

Revista *Investigación formativa*

Facultad de Ciencias Administrativas Económicas y Contables

Título del artículo: PROPÓSITO DE VIDA Y FELICIDAD

Docente asesor del proyecto:

Nombre de autor: *Luisa María Murillo Unás - Paula López Vendemiati*

Correo electrónico:

Resumen: Uno de los investigadores más reputados sobre la Psicología Positiva es Seligman (2002). Según este autor, la Psicología Positiva abarca el estudio de la emoción positiva; los rasgos positivos, entendidos como fortalezas, virtudes y habilidades, y las instituciones positivas, tales como la democracia, las familias unidad y la libertad de expresión.

Palabras clave: Psicología Positiva, vida, felicidad, rasgos de personalidad.

Cuerpo del texto / Vínculo/ Descripción:

Uno de los investigadores más reputados sobre la Psicología Positiva es Seligman (2002). Según este autor, la Psicología Positiva abarca el estudio de la emoción positiva; los rasgos positivos, entendidos como fortalezas, virtudes y habilidades, y las instituciones positivas, tales como la democracia, las familias unidad y la libertad de expresión. Dentro de las emociones positivas, este autor identifica, entre otras, la seguridad, la esperanza y la confianza, emociones que considera muy útiles cuando la vida es fácil, cuando las condiciones generales son propicias. Pero, cuando las condiciones son adversas, es necesario reforzar otras emociones positivas tales como el valor, la objetividad, la integridad, la equidad, el propósito y el significado. La investigación de este autor se centra en preguntas tales como: ¿Por qué la evolución dotó a los humanos de emociones positivas? ¿Quiénes disponen de emociones positivas en abundancia y quiénes no?

¿Qué posibilita estas emociones y qué las impide? ¿Cómo se puede desarrollar una mayor y más duradera emoción positiva en la vida? (Seligman, 2002).

En forma muy resumida, Seligman (2002), después de años de investigación sobre las causas de la felicidad humana, afirma que la felicidad duradera de las personas es la sumatoria de tres factores: el rango fijo genético, las circunstancias que le rodean y los factores que dependen de su voluntad. Afirma, basado en estudios de los años ochenta, que la psicología de los gemelos idénticos es muy parecida entre sí y que la personalidad de los hijos adoptados se asemeja mucho más a la de sus padres biológicos que a la de sus padres adoptantes. Afirma que todos los estudios convergen a la conclusión de que "aproximadamente el 50% de casi todos los rasgos de personalidad es atribuible a la herencia genética" (Seligman, 2002, p. 82). Así, dado el factor genético, el nivel general de las personas se mueve en rangos prefijados por dicho factor, esto es, las personas se mueven en "rangos" de optimismo o pesimismo. Pretender saltar estos rangos es iluso, es pretender omitir las instrucciones del propio ADN. Pero, ¿Es posible incidir, al menos, en qué parte del rango permanecer la mayor parte del tiempo?. Según este autor, sí lo es. Los otros elementos, responsables del otro 50% sí son modificables: las circunstancias y los factores que dependen de la voluntad. Dentro de las circunstancias, mencionan entre las que más contribuyen a la felicidad el tener pareja, tener vida social activa, contar con un nivel de ingresos holgado, tener buena salud y una vocación religiosa. Dentro de los factores que dependen de la voluntad, lo que este autor sugiere es encontrar las fortalezas personales, desarrollarlas y ejercerlas la mayor parte del tiempo posible (Seligman, 2002).

El autor identifica y analiza las diversas fortalezas personales e incluso las clasifica según la etapa de vida a la que se refieren. Fortalezas relacionadas con el presente serían saber aumentar los placeres duraderos y saber paladear las situaciones y eventos vitales, así como mantener un alto compromiso con la acción, sea cual sea el o los proyectos que las personas aborden. En relación con el futuro, destaca actitudes como el optimismo, la esperanza y la capacidad de rebatirse a sí mismo en relación con los miedos. En relación con el pasado, propone gratitud, capacidad de perdón y satisfacción con el pasado en el sentido de satisfacción con la propia vida a partir de la valoración que se haga de ésta.

En relación con la última, esto es, satisfacción con la propia vida, ésta se traduce en que, antes que buscar una "buena vida" (en ningún momento hace recomendaciones sino que deja al lector la posibilidad de sacar sus propias conclusiones), se trata de llevar una vida significativa. Sugiere que vivir una vida con sentido es apegarse a algo más elevado y que, entre más elevado sea el propósito, más significado tendrá la propia existencia (Seligman, 2002). Además de las otras fortalezas, Seligman plantea que vivir una vida con significado contribuirá a elevar el nivel de felicidad al máximo, dentro del rango de lo posible para cada persona.

Argyle (1992) clasifica las mediciones de la felicidad en dos grupos: aquellas que se centran en aspectos emocionales, por ejemplo, estar de buen humor o disponer de muchos momentos de placer, como las mediciones relativas al aspecto emocional de la felicidad. El otro grupo son las que miden los aspectos cognitivos y reflexivos de la felicidad, aspectos que agrupa como "satisfacción ante la vida" (Argyle, 1992).

Para efectos de esta investigación, se entenderá felicidad en su dimensión cognitiva reflexiva, prescindiendo de todos los demás elementos emocionales, circunstanciales o genéticos. Esto es, se entenderá felicidad como satisfacción con la propia vida.

El estudio sobre la satisfacción con la vida hace parte de un campo de investigación mucho más amplio, que es el estudio de la calidad de vida. Este campo de trabajo ha tenido un lugar importante en las ciencias sociales y abarca la Economía, la Sociología, la ciencia Política y tangencialmente a la Psicología. Cuando se habla de tener o lograr una "buena vida" en el campo de la Calidad de Vida, en términos individuales, no de toda una sociedad, se alude a dos cosas: 1) las condiciones básicas para sustentar la vida tales como alimentación, techo, educación, acceso a servicios de salud, y 2) Las variables de la satisfacción subjetiva con la propia vida tales como el nivel de realización personal, satisfacción consigo mismo, con lo logrado y con la confianza de poder lograr lo propuesto (Veenhoven, 1994).

