



*Asesorías y Tutorías para la Investigación Científica en la Educación Puig-Salabarría S.C.
José María Pino Suárez 400-2 esq a Lerdo de Tejada, Toluca, Estado de México. 7223898475*

RFC: ATI120618V12

Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores.

<http://www.dilemascontemporaneoseduccionpoliticaayvalores.com/>

Año: XI Número: 1. Artículo no.:43 Período: 1ro de septiembre al 31 de diciembre del 2023

TÍTULO: Relación entre el sentido de vida y factores sociodemográficos de estudiantes universitarios.

AUTORES:

1. Máster. Fabricio Fernández Ríos.
2. Dra. Guadalupe Maribel Hernández Muñoz.

RESUMEN: Esta investigación analiza la relación entre el sentido de vida y diversos factores sociodemográficos en estudiantes universitarios con el propósito de demostrar si existen relaciones estadísticamente significativas entre el nivel de sentido de vida de un individuo y diversas características personales, familiares, de salud, entre otros. Se realizó un estudio entre estudiantes de Educación Superior, utilizando un instrumento de medición sobre el que se adaptó el test de propósito de vida de Crumbaugh y Maholick. Se demostró que existe una correlación estadísticamente significativa con un grado de asociación bajo y positivo entre el nivel de sentido de vida y los factores sociodemográficos de hábitos alimenticios, horas de sueño promedio al día, percepción del nivel socioeconómico familiar y actividad laboral.

PALABRAS CLAVES: sentido de vida, factores sociodemográficos, estudiantes universitarios.

TITLE: Relationship between the meaning of life and sociodemographic factors of university students.

AUTHORS:

1. Master. Fabricio Fernández Ríos.
2. PhD. Guadalupe Maribel Hernández Muñoz.

ABSTRACT: This research analyzes the relationship between the meaning of life and various sociodemographic factors in university students with the purpose of demonstrating whether there are statistically significant relationships between an individual's level of meaning in life and various personal, family, and health characteristics, among others. A study was carried out among Higher Education students, using a measurement instrument on which the Crumbaugh and Maholick life purpose test was adapted. It was shown that there is a statistically significant correlation with a low and positive degree of association between the level of sense of life and the sociodemographic factors of eating habits, average hours of sleep per day, perception of family socioeconomic level and work activity.

KEY WORDS: meaning of life, sociodemographic factors, university students.

INTRODUCCIÓN.

A finales del año 2019, el mundo entero se paralizó ante las noticias que empezaron a esparcirse sobre el coronavirus –también conocido como COVID-19-, el cual es una enfermedad infecciosa causada por el virus SARS-CoV-2, y cuyos métodos preventivos incluyeron el confinamiento en casa y el autoaislamiento en caso de sentirse mal o resultar positivo a su contagio (Organización Mundial de la Salud, 2023).

Al poco tiempo de iniciada, se hizo evidente que esta pandemia provocaría cambios trascendentales y que magnificaría los problemas ya existentes en las diversas economías y sociedades globales (Schwab & Malleret, 2020), al punto de que el mismo Foro Económico Mundial construyó una propuesta de economía planificada para reconstruir la economía de manera sostenible tras la vivencia de esta crisis mundial.

El mundo se vio afectado por esta situación no solamente a niveles económicos y sociales, sino que diversas investigaciones ayudaron a corroborar que el bienestar mental y emocional de las personas también se vio perjudicado por múltiples factores derivados de la pandemia por COVID-19, y uno de

los temas o conceptos que se vinculó en una importante medida y frecuencia con este elemento de los seres humanos durante esta crisis mundial fue el *sentido de vida* (Araque-Castellanos et al., 2020; Arslan et al., 2022; Rasheed et al., 2022; Romero Parra, 2020; Ruiz Domínguez et al., 2020; Trujillo Montalvo, 2021; Vergara et al., 2021; Yu et al., 2020).

De acuerdo con Viktor Frankl (2015) y su propuesta -denominada *logoterapia*-, la primera fuerza motivadora del hombre es la lucha por encontrar un sentido a su vida y por realizar un conjunto de valores: de experiencia, de creación y de actitud (Frankl, 2015, 2018).

