y Conurbano Bonaerense) y ocupación (Empleado, Freelance/Emprendedor y Desempleado).

Purpose in Life Test (Crumbaugh y Maholick, 1969), traducido, validado y adaptado para Argentina por Gottfried (2016). El PIL Test tiene como objetivo medir el sentido de la vida y vacío existencial, constructos enmarcados en la teoría de Viktor Frankl. Para esta investigación se utilizó únicamente la primera parte del instrumento, cuya medición de resultados se realiza de forma cuantitativa. Sus 20 ítems cuentan con un formato de tipo likert con 7 opciones de respuesta. Las puntuaciones obtenidas indican presencia o carencia de sentido de la vida, y se distribuyen en 3 factores principales: percepción de sentido (relacionado a la percepción de la persona del progreso en su vida), vivencia de sentido (vinculado la vivencia emocional de la persona en su cotidianeidad y en su vida en general) y actitud ante la muerte (incluye la forma en la que la persona se posiciona ante la muerte o cuestiones como el suicidio) (Gottfried, 2016). Esta adaptación argentina ha presentado índices psicométricos satisfactorios, tanto por su validez de constructo y de criterio encontradas en diferentes poblaciones, como por su confiabilidad hallada en sus 20 reactivos, alcanzando un coeficiente de alfa de 0.89 (Gottfried, 2016). Además, la versión argentina cuenta con baremos estandarizados (Gottfried, 2017).

Inventario de Perspectiva Temporal de Zimbardo Breve (ZTPI-B) (Germano y Brenlla, 2020), una versión abreviada del inventario de Perspectiva Temporal de Zimbardo (1999), adaptada a Buenos Aires (Germano y Brenlla, 2020). Este instrumento es un cuestionario auto-administrable que consta de 29 ítems con un formato de respuesta de tipo likert de cinco opciones. Los factores evaluados son los propuestos por los autores originales: Pasado Negativo (7 ítems), Presente Hedonista (6 ítems), Futuro (6 ítems), Pasado Positivo (6 ítems) y Presente Fatalista (4 ítems). A partir de los resultados, es posible inferir si la persona posee una perspectiva temporal balanceada o si prevalece una orientación por sobre las demás (Germano y Brenlla, 2020). Los resultados indican buenas evidencias de consistencia interna (Alfa de Cronbach entre .60 a .84) y de validez de criterio, de contenido y de constructo (Germano y Brenlla, 2020).

Procedimiento

La investigación se realizó durante el transcurso del año 2023 y la recolección de datos se hizo de forma individual, siendo la modalidad voluntaria y anónima. La misma consistió en un previo consentimiento informado, que aseguró la confidencialidad de los datos y en la posterior administración de los instrumentos PIL Test, ZTPI-B y un pequeño cuestionario sobre datos sociodemográficos que fueron enviados a los participantes en formato digital (Google Form). El mismo fue difundido a través de redes sociales y aplicaciones de mensajería.

Análisis de datos

Para realizar el análisis cuantitativo, se utilizó el software estadístico SPSS versión 25.0. Se procedió a realizar un análisis de normalidad y se utilizó la significación de Kolmogorov-Smirnov para identificar la distribución de las variables. Las mismas se distribuyeron en su mayoría de manera no paramétrica: Pasado Negativo, Futuro, Pasado Positivo, Presente Fatalista, Percepción de Sentido, Vivencia de Sentido y Actitud ante la Muerte, con excepción de la variable Presente Hedonista, la cual obtuvo una distribución normal o paramétrica. Para el análisis de las correlaciones, se procedió a utilizar el estadístico Rho de Spearman para las asociaciones entre los respectivos factores de Sentido de vida y Perspectiva temporal, así como también con variables sociodemográficas como: edad y estudios alcanzados.

Para establecer las diferencias de grupos se utilizó U de Mann Whitney en el análisis de los factores no paramétricos de las variables Sentido de vida y Perspectiva Temporal según la zona de residencia, el género y el estado académico. Asimismo, se utilizó T de Student para la diferencia entre dichas variables y el Presente Hedonista, ya que resultó ser un factor de distribución paramétrica.

Por último, para las variables ocupación, modalidad de trabajo y estado civil, se analizaron los factores de Sentido de Vida y la Perspectiva temporal con los estadísticos H de Kruskal Wallis y F de Anova, realizando un análisis post-hoc de Bonferroni para los resultados significativos ($p < .05$).

Resultados

Estadística descriptiva

Con respecto a los factores de la variable Perspectiva Temporal, se evidenciaron medias moderadas, con excepción del Presente Fatalista que, según los puntajes de referencia mínimos y máximos, resultó poseer un promedio bajo (Ver tabla 2). Las tres primeras coinciden con las medias obtenidas por Germano y Brenlla (2020), en un grupo de menores de 30 años; el Pasado Positivo es menor que la media reportada por ellos; y sobre el Presente Fatalista no reportan medias.

En los factores de Sentido de Vida, se evidenciaron promedios bajos (Ver tabla 2), de riesgo de vacío existencial en Percepción de Sentido y Vivencia de Sentido, pero bajo el percentil 25 en Actitud ante la Muerte, según los baremos de Gottfried (2017).

Tabla 2.

Descripción de Sentido de Vida y Perspectiva temporal

Variable	M	DS	Min.	Max.
Pasado Negativo	20.99	6.248	9	35
Presente Hedonista	18.84	4.285	7	29
Futuro	23.34	3.105	11	30
Pasado Positivo	21.31	3.339	10	29
Presente Fatalista	9.24	3.057	4	19
Percep. Sentido	57.78	12.239	17	77
Viven. Sentido	23.59	6.156	5	35
Actitud Muerte	19.65	4.441	4	28

Nota. n=183.

Correlaciones

La edad de los participantes únicamente correlacionó de forma directa con el nivel de estudios ($r = .178$, $p < .05$). Asimismo, este último presentó una asociación inversa con Pasado Negativo ($r = -.203$, $p < .01$) y, a su vez, correlacionó de forma directa con Futuro ($r = .176$, $p < .05$), Percepción de Sentido ($r = .204$, $p < .01$), Vivencia de Sentido ($r = .224$, $p < .01$) y Actitud ante la Muerte ($r = .232$, $p < .01$).

