

El Sentido de vida en Estudiantes de Primer Semestre de la Universidad de la Salle Bajío

Dra. Laura Magaña Valladares

Directora de la Escuela de Educación y Desarrollo Humano de la Universidad De La Salle Bajío

María Alicia Zavala Berbena, Isaac Ibarra Tarango,

María Teresa Gómez Medina & María Mercedes Gómez Medina

Docentes de la Escuela de Educación y Desarrollo Humano de la Universidad De La Salle Bajío

lmagana@delasalle.edu.mx

Recibido: Diciembre del 2003, Aceptado: Mayo del 2004

RESUMEN

En la visión humanista de la educación destaca la importancia de ayudar a los alumnos para que decidan lo que son y lo que pueden llegar a ser, a partir de la comprensión de los motivos que los impulsan para lograr “algo” o para ser de una manera determinada. Desde esta perspectiva, en la investigación se propusieron los siguientes objetivos: 1) valorar el “Sentido de Vida” de estudiantes de nuevo ingreso de la Universidad De La Salle Bajío; 2) explorar las relaciones de los resultados obtenidos con variables personales y familiares; y, 3) analizar las características psicométricas del instrumento utilizado. El estudio descriptivo se trabajó con una muestra estratificada, al azar de 723 estudiantes universitarios de primer ingreso, de 16 a 27 años, pertenecientes a 23 carreras. Se aplicó el test, Purpose in Live (PIL) de Crumbaugh y Maholick.

En los resultados se encontró que el 55.5% de los estudiantes muestran una definición adecuada del Sentido de Vida; el 33.3% se ubica en la zona de indefinición; y, el 11.2% muestra falta de Sentido. La distribución del total de puntajes obtenidos en la muestra de estudiantes fue superior a la de los baremos disponibles. La proporción de alumnos que mostró indefinición es un foco de atención primordial; asimismo, la carencia de Sentido de Vida que mostró el 11.2% puede considerarse como posible indicador de desajuste emocional.

ABSTRACT

Under the humanist educational approach, it is of prime importance to help students to identify who they are and who they can become, based on understanding their reasons to either achieve ‘something’ or being in a certain way. From this point of view, the following objectives were defined for this research: 1) To identify the ‘Purpose in Life’ in first semester students at Universidad De La Salle Bajío; 2) To analyze the relation between the results and personal and family variables; 3) To evaluate the psychometric characteristics of the test. The descriptive study was realized with a stratified sample. The 723 university students (16-27 y/o) were from 23 different programs. The test was Crumbaugh and Maholick’s Purpose in Live (PIL.)

According to the results, 55.5 % of the students show an appropriate Purpose in Life definition; 33% are located within the indetermination range; and 11.2% show lack of Purpose in Life. The total distribution of the sample’s scores were higher to the ones obtained in previous studies in which the same test was used. Those students in the indetermination range require special attention and the lack of Purpose in Life shown by the 11.2% might indicate an emotional unbalance.

INTRODUCCIÓN

Todos los seres humanos tenemos algo en común: nuestra capacidad de cuestionarnos. Alguna vez nos hemos preguntado ¿Quiénes somos? ¿Adónde vamos? ¿Para qué estamos en este mundo? ¿Qué es la verdad? ¿De qué está hecho el amor? ¿Para qué vivir? En pocas palabras, nos preguntamos por el sentido de nuestras vidas.

El “Sentido de Vida”, de acuerdo con Frankl,¹ se define como *el para qué, el motivo, la razón, lo que nos impulsa para lograr algo, o para ser de una manera determinada*. Esta noción tan fundamental, ha cobrado vital importancia, en un mundo dominado por el materialismo, el hedonismo, la permisividad, el relativismo y el consumismo.²

Desde la visión humanística³ el vacío existencial es uno de los más importantes problemas para nuestra sociedad, que ha sido afligida por dos grandes guerras, por ideologías destructivas, por la alineación de los valores tradicionales; y cuya alternativa puede enfrentarse desde una concepción de la persona dotada de inteligencia, libertad, autonomía y capacidad de amar, de responsabilidad creadora, poseedora de valores.