De manera similar, Steger y sus colaboradores (2006) definen el sentido de vida como un impulso innato para encontrar significado y significancia en la vida de las personas, e identifican que está compuesto por dos factores: la búsqueda de sentido y la presencia de sentido. Además, el mismo Steger junto con Kashdan (2007) aseguran que la búsqueda de sentido podría conducir a mejorar la presencia de éste mismo en la vida de una persona, pues ambos conceptos conviven dinámicamente en los seres humanos.

Por otro lado, algunos autores nos demuestran que el sentido de vida no es algo estático en los seres humanos, sino que es dinámico y cambiante, y que éste aumenta según avanzan las fases de la vida de una persona (Avellar De Aquino et al., 2017). De hecho, se ha podido comprobar que los adultos y las personas de la tercera edad perciben una mayor presencia de sentido en el tiempo presente, en comparación con los jóvenes que mostraron sentidos de vida mayormente subjetivos y contruidos más con base en lo visualizado hacia el futuro que en lo experimentado hasta el momento presente (Avellar De Aquino et al., 2017; Cadavid-Claussen & Díaz-Soto, 2015).

Considerando todo lo anterior, es importante señalar, que una de las consecuencias a nivel psicológico y emocional de la pandemia por COVID-19 es que las personas han cambiado de forma importante su perspectiva sobre el sentido de vida, y este hecho, no es para menos después de presenciar o vivir casos

devastadores de contagios o muertes de personas cercanas y miles de personas por todo el mundo (Trujillo Montalvo, 2021).

Lo anterior lleva a plantear una serie de cuestionamientos y reflexiones acerca de los factores que influyen -positiva o negativamente- o son causa de la búsqueda y/o presencia de sentido en las personas, así como de aquellos factores que se ven influidos –también de forma positiva o negativa- o son consecuencia de buscar y/o tener presente un sentido o significado de vida.

Sobre este último enfoque es que gira la motivación y el propósito de esta investigación, en donde después de definir los conceptos pertinentes, se busca analizar si existe o no una relación entre el sentido de vida y diversos factores sociodemográficos de un grupo de estudiantes de Ingeniería, así como el tipo de relación que existe, en caso de haberla.

DESARROLLO.

Esta investigación se realizó en un nivel descriptivo correlacional, ya que se buscó caracterizar los conceptos de *sentido de vida* y *factores sociodemográficos* con el fin de establecer su estructura o comportamiento (Hernández Sampieri et al., 2014), el cual se asume que es de relación o sinergia, y por otra parte, fue correlacional por determinar el grado y tipo de relación o asociación no causal existente entre estas variables.

Para obtener los datos referentes al *sentido de vida*, se utilizó el test de propósito de vida (*purpose in life test*) de Crumbaugh y Maholick (1964, 1969), el cual sigue las propuestas y criterios de Viktor Frankl y su *logoterapia* (2015, 2018), quien ha sido referente al construir el marco teórico de esta investigación. El instrumento consta de 20 preguntas en las que se usa una escala tipo Likert, que va del uno al siete, donde en todos los casos el siete es la mejor calificación, y que tienen el propósito de medir variables que han sido categorizadas y utilizadas de diversas maneras por diferentes autores.

Algunos autores (Gottfried, 2016; Schulenberg et al., 2011) han seguido los conceptos del contenido general para cada ítem propuesto originalmente por Crumbaugh y Maholick (1964, 1969), los cuales se presentan en la Tabla 1.

Tabla 1. Contenido general para los ítems del test de propósito de vida.

Ítem	Contenido general	Ítem	Contenido general
1	Entusiasmo	11	Tener razones para vivir
2	Emoción en la vida	12	Mundo significativo
3	Presencia de metas claras en la vida	13	Responsabilidad individual
4	Vida con sentido	14	Libertad en la toma de decisiones
5	Novedad en el día a día	15	Preparación para la muerte
6	Deseos de una vida como la actual	16	Pensamientos suicidas
7	Actividad post-jubilación	17	Capacidad para descubrir sentido
8	Cumplimiento de metas vitales	18	Una vida determinada
9	Buenas cosas en la vida	19	Satisfacción en las tareas diarias
10	Haber vivido de forma valiosa	20	Presencia de propósito en la vida

Nota. Tomada de Crumbaugh y Maholick (1964, 1969).

