

El sentido de vida en los jóvenes: redes sociales, relaciones significativas y actividades de ocio

En este trabajo, se plantea una aproximación sociológica y existencial a la realidad de la juventud en la actualidad, desde un enfoque metodológico cualitativo y cuantitativo. Se presentan algunos resultados que pertenecen a una investigación más amplia cuyo objetivo es estudiar la experiencia de sentido de vida en los jóvenes, el uso dual que hacen del tiempo y la posible influencia de su ocupación prioritaria. Los participantes han sido 346 jóvenes universitarios y no universitarios de entre 16 y 30 años. En concreto, en este artículo se intenta responder a tres interrogantes: ¿El uso de las redes sociales está relacionado con la frustración existencial? ¿Son las relaciones sociales más significativas, amigos y familia, una fuente de sentido para los jóvenes? Respecto al uso dual del tiempo: ¿Existe correlación entre las actividades de ocio y el sentido de vida? Los resultados obtenidos son coherentes a otros estudios paralelos y nos ayudan a comprender la transición que hacen los y las jóvenes hacia la edad adulta.

Palabras clave: Sentido de vida, redes sociales, actividades de ocio, fuentes de sentido, juventud.

Introducción

El presente trabajo es el resultado de la actividad investigadora llevada a cabo, desde diciembre de 2009, por el Grupo de Investigación PSICOSOC. Este grupo de trabajo ha desarrollado una investigación denominada "Significado sociológico del colectivo joven y análisis de su sentido de vida" cuyo punto de partida ha consistido en vincular las perspectivas psicológica y sociológica con el concepto de sentido de vida que predomina en la juventud actual. Desde la Psicología, con un enfoque existencial, se ha pretendido descubrir la percepción y experiencia de sentido de vida de los y las jóvenes. Además, se ha intentado establecer cuáles son las metas, las tareas y el posicionamiento ante la libertad. Por otro lado, desde el punto de vista de la Sociología, se ha tenido en cuenta un enfoque cognitivo para profundizar en la construcción social del sentido de vida en la juventud, analizando la relación con las diferentes actividades que desarrollan. Asimismo, se ha pretendido averiguar qué referentes sociales y culturales son sus fuentes de sentido.

El sentido de vida es lo que da significado y ayuda a encontrar un soporte interno a la existencia. Víctor E. Frankl, representante de la psicología humanista existencial, lo define como el motivo, la razón, lo que te impulsa para lograr algo o para ser de una manera determinada, es decir, lo que nos orienta y nos guía (Frankl, 1994). Convertirse en persona significa, en efecto, asumir la propia existencia y proyectarla libremente en el mundo. A continuación exponemos los resultados de las tres cuestiones planteadas en este artículo(2) en relación a dicho constructo:

(1) Componentes del Grupo de Investigación PSICOSOC: Pilar Maseda Moreno, Yolanda Osete Martínez, Gregorio Pérez Bonet, Mercedes Reglero Rada, M^a Luisa Sánchez Fernández, Leonor Sierra Macarrón y Antonia Vila Pena. Asesores externos: M^a Ángeles Noblejas de la Flor y Antonio Saa Requejo. Coordinador: goyo@cesdonbosco.com

(2) La recogida de datos se ha realizado, en primer lugar, mediante la convocatoria de un "grupo de discusión". Posteriormente, se aplicó a una muestra de 346 participantes jóvenes (de 16 a 30 años) un cuadernillo que contenía: dos tipos de test psicométricos, PIL (Crumbaugh, J. & Maholick, L. 1969) y SOMP-R (Gary T. Reker, 1996), una tabla de realización de actividades diferenciada para sábados y martes, y un cuestionario socio-demográfico.

Las redes sociales y la frustración existencial

La primera cuestión que nos planteamos, hace referencia a la posible relación entre el uso de las redes sociales como actividad de ocio y la frustración existencial.

Víctor Frankl (1996) explica la frustración existencial aludiendo a situaciones que impiden que los anhelos, metas, o expectativas de vida se realicen; momentos en los que los parámetros de seguridad y certidumbre de nuestra vida varían, afectados por situaciones de “crisis” en las que se carece de las herramientas necesarias para hacerles frente. Todo ello conlleva falta de sentido y es entonces cuando se experimenta un sentimiento de frustración constante que invade a cada momento y en cada actividad produciendo vacío existencial o complejo de vacuidad.

Las razones que pueden abocar a una persona a la falta de sentido de vida o vacío existencial son de diversa naturaleza:

- Motivos psicológicos, como el hecho de verse limitado en la voluntad de sentido o búsqueda natural de una razón de ser de su vida. El individualismo tan generalizado en nuestra sociedad genera conductas egoístas que limitan la capacidad de trascendencia personal e inhiben la consolidación del sentido de vida.

- Razones de carácter filosófico como la concepción del absurdo de la vida. Según Albert Camus (1996) la vida no tiene sentido y no vale la pena vivirla. Para Sartre (1985), la vida, a priori, no tiene sentido. La vida antes de vivirla no es nada, debemos darle sentido. El vacío existencial se produce cuando el individuo no trasciende su vida cotidiana, cuando carece de un proyecto de vida que dote de sentido su existencia y el fin de sus días.

- Cuestiones como la dinámica cultural de la sociedad occidental contemporánea posibilita la falta de sentido de vida. Una cultura secular, caracterizada por el predominio del “aquí y el ahora”, de la búsqueda y satisfacción de los intereses particulares a corto plazo. Como plantea Giddens (1995) la ruptura de los parámetros de certidumbre y seguridad dejan al individuo sin un asidero cultural bajo el cual dar respuesta a los dilemas existenciales.

