

# SIGNIFICACIÓN VITAL Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN PACIENTES, UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA.

TRABAJO DE FIN DE GRADO DE PSICOLOGÍA.

FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y LOGOPEDIA.

UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA.

CURSO ACADÉMICO: 2021-2022.

Alumno: Alex Daswani Llarena.

Tutor académico: Bernardo Hernández Ruiz.

*«Vivir, en último análisis, no significa otra cosa que tener la responsabilidad de responder exactamente a los problemas vitales, de cumplir las tareas que la vida propone a cada uno de nosotros, ante la exigencia del momento». Viktor Frankl.*

Fecha de presentación: 12/07/2022

Fecha de defensa: 18/07/2022

**RESUMEN:**

La significación vital puede ser entendida como la medida de presencia de sentido por el que merece la pena seguir viviendo (POM) y la intensidad con la que se persigue (SFM). El bienestar psicológico puede definirse como la autovaloración de la vida propia. Existe gran cantidad de estudios que miden la relación entre los dos constructos, pero no para una población muestral de pacientes con alguna enfermedad en la última década. Esta revisión sistemática pretendió esclarecer la relación entre la significación vital y el bienestar psicológico en pacientes con enfermedad, analizando publicaciones de artículos de la última década. Los resultados arrojaron una relación significativa entre la presencia de significado y el bienestar psicológico en pacientes con algún tipo de enfermedad, y una relación no concluyente entre la búsqueda de significado y bienestar. Los resultados resaltan la necesidad de considerar mayores investigaciones en la línea.

**ABSTRACT:**

Meaning in life can be understood as the measure of the presence of meaning for which is worth continuing to live (POM) and the intensity with which is pursued (SFM). Psychological well-being can be defined as the self-assessment of one's own life. There are many studies that measure the relationship between both constructs, but not for a sample population of patients with any disease in the last decade. This systematic review aimed to clarify the relationship between meaning in life and psychological well-being in patients with disease from last decade articles. Results showed a significant relationship between presence of meaning and psychological well-being in patients with some type of illness and an inconclusive relationship between search for meaning and well-being. The results highlight the need to consider further research along these lines.

**PLABRAS CLAVE:** Significación Vital · Bienestar Psicológico · Enfermedad

## ÍNDICE:

<b>1. INTRODUCCIÓN:</b>	<b>1</b>
<b>1.1 Concepto, Componentes y Diferenciación de la Significación Vital</b>	<b>1</b>
<b>1.2 Concepto, Componentes y Controversias del Bienestar Psicológico</b>	<b>2</b>
<b>1.3 Relación entre Significación Vital y Bienestar Psicológico</b>	<b>4</b>
<b>1.4 Interés del Estudio</b>	<b>5</b>
<b>2. MÉTODO:</b>	<b>6</b>
<b>3. RESULTADOS:</b>	<b>9</b>
<b>3.1 Relación entre Presencia de Significado (POM) y Bienestar</b>	<b>14</b>
<b>3.2 Relación entre Búsqueda de Significado (SFM) y Bienestar</b>	<b>15</b>
<b>3.3 Relación Global entre la Significación Vital (MIL) y Bienestar</b>	<b>15</b>
<b>4. DISCUSIÓN:</b>	<b>16</b>
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:</b>	<b>19</b>

## 1. INTRODUCCIÓN:

### 1.1 Concepto, Componentes y Diferenciación de la Significación Vital

Cuantiosas son las investigaciones psicológicas que hacen referencia a la significación vital desde los inicios del marco de la psicología humanista de V.E Frankl (Cabaco, 2018a). Así como las definiciones que aluden al concepto, pese a que este esté repleto de paradojas y ambigüedades (King y Hicks, 2020). El propio Frankl (2009, citado por Szcześniak et al., 2020), lo consideró la principal fuerza motivadora en la vida de una persona, así como una necesidad de vida y una motivación humana central (Frankl, 1991), ya que somos la única especie capaz de preocuparnos por nuestra propia mortalidad (Frankl, 1968 y Yalom, 1980, citado por Dewitte et al., 2021). Steger (2009, citado por Krok y Telka, 2019) entendía el concepto como: "El grado en que las personas comprenden, tienen sentido o ven significado en sus vidas, acompañado por el grado en que se perciben a sí mismas como que tienen un propósito, una misión o un objetivo general en la vida" (p. 682). May (1978) por su parte, añade que es la capacidad que tiene el ser humano para convertirse en algo nuevo y ser artífice de su propio destino. En resumen, la significación vital es un complejo término, a la vez la nada y el todo (King y Hicks, 2020).

Pese a las diferencias en cuanto al concepto y su subjetividad (Ortiz Arias, 2012), y a ser un constructo cognitivo multidimensional (Krok y Telka, 2019), varios autores concuerdan en que está compuesto por ciertas variables: (1) propósito; entendido como el sentimiento de que la vida de cada uno está motivada por objetivos valiosos, (2) coherencia-comprensión; términos que aluden al sentimiento de que la vida de uno tiene sentido, que sus aspectos encajan, y (3) significado-importancia; que refiere al sentimiento de que la vida de uno tiene valor en el panorama general de los demás seres humanos (George y Park, 2016; Martela y Steger, 2016). Algunos expertos sugieren incorporar un componente relacional humano, como la conectividad; ya que éste tiene la necesidad inherente de crear vínculos sociales seguros (e.g., Ryan y Deci, 2000), un sentido de pertenencia (Schnell, 2009, citado por Sørensen et al.,

2019), un componente personal, como lo es la autoestima (e.g., Baumeister 1991) y un componente de valor (e.g., Baumeister y Landau, 2018). Todas estas variables, a su vez, pueden pertenecer a dos factores, uno ligado a la sensación de haber adquirido el sentido, presencia de significado (Presence Of Meaning, POM) y el otro asociado a la búsqueda activa y esfuerzo para restablecer o aumentar la comprensión del significado en la vida (Steger et al., 2008), llamado búsqueda de significado (Search For Meaning, SFM) (Li et al., 2021a). Ambos factores no tienen que ir ligados necesariamente, de hecho, los resultados muestran que no están relacionados (Steger et al., 2006), lo que vendría a indicar, que no necesariamente se tiende a buscar un sentido cuando se percibe la carencia de este (Fischer et al., 2021).

Otro aspecto a tener en cuenta es la diferenciación entre el significado de la vida y el significado en la vida. El significado de la vida implica que, de alguna manera, se obtiene una respuesta final, el profundo secreto de la vida humana. Por otro lado, el significado en la vida refiere a la experiencia, a un estado mental (King y Hicks, 2020), objeto de estudio en la presente. Para encontrarlos, hay autores que recalcan la importancia del “what” (¿Qué hace mi vida significativa?) y el “Why” (¿Por qué la vida está llena de significado?) (Wolf, 2010).