Cuando se afirma que alguien no vive bien, esto quiere decir que a la persona le falta algo indispensable para tener un buen nivel de vida, que carece de algo y que languidece por esa ausencia. Una persona puede ser rica, exitosa, poderosa y, no

obstante, estar afligida y achacosa. Otra persona puede ser pobre, sin poder, aislada y aun así tener un buen desarrollo mental y físico y estar optimista frente a su futuro. En el primer caso, se habla de calidad de vida supuesta y en el otro, de calidad de vida realizada. La satisfacción con la propia vida es un indicador de la calidad de vida realizada (Veenhoven, 1994).

En palabras textuales de Veehoven (1994, p. 9), "La satisfacción es un estado mental. Es una apreciación valorativa de algo, término que alude tanto al contexto general de la vida como al nivel de disfrute de la persona". Así, en coincidencia con lo planteado por Argyle, Veehoven afirma que la satisfacción con la vida alude a apreciaciones cognitivas a la vez que afectivas. Según esta autora, "La satisfacción puede ser una materia evanescente, pero también una actitud estable. La satisfacción con la vida es el grado en que una persona evalúa la calidad global de su vida en conjunto de forma positiva. En otras palabras, cuánto le gusta a una persona la vida que lleva" (Veehoven, 1994, p. 9).

En este punto, es importante precisar los parecidos y diferencias del término satisfacción con la vida con otros conceptos sinónimos muy usuales como son "felicidad" y "bienestar subjetivo". Si bien se consideran sinónimos (no por todos los autores, hay que aclarar) los términos felicidad y satisfacción con la vida, la ventaja del término satisfacción con la vida sobre el término "felicidad" es que enfatiza el carácter subjetivo del concepto. Esta diferencia es importante pues en la historia del pensamiento, la palabra "felicidad" ha sido usada en la Filosofía para denotar el bien objetivo. De otra parte, la ventaja de usar el término satisfacción con la vida en lugar de "bienestar subjetivo" es que la satisfacción con la vida se refiere a una evaluación global de la vida más que a sentimientos actuales o a síntomas psicossomáticos específicos (Veehoven, 1994).

Otro aspecto muy importante a destacar es que el término satisfacción con la vida no alude a un estado momentáneo, sino que denota una evaluación global de la propia vida. Por tanto, un pasajero estado de euforia, un afecto positivo, un determinado trabajo u ocupación que se desempeñe, si bien pueden influir en la apreciación personal momentáneamente, no corresponden a la definición de satisfacción con la vida como evaluación global de la propia vida y no como estado temporal. Así, ¿Qué es satisfacción

con la vida? es un balance positivo entre lo propuesto y lo adquirido, es el resultado del balance personal entre lo deseado y lo logrado (Veehoven, 1994).

Veehoven plantea que la satisfacción con la vida puede aludir al presente, al futuro o al pasado. Seligman clasifica el orgullo con la propia vida o la satisfacción con la misma, como una "emoción" relativa al pasado. Ahora bien, el término "emoción" no es el más indicado pues puede confundirse con lo que, según los expertos en emociones, éstas son: estados o fenómenos breves, intensos, biológicos, subjetivos, cognitivos y sociales, cuyo fin es movilizar la conducta y comunicar a otros seres humanos dicho estado. Las emociones, así definidas, son producto de la evolución de la especie y son funcionales a la misma y, como producto de la evolución, son similares en toda cultura (Reeve, 2003).

Hasta aquí, se ha planteado muy resumidamente los principales elementos de la felicidad y se ha elegido como aspecto de estudio de la misma (prescindiendo de muchos otros elementos englobados en este constructo) el relativo a su dimensión cognitiva: la satisfacción con la propia vida.

Por otra parte, según los autores más reconocidos sobre el tema de vivir una vida significativa, entre ellos Frankl (2003) a la cabeza, tener una vida con propósito, con sentido, es lo que más satisfacción personal puede proporcionar. Según esta corriente existencial humanista, tener un propósito no sólo hace que las personas estén más satisfechas con su vida, sino que las hace más resilientes, más resistentes a los embates normales de la vida. Según este postulado, lo que tiene más relación con alcanzar una vida satisfactoria, es el tener un claro propósito para ésta. De hecho, Frankl descarta prácticamente todos los factores que los anteriores autores señalan como importantes, factores tales como la salud, tener pareja, buen nivel de ingresos, un talante optimista, la dotación genética, las circunstancias, etc.

¿Qué es eso de vivir una vida significativa, una vida con propósito? Sobre este tema, el de llevar una vida con sentido o con propósito, los autores más destacados son otros dos. Uno de ellos, Viktor Frankl, a quien se le considera el clásico en esta materia. De hecho, a su propuesta terapéutica se la denomina Logoterapia y, a él, el padre de la Logoterapia. Otro de los autores que trata a profundidad el tema del sentido de la vida es Xavier Guix. Los planteamientos de uno y otro se sintetizan a continuación. Al respecto,

cabe aclarar que significado, sentido y propósito se entenderán como sinónimos para efectos de este trabajo.

Según Guix, los "humanos somos los únicos que somos capaces de dar sentido a lo que vivimos y, a la vez, actuar sin sentido" (Guix, 2008, pág. 28). Existen, según este autor, cuatro motivos centrales según los cuales los seres humanos dotamos la vida de sentido: 1) Realizar una vocación, 2) Superar un destino adverso, 3) Un gran amor, 4) Una fe religiosa (Guix, 2008, p. 57).