Sobre los factores de las variables investigadas, se encontró que el Pasado Negativo y el Presente Fatalista se relacionaron de manera inversa con los tres factores de Sentido de Vida. Lo contrario sucedió con Pasado Positivo, el cual, se asoció de forma directa con todos los factores de la variable Sentido de Vida. Por último, se halló una asociación directa entre Futuro y Presente Hedonista con los factores Percepción de Sentido y Vivencia de Sentido (Ver tabla 3).

Tabla 3.

Asociaciones entre Sentido de vida y Perspectiva temporal

Variable	Percepción de sentido	Vivencia de sentido	Actitud ante la muerte
Pasado Negativo	-.370**	-.430**	-.413**
Presente Hedonista	.171*	.282**	
Futuro	.253**	.241**	
Pasado Positivo	.196**	.183*	.200**
Presente Fatalista	-.304**	-.232**	-.188*

Nota. n= 183. Estadístico Utilizado. Rho de Spearman. * $p < .05$; ** $p < .01$.

Diferencias de grupos

Respecto a la zona de residencia, no se evidenció diferencia entre los sujetos que vivían en CABA y aquellos que residían en el Conurbano Bonaerense ($p > .05$). Asimismo, tampoco se halló diferencia respecto al género de los encuestados y si estudiaban o no actualmente (Ver tablas 4 y 5).

Tabla 4.

Diferencia de grupos según Género con Perspectiva temporal y Sentido de Vida

Variable	Género		Z	U	p.
	Mujer (n=100)	Hombre (n=81)			
Pasado Negativo	93.91	87.33	-.840	3746.500	.401
Futuro	93.00	87.47	-.582	3837.500	.561
Pasado Positivo	93.01	88.46	-.584	3836.500	.559
Presente Fatalista	87.48	95.44	-1.020	3684.500	.308
Percep. Sentido	94.66	86.38	-1.058	3670.000	.290
Viven. Sentido	90.82	91.23	-.053	4021.500	.958
Actitud Muerte	87.20	95.80	-1.101	3656.000	.271
	Mujer (n=100)	Hombre (n=81)	t	gl	p.
Presente Hedonista	18.72	18.93	-.329	161.039	.743

Nota. n= 181. Estadístico Utilizado. U de Mann Whitney; T de Student. *p <.05; **p < .01.

Tabla 5.*Diferencia de grupos según si estudia con Perspectiva temporal y Sentido de vida*

Variable	Estudia		Z	U	p.
	Sí (n=96)	No (n=87)			
Pasado Negativo	89.59	94.66	-.648	3944.500	.517
Futuro	96.46	87.08	-1.203	3748.000	.229
Pasado Positivo	91.04	93.06	-.260	4083.500	.795
Presente Fatalista	86.42	98.16	-1.505	3640.000	.132
Percep. Sentido	97.26	86.20	-1.412	3671.000	.158
Viven. Sentido	98.89	84.40	-1.853	3514.500	.064
Actitud Muerte	94.23	89.53	-.601	3961.500	.548
	Sí (n=96)	No (n=87)	t	gl	p.
Presente Hedonista	18.68	19.01	-.511	180.800	.610

Nota. Estadístico Utilizado. U de Mann Whitney; T de Student. *p <.05; **p < .01.

Finalmente, en la tabla 6, se presentan los análisis post-hoc de las diferencias significativas respecto a la ocupación, ya que se evidenció que los sujetos que estaban desempleados poseían mayor tendencia hacia el Pasado Negativo que los participantes que se encontraban empleados. Además, se halló que quienes eran empleados y emprendedores presentaban mayor Vivencia de Sentido que los sujetos desempleados. Sin embargo, no se evidenció diferencia significativa respecto a la modalidad de trabajo o al estado civil según las variables estudiadas (ps > .05).

Tabla 6.*Diferencia de grupos según ocupación con Sentido de vida y Perspectiva temporal*

Variable	Empleado	Emprendedor	Desempleado	gl	F	p.
	Diferencia de Medias					
Pasado Negativo	- 4.35659*	-	4.35659*	2	3.447	.031
Viven. Sentido	5.11473*	-	- 5.11473*	2	5.259	.006
	-	5.55897*	-5.55897*	2	5.259	.008

Nota. Estadísticos Utilizados. H de Kruskal Wallis; F de ANOVA. Post-Hoc Bonferroni.

Discusión

El objetivo de la presente investigación fue poder evaluar la relación entre los factores que componen la variable de Sentido de la vida y las categorías que conforman la Perspectiva Temporal en jóvenes-adultos de entre 20 y 35 años de edad residentes en el AMBA, examinando, además, si el género, la ocupación laboral y el nivel de estudios de los participantes podían tener algún tipo de asociación con las variables estudiadas. La principal hipótesis de la cual se partió, estuvo basada en la existencia de una relación entre las variables Sentido de la vida y Perspectiva Temporal: a mayores puntajes en los factores de Sentido de la vida, mayor tendencia hacia las dimensiones Pasado Positivo y Futuro de la Perspectiva Temporal. Además, se esperaba evidenciar que no existen diferencias significativas respecto al género autopercebido.

Los resultados del presente estudio apoyan la confirmación de la primera hipótesis, ya que se han encontrado relaciones significativas entre las variables Sentido de la vida y Perspectiva temporal. Según lo esperado, se halló que la perspectiva temporal orientada al futuro y la percepción y vivencia de sentido se relacionan positivamente. Concretamente, se evidencia una mayor perspectiva temporal futura cuanto mayor es la percepción y vivencia de sentido. Estos resultados coinciden con los encontrados por Osorio Castaño (2020) y del Río et.al. (2023), por lo que se refuerza la idea de que dicha correlación entre el sentido de la vida y la perspectiva futura se da en un marco donde las personas tienden a la trascendencia y, para ello, llevan a cabo acciones con consecuencias a largo plazo y planifican metas a futuro, lo cual es un comportamiento esperado de sujetos con una percepción temporal orientada al futuro (Zimbardo y Boyd, 1999). Esa planificación a futuro, con metas y objetivos concretos a largo plazo, es lo que, según Frankl (1987), dota de un sentido de vida y se relaciona estrechamente con aspectos

positivos como la felicidad, autocuidado y mejor rendimiento académico (Barrera-Hernández et al., 2021; Díaz Mayma, 2022; Gaeta-González et al., 2020; Grasso, 2021; Grasso y Stover, 2023).

