



“Proyecto vital y expectativas de futuro en jóvenes adultos: actitudes de género, aspiraciones personales y corresponsabilidad”

Autor: Álvaro Dietta Catalina

Tutor: María Pilar Martínez Díaz

Facultad de Ciencias Humanas y Sociales

Madrid

Resumen

La adultez emergente constituye un periodo clave caracterizado por cambios, un aumento de responsabilidades y la toma de decisiones en distintos ámbitos de la vida, como el familiar, relacional, económico y profesional. El presente estudio analizó los proyectos vitales de los jóvenes, así como sus actitudes hacia los roles de género, sus expectativas de corresponsabilidad futura y el valor otorgado al matrimonio, junto con otras aspiraciones personales. Para ello, se empleó un diseño cuantitativo transversal con una muestra de 315 jóvenes adultos de entre 18 y 30 años. Los resultados mostraron diferencias en las actitudes hacia los roles de género, evidenciando que, a pesar del avance hacia valores más igualitarios, ciertos patrones tradicionales continúan presentes. Por otro lado, se observó una expectativa generalizada hacia un reparto equitativo de las tareas domésticas. Respecto a los proyectos vitales, la familia aparece como la principal prioridad, seguida de metas relacionadas con el desarrollo profesional y estabilidad económica. Este estudio aporta una visión integradora sobre la construcción del proyecto vital en jóvenes y pone de relieve la importancia de seguir investigando en esta etapa, atendiendo a las diferentes variables, e incorporando metodologías cualitativas y longitudinales, así como el análisis de momentos clave del ciclo vital, como la convivencia en pareja o la transición a la parentalidad.

Palabras clave: proyecto vital, roles de género, corresponsabilidad, matrimonio, metas vitales, jóvenes.

Abstract

Emerging adulthood is a key developmental period characterized by ongoing changes, increasing responsibilities, and decision-making across multiple life domains, including family, relational, economic, and professional contexts. The present study examined young adults' life projects, as well as their attitudes toward gender roles, expectations of future co-responsibility, and the value attributed to marriage, alongside other personal aspirations. A cross-sectional quantitative design was employed with a sample of 315 young adults aged between 18 and 30 years. The findings revealed differences in gender role attitudes, indicating that, despite the shift toward more egalitarian values, certain traditional patterns remain present. In addition, a general expectation of an equitable division of household tasks was observed. Regarding life projects, family emerged as the main priority, followed by goals related to professional development and economic stability. This study provides an integrative perspective on the construction of life projects in young people and highlights the importance of further research in this stage, considering different variables and incorporating qualitative and longitudinal approaches, as well as focusing on key life transitions such as cohabitation and the transition to parenthood.

Keywords: life project, gender roles, co-responsibility, marriage, life goals, young adults.

Índice

Resumen	2
Abstract.....	3
1. Introducción	5
1.1. Metas Vitales en Jóvenes.....	7
1.2. Corresponsabilidad	9
1.3. Expectativas sobre el matrimonio.....	11
1.4. Objetivos:	13
2. Método	14
2.1. Participantes	14
2.2. Instrumentos	15
2.3. Análisis de datos.....	18
3. Resultados	18
3.1. Estadísticos descriptivos.....	18
3.2. Diferencias en actitudes hacia los roles de género	19
3.3. Diferencias en expectativas de corresponsabilidad	21
3.4. Influencia de las actitudes de género y la situación de pareja en las expectativas de corresponsabilidad.....	21
3.5. Influencia de la edad en el paradigma marital.....	22
3.6. Metas vitales.....	22
4. Discusión.....	24
5. Conclusiones	30
6. Referencias.....	32
7. Anexos.....	37
7.1. Anexo 1.	37
7.2. Anexo 2	42

1. Introducción

La transición de la adolescencia a la adultez constituye un periodo clave en el que los jóvenes comienzan a definir y consolidar su proyecto vital, estableciendo metas personales, educativas y profesionales, así como modelos de relación y expectativas sobre la vida familiar. Este periodo ha sido conceptualizado por Arnett (2007) como adultez emergente, una etapa evolutiva comprendida aproximadamente entre los 18 y los 29 años, caracterizada por la exploración de la identidad, la inestabilidad y la toma de decisiones relevantes sobre el futuro. Durante esta etapa, los jóvenes se centran especialmente en su desarrollo personal y en la construcción de su identidad adulta, afrontando múltiples decisiones relacionadas con su futuro laboral, la convivencia, la formación de pareja o la futura parentalidad (Arnett, 2023). A pesar de la incertidumbre, la mayoría suele afrontar esta fase con una perspectiva optimista.

En las últimas décadas, los cambios socioculturales en España han favorecido la expansión de valores igualitarios, especialmente entre la población joven. Sin embargo, la literatura señala que, cuando las parejas alcanzan etapas como la convivencia o la llegada del primer hijo, se produce lo que se ha denominado un “retorno a patrones tradicionales”: una reasignación desigual del trabajo doméstico y de cuidados, incluso entre parejas que previamente se definían como igualitarias (Martínez-Díaz, 2021; Moreno-Mínguez et al., 2019).

A pesar de los avances registrados en las últimas décadas, el *Gender Equality Index* sitúa en 2025 la media de la Unión Europea en 63,4 puntos sobre 100, lo que refleja una mejora sostenida desde 2010, aunque a un ritmo moderado. No obstante, el ritmo de progreso continúa siendo lento: al mantener una ganancia aproximada de 0,7 puntos por año, serían necesarios al menos cincuenta años para alcanzar una situación de igualdad plena entre mujeres y varones en el conjunto de la Unión Europea (EIGE, 2025).

Concretamente, España destaca por situarse en la cuarta posición del ranking europeo, solo por detrás de Suecia, Francia y Dinamarca, y por ser el país que ha experimentado el mayor avance desde 2015, con un incremento de 13,2 puntos. Estos datos reflejan una evolución positiva en términos de igualdad de género, aunque no excluyen la persistencia de desigualdades persistentes en ámbitos de la vida cotidiana, como la organización familiar o la corresponsabilidad (EIGE, 2025).

Como señala Suberviola (2024), la conciliación de la vida familiar constituye uno de los aspectos fundamentales en relación con la organización de las tareas del hogar y los cuidados, además de ser un derecho de la ciudadanía y un elemento clave para la promoción de la igualdad de género. Alcanzar una corresponsabilidad real requiere cuestionar y transformar normas sociales implícitas que, de forma persistente, asocian el trabajo del hogar y la crianza principalmente a las mujeres. En este proceso, la familia adquiere un papel central, ya que a través de la observación y de las prácticas cotidianas se transmiten valores, actitudes y expectativas que influyen en cómo las nuevas generaciones conciben la distribución de responsabilidades en la vida adulta (Suberviola, 2024).

Junto a ello, las aspiraciones personales y las metas vitales desempeñan un papel esencial en la organización del proyecto de vida. Kasser y Ryan (1996) exponen desde la Teoría de la Autodeterminación, que las aspiraciones personales reflejan los valores centrales del individuo y están vinculadas con decisiones clave como la carrera profesional, la maternidad/paternidad y el tipo de relación de pareja que se desea construir. Contar con metas claras, coherentes y apoyadas por el entorno favorece una mejor coordinación entre proyectos personales y familiares, así como un mayor bienestar y ajuste vital (Raimundi et al., 2019).

Resulta especialmente relevante analizar cómo los y las jóvenes, en una etapa previa a la formación de una familia propia, construyen sus aspiraciones vitales y expectativas en torno a la vida en pareja, la maternidad/paternidad y la distribución de las responsabilidades domésticas y de cuidado. Las ideas y valores que se configuran durante la transición a la adultez pueden actuar como factores determinantes en la reproducción o transformación de los modelos de género tradicionales, influyendo de manera significativa en la organización futura de la vida familiar.

La evidencia disponible sugiere que las actitudes hacia los roles de género, las expectativas sobre las relaciones de pareja y las metas vitales conforman un sistema interrelacionado que da forma a la manera en que los jóvenes imaginan su vida adulta. Sin embargo, son todavía escasos los estudios que integran de forma conjunta estas dimensiones en población joven que no convive en pareja o que aún no ha tenido hijos.

Por todo ello, es pertinente y necesario profundizar en las prioridades, creencias y planes de futuro de los y las jóvenes para analizar si se está produciendo un avance real hacia

modelos más igualitarios y que elementos pueden persistir que favorezcan la reproducción de desigualdades de género en etapas posteriores del ciclo vital.

1.1. Metas Vitales en Jóvenes

En la Sociedad actual, marcada por cambios sociales y vitales constantes, la juventud se ha configurado como una etapa especialmente relevante para la definición de metas vitales y aspiraciones de futuro. Cuando se pregunta a las personas por su idea de una vida exitosa, las respuestas suelen hacer referencia a los objetivos que se desean alcanzar a lo largo de su vida. En este sentido, las metas vitales desempeñan un papel central en la organización de la conducta y en la estructuración del desarrollo personal, actuando como guías que orientan las decisiones y los esfuerzos individuales (Buchinger et al., 2022).

Ante la pregunta sobre qué factores contribuyen a una vida plena y satisfactoria, las personas suelen aludir a sus expectativas, deseos y aspiraciones futuras, es decir, a las metas que esperan alcanzar. Esta tendencia responde a la necesidad humana de coherencia y autorrealización, ya que las metas actúan como referentes que orientan la construcción de una vida con sentido. Las personas tienden a perseguir objetivos que consideran valiosos para su bienestar, organizando sus decisiones y esfuerzos en función de aquello que sea importante alcanzar (Milyavskaya y Werner, 2018).

Las metas han sido definidas como representaciones cognitivas de estados u objetivos futuros que la persona desea alcanzar (Klug y Maier, 2015). En relación con las metas personales o vitales, estas se entienden como objetivos formulados de manera consciente y considerados relevantes por el individuo, que orientan su conducta cotidiana y estructuran sus esfuerzos a lo largo del tiempo. Asimismo, se vinculan con las representaciones del propio yo y se encuentran influidas tanto por necesidades psicológicas fundamentales como por normas y expectativas socioculturales que contribuyen a delimitar qué se considera deseable alcanzar en cada etapa vital (Klug y Maier, 2015).

