



Universidad Nacional Mayor de San Marcos

Universidad del Perú. Decana de América

Dirección General de Estudios de Posgrado

Facultad de Psicología

Unidad de Posgrado

**Espiritualidad y religiosidad en relación al bienestar
psicológico en estudiantes de psicología de dos
universidades de Lima Metropolitana**

TESIS

Para optar el Grado Académico de Magíster en Psicología con
mención en Psicología Clínica y de la Salud

AUTOR

Juan Carlos ESCUDERO NOLASCO

ASESOR

Rosa Elena HUERTA ROSALES

Lima, Perú

2018



Reconocimiento - No Comercial - Compartir Igual - Sin restricciones adicionales

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

Usted puede distribuir, remezclar, retocar, y crear a partir del documento original de modo no comercial, siempre y cuando se dé crédito al autor del documento y se licencien las nuevas creaciones bajo las mismas condiciones. No se permite aplicar términos legales o medidas tecnológicas que restrinjan legalmente a otros a hacer cualquier cosa que permita esta licencia.

Referencia bibliográfica

Escudero, J. (2018). *Espiritualidad y religiosidad en relación al bienestar psicológico en estudiantes de psicología de dos universidades de Lima Metropolitana*. [Tesis de maestría, Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Facultad de Psicología, Unidad de Posgrado]. Repositorio institucional Cybertesis UNMSM.



UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS

(Universidad del Perú, DÉCANA DE AMÉRICA)

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

Av. Germán Amezaga n.º 375-Ciudad Universitaria-Teléfono: 6197000-3208

ACTA DE SESIÓN DE GRADO ACADÉMICO DE MAGÍSTER EN PSICOLOGÍA

Siendo las 10:00 horas del día lunes 15 de octubre de 2018, en el Auditorio "Raúl González Moreyra" de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos (Ciudad Universitaria, Av. Germán Amezaga n.º 375 Lima), el Jurado Examinador de Tesis presidido por el Dr. Marcelino Riveros Quiroz e integrado por:

Dr. Marcelino Riveros Quiroz	(Presidente)
Dra. Rosa Elena Huerta Rosales	(Asesora)
Mg. Víctor Eusebio Escudero Nolasco	(Miembro)
Dra. María Luisa Matalinares Calvet	(Informante)
Dra. Natalia Ramírez Saenz	(Informante)

1205

Se reunió para la sustentación pública para optar el Grado Académico de Magister en Psicología con mención en Psicología Clínica y de la Salud del Bachiller **JUAN CARLOS ESCUDERO NOLASCO** quien procedió a la exposición de la Tesis titulada ***Espiritualidad y religiosidad en relación al bienestar psicológico en estudiantes de Psicología de dos universidades de Lima Metropolitana***, con el fin de optar el Grado Académico de **MAGÍSTER EN PSICOLOGÍA** con mención en Psicología Clínica y de la Salud.

Concluida la exposición, se procedió a la calificación correspondiente, de acuerdo con la Escala de Calificación que aparece en el artículo 8.º del Reglamento para el otorgamiento del Grado Académico de Magister, obteniendo la siguiente calificación.

MUY BUENO (17) DIECISIETE

A continuación el Presidente del Jurado Examinador recomienda que la Facultad de Psicología acuerde otorgar el Grado Académico de:

Magister en Psicología, mención Psicología
Clínica y de la Salud

Se extiende la presente ACTA a las 11:15 del 15 de octubre de 2018.

Dr. Marcelino Riveros Quiroz
Presidente

Dra. Rosa Elena Huerta Rosales
Asesora

Mg. Víctor Eusebio Montero López
Miembro

Dra. María Luisa Matalinares Calvet
Informante

Dra. Natalia Ramírez Saenz
Informante

Dedicatoria

*A mi esposa Janeth Angle
por todo el apoyo brindado.*

AGRADECIMIENTOS

A la Doctora Rosa Elena Huerta Rosales por su disposición y apoyo constante en la culminación de este trabajo.

Al Magister Lincol Orlando Olivas Ugarte por sus apreciaciones y pertinentes sugerencias.

A todos los profesores y colegas que a lo largo de mi vida profesional y académica me enriquecieron con sus conocimientos y experiencias. Gracias totales.

INDICE GENERAL

DEDICATORIA.....	I
AGRADECIMIENTOS.....	II
INDICE GENERAL.....	III
INDICE DE TABLAS.....	VI
RESUMEN.....	VIII
ABSTRACT.....	IX
INTRODUCCIÓN.....	X
CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO PROBLEMA.....	12
1.1 SITUACIÓN PROBLEMÁTICA.....	12
1.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.....	17
1.3 JUSTIFICACIÓN.....	17
1.4 OBJETIVOS.....	19
1.4.1. Objetivo general.....	19
1.4.2. Objetivos específicos.....	19
1.5 LIMITACIONES.....	20
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO.....	21
2.1 MARCO FILOSÓFICO EPISTEMOLÓGICO.....	21
2.2 ANTECEDENTES.....	22
2.3 BASES TEÓRICAS DEL ESTUDIO.....	29

2.3.1. BIENESTAR PSICOLÓGICO.....	29
2.3.1.1 La Psicología Positiva.....	29
2.3.1.2 El estudio del bienestar.....	34
2.3.1.3 Aproximación conceptual al término bienestar psicológico.....	39
2.3.2. ESPIRITUALIDAD Y RELIGIOSIDAD.....	43
2.3.2.1 Desarrollo histórico de los conceptos de religiosidad y la espiritualidad.....	43
2.3.2.2 Aproximación conceptual al término espiritualidad.....	50
2.3.2.3 Aproximación conceptual al término religiosidad.....	53
2.3.2.4 Diferencia entre los conceptos de espiritualidad y religiosidad.....	56
2.3.2.5 Espiritualidad, religiosidad y salud mental.....	60
2.3.2.6 Religiosidad, Espiritualidad y Práctica Clínica.....	64
2.4 HIPÓTESIS.....	69
2.4.1 Hipótesis general.....	69
2.4.2 Hipótesis específicas.....	69
2.5 DEFINICIÓN DE VARIABLES Y CONCEPTOS.....	70
2.5.1 Definiciones conceptuales.....	70
2.5.2 Variables de estudio.....	71
CAPÍTULO III: MÉTODO.....	72
3.1 TIPO DE INVESTIGACIÓN Y DISEÑO.....	72
3.2 POBLACIÓN Y MUESTRA.....	73
3.3 INSTRUMENTOS Y MATERIALES.....	76
3.3.1. Ficha de datos generales.....	76
3.3.2 Escala Age Universal I – E 12	76
3.3.3 Cuestionario de Espiritualidad de Parsian y Dunning.....	79
3.3.4 Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS).....	83

3.4 PROCEDIMIENTO.....	84
3.5 TÉCNICAS DE PROCESAMIENTO ESTADÍSTICO.....	85
CAPÍTULO IV: ANÁLISIS DE DATOS Y RESULTADOS.....	87
4.1 RESULTADOS DESCRIPTIVOS DE LAS VARIABLES EVALUADAS.....	87
4.1.1 Resultados descriptivos de la variable bienestar psicológico.....	87
4.1.2 Resultados descriptivos de la variable espiritualidad.....	88
4.1.3. Resultados descriptivos de la variable religiosidad.....	90
4.2 RELACIONES BIVARIADAS ENTRE LAS VARIABLES EVALUADAS.....	91
4.2.1 Prueba de normalidad de las variables evaluadas.....	92
4.2.2. Relación entre espiritualidad y bienestar psicológico.....	92
4.2.3. Relación entre religiosidad y bienestar psicológico.....	93
4.2.4. Relación entre espiritualidad y religiosidad.....	94
4.3. RELACIONES EN BASE A LA REGRESIÓN LOGÍSTICA BINARIA.....	95
4.3.1. Modelo de dos factores: espiritualidad y religiosidad.....	96
4.3.2. Modelo de cinco factores: dimensiones de la espiritualidad.....	97
CAPÍTULO V: INTERPRETACIÓN Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS.....	100
CONCLUSIONES.....	112
RECOMENDACIONES.....	115
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	117
ANEXOS.....	135

INDICE DE TABLAS

1. Autores, conceptos y medidas básicas de las perspectivas hedónica y eudaimónica del bienestar psicológico.....	38
2. Autores de referencia en la historia de la psicología de la religión y aportaciones destacadas.....	47
3. Variables de estudio.....	71
4. Descripción de la muestra según universidad y año de ingreso.....	75
5. Ítems por dimensiones de la I – E Age Universal.....	77
6. Ítems por dimensiones de la Escala de espiritualidad.....	80
7. Conformación final del Cuestionario de Parsian y Dunning.....	82
8. Ítems por dimensiones de la Escala de bienestar psicológico.....	84
9. Estadísticos descriptivos de la variable bienestar psicológico y sus dimensiones.....	88
10. Niveles de bienestar psicológico y sus dimensiones.....	88
11. Estadísticos descriptivos de la variable espiritualidad y sus dimensiones.....	89
12. Niveles de espiritualidad y sus dimensiones.....	90
13. Estadísticos descriptivos de la variable religiosidad y sus dimensiones.....	90
14. Niveles de religiosidad y sus dimensiones.....	91
15. Análisis de normalidad para las variables estudiadas mediante la prueba de Kolmogorov Smirnov.....	92
16. Correlación entre espiritualidad y bienestar psicológico.....	93
17. Correlación entre religiosidad y bienestar psicológico.....	94

18. Correlación entre espiritualidad y religiosidad.....	95
19. Prueba de ómnibus sobre los coeficientes del modelo de regresión logística binaria de espiritualidad y religiosidad.....	96
20. Resumen del modelo de regresión logística binaria para la espiritualidad y religiosidad.....	96
21. Análisis multivariado de las variables en la ecuación de espiritualidad y religiosidad.....	97
22. Prueba de ómnibus sobre los coeficientes del modelo de regresión logística binaria para las dimensiones de la espiritualidad.....	97
23. Resumen del modelo de regresión logística binaria para las dimensiones de la espiritualidad.....	98
24. Análisis multivariado de las variables en la ecuación de las dimensiones de la espiritualidad.....	99

RESUMEN

El objetivo general de la investigación es establecer la relación entre el bienestar psicológico con la religiosidad y la espiritualidad. La muestra estuvo conformada por 504 estudiantes de la carrera profesional de psicología de dos universidades nacionales de Lima Metropolitana. Los instrumentos utilizados fueron la Escala Age Universal I – E 12, el cuestionario de espiritualidad Parsian y Dunning y la Escala de Bienestar psicológico BIEPS. Asimismo, se realizó la adaptación para los dos primeros, los cuales resultaron válidos, confiables y con normas de interpretación. La Escala Age Universal I – E 12 resultó ser unifactorial y el Cuestionario de espiritualidad de Parsian y Dunning arrojó cinco factores, variando su conformación original. Se encontró correlaciones bivariadas estadísticamente significativas entre espiritualidad con bienestar psicológico ($p = 0.000$, $Rho = 0.454$); entre religiosidad con bienestar psicológico ($p = 0.006$, $Rho = 0.123$); y entre espiritualidad con religiosidad ($p = 0.000$, $Rho = 0.233$). En base a la regresión logística binaria, el modelo de dos factores (espiritualidad y religiosidad) explica entre un 8.8% a 12.0% al bienestar psicológico, siendo la espiritualidad la única significativa a nivel multivariado para explicar el modelo, y de entre sus dimensiones únicamente son significativas autoconciencia, prácticas espirituales y armonía social.

Palabras clave: espiritualidad, religiosidad, bienestar psicológico.

ABSTRACT

The general objective is to establish the relationship between psychological well-being and religiosity with spirituality. The sample consisted of 504 students of the professional career of psychology of two national universities of Metropolitan Lima. The instruments used were the Universal Age Scale I - E 12, the Parsian and Dunning spirituality questionnaire and the BIEPS Psychological Well - being Scale. Also, the adaptation was made for the first two, which were valid, reliable and with norms of interpretation. The Universal Age Scale I - E 12 turned out to be unifactorial and the Parsian and Dunning Spirituality Questionnaire yielded five factors, varying its original conformation. We found statistically significant bivariate correlations between spirituality and psychological well-being ($p = 0.000$, $Rho = 0.454$); Between religiosity and psychological well-being ($p = 0.006$, $Rho = 0.123$); And between spirituality and religiosity ($p = 0.000$, $Rho = 0.233$). Based on binary logistic regression, the two-factor model (spirituality and religiosity) accounts for between 8.8% and 12.0% of psychological well-being, with spirituality being the only significant at the multivariate level to explain the model, and among its dimensions are significant self-awareness, spiritual practices and social harmony.

Keywords: spirituality, religiosity, psychological well-being

INTRODUCCIÓN

El bienestar psicológico es una de los conceptos más estudiados dentro de la corriente denominada como psicología positiva, y ha sido relacionada a diversas variables entre estas a la religiosidad y la espiritualidad. Sin embargo, ambos conceptos a lo largo de los años han venido desarrollándose y diferenciándose. En ese sentido, la religiosidad se ha concebido tanto como un factor protector como de riesgo, coincidiendo generalmente con las formas de orientación religiosa intrínseca o extrínseca. De otro lado, la espiritualidad inicialmente se asoció de forma unívoca a la vivencia personal de la religión, diferenciándola de su vivencia social, para actualmente establecerse que una persona espiritual no necesariamente tiene que adscribirse a alguna religión en particular, e incluso puede negar la existencia de dios.

Los matices mencionados pueden volver difusa la asociación entre el bienestar psicológico con la religiosidad y la espiritualidad, por lo cual, este estudio busca contribuir a dilucidar estas relaciones. Este esclarecimiento cobra importancia dentro del campo de psicología clínica y de la salud, puesto que tanto la religiosidad como la espiritualidad han sido concebidas como variables moderadoras en situaciones críticas de vida, siendo componentes que son revestidos con una sensibilidad cultural altamente valorada. Asimismo, es especialmente relevante su estudio por el hecho que, a pesar de lo mencionado el área espiritual es raramente profundizada en el trabajo clínico, posiblemente porque generalmente se la ha asociado a aspectos psicopatológicos y su estudio a falta de rigor científico.

La investigación consta de un primer capítulo donde se sustenta, plantea y formula el problema. También comprende la justificación del estudio, la cual se realiza a nivel teórico, práctico y metodológico. Asimismo, se plantea el objetivo general y los específicos, estos últimos orientados a que su resolución lleven a alcanzar el objetivo general.

En el segundo capítulo se presentan el marco filosófico o epistemológico sobre los cuales se cimienta el estudio, así como los antecedentes, es decir los trabajos tanto nacionales como internacionales que la han precedido, y que tienen como variables al bienestar psicológico, la religiosidad o la espiritualidad. Además, se plantean las bases teóricas que sostienen el estudio, es decir las teorías y autores sobre las cuales se ha concebido y operacionalizado las variables. También se presentan las hipótesis y las definiciones de las variables.

En el tercer capítulo se presenta el método, donde se menciona el tipo y diseño de la investigación; asimismo, se explicita la unidad de análisis, población y muestra de estudio, delimitando hacia quienes está dirigido. A continuación se describen los instrumentos que fueron utilizados, se detalla el procedimiento y la forma cómo se realizaron los análisis y el procesamiento de los datos.

En el cuarto capítulo se presentan los resultados, empezando por la descripción de las tres variables analizadas por separado, para luego establecer las relaciones que se dan entre estas y finalmente establecer a nivel multivariado la relación entre el bienestar psicológico con la espiritualidad y la religiosidad.

En el quinto capítulo se realiza la discusión de los resultados ya mencionados, contrastándolos con las teorías y antecedentes que sean pertinentes en cada caso. Finalmente, se mencionan las conclusiones y las recomendaciones.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 SITUACIÓN PROBLEMÁTICA

La psicología de la religión es el estudio de las constantes psicológicas de la religiosidad, que investiga sobre la realidad humana en la que aparece la fe como una revelación divina, además se orienta a analizar de forma crítica las realidades religiosas (Stollberg, 1979; citado por Garcés, 1985, p. 187). Asimismo, la religiosidad, vendría a ser el grado en que una persona cree, sigue y practica una religión (Jiménez, 2005). Entre uno de los tópicos más desarrollados por la psicología de la religión, se encuentra la relación entre la religiosidad con el bienestar psicológico, estando esta última definida como una dimensión evaluativa, que tiene que ver con la valoración del resultado logrado con una determinada forma de haber vivido (Casullo y Castro, 2000, p.45).

Al igual que el llamado bienestar subjetivo, el bienestar psicológico se encuadra dentro de la denominada psicología positiva, la cual reconoce que el estado de salud es intrínseco a cada ser humano (Rodríguez y Quiñones, 2012). Si bien ambos conceptos pueden parecer similares, el bienestar subjetivo se centraliza en la satisfacción vital y la felicidad entendida como preeminencia de afectos positivos, mientras que el bienestar

psicológico se orienta hacia los aspectos menos inmediatos de la vida, empero más trascendentales, tales como el desarrollo de las potencialidades, el significado de la vida, la identidad y el crecimiento en general (Díaz et al., 2006; citado por Barra, Soto y Schmidt, 2013). A estas diferentes perspectivas se les ha denominado, partiendo de tradiciones filosóficas, hedonismo y eudaimonia. Según Vázquez, Hervás, Rahona y Gómez (2009) para lograr el bienestar eudaimónico o psicológico, cada persona debe establecer metas personales, preferiblemente intrínsecas, que sean coherentes entre sí y coherentes con los propios valores e intereses.

En cuanto a la relación entre la religiosidad y el bienestar psicológico, diversos autores han planteado puntos de vista dispares. Entre quienes conciben a la religiosidad como una dimensión saludable, relacionada al bienestar se encuentran Ferre, Gerstenblüth y Rossi (2008) quienes encontraron que adultos que asisten con mayor regularidad a servicios religiosos presentan una mayor probabilidad de sentir mayor satisfacción con la vida, Sardin (2012) quien indica que ser practicante religioso se relaciona con mayor grado satisfacción, asimismo Gómez y Cogollo (2010) señalaron a la religiosidad como una de las variables que predicen el bienestar general, Vargas y Martínez (2015) encuentran como factores de protección ante el abuso de alcohol, el formar parte de redes sociales que asisten a una iglesia y también apreciarla, Pereyra (2011) señala que existe mayor relación positiva entre religiosidad y salud física o mental, en el caso de enfermedades graves o crónicas, y finalmente Gallego, García y Pérez (2007) encontraron relación entre la religiosidad y sentido de vida.

Por otra parte, entre quienes relacionan a la religiosidad con aspectos psicológicos negativos se encuentran Etchezahar y Simkin (2013) al encontrar mayor nivel de autoritarismo en universitarios que se autodefinen como religiosos, además los mismos autores citan dos investigaciones, donde se halla que las personas que se

consideran religiosos suelen mostrar mayores síntomas psicopatológicos (Galen, 2009; King, Marston, McManus, Brugha y Meltzer, 2013; citados Etchezahar y Simkin, 2014).

Profundizando sobre esto Cyrulnik (2002) ha mencionado que la religión brinda un camino con sentido, encuentros amicales, la posibilidad de compartir trascendencia y un factor de unión en los grupos, sin embargo, una excesiva adaptación no siempre es un beneficio cuando está deviene en sumisión, dejación a ser uno mismo y desconfianza. Así, la religión puede normalmente tener una función estabilizadora, no obstante, en el contexto de algunas sectas puede volverse un riesgo para la salud mental (Lamas, 2004).

De igual manera, Drakeford (1980) señala como formas de perversión de la religión, el esconder un evasión de la realidad, evitar las consecuencias de las faltas y colocar un halo de santidad narcisista. Sin embargo, añade algunas maneras en que la religión puede fomentar la salud mental, entre estas dar un sentido de seguridad, proveer motivaciones para la vida, estabilizar en momentos de crisis, ayudar a aceptarse a uno mismo y proporcionar un sentimiento de pertenencia y protección.

Esta disparidad de resultados y puntos de vista, según Koenig, King y Carson (2012; citados por Etchezahar y Simkin, 2014) puede ser el resultado de una ausencia de consenso respecto a una manera de definir y evaluar el constructo religiosidad. Al respecto, ha existido una tendencia a diferenciar entre dos tipos de religiosidad, una positiva y otra negativa. De esta manera, Fromm (1947) explica dos formas distintas de expresión de la religión: la autoritaria y la humanística. La autoritaria se basa en la obediencia a un poder externo, la sumisión y el acatamiento de órdenes, mientras que la humanística está basada en la autorrealización y la plenitud del ser humano alrededor de valores deseables como lo son la libertad y el amor, es por esto que en ella predomina en

un sentimiento de felicidad. De manera similar, Allport (1986) diferencia entre dos tipos de orientación religiosa, por un lado sentimientos religiosos utilitarios, de naturaleza extrínseca, en los cuales se infiere una conciencia moral inconstante y fragmentaria. Por el contrario, el sentimiento religioso maduro denominado intrínseco, se acompaña de una conciencia genérica determinada por una completa orientación. En ese sentido, generalmente se asocian las segundas formas de religiosidad con aspectos psicológicos relacionados al bienestar y las primeras con aspectos psicológicos no saludables. Esta forma de distinguir los tipos de orientación religiosa podría explicar la controversia.

Sin embargo, paralelamente al concepto de religiosidad se ha planteado también el de espiritualidad, definido como un conjunto de acciones y sentimientos que surgen en relación con concepciones sobre lo sagrado, no necesariamente unido a una comunidad religiosa o culto (Casullo 2006; citado por Nervi, 2011, p. 5), aunque la diferencia con la religiosidad puede parecer difusa, se observa que la religiosidad se orienta hacia la creencia en un ser supremo o divinidad, mientras que en la espiritualidad no necesariamente se da esto. Inicialmente ambos conceptos fueron utilizadas de forma indistinta, posteriormente fueron planteados en sentidos opuestos, es decir, una religiosidad concebida como estática, institucional y objetiva, en contraposición a una espiritualidad dinámica, personal y subjetiva (Etchezahar y Simkin, 2014). De acuerdo a esta última diferenciación la espiritualidad estaría asociada teóricamente con la denominada religiosidad intrínseca, pero sin la necesidad de creencia en un ser supremo, y la religiosidad únicamente estaría más cercana a la religiosidad extrínseca.

Desde estas perspectivas también se han encontrado asociaciones entre la espiritualidad/religiosidad con conceptos relacionados al bienestar. Así, Morales (2014) encontró una relación positiva entre la espiritualidad y el bienestar físico y psicológico

en estudiantes universitarios, Rodríguez (2011) menciona que la espiritualidad/religiosidad pone en marcha mecanismos psicológicos y brinda apoyo social en pro del bienestar general, Valencia y Zegarra (2014) señalaron que la vida espiritual y religiosa están relacionadas con la calidad de vida, además Quiceno y Vinaccia (2009) mencionan a la religión y la espiritualidad como características reguladoras y amortiguadoras frente a situaciones traumáticas.

Finalmente Nervi (2011) en base a los estudios psicométricos realizados por Piedmont, Ciarrochi, Dy-Liacco y Williams, quienes encuentran que ambos constructos, religiosidad y espiritualidad están altamente correlacionados, explican suficiente varianza para ser evaluados de manera separada y que no pueden ser fusionados como un constructo único; concluye que ambos son conceptos diferentes, están estrechamente relacionados e incluso pueden ser complementarios. De esta manera, habría personas que pueden considerarse al mismo tiempo como religiosas y espirituales, que encajarían teóricamente con la definición de religiosidad intrínseca, tanto como personas religiosas pero no espirituales, que se relacionarían con el concepto de religiosidad extrínseca, además de personas espirituales pero no religiosas.

Es importante mencionar también que la población objeto de estudio son estudiantes universitarios, puesto que, como menciona Soler (2009) su principal característica es la creciente heterogeneidad, considerando una mayor feminización, diversidad socioeconómica y diferentes regímenes de dedicación al estudio, compaginándola en algunas casos con la actividad laboral. Dicha mayor heterogeneidad, es importante sobre todo para el caso de las variables espiritualidad y religiosidad, puesto que como mencionan Mendoza y De la Hoz (2013), en los estudiantes universitarios se presenta una determinada influencia de intercambios sociales y académicos que los vuelven más susceptibles a cambiar sus ideas respecto a

la religión, ya sea por la sensación de mayor libertad que el contexto universitario infunde o por la interacción que tienen con diferentes planteamientos a los cuales están expuestos.

Es en este contexto, en el cual se observan contrastes y coincidencias entre espiritualidad y religiosidad, asimismo diferencias entre los tipos de religiosidad intrínseca y extrínseca, y además se observan evidencias teóricas y empíricas que ambos están asociados, ya sea de manera directa o inversa, con el bienestar psicológico, es que se formula la siguiente pregunta:

1.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

¿Existe relación entre la religiosidad y la espiritualidad con el bienestar psicológico en estudiantes de psicología de dos universidades de Lima Metropolitana?

1.3 JUSTIFICACIÓN

A nivel teórico son diversas las aproximaciones que buscan encontrar variables asociadas al bienestar psicológico, entre estas, la espiritualidad y la religiosidad han sido estudiadas a lo largo del tiempo ya sea como un solo constructo indiferenciado o como parte de dos polos antagónicos (Etchezahar y Simkin, 2014), por lo cual sus asociaciones con el bienestar psicológico han resultado ser difusas, a esto se aúna la distinción entre los tipos de religiosidad intrínseca y extrínseca. La presente investigación pretende aportar al esclarecimiento de estas relaciones, y de esta manera coadyuvar a la generación de conocimiento científico en el medio respecto a un tópico relevante, puesto que en Perú según el censo del año 2007, sólo un 2.9% de la población no profesan ninguna religión (Instituto Nacional de Estadística e Informática, 2008), además de acuerdo a una encuesta realizada por la Compañía Peruana de Estudios de

Mercado y Opinión Pública [CPI] (2014) en Lima y cuatro zonas del interior del país, el porcentaje de personas que no profesan ninguna religión es de tan solo 5.4%, constituyéndose como un país predominantemente religioso. Asimismo, se brindará información acerca de estas tres variables, espiritualidad, religiosidad y bienestar psicológico, las cuales cobran importancia dadas las condiciones de vida actuales, que implican el uso de las nuevas tecnologías, mayor acceso a la información y que se relacionan con lo que Luengas (2010) denomina *religión a la carta*, lo cual implica un proceso de personalización de la religión, o sea, la vivencia religiosa se va formando como un sistema independiente a las instituciones religiosas tradicionales, en la cual cada uno solo rescata de estas componentes que atribuye como importantes.

A nivel práctico, la determinación de la existencia de relaciones entre la espiritualidad y religiosidad con el bienestar psicológico facilitará el trabajo preventivo-promocional del personal que labora en diversas poblaciones, pues contribuirá a la implementación de talleres orientados al logro del bienestar psicológico, que puedan incluir de forma adecuada, las dimensiones espiritual y religiosa como parte de sus componentes, dado que, cómo plantean Quiceno y Vinaccia (2009) tanto la espiritualidad como la religiosidad son variables moderadoras ante situaciones de vida difíciles. De otro lado, también se contribuye al poner en relieve la importancia del aspecto espiritual – religioso en la dinámica psicológica de las personas, y por consiguiente en la práctica clínica, siguiendo a Florenzano (2011) quien la considera como un área raramente evaluada y por lo tanto, poco considerada como un elemento que podría contribuir a la mejora de los padecimientos del consultante.

A nivel metodológico, se obtendrán instrumentos válidos, confiables y con un sólido marco teórico que los respalde, para evaluar tanto la espiritualidad como la

religiosidad en el país y que podrá ser utilizado para futuras investigaciones sobre el tema.

1.4. OBJETIVOS

1.4.1. Objetivo General

- Determinar la relación entre la espiritualidad y la religiosidad (intrínseca y extrínseca) con el bienestar psicológico en estudiantes de psicología de Lima Metropolitana.

1.4.2. Objetivos Específicos

- Describir las características de la espiritualidad en estudiantes de psicología de Lima Metropolitana.
- Describir las características de la religiosidad (intrínseca y extrínseca) en estudiantes de psicología de Lima Metropolitana.
- Describir las características del bienestar psicológico en estudiantes de psicología de Lima Metropolitana.
- Establecer si existe relación entre la espiritualidad y el bienestar psicológico en estudiantes de psicología de Lima Metropolitana.
- Establecer si existe relación entre la religiosidad (intrínseca y extrínseca) y el bienestar psicológico en estudiantes de psicología de Lima Metropolitana.
- Establecer si existe relación entre la espiritualidad y la religiosidad (intrínseca y extrínseca) en estudiantes de psicología de Lima Metropolitana.

1.5. LIMITACIONES DEL ESTUDIO

- En relación al tipo de estudio, no se pueden plantear hipótesis causales propiamente dichas, dado que es un estudio de tipo correlacional, por cual no se pueden establecer conclusiones explicativas.
- El tipo de muestreo utilizado es no probabilístico intencional. Así, la muestra constituye un grupo específico de jóvenes universitarios de universidades nacionales, por lo que no se puede generalizar de forma directa los resultados a personas de otro grupo de edad o a jóvenes con diferentes características a las de la muestra.
- En el Perú existe pocas investigaciones directamente relacionadas a la presente, es así que los resultados y conclusiones halladas, encontrarán mayor sustento a nivel teórico y en estudios extranjeros. De la misma manera, la mayoría de las investigaciones sobre las variables religiosidad y espiritualidad se han realizado en adultos mayores o en personas que padecen alguna enfermedad crónica o terminal (como el cáncer, hipertensión arterial, entre otros), por lo cual existe poca información disponible para ser contrastada en una población general.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 MARCO FILOSÓFICO EPISTEMOLÓGICO

La investigación se asienta dentro del paradigma post positivista según la clasificación de Ramos (2015), quien la define como una versión modificada del paradigma positivista, y asume que la realidad que existe no puede ser completamente aprehendida, siendo una limitación para llegar a una absoluta comprensión de la realidad, la imperfección de los mecanismos intelectuales y perceptivos del ser humano. En relación al aspecto ontológico, que se refiere a la forma y naturaleza de la realidad, este paradigma afirma que si bien se puede considerar que la realidad existe, esta es imperfectamente comprensible porque los fenómenos no se pueden controlar y el ser humano no es perfecto. En cuanto al aspecto epistemológico, es decir la relación entre el conocedor y lo que puede ser conocido, se considera que los resultados que se encuentran en una investigación son considerados como probablemente verdaderos. Y en cuanto a la metodología este paradigma se orienta hacia la investigación cuantitativa, la cual hace uso de la recopilación de información para someter a comprobación las hipótesis a través del uso de la estadística que está basada en la medición numérica, lo

que permite al investigador proponer patrones de conducta y probar los distintos fundamentos teóricos que explican estos patrones (Hernández, et al., 2014).