En el mismo sentido, se encontró que, a mayor Percepción y Vivencia de sentido de la vida, mayor es la percepción positiva del pasado. Estos resultados coinciden con lo hallado por del Río et.al. (2023), considerando la idea de que las personas que le encuentran un sentido a su vida, aceptan e integran su pasado como parte de su historia. Esto resulta en plena concordancia con los postulados de Viktor Frankl (2011), quien afirma que una actitud optimista con respecto a la transitoriedad de la vida humana, hace que se perciba el pasado como marco temporal en el cual se guardan las experiencias vividas y las satisfacciones almacenadas, algo que inevitablemente dota de sentido a la vida. Además, esto guarda congruencia con los resultados de distintas investigaciones que evidencian asociaciones directas significativas entre categorías positivas de la PT y aspectos más adaptativos de la personalidad (Díaz Mayma, 2022; Germano y Brenlla, 2022; Grasso, 2021; Madinelli, 2021).

Es importante destacar que la orientación Futuro de la Perspectiva Temporal no presentó una correlación significativa con el factor Actitud ante la muerte de la variable Sentido de la vida y que, a diferencia de Osorio Castaño (2020), las correlaciones de la presente investigación resultaron con un tamaño del efecto pequeño, según los criterios de Cohen (1988). En su estudio, Osorio Castaño (2020) reporta correlaciones superiores a .7 y adjudica este resultado al instrumento utilizado. Por ello, se entiende que los resultados aquí aportados apoyan la hipótesis de correlación más allá de los instrumentos que se utilicen para la medición.

Debido a estas consideraciones, es importante destacar que los resultados del presente estudio apoyan con más evidencia que los marcos de la Perspectiva Temporal (que pueden

considerarse negativos) se encuentran relacionados al vacío existencial, ya que se han encontrado correlaciones inversas de las categorías Pasado Negativo y Presente Fatalista con todos los factores de la variable Sentido de Vida y que los tamaños del efecto de Pasado Negativo pueden considerarse moderados. Estas correlaciones coinciden con los resultados de la investigación llevada a cabo por del Río et.al. (2023), apoyando la hipótesis que sostiene que, a menor percepción y vivencia de sentido, mayor es la tendencia hacia una perspectiva temporal negativa del pasado y a una vivencia fatalista del presente. Además, coincide con los postulados del marco teórico de Viktor Frankl (1987), los cuales enfatizan la importancia de una búsqueda y realización de un sentido de vida, algo que se encuentra en íntima relación con el hecho de integrar las experiencias de forma positiva, como un valor humano y dignificante. En el caso contrario, donde el sujeto tiene una sensación de pérdida o de falta de sentido, se evidencia que la categorización de las experiencias en un marco temporal se da de forma negativa, enfocándose en experiencias problemáticas o dolorosas (Zimbardo y Boyd, 1999). Esto cobra sentido al repasar que la falta de un sentido de vida se encuentra asociada a la ansiedad, la depresión, la desesperanza y a la ideación suicida (Albújar Sánchez y Del Risco Aguilar, 2022; Armas Arráez y López Castedo, 2018; Brigard Merchán, 2021; Bustamante Bustamante y Carrillo Chu, 2021; Cervigni et al., 2022; García-Alandete et al., 2014; Huamantuma Quispe, 2020; Osorio Castaño et al., 2022), síntomas de lo que Frankl (1987) denomina como vacío existencial y que coinciden a su vez con la actitud fatalista de enfrentar el presente o la percepción negativa del pasado que describen Zimbardo y Boyd (1999). Coincidiendo, también, con lo que Vázquez et al. (2016) señalan como perfil conflictuado de la perspectiva temporal.

En particular se destacan los resultados observados con la correlación inversa entre el Pasado Negativo y el Presente Fatalista con la Actitud ante la muerte, y a su vez, esta última en

asociación directa con Pasado Positivo. Aquí se evidencia que una actitud de aceptación ante la muerte que dote de sentido a la misma y por consiguiente a la vida (Frankl, 2011), se asocia con aspectos positivos de la perspectiva temporal. Cervigni et al. (2022), halló en su investigación que el miedo al COVID-19 reducía significativamente la percepción de sentido de vida y aumentaba de forma significativa la ansiedad y la depresión. El temor al virus puede entenderse como el miedo, en última instancia, a la muerte. Por el contrario, Huamantuma Quispe (2020) encontró que un mayor sentido de la vida favorece el desarrollo de la resiliencia y conlleva un mejor afrontamiento de enfermedades médicas. De esa forma, se puede observar que una actitud temerosa ante una enfermedad o la muerte, se encuentra ligada a la pérdida o falta de sentido, a una percepción negativa de las experiencias vividas y al surgimiento de síntomas como la ansiedad, lo cual se encuadra en una actitud fatalista del presente (Zimbardo y Boyd, 1999).

A su vez, otra relación positiva y significativa se dio entre el Presente Hedonista y los factores Percepción de Sentido y Vivencia de Sentido. En esta asociación, se da que, a mayor percepción y vivencia de sentido de la vida, mayor orientación a un Presente Hedonista. Si bien no se encontraron antecedentes que respalden este hallazgo, se puede inferir que dicho resultado tiene que ver con que, según Frankl (2011), la búsqueda y la realización del sentido de la vida conllevan como efecto secundario la gratificación y el placer. Sin embargo, Frankl (2011) entiende que la búsqueda del placer por sí mismo, no llevaría a una búsqueda de sentido de la vida. La orientación al Presente Hedonista justamente se caracteriza por hacer foco en fuentes de placer (Zimbardo y Boyd, 1999). Esto se refuerza con lo expuesto en la investigación de Jaime et al. (2020), donde se asocia a los sujetos ubicados en un Presente Hedonista con metas a corto plazo que provean de gratificación inmediata. Sin embargo, Vázquez et al. (2016) señalan que esta orientación temporal puede asociarse moderadamente a un perfil equilibrado-trascendental.

