

# La percepción de un futuro significativo y su relación con el autoconcepto y las experiencias positivas durante pandemia de covid-19 en estudiantes de nivel superior

## The perception of a significant future and its relationship with self-concept and positive experiences during the covid-19 pandemic in higher level students



ARTÍCULO DE  
INVESTIGACIÓN  
Copyright © 2023  
by PsicoGente

### Correspondencia de autores:

fmolina@untref.edu.ar  
kiriabarne@caece.edu.ar  
menendezangelacaece@gmail.com  
aalvareziturain@caece.edu.ar

Recibido: 08-04-22  
Aceptado: 16-01-23  
Publicado: 02-02-23

María Fernanda Molina

Universidad Nacional de Tres de Febrero (UNTREF). Universidad CAECE. Buenos Aires, Argentina.

Karina Iribarne - María Ángela Menéndez

Universidad CAECE. Buenos Aires, Argentina.

Analía Roxana Álvarez Iturain

Universidad CAECE. Universidad de Buenos Aires (UBA). Buenos Aires, Argentina.

### Resumen

**Objetivo:** Analizar la relación entre las experiencias en las actividades de disfrute, la claridad en el autoconcepto y la percepción de un futuro significativo en jóvenes que cursan estudios superiores durante la pandemia de covid-19.

**Método:** Participantes: estudiantes ( $n = 228$ ), de ambos sexos de distintas carreras de nivel superior de Buenos Aires. **Instrumentos:** Cuestionario sociodemográfico. Cuestionario de los posibles sí mismos. Escala de propósito vital para estudiantes universitarios. Escala de claridad en el autoconcepto. Escala de Disfrute en la Actividad. Escala de Autorrealización en la Actividad. Escala de Indicadores Físicos y Psicoemocionales de Estrés.

**Resultados:** más de la mitad de los estudiantes (65,8 %) percibe grandes cambios en su actividad de disfrute durante la cuarentena, pero estos no se relacionan con la percepción de un futuro significativo. La claridad en el autoconcepto predice la probabilidad de alcanzar los posibles sí mismos deseados y la búsqueda de propósito vital. La claridad, el afecto positivo y la autorrealización predicen la identificación de propósito vital. Las variables estudiadas se asocian a menores síntomas de estrés.

**Conclusión:** los resultados muestran la necesidad de favorecer estas experiencias, así como la exploración del autoconocimiento, valores e intereses, que promuevan la identificación de metas, como factor de protección frente a los efectos y consecuencias del contexto actual.

**Palabras claves:** futuro- identidad; actividades; estudios superiores; estrés; covid-19

### Abstract

**Objective:** Analyze the relationship between experiences in enjoyment activities, self-concept clarity and the perception of a significant future in young people who are pursuing higher education during the covid-19 pandemic.

**Method:** Participants: students ( $n = 228$ ), of both sexes who were studying different higher-level careers in Buenos Aires. **Instruments:** Sociodemographic questionnaire. Possible Selves Questionnaire. Purpose in Life Scale for College Students. Self-concept clarity Scale. Scale of Enjoyment in Activity, Scale of Personal Achievement. Scale of Physical and Psychoemotional Indicators of Stress.

**Results:** More than a half of the students (65,8 %) perceive great changes in their enjoyment activity during the quarantine, but these are not related to the perception of a significant future. Self-concept clarity predicts the probability of attaining possible desired selves and the pursuit of purpose in life.

### Cómo citar este artículo (APA):

Molina, M. F., Iribarne, K., Menéndez, M. A. y Álvarez Iturain A. R. (2023). La percepción de un futuro significativo y su relación con el autoconcepto y las experiencias positivas durante pandemia de covid-19 en estudiantes de nivel superior. *PsicoGente* 26(49), 1-24. <https://doi.org/10.17081/psico.26.49.XXXX>

Clarity, positive affect, and self-actualization predict purpose in life identification. The variables studied are associated with fewer stress symptoms.

**Conclusion:** The results show the need to favor these experiences, as well as the exploration of self-knowledge, values and interests, which promote the identification of goals, as a protective factor against the effects and consequences of the current context.

**Key words:** future; identity; activities; higher studies; stress; covid-19

## 1. INTRODUCCIÓN

La percepción de un futuro significativo es de gran importancia durante los estudios superiores. Muchos estudiantes comienzan sus estudios sin poder visualizar un plan de carrera. De este modo, a la vez que exploran su identidad, consideran las vidas posibles que pueden desarrollar como producto de la formación que inician (Bennett *et al.*, 2016).

En este contexto los posibles sí mismos (PS) cobran particular relevancia. Estos constituyen el autoconocimiento que hace referencia al propio potencial y a sí mismos en el futuro (Markus & Nurius, 1986). Son más que una meta vital, involucran la propia imagen estando en esa situación, siendo agente en dicho escenario (Erikson, 2007).

En la medida en que las personas pueden responder a la pregunta sobre quiénes son y cómo desean o temen ser, exploran y determinan la forma en que quieren relacionarse con el mundo y su manera de contribuir con cuestiones que van más allá de sí mismos. De este modo, la exploración de la identidad, a través de la percepción del sí mismo en el futuro, está fuertemente asociada con el desarrollo de un propósito vital (PV) (Kiang *et al.*, 2020). Es decir, con una intención estable y generalizada de lograr algo que es muy significativo para el *self*, y que permite la realización y definición personal, pero al mismo tiempo tiene repercusiones más allá de uno mismo (Damon *et al.*, 2003). Por lo tanto, el PV y los PS, componen la percepción de un futuro significativo en la que se conectan un proyecto significativo, para el *self* y el mundo, con una visión positiva de uno mismo en ese futuro.

Existe gran acuerdo en que los PS y el PV son recursos para un funcionamiento positivo (Corte *et al.*, 2022; Pfund & Hill, 2018). Los PS están fuertemente asociados a la autorregulación (Wu & Lee, 2022), la motivación y el compromiso académicos (de Place & Brunot, 2020; Frazier *et al.*, 2021). Por su poder en la regulación de la conducta, los PS son de gran importancia para las intervenciones en psicoterapia (Bak, 2015) y para la planificación de políticas públicas destinadas a favorecer el acceso a la educación superior (Harrison, 2018). El PV se asocia a una mayor retención universitaria (Ver

DeWitz *et al.*, 2009 para una revisión), un mayor grado de compromiso con la carrera (Sharma & Yukhymenko-Lescroart, 2018), una mayor presencia de *grit* (Hill *et al.*, 2016), una disminución del estrés (Zhizhong & Koenig, 2016), la depresión y ansiedad (Zhang *et al.*, 2018) y un aumento del bienestar (Sumner *et al.*, 2015).

Estos hallazgos señalan la importancia de estudiar aquellos factores que favorecen la percepción de un futuro significativo. En este sentido, el contexto social es particularmente importante para la constitución de los PS y el PV. Los PS se forman en interacciones sociales. Principalmente, el entorno social es el que valida y da sostén a los PS del individuo. Es decir, en quién piensa o desea convertirse una persona se ajusta a normas y valores sociales (Erikson, 2019). Los distintos contextos de los que participan los individuos también han sido identificados como fuentes potenciales para promover el descubrimiento y compromiso con un PV (Bronk, 2014; Kiang *et al.*, 2020; Reilly & Mariano, 2021).

Es por esto que es importante estudiar la relación entre las características de los entornos en los que están inmersos los estudiantes y la forma en que se perciben a sí mismos en el futuro. En este sentido, se destaca la importancia de estudiar la relación con la participación en las actividades que realizan. Dichas actividades pueden ser un medio para explorar la identidad (Berger *et al.*, 2020) y los PS (Stevenson & Clegg, 2011). A su vez, pueden permitir comprometerse con un PV (Malin *et al.*, 2017). Sin embargo, más allá del efecto de la participación en actividades específicas, se ha señalado la necesidad de indagar las experiencias y procesos propios de la actividad que conllevan beneficios para las personas (Mikalsen & Lagestad, 2020; Vandell *et al.*, 2015). Por ejemplo, en investigaciones previas se ha encontrado que los estudiantes que trabajan refieren una menor identificación de PV. Sin embargo, la percepción de que el trabajo se vincula con la carrera que estudian se asocia a una mayor identificación de PV (Molina & Iribarne, 2022).

