

Correlación entre felicidad subjetiva y espiritualidad en estudiantes universitarios

Michelle Sánchez Singer¹, Roberto Portillo², María Andréa Maegli³

Resumen

El objetivo de este estudio fue determinar si existe una relación entre la felicidad subjetiva y la espiritualidad en estudiantes universitarios. La muestra fue conformada por 104 estudiantes activos de la Universidad Francisco Marroquín entre los 18 a 26 años ($x = 21$ años). Se administró la Escala de Felicidad de Alarcón - EFL ($\alpha = .942$), la Escala de Espiritualidad de Delaney - SS ($\alpha = .849$) y un cuestionario de datos sociodemográficos. Se encontró una correlación moderada entre las puntuaciones totales de ambas escalas ($r = .462$). Se encontró correlaciones fuertes y moderadas entre el factor de Autodescubrimiento de la Escala de Espiritualidad y cuatro factores de la Escala de Felicidad de Alarcón: Satisfacción por la Vida ($r = .541$), Realización Personal ($r = .618$), Sentido de Vida ($r = .448$) y Alegría de vivir ($r = .4662$) y la puntuación total de la Escala de Espiritualidad de Delaney ($r = .579$). Se concluye que el autodescubrimiento espiritual tiene una correlación significativa moderada con la felicidad en esta muestra.

Palabras clave: felicidad, espiritualidad, estudiantes universitarios, religiosidad, psicología positiva, factores protectores, familia.

¹ Correo electrónico - mishesanchez@ufm.edu

² Correo electrónico - joseportillo@ufm.edu

³ Correo electrónico - mariamaegli@ufm.edu

Introducción

Dentro del campo de la psicología positiva se toman en cuenta los factores de espiritualidad y felicidad. Dentro de la psicología clínica, ambos pueden ser clasificados como recursos de una persona y puede tomarse en cuenta como factores de pronóstico en una terapia. Esta investigación busca averiguar si existe una correlación entre el nivel de espiritualidad y el nivel de felicidad de estudiantes universitarios.

Tradicionalmente, la investigación en el campo de psicología de la salud se ha enfocado en recolectar datos de las enfermedades que puede padecer una persona, los factores protectores o positivos fueron dejados a un lado hasta que Martin Seligman y Mihaly Csikszentmihalyi⁴ propusieron una nueva rama de la psicología llamada «psicología positiva». Ésta, toma una visión integral del ser humano e incluye las fortalezas, la salud y los factores de personalidad positivos, con el objetivo de determinar cuáles son los factores que permiten que un individuo o una comunidad tengan éxito en sus vidas.

Entre los factores más estudiados en la psicología positiva está la felicidad. Debido a que el concepto de felicidad es concebido como un constructo, distintos autores han propuesto definiciones variadas para definir dicho constructo. Por ejemplo, Alarcón⁵ concluyó que la felicidad es «un estado afectivo de satisfacción plena que experimenta subjetivamente el individuo en posesión de un bien anhelado». Al analizar la frase se distingue que un bien puede ser material, moral, social o psicológico y que, si es anhelado, es porque se le atribuye subjetivamente un valor afectivo el cual agrega dicho deseo.

Por otro lado, Veenhoven⁶ hace énfasis en abordar la felicidad como un constructo subjetivo compuesto por un componente afectivo y otro cognitivo. Este autor aclara que, en términos simples, la felicidad se define como un estado de ánimo subjetivo en donde un individuo siente una apreciación general sobre su vida como un todo. Este constructo incluye un

⁴ Seligman y Csikszentmihalyi, 2000:5

⁵ Reynaldo, 2006: 98

⁶ Veenhoven, 2010.

componente subjetivo, el cual él lo llama estado afectivo hedonista y un componente cognitivo en donde el individuo percibe y acepta la diferencia entre lo que tiene y lo que desea. Para evaluar la felicidad, se pueden utilizar distintas técnicas. Debido a que la felicidad es una de las variables más estudiadas en la psicología positiva, se han desarrollado varias escalas que miden este constructo, como el *Oxford Happiness Inventory*⁷ y la *Escala de Bienestar Psicológico*⁸. Sin embargo, es necesario recordar que la elaboración de una escala depende del presupuesto teórico que se tiene sobre un determinado constructo. En el caso de la felicidad, es evidente que factores culturales afectan la concepción de una comunidad sobre qué exactamente es felicidad. Por lo tanto, se recomienda que al momento de hacer una evaluación sobre un constructo como la felicidad, se utilicen instrumentos validados o, mejor aún, creados específicamente para la población relevante. En el caso de América Latina, existen algunas escalas creadas por autores latinoamericanos cuyo enfoque es evaluar la felicidad desde la perspectiva latinoamericana⁹.