También afirma que es necesaria una cierta perspectiva sobre la vida vivida para encontrarle sentido. Por consiguiente, para hallar algún grado de relación, si es que ésta existe, entre tener un sentido para la propia vida y alcanzar un elevado nivel de satisfacción con la propia vida, la pregunta no debería dirigirse a personas muy jóvenes, pues aún no tienen el horizonte de tiempo suficiente para observar su propia vida, sino a aquellos que ya tengan el tiempo de vida y los años necesarios para haber alcanzado alguna "perspectiva" sobre la misma.

Frankl afirma que tener un sentido de vida claro, un porqué un propósito, hace a la gente más invulnerable ante los avatares de la vida. El sentido de propósito en la vida da resiliencia, capacidad de resistir los embates de la vida y recuperar la forma, la dirección y la fuerza. En palabras de Frankl, el sentido de la propia vida es "el para qué, el motivo, la razón, lo que te impulsa para lograr algo o para ser de una manera determinada" (Frankl, 2003).

Según Frankl, el hombre siempre ha intentado encontrar sentido a las cosas, por lo cual constantemente pone en juego su búsqueda de sentido, lo que Frankl designa como voluntad de sentido. Dicha voluntad la definió como la motivación humana básica en la búsqueda de lo que tiene sentido en nuestra vida (Frankl, 2003, p. 45).

Según Núñez (2001), la voluntad de sentido se ha corroborado y validado por muchas investigaciones, mediante instrumentos que han permitido evaluar la orientación existencial hacia objetivos de sentido, de frustración o de vacío existencial.

De ser cierta esta afirmación, esto es, que la voluntad de sentido se haya corroborado y que además ésta contribuya a elevar el nivel personal de satisfacción con la propia vida, deberían estar relacionadas las variables de satisfacción con la vida y existencia de un propósito personal en personas que tengan una trayectoria de vida suficiente para haber evaluado ambas dimensiones en su propia vida.

Así, surgen a partir de estas consideraciones, las siguientes preguntas:

¿Se comprueba en la práctica, en personas con la edad y trayectoria de vida suficiente como para evaluar su propia vida, la relación entre satisfacción con la vida y noción de propósito?

¿Es diferente el nivel de satisfacción con la vida y la noción de propósito entre hombres y mujeres? ¿Entre personas con buena salud o enfermas? ¿Entre personas que tienen pareja permanente y aquéllas que están solteras?

Con el fin de abordar dichas preguntas, este trabajo se ha propuesto como objetivo general, determinar si existe o no relación entre el nivel de satisfacción con la vida y el hecho de tener un propósito claro de vida o noción de sentido personal, en profesores del Politécnico Grancolombiano. Como objetivos específicos, enmarcados dentro del anterior, determinar si los niveles de satisfacción con la vida y la noción de propósito difieren entre hombres y mujeres, entre personas sanas y enfermas y entre personas que tengan relaciones de pareja permanentes o que estén solteras.

METODOLOGÍA

Diseño

Esta investigación se plantea con un alcance correlacional, pues busca medir la relación entre dos variables: satisfacción con la propia vida y noción de propósito. Es una investigación no experimental. La variable independiente no se manipula, de hecho ya ha sucedido, y las relaciones entre las variables se observarán sin intervención ni influencia, tal como se han dado en su contexto natural (Hernández et al, 1998). Es un diseño de investigación no experimental y transversal o transeccional, no existe manipulación

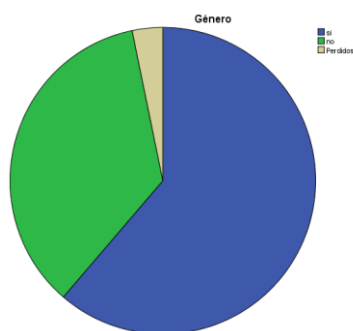
intencional. La asignación no será por azar, pues los sujetos entrevistados ya pertenecen al grupo de profesores del Politécnico Grancolombiano y la selección se hará por posibilidad de acceso a los mismos y disponibilidad de ellos de colaborar con esta investigación. Además, se buscará que quienes contesten las encuestas pertenezcan a varias facultades, para no sesgar la muestra por tipo de facultad y que las respuestas sean anónimas, para lograr así un mayor grado de sinceridad.

Participantes

Los participantes en esta investigación serán 30 profesores del Politécnico Grancolombiano que estén dispuestos a contestar las dos encuestas elegidas para evaluar satisfacción con la vida y noción de propósito. El número de 30 se elige por ser el recomendado por Hernández et al (1998) para estudios de tipo transeccional. Es una muestra no probabilística pues la elección de los profesores depende, en realidad, de su disponibilidad de contestar las encuestas.

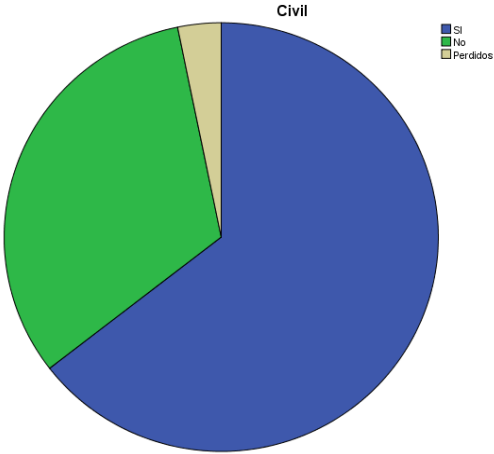
Los profesores que respondieron las encuestas pertenecen a las diversas facultades del Politécnico Grancolombiano. Unos son de la jornada nocturna, otros de la jornada diurna. Se procuró recoger encuestas en números proporcionales por facultad y jornada, de manera que no se sesgara el resultado por el tipo de formación o por los temas abordados por ellos. Al momento de aplicar las encuestas, las investigadoras no conocían el estado de salud ni estado civil de tales profesores.

El término “Sí” corresponde a hombres y el resultado “No” a mujeres.



