

## Relación del nihilismo existencial y las habilidades intra e interpersonales y estrés académico en estudiantes de educación física de Chile

### Relationship of existential nihilism and intra- and interpersonal skills and academic stress in physical education students in Chile

Fernando Maureira Cid\*, Elizabeth Flores Ferro\*\*, Gustavo Maureira Roldán\*, Benjamín Cortés Escafi\*\*

\*Universidad Metropolitana de Ciencias de la Educación (Chile), \*\*Universidad Católica Silva Henríquez (Chile)

**Resumen.** El nihilismo existencial corresponde a la creencia de que la existencia carece de significado. Los objetivos de la presente investigación son conocer las propiedades psicométricas de la Escala de Nihilismo Existencial en estudiantes de Educación Física de Chile y relacionar los niveles de nihilismo existencial con la habilidad interpersonal, intrapersonal y el estrés académico. La primera muestra estuvo constituida por 285 estudiantes de Pedagogía en Educación Física la cual se utilizó para conocer las propiedades psicométricas de la Escala de Nihilismo Existencial. Una segunda muestra de 244 estudiantes de Pedagogía en Educación Física se utilizó para relacionar los puntajes del nihilismo existencial y las habilidades inter e intrapersonal y estrés académico. Los resultados muestran bajos niveles de nihilismo en la muestra, con una relación negativa entre el nihilismo y las habilidades intra e interpersonal, de igual forma hay una relación negativa entre el nihilismo y las estrategias para afrontar el estrés de la muestra. También se observó una relación positiva entre el nihilismo y el estrés académico.

**Palabras claves:** nihilismo, habilidad interpersonal, habilidad intrapersonal, estrés académico, educación física

**Abstract.** Existential nihilism corresponds to the belief that existence is meaningless. The objectives of the present research are to know the psychometric properties of the Existential Nihilism Scale in students of Physical Education of Chile and to relate the levels of existential nihilism with the interpersonal, intrapersonal ability and academic stress. The first sample consisted of 285 students of Pedagogy in Physical Education which was used to know the psychometric properties of the Existential Nihilism Scale. A second sample of 244 Physical Education Pedagogy students was used to relate existential nihilism scores and inter and intrapersonal skills and academic stress. The results show low levels of nihilism in the sample, with a negative relationship between nihilism and intra- and interpersonal skills, similarly there is a negative relationship between nihilism and strategies to deal with the stress of the sample. A positive relationship between nihilism and academic stress was also observed.

**Keywords:** nihilism, interpersonal skill, intrapersonal skill, academic stress, physical education

Fecha recepción: 18-10-23. Fecha de aceptación: 02-01-24

Fernando Maureira Cid  
maureirafernando@yahoo.es

## Introducción

El nihilismo existencial corresponde a la creencia de que la existencia carece de significado, siendo un concepto diametralmente opuesto al bienestar y satisfacción con la vida (Forsythe & Mongrain, 2023). Como doctrina filosófica, el nihilismo rechaza todo sentido religioso y teleológico de la existencia, siendo abordado por filósofos como Sören Kierkegaard, Arthur Schopenhauer, Friedrich Nietzsche, Martin Heidegger, Jean-Paul Sartre, etc. (Bravo, 2009).

El nihilismo nos revela una vida que carece de sentido, lo que lleva a una relación positiva entre dicho concepto y la depresión, al mismo tiempo que muestra una relación negativa con la satisfacción por la vida, los afectos positivos y la búsqueda del sentido de la vida (Forsythe & Mongrain, 2023). En las sociedades modernas resulta de vital importancia y trascendencia la concepción del sentido de la vida, como una parte esencial del fortalecimiento de la salud mental en la población en general, además de contribuir en procesos terapéuticos (Zamudio, 2021). Para Frankl (1990) el *sentido de la vida* aporta significado a nuestra existencia, a través de un propósito o una meta que cumplir a lo largo de la vida, y cuya carencia genera inestabilidad psíquica.

En relación con la necesidad de contar con un instrumento para poder evaluar el nihilismo existencial es que Forsythe & Mongrain (2023) crean la Escala de Nihilismo

Existencial (ENE) que consta de 8 ítems. El instrumento fue aplicado a dos muestras: a) 329 estudiantes universitarios y; b) 307 adultos norteamericanos. Los análisis psicométricos revelaron la existencia de un factor (en ambas muestras) con una varianza total explicada superior de 64.14% y 69.64%, respectivamente. Además, el alfa de Cronbach entregó valores superiores de .92 y .936, para ambas muestras.

