

Análisis existencial-fenomenológico del sentido de vida en adolescentes de Ica, Perú: una aproximación cualitativa desde la logoterapia

Existential-phenomenological analysis of the meaning of life in adolescents of the Ica region, Peru: a qualitative approach from logotherapy

Julio Cesar Suarez Luna¹✉, Sarita Verónica Choquez Canales¹, Katherine del Milagro Sotero Davila²

Resumen

El sentido de vida y la salud mental se relacionan entre sí, y su estudio es fundamental para explorar los propósitos que llevan a adquirir una trascendencia de vida. Las dudas sobre un propósito vital o su ausencia pueden promover frustración y una crisis existencial que conlleva diversas psicopatologías. El objetivo del estudio fue explorar el sentido de vida en adolescentes del último año de educación escolar desde una perspectiva logoterapéutica. La investigación se realizó bajo un enfoque cualitativo con un diseño fenomenológico. La técnica de recolección de datos consistió en una entrevista semiestructurada. La muestra estuvo conformada por 31 estudiantes, entre 16 y 18 años, del quinto año de secundaria de la región de Ica, Perú. Se obtuvieron tres categorías: el propósito de vida claro, con relatos en la autotrascendencia, orientación prosocial y coherencia-seguridad; el sentido de vida difuso se desarrolla en experiencias de búsqueda del sentido vital, orientación hacia sí mismo y déficits de coherencia-seguridad; y el sinsentido de la vida muestra experiencias de apatía y desánimo por la vida. Se concluye que el sentido de vida claro es desarrollado por valores creativos y vivenciales basados en experiencias de autotrascendencia. Otras experiencias son dadas en un sentido de vida difuso promovido por una frustración existencial, con valores sensibles. Finalmente, el sinsentido vital es consecuencia de una crisis existencial y afecta potencialmente la vida afectiva. Estos hallazgos fundamentan la necesidad de una intervención logoterapéutica en el sistema educativo regional, para fortalecer el sentido vital en adolescentes.

Palabras clave: salud mental, adolescentes, valores, sentido de la vida, logoterapia

Abstract

Meaning of life and mental health are related, and their study is fundamental for exploring the purposes that lead to the acquisition of life transcendence. Doubts about one's life purpose or its absence can promote frustration and an existential crisis leading to various psychopathologies. The aim of the study was to explore the meaning of life in adolescents in the last year of secondary education from a logotherapeutic perspective. The method followed a qualitative paradigm and a phenomenological design. The data collection technique consisted of a semi-structured interview entitled Finding Meaning. The sample consisted of 31 students, aged between 16 and 18 years, from the fifth year of secondary school in the Ica region, Peru. Three representative categories of meaning in life emerged: clear life purpose, with accounts of self-transcendence, prosocial orientation, and coherence-security; diffuse meaning of life, developed through experiences involving the search for vital meaning, self-orientation, and deficits in coherence-security; and meaninglessness in life, characterized by experiences of apathy and discouragement toward life. It is concluded that a clear sense of life is developed through creative and experiential values based on experiences of self-transcendence. Other experiences are associated with a diffuse sense of life promoted by existential frustration and linked to sensitive values. Finally, meaninglessness in life is the consequence of an existential crisis and potentially affects affective life. These findings underscore the need for logotherapy-based interventions in the regional educational system to strengthen adolescents' sense of meaning in life.

¹ Dirección de Investigación y Producción Intelectual, Universidad Autónoma de Ica, Perú, ² Universidad de San Martín de Porres, Perú

✉ e-mail: Jcka85@hotmail.com



Keywords: *mental health, adolescents, values, meaning in life, logotherapy*

Introducción

El sentido de vida es un concepto estudiado por las corrientes de pensamiento existencialistas y aborda una de las interrogantes más profundas para el ser humano, ya que una persona puede plantearse su existencia como un absurdo o como una oportunidad plena de propósito vital que debe llevar adelante. Desde la logoterapia, se entiende el sentido de vida como una antropología integral, promovida por la conciencia como órgano de sentido. Según Frankl (2018), el sentido de vida se comprende como las razones y propósitos que orientan la existencia de una persona. De esta manera, en la teoría logoterapéutica, el hombre puede guiarse por tres tipos de valores de autorrealización: los valores creativos, que implican dar al mundo sus obras; valores vivenciales, recibir del mundo; y valores actitudinales, que es encontrar el sentido del sufrimiento humano. Desde esta teoría, el sentido de vida o propósito vital extiende su estudio dentro del campo de análisis existencial de la logoterapia. No obstante, existen otras concepciones del propósito vital, como la propuesta de Damon (2004), quien señala que el propósito está referido a las acciones morales y actividades de un desarrollo positivo que puedan ayudar a las personas a promover su sentido vital. Por otro lado, Bronk (2014) refiere que el propósito es el sentido subjetivo que tiene cada persona para considerar su vida significativa, y sus componentes claves son el compromiso, estar orientado a objetivos claros y el significado personal. Las acciones que se vuelven parte del propósito vital están relacionadas con planes, condiciones futuras y compromisos con el mundo.

Para abordar el sentido de vida como una categoría de estudio dentro de la investigación se recurrió al análisis existencial, una filosofía fenomenológica derivada de las expresiones alemanas *existenzanalyse* y *Daseinsanalyse* (Frankl, 2014; Martínez, 2013), que significan esclarecimiento existencial o del ser. Así, el análisis existencial constituye un modelo antropológico que explora la dirección de sentido en la autotranscendencia de los objetos intencionales en el mundo de las personas.

Etimológicamente, la palabra *existir* proviene del latín *existere*, que significa "emerger, aflorar, surgir", lo que alude a la imagen de un ser humano siempre intencional y que está en movimiento. Desde allí, el análisis existencial explora las vivencias de las personas desde una fenomenología que trata de descubrir en la conciencia y las respuestas auténticas del ser humano un sentido ante una vida problemática (Martínez & Martínez, 2013). Retomando el concepto de análisis existencial, también lo concebimos como una filosofía existencialista centrada en el estudio en los fenómenos noéticos, que son sucesos espirituales intrínsecamente humanos. Así, la visión que se concibe de la persona desde el análisis existencial es la de un *Homo complexus*, donde la totalidad de sus dimensiones psicológicas, sociológicas y biológicas llega a integrarse en una dimensión superior, la dimensión espiritual o del ser personal (Suárez, 2023). Dentro del campo de la investigación, el análisis existencial utiliza la fenomenología, un método científico de autocomprensión y esclarecimiento de la conciencia y los fenómenos humanos como el amor, la libertad y la responsabilidad, prescindiendo de condicionamientos preconcebidos, como las ideologías o pandeterminismos (Frankl, 2012). Esto también se vincula a lo que Husserl manifestaba como la suspensión del juicio frente a un contenido doctrinal, lo que llevaba a la

conciencia pura o apertura a las experiencias de trascendencia como residuo fenomenológico (Ortiz, 2015).

El planteamiento de preguntas existenciales en el ser humano se inicia con el desarrollo de una madurez adecuada, y la adolescencia es la etapa en que la capacidad espiritual y de sentido pueden expresarse. Por ello, es preciso que los atributos de la conciencia se planteen y fortalezcan mediante interrogantes, como parte de fenómenos humanos que constituyen los valores que dotan a la persona de responsabilidad, libertad, autonomía y resiliencia (Martínez, 2013; Toledo, 2021). Estas preguntas existenciales y de conciencia ante la vida que se despierta en la adolescencia se pueden desarrollar en la construcción de un proyecto de vida que permita a estos jóvenes actuar libremente y tomar decisiones con sentido, autonomía y responsabilidad (Díaz-Garay et al., 2020; Salomón & Díaz, 2015).

Es importante destacar que durante el periodo de la adolescencia también se presentan las primeras crisis respecto a la identidad (Acuña, 2021), las cuales requieren una atención para solidificar un proyecto de vida auténtico y, por ende, un sentido de vida que pueda procurar una salud mental capaz de afrontar la debacle de las neurosis colectivas, que, proliferan en los adolescentes, como una pandemia psíquica de agresión, adicciones y suicidios (tríada neurótica) (Frankl, 2018).

Por otro lado, cuando el sentido vital como fenómeno de la conciencia se ve frustrado y el malestar emocional se expande como pandemia psíquica, surgen diferentes trastornos. Entre las problemáticas más urgentes de los adolescentes que demuestran su vulnerabilidad se encuentran las autolesiones y suicidios, considerados como los factores con mayor causa de muerte en este grupo de etario (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF], 2021). Asimismo, los trastornos afectivos, los desórdenes de conducta alimentaria y las alteraciones del comportamiento, como conductas impulsivas y patrones disociales, también son parte de la etiología de las afecciones de salud mental en población adolescente (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2024). Finalmente, como factores personales y sociales que demuestran el riesgo psíquico que presentan los adolescentes, se encuentran la baja autoestima, el uso de alcohol y drogas, los problemas familiares, el padecimiento de *bullying* o *cyberbullying* y el abuso de redes sociales (UNICEF, 2024), los cuales interfieren en su desarrollo positivo.