Adicional a la felicidad, la espiritualidad también ha sido estudiada como un factor dentro de la psicología positiva. A lo largo de la existencia humana se ha definido la espiritualidad desde distintas ciencias. Por ejemplo, la definición teológica de Von Balthasar¹⁰ indica que la espiritualidad es la actitud existencial con la cual el ser humano toma la religión. Desde un punto de vista psicológico, Vaughn¹¹ la define como la experiencia subjetiva de lo sagrado, que se puede manifestar en el interior de una persona y/o de una cultura; por lo tanto, no requiere de una institución religiosa para ser considerado como un fenómeno humano. Al fusionar la comprensión médica y psicológica del concepto se concluyó que es «la manera en que los individuos buscan y expresan su propósito y significado, y la manera en que

⁷ Argyle *et al.*, 1989.

⁸ Sánchez-Canovas, 1998.

⁹ Alarcón, 2006: 100.

¹⁰ Von Baltasar, 1965.

¹¹ Vaughan, 1991: 105.

experimentan la conexión con el momento, con sí mismos, otras personas, la naturaleza y lo que consideran sagrados». ¹²

Puchalski ¹³ explica la interpretación de textos de espiritualidad escritos por Viktor Frankl. En ellos, se indica que esta le da el máximo sentido y propósito a la vida de la persona y es la parte de sí que permite el altruismo, la esperanza y la fe para recuperarse de los sucesos negativos que acontecen. Agrega que la espiritualidad es de gran ayuda al enfrentar el sufrimiento y la enfermedad y que las comunidades espirituales como los centros religiosos promueven un ambiente de fe y esperanza.

Delaney definió la espiritualidad como «un fenómeno multidimensional que se experimenta de manera universal, en parte socialmente construido y es desarrollado individualmente a través de la vida» ¹⁴. De acuerdo a esta definición, la espiritualidad abarca tres contextos (personal, interpersonal y transpersonal), que consisten en cuatro dominios: poder superior, autodescubrimiento, relaciones y consciencia del ambiente.

En cuanto al desarrollo de lo espiritual a lo largo del ciclo vital, se han propuesto varios modelos que intentan describir cómo la espiritualidad se desarrolla a lo largo de la vida del ser humano. Algunos de estos modelos indican que el verdadero desarrollo espiritual comienza en la adolescencia, con un énfasis en el desarrollo intrapersonal, que luego se manifiesta en un énfasis en lo interpersonal a lo largo de los años hasta llegar a un verdadero desarrollo transpersonal. ¹⁵ A pesar que algunos modelos presentan un desarrollo compuesto por etapas (por ejemplo, el modelo de Fowler), es necesario aclarar que el desarrollo espiritual no se puede concebir como simplemente una serie de estadios lineales.

Cabe recalcar que espiritualidad y religiosidad no son sinónimas ya que la espiritualidad trasciende el ámbito físico, biológico y social. La religiosidad ¹⁶ va enfocada a la socialización

¹² Puchalski *et al.* 1991: 886.

¹³ Puchalski, 2006: 36.

¹⁴ Delaney, 2005: 146

¹⁵ Friedman *et al.* 2010

¹⁶ Emblen, 1992: 42.

de un grupo creyente que cumplirá una serie de ritos, tradiciones y actos impulsados por una creencia que dichas actividades los conectarán con una entidad divina. Por lo tanto, ambas llevan a actuar, pero una por medio de estatutos sociales y la otra por un deseo de autorrealización y trascendencia puramente propios. Ahora bien, la religiosidad puede aumentar la espiritualidad por diversas razones, entre ellas brindar un sentido de vida como puede ser ayudar al prójimo.

La medición objetiva de la espiritualidad desde una perspectiva psicológica presenta las mismas dificultades que la medición de cualquier constructo social. Se han propuesto varias escalas para la medición cuantificable de la espiritualidad de las personas; sin embargo, la mayoría de estas, han sido creadas para poblaciones anglosajonas, o están basadas en principios judeocristianos, usando la espiritualidad como sinónimo de la religiosidad.¹⁷

Tanto la felicidad como la espiritualidad han sido teorizados como variables influyentes entre sí. Martín Seligman¹⁸ comienza su libro *“Auténtica felicidad”*, en donde introduce la nueva corriente positiva de la psicología e indica que todo individuo tiene derecho a buscar la felicidad para obtener una vida con trascendencia, la cual llama vida espiritual. Viktor Frankl¹⁹ agrega la noodinámica, la cual define como aquella tensión en la dimensión espiritual entre lo que ha logrado y lo que desea lograr, dicho de manera más sencilla, las dificultades que se le presentan al sujeto y el deseo que tiene por el futuro. Cuando la persona es feliz, tiene mayor energía para alcanzar metas nuevas y su resistencia a obstáculos aumenta significativamente. Carr, en su libro *Positive psychology: The science of happiness and human strengths*²⁰, da la explicación de cuatro factores por los cuales se ha demostrado que las personas religiosas son más felices. 1. La religión provee un sistema de creencias para encontrar el sentido de vida, manteniendo el optimismo y la esperanza. 2. Al asistir a un grupo, genera un sentido de pertenencia y afiliación al mismo, brindando apoyo social. 3. Involucrarse en una religión se

¹⁷ Hall *et al.* 2008.

