

Un mañana significativo: el sentido de vida y la perspectiva de tiempo futuro

A significant tomorrow: sense of life and future time perspective

César Augusto Osorio Castaño

Universidad Católica de Colombia

Recibido: 13 de febrero de 2020; aceptado: 15 de abril de 2020*

Resumen

Los conceptos de perspectiva de tiempo futuro y sentido de vida han sido estudiados durante las últimas décadas por la psicología, pero, no existen investigaciones que los relacionen. Ambos conceptos han mostrado tener impacto en el bienestar y la calidad de vida de las personas. Es por esto, que el objetivo de este estudio fue investigar la relación entre el sentido de vida y la perspectiva de tiempo futuro. Se realizó un estudio descriptivo exploratorio de tipo correlacional. Los participantes fueron 72 jóvenes entre los 18 y los 22 años ($M = 19.7$ y $DE = 1.061$). Los instrumentos utilizados son la Escala Dimensional de Sentido de Vida y la Escala de Perspectiva de Tiempo Futuro. Los datos recolectados fueron analizados en SPSS 22.0 y se obtuvo un coeficiente de correlación de Pearson. Los hallazgos muestran que los conceptos de sentido de vida y perspectiva de tiempo futuro correlacionan positiva y significativamente; $r = 0.720$ (0.000) ($p < 0.001$). Se discuten, además, los resultados a la luz de futuras intervenciones e investigaciones a realizar.

Palabras clave: Sentido de vida, perspectiva de tiempo futuro, jóvenes y bienestar.

Abstract

The concepts of future time perspective and meaning of life have been studied during the last decades by psychology, but, there are no investigations that relate them. Both concepts have been shown to have an impact on people's well-being and quality of life. The aim of this study was to investigate the relationship between the meaning of life and the future time perspective. An exploratory descriptive study of correlation type was carried out. The participants were 72 young people between 18 and 22 years old ($M = 19.7$ and $SD = 1.061$). The instruments used were the Dimensional Life Sense Scale (Escala Dimensional de Sentido de Vida) and the Future Time Perspective Scale (Escala de Perspectiva de Tiempo Futuro). The data collected were analyzed in SPSS 22.0 and a Pearson correlation coefficient was obtained. The findings show that the concepts of sense of life and future time perspective correlate positively and significantly; $r = 0.720$ (0.000) ($p < 0.001$). In addition, the findings are discussed related to future interventions and research to be carried out.

Key words: Meaning of life, future time perspective, young people, well-being.

Introducción

Sentido de vida (SV) y perspectiva de tiempo futuro (PTF) son dos conceptos que tienen diferentes coincidencias: han comenzado a estudiarse con mayor profundidad en los últimos años y ambos han mostrado correlacionar de forma importante con diferentes variables relacionadas con el bienestar humano, lo que les ha dado un puesto central en el desarrollo de diversas intervenciones. El sentido de vida, puede

definirse como la percepción afectiva y cognitiva de valores que invitan a la persona a actuar frente a una situación o la vida en general, confiriéndole identidad y coherencia personal (Martínez, 2013). Los conceptos alrededor del sentido de vida son múltiples, y este es un campo de discusión amplio dentro la filosofía y la psicología, por esto es pertinente la definición expuesta pues es la que más acercamiento empírico ha tenido y ha sido formulada precisamente con este propósito. Aunque, pueden presentarse otras definiciones como la de Fabry (2015) que apunta que el sentido es la capacidad que nos permite dar respuesta a las tareas particulares que se nos presentan día a día en la vida.

Definir el concepto de perspectiva de tiempo futuro tampoco es una tarea fácil, pues parecen existir definiciones para

* Las fechas de recepción y aceptación del presente artículo son posteriores a la fecha de publicación debido a retrasos logísticos que tuvo la revista durante el año de 2019

cada estudio que se ha realizado sobre el tema. Sin embargo, según lo expuesto por Husman y Lens (1999), existen cuatro fuentes teóricas clásicas.