Cabe destacar que el tamaño de efecto de la correlación en nuestro resultado, es pequeño, y que no se halló una correlación significativa con Actitud ante la muerte. Por lo que hace falta seguir evaluando las relaciones de este marco temporal.

Con relación al género autopercebido y la posible relación con las variables estudiadas en esta investigación, efectivamente se evidenció que no existe ninguna asociación significativa. Estos resultados refuerzan las evidencias presentadas por numerosos estudios en los cuales tampoco se hallaron diferencias significativas en relación al género, Sentido de Vida y Perspectiva Temporal (Chan Chi, 2021; del Río et al., 2023; Garcia Callata y Alata Quispe, 2023; Gottfried, 2016; Malonda y Barahona, 2018; Martínez y Castellanos, 2013; Torres Sevillano, 2023).

Con respecto al tipo de ocupación, por un lado, se observó en los sujetos desempleados una mayor tendencia hacia el Pasado Negativo con respecto a los sujetos empleados, y, por otro, se evidenció una mayor Vivencia de Sentido en empleados y emprendedores, en relación a los desempleados. Se comprueba así, la hipótesis de que el tipo de ocupación guarda una relación con las variables investigadas en la medida en que, con respecto a los empleados y a los emprendedores, los sujetos desempleados presentan menor Vivencia de sentido y mayor tendencia hacia un Pasado Negativo, pudiendo inferir a partir de ello, que la falta de un proyecto que dote de sentido, se relaciona con el hecho de focalizar en las experiencias dolorosas y problemáticas del pasado. Esto guarda congruencia con los estudios que evidencian que los sujetos que se ubican en una perspectiva temporal negativa del pasado, carecen de metas concretas y planificaciones a futuro (Germano, 2022; Jaime et al., 2020) y cómo esta falta de objetivos y proyectos se relaciona con la pérdida o falta de sentido de vida (Gottfried, 2017).

Por último, se encontró que el nivel de estudios de los sujetos se correlacionó de forma inversa con Pasado Negativo y, a su vez, se asoció de forma positiva con Futuro y todos los factores de la variable Sentido de Vida. En los resultados hallados por del Río et. al. (2023) en una población de estudiantes universitarios, se evidenció también la correlación positiva entre la presencia de un sentido de vida con la orientación temporal Futuro. Estos resultados se encuentran en coherencia con el marco teórico de la Logoterapia de Viktor Frankl (2011) en el cual se postula que la inteligencia y el nivel educativo de las personas puede influir significativamente en la presencia de un sentido de vida, ya que, a mayor nivel de dichas variables, mayor planificación y consecución de metas y, por tanto, mayor posibilidad de hallar un propósito y sentido de vida. Estos enunciados se encuentran alineados con los postulados de Zimbardo y Boyd (1999), entendiendo que las personas orientadas temporalmente al futuro, planifican conscientemente objetivos y el logro de metas a largo plazo. Se infiere entonces, que el nivel educativo de las personas puede brindar habilidades de planificación y toma de decisiones a largo plazo, lo que favorece mayores oportunidades económicas y sociales y posibilita orientarse al futuro con una visión más optimista y dotada de sentido.

Limitaciones

Es importante señalar que, como en toda investigación, se reconocen algunas características del presente estudio que pueden considerarse como limitaciones. Por un lado, el tamaño y representatividad de la muestra, que, si bien llegó a casi doscientos sujetos, podría realizarse con un muestreo que permita una mayor generalización de los resultados, enriqueciendo el análisis de los datos y la interpretación de los mismos. Además, en relación al género, la muestra no fue igualitaria ya que se contó con un porcentaje mayor de mujeres, lo cual

podría incidir en los resultados de los análisis con respecto a la relación entre el género y las variables estudiadas. Además, se contó solamente con un grupo etario compuesto por sujetos de entre 20 y 35 años de edad.

Es por eso que, dado el alcance y las limitaciones de la presente investigación, surgen diferentes oportunidades para futuras investigaciones que podrían contribuir al campo de conocimiento que existe en la actualidad sobre las variables investigadas. Por un lado, se identifica la necesidad de aumentar la muestra de estudio y que la misma sea equitativa en su distribución por género. Además, podría ahondarse en la indagación de la relación de las variables Perspectiva Temporal y Sentido de vida con otros aspectos sociodemográficos que puedan influir en dichas variables. Por último, resultaría de sumo interés realizar el mismo estudio en una muestra con diferentes rangos etarios para poder realizar una comparación entre las diferentes etapas vitales de las personas y si las mismas influyen en la percepción de sentido de vida su relación con la forma de ubicarse en la temporalidad.

Se resalta nuevamente el valor de fomentar el estudio de estos fenómenos en conjunto, por resultar de suma importancia el impacto que tienen en la forma de transitar las experiencias y categorizarlas en un marco temporal.

Conclusión

A partir de los resultados obtenidos en esta investigación y sus respectivas interpretaciones junto con la articulación teórica correspondiente, se concluye que existe una relación entre el sentido de la vida y la perspectiva temporal.

Por un lado, se halló que una mayor percepción y vivencia de sentido de vida se asocia positivamente y significativamente con una percepción positiva del pasado y una perspectiva temporal orientada al futuro. Esto resalta la importancia de la búsqueda y realización de un

sentido de vida, el cual funciona como un factor protector ante experiencias negativas y diferentes factores de riesgo y que, a su vez, se relacionan con una perspectiva optimista y activa sobre el pasado y el futuro. Aunque el Pasado Positivo se correlaciona positivamente y significativamente con el factor Actitud ante la muerte, la orientación al Futuro, no. Además, todas estas correlaciones presentan un tamaño del efecto débil.