## **1.2 Concepto, Componentes y Controversias del Bienestar Psicológico**

El Bienestar Psicológico en la actualidad es un constructo teórico psicológico crucial para evaluar el estado de los individuos. Pero esto dista de la realidad histórica del concepto, ya que en sus inicios se ligaba más a la disciplina de la filosofía, abordado por autores de la índole de Platón, Aristóteles, Confucio, Séneca, etc. Que aludían al concepto con términos como el de “summum bonum” “vida buena”, “vida virtuosa” (Rangel y Alonso, 2010). Así, no es hasta la década de los 90 cuando la APA empieza a darle relevancia al bienestar físico, ligado a factores psicológicos. Es en 1969 cuando se desarrolla el uso científico del término: “bienestar psicológico” como tal, acuñado por Norman Bradburn en 1969 (Rangel y Alonso, 2010).

Como ocurre con el concepto de Significación vital, el bienestar psicológico implica múltiples dimensiones (Ryff, 1989) y factores de carácter bio-psico-social, histórico y cultural (Rangel y Alonso, 2010). Según Ryff (1989), se entiende como el resultado subjetivo que cada persona obtiene a partir de una autoevaluación valorativa de cómo ha vivido, como vive y las expectativas de proyección de futuro (Fernández González et al., 2014), que está directamente relacionado con seis dimensiones: autoaceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, crecimiento personal y satisfacción vital. Por su parte, Fierro (2000, citado por Rangel y Alonso, 2010), asocia el término con el potencial o la capacidad activa adquirible de “bien-estar” y “bien-ser”, de manera que se le atribuye un cierto componente innato al individuo a la vez que se le otorga la responsabilidad de creación de vivencias positivas. Lamers et al. (2011) establece un aspecto crucial para el entendimiento del término, ya que expone que engloba la salud mental, pero que incluye además la presencia de recursos psicológicos que contribuyen a la realización del potencial personal. En general, no se había considerado de esta manera, ignorando teorías sobre la autorrealización, el ciclo vital, el funcionamiento mental óptimo y el significado vital (Ryff y Keyes, 1995).

Rayan y Deci (Ryan y Deci, 2000b), Ryff y Keyes (1995), son de los autores partidarios de sostener las ramas tradicionales de la existencia de elementos hedónicos y eudamónicos asociados al constructo de bienestar psicológico. Los elementos hedónicos o afectivos-emocionales, hacen referencia al balance de estados y reacciones emocionales positivas y negativas. Los elementos eudamónicos, a su vez, corresponden a los cognitivos-valorativos, desarrollados en función de pensamientos y actitudes sobre la vida. De tal modo que se podría sentir plenitud en la variable bienestar psicológico, y a su vez, experimentar recurrentes emociones negativas junto a deficientes emociones positivas (Fernández González et al., 2014).

Estos elementos contribuirían a aportar, según la valencia de los mismos, a tres componentes básicos: el afecto positivo, el afecto negativo y los juicios sobre el bienestar (Andrews y Whitley, 1976, citado por Castro, 2009) . En caso

de un balance positivo, seríamos capaces de invertir la entropía psíquica, que, según Csikszentmihalyi (1999, citado por Castro, 2009) es una revisión caótica de miedos, deseos y situaciones. Por lo tanto, no cabe duda de que el Bienestar Psicológico es un elemento indispensable para experimentar felicidad en la vida, ya que el significado en esta se observa desde una perspectiva de valor funcional (Adler y Fagley, 2005) y así se puede alcanzar un desenvolvimiento adecuado en las diversas áreas de desarrollo intrapersonal e interpersonal (Oramas, Santana y Vergara, 2006).

Trascendiendo los límites de esta clasificación, Keyes et al. (2002) emplearon el constructo de bienestar subjetivo (Subjective Well-being) haciendo alusión a la tradición hedónica; y el de bienestar psicológico (Psychological Well-being) como representante de la tradición eudaimónica.

Entre ciertas controversias que han acompañado al término desde sus inicios, las más apoyadas por varios autores son: (1) el uso generalizado del término en la investigación psicológica como sinónimo de “calidad de vida”, “felicidad”, “funcionamiento positivo” “autoconcepto”, “salud mental”, “resiliencia” y “motivación”, cuando distan de tener el mismo significado (Ballesteros et al., 2006), (2) el uso redundante de la expresión de “bienestar subjetivo” cuando el propio concepto de bienestar ya conlleva intrínseco la característica de “subjetivo” (Viniégras y González., 2000) y (3) el modo de concebir el bienestar según su naturaleza y componentes, ya que algunos psicólogos lo conciben como una vivencia personal (Viniégras y González., 2000) manifiesta a través del funcionamiento psicofísico y social de carácter estable o transitorio, y otros lo conciben como “estar bien”, resultado de las conclusiones cognoscitivas y afectivas en relación a la satisfacción con la vida (Cuadra L. y Florenzano U., 2003).

### **1.3 Relación entre Significación Vital y Bienestar Psicológico**

Existe una ingente cantidad de investigaciones psicológicas que han abordado la relación existente entre la significación vital y el bienestar psicológico. Entre estos, cabe destacar las correlaciones positivas encontradas

entre MIL (Meaning in Life) y MH (Mental Health) (e.g. Steger y Samman, 2012<sup>a</sup>; Czekierda et al., 2017; Krok, 2018); entre MIL y PA (Positive Affect) (e.g. Golovchanova et al., 2021; Miao y Gan, 2019); entre MIL y C (Coping) (e.g. Miao y Gan, 2019); y entre MIL y WB (Well-Being) en general (e.g. Ostafin y Proulx, 2020).

Sin embargo, existen discrepancias entre autores en cuanto a la evidencia. King y Hicks (2020) exponen que, pese a la voluminosa literatura existente sobre informes subjetivos del significado en la vida con otros resultados, rara vez se implora la contribución única del significado en la vida por encima de otros aspectos del bienestar. Otros autores aluden a una generalizada falta de validez de constructo, ya que la investigación existente se centra en la relación entre el significado en la vida y el bienestar intrapersonal, a pesar de la evidencia clara de que las medidas de bienestar intrapersonal probablemente no proporcionen una imagen integral del bienestar holístico (e.g. Antonucci et al., 2004, Yu y Chang, 2021).

#### **1.4 Interés del Estudio**

Las personas más relevantes para el estudio del significado en la vida son aquellas que por su situación de vida, se han visto desprovistos del mismo (Frankl, 1991) y además se encuentran cercanos a la enfermedad, el sufrimiento y la muerte (Rodríguez, 2006), como es el caso de las personas enfermas, ya que el sufrimiento derivado de la enfermedad lleva a los pacientes a plantearse el sentido de esta (Longares y Beleña, 2022). Sufrimiento que puede considerarse una carencia de bienestar (Zamora, 2008) que deriva en una sintomatología relacionada con el deterioro de origen multifactorial (Guerrero, 2014).