En cuanto al ámbito de la psicología, el estudio encuadra dentro de la psicología positiva, que tiene como más claro antecedente al movimiento humanista, que buscaba recuperar una visión positiva del ser humano y se considera la tercera fuerza de la psicología, la cual trata principalmente sobre las capacidades y potenciales humanos, que no encuentran lugar sistemático en las teorías positivistas, conductistas y el psicoanálisis clásico (Quitmann, 1989; citado por Henao, 2013).

2.2 ANTECEDENTES

A continuación se presentan la revisión de las investigaciones que relacionan a la espiritualidad y religiosidad con algún aspecto asociado al bienestar psicológico, y por consiguiente, también con variables consideradas antagónicas al bienestar psicológico, éstas están ordenadas en orden cronológico, desde las más recientes hasta las más anteriores.

Redondo, Ibañez y Barbas (2017) estudiaron la relación entre la resiliencia con la espiritualidad, a través de las dimensiones intrapersonal, interpersonal y transpersonal, en 105 pacientes ingresados a la unidad de cuidados paliativos en situación de final de la vida de un centro de salud de Madrid. Sus edades fluctuaron entre 21 a 91 años, siendo la edad media de 65 años. La investigación fue de tipo descriptiva correlacional de corte transversal. Los instrumentos fueron la Escala breve de estrategias resilientes de Sinclair y Wallston y el Cuestionario de espiritualidad GES. Entre los resultados se puede mencionar que los evaluados presentan mayor nivel de espiritualidad a nivel intrapersonal. Además, hallaron correlaciones estadísticamente

significativas y positivas entre resiliencia y espiritualidad general, así como entre resiliencia con las tres dimensiones de la espiritualidad.

Rodríguez, Alonso, Álvarez, Gómez, Armendáriz y Hernández (2017) realizaron un estudio piloto de corte cuantitativo descriptivo para explorar la perspectiva espiritual en integrantes de Alcohólicos Anónimos. La muestra fue de 35 adultos de tres municipios de la Ciudad de León en México que acudían a los grupos de Alcohólicos Anónimos, elegidos mediante un muestreo no probabilístico. Los instrumentos utilizados fueron una Cédula de datos personales y la Escala de perspectiva espiritual SPS. Entre los resultados más relevantes se encontró que el índice de espiritualidad de los evaluados es alto, tanto a nivel general como en los aspectos de sus creencias y prácticas espirituales. También se halló que el 60.0% lee materiales espirituales más o menos una vez al día, el 57.1% está muy de acuerdo en que frecuentemente se siente muy cerca de Dios y el 54.3% está muy de acuerdo en que sus creencias espirituales han influenciado en su vida.

Acosta y Sánchez (2017) exploraron la asociación entre la religiosidad y la depresión en una muestra de adultos mayores que viven de albergues de Lima Metropolitana, siendo el estudio de tipo descriptivo correlacional. El muestreo fue no probabilístico intencional y constó de 150 adultos con edades entre 65 a 90 años a quienes se les aplicó la Escala Age Universal I – E 12 y la Escala de depresión geriátrica GD – 15. En los resultados se halló una correlación significativa, positiva y débil entre la orientación religiosa de tipo social con el estado deprimido, indicando que a tendencia mayor a obtener ganancias sociales mediante la religión se evidencia mayor estado deprimido.

Silva, Ribeiro, Borges, Costa, Campos, Aguiar y Takamatsu (2016) en un estudio exploratorio, descriptivo de diseño transversal buscaron evaluar tanto la

espiritualidad como la religiosidad en una muestra de 65 pacientes con hipertensión arterial sistémica de un Centro de Servicio de Enfermedades crónicas en Minas Gerais, Brasil. Los instrumentos utilizados fueron un cuestionario semi-estructurado con variables sociodemográficas, religiosas y de estilo de vida y una escala de medición multidimensional breve de religiosidad y espiritualidad. En cuanto a los resultados, el 80% de los evaluados afirmó haber tenido alguna experiencia religiosa o espiritual que cambió sus vidas y el 100% indicó haber sido recompensado por su fe. Además, las dimensiones que puntuaron más alto en la muestra fueron las de religión organizacional y prácticas religiosas particulares. Los autores concluyen que la religiosidad y la espiritualidad son variables importantes a considerarse en el desarrollo de un plan holístico de tratamiento de la hipertensión.

Vargas y Martínez (2015) analizaron las relaciones entre el abuso de alcohol con la afiliación religiosa, la asistencia a la iglesia y el valor por la religión en los adolescentes mexicanos de 12 a 19 años, a partir de los datos obtenidos de una encuesta nacional de juventud del año 2010. El tipo de muestreo de la encuesta fue probabilístico polietápico, estratificado y por conglomerados, se obtuvo una sub muestra de 13849 adolescentes. Se realizaron análisis descriptivos y de modelos multivariados de regresión logística. Entre los resultados encontrados se puede mencionar que los que profesan la religión evangélica mostraron niveles más bajos de abuso de alcohol al ser comparados a los que profesan la religión católica, así como en quienes atribuyen mayor valor a la iglesia y que asistían en compañía de sus padres o amigos. En el caso de los que profesan la religión católica, únicamente acudir a la iglesia con sus padres se relacionó a menos abuso de alcohol, lo mismo sucedió en el caso de los que profesan la religión evangélica, para quienes también acudir con otras personas disminuyó estos niveles. Sin embargo, el acudir a la iglesia con los padres pero sin valorar la religión no

los protegió del abuso de alcohol. Tampoco el asistir a la iglesia sin compañía se relacionó con esta protección, a pesar de que los adolescentes valoraran altamente a la religión. De lo anteriormente explicado se arriba a que ser parte de una red social de asistencia a la iglesia y el tener valor por la religión, condicionan la relación entre el abuso de alcohol con la afiliación religiosa y se constituyen como factores de protección primordiales frente al abuso del alcohol.

Valencia y Zegarra (2014) buscaron encontrar la asociación entre espiritualidad, religiosidad y calidad de vida en universitarios de la carrera de psicología de la Universidad Nacional San Agustín de Arequipa. La muestra fue constituida mediante el método probabilístico estratificado y se conformó finalmente por 224 estudiantes de ambos sexos, siendo el 76% mujeres, las edades fluctuaron entre 17 a 41 años. Los instrumentos usados fueron el Inventario de Sistemas de Creencias de Kash y Holland y el Cuestionario sobre Calidad de Vida, Satisfacción y Placer de Frish. Se encontró que la espiritualidad está asociada a menos aflicción y mejor percepción de la calidad de vida; asimismo no únicamente el bienestar religioso sino también el bienestar existencial favorecen esta relación.

Ceballos, Pérez y Rodríguez (2014) buscaron establecer la relación entre la religiosidad con las conductas de riesgo en salud en una muestra de 1349 estudiantes universitarios colombianos mayores de dieciocho años, seleccionados mediante un muestreo probabilístico por conglomerados. Las conductas problemáticas evaluadas fueron: consumo problemático de alcohol, evaluado mediante el AUDIT; consumo diario de cigarrillo, evaluado con el CDC; consumo de sustancias ilegales durante el último año; y juego problemático, utilizando una escala breve de juego problemático. Asimismo, la religiosidad se cuantificó con cinco ítems mediante la Escala de Actitud hacia el cristianismo FRANCIS-5. Entre los resultados a nivel descriptivo se encontró

un 31.2% de consumo problemático de alcohol; un 4.5% de consumo de sustancias ilegales en el último año; el juego problemático estuvo presente en un 9.0%; y niveles altos de religiosidad en un 56.0%. Los resultados arrojaron relaciones significativas e inversas entre religiosidad y las conductas de riesgo, llegando a la conclusión que una elevada religiosidad es un factor de protección para algunas conductas de riesgo en salud.

Morales (2014) buscó establecer la relación entre la espiritualidad, el bienestar físico y el bienestar psicológico en una muestra de 387 estudiantes de primer año de dos universidades de Puerto Rico. La evaluación se realizó mediante un instrumento Espiritualidad, bienestar físico y bienestar psicológico de los estudiantes universitarios (EBFSEU) elaborado por la autora. Entre los resultados se encontró que los estudiantes consideran de forma importante a la espiritualidad como parte de sus vidas. Asimismo, se observó una correlación directa y baja entre el nivel de espiritualidad y el bienestar físico, una correlación positiva y media entre la espiritualidad y el bienestar psicológico. De otro lado, se hallaron diferencias significativas en el nivel de espiritualidad según sexo, mostrando las mujeres un nivel mayor.

Etchezahar y Simkin (2013) buscaron diferencias en el nivel de autoritarismo entre sujetos que se identifican como religiosos, espirituales y escépticos. El muestreo fue de tipo intencional, no probabilístico, quedando la muestra compuesta por 359 universitarios de edades entre 18 a 42 años. La recolección de datos se hizo por medio de una ficha de evaluación autoadministrable que analizaba la identificación de cada evaluado como religioso, espiritual o escéptico, además de la Escala de autoritarismo del ala de derechas (RWA). En cuanto a los resultados descriptivos la mayoría se identifica como espiritual (60.4%), seguido de quienes se identifican como religiosos (32.3%). Además se presentan diferencias en los niveles de autoritarismo entre los tres

grupos, siendo quienes se identifican como religiosos los que presentan mayores niveles de autoritarismo.

Sardín (2012) estudia si la religión incide en el desarrollo económico y en el bienestar de los argentinos, a través de una versión ampliada de la ecuación de Mincer que agrega la religión (credo y nivel de práctica religiosa). Dicha ecuación busca explicar el salario en función a otras variables como escolaridad y experiencia. Los datos usados fueron tomados de la base de la Encuesta de la Deuda Social Argentina (EDSA) realizada en 2004. La cual consiste en una muestra aleatoria de 1100 sujetos mayores de 18 años. Se seleccionó los casos de personas que estaban trabajando y que percibían un ingreso laboral positivo durante el año 2004. Se hicieron tres diferentes modelos estadísticos con la finalidad de observar qué ocurre al ampliar la definición de desarrollo a través del ingreso, las condiciones de vida y el bienestar general. Para el ingreso económico, ser muy religioso, ser judío o ser poco practicante de otras religiones tiene un efecto negativo. Ser practicante religioso tiene un efecto positivo. La religión y religiosidad tienen menos efecto en el índice de subsistencia. Ser practicante en la mayoría de las religiones se relaciona a un mayor índice de satisfacción. De otro lado, no se ha podido concluir de forma concluyente si ser ateo o creyente es una diferenciación importante en cuanto al bienestar.

Gómez y Cogollo (2010) plantearon como objetivo establecer cuáles factores predictores se relacionan al bienestar general en adolescentes de Cartagena en Colombia. La muestra fue de 1014 estudiantes obtenida mediante un muestreo probabilístico multietápico. Se utilizaron diversos cuestionarios para indagar las variables de autoestima, religiosidad (actitud hacia el cristianismo), bienestar general (síntomas depresivos) y funcionamiento familiar. Se encontró que las variables que se relacionaron de manera estadísticamente significativa con el bienestar son autoestima

elevada, alto nivel de religiosidad y el pertenecer a una familia funcional. Así, se puede afirmar que estas variables predicen de forma significativa al bienestar general.

Dasso (2010) buscó establecer la asociación entre los síntomas depresivos con prácticas religiosas en internas del penal de mujeres de máxima seguridad de Lima. El muestreo usado fue de tipo accidental para la selección del penal y probabilístico para la selección de las internas del penal. La muestra estuvo conformada por 51 internas entre 22 y 38 años. Los instrumentos utilizados fueron el inventario de depresión de Beck (BDI-II) y la Escala de prácticas religiosas de Hamann adaptada a la muestra de investigación. Se encontraron bajos niveles de síntomas depresivos y altos niveles en cuanto a prácticas religiosas. No se halló una correlación estadísticamente significativa entre los síntomas depresivos y las prácticas religiosas; no obstante, sí se encontró una relación inversa entre las prácticas religiosas específicas de *comportarse como Dios espera, leer la biblia y cantar a Dios como una forma de oración*, con los síntomas depresivos, es decir a mayor presencia de estas prácticas menor sintomatología depresiva.

Ferre, et. al. (2008) estimaron la probabilidad de ser feliz en relación a su religión y religiosidad, por medio de los datos de la Encuesta Nacional de Opinión Pública Religión, Salud y Emancipación Juvenil del año 2008 en Uruguay. Esta estimación se hizo mediante modelos Probit. Se encontró que las personas que afirman profesar la religión protestante son menos felices que el resto y además que los que asisten más a servicios religiosos presentan una probabilidad mayor de sentirse satisfechos con su vida en comparación a quienes no asisten.

Escudero (2007) buscó determinar la relación entre resiliencia y sentido de vida, expresada a través de las variables religiosidad intrínseca y objetivos vitales. La muestra estuvo conformada por 369 adolescentes de cuarto y quinto de secundaria de colegios

nacionales de Lima, obtenidos mediante muestreo no probabilístico intencional. Los instrumentos usados fueron Escala de resiliencia de Wagnild y Young, el Inventario de objetivos vitales de Buhler y Coleman y una Escala de religiosidad elaborada por el autor. Los resultados encontraron relaciones significativas y directas entre resiliencia y religiosidad, resiliencia y objetivos vitales y entre religiosidad y objetivos vitales. Asimismo, fueron los objetivos vitales las variables que explican mejor las diferencias en cuanto a los niveles resiliencia y de entre objetivos es el desarrollo personal el que presenta mayor peso estadístico.

Gallego et. al. (2007) analizaron la asociación entre la religiosidad, disgregada en las variables de definición religiosa, frecuencia de asistencia a la eucaristía e importancia que se le otorga a dios en la vida, con el sentido de vida desde planteamientos logoterapéuticos, es decir como la percepción de razones para vivir, concibiendo a la vida como plena de cosas buenas y asumiendo una responsabilidad personal hacia la vida. La muestra estuvo conformada por 302 sujetos. Los instrumentos utilizados fueron el Cuestionario de actitudes religiosas (CAR), adaptado y el Cuestionario Purpose in life (PIL). Los resultados indican que las tres variables religiosas, autodefinición religiosa, asistencia a la eucaristía e importancia de Dios en la vida, se asocian de manera significativa y parcial con el sentido de vida.

2.3 BASES TEÓRICAS DEL ESTUDIO

2.3.1 BIENESTAR PSICOLÓGICO

2.3.1.1 La Psicología Positiva

El interés por el bienestar y la satisfacción con la vida se remonta desde la Grecia clásica o incluso desde antes. Fue Aristóteles que disertó en profundidad sobre la

eudaimonia (felicidad o plenitud), y de cómo una vida de virtud era la vía para alcanzarla. Otros filósofos posteriormente, trataron sobre diferentes características humanas y su relación con el bienestar (Hervas, 2009).

Desde la ciencia psicológica, las primeras aproximaciones se dan a finales de los años veinte, Watson escribió sobre el cuidado psicológico de los niños, y a finales de los años treinta, con el estudio de Terman sobre el talento de los estudiantes, su entorno académico y los factores psicológicos asociados a la felicidad en el matrimonio (Seligman y Csikszentmihalyi, 2000; citado por Contreras y Esgerra, 2006).

Previamente a la Segunda Guerra Mundial, la ciencia psicológica se había formulado tres misiones: tratar la enfermedad mental, promover en las personas una vida productiva y de satisfacción y promover el talento. En 1946 con la creación de la Veterans Administration, gran parte de los psicólogos se orientaron hacia un mayor énfasis al tratamiento de la enfermedad mental, y ya en 1947 se fundó el National Institute of Mental Health, estos hechos hicieron que, de las tres misiones inicialmente propuestas, únicamente se desarrolle la primera (Lupano y Castro, 2010).

También es importante mencionar que Jahoda en 1958 planteó seis características que representarían los componentes de la salud mental positiva, estas son: las actitudes uno mismo; crecimiento, desarrollo y auto-actualización; integración; autonomía; percepción de la realidad y control ambiental (Mariñelarena y Gancedo, 2011, p. 69).

La psicología humanista marcó de forma especial el apareamiento de la psicología positiva. Incluso en la actualidad algunos autores consideran a la psicología positiva como un derivado de la psicología humanista (Alpizar y Salas, 2010). En esta misma línea, Abraham Maslow fue quien habló en primer término sobre psicología positiva, estando siendo el título del último capítulo del libro *Motivación y Personalidad*, de la misma manera lo menciona al formular el concepto de autorrealización, como la

tendencia de las personas a hacer realidad lo que realmente son en potencia, es decir el deseo de llegar a ser todo lo que uno es capaz de llegar a ser (Maslow, 1991). De otro lado, igualmente se suele destacar a Carl Rogers con su teoría del funcionamiento óptimo de la personalidad, que implica una persona abierta a experimentar un sentimiento de consideración positiva incondicional hacia sí mismo (Rogers y Kinget, 1971). Sin embargo, aunque la psicología humanista comenzó como un movimiento amplio, paulatinamente fue volviéndose puramente clínico y finalmente comenzó a mezclarse con corrientes más cercanas al esoterismo (Hervás, 2009).

En los años ochenta, el concepto de promoción de la salud constituirá el eje central del enfoque salugénico, que busca a complementar el modelo médico o enfoque patogénico que enfatiza el tratamiento y prevención de las enfermedades mentales (Gancedo, 2008; Seligman y Peterson, 2007; citados por Mariñelarena y Gancedo, 2011). Es así que en 1986 se realizó la primera reunión oficial de la Organización Mundial de la Salud acerca de la promoción de la salud, conocida como la Carta de Ottawa (Mariñelarena y Gancedo, 2011).

El comienzo formal de la denominada psicología positiva se hizo en la conferencia de inauguración de Martin Seligman para su periodo presidencial de la American Psychological Association [APA] (Seligman, 1999; citado por Vázquez, 2006). En un principio, Seligman pensó que se debía enfatizar la prevención de la enfermedad mental, sin embargo, no pasó mucho tiempo para que notara que esto seguía enfocando a la enfermedad, puesto que la finalidad era únicamente evitarla o disminuir sus efectos (Lupano y Castro, 2010).

Generalmente, la psicología positiva se suele entender tanto como movimiento académico como área de investigación. Es un movimiento pues es consecuencia de la movilización de investigadores por recuperar temas y resultados de investigaciones que

muestran como similitud centrarse en los aspectos positivos de la persona (Hervás, 2009).

Según Vera (2006, p. 4) antes de definir la psicología positiva es importante mencionar que es lo que no la constituye. En ese sentido menciona que “la psicología positiva no es un movimiento filosófico, no pretende promover el crecimiento espiritual, no es un ejercicio de autoayuda ni un método para alcanzar felicidad, no debe ser confundida con una corriente dogmática que pretende atraer seguidores, en conclusión no debe ser entendida fuera de un riguroso contexto profesional”. De lo anterior, viene a ser un movimiento dentro de la psicología que, con rigor científico, presta atención a un campo de estudio e interés diferente al tradicional, es decir a las cualidades y características humanas positivas. Además, su objetivo es mejorar la calidad de vida y prevenir el surgimiento de trastornos mentales y patologías relacionadas, asimismo, muestra insistencia en el desarrollo de las competencias y en la prevención.

Seligman (1999; citado por Contreras y Esgerra, 2006, p. 311) la define como el estudio científico de las experiencias positivas, los rasgos individuales positivos, las instituciones que facilitan su desarrollo y los programas que ayudan a mejorar la calidad de vida de los individuos, mientras previene o reduce la incidencia de la psicopatología.

Complementariamente para Gancedo (2008; citado por Lupano y Castro, 2010) las diferentes definiciones de psicología positiva buscan como objetivos principales: extender el foco desde una preocupación mayor por remediar el daño hacia el fortalecimiento de los potenciales; estudiar el bienestar psíquico y subjetivo; identificar, medir y promocionar este bienestar en personas, colectivos y sociedad; y hacerlo con rigurosidad científica.

Otro de los momentos clave fue el encuentro de investigadores realizado en Akumal – México, donde se llegó a un acuerdo sobre los pilares básicos de la psicología

positiva. Estos son el estudio de las emociones, los positivos e instituciones positivas (Lupano y Castro, 2010). Es así que, la ciencia de la psicología positiva se constituye por tres ejes de estudio: la experiencia subjetiva positiva, las tendencias individuales positivas y de las instituciones que hacen posibles los dos primeros (Seligman y Peterson, 2007; citados por Mariñelarena y Gancedo, 2011).

Sin embargo, el movimiento de la psicología positiva no ha estado exento de críticas. Entre estas se pueden mencionar: un posible sesgo al analizar los resultados acordes con una previa perspectiva de idealización de lo positivo, no considerando que algunos procesos positivos pueden ser perjudiciales en función al contexto donde se desarrollen; el hacer afirmaciones científicas sobre el variables del bienestar que pueden deducirse fácilmente con el sentido común; el mayor número de investigaciones correlacionales donde se suele asumir relaciones causales entre variables asociadas al bienestar (optimismo, felicidad, entre otros) con la salud física o mental, siendo las primeras causas de las segundas, cuando es también altamente probable que sea lo contrario (Pérez, 2012).

Ya en sentido práctico, Seligman (2002; citado por Lupano y Castro, 2010) plantea tres vías generales para poder lograr una vida plena. La primera vía es a través de las emociones positivas o vida placentera y responde a la noción de felicidad. Se refiere a incrementar el tiempo y cantidad de emociones positivas.

La segunda vía es el compromiso. Es decir, el placer derivado de estar comprometido con la tarea efectiva y con la capacidad de experimentar *fluidez*, la cual se logra cuando una tarea absorbe al sujeto y se presenta la sensación de detención del tiempo, para llegar a este estado es indispensable que la tarea encuentre un punto medio entre no causar aburrimiento o estrés.

La tercera es la búsqueda de sentido en la vida, que vendría a ser el uso de las fortalezas de cada uno para el desarrollo de algo que es más importante que uno mismo, como ayudar a los demás a desarrollar su potencial, entre otros. Este proceso se da mediante instituciones tales como la familia, el trabajo, la escuela y la comunidad. Se podría resumir como el poner las capacidades al servicio de otros y tener como resultado de esto un significado en la vida.

Estas vías se complementan entre sí, es así que la vida placentera da paso al estudio de las emociones positivas; la vida con compromiso se asocia al estudio de las fortalezas, las virtudes, y la fluidez; y la última vía está en relación con las llamadas instituciones positivas. Posteriormente, Seligman (2009; Lupano y Castro, 2010) agregó un cuarto pilar: los vínculos positivos y que tiene su origen en las investigaciones que indican que las personas con mayor sociabilidad logran niveles más elevados de felicidad.

De lo anterior, las instituciones positivas promueven el desarrollo de relaciones positivas, lo cual facilita la aparición de rasgos positivos y, a su vez, facilita las experiencias subjetivas positivas (Park y Peterson, 2003; citados por Park, Peterson y Sun, 2013).

2.3.1.2 El estudio del bienestar

En la psicología positiva un área importante es el estudio acerca de las bases del bienestar. Este estudio es importante puesto que, el bienestar no se debe concebir únicamente como placer o serenidad, sino que también se tienen que considerar implicaciones para la salud mental, física y su contexto social, teniendo beneficios a mediano plazo en cuanto a mayor estabilidad emocional, satisfacción con la familia, en

las relaciones sociales, el rendimiento laboral y mayor esperanza de vida (Lyubomirsky, King y Diener, 2005; citados por Hervás, 2009).

El estudio científico del bienestar aparece en los últimos años del siglo veinte, antecedido por pensamientos filosóficos de la antigüedad, en los legados de Platón, Aristóteles, Confucio, Séneca, entre otros; y además en las enseñanzas impartidas por tradiciones espirituales como el cristianismo o el budismo (Vielma y Alonso, 2010).

El bienestar se da del balance entre expectativas (futuro) y logros (presente) en las áreas de interés que tiene cada individuo, como pueden ser trabajo, familia, salud, condiciones de vida y relaciones con los demás. Se presenta en la transacción entre el individuo con el ambiente, que incluyen las condiciones objetivas materiales y sociales, que dan al individuo oportunidades específicas para la autorrealización (García y González, 2000).

Los primeros estudios al respecto se concentraron en cuestiones externas, como lo son las condiciones de vida que favorecían el bienestar objetivo o también llamado *welfare*, adoptándose así el constructo *nivel de vida* para referir estas condiciones que se enmarcaban en lo netamente económico. El marco de referencia del nivel de vida era el estado de bienestar y las políticas que se encaminaban a él. Esta orientación derivó en la introducción del constructo *calidad de vida*, que ha dado paso a numerosos estudios (García, 2002). En un inicio la calidad de vida se equiparaba a las *condiciones de vida*, que se define desde indicadores estricta y objetivamente medibles como podrían ser la suma puntuaciones de las condiciones de vida en un individuo, tales como salud física, condiciones de vida, relaciones sociales, actividades funcionales u ocupación (Urzua y Caqueo-Urizar, 2012).

En diversos países se realizaron encuestas periódicas acerca de la calidad de vida, cuyos resultados se presentaban en informes sobre indicadores sociales. Son muchas las

categorizaciones de indicadores objetivos que han surgido, en ellas se consideran entre las áreas a los ingresos, salud física, situación laboral, vivienda o condiciones del ambiente donde vive. Es así que Drewnowski la define como el estado o grado de bienestar tal como existe y puede ser medido en un momento dado, reduciéndola al bienestar medible (García, 2002, p. 20).

Paralelamente, gran cantidad de investigadores analizaron los correlatos demográficos y las variables que se vinculaban con el bienestar humano, examinando diferencias personales atendiendo a factores objetivos como sexo, edad, clase social o estado civil. Es en esta línea que Wilson (1967; García, 2002) define a la persona feliz como joven, con buena salud, buen nivel de instrucción, con un ingreso económico adecuado, extrovertida, optimista, sin preocupaciones mayores, religiosa, casada, con buena autoestima, moral del trabajo, aspiraciones sencillas, de cualquier sexo e inteligente.

Es importante resaltar que las condiciones materiales de vida, aportan elementos relevantes respecto al bienestar humano pero sólo alcanzan un aspecto en cuanto a su naturaleza multideterminada (García y González, 2000). La mayoría de los investigadores sobre factores determinantes del bienestar destacan la influencia de las variables del contexto como puede ser los sistemas de creencia, el entorno sociocultural y características sociodemográficas. Además de las variables de personalidad, reconociendo igualmente la influencia de otras relacionadas con la predisposición genética, el proyecto de vida y los valores (Vielma y Alonso, 2010).

En la actualidad existe amplia evidencia empírica del poco poder explicativo que tienen las variables demográficas en los informes acerca del bienestar de las personas (Díaz, 2001). En ese sentido, una mejora objetiva de las condiciones materiales de la vida no se asociaba necesariamente a mayores niveles de felicidad (Veenhoven, 1995;

citado por Castro, 2009). Se encontró que las variables sociodemográficas pesan poco en el momento de explicar la felicidad, es así que un cambio en las circunstancias de vida, como puede ser un mayor ingreso económico o mayor atractivo físico, explica únicamente el 10% del bienestar (Diener, 1984; Lyubomirsky, 2007; citados por Castro, 2009). De esta forma el estudio de la felicidad pasó al terreno psicológico en la década de los setenta. Dando lugar a dos grandes tradiciones de estudio la eudaemónica y la hedónica, los cuales se asocian a los conceptos de bienestar psicológico y bienestar subjetivo respectivamente.

En cuanto a la tradición hedónica, el concepto de hedonismo tiene raíces griegas y su etimología deviene de dos palabras, hedone que significa placer e ismo que significa doctrina. Es Epicuro el representante máximo. La idea central es que la finalidad de la vida es percibir la mayor cantidad posible de placer y la felicidad vendría ser la suma de todos los momentos donde se experimentó placer. Esta tradición filosófica tuvo continuidad con Hobbes, Sade, o los filósofos del utilitarismo (Vázquez, Hervás, Rahona y Gómez, 2009). En psicología el concepto predominante es el bienestar subjetivo, que incluye dos dimensiones complementarias: la cognitiva, referida a los pensamientos sobre la satisfacción con la vida; y la emocional, que discurre entre los extremos de afectividad positiva y negativa. En cuanto a la dimensión cognitiva, la satisfacción con la vida es una evaluación global hecha al comparar la situación de vida actual con un patrón que se considera apropiado para cada uno. La dimensión emocional, por otro lado, tendría que ver con la mayor tendencia a sentir emociones positivas entre los que sienten mayor bienestar subjetivo y satisfacción con la vida (Omar, Paris, Aguiar, Almeida y Del Pino, 2009). En ese sentido, el bienestar subjetivo se refiere a lo que las personas piensan y sienten acerca de sus vidas y a las conclusiones cognoscitivas y afectivas que ellos alcanzan cuando evalúan su existencia. Comúnmente se denomina felicidad al bienestar

subjetivo experimentado cuando se sienten más emociones agradables y pocas desagradables, cuando están comprometidos en actividades interesantes y cuando están satisfechos con sus vidas (González, 2004, p. 85).

Respecto a la tradición eudemónica, en la obra *Ética a Nicómaco*, Aristóteles define la felicidad como eudaemonia, vocablo que proviene de las palabras eu que significa bueno y daimon que significa espíritu, es así que se define como los sentimientos que acompañan a un comportamiento en una dirección consistente con el desarrollo del verdadero potencial. Para él, la verdadera felicidad se encuentra en la expresión de la virtud, refiriéndose no a un estado de satisfacción pasajera, sino el conjunto de una vida lograda (Romero, García y Brustad, 2009, p. 336). Este punto se desarrollará más ampliamente en el siguiente acápite.

Tabla 1.