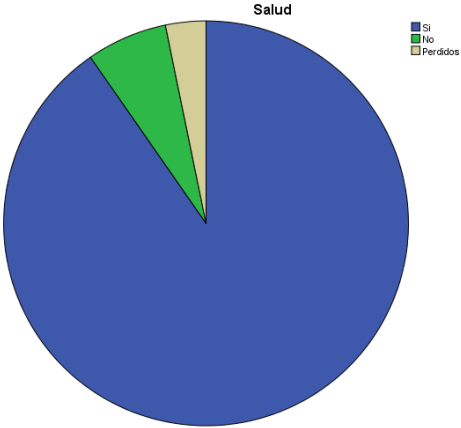
Gráfica 1. Distribución por género de los participantes

De los 30 profesores encuestados, el 61,3% de los eran hombres y 35,5%, mujeres. El sistema reporta como datos perdidos el 3,2%.



Gráfica 2. Distribución de los participantes por estado civil

En relación con el estado civil de los sujetos encuestados, tal como se ve en la gráfica 2, el 64,5% tienen pareja permanente y el 32,3 no la tienen. Se reportan como datos perdidos el 3,2%.



Gráfica 3. Estado de salud

La situación de salud de los sujetos encuestados en este proyecto se presenta en la gráfica 4, así, en donde el término “Sí” corresponde a quienes afirman tener buen estado de salud y el “No” a quienes reportan no tener buen estado de salud. El 90,3% de

los sujetos reportan tener un buen estado de salud, el 6,5% reportan un estado deficiente y el sistema reporta un 3,2% de los datos como perdidos.

Por último, la distribución por edades de las personas encuestadas se presenta en el siguiente gráfico 4, así:

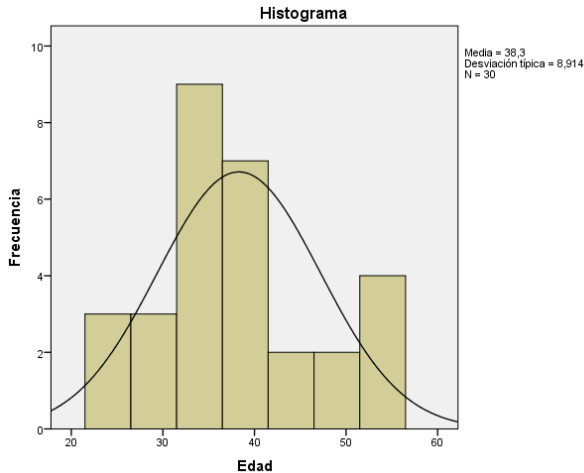


Gráfico 4. Distribución de los participantes por edades

Los sujetos encuestados se encuentran en un rango de edad entre 24 y 56 años. La media de edad del grupo es de 38,3 años, la mediana es 36,6 y la desviación estándar al interior del grupo es de 8,9 años.

Instrumentos

Los instrumentos utilizados fueron dos escalas conocidas y aplicadas para medir las variables Satisfacción con la Vida y Propósito.

Para medir satisfacción con la vida se utilizó la Escala de Satisfacción con la vida – SWLS, que es la más conocida para este particular. Esta escala se eligió por ser la más conocida y por los resultados de fiabilidad reportados por Cabañero et al. (2004), quienes

calcularon el alfa de Cronbach y encontraron un resultado de 0,82 y además estimaron que un factor único explicaba el 58,6% de la varianza.

Los resultados de la Escala de Satisfacción con la Vida SWLS se ubican entre 5 y 35 por persona, siendo los puntajes comprendidos entre 5 y 10 indicadores de insatisfacción profunda con la propia vida. Los resultados comprendidos entre 11 y 25 indican un moderado nivel de satisfacción. Los resultados ubicados entre 26 y 35 indican alta satisfacción con la propia vida.

Para medir noción de propósito, se evaluaron tres escalas que son la Escala existencial de Langle, la Escala PIL (purpose in life test) de J. Crumbaugh y L. Maholick y el Logo-test de Elizabeth S. Lukas. De las tres, se eligió la Escala PIL por ser la más homogénea en la forma de presentación (lo cual minimiza el tiempo requerido de los sujetos) y por sus coeficientes de validez y fiabilidad. Según Noblejas de la Flor (2000), quien analiza con detalle todas las definiciones de validez, validez concurrente, validez predictiva, así como los métodos de consistencia interna, test-retest, formas paralelas y dos mitades, presenta la siguiente agrupación de las preguntas de este test:

FACTORES	PREGUNTAS (por orden de importancia en el factor)
Experiencia de sentido (FP2)	P2 P5 P1 P9 P19 P20 P17
Percepción de sentido (FP1)	P11 P16 P4 P6 P10 P12 P9 P20 P17
Metas y tareas (FP3)	P13 P3 P8 P7 P20 P17 P19
Dialéctica destino-libertad (FP4)	P14 P15 P18

Tabla 1. Agrupación factorial de las preguntas del test PIL

Y los siguientes resultados de fiabilidad:

ESTADÍSTICO	<i>Test PIL</i>	Logotest
Alfa	0.879	0.513
Alfa estandarizado	0.892	0.539
Guttman (Lambda 4)	0.838	0.412
Guttman (Lambda 6)	0.893	0.584
Spearman-Brown	0.838	0.591

Tabla 2. Estadísticos de fiabilidad de los test PIL y Logotest

Según la autora citada (Noblejas de la Flor, 2000), los estadísticos encontrados para el test PIL indican una gran fiabilidad, similar a la encontrada tanto por sus autores como por otros estudios: Shek (1986) en China (0.84 para la alfa de Cronbach y 0.82 para el coeficiente de Guttman) o Reker y Cousins (1979) en Estados Unidos (0.87 para Spearman-Brown y 0.79 para un test-retest) (citados por Noblejas de la Flor, 2000).

Por dichas razones, se eligió esta encuesta para evaluar la noción de propósito.

La Escala PIL arroja resultados por persona entre 20 y 140. Los resultados comprendidos entre 20 y 40 indican que no existe noción alguna de propósito en dicha persona. Los resultados comprendidos entre 41 y 100 indican que existe una moderada noción de propósito en la vida. Los resultados entre 101 y 120 indican que hay una alta noción de propósito y motivación con la vida.