Por otra parte, el estrés académico se define como un desarrollo psicológico y adaptativo, donde el/la estudiante de educación secundaria o superior se encuentra sujeto a situaciones estresoras que generan un desequilibrio físico, psicológico o de comportamiento (Barraza, 2007). Barraza y Acosta (2007) establecen tres momentos de estrés académico: exposición a situaciones consideradas estresoras por el/la estudiante, síntomas físicos o psicológicos que surgen por la situación estresante y la realización de acciones que permiten enfrentar el estrés.

En Chile, Jerez y Oyarzo (2015) evaluaron a 314 estudiantes de la universidad de los Lagos revelando que el 98% de la muestra presentó estrés académico, siendo las mujeres las que presentaron los mayores niveles. Cárcamo et al. (2017) evaluaron a 134 estudiantes de enfermería y educación parvularia de una universidad privada de Chile, mostrando que las practicas provocan mayores niveles de estrés en enfermería y los exámenes finales en educación parvularia. La estrategia de afrontamiento más utilizada por los estudiantes es la habilidad asertiva y la búsqueda de

información sobre la situación. Aguayo y López (2016) evaluaron a 43 estudiantes de cuarto año de Educación Diferencial en una universidad de la ciudad de Concepción, revelando que el 97,7% de la muestra presenta estrés académico, cuyas reacciones más frecuentes son la somnolencia, los problemas de concentración y la variación en el consumo de alimentos. La estrategia de afrontamiento más empleada es la ventilación y confidencias. Barrera et al. (2022) relacionaron los niveles de estrés académico con la frecuencia del ejercicio físico en 257 estudiantes de Educación Física y Kinesiología de una universidad privada de Chile. Los resultados revelaron que la muestra con mayor nivel de actividad física moderada y vigorosa la presentaron los/as estudiantes de Educación Física ( $p=.000$  y  $p=.002$  respectivamente). Por su parte los/as estudiantes de Kinesiología presentaron los niveles más alto de situaciones estresantes ( $p=.000$ ) y de reacciones frente al estrés ( $p=.000$ ), con un mayor puntaje en estrategias para combatir el estrés ( $p=.018$ ).

Con respecto a las habilidades emocionales, estas corresponden a la capacidad de dominar sentimientos y emociones en uno mismo y los demás, lo que permite orientar las acciones (Salovey & Mayer, 1990). Las habilidades emocionales (mal llamada inteligencia emocional) surgen a partir del modelo de Gardner (1983) de inteligencias múltiples, donde dos tipos de habilidades apuntan a la relación conmigo mismo y los/as otros/as: habilidad intrapersonal (capacidad de introspección y autoanálisis) y habilidad interpersonal (aptitud para las relaciones sociales, motivación de otros, comprender estados de ánimo, etc.) y la intrapersonal (capacidad de introspección y autoanálisis).

Un estudio de Navarrete et al. (2022) relacionó la salud mental con las habilidades socioemocionales en estudiantes de bachillerato ( $n=408$ ) y universidad ( $n=152$ ) de México. Los resultados indicaron que los/as estudiantes con alto puntaje en deterioro de la salud mental poseen bajas habilidades interpersonales ( $r=-.195$ ) y habilidades intrapersonales ( $r=-.376$ ). El estado de ánimo general se relaciona positivamente con las habilidades interpersonales ( $r=.462$ ) y habilidades intrapersonales ( $r=.478$ ). Montenegro (2020) estudió el papel protector de las habilidades emocionales ante la ansiedad, depresión, estrés y el burnout académico en 332 estudiantes de la universidad Señor de Sipán (Perú). Los resultados muestran que los/as estudiantes con alto puntajes emocionales poseían niveles bajos y medios de ansiedad, estrés y Burnout. Extrema y Fernández (2004) examinaron la conexión entre habilidades emocionales, la calidad de las relaciones interpersonales y la empatía en 184 estudiantes universitarios españoles. Los resultados mostraron asociaciones significativas entre diferentes habilidades emocionales: atención emocional y nivel de intimidad ( $r=.181$ ), atención emocional y nivel antagonismo ( $r=.232$ ), claridad emocional y toma de perspectiva ( $r=.294$ ), claridad emocional y malestar personal ( $r=-.311$ ), reparación emocional y toma de perspectiva ( $r=.269$ ) y reparación emocional y malestar personal ( $r=-.275$ ).