¹⁸ Seligman, 2003.

¹⁹ Frankl, 1991.

²⁰ Carr, 2011.

asocia con un estilo de vida físico y psicológico más saludable, incluyendo en el mismo: cohesión familiar, comportamiento altruista, mayor sentido de compromiso y moderación al comer y tomar. 4. Las prácticas religiosas como meditación, rezos, cantos y rituales inducen emociones positivas.

Finalmente, cabe mencionar que algunos estudios empíricos recientes han encontrado relación entre la espiritualidad y algunos indicadores de bienestar psicológico²¹; sin embargo, una revisión de la literatura demuestra que el estudio de estas dos variables no se ha realizado en poblaciones guatemaltecas de edad universitaria.

Al tomar en cuenta la información mencionada precedentemente, se planteó la siguiente pregunta: ¿existe una correlación entre felicidad y espiritualidad en estudiantes de pregrado de la UFM? La hipótesis de este estudio fue que existe una correlación positiva entre el nivel de espiritualidad y el nivel de felicidad.

Con esta investigación se busca definir la relación entre los factores de felicidad subjetiva y espiritualidad. Sumado a esto, este estudio busca determinar si factores sociodemográficos o factores relacionados a la religiosidad puedan afectar la posible relación entre la felicidad subjetiva y la espiritualidad.

El presente estudio tuvo un alcance correlacional, ya que se evaluó la relación entre las escalas de Espiritualidad de Delaney y de Felicidad de Lima de Alarcón.

Método

Se realizó un estudio con el fin de encontrar una relación entre la felicidad subjetiva y la espiritualidad del individuo donde no se manipulan las variables sino solamente se analizan. Se utilizó un diseño cuantitativo, no experimental, de corte transversal y alcance correlacional.

²¹ Chaves *et al.* 2015.

Participantes

La muestra fue conformada por 104 personas (79 mujeres). La media de edad fue 21.34 (rango= 18-26, SD=1.530). Todos los participantes son estudiantes de pregrado de la Universidad Francisco Marroquín de Guatemala y fueron seleccionados por medio de un muestreo por conveniencia. Los criterios de inclusión para el estudio fueron que tuvieran entre 18 y 30 años y fueran estudiantes de pregrado activos de la Universidad Francisco Marroquín. Se excluyeron de la investigación a quienes estuvieran familiarizados con la hipótesis de esta.

Instrumentos

Para la evaluación, fueron utilizados un consentimiento informado, dos escalas estandarizadas y un cuestionario de datos sociodemográficos.

Escala de Felicidad de Lima de Alarcón

La Escala de Felicidad de Lima de Alarcón (2006)²² contiene 27 ítems de tipo Likert con cinco opciones de respuesta: totalmente de acuerdo, de acuerdo, ni de acuerdo ni desacuerdo, desacuerdo y totalmente desacuerdo. Durante el proceso de validación realizado por Reynaldo Alarcón, esta escala fue administrada a 709 peruanos entre los 20 y 30 años. Mostró una consistencia interna de α de Cronbach= 0.916. Se evaluó la validez de constructo mediante el análisis factorial exploratorio, a través del método de componentes principales con rotación Varimax, observándose que los ítems se agrupan en cuatro factores con altas saturaciones factoriales (0.413 a 0.689). Estos factores se componen de los siguientes ítems:

F1. Ausencia de sufrimiento profundo: 2, 7, 11, 14, 17, 18, 19, 20, 22, 23 y 26.

F2. Satisfacción con la vida: 1, 3, 4, 5, 6 y 10.

F3. Realización personal: 8, 9, 21, 24, 25 y 27

F4. Alegría de vivir: 12, 13, 15 y 16.

²² Alarcón, 2006, 95-102.

La Escala de Espiritualidad de Delaney²³ cuenta con 15 ítems tipo Likert con seis opciones de respuesta que varían entre fuertemente en desacuerdo a fuertemente de acuerdo. La versión utilizada en este estudio fue la validación de González-Rivera²⁴. La validación de González-Rivera se realizó con 328 puertorriqueños entre 21 y 65 años y de diversos estados civiles. Dicho estudio mostró una consistencia interna de α de Cronbach de 0.92. Se evaluó la validez de constructo mediante el método de extracción “Principal Axis Factoring” con rotación oblicua Oblimin, observándose que los ítems se agrupan en tres factores con altas saturaciones factoriales (0.482 a 0.962). Los factores se componen por los siguientes ítems:

F1. Poder Superior/Inteligencia Universal: 3, 5, 10, 11, 12 y 14.

F2. Relaciones con otros: 6, 7, 9 y 13.

F3. Auto-descubrimiento: 1, 2, 4, 8 y 15.