Los principios educativos que de ello se desprenden, señalan que la educación debe ayudar a los alumnos para que decidan lo que son y lo que quieren llegar a ser.⁴ En este enfoque se considera necesario ayudar a los estudiantes a explorar y comprender de un modo más cabal lo que es su persona, el significado de su existencia, y su responsabilidad hacia los demás. Como educadores, con sentido humanista, concebimos la educación como un proceso formativo con enfoque integral, en el que es posible y deseable, que los alumnos encuentren el sentido de su existencia.

Sin embargo, se ha descrito a la juventud como perteneciente a la ya saliente generación “X”, que se caracteriza por no tener identidad ni propósito; es decir, que nos enfrentamos con personas, jóvenes y adultos, que no saben lo que hacen ni lo que quieren. Es una generación que no ama la vida, que busca la extinción expresándolo en su música y en su discurso, que habla de tinieblas, del ocultismo, de muerte. El Dr. Enrique Rojas,⁵ describe a la juventud actual como *light*, en la que se conjugan pensamiento débil, convicciones sin firmeza, asepsia en sus compromisos, indiferencia *sui generis*; su ideología es el pragmatismo; su norma de conducta, la vigencia social; consume lo que está de moda; su ética se basa en la estadística y encuestas, sustitutas de la conciencia; su moral, repleta de neutralidad, falta de compromiso y subjetividad...

Como educadores no podemos ser ajenos a esta situación y, por ello, nos preguntamos ¿Qué pasa con el sentido de vida de nuestros estudiantes? ¿Cuántos de ellos han logrado integrar un sentido de vida adecuado y útil para promover su auténtico desenvolvimiento? ¿Cuántos adolecen de un sentido de vida o sufren vacío existencial? y ¿Qué acciones podemos realizar como educadores en la búsqueda del desarrollo personal de nuestros alumnos?

Así, nos adentramos en un nuevo camino que comienza en las escuelas y las universidades de nuestro país. Comenzaremos a analizar este pensamiento, a eliminar los prejuicios y a juzgar las exigencias y evidencias originales. Esta forma de ver la realidad nos permitirá encontrar la respuesta a la pregunta: ¿Qué sentido tiene la vida para nuestros alumnos?

Se trata, obviamente, de un camino complicado, que requerirá de estar atentos y juzgar con los criterios adecuados, para implementar acciones significativas que orienten a los jóvenes hacia un camino trascendente, pleno, lleno de realizaciones; que descubran su misión en la vida, el significado de su propia existencia.

OBJETIVOS

- Valorar el sentido de vida de los estudiantes de nuevo ingreso de la Universidad de La Salle Bajío.
- Explorar las relaciones de los resultados obtenidos del sentido de vida con otras variables tales como edad, sexo, carrera, escuela de procedencia y escolaridad de los padres.
- Analizar las características psicométricas del instrumento utilizado (PIL-T.).

MARCO TEÓRICO

Los humanistas existenciales consideran que en la vida de las personas hay varias realidades que no pueden cambiarse, las anormalidades con las que se nace y los accidentes que pueden afectar nuestro cuerpo y que pueden ser limitantes. Los determinantes sociales, como las leyes; o personales, provenientes de la experiencia propia y que están relacionados con elecciones hechas en el pasado. El humanismo existencial concibe al ser humano como individual y concreto dentro de un contexto histórico social, con sentido de libertad y responsabilidad, que tiene la necesidad de descubrir, para sí mismo, cuál es su situación en el mundo, para llegar a ser lo que él mismo se ha propuesto.

Frankl⁶ conceptúa al hombre como un ser que, frente a la realidad, toma elecciones y se apoya en sus semejantes tratando, a la vez, de comprenderlos y ayudarlos; además, afirma que hay dos destrezas en el hombre que le ayudan a elevarlo: El autodistanciamiento y la auto-trascendencia. El autodistanciamiento que le permite al ser humano alejarse de sí mismo y de lo externo, y la auto-trascendencia, que es la capacidad de superar y trascender a las condiciones externas. Para Frankl, la vida como existencia, no es algo ya dado, sino algo que va convirtiéndose en la realidad a la que esa existencia está llamada a ser; por lo tanto, hay una concepción evolutiva de la existencia hacia formas cada vez más auténticas.

Cada persona posee en sí misma la capacidad de auto dirigirse adecuadamente, de elegir sus propios valores, de tomar decisiones y ser responsable de sí mismo, de definir su actitud en el mundo y, a partir de la conciencia, tener un proyecto de realización vital.