Durante esta etapa es necesario incentivar un sentido de vida claro, dado que se presentan objeciones morales propias y un sentido de responsabilidad de las acciones realizadas sobre su entorno. Asimismo, los adolescentes también se vuelven más conscientes y susceptibles ante lo que evidencian constantemente, de modo que los problemas sociofamiliares pueden afectarles y generar una desesperanza aprendida (Che et al., 2018), retrasando su desarrollo y disminuyendo su seguridad para construir un proyecto de vida. Para evitarlo, desde un aspecto social se hace referencia al desarrollo juvenil positivo. Este modelo describe cómo una persona puede adaptarse a las adversidades de su entorno (plasticidad relativa), mediante su capacidad de resiliencia y el propósito de vida que tenga en mente (Lerner et al., 2021). Así, los adolescentes que desarrollen un sentido de vida claro con programas que les incentiven a forjarlo, podrán ser más conscientes de afrontar las dificultades de su entorno y promover un proyecto de vida acorde con metas personales.

Presentar un sentido de vida funciona como una defensa noética ante la disfunción emocional, el vacío y el aburrimiento, desde la adolescencia y hacia las siguientes fases de la vida, puesto que, al tener una visión clara de lo que se quiere lograr, se tiende a desarrollar la seguridad y autonomía en las personas. Esto promueve una mayor

flexibilidad ante el fracaso y los cambios sociales adversos que generan un malestar emocional (Ma et al., 2025; Martínez, 2013), el cual lleva a la pasividad y a la pérdida de las vocaciones.

En referencia a esto, Reimers y Villegas-Reimers (2006) menciona que se debe de incentivar una educación que promueva en los adolescentes el compromiso, la proyección a la felicidad y el sentido de vida. Por consiguiente, cuando se analiza esta etapa, también se aborda la temática de la salud mental integral como un factor que fortalece el sentido de vida y que contribuye a la prevención del vacío existencial, el cual prolifera como un sinsentido que acarrea depresión y ansiedad, entre otras perturbaciones que aparecen en los adolescentes y jóvenes de la iGen (generación nacida entre los años 1995 y 2012), considerada como la más frágil emocionalmente según algunos estudios en la sociedad occidental del siglo XXI (Cova et al., 2025; Frankl, 2023; Haidt & Lukianoff, 2019).

Existen antecedentes que corroboran la praxis del estudio del sentido de vida en González et al. (2021), en México, quienes trabajaron con adolescentes de 11 a 20 años, e identificaron una relación positiva y significativa entre el sentido de vida y la autoestima, y una relación significativa inversa entre la adicción a internet y el sentido de vida. En la misma línea, el estudio de Osorio et al. (2022) detectó que 596 adolescentes y jóvenes colombianos manifestaron respecto al sentido de vida una asociación significativa, pero negativa, con la ansiedad y depresión. Este estudio también enfatiza que poseer un sentido de vida es un agente protector de afecciones psicofísicas producidas a partir de reacciones de ansiedad y dolor emocional.

Por otro lado, Arevalos (2020), con un estudio exploratorio en Buenos Aires, Argentina, en 40 estudiantes de los últimos años de nivel secundario, evidenció que la pérdida de sentido de vida por falta de metas, ausencia de un proyecto de vida y un pobre acompañamiento de vínculos afectivos pueden contribuir a la realización de conductas autodestructivas hacia el propio cuerpo e intentos de suicidio entre los adolescentes. Así, podemos señalar que la carencia del sentido de vida contribuye al desarrollo de trastornos psicopatológicos si no se detecta oportunamente. Resulta, por tanto, importante la exploración y profundización para comprender este fenómeno a través de las experiencias que puedan describirlo.

Desde la teoría frankliana, los valores de autorrealización, que incluyen las vivencias de vínculos, descubrir un proyecto de vida y dotar de sentido al sufrimiento, y son propios del sentido, son importantes para incentivar en adolescentes una salud mental adecuada y resiliente en esta etapa de crisis. Asimismo, podemos destacar la importancia de la relación entre la salud mental y el sentido de vida (Mayorga-González, 2019; Rocamora, 2023), ya que, al fortalecer o promover los recursos noéticos (espirituales: sentido de vida) en los adolescentes, también se les direcciona con responsabilidad hacia metas y propósitos que ayudan a un equilibrio socioemocional óptimo.

Si bien el vínculo entre sentido de vida y salud mental está establecido, existen pocos estudios de corte fenomenológico que exploren cualitativamente las vivencias específicas de los adolescentes peruanos dentro de su particular contexto cultural. Este estudio buscó llenar un vacío de conocimiento respecto a las vivencias de los adolescentes de primera mano, a través de la interpretación del significado de sus motivaciones, expectativas, anhelos, afectos, dudas e interrogantes, entre otros aspectos, sobre su sentido vital. La investigación tuvo como objetivo explorar el sentido de vida en adolescentes del último año de educación básica desde una perspectiva logoterapéutica.

Método

Diseño del estudio

El presente estudio pertenece a un paradigma cualitativo, ya que a través de sus resultados se buscó explorar, reflexionar, describir y comprender de manera flexible e interactiva (Rojas-Gutiérrez, 2022) los significados de las vivencias de los participantes en la investigación.

Para analizar las experiencias de los adolescentes se utilizó un diseño de análisis fenomenológico-interpretativo (AFI), en el que las experiencias de las vivencias personales constituyeron las fuentes para un análisis hacia el sentido (Smith & Osborn, 2014). Este método de investigación permitió plantear preguntas existenciales, mediante un proceso de diálogo en la escucha, descripción de los hechos, ampliación de la conciencia del mundo interior y consideración de las respuestas sobre el sentido o la toma de una postura personal respecto a las preguntas planteadas.

Este método de investigación permitió comprender los significados de los sujetos en su condición de seres-personas, observándolos como seres dialógicos, no estáticos, y en constante proceso de interacción con el mundo. Desde allí este método analiza el consentimiento interno, que es la capacidad de vivenciarse por sí mismo, en un dominio de libertad interior que puede tener la persona respecto a la responsabilidad de sus actos frente a circunstancias vitales. Asimismo, mediante este método también fue posible analizar las potencialidades que la persona puede llegar a actualizar (concretar) respecto al diálogo o manifestación de sus experiencias (Kwee & Längle, 2013).

A través de este diseño de investigación, se indagó con preguntas existenciales en el sentido de vida de adolescentes del último año de educación básica, haciendo un proceso reflexivo y de ampliación de la conciencia para descubrir en el significado de sus respuestas el grado de libertad interior, autodominio y apertura hacia al mundo de los valores vitales de la logoterapia.

Participantes

El proceso de selección se realizó a través del muestreo por conveniencia, cuyo propósito fue el acceso y la voluntariedad de las participantes para llegar a la saturación teórica de los datos (Molina-González et al., 2024). Los criterios de inclusión fueron adolescentes que estaban cursando el último año de educación básica regular (quinto año de secundaria) y que dieron su asentimiento para responder una entrevista sobre el sentido de vida. El número de participantes y entrevistas se determinó a través de la saturación de los datos recogidos, tomando en cuenta la validez de transferibilidad y reflexibilidad para la formación final de códigos y categorías. Así, la muestra para este estudio quedó conformada por 31 adolescentes, 19 mujeres y 12 varones, entre las edades de 16 y 19 años, y pertenecientes a 4 instituciones educativas de la región de Ica, Perú. Entre ellas, 2 fueron instituciones públicas y 2 privadas. El nivel socioeconómico aproximado de los adolescentes evaluados estuvo entre el nivel bajo vulnerable y clase media típica; estos datos fueron obtenidos determinando la zona de residencia (urbana) y el acceso a los servicios básicos y educativos.

Las entrevistas se llevaron a cabo durante los meses de octubre y noviembre del año 2023.

Tabla 1
Datos sociodemográficos de los participantes

N°	Edad	Sexo	Institución educativa
P1	16	F	Pública
P2	17	M	Pública
P3	16	M	Pública
P4	16	F	Privada
P5	16	M	Pública
P6	17	F	Privada
P7	17	F	Pública
P8	16	F	Pública
P9	18	M	Privada
P10	18	M	Pública
P11	18	M	Pública
P12	18	F	Privada
P13	16	F	Pública
P14	19	M	Pública
P15	17	F	Privada
P16	16	F	Privada
P17	16	M	Pública
P18	16	F	Pública
P19	16	F	Privada
P20	18	F	Pública
P21	19	M	Pública
P22	19	M	Pública
P23	18	F	Pública
P24	17	M	Privada
P25	17	F	Pública
P26	19	M	Pública
P27	17	F	Pública
P28	16	F	Privada
P29	16	F	Pública
P30	16	F	Pública
P31	16	F	Pública

Fuente: elaborado por los autores a partir de los resultados del estudio.