Ambas escalas fueron cuantificadas para brindar una puntuación general de espiritualidad o felicidad. Se realizó un análisis de Alfa-Cronbach de ambos instrumentos en este estudio. La Escala de Espiritualidad de Delaney mostró una consistencia interna buena ($\alpha = .849$) y consistencias aceptable a excelente para cada una de las tres subescalas ($\alpha > 0.622$). La Escala de Felicidad de Lima de Alarcón obtuvo una consistencia interna excelente ($\alpha = .942$) y consistencias aceptable a bueno para cada una de las cuatro subescalas ($\alpha > .78$).

Procedimiento

Todos los instrumentos fueron administrados de manera electrónica. Se utilizó la plataforma “Google Forms” para dicha encuesta. Primero, se presentaban las 27 preguntas de la Escala de Felicidad. Después los 15 ítems de la Escala de Espiritualidad y posteriormente un cuestionario final de datos sociodemográficos. En el cuestionario posterior, se encontraban espacios vacíos de respuesta corta para que el individuo informe su género, edad, facultad, estado civil, religión y si tenían las mismas creencias religiosas que su familia de origen. Este

²³ Delaney, 2006, 145-167.

²⁴ González-Rivera *et al.*, 2017, 296-320.

fue creado por los autores de esta investigación para recopilar datos demográficos y de prácticas religiosas. Sumado a esto, se les pidió que califiquen su participación en actividades religiosas puntuándola con unidades subjetivas de uno a diez y que eligieran una opción (diariamente, semanalmente, mensualmente, muy de vez en cuando o casi nunca) para describir cuántas veces decían una oración religiosa. Finalmente, se codificaron los datos.

Análisis

Al finalizar la recolección de información, se creó una base de datos en Microsoft Excel. Para la fase de resultados se tomaron como válidas aquellas escalas que fueron llenadas completamente; esto deja una muestra total de 104 personas. Tras este proceso, la base de datos fue trasladada al programa SPSS v.25. Se realizó un análisis de estadística descriptiva de los datos sociodemográficos, las prácticas religiosas y las puntuaciones de cada escala. Luego, se realizó un análisis de normalidad y finalmente se realizó un análisis de correlación entre las variables utilizando un coeficiente de correlación de Spearman con un nivel de confiabilidad de 95%.

Consideraciones éticas

La información que se obtuvo fue manejada con discreción y confidencialidad. Entre los resultados no aparecerán los nombres de los que participaron ni sus correos electrónicos. Los datos que serán expuestos a continuación son anónimos y generales.

Previamente a las escalas se presentó un consentimiento informado, el cual se encuentra como Anexo 1, que brindó información respecto al uso de los datos recolectados y afirmaba una participación voluntaria. Se aceptaba seleccionando la opción llamada “acepto”. Dentro del mismo, se incluyó información respecto a la confidencialidad con la cual se manejan los datos, que son recolectados y se explica que si desea obtener algún dato o información respecto a la investigación puede comunicarse al correo de la investigadora. También se

brinda el correo de las supervisoras de investigación en caso de que consideren pertinente notificar alguna falta ética.

Resultados

A continuación, se presentan los resultados de este estudio. Primero se presenta la estadística descriptiva dentro de la cual se tomó en cuenta los datos sociodemográficos y las puntuaciones de ambas escalas. Después, se presenta la estadística inferencial en donde se describe las correlaciones encontradas entre las escalas y las subescalas.

Estadística descriptiva

La muestra fue compuesta por 104 personas, de las cuales 79 fueron mujeres y la media de edad fue de 21.34 años.

Las Tablas A1-A3 de la sección de Anexos describen algunas características relevantes sobre la religiosidad de la muestra. En la Tabla A1 se puede observar que el 55.8% de la muestra se identifica con la religión católica y el 28.8 se identifica con la religión cristiano/evangélica. Menos del 5% de la muestra no se identifica como creyente de alguna religión. La Tabla A2 demuestra que el 42.3% de la muestra dice una oración religiosa diariamente, mientras que el 28.9% dice una oración religiosa muy de vez en cuando o casi nunca. La Tabla A3 indica que el 81.7% de la muestra tiene las mismas creencias que sus padres mientras que el 17.3% afirma que no tiene las mismas creencias religiosas que sus progenitores.

Tabla 1:

Resultados de la Escala de Felicidad de Lima de Alarcón

	Media	DE	Min	Max
Subescala 1 - Sentido positivo de la vida (55)	44.43	6.559	22	53
Subescala 2 - Satisfacción con la vida (30)	23.15	4.093	12	30
Subescala 3 - Realización personal (30)	21.29	4.543	10	30
Subescala 4 - Alegría de vivir (20)	16.41	2.878	9	20
Puntuación total de Escala de Felicidad de Lima de Alarcón (135)	105.29	15.814	61	129

n= 104

Fuente: elaboración propia

La Tabla 1 resume la estadística descriptiva de los resultados de la muestra en la Escala de Felicidad de Lima de Alarcón. Se presenta las medias obtenidas en cada subescala y la media de la puntuación total de la escala. Los valores en paréntesis hacen referencia a la puntuación máximo posible en el respectivo rubro. Por lo tanto, la media de toda la muestra en el resultado final fue de 105.29 (SD=15.814), cuando la puntuación máxima posible era de 135 puntos.