Junto al concepto de metas vitales, la literatura ha desarrollado el constructo de proyecto de vida. Coscioni (2021) lo define como “un proceso continuo y evolutivo de formar, llevar a cabo y mantener estructuras intencionales y acciones que, en conjunto, conforman una narrativa a largo plazo, significativa y orientada al futuro, capaz de guiar las decisiones y la conducta en la vida cotidiana” (p. 144). A diferencia de las acciones cotidianas más triviales, los proyectos vitales implican comportamientos deliberados

acompañados de procesos cognitivos, emocionales y motivacionales que estructuran la acción en el tiempo (Coscioni et al., 2023). Aunque ambos conceptos se encuentran estrechamente relacionados, presentan algunas diferencias. Las metas vitales se centran en objetivos concretos y delimitados que orientan la conducta hacia determinados logros, mientras que el proyecto de vida constituye una estructura más amplia y estable que integra dichas metas dentro de una trayectoria personal coherente. Las metas pueden entenderse como componentes específicos del proyecto de vida, mientras que este último aporta dirección, continuidad y sentido a la organización global del proyecto vital (Coscioni et al., 2025; Klug y Maier, 2015).

También, se han debatido las similitudes y diferencias entre los conceptos de proyectos de vida o propósito vital e identidad. Mientras que la identidad se centra en la construcción del “quién soy”, el propósito vital remite a la cuestión de “hacia dónde me dirijo”, es decir, a la orientación futura que organiza la trayectoria personal. (Coscioni 2023) No obstante, ambos procesos tienden a desarrollarse de manera paralela durante la juventud, influyéndose mutuamente en la consolidación de compromisos personales y vitales (Hill et al., 2016).

En España, la investigación sobre metas vitales y proyectos de vida en jóvenes sigue siendo más limitada en comparación con otros ámbitos internacionales, aunque algunos estudios recientes han comenzado a profundizar en esta cuestión. Pajares et al. (2022) analizaron las motivaciones y metas vitales en estudiantes universitarios, encontrando que entre las principales prioridades destacan la estabilidad económica, el desarrollo profesional y la búsqueda de seguridad personal. Desde otra perspectiva, Fernández-Nieto (2024) aborda el sentido de la vida y el propósito personal como elementos centrales en la construcción de la trayectoria vital, destacando la importancia de contar con una dirección clara que permita dar significado a las decisiones personales y profesionales.

La configuración de proyectos de vida y la orientación hacia el futuro se encuentran estrechamente vinculadas con las motivaciones que impulsan a los jóvenes a plantearse y perseguir determinadas metas. Destaca la teoría de la autodeterminación (SDT) que ofrece un marco teórico relevante para comprender el contenido y la orientación de dichas aspiraciones (Deci y Ryan, 2000).

Desde la teoría de la autodeterminación ya mencionada (Deci y Ryan, 2000), se distinguen aspiraciones intrínsecas y extrínsecas en función de los valores que las

sustentan. Las aspiraciones intrínsecas —como el crecimiento personal, las relaciones significativas o la contribución a la comunidad— se orientan a la satisfacción de necesidades psicológicas básicas, mientras que las aspiraciones extrínsecas —como el éxito económico, el reconocimiento social o la imagen— se centran en recompensas externas y validación social (Kasser & Ryan, 1996).

A continuación, se analizan dos ámbitos clave de los proyectos vitales: la corresponsabilidad y las expectativas de pareja y matrimonio.

1.2. Corresponsabilidad

La corresponsabilidad familiar es un término que ha sido definido de distintas maneras en la literatura existente a lo largo del tiempo, sin que exista un acuerdo total sobre su significado. De manera general, hace referencia al conjunto de actividades necesarias para el funcionamiento del hogar y la atención de los hijos, las cuales implican una dedicación continuada de tiempo, esfuerzo y desarrollo de competencias, y que tradicionalmente no reciben una compensación económica (Maganto et al., 2010). Con el paso del tiempo, este concepto ha ido ampliándose y dejando de centrarse únicamente en la asignación de tareas dentro de la familia, para situarse en un marco más amplio relacionado con la promoción de la igualdad entre mujeres y varones y la necesidad de compatibilizar las responsabilidades familiares con la vida laboral (Gómez y Jiménez, 2015).

Torío et al. (2010) definen la corresponsabilidad como la responsabilidad compartida que asumen cada uno de los miembros de la pareja en la realización del trabajo doméstico y extradoméstico, sin que dichas tareas recaigan de forma exclusiva en uno de ellos. La contribución de cada persona puede darse de manera conjunta o complementaria, dando lugar a distintas formas de organización del trabajo doméstico. Así, se considera que varones y mujeres pueden implicarse en estos ámbitos en diferentes grados, lo que permite identificar distintos niveles de corresponsabilidad en función de cómo se distribuyen y gestionan las tareas dentro del hogar (García Osuna, 2019).

Asimismo, la corresponsabilidad familiar se comprende a partir de distintas dimensiones que abarcan, por un lado, las tareas domésticas, por otro, el cuidado de personas dependientes y, finalmente, el trabajo emocional, entendido como el apoyo afectivo y relacional necesario para el bienestar y la dinámica familiar (Gómez y Jiménez, 2015).

En la actualidad, se observa una creciente valoración de la responsabilidad compartida entre mujeres y varones tanto en el ámbito familiar como en el profesional. Este cambio se enmarca en un contexto social en el que la igualdad de género ha adquirido una importante relevancia. Pese a este avance, persisten desigualdades en la práctica, ya que las mujeres continúan asumiendo en mayor medida las responsabilidades vinculadas al cuidado y al ámbito doméstico, una situación que se ve reforzada por expectativas sociales y por determinadas políticas vigentes (Fischer, 2024).

De nuevo, Rivera y Vidal (2024) recalcan el inicio de la implicación de los varones en las tareas del hogar y en el cuidado familiar; no obstante, las investigaciones señalan que dicha participación continúa siendo limitada en comparación con la de las mujeres. Los varones tienden a mostrar una menor disposición a reorganizar su tiempo para asumir de manera compartida la gestión de las responsabilidades domésticas, incluso cuando ambos miembros de la pareja se encuentran insertos en el ámbito laboral (Cerrato y Cifre, 2018). Asimismo, aunque se observa una valoración positiva del reparto equitativo de las tareas del hogar, el cambio se produce principalmente a nivel actitudinal, mientras que en la práctica cotidiana persisten dinámicas de colaboración puntual más que de corresponsabilidad efectiva (Rivera y Vidal, 2024).

Tal y como señala Martínez-Díaz (2019), los cambios en los roles familiares se han producido con mayor rapidez a nivel de actitudes y valores que en las prácticas cotidianas, esta discrepancia entre las creencias sobre la igualdad y las conductas reales de implicación dificulta la consolidación de una corresponsabilidad efectiva y puede generar tensiones en la relación de pareja.

Desde una perspectiva psicológica, la corresponsabilidad familiar ha sido relacionada como un factor relevante para el bienestar psicológico y relacional de los miembros de la pareja. Diversas investigaciones señalan que una distribución más equitativa de las responsabilidades domésticas y de cuidado se asocia con menores niveles de estrés, mayor satisfacción con la relación y una percepción más justa del funcionamiento familiar (Daminger, 2019). Por el contrario, cuando dichas responsabilidades recaen de manera desigual, especialmente en contextos en los que ambos miembros de la pareja participan en el ámbito laboral, se incrementa el riesgo de sobrecarga emocional y malestar psicológico, particularmente en las mujeres.

1.3.Expectativas sobre el matrimonio

Las expectativas hacia el matrimonio y las relaciones de pareja han experimentado transformaciones significativas en las últimas décadas, especialmente en contextos occidentales. Tradicionalmente, el matrimonio se concebía como una institución vinculada a la estabilidad económica, la reproducción y el cumplimiento de roles de género claramente diferenciados. Sin embargo, investigaciones recientes señalan que en la actualidad predomina una visión más individualizada y emocional del vínculo conyugal, en la que se priorizan la satisfacción personal, la autorrealización y la intimidad (Finkel et al., 2014).

En el contexto español, la edad de acceso al matrimonio se sitúa en niveles elevados en comparación con etapas anteriores y con otros países europeos. Según datos del Instituto Nacional de Estadística (INE, 2023), la edad media al primer matrimonio supera los 35 años en los varones y los 33 años en las mujeres, situándose entre las más altas de la Unión Europea. Este patrón forma parte de un proceso más amplio caracterizado por la prolongación de la formación académica, precariedad laboral juvenil y dificultad de emancipación residencial, factores que influyen directamente en la planificación de proyectos familiares y en la transición tardía a la vida adulta. Además, España presenta un descenso sostenido en la tasa de nupcialidad desde finales del siglo XX, acompañado de un aumento de la cohabitación como alternativa relacional (Reher, 2011).

Pese a estas tendencias estructurales, el matrimonio continúa siendo valorado como una meta significativa para una amplia proporción de la generación emergente (Wilcox & Dew, 2010; Willoughby y James, 2017). En el caso español, se refleja la transformación de los modelos familiares más que un abandono de la institución matrimonial (Martín y Puyuelo, 2014). Esto sugiere que más que una desinstitucionalización completa, podría estar produciéndose una redefinición del significado y de las condiciones bajo las cuales el matrimonio es considerado deseable.

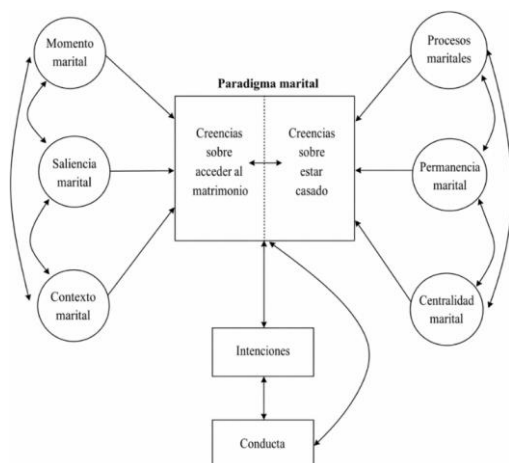
Para comprender cómo se estructuran las creencias y expectativas hacia el matrimonio en la adultez emergente, resulta especialmente relevante el modelo del *paradigma marital*, un marco conceptual de base psicológica desarrollado por Willoughby y colaboradores y ampliamente utilizado en este ámbito de investigación (Leonhardt et al., 2020; Willoughby et al., 2015; Willoughby, 2017;). Este modelo propone que las creencias sobre el matrimonio no constituyen una actitud unitaria, sino

un sistema organizado de dimensiones interrelacionadas que orientan la manera en que los jóvenes interpretan, valoran y planifican su futuro relacional.