Por otra parte, existen evidencias de que las actividades significativas para los individuos (i.e., las que eligen como las más importantes) son las que tienen mayores efectos para su bienestar (Bundick, 2011). Por lo tanto, este estudio considerará las actividades de disfrute, es decir, aquellas que los estudiantes eligen como su actividad favorita (Schmidt *et al.*, 2022), y las experiencias de disfrute y de autorrealización en dichas actividades.

La experiencia de disfrute se define como un estado afectivo positivo que sucede cuando un individuo realiza una actividad por razones intrínsecas. De este modo, logra realizar un deseo o meta significativa (Ryan & Deci, 2017; Smith *et al.*, 2014). El estudio empírico del disfrute en la actividad favorita elegida por los jóvenes Latinoamericanos permitió concluir que éste tiene dos componentes. Por un lado, un componente afectivo, que abarca emociones y sentimientos de tono positivo. Por el otro, un componente cognitivo-motivacional, que implica experiencias de involucramiento, es decir, un estado de concentración y total absorción (Schmidt *et al.*, 2022).

Las experiencias de disfrute tienen el potencial de ser tan significativas que pueden contribuir a la definición personal y la autorrealización. Esta última implica la gratificación personal basada en el logro de aspiraciones y objetivos importantes para el proyecto vital (Schmidt *et al.*, 2022).

Además de estar vinculados con factores contextuales, tanto los PS como el PV, están fuertemente ligados con el desarrollo de la identidad y el autoconcepto actual. Las concepciones de las habilidades y limitaciones propias, en el presente, se vinculan con las concepciones que se pueden desarrollar del sí mismo en el futuro (Erikson, 2007; Malin *et al.*, 2014). Un aspecto del autoconcepto, particularmente relevante, es su claridad. Este constructo es definido como “la medida en que el contenido del autoconcepto (por ejemplo, los atributos personales percibidos) es claro y está definido con seguridad, es internamente consistente y temporalmente estable” (Campbell *et al.*, 1996, p. 141). La claridad en el autoconcepto representa el grado en que los diversos contenidos de la identidad se integran en un todo coherente (Schwartz *et al.*, 2017). Esta variable ha mostrado tener importantes correlatos en la salud mental de las personas. Estas asociaciones son explicadas por su impacto en la autorregulación y consecución de metas (Light, 2017). En la medida en que las personas pueden identificar con claridad sus fortalezas, debilidades y preferencias, pueden plantearse metas y seleccionar estrategias para alcanzarlas con mayor facilidad (Fite *et al.*, 2017; Light, 2017). En estudios previos, se ha encontrado que cuanto menor es la claridad en el autoconcepto mayor es la búsqueda de PV. Por el contrario, cuanto mayor es la claridad mayor es la identificación de PV. Asimismo, cuanto mayor es la claridad en el autoconcepto mayor es la probabilidad percibida de alcanzar los PS deseados (Molina *et al.*, en prensa).

Es importante tener en cuenta que la presente investigación se llevó a cabo durante la pandemia de covid-19. Durante el año 2020, por motivos de dicha pandemia, se tomaron medidas de confinamiento social que afectaron a

la gran mayoría de las actividades de la sociedad. Esta situación de cambio constituyó un contexto altamente demandante, y generó sentimientos de incertidumbre, miedo, angustia, soledad y responsabilidad en las personas (Johnson *et al.*, 2020). Los estudiantes universitarios experimentaron altas demandas tecnológicas, académicas y psicológicas (e.g., dificultades para equilibrar la vida laboral, familiar y académica) (Rosario-Rodríguez *et al.*, 2020). Para ellos, en particular, estos cambios se asociaron al uso abusivo de nuevas tecnologías (Carpio-Fernández *et al.*, 2021) estrés, ansiedad, pensamientos depresivos, frustración, y, en algunos casos, deserción (González Velázquez, 2020; Lovón Cueva & Cisneros Terrones, 2020; Son *et al.*, 2020; Wenjun *et al.*, 2020).

Como se mencionó anteriormente, el contexto sociohistórico está fuertemente involucrado en el desarrollo de los PS y el PV de las personas (Erikson, 2019; Mariano, 2014). Por tal motivo, es importante tenerlo en cuenta a la hora de estudiar la percepción de un futuro significativo en los estudiantes. Por otra parte, hasta nuestro conocimiento, estas variables no han sido estudiadas en jóvenes de Latinoamérica. Esto señala la relevancia de avanzar con esta línea de investigación.

## 2. EL PRESENTE ESTUDIO

La percepción de un futuro significativo es muy importante durante los años en que se realizan los estudios superiores. Dicha percepción se construye en los contextos y actividades de los que participan los individuos. Las experiencias en dichas actividades tienen una importancia particular. Por otro lado, la percepción actual de uno mismo, también se vincula con la percepción de un futuro significativo.

Por otra parte, este estudio se realizó en un contexto que afectó la vida social a nivel mundial. La pandemia de covid-19 y las medidas de confinamiento desarrolladas para afrontarla afectaron todas las actividades que realizaban las personas, generando diferentes repercusiones sobre el estado de ánimo, bienestar y estrés. De este modo, el objetivo de este trabajo es analizar la relación entre las experiencias en las actividades de disfrute, la claridad en el autoconcepto y la percepción de un futuro significativo en estudiantes que cursan sus estudios superiores en el contexto de pandemia de covid-19.

Teniendo en cuenta el contexto en que se realizó el estudio (entre junio y noviembre de 2020), en primer lugar, se describirán las actividades de

disfrute y los cambios en dichas actividades. En segundo lugar, se explorará la relación entre estos cambios, y los PS y el sentido de PV de los estudiantes. Por último, considerando el contexto particularmente exigente y demandante en que se realizó el estudio, se explorará la relación entre las variables indagadas y los síntomas de estrés físico y psico-emocional. Estudios contemporáneos al que se presenta en este trabajo indican que la percepción diaria de tener dirección, determinación o intención (*purposefulness*) se asoció a un mayor afecto positivo, un menor afecto negativos y menores síntomas físicos durante los primeros meses de pandemia por covid-19 (Hill *et al.*, 2021). Asimismo, una alta claridad en el autoconcepto se asoció a menores niveles de afecto negativo en adultos italianos (Alessandri *et al.*, 2021) y a menor estrés en adolescentes coreanos (Lee, 2021) durante el confinamiento por dicha pandemia. Si bien no se han encontrado estudios que analicen el disfrute o los PS durante la pandemia, estas variables tienen un fuerte impacto sobre el bienestar y pueden pensarse como factores protectores (González-Hernández *et al.*, 2019; Núñez *et al.*, 2017; Oyserman & James, 2011). De este modo, se espera encontrar que las variables estudiadas se asocien a menores niveles de estrés (hipótesis 1).

Por otro lado, se analizará la contribución relativa de las experiencias en las actividades de disfrute y la claridad en el autoconcepto, para explicar los PS y el sentido de PV de los estudiantes. Los antecedentes presentados muestran que las actividades en las que participan los individuos son un medio para explorar e identificar sus competencias, valores e intereses (Berger *et al.*, 2020), y por lo tanto permiten crear imágenes de ellos mismos en el futuro (Stevenson & Clegg, 2011) e identificar metas relevantes con las que comprometerse (Malin *et al.*, 2017; Reilly & Mariano, 2021). Por otro lado, los antecedentes presentados muestran que en la medida en que las personas logran autodefinirse pueden proyectarse de manera más clara hacia su futuro. Por lo tanto, se espera encontrar que altos niveles de disfrute, realización personal y claridad en el autoconcepto predigan una menor búsqueda de PV (hipótesis 2), una mayor identificación de PV (hipótesis 3) y una mayor probabilidad percibida de alcanzar los PS deseados (hipótesis 4).

### 3. MÉTODO

#### 3.1. Tipo de estudio

Se realizó un estudio descriptivo correlacional con un diseño no experimental de tipo transversal (Hernández-Sampieri & Mendoza Torres, 2018).