Lewin (1942) quien plantea la PTF como la forma en que la persona se plantea las metas a futuro y el tiempo en que espera estas se cumplan; Fraisse (1963) quien lo centra más en la expectativa que tiene la persona de un futuro prometedor; Nuttin y Lens (1985) quienes dicen que la PTF está directamente relacionada con la motivación (mejores metas si se tiene una mejor visión de futuro) y Gjesme (1983) quien define la PTF como la capacidad de anticipar el futuro, realizando planes y proyectos.

Definiciones más recientes como la de Lizandro y Gallegos (2016) plantean la PTF como la representación cognitiva del futuro en el presente, así como las metas y la ubicación temporal de estas; la PTF como la percepción del tiempo de vida que le queda a un individuo (Coudin & Lima, 2011); o la PTF caracterizada no sólo en extensión sino también en contenido (no sólo cuándo, sino también, qué y cómo) (Gomes, 2015b), también es posible encontrar la PTF vista en dos dominios: como limitada (viendo solo metas a corto plazo) o a largo plazo (Gellert, Ziegelmann, Lippke & Schwarzer 2012).

A consecuencia de esta dificultad conceptual, viene la dificultad en su medición, y en el poder definir si se trata de un concepto multidimensional o unidimensional (del Río-González & Herrera, 2006), quienes además definen la PTF como la tendencia del sujeto a centrarse en el marco del tiempo futuro.

Más allá de las definiciones, ambos conceptos han mostrado una importante relación con variables de bienestar en diferentes estudios. Un estudio realizado encontró que el SV era una variable mediadora entre la creencia religiosa o científica y la percepción de bienestar subjetivo (Aghababaei et al., 2016). Mayor presencia de SV, mayor bienestar subjetivo y felicidad (Cohen & Cairn, 2012). El SV predice en un 34% la varianza en el bienestar subjetivo (Doğan, Sapmaz, Tel, Sapmaz & Temizel, 2012). Además, las variables de SV y bienestar subjetivo previenen el desarrollo de conductas riesgosas o poco saludables (Bras-sai, Piko & Steger, 2011; García-Alandete, 2014).

Kállay (2015) encontró que el SV y el bienestar psicológico tienen una correlación negativa con la presencia de síntomas depresivos. La variable SV muestra una correlación significativa negativa con complicaciones en salud mental (Bonab, Lavasani & Rahimi, 2007; Wang & Zhang, 2016; Aviad-Wilchek, Ne'eman-Haviv & Malka, 2016). Por otro lado, el SV correlaciona con una mejor percepción de salud y menor presencia de problemas médicos (Kim, Strecher & Riff, 2014; Steger, Fitch-Martin, Donnelly & Rickard, 2015).

La PTF también ha correlacionado con diferentes variables relacionadas con el bienestar y la salud: motivación y metas en adolescentes (Lizandro & Gallegos, 2016); aplazamiento de la gratificación, motivación y éxito académico (Bembenutty & Karabenick, 2004;

Gomes, 2015a; de Bilde, Vansteenkiste & Lens, 2011; Gomes, 2015a; Hilpert, Husman, Stump, Kim, Chung & Duggan, 2012; Leondari, 2007; Pavelková & Havlíčková, 2013; Tsai, 2015); PTF e imagen corporal en hombres y mujeres (Bragina, 2015); bienestar subjetivo (Allemand, Hill, Ghaemmaghami & Martin, 2012; Coudin & Lima, 2011; Desmyter & Raedt, 2012; Omar, 2006; Sailer et al., 2014); comportamientos saludables o de riesgo (Abous-selam, Naudé, Lens & Esterhuysen, 2016; Barnett et al., 2013; Gellert, Ziegelmann & Lippke & Schwarzer 2012; Mouratidis & Lens, 2015); búsqueda de sensaciones en jóvenes (Omar, Delgado, Souza & Formiga, 2005) y orientación profesional (Baltes et al., 2012).