En concreto, el paradigma distingue tres dimensiones centrales relativas a las creencias sobre el acceso al matrimonio: (a) la **saliencia marital**, entendida como la importancia general atribuida al hecho de casarse dentro del proyecto vital; (b) el **momento marital**, referido a la edad o etapa considerada adecuada para contraer matrimonio; y (c) el **contexto marital**, que engloba las condiciones percibidas como necesarias antes de dar ese paso, tales como estabilidad económica, madurez personal o consolidación de la relación (Leonhardt et al., 2020). Estas dimensiones permiten captar no solo si el matrimonio es valorado, sino también bajo qué circunstancias y en qué momento se considera apropiado. El modelo incorpora una segunda dimensión centrada en las creencias sobre la experiencia de estar casado, donde se incluyen variables como la **permanencia marital**, entendida como la creencia en la estabilidad y durabilidad del matrimonio; la **centralidad marital**, referida al grado en que el matrimonio ocupa un lugar central en la identidad personal y en el proyecto de vida; y los **procesos maritales**, relacionados con la calidad de la relación, la resolución de conflictos y el funcionamiento cotidiano de la vida en pareja (Willoughby, 2017).

Figura 1.

Modelo del Paradigma Marital.



Nota. Adaptado de Willoughby, B. J., y James, S. L. (2017). *The marriage paradox: Why emerging adults love marriage yet push it aside*. Oxford University Press

En las últimas décadas, la sociedad ha experimentado transformaciones significativas que han dado lugar a una mayor diversificación de las formas de relación y de organización familiar. Algunas de las alternativas al matrimonio son: la cohabitación, la flexibilización de los vínculos o la configuración de modelos familiares no necesariamente formalizados. Este cambio no implica la desaparición del matrimonio como referente, sino una transformación en su significado y en las condiciones bajo las cuales se considera deseable, especialmente entre la población joven (Cherlin, 2020). A pesar de ello, el matrimonio continúa manteniendo un valor simbólico y normativo relevante en aspectos como la estabilidad de la pareja, la planificación familiar y la organización de la vida en común (Eurostat, 2023). De este modo, deja de entenderse como un paso normativo en la transición a la vida adulta para convertirse en una elección más reflexiva, condicionada por las creencias y expectativas que los individuos construyen en torno al matrimonio (Leonhardt et al., 2020)

1.4.Objetivos:

Objetivo general: Analizar las aspiraciones vitales, las expectativas sobre la vida en pareja y la corresponsabilidad en el reparto de tareas domésticas y de cuidado en jóvenes adultos.

Objetivos específicos:

- Explorar las aspiraciones y proyectos de vida más relevantes para los jóvenes en relación con el ámbito familiar, laboral y personal.
- Analizar las expectativas sobre la vida en pareja y el matrimonio, así como su relación con las expectativas de corresponsabilidad.
- Examinar las diferencias en las actitudes hacia los roles de género en función del sexo, la edad y la orientación sexual.
- Comparar las aspiraciones vitales y las expectativas de corresponsabilidad según la situación relacional (con o sin pareja).
- Analizar si existen diferencias en las expectativas de corresponsabilidad en función de la convivencia en pareja.
- Estudiar las diferentes prioridades en los proyectos vitales de los jóvenes.

En relación con estos objetivos específicos se plantean las siguientes hipótesis:

1. Se plantea que los varones presentarán actitudes más tradicionales hacia los roles de género en comparación con las mujeres, así como posibles diferencias en función de la edad y la orientación sexual.
2. Se plantea la existencia de diferencias en las expectativas de corresponsabilidad en función del sexo, la edad y la orientación sexual.
3. Se espera que las actitudes hacia los roles de género predigan las expectativas de corresponsabilidad, y esta relación estará moderada por la situación relacional (tener o no pareja).
4. Se espera que la edad influya en la valoración de las razones y barreras para casarse, de modo que los participantes más jóvenes perciban mayores barreras hacia el matrimonio.

Además, se plantean las siguientes preguntas de investigación de carácter exploratorio:

1. ¿Qué metas vitales (familia, carrera profesional o impacto social) son más valoradas por los jóvenes?
2. ¿Cuáles son los proyectos vitales más importantes para los jóvenes?

2. Método

El presente estudio se llevó a cabo mediante un diseño cuantitativo, de carácter transversal y no experimental, con el objetivo de analizar la relación entre las actitudes hacia los roles de género, las expectativas de corresponsabilidad futura, las metas vitales y las expectativas hacia el matrimonio en población joven. La recogida de datos se realizó a través de un cuestionario administrado en formato online compuesto por diferentes escalas.

2.1.Participantes

La muestra final estuvo compuesta por 315 jóvenes adultos con edades comprendidas entre los 18 y los 30 años. Este rango de edad resulta especialmente relevante, ya que representa una etapa del ciclo vital en la que comienzan a configurarse expectativas relativamente estables en relación con la vida en pareja, la organización de roles y el proyecto vital.

En cuanto al sexo, la muestra estuvo formada por 102 varones (32,4%) y 213 mujeres (67,6%). Respecto a la situación de pareja, 173 participantes (54,9%) indicaron tener pareja, mientras que 142 (45,1%) señalaron no tenerla. De aquellos que mantienen una

relación, 29 participantes (16,8%) conviven con su pareja frente a 144 (83.2%) que no lo hacen.

Para el análisis de la edad, la muestra se agrupó en tres diferentes rangos dependiendo de su edad con el objetivo de facilitar la comparación entre momentos diferenciados dentro de la adultez emergente: grupo 1 (18–21 años; n = 150, 47,6%), grupo 2 (22–25 años; n=119, 37,8%) y grupo 3 (26–30 años; n = 46, 14,6%). La edad media de los participantes fue de 22,06 años (DT = 3,15).

En relación con la orientación sexual, la mayoría de los participantes se identificaron como heterosexuales (268, 85%). El resto de la muestra (47, 15%) se agrupó en la categoría LGTBIQA+, incluyendo participantes bisexuales (30), homosexuales (15) y asexuales (1).

La participación fue completamente anónima y voluntaria. Los datos se recogieron mediante un cuestionario online elaborado con Google Forms, que fue difundido a través de redes sociales, entornos universitarios y contactos de la comunidad académica, con el fin de acceder a una muestra diversa. Asimismo, se solicitó el consentimiento informado de todos los participantes, quienes aceptaron voluntariamente participar en la investigación. El tratamiento de los datos se realizó conforme a la normativa vigente en materia de protección de datos personales.

2.2.Instrumentos

- Preguntas sociodemográficas.

El cuestionario incluyó un bloque inicial de preguntas sociodemográficas con el fin de describir las características de la muestra y recoger variables relevantes para la interpretación de los resultados. Este apartado incluyó información sobre la edad, el sexo, la orientación sexual, la situación de pareja, el nivel educativo y la situación laboral.

- Gender Role Attitudes Scale (GRAS).

Las actitudes hacia los roles de género se evaluaron mediante la Gender Role Attitudes Scale (GRAS; García-Cueto et al., 2015), un instrumento diseñado para evaluar actitudes tradicionales e igualitarias hacia los roles de género en población joven española.

La escala está compuesta por 20 ítems con formato de respuesta tipo Likert de 5 puntos, desde 1 (totalmente en desacuerdo) hasta 5 (totalmente de acuerdo). En el presente estudio se utilizó una puntuación global de la escala, siguiendo la recomendación de los autores. Para ello, los ítems de contenido igualitario fueron recodificados, de modo que todos los ítems quedaran orientados en la misma dirección. Así, las puntuaciones más altas reflejan actitudes más tradicionales o sexistas, mientras que las puntuaciones más bajas indican actitudes más igualitarias.

La puntuación total se obtuvo a partir de la media de los 20 ítems. La fiabilidad se estimó mediante el alfa de Cronbach ($\alpha = .76$) en la muestra fue adecuada. Los ítems utilizados se recogen en el Anexo 1.

- Life Goals Rating Scale

Las metas vitales se evaluaron mediante el Life Goals Rating Scale (Barth et al., 2010), un instrumento que permite analizar la importancia que las personas otorgan a distintos objetivos en áreas relevantes de la vida adulta. La versión utilizada en este estudio está compuesta por 18 ítems que abarcan tres dominios diferentes con 6 ítems cada uno: metas profesionales, familiares y de impacto social. Los participantes respondieron mediante una escala tipo Likert de 7 puntos (1 = nada importante; 7 = muy importante).

Asimismo, el instrumento incluye una tarea de priorización en la que los participantes deben seleccionar los objetivos que consideran más importantes, lo que permite explorar la jerarquía subjetiva de metas vitales.

La puntuación de la escala se obtuvo a partir de la media de los ítems. La consistencia interna en la presente muestra fue alta ($\alpha = .85$). Los ítems utilizados se recogen en el Anexo 1.

- Expectativas de corresponsabilidad.

Las expectativas de corresponsabilidad futura se evaluaron mediante una versión adaptada de la *Gendered Division of Housework Scale* en su adaptación a población española (Fernández et al., 2016). Dado que el presente estudio se dirige a población joven y no necesariamente conviviente en pareja, los ítems fueron reformulados para evaluar expectativas sobre la futura distribución de tareas domésticas y de cuidado, en lugar de la distribución real en la convivencia.

La versión utilizada en este estudio estuvo compuesta por 11 ítems con formato de respuesta tipo Likert de 5 puntos (1 = totalmente en desacuerdo; 5 = totalmente de acuerdo). Las puntuaciones más altas reflejan mayores expectativas de corresponsabilidad en la organización del hogar, el reparto de tareas domésticas y el cuidado de hijos/as.

La puntuación total se obtuvo a partir de la media de los 11 ítems. La consistencia interna de la escala en la presente muestra fue aceptable ($\alpha = .70$). En el Anexo 1 se recogen los ítems del instrumento utilizados.

- Aspiraciones Vitales

Las aspiraciones vitales se evaluaron mediante una adaptación del Aspirations Index (Kasser & Ryan, 1996), un instrumento desarrollado en el marco de la Teoría de la Autodeterminación para evaluar la importancia que las personas otorgan a distintas metas vitales. En el presente estudio se utilizaron únicamente los 12 ítems correspondientes a aspiraciones intrínsecas (crecimiento personal, relaciones y contribución a la comunidad), por su relevancia para el análisis del proyecto vital en población joven.