Es importante mencionar, que Schulenberg y sus colegas (2011) han demostrado que los *ítems* de presencia de metas claras en la vida, vida con sentido, cumplimiento de metas vitales y presencia de propósito de vida -que corresponden a las preguntas 3, 4, 8 y 20- son estadísticamente significativos y suficientes para medir con efectividad el nivel de sentido de vida de un individuo, a lo que han llamado la versión corta del Test de Propósito de vida. Esto ha sido validado y confirmado posteriormente también por Weber y sus colaboradores (2022).

Por otro lado, Martínez Ortiz y sus colaboradores (2012) dividen estos mismos 20 ítems en tres categorías que los abarcan y las catalogan en un primer grupo denominado sentido desde la capacidad de establecer metas, un segundo grupo llamado donde están las preguntas referentes al sentido desde

el componente hedónico de la vida, y un último grupo con los ítems referentes al sentido desde la sensación del logro.

Con una propuesta parecida, Huamani Cahua y Arias Gallegos (2018), siguiendo a Noblejas (1994, 2000), dividen los 20 ítems en cuatro subcategorías, que son las siguientes: 1) percepción de sentido, 2) experiencia de sentido, 3) metas y tareas, y 4) dialéctica / destino y libertad. Cada subcategoría está integrada por diferentes preguntas.

El apartado de los datos sociodemográficos se estructuró a través de 18 preguntas para recolectar información referente al ámbito personal, académico, familiar, de salud, socioeconómico y profesional de cada uno de los participantes del estudio que contestaron el cuestionario digital. Su contenido general se muestra en la Tabla 2.

Tabla 2. Contenido general de los ítems para recolectar datos sociodemográficos.

Ítem	Contenido general	Ítem	Contenido general
1	Edad	10	Consumo de alcohol
2	Lugar de nacimiento	11	Consumo de tabaco
3	Género	12	Figura de padres en la infancia
4	Práctica religiosa	13	Cantidad de hermanos
5	Carrera universitaria	14	Posición del participante en su familia
6	Semestre de carrera	15	Nivel socioeconómico familiar percibido
7	Hábitos de alimentación	16	Porcentaje de beca escolar
8	Horas de sueño promedio al día	17	Tipo de beca escolar
9	Frecuencia de ejercicio a la semana	18	Trabajo actual del participante

Nota. Elaboración propia.

Respecto al diseño del estudio, se realizó una investigación de campo intensiva, ya que se recolectaron datos directamente de los sujetos de investigación sin manipular o controlar las variables, y se concentró en un perfil específico de estudiantes, los resultados no podrán ser extrapolados o generalizados a cualquier perfil o población (Hernández Sampieri et al., 2014).

El estudio propuesto se realizó con estudiantes de Educación Superior pertenecientes a alguna carrera de Ingeniería o Licenciatura de la Facultad de Ingeniería Mecánica y Eléctrica y de la Facultad de Ciencias Físico Matemáticas de la Universidad Autónoma de Nuevo León y se obtuvieron un total de 114 respuestas. La técnica que se utilizó para la recolección de datos en el desarrollo de la metodología fue la encuesta escrita, haciendo uso de un cuestionario digital en *Google Forms* que ayudó a la medición de las variables de *sentido de vida* y de los diferentes *factores sociodemográficos*.

La técnica de procesamiento y análisis de datos a utilizar fue la prueba de correlación r de Pearson, ya que se trató de comprobar la hipótesis de que el sentido de vida tiene una relación estadísticamente significativa con diversos factores sociodemográficos de los estudiantes que participaron en el estudio; es decir, se midió y analizó la correlación entre estas dos variables para comprobar o descartar que algunos de los factores sociodemográficos analizados tienen o no influencia en el sentido de vida de los estudiantes.

Para el análisis de los datos se utilizó el programa especializado *IBM SPSS Statistics* en su versión 28.0, con el cual se obtuvieron desde análisis estadísticos descriptivos básicos hasta estadísticas inferenciales de correlación entre dos variables.

Respecto a los factores sociodemográficos de los 114 participantes de este estudio, se obtuvo que la media de edad fue de 19.82 años con un mínimo de 17 y un máximo de 29 años. El 66.7% de los participantes fueron del género masculino (f: 76), el 32.5% del género femenino y solo uno de los participantes seleccionó la opción de “otro” (0.9%).