- Factores sociales tales como el sentido de pertenencia, las actividades que se realizan en el día a día, los grupos sociales en los que se llevan a cabo las actividades y a los que se pertenece, contribuyen a la conformación de un sentido de vida pleno. La desvinculación del individuo del medio social, se encuentra en la base del vacío existencial. Para Durkheim (1971) la individualización excesiva, la separación radical de los demás seres, produce la incomunicación con las fuentes de las que debería alimentarse y a las que tendría que corresponder. Una vida sin arraigo social es una vida sin sentido.

La búsqueda de sentido de vida y de autorrealización se lleva a cabo en un entorno social y cultural, en el cual los individuos se relacionan entre sí en las redes o estructuras sociales en las que transcurre su vida. Forman parte de redes: primarias, secundarias, comunitarias y/o institucionales; que van conformando su identidad psicológica, social y cultural. A estas redes sociales tradicionales “reales o físicas” se les han sumado las “redes sociales virtuales” o “redes sociales de internet”.

Su aparición constituye un fenómeno nuevo que crece de forma exponencial y va adquiriendo gran relevancia en los distintos ámbitos de la vida. Lo que se

inició como una forma de búsqueda nostálgica se ha extendido de tal manera que, en la actualidad, redes como Facebook, Tuenti, Twitter y MySpace, entre otras, están al alcance de cualquiera y permiten que millones de jóvenes, y no tan jóvenes, se comuniquen en todo el mundo a través de ellas.

Han dado lugar a una nueva cultura o “cibercultura”, en la que surgen nuevas formas de interactuar, de acceder a la información, de comunicarse y de organizarse en movimientos ciudadanos reivindicativos. No olvidemos los acontecimientos de los últimos meses en los países del norte de África reivindicando libertades, o el movimiento 15-M surgido en España, entre otros. “La gente se organiza cada vez más, no sólo en redes sociales, sino en redes sociales conectadas por ordenador” (Castells, 2001). Del mismo modo asistimos a la transformación del usuario pasivo al usuario creador y editor de sus propios espacios (Ramos, 2008).

Según el sociólogo Alfredo Morales (2009), las redes sociales de internet, resultan especialmente atractivas para adolescentes y jóvenes porque les ofrece un sistema de comunicación a distancia intensivo, abierto y sincrónico, satisfacen las necesidades de comunicación de forma inmediata, divertida y sin esfuerzo. Producen la ilusión de que se está compartiendo un espacio (virtual) en el que se interactúa y se prolongan los contactos en persona. Constituyen una herramienta excelente para aquellos que quieren darse a conocer y ser reconocidos.

La edad por tanto, resulta ser una variable significativa para abordar las diferencias existentes en el uso del ordenador como ocio y en concreto de las redes sociales: tanto el número de redes a las que se pertenece, como la amplitud de las agendas y la frecuencia de uso, van disminuyendo a medida que avanzan los años. No sólo el acceso a ordenadores e internet es más elevado entre los menores de 25, (cerca al 95% según el *Informe Jóvenes Españoles*, González-Anleo, J., González Blasco, P., 2010) sino que además, según los datos existentes, los jóvenes entre 18 y 35 años son los principales usuarios y los que mantienen algún perfil activo al menos en una red social de ocio (Fundación Orange. eEspaña 2009).

Sin embargo, las diferencias de género en el acceso a las tecnologías de la información y de la comunicación, denominada “brecha digital de género” desaparecen entre los más jóvenes. Prácticamente no existen distinciones en el acceso a internet entre los y las jóvenes.

El uso de las redes sociales ha introducido profundas modificaciones en la dinámica cotidiana de millones de hogares, está conformando un nuevo escenario con posibles repercusiones en la configuración psicológica de las personas y en las características del entramado de los vínculos familiares. Así, la juventud piensa que estar en una red es imprescindible para mantener una vida social plena (Espinar Ruiz, E y González Río, M. J, 2009).

En el ámbito de la investigación, existen estudios sobre el uso que los y las jóvenes hacen de las nuevas tecnologías, sobre su influencia en la socialización, no así de sus efectos en el sentido de vida, ni en la frustración producida en éste cuando no se alcanzan los objetivos.

En nuestro estudio, para profundizar en la relación entre el uso de las redes sociales y la frustración existencial, hemos establecido la correlación entre dos variables: la puntuación total del test PIL, que mide el sentido de vida y las horas invertidas por los encuestados en el uso del ordenador como ocio, en concreto en redes sociales.

El análisis efectuado, con un resultado de $r=-,171$, indica que existe una relación lineal inversa y significativa (a un nivel de confianza del 99%) entre las horas dedicadas al uso de redes sociales como ocio y el sentido de vida percibido por los jóvenes, de manera que puede decirse que a mayor sentido de vida, menor es su dedicación al uso de redes sociales (ver Tabla 1.1).

Parece que los y las jóvenes encuentran en ellas espacios de atención, de carácter más o menos profundo o superficial, porque alguien los atiende y les escribe comentarios. No están sometidos a la censura o cuestionamiento social, son espacios de expresión, de intercambio de opiniones e ideas y de aprendizaje, en los que se les permite expresarse libremente. Pero, ¿hasta qué punto contribuyen a la formación de su identidad? ¿Qué experiencia de sentido les aporta?