Los ítems se respondieron mediante una escala tipo Likert de 7 puntos (1 = nada importante; 7 = muy importante). La puntuación total se obtuvo a partir de la media de los ítems, de modo que puntuaciones más altas indican una mayor orientación hacia metas intrínsecas.

La fiabilidad de la escala se estimó mediante el coeficiente alfa de Cronbach, mostrando una consistencia interna alta ($\alpha = .88$) en la muestra estudiada. Los ítems utilizados se recogen en el Anexo 1.

- Expectativas sobre el matrimonio

Las expectativas sobre el matrimonio se evaluaron mediante un instrumento basado en Leonhardt et al. (2020), que permite analizar la importancia atribuida al matrimonio y las creencias asociadas a su contexto.

En primer lugar, la importancia del matrimonio se evaluó mediante dos ítems con formato Likert de 4 puntos (1 = totalmente en desacuerdo; 4 = totalmente de acuerdo), donde puntuaciones más altas indican una menor importancia atribuida al matrimonio.

Asimismo, se evaluó el contexto del matrimonio a través de dos bloques: (a) razones para casarse, valoradas en una escala de 5 puntos (1 = muy mala razón; 5 = muy buena razón), y (b) barreras o condiciones previas al matrimonio, evaluadas mediante una escala de 4 puntos (1 = nada importante; 4 = muy importante).

En ambos casos, se calcularon puntuaciones medias para su análisis. La fiabilidad de estas subescalas se estimó mediante el coeficiente alfa de Cronbach, mostrando valores moderados ($\alpha = .65$ para razones; $\alpha = .66$ para barreras), posiblemente relacionados con el reducido número de ítems en cada subescala. Los ítems utilizados se recogen en el Anexo 1.

2.3. Análisis de datos.

Los análisis estadísticos se realizaron mediante el programa JASP. Previamente, la base de datos fue revisada y depurada tras su exportación a Excel, con el fin de asegurar la calidad de los datos. En primer lugar, se calcularon estadísticos descriptivos (medias y desviaciones típicas) de las variables principales, así como la consistencia interna de las escalas mediante el coeficiente alfa de Cronbach. Para examinar diferencias en función de variables sociodemográficas, se realizaron pruebas t de Student y análisis de varianza (ANOVA), según correspondiera. Asimismo, se analizaron las relaciones entre variables mediante correlaciones de Pearson. Finalmente, se llevaron a cabo análisis de regresión lineal, incluyendo modelos con interacción para examinar el posible efecto moderador de la situación de pareja en la relación entre actitudes de género y expectativas de corresponsabilidad, así como modelos de regresión simple para analizar la influencia de variables como la edad sobre las expectativas hacia el matrimonio. Se estableció un nivel de significación de $p < .05$.

Comentado [ÁD1]: He mencionado algunos de los análisis que hacemos, pero no se si hay que detallar todos

3. Resultados

3.1. Estadísticos descriptivos

Se calcularon estadísticos descriptivos de las principales variables del estudio (véase Tabla 1).

Las actitudes hacia los roles de género presentaron una media de 1,78 (DT = 0,42), con valores comprendidos entre 1,10 y 3,65. Donde valores más bajos indican actitudes más igualitarias y valores más altos reflejan una mayor orientación tradicional. Los resultados sugieren que predominan unas actitudes igualitarias en la muestra.

En cuanto a las aspiraciones vitales, los participantes mostraron puntuaciones elevadas ($M = 6,48$; $DT = 0,53$), próximas al extremo superior del rango de respuesta (7), lo que indica una gran importancia atribuida a este ámbito.

Respecto a las expectativas de corresponsabilidad, se obtuvo una media de 3,57 ($DT = 0,37$). En esta escala, las puntuaciones más altas reflejan una mayor orientación hacia el reparto equitativo de las tareas domésticas y de cuidado, por lo que los resultados muestran una tendencia favorable hacia la corresponsabilidad futura. En la muestra, el valor mínimo fue de 2,46 y el máximo de 4,46.

Por su parte, las razones para casarse obtuvieron una media de 3,56 ($DT = 0,70$), mientras que las barreras presentaron una media de 3,03 ($DT = 0,48$), situándose ambas en valores intermedios dentro de sus respectivas escalas.

Tabla 1

Estadísticos descriptivos de las variables principales del estudio

Variable	M	DT	Min	Max
Actitudes de género (GRAS)	1,78	0,42	1,1	3,65
Aspiraciones intrínsecas	6,48	0,53	3,67	7
Expectativas de corresponsabilidad	3,57	0,37	2,46	4,46
Razones para casarse	3,56	0,7	1,67	5
Barreras para casarse	3,03	0,48	1,5	4

Nota. M = media; DT = desviación típica; Min = valor mínimo; Max = valor máximo

3.2. Diferencias en actitudes hacia los roles de género

Se analizaron las diferencias en las actitudes hacia los roles de género en función de distintas variables sociodemográficas. Los estadísticos descriptivos y los resultados inferenciales se presentan de forma resumida en la Tabla 2. Se llevó a cabo una prueba *t* de Student para muestras independientes, para analizar posibles diferencias en las actitudes hacia los roles de género en función del sexo. En términos descriptivos, los

varones ($M= 2,06$; $DT= 0,47$) presentaron puntuaciones superiores en comparación con las mujeres ($M=1,64$; $DT= 0,30$). Los resultados mostraron diferencias estadísticamente significativas entre varones y mujeres en las puntuaciones de la escala GRAS, $t(313) = 9,52$, $p < .001$, con un tamaño del efecto elevado ($d = 1,15$).

Se llevó a cabo un análisis de varianza (ANOVA) de un factor en relación con las diferencias en las actitudes hacia los roles de género (GRAS total) en función del grupo de edad. Los resultados mostraron la existencia de diferencias estadísticamente significativas entre los grupos de edad, $F(2, 312) = 13,06$, $p < .001$, $\omega^2 = .071$. En cuanto a las medias, el grupo 1 (18-21 años) presentó una media de 1.88 ($DT = 0,42$), el grupo 2 (22-25 años) una media de 1.73 ($DT = 0,42$) y el grupo 3 (26-30 años) una media de 1.55 ($DT = 0,29$). Las comparaciones post hoc mediante la prueba de Tukey indicaron diferencias significativas entre todos los grupos. En concreto, se observaron diferencias entre el grupo 1 y el grupo 2 ($p = .008$), entre el grupo 1 y el grupo 3 ($p < .001$) y entre el grupo 2 y el grupo 3 ($p = .026$).

Se realizó una prueba t de Student para muestras independientes para analizar las diferencias en las actitudes hacia los roles de género en función de la orientación sexual. Los resultados mostraron diferencias estadísticamente significativas entre los grupos, $t(313) = 4,86$, $p < .001$, con un tamaño del efecto moderado-alto ($d = 0,77$). En cuanto a las medias, el grupo heterosexual presentó una media de 1.82 ($DT = 0,42$), mientras que el grupo LGTBQA+ mostró una media de 1.52 ($DT = 0,24$).

Tabla 2

Diferencias en actitudes hacia los roles de género (GRAS) según variables sociodemográficas

Variable	Grupo	N	M	DT	Estadístico
Sexo	Varones	102	2,06	0,47	$t(313) = 9,52^{***}$ $d = 1,15$
	Mujeres	213	1,64	0,30	
Edad	18–21 años	150	1,88	0,42	$F(2, 312) = 13,06^{***}$ $\omega^2 = ,071$
	22–25 años	119	1,73	0,42	
	26–30 años	46	1,55	0,29	
Orientación sexual	Heterosexual	268	1,82	0,42	$t(313) = 4,86^{***}$ $d = 0,77$
	LGTBQA+	47	1,52	0,24	

Nota. M = media; DT = desviación típica; d = tamaño del efecto de Cohen; ω^2 = tamaño del efecto para ANOVA. *** $p < .001$.

3.3. Diferencias en expectativas de corresponsabilidad

Se realizó una prueba t de Student para muestras independientes para examinar las diferencias en las expectativas de corresponsabilidad en función del sexo. Los resultados no mostraron diferencias estadísticamente significativas, $t(313) = 0.45$, $p = .654$, con un tamaño del efecto pequeño ($d = 0.05$). En cuanto a las medias, los varones obtuvieron una media de 3.57 (DT = 0.34), al igual que las mujeres (DT = 0.38).

Además, con el fin de analizar las diferencias según el grupo de edad, se llevó a cabo un análisis de varianza (ANOVA) de un factor. Los resultados no mostraron diferencias estadísticamente significativas entre los grupos, $F(2, 312) = 0.09$, $p = .918$. Las medias fueron similares entre los tres grupos: grupo 1 (M = 3.57, DT = 0.36), grupo 2 (M = 3.58, DT = 0.39) y grupo 3 (M = 3.56, DT = 0.40).

Para mantener coherencia con los análisis realizados, se estudiaron las diferencias en las expectativas de corresponsabilidad en función de la orientación sexual mediante una prueba t de Student para muestras independientes. Los resultados no mostraron diferencias estadísticamente significativas entre los grupos, $t(313) = -0.08$, $p = .936$, con un tamaño del efecto prácticamente nulo ($d = -0.01$). En cuanto a las medias, el grupo heterosexual presentó una media de 3.57 (DT = 0.37), mientras que el grupo LGTBQA+ mostró una media de 3.58 (DT = 0.37).

Por último, con el fin de estudiar si existían diferencias en las expectativas de corresponsabilidad en función de la convivencia en pareja, se realizó una prueba t de Student para muestras independientes. Los resultados no mostraron diferencias estadísticamente significativas entre quienes convivían con su pareja y quienes no lo hacían, $t(171) = -0.51$, $p = .614$, con un tamaño del efecto prácticamente nulo ($d = -0.10$). En cuanto a las medias, los participantes que no convivían con su pareja presentaron una media de 3.56 (DT = 0.39), mientras que quienes sí convivían mostraron una media de 3.60 (DT = 0.42).

3.4. Influencia de las actitudes de género y la situación de pareja en las expectativas de corresponsabilidad

Con el objetivo de analizar si las actitudes hacia los roles de género predecían las expectativas de corresponsabilidad, y si esta relación variaba en función de tener pareja,

se llevó a cabo un análisis de regresión lineal en el que se incluyeron como predictores la puntuación total en la escala GRAS, la situación de pareja y el término de interacción entre ambas variables. Los resultados mostraron que el modelo no fue estadísticamente significativo, $F(3,311) = 0.75$, $p = .526$, explicando una proporción muy reducida de la varianza en las expectativas de corresponsabilidad ($R^2 = .004$). Asimismo, ni la puntuación en GRAS ($b = -0.087$, $p = .207$), ni la situación de pareja ($b = -0.110$, $p = .552$), ni la interacción entre ambas variables ($b = 0.046$, $p = .646$) mostró efectos significativos.