Autores, conceptos y medidas básicas de las perspectivas hedónica y eudaimónica del bienestar psicológico

	Bienestar hedónico	Bienestar eudaimónico
Autores representativos	Epicuro, Hobbes, Sade, Bentham, Bradburn, Tennen, D. Watson, Kahneman	Aristóteles, Frankl, Ryff, Deci, Seligman
Conceptos básicos	Placer, Afecto, positivo/negativo, balance afectivo, emociones positivas, afecto neto, satisfacción vital	Virtudes, autorrealización, crecimiento psicológico, metas y necesidades, fortalezas psicológicas

Nota: Adaptado de Bienestar psicológico y salud: aportaciones desde la psicología positiva, por C. Vázquez, G. Hervás, J. Rahona, y D. Gómez, 2009, *Anuario de psicología clínica y de la salud*, 5, p. 17.

Según Blanco y Díaz (2005) ambas tradiciones constituyen dos concepciones del bienestar que se relacionan en un nivel teórico pero que se diferencian a nivel empírico; o sea, se encuentran interesadas en el mismo proceso psicológico, pero los instrumentos

diseñados para su medición son diferentes. Sin embargo, analizadas en su conjunto, se puede correr el riesgo de evocar la imagen de una persona aislada del entorno, cuya felicidad y crecimiento se da al margen de las condiciones en las que se desarrolla.

Siguiendo lo anterior, es que Corey Keyes plantea un modelo de tres dimensiones del bienestar donde incluye al bienestar social (Keyes y Lopez, 2002; citados por Hervás, 2009). Este modelo busca integrar elementos socioculturales que promuevan la salud mental y se encuentran asociados con las bases reales de las creencias implícitas positivas sobre el yo, el entorno y los demás, además se relaciona con la pertenencia a asociaciones cívicas y la conducta prosocial (Keyes, 1998; Zubieta y Delfino, 2010). Se basa en la satisfacción que tiene la persona con su entorno cultural y social, evalúa dimensiones que sobrepasan la satisfacción del individuo consigo mismo, su porvenir o sus recursos inmediatos, para focalizarse en la calidad percibida de la sociedad que lo rodea, que tanto el contexto sociocultural en que se vive es percibido como un ambiente satisfactorio y positivo (Hervás, 2009). Permite ampliar el foco del bienestar a cuestiones macrosociales como los niveles de corrupción o la ejercicio de la libertad, es decir cuestiones que tienen influencia sobre el bienestar nacional (Vázquez, 2009; citado por Hervás, 2009). Asimismo, el bienestar social se compone por las dimensiones de integración social, aceptación social, contribución social, actualización social y coherencia social (Keyes, 1998; citado por Blanco y Díaz, 2005).

2.3.1.3 Aproximación conceptual al término bienestar psicológico

Ya se ha mencionado que es Aristóteles quien define a la eudaemonia (felicidad) como los sentimientos que acompañan a un comportamiento en una dirección consistente con el desarrollo del verdadero potencial y que esta es la concepción a la cual se refiere el bienestar psicológico. Desde la psicología, entre quienes se han centrado en el estudio

del crecimiento personal se incluyen a Abraham Maslow y sus trabajos sobre autorrealización, Carl Rogers y sus planteamientos acerca del funcionamiento humano pleno y también a Gordon Allport y su concepción acerca de la madurez (Romero, García y Brustad, 2009).

Waterman (1993; citado por Romero, García y Brustad, 2009), estuvo entre los primeros en caracterizar este tipo de bienestar psicológico, al que denomina sentimientos de expresividad personal. Este tipo de estados los vincula a la vivencia de un alto nivel de implicación con las actividades que uno realiza, de sentirse vivo y realizado, de concebir a una actividad como algo que llena interiormente, y brinda una sensación de encontrar el sentido en lo que uno realiza.

De otro lado, Castro (2009, pp. 46 – 53) hace una extensa revisión sobre los distintos modelos teóricos del bienestar psicológico, dividiéndolos en:

Las teorías universalistas o télicas, que indican que la satisfacción se logra al alcanzar ciertos objetivos o cuando ya se han satisfecho ciertas necesidades básicas. Puesto que las necesidades se encuentran reguladas por el aprendizaje, el ciclo de vida, las emociones, entre otros, el alcanzar el bienestar se dará como resultado de lograr distintos objetivos, para diversas personas, en cada uno de las etapas de la vida (Diener y Larsen, 1991; citados por Castro, 2009).

Los modelos teóricos situacionales, son los que consideran que la sumatoria de momentos felices resulta en la satisfacción del individuo. Estas otorgan mayor relevancia a las circunstancias que el ser humano vivencia. Por otra parte, los enfoques personológicos asumen al bienestar como una disposición general de la personalidad, y puesto que es estable, el bienestar también lo es. Es así que en esta perspectiva, las personas felices por naturaleza, son las que disposicionalmente pueden sentirse más satisfechos en diferentes ámbitos como trabajo, familia, amigos, entre otros.

Las teorías de la adaptación, para las cuales la adaptación es lo principal en el estudio de la felicidad. Es así, que frente a situaciones muy estresantes las personas tienden a adaptarse y volver a su nivel previo de bienestar. Estas teorías están basadas en un modelo automático de la habituación, donde los sistemas reaccionan ante las desviaciones del nivel actual de adaptación. Estos procesos automáticos son adaptativos ya que permiten que el impacto de la situación solamente se disuelva.

Las teorías de las discrepancias, que consideran que la percepción del propio bienestar está plurideterminada, es decir que no presenta una sola causa. El bienestar es el resultado de comparar los estándares personales con las condiciones de vida actuales. Si los estándares son inferiores a los logros, se da como resultado la satisfacción. Cuando el estándar es mayor y el logro bajo, resulta en insatisfacción.

Por su parte, Casullo (2002) señala que en la mayor proporción de los estudios acerca del bienestar psicológico el marco teórico ha sido poco claro, es decir, se ha recopilado una gran cantidad de datos empíricos, pero son escasos los modelos teóricos que guíen la construcción de los instrumentos y la interpretación de los resultados. Agrega que la mayoría de investigadores han considerado operacionalizar el bienestar por medio de índices de afecto positivo o negativo o mediante escalas unidimensionales referidas a la satisfacción, sin considerar el dotar de significado a los actos de las personas, es decir su sentido de orden o coherencia en cuanto a la existencia.

En línea a lo que señala Casullo (2002), inserta en las teorías universalistas se ubica al Modelo Multidimensional del Bienestar Psicológico de Ryff, autor que también critica las investigaciones que consideran al bienestar psicológico netamente ausencia de malestar o trastornos, dejando de lado las consideraciones respecto al desarrollo personal, el ciclo de vida, el funcionamiento mental óptimo y el significado que cada persona le otorga a la vida. De la misma manera, cuestiona la unidimensionalidad del

constructo, señalando su multidimensionalidad (Ryff y Keyes, 1995; citados por Casullo, 2002). Generalmente, el bienestar psicológico se suele identificar con las emociones positivas y la ausencia de emocionalidad negativa. Es decir, las personas se sienten felices o satisfechas con sus vidas, si experimentan por más tiempo y con una frecuencia mayor, mayor cuantía de afecto positivo. Según su punto de vista, el bienestar psicológico es un concepto que abarca mucho más que únicamente la estabilidad de afectos positivos por un periodo largo de tiempo, sino que se define como una dimensión fundamentalmente evaluativa que tiene que ver con la valoración del resultado logrado con una determinada forma de haber vivido.

De la misma manera, Ryff y Keyes (1995; citados por Casullo y Castro, 2000), plantean que el bienestar varía de forma importante de acuerdo a la edad, el sexo, la cultura u otros. El modelo elaborado por Ryff está conformado por seis dimensiones (Díaz, et al., 2006, p. 573):

La auto-aceptación se refiere al sentimiento de bienestar con uno mismo, incluso cuando se es consciente de las limitaciones. Es decir asumir una actitud mayormente positiva hacia uno mismo.

La capacidad de mantener relaciones positivas, se refiere a mantener relaciones interpersonales estables y amistades en las cual se pueda confiar. Existe gran cantidad de investigaciones que señalan al aislamiento, la soledad y la pérdida de apoyo social relacionados con el riesgo de padecer alguna enfermedad, así como con una menor esperanza de vida.

La autonomía, se refiere a mantener la individual en distintos contextos, el basarse en las convicciones y autodeterminación, manteniendo la independencia y autoridad personal. Por lo anterior, soportar de mejor manera la presión social y regular la conducta.

El *dominio del entorno*, indica la habilidad para crear y elegir ambientes que favorezcan la satisfacción de deseos y necesidades. Además, de sentir mayor control y capacidad de influencia sobre el mundo.

Los sentimientos dirigidos al *crecimiento personal*, se refiere a la búsqueda por desarrollar el propio potencial y fortalecer las capacidades.

Y *la creencia de propósito y el sentido de la vida*, se refiere a mantener objetivos y metas claras y realistas que provean significado a las vivencias pasadas y por venir. Es decir dotar de sentido y propósito a la vida.

2.3.2. ESPIRITUALIDAD Y RELIGIOSIDAD

2.3.2.1 Desarrollo histórico de los conceptos de religiosidad y la espiritualidad

La religión y la espiritualidad han sido parte de la experiencia humana desde sus inicios, en múltiples culturas antiguas se han asociado a la búsqueda de equilibrio emocional y salud (Uresti, Ramírez y Caballero, 2011). A partir de registros arqueológicos se evidencian prácticas religiosas anteriores al año tres mil antes de Cristo (Valiente y García, 2010), las cuales han estado manifestadas por la creación de tótems, que designan un vínculo espiritual entre el hombre con la naturaleza; estos tótems se relacionan además con el culto a los ancestros, la reencarnación; fecundidad, abundancia de las cosechas, etc. (Rodríguez, Fernández, Pérez y Noriega, 2011).

Entre los siglos IV y VII, la espiritualidad cristiana se fundaba en el estilo de vida de los hombres, por influencia de San Agustín y San Gregorio Magno, que ponían al ser humano en relación a Dios, consigo mismo, con los demás y con el mundo. Entre los siglos XIV y XVI aparecen las escuelas flamenca y española de la espiritualidad, esta última inició con las reformas de varias órdenes religiosas, que representan distintas

metodologías para el logro de la experiencia mística, pero cuya espiritualidad siempre estaba orientada hacia el servicio (Arias, Masías, Muñoz y Arpasi, 2013).

En el siglo XVII, Bacon, Newton y Boyle, plantean que las leyes de la naturaleza eran las leyes de Dios y la visión de Dios como el gran arquitecto del Universo, pero luego Copérnico y Galileo dieron un giro a esto, produciendo un descentramiento de la actitud teísta, hacia el antropocentrismo (Florenzano, 2010).

A partir del siglo XVIII, el movimiento de la ilustración y la reforma napoleónica fortificaron las bases de la cultura secular actual, teniendo como fundamento la ruptura entre la fe y la razón y la laicización de las instituciones políticas, educativas y sanitarias (Arias, et al., 2013).

En el siglo XIX diversos hechos generaron polémica y tensión entre visiones científicas e interpretaciones bíblicas, como ejemplo los datos que se contradecían respecto a la fecha de la creación y la teoría evolucionista de Darwin. Actualmente se acepta cada vez menos antagonismo entre ambos pareceres, incluso dentro de la Iglesia Católica, Juan Pablo II habló de una *creación evolutiva* (Florenzano, 2010).

De otro lado, Karl Marx, desde el discurso de lo alienante y desde una perspectiva económica, representa a la religión como conciencia invertida del mundo y como droga intelectual que obstaculiza el la emancipación y el compromiso social. Asimismo, Friedrich Nietzsche, desde la filosofía, considera la religión como algo que altera la personalidad y a la idea de dios como negación de la vida (Valiente, 2013).

Con el correr del tiempo la espiritualidad se ha ido secularizando y diversificando, mientras que la espiritualidad cristiana refiere un espíritu de santidad, la espiritualidad racional contemporánea opta por partir de la experiencia existencial de cada individuo (Arias, et al., 2013). En ese sentido, en la actualidad se crean diariamente

entre dos o tres movimientos religiosos, llegándose a registrar en la actualidad alrededor de diez mil religiones (Valiente y García, 2010).

Respecto al campo de la psicología, en el pasado milenio se buscó diferenciar el conocimiento científico del religioso o espiritual, desligando a la religión de la psicología, por considerar que al tratarse de cuestiones de fe se encontraba más cercana a la filosofía y a la moral, dejando de ser un tópico científico (Uresti, et al., 2011).

La espiritualidad y religiosidad han sido objeto de estudio dentro de la psicología de la religión, que forma parte de la psicología aplicada y también de la ciencia de la religión y abarca diversas manifestaciones relacionadas con la práctica religiosa. Entre los primeros que tocaron el tema de la religiosidad está Friedrich Schleiermacher con su obra *Psychologi* en 1862. Sin embargo, el punto de quiebre fue de William James, que incluye lo espiritual como una realidad para su estudio científico (Valiente, 2013). En su obra *La variedad de la experiencia religiosa* de 1902, establece dos distinciones, primero entre la concepción de la religión como una institución frente a concebirla como una práctica personal. En segundo lugar, también distingue entre una religiosidad saludable y otra enfermiza. Además, señala que en las denominadas experiencias religiosas intervienen factores emociones, cognitivos y conductuales (Quiceno y Vinaccia, 2009).

Desde otra visión, Sigmund Freud, considera a la religión como neurosis obsesiva universal y desarrolla la tesis de que existen raíces psicopatológicas en los fenómenos religiosos, así, equipara a la religiosidad como un síntoma de inmadurez psicológica (Valiente, 2013). Es así que, en su obra “*Tótem y Tabú*” (Freud, 1913) indica que la religión mantiene asombrosas similitudes con la neurosis, refiriendo que esta surge de la conciencia de la culpabilidad de los hijos y como una manera de aplacar este sentimiento y reconciliarse con el padre a través de la obediencia retrospectiva. Además, añade que en el complejo de Edipo coinciden los inicios de la religión y este complejo se constituye

en el nódulo de todas las neurosis. Sin embargo, también es importante acotar que Freud en principio, consideraba a la religión como valiosa para la sociedad, en el proceso de domesticación de los instintos destructivos; sin embargo creía que era negativa cuando el individuo se encontraba esclavizado por ésta (Paloutzian y Kirkpatrick, 2005; citados por Yoffe, 2007).

Otros autores quienes mostraron las primeras contribuciones científicas a la psicología de la religión fueron Edwin Starbuck, Stanley Hall y George Coe. En el siglo veinte también se encuentran Alfred Adler, Carl Jung, Daniel Baston, Gordon Allport, Erich Fromm, Viktor Frankl y Abraham Maslow, quienes enfatizan las prácticas y experiencias religiosas y las categorizan ya sea como medio de crecimiento y motivación o en su defecto como medio de enajenación del hombre (Quiceno y Vinaccia, 2009). Esto se especifica en la tabla 2.

Por ejemplo, Allport en 1950 publica *El individuo y su religión*, libro que trata sobre como las personas usan la religión y distingue entre religiosidad madura, donde el individuo es dinámico y con mente abierta a diferentes perspectivas, de una religiosidad inmadura, donde la persona se muestra egoísta, sin embargo, posteriormente las redefiniría como religiosidad intrínseca y extrínseca (Quiceno y Vinaccia, 2009).

En el año 1959, comienza a andar en la American Psychiatric Association la Asociación Católica Americana de Psicología a la cual se le asignó la división 36. En 1970 se renombró como Psicólogos Interesados en Temas Religiosos, y es ya en 1992 que empieza a llamarse Psicología de la Religión (Nervi, 2011). Actualmente la División 36 se denomina Sociedad para la Psicología de la Religión y la Espiritualidad y busca promover la aplicación de métodos de investigación y marcos interpretativos a diferentes formas de religión y espiritualidad; alienta incorporar dichos resultados a entornos clínicos y demás; y fomenta el diálogo constructivo e intercambio entre el estudio y la

práctica y entre las perspectivas religiosas y las instituciones. Se define como no sectaria y acoge la participación de profesionales que consideran a la religión como factor importante del funcionamiento humano. Además, tiene un boletín trimestral con artículos originales, reseñas de libros y noticias de interés (American Psychological Association, 2018).

Tabla 2.

Autores de referencia en la historia de la psicología de la religión y aportaciones destacadas

Autor	Obra de referencia	Simbiosis “psicología – religión “
C. Jung (1875-1961)	On the Nature of the Psyche	Apreciación positiva del simbolismo asociado a lo religioso
A. Adler (1870-1937)	Individual Psychology	Superior eficacia motivacional de la religión respecto a la ciencia
G. Allport (1897-1967)	The Individual and his Religion	Religiosidad madura (intrínseca, dinámica y positiva) vs Religiosidad inmadura (extrínseca, egocéntrica y negativa)
E. H. Erikson (1902-1994)	Gandhi’ Struth	Influencia de lo religioso en el desarrollo adecuado de la personalidad
E. Fromm (1900-1980)	Psychoanalysis and Religion	Religiosidad auténtica (puede incrementar las potencialidades vs Religiosidad de práctica(tiende a fomentar el neuroticismo)
J. Hillman (1926-2011)	Re-Visioning Psychology	Punto de referencia de la aceptación de los valores religiosos en la psicoterapia
K. Pargament (1950-)	Psychology of Religion and Coping	Tres tipos de estilos religiosos para afrontar el estrés y cuatro posturas principales hacia la religión que han sido adoptadas por psicoterapeutas
R. Emmons (1958-)	The Psychology of Ultimate Concerns	El ejercicio espiritual promueve la integración de la personalidad

Nota: Adaptado de Intersecciones entre espiritualidad/religiosidad y psicología: desde la filosofía hasta la neurociencia, por C. Valiente, 2013, *Revista de historia de la psicología*, 34, p. 69.

Asimismo, en los años setenta, la espiritualidad pasa a considerarse el núcleo de una visión holística de la salud. Como ejemplos están el Modelo Hexagonal de Hettler, que considera como dimensiones del bienestar a los aspectos físicos, emocionales, sociales, intelectuales, ocupacionales y también espirituales. Así como la Rueda del Bienestar de Myers, Sweeney y Witmer, donde la espiritualidad es el núcleo, que promueve cinco tareas para la vida. Estos modelos se dirigen al funcionamiento óptimo de la salud de las personas por medio de la integración de alma, cuerpo y espíritu (Morales, 2014).

Por su parte, Pargament y Koenig (1997; citados por Yoffe, 2007) plantearon el llamado afrontamiento religioso, basándose en la concepción de afrontamiento desarrollada por Lazarus y Folkman, y lo definieron como el tipo de afrontamiento que hace uso de creencias y comportamientos de orden religioso con la finalidad de prevenir o atenuar las consecuencias negativas de eventos generadores de estrés, además para facilitar la resolución de problemas.

En las dos últimas décadas del siglo veinte se han publicado diversas investigaciones de autores como Harold Koenig, Kenneth Pargament, Pamela Reed, David Larson y Jeffrey Levin, lo cual facilitó la incorporación académica del estudio de la espiritualidad, acuñándose el término psicología de la religión y la espiritualidad, que se refiere a las experiencias, formas de participación, creencias y prácticas espirituales-religiosas, además del afrontamiento religioso, la conversión a otras religiones y la vivencia de la fe (Yoffe, 2007, p. 193).

Sobre lo anterior, Koenig (2000; citado por Navas y Villegas, 2006), indica que en la convención de 1997, denominada *La investigación científica sobre espiritualidad: un informe de consensos*, se concluyó sobre los términos religiosidad y espiritualidad,

que ambos tienen un centro sagrado, que consiste en sentimientos, pensamientos, experiencias y comportamientos que conducen a la búsqueda de lo sagrado.

Además, en el editorial del primer número de la revista *Psicología de la religión y la espiritualidad* del año 2009, se realza y se reconoce la necesidad, hasta ese momento postergada, de la psicología por comprender el papel y valor de los fenómenos espirituales y religiosos para el desarrollo de la persona y de su comportamiento (Nervi, 2011).

Ya a inicios del presente siglo, empieza a reflotar el interés por la investigación científica acerca de la religión y la espiritualidad en su asociación con la salud, mostrándose una amplia variedad de investigaciones sobre su relación con la salud física: enfermedades cardiovasculares, colesterol y cáncer, VIH/SIDA y tasas de mortalidad (Reyes, Rivera, Ramos, Rosario y Rivera, 2014). Además, se encontraron 1200 estudios empíricos, de entre estos alrededor del noventa por ciento indican una relación directa entre la religiosidad y la salud; además se ha dado un incremento de hasta seiscientos por ciento de publicaciones científicas que asocian espiritualidad y salud entre los años 1993 y 2002 (Valiente y García, 2010).

En el campo de la psiquiatría, cabe anotar que en el Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales en su cuarta edición se le atribuye a la religión y la espiritualidad el brindar soporte emocional frente al estrés (American Psychiatric Association, 1994). Asimismo, los trabajos investigativos también han sido abundantes, en la actualidad hay amplia literatura científica respecto a distintos tópicos relacionados a la religiosidad y espiritualidad, entre estos: calidad de vida, afrontamiento al estrés, depresión y suicidio, psicoterapia, comportamientos sexuales, ansiedad y abuso de sustancias psicoactivas (Reyes, et al, 2014).

2.3.2.2 Aproximación conceptual al término espiritualidad

La espiritualidad es aspecto constitutivo de toda persona, siendo un rasgo amplio y registrado en todas las sociedades (Valiente y García, 2010). Es considerada como una motivación inherente al ser humano que orienta la conducta humana hacia construir un significado personal más amplio, además se entiende como el conjunto de creencias espirituales-religiosas sobre de las realidades últimas (Piedmont, 1999; citado por Simkin y Cermesoni, 2014).

Al tomar tal importancia la espiritualidad se encuentra estrechamente ligada a aspectos centrales del ser humano, en ese sentido Piedmont, (2001; citado por Simkin y Cermesoni, 2014) la considera como un sexto factor de personalidad dentro de la teoría de los cinco factores, de la misma manera Saucier y Goldberg (1998; citados por Simkin y Cermesoni, 2014) observaron que la espiritualidad mantiene una presencia moderada en el léxico de las personas. En la misma línea, dado que tiene que ver con cómo los individuos crean sentido último de su vida, Allport (1986) la considera como un aspecto central de la organización de la personalidad.

Etimológicamente, el vocablo espiritualidad viene del latín “espíritu” (pneuma) que significa respiración, entendida como vitalidad, y en lo relacionado al alma, se denota la capacidad de trascendencia (Arias, et al., 2013). La espiritualidad ha sido definida por diversos autores entre los cuales se citan a continuación:

Para Piedmont (2001; Simkin y Cermesoni, 2014), la espiritualidad representa una capacidad humana universal de permanecer fuera de la propia existencia inmediata y ver la vida desde un todo más integrador más amplio.

Langle (2008) la define como una apertura vivencial, una dimensión que atraviesa o un estrato que sostiene al hombre y a su existencia en las cuatro condiciones fundamentales (poder ser, el deseo de vivir, el permitirse ser de determinado modo y el

deber actuar) que él puede sentir como lo originario para el propio ser persona y para la propia existencia, y en lo que él siente que está su última seguridad.

Desde la teoría de las inteligencias múltiples, la llamada inteligencia espiritual viene a estar inserta en la inteligencia existencial, y consiste en la capacidad para ubicarse uno mismo en relación al cosmos, además se asocia a rasgos existenciales del ser humano, como son el sentido de la vida, el significado de la muerte, el amor y el arte (Gardner, 2001; citado por Valiente y García, 2010, p. 226).

Para Reed (1991; citado por Rodríguez, Fernández, Pérez y Noriega, 2011, p. 31) la espiritualidad es la capacidad de autotranscendencia que permite a las personas ampliar las fronteras personales y orientarse hacia actividades y objetivos más allá de sí mismo, sin negarse el valor del ser en el contexto presente y favoreciendo su propia maduración.

Mytko y Knight (1999; citados por Rodríguez, Fernández, Pérez y Noriega, 2011, p. 31) la definen como el conjunto de sentimientos que conectan al individuo consigo mismo, con la comunidad, la naturaleza o el propósito de vida en la búsqueda de su significado y valor, incluyendo un estado de paz y armonía

La espiritualidad es la disposición refleja y práctica del individuo, a considerar su propia realidad (a nivel personal, relacional y socio-cultural) dentro de un marco de referencia que puede consistir en una referencia primordial a algo, un valor, una imagen mental, o a alguien a quien se denomina Dios. En ambos casos se está indicando una dimensión experiencial que, constituye a la persona que confiesa tenerla (Andrade, 2010).

La espiritualidad es la forma como las personas entienden y viven su vida, en la búsqueda de su significado y valor, incluyendo un estado de paz y armonía (Navas y Villegas, 2006, p. 32).

La dimensión espiritual conecta a la persona con el mundo, provee un significado y sentido a la existencia, además establece un puente común entre los individuos pues los trasciende y les permite compartir sus sentimientos (Arbelaez y Alvarez, 1995, p. 80).

Como se observa y coincidiendo con lo mencionado por Elkins (1990; citado por Chávez, 2014, p. 24) la espiritualidad es una dimensión de la experiencia humana que incluye los valores, actitudes, perspectivas, creencias y emociones.

Por su parte, Rodríguez (2011) indicó que para facilitar la coincidencia en bases comunes entre diferentes culturas la definición de espiritualidad debe incluir necesidades humanas consideradas como universales, tales como encontrar propósito a la vida, la esperanza y voluntad de vivir y creer en uno mismo, los demás o en Dios.

Luego de lo anteriormente expuesto, una definición más amplia la proporcionan Parsian y Dunning (2009, p. 100) para quienes la espiritualidad es una experiencia única de los individuos que influencia su pensamiento y sus percepciones acerca de la salud, la familia y la vida. Se refiere a las creencias acerca del significado de la vida que puede encontrarse a través de la relación con el yo interno y las relaciones armoniosas con las otras personas y con la naturaleza. Asimismo se relaciona con la identidad interior, el sentido de vida y la conexión con el ser interior, el entorno y el universo entero, abarcando las dimensiones de autoconciencia, creencias espirituales en la vida, prácticas y necesidades espirituales. En ese sentido, esta definición es la que se asumirá en la presente investigación, puesto que como mencionan los autores, busca abarcar más allá del aspecto religioso, considerando lo relacionado al sentido de vida en su concepción más amplia.

2.3.2.3 Aproximación conceptual al término religiosidad

La psicología de la religión durante el siglo diecinueve estuvo influida por perspectivas filosóficas y biológicas, ya a inicios del siglo veinte, James estudia la experiencia religiosa de la persona madura, empezando el estudio de la religiosidad como un hecho cognitivo (Franca-Tarrago, 2003; citado por Escudero, 2007). Freud a inicios del siglo veinte concibe a los fenómenos religiosos como síntomas neuróticos (Moritz, 2012). Wundt considera dentro del campo de estudio de la psicología a la religión, enmarcada en la psicología de los pueblos, y siendo sometida al método genético-comparativo (Wilhelm, 1969).

Entre las teorías psicológicas de la religiosidad, Franca-Tarrago (2003; citado por Escudero, 2007) las clasifica en cuatro tradiciones:

La tradición instintiva postula que el hombre tiene un instinto religioso que es innato, no aprendido y de origen biológico. Carl Jung menciona el arquetipo de Dios, que se encontraría en todas las culturas dado que preexiste un modelo, disposición hereditaria, o estructura universal de la Paternidad Divina. Por su parte, Fromm señala que en los seres humanos hay una necesidad implícita de creer, o llamada también de búsqueda de sentido. De acuerdo a esta postura, la religión encuentra sus raíces en el mismo ser humano de manera universal, por lo cual las personas se acogen a un conjunto de valores y los desarrolla.

La tradición defensiva-protectiva señala que la religión se origina en la debilidad del hombre y en sus miedos. La creencia en la religión se origina en la ansiedad que causa la culpa moral. Charcot y Janet consideran a las experiencias religiosas principalmente en el campo de la neurosis y la histeria (Wilhelm, 1969). De la misma manera, el psicoanálisis de Freud, considera a religión como neurosis originada en conflictos instintivos no resueltos (Katz y Katz, 1960). Para Freud (1977) la imagen de

dios es una representación de la imagen del padre carnal. Por lo anterior, la actitud que cada uno asume frente a dios dependerá de la relación real con su padre carnal, es decir dios vendría a ser la sublimación del padre (Katz y Katz, 1960).

La tradición de crecimiento-realización plantea que la religión es una energía productora de cosas buenas. La fe se concibe como pugna por un ideal elevado, elevar el desarrollo personal y una actitud positiva hacia los semejantes, todo lo que conlleva a la integración de la personalidad. Así, en la religiosidad la personalidad se reorganiza en función a valores que se consideran cardinales. Maslow ve en las llamadas “experiencias picos”, características atribuidas a experiencias religiosas, pero que estas son una experiencia mundana de autorrealización. Para Frankl, la búsqueda de sentido o significado es lo más característico del ser humano y la autorrealización es la consecuencia de haber encontrado un significado fuera de uno mismo. Por su parte, Adler ve en la práctica religiosa y específicamente en la fe, posibilidades de compensación y sobrecompensación del sentimiento de inferioridad (Katz y Katz, 1960).

La tradición cognitivo – social concibe a la religiosidad como un hecho cognitivo más. Para William James las fundaciones de las religiones están basadas en la experiencia personal e individual. Considera a la conducta religiosa como propia del ser humano y por consiguiente normal, además que tiene una función importante estabilizadora, siendo interior, subjetiva y tomando como aspecto decisivo a los sentimientos.

Es conveniente distinguir religión de religiosidad. Es así que la Real Academia de la Lengua Española (2014) define a la religión como el conjunto de creencias o dogmas acerca de la divinidad, de sentimientos de veneración y temor hacia ella, de normas morales para la conducta individual y social y de prácticas rituales, principalmente la oración y el sacrificio para darle culto. Como se observa la religión hace referencia a

realidades religiosas objetivas o explícitas, tales como normas morales y prácticas rituales, mientras la religiosidad es la forma subjetiva de su apropiación, es decir, es la expresión psíquica y personal de la religión (Griffa y Moreno 1999). Es así que, la psicología de la religión se ocuparía del estudio de la religiosidad, como forma subjetiva y personal de apropiación de la religión (Escudero, 2007).