Como se ve, la PTF y el SV se han mostrado relacionadas con diferentes variables que aportan a la prevención de problemáticas o el fomento del bienestar. Sin embargo, es escasa la literatura que las relacione. Solamente se encontró un estudio donde ambas variables se relacionaron con el Afecto Positivo, mostrando que este correlaciona positivamente con el SV en situaciones donde la PTF se ha vuelto limitada (Hicks, Trent, Davis & King, 2012).

Dado que ambas variables han mostrado ser claves para la prevención y el fomento del bienestar, se vislumbra importante establecer si existe una relación entre ellas, para el desarrollo de intervenciones mucho más acertadas y exactas. El objetivo de este estudio fue evaluar si existe una relación entre las variables de SV y PTF definidas bajo los términos de Martínez (2013) y de del Río-González y Herrera (2006) utilizando los respectivos instrumentos propuestos por cada uno de los autores en un grupo de jóvenes. Se planteó que las variables SV y PTF correlacionarían positiva y significativamente.

Método

Se realizó un estudio descriptivo exploratorio de tipo correlacional.

Participantes

Se realizó un muestreo no probabilístico intencional para un grupo total de 72 jóvenes colombianos de la ciudad de Bogotá. El 100% de los participantes fueron estudiantes universitarios, de este total 16 (22,2%) eran hombres y 56 (77,8 %) mujeres. Con un rango de edad entre 18 y 22 años y una edad promedio de 19,17 años (DE= 1.061). El único criterio de inclusión fue que los estudiantes fueran mayores de edad.

Instrumentos

La EDSV es un instrumento autoadministrable o de aplicación individualizada, en contextos clínicos o de investigación. La prueba contiene 18 ítems con un formato

de respuesta tipo Likert de cuatro opciones, que van desde "Totalmente en Desacuerdo" a "Totalmente de Acuerdo". La prueba de adecuación de la matriz de datos de la muestra (KMO) fue de .96 y en su totalidad, la prueba presentó un Alpha de Cronbach de 0.94, indicando un alto grado de consistencia interna (Martínez, Trujillo, Díaz del Castillo & Jaimes, 2011).

El "Cuestionario Sobre los Jóvenes y el Futuro". Evalúa el concepto de PTF en tres escalas: Extensión temporal, Actitud hacia el futuro y Orientación temporal. La escala Actitud hacia el Futuro y la Orientación Temporal, a su vez está dividida en cuatro ejes diferentes: tendencia a centrarse en el futuro; desarrollar activamente planes para el futuro; influencia de la conducta pasada sobre el futuro; imaginarse en el futuro, y la extensión temporal. Está compuesto por 38 ítems, que consisten en afirmaciones que el sujeto debe calificar en una escala Likert de cuatro opciones, que van desde "Totalmente en Desacuerdo" a "Totalmente de Acuerdo". Las medidas de validez por escala son las siguientes: la escala de Actitud hacia el futuro fue medida a través de 20 ítems ($\alpha = 0.77$), la de Orientación temporal quedó compuesta por 18 ítems ($\alpha = 0.68$) y la escala de Extensión temporal quedó compuesta por 13 ítems ($\alpha = 0.81$) (del Río-González & Herrera, 2006). Ambos instrumentos han sido validados para el uso en población colombiana.

Procedimiento

Los participantes fueron informados de los objetivos del estudio y firmaron el consentimiento informado. Se excluyeron aquellos participantes que no cumplieran con el requisito de la mayoría de edad. La totalidad de los instrumentos se aplicaron en tres grupos, antes del desarrollo de diferentes asignaturas universitarias donde los estudiantes estaban reunidos. Un primer grupo de 30 participantes, un segundo grupo de 30 participantes y un último grupo de 12 participantes. Los instrumentos se aplicaron en papel, fueron recolectados y calificados, posteriormente se utilizó el paquete estadístico SPSS en su versión 22 y se aplicó un coeficiente de correlación de Pearson.

