CAURIENSIA, Vol. XIII (2018) 17-38, ISSN: 1886-4945

DOI: https://doi.org/10.17398/2340-4256.13.17

IMPORTANCIA DEL CONSTRUCTO SENTIDO DE LA VIDA EN DIFERENTES ÁMBITOS PSICOLÓGICOS APLICADOS

ANTONIO SÁNCHEZ CABACO
Universidad Pontificia de Salamanca

RESUMEN

Se lleva a cabo una revisión de la literatura sobre las variables asociadas al constructo sentido de la vida, pilar central de las corrientes psicológicas en sus inicios pero que sigue teniendo una utilidad heurística en la investigación actual. Ciertamente permanece constante la evaluación a través del test PIL (Purpose in Life), dado que es el instrumento más utilizado, con adaptaciones en diferentes idiomas y con buenos indicadores de calidad psicométrica. Los resultados encontrados en la investigación evidencian que la presencia de sentido es un amortiguador ante situaciones de estrés o de enfermedad física y su ausencia, vacío existencial, disminuye la resiliencia y la adaptación a los retos cotidianos o extraordinarios. Se discuten, finalmente algunas consideraciones aplicadas desde posicionamientos más actuales de la Psicología Positiva, pero que tienen un enorme paralelismo con las formulaciones iniciales de V.E. Frankl.

Palabras clave: sentido vital, felicidad, bienestar, salud

ABSTRACT

A literature review is carried out on the variables associated with the meaning construct of life, the central pillar of the psychological currents in its beginnings but which continues to have a heuristic utility in current research. Certainly the evaluation

is constant through the PIL (Purpose in Life) test, given that it is the most widely used instrument, with adaptations in different languages and with good psychometric quality indicators. The results found in the research show that the presence of meaning is a buffer against situations of stress or physical illness and its absence, existential vacuum, reduces resilience and adaptation to daily or extraordinary challenges (catastrophes, mourning, etc.). Finally, we discuss some considerations applied from more current positions of Positive Psychology, but that have an enormous parallelism with the initial formulations of V.E. Frankl.

Keywords: Meaning of life, happiness, well-being, health

A lo largo de la última década hemos realizado un trabajo de focalización de la actividad investigadora en torno a cuestiones clave de la identidad y el sentido vital, sobre las que hemos reflexionado ampliamente (Cabaco, 2011). Nuestro planteamiento, y el que define la actividad del Grupo de Investigación (Cognición Instruccional Positiva, CIP-UPSA), aúna los posicionamientos epistemológicos de V.E. Frankl y M.E. Seligman, como máximos exponentes de las corrientes psicológicas de la Psicología Humanista y la Psicología Positiva respectivamente, con el transfondo aplicado de la Psicología Cognitiva. En una monografía derivada de las tesis doctorales (Salvino, 2014) puede apreciarse una extensa justificación del paralelismo de estas líneas epistemológicas tan relevantes en la comprensión de esa fortaleza o virtud personal.

La clave del sentido de la vida ha sido evidenciada en su relación con variables positivas como el bienestar. La investigación en psicología de la personalidad ha demostrado que es posible medir el bienestar de forma fiable, que el bienestar auto-informado predice importantes resultados vitales, y que el bienestar tiene orígenes genéticos. Por su parte, la tradición de la psicología social ha clarificado los diferentes significados culturales de "bienestar", subrayando que las respuestas a las preguntas sobre el bienestar implican múltiples procesos cognitivos, que la felicidad se experimenta a menudo en contextos de relación, y que es posible mejorar el propio bienestar (Oishi, 2012). Las recientes integraciones metodológicas de las perspectivas aludidas delinean interacciones entre persona-situación e interacciones gen-ambiente.

En áreas específicas se ha analizado la relación de los estresores crónicos en curso acumulados y el bienestar durante la segunda mitad de la vida. Los estresores crónicos acumulados fueron evaluados como un predictor del bienestar subjetivo y del bienestar psicológico con dos medidas: el número de acontecimientos y la evaluación subjetiva atribuida a los acontecimientos por el participante. Además, la asociación entre los estresores crónicos acumulados en

curso y el bienestar se evaluó en la franja de mediana edad (50 a 64), en los mayores jóvenes (65 a 79) y en los mayores de edad avanzada (80 a 104). Los resultados mostraron que la edad del participante, así como el número de estresores crónicos acumulados en curso percibidos como "muy molestos", fueron fuertes predictores de bienestar. La relación entre los estresores crónicos acumulados en curso y el bienestar psicológico fue más débil entre los participantes de edad avanzada que entre los mayores-jóvenes y los de mediana edad (Palgi, 2013). En la misma dirección se centra la investigación de García-Alandete, Lozano, Nohales y Martínez (2013), que examinan el papel predictivo del sentido de la vida y las diferencias en función del género en el bienestar psicológico en un grupo de 226 estudiantes universitarios españoles, con edades entre los 17 y los 25 años. Los resultados mostraron que: el sentido de la vida predijo significativamente el bienestar psicológico, especialmente el bienestar psicológico global, la autoaceptación, el propósito en la vida y el dominio del entorno; y, segundo, que las mujeres alcanzaron puntuaciones significativamente superiores en Bienestar Psicológico global, Dominio del Entorno, Crecimiento Personal y Propósito en la Vida.

La variable sexo es relevante porque otros trabajos han abordado la cuestión clave ligada al sentido vital derivado de la maternidad. Ben-Ari, Shlomo y Findler (2012) estudiaron el crecimiento personal y el significado en la vida entre madres y abuelas que habían pasado por esta transición clave en la vida de una mujer. Evaluaron la aportación de los recursos internos de percepción de uno mismo (auto-estima), las características percibidas de la situación (evaluación cognitiva de amenaza, de desafío y autoeficacia) y el recurso externo de soporte social percibido, así como dos variables de fondo, edad y frecuencia de los encuentros madres-abuelas. Las participantes fueron 152 madres primerizas, entre 6 y 24 meses después de dar a luz, y sus propias madres que eran abuelas por primera vez (igual *n*). Los resultados mostraron contribuciones diferenciales al significado en la vida y en el crecimiento personal en las dos generaciones, indicando que las variables propuestas pueden de hecho explicar el crecimiento y significado en la vida en esas etapas de la vida. Estos datos revelan no solo las similitudes y diferencias entre la respuesta de las madres y de las abuelas a estas dos transiciones paralelas de la vida, sino además como la información sobre una generación puede ayudar a explicar la respuesta de la otra. El aspecto de de la importancia de las relaciones intergeneracionales parece evidenciarse en este ámbito, lo mismo que se ha señalado su importancia en otros como el envejecimiento (Cabaco y Fernández, 2015).