En cuanto a las formas de clasificar la religiosidad, diversos autores suelen dividir las experiencias de religiosidad como falsas y verdaderas. Fromm (1947) diferencia la fe racional de la irracional, estando la fe irracional basada en la sumisión emotiva del individuo a una autoridad, mientras que, por el contrario, la fe racional, se basa en la actividad productiva de tipo intelectual y emocional del cual deviene una convicción más firme.

De otro lado, Clark plantea al comportamiento religioso subdividido en tres formas: el primario, que vendría a ser la verdadera experiencia interna que lleva al creyente hacia una actividad orientada a armonizar su vida con dios y a complacerlo; el secundario, que siendo anteriormente primario y vital, actualmente se aprecia como carente de estimulación y se ha vuelto rutinario y habitual; y el terciario, ya degenerado en la sola aceptación de ritos religiosos dictados por otros (Drakeford, 1980).

Dentro de la tradición cognitivo social, Allport, inicialmente, diferencia entre religiosidad madura e inmadura, sin embargo, cerca a los años sesenta, empieza a referirlas como religiosidad externa o extrínseca e interna o intrínseca. La religiosidad extrínseca es únicamente utilitaria, lo que quiere decir que usa a la religión como un medio para distintos fines, por otro lado, la religiosidad interna o intrínseca concibe a la religión como un fin en sí misma, torna plena la totalidad de la vida, agregando motivación, energía y sentido, por consiguiente, no se encuentra limitada a una sola parte de la vida del creyente (Franca-Tarrago, 2003; citado por Escudero, 2007).

La religiosidad externa o extrínseca funciona como un medio para satisfacer diferentes necesidades no necesariamente religiosas, pudiendo ser un vehículo para lograr tranquilidad o ayuda social. Generalmente se le suele asociar a pensamientos dogmáticos y prejuicios en contra de individuos que no comulguen con los principios de su religión. Por otra parte, La religiosidad interna o intrínseca, es característica de una personalidad integral que mantiene una concepción unificada de la vida, se experimenta de manera profunda y se reviste de un carácter ético-filosófico (Allport, 1962).

2.3.2.4 Diferencia entre los conceptos de espiritualidad y religiosidad

La espiritualidad y la religiosidad son conceptos que pueden ser analizados científicamente, como fenómenos psicológicos per se, que se sostienen a través de un correlato cognitivo y emocional. De la misma manera, se puede argumentar desde la ciencia sobre cuestiones relacionadas a lo religioso, sin necesariamente emitir un juicio o valoración, ni tener que definirse personal y ontológicamente sobre la existencia de Dios (Valiente y García, 2010).

Ambos conceptos suelen usarse de forma indistinta, sin diferenciarlos, en ese sentido plantear una distinción entre ambos es una labor compleja. Al respecto Piedmont, Ciarrochi, Dy-Liacco y Williams (2009; citados por Nervi, 2011) hicieron algunas investigaciones psicométricas profundas para analizarla la relación que mantienen, así encuentran, que son constructos correlacionados, cada uno explica suficiente varianza como para poder ser evaluados de forma separada y cada constructo manifiesta un poder explicativo significativo. De lo anterior, se deduce que no pueden ser fusionados como uno solo y que no son variables intercambiables, ya que regularmente, se daba la situación de que una de ellas era buen predictor de alguna variable y la otra no funcionaba igual, a pesar de eso, parecen ser predictores complementarios.

Por su parte, Valencia y Zegarra (2014) mencionan que en la convención “Investigación científica sobre los estudios de espiritualidad: un informe de consensos” en 1997, se buscó esclarecer la distinción entre religiosidad y espiritualidad como unidades de la religión, en este contexto, se llegó a considerar a la espiritualidad como un fenómeno más individual y a la religión más vinculado a la comunidad.

Una vez dilucidado el hecho de que son conceptos distintos, cabe mencionar que a lo largo de la historia han sido concebidos como términos contrarios, generalmente se ha enfocado a la religiosidad como estancada, corporativa, objetiva y en general como algo negativo; en contraposición a la espiritualidad como flexible, dinámica, personal, subjetiva, basada en la experiencia personal, en general como una cualidad positiva (Zinnbauer, Pargament y Scott, 1999; citados por Etchezahar y Simkin, 2013). Sin embargo, para algunos autores (Pargament, 1997; citado por Yoffe, 2013) la religión puede reflejar cualidades tanto institucionales como personales.

En ese sentido, Zinnbauer, Pargament y Scott (1999; citados por Simkin, Etchezahar, Rodríguez y Gonzales, 2011) definen la espiritualidad como la conciencia de que existe algo inexplicable, considerado como superior e intangible, y por su parte la religiosidad, parte de un marco tradicional que se vehiculiza mediante instituciones. Ambos se dirigen a la búsqueda de lo sagrado, pero la religiosidad lo hace bajo un contexto que encierra un cúmulo concreto de valores, creencias y prácticas centradas en torno a marcos institucionales explícitamente normalizados e inmersos en determinadas culturas.

Por su parte, Koenig, McCullough y Larson (2001; citados por Valencia y Zegarra, 2014, p. 57) definen la espiritualidad como la búsqueda personal para entender las respuestas a las últimas preguntas sobre la vida, su significado, y la relación con lo sagrado o trascendente, que puede o no conducir al desarrollo de rituales religiosos y la

formación de una comunidad, mientras que la religiosidad se refiere a un sistema organizado de creencias, prácticas, rituales, y símbolos diseñados para facilitar la cercanía a lo sagrado o trascendente que puede ser Dios, un poder más alto, la verdad o la realidad última.

En la misma línea, Rivera y Montero (2005, p. 53) señalan que la religiosidad se vive en lo social como un cuerpo de conocimientos, comportamientos, ritos, normas y valores que rigen la vida de sujetos interesados en vincularse con lo divino, a través del adoctrinamiento y la congregación con otros, siendo de naturaleza social; es un soporte socio-cultural de la espiritualidad. Agregan que la espiritualidad es singular y personal, trasciende lo biológico, psicológico y social, siendo un estado interno caracterizado por un sentimiento de integración con la vida y el mundo. Así, la espiritualidad es un proceso funcional dinámico que se desarrolla en la singularidad del sujeto y que posteriormente puede expresarse en lo social, es decir a través de la adherencia hacia alguna religión.

El Fetzer Institute (2003; citado por Yoffe, 2013), sostiene que la espiritualidad alude a una experiencia personal y está más relacionada con lo trascendente, que puede estar o no enraizado en una tradición religiosa formal. Añade que la espiritualidad se pregunta por cuestiones cardinales como el significado de la vida, que está presente más allá de lo que se observa o se puede comprender a través de los sentidos.

A lo ya mencionado, Sheldrake y Fox (1996) agregan que la cualidad inherente de la religión es la espiritualidad y que una real experiencia espiritual debe incorporar un culto anime a las personas en vez de aburrirla, que la autorice y capacite para ello y que haga sobresalir las particularidades de la comunidad. Siguiendo esta perspectiva también añaden la idea de una “naturaleza viva” y que esta concepción puede modificar costumbres en la forma de pensar que están hondamente arraigadas, apuntando a un nuevo tipo de ciencia y a un nuevo entendimiento acerca de la religión. Además, amplia

su visión al mencionar que tanto en la ciencia como en la religión está sumida un fuerte sentido de la unidad fundamental, que se expresa en la búsqueda de una teoría del campo unificado y tentativas de concebir el campo esencial del cosmos y la primera fuente de la energía (Sheldrake, 1990).

Según lo recogido por Etchezahar y Simkin (2013) en medio de estas disquisiciones se pueden plantear diferentes posturas: 1) algunas personas se autodefinen como religiosos, a través de un orden institucional; 2) otros se autodefinen como espirituales pero no religiosos, mostrando mayormente que valoran negativamente aquello que representa la religión, 3) y finalmente quienes se conciben como escépticos de toda forma de creencia acerca de la trascendencia.

Mientras que la mayoría de las personas se autodefinen como religiosas y espirituales a la vez, una menor proporción se denomina espiritual y no religiosa, ya que ve en la espiritualidad una forma activa de contraponerse a las religiones tradicionales y más organizadas (Paloutzian y Park, 2005; citados por Yoffe, 2013).

Se puede deducir que ambos constructos son concebidos como fuerzas motivacionales y como virtudes, así, en el caso de la religión la meta hacia la cual la motivación se dirige es la concepción Dios, mientras que la espiritualidad, se asocia más a la trascendencia de uno mismo (Nervi, 2011). Sin embargo, si bien es claro que la espiritualidad puede con facilidad relacionarse con la religiosidad, la espiritualidad presenta una semántica más amplia, dado que asume una asociación extensa con lo trascendental, ya sea desde la religiosidad, o también por medio de experiencias propias del arte, la filosofía, entre otras (Valiente y García, 2010).

De esta manera, la espiritualidad se refiere básicamente a un conjunto de acciones y sentimientos que se originan en relación con concepciones sobre lo sagrado, lo que no necesariamente se encuentra unido a un culto o comunidad religiosa, siendo más amplia

que la religiosidad, y por lo tanto, puede presentarse fuera de esta, es decir lo espiritual trasciende a la religión como institución (Nervi, 2011, p. 5).

Sin embargo, es claro de que entre las distintas expresiones de lo espiritual, la más destacada es la religiosidad (Valiente y García, 2010). Así, la espiritualidad vendría a ser la experiencia fundamental de cualquier religiosidad, una religiosidad sin espiritualidad, pasa por alto lo esencial de esta (Langle, 2008).

La espiritualidad es una categoría más amplia, que contiene fenómenos que van desde eventos ocurridos en el contexto de las religiones, hasta las experiencias de personas o comunidades que se dirigen hacia lo sagrado exteriormente a los sistemas sociales y culturales comúnmente determinados (Simkin, Etchezahar, Rodríguez y Gonzales, 2011).

En resumen, ambos conceptos son distintos aunque están altamente relacionados y ambos se asocian a la trascendencia. La espiritualidad tendría un sentido más amplio, que puede incluir a la religiosidad. Así, en una persona pueden darse de forma gruesa, cuatro posturas: la de una persona espiritual y a la vez religiosa, la de una persona únicamente espiritual sin participación en ninguna religión en particular, la vivencia de la religiosidad sin el sentido espiritual, la cual se define como una religiosidad vacía, y finalmente personas que no se adhieren a ningún tipo de creencia sobre la trascendencia.

2.3.2.5. Espiritualidad, religiosidad y salud mental

La asociación entre la espiritualidad y religiosidad con la salud mental se han estudiado con mayor profundidad en comparación a la salud física (Valiente y García, 2010). En ese sentido, la naturaleza de la relación existente entre estas variables demuestra, a grandes rasgos, mayor evidencia de una relación positiva de la espiritualidad y religiosidad con la salud mental, sin embargo más allá de estos

resultados aparentemente concluyentes, se debe hacer hincapié en las diferentes formas cómo la religiosidad y espiritualidad se manifiestan.

Entre quienes conciben a estas variables como factores asociados a una adecuada salud mental, se encuentra Rodríguez (2011) quien indica que en personas con mayor espiritualidad y religiosidad, la respuesta y recuperación a trastornos depresivos es mejor y más corta; un alto nivel de espiritualidad y religiosidad se asocia a menor suicidio; y los adictos a sustancias con mayor nivel de espiritualidad y religiosidad muestran menos recaídas. Añadiendo que, la espiritualidad y la religiosidad impulsan mecanismos psicológicos o brindan apoyo de índole social, que resultan beneficiosos para el bienestar.

De acuerdo a Wink y Dillon (2003; citados por Navas y Villegas, 2006) la religiosidad y espiritualidad conllevan al bienestar; en ese sentido, la religiosidad promueve contactos interpersonales positivos, genera compromiso de la persona con su comunidad y mayor productividad; y la espiritualidad motiva hacia el desarrollo personal y el participar en actividades creativas o de superación.

Asimismo, Valiente y Barroso (2013; citado por Valiente, 2013) encontraron que existe menos síntomas psicológicos y psicosomáticos en personas con mayor nivel de religiosidad, relacionado a un estilo de afronte que se caracteriza por el mayor uso de estrategias de aproximación que de evitación.

En esa misma línea, Hill y Pargament (2003; citados por Salgado, 2014) señalan que las creencias espirituales pueden brindar apoyo y estabilidad en momentos críticos de la vida, proveer una sensación de un último sentido, incluso en situaciones de elevado estrés, dotando de una filosofía integradora de la vida.

Por otro lado, la asociación de la religiosidad a aspectos negativos para la salud mental ha sido desarrollada por Freud quien, en principio, consideraba a la religión como

valiosa para la sociedad, en el proceso de domesticación de los instintos destructivos; sin embargo creía que era negativa cuando el individuo se encontraba esclavizado por ésta, describiéndola como la neurosis obsesiva universal (Paloutzian y Kirkpatrick, 2005; citados por Yoffe, 2007). Igualmente, Ellis la concibió como un factor negativo que actúa en contra del crecimiento, libertad y actualización. Para él, el pensamiento religioso se correlaciona con la perturbación mental, y es equivalente al pensamiento irracional; de manera que cuanto menos religioso, más emocionalmente saludable es la persona (Yoffe, 2007).

Coincidiendo en este punto, Morales (2012) menciona que cuando la religión es rígida, inflexible, limitante y restrictiva, puede crear fanatismo y tiene el potencial de promover el prejuicio y discriminación. Además, se vincula a la psicopatología cuando usa únicamente explicaciones religiosas, y excluye otro tipo de explicaciones. De esta manera, el uso exclusivo de recursos religiosos en circunstancias que requieren iniciativa humana es un error de control religioso, porque se renuncia al control personal, en las circunstancias donde se le requiere. En ese sentido, Rodríguez (2011) añade que existen estilos atribucionales asociados a la religión, como la sola espera pasiva de que las situaciones problemáticas se resuelvan espontáneamente sólo por medio de un milagro, este tipo de estilos son negativos para la salud global.

Lo anteriormente mencionado, encuentra mayor fundamento cuando se habla de un tipo de religiosidad extrínseca, en esa línea, quienes viven la religiosidad extrínsecamente tienen mayores niveles de depresión y baja satisfacción hacia su vida (Burris, 1999; Hodges, 2002; Maltby y Day, 2000; citados por Scharron del Río, 2010). Además, Exline, Yali y Sanderson (2001; citados por Scharron del Río, 2010) encontraron que la presencia de estresores religiosos se asocia a más altos niveles de depresión y propensión al suicidio, asociada al miedo y culpa religiosa, de esta manera el

percibir a dios como una entidad castigadora y vengativa, se ha relacionado a mayor presencia de síntomas psiquiátricos.

Un punto que puede dilucidar lo anterior, es el asumido por James y Wells (2003; citados por Simkim, 2010) quienes refieren que la asociación entre religiosidad y salud mental depende de dos mecanismos cognitivos y conductuales: En primer lugar, las creencias religiosas, vistas como esquemas, proporcionan modelos genéricos mentales que sirven de base para la evaluación de los eventos de la vida; y en segundo lugar estas creencias brindan una base para la autorregulación del proceso de pensamiento, los cuales pueden ser saludables o no, en función a su forma y contenido. Pudiendo coincidir, a grandes rasgos, la forma y contenido, con los tipos de orientación religiosa intrínseca y extrínseca.

Ante esta aparente discrepancia, es relevante mencionar investigaciones que han analizado grandes grupos de estudios. Así, Witter, Stock, Okun y Haring (1985; citados por Gallego, García y Pérez, 2007) luego de revisar 556 investigaciones encontraron que 28 de estos reportaban la relación entre religiosidad y contenido existencial, actitud positiva ante la vida y sentimiento de felicidad. Además, según Valiente y García (2010) investigaciones prospectivas han hallado que la actividad religiosa podría estar asociada a remisión de la depresión y que también presenta eficacia ansiolítica e incremento de la autoestima.

A su vez, Koenig, McCulloch y Larson (2001; citados por Salgado, 2014) realizaron un análisis crítico y sistemático de más de 1200 estudios empíricos y 400 revisiones que examinaban las asociaciones entre espiritualidad y religión con diversas condiciones físicas y psicológicas. Los problemas psicológicos revisados incluyeron psicosis, depresión, ansiedad y problemas de personalidad. Se observó que los beneficios que brindan la espiritualidad y la religiosidad son ayudar en la prevención, acelerar la

recuperación y promover la tolerancia hacia el padecimiento. Además, Salgado (2014) menciona estudios que hallaron que el compromiso religioso y espiritual temprano juega un importante papel en la promoción de valores prosociales y se asocia con menos actividad antisocial en niños y adolescentes.

Finalmente, luego de una exhaustiva revisión teórica y empírica, Salgado (2014, pp. 136-138) concluye con respecto a la asociación entre la espiritualidad y la religiosidad con la salud mental que:

- La religión brinda mayor sentido de propósito y sentimiento de control; sirve para predecir el altruismo y la filantropía; es una buena estrategia de afronte en la superación de dificultades. La religiosidad da mayor bienestar, sentido de vida y autorrealización, y facilita una mayor adaptación, satisfacción y ajuste marital.
- La espiritualidad se relaciona a mayor calidad de vida, sistemas inmunes fuertes, menor mortalidad y reducción de cáncer y padecimientos crónicos.
- La religiosidad y espiritualidad contribuyen a la autoestima, fortaleza personal, esperanza y a sentirse satisfecho con la vida, promueven valores prosociales, se asocian a menos uso de drogas, disminuyen la depresión, ansiedad y estrés y facilitan una mayor adaptación.

2.3.2.6 Religiosidad, Espiritualidad y Práctica Clínica

Religión y psicología son sistemas de creencias que intentan explicar la experiencia humana (Scharron del Río, 2010), por lo mismo guardan algún grado de relación. Sin embargo, en el ámbito aplicado la importancia que se otorga a esta relación es aún poco clara. Según Florenzano (2011) varios estudios indican que sólo una minoría de evaluaciones clínicas incluye elementos de espiritualidad y religiosidad. En estudios suizos y canadienses solo un tercio de las historias clínicas los considera. Entre las

razones aducidas están: poco conocimiento del tema y temor de que algunos colegas asuman una actitud negativa frente a esto. También el que la religiosidad de los profesionales de salud mental, es generalmente menor a la de sus pacientes y que son temas poco tratados en el entrenamiento, y cuando se hace, es para centrarse en sus aspectos psicopatológicos.

Por otra parte, Shafranske (2005; citado por Dasso, 2010) encontró que la espiritualidad ayudó a la solución de problemas emocionales en un 37% de casos analizados, además la religiosidad y la espiritualidad se encontraban tanto en el problema como en la solución en un 26%. De la misma manera, el 55% de los pacientes manifestaron querer tocar temas espirituales y religiosos con sus psicoterapeutas.

Aparentemente, el ámbito clínico ha aceptado lo espiritual con mayor celeridad que el académico, esto se observa en la importancia que le han concedido los clínicos en algunas encuestas (Rivera y Montero, 2007). Sin embargo, a pesar de esto O' Connor y Vandenberg (2005; citado por Korman, et al., 2011), encontraron que los clínicos valoraron como patológicas las creencias de una religión con alto número de seguidores y la cual no compartían, destacando la importancia de capacitar a los profesionales en temas de religión y espiritualidad, para evitar que sesgos personales y culturales interfieran en el juicio clínico.

Cada paciente llega a consulta con un estilo de afrontamiento religioso, algún nivel de bienestar espiritual y necesidades espirituales específicas (Valiente y García, 2010). Además, la importancia de lo espiritualidad en el paciente se hace patente en el enfrentamiento de enfermedades, apoyarse en sus creencias para darles sentido y en la relación que percibe entre tratamientos y sus creencias religiosas (Florenzano, 2011).

Desde el modelo biopsicosocial y su concepción de salud mental, se incluye el componente espiritual y religioso. Las psicoterapias corresponden al vértice psi, y es en

los componentes socioculturales donde se debe insertar la consideración de las creencias trascendentes. Esta inclusión implica el indagar sobre estos aspectos en la historia clínica, la formación de conceptos espirituales y ver cómo los cuadros clínicos son influenciados por las creencias, así como sobre el rol positivo o negativo que tiene sobre los cuadros psicopatológicos (Florenzano, 2010).

Ampliando el modelo mencionado, Sumalsy (2002; citado por Valiente y García, 2010) plantea el modelo biopsicosocial espiritual, señalando un eje bidireccional de influencias recíprocas entre el estado espiritual del paciente y su correspondiente estado biopsicosocial. La implementación de intervenciones basadas en este modelo no entra en conflicto con el pluralismo ideológico, ni tampoco consiste en fomentar el crecimiento de una religiosidad positiva. Incluir el eje espiritual en el protocolo sanitario, supone una intervención que aprovecharía el bagaje religioso positivo del paciente para potenciar sinérgicamente una intervención global y multidisciplinar (Valiente y García, 2010).

En consonancia con estos criterios, María Inés López Ibor Aliño ha incorporado en los currículos de psiquiatría elementos relacionados a la religiosidad y espiritualidad. Además en Estados Unidos, al incluir la exploración del ámbito psicosocial y cultural del paciente, se recomienda indagar sobre cómo las creencias espirituales y religiosas se han desarrollado a lo largo del tiempo. Entre las razones para hacer esta exploración se encuentran (Florenzano, 2011, p. 319-321):

- La espiritualidad y religiosidad son componentes de la sensibilidad cultural, pudiendo la cultura explicar situaciones de estrés, influenciar en la severidad del desajuste o determinar la interpretación que el paciente hace de sus síntomas, entre otros.
- La religión y la salud mental son fenómenos interdependientes. Puede haber un efecto positivo o negativo sobre la salud mental. En casos como el abuso de

sustancias, suicidio o problemas familiares la religión generalmente tiene un rol positivo.

- La espiritualidad puede ser un motivo para consulta. En el DSM V (American Psychiatric Association, 2014) se señaló que hay fenómenos de espiritualidad y religiosidad que no deben ser considerados psicopatológicos, como el dudar de la propia fe o problemas asociados a la conversión a una nueva creencia. La vida espiritual es un proceso con crisis que pueden derivar en angustia o depresión, para muchos el perder la fe es vulnerar su estructura vital.

Desde la misma concepción, Moran (1998; Rivera y Montero, 2007) señala que el Instituto Nacional de Investigación en Salud proporciona entrenamiento a psicoterapeutas en cuestiones religiosas y espirituales, adscribiéndose a la concepción de dar tratamiento a las personas concibiéndolas como una unidad biológica, psicológica, social, médica y espiritual.

Es importante mencionar que actualmente se ha acrecentado el uso intervenciones religiosas y espirituales para diversos problemas psicológicos. Estas pueden ser entendidas como técnicas laicas modificadas para incluir contenido religioso o como acciones derivadas de una práctica religiosa, como el rezo, referencia a textos sagrados, entre otros (Korman, et. al., 2011). Entre las técnicas más difundidas están la Terapia Cognitiva basada en la Conciencia Plena para la depresión (Segal, Williams y Tasdale, 2015) definida como la conciencia que emerge de prestar atención deliberadamente en el momento presente y sin juicio a las cosas tal cual son, la cual integra conciencia plena con técnicas de terapia cognitiva. Además del Spiritual Self Schema Therapy para casos de adicción, que busca un cambio del *Esquema Adicto* al *Esquema Espiritual*, esta es una terapia cognitivo conductual basada en principios del budismo y que ha sido manualizado para ayudar a las individuos adictos a utilizar sus creencias espirituales o

religiosas para activar o desarrollar un esquema del yo que sea compatible con la abstinencia y con conductas de evitación del contagio de VIH (Avants y Margolin, 2004).

Ya en detalle, Zinnbauer y Pargament (2000; citado por Rivera y Montero, 2007, p. 129) plantearon cuatro aproximaciones a lo religioso y espiritual desde el trabajo en psicología clínica, basadas en distintas suposiciones ontológicas y perspectivas sobre el papel de la religión en la orientación psicológica:

Rechacista. Niega realidades sagradas, como lo es la existencia de algún Dios. Argumenta, por ejemplo, que la religión es una idealización primitiva y defensiva, el anhelo de un cuidador todopoderoso o que las creencias religiosas son creencias irracionales producto de un funcionamiento mental o emocional alterado. Es decir, se circunscribe a la religión como una defensa o alteración de la psique.

Exclusivista. Se basa en la realidad ontológica de la dimensión religiosa de la existencia de dios. Incluye afirmaciones como *las vivencias espirituales influyen en el comportamiento humano* o *existen valores absolutos y se basan en las escrituras*. La *Palabra de Dios* ofrece la verdadera concepción de la conducta humana. La enfermedad mental es producto de problemas personales, resultado de conductas pecaminosas no perdonadas. La intervención efectiva se da por medio del *Espíritu Santo*. Se respeta la religión de los pacientes, pero únicamente dentro de la visión de realidad del terapeuta. Si el cliente no cree en esta concepción, es obligación del terapeuta llevarlo a ella.

Constructivista. Niega que exista una realidad única y absoluta pero es consciente de la capacidad de los individuos para construir realidades propias. Estas construcciones están enraizadas en experiencias, creencias y prejuicios, así como en el contexto social. La intervención es conducida dentro del sistema de creencias del cliente, el cual puede

diferir de la del terapeuta. Así, el uso de símbolos y metáforas sagradas puede parecer un acto no auténtico, en un contexto, el terapéutico, donde debería darse lo contrario.

Pluralista. Reconoce que existe una realidad espiritual absoluta, pero que permite diversas interpretaciones y maneras de llegar a ella, esta realidad se manifiesta en cada cultura de diferente manera. Se *negocia* la realidad social bajo la creencia compartida en una realidad absoluta espiritual, y se trabaja para definir las metas de la terapia e ir creando un nuevo sistema de creencias. Se estimula a los pacientes con problemas espirituales a buscar y hallar sus propias soluciones en cuanto a lo psicológico, espiritual y existencial.

Las perspectivas constructivistas y pluralistas permiten tratar un amplio rango de cuestiones religiosas y espirituales de forma efectiva y con respeto. El terapeuta debe tratar de comprender los mundos religiosos y espirituales de sus pacientes, adscribiéndose al principio ético que requiere a los consejeros proveer servicios dentro de su competencia (Rivera y Montero, 2007).

2.4 HIPÓTESIS

2.4.1 Hipótesis general

- Existe relación estadísticamente significativa entre la espiritualidad y la religiosidad con el bienestar psicológico en estudiantes de psicología de Lima Metropolitana.

2.4.2 Hipótesis específicas

- Existe relación estadísticamente significativa entre la espiritualidad y el bienestar psicológico en estudiantes de psicología de Lima Metropolitana.

- Existe relación estadísticamente significativa entre la religiosidad y el bienestar psicológico en estudiantes de psicología de Lima Metropolitana.
- Existe relación estadísticamente significativa entre la espiritualidad y la religiosidad en estudiantes de psicología de Lima Metropolitana.

2.5. DEFINICIÓN DE VARIABLES Y CONCEPTOS

2.5.1. Definiciones conceptuales.

Bienestar psicológico. Dimensión fundamentalmente evaluativa que tiene que ver con la valoración del resultado logrado con una determinada forma de haber vivido (Casullo, 2002, p. 16).

Espiritualidad. Experiencia única de los individuos que influencia su pensamiento y sus percepciones acerca de la salud, la familia y la vida. Se refiere a las creencias acerca del significado de la vida que puede encontrarse a través de la relación con el yo interno y las relaciones armoniosas con las otras personas y con la naturaleza. Asimismo, se relaciona con la identidad interior, el sentido de vida y la conexión con el ser interior, el entorno y el universo entero, abarcando las dimensiones de autoconciencia, creencias espirituales en la vida, prácticas y necesidades espirituales (Parsian y Dunning, 2009, p. 100).

Religiosidad. Forma subjetiva de apropiación de la religión, siendo ésta la expresión psíquica y personal de la religión (Griffa y Moreno, 1999).

Religiosidad intrínseca. Forma de religiosidad relacionada a las disposiciones cardinales que constituyen la característica típica de una personalidad que tiene una concepción unitaria de la vida, parece ser experimentada en un nivel más profundo y

estar infundida de un carácter ético y filosófico sin presentar los rasgos utilitarios, que consideran a la religión como un medio antes que como un fin (Allport, 1962).

Religiosidad extrínseca. Forma de religiosidad como medio para satisfacer otras necesidades, siendo un instrumento para obtener soporte social o tranquilidad. Se relaciona con el dogmatismo y prejuicios sociales en contra de otros grupos que no pertenecen a la misma religión (Allport, 1962).

Religiosidad extrínseca personal. Forma de religiosidad como medio para satisfacer otras necesidades, siendo un instrumento para obtener seguridad, protección, comodidad o alivio (Simkin y Etchezahar, 2013, p. 98).

Religiosidad extrínseca social. Forma de religiosidad como medio para satisfacer otras necesidades, siendo un instrumento para obtener soporte social (Simkin y Etchezahar, 2013, p. 98).

2.5.2. Variables de estudio

Tabla 3

Variables de estudio

Variables	Dimensiones
Bienestar psicológico	<ul style="list-style-type: none"> - Aceptación/control - Vínculos - Proyectos - Autonomía
Espiritualidad	<ul style="list-style-type: none"> - Autoconciencia - Importancia de creencias espirituales - Prácticas espirituales - Necesidades espirituales - Armonía social
Religiosidad	<ul style="list-style-type: none"> - Religiosidad intrínseca - Religiosidad extrínseca personal - Religiosidad extrínseca social

CAPÍTULO III

MÉTODO

3.1 TIPO DE INVESTIGACIÓN Y DISEÑO

Según Sánchez y Reyes (2009) la presente investigación se clasifica en cuanto a la naturaleza del problema como sustantiva, puesto que trata de responder a los problemas teóricos o sustantivos en la búsqueda de principios generales que permitan organizar una teoría científica.

Presenta un enfoque cuantitativo, puesto que usa la recolección de datos para probar hipótesis, con base en la medición numérica y el análisis estadístico para establecer patrones de comportamiento y probar teorías. Tiene un alcance correlacional, dado que se busca asociar variables mediante un patrón predecible para un grupo (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).