Una vez organizado el marco conceptual en el que se sustenta la existencia de ambos términos, las dificultades de la medición de ambos y la población de interés, se puede exponer y entender el propósito del trabajo. El objetivo del presente informe es la realización de una revisión sistemática de la literatura sobre la relación existente entre la Significación Vital y el Bienestar

Psicológico en pacientes con enfermedad, en un intervalo temporal de 2012 hasta 2022, período relevante por el valor de actualidad de los artículos, necesario para una buena revisión sistemática.

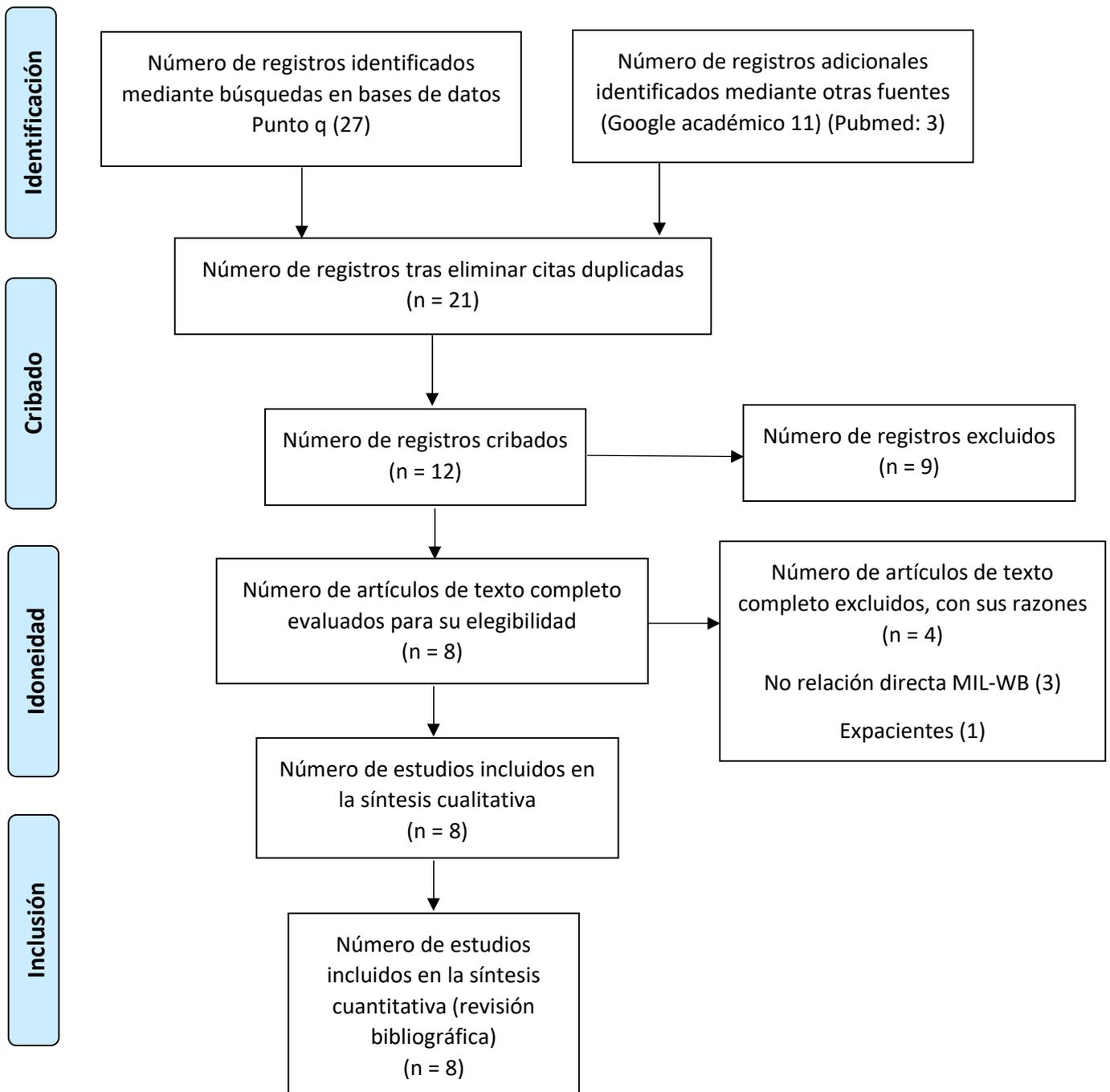
Se pretende en última instancia responder a las siguientes cuestiones: (1) ¿Qué relación existe entre la significación vital y el bienestar psicológico para pacientes con algún tipo de enfermedad? (2) ¿Qué relación se encuentra entre la búsqueda de significado (SFM) y el bienestar psicológico? (3) ¿Qué relación existe entre la presencia de significado (POM) y el bienestar psicológico? Concretamente, este ensayo sostiene la tesis de que la investigación reciente mantiene la significación de la relación entre las variables de significación vital y bienestar psicológico en pacientes con algún tipo de enfermedad y que el grupo que presentará mayor bienestar psicológico serán los sujetos que experimenten alto sentido en la vida y que a la vez permanezcan en la búsqueda de mayor significado. A modo de sustento de la hipótesis, en los siguientes párrafos se realizará un plasmado del método usado para la selección de los artículos pertinentes, las características de los métodos recogidos en las diferentes investigaciones, resultados obtenidos, limitaciones y discusión.

## **2. MÉTODO:**

Esta revisión bibliográfica se estableció siguiendo las pautas de la lista de verificación PRISMA (Urrútia y Bonfill, 2010) en concreto, para el proceso de selección y cribado de artículos (ver Gráfica 1).

### Gráfica 1

#### Proceso de Selección e Inclusión de Artículos (PRISMA)



Para la búsqueda se emplearon diferentes bases de datos atendiendo a poder recoger una considerable cantidad de artículos de interés. El recurso predominante fue el portal de búsqueda de la ULL, “PuntoQ”, que atiende a búsquedas globales en todas las bases de datos disponibles por la universidad, dentro de las cuales, Dialnet, Wos, Scopus, Medline y EbscoHost son las más recurrentes. Se utilizó Google Académico para buscar ciertos artículos que pudiesen estar disponibles en una base de datos no contempladas anteriormente, paralelamente se empleó la plataforma Pubmed, que provee acceso gratuito a MEDLINE, el principal banco de datos biomédicos de la Biblioteca Nacional de Medicina de EE. UU. y, por último, se hizo uso del repositorio de libros de la ULL “eLibro” para completar el conjunto del material objeto de revisión.