Próximo al concepto de bienestar se sitúa el de calidad de vida, dada la superposición conceptual que existe entre ambos. Los investigadores del sentido

de la vida han generado numerosos intentos de medir las fuentes del sentido vital en la calidad de vida, lo que ha estimulado debates sobre cuántos dominios de la vida hay que la gente utiliza para hacer juicios de la calidad de vida y si estos dominios contribuyen por igual a los juicios de las personas (Steger, 2013). Y quizás, lo primero, es la pregunta por cómo es de significativa la vida, cuyas respuestas en las revisiones (Heintzelman & King, 2014) sugieren que la vida es bastante significativa, que el significado en la vida juega un papel importante en la adaptación, y que la experiencia humana del sentido de la vida es ampliamente considerada como uno de los pilares del bienestar y una motivación humana central.

También hay que resaltar la proximidad al constructo psicológico de resiliencia, un término central de la Psicología Positiva. La investigación de Drescher et al. (2012) evalúa el efecto del derrame de petróleo del Golfo en las 361 personas que buscaron servicios clínicos en la costa del Golfo del Mississippi tras el derrame. Los análisis de regresión revelaron que los efectos percibidos del derrame fueron sólo débilmente relacionados con la satisfacción con la vida. Pero el significado percibido en la vida y la autoeficacia fueron mucho más predictivos de la satisfacción con la vida.

Por su parte Aiena (2014), examinó la relación entre la resiliencia, el significado percibido de la vida, y los síntomas de estrés traumático entre los residentes de la costa de Mississippi directamente afectados por el derrame de petróleo del Golfo. Los resultados mostraron que el significado y la resiliencia estaban significativa y positivamente correlacionados. Los niveles más altos de resiliencia y significado separadamente, fueron ambos predictores de bajos niveles en las puntuaciones de stress postraumático, y la resiliencia y el significado juntos fueron predictores de estrés postraumático después de controlar el impacto del derrame. Basándose en los análisis, es evidente que la capacidad de recuperación y el significado percibido en la vida son predictores, fuertes y significativos, de un menor número de síntomas de estrés postraumático y estos dos constructos están altamente correlacionados.

Continuando esta línea argumental un estudio sobre la resiliencia psicológica, en la población de veteranos de guerra mayores en USA, fue llevado a cabo por Pietrzak y Cook (2013). La muestra estaba formada por 2025 veteranos de USA de 60 años y mayores (entre 60-96 años) completaron un cuestionario en la web. Los análisis de agrupamiento de los acontecimientos de la vida potencialmente traumáticos, y los actuales síntomas de stress post traumático, depresión mayor y síntomas de ansiedad generalizada fueron usados para clasificar los resultados psicológicos. Se alcanzo una solución de tres grupos, que

fue la que mejor se ajustó a los datos, grupo control (bajo número de traumas en la vida, baja angustia psicológica actual; 60,4%); grupo resiliente (alto número de traumas en la vida, pocos trastornos psicológicos actuales; 27,5%); y grupo angustiado (alto número de traumas en la vida, alta angustia psicológica actual; 12,1%). Entre los veteranos con un alto número de traumas, 69.5% estaban en el grupo resiliente. Comparado con el grupo con trastornos, el grupo resiliente más frecuentemente tenía educación universitaria o superior, y estaba casado o vivía con una pareja. También puntuaron más alto en estabilidad emocional**,** conexión social (estilo seguro de apego, apoyo social), características psicosociales protectoras, (por ejemplo: integración comunitaria, propósito vital) y percepción positiva del efecto del ejército en sus vidas; y más bajo en las medidas de las dificultades de salud física y problemas psiquiátricos, y en la apertura a las experiencias. Por lo que los esfuerzos dirigidos hacia el fortalecimiento de la conexión social, la integración comunitaria, y el propósito en la vida pueden ayudar a promover la resiliencia psicológica en los veteranos de más edad que soportaron un número significativo de traumas en sus vidas.

Aunque se conoce la significatividad clínica de la resiliencia, sin embargo, en la depresión y los desórdenes de ansiedad se sabe poco sobre los factores que contribuyen a la explicación del funcionamiento en los pacientes con estas enfermedades. Min et al. (2013) intentaron encontrar las características de los pacientes que tienen baja resiliencia para aclarar sus implicaciones clínicas en la depresión y / o trastornos de ansiedad, centrado principalmente en las variables potencialmente modificables. Un total de 121 pacientes ambulatorios con diagnóstico de depresión y / o trastornos de ansiedad completaron cuestionarios que medían factores socio-demográficos, clínicos, y psicológicos positivos. Dividieron a los pacientes en tres grupos en función de sus puntuaciones de la escala resiliencia Connor-Davidson y se investigaron los predictores de los grupos de baja y media resiliencia, frente a los de alta resiliencia mediante análisis de regresión logística multinomial. Los resultados reflejan, en el modelo de regresión final, que la baja espiritualidad se reveló como un predictor importante de los grupos de menor resiliencia. Además, el bajo propósito en la vida y el ejercicio menos frecuente se asociaron con los grupos de baja y media resiliencia, respectivamente. El rasgo de ansiedad severa caracterizó los grupos de baja y media resiliencia, aunque no se incluyó en el modelo final. Las conclusiones derivadas son que la espiritualidad, el propósito en la vida, y la ansiedad rasgo contribuyen a diferentes niveles de resiliencia en pacientes con trastornos de depresión y/o ansiedad.

Esta evidencia se plasma incluso en situaciones de normalidad ligadas a experiencias sensoriales. Así, Smith et al. (2009), examinaron el papel de la resi-

liencia en la habituación al dolor (caliente y frío) en mujeres sanas. Los umbrales de dolor frío y caliente fueron evaluados cada uno a través de 5 ensayos equidistantes. La resiliencia, el propósito en la vida, el optimismo, el apoyo social, y el neuroticismo se evaluaron usando: medidas de auto-informe. La hipótesis era que la resiliencia y los factores de resiliencia asociados estarían positivamente asociados a la habituación al dolor frio y caliente, mientras que controlados para el neuroticismo. Al considerar cada característica por separado, la resiliencia y el propósito en la vida predijeron mayor habituación al dolor caliente mientras la resiliencia y el propósito en la vida, el optimismo y el apoyo social predijeron mayor habituación al dolor frío. Cuando se controlaban las otras características, tanto la capacidad de recuperación y el propósito en la vida predijeron mayor habituación al dolor caliente y frío. La resiliencia y las características asociadas tales como un sentido de propósito en la vida pueden estar relacionadas con una mayor habituación a los estímulos dolorosos.