Instrumentos y materiales

El instrumento de recolección de información fue la entrevista semiestructurada denominada Encontrando Sentido, de Salomón y Díaz (2015). Se empleó esta guía de entrevista porque indaga con fundamentos de la logoterapia en el sentido de vida mediante tres ejes temáticos --dirección, propósito y coherencia, propuestos para este

estudio-- en siete preguntas. Desde la perspectiva de la fenomenología, la entrevista semiestructurada, según Duque y Díaz-Granados (2019), está constituida por las preguntas que se dan bajo una guía o protocolo para una orientación de los temas a abordar, siendo esta también flexible con el fin de abarcar una mayor exploración. Los sujetos en esta entrevista son concebidos como expertos según sus vivencias, lo que permite profundizar respecto al fenómeno de estudio.

Tabla 2

Guía de entrevista

Nº	Pregunta
Pregunta 1	<i>El sentido es dirección. Entonces, revisa: ¿siento que tengo un rumbo en mi vida, un norte al cual apuntar?</i>
Pregunta 2	<i>¿Hacia dónde me dirijo?</i>
Pregunta 3	<i>El sentido también es propósito. Mas no todo propósito tiene sentido. Entonces, revisa: ¿cuál es el propósito de que esté vivo?</i>
Pregunta 4	<i>¿Cuál siento que es mi misión personal en este momento?</i>
Pregunta 5	<i>¿Qué cosas tienen un propósito en mi vida, pero no aportan sentido?</i>
Pregunta 6	<i>El sentido es también coherencia. Entonces, revisa: ¿cuán coherente estoy conmigo mismo?</i>
Pregunta 7	<i>¿Cuáles son mis condiciones para aceptarme?</i>

Fuente: Salomón y Díaz (2015, p. 100).

El protocolo de entrevista incluyó las siete preguntas de la Tabla 2, las cuales permitieron indagar en detalle sobre el sentido de vida de estos adolescentes.

Procedimiento

Para iniciar el estudio, se estableció un contacto previo con los responsables de las instituciones educativas, quienes autorizaron la ejecución de las entrevistas luego de conocer el alcance de la investigación. Así, se dispuso de las horas para informar por las aulas de las instituciones educativas de la investigación y su finalidad. Posteriormente, previo asentimiento de los adolescentes, fueron seleccionados por voluntariedad para ser entrevistados. El lugar donde se realizaron las entrevistas fue en el hogar o en un aula vacía de las instituciones educativas, decisión que se tomó con los participantes y con el fin de asegurar, además, que el ambiente fuera tranquilo y sin distractores. La entrevista duró un promedio de 40 minutos, tomándose notas manuscritas de las respuestas para la transcripción de las vivencias del fenómeno de estudio. Para lograr la saturación teórica, se entrevistaron estudiantes de cuatro instituciones educativas y, tras evaluar a 31 adolescentes, se dio por culminada esta fase, debido a que no se obtenían nuevos resultados.

Análisis de datos

Para el procesamiento de los resultados, se utilizó el análisis temático, organizando e interpretando los relatos en una secuencia de seis fases, a saber: primero, los investigadores se familiarizaron con los datos ; después se procedió con las codificaciones preliminares, que permitieron la síntesis de la información; luego se procedió a establecer la relación y clasificación de códigos, para continuar con la elaboración de mapas temáticos y concluir con la construcción de categorías (Escudero, 2020; Braun & Clarke, 2022).

Asimismo, se aseguró la validez fenomenológica a partir del método de análisis existencial de Frankl (2013), haciéndose un uso fiel de los relatos de los participantes, para después interpretarlos a través de los códigos y categorías, que respondieron al tema central (Van Manen, 2023).

Luego de la codificación y el establecimiento de categorías de las vivencias en los participantes, se procedió a una interpretación según los valores de autorrealización de la teoría logoterapéutica. Así, a través de un análisis inductivo-deductivo, se construyeron primero los temas y posteriormente se los clasificó de acuerdo con la teoría frankliana de los valores.

La triangulación utilizada fue elaborada por los investigadores y permitió alcanzar más precisión sobre los significados construidos. Para ello, se discutieron los códigos emergentes y los grupos de categorías en los que iban surgiendo según las definiciones que se obtenían desde los relatos de los adolescentes, evitando las contradicciones entre las definiciones y manteniendo la consistencia.

Asimismo, para asegurar la fiabilidad de la investigación, se utilizó la lista de verificación COREQ (Consolidated Criteria for Reporting Qualitative Research) para estudios cualitativos, teniendo en cuenta la revisión de 32 puntos sobre los dominios de equipo de investigación y reflexibilidad, diseño del estudio y análisis de hallazgos ((Tong et al., 2007). Revisando la totalidad de ítems de los dominios de la lista, se pudo corroborar la pertinencia, por ejemplo, de los datos de los investigadores que llevaron el estudio (quiénes fueron, relación con los participantes, etc.), los medios y materiales que se utilizaron (registros, entre otros), la orientación metodológica que se empleó según el estudio, la selección de los participantes, el procesamiento de la información y la presentación de los resultados

Consideraciones éticas

Se recibió la autorización del Comité de Ética de la Universidad Autónoma de Ica, el que aprobó la investigación mediante resolución CO-013-01-2023/CE. Se estableció un consentimiento informado con los responsables de las instituciones educativas y los apoderados de los adolescentes. Asimismo, los adolescentes dieron su asentimiento para participar en la investigación por voluntariedad, previa información del estudio a realizar.

Resultados

A continuación, se presentan los resultados obtenidos a partir de códigos y categorías interpretadas dentro de las vivencias de los participantes en el estudio.

Tabla 3
Categorías y códigos del análisis existencial sobre el sentido de vida

Categorías	Códigos	Valores de autorrealización	Frecuencia de las categorías
Sentido de vida claro	Transcendencia Orientación prosocial Seguridad	Vivenciales Creación Actitud	77
Sentido de vida difuso	En búsqueda del sentido vital Orientación hacia sí mismo Déficits de coherencia-seguridad	No se hallan	101
Sinsentido de la vida (vacío existencial)	Apatía por vivir Desanimo por la vida	No se hallan	33
Total de códigos:	8	3	211

Fuente: elaborado por los autores a partir de los resultados del estudio.

Luego de interpretar las respuestas ante las preguntas sobre el sentido planteadas, se analizaron fenomenológicamente las vivencias de los adolescentes y se obtuvieron los resultados sintetizados en la Tabla 3, donde se detallan tres categorías: sentido de vida claro, sentido de vida difuso y sinsentido de vida (vacío existencial). Los valores de autorrealización hallados fueron los siguientes: vivenciales, de creación y de actitud. Por otro lado, entre las categorías descritas fueron más frecuentes las vivencias de sentido de vida difuso, seguidas por las vivencias de sentido de vida claro y las del sinsentido de vida.

Cabe señalar que no todos los participantes tenían como experiencias los mismos grupos de códigos y categorías. Se detectó que algunos adolescentes tenían algunas experiencias que reflejaban un sentido de vida claro y otros un sentido de vida difuso. Es decir, sus experiencias mostraban una madurez hacia algunos ámbitos de su vida, mientras que en otros podían encontrarse todavía con dudas o en búsqueda de un sentido de vida.

En otros casos, predominó la categoría sinsentido de vida y las experiencias de vacío existencial. Allí las vivencias que reflejaban un sentido de vida claro fueron nulas o escasas.

Categoría: sentido de vida claro

La primera categoría, sentido de vida claro, fue formada por tres códigos que fenomenológicamente describen los valores de autorrealización orientados a la creación como obras hacia el mundo: trabajo, ayuda, servicio; valores vivenciales dados en el amor, amistad, contemplación; y valores de actitud como responsabilidad, autonomía y significado ante la muerte. Los estudiantes con un sentido de vida claro están orientados principalmente a la búsqueda de una carrera, trabajo, ayudar a los demás y a personas cercanas que les demuestren vínculos de intimidad y afecto. Están abiertos a los valores del mundo y demuestran responsabilidad ante la vida. Los códigos que forman esta categoría son los siguientes:

Trascendencia: Respecto a este código, la vida se considera como un propósito, con una misión personal, más allá del aquí y del ahora. P19 señaló: "Querer llegar a ser conocido y tener personas que me quieran, y el día de mi fin tener personas que me acompañen. Llegar a ayudar a las personas". P14 dijo: "Sí, tengo mis metas claras y lo que quiero para el futuro, cumplir un propósito de ayuda y de ser alguien. Una meta, una vida sencilla, libre". En este código se descubren valores vivenciales, creativos y de actitud. Los relatos estuvieron orientados a contemplar la belleza de la vida, dar obras al mundo y descubrir el significado de la responsabilidad y la muerte. P30 indicó: "Sí estoy yendo por el buen camino, ya que quiero ser alguien en la vida. Tengo un propósito y es ayudar a la sociedad".