De acuerdo a Behar (2008) el método utilizado es hipotético deductivo, ya que se busca establecer la verdad o falsedad de hipótesis a partir de la verdad o falsedad de las consecuencias observacionales, unos enunciados que se refieren a objetos y propiedades observables, que se obtienen deduciéndolos de las hipótesis y, cuya verdad o falsedad se está en condiciones de establecer directamente.

Siguiendo a Montero y León (2005) el estudio es de tipo *ex post facto* retrospectivo con grupo único, dadas las limitaciones para el contraste de relaciones

causales por la imposibilidad de manipular variables, se estudia la *variable dependiente* para probar las posibles *variables independientes* y se incluyen participantes que además de tener determinados valores en la variable dependiente posean la mayor heterogeneidad posible en las variables potencialmente independientes.

El diseño de investigación es de tipo no experimental transeccional correlacional. Es de tipo no experimental dado que no hay manipulación deliberada de variables y sólo se observan fenómenos en su ambiente natural, es transversal puesto que los datos se recopilan en un momento único y es correlacional, ya que describen relaciones entre variables (Hernández, et. al., 2014). Asimismo, según Sánchez y Reyes (2009) el diseño es descriptivo correlacional, puesto que se orienta a determinar el grado de relación entre variables en una misma muestra y permite afirmar en qué medida las variaciones en una variable están asociadas con las variaciones en la otra.

3.2. POBLACIÓN Y MUESTRA

La población fue de estudiantes universitarios de la carrera de psicología de ambos sexos que cursan del primer a décimo ciclo con edades entre 18 años a más, de dos universidades públicas de Lima Metropolitana.

El muestreo fue no probabilístico, puesto que la elección del subgrupo de la población no depende de la probabilidad o azar sino de las características y propósitos de la investigación (Hernández, et. al., 2014). Es de tipo de juicio o intencional dado que es el investigador quien decide cuáles elementos son los más adecuados para realizar la investigación, basándose en su apreciación subjetiva sobre su representatividad (Bologna, 2011).

Criterios de inclusión:

- Ambos sexos.
- Edades entre 18 años a más
- Matriculados en la carrera de psicología dos universidades estatales
- Residen en Lima Metropolitana.

Criterios de exclusión:

- Estudiantes que presenten incompletos los cuestionarios o llenados inadecuadamente.
- Estudiantes menores de 18 años.
- Estudiantes que no estén matriculados.
- Estudiantes que no residan en Lima Metropolitana.

De acuerdo a los datos obtenidos de las oficinas administrativas de las universidades, la universidad nacional 1 tiene matriculados 675 alumnos entre primer a quinto año. De la misma manera, la universidad nacional 2 tiene 647 alumnos matriculados entre primer y quinto año. De esta forma, la población total asciende a 1322. Una vez obtenida el tamaño de la población, se estimó el tamaño de la muestra de acuerdo a la siguiente fórmula:

$$n = \frac{N \times Z^2 \times p \times q}{(N - 1) \times E^2 + Z^2 \times p \times q}$$

Donde:

n = Tamaño de la muestra

N = Tamaño de población

Z = Nivel de confianza

p = Proporción esperada

q = Proporción no esperada

E = Error de estimación máximo aceptado

El tamaño de la población fue de 1322, el nivel de confianza del 99% al cual corresponde un valor Z de 2.58, asimismo tanto la proporción observada como no esperada sería de 50% y finalmente el error de estimación será de 5%. Luego de realizar los cálculos correspondientes el tamaño mínimo de la muestra es de 442 estudiantes. La muestra quedó finalmente conformada por 504 alumnos. A continuación se describirá a la muestra de acuerdo a diferentes características.

Tabla 4.

Descripción de la muestra según universidad y año de estudios

			Universidad		
			Universidad 1	Universidad 2	Total
Año de estudios	Primer año	Frecuencia	44	47	91
		Porcentaje	17,7%	18,4%	18,1%
	Segundo año	Frecuencia	50	58	108
		Porcentaje	20,1%	22,7%	21,4%
	Tercer año	Frecuencia	57	54	111
		Porcentaje	22,9%	21,2%	22,0%
	Cuarto año	Frecuencia	55	51	106
		Porcentaje	22,1%	20,0%	21,0%
	Quinto año	Frecuencia	43	45	88
		Porcentaje	17,3%	17,6%	17,5%
Total	Frecuencia	249	255	504	
	Porcentaje	100,0%	100,0%	100,0%	

En la tabla 4 se observa que los porcentajes se distribuyen de forma cercanamente equitativa entre las dos universidades, así como para los años de estudio. El año de estudio que presenta mayor proporción es tercer año con un 22.0% de la muestra total, asimismo, el año que presenta menor proporción es quinto año con un 17.5%.

De otro lado, en cuanto al sexo, la mayor proporción de evaluados, el 64.3%, son mujeres, mientras que el 35.7% son hombres. Respecto a la edad, las edades

fluctúan entre 18 a 54 años, de los cuales el 86.7% corresponden a la etapa de adulto joven (de 18 a 24 años), mientras que el 13.3% a la etapa de adulto intermedio (de 25 a 54 años). El turno de estudio se distribuyó se forma regularmente equitativa, estando el 53.8% en el turno tarde y el 46.2% en el turno mañana. La mayoría son procedentes de Lima con un 90.7% y el 9.3% proceden de provincia. Finalmente el 62.3% se dedica únicamente a estudiar, mientras que el 37.7% estudia y a la vez trabaja.

3.3. INSTRUMENTOS Y MATERIALES

3.3.1. Ficha de datos generales

Esta ficha fue elaborada por el autor, con el fin de recolectar datos de cada participante que puedan considerarse de utilidad en relación a las tres variables estudiadas. Entre estos datos se consideran: edad, sexo, lugar de procedencia, personas con quienes vive, religión que profesa entre otros (Anexo 9).

3.3.2. Escala Age Universal I –E 12

Allport y Ross (1967; citados por Simkin y Etchezahar, 2013) construyeron la Escala de orientación religiosa (ROS) la cual presentaba propiedades psicométricas adecuadas. Sin embargo, Gorsuch y Venable (1983) reportaron que la ROS presentaba algunas limitaciones como su complejidad léxica, por lo cual construyeron otra versión de comprensión más sencilla, a la cual denominaron I - E Age Universal (IE), esta versión contenía 20 ítems y evaluaba los constructos de religiosidad intrínseca y extrínseca.

Desde su construcción, esta escala ha sufrido varias modificaciones, como reducción de ítems y su adaptación para población no religiosa. En ese sentido,

Kirkpatrick (1989; citado por Simkin y Etchezahar, 2013) en 12 diferentes muestras de sujetos de distintas religiones, encontró tres factores en vez de los dos propuestos inicialmente. De esta manera, el factor extrínseco estaría conformado por dos factores de segundo orden, extrínseca personal y extrínseca social. Esta estructura fue confirmada además por Gorsuch y McPherson (1989).

Luego de varias modificaciones Maltby (1999) llegó a construir una última versión, denominada Age Universal I – E 12 (IE 12), que constaba de 12 ítems, y que permitía distinguir claramente entre los tres factores de la orientación religiosa. Esta estructura se puso a prueba a través de modelos de ecuaciones estructurales con una muestra de 4160 evaluados de Inglaterra, Irlanda y Estados Unidos.

Esta última versión, la IE 12, ha sido adaptada al contexto argentino por Simkim y Etchezahar (2013) en una muestra de 288 estudiantes de la Universidad de Buenos Aires, de ambos sexos, de edades entre 18 a 42 años, que fueron seleccionados intencionalmente. El formato de respuesta fue en una escala likert de cinco valores y el orden de presentación de los ítems por dimensión son los que se observan en la tabla 4 (Ver anexo 13). Según refirieron los autores se consideraron los estándares metodológicos internacionales sugeridos por la Comisión Internacional de Tests (ITC, por sus siglas en inglés) para la correcta adaptación de un instrumento de un idioma a otro.

Tabla 5.

Ítems por dimensiones de la I – E Age Universal

Dimensiones	Ítems	Número de ítems
Religiosidad intrínseca	1, 3, 5, 7, 9, 11	6
Religiosidad extrínseca social	2, 6, 10	3
Religiosidad extrínseca personal	4, 8, 12	3

Nota: Adaptado de Las Orientaciones Religiosas Extrínseca e Intrínseca: Validación de la “Age Universal” I-E Scale en el Contexto Argentino, por H.Simkim, y E. Etchezahar,2013, *Revista PSYKHE*, 22, p. 101.

El análisis de la consistencia interna mediante el coeficiente Alfa de Cronbach encontró valores alfa de 0.88 para la dimensión intrínseca, 0.79 para extrínseca social y 0.87 para extrínseca personal, todos los cuales son valores adecuados.

En cuanto a la validez de constructo, previamente se realizó la prueba KMO que arrojó un valor de 0.884, además el test de esfericidad de Bartlett con un valor p menor a 0.001, todo lo cual hace factible la realización del análisis factorial. Se efectuó el análisis factorial exploratorio por componentes principales con los tres factores y con rotación Oblimin. La varianza total explicada de la escala para los tres factores fue de 70.3%, la cual se distribuyó en un 28.8% para el primer factor, 22.7% para el segundo y 18.8% para el tercero. Luego de esto se realizó un análisis factorial confirmatorio, confirmándose la estructura de tres factores y finalmente concluyendo que si bien las orientaciones religiosas se presentan como factores independientes, se relacionan entre sí de manera directa.

Para el presente estudio se realizó la validez de contenido por criterio de jueces para los 12 ítems. De esta manera, todos los ítems presentaron valores en la V de Aiken mayores a 0.80, indicando que todos resultaron válidos (Ver Anexo 1). Además, se realizó la validez de constructo mediante análisis factorial por componentes principales. El índice KMO fue de 0.950 y la prueba de esfericidad de Bartlett arrojó un valor p de 0.000, ambos indican que es pertinente realizar el análisis factorial. De acuerdo a este análisis los 12 ítems convergen en un solo factor que presenta una explicación de la varianza de 68.016% (ver Anexo 3). Respecto a la confiabilidad por consistencia interna, el valor del Alfa de Cronbach fue de 0.957 para la escala total. En cuanto a las dimensiones, en el caso de religiosidad intrínseca fue de 0.926, para religiosidad extrínseca social fue de 0.895 y para religiosidad extrínseca personal de 0.899. Todos

valores aceptables. Adicionalmente se realizaron los percentiles para la muestra de estudio (Ver anexo 6).

3.3.3. Cuestionario de Espiritualidad de Parsian y Dunning

El cuestionario fue elaborado por Parsian y Dunning (2009) en su versión original en el idioma inglés. Para la validación inicial de la versión en lengua inglesa se utilizó una muestra conformada por 160 jóvenes de Melbourne, Australia. La validez de contenido arrojó que debían retirarse tres ítems, el valor final de acuerdo entre los jueces en los ítems restantes fue de 0.88 a 1.00. La validez facial evaluada con usuarios arrojó 90% de claridad y comprensión. La validez de constructo medida mediante análisis factorial indicó que cuatro factores que explican el 62.7% de la varianza. La confiabilidad por consistencia interna fue de 0.94. El Alpha de Cronbach promedio de las cuatro escalas fue de 0.70; el test re-test no demostró diferencias según la prueba de Wilcoxon luego de ocho semanas de diferencia en la aplicación. El instrumento final consta de 29 ítems, distribuidos como se muestra en la tabla 4, y utiliza una escala de Likert de cuatro puntos, muy en desacuerdo (1), en desacuerdo (2), en acuerdo (3), muy de acuerdo (4). Consta de cuatro sub-escalas: autoconciencia, importancia de las creencias espirituales en la vida, prácticas espirituales y necesidades espirituales.

La versión en español fue desarrollada por Díaz, Muñoz y Vargas (2012) en Bogotá, Colombia. En un primer momento se realizó la traducción del idioma de inglés al español por dos traductores, luego, una investigadora que dominaba ambos idiomas revisó la versión final. Se hizo la re-traducción posterior por parte de otro traductor oficial al idioma inglés, y por último fue enviado a las autoras, quienes aprobaron esta nueva versión.

En cuanto a la validez facial el 83% de los jóvenes que participaron (n=12) evaluaron a cuestionario como claro y preciso y el 91% como comprensible. Respecto al fraseo, se ajustaron algunas palabras en once ítems, siempre buscando conservar el sentido y orientación del ítem. Los expertos señalaron que, a nivel global, la escala era clara, comprensible y precisa. En cuanto al fraseo, recomendaron realizar ajustes en palabras en nueve ítems. La validez de contenido se realizó con tres expertos. Se determinó el cálculo de razón de validez de los ítems (CVR) y el índice de contenido global del instrumento (CVI). Considerando el criterio modificado de Lawshe, todos los ítems son aceptables, puesto que la razón de validez de cada uno fue mayor a 0.58. Para el cuestionario de espiritualidad, el CVI fue de 0.90. La validez de constructo a través de análisis factorial exploratorio arrojó que el 52.60% de la varianza está explicada por cuatro factores. Se confirmó el modelo teórico originalmente propuesto y en dos de las dimensiones se planteó una diferente estructura. La confiabilidad del instrumento se realizó mediante consistencia interna, arrojando un valor Alfa de Cronbach de 0.88. La versión en español quedó conformada por 29 ítems (ver anexo 11) que se distribuyeron de la siguiente manera:

Tabla 6.

Ítems por dimensiones de la Escala de espiritualidad en la versión original

Dimensiones	Ítems	Número de ítems
Autoconciencia	1,2,3,4,6,7,8,9,10	10
Importancia de las creencias espirituales	11,12,13,14	4
Prácticas espirituales	15,16,17,18,19,20	6
Necesidades espirituales	21,22,23,24,25,26,27,28,29	9

Nota: Adaptado de Confiabilidad y validez del cuestionario de espiritualidad de Parsian y Dunning en versión española, por L. Díaz, A. Muñoz y D. Vargas, 2012, *Revista Latino-Am Enfermagem*, 20, p. 6.

Para el presente estudio se realizó la validez de contenido por criterio de jueces para los 29 ítems. De esta manera, 27 ítems presentaron valores en la V de Aiken mayores a 0.80, resultando válidos y 2 tuvieron que eliminarse, estos fueron los ítems 2 y 22 de la versión original (ver anexo 2). Por lo anterior los análisis posteriores se realizaron sin estos dos ítems. Luego, se realizó la validez de constructo mediante análisis factorial por componentes principales. El índice KMO fue de 0.940 y la prueba de esfericidad de Bartlett arrojó un valor p de 0.000, ambos indican que es pertinente realizar el análisis factorial. De acuerdo a este análisis los 27 ítems convergen en cinco factores que presentan una explicación de la varianza de 61.045% (ver Anexo 4). En ese sentido, la conformación final del cuestionario en la población aplicada es diferente a la conformación planteada inicialmente por los autores del cuestionario. Así, se adicionó un factor más, el cual está conformado por los ítems 25 y 26, a este factor se le denominó *Armonía Social*, además, los ítems 16, 17, 20 y 27 saturaron en otros factores (Ver Anexo 5). Respecto a la confiabilidad por consistencia interna, el valor del Alfa de Cronbach fue de 0.929 para la escala total. En cuanto a las dimensiones, en el caso de autoconciencia el fue de 0.884, para importancia de las creencias espirituales fue de 0.850, para prácticas espirituales fue de 0.788, para necesidades espirituales fue de 0.808 y finalmente para Armonía social fue de 0.774. Todos valores aceptables. De esta manera el cuestionario quedó conformado tal como se indica en la tabla 6. Adicionalmente se realizaron los percentiles para la muestra de estudio (Ver anexo 7).

Tabla 7.

Conformación final del Cuestionario de Parsian y Dunning

Factor: Autoconciencia	
1	Creo que soy una persona valiosa.
2	Creo que tengo tantas cualidades y defectos como los demás.
3	Tengo una actitud positiva conmigo mismo.
4	En general me siento satisfecho con la persona que soy.
5	Pienso que soy una persona compasiva y amable.
6	En general soy una persona que cree en sí misma.
7	Creo que mi vida tiene mucho significado.
8	Entiendo que incluso las situaciones difíciles tienen significado.
9	Cuando pienso en mi vida me concentro en las cosas positivas.
Factor 2: Importancia de las creencias espirituales	
10	El significado que le doy a mi vida me ayuda a establecer mis metas.
11	El significado que le doy a mi vida me ayuda a definir quién soy.
12	Mis creencias sobre el significado de la vida me sirven de guía para tomar decisiones.
13	El darle significado a mi vida es parte importante de mí.
27	Estoy desarrollando una visión muy personal de la vida.
Factor 3: Prácticas espirituales	
14	Medito regularmente para alcanzar la paz interior.
15	Leo siempre libros de crecimiento espiritual y autoayuda.
18	A menudo me involucro en programas para cuidar el medio ambiente.
19	Busco momentos para meditar sobre el significado de la vida.
20	Busco la belleza emocional y espiritual en la vida.
Factor 4: Necesidades espirituales	
16	El silencio y la soledad me permiten conocerme mejor.
17	Trato de vivir en armonía con la naturaleza y con los demás.
21	Trato de encontrar respuestas a las situaciones que me presenta la vida.
22	Trato de alcanzar la paz interior y la armonía.
23	Constantemente le busco un propósito a la vida.
24	Mi vida es un proceso de permanente cambio y está en constante crecimiento.
Factor 5: Armonía Social	
25	Busco tener un vínculo emocional fuerte con las personas que me rodean.
26	Mantener y fortalecer las relaciones con los demás es importante para mí.

3.3.4 Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS)

La escala de Bienestar psicológico fue elaborada por Casullo y Castro (2000) en una muestra de 1270 adolescentes entre 13 a 18 años de tres regiones de Argentina (Región Metropolitana, Noroeste y Patagonia). Sobre la base de las seis dimensiones de bienestar psicológico propuestas por Ryff se redactaron 36 ítems. Para la validez de contenido por criterio de jueces se entregaron los ítems a tres psicólogos y a una muestra piloto de 20 adolescentes para que establecieran el grado de acuerdo respecto a la validez. La versión final quedó compuesta por los ítems donde se encontró un 75% de acuerdo entre los jueces.

De esta manera quedaron 20 ítems, a los que se les realizó el análisis factorial por el método de componentes principales con rotación varimax. La solución final conformó cuatro factores que explican el 50% de la varianza de las puntuaciones. Los factores resultantes fueron control de situaciones, vínculos, proyectos y aceptación de sí mismo. En el proceso se eliminaron siete ítems, quedando la escala conformada por trece ítems (ver anexo 10). La confiabilidad de la escala mediante consistencia interna fue de 0.74, los valores de confiabilidad de las cuatro escalas fueron de 0.56 para control de situaciones, 0.51 para vínculos, 0.55 para proyectos y 0.50 para aceptación de sí mismo.

En Lima, Domínguez (2014) realizó el análisis psicométrico de la escala en una muestra de 222 estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada con edades entre 16 a 44 años, siendo 67 varones y 156 mujeres. Para la validez de constructo realizó un análisis factorial confirmatorio, hipotetizando el modelo de cuatro factores propuesto por la autora, usando el método de máxima verosimilitud, del análisis realizado dan cuenta de un ajuste aceptable de los datos al modelo de propuesto por Casullo (2002). De otro lado, la confiabilidad por consistencia interna de las escalas

arrojó valores de alfa de Cronbach de 0.966 para la escala total, de 0.884 para el factor aceptación/control, de 0.836 para autonomía, de 0.871 para el factor vínculos y de 0.908 para el factor de proyectos. La escala queda conformada de la forma como se muestra en la tabla 8.

Tabla 8.

Ítems por dimensiones de la Escala de bienestar psicológico

Dimensiones	Ítems	Número de ítems
Aceptación/Control	2, 11 y 13	3
Vínculos	5, 7 y 8	3
Proyectos	1, 3, 6 y 10	4
Autonomía	4, 9 y 12	3

Nota: Adaptado de Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes argentinos, por M. Casullo y A. Castro, 2000, *Revista de Psicología de la PUCP*, 28, p. 54.

Para el presente estudio, se halló la confiabilidad por consistencia interna, el valor del Alfa de Cronbach fue de 0.750 para la escala total. Adicionalmente se realizaron los percentiles para la muestra de estudio (Ver anexo 8).

3.4 PROCEDIMIENTO

Como paso previo a la recolección de datos se realizó el análisis de la validez de contenido mediante la evaluación de nueve jueces expertos de la Escala Age Universal I – E 12 y el Cuestionario de espiritualidad, a quienes se les entregó un formato con los ítems de los dos instrumentos para que brinden su apreciación acerca de si cada uno presenta o no validez. Luego de subsanadas las observaciones realizadas por los jueces se procedió a la recolección de los datos.

Para la recolección de datos, una vez preparados los instrumentos, se contactó y coordinó con los docentes de las universidades previamente seleccionadas. Luego de la autorización respectiva se inició la evaluación a los estudiantes. En el cuadernillo con

los instrumentos se consignó también la ficha con datos generales. La evaluación se hizo en una sola sesión para cada aula. Una vez ubicados los estudiantes en sus aulas se explicó brevemente el trabajo de investigación y la importancia de participar en ella, así como las instrucciones para responder los cuestionarios.

Después de obtenidos los protocolos se realizó la depuración de los cuestionarios que no cumplían los criterios de inclusión en la investigación. Luego, se calificaron los instrumentos, para su posterior ingreso a una base de datos. Finalmente se realizaron los análisis estadísticos correspondientes.

3.5 TÉCNICAS DE PROCESAMIENTO ESTADÍSTICO

Una vez concluida la aplicación de los instrumentos, se procesaron los datos mediante el programa estadístico para las ciencias sociales SPSS en su versión 23 para Windows.

En el análisis de la validez de contenido se utilizó el coeficiente V de Aiken para estimar el grado de conformidad de los jueces hacia los ítems. La validez de constructo se realizó mediante la técnica de análisis factorial. El análisis de la confiabilidad de los instrumentos se realizó mediante el método de consistencia interna, hallando el coeficiente Alfa de Cronbach, dado que todos los instrumentos se presentan una escala likert en sus ítems.

Para el análisis de las variables se empleó estadística descriptiva: media aritmética, mediana, moda y desviación estándar. Para determinar si las variables se distribuyen de acuerdo a la normalidad se utilizó la prueba de Kolmogorov – Smirov con la corrección de Lilliefors.

Para el contraste de la hipótesis general se utilizó la regresión logística binaria, dado que las variables a analizarse no se ajustan a la distribución normal. El modelo de

regresión logística binaria es un modelo que permite estudiar si una variable discreta, depende o no de otras variables (Pérez, 2004). En ese sentido, la variable bienestar psicológico se trató como dicotómica, indicando los valores 0 y 1, su ausencia o presencia respectivamente.

Para el contraste de la hipótesis de relaciones bivariadas se utilizó el coeficiente de correlación de Spearman (Rho) que es una prueba estadística usada para analizar la relación entre dos variables medidas cuando éstas no se ajustan a la normalidad estadística.

El nivel de significancia, el cual es un valor de certeza respecto a no equivocarse, que fija el investigador a priori, y está expresado en términos de probabilidad (Hernández, Fernández y Baptista, 2014), para el presente estudio fue de 0.05.

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS DE DATOS Y RESULTADOS

4.1 RESULTADOS DESCRIPTIVOS DE LAS VARIABLES EVALUADAS

4.1.1 Resultados descriptivos de la variable bienestar psicológico

En la Tabla 9 se observan los estadísticos descriptivos, que corresponden a bienestar psicológico y sus cuatro dimensiones los que se expresan en puntajes directos. Es así que, la media para bienestar psicológico es de 36.01, ubicándose en el nivel medio, lo cual sucede con las cuatro dimensiones. Respecto a la mediana de bienestar psicológico, que representa el valor que supera al 50% de los datos de la muestra, el 50% de los evaluados se ubican por debajo de 37, en cuanto a la moda, que representa el valor que con mayor frecuencia se presenta en la distribución, se observa que es de 39. Para finalizar, la desviación estándar evidencia que los puntajes con respecto a la media varían en un valor de 3.048.

Tabla 9.

Estadísticos descriptivos de la variable bienestar psicológico y sus dimensiones

	N	Mínimo	Máximo	Media	Mediana	Moda	Desviación estándar
Bienestar psicológico	504	15	39	36,01	37.00	39	3,048
Aceptación / control	504	3	9	8,48	9.00	9	,898
Vínculos	504	3	9	8,24	8.00	9	,961
Proyectos	504	4	12	11,25	12.00	12	1,055
Autonomía	504	3	9	8,05	8.00	9	1,130

En la tabla 10 se observan los niveles de bienestar psicológico y sus cuatro dimensiones en la muestra total. Así se evidencia en cuanto a la variable general que la mayoría de los participantes se encuentran en el nivel medio, siendo el 40.7%, le siguen cercanamente los que se encuentran en el nivel alto con un 36.9%, así, la menor proporción están en el nivel bajo, representando el 22.4%. Respecto a las dimensiones, el mayor porcentaje de evaluados en el nivel bajo están en autonomía con un 24.0%. Además, la mayor proporción de evaluados en el nivel alto están en aceptación / control representando el 65.7%.

Tabla 10.

Niveles de bienestar psicológico y sus dimensiones

Bienestar psicológico y dimensiones	Bajo		Medio		Alto	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%
Bienestar psicológico	113	22,4	205	40,7	186	36,9
Aceptación / Control	57	11,3	116	23,0	331	65,7
Vínculos	93	18,5	161	31,9	250	49,6
Proyectos	88	17,5	150	29,8	266	52,8
Autonomía	121	24,0	161	31,9	222	44,0

4.1.2 Resultados descriptivos de la variable espiritualidad

En la Tabla 11 se observan los estadísticos descriptivos, que corresponden a espiritualidad y sus cinco dimensiones, los que se expresan en puntajes directos. Es así

que, se observa que la media para espiritualidad es de 108.20, ubicándose en el nivel medio, lo cual sucede con las cinco dimensiones. Respecto a la mediana de espiritualidad, el 50% de los sujetos se encuentra por debajo de 108, en cuanto a la moda, se observa que es de 102. Para finalizar, la desviación estándar indica que los puntajes con respecto a la media varían en un valor de 13.773.

Tabla 11.

Estadísticos descriptivos de la variable espiritualidad y sus dimensiones

	N	Mínimo	Máximo	Media	Mediana	Moda	Desviación estándar
Espiritualidad	504	43	135	108,20	108.00	102	13,773
Autoconciencia	504	14	45	38,45	39.00	45	4,919
Importancia de las creencias espirituales	504	8	25	21,28	21.00	20	2,970
Prácticas espirituales	504	5	25	16,03	16.00	15	4,092
Necesidades espirituales	504	8	30	24,52	24.00	24	3,596
Armonía social	504	2	10	7,91	8.00	8	1,640

En la tabla 12 se muestran los niveles de espiritualidad y sus cinco dimensiones en la muestra total. Así se observa en cuanto a la variable general que la mayoría de los evaluados se encuentran en el nivel medio, siendo el 49.6%, le siguen los que se encuentran tanto en el nivel bajo como en el nivel alto con un 25.2% en cada caso. En cuanto a las dimensiones, el mayor porcentaje de evaluados en el nivel bajo están en armonía social con un 32.7%. Además, el mayor porcentaje de evaluados en el nivel alto están en necesidades espirituales representando el 29.4%.

Tabla 12.

Niveles de espiritualidad y sus dimensiones

Espiritualidad y dimensiones	Bajo		Medio		Alto	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%
Espiritualidad	127	25,2	250	49,6	127	25,2
Autoconciencia	110	21,8	247	49,0	147	29,2
Importancia de las creencias espirituales	118	23,4	247	49,0	139	27,6
Prácticas espirituales	132	26,2	226	44,8	146	29,0
Necesidades espirituales	131	26,0	225	44,6	148	29,4
Armonía social	165	32,7	233	46,2	106	21,0

4.1.3. Resultados descriptivos de la variable religiosidad

En la Tabla 13 se observan los estadísticos descriptivos, que corresponden a religiosidad y sus tres dimensiones, lo que se expresan en puntajes directos. Es así que, la media para la variable general es de 30.68, ubicándose en el nivel medio, lo cual sucede con las tres dimensiones. En cuanto a la mediana de la variable general, el 50% de los sujetos se encuentra por debajo de 30, en cuanto a la moda, se observa que es de 12. Para finalizar la desviación estándar señala que los puntajes con respecto a la media varían en un valor de 12.807.

Tabla 13.

Estadísticos descriptivos de la variable religiosidad y sus dimensiones

	N	Mínimo	Máximo	Media	Mediana	Moda	Desviación estándar
Religiosidad general	504	12	60	30,68	30.00	12	12,807
Religiosidad intrínseca	504	6	30	15,54	15.00	6	6,698
Religiosidad extrínseca social	504	3	15	6,81	6.00	3	3,248
Religiosidad extrínseca personal	504	3	15	8,34	9.00	3	3,754

En la tabla 14 se observan los niveles de religiosidad y sus tres dimensiones en la muestra total. Así se evidencia respecto a la variable general que la mayoría de los evaluados se encuentran en el nivel medio, siendo el 47.2%, le siguen los que se encuentran en el nivel alto con un 26.8%, por lo que, la menor proporción están en el nivel bajo, representando el 26.0%. En cuanto a las dimensiones, el mayor porcentaje de evaluados en el nivel bajo están en religiosidad intrínseca y extrínseca social con un 25.8% en ambos casos. Además, el mayor porcentaje de evaluados en el nivel alto están en religiosidad intrínseca representando el 27.6%.

Tabla 14.