La interpretación a la correlación inversa del uso de redes y sentido de vida, podemos encontrarla en un doble argumento: por un lado, en la utilidad que les dan a las redes y por otro, en la supuesta sociabilidad que aportan, tan solo en un mundo virtual.

Respecto a la utilidad, las redes sociales constituyen un fenómeno novedoso en plena expansión cuyo desarrollo, efectos y devenir son todavía inciertos.

En nuestro estudio, en concreto en el grupo de discusión celebrado, se les preguntaba por las horas que invertían, frente al ordenador como ocio, especificando el uso de redes sociales, y todos ellos respondían que las empleaban con mayor intensidad en edades más cercanas a la adolescencia y que comenzaban a usarlas de forma más moderada conforme avanzaba su edad. Quizá este abandono parcial de las horas de ocio invertidas responde a una disminución de la satisfacción obtenida y a una mayor libertad de acción y movimiento que les permite establecer relaciones sociales en el mundo real.

Respecto a la evolución del uso de Internet con la edad, los participantes en el grupo de discusión argumentaron que: “cuando empiezas a salir, que sales un día a la semana o unas horas el fin de semana, también buscas más el contacto por vías alternativas, es decir, el Messenger, el Tuenti o lo que sea y ahora... puedes salir y entrar cuando te dé la gana, dependiendo del caso, ese contacto lo puedes tener físicamente, con lo cual también lo vas dejando un poco mas de lado”

Espinar Ruiz, E y González Río, M. J (2009) exponen que los motivos que llevan a los jóvenes a sumarse a las redes son mantener el contacto con los amigos en primer lugar, en segundo lugar porque les invitaron a hacerlo (medio para el crecimiento de las redes), y a medida que se van ampliando aparece un nuevo motivo para acceder: “todos mis amigos están”.

Otros estudios recientemente publicados, reflejan que la principal utilidad que tienen estas redes sociales para los jóvenes es “pasar el rato” (40%), seguido de hacer amigos (35%) y compartir información útil con otros (17%). Otras utilidades tienen menor relevancia como “buscar trabajo” (4%) o pareja (1%), comunicarse con la familia (1%). (González-Anleo, J., González Blasco, P., 2010).

El motivo explícito de mantener contacto con los amigos pasa a segundo lugar; prevalece un uso inespecífico, no planificado, de pasar el rato, que puede tener relación con el escaso aporte a su sentido de vida que nuestro estudio ofrece como resultado.

Por otro lado, ya se ha mencionado en el artículo que un factor de frustración existencial es la desvinculación del individuo del medio social. Desde ciertos sectores se cuestionan las redes sociales por considerar que son medios fríos e impersonales, donde las relaciones virtuales sustituyen a las relaciones personales. A pesar de no verse las visitas frecuentes a sus perfiles les permiten saber todo sobre sus conocidos. Son espacios en los que se comparten cientos de amigos, sin embargo parece que propicia que el joven tienda al individualismo, que se aisle del mundo. Puede ser un reflejo de la propia dinámica social, cada vez más individualista, la que nos lleva a suplir la pérdida de las relaciones interpersonales con el uso de las redes sociales.

Sea cual sea la opinión que se tenga sobre las redes virtuales, todo parece apuntar que no se trata de una moda efímera; muy al contrario se presentan como un fenómeno social que gana cada vez más adeptos y que está transformando rápidamente las relaciones sociales. La evolución en su utilidad, incluso la formación de los y las jóvenes para un uso satisfactorio, complementarían su éxito.

La familia y los amigos como fuente de sentido

La segunda cuestión planteada en el artículo es la siguiente: ¿Son las relaciones sociales más significativas, con los amigos y la familia, una fuente de sentido para los jóvenes?. Respecto a este tema, ya es conocida y ha sido investigada, tal y como nombramos posteriormente, la valoración positiva que los jóvenes realizan sobre la familia y la relevancia que otorgan al grupo de iguales como referente clave en la formación de su identidad. En la presente investigación, el interés se centra además, en conocer si realmente las relaciones personales con la familia y los amigos, son fuente de sentido en sus vidas.

La construcción del sentido de vida se entiende como un proceso que se inicia dentro de la familia, en la socialización primaria. Las vivencias, aprendizajes e interacciones proporcionan una base ontológica sólida que ofrece seguridad y certidumbre existencial, como punto de partida para la construcción de la identidad del yo y del sentido de vida. Dicho proceso continúa de forma cotidiana, a lo largo de la vida y hasta el final de nuestros días, en la relación dialéctica que se establece entre el sujeto y el medio.

Comenzamos por la consideración de los jóvenes sobre la familia, de la que encontramos distintos referentes académicos e investigaciones que ayudan a comprender la alta valoración de esta institución por parte de la generalidad de los jóvenes en España.

En un estudio publicado en 2004 sobre la satisfacción familiar en los jóvenes (Rollán, García-Bermejo, & Villarubia, 2004) hay evidencia de que los sentimientos que surgen en el sujeto pueden tener su origen en las interacciones que se producen con los demás miembros de la familia. De esta manera, se puede apreciar la relación entre la satisfacción familiar y la satisfacción vital; si en un individuo la satisfacción familiar es alta, también lo serán los niveles de bienestar psicológico y los de sentido de vida.

En el último *Informe de la Juventud* en España publicado por el INJUVE (VV.AA., 2008) se expone que para los jóvenes, las relaciones afectuosas (relaciones con los padres, amigos, pareja) tienen preferencia en su esquema vital debido a las inseguridades y dificultades a las que se enfrentan, y opinan que influyen en su toma de decisiones de manera determinante.