### 3.2. Participantes

La muestra estuvo compuesta por 228 estudiantes de ambos sexos (mujeres = 69,3 %, varones = 30,7 %) de entre 18 y 57 años (edad  $M = 27,38$ ,  $DE = 8,06$ ) que se encontraban cursando distintas carreras de nivel superior. Los participantes residían en la provincia de Buenos Aires y la Ciudad Autónoma de Buenos Aires. El 74,6 % tenían entre 18 y 30 años, es decir, eran adultos emergentes (Arnett & Mitra, 2020). El 69,6 % de los participantes realizaba sus estudios en instituciones públicas. El 86,8 % de los participantes informó estar cursando su carrera en forma virtual, el 8,3 % estar realizando su trabajo final de grado o esperando su defensa, el 2,2 % abandonó la cursada, el 0,9 % refirió que la institución en la que estudiaban no dictaba clases y el 1,1 % restante refirió otra situación.

### 3.3. Instrumentos

**Cuestionario sociodemográfico.** Cuestionario especialmente diseñado para caracterizar a la muestra en función de variables sociodemográficas (e.g., edad, sexo, carrera, situación de la carrera durante de la pandemia). Objetivo: caracterizar a la muestra en función de variables sociodemográficas.

**Cuestionario de los posibles sí mismos** (Molina, 2018). Es un cuestionario de preguntas abiertas en el que se pide a los individuos que realicen una descripción de sus posibles sí mismos deseados. A continuación, se detalla la consigna dada a los participantes:

- Todos tenemos imágenes e ideas sobre cómo seremos en el futuro, sobre la clase de persona en la que nos convertiremos.
- ¿Te imaginas cómo serás dentro de cinco años?
- Además de cómo creemos que vamos a ser hay formas en que deseamos ser y otras en que no deseamos ser.
- Escribí cómo te gustaría ser dentro de cinco años. Usa tanto detalle como puedas.

Por otra parte, se pide que indiquen, con una escala de Likert de cinco opciones de respuestas, la probabilidad de alcanzar sus PS deseados (de *muy probable* a *muy poco probable*). Se considera que los participantes tienen una visión positiva de sí mismos en el futuro cuando perciben que es probable alcanzarlos. Objetivo: Evaluar la probabilidad percibida por los estudiantes de alcanzar los PS deseados.

**Escala de propósito vital para estudiante universitarios** (Molina & Iribarne, 2022). Evalúa el sentido de PV a través de dos dimensiones: la identificación de propósito, compuesta por once ítems, y la búsqueda de propósito, compuesta por seis ítems. Posee una escala Likert de respuesta de cinco opciones (*Totalmente de acuerdo a Totalmente en desacuerdo*). Se encontró que este instrumento presenta una adecuada validez de contenido y un apropiado funcionamiento de los ítems, una adecuada validez factorial y una buena consistencia interna (Molina & Iribarne, 2022). En esta muestra se hallaron adecuados indicadores de consistencia interna (alpha de Cronbach): Búsqueda de PV, 0,88; identificación de PV, 0,91. Objetivo: Evaluar la búsqueda e identificación de PV de los estudiantes.

**Escala de claridad en el autoconcepto** (Campbell et al., 1996; Adaptación: Molina & Iribarne, 2021). Evalúa la claridad en el autoconcepto a través de nueve ítems con cinco opciones de respuesta (*Totalmente de acuerdo a Totalmente en desacuerdo*). La versión original cuenta con adecuados indicadores de validez y confiabilidad (Campbell et al., 1996). En su versión local se encontró que este instrumento presenta una adecuada validez de contenido, factorial, de constructo y una buena consistencia interna (Molina & Iribarne, 2021). En esta muestra se hallaron adecuados indicadores de consistencia interna (alpha de Cronbach): 0,83. Objetivo: Evaluar la claridad en el autoconcepto de los estudiantes.

**Escala de Disfrute en la Actividad** (Schmidt et al., 2022). En la primera parte, se presentaron distintos tipos de actividades basados en clasificaciones previas (físico-deportiva, artística, uso de tecnologías, actividades sociales, actividades con la familia, ocio pasivo y otras) y se pidió a los participantes que consignen cuál es su actividad favorita y la frecuencia con que la realizan (i.e., 5 o más veces por semana, 3 a 4 veces por semana, 1 a 2 veces por semana, o menos de una vez por semana). Por otro lado, se indagó la situación de la actividad durante la pandemia, a través de una pregunta con cinco opciones de respuesta: dejé de realizar la actividad; realizo la actividad con menor frecuencia; realizo la actividad de otra manera; la realizo, pero no la disfruto; sigo realizándola normalmente. Por último, con una escala Likert de cinco-puntos (*nada a mucho*) se preguntó cuál es el nivel de cambio que perciben en dicha actividad.

La segunda parte se compone por 13 ítems que evalúan el disfrute a través de dos dimensiones: el afecto positivo y el involucramiento. Las opciones de respuesta consisten en una escala Likert de cinco-puntos que evalúa el nivel de acuerdo (desde *Totalmente en Desacuerdo a Totalmente de*



*Acuerdo*). Se le pide al sujeto que respondan a cada frase considerando su actividad favorita. La escala presenta una adecuada validez, de contenido, factorial y de constructo, y buena confiabilidad (Schmidt *et al.*, 2022). En esta muestra se hallaron adecuados indicadores de consistencia interna (alpha de Cronbach): afecto positivo, 0,90; involucramiento, 0,87. Objetivo: Evaluar el tipo de actividad favorita, los cambios percibidos en dicha actividad durante la pandemia, y las experiencias de disfrute, en sus dimensiones de afecto positivo e involucramiento.

**Escala de Sentido de Realización Personal** (Schmidt *et al.*, 2022). Evalúa el grado de sentido de realización personal que perciben alcanzar los sujetos con su actividad favorita. Consta de 6 ítems con una escala Likert de cinco-puntos que mide el grado de acuerdo. La escala presenta una adecuada validez factorial y buena confiabilidad (Schmidt *et al.*, 2022). En esta muestra se halló una adecuada consistencia interna (alpha de Cronbach): 0,83. Objetivo: Evaluar las experiencias de realización personal a través de la actividad.

**Escala de Indicadores Físicos y Psicoemocionales de Estrés (Oros de Sapia & Neifert, 2006)**. Evalúa el nivel de tensión experimentado a través de tres dimensiones: síntomas cognitivos (e.g., el déficit cognitivo y el estado anímico, la dificultad para concentrarse y mantener la atención, los períodos de depresión), síntomas emocionales (e.g., nerviosismo e incapacidad para relajarse), y síntomas físicos (e.g., dolor de cabeza, calidad del sueño, agotamiento). Está compuesta por 22 ítems con una escala Likert de frecuencia de cinco-puntos (*de nunca a siempre*). La escala presenta adecuadas propiedades psicométricas (Oros de Sapia & Neifert, 2006). En esta muestra se hallaron adecuados indicadores de consistencia interna (alpha de Cronbach): nerviosismo, 0,90, síntomas cognitivos, 0,83, síntomas físicos, 0,78. Objetivo: evaluar los indicadores de estrés físico y psicoemocional.

### 3.4. Procedimiento

Debido a la situación de confinamiento por la pandemia de covid-19, se elaboró un cuestionario digital en la plataforma de Google (<https://forms.gle/9HM2WhRTx2pEd7sy7>).

Por un lado, se realizó un muestreo del tipo bola de nieve. Por otra, se recolectaron datos en dos comisiones de una universidad privada. En este último caso, la administración de los cuestionarios fue realizada por uno de los integrantes del equipo. La administración fue grupal, pero los alumnos

respondieron los cuestionarios en forma individual. En todos los casos, la participación fue voluntaria, anónima, confidencial y con consentimiento informado.

### 3.5. Análisis de datos

Para caracterizar a las actividades favoritas de los estudiantes y sus cambios durante la pandemia se realizaron análisis de frecuencias. Para comparar la búsqueda e identificación de PV en función del tipo de cambio en dicha actividad, se realizó un Análisis de Varianza unidireccional (ANOVA). Debido a que la probabilidad de alcanzar los PS deseados es una variable ordinal, la comparación se hizo con la prueba de Kruskal Wallis. Asimismo, se analizó la relación con el nivel de cambio percibido por medio de la prueba Rho de Spearman.

Se realizaron correlaciones de Pearson para estudiar la relación entre el PV, las experiencias de disfrute en la actividad, y los síntomas de estrés. Para estudiar las relaciones con la probabilidad de alcanzar los PS deseados, se utilizó la prueba Rho de Spearman. En ambos casos se utilizó el coeficiente  $r$  como indicador del tamaño de efecto y se siguieron los lineamientos de Cohen (1992) para su interpretación: pequeño = 0,10, mediano = 0,30, grande = 0,50.