Para procesar los datos de las encuestas y calcular las correlaciones y las comparaciones entre medias de los grupos, se utilizaron los programas de software Excel y SPSS.

Procedimiento

A cada uno de los sujetos de investigación se les entregaron las dos encuestas en forma impresa. Se les informó que los resultados serían anónimos, ni siquiera las investigadoras sabrían quién diligenció cuál encuesta. Además de la confidencialidad de los resultados, se les informó que los fines eran estrictamente académicos.

Se les dio libertad de tiempo para contestarlas y las encuestas ya diligenciadas se reunieron en un sobre cerrado. Ninguna solicitaba nombre, ni fue marcada. Posteriormente se las numeró y este dígito es el único referente de identificación de cada una.

A las versiones originales de estas escalas, se les añadieron cuatro campos que solicitaban, de cada participante, información sobre su género, edad, estado de salud y estado civil. Si bien se eligieron escalas ya validadas, se evaluaron ambas pruebas ya diligenciadas por los sujetos de este proyecto con el alfa de Crombach.

Una vez reunidas las 30 encuestas diligenciadas, sus resultados se tabularon en Excel y los resultados agregados de cada encuesta por participante se procesaron en SPSS para obtener los resultados que se presentarán a continuación.

RESULTADOS

Para analizar la confiabilidad de ambos test una vez aplicados, se usó la prueba de Alfa de Cronbach.

En el caso de la Escala de Satisfacción con la vida, a pesar de que dicha escala fue seleccionada por reportar un alto nivel de confiabilidad en los artículos seleccionados como referentes metodológicos, al aplicarla a los resultados reportados por los participantes en este proyecto, su confiabilidad no fue muy alta. Los resultados del Alfa de Cronbach, para 29 casos válidos (hubo un dato que reportó todas las respuestas) fue de 0,430, resultado que no corresponde a un nivel satisfactorio de confiabilidad.

Por el contrario, al aplicar la misma prueba de validez a los resultados de la Escala de Propósito, el resultado para 28 casos válidos (en dos encuestas faltaron respuestas) fue de 0,89, dato satisfactorio en términos de confiabilidad.

Para el análisis de la correlación entre los puntajes obtenidos en la Escala de Satisfacción con la Vida y la Escala de Propósito, se usó la correlación de Pearson, pues ambas escalas, si bien son ordinales en su forma de respuesta, arrojan resultados numéricos totales por sujetos, como puntajes escalares.

Los resultados de la correlación entre ambos puntajes fueron:

Correlaciones			
		Satisfacción con la vida	Noción de propósito
Satisfacción con la vida	Correlación de Pearson	1	-,013
	Sig. (bilateral)		,948
	N	30	29
Noción de propósito	Correlación de Pearson	-,013	1
	Sig. (bilateral)	,948	
	N	29	30

Tabla 3. Correlación de Pearson entre resultados de la Escala de Satisfacción y la Escala de Propósito

Al relacionar los resultados de ambas escalas, se encuentra que no hay relación, dado $r=-,013$ y $p>,05$.

De otra parte, se compararon los grupos de hombres y mujeres tanto en sus respuestas frente a satisfacción con la vida como en sus respuestas ante noción de propósito. Para adelantar dichas comparaciones se usó la t de Student para muestras independientes.

Los resultados de las pruebas aplicadas fueron:

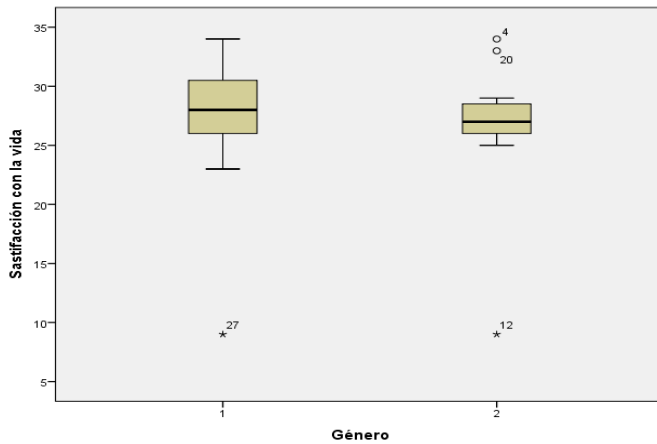


Gráfico 5. Comparación por género en resultados en test de Satisfacción con la Vida

Los resultados de la comparación entre hombres y mujeres en cuanto a satisfacción con la vida arrojan una diferencia de medias de 1,177. El coeficiente t arroja un resultado de 0,525 y el nivel de significancia, de 0,604. Por tanto, se encuentra que no hay diferencias significativas entre la media de los resultados entre hombres y mujeres en cuanto y que dicha diferencia no es significativa pues $p > 0,05$.

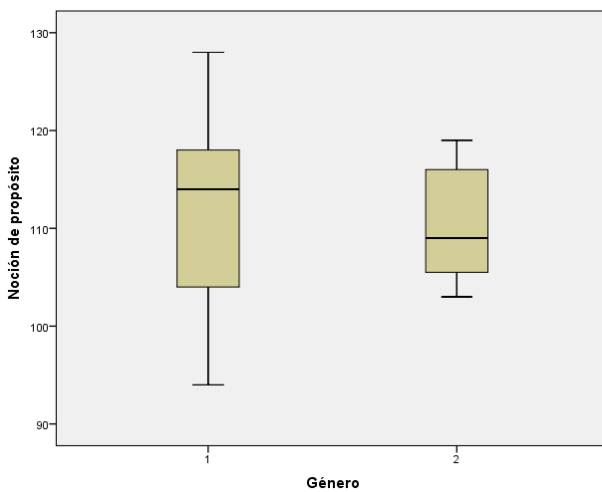


Gráfico 6. Comparación por género en resultados en test de noción de Propósito

Los resultados de la comparación entre hombres y mujeres en cuanto a noción de propósito arrojan una diferencia de medias de 1,333. El coeficiente t arroja un resultado de 0,404 y el nivel de significancia, de 0,689. Por tanto, se encuentra que no hay diferencias significativas entre hombres y mujeres en la medias de los resultados en la encuesta de noción propósito en la vida y que esta diferencia no es significativa dado $p > 0,05$.