Consideraciones éticas

La investigación garantizó un proceso metodológico adecuado mostrando respeto por los participantes y la utilización de su tiempo. A todos los participantes se les explicó detalladamente en qué consistía el estudio que se estaba realizando, así como cuales eran los posibles riesgos o beneficios de participar en él. Todos dieron consentimiento de participación en la investigación a través de la firma de un consentimiento informado. Se les salvaguardó su privacidad, podían abandonar en el momento en que lo desearan sin ninguna consecuencia adversa, tampoco se dio recompensa alguna por la participación. No existió ninguna posibilidad de daño para los participantes.

Resultados

Se calcularon los coeficientes de correlación de Pearson entre las variables Sentido de Vida y Perspectiva de Tiempo Futuro, así como, entre las variable edad y el SV y la PTF por separado. La interpretación se hizo según los criterios propuestos por Cohen (1988): menores de 0.10 como débiles; entre 0.10 y 0.30 bajas; entre 0.30 y 0.50 moderadas; y entre 0.50 y 0.70 altas. Valores por encima de 0.70 indicarían que los constructos son similares, presentan colinealidad. En la Tabla 1, se presentan los estadísticos descriptivos de la población para edad, EDS y PTF. En la Tabla 2, se presentan los estadísticos descriptivos discriminados por el sexo de los participantes y por último en la Tabla 3 se presentan las correlaciones correspondientes. Los grados de libertad fueron 72.

Tabla 1
Estadísticos descriptivos de la población

	N	Mínimo	Máximo	M	SD
Edad	72	18	22	19,17	1,061
EDS	72	0,89	3,00	2,1367	0,48212
PTF	72	83,00	130,00	110,0694	9,63463

Tabla 2
Estadísticos descriptivos discriminados según el sexo de los participantes

Sexo		EDS	PTF
Femenino	M	2,1523	109,7857
	N	56	56
	SD	0,49411	9,57784
Masculino	M	2,0819	111,0625
	N	16	16
	SD	0,44821	10,08278

Tabla 3
Correlaciones entre EDS, PTF y edad

	PTF	EDS
Edad	.006	.120
EDS	.720**	

Nota: ** = $p < 0,01$

En este caso, la correlación entre las puntuaciones totales de la EDS y la escala de PTF es de $r = 0.720$ (Ver Tabla 3) puede interpretarse como una correlación positiva alta, además de esto, la correlación es significativa a nivel estadístico (0.000) ($p < 0.001$). Respecto a las correlaciones con la edad, la PTF correlacionó a una magnitud de $r = 0.006$ lo que corresponde a una correlación positiva muy

débil que además no fue significativa a nivel estadístico (0.317) ($p < 0.05$) (Ver Tabla 3). Con respecto a la EDS la correlación fue de $r = 0.120$ lo cual se clasificaría como una correlación positiva baja, que tampoco obtuvo significancia estadística (0.962) ($p < 0,05$) (Ver Tabla 3).

Datos adicionales en relación a la medición de la PTF y la EDS pueden ser tenidos en cuenta. La EDS tuvo una media de 2,136 lo que indicaría bajo los criterios de calificación de la escala que en esta muestra el promedio de los participantes tiene un medio sentido vital; respecto a la PTF la media fue de 110,069 lo que indicaría una perspectiva de tiempo futura media-alta, teniendo en cuenta que la puntuación máxima en el cuestionario era de 152 (Ver Tabla 1). Si se discriminan los resultados por género, las puntuaciones de SV son prácticamente iguales (2,15 y 2,08), mientras que para la PTF los hombres tuvieron en promedio una puntuación más alta (111,06 en comparación a 109,78) sin que esta sea significativa (Ver Tabla 2).