En cambio, se evidenciaron correlaciones negativas y con un tamaño del efecto moderado entre las categorías negativas de la PT (Pasado Negativo y Presente Fatalista) y todos los factores de Sentido de la vida (Percepción de sentido, Vivencia de sentido y Actitud ante la muerte). Se concluye a partir de ello, que resulta fundamental tener en cuenta la relación entre los marcos temporales negativos y el vacío existencial, para la elaboración de intervenciones psicoterapéuticas y psicoeducativas de prevención de problemáticas como la ansiedad, la depresión y el suicidio, problemáticas relacionadas a la falta de sentido. Cabe destacar lo importante que resultan las experiencias educativas como facilitadoras de herramientas para la toma de decisiones y planificación de metas a largo plazo que proporcionan experiencias gratificantes a partir de su ejecución y concreción.

Asimismo, se ha encontrado una correlación positiva débil entre el Presente Hedonista con Percepción y Vivencia de sentido que, se entiende, se debe seguir profundizando en su investigación.

Finalmente, las diferencias en función de los factores sociodemográficos evidenciaron que los sujetos empleados o emprendedores presentan mayor Vivencia de sentido que los desempleados y, estos últimos, poseen mayor tendencia hacia el Pasado Negativo que los empleados. Además, los sujetos con un mayor nivel de estudios tienen un mayor sentido de vida y mayor orientación al futuro. Por el contrario, a un menor nivel de estudios, mayor puntaje en

Pasado Negativo. Se concluye que es importante tener en cuenta factores laborales y educacionales para promover el sentido de la vida y prevenir el vacío existencial. Por último, se concluye que no existen diferencias significativas en cuanto al género y las variables estudiadas.

Esta investigación pretendió realizar un pequeño aporte al estudio de las variables Perspectiva Temporal y Sentido de Vida ante la escasez de antecedentes de investigaciones sobre ambas variables en conjunto. En un mundo donde es de gran preocupación la frecuencia en aumento de la falta de interés y de iniciativa (Frankl, 2011), se espera fomentar con este estudio, la reflexión sobre el valor que posee el hecho de encontrar un *¿para qué?* al haberse demostrado las implicaciones positivas que resultan de tal búsqueda y realización.

Referencias Bibliográficas

- Albújar Sánchez, P. A., y Del Risco Aguilar, D. A. (2022). Sentido de vida y depresión en jóvenes de Lima Metropolitana. (Tesis de grado. Universidad Ricardo Palma).
<https://hdl.handle.net/20.500.14138/5397>
- Armas Arráez, M. M., y López Castedo, A. (2018). El sentido de la vida: factor protector de ansiedad y depresión. *Cauriensia*, Vol. XIII (2018) 57-72. <https://doi.org/10.17398/2340-4256.13.57>
- Barrera-Hernández, L. F., Corral-Verdugo, V., & Fraijo-Sing, B. S. (2020). El futuro trascendental como determinante de las conductas sustentables y la percepción de felicidad. *CES Psicología*, 14(1), 1–15. <https://doi.org/10.21615/cesp.14.1.2>
- Brigard Merchán, N. (2021). Relación sentido de vida en personas con ideación y/o comportamiento suicida: revisión sistemática. *Revista Perspectivas Metodológicas*. Vol. 21. <https://revistas.unla.edu.ar/epistemologia/article/view/3431>
- Bustamante Bustamante, S., y Carrillo Chu, A. P. (2021) Relación entre el sentido de vida e ideación suicida en varones que consumen sustancias psicoactivas. (Tesis de grado. Universidad de Lima). <https://hdl.handle.net/20.500.12724/14077>
- Chan Chi, G. I. (2021). Sentido de vida: una herramienta en la formación de estudiantes universitarios en el sureste de México. *RIDE Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 11(22). <https://doi.org/10.23913/ride.v11i22.937>

Cervigni, M., Martino, P., Caycho-Rodríguez, T., Barés, I., Calandra, M. y Gallegos, M. (2022).

Impacto psicológico de la pandemia por COVID-19 en adultos mayores de Argentina.

Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento, 14(2), 64-74

<https://doi.org/10.32348/1852.4206.v14.n2.32056>

Cohen, J. (1988). Statistical power analysis for the behavioral sciences (2nd edition). Hillsdale,

NJ: Erlbaum.

<https://www.utstat.toronto.edu/~brunner/oldclass/378f16/readings/CohenPower.pdf>

Crumbaugh, J. C., y Maholick, L. T. (1969). Manual of instructions for the Purpose in Life Test.

Munster: Psychometric Affiliates.

del Río, G.M., Iturralde, P. M., Ramos, N. N. & Pasman, R. (2023). Investigación sobre la

relación entre la percepción de sentido de vida y percepción temporal en estudiantes

universitarios entre 18 y 25 años. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*,

15(3), 113-123 <https://revistas.unc.edu.ar/index.php/racc/article/view/36986>

Díaz Grijalva, G. R., Leyva Portillo, A., Ochoa Ávila, E., y Mirón Juárez, C. A. (2021). Estilos

de crianza y perspectiva temporal en mujeres y hombres jóvenes. *Revista Pilquen*.

Sección Psicopedagogía, 18(1), 28–40.

<https://revele.uncoma.edu.ar/index.php/psico/article/view/3172>

Díaz Mayma, D. 2022. Perspectiva del tiempo y rasgos de la personalidad en estudiantes

universitarios. (Tesis de grado, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas).

<http://hdl.handle.net/10757/660116>

Di Marco, M. E., Difabio de Anglat, H., y Gottfried, A. (2022). Uso del Test Pil en educación.

Hacia un estado de la cuestión. *Revista Electrónica De Psicología Iztacala*, 25(4).

<https://www.revistas.unam.mx/index.php/repi/article/view/84290>

Fernández Da Lama, R. G. y Brenlla, M. E. (2021). *Tiempo monocrónico y policrónico: aportes teóricos al estudio de la Perspectiva Temporal*. XIII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXVIII Jornadas de Investigación. XVII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. III Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. III Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.

<https://n2t.net/ark:/13683/even/8te>

Frankl, V. E. (1987). *El Hombre Doliente. Fundamentos antropológicos de la psicoterapia*. Barcelona: Herder.