Frente a la comparación entre personas saludables y no saludables, es importante anotar que el resultado tiene el problema de que sólo dos personas reportaron tener problemas de salud frente a 28 personas entrevistadas.

No obstante, se corrieron las pruebas de diferencias de medias y los resultados arrojados fueron:

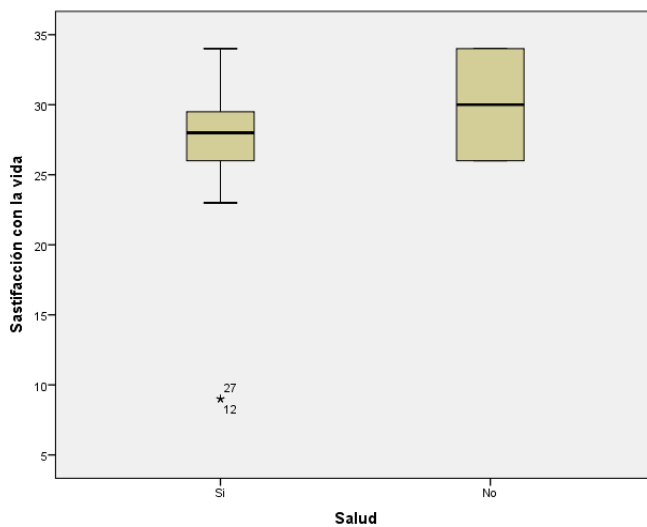


Gráfico 7. Comparación de resultados en satisfacción con la vida en cuanto al estado de salud de los participantes

Se compararon las medias de ambos grupos y el resultado fue: la comparación entre personas sanas y no sanas en cuanto a satisfacción con la vida arroja una diferencia entre las medias de ambos grupos de -3. El coeficiente t arroja un resultado de -0,69 y el nivel de significancia, de 0,49. Por tanto, si se estima que la diferencia entre ambas medias no es significativa.

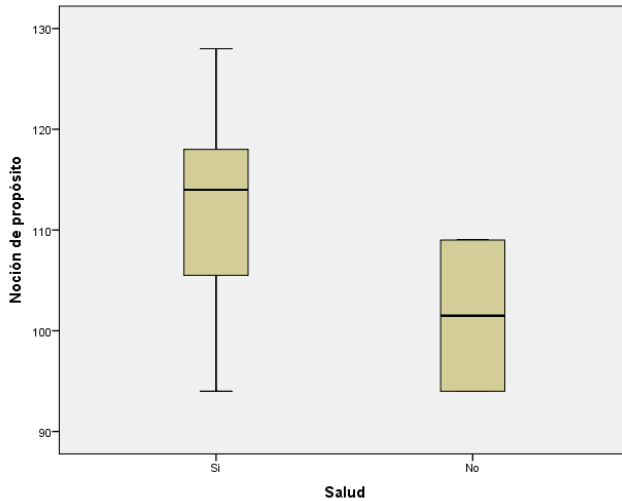


Gráfico 8. Comparación de la noción de propósito por estado de salud

La comparación entre personas sanas y no saludables en cuanto a noción de propósito arrojó los siguientes resultados: la diferencia entre las medias de estos grupos es de 10,25. El coeficiente t fue de 1,712 y el nivel de significancia fue de 0,098. Aun en este caso no hay diferencias significativas entre ambas medias y ésta no es significativa, dado $p > ,05$.

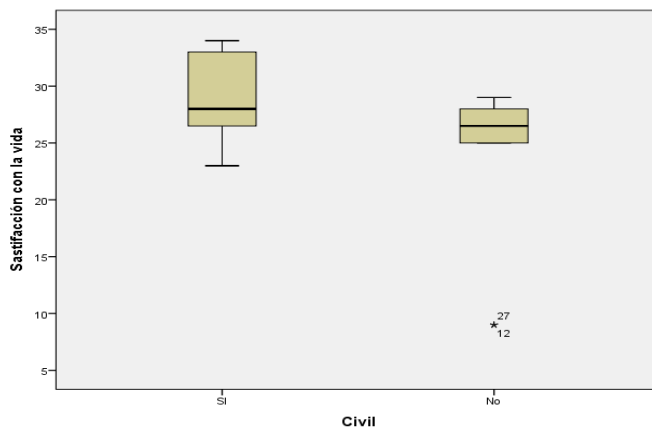


Gráfico 9. Comparación de resultados en satisfacción con la vida en relación con el estado civil

En materia de estado civil, los resultados al comparar las medias de los grupos de personas con relación de pareja permanente y personas solteras en cuanto a su nivel de satisfacción con la vida, arrojaron los siguientes resultados: la diferencia de las medias de

ambos grupos fue de 5,7. La prueba t de Student arroja un resultado de 2,94 y la significancia fue de 0,009. Este es el primer resultado en que sí se nota una diferencia significativa entre las medias de los grupos con pareja y sin pareja permanente en cuanto a su nivel de satisfacción con la vida, dado un $p < 0,01$.