La totalidad de los participantes son nacidos en México (f: 113), a excepción de uno que es nacido en Venezuela (0.9%). El estado de la república mexicana con mayor representatividad en la muestra fue Nuevo León con un 83.3% (f: 95), seguido por Tamaulipas con el 6.1% (f: 7) y el Estado de México y Veracruz, ambos con un 1.8% (f: 2). Los demás estados tuvieron representación solamente de un participante (0.9%). La ciudad con mayor cantidad de estudiantes fue Monterrey con el 54.4% (f: 62),

seguido de San Nicolás de los Garza con un 15.8% (f: 18), Guadalupe y San Pedro Garza García con un 5.3% (f: 6) y 2.6% (f: 3), respectivamente. Las demás ciudades tuvieron una representación menor al 2%.

Respecto al semestre cursado en su carrera universitaria al momento de contestar el cuestionario, se obtuvo una mediana en el 4° semestre (f: 23), así como porcentajes acumulados del 43% entre 3° y 4° semestre (f: 49) y del 39.5% entre 6° y 8° semestre (f: 45). El programa académico con mayor representatividad fue el de Ingeniería Mecánica y Administrativa con un 33.3% (f: 38), seguido por el de Ingeniería en Manufactura con el 30.7% (f: 35), e Ingeniería Mecánica Eléctrica y la Licenciatura en Seguridad en Tecnologías de Información con un 7.9% y 7%, respectivamente.

En referencia a temas del ámbito personal y de salud, un 57% de los participantes dijeron sí practicar alguna religión (f: 65) y el 43% restante dijeron no hacerlo (f: 49). En cuanto a hábitos de alimentación, 78.1% dijeron tener hábitos regulares (f: 89), 16.7% tener hábitos saludables (f: 19), y un 5.3% no saludables (f: 6).

En cuanto a las horas de sueño promedio al día, la opción de dormir entre cinco y siete horas fue la más mencionada con un 73.7% de la muestra (f: 84), seguida por la de más de siete horas que seleccionó un 17.5% (f: 20) y la de menos de cinco horas que mencionó un 8.8% de los participantes (f: 10). Respecto a la actividad física, el 33.3% (f: 38) dijo realizar ejercicio entre una y dos veces por semana, un 25.4% (f: 29) entre tres y cuatro veces, el 22.8% (f: 26) afirmaron no hacer ejercicio y el 18.4% (f: 21) entre cinco y siete veces por semana.

La respuesta más mencionada respecto a la ingesta de alcohol apunta a que el 50.9% no consumen (f: 58), el 39.5% tienen un consumo bajo (f: 45) y 9.6% un consumo moderado (f: 11). Respecto al tabaco, la mención de mayor frecuencia tiende a que el 92.1% no consume (f: 105), el 5.3% tienen un consumo bajo (f: 6), un 1.8% un consumo moderado (f: 2) y solo el 0.9% un consumo alto (f: 1).

En relación a temas familiares y a la figura de sus padres durante su infancia, 91.2% afirmaron haber crecido con ambos (f: 104), 6.1% sólo con su mamá (f: 7), 0.9% solo con su papá (f: 1) y 1.8% con otra figura (f: 2). Respecto a la cantidad de hermanos, el 7% dijeron ser hijos únicos (f: 8), un 80.7% contestaron tener entre uno y dos hermanos (f: 92), y el 12.3% entre tres y cinco (f: 14). Relacionado con este factor, el 39.5% de los participantes mencionaron ser los mayores entre sus hermanos (f: 45), seguidos por el 35.1% que son los menores (f: 40) y el 17.5% que están en la posición de en medio en su familia (f: 20).

Respecto a temas económicos, el 57% de los estudiantes se perciben en un nivel socioeconómico familiar medio (f: 65), un 28.1% se perciben en un nivel medio-bajo (f: 32), el 11.4% en el nivel medio-alto, seguidos por el 2.6% que se perciben en nivel bajo (f: 3) y el 0.9% que se considera de un nivel socioeconómico familiar alto (f: 1). Relacionado con este mismo tema, el 49.1% de los participantes dijeron no contar con una beca escolar (f: 56), un 3.5% afirmaron contar con una beca escolar de menos del 30% (f: 4), el 24.6% una beca de entre 30% y 60% (f: 28) y el 22.8% con más del 60% (f: 26).