Para analizar como contribuye la claridad en el autoconcepto y las experiencias en las actividades de disfrute para predecir la búsqueda e identificación de PV, se realizaron regresiones lineales simples y múltiples. Se introdujeron la claridad en el autoconcepto y las experiencias en las actividades de disfrute como variables independientes, y la búsqueda e identificación de PV como variables dependientes. Se probaron distintos modelos con el método estándar. Para la selección de las variables se tuvo en cuenta que estas fueran predictores estadísticamente significativos, así como también el aumento en el  $R^2$  ajustado, que producía su incorporación en el modelo. Se estableció el tamaño de efecto por medio de la  $f^2$  de Cohen (1992): pequeño = 0,02, mediano = 0,15, grande = 0,35.

Para conocer cómo estas variables predicen la probabilidad de alcanzar los PS deseados se realizaron regresiones logísticas binarias. Para crear una variable categórica binaria se dicotomizó la variable dividiéndola en: baja probabilidad percibida de alcanzar los PS (incluye las categorías poco probable y probable) y alta probabilidad percibida de alcanzar los PS (incorpora las

categorías bastante probable y muy probable). Se utilizó el  $R^2$  de Nagelkerke para medir el tamaño de efecto de los modelos (Bewick *et al.*, 2005). Para realizar los análisis estadísticos se utilizó el paquete estadístico SPSS para Windows, versión 26.

## 4. RESULTADOS

### 4.1. Características de las actividades favoritas realizadas por los estudiantes

Debido a que 63 participantes dejaron de realizar su actividad favorita (ver la sección Cambios en la actividad favorita), los datos que se informan se basan en los 165 participantes que continuaron realizando la actividad. Un 17,0 % (28) de los participantes refirió que su actividad favorita era de tipo físico-deportiva, un 18,2 % (30) de tipo artística, un 12,1 % (20) de tipo académica, un 3,0 % (5) laboral, un 15,2 % (25) social, un 7,3 % (12) uso de nuevas tecnologías, un 6,1 % (10) ocio pasivo, un 13,3 % (22) familiar, y un 7,9 % (13) de otro tipo. El 33,3 % (55) de los participantes refirió realizar la actividad 5 veces por semana o más, el 35,8 % (59) entre 3 y 4 veces por semana, el 25,5 % (42) entre 1 y 2 veces por semana y el 5,5 % (9) menos de una vez por semana.

### 4.2. Cambios en la actividad favorita

Un 27,6 % (63) de los estudiantes refirió que dejó de realizar su actividad favorita durante la pandemia, un 22,8 % (52) que la realizaba con menos frecuencia, un 24,1 % (55) que la realizaba de otra manera, un 3,9 % (9) que no la disfrutaba, y un 21,5 % (49) que la realiza normalmente. El 40,4 % (92) de los participantes percibió que su actividad favorita cambió mucho durante la cuarentena por covid-19, un 25,4 % (58) que cambió bastante, un 15,4 % (35) que cambió más o menos, un 7,9 % (18) que cambió poco, y un 11,0 % (25) que no cambió nada.

### 4.3. Relación entre los cambios percibidos en la actividad y la percepción de un futuro significativo

Como puede observarse en las Tablas 1 y 2, no se hallaron diferencias en función de los cambios en la actividad favorita, en la búsqueda o identificación de PV, ni en la probabilidad percibida de alcanzar los PS deseados. Tampoco se observa una asociación estadísticamente significativa entre el nivel de cambio percibido en la actividad, y la probabilidad percibida de alcanzar los PS deseados ( $r_s = 0,09$ ,  $p = 0,156$ ), la búsqueda ( $r_s = -0,05$ ,  $p = 0,491$ ) y la identificación de PV ( $r_s = 0,01$ ,  $p = 0,893$ ).

**Tabla 1.**

ANOVA unidireccional para búsqueda y sentido de propósito vital en función de los cambios en la actividad.

	ABANDONO (N = 63)			MENOR FRECUENCIA (N = 52)			CAMBIO DE MODALIDAD (N = 55)			CONTINÚA NORMALMENTE (N = 49)			F (219, 3)	F
	M	DE	95 % IC	M	DE	95 % IC	M	DE	95 % IC	M	DE	95 % IC		
Búsqueda de PV	21,05	5,90	[19,56, 22,53]	21,58	5,69	[19,99, 23,16]	21,05	5,66	[19,52, 22,58]	21,76	6,08	[20,01, 23,50]	0,21	0,891
Identificación de PV	39,24	7,81	[37,27, 41,20]	41,63	8,68	[39,22, 44,05]	39,38	7,18	[37,44, 41,32]	39,35	8,72	[36,84, 41,85]	1,09	0,355

Nota. PV = propósito vital; IC = intervalo de confianza.

**Tabla 2.**

Prueba de Kruskal Wallis para la comparación de la probabilidad percibida de alcanzar los PS deseados en función del tipo de cambio percibido en la actividad favorita.

	RANGOS PROMEDIO				X <sup>2</sup>	GL	P
	ABANDONO (N = 63)	MENOR FRECUENCIA (N = 52)	CAMBIO DE MODALIDAD (N = 55)	CONTINÚA NORMALMENTE (N = 49)			
Probabilidad percibida de alcanzar los PS deseados	107,84	113,80	110,72	107,94	0,36	3	0,949

Nota. PS = Posibles sí mismos; gl = grados de libertad.

#### 4.4. Relación entre las experiencias en las actividades de disfrute, la claridad en el autoconcepto, la percepción de un futuro significativo y los síntomas de estrés

En la Tabla 3 se presentan los resultados de las correlaciones de Pearson entre las variables del estudio. Como puede observarse, la claridad en el autoconcepto se asoció negativamente con el nerviosismo ( $r = -0,51, p < 0,001$ ), los síntomas cognitivos ( $r = -0,52, p < 0,001$ ) y los síntomas físicos de estrés ( $r = -0,45, p < 0,001$ ).

En cuanto a las experiencias en las actividades de disfrute, se encontró que el involucramiento se asoció negativamente con el nerviosismo ( $r = -0,27, p < 0,001$ ) y los síntomas físicos de estrés ( $r = -0,22, p = 0,004$ ). El afecto positivo se asoció negativamente con el nerviosismo ( $r = -0,28, p < 0,001$ ), los síntomas cognitivos ( $r = -0,26, p = 0,001$ ) y los síntomas físicos de estrés ( $r = -0,19, p = 0,010$ ). La autorrealización se asoció negativamente con el nerviosismo ( $r = -0,31, p < 0,001$ ), los síntomas cognitivos ( $r = -0,29, p < 0,001$ ) y los síntomas físicos de estrés ( $r = -0,31, p < 0,001$ ).

En cuanto a la percepción de un futuro significativo, la búsqueda de PV se asoció positivamente con el nerviosismo ( $r = 0,31, p < 0,001$ ), los síntomas cognitivos ( $r = 0,28, p < 0,001$ ) y los síntomas físicos de estrés ( $r = 0,19, p$

= 0,017). La identificación de PV se asoció negativamente con el nerviosismo ( $r = -0,38, p < 0,001$ ), los síntomas cognitivos ( $r = -0,43, p < 0,001$ ) y los síntomas físicos de estrés ( $r = -0,29, p < 0,001$ ). Por otra parte, las correlaciones de Spearman indicaron que la probabilidad percibida de alcanzar los PS deseados se asoció negativamente con el nerviosismo ( $r_s = -0,33, p < 0,001$ ), los síntomas cognitivos ( $r_s = -0,35, p < 0,001$ ) y los síntomas físicos de estrés ( $r_s = -0,36, p < 0,001$ ).

**Tabla 3.**

Correlación de Pearson entre búsqueda e identificación de PV, experiencias en las actividades de disfrute, la claridad en el autoconcepto y los síntomas de estrés.