Niveles de religiosidad y sus dimensiones

Religiosidad y dimensiones	Bajo		Medio		Alto	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%
Religiosidad	131	26,0	238	47,2	135	26,8
Religiosidad intrínseca	130	25,8	235	46,6	139	27,6
Religiosidad extrínseca social	130	25,8	264	52,4	110	21,8
Religiosidad extrínseca personal	129	25,6	243	48,2	132	26,2

4.2 RELACIONES BIVARIADAS ENTRE LAS VARIABLES EVALUADAS

4.2.1 Prueba de normalidad de las variables evaluadas

Previamente al establecimiento de las relaciones bivariadas se procedió a determinar la normalidad de las variables, con el fin de establecer la prueba estadística a utilizarse. En la tabla 15 se muestra el análisis de la normalidad para las variables bienestar psicológico, espiritualidad y religiosidad, así como para las dimensiones de cada una. Se observa en todas las variables analizadas, que los valores p son menores a 0.05, lo cual indica que ninguna de las variables se ajustan a la distribución normal. De

lo anterior, se desprende que el análisis de las correlaciones se debe realizar con el estadístico no paramétrico Rho de Spearman, dado que, en ninguno de los casos las dos variables a ser correlacionadas se ajustan al mismo tiempo a una distribución normal.

Tabla 15.

Análisis de normalidad para las variables estudiadas mediante la prueba de Kolmogorov Smirnov

	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	Sig.
Bienestar psicológico	,165	504	,000
Aceptación / control	,375	504	,000
Vínculos	,283	504	,000
Proyectos	,290	504	,000
Autonomía	,242	504	,000
Espiritualidad	,048	504	,007
Autoconciencia	,092	504	,000
Importancia de las creencias espirituales	,105	504	,000
Prácticas espirituales	,079	504	,000
Necesidades espirituales	,089	504	,000
Armonía social	,193	504	,000
Religiosidad general	,079	504	,000
Religiosidad intrínseca	,082	504	,000
Religiosidad extrínseca social	,142	504	,000
Religiosidad extrínseca personal	,119	504	,000

a. Corrección de la significación de Lilliefors

4.2.2. Relación entre espiritualidad y bienestar psicológico

En la tabla 16 se muestran las correlaciones halladas entre espiritualidad y bienestar psicológico, así como, entre las dimensiones de ambas variables. Considerando la significación estadística con un valor p de 0.05, se puede afirmar que, sí existe correlación estadísticamente significativa positiva y moderada entre espiritualidad y bienestar psicológico ($p = 0.000$; $Rho = 0.454$). En ese sentido, los evaluados que presentan en mayor medida espiritualidad, tienden a presentar mayor nivel de bienestar psicológico. De la misma manera, las correlaciones entre las

dimensiones en todos los casos son significativas al 0.05 y los grados de correlación fluctúan entre leve y moderada.

Tabla 16.

Correlación entre espiritualidad y bienestar psicológico

		Bienestar psicológico	Aceptación / control	Vínculos	Proyectos	Autonomía
Espiritualidad	Rho	,454**	,264**	,284**	,328**	,355**
	p	.000	.000	.000	.000	.000
Autoconciencia	Rho	,500**	,321**	,321**	,355**	,404**
	p	.000	.000	.000	.000	.000
Importancia de las creencias espirituales	Rho	,419**	,231**	,252**	,342**	,292**
	p	.000	.000	.000	.000	.000
Prácticas espirituales	Rho	,262**	,103*	,151**	,148**	,253**
	p	.000	.020	.001	.001	.000
Necesidades espirituales	Rho	,289**	,156**	,165**	,267**	,226**
	p	.000	.000	.000	.000	.000
Armonía social	Rho	,250**	,220**	,179**	,162**	,126**
	p	.000	.000	.000	.000	.005
	N	504	504	504	504	504

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

* . La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral).

4.2.3. Relación entre religiosidad y bienestar psicológico

En la tabla 17 se muestran las correlaciones halladas entre religiosidad y bienestar psicológico, así como, entre las dimensiones de ambas variables. Considerando la significación estadística con un valor p de 0.05, se puede afirmar que, sí existe correlación estadísticamente significativa positiva y baja entre religiosidad y bienestar psicológico ($p = 0.006$; $Rho = 0.123$). En ese sentido, los evaluados que presentan en mayor medida religiosidad, tienden a presentar mayor nivel de bienestar psicológico. Asimismo, también se observan correlaciones estadísticamente significativas, positivas y bajas entre religiosidad general con autonomía; entre religiosidad intrínseca con vínculos, proyectos y autonomía; entre religiosidad

extrínseca social con bienestar psicológico y autonomía; y entre religiosidad extrínseca personal con bienestar psicológico.

Tabla 17.

Correlación entre religiosidad y bienestar psicológico

		Bienestar psicológico	Aceptación / control	Vínculos	Proyectos	Autonomía
Religiosidad general	Rho	,123**	.015	.087	.087	,109*
	p	.006	.737	.050	.052	.014
Religiosidad intrínseca	Rho	,140**	.022	,100*	,118**	,119**
	p	.002	.626	.025	.008	.008
Religiosidad extrínseca social	Rho	,096*	.021	.058	.029	,122**
	p	.031	.642	.190	.517	.006
Religiosidad extrínseca personal	Rho	,091*	-.011	.073	.070	.062
	p	.042	.814	.099	.119	.166
	N	504	504	504	504	504

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

* . La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral).

4.2.4. Relación entre espiritualidad y religiosidad

En la tabla 18 se muestran las correlaciones halladas entre espiritualidad y religiosidad, así como entre las dimensiones de ambas variables. Considerando la significación estadística con un valor p de 0.05, se puede afirmar que, sí existe correlación estadísticamente significativa, positiva y baja entre espiritualidad y religiosidad ($p = 0.000$; $Rho = 0.233$). En ese sentido, los evaluados que presentan en mayor medida espiritualidad, tienden a presentar mayor nivel de religiosidad. Asimismo, también se observan correlaciones estadísticamente significativas positivas y entre bajas y moderadas entre autoconciencia con religiosidad intrínseca; entre importancia de las creencias espirituales con religiosidad general, religiosidad intrínseca y religiosidad extrínseca personal; entre prácticas espirituales con religiosidad general y las tres dimensiones; entre necesidades espirituales con religiosidad general y las tres

dimensiones; y finalmente entre armonía social con religiosidad general y las tres dimensiones.

Tabla 18.

Correlación entre espiritualidad y religiosidad

		Religiosidad general	Religiosidad intrínseca	Religiosidad extrínseca social	Religiosidad extrínseca personal
Espiritualidad	Rho	,233**	,256**	,182**	,192**
	p	.000	.000	.000	.000
Autoconciencia	Rho	.078	,098*	.043	.063
	p	.081	.028	.339	.161
Importancia de las creencias espirituales	Rho	,120**	,155**	.050	,092*
	p	.007	.000	.266	.039
Prácticas espirituales	Rho	,400**	,415**	,367**	,314**
	p	.000	.000	.000	.000
Necesidades espirituales	Rho	,158**	,175**	,104*	,141**
	p	.000	.000	.020	.002
Armonía social	Rho	,149**	,160**	,108*	,138**
	p	.001	.000	.016	.002
	N	504	504	504	504

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

* . La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral).

4.3. RELACIONES EN BASE A LA REGRESIÓN LOGÍSTICA BINARIA

Se utilizó el modelo de regresión logística binaria dado que las variables a analizarse no se ajustan a la distribución normal. El modelo de regresión logística binaria es un modelo que permite estudiar si una variable discreta, depende o no de otras variables (Pérez, 2004). En ese sentido, la variable bienestar psicológico se trató como dicotómica, indicando los valores 0 y 1, su ausencia o presencia respectivamente. Las variables que se consideran como parte del modelo son espiritualidad y religiosidad y fueron analizadas mediante el método Enter.

4.3.1. Modelo de dos factores principales: espiritualidad y religiosidad

En la tabla 19 se observa que el valor p (sig.) de la prueba de ómnibus respecto al modelo planteado resulta significativo al 0.05, lo cual indica que las variables seleccionadas para el análisis (espiritualidad y religiosidad) sí pueden predecir de forma significativa al bienestar psicológico.

Tabla 19.

Prueba de ómnibus sobre los coeficientes del modelo de regresión logística binaria de espiritualidad y religiosidad

		Chi-cuadrado	gl	Sig.
Paso 1	Paso	46,208	2	,000
	Bloque	46,208	2	,000
	Modelo	46,208	2	,000

En la tabla 20 se observan los coeficientes de regresión logística binaria, estos indican que el modelo de dos variables (espiritualidad y religiosidad) predice entre un 8.8% a 12.0% la presencia de bienestar psicológico.

Tabla 20.

Resumen del modelo de regresión logística binaria para la espiritualidad y religiosidad

R cuadrado de Cox y Snell	R cuadrado de Nagelkerke
,088	,120

En la tabla 21 se observa que de acuerdo a la significación del Chi cuadrado de Wald, de las dos variables del modelo, únicamente la espiritualidad resulta significativa a nivel multivariado ($p < 0.05$) para predecir la presencia de bienestar psicológico. En ese sentido, en función al valor del Exp(B) mayor a 1 se puede afirmar que, quienes tienen

alta espiritualidad tienen cuatro veces (4.060) mayor probabilidad de presentar alto bienestar psicológico.

Tabla 21.

Análisis multivariado de las variables en la ecuación de espiritualidad y religiosidad

		B	Error estándar	Wald	gl	Sig.	Exp(B)
Paso 1	Espiritualidad	1,401	,217	41,589	1	,000	4,060
	Religiosidad	,181	,218	,693	1	,405	1,199
	Constante	-,969	,126	58,854	1	,000	,379

4.3.2. Modelo de cinco factores: dimensiones de la espiritualidad

Una vez determinado que a nivel multivariado es la espiritualidad la variable que resulta significativa para predecir al bienestar psicológico, se procederá a analizar las dimensiones de la espiritualidad como variables predictoras del bienestar psicológico.

En la tabla 22 se observa que el valor p de la prueba de ómnibus resulta significativa al 0.05, indicando que las variables seleccionadas para el análisis (cinco dimensiones de la espiritualidad) sí pueden predecir el bienestar psicológico.

Tabla 22.

Prueba de ómnibus sobre los coeficientes del modelo de regresión logística binaria para las dimensiones de la espiritualidad

		Chi-cuadrado	gl	Sig.
Paso 1	Paso	57,645	5	,000
	Bloque	57,645	5	,000
	Modelo	57,645	5	,000

En la tabla 23 se observan los coeficientes de regresión logística, estos nos indican que el modelo de cinco variables (dimensiones de la espiritualidad) predice entre un 10.8% a 14.8% la presencia de bienestar psicológico.

Tabla 23.

Resumen del modelo de regresión logística binaria para las dimensiones de la espiritualidad

R cuadrado de Cox y Snell	R cuadrado de Nagelkerke
,108	,148

En la tabla 24 se observa que de entre las cinco variables del modelo, únicamente autoconciencia, las prácticas espirituales y la armonía social, resultan significativas a nivel multivariado. En ese sentido, en función al Exp(B) mayor a 1 en los tres casos, se puede afirmar que, quienes tienen alto nivel de autoconciencia tienen dos veces (2.586) mayor probabilidad de presentar alto bienestar psicológico. Asimismo, quienes tienen alto nivel de prácticas espirituales tienen una vez (1.413) mayor probabilidad de presentar alto bienestar psicológico. Y finalmente, quienes tienen alto nivel de armonía social tienen una vez (1.786) mayor probabilidad de presentar alto bienestar psicológico.

Tabla 24.

Análisis multivariado de las variables en la ecuación de las dimensiones de la espiritualidad

		B	Error estándar	Wald	gl	Sig.	Exp(B)
Paso 1	Autoconciencia	,950	,255	13,854	1	,000	2,586
	Importancia de las creencias espirituales	,346	,281	1,515	1	,218	1,413
	Prácticas espirituales	,549	,242	5,150	1	,023	1,732
	Necesidades espirituales	-,352	,276	1,629	1	,202	,703
	Armonía Social	,580	,255	5,184	1	,023	1,786
	Constante	-1,128	,134	71,262	1	,000	,324

CAPÍTULO V

INTERPRETACIÓN Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

Los resultados hallados en base a la regresión logística indican que el modelo conformado por las variables espiritualidad y religiosidad, de acuerdo a la prueba de ómnibus ($p = 0.000$), pueden explicar al bienestar psicológico, asimismo estas dos variables en conjunto explican entre un 8.8% a 12.0% la presencia de bienestar psicológico. Este resultado coincide con los planteamientos de Rodríguez (2011) para quien la espiritualidad/religiosidad pone en marcha mecanismos psicológicos y brinda apoyo social en pro del bienestar general. Además, con Valencia y Zegarra (2014) quienes señalan que la vida espiritual y religiosa está relacionada con la calidad de vida. También con Quiceno y Vinaccia (2009) quienes consideran a la religión y la espiritualidad como variables que moderan y amortiguan frente a situaciones traumáticas de la vida. Cabe agregar que en la quinta edición del Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales se reconoce a la religión y la espiritualidad como fuente de soporte emocional frente al estrés (APA, 2014).

De la misma manera, Salgado (2014) luego de una extensa revisión teórica arriba a la conclusión que la religiosidad y la espiritualidad contribuyen a la autoestima, fortaleza, esperanza y satisfacción con la vida, promueven valores prosociales, se

asocian a menos uso de drogas, disminuyen la depresión, ansiedad y estrés y facilitan una mayor adaptación. En una explicación más detallada, Wink y Dillon (2003; citados por Navas y Villegas, 2006) señalan que la religiosidad y espiritualidad conllevan al bienestar; la religiosidad promueve contactos interpersonales positivos, genera compromiso con la comunidad y mayor productividad; mientras que la espiritualidad brinda motivación para el crecimiento personal y la participación en actividades creativas o de superación.

En cuanto a los resultados de estudios metanalíticos, que analizan una gran cantidad de otras investigaciones, Witter, Stock, Okun y Haring (1985; citados por Gallego, García y Pérez, 2007), luego de revisar de 556 estudios, encontraron que 28 de estos reportaban la asociación entre religiosidad y contenido existencial, actitud positiva ante la vida y sentimiento de felicidad. A su vez, Koenig, McCulloch y Larson (2001; citados por Salgado, 2014) realizaron un análisis crítico y sistemático de más de 1200 estudios empíricos y 400 revisiones, de donde observaron que los beneficios que brindan la espiritualidad y la religiosidad son ayudar a la prevención, acelerar la recuperación y promover la tolerancia al padecimiento, todos ellos indicadores de bienestar psicológico.

De otro lado, si bien el modelo de dos variables planteado logra explicar al bienestar psicológico, en un análisis más específico, es únicamente la espiritualidad quien tiene relevancia en el modelo (Chi cuadrado de Wald = 41.589, $p = 0.000$). Luego en un análisis de las dimensiones de la espiritualidad, estas cinco logran explicar entre un 10.8% y 14.8% al bienestar psicológico y son únicamente la autoconciencia, las prácticas espirituales y la armonía social las dimensiones que resultan significativas en la explicación del bienestar psicológico. Dado que la literatura que considera a estas tres dimensiones es muy escasa, no es factible discutir directamente estos resultados

basándose en datos empíricos, sin embargo, se puede sugerir algunos conceptos que pueden estarles relacionados. En el caso de la autoconciencia, esta se refiere a la valoración personal, reconociendo las propias virtudes, manteniendo una actitud positiva ante uno mismo y frente a las circunstancias vitales. Dicha definición encuentra asociación con otros conceptos que denotan fortaleza personal, tales como el autoconcepto positivo o el optimismo, variables que presentan en la literatura amplia asociación con el bienestar psicológico. Es así que Barra (2012) en estudiantes universitarios de Chile encuentra una correlación elevada ($r=0.71$, $p<0.001$) entre la autoestima y el bienestar psicológico. De la misma manera, Sanjuan y Magallanes (2006) en un estudio longitudinal, encontraron en estudiantes universitarios de España, que quienes presentan mayor optimismo y menos pesimismo, mostraban menos síntomas físicos y depresivos que quienes presentan menor optimismo y mayor pesimismo, repitiéndose estos resultados en dos momentos de evaluación.

Las prácticas espirituales se definen como conductas relacionadas al desarrollo y crecimiento espiritual, tales como la meditación o el cuidado del medio ambiente, entre otras, las cuales de acuerdo a los resultados se relacionan a mayor bienestar psicológico. Esto coincide con lo encontrado por Yoffe (2012), quien en deudos pertenecientes a distintas religiones constató que las plegarias y la meditación colaboran en la promoción de estados positivos de bienestar psicofísico y mental. De la misma manera, Chávez (2008) en un grupo de 31 limeños practicantes de yoga, disciplina que incluye como prácticas a la meditación y la relajación, concluyó que dichos participantes presentan de forma significativa mayor bienestar psicológico en comparación a otro grupo de no practicantes. De la misma manera, es importante señalar a la práctica del mindfulness o atención plena, que ha logrado cada vez mayor aceptación en la comunidad científica,

puesto que esta técnica viene a ser una versión sistematizada de la meditación tradicional.

En cuanto a la armonía social, esta se entiende como una forma de expresión de lo espiritual mediante una conexión profunda y positiva con los demás, esta forma de expresión de la espiritualidad facilita el bienestar psicológico. Al analizar la relación entre la espiritualidad y la resiliencia, Redondo, Ibañez y Barbas (2017) también hallaron que la dimensión interpersonal de la espiritualidad se relacionaba de forma directa con la resiliencia ($p=0.000$, $r=0.363$), en un grupo de 105 pacientes ingresados a cuidados paliativos de un hospital en Madrid. De la misma manera, Barreto, Fombuena, Diego, Galiana, Oliver y Benito (2013) encontraron que el componente interpersonal de la espiritualidad correlacionaba de forma significativa e inversa con la depresión ($p<0.001$, $r=-0.301$) y la ansiedad ($p<0.001$, $r=-0.298$) y de forma directa con la resiliencia ($p<0.05$, $r=0.321$) en 121 pacientes de cuidados paliativos de Valencia, España. Cabe señalar que la dimensión interpersonal de la espiritualidad del cuestionario GES, es definida por Redondo, Ibañez y Barbas (2017) como un eje fundamental de la espiritualidad derivado de la relación de la persona con los demás al buscar relaciones de armonía y reconciliación.

Finalmente, respecto a los resultados de la hipótesis general, es importante indicar que la explicación de la varianza es relativamente baja, no llegando al 15%. Esto puede deberse al hecho evidente de que el bienestar psicológico se asocia a muchas otras variables psicológicas, y que incluso si consideráramos un amplio abanico de otras variables psicológicas la explicación no sería completa, puesto que existen variables de otro tipo, por ejemplo sociales y económicas, que muy posiblemente entren en juego. Este tipo de análisis más abarcador escapa a los objetivos de la investigación y requeriría necesariamente una aproximación multidisciplinar.

A continuación se discutirán los resultados encontrados en base a las correlaciones bivariadas. Así, en primer lugar se observa una correlación estadísticamente significativa, positiva y moderada (Hopkins, Hopkins y Glass, 1997) entre la espiritualidad y el bienestar psicológico ($p = 0.000$; $Rho = 0.454$). Indicando que los evaluados que presentan mayor nivel de espiritualidad, tienden a presentar mayor bienestar psicológico. Esto se sustenta en lo planteado por Hill y Pargament (2003; citados por Salgado, 2014) quienes indican que las creencias espirituales pueden brindar apoyo y estabilidad en momentos críticos, dar la sensación de un sentido último, incluso en situaciones de estrés, dotando de filosofía integradora de la vida. Además, en Navas y Villegas (2006) quienes luego de una revisión teórica afirman que la espiritualidad favorece estilos de vida y conductas más sanas, que se asocia a menor riesgo de enfermedad y a una actitud positiva cuando se pierde la salud. En cuanto a estudios empíricos, Morales (2014) en estudiantes universitarios de Puerto Rico encontró una correlación positiva y moderada entre la espiritualidad y el bienestar psicológico. Díaz (2012) en estudiantes universitarios colombianos halló una relación directa entre la trascendencia espiritual y el bienestar psicosocial. Y Ureña, Barrantes y Solis (2014) en personal académico y administrativo de una universidad de Costa Rica, encontraron una correlación significativa entre la espiritualidad y el bienestar psicológico.

Por otro lado, es importante caer en la cuenta que tanto la definición de bienestar psicológico como de espiritualidad comparten el componente de sentido o significado de vida, la cual podría ser el eje que une a estas dos variables y que explique porque se logra una correlación moderada, a diferencia de otras variables con las cuales el grado de asociación suele ser bajo. Queda como pendiente para futuras investigaciones se analice la asociación de la espiritualidad con otras formas de bienestar como puede ser

la calidad de vida, el bienestar subjetivo o el bienestar social, formas que por tener un distinto foco de atención no se centran en el sentido o significado de la vida. De esta manera, se podría contrastar la real magnitud que tiene la espiritualidad sobre el bienestar general.

En segundo lugar, se observó una correlación estadísticamente significativa, positiva y baja (Hopkins, Hopkins y Glass, 1997) entre religiosidad y bienestar psicológico ($p = 0.006$; $Rho = 0.123$). Indicando que los evaluados que presentan en mayor medida religiosidad, tienden a presentar mayor nivel de bienestar psicológico. Cabe mencionar que esta correlación es baja, por lo cual se debe de interpretar con mesura y considerando además la presencia de otras variables en el contexto. A la vez, este resultado coincide en cuanto a lo estadístico con el hecho de que la religiosidad no haya resultado significativa a nivel multivariado en el modelo que explica el bienestar psicológico para la muestra. A pesar de ser una correlación baja, este resultado encuentra sustentó en autores como Ferre, Gerstenblüth y Rossi (2008) quienes encontraron que los que más asisten a servicios religiosos presentan más probabilidad de estar satisfechos con su vida. Además, Sardin (2012) halló que ser practicante religioso se asocia con un mejor índice de satisfacción. Por su parte, Gómez y Cogollo (2010) señalaron a la religiosidad como una de las variables que predicen el bienestar general. Cabe mencionar también a Vargas y Martínez (2015) quienes encontraron como factores protectores frente al abuso de alcohol, el ser parte de una red social que asiste a una iglesia y el valorarla. Y finalmente, Pereyra (2011) quien halló que existe relación positiva entre religiosidad y salud física o mental, para el caso de personas con enfermedades graves o crónicas.

De otro lado, si bien de acuerdo al análisis factorial realizado la diferenciación entre los tipos de religiosidad intrínseca y extrínseca, social y personal es únicamente

teórica, se ha encontrado correlaciones significativas entre el bienestar psicológico con la religiosidad intrínseca, extrínseca social y extrínseca personal, siendo los tipos de religiosidad extrínseca las que alcanzan niveles más bajos de correlación y son prácticamente inexistentes (0.096 y 0.061 respectivamente), esta forma de religiosidad se define como un medio para satisfacer otras necesidades, siendo un instrumento para obtener soporte social o tranquilidad. Esto coincide con lo planteado por Allport (1986) al indicar que este tipo de orientación se acompaña de una conciencia moral inconstante y fragmentaria, lo cual es contrario al bienestar psicológico.

En tercer lugar y como último hallazgo en cuanto al análisis de correlaciones bivariadas se observó una correlación estadísticamente significativa, positiva y baja (Hopkins, Hopkins y Glass, 1997) entre espiritualidad y religiosidad ($p = 0.000$; $Rho = 0.233$). En ese sentido, los evaluados que presentan en mayor medida espiritualidad, tienden a presentar mayor nivel de religiosidad. La asociación entre estos dos conceptos ha sido desarrollada por Nervi (2011), quien basándose en los estudios psicométricos de Piedmont, Ciarrochi, Dy-Liacco y Williams, menciona que la religiosidad y espiritualidad están correlacionados, explican suficiente varianza para ser evaluados de manera separada y que no pueden ser fusionados como un constructo único; finalmente concluye que ambos son conceptos diferentes, pero están relacionados e incluso pueden ser complementarios. Asimismo, para Pargament (1997; citado por Yoffe, 2013) ambos conceptos se asocian a la búsqueda de lo sagrado, pero el contexto donde lo hace la religiosidad encierra un cúmulo concreto de valores, creencias y prácticas en torno de marcos institucionales explícitamente pautados culturalmente. Complementando este punto, el Fetzer Institute (2003; citado por Yoffe, 2013), sostiene que la espiritualidad alude a una experiencia personal y está más relacionada con lo trascendental, que puede estar o no enraizado en una tradición religiosa formal. Luego de lo anterior, se puede

concluir que una persona podría ubicarse a nivel general, en cuanto a su perspectiva sobre la trascendencia, en cuatro distintas posturas: la de una persona espiritual y a la vez religiosa, es decir que ha canalizado su espiritualidad a través de una religión formal; la de una persona únicamente espiritual pero que no participa en ninguna religión en particular y que asume la vivencia de lo trascendente de manera personal y laica; la vivencia de la religiosidad sin el sentido espiritual, la cual se concibe como una religiosidad vacía y únicamente utilitaria; y finalmente la de una persona que no se adhiere a ningún tipo de sentido de trascendencia en particular. Es así que, ambos conceptos pueden desarrollarse de manera armoniosa en un nuevo modelo teórico que busque explicar el, cada vez mayor, desencanto y alejamiento que las nuevas generaciones presentan respecto a las religiones tradicionales.

En cuanto a los resultados descriptivos, en el caso de la variable bienestar psicológico, se observa que el puntaje máximo posible en la escala es de 39, así, los valores de los estadísticos de tendencia central como media, mediana y moda son bastante cercanos a este puntaje máximo, siendo de 35.94., 37.00 y 38.00 respectivamente. Esto indicaría que a nivel general los evaluados tienden a puntuar alto en bienestar psicológico, lo cual coincide con los valores de las medias de los ítems hallados por Domínguez (2014), donde, siendo el valor máximo posible en cada ítem de 3, las medias de los ítems fluctuaron entre los valores de 2.2 a 2.5. Estos resultados sugieren la presencia de un alto bienestar psicológico en estudiantes universitarios, resultado que coincide con el estudio de Barrantes y Ureña (2015) en una muestra de estudiantes universitarios de la Universidad Nacional de Costa Rica, quien atribuye esta tendencia a la percepción del reconocimiento de mayores oportunidades y a las atribuciones positivas que otros hacen sobre ellos. Además, cabe destacar que el mayor porcentaje de evaluados en el nivel alto están en la dimensión de aceptación / control,

representando el 65.7%. Esto indicaría que entre las formas de concebir el bienestar psicológico es el sentimiento de aceptación de uno mismo, así como, el asumir el control sobre sí (Casullo y Castro, 2000), la forma más común o representativa en la población universitaria evaluada.

En cuanto a la variable espiritualidad, es la dimensión de necesidades espirituales la que presenta mayor porcentaje de evaluados en el nivel alto, siendo de 29.4%, esto indicaría que en la muestra de universitarios prima una forma de expresión de la espiritualidad como búsqueda de paz interior y propósito en la vida. En el sentido anterior, en lo referido a la variable religiosidad, la dimensión que mantiene el mayor porcentaje en el nivel alto es religiosidad intrínseca, estando en 27.6%, es decir, en la muestra prima una forma de religiosidad, experimentada en un nivel profundo e infundida de un carácter ético y filosófico. De otro lado, si tomamos como referencia que el puntaje mínimo posible de la escala es de 12 y el máximo de 60, y que la media, mediana y sobre todo la moda halladas, asumen valores de 30.68, 30.00 y 12.00 respectivamente, queda claro que existe en general una tendencia hacia puntajes bajos en cuanto a religiosidad, siendo incluso la moda el mínimo puntaje posible. De lo anterior se infiere que la muestra en general tiende hacia puntajes bajos en cuanto a religiosidad. Esto coincide con lo planteado por Cornejo (2012) quien señala que la aparición de nuevos modelos de espiritualidad se relaciona con la decadencia de maneras de religiosidad donde era primordial la comunidad de fe, la participación en la ritualidad colectiva y la membrecía como referente de identidad. Todas esas características asociadas a la concepción de una religión institucionalizada.

Finalmente, también es importante discutir los resultados del análisis psicométrico de los instrumentos. En el caso del cuestionario de espiritualidad, la validez de contenido arrojó que dos ítems deberían de eliminarse, estos son el ítem 2

“siento que tengo muchas cualidades”, y el 22 “realmente disfruto escuchar música”. En el caso del ítem 2 las principales objeciones de los jueces se referían a que correspondería más bien a la evaluación de otro constructo como autoconcepto, además que la redacción era ambigua. En el caso del ítem 22, las objeciones indicaban que no era un ítem que medía de forma específica la espiritualidad, en este caso las prácticas espirituales, sino que más bien estaría vinculado a muchos otros conceptos.

En cuanto a la validez de constructo, la estructura factorial encontrada es diferente a la planteada en la versión original del instrumento (Parsian y Dunning, 2009) y a la versión colombiana (Díaz, Muñoz y Vargas, 2012). La varianza explicada con cinco factores es de 61.045%. Sin embargo, la explicación de la varianza con cuatro factores reportada por los autores del cuestionario es de 62.7%, similar a la hallada que es de 57.181%, de la misma manera, también es similar a la reportada en la versión colombiana que es de 53.60%. El quinto factor hallado en esta muestra se conforma por los ítems 25 y 26, “busco tener un vínculo emocional fuerte con las personas que me rodean”, y “mantener y fortalecer las relaciones con los demás es importante para mí”, los cuales han saturado con valores altos de 0.831 y 0.808 respectivamente, diferenciándose de su factor original que era necesidades espirituales, así se configura el factor denominado Armonía social, que podría entenderse como una forma acceso a la espiritualidad mediante la conexión profunda y positiva con los demás. Este nuevo factor hallado concuerda con la dimensión interpersonal de la espiritualidad del Cuestionario de espiritualidad GES (Benito, Barbero y Dones, 2014) que también se encuentran conformado por dos ítems y se refiere a la forma de expresión de la espiritualidad mediante la relación con los demás, que incluye la necesidad de ser reconocido como persona, de amar a otros, sentir el amor de parte de los demás y reconciliarse.

De otro lado, los ítems 16, 17, 20 y 27 saturaron en otros factores diferentes a la estructura original y a la versión colombiana, esto podría explicarse en parte, debido a que en la validez de contenido, puesto que los jueces sugirieron una serie de cambios en la redacción de los ítems para que tuvieran mayor coherencia con el constructo, estos cambios en la redacción, conllevan parcialmente a cambios en el contenido de los mismos, y consiguientemente a una diferente reagrupación. Es importante mencionar además que la versión colombiana encontró una estructura diferente a la original, variando las dimensiones de prácticas y necesidades espirituales, las cuales también variaron en la presente investigación. Al respecto Díaz, Muñoz y Vargas (2012) señalaron que la espiritualidad no se ha evaluado con tanta frecuencia en adultos jóvenes y que se ha dado más en población adulta mayor y en quienes presenta dificultades médicas, asimismo, el instrumento es relativamente nuevo y aún son limitados los estudios desarrollados con él. De otro lado, la confiabilidad hallada fue de 0.929, siendo elevada y coincidente con la hallada por los autores (0.94) y con la versión colombiana (0.88).