Importantes son los estudios que analizan la relación entre el sentido de la vida y la espiritualidad, que se refieren a dimensiones como la religiosidad, la creencia en Dios y otras variables más relacionadas con la trascendencia en general (esta sería una clave diferenciadora de Frankl y Seligman). En el campo empírico son varios los trabajos que evidencian su importancia: para determinar la intensidad del sentido de la vida entre estudiantes de pedagogía y establecer qué componentes del sentido condicionan su nivel de intensidad (Ryś, 2009); para la conceptualización de la experiencia de sentido y la experiencia de conciencia (Heintzelman, Trent y King, 2013); la influencia de las variables espirituales y el propósito en la vida en la depresión (Kim, Hayward y Reed, 2014); las relaciones entre la orientación religiosa extrínseca vs intrínseca -madura y flexible- y el sentido de la vida (García-Alandete, Martínez, Nohales y Lozano, 2013); la relación entre religiosidad (Inclusión de la Trascendencia y la Interpretación Simbólica) y el significado vital donde se determina que la Inclusión de la Trascendencia fue positivamente relacionada con la presencia de significado y la Interpretación Simbólica fue positivamente relacionada con la búsqueda de significado (Martos, Thege y Steger, 2010); la relación entre religiosidad y el bienestar (Wnuk y Marcinkowski, 2014); la asociación entre creer en Dios y el significado de la vida (Cranney, 2013); la conciencia de la muerte y su influencia en el significado de la vida (Taubman-Ben-Ari, 2011); o el papel de los programas de tratamiento basados en la fe (Lyons, Deane, Caputi y Kelly, 2011). Y expuesta esta primera justificación de los factores positivos, vamos a articular el corpus de la investigación en torno a claves psicopatológicas o de tradición más clínica en el ámbito de las corrientes psicológicas del déficit.

FUNDAMENTACIÓN

Una clave importante de la salud mental es el componente adaptativo de la integración en diferentes redes y estructuras sociales. Justamente la situación opuesta (exclusión social) y su relación con el sentido de la vida fue el objetivo de la investigación de Stillman et al. (2009). Manipulándola experimentalmente, hallaron que en comparación con la condición control y la condición de aceptación, la exclusión social condujo a percibir la vida como menos significativa. La exclusión también fue operacionalizada como la soledad autoinformada, que fue un mejor predictor de bajo significado que otras variables potentes. Estos resultados dan apoyo al modelo del sentido de Baumeister (1991), al demostrar que el efecto de la exclusión en el significado estaba mediado por el propósito, el valor, y la autovaloración positiva.

Por su parte Song, Du y Li (2013) investigaron los efectos de mediación del aburrimiento en la relación entre el propósito en la vida, la ansiedad, y la soledad. Los hallazgos fueron que el aburrimiento correlacionó significativa y positivamente con la ansiedad y la soledad, mientras el propósito en la vida correlacionó significativa y negativamente con la ansiedad, la soledad y el aburrimiento. Después de controlar las variables demográficas, el aburrimiento y el propósito en la vida tuvieron efectos significativos sobre la predicción de la ansiedad y la soledad. El efecto mediador parcial del aburrimiento en la relación del propósito en la vida con la ansiedad y la soledad fue significativo. El cultivo de los valores de vida positivos y reducir el aburrimiento son beneficiosos para la prevención de la ansiedad y la soledad. Esta evidencia es confirmada desde otro prisma en la relación entre el sentido de la vida y la desesperanza. García-Alandete, Gallego, y Pérez-Delgado (2009) contrastaron la hipótesis que pretendía encontrar la relación entre logro de sentido niveles de desesperanza. Los resultados evidenciaron que el logro de sentido se asocia a nivel nulo-mínimo de desesperanza, mientras que el vacío existencial se asocia a nivel moderado-alto de desesperanza. También Fahlman, Mercer, Gaskovski, Eastwood y Eastwood (2009) abordaron la relación entre el sentido de la vida, el aburrimiento, la depresión y la ansiedad. El aburrimiento demostró estar relacionado con las otras variables, pero de manera psicométricamente distinta a como lo estaban sentido de la vida, la depresión y la ansiedad. El significado de la vida predijo cambios significativos en el aburrimiento a través del tiempo, mientras que la depresión y la ansiedad no lo hicieron. El aburrimiento fue un predictor significativo de cambios en el significado de la vida a través del tiempo, mientras que la depresión y la ansiedad no lo eran. Las manipulaciones de las percepcio-

nes del significado de la vida cambiaban significativamente el aburrimiento, mientras que una manipulación de estado de ánimo no era efectiva.

En un plano psicopatológico general Moffic (2011) analiza la influencia de los síntomas psiquiátricos en el significado de la vida de los pacientes, evidenciando que el cerebro y la mente se afectan y se produce un desbordamiento inevitable en la capacidad para sentirse satisfecho con su calidad de vida. También en relación con los pacientes psiquiátricos Haq et al. (2009) investigaron las actitudes hacia la medicación en relación con el insight, el propósito en la vida, los síntomas y los factores sociodemográficos en una cohorte de pacientes estables con un diagnóstico de esquizofrenia y trastorno esquizoafectivo. Se encontró que el 86% de los participantes tenía una actitud positiva a la medicación, y el 82% tuvieron una buena percepción de su enfermedad. Se encontró que sólo el 27% tenía un propósito definido en la vida. Había una relación significativa y negativa entre las actitudes hacia la medicación y los delirios y una relación positiva significativa entre el insight y las actitudes a la medicación.

En el terreno de la depresión se ha evidenciado que las técnicas de de-reflexión inciden en el aumento del sentido de la vida y la disminución de la depresión (Pishyar, 2012), donde en una intervención de 12 sesiones semanales de entrenamiento en de-reflexión, se produce un significativo descenso de la depresión e incremento del sentido de la vida entre el pre y el post tratamiento. Por su parte, Kleftaras y Psarra (2012) examinaron la relación del sentido de la vida con la depresión y la salud psicológica general, así como las diferencias en el sentido de la vida entre individuos con baja, moderada y alta sintomatología depresiva. Como se esperaba, los sujetos con mayor sentido de la vida tenían menos síntomas depresivos, pero, respecto a las dimensiones del significado de la vida, los individuos con baja, moderada y alta sintomatología depresiva, solo mostraban diferencias en el "contentamiento con la vida" y en "el logro de metas". Se encontraron correlaciones estadísticas significativas entre el significado en la vida y las cuatro dimensiones de la salud general. La comparación entre individuos con el menor y mayor significado de la vida mostró que los dos grupos difieren significativamente con respecto a la salud psicológica. Por último, estar casado o participar en actividades sociales era una fuente relevante de significado.