Los tipos de becas más asignadas fueron la beca por méritos académicos con un 18.4% (f: 21), por solicitud de apoyo económico con el 11.4% (f: 13) y deportiva con representación de un 8.8% (f: 10) de la población. Además, un 64.9% de los estudiantes dijeron no tener un trabajo (f: 74), el 23.7% afirmaron tener un trabajo de medio tiempo (f: 27) y el 11.4% tenían un trabajo de tiempo completo (f: 13).

En cuanto a los resultados obtenidos en el test de propósito de vida (Crumbaugh & Maholick; 1964, 1969) implementado, se realizó un análisis de fiabilidad a las respuestas obtenidas para los 20 ítems del cuestionario y se obtuvo una alfa de Cronbach igual a .910, lo cual asegura la validez del instrumento. Además, al aplicar la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov para cada uno de los ítems, se obtuvo una $p < .001$, con lo cual se acepta la normalidad de los datos analizados.

Para realizar el análisis de correlación r de Pearson, se siguieron dos de las propuestas de método expuestas previamente en el apartado de metodología. Por un lado, se hizo la suma del puntaje obtenido en las respuestas y con éste se agruparon también a los estudiantes por cuartiles, asignando el Q1 al 25% de la muestra con más alto puntaje y Q4 al 25% de la muestra con el puntaje más bajo (Gottfried, 2016); por otro lado, se obtuvo la suma del puntaje solamente de las cuatro variables clave -los ítems 3, 4, 8 y 20- que propone la versión corta del Test de Propósito de Vida (Schulenberg et al., 2011; Weber et al., 2022).

Con estos parámetros calculados, se realizaron las pruebas de correlación r de Pearson entre el puntaje total obtenido, la distribución por cuartiles, y el puntaje de las cuatro variables clave con cada uno de los factores sociodemográficos presentados anteriormente, para con esto analizar el nivel de significancia de la correlación y el grado de asociación entre las variables, en caso de que la hubiera.

Al relacionar el puntaje total obtenido con los factores sociodemográficos, se encontraron correlaciones significativas con los hábitos de alimentación –con una $r(112) = .189, p < .05$ - y con las horas de sueño promedio al día –con una $r(112) = .207, p < .05$.

Al analizar la relación de la distribución por cuartiles se repite la correlación significativa con los hábitos de alimentación –con una $r(112) = .194, p < .05$ - y se suma el nivel socioeconómico familiar percibido –con una $r(112) = .198, p < .05$.

Finalmente, al relacionar las cuatro variables clave mencionadas anteriormente, los resultados vuelven a ser significativos con los hábitos de alimentación –con una $r(112) = .201, p < .05$ -, con las horas de sueño promedio al día –con una $r(112) = .262, p < .01$ - y se agrega la variable del trabajo actual –con una $r(112) = .207, p < .05$.

CONCLUSIONES.

Se presentan a continuación las conclusiones interpretaciones de las correlaciones obtenidas al analizar los resultados del instrumento de medición utilizado en el desarrollo de esta investigación.

En cuanto a la relación del puntaje total obtenido con los factores sociodemográficos, se puede concluir e interpretar lo siguiente:

- 1) Que los participantes que manifestaron tener mejores hábitos de alimentación tienden a tener un mayor nivel de sentido de vida, y viceversa.
- 2) Que quienes afirmaron tener más horas de sueño promedio al día tienden a tener un mayor nivel de sentido de vida, y viceversa.

Es importante mencionar, que también para ambos casos, el grado de asociación se denomina como bajo por la magnitud del coeficiente de correlación obtenido.

Al analizar la relación de la distribución por cuartiles se puede interpretar lo siguiente:

- 1) Que los estudiantes que manifestaron tener mejores hábitos de alimentación tienden a tener un mayor nivel de sentido de vida, y viceversa.
- 2) Que quienes afirmaron percibirse en un mayor nivel socioeconómico familiar tienden a tener un mayor nivel de sentido de vida, y viceversa. Para estos casos, también el grado de asociación se denomina como bajo por la magnitud del coeficiente de correlación obtenido.