En relación a la Escala Age Universal I – E 12, que mide religiosidad, la medición ha tenido diversas modificaciones, hasta llegar a la versión planteada por Maltby (1999) y que fue adaptada por Simkim y Etchezahar (2013) en estudiantes universitarios argentinos. Sin embargo, a diferencia de los tres factores encontrados por los investigadores mencionados, se ha hallado que la religiosidad para la muestra estudiada es un constructo unifactorial, es decir, los estudiantes universitarios no diferencian entre religiosidad intrínseca y extrínseca, ya sea social o personal, y más bien conciben a la religiosidad como una sola. Este único factor presenta una varianza explicada de 68.016%, cuyo valor es cercano al hallado por Simkin y Etchezahar (2013) pero en la explicación de tres factores, siendo de 70.3% para estos autores.

Lo anterior puede encontrar explicación en que los estudiantes universitarios evaluados, reflejan lo expuesto por Arias, et. al., (2013) quien menciona que con el correr del tiempo la espiritualidad se ha ido secularizando y diversificando, mientras que la espiritualidad cristiana tradicional implica un espíritu de santidad, la espiritualidad racional contemporánea prefiere partir de la propia experiencia existencial. Asimismo, también puede explicarse por lo expuesto por Etchezahar y Simkin (2014), quienes mencionan que un segundo momento de desarrollo de los conceptos de religiosidad y espiritualidad, se concebía a la religiosidad como estancada, corporativa y objetiva, en contraposición a una espiritualidad dinámica, personal y subjetiva (Etchezahar y Simkin, 2014). Es decir la concepción de religiosidad intrínseca ha ido perdiendo significado con el paso de los años, siendo desplazada por la concepción de espiritualidad, y la sola idea de religión se asume desde un punto de vista institucional y normativo, en especial en estudiantes universitarios, en quienes como señalan Mendoza y De la Hoz (2013) existe influencia de dinámicas sociales y académicas que conllevan dudas acerca de sus creencias religiosas, pueda ser por el ambiente de libertad que la universidad infunde o por la socialización con distintos profesores y sus planteamientos. A lo anterior, cabe agregar lo mencionado por Paloutzian y Park (2005; citados por Yoffe, 2013), quienes indican que un grupo de personas se autodefinen como religiosas y espirituales a la vez, pero otro grupo se denomina espiritual, pero no religiosa, puesto que conciben a la espiritualidad como una manera de contraponerse a las religiones tradicionales organizadas. De otro lado, se halló un coeficiente Alfa de Cronbach para la escala de 0.958, siendo elevado y similar a los valores de confiabilidad de las dimensiones halladas por Etchezahar y Simkin (2014) que son de 0.88 para la dimensión intrínseca, 0.79 para extrínseca social y 0.87 para extrínseca personal.

CONCLUSIONES

- El cuestionario de espiritualidad de Parsian y Dunning presenta validez de contenido y de constructo con una estructura de cinco factores que difiere de la original y que explican el 61.045% de la varianza. También presenta confiabilidad mediante consistencia interna con un Alfa de 0.929.
- La Escala Age Universal I – E 12 presenta validez de contenido y de constructo con una estructura unifactorial que difiere de la original y que explica el 68.016% de la varianza. También presenta confiabilidad mediante consistencia interna con un Alfa de 0.957.
- La mayoría de los evaluados se ubican en el nivel medio, en cuanto al bienestar psicológico, siendo el 40.7%
- La mayoría de los evaluados se ubican en el nivel medio, en cuanto a la espiritualidad, siendo el 49.6%
- La mayoría de evaluados se ubican en el nivel medio, en cuanto a la religiosidad, siendo el 47.2%.
- Sí existe correlación estadísticamente significativa, positiva y moderada entre espiritualidad y bienestar psicológico ($p = 0.000$; $Rho = 0.454$). En ese sentido, los evaluados que presentan en mayor medida espiritualidad, tienden a presentar mayor nivel de bienestar psicológico.
- Sí existe correlación estadísticamente significativa, positiva y baja entre religiosidad y bienestar psicológico ($p = 0.006$; $Rho = 0.123$). En ese sentido, los

evaluados que presentan en mayor medida religiosidad, tienden a presentar mayor nivel de bienestar psicológico.

- Sí existe correlación estadísticamente significativa, positiva y baja entre espiritualidad y religiosidad ($p = 0.000$; $Rho = 0.233$). En ese sentido, los evaluados que presentan en mayor medida espiritualidad, tienden a presentar mayor nivel de religiosidad.
- El modelo de dos variables (espiritualidad y religiosidad) explica entre un 8.0% a 12.0% la presencia de bienestar psicológico. Y de entre estas, únicamente la espiritualidad resulta significativa a nivel multivariado para explicar la presencia de bienestar psicológico.
- El modelo de las cinco dimensiones de la espiritualidad predice entre un 10.8% a 14.8% la presencia de bienestar psicológico. Y de entre las cinco dimensiones, únicamente autoconciencia, prácticas espirituales y armonía social, resultan significativas a nivel multivariado para explicar el bienestar psicológico. Así, la autoconciencia favorece 2.586 veces la presencia bienestar psicológico, las prácticas espirituales favorece en 1.732 veces la probabilidad de presentar bienestar psicológico y la armonía social favorece en 1.786 veces la presencia de bienestar psicológico.
- La espiritualidad y religiosidad funcionan como variables que moderan y amortiguan frente a situaciones traumáticas de la vida, tales como el enfrentamiento de enfermedades, por la forma en que el paciente percibe la relación entre el tratamiento y sus creencias religiosas, sirviendo de esta manera como estrategias de afrontamiento para superar problemas. Asimismo, contribuyen a dar mayor sentido de propósito y sentimiento de control, incentiva

relaciones personales positivas, compromiso con la comunidad y motiva el crecimiento personal.

- El modelo biopsicosocial y de la salud mental incluye el componente espiritual/religioso, lo que supone una intervención que aprovecharía el bagaje espiritual positivo del paciente para potenciar sinérgicamente una intervención global y multidisciplinar. Dado que la espiritualidad y religiosidad son componentes con elevada sensibilidad cultural pueden explicar situaciones de estrés, influenciar en la severidad del desajuste o determinar la interpretación que el paciente hace de sus síntomas, es decir, cómo los cuadros clínicos son influenciados por las creencias y el rol positivo o negativo que pueden tener sobre estos.

RECOMENDACIONES

- Realizar estudios con el Cuestionario de espiritualidad de Parsian y Dunning y con la Escala Age Universal I – E 12 en muestras más heterogéneas y de mayor tamaño para lograr un mejor poder de generalización. A su vez estudiar las estructuras factoriales halladas en la presente investigación y la forma como se comporta en otras realidades y con muestras diversas.
- Promover la integración del factor espiritual-religioso como un elemento importante a considerarse en los protocolos de la práctica clínica, tanto en la evaluación como en los procesos de intervención, asumiendo una postura pluralista, de respeto frente a la diversidad de creencias y culturas y sobretodo orientándose hacia el bienestar del consultante.
- Realizar estudios de replicación de la presente investigación en muestras de diferentes edades, en diferentes contextos donde la realidad es distinta y controlando otras variables.
- Realizar estudios en nuestro medio sobre la forma como la espiritualidad, religiosidad y su relación con el bienestar psicológico se expresa a lo largo del ciclo de vida.
- Propiciar la realización de estudios sobre el bienestar psicológico en los cuales se puedan hacer apreciaciones explicativas en base a modelos más complejos que consideren mayor cantidad de variables.

- Realizar investigaciones sobre la religiosidad basada en teorías diferentes a la expuesta en este estudio, en su relación con otras variables psicológicas, para ver en qué medida y bajo qué perspectivas puede ser un factor favorable o desfavorable para el bienestar psicológico o la salud mental en general.
- Realizar estudios sobre el bienestar psicológico, la religiosidad y la espiritualidad donde se busquen asociaciones con diferentes variables sociodemográficas, tales como sexo, edad, universidad de procedencia, entre otros, para que de esta manera se establezcan distintos perfiles.
- Desarrollar un modelo teórico orientado a explicar los conceptos de espiritualidad y religiosidad de forma conjunta, así como la consiguiente construcción de un instrumento basado en dicho modelo.
- Desarrollar un modelo teórico del bienestar general que logre conjugar sus distintas facetas, tales como el bienestar psicológico, subjetivo y social, para tener una explicación más amplia del fenómeno. Asimismo, elaborar un instrumento basado en esta teoría que sirva como criterio para la evaluación del estado de cada consultante que acude a atención clínica.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Acosta, R. y Sánchez, J. (2017). Religiosidad y depresión en adultos mayores institucionalizados de Lima Metropolitana. *Salud & Sociedad*, 8 (1), 22 – 34.
Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/4397/439751039002.pdf>
- Allport, G. (1962). *La naturaleza del prejuicio*. Buenos Aires: Eudeba.
- Allport, G. (1986). *La personalidad: su configuración y desarrollo*. 8va Ed. Barcelona: Herder.
- Alpízar, H. y Salas, D. (2010). El papel de las emociones positivas en el desarrollo de la psicología positiva. *Revista electrónica de estudiantes de psicología de la Universidad de Costa Rica*. 5(1), 65-83. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/3922019.pdf>
- American Psychiatric Association (2014). *Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales*. (5ta Ed). Madrid: Editorial Médica Panamericana.
- American Psychological Association (2018). *Society for the Psychology of Religion and Spirituality*. Recuperado de: <http://www.apa.org/about/division/div36.aspx>
- Andrade, B. (2010). Espiritualidad: algunas consideraciones psicodinámicas. *Revista Iberoamericana de Teología*, 6 (10), 7 – 23. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/1252/125219043001.pdf>
- Arbeláez, C. y Álvarez, T. (1995). La espiritualidad como fuente de alivio en la fase terminal. *Revista IATREIA*, 8 (2), 79 – 84. Recuperado de:

<http://www.cuidadospaliativos.org/archives/biblioteca/La%20espiritualidad%20como%20fuente%20de%20alivio%20en%20la%20fase%20terminal.pdf>

Arias, W., Masías, M., Muñoz, E. y Arpasi, M. (2013). Espiritualidad en el ambiente laboral y su relación con la felicidad del trabajador. *Revista de investigación de la Universidad Católica San Pablo*, Volumen 4, 9 – 33. Recuperado de: http://ucsp.edu.pe/images/direccion_de_investigacion/PDF/revista2013/Espiritualidad-y-felicidad-en-el-trabajador.pdf

Avants, S. y Margolin, A. (2004). *El programa de desarrollo del Esquema del Yo Espiritual*. Recuperado de: https://medicine.yale.edu/spiritualselfschema/training/manuals/spanish/3SPlus_I_and_Intro_ES_160889_284_19345_v2.pdf

Barra, E. (2012). Influencia de la autoestima y del apoyo social percibido sobre el bienestar psicológico de estudiantes universitarios chilenos. *Diversitas: perspectivas en psicología*, 8 (2), 29 – 38. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/679/67923973002.pdf>

Barra, E., Soto, O. y Schmidt, K. (2013). Personalidad y bienestar psicológico: un estudio en universitarios chilenos. *Revista de psicología*, 9 (17), 7 – 18. Recuperado de: <http://bibliotecadigital.uca.edu.ar/repositorio/revistas/personalidad-bienestar-psicologico-estudio.pdf>

Barrantes y Ureña (2015). Bienestar psicológico y bienestar subjetivo en estudiantes universitarios costarricenses. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 17 (1), 101 – 123. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/802/80242935006.pdf>

- Barreto, P., Fombuena, M., Diego, R., Galiana, L., Oliver, A. y Benito, E. (2013). Bienestar emocional y espiritualidad al final de la vida. *Medicina Paleativa*, 22 (1), 25 – 32. Recuperado de: [https://www.researchgate.net/publication/259144036 Bienestar emocional y e
spiritualidad al final de la vida](https://www.researchgate.net/publication/259144036_Bienestar_emocional_y_espiritualidad_al_final_de_la_vida)
- Benito, E., Barbero, J. y Dones, M. (2014). Espiritualidad en clínica: una propuesta de evaluación y acompañamiento espiritual en cuidados paleativos. España, Madrid: SECPAL. Recuperado de: [http://www.secpal.com/%5CDocumentos%5CBlog%5CMonografia%20secpal.p
df](http://www.secpal.com/%5CDocumentos%5CBlog%5CMonografia%20secpal.pdf)
- Behar, D. (2008). *Metodología de la investigación*. Ediciones Shalom. Recuperadode:[http://rdigital.unicv.edu.cv/bitstream/123456789/106/3/Libro%20
metodologia%20investigacion%20este.pdf](http://rdigital.unicv.edu.cv/bitstream/123456789/106/3/Libro%20metodologia%20investigacion%20este.pdf)
- Blanco, A. y Díaz, D. (2005). El bienestar social: su concepto y medición. *Psicothema*, 17 (4), 582 – 589. Recuperado de: <http://www.psicothema.com/pdf/3149.pdf>
- Bologna, E. (2011). *Estadística para psicología y educación*. Córdoba: Brujas.
- Casullo, M. y Castro, A. (2000). Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes argentinos. *Revista de Psicología de la PUCP*, 28 (1), 35 – 68. Recuperado de: [http:// dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4531342.pdf](http://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4531342.pdf)
- Casullo, M. (2002). Evaluación del bienestar psicológico en Iberoamérica. Paidós: Buenos Aires.
- Castro, A. (2009). El bienestar psicológico: cuatro décadas de progreso. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 66 (23), 43-72. Recuperado de: http://www.aufop.com/aufop/uploaded_files/articulos/1258587233.pdf

- Ceballos, G., Pérez, K., Rosado, A. y Rodríguez, R. (2014). Religiosidad y comportamientos de riesgo para la salud: un estudio transversal con estudiantes de una universidad pública de Santa Marta (Colombia). *Revista Escenarios*, 12 (2), 53–63. Recuperado de: <http://repositorio.uac.edu.co/bitstream/handle/11619/1398/Religiosidad%20y%20comportamientos%20de%20riesgo%20para%20la%20salud.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Chávez, M. (2014). Inteligencia emocional, espiritualidad y actitud hacia el consumo de marihuana en adultos jóvenes. Tesis para optar el grado de psicólogo. Universidad Rafael Urdaneta, Venezuela. Recuperado de: <http://200.35.84.131/portal/bases/marc/texto/3201-14-07582.pdf>
- Chavez, S. (2008). *Bienestar psicológico en practicantes de yoga*. Tesis para optar el título profesional de Licenciado en Psicología Clínica. Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima, Perú. Recuperado de: <http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/123456789/627>
- Compañía Peruana de Estudios de Mercado y Opinión Pública (2014). *Estudio de opinión pública sobre religión*. Recuperado de: http://cpi.pe/images/upload/paginaweb/archivo/23/OPNAC201407_01.pdf
- Contreras, F. y Esguerra, G. (2006). *Revista Diversitas Perspectivas en Psicología*, 2 (2), 311 – 319. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/679/67920210.pdf>
- Cornejo, M. (2012). Religión y espiritualidad, ¿dos modelos enfrentados ¿ trayectorias postcatólicas entre budistas SokaGakkai. *Revista Internacional de Sociología*, 70 (2), 327 – 346. DOI: 10.3989/ris.2010.09.08.
- Cyrulnik, B. (2002). *Los patitos feos. La resiliencia. Una infancia infeliz no determina la vida*. Barcelona: Gedisa

- Dasso, A. (2010). Sintomatología depresiva y prácticas religiosas en internas por delitos comunes de un penal de Lima. (Tesis de Licenciatura en psicología, Pontificia Universidad Católica del Perú). Recuperado de: http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/123456789/659/DASSO_V_ASSALLO_ANA_SINTOMATOLOG%C3%8DA.pdf?sequence=1
- Díaz, L. (2012). Promoción de salud: autotranscendencia, espiritualidad y bienestar en no consumidores y consumidores moderados de alcohol. (Tesis para optar el título de doctor en enfermería, Bogota, Colombia). Recuperado de:
- Díaz, L., Muñoz, A. y Vargas, D. (2012). Confiabilidad y validez del cuestionario de espiritualidad de Parsian y Dunning en versión española. *Revista Latino-Am Enfermagem*, 20 (3), 1 – 8. Recuperado de: http://www.scielo.br/pdf/rlae/v20n3/es_a18v20n3.pdf
- Díaz, D., Rodríguez, R., Blanco, A., Moreno, B., Gallardo, I., Valle, C. y Van Dierendonck (2006). Adaptación española de la escala de bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema*, 18 (3), 572 – 577. Recuperado de: <http://www.psicothema.com/pdf/3255.pdf>
- Díaz, G. (2001). El bienestar subjetivo. Actualidad y perspectivas. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 17 (6), 572 – 579. Recuperado de: http://bvs.sld.cu/revistas/mgi/vol17_6_01/mgi11601.pdf
- Domínguez, S. (2014). Análisis psicométrico de la escala de bienestar psicológico para adultos en estudiantes universitarios de lima: un enfoque de ecuaciones estructurales. *Psychologia: avances de la disciplina*, 8 (1), 23 – 31. Recuperado de: http://www.uigv.edu.pe/fileadmin/facultades/psicologia/documentos/2014_Bienestar_Psicologico_Universitarios.pdf
- Drakeford, J. (1980). *Psicología y Religión*. Buenos Aires: Bautista Publicaciones.

- Escudero, J. (2007). *Relación entre resiliencia y sentido de vida (religiosidad intrínseca y objetivos vitales) en adolescentes de cuarto y quinto de secundaria*. Tesis para optar el título profesional de Psicólogo. Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú.
- Etchezahar, E. y Simkin, H. (2013). Religiosidad, espiritualidad y escepticismo: la mediación del autoritarismo. *Subjetividad y procesos cognitivos*, 17 (2), 48 – 58. Recuperado de: http://dspace.uces.edu.ar:8180/xmlui/bitstream/handle/123456789/2397/Religiosidad_Etchezahar_Simkin.pdf?sequence=1
- Etchezahar, E. y Simkin, H. (2014). Religiosidad, espiritualidad y salud mental en el marco del modelo de los cinco factores de la personalidad. *Acta psiquiátrica y psicológicas de América Latina*, 60 (4), 264 – 275. Recuperado de: <http://psicologiasocial.sociales.uba.ar/files/2013/06/Acta-Psiqui%C3%A1tr-Psicol-Am-Lat-60-4-SIMKIN-ET-AL.pdf>
- Ferre, Z., Gerstenblüth, M. y Rossi, M. (2008). Satisfacción con la vida, fe religiosa y asistencia al templo en Uruguay. Recuperado de: http://www.ugr.es/~teoriahe/RePEc/gra/paoner/per10_01.pdf
- Florenzano, R. (2010). Religiosidad y salud mental: amigos o enemigos. *Revista psiquiatría universitaria*, 6 (2), 221 – 229. Recuperado de: [http://revistagpu.cl/GPU%202%20\(2010\)/REF%20Religiosidad.pdf](http://revistagpu.cl/GPU%202%20(2010)/REF%20Religiosidad.pdf)
- Florenzano, R. (2011). Evaluación de la religiosidad en la práctica clínica. *Revista psiquiatría universitaria*, 7 (3), 318 – 323. Recuperado de: http://revistagpu.cl/2011/GPU_Sept_2011_PDF/INV_Evaluacion.pdf
- Freud, S. (1913). *Tótem y Tabú*. Madrid: Alianza.
- Fromm, E (1947). *Ética y psicoanálisis*. México D.F.: Fondo de cultura económica.

- Gallego, J., García, J. y Pérez, E. (2007). Factores del test purpose in life y religiosidad. *Revista de psicología de la universidad de Bogotá*, 6 (2), 213 – 229. Recuperado de: <http://www.scielo.org.co/pdf/rups/v6n2/v6n2a02>
- Garcés, J. (1985). Perspectivas actuales en psicología de la religión. *Estudios de psicología*, N° 23 - 24, 187 – 198. Recuperado de: <http://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/65948.pdf>
- García, C. y González, I. (2000). La categoría bienestar psicológico. Su relación con otras categorías sociales. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 16 (6), 586 – 592. Recuperado de: http://www.bvs.sld.cu/revistas/mgi/vol16_6_00/mgi10600.pdf
- García, M. (2002). El bienestar subjetivo. *Revista Escritos de Psicología*, N° 6, 18 – 39. Recuperado de: http://escritosdepsicologia.es/descargas/revistas/num6/escritospsicologia6_analisis1.pdf
- Gómez, E. y Cogollo, Z. (2010). Factores predictores relacionados con el bienestar general en adolescentes estudiantes de Cartagena, Colombia. *Revista de Salud Pública*, 12 (1), 61 – 70. Recuperado de: <http://www.scielosp.org/pdf/rsap/v12n1/v12n1a06.pdf>
- González, C. (2004). La psicología positiva: un cambio en nuestro enfoque patológico clásico. *Revista de Psicología Liberabit*, N° 10, 82-88. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/686/68601009.pdf>
- Griffa, M. y Moreno, J. (1999). *Claves para una Psicología del desarrollo*. Buenos Aires, Argentina: Lugar editorial.
- Gorsuch, R. y McPherson, S. (1989). Intrinsic/extrinsic measurement: I/E-revised and single-item scales. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 28 (3), 348-354.

Recuperado de:

https://www.researchgate.net/publication/272595584_IntrinsicExtrinsic_Measurement_IE-Revised_and_Single-Item_Scales

Gorsuch, R. y Venable, G. (1983). Development of an “Age Universal” I-E Scale. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 22 (2), 181-187. Recuperado de: http://www.jstor.org/stable/1385677?origin=crossref&seq=1#findtn-page_scan_tab_contents

Henao, M. (2013). Del surgimiento de la psicología humanística a la psicología humanista-existencial de hoy. *Revista Colombiana de Ciencias Sociales*, 4(1), 83 – 100. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5123812.pdf>

Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación científica*. 6ta Ed. Mac Graw Hill: México D.F.

Hervás, G. (2009). Psicología positiva: una introducción. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 66 (23,3), 23 – 41. Recuperado de: http://www.aufop.com/aufop/uploaded_files/articulos/1258587094.pdf

Hopkins, K., Hopkins, B. y Glass, G. (1997). *Estadística básica para las ciencias sociales y del comportamiento*. 3ra Ed. Prentice Hall Hispanoamericana: México.

Instituto Nacional de Estadística e Informática (2008). Censos nacionales 2007: XI de Población y VI de vivienda. Recuperado de: http://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib136/libro.pdf

Jiménez, J. (2005). La espiritualidad, dimensión olvidada de la medicina. *Gaceta universitaria*, N° 1, 92 – 101. Recuperado de:

http://revistagpu.cl/2005/GPU_junio_2005_PDF/LA%20ESPIRITUALIDAD%20DIMENSION%20OLVIDADA%20DE%20LA%20MEDICINA.pdf

Katz, R. y Katz, I. (1960). *Manual de psicología*. Madrid, España: Morata.

Korman, G., Sarudiansky, M., Rosales, M., Simkin, H., Schinelli, F., Pinto, C., Cermesoni, D., Etchevers, M. y Garay, C. (2011). Psicología, psiquiatría y religiosidad. Exploración en profesionales de la salud mental del área metropolitana de Buenos Aires, Argentina. *Fundamentos en Humanidades*, 12 (23), 199 – 212. Recuperado de: <http://www.fundacion-salto.org/documentos/Psicolog%C3%ADa.%20psiquiatr%C3%ADa%20y%20religiosidad.pdf>

Lamas, H. (2004). Sobre la intervención del psicólogo en el campo de la salud. *Boletín del Colegio de Psicólogos del Perú 2005*, 22-36.

Langle, A. (2008). La espiritualidad en psicoterapia, entre la inmanencia y trascendencia en el análisis existencial. *Revista de psicología UCA*, 4 (7), 5 – 22. Recuperado de: <http://www.webaholics.at/userfile/doc/Espiritualidad-en-la-psicoterapia-UCA-08.pdf>

Luengas, E. (2010). Los jóvenes universitarios y su religiosidad en la UIA Plantel León. Estudio de caso para obtener el grado de Maestra en Teología y Mundo Contemporáneo. Universidad Iberoamericana, México. Recuperado de: <http://www.bib.uia.mx/tesis/pdf/015304/015304.pdf>

Lupano, M. y Castro, A. (2010). Psicología positiva: análisis desde su surgimiento. *Revista Ciencias Psicológicas*, 4 (1), 43 – 56. Recuperado de: <http://centrocppa.org/wp-content/uploads/2015/11/lupano.pdf>

Maltby, J. (1999). The internal structure of a derived, revised, and amended measure of the Religious Orientation Scale: the ‘Age-Universal’ I-E Scale-12. *Social*

Behaviour and Personality, 27 (4), 407-412. Recuperado de:
<http://www.ingentaconnect.com/content/sbp/sbp/1999/00000027/00000004/art0008?token=00541e1272fb23f19f918e7e41225f4038382c40674c48763b77442a576b34272c5f7b3d6d3f4e4b3475>

Mariñelarena, L. y Gancedo, M. (2011). La psicología positiva: su primera década de desarrollo. *Revista Científica de Psicología, Ciencias Sociales, Humanidades y Ciencias de la Salud*, 2 (1), 67 – 77. Recuperado:
http://www.dialogos.unsl.edu.ar/Ultimo%20Numero/files/la_psicologia_positiva_su_primera_decada_de_desar.pdf

Maslow, A. (1991). *Motivación y personalidad*. 3ra Ed. Díaz de Santos: Madrid.