Las palabras clave empleadas en la búsqueda fueron: Significación Vital, Bienestar Psicológico, Satisfacción con la Vida, Meaning in Life, Well-Being y Disease; que fueron estructuradas de la siguiente manera: búsqueda cuyo título contenga la frase exacta “meaning in life” o “significación vital” y que el título, a su vez, contenga la frase exacta “well-being”, “satisfacción por la vida” o “bienestar psicológico”, además de que algún campo esté relacionado con la palabra “disease” o “enfermedad”.

Los criterios de búsqueda cribaron los resultados en función de: (1) el tipo de escrito, escogidos exclusivamente los artículos; (2) la disponibilidad, en tanto en cuanto se pudiese acceder al texto completo de manera gratuita y en línea; (3) el idioma, seleccionados únicamente los correspondientes al español y al inglés; (4) la materia, solo aceptados los recursos de psicología y; por último, (5) el intervalo temporal, de diez años, correspondiente a los artículos situados entre 2012 – 2022.

Los criterios de inclusión establecidos fueron los siguientes: a) referentes a la relación directa entre MIL y WB, b) diseños experimentales y cuasi experimentales, c) estudios que especifiquen el número de participantes, d) estudios que especifiquen el cuestionario implementado, e) únicamente

escogidos las investigaciones cuya población muestral incluyese sujetos con algún tipo de enfermedad.

En consiguiente, los criterios de exclusión, a parte del incumplimiento de los criterios inclusivos, se establecieron en base a que los estudios no contengan carácter religioso ni otra connotación referente a la significación vital establecida fuera del marco de la psicología.

Según estos criterios, y únicamente con la lectura del título, se consideraron adecuados 41 artículos entre las distintas bases de datos, de los cuales 20 fueron excluidos por duplicados. A partir de la lectura de los resúmenes, se descartaron 9 más por no cumplir los criterios de inclusión más fácilmente perceptibles, que fueron en su totalidad debidos a que la población muestral estaba relacionada con la enfermedad, sin embargo, no eran pacientes. De los 12 artículos restantes, 3 fueron descartados tras la lectura completa del documento, debido a que no se guardaba relación directa entre el significado en la vida y el bienestar psicológico y otro debido a que la población muestral trataba de expacientes. Los otros 8 artículos se incluyeron como válidos para la síntesis cualitativa y cuantitativa. Los resultados se exponen a continuación.

### **3. RESULTADOS:**

Teniendo en cuenta que el presente trabajo de fin de grado estaba llamado a atender la relación existente entre la significación vital y el bienestar psicológico en pacientes que presenten algún tipo de enfermedad, se muestra una tabla aclaratoria de información (ver Tabla 1) y otra referente a los resultados obtenidos (ver Tabla 2) para su posterior análisis exhaustivo.

**Tabla 1**
*Información pertinente a los Artículos Seleccionados*

Autor	Año	Título	Idioma	Tipo Investigación	N
Dezutter, J., Luyckx, K., Hekking, J., Vandewiele, W. y Wachholtz, A.	2013	Meaning in Life: An Important Factor for the Psychological Well-Being of Chronically Ill Patients?	Inglés	Estudio Transversal	481
Dezutter, J., Luyckx, K. y Wachholtz, A.	2015	Meaning in life in chronic pain patients over time: associations with pain experience and psychological well-being	Inglés	Estudio Longitudinal	125
Zhou, Y. y Xu, W.	2019	Short report: the mediator effect of meaning in life in the relationship between self-acceptance and psychological wellbeing among gastrointestinal cancer patients	Inglés	Estudio Transversal	292
Dewitte, L., Vandebulcke, M. y Dezutter, J.	2019	Meaning in life matters for older adults with Alzheimer's disease in residential care: associations with life satisfaction and depressive symptoms	Inglés	Estudio Transversal	138
Krok, D. y Gerymski, R.	2019	Self-efficacy as a mediator of the relationship between meaning in life and subjective well-being in cardiac patients	Inglés	Estudio Transversal	176
Krok, D.	2020	Sense of coherence and psychological well-being among coronary heart disease patients: a moderated mediation model of affect and meaning in life	Inglés	Estudio Transversal	176
Szczesniak, M., Swiatek, A., Cieslak, M. y Swidurska, D.	2020	Disease Acceptance and Eudemonic Well-Being Among Adults with Physical Disabilities: The Mediator Effect of Meaning in Life	Inglés	Estudio Transversal	102
Dewitte, L., Hill, P., Vandebulcke, M. y Dezutter, J.	2022	The longitudinal relationship between meaning in life, depressive symptoms, life satisfaction, and cognitive functioning for older adults with Alzheimer's disease	Inglés	Estudio Longitudinal	140

**Tabla 2**

*Representación Resultados de la Relación entre Significación Vital y Bienestar Psicológico*

Autor	Evaluación Significación Vital	Evaluación Bienestar	Fiabilidad (Alpha de Cronbach)	Relación Significación Vital y Bienestar	Interpretación
Dezutter, J., Luyckx, K., Hekking, J., Vandewiele, W. y Wachholtz, A.	MLQ <sup>a</sup> (Steger et al., 2006)	SWLS <sup>b</sup> (Diener et al., 1985)	0.85 y 0.86 respectivamente	POM <sup>c</sup> -SWL <sup>d</sup> → r = 0,56, p<0,001 SFM <sup>e</sup> -SWL → r = - 0,22, p<0,001	Pacientes crónicos con elevada significación vital presentan mayor bienestar  Pacientes con elevada búsqueda de significado presentan menor bienestar Pacientes con dolor crónico con prominente significación vital tienen mayor bienestar prolongado en el tiempo
Dezutter, J., Luyckx, K. y Wachholtz, A.	MLQ (Steger et al., 2006)	SWLS (Diener et al., 1985)	(MLQ): T1:0,81 T2:0,83 T3:0,83  (SWLS): T1:0,87 T2:0,90 T3: 0,86	POM-SWL → T1: r=0.60, p<0,001 T2: r=0,56, p<0,001 T3: r=0,46, p<0,001  SFM-SWL → T1: r= -0,7, p>0,5 T2: r=,0,7 p>0,5 T3: r= -0,6, p>0,5	Pacientes con dolor crónico en búsqueda de significado no se asocia al bienestar
Zhou, Y. y Xu, W.	MLQ versión china (Chang, 2008)	SWLS (Diener et al., 1985)	(MLQ): POM: 0,75 SFM: 0,71  (SWLS): 0,88	POM-SWL → r = 0,55, p<0,001 SFM-SWL → r = - 0,43, p<0,001	Pacientes cáncer gastrointestinal con elevada presencia de significado poseen mayor bienestar  Pacientes con eminente búsqueda de significado mantienen menor bienestar
Dewitte, L., Vandenbulcke, M. y Dezutter, J.	MLQ versión corta (Steger y Samman, 2012b)	SWLS (Diener et al., 1985)	0,83 y 0,73 respectivamente	POM-SWL → r = 0,32, p<0,01	Pacientes con problemas cardíacos con elevada presencia de significado sostienen mayor bienestar