Y, como un ser humano no es un objeto, los valores de actitud determinan la respuesta personal ante el mundo. Dice Frankl, a propósito de ellos: "el ser humano tiene la oportunidad de descubrir y realizar valores de actitud cuando se ve confrontado ante situaciones que tienen como característica el ser datos irreversibles e irreparables, como cierto tipo de sufrimiento o dolor, causados por un padecimiento congénito, crónico, fatal, por una culpa personal originada en el ejercicio equivocado de la libertad o por la presencia de la muerte no sólo de aquellos que se ama sino como hecho que afecta directa y permanentemente en la persona".

Los teóricos del humanismo aportan a las ciencias humanas un conjunto de características que se presentan en las personas que alcanzan su autorrealización o auto-actualización; o su tendencia productiva, las cuales se han agrupado de la siguiente manera:

- a) Búsqueda de superación personal: son personas que se desarrollan en la perfección, prueban diferentes situaciones mostrando tolerancia ante la ambigüedad. Son ambiciosos en las tareas diarias de la vida. Al realizar una actividad se centran en el problema, marcan diferencia entre medios y fines. Sus actividades se realizan por gusto y placer lúdico. Las experiencias límite se presentan como un paso para un desarrollo mayor.
- b) Perseverancia: son personas que ante algún prejuicio de la vida son capaces de intentar salir delante de la situación, capaces de vivir tristeza sin dejar llevarse por ella. Prueban

posibilidades y creen en sus capacidades y habilidades. Mantienen su dignidad ante situaciones difíciles.

- c) Proyecto y sentido de vida: son personas que comprenden que tienen una misión en la vida, una tarea que cumplir. Cuentan con un plan de vida en las diferentes áreas de esta. Descubren el sentido de su vida a través del trabajo de cada día, de las grandes experiencias de su vida y en el sufrimiento que no se puede evitar. Tienen una percepción clara y realista de su futuro. Sus predicciones son más acertadas.
- d) Autoestima: son hombres y mujeres que aceptan su naturaleza humana y están conscientes de sus necesidades y carencias. La constante autoobservación amplía su espectro de autoconocimiento; así como el empleo de sus capacidades y potencialidades. Se respetan a sí mismos y se hacen respetar por los demás.
- e) Relaciones interpersonales funcionales y profundas: son personas capaces de estar solas sin sentir disgusto, utilizan los momentos de soledad para reflexionar acerca de sí y su existencia, pero esto no implica su aislamiento del mundo. Son capaces de percibir el mundo con naturalidad y frescura, así como con todo lo que se relacionan. Tienen afinidad hacia otros seres humanos, presentan la capacidad de identificarse con principios genuinos de solidaridad y ayuda a los otros. Son capaces de amar respetando la individualidad y autonomía de su pareja. Son firmes en contra de los maltratadores y victimarios, siempre a favor del bien de otros.
- f) Valores: todo ser humano está en la elaboración y búsqueda de un sistema de valores. Estos hombres y mujeres ejercen la moral de manera ética y bien definida, pues están seguros de la diferencia entre lo acertado y lo equivocado.
- g) Creatividad: son personas que pueden crear cosas nuevas y valiosas. La creatividad se manifiesta en la ciencia, en el arte, en la tecnología, en las relaciones humanas o en cualquier cosa de la vida diaria. La creatividad de la autorrealización surge más de la personalidad y se da en lo cotidiano, no sólo en productos obvios, sino en otras formas que implican una tendencia personal abierta, clara, valiente y con sentido del humor.

De manera general, estas personas que tienen algún motivo por el cual vivir, presentan una actitud positiva hacia las actividades que realizan, ya sean escolares o laborales; sin embargo, en la vida de toda persona estarán presentes algunos obstáculos que tratan de frenar su proceso de autorrealización personal.

Entre las barreras que frenan el desarrollo personal destaca la baja autoestima, el miedo al cambio, el temor al fracaso y un amplio número de factores externos que son importantes, pero no concluyentes.

En la logoterapia de Frankl, éstos son los llamados destinos biológicos, psicológicos y sociales que establecen condiciones al ejercicio de la libertad. Las características físicas, psíquicas y sociales de una persona son como un territorio dentro de cuyas fronteras se puede mover.