	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.
1. Búsqueda de propósito vital	-	-0,07	-0,28**	0,03	-0,01	0,05	0,31**	0,28**	0,19*
2. Identificación de propósito vital		-	0,42**	0,40**	0,19*	0,38**	-0,38**	-0,43**	-0,29**
3. Claridad en el autoconcepto			-	0,19*	0,06	0,21**	-0,51**	-0,52*	-0,45**
4. Afecto Positivo				-	0,50**	0,52**	-0,28**	-0,26**	-0,20*
5. Involucramiento					-	0,39**	-0,27**	-0,10	-0,22**
6. Autorrealización						-	-0,31**	-0,29**	-0,31**
7. Nerviosismo							-	0,65**	0,66**
8. Síntomas cognitivos								-	0,65**
9. Síntomas físicos									-

\*  $p < 0,05$ . \*\*  $p < 0,01$ . \*\*\*  $p < 0,001$ .

#### 4.5. Relación entre las experiencias en las actividades de disfrute, la claridad en el autoconcepto y la percepción de un futuro significativo

La búsqueda de PV se asoció negativamente con la claridad en el autoconcepto ( $r = -0,28, p < 0,001$ ) (ver Tabla 3). No se encontró una asociación significativa con las experiencias de disfrute y autorrealización. Por otro lado, la identificación de PV se asoció positivamente con la claridad en el autoconcepto ( $r = 0,42, p < 0,001$ ), el afecto positivo ( $r = 0,40, p < 0,001$ ), el involucramiento ( $r = 0,19, p = 0,016$ ) y la autorrealización ( $r = 0,38, p < 0,001$ ). La probabilidad percibida de alcanzar los PS deseados se asoció positivamente con la claridad en el autoconcepto ( $r_s = 0,33, p < 0,001$ ), el afecto positivo ( $r_s =$

0,22,  $p = 0,005$ ) y la autorrealización ( $r_s = 0,22$ ,  $p < 0,005$ ). Por último, no tuvo relación con el involucramiento ( $r_s = 0,08$ ,  $p = 0,288$ ).

#### 4.6. Modelos de regresión lineal para predecir el sentido de propósito vital

**Tabla 4.**

Modelos de regresión lineal para la predicción del Sentido de propósito vital.

PREDICTOR	COEFICIENTE			AJUSTE DEL MODELO		
	B	B	IC <sub>95</sub> (B)	BÚSQUEDA DE PV		
				R <sup>2</sup> AJUSTADO	F(GL)	F <sup>2</sup>
Claridad en el autoconcepto	-0,23	-0,28***	[-0,37, -0,11]	0,07	13,31*** (164)	0,08
	IDENTIFICACIÓN DE PV					
Afecto positivo	0,51	0,24**	[0,19, 0,82]	0,30	24,02*** (164)	0,43
Claridad en el autoconcepto	0,42	0,34***	[0,26, 0,59]			
Autorrealización	0,32	0,19*	[0,06, 0,57]			

Nota. PV = propósito vital; IC = intervalo de confianza; gl = grados de libertad.

\*  $p < 0,05$ . \*\*  $p < 0,01$ . \*\*\*  $p < 0,001$ .

En primer lugar, se analizó la adecuación de los modelos estudiados. A partir del análisis del gráfico de distribución de los residuos se comprobó la normalidad en dicha distribución. Por medio del análisis de los gráficos de probabilidad normal de residuos y de dispersión de los residuos se corroboró el cumplimiento del supuesto de homoscedasticidad para los modelos. Por otra parte, los valores obtenidos por el Test de Durbin-Watson (búsqueda de PV, 1,93; identificación de PV, 1,87) son adecuados, lo que indica la ausencia de autocorrelación de los residuos. Por último, en el caso de los modelos con más de una variable independiente, se obtuvieron coeficientes de tolerancia adecuados (0,72 a 0,95) indicando la ausencia de multicolinealidad (Hair *et al.*, 2001).

En la Tabla 4 se presentan los resultados de los modelos que mejor predicen la búsqueda e identificación de PV. El único predictor de la búsqueda de PV fue la claridad en el autoconcepto. Bajos niveles en la claridad en el autoconcepto predicen mayores niveles de búsqueda de propósito. El porcentaje de varianza explicada por el modelo fue del 7 %. El tamaño de efecto es bajo.

Los predictores para la identificación de PV fueron la claridad en el autoconcepto, la autorrealización y el afecto positivo experimentado en la actividad.

El porcentaje de varianza explicada por el modelo fue del 31%. El tamaño de efecto fue alto.

#### 4.7. Modelo de regresión logística para predecir la probabilidad de alcanzar los PS deseados

**Tabla 5.**

Modelo de regresión logística para la predicción de la probabilidad percibida de alcanzar los posibles sí mismos deseados

LIKELIHOOD RATIO TEST			R <sup>2</sup> COX SNELL		R <sup>2</sup> NAGERLKERKE		
X <sup>2</sup>	GL	P					
11,25***	1	<0,001	0,07			0,09	
CAPACIDAD PREDICTIVA (%)			GLOBAL	BAJA PROBABILIDAD	ALTA PROBABILIDAD		
			64,2	57,0	70,9		
VARIABLES EN LA ECUACIÓN	B	EE	WALD	GL	P	OR	95% IC OR
Claridad en el autoconcepto	0,08**	0,03	10,34	1	0,001	1,08	[1,03; 1,14]

Nota. EE = error estándar; OR = odd ratios; IC = intervalo de confianza; gl = grados de libertad.

\*\* p < 0,01. \*\*\*p < 0,001.

En cuanto a la probabilidad percibida de alcanzar los PS deseados, se encontró que el único predictor fue la claridad en el autoconcepto (ver Tabla 5). Cuanto mayor es la claridad en el autoconcepto, mayor es la percepción de que es probable alcanzar los PS deseados. La capacidad global del modelo para predecir dicha percepción fue del 64,2 %, pudiendo clasificar correctamente el 70,9 % de los casos que perciben una alta probabilidad de alcanzar los PS deseados y el 57,0 % de los casos que perciben una baja probabilidad de hacerlo. El R<sup>2</sup> bajo obtenido indica que es poca la proporción de la variación que logra explicar.

## 5. DISCUSIÓN

El objetivo de este trabajo fue analizar la relación entre las experiencias en las actividades de disfrute, la claridad en el autoconcepto y la percepción de un futuro significativo en jóvenes que cursan estudios superiores. Considerando que este estudio se llevó a cabo en el contexto de la pandemia de covid-19, se incorporó a los objetivos caracterizar las actividades de disfrute y los cambios en dichas actividades asociados con este contexto. Por otro lado, también se indagó la asociación de las variables estudiadas con los síntomas de estrés.

Los resultados muestran que una gran parte de los participantes (27,6 %) dejó de realizar su actividad favorita durante la pandemia, y casi la mitad la realiza con menos frecuencia, de otra manera, o no la disfruta. Solo un 21,5 % de los participantes continúa realizando la actividad normalmente.

Asimismo, más de la mitad de los estudiantes percibe grandes cambios en su actividad de disfrute durante la cuarentena.

Entre los participantes que continúan realizando la actividad, las actividades de disfrute más prevalentes son las sociales, las físico-deportivas y las artísticas. Estos resultados coinciden con estudios realizados con adolescentes y adultos emergentes en los que se encontró que estos eran los tipos de actividad más prevalente (Schmidt *et al.*, 2022). Por otro lado, más de la mitad de los estudiantes refieren realizar la actividad elegida más de tres veces por semana.

Si bien los participantes refieren grandes cambios en las actividades que realizan, estos cambios no se asociaron ni con la búsqueda o identificación de PV, ni con la probabilidad percibida de alcanzar los PS deseados. Esto permite pensar que estas variables son considerablemente estables y que cambios contextuales situacionales no logran modificarlas. Si bien sería necesario, estudiar estas relaciones a lo largo del tiempo para poder dar apoyo a esta interpretación, se puede pensar que el desarrollo de la percepción de un futuro significativo puede ser un recurso para la resiliencia en tiempos de crisis (Hill *et al.*, 2021).