Ávila (2019) estudió la relación entre competencia emocional, bienestar personal y estilo educativo. En esta investigación participaron 230 profesores/as de colegios y universidad de España. Los resultados muestran que aquellos docentes que tienen alta puntuación en competencia emocional también obtienen alto puntaje en bienestar personal y además son aquellos con estilo asertivo. Maureira et al. (2015) estudiaron las habilidades emocionales de 211 estudiantes de Educación Física de Chile, revelando que la empatía es el factor emocional más desarrollado en la muestra. Las damas poseen un mayor desarrollo de la sensibilidad emocional, empatía y comprensión de las emociones de los otros que los varones. Maureira et al. (2023) describieron las habilidades emocionales de 226 estudiantes de Educación Física de Chile. Los resultados describen altos valores de habilidades emocionales, sin que existan diferencias significativas en las dimensiones claridad, atención y reparación según el sexo de la muestra. Al comparar por años de carrera, sólo hay diferencias en la dimensión claridad, donde los/as estudiantes de quinto año poseen mayores puntajes que los/as de segundo.

Tal como las habilidades emocionales están relacionadas con mejor salud mental, el nihilismo debiese ser un elemento negativo para las habilidades intra e interpersonal, de manera que el desarrollo de la introspección, motivación a otros y habilidades para las relaciones sociales debiesen ser elementos protectores de la salud mental y, por ende, disminuir los niveles de nihilismo. De la misma forma el estrés académico debiese conllevar un mayor nivel de nihilismo, ya que ambos elementos son contrarios a la salud mental y equilibrio psicológico. En base a los antecedentes presentados, es que surgen los objetivos de la presente investigación: a) conocer las propiedades psicométricas de la Escala de Nihilismo Existencial en estudiantes de Educación Física de Chile; b) relacionar los niveles de nihilismo existencial, habilidad intra e interpersonal y estrés académico de la muestra.

## Metodología

Muestra: se utilizaron dos muestras de tipo no aleatoria e intencionada. La primera muestra estuvo constituida por 285 estudiantes de Pedagogía en Educación Física de dos universidades de la ciudad de Santiago de Chile, siendo una universidad pública y la otra privada. La edad mínima fue de 18 años, la máxima de 32 años, con una media de  $21.3 \pm 3.1$ . Del total, 98 estudiantes son mujeres (34.0%) y 188 son hombres (66.0%). 100 estudiantes cursaban primer año de la carrera (35.0%), 44 cursaban segundo año (15.4%), 66 cursaban tercer año (23.1%), 34 cursaban cuarto año (11.9%) y 42 cursaban quinto año (14.7%). Esta muestra se utilizó para conocer las propiedades psicométricas de la Escala de Nihilismo Existencial.

Una segunda muestra estuvo constituida por 244 estudiantes de Pedagogía en Educación Física de dos universidades de la ciudad de Santiago de Chile, siendo una universidad pública y la otra privada. La edad mínima fue de 18

años, la máxima de 36 años, con una media de  $21.9 \pm 2.8$ . Del total, 79 estudiantes son mujeres (32.4%) y 165 son hombres (67.6%). 43 estudiantes cursaban primer año de la carrera (17.6%), 38 cursaban segundo año (15.6%), 70 cursaban tercer año (28.7%), 36 cursaban cuarto año (14.8%) y 57 cursaban quinto año (23.4%). Esta muestra se utilizó para relacionar los puntajes del nihilismo existencial y las habilidades inter e intrapersonal y estrés académico.

### Instrumentos

Se aplicó una encuesta sociodemográfica para obtener información de la edad, sexo y año de carrera. Se aplicó la Escala de Nihilismo Existencial de Forsythe & Mongrain (2023) que consta de ocho ítems y se contesta en formato Likert de cinco alternativas de respuesta desde 1= *totalmente en desacuerdo* hasta 5= *totalmente de acuerdo*.

También se aplicó las subescalas de habilidad interpersonal y habilidad intrapersonal del Inventario de Autoeficacia para Inteligencias Múltiples Revisado (IAMI-R) de Pérez y Cupani (2008) validado en estudiantes de Educación Física de Chile por Flores et al. (En revisión). La subescala interpersonal posee cinco ítems al igual que la subescala intrapersonal. El instrumento se contesta en forma Likert de cinco alternativas de respuesta desde 1= *nada seguro de poder realizar esta actividad* hasta 5= *totalmente seguro de poder realizar exitosamente esa actividad*.

Se aplicó el Inventario SISCO de estrés académico de Barraza (2007), que consta de 30 ítems, donde el primero permite valorar la intensidad del estrés académico a través de una escala Likert de 1= *poco* hasta 5= *mucho*. Luego ocho ítems que permiten valorar los estímulos estresores desde 1= *nunca* hasta 5= *siempre*. 15 ítems que permiten valorar las reacciones a elementos estresantes desde 1= *nunca* hasta 5= *siempre*. Finalmente, seis ítems que permiten valorar las estrategias de afrontamiento de situaciones estresantes desde 1= *nunca* hasta 5= *siempre*.