Mendoza E. y De la Hoz, I. (2013). Elementos que influyen en la definición de las creencias religiosas de los estudiantes de historia de la Universidad de Cartagena. Proyecto de grado para optar el título profesional de comunicación social. Universidad de Cartagena, Colombia. Recuperado de:
<http://190.242.62.234:8080/jspui/bitstream/11227/1034/1/tesis%20erika.pdf>

Montero, I. y León, O. (2005). Sistema de clasificación del método en los informes de investigación en psicología. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 5 (1), 115 – 127. Recuperado de:
http://www.aepc.es/ijchp/articulos_pdf/ijchp-136.pdf

Morales, L. (2012). Espiritualidad y Religión: Percepciones de un Grupo de Adolescentes Puertorriqueños/as Sobre su Influencia en las Conductas de Riesgo de la Salud. *Ciencias de la Conducta*, 27 (1), 104 – 127. Recuperado de:
http://www.albizu.edu/portals/0/documents/cau/sju/revista/2012/7_religiosidad_conductas_de_riesgo.pdf

- Morales, S. (2014). Relación entre la espiritualidad, el bienestar físico y bienestar psicológico de los estudiantes universitarios. *Revista Griot*, 7 (1), 7 – 18. Recuperado de: <http://revistagriot.uprrp.edu/archivos/2014070101.pdf>
- Moritz, M. (2012). Algunas ideas de Freud acerca de la religión. *Revista Pilquen*, 14 (8), 1 – 9. Recuperado de: http://www.revistapilquen.com.ar/Psicopedagogia/Psico8/8_Moritz_Nota.pdf
- Navas, C. y Villegas, H. (2006). Espiritualidad y salud. *Revista ciencias de la educación*, 1 (27), 29 – 45. Recuperado de: <http://servicio.bc.uc.edu.ve/educacion/revista/volIn27/27-2.pdf>
- Nervi, M. (2011). Espiritualidad, Religiosidad y Bienestar. Una aproximación empírica a las diferencias entre espiritualidad y religiosidad y su relación con otras variables. Reduciendo la controversia. *Revista Psicología.com*. Recuperado de: <http://hdl.handle.net/10401/4709>
- Omar, A., Paris, L., Aguiar, M. Almeida, S. y Del Pino, R. (2009). Validación del inventario de bienestar subjetivo con muestras de jóvenes y adolescentes argentinos, brasileros y mexicanos. *Suma Psicológica*, 6 (2), 69 – 84. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/1342/134213131006.pdf>
- Park, N., Peterson, C. y Sun, J. (2013). La psicología positiva: investigación y aplicaciones. *Revista Terapia Psicológica*, 33 (1), 11 – 19. Recuperado de: <http://www.scielo.cl/pdf/terpsicol/v31n1/art02.pdf>
- Parsian, N. y Dunning, T. (2009). Spirituality and Coping in young adults with diabetes: a cross-sectional Study. *European Diabetes Nursing*, 6 (3), 100 – 104. Recuperado de: <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/edn.144/pdf>
- Pereyra, M. (2011). Religión y salud mental. Recuperado de: <http://www.escuelasabatnica.cl/2011/tri1/lecc13/2011-01-13ComentarioMRP.pdf>

- Pérez, C. (2004). *Técnicas de análisis multivariado de datos*. Pearson Educación: Madrid.
- Pérez, M. (2012). La psicología positiva: magia simpática. *Papeles del Psicólogo*, 33 (3), 183 – 201. Recuperado de: <http://www.papelesdelpsicologo.es/pdf/2137.pdf>
- Quiceno, J. y Vinaccia, S. (2009). La salud en el marco de la psicología de la religión y la espiritualidad. *Revista diversitas – Perspectivas en psicología*, 5 (2), 321 – 336. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/679/67916260008.pdf>
- Ramos, C. (2015). Los paradigmas de la investigación científica. *Avances en psicología*, 23 (1), 9 – 17. Recuperado de: http://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/psicologia/2015_1/Carlos_Ramos.pdf
- Real Academia Española. (2014). *Diccionario de la lengua española*. 23va Ed. Recuperado de: <http://dle.rae.es/?id=VqE5xte>
- Redondo, T., Ibañez, C. y Barbas, S. (2017). Espiritualmente resilientes. Relación entre espiritualidad y resiliencia en cuidados paliativos. *Clínica y Salud*, 28 (3), 117 – 121. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/1806/180653455003.pdf>
- Reyes, M., Rivera, E., Ramos, A., Rosario, E. y Rivera, C. (2014). Desarrollo y validación de una escala para medir religiosidad en una muestra de adultos en Puerto Rico. *Revista Puertorriqueña de Psicología*, 25 (2), 226 – 242. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4895945>
- Rivera A. y Montero, M. (2005). Espiritualidad y religiosidad en adultos mayores mexicanos. *Revista de Salud Mental de la Universidad Autónoma de México*, 28 (6), 51 – 58. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/582/58262807.pdf>

- Rivera, A. y Montero, M (2007). Ejercicio Clínico y espiritualidad. *Anales de Psicología*, 23 (1), 125 – 136. Recuperado de: http://www.um.es/analesps/v23/v23_1/16-23_1.pdf
- Rodríguez, L., Alonso, M., Álvarez, J., Gómez, M., Armendáriz, N. y Hernández, E. (2017). Perspectiva espiritualidad en integrantes de alcohólicos anónimos: estudio piloto. *Enfermería Global*, 16 (3), 496 – 503. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/3658/365851829016.pdf>
- Rodríguez, M., Fernández, M., Pérez, M. y Noriega, R. (2011). Espiritualidad variable asociada a la resiliencia. *Cuadernos hispanoamericanos de psicología*, 11 (2), 24 – 49. Recuperado de: http://www.uelbosque.edu.co/sites/default/files/publicaciones/revistas/cuadernos_hispanoamericanos_psicologia/volumen11_numero2/articulo_2.pdf
- Rodríguez, N. (2011). Impacto de la espiritualidad en salud mental. Una propuesta de estrategia de atención comunitaria de salud mental en colaboración con grupos religiosos locales. *Revista Psiquiatría Universitaria*, 7 (2), 205-213. Recuperado de: http://revistagpu.cl/2011/GPU_junio_2011_PDF/SM_Impacto_de_la_espiritualidad.pdf
- Rodríguez, Y. y Quiñones, A. (2012). El bienestar psicológico en el proceso de ayuda con estudiantes universitarios. *Revista Griot*, 5 (1), 7 – 17. Recuperado de: <http://revistagriot.uprrp.edu/archivos/2012050101.pdf>
- Rogers, C. y Kinget, M. (1971). *Psicoterapia y Relaciones Humanas*. Madrid: Alfaguara
- Romero, A., García, A. y Brustad, R. (2009). Estado del arte, y perspectiva actual del concepto de bienestar psicológico en psicología del deporte. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 41 (2), 335 – 347. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/805/80511496011.pdf>

- Salgado, A. (2014). Revisión de estudios empíricos sobre el impacto de la religión, religiosidad y espiritualidad como factores protectores. *Propósitos y Representaciones*, 2 (1), 121 – 140. Recuperado de: http://repositorio.usil.edu.pe/bitstream/123456789/1568/3/2014_Salgado_Revisi%C3%B3n%20de%20estudios%20emp%C3%ADricos%20sobre%20el%20impacto%20de%20la%20religi%C3%B3n%20religiosidad%20y%20espiritualidad%20como%20factores%20protectores.pdf
- Sánchez, H. y Reyes, C. (2009). *Metodología y diseños en la investigación científica*. 4ta Ed. Visión Universitaria: Lima.
- Sanjuan, P. y Magallanes, A. (2006). Estudio del efecto del optimismo disposicional en el bienestar físico y psicológico desde una perspectiva longitudinal. *Acción Psicológica*, 4 (1), 47 – 55. Recuperado de: <http://e-spacio.uned.es/fez/eserv.php?pid=bibliuned:AccionPsicologica2006-numero1-0005&dsID=Pdf>
- Sardín, M. (2012). La importancia de la religión para el desarrollo. Un análisis empírico a partir de la ecuación de Mincer. *Ensayos de Política Económica*, 1 (6), 77 – 119. Recuperado de: <http://bibliotecadigital.uca.edu.ar/repositorio/revistas/importancia-religion-desarrollo-sardin.pdf>
- Scharrón del Río, M. (2010). Supuestos, Explicaciones y Sistemas de Creencias: Ciencia, Religión y Psicología. *Revista Puertorriqueña de Psicología*, 21 (1), 85 – 112. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/2332/233218111004.pdf>
- Sheldrake, R. (1990). *El renacimiento de la naturaleza: el resurgimiento de la ciencia y de Dios*. Buenos Aires: Paidós. Recuperado de:

<http://libroesoterico.com/biblioteca/Varios/VARIOS%203/50632007-Rupert-Sheldrake-El-Renacimiento-de-La-Natureza.pdf>

Sheldrake, R. y Fox, M. (1996). *Ciencia y Espiritualidad: la nueva visión*. Buenos Aires: Kier. Recuperado de: <http://www.sabiduriarcana.org/ciencia-y-espiritualidad.pdf>

Segal, Z., Willams, M. y Teasdale, J. (2015). *Terapia cognitiva basada en el mindfulness para la depresión*. Ed. Kairos. Recuperado de: <http://editorialkairos.com/files/archivos/CuadernoTrabajoTCBM.pdf>

Silva, C., Ribeiro, F., Costa, C., Campos, A., Aguiar, G. y Takamatsu, S. (2016). Espiritualidad y religiosidad en pacientes con hipertensión arterial sistémica. *Revista Bioética*, 24 (2), 332 – 343. Recuperado de: http://www.scielo.br/pdf/bioet/v24n2/es_1983-8034-bioet-24-2-0332.pdf

Simkin, H. (2010). *Ansiedad, depresión y religiosidad en población judía*. Trabajo presentado en la conferencia del II Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVII Jornadas de Investigación Sexto Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires. Recuperado de: <https://www.aacademica.org/hugo.simkin/4.pdf>

Simkin, H. y Etchezahar, E. (2013). Las Orientaciones Religiosas Extrínseca e Intrínseca: Validación de la “Age Universal” I-E Scale en el Contexto Argentino. *Revista PSYKHE*, 22 (1), 97 – 106. Recuperado de: <http://www.scielo.cl/pdf/psykhe/v22n1/art08.pdf>

Simkin, H. y Cermesoni, D. (2014). Factores de personalidad, espiritualidad y su relación con la calidad de vida. *Revista calidad de vida y salud*, 7 (1), 4 – 12.

Recuperado de:

<http://revistacdvs.uflo.edu.ar/index.php/CdVUFLO/article/viewFile/100/114>

Simkin, H., Etchezahar, E., Rodriguez, F. y Gonzales, E. (2011). Religiosidad o espiritualidad: la mediación del autoritarismo. III Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVIII Jornadas de Investigación Séptimo Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires. Recuperado de: <http://www.aacademica.org/000-052/654.pdf>

Soler, I. (2009). El estudiante universitario: un perfil heterogéneo y un compromiso flexible. *Revista de Innovación Educativa*, 2, 62 – 64. Recuperado de: <https://ojs.uv.es/index.php/attic/article/view/125/109>

Universia (6 de febrero del 2015). ¿Cuáles son las carreras más demandadas en Perú?. universia.net. Recuperado de: <http://noticias.universia.edu.pe/en-portada/noticia/2015/02/06/1119607/cuales-carreras-demandadas-peru.html>

Ureña, P., Barrantes, K. y Solis, L. (2014). Bienestar psicológico, espiritualidad en el trabajo y percepción subjetiva de la salud en persona académico y administrativo de la Universidad Nacional. *Revista Electrónica EDUCARE*, 18 (1), 155 – 175. Recuperado de:

Uresti, R., Ramírez, J. y Caballero, F. (2011). Salud y espiritualidad: no solo de pan vive el hombre. *Ciencia UAT*, 22 (4), 48 – 54. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/4419/441942926002.pdf>

Urzua, A. y Caqueo-Urizar, A. (2012). Calidad de vida: Una revisión teórica del concepto, *Terapia Psicológica*. 30 (1), 61 – 71. Recuperado de: https://www.researchgate.net/publication/236904648_Calidad_de_vida_Una_revision_teorica_del_concepto

- Valencia, J. y Zegarra, C. (2014). Espiritualidad, religiosidad y calidad de vida en estudiantes universitarios. *Revista psicológica Arequipa*, 4 (1), 55- 66. Recuperado de: <http://colegiodepsicologosarequipa.org/Espiritualidad-religiosidad-en-universitarios.pdf>
- Valiente, C. (2013). Intersecciones entre espiritualidad/religiosidad y psicología: desde la filosofía hasta la neurociencia. *Revista de historia de la psicología*, 34 (4), 67 – 88. Recuperado de: <http://www.actiweb.es/lumen/archivo4.pdf>
- Valiente, C. y García, E. (2010). Aspectos neurológicos relativos a estados alterados de conciencia asociados a la espiritualidad. *Revista de Neurología*, 51 (4), 226 – 236. Recuperado de: <http://pendientedemigracion.ucm.es/centros/cont/descargas/documento25316.pdf>
- Vargas, E. y Martínez, G. (2015). La relación entre el abuso del alcohol y la religión en adolescentes mexicanos. *Revista electrónica Población y salud en Mesoamérica*, 12 (2), 1 – 22. Recuperado de: <http://revistas.ucr.ac.cr/index.php/psm/article/viewFile/16783/17203>
- Vázquez, C. (2006). La psicología positiva en perspectiva. *Revista Papeles del Psicólogo*, 27 (1), 1 – 2. Recuperado de: <http://www.papelesdelpsicologo.es/pdf/1120.pdf>
- Vázquez, C., Hervás, G., Rahona, J. y Gómez, D. (2009). Bienestar psicológico y salud: aportaciones desde la psicología positiva. *Anuario de psicología clínica y de la salud*, N° 5, 15 – 28. Recuperado de: http://institucional.us.es/apcs/doc/APCS_5_esp_15-28.pdf
- Vera, B. (2006). Psicología positiva: una nueva forma de entender la psicología. *Revista Papeles del Psicólogo*, 27 (1), 3 – 8. Recuperado de: <http://www.papelesdelpsicologo.es/pdf/1120.pdf>

- Vielma, J. y Alonso, L. (2010). El estudio del bienestar psicológico subjetivo. Una breve revisión teórica. *EDUCERE Artículos arbitrarios*, 14 (49), 265 – 275. Recuperado de: <http://www.saber.ula.ve/bitstream/123456789/32748/1/articulo2.pdf>
- Wilhelm, P. (1969). *Psicología de la religión*. Barcelona, España: Herder.
- Yoffe, L. (2007). Efectos positivos de la religión y la espiritualidad en el afrontamiento de duelos. *Revista psicodebate*, (7), 193 – 205. Recuperado de: <http://www.palermo.edu/cienciassociales/publicaciones/pdf/Psico7/7Psico%2012.pdf>
- Yoffe, L. (2012). Beneficios de las prácticas religiosas/espirituales en el duelo. *Avances en Psicología*, 20 (1), 9 – 30. Recuperado de: <http://www.unife.edu.pe/pub/revpsicologia/avances2012/laurayoffe.pdf>
- Yoffe, L. (2013). Religión y espiritualidad en el duelo, desde la visión de la psicología positiva. III Congreso de Psicología del Tucumán, Nacional e Internacional. Universidad Nacional de Tucumán. Facultad de Psicología. Recuperado de: [http://www.academia.edu/4915872/Yoffe L. 2013. Religi%C3%B3n y espiritualidad en el duelo desde la visi%C3%B3n de la Psicolog%C3%ADa Positiva. Presentado en III Congreso Psicolog%C3%ADa del Tucum%C3%A1n 2013](http://www.academia.edu/4915872/Yoffe_L._2013._Religi%C3%B3n_y_espiritualidad_en_el_duelo_desde_la_visi%C3%B3n_de_la_Psicolog%C3%ADa_Positiva._Presentado_en_III_Congreso_Psicolog%C3%ADa_del_Tucum%C3%A1n_2013)
- Zubieta, E. y Delfino, G. (2010). Satisfacción con la vida, bienestar psicológico y bienestar social en estudiantes universitarios de Buenos Aires. *Anuario de Investigaciones*, vol. XVII, 277-283. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/3691/369139946018.pdf>

ANEXOS

ANEXO 1

Validez de contenido por criterio de jueces para cada ítem de la Escala Age Universal I

– E 12 mediante la V de Aiken

Jueces	1	2	3	4	5	6	7	8	9	V de Aiken
ítem 1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
ítem 2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
ítem 3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
ítem 4	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0.89
ítem 5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
ítem 6	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
ítem 7	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0.89
ítem 8	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
ítem 9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
ítem 10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
ítem 11	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0.89
ítem 12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00

ANEXO 2

Validez de contenido por criterio de jueces para cada ítem del cuestionario de espiritualidad de Parsian y Dunning mediante la V de Aiken

Jueces	1	2	3	4	5	6	7	8	9	V de Aiken
ítem 1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
ítem 2	1	0	1	1	1	0	1	1	0	0.67
ítem 3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
ítem 4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
ítem 5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
ítem 6	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
ítem 7	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0.89
ítem 8	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
ítem 9	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0.89
ítem 10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
ítem 11	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
ítem 12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
ítem 13	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
ítem 14	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
ítem 15	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
ítem 16	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
ítem 17	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0.89
ítem 18	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
ítem 19	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
ítem 20	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0.89
ítem 21	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
ítem 22	1	1	1	0	0	1	0	1	1	0.67
ítem 23	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
ítem 24	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
ítem 25	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
ítem 26	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
ítem 27	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
ítem 28	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
ítem 29	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00

ANEXO 3

Varianza total explicada para la Escala Age Universal I – E 12

Componente	Autovalores iniciales			Sumas de las saturaciones al cuadrado de la extracción		
	Total	% de la	%	Total	% de la	%
		varianza	acumulado		varianza	acumulado
1	8,162	68,016	68,016	8,162	68,016	68,016
2	,842	7,015	75,032			
3	,640	5,334	80,366			
4	,432	3,602	83,968			
5	,324	2,698	86,665			
6	,308	2,567	89,232			
7	,274	2,283	91,515			
8	,254	2,113	93,629			
9	,228	1,899	95,528			
10	,206	1,715	97,243			
11	,186	1,549	98,792			
12	,145	1,208	100,000			

Método de extracción: Análisis de Componentes principales.

ANEXO 4

Varianza total explicada para el cuestionario de espiritualidad de Parsian y Dunning

Componente	Autovalores iniciales			Sumas de las saturaciones al cuadrado de la extracción		
	Total	% de la	%	Total	% de la	% acumulado
		varianza	acumulado		varianza	
1	10,316	38,207	38,207	10,316	38,207	38,207
2	2,362	8,750	46,957	2,362	8,750	46,957
3	1,529	5,662	52,619	1,529	5,662	52,619
4	1,232	4,562	57,181	1,232	4,562	57,181
5	1,043	3,863	61,045	1,043	3,863	61,045
6	,822	3,046	64,091			
7	,810	2,999	67,089			
8	,749	2,774	69,863			
9	,730	2,703	72,566			
10	,615	2,278	74,844			
11	,598	2,213	77,057			
12	,575	2,128	79,185			
13	,548	2,029	81,214			
14	,497	1,842	83,056			
15	,486	1,799	84,855			
16	,438	1,621	86,476			
17	,434	1,609	88,085			
18	,397	1,469	89,554			
19	,388	1,438	90,992			
20	,373	1,382	92,374			
21	,362	1,339	93,714			
22	,343	1,270	94,984			
23	,312	1,154	96,138			
24	,289	1,071	97,208			
25	,277	1,028	98,236			
26	,250	,924	99,160			
27	,227	,840	100,000			

Método de extracción: Análisis de Componentes principales.

ANEXO 5

Ordenamiento por factores de la matriz de componentes rotados del Cuestionario de Parsian y Dunning

	Componente				
	1	2	3	4	5
e1	.693				
e2	.589				
e3	.786				
e4	.733				
e5	.522				
e6	.765				
e7	.697				
e8	.457				
e9	.594				
e10		.552			
e11		.578			
e12		.680			
e13		.613			
e27		.399			
e16			.547		
e17			.604		
e21			.602		
e22			.715		
e23			.594		
e24			.415		
e14				.654	
e15				.761	
e18				.710	
e19				.458	
e20				.406	
e25					.831
e26					.808

Método de extracción: Análisis de componentes principales.

Método de rotación: Normalización Varimax con Kaiser.

ANEXO 6

Percentiles de la escala Age Universal I – E 12

Percentiles	Religiosidad general	Religiosidad intrínseca	Religiosidad extrínseca social	Religiosidad extrínseca personal
1	12,00	6,00	3,00	3,00
5	12,00	6,00	3,00	3,00
10	12,00	6,00	3,00	3,00
15	14,00	7,00	3,00	3,00
20	16,00	8,00	3,00	4,00
25	20,00	10,00	3,00	5,00
30	23,00	12,00	5,00	6,00
35	25,00	12,00	5,00	6,00
40	26,00	13,00	6,00	7,00
45	29,00	14,00	6,00	8,00
50	30,00	15,00	6,00	9,00
55	33,00	16,00	7,00	9,00
60	34,00	17,00	7,00	10,00
65	37,00	19,00	8,00	10,00
70	40,00	20,00	9,00	11,00
75	41,75	21,00	9,00	12,00
80	43,00	22,00	10,00	12,00
85	45,00	23,00	11,00	12,00
90	47,00	24,50	12,00	13,00
95	52,00	27,00	12,75	14,00
99	59,95	30,00	15,00	15,00

ANEXO 7

Percentiles del Cuestionario de espiritualidad de Parsian y Dunning

Percentiles	Espiritualidad	Autoconciencia	Importancia de las creencias espirituales	Prácticas espirituales	Necesidades espirituales	Armonía social
1	66,20	21,00	10,10	6,05	13,10	3,00
5	85,25	30,00	16,00	9,00	18,00	5,00
10	92,00	33,00	18,00	11,00	20,00	6,00
15	95,00	34,00	19,00	12,00	21,00	6,00
20	98,00	35,00	19,00	13,00	22,00	7,00
25	100,00	36,00	20,00	13,00	22,00	7,00
30	102,00	36,00	20,00	14,00	23,00	7,00
35	103,00	37,00	20,00	15,00	23,00	8,00
40	105,00	38,00	20,00	15,00	24,00	8,00
45	106,00	38,00	21,00	15,00	24,00	8,00
50	108,00	39,00	21,00	16,00	24,00	8,00
55	110,00	39,00	22,00	16,00	25,00	8,00
60	112,00	40,00	22,00	17,00	25,00	8,00
65	113,00	41,00	23,00	17,00	26,00	8,00
70	115,00	41,00	23,00	18,00	26,00	9,00
75	118,00	42,00	24,00	19,00	27,00	9,00
80	121,00	43,00	24,00	20,00	28,00	10,00
85	123,00	44,00	25,00	20,00	29,00	10,00
90	127,00	45,00	25,00	22,00	29,50	10,00
95	130,00	45,00	25,00	23,00	30,00	10,00
99	134,95	45,00	25,00	25,00	30,00	10,00

ANEXO 8

Percentiles del Cuestionario de Bienestar Psicológico BIEPS

Percentiles	Bienestar psicológico	Aceptación / control	Vínculos	Proyectos	Autonomía
1	26,00	5,00	5,00	8,00	4,00
5	30,25	7,00	6,25	9,00	6,00
10	32,50	7,00	7,00	10,00	6,50
15	33,00	8,00	7,00	10,00	7,00
20	34,00	8,00	8,00	11,00	7,00
25	35,00	8,00	8,00	11,00	8,00
30	35,00	8,00	8,00	11,00	8,00
35	36,00	9,00	8,00	11,00	8,00
40	36,00	9,00	8,00	11,00	8,00
45	36,00	9,00	8,00	11,00	8,00
50	37,00	9,00	8,00	12,00	8,00
55	37,00	9,00	9,00	12,00	8,00
60	37,00	9,00	9,00	12,00	9,00
65	38,00	9,00	9,00	12,00	9,00
70	38,00	9,00	9,00	12,00	9,00
75	38,00	9,00	9,00	12,00	9,00
80	38,00	9,00	9,00	12,00	9,00
85	39,00	9,00	9,00	12,00	9,00
90	39,00	9,00	9,00	12,00	9,00
95	39,00	9,00	9,00	12,00	9,00
99	39,00	9,00	9,00	12,00	9,00

ANEXO 9

FICHA DE DATOS GENERALES

1. **Universidad:**_____ **Carrera:** _____ **Ciclo:** ___ **Turno:**___
2. **Edad:**_____ **Sexo:** (M) (F)
3. **Lugar de Nacimiento:**_____ **Distrito en dónde vive**_____
4. **¿En dónde ha vivido la mayor parte de su vida?**
a. Lima Metropolitana y Callao () b. Otro lugar en el Perú () c. Extranjero ()
5. **¿Cuáles son sus ocupaciones?**
a. Solamente estudio () b. Trabajo y estudio ()
6. **¿Con quién vives?:(Marque con un X todas las opciones que se den en su caso)**
a. ambos padres () b. sólo padre () c. sólo madre () d. hermanos () e.
otros familiares (*abuelos, tíos, etc.*) ()
f. pareja de padre o madre () g. medios hermanos () h. solo () i.
otros: _____
7. **¿Tiene pareja sentimental?:**
Si () No () ¿Hace cuánto tiempo?: _____ Años _____ Meses
8. **¿Con qué frecuencia consumes alcohol?**
a. no consumo () b. sólo en algunas ocasiones ()
c. de dos a cuatro veces al mes () d. más de una vez por semana ()
9. **¿Con qué frecuencia consumes marihuana?**
a. no consumo () b. sólo en algunas ocasiones ()
c. de dos a cuatro veces al mes () d. más de una vez por semana ()
10. **¿Crees en Dios?(Yahvé, Jehová, Ala, Elohim, Vishnu, u otros.):**
SI () NO ()
11. **¿De cuál religión te consideras parte?**
a. Católica () b. Cristiana no católica () c. Otra religión ()
d. Ninguna religión ()
12. **¿Con qué frecuencia asistes a reuniones religiosas (misa, culto o similares)?**
a. Una o más veces por semana () b. dos a cuatro veces al mes () c.
Algunas veces al año () d. No asisto ()
13. **¿Participas activamente en algún grupo juvenil religioso?**
SI () NO ()

ANEXO 10

ESCALA BIEPS-J

Lee con atención las frases siguientes. Marca tu respuesta, con un aspa (X), en cada una de ellas sobre la base de lo que pensaste o sentiste durante el último mes.No hay respuestas correctas ni incorrectas, todas sirven. No dejes frases sin responder y hazlo con sinceridad.

A=Acuerdo B=Ni acuerdo ni desacuerdo C =Desacuerdo				
1	Creo que me hago responsable de lo que digo o hago.	A	B	C
2	Tengo amigo(as) en quienes confiar.	A	B	C
3	Creo que sé lo que quiero hacer con mi vida.	A	B	C
4	En general estoy conforme con el cuerpo que tengo.	A	B	C
5	Si algo sale mal puedo aceptarlo.	A	B	C
6	Me importa pensar qué haré en el futuro.	A	B	C
7	Generalmente le caigo bien a la gente.	A	B	C
8	Cuento con personas que me ayudan si lo necesito.	A	B	C
9	Estoy bastante conforme con mi forma de ser.	A	B	C
10	Si estoy molesto(a) por algo soy capaz de pensar en cómo cambiarlo.	A	B	C
11	Creo que en general me llevo bien con la gente.	A	B	C
12	Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida.	A	B	C
13	Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar.	A	B	C

ANEXO 11

CUESTIONARIO DE PARSIAN Y DUNNING (Versión inicial)

Marque la respuesta que describa mejor su forma habitual de pensar, sentir o actuar.

MA = Muy de Acuerdo A = Acuerdo		I = Indeciso				
D = Desacuerdo MD = Muy en desacuerdo						
Nº	Preguntas	MA	A	I	D	MD
1	En general me siento satisfecho con la persona que soy	5	4	3	2	1
2	Siento que tengo muchas cualidades	5	4	3	2	1
3	Tengo una actitud positiva conmigo mismo	5	4	3	2	1
4	Creo que soy una persona valiosa	5	4	3	2	1
5	En general soy una persona que cree en sí misma	5	4	3	2	1
6	Creo que mi vida tiene algún significado	5	4	3	2	1
7	Creo que tengo las mismas cualidades y defectos que otras personas	5	4	3	2	1
8	Siento que soy una persona compasiva y amable	5	4	3	2	1
9	Soy capaz de entender lo que representan las situaciones difíciles	5	4	3	2	1
10	Pienso en aspectos positivos cuando evalúo mi vida	5	4	3	2	1
11	La espiritualidad me ayuda a definir las metas que establezco en mi vida	5	4	3	2	1
12	La espiritualidad me ayuda a decidir quién soy	5	4	3	2	1
13	La espiritualidad me ayuda a decidir mi orientación general en la vida	5	4	3	2	1
14	La espiritualidad está integrada en mi vida	5	4	3	2	1
15	A menudo me involucro en programas para cuidar el medio ambiente	5	4	3	2	1
16	Leo libros de crecimiento espiritual y auto-ayuda	5	4	3	2	1
17	Reflexiono para alcanzar la paz interior	5	4	3	2	1
18	Trato de vivir en armonía con la naturaleza	5	4	3	2	1
19	Trato de encontrar momentos para ampliar mi espiritualidad	5	4	3	2	1
20	Empleo el silencio para ponerme en contacto con mi yo interior	5	4	3	2	1
21	Estoy buscando un propósito en la vida	5	4	3	2	1
22	Realmente disfruto escuchar música	5	4	3	2	1
23	Trato de encontrar respuesta a los misterios o dudas de la vida	5	4	3	2	1
24	Mantener y fortalecer las relaciones con los demás es importante para mí	5	4	3	2	1
25	Trato de alcanzar la paz interior y la armonía	5	4	3	2	1
26	Busco la belleza física, espiritual y emocional en la vida	5	4	3	2	1
27	Necesito tener un vínculo emocional fuerte con las personas que me rodean	5	4	3	2	1
28	Mi vida es un proceso de cambio y está en evolución	5	4	3	2	1
29	Estoy desarrollando una visión particular de vida	5	4	3	2	1

ANEXO 12

**CUESTIONARIO DE PARSIAN Y DUNNING
(Versión final)**

Marque la respuesta que describa mejor su forma habitual de pensar, sentir o actuar.

MA = Muy de Acuerdo A = Acuerdo		I = Indeciso				
D = Desacuerdo MD = Muy en desacuerdo		MA	A	I	D	MD
Nº	Preguntas					
1	Creo que soy una persona valiosa.	5	4	3	2	1
2	Creo que tengo tantas cualidades y defectos como los demás.	5	4	3	2	1
3	Tengo una actitud positiva conmigo mismo.	5	4	3	2	1
4	En general me siento satisfecho con la persona que soy.	5	4	3	2	1
5	Pienso que soy una persona compasiva y amable.	5	4	3	2	1
6	En general soy una persona que cree en sí misma.	5	4	3	2	1
7	Creo que mi vida tiene mucho significado.	5	4	3	2	1
8	Entiendo que incluso las situaciones difíciles tienen significado.	5	4	3	2	1
9	Cuando pienso en mi vida me concentro en las cosas positivas.	5	4	3	2	1
10	El significado que le doy a mi vida me ayuda a establecer mis metas.	5	4	3	2	1
11	El significado que le doy a mi vida me ayuda a definir quién soy.	5	4	3	2	1
12	Mis creencias sobre el significado de la vida me sirven de guía para tomar decisiones.	5	4	3	2	1
13	El darle significado a mi vida es parte importante de mí.	5	4	3	2	1
14	Medito regularmente para alcanzar la paz interior.	5	4	3	2	1
15	Leo siempre libros de crecimiento espiritual y autoayuda.	5	4	3	2	1
16	El silencio y la soledad me permiten conocerme mejor.	5	4	3	2	1
17	Trato de vivir en armonía con la naturaleza y con los demás.	5	4	3	2	1
18	A menudo me involucro en programas para cuidar el medio ambiente.	5	4	3	2	1
19	Busco momentos para meditar sobre el significado de la vida.	5	4	3	2	1
20	Busco la belleza emocional y espiritual en la vida.	5	4	3	2	1
21	Trato de encontrar respuestas a las situaciones que me presenta la vida.	5	4	3	2	1
22	Trato de alcanzar la paz interior y la armonía.	5	4	3	2	1
23	Constantemente le busco un propósito a la vida.	5	4	3	2	1
24	Mi vida es un proceso de permanente cambio y está en constante crecimiento.	5	4	3	2	1
25	Busco tener un vínculo emocional fuerte con las personas que me rodean.	5	4	3	2	1
26	Mantener y fortalecer las relaciones con los demás es importante para mí.	5	4	3	2	1
27	Estoy desarrollando una visión muy personal de la vida.	5	4	3	2	1

ANEXO 13

ESCALA AGE UNIVERSAL I – E 12

Marque la respuesta que describa mejor su forma habitual de pensar, sentir o actuar.

MA = Muy de Acuerdo A = Acuerdo I = Indeciso						
D = Desacuerdo MD = Muy en desacuerdo						
N°	Preguntas	MA	A	I	D	MD
1	Mi actuar en la vida está basado en mis creencias religiosas.	5	4	3	2	1
2	Voy a la iglesia especialmente porque el ambiente social es bueno.	5	4	3	2	1
3	Me esfuerzo por vivir de acuerdo a mis creencias religiosas.	5	4	3	2	1
4	Oro principalmente para conseguir alivio y protección.	5	4	3	2	1
5	He sentido frecuentemente la presencia de Dios.	5	4	3	2	1
6	Voy a la iglesia porque disfruto viendo a las personas que conozco ahí.	5	4	3	2	1
7	Mi religión es fundamental porque me da respuestas sobre el sentido de la vida.	5	4	3	2	1
8	La religión me ofrece alivio en tiempos problemáticos y de tristeza.	5	4	3	2	1
9	Disfruto leyendo textos religiosos.	5	4	3	2	1
10	Voy a la iglesia porque me ayuda a conocer personas y hacer amigos.	5	4	3	2	1
11	Es importante para mí dar un tiempo a la oración.	5	4	3	2	1
12	La oración es un buen medio para obtener paz y felicidad.	5	4	3	2	1