En concordancia con lo anterior, se encontró que la claridad en el autoconcepto, la probabilidad de alcanzar los PS deseados, la identificación de PV, la autorrealización y el disfrute, se asocian a menores síntomas de estrés. Por otro lado, la búsqueda de propósito se asocia a mayores síntomas de estrés. Por lo tanto, se encontraron evidencias a favor de la primera hipótesis. Estos resultados son consistentes con los hallados en estudios realizados en forma contemporánea a este. Tanto el sentido de PV (Hill *et al.*, 2021) como la claridad en el autoconcepto (Alessandri *et al.*, 2021; Lee, 2021) han funcionado como factores protectores en el contexto de la pandemia. Por otra parte, la percepción de que es probable alcanzar una imagen positiva de uno mismo, se asocia a un mayor bienestar, optimismo y autoestima (ver Oyserman & James, 2011 para una revisión). Por lo tanto, es esperable que pueda amortiguar el impacto de situaciones estresantes. Por último, las experiencias de disfrute, también constituyen un aspecto inherente al bienestar (González-Hernández *et al.*, 2019; Núñez *et al.*, 2017) y pueden funcionar como protectoras. Una cuestión que es importante tener en cuenta al interpretar estos resultados es que, debido a que este estudio tiene diseño transversal, no se conocen los niveles de estas variables antes del estudio. Es decir, no se sabe si los niveles de estrés se mantuvieron o aumentaron respecto de sus niveles antes de la pandemia. Tampoco, si las variables



estudiadas realmente lograron amortiguar el impacto de las demandas de la pandemia, o estas asociaciones ya estaban presentes desde antes. Lo que puede afirmarse es que se asocian a menores niveles de estrés aún en un contexto de incertidumbre y cambio.

En cuanto a la contribución relativa de las experiencias en las actividades de disfrute y la claridad en el autoconcepto para explicar los PS y el sentido de PV de los estudiantes, se encontró que solo la claridad en el autoconcepto predice la búsqueda de PV y la probabilidad percibida de alcanzar los PS deseados. De este modo, solo se encontraron evidencias parciales para las hipótesis 2 y 4, ya que las experiencias en las actividades de disfrute no tuvieron poder predictivo respecto de estas variables. Con respecto a la búsqueda de PV es importante tener en cuenta que esta es una variable compleja, ya que puede asociarse o no a la identificación de PV. De este modo, la relación con otras variables puede cambiar dependiendo de si se asocia a la identificación de PV o no (ver Pfund & Hill, 2018 para una revisión). Por lo tanto, sería conveniente que futuras investigaciones indaguen si la relación con las experiencias de disfrute varía en función de diferentes perfiles de búsqueda e identificación de PV.

Con respecto a la probabilidad percibida de alcanzar los PS deseados, es importante tener en cuenta que, como se mencionó anteriormente, este estudio tiene un diseño transversal. La claridad en el autoconcepto es un constructo considerablemente estable (Lodi-Smith & Crocetti, 2017), por lo que cabe preguntarse si las experiencias en las actividades de disfrute repetidas en el tiempo, se asociarían con dicha percepción. También es importante tener en cuenta que los PS pueden tener distintos contenidos (e.g., referirse al dominio de la familia, la profesión, los estudios). ¿Se relacionarán las experiencias en las actividades de disfrute con algunos dominios de los PS más que con otros? Por otro lado, los PS tienen distintos puntos de referencia temporal. En este estudio se propuso como punto de referencia temporal “dentro de cinco años”. Por lo tanto, surge el interrogante sobre si las experiencias de disfrute se asociaran con la probabilidad percibida de alcanzar los PS deseados más próximos (e.g., del próximo año).

Las experiencias de afecto positivo y autorrealización, junto con una alta claridad en el autoconcepto, sí predijeron la identificación de PV. Esto aporta evidencias a favor de la hipótesis 2. Este resultado es coherente con lo que sostiene la literatura sobre PV. Un paso clave para facilitar el desarrollo de un PV, es la participación en la infancia y adolescencia en actividades con propósito (*purposeful activities*, e.g., los voluntariados, actividades religiosas

o artísticas). Las experiencias en estas actividades permiten reconocer capacidades y talentos, valores e intereses, al mismo tiempo que se descubre que dichas actividades son significativas para uno mismo (Bronk, 2014). Las actividades, en general, y las favoritas, en particular, han mostrado permitir el desarrollo de un PV maduro (Reilly & Mariano, 2021) y ser un medio para vehicularlo y comprometerse con él (Malin *et al.*, 2017).

## 6. LIMITACIONES Y RECOMENDACIONES

Este estudio tiene una serie de limitaciones que es necesario tener en cuenta. En primer lugar, como ya se mencionó, por ser un estudio transversal y correlacional, no pueden inferirse relaciones de causa efecto a partir de los resultados encontrados. En segundo lugar, como la muestra no es probabilística las conclusiones no pueden generalizarse a todos los estudiantes de nivel superior de Argentina. Asimismo, debe tenerse particular consideración respecto del momento sociohistórico en que se realizó el estudio.

Por otro parte, es necesario señalar que debido al tamaño de la muestra existe una serie de relaciones que no se pudieron indagar. En primer lugar, el efecto moderador del tipo de actividad y de la carrera sobre las relaciones estudiadas. En segundo lugar, el efecto moderador del género y la edad. ¿Difieren estas relaciones entre varones y mujeres? ¿difieren entre los adultos emergentes y los adultos?

Por otro lado, sería interesante que en futuros estudios se considere el análisis cualitativo del contenido de los PS y del PV, así como de las experiencias en las actividades de disfrute. Variables tan complejas como estas se benefician particularmente de los enfoques mixtos (Hernández-Sampieri & Mendoza Torres, 2018). Asimismo, deberá profundizarse el análisis de las relaciones encontradas proponiendo modelos de mediación y moderación.

## 7. CONCLUSIONES

Los hallazgos de este trabajo muestran que la mayoría de los estudiantes percibieron grandes cambios en las actividades de disfrute durante la cuarentena por covid-19. De todos modos, dichos cambios no se asociaron con la forma en que se perciben a sí mismos en el futuro, ni con su sentido de propósito en la vida. Por otro lado, la claridad en el autoconcepto, la probabilidad de alcanzar los PS deseados, la identificación de PV, la autorrealización y el disfrute, se asocian a menores síntomas de estrés. Sin embargo, la búsqueda de propósito se asocia a mayores síntomas de estrés.

Entre los factores estudiados, la claridad en el autoconcepto es la que muestra la mayor asociación con la percepción de un futuro significativo. En primer lugar, predice la probabilidad de alcanzar los PS deseados y la búsqueda de PV. En segundo lugar, junto con el afecto positivo y la autorrealización experimentados en la actividad predicen la identificación de PV.

Por lo tanto, estos resultados tienen implicancias para el trabajo con los estudiantes en distintos ámbitos. Por un lado, señalan la importancia del trabajo para generar un autoconocimiento claro y estable. Al mismo tiempo, muestra la importancia de promover experiencias de disfrute y realización personal, por su incidencia en el ámbito psicológico y académico, y el importante papel en el bienestar (González-Hernández *et al.*, 2019; Núñez *et al.*, 2017). Todo lo expuesto, muestra la necesidad, desde los ámbitos de educación superior, de favorecer estas experiencias, así como la exploración del autoconocimiento, valores e intereses, que promuevan la identificación de metas, como factor de protección frente a los efectos y consecuencias del contexto altamente demandantes e inciertos. Futuros estudios deberán estudiar posibles intervenciones en los estudiantes con el objetivo de optimizar la etapa universitaria.

## 8. HIGHLIGHTS (IDEAS CLAVES)

La percepción de un futuro significativo y las experiencias positivas en las actividades de disfrute se asocian a menores síntomas de estrés durante la cuarentena por covid-19.

La claridad en el autoconcepto predijo la probabilidad de alcanzar los PS deseados y la búsqueda de PV. La claridad en el autoconcepto, el afecto positivo y la autorrealización en la actividad predijeron la identificación de PV.

**Conflicto de intereses:** Declaramos no poseer conflicto de intereses.

**Financiamiento:** Este proyecto fue financiado por la Universidad Centro de Altos Estudios en Ciencias Exactas (UCAECE). Proyecto: Percepción de un futuro significativo en estudiantes universitarios y su relación con el autoconcepto y las experiencias positivas en actividades de disfrute (Resolución N° 306/2019).

**Agradecimientos:** Se agradece a los/as profesores y estudiantes por su colaboración en la recolección de datos para este proyecto.

**Descargo de responsabilidad:** Las autoras declaran que las opiniones expresadas en el artículo son propias. Molina, M. F. contribuyó con la conceptualización, curación de datos, análisis formal, investigación, metodología, administración del proyecto,

recursos, validación, escritura del borrador original y revisión y edición. Iribarne, K. contribuyó con la conceptualización, investigación, administración del proyecto, recursos, escritura del borrador original y revisión y edición. Menéndez, M. A. contribuyó con la investigación, recursos, escritura del borrador original y revisión y edición. Álvarez Ituraín, A. R. contribuyó con la investigación, escritura del borrador original y revisión y edición.