### Procedimiento

La encuesta sociodemográfica y la Escala de Nihilismo Existencial fueron aplicados en forma presencial durante el horario de clases a una muestra piloto de 35 estudiantes de Pedagogía en Educación Física, los cuales no reportaron dudas sobre el lenguaje utilizado ni en la redacción de los ítems. Luego se procedió a aplicar la Escala de Nihilismo Existencial, en forma presencial durante el horario de clases, al total de la primera muestra. Los índices de validez y confiabilidad final del instrumento se presentan en el apartado de resultados.

La encuesta sociodemográfica, la Escala de Nihilismo Existencial, las subescalas de habilidades inter e intrapersonal y el inventario SISCO de estrés académico fueron aplicados en forma presencial durante el horario de clases a la segunda muestra. Durante el presente estudio se respetaron los principios éticos para las investigaciones médicas con seres humanos de la Declaración de Helsinki (World Medical Association, 2013). Para participar en la

presente investigación todos los estudiantes firmaron un consentimiento informado.

### Análisis de datos

Para determinar los índices de validez de constructo del IAMI-R se aplicaron análisis factoriales exploratorios por el método de componentes principales con rotación ortogonal de Varimax. Para ello se utilizó el programa estadístico IBM SPSS versión 25.0 para Windows. Luego se realizaron análisis factoriales confirmatorios, donde se empleó el método de estimación de máxima verosimilitud (ML), los índices absolutos de chi cuadrado ( $\chi^2$ ), el RMSEA (media de residuos estandarizados) y el CFI (ajuste comparado). Para ello se utilizó el programa estadístico SPSS AMOS 26.0. Los índices de confiabilidad se obtuvieron con la prueba Alfa de Cronbach.

Se aplicó estadística descriptiva (con medias, desviaciones estándar y tablas de frecuencia). También se realizaron pruebas de normalidad con la prueba de Kolmogorov-Smirnov (KS) que entregó una distribución normal de las variables ( $p > .05$ ), por lo cual se procedió a utilizar estadística paramétrica como pruebas t para muestras independientes comparando los puntajes de los instrumentos entre mujeres y hombres. Además, se utilizaron pruebas ANOVA comparando los puntajes de cada instrumento según año cursado en la carrera. Se aplicaron correlaciones de Pearson para establecer relaciones entre el nihilismo existencial y las habilidades inter e intrapersonales y estrés académico de la muestra. Se consideró significativo valores  $p < .05$ .

## Resultados

### Propiedades psicométricas de la Escala de Nihilismo Existencial

La prueba de Kaiser-Mayer-Olkin (KMO) muestra un valor de .908 y la prueba de esfericidad de Bartlett un  $p = .000$  por lo que se procedió a realizar un análisis factorial exploratorio a través de un análisis de componentes principales con rotación Varimax. Los análisis entregaron la existencia de un factor (tabla 1) que explica el 66.362% de la varianza total. El alfa de Cronbach entrega un valor de .924 para los ocho ítems del instrumento.

Tabla 1.  
Factores de la Escala de Nihilismo Existencial en la muestra de estudiantes de Educación Física.

Ítems	
1. A pesar de nuestros mejores esfuerzos, nada importa realmente.	.615
2. Considerando todo, nuestras vidas son insignificantes y sin sentido	.824
3. No existe un propósito real para la vida.	.798
4. La existencia no tiene sentido.	.869
5. Por mucho que se mire, nunca se puede encontrar un sentido real a la vida.	.855
6. No se puede hacer nada para dar a la vida un significado real y duradero.	.820
7. Toda experiencia humana - del sufrimiento a la alegría - está vacía de sentido.	.844
8. La vida no tiene sentido.	.862
Alfa de Cronbach	.924

En la figura 1 se presenta el modelo final de dimensiones e ítems para la Escala de Nihilismo Existencial a partir

del único factor extraído del análisis factorial confirmatorio mostró una  $\chi^2$  significativa ( $\chi^2=127.676$ ;  $p=.000$ ), razón por la cual observamos otros valores para conocer el ajuste del modelo propuesto. Los valores del RMSEA=.077, del CFI=.933 y del TLI=.906 indican un ajuste adecuado del modelo (Maureira, 2016, Morata et al., 2015).