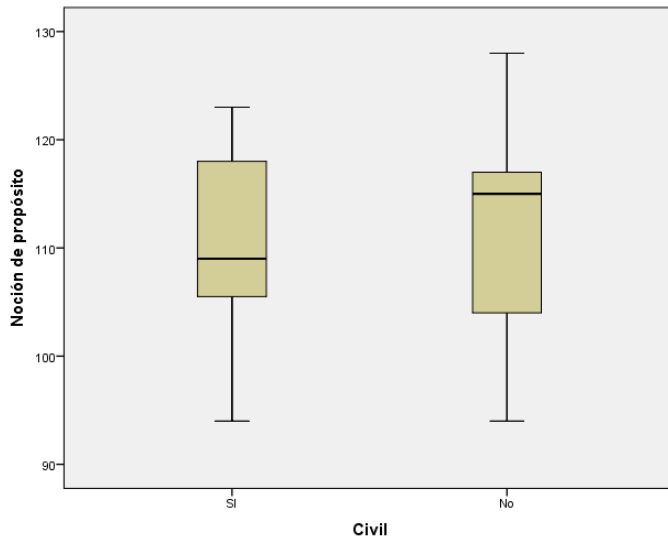


Gráfico 10. Comparación de resultados de noción de propósito según el estado civil

En materia de noción de propósito con la vida, la comparación de medias entre los grupos de solteros y personas con pareja permanente arroja un resultado de diferencia entre ambas medias de -0,47. La prueba t arroja un resultado de -0,144 y la significancia fue de 0,88. Por tanto, la diferencia de medias no fue significativa entre ambos grupos al ser $p > 0,05$.

DISCUSIÓN

Toda la literatura analizada predice una relación positiva entre el nivel de satisfacción con la vida y el tener una clara noción de propósito. Sería de esperarse haber hallado una relación positiva entre ambas variables, máxime que se utilizaron para medirlas escalas muy probadas para cada una de ellas.

No obstante, al menos en los resultados de las escalas aplicadas a los profesores del Politécnico Grancolombiano, no se halló relación entre las variables de satisfacción con la vida y noción de propósito.

Tampoco se observaron diferencias de destacar entre hombres y mujeres, ni entre personas saludables y no saludables en sus resultados en materia de satisfacción con la vida. Tampoco arrojaron diferencias en materia de noción de propósito con la vida.

Sólo hubo una diferencia significativa entre las personas con pareja permanente y aquellas que están solteras en cuanto a nivel de satisfacción con la vida, encontrándose que es mayor el nivel de satisfacción entre las personas que tienen pareja permanente.

Si bien los resultados encontrados pueden contradecir lo esperable según las teorías tomadas como referentes, es importante tener en cuenta los riesgos de error en que se podría haber incurrido, por varias razones: la primera de ellas, es que las teorías citadas aluden a grupos de personas tomadas al azar y de diferentes profesiones y estratos socioeconómicos, en encuestas muy amplias. En este caso, los participantes son todos profesores y todos de la misma universidad. Podría haber sesgos en la selección inicial que hace el Politécnico al elegir a sus docentes. Puede que entre los requisitos ya estén incorporados criterios como orientación al logro, responsabilidad frente a sus asuntos a cargo y un estado de salud positivo. Así, al estar tan seleccionada la muestra por las mismas políticas de vinculación de docentes de la Universidad, sus resultados podrían diferir de los observados en muestras mayores de población, tomadas al azar.

Otra de las razones puede estar en las baterías mismas utilizadas. Si se observan con atención los reactivos de la Escala de Propósito de Vida, puede observarse que algunos de los reactivos pueden confundirse con los de Satisfacción. Así, a pesar de que sea una escala con buenos resultados de confiabilidad según los artículos tomados como referentes que utilizan dicha escala y en la prueba de confiabilidad aplicada a la encuesta ya diligenciada, hasta cierto punto podrían, en esta escala, estarse midiendo simultáneamente las dos variables: satisfacción y noción de propósito.

La tercera razón puede ser el grado de confiabilidad de los resultados mismos. Si bien se tomaron las medidas que se consideraron prudentes para garantizar el anonimato de las respuestas y mejorar así la sinceridad de las mismas, dicha sinceridad podría someterse a reservas si se tiene en cuenta que los participantes entrevistados son personas vinculadas laboralmente a una institución y las autoras del proyecto, dos

alumnas de dicha institución. Podría haber reservas en los sujetos entrevistados al contestar preguntas tan personales.

Igualmente, podría haber influido en los resultados el nivel de comprensión de los sujetos de los reactivos. Esto es, si el sentido de las preguntas no fue completamente claro para los sujetos, sus respuestas podrían no corresponder a su real posición frente al tema evaluado.

La otra razón es que los instrumentos utilizados fueron diseñados en otros países y probados con población de dichas latitudes. Esto podría implicar que, para ser aplicadas en Colombia, las pruebas deberían adaptarse a las particularidades regionales en lugar de utilizar como instrumentos de medida, traducciones de pruebas diseñadas para otras poblaciones.

No obstante, a pesar de no hallarse diferencias significativas frente a lo predicho por las teorías tomadas como referentes, el ejercicio arroja resultados interesantes y permite mostrar resultados frente al objetivo inicial, el cual era determinar si existía o no relación entre el nivel de satisfacción con la vida y el hecho de tener un propósito claro de vida o noción de sentido personal, en profesores del Politécnico Grancolombiano y si había o no diferencias significativas entre género, estado de salud y estado civil en los resultados. El estudio fue concluyente en el sentido de que, frente a la población observada, no hubo correlación entre las variables satisfacción y propósito y que la única diferencia significativa observada en dicho grupo fue, en la variable satisfacción con la vida, la arrojada por quienes tienen pareja permanente y quienes no la tienen.

REFERENCIAS

Argyle, Michael (1992). *La psicología de la felicidad*. Alianza, Madrid, España.