## REFERENCIAS

- Alessandri, G., De Longis, E., Golfieri, F., & Crocetti, E. (2021). Can self-concept clarity protect against a pandemic? A daily study on self-concept clarity and negative affect during the covid-19 outbreak. *Identity, 21*(1), 6–19. <https://doi.org/10.1080/15283488.2020.1846538>
- Arnett, J. J., & Mitra, D. (2020). Are the features of emerging adulthood developmentally distinctive? A comparison of ages 18–60 in the United States. *Emerging Adulthood, 8*(5), 412–419. <https://doi.org/10.1177/2167696818810073>
- Bak, W. (2015). Possible selves: Implications for psychotherapy. *International Journal of Mental Health and Addiction, 13*(5), 650–658. <https://doi.org/10.1007/s11469-015-9553-2>
- Bennett, D., Roberts, L., & Creagh, C. (2016). Exploring possible selves in a first-year physics foundation class: Engaging students by establishing relevance. *Physical Review Physics Education Research, 12*(1), 1–11. <https://doi.org/10.1103/PhysRevPhysEducRes.12.010120>
- Berger, C., Deutsch, N., Cuadros, O., Franco, E., Rojas, M., Roux, G., & Sanchez, F. (2020). Adolescent peer processes in extracurricular activities: Identifying developmental opportunities. *Children and Youth Services Review, 118*, 1–9. <https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2020.105457>
- Bewick, V., Cheek, L., & Ball, J. (2005). Statistics review 14: Logistic regression. *Critical Care, 9*(1), 112–118. <https://doi.org/10.1186/cc3045>
- Bronk, K. C. (2014). Purpose in life. A critical component of optimal youth development (1st ed.). Springer. <https://doi.org/10.1007/978-94-007-7491-9>
- Bundick, M. J. (2011). Extracurricular activities, positive youth development, and the role of meaningfulness of engagement. *Journal of Positive Psychology, 6*(1), 57–74. <https://doi.org/10.1080/17439760.2010.536775>
- Campbell, J. D., Trapnell, P. D., Heine, S. J., Katz, I. M., Lavallee, L. F., & Lehman, D. R. (1996). Self-concept clarity: Measurement, personality correlates, and cultural boundaries. *Journal of Personality and Social Psychology, 70*(1), 141–156. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.70.1.141>
- Carpio-Fernández, M. V., García-Linares, M. C., Cerezo-Rusillo, M. T., & Casanova-Arias, P. F. (2021). covid-19: uso y abuso de internet y teléfono móvil en estudiantes universitarios. *Revista INFAD De Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology, 2*(1), 107–116. <https://doi.org/https://doi.org/10.17060/ijodaep.2021.n1.v2.2123>
- Cohen, J. (1992). A power primer. *Psychological Bulletin, 112*(1), 155–159. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.112.1.155>
- Corte, C., Lee, C. K., Stein, K. F., & Raszewski, R. (2022). Possible selves and health behavior in adolescents: A systematic review. *Self and Identity, 21*(1), 15–41. <https://doi.org/10.1080/15298868.2020.1788137>
- Damon, W., Menon, J., & Bronk, K. C. (2003). The development of purpose during adolescence. *Applied Developmental Science, 7*(3), 119–128. [http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1207/S1532480XADS0703\\_2](http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1207/S1532480XADS0703_2)

- de Place, A.-L., & Brunot, S. (2020). Motivational and behavioral impact of possible selves: When specificity matters. *Imagination, Cognition and Personality*, 39(4), 329–347. <https://doi.org/10.1177/0276236619864275>
- DeWitz, S. J., Woolsey, M. L., & Walsh, W. B. (2009). College student retention: An exploration of the relationship between self-efficacy beliefs and purpose in life among college student. *Journal of College Student Development*, 50(1), 19–34. <https://doi.org/10.1353/csd.0.0049>
- Erikson, M. G. (2007). The meaning of the future: Toward a more specific definition of possible selves. *Review of General Psychology*, 11(4), 348–358. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.11.4.348>
- Erikson, M. G. (2019). Potentials and challenges when using possible selves in studies of higher education. In H. Henderson, J. Stevenson, & A.-M. Bathmaker (Eds.), *Possible selves and higher education: New interdisciplinary insights* (pp. 13–26). Routledge. <https://doi.org/https://doi.org/10.4324/9781315104591>
- Fite, R. E., Lindeman, M. I. H., Rogers, A. P., Voyles, E., & Durik, A. M. (2017). Knowing oneself and long-term goal pursuit: Relations among self-concept clarity, conscientiousness, and grit. *Personality and Individual Differences*, 108(1), 191–194. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.12.008>
- Frazier, L. D., Schwartz, B. L., & Metcalfe, J. (2021). The MAPS model of self-regulation: Integrating metacognition, agency, and possible selves. *Metacognition and Learning*, 16(2), 297–318. <https://doi.org/10.1007/s11409-020-09255-3>
- González-Hernández, J., Gómez-López, M., Pérez-Turpin, J. A., Muñoz-Villena, A., & Andreu-Cabrera, E. (2019). Perfectly active teenagers. When does physical exercise help psychological well-being in adolescents? *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(22), 4525. <https://doi.org/10.3390/ijerph16224525>
- González Velázquez, L. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios asociados a la pandemia por covid-19. *Revista Espacio I+D Innovación Más Desarrollo*, 9(25), 158–179. <https://doi.org/10.31644/imasd.25.2020.a10>
- Hair, J., Anderson, R., Tatham, R., & Black, W. (2001). *Análisis multivariante* (5th ed.). Prentice Hall Iberia.
- Harrison, N. (2018). Using the lens of ‘possible selves’ to explore access to higher education: A new conceptual model for practice, policy, and research. *Social Sciences*, 7(10), 209. <https://doi.org/10.3390/socsci7100209>
- Hernández-Sampieri, R., & Mendoza Torres, C. P. (2018). *Metodología de la Investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Mc Graw Hill.
- Hill, P. L., Edmonds, G. W., Peterson, M., Luyckx, K., & Andrews, J. A. (2016). Purpose in life in emerging adulthood: Development and validation of a new brief measure. *Journal of Positive Psychology*, 11(3), 237–245. <https://doi.org/10.1080/17439760.2015.1048817>
- Hill, P. L., Klaiber, P., Burrow, A. L., DeLongis, A., & Sin, N. L. (2021). Purposefulness and daily life in a pandemic: Predicting daily affect and physical symptoms during the first weeks of the covid-19 response. *Psychology and Health*, 0(0), 1–17. <https://doi.org/10.1080/08870446.2021.1914838>
- Johnson, M. C., Saletti-Cuesta, L., & Tumas, N. (2020). Emociones, preocupaciones y reflexiones frente a la pandemia del covid-19 en Argentina. *Ciencia e Saude Coletiva*, 25(1), 2447–2456. <https://doi.org/10.1590/1413-81232020256.1.10472020>
- Kiang, L., Malin, H., & Sandoz, A. (2020). Discovering Identity and Purpose in the Classroom: Theoretical, Empirical, and Applied Perspectives. In A. L. Burrow & P. L. Hill (Eds.), *The Ecology of Purposeful Living Across the Lifespan*. Springer. [https://doi.org/10.1007/978-3-030-52078-6\\_6](https://doi.org/10.1007/978-3-030-52078-6_6)