En la misma línea, los últimos estudios de la FAD (Megías, E. y Elzo, J., 2006) nos presentan los elementos más valorados por los jóvenes de 15 a 25 años; son en este orden: amigos y familia, con una puntuación cercana al diez (máxima) en ambos casos.

También el informe *Jóvenes españoles 2010* (González-Anleo, J., González, P., 2010) concluye que la juventud considera “muy importante”, ante todo, su familia, la salud y los amigos. Sus relaciones con los padres han mejorado considerablemente en los últimos decenios; la familia se convierte, cada vez con mayor fuerza, en un lugar privilegiado tanto de gestación de ideas e interpretaciones del mundo para el joven como de búsqueda de apoyo y de consejo. Al mismo tiempo, encuentran en la familia su primer y fundamental espacio de libertad y autonomía. En el estudio, Luis Ayuso describe cómo la residencia familiar se ha convertido en un ámbito extraordinariamente cómodo para los y las jóvenes y en un espacio mucho más tolerante, promovido en parte por el talante negociador de la familia española. También, Javier Elzo (2008), corrobora que la familia es central para ellos como agente de socialización y como espacio donde orientarse y encontrar apoyo.

Esta circunstancia propia de los hogares con jóvenes en España, ya se pudo constatar en el último informe *Jóvenes españoles 2005*, en el que se muestra cómo entre 1999 y 2005 el porcentaje de jóvenes que reconocen en sus propios hogares un modelo familiar democrático aumenta del 62% al 69%, al tiempo que se estanca el modelo autoritario y retrocede levemente el permisivo. Las mayores discrepancias, también presentes en el discurso de nuestros jóvenes, se encuentran en la salvaguarda de la privacidad y la autonomía que intentan hacer prevalecer los hijos sobre sus padres.

Respecto a la familia, el equipo investigador obtuvo datos relevantes en el grupo de discusión que se celebró en 2010, como parte de la recogida de datos de la investigación. Para sus participantes, la familia es un elemento muy significativo en referencia a la configuración de su sentido de vida. Todos ellos citan a esta estructura social como un referente importante en su existencia vital, de hecho, la mayoría coinciden en que han ido valorando más a su familia conforme han ido madurando. No obstante, cada uno lo hace con distinta intensidad, en función de sus propias vivencias.

Otro aspecto interesante del debate, es su percepción de la familia como transmisora de valores. La escala axiológica de los jóvenes es compartida con la de los adultos; nombran como valores relevantes la responsabilidad, disciplina, compromiso, educación, motivación y exigencia. Esta similitud de valores con el “mundo adulto” se pone de manifiesto en la investigación realizada por la FAD (2010); lo cita Rodríguez, E. (2010:61): “... los jóvenes no caminan solos, sino que es el conjunto de la sociedad el que dibuja el itinerario del deber ser, de lo relevante para la construcción vital”. De hecho la mayoría de jóvenes siguen pensando en institucionalizar su relación de pareja, optando por formar su propia familia.

Ya centrados en el grupo de amigos, el Informe de la Juventud en España del INJUVE (VVAA, 2008), explica que las relaciones personales con ellos tienen una gran importancia como factor de estabilización para las identidades. Elena Rodríguez (2010), en la misma línea, describe que actúan como colchón de apoyo socioafectivo que todo joven precisa en la realización de sus actividades diarias.

También Rojas Marcos (2010), nos dice que un elemento necesario para la resiliencia humana es la conexión afectiva con los demás, aunque sólo sea con una persona. Aquellos individuos que se sienten genuinamente vinculados a otros superan los escollos que les plantea la vida mejor que quienes no cuentan con la atención y el afecto de algún semejante. El efecto protector de las relaciones afectivas es independiente del sexo de las personas, de su edad, de su clase social y de su estado de salud física o mental.

El ítem nº 4 del test SOMP-R (Gary T. Reker, 1995)⁽³⁾: “relacionarme con la familia o amigos”, destaca por encima de cualquier otro en su valoración por parte de los encuestados (ver Tabla 2.1): casi el 75% (72,8%) de los jóvenes encuestados le otorgan a las relaciones personales la máxima puntuación; es decir, consideran que la familia y amigos son referentes con mucho sentido en sus vidas. A continuación, el 20%, expresan la segunda opción más favorable: con bastante sentido. En suma, más del 90% encuentran en estos dos grupos sociales, su fuente prioritaria de sentido de vida.

En la Tabla 2.2 se puede observar cómo el ítem analizado: familia y amigos, supera con gran margen, al resto de fuentes de sentido que contiene el SOMP-R. En segundo lugar destaca el ítem “experimentar un crecimiento personal” al que han asignado la máxima puntuación el 56,6%; y en tercer lugar, la afirmación “ser útil a los demás” agrupa al 80% de los y las jóvenes que la consideran con bastante o mucho sentido en sus vidas.

Otras fuentes de sentido en las que se concentra una mejor valoración son: “cubrir las necesidades básicas cada día”, (SOMPR 2), “Mantener los valores e ideales humanos” (SOMPR 10) y “sentirme seguro financieramente” (que engloba al 84,9% en las tres puntuaciones máximas).