Según Guberman⁷ la Logoterapia es un método de tratamiento basado en el descubrimiento de sentido. La Logoterapia (logo=sentido), mucho más que un método psicoterapéutico, es una manera de ver el mundo, y se convierte poco a poco para quienes la conocen en una forma de vida, alrededor de la cual todo tiene un significado profundo y vivo.

El sentido al que se refiere la Logoterapia es el sentido que se oculta en una situación concreta que afronta una persona concreta. Se trata de un sentido potencial, es decir, un sentido que necesita ser actualizado justamente por la persona en cuestión, que se siente invitada a escuchar la "llamada" que parte de él" (Frankl).

El sentido de la vida no es una noción teórica; es algo práctico. No basta con preguntar por el sentido de la vida; hay que responder a él, enfrentando la vida misma, de donde se desprende que esta respuesta ha de darse, en cada caso, no con palabras, sino con hechos, con la conducta.

En este contexto, se desprende que el "Sentido de Vida" no puede darse, sino que debe descubrirse. Este proceso de descubrimiento del sentido tiene como finalidad la percepción de una figura (Gestalt). Asimismo, el sentido debe descubrirse, pero no puede inventarse.

No existe ninguna situación en la vida que carezca de auténtico sentido. "Este hecho debe atribuirse a que los aspectos aparentemente negativos de la existencia humana, y sobre todo la tríada sufrimiento, culpa y muerte, también puede transformarse en algo positivo, en un servicio; con la condición de que salga a su encuentro con la adecuada actitud y disposición" (Frankl, 1997).

En el ámbito personal, el sentido de vivir es una inspiración central, propia, que encontramos en lo íntimo del pensar y del sentir, que nos moviliza y nos despierta, que nos emociona y nos lleva a experimentar que nuestra vida ha valido la pena.

Es algo personal, y al mismo tiempo, universal. Se relaciona con inspiraciones como amor, belleza, descubrimiento de la verdad, de lo simple, de lo cotidiano; con caridad, arte, gozo, comprensión, solidaridad, acogida, resolución de problemas, ecología, creación. Cualquiera que sea nuestro sentido, al actuarlo, lo haremos con amor y satisfacción. Como vemos, no se trata de una acción específica, sino de una tendencia con la cual podemos ir iluminando nuestro vivir.

MÉTODO

Participantes

Una muestra estratificada y elegida al azar de 723, hombres y mujeres, en edades comprendidas entre 16 y 27 años; estudiantes universitarios de nuevo ingreso, pertenecientes a 23 carreras de la Universidad de La Salle Bajío.

Herramientas

Test Purpose in Life (PIL) de Crumbaugh y Maholick. Este instrumento tiene como objetivo detectar "vacío existencial". Está compuesto por 20 reactivos tipo Likert, distribuidos en cinco áreas: 1) Significado de Vida, que evalúa la presencia de un propósito o misión en la vida; 2) Satisfacción por la Vida Propia, que da cuenta de la percepción de la vida como "aburrida" "rutinaria" "excitante" o "dolorosa"; 3) Libertad, se refiere a la autovaloración en cuanto a la libertad y la responsabilidad personales; 4) Miedo a la Muerte en relación con la preparación para la muerte y el temor a morir; y, 5) La Valoración de la Vida, que explora si la persona considera que su vida merece la pena. El instrumento cuenta también con una segunda parte de reactivos abiertos para analizarse cualitativamente.

En estudios realizados por los autores del instrumento se encontró una correlación (Pearson) de 0.68 con la prueba de Frankl, la validez de criterio se hizo comparando la prueba con puntuaciones obtenidas por un grupo de terapeutas y párrocos. La confiabilidad se comprobó por el método de dos mitades. Se cuenta con baremos realizados en EE.UU con 346 pacientes psiquiátricos y 805 no pacientes. Los resultados permiten ubicar a los sujetos en tres categorías: 1) Falta de sentido de vida; 2) Zona de indefinición y 3) Presencia de sentido de vida.

Procedimiento

Se realizaron aplicaciones colectivas del instrumento por subgrupos de estudiantes, los cuestionarios se respondieron en un tiempo aproximado de cinco minutos. La segunda parte del instrumento no se aplicó. Posteriormente se creó una base de datos y se categorizaron las respuestas de los estudiantes utilizando los baremos de EE.UU. Los datos se analizaron estadísticamente con SPSS.10.