- Lee, D.-J. (2021). Relationships among the degree of participation in physical activity, self-concept clarity, and covid-19 stress in adolescents. *Healthcare*, 9(4), 1–14. <https://doi.org/https://www.mdpi.com/2227-9032/9/4/482>
- Light, A. E. (2017). Self-concept clarity, self-regulation, and psychological well-being. In J. Lodi-Smith & K. G. DeMarree (Eds.), *Self-Concept Clarity. Perspectives on Assessment, Research, and Applications* (pp. 177–193). Springer International Publishing. [https://doi.org/https://doi.org/10.1007/978-3-319-71547-6\\_10](https://doi.org/https://doi.org/10.1007/978-3-319-71547-6_10)
- Lodi-Smith, J., & Crocetti, E. (2017). Self-concept clarity development across the lifespan. In J. Lodi-Smith & K. G. DeMarree (Eds.), *Self-Concept Clarity. Perspectives on Assessment, Research, and Applications*. Springer International Publishing. <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/978-3-319-71547-6>
- Lovón Cueva, M. A., & Cisneros Terrones, S. A. (2020). Repercusiones de las clases virtuales en los estudiantes universitarios en el contexto de la cuarentena por covid- 19: El caso de la PUCP. *Propósitos y Representaciones*, 8(3), e588. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.20511/pyr2020.v8nSPE3.588>
- Malin, H., Liauw, I., & Damon, W. (2017). Purpose and character development in early adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 46(6), 1200–1215. <https://doi.org/10.1007/s10964-017-0642-3>
- Malin, H., Reilly, T. S., Quinn, B., & Moran, S. (2014). Adolescent purpose development: Exploring empathy, discovering roles, shifting priorities, and creating pathways. *Journal of Research on Adolescence*, 24(1), 186–199. <https://doi.org/10.1111/jora.12051>
- Mariano, J. M. (2014). Introduction to special section: Understanding paths to youth purpose—Why content and contexts matter. *Applied Developmental Science*, 18(3), 139–147. <https://doi.org/10.1080/10888691.2014.924356>
- Markus, H., & Nurius, P. (1986). Possible Selves. *American Psychologist*, 41(9), 954–969. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.41.9.954>
- Mikalsen, H. K., & Lagestad, P. A. (2020). What’s in it for me? Young teenagers’ meaning-making experiences of movement activities. *Sport, Education and Society*, 25(1), 70–83. <https://doi.org/10.1080/13573322.2018.1546170>
- Molina, M. F. (2018). Cuestionario de los posibles sí mismos. Manuscrito Inédito.
- Molina, M. F., & Iribarne, K. (2021). Adaptación de la Escala de Claridad en el Autoconcepto. Un estudio en estudiantes universitarios argentinos. *Revista de Psicología*, 30(2), 1–14. <https://doi.org/10.5354/0719-0581.2021.54510>
- Molina, M. F., & Iribarne, K. (2022). Propósito vital y su relación con las actividades extracurriculares y laborales en estudiantes universitarios. *Psicología, Conocimiento y Sociedad*, 12(3), 26–56. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.26864/PCS.v12.n3.2>
- Molina, M. F., Iribarne, K., & Alvarez Iturain, A. (en prensa). Percepción de un futuro significativo y su relación con el autoconcepto en jóvenes que inician sus estudios universitarios. *ScientiAmericana*.
- Núñez, J. C., Gázquez, J. C., Pérez-Fuentes, M. C., Molero, M. M., Martos, Á., Barragán, A. B., & Simón, M. M. (2017). *Psicología y Educación para la Salud*. Scinfofer.
- Oros de Sapia, L. B., & Neifert, I. (2006). Construcción y validación de una escala para evaluar indicadores físicos y psicoemocionales de estrés. *Revista Evaluar*, 6(1), 1–14. <https://doi.org/10.35670/1667-4545.v6.n1.531>
- Oyserman, D., & James, L. (2011). Possible identities. In S. J. Schwartz, K. Luyckx, & V. L. Vignoles (Eds.), *Handbook of Identity Theory and Research* (pp. 117–145). Springer Link. <https://doi.org/10.1007/978-1-4419-7988-9>

- Pfund, G. N., & Hill, P. L. (2018). The multifaceted benefits of purpose in life. *The International Forum for Logotherapy*, 41(1), 27–37. <https://www.researchgate.net/publication/330565076>
- Reilly, T. S., & Mariano, J. M. (2021). Fostering mature purpose beyond the classroom: Considering family and other institutions in agentic purpose commitment. *Estudios de Psicología (Campinas)*, 38, 1–13. <https://doi.org/10.1590/1982-0275202138e210115>
- Rosario-Rodríguez, A., González-Rivera, J. A., Cruz-Santos, A., & Rodríguez-Ríos, L. (2020). Demandas tecnológicas, académicas y psicológicas en estudiantes universitarios durante la pandemia por covid-19. *Revista Caribeña de Psicología*, 4(2), 176–185. <https://doi.org/10.37226/rcp.v4i2.4915>
- Ryan, R., & Deci, E. (2017). *Self-Determination Theory. Basic psychological needs in motivation, development and wellness*. The Guilford Press. <https://www.guilford.com/books/Self-Determination-Theory/Ryan-Deci/9781462538966>
- Schmidt, V., Molina, M. F., Celsi, I., & Corti, J. F. (2022). La experiencia de disfrute en estudiantes secundarios y universitarios. Su contribución a la realización personal. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación Del Profesorado*, 25(2), 59–78. <https://doi.org/https://doi.org/10.6018/reifop.517201>
- Schwartz, S. J., Meca, A., & Petrova, M. (2017). Who am I and why does it matter? Linking personal identity and self-concept clarity. In J. Lodi-Smith & K. G. DeMarree (Eds.), *Self-Concept Clarity. Perspectives on Assessment, Research, and Applications* (pp. 145–164). Springer International Publishing. [https://doi.org/https://doi.org/10.1007/978-3-319-71547-6\\_8](https://doi.org/https://doi.org/10.1007/978-3-319-71547-6_8)
- Sharma, G., & Yukhymenko-Lescroart, M. (2018). The relationship between college students' sense of purpose and degree commitment. *Journal of College Student Development*, 59(4), 486–491. <https://doi.org/10.1353/csd.2018.0045>
- Smith, J. L., Harrison, P. R., Kurtz, J. L., & Bryant, F. B. (2014). Nurturing the capacity to savor: Interventions to enhance the enjoyment of positive experiences. In A. C. Parks & S. M. Schueller (Eds.), *Positive psychological interventions* (pp. 42–65). The Wiley Blackwell handbook of positive psychological interventions. <https://doi.org/https://doi.org/10.1002/9781118315927.ch3>
- Son, C., Hegde, S., Smith, A., Wang, X., & Sasangohar, F. (2020). Effects of covid-19 on college students' mental health in the United States: Interview survey study. *Journal of Medical Internet Research*, 22(9), 1–14. <https://doi.org/10.2196/21279>
- Stevenson, J., & Clegg, S. (2011). Possible selves: Students orientating themselves towards the future through extracurricular activity. *British Educational Research Journal*, 37(2), 231–246. <https://doi.org/10.1080/01411920903540672>
- Sumner, R., Burrow, A. L., & Hill, P. L. (2015). Identity and purpose as predictors of subjective well-being in emerging adulthood. *Emerging Adulthood*, 3(1), 46–54. <https://doi.org/10.1177/2167696814532796>
- Vandell, D. L., Larson, R. W., Mahoney, J. L., & Watts, T. W. (2015). Children's Organized Activities. In W. F. Overton, P. C. Molenaar, M. H. Bornstein, & T. Leventhal (Eds.), *Handbook of child psychology and developmental science: Vol. IV (7ma ed., pp. 305–344)*. John Wiley & Sons. <https://doi.org/10.1002/9781118963418>
- Wenjun, C., Ziwei, F., Guoqiang, H., Mei, H., Xinrong, X., Jiabin, D., & Jianzhong, Z. (2020). The psychological impact of the covid-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry Research*, 287, 1–5. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112934>
- Wu, Y.-C., & Lee, C. -k. (2022). Associations of content domain-specific possible selves with adolescent drinking behaviors. *The Journal of School Nursing*, 105984052211126. <https://doi.org/10.1177/10598405221112695>

- Zhang, M. X., Mou, N. L., Tong, K. K., & Wu, A. M. (2018). Investigation of the effects of purpose in life, grit, gratitude, and school belonging on mental distress among Chinese emerging adults. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(10), 1–12. <https://doi.org/10.3390/ijerph15102147>
- Zhizhong, W., & Koenig, H. (2016). Religion, purpose in life , social support , and psychological distress in Chinese university students. *Journal of Religion and Health*. Artículo Publicado Primero *Online*. <https://doi.org/10.1007/s10943-016-0184-0>

**Esta obra está bajo:** Creative commons attribution 4.0 international license. El beneficiario de la licencia tiene el derecho de copiar, distribuir, exhibir y representar la obra y hacer obras derivadas siempre y cuando reconozca y cite la obra de la forma especificada por el autor o el licenciente.