Discusión

La hipótesis planteada para este estudio indicaba que se esperaba que después de realizados los análisis estadísticos correspondientes las variables Sentido de Vida y Perspectiva de Tiempo Futuro, correlacionarían positiva y significativamente. Según los resultados presentados la hipótesis se confirmaría lo que indicaría que los conceptos de SV y PTF aumentan de forma lineal y positiva, es decir que una vez aumentan los niveles de percepción de SV en este grupo de jóvenes también aumenta su PTF. Como ya se expuso anteriormente, no se encontró literatura que relacionara los dos conceptos, exceptuando el trabajo de Hicks et al. (2012), que no podría ser un punto de comparación puesto que incluyen la variable Afecto Positivo como interviniente.

Los resultados encontrados, sin embargo, nos brindan datos interesantes sobre lo que sería la relación de estos dos conceptos. En primer lugar, se trata de una correlación alta, lo que indicaría que trabajar el sentido de vida en los jóvenes de este rango de edad tiene una alta probabilidad de aumentar la PTF en esta población, y viceversa. Por lo que podría sugerirse que los programas de intervención podrían centrarse en cualquiera de los constructos y conseguir los efectos preventivos que se revisaron en la literatura.

Aunque probablemente, un programa que los combine podría tener efectos mucho más significativos. Es importante, ver que la correlación al ser mayor que 0,70 estaría indicando que los constructos serían altamente similares al menos bajo las definiciones de Martínez (2013) y de del Río-González y Herrera (2006). Ambos instrumentos y su respectiva propuesta teórica estarían evaluando variables y componentes muy similares, al menos en esta muestra en particular, lo que implicaría una revisión más profunda de qué concepto funciona de mejor manera, es más incluyente y más práctico para la intervención e investigación.

Esta muestra, en este caso particular, mostró que en su mayoría los jóvenes entre los 18 y 22 años tienen generalmente un sentido de vida medio y una perspectiva de su futuro medio-alta, que también muestra la similitud de los constructos y su linealidad pues las medias fueron muy cercanas.

En la discriminación por género, no hubo diferencias significativas en lo que a la medición de SV se refiere, lo que teóricamente indicaría que ambos sexos están en la misma capacidad de otorgarle un sentido a su vida, así como de buscarlo o encontrarlo, o por el contrario de perderlo. Con respecto a la visión sobre el futuro, las medidas mostraron una leve diferencia en la media en lo que tiene que ver con el sexo masculino, quienes puntuaron ligeramente superior a las mujeres. Esto indicaría que probablemente los hombres de esta muestra entre los 18 y 22 años tienen una mejor PTF que las mujeres, lo que les daría una pequeña ventaja en cuanto a la prevención de problemáticas en las que muestra ser efectivo el constructo.

La correlación de la edad con cada una de las variables, fue un dato adicional que se obtuvo y que también nos daría indicaciones interesantes. Aunque en ambos casos se presentó que a mayor edad mayor SV y PTF, las correlaciones fueron muy bajas y no fueron significativas a nivel estadístico. Esto puede deberse a las características de la muestra, pero podría indicarnos que a medida que los años pasan, las personas tienen niveles más altos de SV y PTF, disminuyendo los riesgos asociados a la falta de ambos constructos.

Adicionalmente, el estudio tiene varias limitaciones que deben tenerse en cuenta. En primer lugar, la muestra es de un tamaño pequeño para que los datos sean fácilmente generalizables, así mismo, los porcentajes entre ambos sexos fueron muy dispares, siendo más del 70% de los participantes mujeres. Pudo también influir el nivel educativo. Además, podría ponerse a prueba esta relación con otras definiciones de los conceptos. La edad correspondió no a un criterio relacionado con algún objetivo, si no, a lo que se encontró en la muestra posterior a la medición.