Orientación prosocial: Son características del sentido de vida claro la ayuda hacia los demás como parte de los valores de creación. Los relatos de una misión dirigida hacia el prójimo forman parte de estas vivencias. P6 declaró: "Sí, ya que tengo metas claras que quiero lograr. Ayudar a mi familia y a los demás sin juzgar"; P13 indicó: "Ser una ciudadana que ayude al desarrollo del país". Estas experiencias, que buscan en el otro un significado o valor en el mundo, son parte de una orientación prosocial que da sentido de trascendencia a la propia vida. P14 señaló: "Cumplir un propósito de ayuda y de ser alguien. Una meta, una vida sencilla, libre".

Desde un análisis existencial, a este valor innato de la dimensión espiritual se lo conoce como autocomprensión ontológica prerreflexiva (Frankl, 2018) y se interpreta como una sensación de autorrealización, en la medida que la causa y razón de la existencia sea el amor, solidaridad y entrega hacia otro ser humano o se adopte una tarea como misión.

Seguridad: Son afirmaciones de coherencia con la propia vida, que revelan autonomía y autodominio. Por ejemplo, P30 dijo: "Seguir estudiando hasta llegar a mi meta y no desviarme por el mal camino". Desde estos relatos, los adolescentes construyen también responsabilidades, parte fundamental de tener una misión o propósito vital hacia cual dirigirse. P18: "En mi vida solo tengo una meta y un rango, lo cual es acabar mis estudios y carrera", y P30: "Cumpla mis deberes y responsabilidades".

Categoría: sentido de vida difuso

En la categoría sentido de vida difuso, formada por tres códigos, se pueden evidenciar dudas existenciales, como una necesidad de identidad y valoración personal para dirigirse firmemente hacia algo. También dentro de esta categoría se encuentran adolescentes que aspiran al éxito, poder, reconocimiento o fama, pero sin dar un sentido real a su vida, más allá de ellos mismos.

En este grupo de sentido de vida difuso se hallan adolescentes que aspiran o tienen valores útiles, dados en el hedonismo (Martínez-Jurado, 2023), o sensibles con un razonamiento emocional, pero sin una planificación racional (Haidt & Lukianoff 2019). Así, estos adolescentes están orientados a la acción o el trabajo, pero sin un sentido de vida claro o firme al cual apuntar. Entre sus códigos se pueden describir los siguientes:

En búsqueda del sentido vital: Los relatos centrados en la incertidumbre o el egocentrismo son observados como una falta de propósito definido aún, siendo las dudas existenciales y la aspiración al éxito algunas de sus experiencias actuales. P9 señaló: "Hacia la vida que nos espera, hacia la vida. Cuando si estoy vivo en algo y es bueno existir"; P18 indicó: "Me dirijo hacia mi propio éxito".

Las narrativas de los adolescentes denotan una visión limitada y sesgada sobre su orientación hacia el futuro, por lo que, a pesar de sostener una meta final --que, en su mayoría, es el éxito--, no contemplan un camino, compromiso, vocación, ni estructura para poder alcanzarla, puesto que es justamente en la adolescencia cuando las personas comienzan a plantearse preguntas existenciales que les permitirán construir su identidad y explorar su rol en la sociedad (Martínez, 2013).

Orientación hacia sí mismo: Se observan descripciones dirigidas hacia el propio ego, el prestigio y el razonamiento emocional. P10 señaló: "A independizarme con un buen trabajo"; P15: "Me dirijo hacia mí, cómo voy a ser en el futuro". La falta de una dirección y propósitos concretos son reemplazados por valores sensibles o útiles.

Desde la perspectiva de estas experiencias en los adolescentes, la construcción del sentido se encuentra basada en sus metas individuales; sin embargo, el compás que los motiva a seguir adelante, más que el propio éxito, es el poder satisfacer sus necesidades emocionales y buscar su felicidad de manera sensitiva, por lo que las decisiones que tomen para su futuro pueden llegar a considerarse fantasiosas, impulsivas y carentes de un pensamiento crítico sobre el resultado.

Déficits de coherencia-seguridad: La falta de autonomía y autodominio son parte de las ambivalencias y de la falta de seguridad en la exploración sobre el sentido. P31 dijo: "No me siento tan coherente porque en ocasiones pienso y soy inseguro". P4: "Más o menos he dicho que cambiaría muchas cosas, pero sigo manteniéndome igual".

Las experiencias de estos adolescentes muestran una dicotomía entre sus aspiraciones y la inseguridad para poder afianzarse y dirigirse firmemente hacia una tarea. Las dudas y la falta de confianza dentro de este código representan vivencias sobre las limitaciones en la autopercepción y autoconocimiento de sus capacidades. P31 señaló: "Tener más confianza conmigo mismo"; P24: "Que necesito apoyo de alguien especial para mí".

Dentro de estos resultados se hallan también experiencias de adolescentes que, aspirando a un sentido, por ejemplo, en el establecimiento de metas, proyectos o tareas, no muestran confianza o autodominio para lograr lo que se proponen, careciendo aún de habilidades y apoyo socioafectivo para una identificación adecuada con su propósito vital.

Categoría: sinsentido de la vida (vacío existencial)

En cuanto a la categoría del sinsentido de vida, formada por dos códigos, se describe la falta de propósitos, dirección y aceptación hacia sí mismos. Muchos de estos adolescentes interpretan su vida como carente de un sentido real, dejando al destino o a las circunstancias el manejo de su vida. Emocionalmente, estos estudiantes pueden experimentar una crisis existencial con síntomas de apatía, tristeza, ansiedad y adicciones, entre otros (Frankl, 2018).

Esta categoría puede describirse como una voluntad de sentido frustrada por una falta de proyectos personales. Además, se observa un hastío y vacío existencial que demanda atención en salud mental con programas psicoeducativos que creen un proyecto de vida orientado hacia las vocaciones, el establecimiento de vínculos afectivos y la responsabilidad con la vida. Los códigos analizados fueron los siguientes:

Apatía por vivir: Las descripciones evidencian falta de valores de autorrealización, con un pesimismo frente a la vida y falta de motivaciones hacia proyectos personales presentes y futuros. P1: "No tengo a dónde apuntar. Yo no tengo un propósito", y P13: "No tengo un rumbo en mi vida hacia donde ir, no lo sé". A través de la exploración de estos relatos, se evidencia un sinsentido referido a una frustración existencial que lleva al hastío de la vida. La falta de metas y motivación necesarias para dirigirse a la vida son evidentes en estas descripciones. P1 señaló: "Vivir hasta morir, no hay propósito"; P26: "Por ahora siento que no tengo un rumbo en mi vida porque, por más que intento elegir una carrera, incluso con los test vocacionales que ayudan al estudiante a elegir una carrera, no me llega a convencer lo que supuestamente me sale que debería de estudiar, siento que no me gusta ninguna. En lo personal pienso que es una pérdida de tiempo el estudio...".

En síntesis, se identifica en estos adolescentes una vacuidad existencial, con una falta de motivación hacia la búsqueda de un sentido, lo cual reprime existencialmente la necesidad por el autoconocimiento, el planteamiento de metas y el fortalecimiento de la esperanza hacia el futuro.

Desánimo por la vida: Aquí encontramos relatos de falta de aceptación de la propia valía personal y de la vida. Ante las preguntas de autoaceptación y sentido, se evidenció que los adolescentes no se aceptan y priorizan sus necesidades o características del cuerpo, inteligencia y autoestima para poder quererse a sí mismos y hallar un sentido. P25 indicó: "Para aceptarme o quererme a mí misma, quisiera ser más delgada, más bonita, un poco más alta y tener bonito cuerpo"; P13: "Quererme a mí misma, aceptarme tal y como soy". Estas descripciones manifiestan la no aceptación actual de ellos mismos, que interfiere para plantearse propósitos. También se refleja un

pesimismo y un estado de ánimo afectado por no encontrar un sentido en metas o personas. Respuestas parecidas de un sinsentido que afecta a lo emocional fueron las de P8: "La verdad, últimamente no estoy bien emocional[mente] ni en otro sentido". También se refleja un malestar y frustración por no hallar un sentido en otras personas, como indica P25: "Las amistades no aportan ningún sentido en la vida porque siempre te terminan traicionando".

Estas características comprenden fenomenológicamente una crisis existencial que puede repercutir significativamente en la identidad y la voluntad (abulia), donde la falta de autoaceptación o amor propio, el desánimo por la vida y la frustración hacia metas y personas pueden configurar una problemática existencial en estos adolescentes.