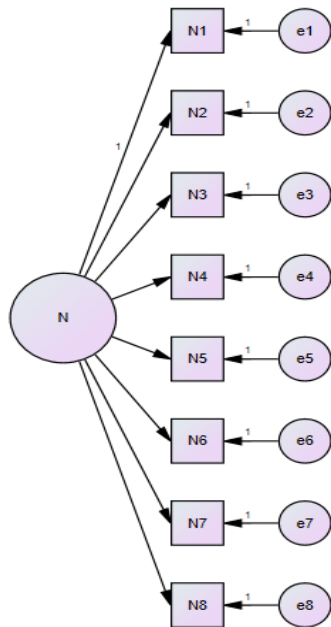


Figura 1. Análisis factorial confirmatorio la Escala de Nihilismo Existencial.

**Nihilismo existencial, habilidad inter e intrapersonal y estrés académico en la muestra**

En la tabla 2 se observan los puntajes del nihilismo existencial, habilidad inter e intrapersonal y estrés académico del total de la muestra y las comparaciones según sexo. El nihilismo alcanzó una media de  $1.6 \pm 0.7$  de un máximo de 5 puntos, sin observarse diferencias por sexo. La habilidad inter e intrapersonal lograron una media de  $3.7 \pm 0.8$  y  $4.0 \pm 0.7$  respectivamente, de un máximo de 5

puntos. Tampoco se observaron diferencias por sexo. La preocupación de la muestra alcanzó una media de  $3.4 \pm 1.0$  de un máximo de 5 puntos, siendo las mujeres las que presentan un puntaje mayor ( $p=.000$ ). De igual forma, las mujeres presentan mayores niveles de estrés frente a situaciones inquietantes (sobrecarga de trabajos, evaluaciones, participación en clase, etc.), más reacciones físicas frente al estrés académico (fatiga, alteraciones del sueño, dolores de cabeza, problemas de digestión, etc.), más reacciones psicológicas frente al estrés (ansiedad, depresión, tristeza, problemas de concentración, etc.) y más reacciones comportamentales al estrés académico (aislamiento, desgano, cambios en el consumo alimenticio, etc.).

Tabla 2. Comparaciones de los puntajes del nihilismo existencial, de la habilidad inter e intrapersonal y estrés académico según sexo de la muestra.

	Total (n=244)	Mujeres (n=79)	Hombres (n=165)	Valor p
Nihilismo existencial	1.6±.7	1.7±.7	1.6±.7	.275
Habilidad interpersonal	3.7±.8	3.7±.9	3.8±.8	.930
Habilidad intrapersonal	4.0±.7	4.0±.7	4.0±.7	.500
Preocupación	3.4±1.0	3.8±.9	3.2±1.0	.000**
Situaciones estresantes	3.2±.7	3.4±.8	3.1±.7	.000**
Reacciones físicas al estrés	3.1±.9	3.5±.8	2.9±.8	.000**
Reacciones psicológicas al estrés	3.1±1.0	3.5±1.0	2.9±1.0	.000**
Reacciones comportamentales al estrés	2.9±.9	3.2±1.0	2.7±.9	.000**
Estrategias frente al estrés	3.0±.7	2.9±.7	3.0±.7	.272

\*\*diferencia significativa al nivel .01

En la tabla 3 se observan los puntajes del nihilismo existencial, habilidad inter e intrapersonal y estrés académico del total de la muestra y las comparaciones según año de carrera. El nihilismo, la habilidad inter e intrapersonal, las reacciones físicas al estrés, las reacciones comportamentales al estrés y las estrategias frente al estrés no presentan diferencias significativas.

Los/as estudiantes de cuarto año presentan mayores niveles de preocupación, y reacciones psicológicas al estrés, en tanto, los/as estudiantes de primer año presentan mayores niveles de estrés frente a situaciones inquietantes.

Tabla 3. Comparaciones de los puntajes del nihilismo existencial, de la habilidad inter e intrapersonal y estrés académico según año de carrera de la muestra.

	1º año (n=43)	2º año (n=38)	3º año (n=70)	4º año (n=36)	5º año (n=57)	Valor p	Tukey
Nihilismo existencial	1.5±.7	1.6±.7	1.7±.8	1.8±.8	1.6±.6	.348	-
Habilidad interpersonal	3.8±.7	3.7±.9	3.8±.9	3.7±.8	3.7±.8	.895	-
Habilidad intrapersonal	4.1±.7	4.0±.7	4.0±.7	4.0±.7	4.0±.7	.972	-
Preocupación	3.5±1.0	3.4±1.0	3.2±1.0	3.8±1.0	3.3±1.0	.038*	4º>3º
Situaciones estresantes	3.4±.7	3.2±.7	3.0±.7	3.2±.7	3.1±.9	.029*	1º>3º
Reacciones físicas al estrés	3.0±.9	3.0±.8	3.2±.9	3.0±.9	3.3±.9	.383	-
Reacciones psicológicas al estrés	3.0±1.0	2.9±1.0	3.3±.9	3.5±1.0	3.2±.9	.056	4º>2º
Reacciones comportamentales al estrés	2.9±.9	2.8±.9	3.1±.9	3.0±1.0	2.8±.9	.441	-
Estrategias frente al estrés	2.9±.7	3.1±.7	2.9±.7	2.9±.6	3.0±.7	.714	-