<https://centrodocumentacion.psicosocial.net/wp-content/uploads/2004/01/frank-el-hombre-doliente.pdf>

Frankl, V. (2011). *Psicoterapia y existencialismo*. Herder Editorial.

<https://desarmandolacultura.wordpress.com/wp-content/uploads/2018/04/frankl-viktor-e-psicoterapia-y-existencialismo.pdf>

Gaeta González, M. L., Jiménez, M. E., de Lourdes Reyes Vergara, M., Gutiérrez Niebla, M. I., González Rabino, M. L., Benítez Ríos, Y. T., y García, L. (2020). Perspectiva de futuro, patrones de aprendizaje y rendimiento académico en estudiantes universitarios mexicanos. *Estudios Sobre Educación*, 39, 9-31. <https://doi.org/10.15581/004.39.9-31>

García Callata, L., y Alata Quispe, E. K. (2023). Sentido de vida y consumo de alcohol en estudiantes de un centro educativo particular de Arequipa Metropolitana. (Tesis de grado. Universidad Católica San Pablo). <https://hdl.handle.net/20.500.12590/17894>

- García-Alandete, J., Salvador, J. H. M., y Rodríguez, S. P. (2014). Rol predictivo del sentido de la vida sobre la depresión, la desesperanza y el riesgo de suicidio en pacientes con trastorno límite de la personalidad. *Universitas Psychologica*, 13(4), 1545-1556.
<https://doi.org/10.11144/Javeriana.UPSY13-4.prmi>
- Germano, G. (2022). Tiempo subjetivo, autocontrol y malestar psicológico en jóvenes y adultos de Buenos Aires. Enciclopedia Argentina de Salud Mental. Fundación AIGLE.
<http://www.encyclopediasaludmental.org.ar/trabajo.php?id=167&idtt=251>
- Germano, G. y Brenlla, M. E. (2020). Versión Abreviada del Inventario de Perspectiva Temporal de Zimbardo para Buenos Aires. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación-e Avaliação Psicológica*, 2(55), 71-87.
<https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/9882>
- Grasso Imig, P. (2021). Perspectiva temporal, personalidad, estrategias de aprendizaje y rendimiento académico en estudiantes universitarios de Buenos Aires (Doctoral dissertation, Universidad de Palermo).
<https://dspace.palermo.edu/dspace/handle/10226/2259>
- Grasso Imig, P. y Stover J. B. (2023). Estrategias de aprendizaje y estudio, perspectiva temporal y rendimiento académico en estudiantes universitarios de Buenos Aires. *Subjetividad y procesos cognitivos*, 27(1), 27-44.
<http://dspace.uces.edu.ar:8180/xmlui/handle/123456789/6554>
- Gottfried, A. (2016). Adaptación argentina del PIL Test (Test de Sentido en la Vida) de Crumbaugh y Maholick. *Rev. psicol.* (Buenos Aires) 12 (23): 49-65.
<https://erevistas.uca.edu.ar/index.php/RPSI/article/view/1536>

- Gottfried, A. E. (2017). El sentido de vida en adolescentes entre 17 y 18 años de la ciudad de Mendoza, evidenciado antes y después de un programa de intervención basado en los postulados de Viktor Frankl. *Diálogos Pedagógicos*, 15(29), 85-112.
[http://dx.doi.org/10.22529/dp.2017.15\(29\)05](http://dx.doi.org/10.22529/dp.2017.15(29)05)
- Hernández-Bello, L., Hueso-Montoro, C., Gómez-Urquiza, J.L. y Cogollo-Milanés, Z. (2020) Prevalencia y factores asociados a la ideación e intento de suicidio en adolescentes: revisión sistemática. *Rev Esp Salud Pública*. Vol. 94.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7721501>
- Hernández Sampieri, R., Fernández, C. y Baptista, L. (2014). *Metodología de la investigación (sexta edición)*. MC GRAW HILL.
<https://www.uncuyo.edu.ar/ices/upload/metodologia-de-la-investigacion.pdf>
- Huamantuma Quispe, H. S. (2020) Análisis del sentido de vida: una revisión teórica. (Tesis de grado. Universidad de San Martín de Porres). <https://hdl.handle.net/20.500.12727/9242>
- Jaime, M., De Grandis, C. y Gago-Galvagno, L. G. (2020). Perspectiva temporal futura y metas de vida en adolescentes estudiantes de nivel medio. *Revista INFAD De Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology.*, 1(2), 153–164.
<https://doi.org/10.17060/ijodaep.2020.n2.v1.1967>
- Lewin, K. (1951). *Field theory in the social sciences: Selected theoretical papers*. New York: Harper https://es.scribd.com/document/497632325/Field-Theory-In-Social-Science-Kurt-Lewin?utm_term=&gad_source=1
- Losada, A. V. y Miller Franca, N. (2021). El sentido de la vida en profesionales de enfermería. *Revista Mexicana de Investigación en Psicología*, 13 (1), 89-96.
<https://n2t.net/ark:/13683/pDuT/XpV>

Organización Panamericana de la Salud (OPS). (2024). *Prevención del suicidio*.

<https://www.paho.org/es/temas/prevencion-suicidio>

Osorio Castaño, C. A. (2020). Un mañana significativo: el sentido de vida y la perspectiva de tiempo futuro. *Journal of Behavior, Health & Social Issues*, 11(2), 37–42.

<https://doi.org/10.22201/fesi.20070780.2019.11.2.75654>

Osorio Castaño, C. A., Ortiz, E., Avendaño-Prieto, B. L., y Hernández-Pozo, M. R. (2022).

Sentido de vida y su asociación con la ansiedad y la depresión en jóvenes.

Interdisciplinaria, 39(2), 355-368. <https://dx.doi.org/10.16888/interd.2022.39.2.22>

Oyanadel, C., Carrasco-Correa, H., Latorre-Nanjari, J., Peñate-Castro, W., y Sepúlveda-Queipul,

C. (2021). Reduciendo la ideación suicida en adolescentes con terapia de perspectiva temporal. Un estudio experimental. *Acta Colombiana de Psicología*, 24(1), 63-71.