3.5. Influencia de la edad en el paradigma marital

Se analizó la influencia de la edad en el paradigma marital, considerando tanto las razones como las barreras para contraer matrimonio. Para ello, se llevaron a cabo análisis de varianza (ANOVA) de un factor en función del grupo de edad. En relación con las razones para casarse, los resultados indican que no hay diferencias estadísticamente significativas entre los grupos, $F(2,312) = 2.57$, $p = .079$. No obstante, se aprecia una tendencia en las medias, siendo más elevadas en el grupo 1 ($M = 3.62$, $DT = 0.69$), seguidas del grupo 2 ($M = 3.57$, $DT = 0.67$) y del grupo 3 ($M = 3.36$, $DT = 0.74$).

Por otro lado, en relación con las barreras para casarse, los resultados mostraron diferencias estadísticamente significativas entre los grupos de edad. $F(2, 312) = 6.63$, $p = .002$, $\omega^2 = .035$. En este caso, el grupo 1 presentó puntuaciones más elevadas ($M = 3.14$, $DT = 0.48$), seguido del grupo 2 ($M = 2.95$, $DT = 0.47$) y del grupo 3 ($M = 2.92$, $DT = 0.47$). Las comparaciones post hoc mediante la prueba de Tukey indicaron diferencias significativas entre el grupo 1 y el grupo 2 ($p = .005$), así como entre el grupo 1 y el grupo 3 ($p = .019$), mientras que no se encontraron diferencias significativas entre el grupo 2 y el grupo 3 ($p = .919$).

3.6. Metas vitales

Para estudiar las diferencias en la importancia otorgada a los distintos tipos de metas vitales (impacto social, desarrollo profesional y familia), se llevó a cabo un análisis de varianza de medidas repetidas. Los resultados mostraron diferencias estadísticamente significativas entre los distintos tipos de metas, $F(2, 628) = 86.53$, $p < .001$. En cuanto a las medias, las metas relacionadas con la familia presentaron la puntuación más elevada

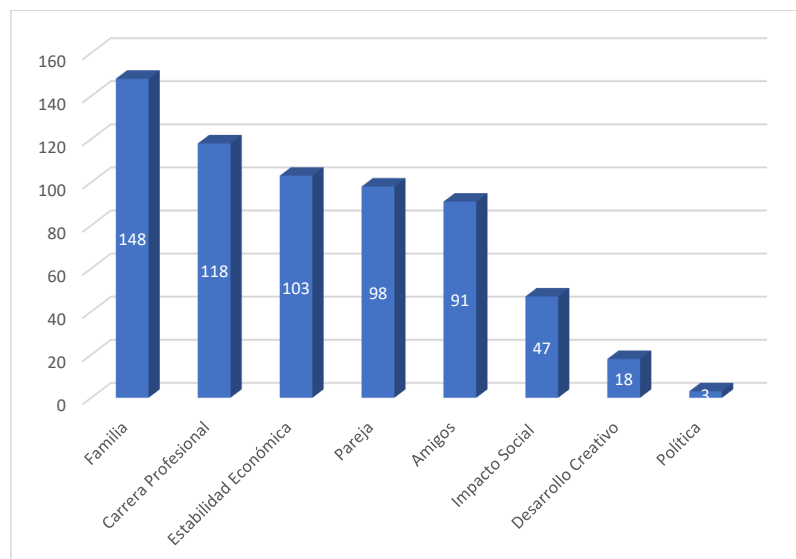
($M = 6.31$, $DT = 0.76$), seguidas de las metas de impacto social ($M = 5.72$, $DT = 0.81$) y, por último, las metas de desarrollo profesional ($M = 5.68$, $DT=0.93$).

En último lugar, se analizaron los objetivos vitales prioritarios de los jóvenes, quienes debían seleccionar tanto el objetivo más importante como el segundo más importante. En el Gráfico 1 se presenta la frecuencia total de selección de cada objetivo, resultante de la suma de ambas elecciones.

Los resultados indican que el objetivo más frecuentemente señalado fue tener hijos/as y cuidar de una familia ($n = 148$), seguido de tener éxito en la carrera profesional ($n = 118$) y alcanzar estabilidad económica ($n = 103$). En un nivel intermedio se sitúan encontrar una pareja estable ($n = 98$) y tener un grupo cercano de amigos ($n = 91$), lo que refleja la relevancia tanto de los vínculos afectivos como del entorno social cercano. Por el contrario, objetivos como tener impacto positivo en la sociedad ($n = 47$), desarrollarse creativamente ($n = 18$) o influir en temas políticos o sociales ($n = 3$) fueron seleccionados con menor frecuencia.

Gráfico 1

Frecuencia de objetivos vitales prioritarios



4. Discusión

El presente trabajo tuvo como objetivo analizar los proyectos vitales de los jóvenes, así como sus actitudes hacia los roles de género y sus expectativas de corresponsabilidad en el presente y en el futuro. A partir de los resultados obtenidos, resulta relevante reflexionar sobre estos hallazgos y ponerlos en relación con la literatura previa, con el fin de comprender mejor cómo las nuevas generaciones están construyendo sus valores y expectativas en torno a la vida familiar, profesional y relacional.

En relación con la primera hipótesis, que planteaba la existencia de diferencias en las actitudes hacia los roles de género en función del sexo, la edad y la orientación sexual, los resultados obtenidos permiten confirmarla parcialmente. En concreto, se observó que los varones presentan actitudes más tradicionales hacia los roles de género en comparación con las mujeres. Este resultado es coherente con lo planteado por García-Cueto et al. (2015), quienes, en el desarrollo de la escala GRAS en población joven española, evidencian que las actitudes hacia los roles de género no son homogéneas y que persisten diferencias en función del sexo, reflejando una mayor tendencia hacia posiciones tradicionales en los varones.

Moreno-Mínguez et al. (2019) señalan que, a pesar de los cambios hacia modelos más igualitarios, las preferencias y actitudes en torno a los roles de género siguen estando condicionadas por factores socioculturales que reproducen desigualdades entre varones y mujeres, especialmente en el ámbito familiar. Asimismo, los datos recientes del European Institute for Gender Equality (EIGE, 2025) indican que, a pesar de los avances en la igualdad de género, continúan existiendo desigualdades tanto en las actitudes como en las prácticas relacionadas con los roles de género. Esto sugiere que el cambio hacia modelos más igualitarios no es uniforme ni completo, sino que se encuentra en un proceso de transición (Fernández, 2016).

Además, se encontraron diferencias estadísticamente significativas en función de la edad y de la orientación sexual, lo que confirma la hipótesis planteada. En relación con la edad, los resultados muestran que los participantes más jóvenes (18-21 años) presentan actitudes más tradicionales hacia los roles de género, mientras que estas actitudes se vuelven progresivamente más igualitarias en los grupos de mayor edad.

Este hallazgo es de gran interés y coincide con algunas investigaciones recientes que señalan que las actitudes de los jóvenes ante las cuestiones de género no siguen una

evolución homogénea, sino que pueden verse condicionadas por factores sociales, culturales y contextuales (Pew Research Center, 2024). La adultez emergente constituye una etapa de transición en la que conviven valores más tradicionales con nuevas formas de entender las relaciones y la igualdad, por lo que pequeñas diferencias de edad dentro de este mismo periodo pueden reflejar cambios relevantes en la forma de concebir los roles de género (Arnett, 2023).

En cuanto a la orientación sexual, las personas pertenecientes al grupo LGTBQIA+ mostraron actitudes significativamente más igualitarias que el grupo heterosexual. Este resultado puede relacionarse con una menor identificación con los modelos tradicionales de género y con una mayor flexibilidad en la construcción de los roles relacionales y familiares. Aunque la literatura específica en población joven sigue siendo más limitada, diversos estudios han señalado que las personas no heterosexuales tienden a cuestionar con mayor frecuencia las normas tradicionales de género, especialmente en el ámbito de la pareja y la corresponsabilidad (Goldberg, 2013; Fischer, 2024).

En relación con la segunda hipótesis, que planteaba la existencia de diferencias en las expectativas de corresponsabilidad en función del sexo, la edad, la orientación sexual y la convivencia en pareja, los resultados obtenidos no permiten confirmarla. Resulta especialmente llamativo que no existan diferencias en función del sexo, teniendo en cuenta que la literatura ha señalado de forma consistente la persistencia de desigualdades en la distribución de las tareas domésticas. Diversos estudios recientes muestran que las mujeres continúan asumiendo una mayor carga en el ámbito doméstico, no solo en términos de tiempo invertido, sino también en la organización y planificación de las tareas (Rivera y Vidal, 2024). Por un lado, cabría esperar que las mujeres expresasen mayores expectativas de corresponsabilidad que los varones, como una forma de compensar esa desigualdad todavía presente en la práctica. Sin embargo, los resultados no reflejan estas diferencias. Esto también puede interpretarse desde otra perspectiva: tanto los varones como las mujeres presentan valores bastante igualitarios, lo que reduce la variabilidad en las expectativas de corresponsabilidad. Las mujeres no necesariamente esperan más corresponsabilidad que los varones, sino el mismo nivel de igualdad, al entender el reparto equitativo de las tareas como una norma compartida.

En relación con la edad, no se encontraron diferencias significativas, lo que apunta a una relativa estabilidad en las expectativas de corresponsabilidad dentro del rango de edad analizado. Este resultado puede interpretarse teniendo en cuenta que las desigualdades en

la distribución de tareas tienden a hacerse más evidentes en contextos de convivencia y organización cotidiana del hogar, donde entran en juego factores como la carga mental y la gestión del tiempo (Daminger, 2019). La ausencia de diferencias por edad podría explicarse por las características de la muestra, ya que es en etapas posteriores, especialmente cuando se consolida la convivencia o aparece la parentalidad cuando estas dinámicas suelen intensificarse (Cerrato y Cifre, 2018; Martínez-Díaz et al., 2019).