Autor	Evaluación Significación Vital	Evaluación Bienestar	Fiabilidad (Alpha de Cronbach)	Relación Significación Vital y Bienestar	Interpretación
Krok, D. y Gerymski, R.	MLQ (Steger et al., 2006)	SWLS (Diener et al., 1985) y PANASX <sup>f</sup> (Watson y Clark, 1994)	(MLQ): 0,85 (SWLS): 0,85 (PANAS-X): Componente afectivo positivo: 0,83 Componente afectivo negativo: 0,85	MIL <sup>g</sup> -SWL → r=0,24, p<0,001 MIL-CA <sup>+h</sup> → r=0,31, P<0,001 MIL-CA <sup>-i</sup> r= -0.14, p<0.05	Pacientes coronarios con alta significación vital disponen de mayor bienestar Pacientes con buen ajuste afectivo presentan alto bienestar Pacientes con bajo ajuste afectivo cuentan con bajo bienestar
Krok, D.	MLQ (Steger et al., 2006) SOC (Antonovsky, 1993)	PWB <sup>k</sup> (Ryff y Keyes, 1995)	(MLQ): 0,85 (SOC): 0,82 (PWB): 0,89	MIL-PWB → b= -0,71; t=-2,59, p<0,001 r=0,51, p<0,001 SOC-PWB → b=0,33 t=6.14, p<0,001	Pacientes coronarios con gran significación vital tienen mayor bienestar
Szczesniak, M., Swiatek, A., Cieslak, M. y Swidurska, D.	MLQ (Steger et al., 2006)	PWB (Ryff y Keyes, 1995)	POM: 0,87 SFM: 0,77 PWB: 0,79	POM-PWB → r=0,50 p<0,001 SFM-PWB → r=0,44 p<0,001	Personas con discapacidades físicas o mentales cuyas vidas disponen de sentido muestran mayor bienestar Personas con discapacidad que se muestran en búsqueda de significado poseen mayor bienestar A las personas con Alzheimer que muestran
Dewitte, L., Hill, P., Vandenbulcke, M. y Dezutter, J.	MLQ versión corta (Steger y Samman, 2012b)	SWLS (Diener et al., 1985)	(POM): T1:0,83 T2:0,79 T3:0,71 (SWLS): T1:0,78 T2:0,83 T3: 0,72	POM-SWL → T1: r=0.36, p<0,001 T2: r=0,44, p<0,001 T3: r=0,19, p>0,05	prominente presencia de significado, se les asocia a su vez alto bienestar, que perdura relativamente en el tiempo

*Nota.* La escala de satisfacción con la vida representa el bienestar psicológico. El sentido de coherencia representa una dimensión de la Significación Vital <sup>a</sup>Meaning In Life Questionnaire; <sup>b</sup>Satisfaction With Life Scale; <sup>c</sup>Presence of Meaning; <sup>d</sup>Satisfaction With Life; <sup>e</sup>Search For Meaning; <sup>f</sup>Escala de Afectividad; <sup>g</sup>Meaning In Life; <sup>h</sup>Componente Afectivo positivo; <sup>i</sup>Componente Afectivo negativo; <sup>j</sup>Sence Of Coherence; <sup>k</sup>Psychological Well Being Scale.

Analizando de manera más detallada cada artículo, se pueden destacar los siguientes aspectos.

Los artículos revisados se encuentran entre los años 2013 y 2022, todos ellos escritos en inglés. Entre estos, dos de ellos utilizan un estudio longitudinal (Dezutter et al., 2015) y (Dewitte et al., 2022b), el resto utilizan estudios transversales.

Se incluyen en total 8 investigaciones pertenecientes a diversos países, Países Bajos, Bélgica, China y Polonia, que reúnen un tamaño muestral total N= 1630 pacientes con edad media total X= 59,53 años, con distintos tipos de enfermedades, de las que 746 se confirman como crónicas.

Para la evaluación de la Significación vital, cuatro estudios incluyen los dos componentes para el cuestionario de Sentido en la Vida (MIL), Presencia de Significado (POM) y Búsqueda de significado (SFM); uno de ellos mide el constructo como una puntuación sumativa ponderada; otros dos miden exclusivamente la variable de presencia de sentido (POM) y el último no mide las dos variables del MIL, sino una puntuación total, sin embargo, incluye otra dimensión medida por otro cuestionario, la escala del sentido de coherencia (SOC), que evalúa en qué medida un individuo percibe su vida como comprensible, manejable y significativa.

Para la evaluación del Bienestar Psicológico, 6 estudios utilizan el cuestionario de Satisfacción con la vida (SWLS), que arroja una única puntuación ponderada, entre estos, uno incluye, además, el factor de componente afectivo o bienestar hedónico, medido por la Escala de Afectividad (PANAS-X) y los dos últimos evalúan el bienestar eudamónico, con la escala de Bienestar Psicológico (PWB).

En su integridad, los cuestionarios mencionados presentan una fiabilidad aceptable ( $\alpha > 70$ ), (ver Tabla 2).

Los resultados arrojaron que el total de relaciones entre la variable Significación Vital y el Bienestar psicológico mantienen en al menos uno de los subcomponentes una relación significativa ( $p < 0.001$ ).

### **3.1 Relación entre Presencia de Significado (POM) y Bienestar**

A colación con lo anterior, todos los resultados que miden la relación existente entre la presencia de significado (POM) y bienestar de la revisión, arrojan correlaciones significativas  $p < 0,01$ , menos uno, en el último pase de la prueba ( $p > 0,05$ ). Lo que indica que, para las personas enfermas, la presencia de significado en sus vidas parece ser un factor vital para la existencia de bienestar en el tránsito de la enfermedad. O bien que, mantener a estas personas en un estado de bienestar constante hace que mantengan alta a su vez, la percepción de que ya disponen de un significado en la vida, lo que, según V. Frankl (1991) los mantendría en un estado de esperanza que les motivaría a seguir existiendo.