Por último, teniendo en cuenta esto, futuros estudios deben realizarse con diferentes muestras teniendo en cuenta sus características por sexo, edad y nivel educativo. Se tendrán que revisar los diferentes instrumentos y aproximaciones teóricas a los constructos de tal manera que permitan mirar si los resultados son similares. Finalmente, esta investigación daría orientación a los programas de intervención que se construyan con base en el SV y la PTF, con miras a ser evaluados y descubrir si es necesario la inclusión de ambos o bastaría con uno sólo, y si acaso el SV incluye la PTF o es al contrario, dada la similitud que parece existir entre ambos conceptos.

Conclusión

El SV y la PTF son dos constructos que han venido mostrando su importancia a la hora de prevenir problemá-

ticas en diferentes poblaciones. En este caso, se puso a prueba su relación, mostrando que ambos aumentan de forma paralela. Aunque la correlación es alta y significativa, se trata solamente de una primera aproximación a un campo en el que todavía no se ha hecho mayor exploración, por lo que se recomienda que futuras investigaciones, puedan profundizar utilizando muestras más grandes y que controlen de mejor manera las variables del sexo, la edad y el nivel educativo.

Nota: El autor declara que no se presentó ningún conflicto de intereses en el desarrollo de esta investigación.

Referencias

- Aboussalam, N., Naudé, L., Lens, W., & Esterhuysen, K. (2016). The relationship between future time perspective, self-efficacy and risky sexual behaviour in the Black youth of central South Africa. *Journal of Mental Health, 25*(2), 176–183. <http://doi.org/10.3109/09638237.2015.1078884>
- Aghababaei, N., Sohrabi, F., Eskandari, H., Borjali, A., Farrokhi, N., & Chen, Z. J. (2016). Predicting subjective well-being by religious and scientific attitudes with hope, purpose in life, and death anxiety as mediators. *Personality and Individual Differences, 90*, 93–98. <http://doi.org/10.1016/j.paid.2015.10.046>
- Allemand, M., Hill, P. L., Ghaemmaghami, P., & Martin, M. (2012). Forgiveness and subjective well-being in adulthood: The moderating role of future time perspective. *Journal of Research in Personality, 46*(1), 32–39. <http://doi.org/10.1016/j.jrp.2011.11.004>
- Aviad-Wilchek, Y., Ne'eman-Haviv, V., & Malka, M. (2016). Connection between Suicidal Ideation, Life Meaning, and Leisure Time Activities. *Deviant Behavior, 0*(0), 1–12. <http://doi.org/10.1080/01639625.2016.1197590>
- Barnett, E., Spruijt-Metz, D., Unger, J. B., Rohrbach, L. A., Sun, P., & Sussman, S. (2013). Bidirectional associations between future time perspective and substance use among continuation high-school students. *Substance Use and Misuse, 48*(8), 574–580. <http://doi.org/10.3109/10826084.2013.787092>
- Bartes, B., Wynne, K., Sirabian, M., Kren, D., & De Lange, A. (2014). Future time perspective, regulatory focus, and selection, optimization, and compensation: Testing a longitudinal model. *Journal of Organizational Behavior, 35*, 1120–1133. DOI: 10.1002/job.1970