Tabla 2:

Resultados de la Escala de Felicidad de Lima de Alarcón

	Media	DE	Min	Max
Subescala 1 - Autodescubrimiento (30)	20.08	4.916	9	30
Subescala 2 - Relación con otros (24)	21.97	2.403	11	24
Subescala 3 - Poder superior (36)	28.02	8.162	6	36
Puntuación total de Escala de Espiritualidad de Delaney (90)	70.07	11.816	42	90

n= 104

Fuente: elaboración propia

La Tabla 2 resume la estadística descriptiva de los resultados de la muestra en la Escala de Espiritualidad de Delaney. Se presenta las medias obtenidas en cada subescala y la media de la puntuación total de la escala. Los valores en paréntesis hacen referencia a la puntuación máximo posible en el respectivo rubro. Por lo tanto, la media de toda la muestra en el resultado final fue de 105.29 (SD=15.814), cuando la puntuación máxima posible era de 135 puntos.

La Tabla A4, en Anexos, presenta las medias de los resultados de las escalas de acuerdo a grupos clasificados con base en la religión, la frecuencia de oración religiosa y la concordancia entre creencias de los estudiantes y los padres. Es necesario mencionar que, debido a la distribución no heterogénea de la muestra, no es posible hacer comparaciones estadísticas equitativas entre estos grupos.

Estadística inferencial

Se realizaron pruebas de normalidad para determinar la distribución de la muestra y las respectivas pruebas que se utilizarían para la estadística inferencial. Para ambas escalas, la prueba Kolmogorov-Smirnov ($p < 0.05$) determinó que la muestra no se distribuye de forma normal para ninguna de las escalas. Por lo tanto, se utilizó una prueba no paramétrica para determinar la correlación de las variables para esta muestra.

Tabla 3:

Correlación de Rho de Spearman entre la Escala de Felicidad de Lima de Alarcón (EFL) y la Escala de Espiritualidad de Delaney (ESD)

	EFL - Sentido positivo de la vida	EFL - Satisfacción con la vida	EFL - Realización personal	EFL - Alegría de vivir	EFL - Puntuación total	ESD - Autodescubrimiento	ESD - Relación con otros	ESD - Poder superior	ESD - Puntuación total
1. Sentido positivo de la vida	1.00								
EFL (felicidad)									
2. Satisfacción con la vida	.658**	1.00							
3. Realización personal	.636**	.809**	1.00						
4. Alegría de vivir	.586**	.696**	.639**	1.00					
Puntuación total EFL	.852**	.896**	.890**	.795**	1.00				
ESD (espiritualidad)									
1. Autodescubrimiento	.448**	.541**	.618**	.462**	.579**	1.00			
2. Relación con otros	.156	.163	.241*	.195*	.221*	.374**	1.00		
3. Poder superior	.305**	.288**	.197*	.306**	.312*	.439**	.173	1.00	
Puntuación total ESD	.371**	.381**	.380**	.375**	.426**	.775**	.400**	.854**	1.00

n= 104

**Correlación significativa a nivel de confiabilidad 0.01 (2 colas)

*Correlación significativa a nivel de confiabilidad 0.05 (2 colas)

La Tabla 3 presenta las correlaciones encontradas entre las subescalas y las escalas de este estudio. De esta tabla se pueden observar tres hallazgos.

El primero es que las puntuaciones totales de la Escala de Felicidad de Lima y la Escala de Espiritualidad de Delaney presentan una correlación moderada ($r=0.426$, $p<0.01$).

El segundo hallazgo es que la subescala de Autodescubrimiento de la Escala de Felicidad de Lima presenta correlaciones moderadas con todas las subescalas y la puntuación total de la Escala de Espiritualidad de Delaney ($r>.448$, $p<0.01$).

Finalmente, el tercer hallazgo relevante es que la subescala de Relación con Otros de la Escala de Espiritualidad de Delaney no tuvo correlaciones significativas con ninguna de las subescalas de felicidad.

Adicionalmente, es evidente que, al evaluar las correlaciones entre las subescalas de la Escala de Espiritualidad de Delaney y la puntuación total de la misma, aunque las tres subescalas

tienen una correlación significativa con la puntuación total, la correlación entre la subescala de Relaciones con Otros y la puntuación total de Espiritualidad ($r=.400$, $p<0.01$) es bastante más baja que las correlaciones de las otras dos subescalas con la puntuación total ($r=.775$ y $r=.854$, $p<0.01$).

Discusión

A partir de los resultados presentados anteriormente, se pueden discutir dos grandes hallazgos: los altos niveles de espiritualidad y felicidad de la muestra y las relaciones encontradas entre las variables objeto de este estudio.