Con el objetivo de probar el modelo de ajuste a la lesión de médula espinal Peter et al. (2015) examinaron como los recursos psicológicos pueden influir en los síntomas depresivos en personas con lesión de la medula espinal. Se esperaba que mayores niveles de auto-eficacia general y un mayor propósito vital se

encontrara asociado con menor sintomatología depresiva y que el efecto de la auto-eficacia general y del propósito vital en los síntomas depresivos, estuviera mediado por evaluaciones y estrategias de afrontamiento, como proponía el modelo de ajuste a la lesión de médula espinal. Los resultados muestran que la autoeficacia general más alta estuvo significativamente asociada con menores síntomas depresivos. El propósito en la vida tuvo un gran efecto directo y un efecto indirecto sobre los síntomas depresivos a través de evaluaciones y estrategias de afrontamiento. La influencia de la autoeficacia general en los síntomas depresivos fue totalmente mediada por las evaluaciones y estrategias de afrontamiento. Las conclusiones derivadas implican que los recursos psicológicos de los individuos con lesión de la medula espinal pueden tener un efecto directo sobre los síntomas depresivos.

Para explorar los recursos de salud mental de las esposas mayores chinas que realizan la función de cuidadoras Chow y Ho (2012) diseñaron un estudio que investigó la relación entre los recursos psicológicos, los recursos sociales y la depresión. Los análisis de regresión jerárquica mostraron que el número de deberes y los recursos psicológicos incluyendo el propósito vital, la carga del cuidador y el bienestar explicaba el 56% de la varianza en la depresión. Los análisis de regresión logística además indicaron que el propósito en la vida predijo la probabilidad de depresión informada por los cuidadores. Sin embargo, los recursos sociales no necesariamente predicen la depresión, por lo que los programas de mejora de la salud mental para las esposas cuidadoras chinas se deben desarrollar con un foco en el propósito vital, la carga y el bienestar personal.

Por lo que respecta a la relación con los desórdenes psicosomáticos, Mausch (2009) desarrolló un estudio con estudiantes universitarios para comprobar si las alteraciones en el sentido de la vida producen desordenes psicosomáticos, encontrando que hay una relevante correlación estadística entre el sentido de la vida y este tipo de desordenes. En el campo de la enfermedad física Mersdorf, Vargay, Horváth y Bányai (2013) compararon las atribuciones y características de las mujeres sanas y pacientes con cáncer de mama en relación con el propósito en la vida y el sentido de la vida. Las actitudes de las pacientes de cáncer de mama hacia el propósito en la vida no difieren de las actitudes de controles sanos, aunque los resultados anteriores muestran diferencias significativas en el caso de otras enfermedades. Una posible explicación de este resultado podría ser que las pacientes con cáncer de mama utilizan atribuciones de propósito y significado de la vida como un mecanismo de supervivencia específica. También en relación con pacientes de cáncer otros investigadores (Wnuk, Marcinkowski y Fobair, 2012) abordaron la relación del

propósito en la vida y la esperanza en la felicidad y la satisfacción con la vida, durante o a continuación del tratamiento oncológico. El propósito en la vida se correlacionó con medidas de felicidad y satisfacción con la vida. La esperanza se correlacionó con la felicidad actual y con cuatro medidas de satisfacción con la vida. Los pacientes que tuvieron cáncer más tiempo, esto es, mayor duración de la enfermedad, mostraron más bajas calificaciones de propósito en la vida, y en el número de amigos. A más largo tiempo de tratamiento para el cáncer, menores fueron las puntuaciones de los pacientes para el deseo de vivir. El propósito en la vida y la esperanza se correlacionaron positivamente con once medidas de felicidad y satisfacción con la vida. Las variables de cáncer correlacionaron negativamente con la pérdida de amigos y seis variables de felicidad y de satisfacción en la vida, lo que sugiere el impacto que tuvo el tratamiento del cáncer en la vida de los pacientes.

Por su último Boehm y Kubzansky (2012) analizaron la influencia del bienestar psicológico para proteger contra las enfermedades cardiovasculares, en concreto el optimismo, y los resultados refieren que está más fuertemente asociado con un menor riesgo de episodios cardiovasculares. En general, el bienestar psicológico positivo también se asocia favorablemente con conductas de recuperación de la salud y del funcionamiento biológico, y está inversamente asociado con conductas de deterioro o de enfermedad. La salud cardiovascular se asocia de manera más consistente con el optimismo y el bienestar hedónico que con el bienestar eudaimónico, aunque esto podría deberse, en parte, a una evidencia disponible más limitada con respecto al bienestar eudaimónico

En cuanto a la relación entre la actividad ocupacional y la percepción subjetiva de la calidad de vida Peplińska y Wołoszko (2014) trataron de verificar esta correlación entre personas con discapacidad motora en Polonia. Y encontraron una influencia significativamente positiva de la actividad ocupacional de las personas con discapacidad motora en su percepción del propósito en la vida y la evaluación general de la vida, tanto en el presente como en el futuro. También hay una influencia de variables como el sexo de los encuestados y la razón y nivel de la discapacidad en las correlaciones antes mencionadas. Por ejemplo, encontraron que la actividad ocupacional (o falta de ella) tenía una mayor influencia sobre los hombres. Y los individuos ocupacionalmente inactivos con discapacidades congénitas mostraron los índices más bajos de calidad de vida.

Es necesario destacar el papel del estrés como un factor modulador presente en muchas de las situaciones anteriormente mencionadas. Importante es señalar que la percepción del estrés está modulada por la significación y construcción

de significados que atribuímos a las situaciones (Park y George, 2013). Una clave de significado estriba en los factores que influyen en el desarrollo del propósito vital, que en la investigación de Ishida y Okada (2011) se operacionaliza midiendo el propósito en la vida, la motivación de aprobación y los recuerdos de las experiencias. El propósito en la vida y la motivación de aprobación parecen crecer a través de las experiencias de la belleza de la naturaleza y de la comprensión empática por los padres y maestros durante las diversas etapas de desarrollo. El propósito en la vida tiene mayor influencia en la respuesta emocional y en el sistema nervioso autónomo durante el estrés psicológico comparado con la motivación de aprobación. En dirección similar se ha pretendido establecer la relación entre el estrés y la calidad de vida de personas de edad avanzada puede ser modulada por el sentido de la vida (Melo, Lustosa, Pimenteira, Gouveia y Silva, 2013). Los resultados muestran que el significado de la vida parece actuar como un factor protector para la calidad de vida mostrando su papel moderador con respecto al estrés, ya que la influencia del estrés sobre la calidad de vida fue significativa para el grupo con bajo significado de la vida, pero no lo fue para el grupo con un alto sentido de la vida.