Finalmente, al relacionar las cuatro variables clave mencionadas anteriormente, la interpretación de estos resultados es la siguiente:

- 1) Que los participantes que manifestaron tener mejores hábitos de alimentación tienden a tener un mayor nivel de sentido de vida, y viceversa.
- 2) Que quienes afirmaron tener más horas de sueño promedio al día tienden a tener un mayor nivel de sentido de vida, y viceversa.
- 3) Que aquellos que realizan en mayor medida alguna actividad laboral tienden a tener un mayor nivel de sentido de vida, y viceversa.

Para los tres casos, el grado de asociación se denomina como bajo por la magnitud del coeficiente de correlación obtenido.

Como se comentó al inicio de este estudio, y siguiendo la propuesta de Viktor Frankl (2015), la primera fuerza motivadora del hombre es la lucha por encontrar un sentido a su vida y por realizar un conjunto de valores: de experiencia, de creación y de actitud (Frankl, 2015, 2018); además, se definió el sentido de vida como un impulso innato para encontrar significado y significancia en la vida de las personas (Steger et al., 2006). Por otro lado, se expresó que el sentido de vida no es algo estático en los seres humanos, sino que es dinámico y cambiante (Avellar De Aquino et al., 2017).

Tras los hallazgos de los resultados obtenidos en este estudio, se ha podido hacer una aproximación a estas propuestas, definiciones y afirmaciones, ya que se encontró que existen factores en los participantes de esta investigación que los pueden ayudar a acercarse o alejarse de su sentido de vida - es decir, de encontrar significado y significancia a sus vidas- y que éste es cambiante y dinámico.

Las correlaciones significativas encontradas pueden dividirse en dos grupos: por un lado, dos que están relacionadas con el ámbito del bienestar físico de las personas –es decir, los hábitos de alimentación y de sueño-, y por otro lado, dos que hacen referencia al ámbito socioeconómico de los estudiantes –, hablando del nivel socioeconómico familiar percibido y del desempeño de algún trabajo o actividad laboral.

Respecto al primer grupo, algunos autores ya han relacionado previamente variables como la actividad física y el deporte como factores significativos para aportar o nutrir el sentido de vida de los seres humanos (Álvarez Álvarez, 2020; Romero-Ramos et al., 2023; Smela et al., 2019); de esta manera, se puede entender también la correlación significativa encontrada entre tener unos buenos hábitos alimenticios y de descanso con la presencia de un mayor nivel de sentido de vida.

Este primer hallazgo lleva a cuestionar y analizar cómo y cuáles son los hábitos que poseen actualmente los estudiantes de Educación Superior respecto a su alimentación y descanso, ya que nos encontramos delante de una generación que si bien tiene una amplia conciencia de los beneficios de alimentarse sanamente, también se enfrenta a la oferta de alimentos poco nutritivos que satisfacen sus necesidades

de practicidad y economía; además de ser una generación que en muchas ocasiones sacrifica el descanso y las horas de sueño para cumplir con todas las actividades y responsabilidades en las que se enrola.

Respecto al segundo grupo, se puede mencionar que algunos autores han comprobado también previamente que factores como un ambiente familiar agradable y el autodesarrollo son clave para la presencia de sentido de vida en los seres humanos (Deb et al., 2020; Huamani Cahua et al., 2018; Siwek et al., 2017; Zhang et al., 2016), lo cual tiene relación con el hallazgo obtenido en cuanto a la percepción del nivel socioeconómico familiar y el desarrollo de alguna actividad laboral para sumar al nivel de sentido de vida en los estudiantes.

Este segundo hallazgo lleva a reflexionar respecto al tipo de relación que tienen actualmente los jóvenes con el dinero, ya que esto deja en evidencia la importancia de que los jóvenes universitarios aprendan a tener una relación sana y constructiva con éste y con los bienes materiales, los cuales tienen importancia y valor no por sí mismos sino por la potencialidad que hay en ellos para conseguir metas y objetivos significativos que aporten al significado y significancia de la vida.