Tampoco se observaron diferencias significativas en las expectativas de corresponsabilidad en función de la convivencia en pareja. Resulta especialmente relevante, ya que la literatura identifica la convivencia como uno de los momentos clave en los que se produce una reorganización de los roles domésticos y, con frecuencia, un retorno a patrones más tradicionales de reparto desigual, incluso en parejas que previamente se definían como igualitarias (Martínez-Díaz et al., 2019; Rivera y Vidal, 2024). Además, según Daminger (2019), al iniciar la convivencia y en especial con la llegada del primer hijo, son los momentos en los que las responsabilidades del hogar acaban recayendo en mayor medida sobre las mujeres.

Sin embargo, en la presente muestra, quienes convivían con su pareja no mostraron expectativas de corresponsabilidad diferentes a quienes no convivían. Este hallazgo puede explicarse porque el instrumento evalúa expectativas futuras más que conductas reales, por lo que es posible que los participantes mantengan una visión idealizada e igualitaria del reparto de tareas. Así, incluso entre quienes ya conviven, parece mantenerse la expectativa de una organización equitativa del hogar, entendiendo la corresponsabilidad como una norma deseable más que como una práctica necesariamente consolidada.

Por último, tampoco se encuentran diferencias en cuanto a la orientación sexual. La literatura ha señalado que las parejas del mismo sexo tienden a organizar el trabajo doméstico de forma más equitativa, al no estar condicionadas por roles de género tradicionales (Fischer, 2024). No obstante, en el presente estudio no se observan diferencias en las expectativas, lo que podría deberse al tamaño reducido de la muestra en estos subgrupos. Sería necesario contar con muestras más amplias que permitan analizar en mayor profundidad estas posibles diferencias.

En tercer lugar, se planteó que la situación relacional (tener pareja o no) moderaría la relación entre las actitudes hacia los roles de género y las expectativas de

corresponsabilidad. Sin embargo, los resultados no muestran que el hecho de tener pareja influya significativamente en dichas expectativas. La literatura pone de relieve que la vida en pareja, y especialmente la convivencia, constituye un contexto clave en el que se desarrollan y reproducen desigualdades en la distribución del reparto de tareas (Martínez Díaz et al., 2019). Cabe destacar que el 82% de la muestra que tiene una relación, no convive con su pareja, lo que puede estar limitando el impacto de la experiencia relacional en la configuración de estas expectativas. Al tratarse de población joven, es probable que algunas relaciones no estén plenamente consolidadas ni impliquen una organización cotidiana del hogar. Cerrato y Cifre (2018) señalan que las desigualdades en el reparto de tareas tienden a hacerse más visibles en etapas posteriores, cuando se consolidan las dinámicas de convivencia. Asimismo, incluso en contextos más favorables a la conciliación, los avances hacia un reparto más igualitario del trabajo doméstico se producen de forma lenta y limitada (Zoch y Heyne, 2023).

En relación con la cuarta hipótesis, acerca de si la edad influye en el paradigma marital, los resultados muestran que, a pesar de que la muestra está compuesta por jóvenes entre 18 y 30 años, correspondientes mayoritariamente a las generaciones más recientes habitualmente clasificadas como Generación Z y jóvenes Millennials (Dimock, 2019), sí se observan diferencias significativas en función del grupo de edad en la valoración de las barreras hacia el matrimonio. En línea con la literatura, los jóvenes tienden a valorar el matrimonio en función del cumplimiento de determinadas condiciones previas, como la estabilidad económica o el desarrollo personal (Willoughby y James, 2017). Algunos factores como la precariedad laboral o la prolongación de la transición a la vida adulta contribuyen a retrasar este tipo de decisiones (Reher, 2011; INE, 2023), lo que podría explicar que los más jóvenes (18-21 años) perciban mayores barreras hacia el matrimonio en comparación con los de mayor edad dentro de la muestra. Por el contrario, no se observan diferencias significativas en la valoración de las razones para casarse, lo que sugiere que, independientemente de la edad, el matrimonio sigue manteniendo un valor simbólico relevante entre los jóvenes. Este resultado es coherente con investigaciones que señalan que, aunque se diversifican las formas de relación y convivencia, el matrimonio continúa siendo una aspiración y elección importante, aunque pospuesta o condicionada por factores contextuales (Leonhardt et al., 2022).

Respecto a las metas vitales, los resultados muestran diferencias significativas en la importancia otorgada a los distintos dominios, destacando las metas vinculadas al ámbito

familiar, seguidas del impacto social y, en último lugar, del desarrollo profesional. Este patrón resulta coherente con la literatura sobre aspiraciones vitales, que distingue entre metas de carácter intrínseco como las relaciones personales o la contribución social y metas extrínsecas, como el éxito económico o profesional (Deci y Ryan, 2000; Kasser & Ryan, 1996). Las metas relacionadas con la familia se sitúan entre las aspiraciones más relevantes en población joven, especialmente en el ámbito de las relaciones personales, lo que podría explicar su mayor valoración en este estudio (Barth et al., 2010). Estos resultados son coherentes con investigaciones que señalan que, a pesar de los cambios en las trayectorias vitales, los vínculos familiares y afectivos continúan ocupando un lugar central en la jerarquía de metas de los jóvenes (Barth et al., 2010). Además, tal y como plantea Hill et al. (2016), las metas de impacto social se orientan hacia objetivos con significado personal y social, más allá del desarrollo estrictamente individual.

Por otro lado, aunque la literatura ha señalado la relevancia del ámbito profesional dentro de los proyectos vitales (Milyavskaya y Werner, 2018), los resultados obtenidos indican que estas metas presentan una menor prioridad relativa. Este hallazgo plantea la posibilidad de que las nuevas generaciones estén reconfigurando sus prioridades vitales, de manera que el éxito profesional no se sitúe necesariamente por encima de otros ámbitos, sino que conviva con una mayor valoración de las relaciones personales y el bienestar.

Asimismo, se llevó a cabo un análisis para observar las diferencias en la valoración de las metas vitales según el sexo. Los resultados muestran que no existen diferencias significativas, tanto varones y mujeres priorizan las metas familiares por encima de las profesionales y de impacto social. Ambos sexos comparten una visión similar respecto a sus metas vitales lo que indica la convergencia de roles de género.

Para finalizar, se analizó la priorización de distintos objetivos vitales con el fin de identificar cuáles son las aspiraciones más importantes para los jóvenes. Al pedirles seleccionar únicamente los objetivos más relevantes, los resultados muestran que el ámbito familiar sigue siendo central, siendo “tener hijos/as y cuidar de una familia” el objetivo más frecuentemente elegido. Este resultado refuerza la idea de que la familia continúa siendo un referente fundamental en los proyectos vitales de los jóvenes. De nuevo, estos hallazgos se alinean con la literatura previa, que señala que, aunque los jóvenes perciben barreras para formar una familia, no abandonan estas aspiraciones, sino

que las mantienen como objetivos relevantes dentro de su proyecto vital (Leonhardt et al., 2022; Willoughby y James, 2017).

En segundo y tercer lugar aparecen el éxito en la carrera profesional y la estabilidad económica, lo que, por un lado, puede interpretarse como condiciones necesarias para poder alcanzar ese proyecto familiar previamente mencionado. Por otro lado, estos resultados también podrían reflejar una reorganización de los proyectos vitales en las nuevas generaciones, donde se otorga mayor peso al crecimiento individual a través del desarrollo profesional y económico. Ambas interpretaciones no son excluyentes, sino que reflejan la coexistencia de valores tradicionales y contemporáneos en la configuración de los proyectos vitales de los jóvenes (Milyavskaya y Werner, 2018; Deci y Ryan, 2000).

Los objetivos relacionados con la pareja y el grupo de amigos ocupan una posición intermedia, lo que resulta coherente con la etapa vital en la que se sitúa la muestra. La adultez emergente se caracteriza por la importancia del entorno social cercano y la exploración de relaciones significativas, donde los vínculos de amistad siguen siendo centrales mientras comienzan a consolidarse las relaciones de pareja (Arnett, 2023). Por último, objetivos como el desarrollo creativo o la influencia en el ámbito político y social presentan una menor prioridad. Aunque estos valores están presentes a nivel general, especialmente en términos de metas con significado personal o social (Hill et al., 2016), no se sitúan entre las principales prioridades cuando los jóvenes deben jerarquizar sus aspiraciones vitales.

Limitaciones.

El presente estudio trató de alcanzar una muestra amplia que permitiera una adecuada generalización de los resultados. No obstante, sería interesante que futuras investigaciones equilibrasen el número de participantes en variables como la edad, la orientación sexual o la situación relacional, de esta forma, poder comparar grupos con tamaños similares y analizar con mayor precisión las posibles diferencias entre ellos.

La muestra utilizada se compone mayoritariamente por participantes de un contexto urbano y de nivel educativo alto. Este perfil, influye en los resultados, especialmente en variables relacionadas con la igualdad de género, la tradicionalidad de los roles o la corresponsabilidad, por lo que sería conveniente ampliar la investigación a muestras más diversas.

Resultaría especialmente relevante profundizar en el análisis generacional, para comprender si los proyectos y objetivos vitales varían entre generaciones. Asimismo, la incorporación de una metodología cualitativa permitiría enriquecer los resultados obtenidos, dando voz a los propios jóvenes para que puedan expresar en mayor profundidad sus aspiraciones, sus ideales de corresponsabilidad y sus expectativas de futuro. Esto facilitaría una mejor comprensión de los datos cuantitativos y aportaría una visión más completa del fenómeno estudiado. Por otro lado, al haber analizado distintas variables que incluyen tanto aspiraciones como proyectos vitales, podría haber generado cierta fatiga en los participantes debido a la redundancia en algunos ítems. Por ello, una mayor delimitación de los instrumentos utilizados permitiría mejorar la precisión de la medida.

Además, el carácter transversal del estudio impide observar la evolución de estas variables a lo largo del tiempo. Sería de gran interés desarrollar estudios longitudinales que permitan analizar cómo cambian las expectativas y aspiraciones a medida que los jóvenes avanzan en su ciclo vital. Como señala la literatura, la transición hacia etapas como la independencia, la convivencia en pareja o la parentalidad puede implicar cambios relevantes en la organización de la vida cotidiana y en el reparto de tareas (Martínez-Díaz et al., 2019), lo que podría impactar tanto en las expectativas de corresponsabilidad como en la configuración de los proyectos vitales.