*Los que conocen la estrecha relación que existe entre el estado de ánimo de una persona —su valor y sus esperanzas, o la falta de ambos— y la capacidad de su cuerpo para conservarse inmune, saben también que, si repentinamente pierde la esperanza y el valor, ello puede ocasionarle la muerte (Frankl, 1991, p.45)*

Al respecto, Dezutter et al. (2013) establecieron en su investigación, que los resultados que hallaron confirmaron que experimentar significado en la vida (POM) es un potente predictor de alto bienestar en pacientes con enfermedad crónica, y que es necesario que estos experimenten significado en la vida para sentirse satisfechos con esta. Por su parte, Krok, (2020) expresa en su artículo, que los pacientes con enfermedades coronarias que pueden encontrar significado en la vida (POM) con éxito son capaces de aumentar su bienestar sobre la base de crecimiento y autorrealización relacionados con los valores personales. Szcześniak et al. (2020c) postulan que una vez que los individuos con discapacidad encuentran y tienen un sentido de vida (POM), pueden lidiar

con la enfermedad de una manera más significativa, lo que puede llevar a mayor bienestar psicológico, ya que aceptan su condición y, por tanto, pueden reconocer y asumir múltiples aspectos del “yo”, incluyendo la incapacidad y sus consecuencias. Dewitte et al. (2022) se mantienen en la misma línea, estableciendo que los pacientes con Alzheimer que experimentaron alta satisfacción por la vida en la primera prueba, también reportaron alta significación vital un año más tarde, con lo que concluyen que los hallazgos obtenidos sugieren que estos ancianos con deterioro cognitivo son capaces de mantener sentido en la vida, lo que es importante para su bienestar. Los resultados de Dezutter et al. (2015) reflejan resultados similares estables en dos años en pacientes con dolor crónico. Estos hallazgos son similares a los encontrados por Li et al. (2021b) en su revisión sistemática con 147 estudios, donde se expone la significación de la relación que nos incumbe, considerándolo un crucial predictor de este.

### **3.2 Relación entre Búsqueda de Significado (SFM) y Bienestar**

Por lo que concierne a la relación entre la búsqueda de significado y bienestar psicológico en pacientes con algún tipo de enfermedad, los hallazgos no son tan esclarecedores, debido a que, de 4 cuestionarios que evalúan directamente la relación, tres reflejan significaciones ( $p < 0,001$ ) y el otro no lo contempla en ninguna de sus mediciones longitudinales ( $p > 0,05$ ), lo que implicaría la necesidad de contemplar más resultados en esta población. Todas las relaciones muestran una correlación negativa entre variables, lo que podría indicar que cuanto más se encuentre un paciente en la búsqueda de significado en la vida, menos bienestar psicológico va a experimentar en el tránsito hasta hallarla, que concuerda con revisiones más amplias (e.g. Li et al., 2021b). En la misma revisión, se encuentra una relación significativa, pero con bajo efecto (Li et al., 2021b).

### **3.3 Relación Global entre la Significación Vital (MIL) y Bienestar**

En cuanto a la asociación general entre significado en la vida y bienestar se refiere, se encuentran resultados significativos ( $p < 001$ ) en los únicos dos trabajos que lo evalúan de manera ponderada. Según Szcześniak et al. (2020c)

se puede suponer que el ajuste a una condición prolongada de deterioro conduce a mayor bienestar cuando las personas revisan sus metas de vida a través de la experiencia del significado (POM), más que a través del compromiso en alcanzar el sentido de la vida (SFM). Postulado que parece reflejar los resultados obtenidos en esta revisión. En esta línea, cabe recalcar el estudio longitudinal de DeZutter et al. (2015), en el que se encontró que las personas con dolor crónico que presentaban mayor bienestar psicológico eran las que se percibían con mayor presencia de significado en sus vidas (POM), y a la vez no precisaban de una búsqueda de la misma en estos momentos (SFM). Más incluso que aquellas con alta presencia de significado (POM) y que a la vez se encontraban buscando más significado (SFM), que rechaza parte de la hipótesis de la presente revisión. Esto, puede verse explicado, según el autor, por el posible rasgo de ansiedad que incumbe al insaciable buscador por pretender poseer lo que aún no es poseído.

Por otro lado, en la misma investigación, se declara que las personas con dolor crónico que mantienen un nivel más bajo de bienestar son aquellas que combinan poca presencia de significado en la vida (POM), con alta búsqueda de este (SFM). Estas personas manifiestan mayor dolor, mayores síntomas depresivos y precisan de mayor medicación. Según resultados similares obtenidos por el mismo autor en años anteriores, estos resultados pueden ser indicativos de una búsqueda estresante de sentido y suele hallarse en personas muy discapacitadas que no pueden salir de las residencias (DeZutter et al., 2013). El segundo peor marco clínico parecen ser aquellas personas con baja significación vital y que simultáneamente no se perciben en la búsqueda de sentido.

#### **4. DISCUSIÓN:**

El bienestar psicológico y la salud mental en pacientes con algún tipo de enfermedad ha sido objeto de investigación en psicología desde mediados del siglo pasado (Vázquez et al., 2009). A su vez, la relación entre la significación vital y el bienestar psicológico también tiene bagaje psicológico. Sin embargo,

cabe recalcar la escasez de estudios que hacen confluír la relación entre la significación vital y el bienestar psicológico dentro de la población enferma durante la última década. La presente revisión bibliográfica ha arrojado, por un lado, resultados más que prometedores para afirmar que un mayor significado en la vida (MIL) está asociado de manera sólida con una mayor percepción de bienestar psicológico para pacientes con algún tipo de enfermedad. Resultados similares a los obtenidos son los de Li et al., (2021b) con población general, pero con una muestra mucho más representativa (N=92,169).

Según los factores que lo componen, parece que se puede afirmar a su vez, la significación entre la presencia de significado (POM) y el bienestar en pacientes. Sin embargo, y, por otro lado, los resultados correspondientes a la relación entre búsqueda de significado (SFM) y bienestar, pese a que parecen también tener relación significativa, habría que tener cautela al afirmarlo, pues parece un constructo más complejo (Mostarac y Brajković, 2022). Las teorías al respecto a su vez son igual de complejas. Algunos exponen que puede deberse a factores personales de ansiedad (Dezutter et al., 2015), pese a que no se ve predicho por los cinco grandes de personalidad (Kohútová et al., 2021); a factores culturales (Fischer et al., 2021), o a la rumiación psicológica (Park et al., 2010). Los casos de significación positiva son asociados a características de la población muestral, bien por ser pacientes de cáncer (Mostarac y Brajković, 2022) o por ser adolescentes (Krok, 2018). Esta falta de consenso hace recomendar una exploración más exhaustiva en la línea de investigación, haciendo énfasis en el estudio de la relación entre la búsqueda de significado (SFM) y el bienestar psicológico en población con enfermedad (Li et al., 2021b).

Por otro lado, los resultados de Dezutter et al. (2015) parecen indicar que parte de la hipótesis inicial, que aludía a que el mayor bienestar experimentado estaría asociado a las personas que experimenten mayor presencia de significado (POM) y a la vez sigan en la búsqueda de mayor crecimiento al respecto (SFM), no es correcta, pues parece apuntar a que son las personas con mayor POM y menor SFM los que gozan de mayor bienestar psicológico.