Todo lo expuesto tiene importantes implicaciones en el campo terapútico como lo evidencia el trabajo de Volkert, Schulz, LevkeBrütt y Andreas (2014). Examinaron la relación del sentido de la vida con el diagnóstico clínico y los resultados de la psicoterapia con áreas específicas de significado. Este estudio proporciona evidencia de un menor significado en la vida en los pacientes hospitalizados con trastornos mentales, y en particular en pacientes con depresión, comparado con los controles. El significado se incrementó durante el tratamiento, y se mantuvo estable durante la fase de seguimiento. Las fuentes más importantes de significado fueron las relaciones sociales para los pacientes y los controles. Por su parte Bensimon y Gilboa (2010) analizan el efecto de una herramienta terapeútica, la presentación musical, en la que las personas en un ambiente de grupo se presentan a través de piezas musicales de su elección y, posteriormente, reciben retroalimentación de los compañeros. Se considera que la presentación musical aumenta el sentimiento de propósito en la vida y la autoconciencia de los pacientes, que son percibidos como agentes críticos de la psicoterapia efectiva en general y con los drogadictos en particular. Los resultados de la investigación con estudiantes mostraron que la presentación musical mejora la conciencia de sí mismo y mejora su sentido de propósito en la vida. Los resultados, con drogadictos ex-prisioneros mostraron que la presentación musical proporciona mayor sentido de la vida, pero que no afecta a su autoconciencia. Otro ámbito específico fue objetivo de Pearson, Brown, Bravo y Witkiewitz (2015), que evaluaron la asociación entre el rasgo de mindfulness

(atención plena), los síntomas ansio-depresivos y los problemas relacionados con el alcohol a través del descentramiento y el propósito en la vida. Los resultados fueron consistentes con la noción de que el descentramiento y el propósito en la vida pueden ser mecanismos que explican los efectos beneficiosos en la salud del mindfulness (atención plena). También Cheraghi, Kalantari, Moulavi y Shafti (2009) analizaron el efecto de la terapia de grupo cognitivo-humanista en la severidad de los síntomas de depresión y en las puntuaciones en el cuestionario de propósito de la vida en estudiantes mujeres de la Universidad de Isfahan. La muestra procedente del centro de counseling de la Universidad, fueron asignadas al azar en grupos experimentales y grupos de control. Después de la intervención en el grupo experimental, los resultados del análisis de covarianza mostraron que la Terapia cognitivo-humanista (CHT) disminuyó significativamente la severidad de los síntomas depresivos en el grupo experimental en comparación con el grupo control en la fase post-test y en las fases de seguimiento posteriores a la prueba. El efecto de la Terapia cognitivo-humanista (CHT) en las puntuaciones de PIL en la fase post-test no fue significativa, pero la diferencia entre los dos grupos en las puntuaciones del PIL fue significativa en la fase de seguimiento.

CONCLUSIONES Y PERSPECTIVAS

De la muestra de trabajos seleccionados en los diferentes ámbitos (evolutivo, clínico o educativo) puede deducirse el relevante papel que el constructo sentido de la vida ha tenido en el marco inicial de la psicología humanista de V.E Frankl pero que ha tenido continuidad con otros modelos más recientes (Psicología Positiva). Es cierto que se ha producido una evolución terminológica por la diferencia de las más de cuatro décadas que separan la aparición de ambas formulaciones. Pero existe una convergencia en la aplicación transversal de los niveles de la felicidad propuestos por Martin Seligman (felicidad placentera, felicidad comprometida y felicidad trascendente) con los niveles de sentido de la Psicología Humanista (ausencia de sentido, búsqueda de sentido y suprasentido), que da actualidad y nuevas perspectivas a la investigación del sentido vital desde una perspectiva psicológica.

Un aspecto central es la clave de estabilidad-cambio en la identidad y la repercusión en la felicidad y la adaptación. Así, en el plano evolutivo, aunque el bienestar se considera una dimensión con características de rasgo estable de personalidad en la segunda mitad de la vida, los resultados sugieren que a medida que el número de estresores crónicos acumulados en curso es mayor, y sobre todo a medida que las evaluaciones subjetivas atribuidas a un aconte-

cimiento lo consideran más molesto, el bienestar es menor. Sin embargo, este menor nivel de bienestar está parcialmente moderado en el caso del bienestar psicológico por la edad**.** Los participantes de edad avanzada, mantienen un sentido positivo de bienestar psicológico más alto que los de mediana edad y los mayores jóvenes en lo que fue previamente denominado la paradoja del bienestar. Esta paradoja se ve ampliada con claves organizacionales en la corriente denominada Economía de la Felicidad, donde se percibe el necesario equilibrio de las dimensiones físico-económicas (salario o incentivos) con las subjetivas (satisfacción de desempeño, sentido de pertenencia, etc.).

Los auto-informes de sentido de la vida se relacionan con una serie de resultados funcionales importantes. La investigación revisada ha reflejado que el sentido de la vida es un factor que si falta crónicamente en la vida humana, por motivos de enfermedad, estrés u otras variables negativas, juega un papel importante en la amenaza de la supervivencia. Por tanto podemos resaltar el papel decisivo que juega como amortiguador de la vulnerabilidad, precisamente por la asociación con resiliencia, bienestar subjetivo, calidad de vida percibida, etc.

En relación con la espiritualidad los resultados han mostrado dependencia entre el nivel de intensidad del significado en la vida y las particulares esferas de la vida; que la exposición a la coherencia objetiva (vs incoherencia) conduce a más altos informes de significado en la vida; que una implicación religiosa mayor se asocia con emociones positivas como mayor propósito en la vida (optimismo, generosidad y gratitud), que pueden aminorar el curso de la depresión con el tiempo; que el propósito en la vida del cuidador y del mayor juega un importante papel en la depresión del mayor, y la autotrascendencia se asocia también con menor depresión en los mayores; que la orientación religiosa Intrínseca es la que explica el mayor porcentaje de la varianza de Sentido de la Vida; que los diferentes patrones de relaciones con medidas implícitas y explícitas de significado sugieren distinciones potencialmente importantes entre creer y como se cree, es decir, que la vida parce más significativa cuando la religiosidad es completa y abierta; que el sentido de la vida y la esperanza son importantes factores en la relación religión-bienestar y están relacionados con resultados psicológicos positivos, incluyendo la mejora de la satisfacción con la vida y los afectos positivos, así como reducir los aspectos negativos; que confiar en la existencia de Dios refiere un mayor sentido de propósito comparado con los que no creen, con los que creen en un poder superior, y con aquellos que creen, pero ocasionalmente dudan; que la comprensión del significado de la vida, como un concepto existencial básico, está estrechamente relacionado con la inevitabilidad de la muerte; y que el modelo de recuperación basado en la

espiritualidad, el perdón y el propósito en la vida evidencia que el propósito en la vida puede mediar la relación entre la espiritualidad y la recuperación.