\*diferencia significativa al nivel .05

En la tabla 4 se muestran las correlaciones entre los puntajes del nihilismo existencial, habilidad inter e intrapersonal y estrés académico del total de la muestra. El nihilismo se relaciona de forma negativa y media-baja con ambas habilidades.

Por otra parte, el nihilismo se correlaciona en forma positiva y baja con la preocupación, estrés frente a situa-

ciones inquietantes, reacciones físicas y psicológicas frente al estrés.

También el nihilismo se relaciona de forma positiva y media con las reacciones comportamentales al estrés. Finalmente, el nihilismo se relaciona de forma negativa y baja con las estrategias para enfrentar al estrés.

Tabla 4.

Correlaciones de los puntajes del nihilismo existencial, de la habilidad inter e intrapersonal y del estrés académico de la muestra.

	Nihilismo existencial	r <sup>2</sup>
Habilidad interpersonal	-.230**	.05
Habilidad intrapersonal	-.330**	.11
Preocupación	.159**	.03
Situaciones estresantes	.148**	.02
Reacciones físicas al estrés	.120*	.01
Reacciones psicológicas al estrés	.257**	.07
Reacciones comportamentales al estrés	.332**	.11
Estrategias frente al estrés	-.120*	.01

\*correlación significativa al valor .05

\*\*correlación significativa al valor .01

## Discusión

Los objetivos de la presente investigación fueron conocer las propiedades psicométricas de la Escala de Nihilismo Existencial en estudiantes de Educación Física de Chile y relacionar los niveles de nihilismo existencial, habilidad intra e interpersonal y estrés académico de la muestra. Con respecto al primer objetivo, el instrumento presentó una varianza total explicada de 66.4% y un alfa de Cronbach .924 valores similares al instrumento original de Forsythe y Mongrain (2023). Lo anterior indica una validez y confiabilidad adecuada de la Escala de Nihilismo Existencial para estudiantes de Educación Física de Chile.

En relación con los niveles de nihilismo en la muestra, los puntajes son bajos con una media de  $1.6 \pm .7$  lo que se podría explicar porque los/as estudiantes de educación física son activos, motivados, se interesan en las personas, son imaginativos, son observadores, son buenos para planificar y ejecutar actividades prácticas (Maureira & Bahamondes, 2013, Maureira et al., 2021), todas características que se contraponen con el nihilismo, lo que lleva a estos estudiantes a visualizar un propósito y estar altamente motivados en su quehacer.

Los puntajes obtenidos en habilidades intra e interpersonal son altos en la muestra, ya que como explica Yamila y Donolo (2010) los/as estudiantes se perciben con altos niveles de habilidad para establecer relaciones sociales y empatía, además de percibirse con gran habilidad para la introspección y autoconocimiento. Un estudio de Maureira et al. (2014) mostró alta autopercepción en habilidades sociales (intra e interpersonal) en estudiantes de Educación Física de Chile, con valores de 67% y 70% de desarrollo de ambos aspectos, siendo esto una característica de esta población.

Como era de esperarse, el nihilismo se relacionó de manera inversa con las habilidades intra e interpersonales, esto podría ser porque las habilidades interpersonales, como la empatía y las habilidades sociales, implican la capacidad de conectarse y comunicarse con los demás de manera efectiva. Las personas con fuertes creencias nihilistas pueden encontrar difícil establecer conexiones genuinas con los demás, ya que pueden ver las interacciones sociales como sin sentido o vacías (Nietzsche, 1886). Del mismo modo, Stillman et al. (2009) plantean como la exclusión o aislamiento social lleva a que la vida sea percibida como carente de sentido. Por otro lado, Frankl (1984) sugiere

que un sentido de significado y propósito puede ser un poderoso motivador para que las personas comprendan y regulen sus propias emociones.