Los participantes de este estudio obtuvieron resultados que reflejan una alta felicidad subjetiva y un alto nivel de espiritualidad. Se ha teorizado que puntuaciones arriba de 80 en la Escala de Felicidad de Lima indican que una persona es feliz y puntuaciones arriba de 50 en la Escala de Espiritualidad de Delaney indican que una persona es espiritual; las medias de esta muestra superan ambas puntuaciones, por lo que es evidente que esta muestra es altamente feliz y espiritual. Las razones detrás de este hallazgo pueden ser varias.

Con respecto a la felicidad, estudios longitudinales han determinado que aquellas poblaciones universitarias que demuestran ser más felices y reportan un mayor bienestar psicológico son aquellas poblaciones que pertenecen a niveles socioeconómicos medios o altos y, más importante, aquellas que cultivan las relaciones sociales²⁵. Es necesario recordar que la muestra de nuestro estudio pertenece a una universidad privada, en donde gran parte de su población estudiantil pertenece a una clase socioeconómica media o alta²⁶ en un país conservador latinoamericano. Además, las relaciones sociales y familiares son de extrema importancia en una cultura colectivista como la guatemalteca²⁷, y tal y como se evidencia en los resultados, la mayor parte de los participantes reportaron tener las mismas creencias religiosas que sus padres, lo que podría dar indicio que existe un nivel de concordancia y

²⁵Johnson y Acabchuk, 2018.

²⁶Duriez y Obregón, 2016.

²⁷Hofstede, 2016.

aceptación entre las familias de los participantes. Debido a que se ha encontrado que la satisfacción con las relaciones sociales son uno de los mayores predictores de felicidad, el nivel de apoyo familiar percibido podría ser un factor en el que se debería ahondar para futuras investigaciones de esta temática y con esta población.

En cuanto a los altos niveles de espiritualidad reportados, es necesario recordar que la espiritualidad y la religión tienen una estrecha relación, por lo tanto, es necesario describir algunas características sobre la religiosidad de la muestra. La mayoría de los participantes de la muestra reportaron identificarse con alguna religión, en su mayoría, con la religión católica, seguida por la cristiana/evangélica. Estos datos concuerdan con reportes del Pew Research Center que explica que un gran porcentaje de las poblaciones latinoamericanas se identifican, ya sea como católicos o como evangélicos, siendo este último la identificación religiosa con mayor crecimiento en los últimos años²⁸. Como se mencionó anteriormente, la mayoría de los participantes afirman tener las mismas creencias religiosas que sus padres; sin embargo, se ha reportado que, cada año, más practicantes criados como católicos adoptan una identidad evangélica en países latinoamericanos²⁹.

Ahora bien, ya ha quedado claro que la espiritualidad y la religiosidad no son sinónimos, pero es difícil lograr discernir entre prácticas religiosas y vidas espirituales. Por ejemplo, en esta muestra es evidente que, aunque la mayoría se identifica con alguna religión, las prácticas religiosas per se (en especial el decir una oración religiosa) se comportan de forma más volátil: mientras casi el 45% de la muestra afirma decir una oración religiosa de forma diaria, un 30% reporta que casi nunca dice una oración religiosa. Sin embargo, los niveles de espiritualidad son uniformemente altos en toda la muestra. Esta aparente discrepancia en realidad ha sido reportada anteriormente, en donde se ha encontrado que más y más personas tienden a vivir vidas espirituales, pero también tienden a alejarse de la religiosidad institucional³⁰. Esta tendencia también se ha visto desde un punto de vista de desarrollo, en donde se explica que,

²⁸ Pew Research Center, 2014.

²⁹ *ibid.*

³⁰ Pew Research Center, 2012.

durante la juventud, las prácticas religiosas usualmente disminuyen y luego aumentan durante la vejez, pero la espiritualidad no sigue necesariamente el mismo patrón, sino que varía por razones culturales e históricas³¹.

Con respecto a las correlaciones encontradas, la correlación moderada entre felicidad y espiritualidad concuerda con estudios anteriores³²³³. Sin embargo, es necesario recordar que las correlaciones más fuertes fueron entre la subescala de Autodescubrimiento y todas las subescalas de felicidad. Según Delaney, la subescala de autodescubrimiento hace alusión a la espiritualidad intrapersonal. Desde el punto de vista de la psicología del desarrollo, las personas jóvenes se encuentran en un período de desarrollo de identidad, por lo tanto, se podría teorizar que, del desarrollo espiritual, el desarrollo del autodescubrimiento debiera ser uno de los factores de mayor prioridad para los adolescentes y adultos jóvenes. Por lo tanto, el hecho que los participantes de este estudio —cuya edad promedio fue de 21 años— hayan obtenido correlaciones significativas entre el autodescubrimiento espiritual y la felicidad subjetiva concuerda con lo que la teoría estipula: el autodescubrimiento espiritual tiene una relación fuerte con la felicidad durante la adultez emergente y, probablemente, sea de mayor prioridad que la cultivación de relaciones con otros o la creencia en un poder superior.