Por el contrario, destaca la escasa valoración concedida a “participar en actividades religiosas”: Sólo un 8,1% le concede la máxima puntuación como fuente de sentido de vida (ver Tabla 2.2). El citado Informe de la Juventud 2010 aporta datos en la misma dirección: la tendencia a disminuir la participación de los jóvenes en actividades religiosas. Dicha tendencia se puede corroborar con el análisis de la pregunta que incluía el cuestionario sobre creencias religiosas; la mayoría (ver Tabla 2.3) se declara católico no practicante (44%), pero el dato más significativo es que si sumamos los que son no creyentes, agnósticos, indiferentes o ateos ascienden al 33,7%.

En resumen, los jóvenes consideran que la familia y los amigos son su principal fuente de sentido, a gran distancia de otras. Dicho reconocimiento también se puso de manifiesto en el grupo de discusión desarrollado por el grupo investigador, en el que esta consideración de la familia y amigos se matiza y completa, ya que los jóvenes apuntan que es la familia la que mayoritariamente aporta sentido a sus vidas, una vez que pasa la adolescencia, etapa en la que el grupo de iguales es el principal referente. Rodríguez, E. (2010) afirma que la amistad sería un valor fundamental que desearían todos los colectivos, pero que se entiende como algo que marca fundamentalmente las primeras etapas de la vida en la medida en que coyunturalmente es viable, ya que según avanza la vida se ve reducida, incluso imposibilitada por los ritmos familiares, laborales.

Uso dual del tiempo en las actividades de ocio y su relación con el sentido de vida

La última cuestión que planteamos en este artículo, hace referencia al uso dual del tiempo que realiza la juventud estudiada en relación a las

(3)

En nuestra investigación, para responder a la cuestión planteada, ¿Son las relaciones sociales más significativas, amigos y familia, una fuente de sentido para los jóvenes?, se aplica el Test SOMP-R (Gary T. Reker, 1995) cuya finalidad es conocer en qué medida las personas califican ciertos aspectos como fuentes de sentido en sus vidas en el momento actual. Ofrece diecisiete afirmaciones que el encuestado puede valorar con la puntuación 1: “sin ningún sentido”, hasta la 7: “con mucho sentido”. Algunas de las fuentes de sentido que oferta hacen referencia a aspectos materiales de la vida (“cubrir necesidades básicas de cada día”, “sentirme seguro financieramente”, “adquirir posesiones materiales”), otras a elementos pertenecientes al desarrollo personal (ser reconocido por logros personales, experimentar un crecimiento personal), en otros casos, son fuentes de sentido relacionadas con los valores humanos y el altruismo (interesarme en causas sociales, ser útil a otros, mantener los valores e ideales humanos, interesarme por los derechos humanos...) y por último, algunos ítem incluyen la participación en distintas actividades (relacionadas con la naturaleza, actividades religiosas, recreativas o de tiempo libre como fuentes de sentido).

actividades socializadoras e individualistas y su sentido de vida. Se propone a los participantes dos registros de actividades que contienen las mismas veinticinco opciones pero de forma diferenciada para los martes y los sábados. De todo el listado se ha seleccionado “leer libros” como actividad individualista y “tomar copas, cervezas, vino o aperitivos” como actividad predominantemente socializadora. Se han escogido aquellas actividades que principalmente se inclinan hacia el polo socializador o individualista, dejando aquellas que puedan revelarse como esencialmente ambiguas.

Esta elección representativa tiene como finalidad obtener una primera aproximación al fenómeno y responde a los resultados del informe Jóvenes Españoles 2010, de la Fundación SM, en el que se expone que las actividades relacionadas con ir a bares o cafeterías, ir a discotecas o salir al cine son muy importantes para los jóvenes y, según parece no han dejado de hacerlas aunque gasten menos cantidad de dinero debido a la crisis. (López, J.A., 2010). También nos ha guiado, en la selección de actividades, conocer que la lectura de libros resulta ser una actividad eminentemente individual, a pesar de poder realizarla junto a otras personas y que el acceso a la lectura es hoy en día más fácil para la juventud que en ninguna otra época. Ese hecho junto a las repetidas campañas de “animación a la lectura” de los últimos años pudiera explicar el aumento de casi 3 puntos porcentuales en la práctica de la lectura en el tiempo libre, pasando de un 67% en el año 1999 a un 69,7% en el 2009 (López, J.A., 2010); sin entrar en matices sobre la cantidad de lecturas que realizan los jóvenes o sobre el género de esas lecturas.

Además, hemos tenido en cuenta que las dos actividades seleccionadas comparten la categoría de ser realizadas fundamentalmente durante el tiempo libre, ya que la importancia del ocio era bastante o muy importante para un 85% de las personas jóvenes en 1999 y desde el 2009 lo es para el 90% (López, J.A., 2010). Esta tendencia alista del valor del tiempo libre o del ocio en la última década, junto a otros valores vinculados a la estética o la sexualidad, parecen reforzar la matriz presentista y hedonista tan característica de las sociedades postmodernas (Rodríguez, E., 2010). La democratización del ocio y su posterior industrialización en los países desarrollados ha generado una percepción continua de llenar el tiempo liberado de obligaciones. Ello explica, en parte, el notable aprecio del tiempo libre por parte de la juventud, y de la población en su conjunto, que no se ha visto menguar a pesar de la desgarradora situación de paro juvenil que existe en España desde hace algunos años. Paralelamente, y al tiempo que el valor del ocio gana enteros, la centralidad del trabajo podría estar perdiéndolos.