Y, por último, como perspectivas futuras es necesario señalar la importante tarea pendiente de clarificar las relaciones y el sentido entre las variables objeto de estudio (espiritualidad, resiliencia, etc.) su mayor o menor dimensionalidad (bienestar, calidad de vida …) y las nuevas vías que de los resultados encontrados puedan guiar la heurística de la investigación en este campo y en las derivaciones aplicadas en el ámbito de la intervención. Las implicaciones clínicas de algunos estudios derivan a la recomendación del uso de terapias que fomentar un sentido de significado percibido en la vida (por ejemplo, la logoterapia) y la autoeficacia (por ejemplo, la terapia cognitivo-conductual). Pero, con independencia del enfoque terapeútico concreto, parece inevitable a la luz de los resultados expuestos, la necesaria contemplación del eje vital prospectivo –a la vez que el retrospectivo-, como articulador del proyecto y sentido vital, en su intervención rehabilitadora u optimizadora.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Aiena, B. J. (2014). *Meaning, resilience, and traumatic stress following the gulf oil spill: A study of mississippi coastal residents seeking mental health services* (Tesis doctoral). University of Mississippi. Oxford, Misisipi. Available from PILOTS: Published International Literature On Traumatic Stress. (1660016308; 94056). Recuperado de http://search.proquest.com/docview/1660016308? accountid=17247.

Ardelt, M. (2008). Wisdom, religiosity, purpose in life, and death attitudes of aging adults. En *Annual meeting of the american sociological association* (pp. 139-158) Lawrence Erlbaum Associates Publishers, Mahwah, NJ. Recuperado de http://search.proquest.com/docview/621753678?accountid=17247.

Baiocco, R., Crea, G., Fizzotti, E., Gurrieri, G., Laghi, F. & Paola, R. (2009). Meaning in life and attachment to parents/peers among italian high school students. *International Forum for Logotherapy, 32*(2), 65-72. Recuperado de http://search.proquest.com/docview/873851269?accountid=17247.

Baumeister, R. F., Exline, J. J. & Sommer, K. L. (1998). The victim role, grudge theory, and two dimensions of forgiveness. *Dimensions of forgiveness: Psychological research and theological perspectives*, 79-104.

Ben-Ari, O., Shlomo, S. B. & Findler, L. (2012). Personal growth and meaning in life among first-time mothers and grandmothers. *Journal of Happiness Studies, 13*(5), 801-820. doi:http://dx.doi.org/10.1007/s10902-011- 9291-5.

Bensimon, M. & Gilboa, A. (2010). The music of my life: The impact of the musical presentation on the sense of purpose in life and on self-consciousness. *The Arts in Psychotherapy, 37*(3), 172-178. doi:http://dx.doi.org/10.1016/j.aip.2010.03.002.

Boehm, J. K.& Kubzansky, L. D. (2012). The heart's content: The association between positive psychological well-being and cardiovascular health. *Psychological Bulletin, 138*(4), 655-691. doi:http://dx.doi.org/10.1037/a0027448.

Cabaco, A.S. y Fernández, L.M. (2015). Introducción: Las intervenciones intergeneracionales como terapias no farmacológicas para la prevención de la dependencia y la promoción de la autonomía personal. En A.S. Cabaco (Dir.). *Prismas intergeneracionales sobre la memoria autobiográfica: investigación y propuestas (*pp.12-39). Salamanca: Publicaciones de la UPSA

Cheraghi, M., Kalantari, M., Moulavi, H., & Shafti, A. (2009). The effects of cognitive-humanistic group therapy on depression and purpose in life of the depressed female students. *Journal of Psychology, 13*(2), 153-169. Recogido de http://search.proquest.com/docview/1023197899?accountid=17247.

Chow, E. O. & Ho, H. C. (2012). The relationship between psychological resources, social resources, and depression: Results from older spousal caregivers in hong kong. *Aging & Mental Health, 16*(8), 1016-1027. doi:http://dx.doi.org/10.1080/13607863.2012.692769.

Cotton Bronk, K. (2014). *Purpose in life: A critical component of optimal youth development.* New York, NY: Springer Science + Business Media, doi:http://dx.doi.org/10.1007/978-94-007-7491-9.

Cranney, S. (2013). Do people who believe in god report more meaning in their lives? the existential effects of belief. *Journal for the Scientific Study of Religion, 52*(3), 638-646. doi:http://dx.doi.org/10.1111/jssr.12046.

Crumbaugh, J. C. & Maholick, L. T. (1964). An experimental study in existencialism: The psychometric approach to Frankl´s concept of noogenic neurosis. *Journal of Clinical Psychology*, *20*(2), 200-207. doi: http: //citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.505.6866&rep=rep1&type=pdf.

de Melo, R., Lustosa Pimenteira, do, C. E., Gouveia, V. V. & Silva, H. D. M. (2013). O efeito do estresse na qualidade de vida de idosos: O papel moderador do sentido de vida. *Psicologia: Reflexão e Crítica, 26*(2), 222-230. doi:http://dx.doi.org/10.1590/S0102-79722013000200002.

DeWitz, S. J., Woolsey, M. L. & Walsh, W. B. (2009). College student retention: An exploration of the relationship between self-efficacy beliefs and

purpose in life among college students. *Journal of College Student Development, 50*(1), 19-34. doi:http://dx.doi.org/10.1353/csd.0.0049.

Drescher, C. F., Baczwaski, B. J., Walters, A. B., Aiena, B. J., Schulenberg, S. E., y Johnson, L. R. (2012). Coping with an ecological disaster: The role of perceived meaning in life and self-efficacy following the gulf oil spill. *Ecopsychology, 4*(1), 56-63. doi:http://dx.doi.org/10.1089/eco.2012.0009.

Fahlman, S. A., Mercer, K., Gaskovski, P., Eastwood, A. E. & Eastwood, J. D. (2009). Does a lack of life meaning cause boredom? results from psychometric, longitudinal, and experimental analyses. *Journal of Social and Clinical Psychology, 28*(3), 307-340. doi:http://dx.doi.org/10.1521/jscp.2009.28.3.307.

Gama, G., Barbosa, F. & Vieira, M. (2014). Personal determinants of nurses' burnout in end of life care. *European Journal of Oncology Nursing, 18*(5), 527-533. doi:http://dx.doi.org/10.1016/j.ejon.2014.04.005.

García-Alandete, J., Gallego-Pérez, J. F. &Pérez-Delgado, E. (2009). Sentido de la vida y desesperanza: Un estudio empírico. *Universitas Psychologica, 8*(2), 447-454. Recuperado de http://search.proquest.com/docview/622086174?accountid=17247

García-Alandete, J., Lozano, B. S., Nohales, P. S. & Martínez, R. E. (2013). Rol predictivo del sentido de la vida sobre el bienestar psicológico y diferencias de género. *Acta Colombiana De Psicología, 16*(1), 17-24.

García-Alandete, J., Martínez, E. R., Lozano, B. S. & Gallego-Pérez, J. F. (2011). Diferencias asociadas al sexo en las puntuaciones total y factoriales del purpose- in-life test en universitarios españoles. *Universitas Psychologica, 10*(3), 681-692. Recogido de http://search.proquest.com/docview/1114699799?accountid=17247.