RESULTADOS

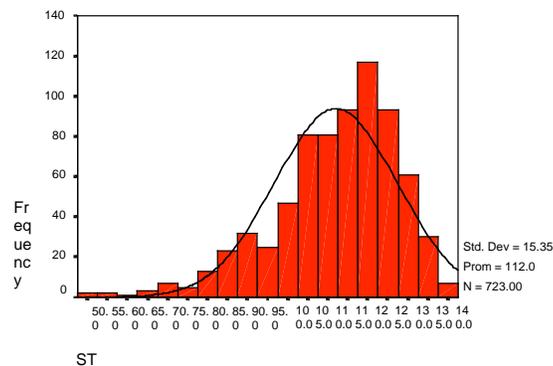
En la tabla 1 se muestran los resultados obtenidos del puntaje total bruto por cada sujeto en el instrumento aplicado. La puntuación mínima del instrumento es de 20 puntos y la máxima de 140 puntos.

Tabla 1 Medidas Descriptivas del Puntaje Total

Estadístico	Valor
Promedio	111.9
Mediana	115.0
Moda	122
Desviación estándar	15.35
Varianza	235.7
Sesgo	-.918
Curtosis	.949
Mínimo	51
Máximo	140
Percentil 10	90
Percentil 20	101.0
Percentil 30	106.0
Percentil 40	111.0
Percentil 50	115.0
Percentil 60	118.0
Percentil 70	122.0
Percentil 80	125.0
Percentil 90	129.0

La gráfica 1 muestra la distribución de los puntajes del total de reactivos del PIL

Gráfica 1. Distribución de frecuencias de los puntajes totales del PIL



Con base en los baremos aplicados, se encontró que el 55.5% de los estudiantes muestran una definición clara del “Sentido de Vida”; mientras que el 33.3% se ubica en la zona de indefinición y el 11.2% con los puntajes más bajos, muestra falta de “Sentido de Vida”.

En cuanto a los contenidos del instrumento, se halló que las respuestas de algunos de los alumnos revelan posiciones inquietantes: el 13.6% de los estudiantes a menudo se cuestionan su existencia, pues en apariencia no encuentran razón para vivir; el 14.0% se declara confundido en la forma que ve al mundo con relación a su vida; el 20.8% señala que tiene miedo a la muerte, por falta de preparación para ello; el 11.2% ha pensado en el suicidio como una forma de escape.

En el análisis de las características psicométricas del instrumento se obtuvo una alta confiabilidad con un valor de .9048 en la prueba Alpha de Cronbach.

Asimismo, con el fin de observar las dimensiones que constituyen el instrumento se realizó un análisis factorial exploratorio, utilizando el Método del Componente Principal y la solución Varimax. La matriz de componentes resultante se muestra en la Tabla 2

Los datos obtenidos en los análisis correspondientes, demostraron que todos los reactivos del instrumento tienen cargas en común (los puntajes van desde .327 hasta .662), sus pesos factoriales son significativos comparados con el conjunto de reactivos.

De acuerdo con el análisis factorial, la escala está constituida por tres componentes. El primer componente de la escala, relacionado con “Percepción de Sentido y Significado de la Vida” (reactivos 1,2,3,4,5,7,8,9,10, 13,17,19 y 20) expone el 24.837 del porcentaje de la varianza explicada, el segundo componente, relacionado con “Satisfacción por la Vida Propia” (reactivos 6,11,12, 16 y 18) revela el 17. 261% de la varianza explicada y el tercer componente relacionado con el “Miedo a la Muerte —“Libertad y Control de Vida”— expresa el 7.959.% de la varianza. Los tres componentes de la prueba revelan el 50.057 del porcentaje de varianza explicada.

Tabla 2 Matriz de Componentes de los reactivos del PIL

	Componente		
	1	2	3
R1	.523	.351	2.904E-
R2	.670	.292	.205
R3	.606	.219	.233
R4	.609	.482	4.957E-
R5	.618	.124	.182
R6	.330	.582	6.549E-
R7	.406	.204	.346
R	.693	.182	5.933E-
R9	.649	.390	.123
R10	.596	.322	4.996E-
R11	.271	.734	6.966E-
R12	.264	.624	.132
R13	.606	6.973E-	1.736E-
R14	.180	.332	.559
R15	3.847E-	-.121	.804
R16	.102	.735	1.532E-
R17	.455	.434	.327
R18	.329	.478	.381
R19	.582	.224	.240
R20	.621	.463	.149

Método de extracción: Componente

Rotación: Varimax .