El trabajo parece haber pasado en la última década a ser un valor más instrumental para conseguir otros beneficios; y entre ellos la juventud estima que el trabajo les permite hacer otras actividades de tiempo libre (Gracia, F.J et al. 2001), frente a otros beneficios, como la cantidad de dinero. Desde este prisma, el ocio puede resultar ser una fuente importante de sentido de vida donde las personas jóvenes desplieguen habilidades, aptitudes y valores que les aproxime al sentimiento de realización personal, que la precariedad laboral parece orillar. Quizás, cuando las condiciones laborales no nos permiten canalizar nuestra vocación, un determinado ocio permita encontrar ese íntimo “elemento”, esa sutil conjunción entre aptitud y pasión (Robinson, K., Aronica, L. 2009) donde nos desarrollarnos de una manera más libre.

En definitiva, en esta última cuestión nos preguntamos si el número de horas que invierten los jóvenes y las jóvenes, los martes y los sábados, en las dos

actividades de ocio seleccionadas (“leer libros” y “tomar copas, cervezas, vino o aperitivos”) tiene alguna relación con el constructo de sentido de vida. Desde otro ángulo, quizás más complejo, hemos querido diferenciar el carácter de las actividades de tiempo libre (individualista-socializador) y si existen diferencias respecto a su relación con el sentido de vida. Las actividades socializadoras serían aquellas cuya articulación exige primordialmente la relación con los demás y las actividades individualistas se desarrollan sin necesidad de interacción alguna con otras personas, aunque en ocasiones estemos acompañados por personas en su realización.

Los resultados obtenidos respecto a la correlación existente entre la actividad de ocio individualista de “leer libros” los sábados y el sentido de vida (ver Tabla 3.1) nos informan que dichas variables son independientes ($r = .055$) y que por lo tanto la relación entre leer libros los sábados y el sentido de vida, no es significativa. Sin embargo, en el análisis entre “leer libros” los martes y el sentido de vida (ver Tabla 3.2) nos encontramos una correlación positiva ($r = .117$) significativa a un nivel de confianza del 95%, por lo que existe una relación lineal entre dichas variables que significa que a mayor sentido de vida, mayor dedicación a la lectura los martes como día representativo que no corresponde al fin de semana.

Respecto a la actividad de “tomar copas, cervezas, vino o aperitivos” los martes, existe una relación lineal inversa y significativa ($r = -.120$), a un nivel de confianza del 95%, entre el sentido de vida y dicha actividad socializadora (ver Tabla 3.3), por lo que, podemos decir que a mayor sentido de vida menos dedicación a “tomar copas, cervezas, vino o aperitivos” los martes y viceversa. Esta relación no existe cuando dicha actividad se realiza los sábados (ver Tabla 3.4.), ya que los resultados obtenidos nos indican que son variables independientes ($r = .033$) “tomar copas, cervezas, vino o aperitivos” los sábados y el sentido de vida.

Con estos datos, podemos corroborar que el uso dual del tiempo libre “a diario” y “de fin de semana” es un fenómeno actual de la juventud, como se constata en anteriores estudios de tiempo dual (Comas, D., 2003). También podemos concluir que el sentido de vida de los jóvenes está relacionado con la actividad de leer libros y no con la de tomar copas, a diario; y que dichas actividades se realicen el fin de semana es independiente a su sentido de vida.

Conclusiones

Los datos que aquí presentamos responden a una primera aproximación al estudio del sentido de vida en los jóvenes españoles, por tanto las tres cuestiones planteadas en este artículo forman parte de un estudio más amplio y sólo nos permiten hacer conclusiones parciales.

El sentido de vida de la Juventud se reduce conforme aumenta el tiempo de utilización del ordenador y las redes sociales

En relación a la utilización de las redes sociales como forma de ocio en los jóvenes, se ha encontrado una relación inversa entre el tiempo pasado en estas plataformas y el sentido de vida percibido. El actual foco de interés sobre las redes sociales, clave para entender las últimas movilizaciones de los jóvenes en nuestro país, no debe eludir el hecho constatado de que la

mayoría de las interacciones producidas en estos espacios no pivotan en torno a proyectos comunitarios o de movilización del tejido civil. Más bien, las motivaciones principales que los estudios referenciados parecen apuntar, se asocian a “pasar el rato” o “hacer amigos”. Por ello, y mientras los intereses mayoritarios en la utilización de las redes virtuales no cambien de forma drástica, parece necesario seguir profundizando en las variables que podrían explicar el hecho de que a más cantidad de horas pasadas en estas redes, menor sentido de vida. Quizás, la búsqueda compulsiva de amigos en entornos virtuales o la inmersión-refugio de grandes cantidades de tiempo simulando contactos “face to face” en la red, puedan estar apuntando en la dirección del aislamiento. Es decir, que cierta pérdida de contacto social en entornos naturales pueda intentar ser compensado, en algunos casos, con largas jornadas en las redes sociales.

Las fuentes prioritarias del sentido de vida en la juventud son la familia y los amigos

No hay que olvidar que los amigos son extraordinariamente importantes para la juventud. De hecho, en nuestro estudio, y por primera vez, se ha encontrado que los amigos y la familia son la principal fuente de sentido de vida para los jóvenes y las jóvenes (el 72,8% considera que familia y amigos son referentes con mucho sentido en sus vidas). El dato, no nos puede sorprender, pues familia y amigos han sido los dos ámbitos mejor valorados de forma repetida desde hace años en distintos estudios. No obstante, sería interesante profundizar en el futuro sobre los pesos diferenciados de sentido entre ambas fuentes e intentar analizar que estilos familiares correlacionan mejor con el sentido de vida, y qué valores percibidos de los amigos, saturarían mejor en la variable de sentido de vida.