Con respecto al estrés académico, los/as estudiantes de cuarto año mostraron mayores niveles de preocupación y reacciones psicológicas al estrés, mientras que los de primer año evidenciaron mayor estrés frente a situaciones académicas particulares. El hecho que los/as estudiantes de cuarto año presenten mayores niveles de estrés se podría explicar porque están a pasos de finalizar una etapa en su vida, deben comenzar con su práctica profesional y muchos se enfrentan al *mundo* laboral con la incertidumbre que ello conlleva. Además, estos/as estudiantes se encuentran en proceso de evaluación, ya que en Chile se realiza la *Evaluación Nacional Diagnóstica* (END) que sirve para medir las competencias pedagógicas y disciplinares de los/as estudiantes de cuarto año de pedagogía en las universidades chilenas.

El nihilismo se relaciona de manera positiva con las diferentes dimensiones del estrés académico y de forma inversa con las estrategias para enfrentar el estrés. El estrés puede exacerbar sentimientos de nihilismo, especialmente si los estudiantes sienten que su trabajo no tiene propósito o valor. Deci y Ryan (2000) en su teoría de la autodeterminación, sugieren que cuando las necesidades básicas de autonomía, competencia y relación no se satisfacen, puede resultar en una disminución del bienestar y una tendencia hacia perspectivas nihilistas. Además, un bajo nivel de nihilismo conlleva una mejor salud mental, a través del propósito o metas en la vida, un cuestionamiento de la existencia parece relacionarse de manera baja con reacciones físicas, psicológicas y comportamentales frente a situaciones estresantes, y un estado general de preocupación, lo cual podría explicarse porque una vida carente de sentido conlleva problemas en la salud mental (Forsythe & Mongrain, 2023), lo que podría asociarse a niveles continuos de estrés, ansiedad y depresión (Zamudio, 2021), situación que se refleja en un estado de inquietud frente a los problemas y exigencias académicas. Siguiendo el mismo fundamento, es posible explicar que una mejor salud mental, asociada a bajos niveles de nihilismo existencial, permita al estudiante generar mejores estrategias contra situaciones estresantes, permitiendo un mejor manejo de las cargas de trabajo universitario.

## Conclusión

La Escala de Nihilismo Existencial de 8 ítems posee valores adecuados de validez y confiabilidad para ser aplicado a estudiantes de educación física de Chile. En relación con los niveles de nihilismo, los puntajes son bajos en la muestra, sin observarse diferencias por sexo o año de carrera. Las habilidades inter e intrapersonal logran puntajes altos, sin diferencias por sexo y año de carrera. El estrés académico presenta diferencias por sexo, siendo las mujeres las que presentan valores más altos. Existe una relación negativa entre los niveles de nihilismo y las habilidades intra e

interpersonal, de igual forma hay una relación negativa entre el nihilismo y las estrategias para afrontar el estrés de la muestra. También se observó una relación positiva entre el nihilismo y el estrés académico.

Se recomienda replicar esta investigación en muestras de mayor tamaño y de otras universidades del país, en poblaciones que no solo estudien educación física, sino también otras pedagogías y otras disciplinas como salud, ingeniería, ciencias sociales, etc. y utilizar otras variables que pudiesen estar relacionadas con los niveles de nihilismo.