Finalmente, este estudio aporta resultados y hallazgos interesantes para la reflexión, planeación y desarrollo de estrategias y proyectos educativos enfocados en los factores que aportan y nutren de manera trascendente al sentido de vida de los estudiantes universitarios, dando oportunidad de aportar al bienestar físico, psicológico, social y espiritual de los jóvenes, y ayudándolos así a convertirse en agentes de cambio para el mundo que construyen en el presente con miras al futuro.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

1. Álvarez Álvarez, J. J. (2020). Deporte y trascendencia: el hombre, en busca de un sentido último. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 15(45), 321–329. <https://doi.org/10.12800/ccd.v15i45.1510>
2. Araque-Castellanos, F., González Gutiérrez, O., López-Jaimes, R. J., Nuván-Hurtado, I. L., & Medina-Ortiz, O. (2020). Bienestar psicológico y características sociodemográficas en estudiantes

universitarios. *Revista AVFT*, 39(8), 998–1004.

3. Arslan, G., Yıldırım, M., Karataş, Z., Kabasakal, Z., & Kılınc, M. (2022). Meaningful Living to Promote Complete Mental Health Among University Students in the Context of the COVID-19 Pandemic. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 20(2), 930–942. <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00416-8>
4. Avellar De Aquino, T. A., Veloso Gouveia, V., Salvino Gomes, E., & Melo De Sá, L. B. (2017). La percepción de sentido de la vida en el ciclo vital: una perspectiva temporal. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 35(2), 375–386. <https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.3728>
5. Cadavid-Claussen, M. V., & Díaz-Soto, V. M. (2015). Sentidos de vida de los universitarios. *Educ. Educ.*, 18(3), 371–390. <https://doi.org/10.5294/edu.2015.18.3.1>
6. Crumbaugh, J. C., & Maholick, L. T. (1964). An experimental study in existentialism: The psychometric approach to Frankl's concept of noogenic neurosis. *Journal of Clinical Psychology*, 20, 200–207.
7. Crumbaugh, J. C., & Maholick, L. T. (1969). *Manual of instructions for the Purpose in Life test*. Abilene, TX: Viktor Frankl Institute of Logotherapy.
8. Deb, S., Thomas, S., & Bose, A. (2020). Happiness, meaning, and satisfaction in life as perceived by indian university students and their association with spirituality. *Journal of Religion and Health*, 59, 2469–2485.
9. Frankl, V. (2015). *El hombre en busca de sentido* (3a ed.). Herder.
10. Frankl, V. (2018). *Psicoanálisis y existencialismo* (3a ed.). Fondo de Cultura Económica.
11. Gottfried, A. E. (2016). Adaptación Argentina del PIL Test (Test de Sentido en la Vida) de Crumbaugh y Maholick. *Revista de Psicología*, 12(23), 49–65.

12. Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, M. del P. (2014). *Metodología de la Investigación* (6a ed.). McGraw Hill.
13. Huamani Cahua, J. C., & Arias Gallegos, W. L. (2018). Análisis psicométrico de la Prueba de Sentido de Vida en escolares de la ciudad de Arequipa (Perú). *Revista de Investigación en Psicología*, 21(1), 51–66. <https://doi.org/10.15381/rinvp.v21i1.15112>
14. Huamani Cahua, J. C., Arias Gallegos, W. L., & Núñez Cohello, A. L. (2018). Predictive Model of Purpose of Life in Adolescents of Public Educational Institutions from Arequipa City. *Cuadernos de Neuropsicología / Panamerican Journal of Neuropsychology*, 12(2). <https://doi.org/10.7714/CNPS/12.2.209>
15. Martínez Ortiz, E., Trujillo Cano, Á. M., & Trujillo, C. A. (2012). Validación del Test de Propósito Vital (PIL test - Purpose In Life test) para Colombia. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 21(1), 85–94.
16. Organización Mundial de la Salud. (2023). Coronavirus. https://www.who.int/es/health-topics/coronavirus#tab=tab_1
17. Rasheed, N., Fatima, I., & Tariq, O. (2022). University students' mental well-being during COVID-19 pandemic: The mediating role of resilience between meaning in life and mental well-being. *Acta Psychologica*, 227. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2022.103618>
18. Romero-Ramos, O., Romero-Ramos, N., González Suárez, A. J., Fernández-Rodríguez, E., & Niznikowski, T. (2023). Physical activity and purpose in life of college students in confinement. *Retos*, 47, 628–635.
19. Romero Parra, R. M. (2020). Depression and the meaning of life in university students in times of pandemic. *International Journal of Educational Psychology*, 9(3), 223–242. <https://doi.org/10.17583/ijep.2020.6784>
20. Ruiz Domínguez, L. C., Blanco-González, L., Araque-Castellanos, F., Mendoza-Rincón, B. M., &