No cabe duda de que la cercanía de la muerte realza la significación de la vida, ya sea por exceso o por defecto, y es en la enfermedad donde se aprecia la salud. Es el cometido de los psicólogos clínicos encauzar la enfermedad desde la significación vital, de manera que se exprima cada segundo de la existencia de la manera más significativa posible para el paciente. Para hacerlo posible, algunos estudios recomiendan fomentar la significación por medio de terapias como la logoterapia, junto con la autoeficacia, con terapias como la cognitivo-conductual (Cabaco, 2018b).

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

- Adler, M. G., y Fagley, N. S. (2005). Appreciation: Individual differences in finding value and meaning as a unique predictor of subjective well-being. *Journal of Personality*, 73(1), 79–114. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2004.00305.x>.
- Antonovsky A. (1993). The structure and properties of the sense of coherence scale. *Social science & medicine* (1982), 36(6), 725–733. [https://doi.org/10.1016/0277-9536\(93\)90033-z](https://doi.org/10.1016/0277-9536(93)90033-z).
- Antonucci, T. C., Akiyama, H., y Takahashi, K. (2004). Attachment and close relationships across the life span. *Attachment and Human Development*, 6(4), 353–370. <https://doi.org/10.1080/1461673042000303136>.
- Arias, G. (2012). Sentido de vida y narrativa: defensa frente a la apatía del hombre para pensar lo humano. *Katharsis*, (13), 107–124. <https://doi.org/10.25057/25005731.437>.
- Ballesteros, B., Medina, A., y Caycedo, C. (2006) El Bienestar Psicológico definido por asistentes a un servicio de consulta psicológica en Bogotá, Colombia. *Pontificia Universidad Javeriana*, 5(2), 239-258. ISSN 1657-9267.
- Baumeister, R. F., y Landau, M. J. (2018). Finding the meaning of meaning: Emerging insights on four grand questions. *Review of General Psychology*, 22(1), 1–10. <https://doi.org/10.1037/gpr0000145>.
- Cabaco, A. S. (2018). Importancia del constructo sentido de la vida en diferentes ámbitos psicológicos aplicados. *cauriensia*, XIII, 1886–4945. <https://doi.org/10.17398/2340-4256.13.17>.
- Castro, A., (2009). El bienestar psicológico: cuatro décadas de progreso. *Revista interuniversitaria de formación del profesorado: continuación de la antigua Revista de Escuelas Normales*, 66, 43-72. ISSN 0213-8646.
- Cuadra L., H., y Florenzano U., R. (2003). El Bienestar Subjetivo: Hacia una Psicología Positiva. *Revista de Psicología*, 12(1), 83. <https://doi.org/10.5354/0719-0581.2003.17380>.
- Czekierda, K., Banik, A., Park, C. L., y Luszczynska, A. (2017). Meaning in life and physical health: systematic review and meta-analysis. In *Health Psychology Review* (Vol. 11, Issue 4, pp. 387–418). Routledge. <https://doi.org/10.1080/17437199.2017.1327325>.
- Dewitte, L., Hill, P. L., Vandenbulcke, M., y Dezutter, J. (2022). The longitudinal relationship between meaning in life, depressive symptoms, life satisfaction, and cognitive functioning for older adults with Alzheimer’s disease. *European Journal of Ageing*. <https://doi.org/10.1007/s10433-022-00689-z>.

- Dewitte, L., Schellekens, T., Steger, M. F., Martela, F., Vanhooren, S., Vandenbulcke, M., y Dezutter, J. (2021). What Can We Learn About the Concept of Meaning in Life from Older Adults with Alzheimer's Disease? A Directed Content Analysis Study. *Journal of Happiness Studies*, 22(7), 2845–2871. <https://doi.org/10.1007/s10902-020-00351-4>.
- Dewitte, L., Vandenbulcke, M., y Dezutter, J. (2019). Meaning in life matters for older adults with Alzheimer's disease in residential care: Associations with life satisfaction and depressive symptoms. *International Psychogeriatrics*, 31(5), 607–615. <https://doi.org/10.1017/S1041610218002338>.
- Dezutter, J., Casalin, S., Wachholtz, A., Luyckx, K., Hekking, J., y Vandewiele, W. (2013). Meaning in life: An important factor for the psychological well-being of chronically ill patients? *Rehabilitation Psychology*, 58(4), 334–341. <https://doi.org/10.1037/a0034393>.
- Dezutter, J., Luyckx, K., y Wachholtz, A. (2015). Meaning in life in chronic pain patients over time: associations with pain experience and psychological well-being. *Journal of Behavioral Medicine*, 38(2), 384–396. <https://doi.org/10.1007/s10865-014-9614-1>.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsem, R. J., y Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71–75. [https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901\\_13](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13).
- Fernández, A., Regina, C., García-Viniegras, V., y Ruiz, A. L. (2014). Consideraciones acerca del bienestar psicológico. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala* 7(3):1108-1147.
- Fischer, I. C., Secinti, E., Cemalcilar, Z., y Rand, K. L. (2021). Examining Cross-Cultural Relationships Between Meaning in Life and Psychological Well-Being in Turkey and the United States. *Journal of Happiness Studies*, 22(3), 1341–1358. <https://doi.org/10.1007/s10902-020-00275-z>.
- Frankl, V. (1991). *El Hombre En Busca De Sentido*. Editorial Herder. ISBN: 9788425432026.
- George, L. S., y Park, C. L. (2016). Meaning in life as comprehension, purpose, and mattering: Toward integration and new research questions. *Review of General Psychology*, 20(3), 205–220. <https://doi.org/10.1037/gpr0000077>.
- Golovchanova, N., Owiredua, C., Boersma, K., Andershed, H., y Hellfeldt, K. (2021). Presence of Meaning in Life in Older Men and Women: The Role of Dimensions of Frailty and Social Support. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.730724>.
- Keyes, C. L. M., Shmotkin, D., y Ryff, C. D. (2002). Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(6), 1007–1022. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.6.1007>.
- King, L. A., y Hicks, J. A. (2020). *The Science of Meaning in Life*. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-072420>.