Finalmente, se considera necesario avanzar en el diseño de instrumentos que permitan evaluar no solo expectativas, sino también comportamientos reales, con el fin de profundizar en el estudio de la corresponsabilidad y las aspiraciones vitales en población joven.

5. Conclusiones

Este estudio cuantitativo muestra que los jóvenes se encuentran sumergidos en un momento vital caracterizado por múltiples cambios, decisiones y procesos de construcción del proyecto de vida. Los resultados reflejan diferencias relevantes en las actitudes hacia los roles de género en función del sexo, la edad y la orientación sexual. En concreto, los varones, los participantes más jóvenes y el grupo heterosexual mostraron una mayor tendencia hacia actitudes tradicionales. No obstante, estos resultados deben entenderse dentro de un contexto de cambio social, en el que los roles de género no son

fijos, sino que pueden transformarse a lo largo del desarrollo y en función de las experiencias vitales.

En relación con las expectativas de corresponsabilidad, la muestra manifestó una orientación favorable hacia un reparto igualitario de las tareas domésticas y de cuidado, con una elevada homogeneidad entre los grupos analizados. Este resultado sugiere que la corresponsabilidad aparece como un ideal compartido entre los jóvenes. Sin embargo, factores como la convivencia en pareja o la llegada de hijos/as podrían modificar en el futuro la manera en que estas expectativas se traducen en prácticas reales.

Asimismo, el estudio pone de manifiesto que el matrimonio continúa siendo valorado por los jóvenes, a pesar del auge de nuevas formas de relación y convivencia. Más que desaparecer del proyecto vital, parece mantenerse como una opción relevante, especialmente cuando se asocia con razones como construir una vida compartida con otra persona. Al mismo tiempo, los participantes más jóvenes perciben mayores barreras para acceder al matrimonio, especialmente vinculadas a la estabilidad económica, la precariedad laboral y la prolongación de la transición a la vida adulta.

Respecto a las metas y aspiraciones vitales, para los jóvenes la familia ocupa un lugar central en el proyecto de vida de los jóvenes, tanto en el presente como en sus aspiraciones futuras. En un segundo plano aparecen las metas relacionadas con el desarrollo profesional y el impacto social, lo que refleja una combinación entre aspiraciones familiares, personales y laborales.

Los jóvenes se enfrentan a retos propios de su momento vital, a la vez que siguen formando su proyecto vital, apunta a que en general se está evolucionando a una visión más igualitaria con aspiraciones intrínsecas fuertes y metas personales que alcanzar.

En conjunto, los jóvenes de la muestra se enfrentan a los retos propios de la adultez emergente marcada por múltiples cambios, la toma de decisiones y la construcción de su proyecto vital. Se observa una tendencia hacia una visión más igualitaria, acompañada de aspiraciones intrínsecas relevantes y de metas personales significativas, donde la familia continúa ocupando un lugar central. El principal desafío no reside únicamente en mantener estos ideales, sino en intervenir, acompañar y favorecer, en esta etapa clave, la construcción de proyectos vitales más igualitarios, sostenibles y coherentes con las aspiraciones de las nuevas generaciones, de manera que puedan traducirse en prácticas reales de corresponsabilidad.

6. Referencias

- Alnahdi, G. H., Alwadei, A., Woltran, F., y Schwab, S. (2022). Measuring Family Quality of Life: Scoping Review of the Available Scales and Future Directions. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(23), 15473. <https://doi.org/10.3390/ijerph192315473>
- Arnett, J. J. (2007). Emerging adulthood: What is it, and what is it good for?. *Child development perspectives*, 1(2), 68-73.
- Arnett, J. J. (2023). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties*. Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780199795574.013.9>
- Barth, J. M., Todd, B., Goldston, M., Guadagno, R. E., y The Alabama STEM Education Research Team (2010). An integrated approach to choosing technical careers: Gender differences in life goals for college students. *American Society for Engineering Education Annual Conference*.
- Benites, M. M. T. (2021). *La Pareja y Familia en el Proyecto de la Vida de la Generación Z* (Tesis de maestría, Universidad de Montemorelos (Mexico)).
- Buchinger, L., Richter, D., y Heckhausen, J. (2022). The Development of Life Goals Across the Adult Life Span. *The journals of gerontology. Series B, Psychological sciences and social sciences*, 77(5), 905–915. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbab154>
- Cerrato, J., y Cifre, E. (2018). Gender inequality in household chores and work-family conflict. *Frontiers in Psychology*, 9, Article 1330. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01330>
- Coscioni, V., Teixeira, M. A. P., López Castillo, S. A., y Paixão, M. P. (2021). Theoretical approaches to “life project” in psychology and related fields. *Trends in Psychology*, 29(4), 684–705. <https://doi.org/10.1007/s43076-021-00082-2>
- Coscioni, V., Teixeira, M. A. P., Cassarino-Perez, L., y Paixão, M. P. (2023). Life projects, motivational and volitional features, and field of possibilities: A theoretical model. *Self & Identity*, 22(5), 783–808. <https://doi.org/10.1080/15298868.2023.2174177>

- Coscioni, V., Paixão, M. P., Teixeira, M. A. P., y Savickas, M. L. (2025). Life projects: a comprehensive definition. *Philosophical Psychology*, 38(4), 1295–1317. <https://doi.org/10.1080/09515089.2023.2234951>
- Daminger, A. (2019). The Cognitive Dimension of Household Labor. *American Sociological Review*, 84(4), 609-633. <https://doi.org/10.1177/0003122419859007>
- Deci, E. L., y Ryan, R. M. (2000). The “What” and “Why” of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01
- Ervin, J., Taouk, Y., Alfonzo, L. F., Hewitt, B., y King, T. (2022). Gender differences in the association between unpaid labour and mental health in employed adults: a systematic review. *The Lancet Public Health*, 7(9), e775-e786.
- European Institute for Gender Equality (EIGE). (2025). *Gender Equality Index 2025*. Publications Office of the European Union.
- Fernández, J., Quiroga, M. A., Escorial, S., y Privado, J. (2016). The gendered division of housework. *Psicothema*, 28(2), 130–136. <https://doi.org/10.7334/psicothema2015.169>
- Fernández-Nieto, J. B. (2024). Sentido de la vida y propósito personal: ¿Nuevo reto para las organizaciones? *Lúmina*, 25(1), E0052–E0052.
- Finkel, L., Parra Contreras, P., y Carbonell Asins, J. A. (2024). ¿Estudias y trabajas? Perfiles del estudiantado universitario y estrategias para la compatibilización. *Revista Española de Sociología*, 33(2), a224. <https://doi.org/10.22325/fes/res.2024.224>
- García Osuna, S. C. (2019). Corresponsabilidad en las tareas del trabajo doméstico e ideología de género entre hombres y mujeres en pareja (Tesis doctoral, Universidad Autónoma de Nuevo León).
- García-Cueto, E., Rodríguez-Díaz, F. J., Bringas-Molleda, C., López-Cepero, J., Paíno-Quesada, S., y Rodríguez-Franco, L. (2015). Development of the gender role attitudes scale (GRAS) amongst young Spanish people. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 15(1), 61–68. <https://doi.org/10.1016/j.ijchp.2014.10.004>

- Gómez Urrutia, V., y Jiménez Figueroa, A. (2015). Corresponsabilidad familiar y el equilibrio trabajo-familia: medios para mejorar la equidad de género. *Polis. Revista Latinoamericana*, (40).
- Guadagno, R. (2015). Untangling Life Goals and Occupational Stereotypes in Men's and Women's Career Interest. *Sex Roles*. <https://doi.org/10.1007/S11199-015-0537-2>
- Hill, P. L., Edmonds, G. W., Peterson, M., Luyckx, K., y Andrews, J. A. (2016). Purpose in Life in Emerging Adulthood: Development and Validation of a New Brief Measure. *The journal of positive psychology*, 11(3), 237–245. <https://doi.org/10.1080/17439760.2015.1048817>
- Instituto Nacional de Estadística (INE). (2023). *Estadística de matrimonios. Edad media al primer matrimonio*. <https://www.ine.es>
- Kasser, T., y Ryan, R. M. (1996). Further examining the American dream: Well-being correlates of intrinsic and extrinsic goals. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 22(3), 280–287.
- Klug, H. J., y Maier, G. (2015). Linking goal progress and subjective well-being: A meta-analysis. *Journal of happiness studies*, 16(1), 37-65. <https://doi.org/10.1007/s10902-013-9493-0>
- Leonhardt, N. D., Willoughby, B. J., Carroll, J. S., Astle, S., y Powner, J. (2022). 'We want to be married on our own terms': non-university emerging adults' marital beliefs and differences between men and women. *Journal of Family Studies*, 28(2), 629–651. <https://doi.org/10.1080/13229400.2020.1747520>
- Martín, T. C., y Puyuelo, M. S. (2014). La transformación de las familias en España desde una perspectiva socio-demográfica. *Informe FOESSA*.
- Milyavskaya, M., y Werner, K. M. (2018). Goal pursuit: Current state of affairs and directions for future research. *Canadian Psychology / Psychologie canadienne*, 59(2), 163–175. <https://doi.org/10.1037/cap0000147>
- Moreno-Mínguez, A., Ortega-Gaspar, M., y Gamero-Burón, C. (2019). A Socio-Structural Perspective on Family Model Preferences, Gender Roles and Work-Family Attitudes in Spain. *Social Sciences*, 8(1), 4. <https://doi.org/10.3390/socsci8010004>

- Pajares, E. M., Ortega, C. P., Valero, L. G., Alcalá, C. M., y Tarrazona, R. B. (2022). Motivación en estudiantes universitarios: Metas vitales y actitudes de aprendizaje. *Human Review. International Humanities Review*, 13(4), 1–11.
- Pew Research Center. (2024). *Gender and social attitudes among young adults*. <https://www.pewresearch.org>
- Raimundi, M. J., García-Arabeheity, M., Iglesias, D., y Castillo, I. (2019). Aspiraciones vitales y su relación con la pasión en deportistas argentinos seleccionados para los Juegos Olímpicos de la Juventud. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 19(1), 192–205
- Reher, D. S. (2011). Economic and social implications of the demographic transition. *Population and development review*, 37, 11-33.
- Rivera, R. E., y Vidal, D. A. (2024). Corresponsabilidad familiar en el reparto de tareas domésticas y labores de cuidado desde la perspectiva de parejas de doble ingreso. *Perspectivas*, (43), 143–173. <https://doi.org/10.29344/07171714.43.3760>
- Romero, E., Gómez-Fraguela, J.A., y Villar, P. (2012). Life Aspirations, Personality Traits and Subjective Well-Being in A Spanish Sample. *European Journal of Personality*, 26(1), 45-55.
- Schroeder, K. (2015). Planning to Have It All: Emerging Adults' Expectations of Future Work-Family Conflict. *Sex Roles*. <https://doi.org/10.1007/S11199-015-0492-Y>
- Smith, M. G., T. N. Bradbury, y B. R. Karney. 2026. Division of Housework, Sexual Intimacy, and Relationship Quality in Different-Sex and Same-Sex Couples. *Journal of Marriage and Family*, 1–11. <https://doi.org/10.1111/jomf.70073>
- Suberviola Ovejas, I. (2024). Percepción de las nuevas generaciones sobre la corresponsabilidad en los cuidados: Validación de un cuestionario para su análisis. *Revista Prisma Social*, (44), 219–243.
- Torío, S., Peña, J. V., Rodríguez, M. C., Fernández, C. M., y Molina, S. (2010). Hacia la corresponsabilidad familiar: Construir lo cotidiano. Un programa de educación parental. *Educatio Siglo XXI*, 28(1), 85–108.