## Referencias

- Aguayo, L. & López, C. (2016). *Estrés académico en estudiantes de cuarto año de Educación Diferencial de la universidad de Concepción*. Memoria de pregrado, Universidad de Concepción, Chile.
- Ávila, A. (2019). Perfil docente, bienestar y competencias emocionales para la mejora, calidad e innovación de la escuela. *REDIPE*, 8(5), 131-144.
- Barraza, A. & Acosta, M. (2007). El estrés del examen en educación media superior. Caso: Colegio de Ciencias y Humanidades de la Universidad Juárez del Estado de Durango. *Innovación Educativa*, 7(37), 17-37.
- Barraza, A. (2007). Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del estrés académico. *Psicología Científica*, 9(10).
- Barrera, G., Cuevas, M., Espinosa, T., Miranda, D., Flores, E., & Monroy, K. (2022). Relación de actividad física y ejercicio físico con el estrés académico en estudiantes de Educación Física y Kinesiología de Chile. *Revista Educación Física Chile*, 275, 1-15.
- Bravo, J. (2009). La angustia y la risa: la experiencia del nihilismo. *La Lámpara de Diógenes*, 18-19, 121-139.
- Cárcamo, N., Cartes, J., Oñate, J. & Torres, C. (2017). *Estrés en estudiantes de diferentes áreas académicas en una Universidad Privada, Concepción 2017*. Memoria de pregrado, Universidad de Las Américas, Chile.
- Deci, E. & Ryan, R. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268. [https://scihub.se/https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104\\_01](https://scihub.se/https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01)
- Extremera, N. & Fernández, P. (2004). Inteligencia emocional, calidad de las relaciones interpersonales y empatía en estudiantes universitarios. *Clinica y Salud*, 15(2), 117-137.
- Forsythe, J. & Mongrain, M. (2023). The Existential Nihilism Scale (ENS): theory, development, and psychometric evaluation. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, <https://doi.org/10.1007/s10862-023-10052-w>
- Frankl, V. (1985). *Man's search for meaning*. Simon & Schuster.
- Frankl, V. (1990). *Psicoanálisis y Existencialismo: de la psicoterapia a la logoterapia*. Fondo de Cultura Económica.
- Gardner, H. (1983). *Frames of mind*. Basic Books.
- Jerez, M., & Oyarzo, C. (2015). Estrés Académico en estudiantes del Departamento de Salud de la Universidad de los Lagos. *Osorno. Revista Chilena de Neuro-Psiquiatría*, 53(3), 149-157. <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-92272015000300002>
- Maureira, F. & Bahamondes, V. (2013). Estilos de aprendizaje de Kolb de los estudiantes de educación física de la UMCE y UISEK de Chile. *Revista Estilos de Aprendizaje*, 11(11), 139-150.
- Maureira, F. (2016). *Estadística avanzada para educación física*. Editorial Académica Española.
- Maureira, F., Espinoza, E. & Gálvez, C. (2015). Inteligencia emocional en estudiantes de educación física de Santiago de Chile. *Gaceta de Psiquiatría Universitaria*, 11(3), 299-305.
- Maureira, F., Flores, E., Ramírez, M., Cortes, B. & Hernández, P. (2021). Relación de los estilos de aprendizaje, inteligencia emocional, inteligencias múltiples y detección emocional en estudiantes de educación física de Santiago de Chile. *Revista Ciencias de la Actividad Física UCM*, 22(2), 1-13. <https://doi.org/10.29035/rcaf.22.2.1>
- Maureira, F., Flores, E., Sepúlveda, S., Lagos, B., Contreras, S., Maureira, G., & González, V. (2023). Inteligencia emocional en estudiantes de Educación Física. *Revista Ciencias de la Actividad Física UCM*, 24(1), 1-12. <https://doi.org/10.29035/rcaf.24.1.7>
- Maureira, F., Méndez, T. & Soto, C. (2014). Inteligencias múltiples en estudiantes de educación física de La USEK de Chile. *Revista de Ciencias de la Actividad Física UCM*, 15(2), 53-62.
- Montenegro, J. (2020). La inteligencia emocional y su efecto protector ante la ansiedad, depresión y el estrés académico en estudiantes universitarios. *Rev. Tzhoecoen*, 12 (4), 449-461.
- Morata, M., Holgado, F., Barbero, I. & Méndez, G. (2015). Análisis factorial confirmatorio. recomendaciones sobre mínimos cuadrados no ponderados en función del error tipo I de ji-cuadrado y RMSEA. *Acción Psicológica*, 12(1), 79-90. <https://dx.doi.org/10.5944/ap.12.1.14362>
- Navarrete, C., Flores, M., Gutiérrez, P. & Ulloa, O. (2022). Salud mental y el desarrollo de habilidades socioemocionales en tiempos de Pandemia de la COVID-19 en estudiantes de Nivel Medio Superior y Superior. *Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*, 9(3), 1-20.
- Nietzsche, F. (1886). *Jenseits von Gut und Böse. Vorspiel einer Philosophie der Zukunft*. Naumann.
- Salovey, P. & Mayer, J. (1990). Emotional Intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185-211. <https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG>
- Stillman, T., Baumeister, R., Lambert, N., Crescioni, A., DeWall, C. & Fincham, F. (2009). Alone and without purpose: Life loses meaning following social exclusion. *Journal of Experimental Social Psychology*, 45(4), 686-694.
- World Medical Association. (2013). World Medical Association Declaration of Helsinki Ethical Principles for Medical Research Involving Human Subjects. *JAMA*, 310(20), 2191-2194. <https://doi.org/10.1001/jama.2013.281053>
- Yamila, D. & Donolo, D. (2010). Una medida de las inteligencias múltiples en contextos universitarios. *Revista Electrónica de Desarrollo de Competencias*, 6(2), 23-33.
- Zamudio, D. (2021). Sentido de vida y salud mental. *Revista de Investigación en Psicología*, 24(2), 183-192.

Fernando Maureira Cid  
Elizabeth Flores Ferro  
Benjamín Cortés Escafi  
Gustavo Maureira Roldán

maureirafernando@yahoo.es  
prof.elizabeth.flores@gmail.com  
bcortese@miucsh.cl  
gustavo.maureira2019@umce.cl

Autor/a  
Autor/a  
Autor/a  
Autor/a