- Kohútová, V., Špajdel, M., y Dědová, M. (2021). Emerging adulthood – An easy time of being? meaning in life and satisfaction with life in the time of emerging adulthood. *Studia Psychologica*, 63(3), 307–321. <https://doi.org/10.31577/SP.2021.03.829>.
- Krok, D. (2018). When is Meaning in Life Most Beneficial to Young People? Styles of Meaning in Life and Well-Being Among Late Adolescents. *Journal of Adult Development*, 25(2), 96–106. <https://doi.org/10.1007/s10804-017-9280-y>.
- Krok, D. (2020). Sense of coherence and psychological well-being among coronary heart disease patients: a moderated mediation model of affect and meaning in life. *Current Psychology*. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-00982-z>.
- Krok, D., y Gerymski, R. (2019). Self-efficacy as a mediator of the relationship between meaning in life and subjective well-being in cardiac patients. *Current Issues in Personality Psychology*, 7(3), 242–251. <https://doi.org/10.5114/cipp.2019.89168>.
- Krok, D., y Telka, E. (2019). Optimism mediates the relationships between meaning in life and subjective and psychological well-being among late adolescents. *Current Issues in Personality Psychology*, 7(1), 32–42. <https://doi.org/10.5114/cipp.2018.79960>.
- Lamers, S. M. A., Westerhof, G. J., Bohlmeijer, E. T., ten Klooster, P. M., y Keyes, C. L. M. (2011). Evaluating the psychometric properties of the mental health Continuum-Short Form (MHC-SF). *Journal of Clinical Psychology*, 67(1), 99–110. <https://doi.org/10.1002/jclp.20741>.
- Li, J., Dou, K., y Liang, Y. (2021). The Relationship Between Presence of Meaning, Search for Meaning, and Subjective Well-Being: A Three-Level Meta-Analysis Based on the Meaning in Life Questionnaire. In *Journal of Happiness Studies* (Vol. 22, Issue 1, pp. 467–489). Springer Science and Business Media B.V. <https://doi.org/10.1007/s10902-020-00230-y>.
- Longares, M., y Mateo, M. (2022). Sentido de la enfermedad y afrontamiento en pacientes con cáncer de cabeza y cuello. *Psicooncología*, 19(1), 11–26. <https://doi.org/10.5209/psic.80795>.
- Martela, F., y Steger, M. F. (2016). The three meanings of meaning in life: Distinguishing coherence, purpose, and significance. *Journal of Positive Psychology*, 11(5), 531–545. <https://doi.org/10.1080/17439760.2015.1137623>.
- Miao, M., y Gan, Y. (2019). How does meaning in life predict proactive coping? The self-regulatory mechanism on emotion and cognition. *Journal of Personality*, 87(3), 579–592. <https://doi.org/10.1111/jopy.12416>.
- Mostarac, I., y Brajković, L. (2022). Life After Facing Cancer: Posttraumatic Growth, Meaning in Life and Life Satisfaction. *Journal of Clinical Psychology in Medical Settings*, 29(1), 92–102. <https://doi.org/10.1007/s10880-021-09786-0>.
- Oramas, A., Santana, S., y Vergara, A. (2006). El bienestar psicológico, un indicador positivo de la salud mental. *Revista Cubana de Salud y Trabajo*, 7, 34-39.

- Ostafin, B. D., y Proulx, T. (2020). Meaning in life and resilience to stressors. *Anxiety, Stress and Coping*, 33(6), 603–622. <https://doi.org/10.1080/10615806.2020.1800655>.
- Park, N., Park, M., y Peterson, C. (2010). When is the search for meaning related to life satisfaction? *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 2(1), 1–13. <https://doi.org/10.1111/j.1758-0854.2009.01024.x>.
- Rodríguez, I. (2006) Afrontamiento del Cáncer y Sentido de la Vida: un Estudio Empírico y Clínico [Tesis de doctorado] Universidad Autónoma de Madrid.
- Ryan, R. M., y Deci, E. L. (2000). On happiness and human potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being. [www.annualreviews.org](http://www.annualreviews.org).
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>.
- Ryff, C. D., y Keyes, C. L. M. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>.
- Sørensen, T., la Cour, P., Danbolt, L. J., Stifoss-Hanssen, H., Lien, L., DeMarinis, V., Pedersen, H. F., y Schnell, T. (2019). The Sources of Meaning and Meaning in Life Questionnaire in the Norwegian Context: Relations to Mental Health, Quality of Life, and Self-Efficacy. *International Journal for the Psychology of Religion*, 29(1), 32–45. <https://doi.org/10.1080/10508619.2018.1547614>.
- Steger, M. F., Frazier, P., Kaler, M., y Oishi, S. (2006). The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, 53(1), 80–93. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.1.80>.
- Steger, M. F., Kashdan, T. B., Sullivan, B. A., y Lorentz, D. (2008). Understanding the search for meaning in life: Personality, cognitive style, and the dynamic between seeking and experiencing meaning. *Journal of Personality*, 76(2), 199–228. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2007.00484.x>.
- Steger, M. F., y Samman, E. (2012). Assessing meaning in life on an international scale: Psychometric evidence for the meaning in life questionnaire-short form among Chilean households. *International Journal of Wellbeing*, 2(3), 182–195. <https://doi.org/10.5502/ijw.v2i.3.2>.
- Szczęśniak, M., Świątek, A. H., Cieślak, M., y Świdurska, D. (2020). Disease Acceptance and Eudemonic Well-Being Among Adults with Physical Disabilities: The Mediator Effect of Meaning in Life. *Frontiers in Psychology*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.525560>.
- Urrútia, G., y Bonfill, X. (2010). PRISMA declaration: A proposal to improve the publication of systematic reviews and meta-analyses. *Medicina Clínica*, 135(11), 507–511. <https://doi.org/10.1016/j.medcli.2010.01.015>.

- Vázquez, C., Hervás, G., Rahona, J., y Gómez, D. (2009) Bienestar psicológico y salud: Aportaciones desde la Psicología Positiva. Universidad Complutense de Madrid 5, 15-28.
- Victoria García-Viniegras, C. R., y González Benítez, I. (2000). La categoría bienestar psicológico. Su relación con otras categorías sociales. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 16(6), 586-592. ISSN 0864-2125.
- Watson, D., & Clark, L. A. (1994). *The PANAS-X: Manual for the Positive and Negative Affect Schedule-Expanded Form*. Ames: The University of Iowa.
- Wolf, S. (2010). *Meaning in Life and Why It Matters*. The University Center for Human Values Series. ISBN13: 9780691145242.
- Yu, E. A., y Chang, E. C. (2021). Relational meaning in life as a predictor of interpersonal well-being: A prospective analysis. *Personality and Individual Differences*, 168. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110377>.
- Zamora Marín, René. (2009). La enfermedad y el sentido del sufrimiento. *Revista Cubana de Salud Pública*, 35(1). ISSN 1561-3127.
- Zhou, Y., y Xu, W. (2019). Short report: the mediator effect of meaning in life in the relationship between self-acceptance and psychological wellbeing among gastrointestinal cancer patients. *Psychology, Health and Medicine*, 24(6), 725–731. <https://doi.org/10.1080/13548506.2018.1554252>.