Ahora bien, este fue un hallazgo específico de la muestra de este estudio. Debido a las características particulares de la muestra, sería incorrecto generalizar esta relación a jóvenes guatemaltecos que posean características sociodemográficas diferentes. Por lo tanto, es necesario seguir explorando cómo se comportan ambas mediciones (de felicidad y de espiritualidad) con otros grupos culturales y sociodemográficos.

Curiosamente, la subescala de Relaciones con Otros no obtuvo correlaciones significativas con las otras subescalas de felicidad. Al examinar de forma más detenida los ítems de esta subescala, se encontró que el ítem 7 de la escala se comporta de manera más sesgada al resto de los ítems de la subescala y de la escala en general. El ítem 7 (*Yo valoro el mantener y*

³¹ Pew Research Center, 2018.

³² Velásquez-Velásquez y Góngora, 2012.

³³ Mafla, 2013.

alimentar mis relaciones con los demás) obtuvo puntuaciones homogéneas altas en toda la muestra, a diferencia del resto de ítems cuyas puntuaciones fueron más variadas. De nuevo, esta *anomalía* en la distribución de respuestas podría reflejar la cultura colectivista guatemalteca, en donde se da por sentado «mantener y alimentar las relaciones con los demás», y, por lo tanto, no necesariamente refleja una dimensión de la espiritualidad ni tampoco guarda verdadera relación con la felicidad subjetiva. Sin embargo, este es un factor que debería ser estudiado de forma más detallada, posiblemente con una metodología mixta, para determinar si la definición de espiritualidad de Delaney se aplica a toda la población guatemalteca y definir si esta subescala o este ítem particular podría ser modificado.

La limitación principal del estudio fue el tamaño de la muestra, debido a que fue pequeña y por conveniencia. Esto resultó en que la misma no se distribuyó de forma normal, por lo que los resultados no se pueden generalizar. Además, debido al tamaño limitado de la muestra y a la poca heterogeneidad de esta, fue imposible hacer cálculos estadísticos adecuados para comparar resultados al dividir la muestra de acuerdo a criterios sociodemográficos o de prácticas religiosas. Otra limitante fue el corto período de tiempo en el que se debió realizar esta investigación, ya que hubiera sido ideal poder seguir explorando la temática por medio de una investigación cualitativa, en especial para profundizar la relación entre el autodescubrimiento espiritual y la felicidad subjetiva. Para futuras investigaciones se recomienda una muestra más grande pero igualmente variada y que se continúe investigando la temática por medio de diseños cualitativos.

Referencias

- Alarcón, Reynaldo, “Desarrollo de una escala factorial para medir la felicidad” en *Interamerican Journal of Psychology*, 2006, 95-102.
- Argyle, Michael, Martin, M, y Crossland, J., Happiness as a function of personality and social encounters. En Joseph Paul Forgas & John Michael Innes (Eds.), *Recent advances in social psychological: An international perspective*, 1989, North-Holland: Elsevier, 189-203.
- Balthasar, Hans. *Exploration of Theology*. New York, New York, Herder and Herder, Estados Unidos, 1965.
- Carr, Alan, *Positive psychology: The Science of Happiness and Human Strengths*, Routledge, Londres, 2011.
- Chaves, Erika, Iunes, Denise, Moura, Caroline, Carvalho Leonardo, Silva Andreia, Carvalho Emilia. Anxiety and spirituality in university students: a cross-sectional study. *Rev Bras Enferm*. 68(3), 2015, :444-9. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167.2015680318i>
- Delaney, Colleen. The Spirituality Scale: holistic assessment of the human spiritual dimension. *Journal Holistic Nursing*, 2005, 23 (1), 145-167.
- Delaney, Colleen. The Spirituality Scale: holistic assessment of the human spiritual dimension, in *Journal Holistic Nursing*, 2006, 23 (1), 145-167.
- Duriez, Maribel y Obregón, Gabriela. *Educación superior en Iberoamérica: Informe Nacional Guatemala*, 2016, <http://www.cinda.cl/wp-content/uploads/2016/11/GUATEMALA-Informe-Final.pdf>, consultado el 2 de mayo de 2018.
- Emblen, Julia, Religion and spirituality defined according to current use in nursing literature, *Journal of Professional Nursing*, 1992, 8, 41–47.
- Frankl, Viktor. *El hombre en búsqueda del sentido*. Herder, Barcelona, 1991.
- Friedman, Harris, Krippner, Stanley, Riebel, Linda, & Johnson, Chad. Transpersonal and other models of spiritual development. *International Journal of Transpersonal Studies*, 2010, 29(1), 79–94. <http://dx.doi.org/10.24972/ijts.2010.29.1.79>

González-Rivera, Juan Aníbal, Adaptación y validación de la Escala de Espiritualidad de Delaney en una muestra de adultos puertorriqueños, in *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 2017, 296-320.