- Bembenutty, H., & Karabenick, S. A. (2004). Inherent association between academic delay of gratification, future time perspective, and self-regulated learning. *Educational Psychology Review, 16*(1), 35–57. <http://doi.org/10.1023/B:EDPR.0000012344.34008.5c>
- Bonab, B. G., Lavasani, M., & Rahimi, H. (2007). Hope, Purpose in Life, and Mental Health in College Students. *International Journal of the Humanities, 5*(5)127-132.
- Bragina, I. V. (2015). Body Image and The Future Time Perspective of Russian Adolescents. *Procedia - Social and Behavioral Sciences, 191*, 378–382. <http://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.04.153>
- Brassai, L., Piko, B. F., & Steger, M. F. (2011). Meaning in life: Is it a protective factor for adolescents' psychological health? *International Journal of Behavioral Medicine, 18*(1), 44–51. <http://doi.org/10.1007/s12529-010-9089-6>
- Cohen J (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. New Jersey: Lawrence Erlbaum.
- Cohen, K., & Cairns, D. (2012). Is Searching for Meaning in Life Associated With Reduced Subjective Well-Being? Confirmation and Possible Moderators. *Journal of Happiness Studies, 13*(2), 313–331. <http://doi.org/10.1007/s10902-011-9265-7>
- Coudin, G., & Lima, M. L. (2011). Being well as time goes by: Future time perspective and well-being. *International Journal of Psychology & Psychological Therapy, 11*(2), 219–232.
- de Bilde, J., Vansteenkiste, M., & Lens, W. (2011). Understanding the association between future time perspective and self-regulated learning through the lens of self-determination theory. *Learning and Instruction, 21*(3), 332–344. <http://doi.org/10.1016/j.learninstruc.2010.03.002>
- Desmyter, F., & De Raedt, R. (2012). The relationship between time perspective and subjective well-being of older adults. *Psychologica Belgica, 52*(1), 19–38. <http://doi.org/10.5334/pb-52-1-19>
- Doğan, T., Sapmaz, F., Tel, F. D., Sapmaz, S., & Temizel, S. (2012). Meaning in Life and Subjective Well-Being among Turkish University Students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences, 55*, 612–617. <http://doi.org/10.1016/j.sbspro.2012.09.543>
- Fabry, J. (2015). *Señales del camino hacia el sentido*. Mexico D.F: Ediciones LAG.
- Fraisse, P. (1963). *The Psychology of time*. Wetsport: Greenwood.
- García-Alandete, J. (2014). Psicología positiva, bienestar y calidad de vida. *En-claves del pensamiento, 8*(16), 13-29.
- Gellert, P., Ziegelmann, J. P., Lippke, S., & Schwarzer, R. (2012). Future time perspective and health behaviors: Temporal framing of self-regulatory processes in physical exercise and dietary behaviors. *Annals of Behavioral Medicine, 43*(2), 208–218. <http://doi.org/10.1007/s12160-011-9312-y>
- Gjesme, T. (1983). On the concept of future time orientation: considerations of some function's and measurement's implications. *International journal of psychology, 18*, 443-461.
- Gomes, R. (2015a). Future time perspective as a predictor of adolescents' adaptive behavior in school. *School Psychology International, 36*(5), 482–497. <http://doi.org/10.1177/0143034315601167>