En cuanto a la exploración de variables personales y su relación con el sentido de vida, no se obtuvo correlación entre la variable de edad, y el puntaje obtenido por los estudiantes en la prueba PIL; tampoco se encontraron relaciones de asociación entre sentido de vida, en comparación con la carrera de estudio, sexo, escuela de procedencia y escolaridad de los padres.

CONCLUSIONES

El "Sentido de Vida" de los estudiantes que participaron en la investigación está bien consolidado en la mayor parte de ellos. La distribución del total de puntajes, fue claramente superior a la de los baremos disponibles. Esto significa que se trata de personas que se ven a sí mismas como capaces y responsables de su propia vida y que con ello cuentan con un facilitador y guía del crecimiento y desenvolvimiento de sus potencialidades personales.

Sin embargo, este resultado favorable puede atribuirse a que los participantes se encuentran en una situación promisoría, como estudiantes de nuevo ingreso a una carrera universitaria; sería de gran interés preguntarnos que sucederá con sus percepciones de sentido, cuando cursen la mitad de su carrera o al finalizar la misma.

Por otra parte, la proporción de alumnos que mostró indefinición el 33.3% está en una situación de riesgo que podría desencadenarse en un desencuentro de sentido o en un vacío existencial; siendo, por lo tanto, un foco de atención primordial.

Por último, el 11.2 % de los alumnos en los que se observó falta de sentido de vida, forman una población menor, pero altamente importante, debido a que esta carencia puede ser indicadora de desajuste emocional. Esta categoría se refiere a personas conformistas con la sensación de vivir una vida estancada y con pérdida de oportunidades, se conciben a sí mismas como indefensas ante su contexto socio-ambiental y oscilan entre el aburrimiento y la desesperación que probablemente será expresada en diferentes formas de agresión, depresión y escape de la realidad.

Además, sobre estos resultados, cabe preguntarnos sobre ¿cuáles son los ejes que articulan el sentido de vida de los estudiantes? Probablemente su sentido se centra en la actividad y colman el sentido de su existencia mediante sus acciones, que pueden ser, bien dirigidas, a veces, y otras no tanto; pues, puede tratarse también de acciones irreflexivas que a la larga los conduzcan al desgaste personal y al vacío.

También podríamos cuestionarnos si organizan su sentido a través de sus experiencias vivenciales con lo demás; pero, ¿con quiénes? ¿con sus compañeros, sus vecinos, sus amigos, sus padres? ¿acaso consigo mismos?

¿Están buscando a la manera del "homo patiens" su sentido mediante una actitud de sufrimiento ante la vida? ¿Se trata de una paciencia sublime o de una actitud de pasividad o fracaso?

Estas preguntas nos han inquietado y movido desde que tenemos razón como especie humana, por ello no se puede admitir una respuesta concreta, pues las razones van más allá de una simple reflexión, se trata de las manifestaciones más recónditas del ser humano. Por ello, es necesario prestarles una atención profunda que comience por explorar ¿cuáles son los factores personales y sociales que dificultan la construcción de un sentido de vida adecuado?

"Cada ser humano es único e irrepetible y su sentido de vida también lo es".

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ¹ Frankl, V., *El hombre en busca de sentido*, Barcelona, Editorial Herder, 1994.
- ² Palacios Blanco, José Luis., *Educación en Mangas de Camisa*, León, Gto., Universidad Tecnológica de León, 2002.
- ³ Fizzotti, E., *De Freud a Frankl. Interrogantes sobre el vacío existencial*, Pamplona, Editorial Eunsa, 1974.
- ⁴ Hernández, G., *Paradigmas en Psicología de la Educación*, Editorial Paidós, México, 1998.
- ⁵ Rojas, Enrique. *El hombre Light, una vida sin valores*, quinta impresión, 181pp., México, 2001.
- ⁶ Frankl, V. *El hombre doliente. Fundamentos Antropológicos de la psicoterapia*, Editorial Herder, Barcelona, 2000.
- ⁷ Guberman, M., *Humanismo, logoterapia y proceso terapéutico*, Editorial San Pablo, Buenos Aires, 1998.