<https://doi.org/10.14718/ACP.2021.24.1.6>

Madinelli, V. (2021). *Relación entre perspectiva temporal y personalidad extrovertida e*

introvertida. XIII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en

Psicología. XXVIII Jornadas de Investigación. XVII Encuentro de Investigadores en

Psicología del MERCOSUR. III Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. III

Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires,

Buenos Aires. <https://www.aacademica.org/000-012/126>

Malonda, S. y Barahona, M.N. (2018). Autoestima y sentido de la vida en estudiantes

universitarios. *Cauriensa*, 13, 39-55. <https://doi.org/10.17398/2340-4256.13.39>

Martínez, E. y Castellanos, C. (2013). Percepción de sentido de vida en universitarios

colombianos. *Pensamiento Psicológico*, 11(1), 71-82.

http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1657-89612013000100005&script=sci_arttext

- Notivol, J., García, P., Olaya, B., Lasheras, I., López-Antón, R. y Santabárbara, J. (2021). Prevalence of depression during the COVID-19 outbreak: A meta-analysis of community-based studies. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, Volume 21. <https://doi.org/10.1016/j.ijchp.2020.07.007>
- Ríos Fernández, F., y Muñoz, G. M. (2023). Relación entre el sentido de vida y factores sociodemográficos de estudiantes universitarios. *Dilemas contemporáneos: Educación, Política y Valores*. <https://doi.org/10.46377/dilemas.v11i1.3727>
- Szelubski, S. C. (2024). La influencia del sentido de la vida en el bienestar psicoemocional en pacientes con cáncer. (Doctoral dissertation, Universidad de Belgrano). <http://repositorio.ub.edu.ar/handle/123456789/10659>
- Torres Sevillano, V. S. (2023). Resiliencia y sentido de la vida en jóvenes adultos con estudios universitarios trancos. (Tesis de grado. Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas.) <http://hdl.handle.net/10757/669166>
- Vázquez, S. M., de Anglat, H. E. D. y Biggio, M. N. (2016). Perspectiva temporal y estilos de personalidad en estudiantes argentinos. *Interdisciplinaria*, 33(2), 315-336. <https://doi.org/10.16888/interd.2016.33.2.8>
- World Health Organization (WHO). (2023). *World Suicide Prevention Day 2023*. <https://www.emro.who.int/media/news/world-suicide-prevention-day-2023.html>
- Zimbardo, P. G. y Boyd, J. N. (1999). Putting time in perspective. A valid, reliable individual-difference metric. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77, 1271–1288. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.77.6.1271>

Anexos

Perspectiva temporal y Sentido de la vida

Hola! Gracias por visualizar este link!

Si tenés entre 20 y 35 años de edad y residís en AMBA, podés ayudarme!

Soy Andrea Flizeche, estoy culminando la licenciatura en Psicología en la Universidad Abierta Interamericana y desarrollando mi tesis. La misma va a tratar el análisis de la perspectiva temporal y el sentido de la vida, dos variables psicológicas que si tenés ganas de saber más, me podés escribir a mi mail adjunto abajo para transmitirte más información.

Estos cuestionarios forman parte de los instrumentos de medición de las variables a analizar y por eso es muy importante que puedas contestar todos los ítems. El tiempo aproximado que lleva responder el total de respuestas es de entre 10 y 15 minutos. La información brindada es totalmente anónima.

Te agradezco enormemente que te tomes ese tiempo ya que es de gran ayuda para mi trabajo.

Y si podés difundir sería increíble!

Ante cualquier duda no dudes en escribirme: andrelizeche@gmail.com

Gracias de nuevo! Un saludo!

DECLARACIÓN DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

La participación es voluntaria y toda la información obtenida en esta investigación es completamente confidencial y para uso estricto académico.

Declaro que he leído y comprendido lo antes mencionado:

Formulario: <https://forms.gle/dZt3DKBASzQBnLSA>

Cuestionario sociodemográfico

- 1) Edad (en números)
- 2) Zona de residencia (AMBA únicamente): CABA / Conurbano
- 3) Género: Hombre / Mujer / No binario
- 4) Ocupación: Empleado en relación de dependencia / Trabajador free-lance–emprendedor / Desempleado
- 5) Modalidad de trabajo: Virtual / Presencial / Mixta / No aplica
- 6) ¿Actualmente estudias? Sí / No
- 7) Estudios alcanzados: Primario incompleto / Primario completo / Secundario incompleto / Secundario completo / Terciario incompleto / Terciario completo / Universitario incompleto / Universitario completo / Posgrado incompleto / Posgrado completo
- 8) Estado civil: Soltero / En pareja / Casado / Unión civil / Separado-Divorciado / Viudo
- 9) Nacionalidad: Argentina / Otra

Inventario de Perspectiva Temporal de Zimbardo Breve (ZTPI-B)

Lea cada ítem y responda cada pregunta de la manera más honesta posible: "¿Cuán verdadero con respecto a usted es la afirmación presentada?". Marque la casilla correspondiente usando la siguiente escala: 1=Completamente Falso; 2=Bastante Falso; 3=Neutral; 4=Bastante Verdadero; 5=Completamente Verdadero