- Gomes, R. (2015b). Quantitative and Qualitative Assessment of Adolescents' Future Time Perspective / Avaliação Quantitativa e Qualitativa das Perspectivas de Futuro dos Adolescentes. *Paideia*, 25(61), 163–172. <http://doi.org/10.1590/1982-43272561201504>
- Hicks, J., Trent, J., Davis, W., & King, L. (2012). Positive affect, meaning in life, and future time perspective: An application of socioemotional selectivity theory. *Psychology And Aging*, 27(1), 181-189. doi:10.1037/a0023965
- Hilpert, J. C., Husman, J., Stump, G. S., Kim, W., Chung, W. T., & Duggan, M. A. (2012). Examining students' future time perspective: Pathways to knowledge building. *Japanese Psychological Research*, 54(3), 229–240. <http://doi.org/10.1111/j.1468-5884.2012.00525.x>
- Husman, J., & Lens, W. (1999). The role of the future in student motivation. *Educational Psychologist*, 34(2), 113–125. https://doi-org.ez.urosario.edu.co/10.1207/s15326985ep3402_4
- Kállay, E. (2015). The Investigation of the Relationship Between the Meaning Attributed To Life and Work , Depression , and Subjective and Psychological Well-Being in Transylvanian Hungarian Young Adults. *Cognition, Brain, Behaviour. An Interdisciplinary Journal*, 19(1), 17–33.
- Kim, E. S., Strecher, V. J., & Ryff, C. D. (2014). Purpose in life and use of preventive health care services. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 111(46), 16331–16336. <http://doi.org/10.1073/pnas.1414826111>
- Lens, W. (1998). El rol de la perspectiva de tiempo futuro en la motivación infantil. *Persona*, 1, 67–94.
- Leondari, A. (2007). Future Time Perspective, Possible Selves, and Academic Achievement. *New directions for adult and continuing education*, 114, 17-26. DOI: 10.1002/ace
- Lewin, K. (1942). Time Perspective And Moral. En G. Watson (Ed.), *Civilian Morale*. Boston: Houghton Mifflin.
- Lizandro, W., & Gallegos, A. (2016). Perspectiva temporal futura en adolescentes institucionalizados. *Revista de Psicología*, 34(2). <http://doi.org/10.1174/021347410791063796>
- Martínez, E., Trujillo, A., Díaz del Castillo, J., & Jaimes, J. (2011). Desarrollo y estructura de la escala dimensional del sentido de vida. *Acta Colombiana de Psicología*, 14 (2), 113-119.
- Martínez, E. (2013). *Manual de psicoterapia con enfoque logoterapéutico*. Bogotá: Manual Moderno.
- Mouratidis, A., & Lens, W. (2015). Adolescents' psychological functioning At school and In sports: the role of future time perspective and domain-specific and situation-specific self-determined motivation. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 34(8), 643–673. <http://doi.org/10.1521/jscp.2015.34.8.643>
- Nuttin, J., & Lens, W. (1985). *Future time perspective and motivation*. Lovaina y Hillsdale: Leuven University Press & Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Omar, A. (2006). Las perspectivas de futuro y sus vinculaciones con el bienestar y la resiliencia en adolescentes. *Psicodébate: Psicología, Cultura Y Sociedad*, 7, 141–154. Retrieved from http://cvc.cervantes.es/ensenanza/biblioteca_ele/diccio_ele/diccionario/interlengua.htm
- Omar, A., Delgado, H. U., Souza, M. A. de, & Formiga, N. S. (2005). Perspectivas de futuro y búsqueda de sensaciones en jóvenes estudiantes. Un estudio entre Argentina y Brasil. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos (México)*, 25(1–2), 165–180.
- Pavelková, I., & Havlíčková, P. (2013). Perspective orientation and time dimension in student motivation Time perspective : Theoretical background. *The Journal of Education Culture and Society*, (1), 177–189. <http://doi.org/10.15503/jecs20131-177-189>
- Del Río-González, A. M., & Nidia Herrera, A. (2006). Desarrollo De Un Instrumento Para Evaluar. *Avances En Medicina*, 4, 47–60.
- Sailer, U., Rosenberg, P., Nima, A. Al, Gamble, A., Gärling, T., Archer, T., & Garcia, D. (2014). A happier and less sinister past, a more hedonistic and less fatalistic present and a more structured future: time perspective and well-being. *PeerJ*, 2, (e303), 1-18. <http://doi.org/10.7717/peerj.303>
- Steger, M. F., Fitch-Martin, A. R., Donnelly, J., & Rickard, K. M. (2015). Meaning in Life and Health: Proactive Health Orientation Links Meaning in Life to Health Variables Among American Undergraduates. *Journal of Happiness Studies*, 16(3), 583–597. <http://doi.org/10.1007/s10902-014-9523-6>
- Tsai, M.-Y. (2015). The Relationships among Imagination, Future Imagination Tendency, and Future Time Perspective of Junior High School Students. *Universal Journal of Educational Research*, 3(3), 229–236. <http://doi.org/10.13189/ujer.2015.030309>
- Wang, X., & Zhang, T. (2016). The Relationship between the Meaning of Life and Mental Health of Junior Middle School Students of Tujia and Hmong. *Open journal of social sciences*, 4, 179–184. <http://dx.doi.org/10.4236/jss.2016.44026>