El sentido de vida no está relacionado con las actividades de ocio de fin de semana pero sí con las realizadas a diario

Pero, ¿qué tipo de actividades de ocio desarrollan la juventud a diario y en fin de semana, con o sin amigos, que se relacionan mejor con el sentido de vida? Sin duda, esta tercera y última cuestión es quizás la más compleja de analizar. De nuestro listado de 21 actividades, previamente identificadas como individualistas y socializadoras, hemos seleccionado sólo una actividad de cada tipo para comprobar la posible relación con el sentido de vida. La actividad individualista “leer libros”, obtiene una correlación positiva únicamente en los días de diario con relación al sentido de vida. La correlación puede reflejar que el estudio, la lectura o el interés por el conocimiento, como extrapolación más general, está vinculado a un cierto propósito vital, que de forma hipotética se retroalimentan mutuamente (a más estudio/lectura más sentido, y a la vez a más sentido más lectura/estudio), aunque se tendrá que investigar más detenidamente. Por otro lado, la actividad socializadora por excelencia de los fines de semana (los sábados) es salir con los amigos a “tomar copas, cervezas, vino o aperitivos”, es una actividad tan extendida y normalizada que bien pudiera ser ésta la razón de que no se encuentre ninguna correlación inversa con el sentido de vida. Sin embargo, el realizar esta actividad a diario (los martes) sí está algo relacionada inversamente con el sentido de vida. Este dato podría corroborar la relación entre frustración existencial y consumo de

drogas. Pero, ya que en el fin de semana no se encuentra la misma relación, no podremos aludir a la falta de sentido como elemento catalizador del consumo del alcohol los fines de semana, conexión que se ha hecho de forma superflua tantas veces al hablar de la juventud.

En definitiva, esta primera aproximación a las relaciones entre sentido de vida y juventud ofrece un paisaje natural de luces y sombras, propio de la compleja evolución del mundo postmoderno, así como de los cambios internos que propicia la propia etapa de la juventud; una etapa no sólo de profundos cambios internos, sino de grandes posibilidades de transformación social, como la historia ha puesto de relieve en numerosas ocasiones.

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1.1 **Resultados de la correlación entre el uso de redes sociales (uo_ht) y la frustración existencial (piltotal)**

		UO_HT	PILTOTAL
UO_HT	Correlación de Pearson	1	-,171**
	Sig. (bilateral)		,001
	N	346	346
PILTOTAL	Correlación de Pearson	-,171**	1
	Sig. (bilateral)	,001	
	N	346	346

** La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

Tabla 2.1. **Frecuencia de respuesta en el ítem nº4 del Test SOMP_R que hace referencia a “relacionarse con la familia y/o amigos” como fuentes de sentido**

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Sin ningún sentido	1	,3	,3	,3
	Con poco sentido	2	,6	,6	,9
	Con sentido moderado	3	,9	,9	1,7
	Con sentido	19	5,5	5,5	7,2
	Con bastante sentido	69	19,9	20,0	27,2
	Con mucho sentido	251	72,5	72,8	100,0
	Total	345	99,7	100,0	
Perdidos	Sistema	1	,3		
Total		346	100,0		

Tabla 2.2 **Síntesis de las puntuaciones en los diferentes niveles del Test SOMP-R en todos sus ítems**

NIVEL	SOMPR1	SOMPR2	SOMPR3	SOMPR4	SOMPR5	SOMPR6	SOMPR7	SOMPR8	SOMPR9
1	0.0	0.3	0.6	0.3	0.9	0.6	22.5	1.2	0.3
2	1.7	0.0	1.2	0.0	1.7	0.3	13.9	2.0	0.0
3	2.9	1.7	3.8	0.6	1.2	0.3	17.1	6.7	0.0
4	7.8	3.8	15.4	0.9	10.7	2.3	18.8	14.5	2.3
5	24.9	20.1	30.1	5.5	22.5	11.6	13.9	32.8	16.5
6	33.8	26.5	27.2	20.0	34.1	28.3	8.1	26.1	40.6
7	28.9	47.7	21.7	72.8	28.9	56.6	5.8	16.8	40.3
NIVEL	SOMPR10	SOMPR11	SOMPR12	SOMPR13	SOMPR14	SOMPR15	SOMPR16	SOMPR17	
1	0.0	0.3	1.2	0.3	0.3	1.7	0.6	0.0	
2	0.3	2.0	1.7	2.0	1.7	2.0	1.4	0.9	
3	1.5	6.4	6.7	2.0	3.5	6.7	11.3	2.9	
4	3.8	19.2	9.3	10.8	10.4	15.7	25.2	16.8	
5	21.5	31.7	26.7	24.4	30.4	28.1	31.3	29.9	
6	32.8	26.2	28.5	35.8	34.5	30.1	21.2	29.9	
7	40.1	14.2	25.9	24.7	19.1	15.7	9.0	19.7	

Tabla 2.3 **Frecuencia de las diferentes creencias religiosas de los participantes del estudio**

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	católico practicante	59	15,4	17,3
	católico no practicante	150	39,3	44,0
	creyente de otra religión	5	1,3	1,5
	no creyente	25	6,5	7,3
	indiferente	29	7,6	8,5
	agnóstico	32	8,4	9,4
	ateo	29	7,6	8,5
	NS/NC	12	3,1	3,5
	Total	341	89,3	100,0
Perdidos	Sistema	41	10,7	
Total		382	100,0	