García-Alandete, J., Martínez, E. R., Nohales, P. S. & Lozano, B. S. (2013). Orientación religiosa y sentido de la vida. *Universitas Psychologica, 12*(2), 363-374. Recogido de http://search.proquest.com/docview/1494000968?accountid=17247.

Garner, C., Byars, A. & Garner, K. (2009). A small investigation of purpose in life among reservation-dwelling native american elderly. *International Forum for Logotherapy, 32*(1), 31-36. Recuperado de http://search.proquest.com/docview/622002190?accountid=17247.

Hagedorn, L. S. (2012). The meaning of academic life. Review of Higher Education: *Journal of the Association for the Study of Higher Education, 35*(3), 485-512. doi:http://dx.doi.org/10.1353/rhe.2012.0024.

Haq, F., Behan, C., McGlade, N., Mulkerrin, U., O'Callaghan, E., Kinsella, A., . . . Gill, M. (2009). Factors that influence patients' attitudes to antipsychotic medication. *Irish Journal of Psychological Medicine, 26*(1), 6-11.

Recogido de http://search.proquest.com/docview/621890905?accountid=17247.

Haugan, G. (2014a). The relationship between nurse–patient interaction and meaning-in-life in cognitively intact nursing home patients. *Journal of Advanced Nursing, 70*(1), 107-120. doi:http://dx.doi.org/10.1111/jan.12173.

Haugan, G. (2014b). Meaning-in-life in nursing-home patients: A correlate with physical and emotional symptoms. *Journal of Clinical Nursing, 23*(7-8), 1030-1043. doi:http://dx.doi.org/10.1111/jocn.12282.

Haugan, G. (2014c). Life satisfaction in cognitively intact long-term nursing-home patients: Symptom distress, well-being and nurse-patient interaction. Beyond money: The social roots of health and well-being. (pp. 165- 211) Nova Science Publishers, Hauppauge, NY.

Haugan, G. (2014d). Meaning-in-life in nursing-home patients: A valuable approach for enhancing psychological and physical well-being? *Journal of Clinical Nursing, 23*(13-14), 1830-1844. doi: http://dx.doi.org/10.1111/jocn.12402.

Hedberg, P., Brulin, C., Aléx, L. & Gustafson, Y. (2011). Purpose in life over a five-year period: A longitudinal study in a very old population. *International Psychogeriatrics, 23*(5), 806-813. doi:http://dx.doi.org/10.1017/S1041610210002279.

Heintzelman, S. J., Trent, J. & King, L. A. (2013). Encounters with objective coherence and the experience of meaning in life. *Psychological Science, 24*(6), 991-998. doi:http://dx.doi.org/10.1177/0956797612465878.

Heintzelman, S. J. & King, L. A. (2014). Life is pretty meaningful. *American Psychologist, 69*(6), 561-574. doi:http://dx.doi.org/10.1037/a0035049.

Hill, C. E., Kline, K., Bauman, V., Brent, T., Breslin, C., Calderon, M., . . . Knox, S. (2015). What's it all about? A qualitative study of meaning in life for counseling psychology doctoral students. *Counselling Psychology Quarterly, 28*(1), 1-26. doi:http://dx.doi.org/10.1080/09515070.2014.965660.

Ishida, R. & Okada, M. (2011). Factors influencing the development of "purpose in life" and its relationship to coping with mental stress. *Psychology, 2*(1), 29-34. doi:http://dx.doi.org/10.4236/psych.2011.21005.

Kim, S., Hayward, R. D. & Reed, P. G. (2014). Self-transcendence, spiritual perspective, and sense of purpose in family caregiving relationships: A mediated model of depression symptoms in korean older adults. *Aging & Mental Health, 18*(7), 905-913. doi:http://dx.doi.org/10.1080/13607863.2014.899968.

Kleftaras, G. & Psarra, E. (2012). Meaning in life, psychological well-being and depressive symptomatology: A comparative study. *Psychology, 3*(4), 337-345. doi:http://dx.doi.org/10.4236/psych.2012.34048.

Koenig, H. G., Berk, L. S., Daher, N. S., Pearce, M. J., Bellinger, D. L., Robins, C. J., . . . King, M. B. (2014). Religious involvement is associated with greater purpose, optimism, generosity and gratitude in persons with major depression and chronic medical illness. *Journal of Psychosomatic Research, 77*(2), 135-143. doi:http://dx.doi.org/10.1016/j.jpsychores.2014.05.002.

Kusano, T. (2012). Hikikomori in university students and their purposes and meaning of life. *Japanese Journal of Counseling Science, 45*(1), 11-19. Recogido de http://search.proquest.com/docview/1171921740?accountid=17247.

Lyons, G. C. B., Deane, F. P., Caputi, P. & Kelly, P. J. (2011). Spirituality and the treatment of substance use disorders: An exploration of forgiveness, resentment and purpose in life. *Addiction Research & Theory, 19*(5), 459-469. doi:http://dx.doi.org/10.3109/16066359.2011.555022.

Makola, S. (2014). Sense of meaning and study perseverance and completion: A brief report. *Journal of Psychology in Africa, 24*(3), 285-287. Recogido de http://search.proquest.com/docview/1627950755?accountid=17247.

Martos, T., Thege, B. K. & Steger, M. F. (2010). It's not only what you hold, it's how you hold it: Dimensions of religiosity and meaning in life. *Personality and Individual Differences, 49*(8), 863-868. doi:http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2010.07.017.

Mausch, K. (2009). Noopsychosomatic disorders in the light of empirical studies. *Existential Analysis, 20*(1), 35- 49. Recogido de http://search.proquest.com/docview/621812033?accountid=17247.

Mersdorf, A., Vargay, A., Horváth, Z. & Bányai, É. (2013). „Mit gondol, van-e az életének célja és értelme? ha igen, mi?" emlõdaganatos betegek és egészséges kontrollszemélyek interjúkérdésekre adott válaszainak összehasonlítása. *Mentálhigiéné És Pszichoszomatika, 14*(4), 345-380.

Min, J., Jung, Y., Kim, D., Yim, H., Kim, J., Kim, T., . . . Chae, J. (2013). Characteristics associated with low resilience in patients with depression and/or anxiety disorders. *Quality of Life Research: An International Journal of Quality of Life Aspects of Treatment, Care & Rehabilitation, 22*(2), 231-241. doi:http://dx.doi.org/10.1007/s11136-012-0153-3.

Moe, A., Hellzen, O., Ekker, K. & Enmarker, I. (2013). Inner strength in relation to perceived physical and mental health among the oldest old people with chronic illness. *Aging & Mental Health, 17*(2), 189-196. doi:http://dx.doi.org/10.1080/13607863.2012.717257.

Moffic, H. S. (2011). Finding more meaning in USA psychiatry. *International Forum for Logotherapy, 34*(2), 100- 102. Recogido de http://search.proquest.com/docview/1023199843?accountid=1724.