Discusión

En este apartado se discute la interpretación de los resultados y se orientan, desde una descripción fenomenológica del análisis existencial, los valores de autorrealización que confiere el fundamento del sentido de vida según la teoría frankliana. Así, los valores logoterapéuticos, creación (trabajo), vivenciales (amor, contemplación) y actitudinales (responsabilidad-libertad y actitud ante el dolor) (Lambert, 2006), fueron explorados en las experiencias relatadas por los adolescentes.

Entre las características de la categoría sentido de vida claro, se pueden apreciar vivencias de trascendencia, orientadas hacia el descubrimiento de situaciones valiosas, el significado de la vida y un propósito mayor (Mayorga & Tobón, 2022). Trabajar para un mundo mejor dejando una huella, ser más responsables y tener un final de vida basado en la trascendencia son relatos que se manifiestan en las experiencias de estos adolescentes. Asimismo, otra característica del sentido de vida claro es que se vislumbra una actitud prosocial de apertura existencial de vínculos afectivos, en una ayuda genuina y noble hacia los demás y el mundo. Estas vivencias se fundamentan en los valores de creación, que son dados al mundo como parte de obras o acciones (Frankl, 2001), y en valores vivenciales, que consisten en huellas de sentido recibidas gratuitamente del mundo (Frankl, 2003a) y de las personas, como el amor, la amistad y la contemplación. Así, tener un propósito vital brinda una mayor estabilidad emocional, conteniendo dentro de sí aspiraciones personales significativas y a largo plazo que implican compromisos con el mundo (Baumsteiger et al., 2022).

Desde esta base, los valores de autorrealización en la categoría sentido de vida claro son interpretados desde una tríada de valores de creación, vivenciales y actitudinales (Di Marco, 2022). Los valores de creación se dan en las experiencias con mayor frecuencia en esta categoría. Estos estaban orientados hacia el servicio de un trabajo, metas personales y otras personas, formando parte de un vínculo de apertura hacia el mundo. Respecto a los valores vivenciales, estos tienen una expresión en el amor y solidaridad hacia personas significativas y experiencias gratificantes. Cabe destacar que estas vivencias muestran también una apertura hacia el bienestar emocional, siendo la construcción de emociones saludables y su relación con la motivación de sentido y crecimiento un factor indispensable para el descubrimiento de valores de autorrealización (Zhao et al., 2023). Por último, los valores de actitud son manifestados fenomenológicamente en una dicotomía de libertad-responsabilidad, mostrando un compromiso personal y social. Asimismo, en esta categoría se evidenciaron experiencias de sentido hacia la muerte.

Dentro del sentido de vida claro se puede apreciar también una vida orientada a proyectos personales singulares, dirigidos hacia el mundo y a valores solidarios (Chan, 2021). Esta categoría está ligada a la responsabilidad temprana con las acciones. Gómez-Chacón manifiesta que el sentido de vida dado es finalidad y relación, pero también responsabilidad, ya que "un ser humano se hace cargo de su vida y también en parte [de] las de la humanidad; tiene que actuar con una mayor responsabilidad" (2022, p. 598). Esto se manifiesta en el estudio de Silva et al. (2022), donde los adolescentes que tenían mayor grado de empatía hacia los demás y optimismo ante la vida también podían establecer mejores metas.

También se aprecian en esta categoría vivencias de autonomía y seguridad en acciones que son dirigidas hacia una finalidad. Correia y Seidl (2022) utilizan la categoría "autonomía relacional" para referirse al grado de independencia, toma de decisiones, confianza y seguridad que los adolescentes con lesión medular en un programa de rehabilitación en Brasilia adquirieron como parte de los desafíos extrínsecos e intrínsecos que tienen que afrontar en su vida. Esto nos lleva a reflexionar sobre que los adolescentes que construyen una autonomía basada en los desafíos y retos personales obtienen también una mayor coherencia, dada en una integración de facultades personales orientadas y con dirección, que disipan la dispersión o distracción (García, 2013), para enfocarse en valores de autorrealización. Así, las vivencias de los adolescentes que encuentran un sentido de vida más claro en sus descripciones también son más coherentes y se aceptan incondicionalmente.

Tener un sentido de vida claro o firme ayuda a fortalecer la salud mental, dado que estas dos categorías se influyen mutuamente (Zamudio-Flores, 2021), ayuda a la resiliencia al hacer frente a las circunstancias adversas del destino y fortalece el sistema inmune. Hallar un sentido de vida tiene consecuencias sobre el alargamiento de los telómeros y la segregación de la telomerasa, optimizando la salud física, según estudios en personas que habían realizado retiros espirituales para hallar su propósito vital (Goleman & Davidson, 2011). Desde allí se puede inferir que los adolescentes que están orientados por un sentido de vida claro tienen un factor protector en la salud mental y física que es consecuencia de valores desplazados hacia el mundo a través de metas, tareas y responsabilidades que les confieren compromisos con la vida.

En la categoría sentido de vida difuso orientado al prestigio, falta de identidad y dudas existenciales, se hallan valores útiles, sensibles o de supervivencia, dados según la fenomenología de Scheler (2001) en la simple vivencia del mundo orientada por el placer y el poder, pero sin conciencia o reflexión de autotranscendencia. Asimismo, estos también se dan en las dicotomías de salud-enfermedad o vida-muerte (Camacho, 2022). En esta categoría se puede señalar una ausencia de planificación sobre proyectos personales. Encontramos estudiantes con dudas existenciales, deseando saber la respuesta de cuál es su sentido, que se manifiestan en una voluntad de sentido frustrada. Se trata de una identidad todavía no estable en los adolescentes, que hace que el funcionamiento psicosocial y emocional no esté apto aún para adoptar decisiones firmes sobre su propósito de vida (Băiașu, 2024).

Preguntarse sobre la vida o tener dudas es un fenómeno natural, como manifestaron los adolescentes de este estudio, ya que la desorientación sobre el propósito vital no es patológica y sí humana; la consciencia necesita despertar para alcanzar una clarificación de un sentido de vida auténtico (Frankl, 2018). Pero no encontrar respuestas para una misión de vida puede llevar a la angustia y otros síntomas existenciales de la época, como la apatía y abulia que se observan en aumento en una sociedad regida por la competitividad, el individualismo, el consumismo y el fatalismo contemporáneo (Di

Marco, 2022; Vanegas & Marín, 2021). El deber de una educación comprometida es despertar vocaciones que permitan valorar y elegir con autenticidad y sentido (Di Marco, 2022).

Un estudio de Romero et al. (2025) propuso realizar un programa filosófico denominado Cogito Ergo Sum para despertar la conciencia y el pensamiento crítico ante la vida en adolescentes de Lima. Antes de comenzar la interpretación, se habían identificado, a nivel cualitativo, problemas existenciales como aburrimiento, desidia, falta de responsabilidad, dolor emocional y autolesiones, entre otros, que eran aceptados como parte de la vida, pero no resueltos a nivel de una conciencia clara y responsable. Este programa tuvo un efecto significativo en orientar el sentido y las habilidades de vida en estudiantes con problemas de frustración existencial. Asimismo, otro estudio, en la ciudad de Xixiang, adolescentes de instituciones educativas, reveló que el sentido de vida se puede incrementar favoreciendo la mentalidad de crecimiento y la autoeficacia en los estudiantes de nivel secundario a través de lecturas de personajes que podían desafiar las circunstancias adversas de la existencia humana (Zhao, 2023b). Estas investigaciones nos ofrecen parámetros y recursos psicoeducativos para desarrollar el sentido de vida en las aulas de manera didáctica y responsable dentro del ámbito nacional.

Siguiendo con las características del sentido de vida difuso, se manifiestan las vivencias hacia valores de éxito, deseos y centramiento de emociones, que tienen como finalidad endeble el yo mismo. Este fenómeno tiene como consecuencia la indeterminación a través de experiencias fluctuantes, dadas en necesidades egocentristas (Suárez, 2024). Los valores de autorrealización orientados hacia el mundo no están presentes en estas descripciones sobre el propósito vital. El centramiento en sí mismo o egocentrismo adolescente es susceptible de psicopatologías (Riso, 2006), cuando el yo y la propia felicidad se vuelven el centro del mundo, ya que es utópico querer algo solo para sí mismo. La hiperintención dada en los deseos, las emociones o el éxito personal debe ser superada por una madurez de conciencia en la dimensión noética (espiritual), correspondiéndole a la educación promover el descubrimiento de valores de sentido auténtico en los estudiantes. Frankl señala que "lo que realmente importa al ser humano no es autorrealizarse, sino realizar sentido y valores. Y solo en la medida en que realice el sentido concreto y personal de su existencia, se realizará también a sí mismo" (2014, p. 100).