- Willoughby, B. J., Hall, S. S., y Luczak, H. P. (2015). Marital paradigms: A conceptual framework for marital attitudes, values, and beliefs. *Journal of Family Issues*, 36(2), 188–211. <https://doi.org/10.1177/0192513X13487677>
- Willoughby, B. J., y James, S. L. (2017). *The marriage paradox: Why emerging adults love marriage yet push it aside*. Oxford University Press
- Zoch, G., y Heyne, S. (2023). The evolution of family policies and couples' housework division after childbirth in Germany, 1994–2019. *Journal of Marriage and Family*, 85(5), 1067-1086.

7. Anexos

7.1. Anexo 1 -Listado de Ítems.

Gender Role Attitudes Scale (GRAS):

1. Las personas pueden ser tanto agresivas como comprensivas, independientemente de su sexo.
2. Se debería tratar a las personas igual, independientemente del sexo al que pertenezcan.
3. A los niños se les debería dar libertad en función de su edad y nivel de madurez, y no por su sexo.
4. Los chicos tienen las mismas obligaciones de ayudar en las tareas del hogar que las chicas.
5. Las tareas domésticas no deberían asignarse por sexos.
6. Deberíamos dejar de pensar si las personas son hombre o mujer y centrarnos en otras características.
7. El que mi pareja considere que yo soy la persona responsable de las tareas domésticas me crearía tensión.
8. El marido es el responsable de la familia, por lo que la mujer debe obedecerle.
9. Una mujer no debe llevar la contraria a su pareja.
10. Me parece más lamentable ver llorar a un hombre que a una mujer.
11. Una chica debe ser más limpia y ordenada que un chico
12. Es preferible que los puestos de responsabilidad los ocupen los hombres.
13. Creo que se debe educar de modo distinto a los niños que a las niñas.
14. Considero correcto que en mis círculos de amistades se valore más mi futura actividad familiar que mi actividad profesional.
15. La principal responsabilidad de un padre es ayudar económicamente a sus hijos.
16. Algunos trabajos no son apropiados para las mujeres.
17. Acepto que en mi círculo de amistades el futuro trabajo de mi pareja se valore más que el mío.

18. Las madres deberían tomar la mayor parte de las decisiones sobre cómo educar a los hijos.

19. Solo algunos tipos de trabajo son apropiados tanto para hombres como para mujeres.

20. En muchos trabajos importantes es mejor contratar a hombres que a mujeres.

Life Goals Rating Scale:

21. Tener una buena carrera profesional y tener éxito en mi ámbito laboral.

22. Encontrar a la persona adecuada para establecer una relación estable.

23. Tener hijos/as.

24. Alcanzar un buen nivel económico y de calidad de vida.

25. Contribuir a mejorar la vida de otras personas.

26. Disponer de tiempo libre para mis intereses y aficiones.

27. Dedicar tiempo al desarrollo espiritual o reflexivo.

28. Sentir que tengo un propósito significativo en la vida.

29. Mantenerme en buena condición física y saludable.

30. Expresarme de forma creativa o artística.

31. Influir en asuntos políticos o sociales.

32. Vivir nuevas experiencias y divertirme.

33. Mantener un círculo cercano de amigos/as.

34. Mantener relaciones familiares cercanas y de apoyo.

35. Viajar y conocer nuevos lugares.

36. Tener un impacto positivo en mi entorno o comunidad.

37. Tener un empleo de alto estatus, con poder o influencia.

38. Cuidar y atender a mi familia.

39. ¿Cuál de los siguientes objetivos es el más importante para ti? (una sola opción)

a) Tener éxito en mi carrera profesional

- b) Encontrar una pareja estable
 - c) Tener hijos/as y cuidar de una familia
 - d) Alcanzar estabilidad económica
 - e) Desarrollarme creativamente
 - f) Influir en temas políticos o sociales
 - g) Tener un grupo cercano de amigos
 - h) Tener impacto positivo en la sociedad
 - i) Conseguir un trabajo de alto estatus
40. ¿Cuál es el segundo más importante?

Aspirations Index

- 41. Desarrollar mis capacidades y habilidades personales.
- 42. Tener experiencias que me ayuden a crecer como persona.
- 43. Aprender cosas nuevas con frecuencia.
- 44. Sentirme en continuo desarrollo personal.
- 45. Tener relaciones cercanas y de apoyo con otras personas.
- 46. Tener amigos/as en los que pueda confiar.
- 47. Mantener relaciones afectivas satisfactorias.
- 48. Sentirme conectado/a con las personas cercanas a mí.
- 49. Mejorar la vida de otras personas.
- 50. Aportar algo positivo a mi comunidad.
- 51. Ayudar a quienes lo necesitan.
- 52. Hacer del mundo un lugar mejor

Expectativas de Corresponsabilidad

- 53. Creo que yo asumiría principalmente la limpieza general del hogar en una

convivencia.

54. Creo que mi pareja asumiría principalmente la limpieza general del hogar en una convivencia.

55. Creo que la compra de alimentos sería una tarea compartida.

56. Creo que la preparación de comidas sería una tarea compartida.

57. Creo que yo asumiría principalmente las gestiones médicas o citas relacionadas con hijos/as.

58. Creo que mi pareja asumiría principalmente las gestiones médicas o citas relacionadas con hijos/as.

59. Creo que la coordinación de actividades escolares sería una tarea compartida.

60. Creo que yo asumiría principalmente la organización y planificación del hogar (tareas, recordatorios, agenda).

61. Creo que mi pareja asumiría principalmente la organización y planificación del hogar.

62. Creo que la mayoría de las tareas domésticas se repartirán de forma equilibrada.

63. Creo que una distribución desigual de tareas podría afectar negativamente a la relación.

Expectativas sobre el matrimonio

-Importancia del matrimonio

64. El matrimonio se está volviendo algo obsoleto

65. El matrimonio ha perdido importancia como una necesidad social

-Razones para casarse

66. Encontrar a un alma gemela.

67. Tener mayor seguridad.

68. Construir una vida con otra persona.
69. Tener hijos/as dentro de una relación estable.
70. Evitar la soledad.
71. Compartir los gastos del hogar.
72. Fortalecer el compromiso con la pareja.
73. Por beneficios legales o económicos.
- Barreras hacia el matrimonio
74. Alcanzar primero mis metas personales.
75. Tener estabilidad económica.
76. Vivir más experiencias antes de casarse.
77. Sentirse emocionalmente preparado/a.
78. Lograr los objetivos profesionales.
79. No querer perder libertad personal.
80. Miedo a que la relación cambie o no funcione tras casarse.
81. No haber encontrado todavía a la persona adecuada.

7.2. Anexo 2- Declaración uso de herramientas de inteligencia artificial generativa

Título del trabajo: “Proyecto vital y expectativas de futuro en jóvenes adultos: actitudes de género, aspiraciones personales y corresponsabilidad”

Autor/a: Álvaro Dietta Catalina

DNI/Alumno/a: 202012561

Nombre del Director/a de TFM: María Pilar Martínez Díaz

Nombre del Máster: Máster en Psicología General Sanitaria

Mediante la presente, declaro que en la elaboración del trabajo arriba indicado he utilizado herramientas de Inteligencia Artificial Generativa en las siguientes fases (marcar y describir):

Búsqueda y localización de bibliografía: [indicar herramienta(s) y breve descripción del uso y prompts]. En alguna ocasión he podido usar la IA para localizar artículos relevantes para mi trabajo como Chatgpt, Scite o el buscador de Google una vez tenía un artículo de interés, le pedía que buscara artículos similares. O por ejemplo, como en PsycInfo o GoogleScholar de filtrar por palabras, un prompt: busca papers que sean actuales (2020 en adelante) y se relacionan con los roles de género en jóvenes adultos en el marco de la psicología. Posteriormente, buscaba el paper en para acceder a él y encontrar similares sin la IA.

Resumen/ayuda para comprensión de textos: [indicar herramienta(s) y breve descripción del uso y prompts]. No mucho, pero igual si hay algún párrafo largo con tecnicismos, pido que resuma lo más importante traduciendo a un lenguaje que entienda

Organización/estructura del trabajo: [indicar herramienta(s) y breve descripción del uso y prompts].

Revisión ortográfica/estilo: [indicar herramienta(s)]. ChatGPT, para corregir faltas de ortografía y que los párrafos tengan un estilo académico con mi redacción profesional. Tiene el texto y revisa dándome pequeñas correcciones o mis fallos ortográficos.

Generación de texto (fragmentos): [indicar herramienta(s) y especificar exactamente qué se generó y cómo fue editado por el autor del TFM].

Otros (especificar): [_____]

-Explica qué hiciste para comprobar y garantizar que la información proporcionada por la IA era correcta. Siempre que la IA me da algo de información nuevo, compruebo su veracidad con los papers de referencia para localizar la información relevante y que selecciono para introducir en el texto del TFM.

Declaración de veracidad:

Firmo y certifico que la información procedente de herramientas de IA ha sido verificada por mí mediante consulta de fuentes académicas primarias y que el texto final incorpora un trabajo de redacción, síntesis y reflexión personal.

Firma del/a alumno/a:

Fecha: 11/05/2026

A handwritten signature in black ink, consisting of a stylized capital letter 'A' followed by a capital letter 'D'.