Noblejas de la Flor, M. A. (1994). *Logoterapia. Fundamentos, principios y aplicación. Una experiencia de evaluación del "logro interior de sentido".* Tesis Doctoral. Universidad Complutense de Madrid, Madrid.

Oishi, S. (2012). Individual and societal well-being. En K. Deaux y M. Snyder (Eds). *The oxford handbook of personality and social psychology.* (pp. 597-622) New York, NY: Oxford University Press. Recuperado de http://search.proquest.com/docview/1272264247?accountid=17247.

Palgi, Y. (2013). Ongoing cumulative chronic stressors as predictors of well-being in the second half of life. *Journal of Happiness Studies, 14*(4), 1127-1144. doi:http://dx.doi.org/10.1007/s10902-012-9371-1.

Park, C. L. & George, L. S. (2013). Assessing meaning and meaning making in the context of stressful life events: Measurement tools and approaches. *The Journal of Positive Psychology, 8*(6), 483-504. doi:http://dx.doi.org/10.1080/17439760.2013.830762.

Pearson, M. R., Brown, D. B., Bravo, A. J. & Witkiewitz, K. (2015). Staying in the moment and finding purpose: The associations of trait mindfulness, decentering, and purpose in life with depressive symptoms, anxiety symptoms, and alcohol-related problems. *Mindfulness, 6*(3), 645-653. doi:http://dx.doi.org/10.1007/s12671-014- 0300-8.

Peplińska, A. & Wołoszko, K. (2014). Occupational activity and subjective perception of the quality of life in persons with motor disabilities in poland. *Acta Neuropsychologica, 12*(3), 329-346. Recogido de http://search.proquest.com/docview/1641025052?accountid=17247.

Peter, C., Müller, R., Cieza, A., Post, M. W. M., van Leeuwen, Christel M. C., Werner, C. S. & Geyh, S. (2014). Modeling life satisfaction in spinal cord injury: The role of psychological resources. *Quality of Life Research: An International Journal of Quality of Life Aspects of Treatment, Care & Rehabilitation, 23*(10), 2693-2705. doi:http://dx.doi.org/10.1007/s11136-014-0721-9.

Peter, C., Müller, R., Post, M. W. M., van Leeuwen, Christel M. C., Werner, C. S. & Geyh, S. (2015). Depression in spinal cord injury: Assessing the role of psychological resources. *Rehabilitation Psychology, 60*(1), 67-80. doi:http://dx.doi.org/10.1037/rep0000021.

Pietrzak, R. H., Tsai, J., Kirwin, P. D. & Southwick, S. M. (2014). Successful aging among older veterans in the united states. *American Journal of Geriatric Psychiatry, 22*(6), 551-563. doi:http://dx.doi.org/10.1016/j.jagp.2012.11.018.

Pietrzak, R. H. & Cook, J. M. (2013). Psychological resilience in older U.S. veterans: Results from the national health and resilience in veterans study. *Depression and Anxiety, 30*(5), 432-443. doi:http://dx.doi.org/10.1002/da.22083.

Pishyar, R. (2012). Using de-reflection techniques to affect clinical change in depression in an afghan refugee community.*International Forum for Logotherapy, 35*(2), 85-90. Recuperado de http://search.proquest.com/docview/1442416686?accountid=17247.

Ryś, E. (2009). The sense of life as a subjective spiritual human experience. *Existential Analysis, 20*(1), 50-68. Recuperado de http://search.proquest.com/docview/621812843?accountid=17247.

Salvino, E. (2014). De *Frankl a Seligman. Una apuesta por lo bueno y significativo de la vida*. Sao Paulo, Brasil: Editora Kiron.

Schnetzer, L. W., Schulenberg, S. E. & Buchanan, E. M. (2013). Differential associations among alcohol use, depression and perceived life meaning in male and female college students. *Journal of Substance use, 18*(4), 311-319. doi:http://dx.doi.org/10.3109/14659891.2012.661026.

Sinnott, J D. (Ed). (2013) Positive psychology: Advances in understanding adult motivation. Springer Science + Business Media, New York, NY. doi:http://dx.doi.org/10.1007/978-1-4614-7282-7.

Smith, B. W., Tooley, E. M., Montague, E. Q., Robinson, A. E., Cosper, C. J. & Mullins, P. G. (2009). The role of resilience and purpose in life in habituation to heat and cold pain. *The Journal of Pain, 10*(5), 493-500. doi:http://dx.doi.org/10.1016/j.jpain.2008.11.007.

Steger, M. F. (2013). Assessing meaning and quality of life. En K. F. Geisinger , B. A. Bracken, J. F Carlson, J. C. Hansen, N. R. Kuncel, S. P. Reise, y M.C. Rodriguez (Eds), *APA handbook of testing and assessment in psychology, vol. 2: Testing and assessment in clinical and counseling psychology.* (pp. 489-499) Washington, DC: American Psychological Association. doi: http://dx.doi.org/10.1037/14048-028.

Stillman, T. F., Baumeister, R. F., Lambert, N. M., Crescioni, A. W., DeWall, C. N. & Fincham, F. D. (2009). Alone and without purpose: Life loses meaning following social exclusion. *Journal of Experimental Social Psychology, 45*(4), 686-694. doi:http://dx.doi.org/10.1016/j.jesp.2009.03.007.

Taubman – Ben-Ari, O. (2014). How are meaning in life and family aspects associated with teen driving behaviors? *Transportation Research Part F: Traffic Psychology and Behaviour, 24*, 92-102. doi:http://dx.doi.org/10.1016/j.trf.2014.04.008.

Taubman-Ben-Ari, O. (2011). Is the meaning of life also the meaning of death? A terror management perspective reply. *Journal of Happiness Studies, 12*(3), 385-399.

Taubman-Ben-Ari, O. & Weintroub, A. (2008). Meaning in life and personal growth among pediatric physicians and nurses. *Death Studies, 32*(7), 621-645. doi:http://dx.doi.org/10.1080/07481180802215627.

Volkert, J., Schulz, H., Levke Brütt, A. & Andreas, S. (2014). Meaning in life: Relationship to clinical diagnosis and psychotherapy outcome. *Journal of Clinical Psychology, 70*(6), 528-535. doi:http://dx.doi.org/10.1002/jclp.22053.

Wnuk, M., Marcinkowski, J. T. & Fobair, P. (2012). The relationship of purpose in life and hope in shaping happiness among patients with cancer in poland. *Journal of Psychosocial Oncology, 30*(4), 461-483. doi:http://dx.doi.org/10.1080/07347332.2012.684988.

Wnuk, M. & Marcinkowski, J. T. (2014). Do existential variables mediate between religious-spiritual facets of functionality and psychological wellbeing. *Journal of Religion and Health, 53*(1), 56-67. Recuperado de http://search.proquest.com/docview/150963651?accountid=17247.