La descripción ofrecida por estos estudiantes manifiesta una orientación hacia una autorrealización personal que debe ser efecto y no finalidad, ya que la hiperintención en sí misma se vuelve patológica cuando no hay valores fuera de sí para cumplirla y, así, una voluntad de sentido puede desviarse por una búsqueda de poder (estatus, prestigio, posición), de posición individualista o placer (sentir y desear), careciendo de un fin en sí mismo (Sánchez, 2023). Debe prevenirse, orientando al encuentro de vínculos auténticos con el mundo, mediante políticas de educación y salud, ya que el sentido de vida y una buena salud mental se afectan entre sí (Mayorga-González, 2019).

Asimismo, el sentido de vida difuso se puede interpretar como un déficit de seguridad y coherencia. La autonomía es la comprensión y valoración de apertura al mundo, diferenciándolo y creando vínculos para obtener mayor seguridad. Cuando no existe una apertura existencial hacia el mundo, las vivencias relacionales quedan supeditadas al bienestar personal o subjetivo (Mayorga & Tobón, 2022), sin vínculos de compromiso. Así, se manifiesta una pobre capacidad para un reconocimiento de compromisos relacionales, control de la vida, discernimiento (Bernal et al., 2020) y proyectos vitales de una maduración psicofísica (Martín, 2021). Por lo tanto, la falta de

coherencia y dudas sobre su existencia son equivalentes a una pobre percepción de valores en el mundo, así como a una identidad todavía no definida, que los lleva a una concepción desmejorada de propósitos vitales en el mundo (Santos & Pinheiro, 2025; Bronk, 2014).

Cabe señalar que el sentido de vida difuso también se presenta en adolescentes que aspiran a un sentido de vida en algunas áreas específicas, como el estudio, el deporte o el trabajo. Sin embargo, estos aún experimentan dudas, inseguridad y poca coherencia en la apertura hacia los valores del mundo, lo que puede llevarlos a centrarse en sí mismos como finalidad. Estos hallazgos refuerzan la importancia de un acompañamiento en salud mental y de una educación orientada al desarrollo integral de un sentido de vida claro en esta población.

Por último, también se halló una categoría del sinsentido de vida con falta de propósitos y metas que confiere un vacío existencial dado por síntomas de crisis existencial como el tedio, la desesperanza, el aburrimiento y el hastío (García-Alandete, 2020). Esta categoría está dada por una frustración en la voluntad de sentido que impide a los adolescentes valorar y elegir ante las circunstancias importantes de la vida.

El sinsentido de vida está presente en los relatos de los estudiantes frente a las vivencias de dirección, propósito y coherencia, donde se hallaron problemas existenciales de sentido. Así, en la descripción de estos adolescentes, los valores de autorrealización que dan sentido a la vida están ausentes. Frankl (2023) refiere que los valores de autorrealización son universales y aparecen en situaciones singulares de la vida, pudiéndose hallar peculiarmente por cada persona en las preguntas que su vida le plantea para ser respondidas. En esta categoría, al no hallar valores claros, las dudas y el sinsentido se configuran como un vacío existencial que lleva a un empobrecimiento de contenidos vitales (Frankl, 2003b).

Explorando en profundidad las respuestas del sinsentido de vida, observamos en la falta de metas una condición existencial de acidia y nihilismo. Esto lleva a un abandono de propósitos vitales a causa de un pesimismo frente a una voluntad de sentido frustrada. La falta de deseos por aprender, la ausencia de metas y el posible fracaso escolar (Zelaya, 2023) también son parte de la descripción de esta categoría. Asimismo, esta ausencia de metas en el campo fenomenológico se da al no atender a la responsabilidad y acciones que implica el tomar conciencia de la propia vida (Santa Cruz & Bolívar, 2021), enfrentarse consigo mismo y los significados del mundo. De este modo, estos adolescentes tienen que ser encaminados a descubrir valores y despertar vocaciones, potencialidades inherentes a todo ser humano, pero con una guía socioeducativa y de salud mental que ayude a su desarrollo.

Otra consecuencia del sinsentido de vida se manifiesta en los relatos como un desánimo por la vida. Así, la acidia o tristeza, con un desánimo por el obrar (Cuevas, 2022), se convierte en parte existencial de esta categoría, dada en las experiencias y congruente con un vacío existencial de desmotivación, hastío, aburrimiento y falta de esperanza (Vanegas & Marín, 2021). La pobre percepción de valores tiene una repercusión sobre el estado anímico, lo cual es fundamental prevenir mediante políticas de salud y atendiendo a las necesidades de sentido y el entorno sociofamiliar del adolescente.

Este sinsentido de vida también debe ser atendido porque es concomitante con una pobre de salud mental (Mayorga-González, 2019; Rocamora, 2023; Zamudio-Flores, 2021; Zelaya, 2023). Se encontró una relación negativa e inversa entre disfunción social y depresión grave (magnitud de efecto alta), síntomas somáticos (magnitud de efecto mediana) y ansiedad e insomnio (magnitud de efecto pequeña), y el sentido de vida en

adolescentes y jóvenes (Zelaya, 2023). En salud mental, este fenómeno también se puede entender como una indefensión aprendida, dada en las vivencias de desinterés y falta de motivación por la vida. La pasividad y falta de compromisos con tareas y personas llevan, en la parte afectiva, a un pesimismo, confusión, irresponsabilidad, dependencia e inmadurez emocional, posiblemente como consecuencia de situaciones sociofamiliares en la historia personal. Esta indefensión aprendida también puede llevar a una depresión (Ishchuk et al., 2025), como podemos intuir en algunas vivencias de los adolescentes de nuestro estudio.

La depresión, los síntomas somáticos, la ansiedad y la indefensión aprendida refuerzan la teoría frankliana que ya encontraba una asociación entre el hastío y el sinsentido de vida bajo una tríada neurótica que podía incluir a la depresión, la agresión y la adicción (Frankl, 2011). Hoy podemos avizorar que esta tríada neurótica se puede extender a más síntomas, como se evidencia en los estudios contemporáneos. Atender a la problemática existencial del sentido es responsabilidad social de una política de Estado con respecto a la salud integral de los adolescentes, previniendo así futuras psicopatologías de la época y promocionando el paso a una madurez psicosocial y de vocaciones para el mundo de hoy.

Alcances, limitaciones y futuras líneas de investigación

La importancia de este estudio radica en haber explorado existencialmente el sentido de vida en estudiantes del último año de educación básica, descubriendo sus motivaciones, dudas o falta de interés sobre la vida, en adolescentes que tendrán muy pronto una participación activa como ciudadanos en el desarrollo del país. Es por esto que incentivar con programas logoterapéuticos una política de salud mental en la educación podría favorecer al desarrollo integral de las dimensiones emocionales, psicológicas y existenciales en las personas (Aiello-Puchol & García-Alandete, 2025), fomentando su capacidad de descubrir, construir y sostener un sentido de vida que les lleve a afrontar adversidades y el dolor emocional, y a orientarse existencialmente hacia metas (Rahgozar & Giménez-Llort, 2024; Fereydouni & Forstmeier, 2022). Este desarrollo logoterapéutico dentro de la educación también fomentaría los valores de autorrealización que se exploraron en este estudio, con el propósito de construir un proyecto de vida humanista que despierte en los adolescentes vocaciones y valores.

Por otro lado, las limitaciones de este estudio se manifestaron principalmente en el abordaje de una sola población dentro del contexto peruano, con lo cuallas características sociodemográficas de los adolescentes fueron similares por pertenecer a zonas urbanas de la región de Ica. Además, aparece como limitación adicional la ausencia de una triangulación de métodos como otras entrevistas semiestructuradas, cuestionarios o encuestas que permitan corroborar con mayor profundidad y objetividad los resultados.

Por esto, a partir de nuestros resultados se incentiva a explorar el sentido de vida en diversas realidades dentro del contexto peruano en futuras investigaciones, con mayores alcances en zonas urbanas, rurales y marginales. Asimismo, la utilización de una triangulación de métodos ayudará a alcanzar una mayor validez y optimización de los resultados cualitativos, mediante la comparación de los diferentes instrumentos y la síntesis de sus aportes para obtener una mayor objetividad en los hallazgos sobre esta categoría.

Conclusiones

La exploración del sentido de vida desde la postura logoterapéutica es comprendida en las vivencias de los adolescentes como valores de autorrealización vivenciales y de creación que se dan a través del trabajo, estudio, búsqueda de amor y solidaridad con los demás. Así, la presencia de un sentido de vida claro describe una trascendencia de vida, orientada a vínculos con otros, y una responsabilidad con la propia vida.