Arenas-Villamizar, V. V. (2020). Características del bienestar psicológico en jóvenes universitarios en el marco aislamiento preventivo por COVID-19. *Gaceta Médica de Caracas*, 128(2), S359–S364. <https://doi.org/10.47307/GMC.2020.128.S2.22>

21. Schulenberg, S. E., Schnetzer, L. W., & Buchanan, E. M. (2011). The Purpose in Life Test-Short Form: Development and Psychometric Support. *Journal of Happiness Studies*, 12(5), 861–876. <https://doi.org/10.1007/s10902-010-9231-9>
22. Schwab, K., & Malleret, T. (2020). Covid-19: El Gran Reinicio. *Foro Económico Mundial*.
23. Siwek, Z., Oleszkowicz, A., & Słowińska, A. (2017). Values Realized in Personal Strivings and Motivation, and Meaning in Life in Polish University Students. *Journal of Happiness Studies*, 18, 549–573. <https://doi.org/10.1007/s10902-016-9737-x>
24. Smela, P., Pacesova, P., & Kracek, S. (2019). Three component model of meaningfulness of life of male and female university students regarding their sport activity. *Physical Activity Review*, 7, 175–181. <https://doi.org/10.16926/par.2019.07.21>
25. Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, 53(1), 80–93. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.1.80>
26. Steger, M. F., & Kashdan, T. B. (2007). Stability and specificity of meaning in life and life satisfaction over one year. *Journal of Happiness Studies*, 8(2), 161–179. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9011-8>
27. Trujillo Montalvo, P. (2021). El mundo no va a volver a ser el mismo: ¿cómo cambió la pandemia del siglo XXI a estudiantes universitarios? *Cuadernos Médico Sociales*, 61(3), 37–43. <https://doi.org/10.56116/cms.v61.n3.s1.2021.84>
28. Vergara, C., Méndez, E., & Navarro, S. (2021). Percepción de calidad y sentido de vida en

confinamiento social. *Palobra*, 21(1), 117–129.

29. Weber, M. C., Furman, H., & Schulenberg, S. E. (2022). A Spanish Adaptation and Validation of the Purpose in Life Test - Short Form (PIL-SF). *Psocial*, 8(1), 48–66. <https://lgproxy.unicoc.edu.co/login?url=https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=edb&AN=158848987&lang=es&site=eds-live&scope=site>
30. Yu, Y., Yu, Y., & Li, B. (2020). Effects of mindfulness and meaning in life on psychological distress in Chinese university students during the COVID-19 epidemic : A chained mediation model. *Asian Journal of Psychiatry*, 53, 1–2. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102211>
31. Zhang, H., Sang, Z., Chan, D. K. S., Teng, F., Liu, M., Yu, S., & Tian, Y. (2016). Sources of Meaning in Life Among Chinese University Students. *Journal of Happiness Studies*, 17(4), 1473–1492. <https://doi.org/10.1007/s10902-015-9653-5>

DATOS DE LOS AUTORES.

1. Fabricio Fernández Ríos. Maestría en Administración y Alta Dirección, y Maestría en Educación y Procesos Docentes. Escuela de Ingeniería y Tecnologías de la Universidad de Monterrey, y Director del Programa Académico de Ingeniería en Gestión Empresarial. México. Correo electrónico: fabricio.fernandez@udem.edu

2. Guadalupe Maribel Hernández Muñoz. Doctorado en Ingeniería de Materiales y Doctorado en Educación. Docente de la Facultad de Ingeniería Mecánica y Eléctrica de la Universidad Autónoma de Nuevo León. México. Correo electrónico: guadalupe.hernandezmn@uanl.edu.mx

RECIBIDO: 15 de mayo del 2023.

APROBADO: 2 de julio del 2023.