- Cabañero, M. J. Martínez, M., Cabrero, J., Cortés, M. I., Reig, A. y Tosal, B. (2004) *Fiabilidad y validez de la Escala de Satisfacción con la Vida de Diener*. En *Psicothema* Vol. 16, nº 3, pp. 448-455, Alicante.
- Cardona, D. y Agudelo, H. (2007). *Satisfacción Personal como Componente de la Calidad de Vida en los Adultos Mayores Medellín*. Medellín: Universidad de Antioquia, Facultad Nacional de Salud Pública. Recuperado de www.scielo.org.bo/pdf/rap/v10n1/v10n1a6.pdf
- Epidat 4.0: Ayuda de Concordancia y consistencia-Junio 2012, recuperado de www.sergas.es/gal/.../docs/.../Concordancia%20y%20consistencia.pdf
- Escala PIL (purpose in Life) de Crumbaugh y Maholick. Tomado de: Noblejas de la Flor, M.A. (2000). *Fiabilidad de los tests PIL y Logotest*. NOUS: Boletín de Logoterapia y Análisis Existencial. Recuperado de manoblejas.eresmas.net/Nous04_07.rtf
- Frankee, M. de L. et al. (2010). *El Sentido de la Vida y el Adulto Mayor en el Área Metropolitana de Monterrey*. Monterrey: UNAM. Recuperado de: content/uploads/2011/04/EI_Sentido_de_la_Vida_y_el_Adulto_Mayor1.pdf
- Frankl, Viktor (1994). *El hombre doliente, fundamentos antropológicos de la psicoterapia*. Herder, Barcelona, España.
- Frankl, Viktor (1995). *La psicoterapia al alcance de todos*. Herder, Barcelona, España.
- Frankl, Viktor (2003). *El hombre en busca de sentido*. Herder, Barcelona, España.
- Grimaldo, M. P. (2007). *Construcción de un instrumento sobre estilos de vida saludables en estudiantes universitarios*. Recuperado de http://sisbib.unmsm.edu.pe/BVRevistas/rev_psicologia_cv/v09_2007/pdf/a01.pdf
- Guix, Xavier (2008). *El sentido de la vida o la vida sentida*. Norma, Bogotá, Colombia.
- Hernández Sampieri, Fernández, C. y Baptista, P. (1998). *Metodología de la investigación*. 2ª. edición. México: McGraw- Hill.
- Inga, J. y Vara, A. (2006). *Factores Asociados a la Satisfacción de vida de Adultos Mayores de 60 años en Lima Perú*. Lima: Universidad Nacional Federico Villareal y Universidad San Martín de Porres.
- Laca, F. Verdugo, J. C. y Guzmán, J. (2005). *Satisfacción con la Vida en algunos Colectivos Mejicanos*. Méjico: Universidad de Colima. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/292/29210208.pdf>
- López, P. (2007) *Satisfacción con la Vida y Afectos Positivos en Jóvenes Universitarios*. Méjico: Universidad Autónoma e Indígena de Méjico, tesis de grado.

- López, P. (2007). *Satisfacción con la vida y afectos positivos en jóvenes universitarios*. Méjico: Universidad Autónoma Indígena de México
- Moreno, B. y Jiménez, C. (1996) Evaluación de la Calidad de Vida. Madrid: Gualberto Buena Casal y cols. Recuperado de <http://www.uam.es/gruposinv/esalud/Articulos/Personalidad/evaluacion-de-calidaddevida.pdf>
- Noblejas de la Flor, M.A. (1999). *Estructura factorial del test PIL y Logo-test*. NOUS: *Boletín de Logoterapia y Análisis Existencial*. (3), 67-84.
- Núñez Colunga, María del Carmen (2001). *Exploración del sentido de vida a través del diseño de un instrumento cuantitativo*. Tesis de investigación, Universidad de Celaya. Celaya, Méjico.
- Reeve, J. (2003). *Motivación y emoción*. México, Mc Graw Hill.
- Requena C., López V. y Ortiz, T. (2009). *Satisfacción con la Vida en Relación con la Funcionalidad de las Personas Mayores Activas*. León: Universidad de León. Recuperado de <http://psicogerontologia.maimonides.edu/wp->
- Seligman, Martin (2002). *La auténtica felicidad*. Ediciones B. Barcelona, España.
- Tarazona, D. (2005). *Autoestima, satisfacción con la vida y condiciones de habitabilidad en adolescentes estudiantes de quinto año de primaria, estudio factorial según pobreza y sexo*. México, IPSIDE.
- Tarazona, D. (2005). *Autoestima, Satisfacción con la Vida y Condiciones de Habitabilidad en Adolescentes Estudiantes de Quinto Año de Media, un Estudio Factorial según Pobreza y Sexo*. Méjico: Instituto de Psicología y Desarrollo, IPSIDE
- Test general de evaluación de la satisfacción personal*. Recuperado el 25 de febrero en interesante <http://www.psicologia-estrategica.com/tests-ejercicios-videos-etc/test-satisfacci%C3%B3n-personal/>
- Test SWLS*. Recuperado el 25 de febrero en <http://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/4747/pmu1de1.pdf;jsessionid=9C46067E313D496D30E0DA7454758BF1.tdx2?sequence=1>
- Tramontato, C., Luengo, P. Steca, P. Vecchio, G., Pastorelli, C. y Caparra, G. V. (2011). *Determinantes Psicosociales de la Satisfacción con la Vida: un Análisis Comparativo entre Bolivia e Italia*. Roma: Centro Interuniversitario de Investigación de la Motivación y la Génesis de los Comportamientos Prosociales y Antisociales. Recuperado de <http://www.scielo.org/pdf/rsap/v9n4/v9n4a06.pdf>
- Veenhoven, Ruut (1994) *El estudio de la satisfacción con la vida*. Universidad Erasmus, Rotterdam, Países Bajos, publicado por el colegio oficial de psicólogos de Madrid en <http://www.cop.es/publicaciones/psicosocial/psicosocial.htm>
- Yasuko, Beatriz (2005). *Satisfacción por la vida y teoría homeostática del bienestar*. Méjico: Universidad Veracruzana.

Zubieta, E. y Delfino, G. (2010). *Satisfacción con la vida, bienestar psicológico y bienestar social en estudiantes universitarios de Buenos Aires*. En facultad de psicología - uba / secretaría de investigaciones / anuario de investigaciones / volumen xv