No obstante, el sentido de vida también es percibido como difuso, dado por dudas existenciales que llevan a una búsqueda constante de significados para vivir. La presencia de valores sensibles se configura en esta categoría como un razonamiento emocional y un anhelo de éxito. Igualmente, se percibe una falta de autonomía sobre la dirección de la propia vida en las experiencias de estos adolescentes.

Por otro lado, se hallan vivencias en los adolescentes de una crisis existencial, que los lleva al hastío y a una falta de contenidos para precisar los propósitos y dotar de una dirección a su vida. El desánimo por la vida y un pesimismo para generar proyectos futuros son características de estas experiencias.

Las implicaciones teóricas de este estudio corroboran la perspectiva logoterapéutica de que las vivencias de sentido se dan por el descubrimiento de valores de autorrealización, como se evidencia en que el trabajo, la solidaridad y el afecto hacia otros aparecieron en las experiencias de la categoría de sentido de vida claro. No obstante, se recomienda la exploración longitudinal en nuevos estudios con el fin de verificar la consistencia en el tiempo de estos valores que llevan al sentido, corroborando también la perspectiva que implica una estabilidad a largo plazo del propósito vital desde la teoría de Damon (2004).

A partir de estos hallazgos, se recomienda trabajar mediante políticas de salud y educación el sentido de vida en población adolescente, considerando que los programas preventivos y promocionales de proyecto de vida y desarrollo vocacional constituyen una respuesta a la clarificación de valores y sentido que mantiene una salud mental integral en el ser humano.

Referencias

- Acuña, E. A. (2021). Características clínicas en adolescentes acorde al enfoque dinámico y psicoanalítico. *Tempo Psicoanalítico*, 53(2), 264-292.
http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-48382021000200010&lng=pt&tlng=es
- Aiello-Puchol, A., y García-Alandete, J. (2025). A systematic review on the effects of logotherapy and meaning-centered therapy on psychological and existential symptoms in women with breast and gynecological cancer. *Supportive Care in Cancer*, 33, 465.
<https://doi.org/10.1007/s00520-025-09519-1>
- Arevalos, D. (2020). El sentido de la vida y las prácticas ligadas al suicidio. Testimonios de jóvenes escolarizados. *Revista Latinoamericana de Estudios sobre Cuerpos, Emociones y Sociedad*(32), 52-63.
<https://www.relaces.com.ar/index.php/relaces/article/view/12>
- Băiașu, A. (2024). Empirical evidence on the importance of studying and developing educational identity processes in adolescents. *Cience and education: new approaches and perspectives*, 18(2), 114-122. <https://dir.upsc.md/handle/123456789/6699>
- Baumsteiger, R., Riches, B., Mangan, S. A., McConchie, J., y Bronk, K. C. (2022). What's Your "Why?" A Content Analysis of Youth Purpose. *Journal of Character Education*, 18(1), 1-14.
<https://eric.ed.gov/?id=EJ1368185>

- Bernal, T., Melendro, M., Charry, C., y Goig, R. (2020). La influencia de la familia y la educación en la autonomía de los jóvenes: una revisión sistemática. *Bordón. Revista de Pedagogía*, 72, 29-44. <https://doi.org/10.13042/Bordon.2020.76175>
- Braun, V., y Clarke, V. (2022). *Thematic Analysis. A Practical Guide*. Sage Journals.
- Bronk, K. C. (2014). *Propósito en la vida: un componente crítico para el desarrollo óptimo de la juventud*. Springer Ciencia y Medios Empresariales. <https://doi.org/10.1007/978-94-007-7491-9>
- Camacho, A. (2022). Max Scheler: del personalismo ético a la metafísica del hombre. *Metyper*(28), 163-195. <https://www.revistas.uma.es/index.php/myp/article/view/15170>
- Chan, G. (2021). Sentido de vida: una herramienta en la formación de estudiantes universitarios en el sureste de México. *RIDE. Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 11(22), 1-24. <https://doi.org/10.23913/ride.v11i22.937>
- Che Din, N., Ibrahim, N., Amit, N., Abdul Kadir, N. B., y A Halim, M. R. T. (2018). Reasons for living and coping with suicidal ideation among adolescents in Malaysia. *Malaysian Journal of Medical Sciences*, 25(5), 140-150. <https://doi.org/10.21315/mjms2018.25.5.13>
- Correia, I. C., y Seidl, E. M. F. (2022). Percepción de los adolescentes con lesión medular sobre la autonomía. *Revista Bioética*, 30(3), 534-547. <https://doi.org/10.1590/1983-80422022303547es>
- Cova, F., Grandón, P., Nazar, G., Hernández, C. R., y Sepúlveda, G. L. (2025). ¿Crisis de Salud Mental en Adolescentes y Jóvenes?: rol del Proceso de Psiquiatrización Social. *Papeles del Psicólogo*, 46(1), 33-40. <https://doi.org/10.70478/pap.psicol.2025.46.05>
- Cuevas, T. (2022). Nihilismo y acidia: el sin sentido del carácter contemporáneo. *Inmanere: Revista de Estudios de Filosofía*, 1(1), 19-24. <https://doi.org/10.21703/2735-797X.2022..1792>
- Damon, W. (2004). What is positive youth development? *The Annals of the American Academy of Political and Social Science*, 591, 13-24. <https://legacychildrensfoundation.com/wp-content/uploads/What-is-Positive-Youth-Development.pdf>
- Di Marco, M. (2022). Axiología y sentido del trabajo del educador desde la logoterapia y el análisis existencial. *Psicopedagógica*, 13(17), 149-172. <https://www.cicuyo.org/ojs/index.php/Psicoped/article/view/140>
- Díaz-Garay, I. D. S., Narváez-Escorcía, I. T., y Amaya-De Armas, T. (2020). El proyecto de vida como competencia básica en la formación integral de estudiantes de educación media. *Revista de Investigación, Desarrollo e Innovación*, 11(1), 113-126. <https://doi.org/10.19053/20278306.v11.n1.2020.11687>
- Duque, H., y Díaz-Granados, E. (2019). Análisis fenomenológico interpretativo: Una guía metodológica para su uso en la investigación cualitativa en psicología. *Pensando Psicología*, 15(25), 1-24. <https://doi.org/10.16925/2382-3984.2019.01.03>
- Escudero, C. (2020). El análisis temático como herramienta de investigación en el área de la comunicación social: contribuciones y limitaciones. *La Trama de la Comunicación*, 24(2), 89-100. <https://doi.org/10.35305/lt.v24i2.746>
- Fereydouni, S., y Forstmeier, S. (2022). An Islamic form of logotherapy in the treatment of depression, anxiety and stress symptoms in university students in Iran. *Journal of Religion and Health*, 61(1), 139-157. <https://doi.org/10.1007/s10943-021-01495-0>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (2021). *Abordaje integral del suicidio en las adolescencias: lineamientos para equipos de salud*. Ministerio de Salud de la Nación/Sociedad Argentina de Pediatría. <https://www.unicef.org/argentina/media/11246/file/Abordajeintegraldelsuicidioenlasadolescencias.pdf>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (2024). *4 de cada 10 adolescentes manifiestan haber tenido o creer haber tenido un problema de salud mental.* <https://www.unicef.es/noticia/adolescentes-manifiestan-problema-salud-mental>
- Frankl, V. (2001). *Psicoanálisis y existencialismo: de la psicoterapia a la logoterapia*. Fondo de Cultura Económica.
- Frankl, V. (2003). *Psicoterapia y existencialismo: escritos selectos sobre logoterapia*. Herder.
- Frankl, V. (2003). *Ante el vacío existencial: hacia una humanización de la psicoterapia*. Herder.