	Completamente Falso	Bastante Falso	Neutral	Bastante Verdadero	Completamente Verdadero
	1	2	3	4	5
1. A menudo pienso qué debería haber hecho diferente en mi vida.					
2. Me gusta pensar en mi pasado.					
3. Hago cosas impulsivamente.					
4. Cuando quiero conseguir algo, me fijo metas y pienso en maneras concretas de conseguirlas.					
5. Si los pongo en una balanza, tengo muchos más recuerdos buenos que malos.					
6. Preparar el trabajo para el día siguiente y cumplir con los plazos es más importante que la diversión de hoy a la noche.					
7. Ya que las cosas serán lo que serán, realmente no importa mucho lo que yo haga.					
8. Me divierten las historias sobre cómo eran las cosas en los "viejos tiempos".					
9. Revivo constantemente experiencias dolorosas de mi pasado.					
10. Me molesta mucho llegar tarde a mis citas y compromisos.					
11. Idealmente, viviría cada día como si fuese el último.					
12. Los recuerdos felices de los buenos tiempos están muy presentes en mi mente.					
13. Cumpro con las obligaciones para con mis amigos y jefes a tiempo.					
14. El pasado tiene tantos recuerdos desagradables que prefiero no pensar en ellos.					
15. Es importante ponerle excitación a mi vida.					
16. He cometido errores en el pasado que ojalá pudieran deshacerse.					
17. Antes de tomar una decisión, evalúo los costos y beneficios.					
18. Tomar riesgos hace que mi vida no sea aburrida.					
19. Me resulta difícil olvidar imágenes desagradables de mi infancia y adolescencia.					
20. Aun cuando estoy disfrutando el presente, tiendo a hacer comparaciones con experiencias similares del pasado.					
21. Tomo riesgos para ponerle excitación a mi vida.					
22. Uno no puede planificar el futuro porque las cosas cambian mucho.					

23. Mi vida está controlada por fuerzas que no puedo manejar.					
24. No tiene sentido preocuparse por el futuro si, de todos modos, no puedo hacer nada por ello.					
25. Pienso en las cosas malas que me han ocurrido en el pasado.					
26. El ser constante me permite completar mis proyectos a tiempo.					
27. Me dejo llevar por la excitación del momento.					
28. Me gustan las tradiciones familiares que se repiten regularmente.					
29. Pienso en las cosas buenas que me he perdido en mi vida.					

Instrucciones para la corrección

Para obtener las puntuaciones directas de cada orientación temporal se realiza la sumatoria de los ítems dividido la cantidad de ítems.

Ítems directos: todos menos el inverso

Completamente Falso = 1

Bastante Falso = 2

Neutral = 3

Bastante Verdadero = 4

Completamente Verdadero = 5

Ítem inverso: 14

Completamente Falso = 5

Bastante Falso = 4

Neutral = 3

Bastante Verdadero = 2

Completamente Verdadero = 1

PASADO NEGATIVO = $(1 + 9 + 16 + 19 + 20 + 25 + 29) / 7$

PRESENTE HEDONISTA = $(3 + 11 + 15 + 18 + 21 + 27) / 6$

FUTURO = $(4 + 6 + 10 + 13 + 17 + 26) / 6$

PASADO POSITIVO = $(2 + 5 + 8 + 12 + 14 + 28) / 6$

PRESENTE FATALISTA = $(7 + 22 + 23 + 24) / 4$

Test Sentido En La Vida (PIL - TEST)

Purpose in Life Test: J. C. Crumbaugh & L. T. Maholick (1969)

Versión Argentina 2014 por A. E. Gottfried

NOMBRE O CÓDIGO:	SEXO:	EDAD:
PROFESIÓN U OCUPACIÓN:	FECHA:	
INSTITUCIÓN:	DIRECCIÓN:	

INSTRUCCIONES:

En cada una de las siguientes afirmaciones, rodee con un círculo el número que refleje mejor la verdad sobre usted mismo. Por favor, señale su propia posición sin considerar las fluctuaciones pequeñas y momentáneas. Responda espontáneamente uno de los siete puntos. Dese cuenta que los números representan desde un sentimiento extremo hasta su contrario. Si contesta neutro significa que no puede

1	Generalmente estoy	1 completamente aburrido	2	3	4 neutro	5	6	7 totalmente entusiasmado
2	La vida me parece	7 siempre emocionante	6	5	4 neutro	3	2	1 completamente rutinaria
3	Para mi vida	1 no tengo ninguna meta ni propósito claro	2	3	4 neutro	5	6	7 tengo metas y propósitos bien definidos
4	Mi existencia, mi vida personal	1 no tiene ningún sentido	2	3	4 neutro	5	6	7 tiene mucho sentido
5	Vivo cada día como	7 constantemente nuevo	6	5	4 neutro	3	2	1 exactamente idéntico
6	Si pudiera elegir, preferiría	1 no haber nacido	2	3	4 neutro	5	6	7 vivir mil veces más una vida idéntica a la mía
7	Después de jubilarme o retirarme, me gustaría	7 hacer algunas de las cosas que siempre me han interesado	6	5	4 neutro	3	2	1 vaguar el resto de mi vida
8	En alcanzar las metas de la vida	1 no he progresado nada	2	3	4 neutro	5	6	7 he progresado mucho como para estar completamente satisfecho

9	Mi vida está 1 vacía, llena de desesperación	2	3	4 neutro	5	6	7 llena de cosas buenas y valiosas
10	Si muriera hoy, sentiría que mi vida 7 valió mucho la pena	6	5	4 neutro	3	2	1 no valió la pena para nada
11	Al pensar mi vida 1 me pregunto a menudo por qué existo	2	3	4 neutro	5	6	7 siempre veo una razón por lo que estoy aquí
13	Yo soy 1 muy irresponsable	2	3	4 neutro	5	6	7 muy responsable
14	Creo que el hombre para tomar sus propias decisiones es 7 totalmente libre para elegir	6	5	4 neutro	3	2	1 completamente limitado por su herencia y ambiente
15	Con respecto a la muerte 7 estoy preparado y no tengo miedo	6	5	4 neutro	3	2	1 no estoy preparado y tengo miedo
16	Con respecto al suicidio 1 he pensado seriamente que es una salida	2	3	4 neutro	5	6	7 nunca he pensado en ello
17	Considero que mi capacidad para encontrar un sentido, un propósito o una misión en mi vida 7 es muy grande	6	5	4 neutro	3	2	1 es prácticamente nula
18	Mi vida está 7 en mis manos y bajo mi control	6	5	4 neutro	3	2	1 fuera de mis manos y controlada por factores externos
19	Enfrentarme a mis tareas diarias es 7 una fuente de placer y satisfacción	6	5	4 neutro	3	2	1 una experiencia aburrida y penosa
20	Yo he descubierto que 1 no tengo ningún sentido, ni propósito, ni misión en mi vida	2	3	4 neutro	5	6	7 tengo metas claras, delimitadas y un sentido de vida que me satisface