Tabla 3.1 **Resultados de la correlación de Pearson entre el tiempo dedicado a “leer libros” los sábados (LL_HT) y el Sentido de vida (PILTOTAL)**

		PILTOTAL	LL_HT
PILTOTAL	Pearson Correlation	1	.055
	Sig. (2-tailed)		.310
	N	346	346
LL_HT	Pearson Correlation	.055	1
	Sig. (2-tailed)	.310	
	N	346	346

Tabla 3.2 **Resultados de la correlación de Pearson entre el tiempo dedicado a “leer libros” (MLL_HT) los martes y el Sentido de vida (PILTOTAL)**

		MLL_HT	PILTOTAL
MLL_HT	Pearson Correlation	1	.117*
	Sig. (2-tailed)		.029
	N	346	346
PILTOTAL	Pearson Correlation	.117*	1
	Sig. (2-tailed)	.029	
	N	346	346

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Tabla 3.3 **Resultados de la correlación de Pearson entre el tiempo dedicado a “tomar copas, cervezas, vino o aperitivos” los martes (MTC_HT) y el Sentido de vida (PILTOTAL)**

		PILTOTAL	MTC_HT
PILTOTAL	Pearson Correlation	1	-.120*
	Sig. (2-tailed)		.025
	N	346	346
MTC_HT	Pearson Correlation	-.120*	1
	Sig. (2-tailed)	.025	
	N	346	346

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

TABLA 3.4 Resultados de la correlación de Pearson entre el tiempo dedicado a “tomar copas, cervezas, vino o aperitivos” los sábados (TC_HT) y el Sentido de vida (PILTOTAL)

		PILTOTAL	TC_HT
PILTOTAL	Pearson Correlation	1	.033
	Sig. (2-tailed)		.538
	N	346	346
TC_HT	Pearson Correlation	.033	1
	Sig. (2-tailed)	.538	
	N	346	346

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Camus, A.** (1996). “El mito de Sísifo”. Alianza Editorial, Madrid.
- Castells, M.** (2001). “La galaxia Internet. Reflexiones sobre Internet, empresa y sociedad”. Areté, Barcelona. P. 152.
- Comas, D.** (2003) “Jóvenes y estilos de vida”: valores y riesgos en los jóvenes urbanos. INJUVE-FAD, Madrid.
- Durkheim, E.** (1971). “El Suicidio”. Shapire Editor, Buenos Aires.
- Elzo, J.** (2008). “La voz de los adolescentes”. Promoción Popular Cristiana, Madrid.
- Espinar Ruiz, E. y González Río, M. J.** “Jóvenes en las redes sociales virtuales. Un Análisis exploratorio de las diferencias de género”, *Feminismo/s* (14, diciembre 2009), 87-106.
- FAD.** (2010). “Valores sociales y drogas”. FAD, Madrid.
- Frankl, V.** (1994). “Ante el vacío existencial. Hacia una humanización de la psicoterapia”. Editorial Herder, Barcelona.
- Frankl, V.** (1996). “El hombre en busca de sentido”. Editorial Herder, Barcelona.
- Fundación Orange.** eEspaña 2009. “Informe anual sobre el desarrollo de la sociedad de la información en España”. Fundación Orange, Madrid, p. 177. Puede consultarse en la siguiente dirección: http://www.fundacionorange.es/fundacionorange/analisis/eespana/e_espana09.html>, Consultado el 12-05-2011.
- Giddens, A.** (1995). “Modernidad e Identidad del yo. El yo y la sociedad en la época contemporánea”. Ediciones Península, Barcelona.
- González-Anleo, J., González Blasco, P.** (2010). “Jóvenes Españoles 2010”. Fundación SM, Madrid.
- Gracia, F.B. et al.** (2001) “Cambios en el comportamiento del significado del trabajo durante los primeros años de empleo. Un análisis longitudinal”. *Anales de Psicología* (17), 201-217.
- López, J.A.** (2011) “El ocio, consumo y medios de comunicación” en *Informe Jóvenes 2010*. Fundación SM, Madrid.
- Megías, E. y Elzo, J.** (2006). “Jóvenes, valores y drogas”. MSC-FAD-Caja Madrid, Madrid.
- Morales, A.** (2009) en <http://www.elsiglodetorreón.com.mx/noticia/458639.redes-sociales-permiten-a-jovenes-interactuar.html>. Consultado el 12-05-2011.
- Ramos, A.** (2008). “Redes Sociales y propiedad intelectual. Dos mundos obligados a entenderse”. *Telos*, (76) 110-113.
- Robinson, K, Arunica L.** (2009) “The element”. Penguin Group USA, New York.
- Rojas, L.** (2010). “Superar la adversidad: El poder de la resiliencia”. Espasa, Madrid.
- Rodríguez, E.** (2010). “Socialización y referentes socio-grupales en la construcción de la identidad juvenil”. *Educación y Futuro* (22) 55-69.
- Rollán, C., García-Bermejo, M., & Villarubia, I.** (2004). CES Don Bosco. Recuperado el 15 de junio de 2010, de <http://www.cesdonbosco.com/revista>

Sartre, J. P. (1985). "El existencialismo es un humanismo". Ediciones del 80, Buenos Aires.

VV.AA. (2008). "Informe de la Juventud en España". INJUVE, Madrid.