- Frankl, V. (2012). *Fundamentos y aplicaciones de la psicoterapia*. Herder.
- Frankl, V. (2014). *La psicoterapia en la práctica clínica: una introducción casuística para médicos*. Herder.
- Frankl, V. (2018). *Logoterapia y análisis existencial*. Herder.
- Frankl, V. (2021). *El hombre en busca del sentido último: el análisis existencial y la conciencia espiritual del ser humano*. Paidós.
- Frankl, V. (2023). *En el principio era el sentido: reflexiones en torno al ser humano*. Paidós.
- García, C. (2013). *Manual de psicoterapia con enfoque logoterapéutico*. Manual Moderno. 87-106.
- García-Alandete, J. (2020). Acedia y vacío existencial: Evagrio Pónico y Viktor E. Frankl en diálogo. *Scripta Theologica*, 52(2), 313-350.
<https://doi.org/10.15581/006.52.2.313-350>
- Goleman, D., y Davidson, R. (2011). *Rasgos alterados. La ciencia revela cómo la meditación transforma la mente, el cerebro y el cuerpo*. Ediciones B.
- Gómez-Chacón, I. (2022). Sentido de la vida y matematización de la cultura. *Pensamiento. Revista de Investigación e Información Filosófica*, 78(298 S. Esp.), 595-614.
<https://doi.org/10.14422/pen.v78.i298.y2022.018>
- González-Angulo, P., Salazar-Mendoza, J., Castellanos-Contreras, E., Camacho-Martínez, J., Enríquez-Hernández, C., y Conzatti-Hernández, M. (2021). El sentido de la vida como mediador entre la autoestima y la adicción al internet en adolescentes. *Enfermería Global*, 20(4), 506-531. <https://doi.org/10.6018/eglobal.482691>
- Haidt, J., y Lukianoff, G. (2019). *La transformación de la mente moderna: cómo las buenas intenciones y las malas ideas están condenando a una generación al fracaso*. Ariel.
- Ishchuk, O., Kravtsov, Y. S., Rajapov, A., y Maichinova, G. (2025). Individual and collective learned helplessness syndrome: causes, signs, and ways to overcome. *Clío: Revista de historia, Ciencias Humanas y Pensamiento Crítico*, 11, 914-936.
<https://doi.org/10.5281/zenodo.17197542>
- Kwee, J., y Längle, A. (2013). Phenomenology in psychotherapeutic praxis. *Presencing EPIS*, 2(1), 1-25.
<https://episjournal.com/journal-2013/phenomenology-in-psychotherapeutic-praxis/>
- Lambert, C. (2006). Edmund Husserl: la idea de la fenomenología. *Teología y Vida*, 47(4), 517-529.
<https://doi.org/10.4067/S0049-34492006000300008>
- Lerner, R., Lerner, J., McBride, V., Smith, E., Bowes, E., Gekdhof, J., y Buckingham, M. (2021). Positive youth development in 2020: theory, research, programs, and the promotion of social justice. *Journal of Research on Adolescence*, 31(4), 1114-1134.
<https://doi.org/10.1111/jora.12609>
- Ma, S., Lu, Y., Zhang, H., Zhou, J., Wang, J., y Sang, Q. (2025). The relationship between internet game addiction and sense of meaning in life of adolescents: a latent profile analysis. *Psychology Research and Behavior Management*, 17(18), 1139-1153.
<https://doi.org/10.2147/PRBM.S494857>
- Martín, J. (2021). La valoración de la madurez en adolescentes. Requisitos, indicadores y condicionantes. *Dilemata*(35), 31-52.
<https://www.dilemata.net/revista/index.php/dilemata/article/view/412000423>
- Martínez, E. (2013). *Manual de psicoterapia con enfoque logoterapéutico*. El Manual Moderno. 129-152.
- Martínez, Y., y Martínez, E. (2013). *Manual de Psicoterapia con enfoque logoterapéutico*. El Manual Moderno. 41-61.
- Martínez-Jurado, J. (2022). Karol Wojtyła y la revisión de la derrota de los valores espirituales. *Revista Guillermo de Ockham*, 21(1), 195-204. <https://doi.org/10.21500/22563202.5742>
- Mayorga, J., y Tobón, L. (2022). Educación existencial positiva: del sentirse bien y del florecer a través del sufrimiento hacia la apertura existencial. *Revista de Estudios Psicológicos*, 2(3), 42-51.
<http://estudiospsicologicos.com/index.php/rep/article/view/57>
- Mayorga-González, J. (2019). *Logoterapia para la vida: reflexiones para una existencia plena*. Centro de Estudio Cafexistencial.
- Molina-González, N., Álvarez-Busco, F., Cabrera-Ubilla, C., Villagrán-Pradena, S., Leyton-Álvarez, F., y Guerra-Zúñiga, M. (2024). Key elements for understanding and developing qualitative research for health professionals. *Medwave*, 24(10).

- <https://doi.org/10.5867/medwave.2024.10.2972>
- Organización Mundial de la Salud. (2025). *La salud mental de los adolescentes*.
<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- Ortiz, A. (2015). *Epistemología y ciencias humanas*. Ediciones de la U.
- Osorio, C. A., Ortiz, E., Avendaño-Prieto, B., y Hernández-Pozo, M. (2022). Sentido de vida y su asociación con la ansiedad y la depresión en jóvenes. *Interdisciplinaria. Revista de Psicología y Ciencias Afines*, 39(2), 335-368.
<https://doi.org/10.16888/interd.2022.39.2.22>
- Rahgozar, S., y Giménez-Llort, L. (2024). Design and effectiveness of an online group logotherapy intervention on the mental health of Iranian international students in European countries during the COVID-19 pandemic. *Frontiers in Psychiatry*, 15.
<https://doi.org/10.3389/fpsy.2024.1323774>
- Reimers, F., y Villegas-Reimers, E. (2006). Sobre la calidad de la educación y su sentido democrático. *Revista PRELAC*.
<https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000145502>
- Riso, W. (2006). *Terapia cognitiva. Fundamentos teóricos y conceptualización del caso clínico*. Paidós.
- Smith, J. A., y Osborn, M. (2014). Interpretative phenomenological analysis as a useful methodology for research on the lived experience of pain. *British Journal of Pain*, 9(1), 41-42.
<https://doi.org/10.1177/2049463714541642>
- Rocamora, A. (2023). Locura y cordura desde la logoterapia. *Nous*(27), 11-30.
https://www.logoterapia.net/uploads/27_rocamora_2023_locura.pdf
- Rojas-Gutiérrez, W. (2022). La relevancia de la investigación cualitativa. *Studium Veritatis*, 20(26), 79-97.
<https://scispace.com/pdf/la-relevancia-de-la-investigacion-cualitativa-3o93jhkj.pdf>
- Romero, S. L., Lescano, G. S., Cueva, G. L., Silva, B., y Godoy, J. (2025). Programa "Cogito Ergo Sum" en las habilidades para la vida en una institución educativa de Santa Clara Lima, Ate-Perú. *Revista Internacional de Filosofía Aplicada HASER*, 16(16), 113-158.
<https://revistascientificas.us.es/index.php/HASER/article/view/27516>
- Salomón, A., y Díaz, J. (2015). *Encontrando y realizando sentido: diálogo socrático y ejercicios vivenciales en logoterapia*. Universidad Femenina del Sagrado Corazón (UNIFÉ).
- La felicidad y el sentido de vida, una mirada humanista*. (2023).
- Sentido de la vida y del sufrimiento: una tarea personal*. (2021).
- Purpose and meaning in life: a comparative analysis of the concepts of Damon and Frankl*. (2025).
- *Ética*. (2001).
- Silva, C., Andrade-Villegas, C., Juárez-Loya, A., y González-Alcántara, K. (2022). Inteligencia emocional y establecimiento de metas en adolescentes. *Psicumex*, 12.
<https://doi.org/10.36793/psicumex.v12i1.416>
- Suárez, J. (2023). *El sentido de vida en el hombre del siglo XXI. Ensayos de logoterapia en el siglo de reduccionismo cientificista*. La Nave.
- Suárez, J. (2024). The postmodern subject from a psychopolitical perspective: an analysis from logotherapy. *Medwave*, 24(6).
<https://doi.org/10.5867/medwave.2024.06.2799>
- Toledo, C. C., Noronha, A. P., y Dias-Viana, J. L. (2021). Fortalezas de carácter y construcción de proyectos: la vida en la adolescencia. *Revista Brasileña de Orientación Profesional*, 22(1), 41-50.
<https://doi.org/10.36793/psicumex.v12i1.416>
- Tong, A., Sainsbury, P., y Craig, J. (2007). Consolidated criteria for reporting qualitative research (COREQ): A 32-item checklist for interviews and focus groups. *International Journal for Quality in Health Care*, 19(6), 349-357.
<https://doi.org/10.1093/intqhc/mzm042>
- Vanegas, P., y Marín, J. (2021). El sentido de vida, una condición existencial. *Poiésis*(41), 149-155.
<https://doi.org/10.21501/16920945.4186>
- Zamudio-Flores, D. (2021). Sentido de vida y salud mental. *Revista de Investigación en Psicología*, 24(2), 183-192.
<https://doi.org/10.15381/rinvp.v24i2.20472>

- Zelaya, V. (2023). Relación entre el sentido de vida y la salud mental en estudiantes universitarios hondureños. *Persona*, 26(1), 79-99.
[https://doi.org/10.26439/persona2023.n26\(1\).6208.6208](https://doi.org/10.26439/persona2023.n26(1).6208.6208)
- Zhao, H., Zhang, M., Li, Y., y Wang, Z. (2023). The effect of growth mindset on adolescents' meaning in life: the roles of self-efficacy and gratitude. *Psychology Research and Behavior Management*, 16, 4647-4664. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S428397>
- Zhao, H., Zhang, M., Li, Y., y Wang, Z. (2023). The relationship between a growth mindset and junior high school students' meaning in life: a serial mediation model. *Behavioral Sciences*, 13(2), 189. <https://doi.org/10.3390/bs13020189>