Hall, David, Meador, K. y Koenig, Harold., Measuring religiousness in health research: review and critique. *Journal of Religion and Health*, 2008, 47, 134-163.

Hofstede Insights, *Guatemala*, <https://www.hofstede-insights.com/country/guatemala/>, consultado el 2 de septiembre de 2018.

Johnson, Blair y Acabchuk, Rebecca, What are the keys to a longer, happier life? Answers from five decades of health psychology research, *Social Science and Medicine*, 2018, 196, 218--226.

Mafla, Nelson, Función de la religión en la vida de las personas según la psicología de la religión, *Theologica Xaveriana*, 2013, 429-459.

Organización Mundial de la Salud. *Salud Mental: Un estado de bienestar*, http://www.who.int/features/factfiles/mental_health/es/, consultado el 30 de abril de 2018.

Pew Research Center, *Nones on the Rise*, 2012, <http://www.pewforum.org/2012/10/09/nones-on-the-rise/>, consultado el 2 de octubre de 2018.

Pew Research Center, *Religion in Latin America*, 2014, <http://www.pewforum.org/2014/11/13/religion-in-latin-america/>, consultado el 2 de octubre de 2018.

Pew Research Center, *Religion in Everyday Life*, 2016, <http://www.pewforum.org/2016/04/12/religion-in-everyday-life/>, consultado el 2 de octubre de 2018.

Pew Research Center, *The Age Gap in Religion Around the World*, 2018, <http://www.pewforum.org/2018/06/13/the-age-gap-in-religion-around-the-world/>, consultado el 2 de octubre de 2018.

Puchalski, Cristina, Ferrell, B., Virani, R., Otis-Green, S., Baird, P., Chochinov, H., Improving the quality of spiritual care as a dimension of palliative care: the report of the Consensus

Conference. *Journal of Palliative Medicine*, Centro para el Avance de los Cuidados Paliativos y la Asociación de Enfermeras Paliativas y Hospiciosas, 1991, 885-904.

Puchalski, (2006). Spiritual Assessment in Clinical Practice. *Psychiatric Annals*, 36.

Sánchez-Canovas, José. *Escala de bienestar psicológico*, TEA Ediciones, S.A., Madrid, 1998.

Seligman, Martín. *Auténtica felicidad*. Ediciones B, S.A, Barcelona, 2003.

Seligman, Martin, y Mihaly Csikszentmihalyi. Positive Psychology: An introduction. *The American Psychologist*, 55, 1, American Psychological Association, Enero 2000, 5-14.

Veenhoven, Ruut. *How universal is happiness?* Oxford University Press, Oxford, 2000.

Vásquez-Velázquez, Irene, En presencia psicológica: Aportes de investigación psicológica. *Explorando relaciones y diferencias ¿Son más felices las personas espirituales?*, 2012, Universidad Autónoma de Yucatán, Mérida, Yucatán, México.

Vaughan, Frances, Spiritual issues in psychotherapy, *The journal of transpersonal psychology*, 23, Association of Transpersonal Psychology, 1991, 105-110.

Anexos

Anexo 1 - Consentimiento informado

El estudio presentado a continuación se enfoca en recolectar datos en cuanto a la felicidad subjetiva y el área espiritual del ser humano. Es llevado a cabo por la estudiante Michelle Sánchez, carné 20130893 del departamento de Psicología en la Universidad Francisco Marroquín para la clase Seminario de Investigación a cargo de la MSc. Regina Fernández y MSc. María Andrée Maegli. Se administrarán dos escalas: la Escala de Espiritualidad de Delaney y la Escala de Felicidad de Alarcón. Para responder elija el número que mejor describa su situación o con el cual se sienta más identificado. Tiene una duración aproximada de 20 minutos y no evalúa conocimientos ni posee una respuesta correcta o incorrecta. La información recolectada en la investigación será codificada y por lo tanto se mantendrá anónima para garantizar la confidencialidad según la legislación vigente. Si en algún momento del proceso de evaluación desea retirarse puede hacerlo sin ninguna consecuencia. Al presionar la opción “aceptar”, usted accede a lo siguiente:

- He leído y comprendido el consentimiento informado.
- Mis dudas respecto a la investigación han sido resueltas.
- Estoy participando voluntariamente.
- Comprendo que puedo retirarme en cualquier momento.
- Comprendo que la información será confidencial.
- Doy el derecho de utilizar la información que brindo al investigador correspondiente con fines científicos.

Si desea comunicarse con las catedráticas del curso lo puede hacer a través de los siguientes correos electrónicos: regis@ufm.edu o mariamaeqli@ufm.edu. Si desea conocer los resultados de la investigación o tiene una duda respecto a la misma comuníquese con la investigadora a: mishesanchez@ufm.edu.

Anexo 2 - Estadística descriptiva

Tabla A1:

Frecuencia de tipo de religión

Religión	Frecuencia	Porcentaje
Católico	58	55.8
Cristiano/evangélico	30	28.8
Judío	2	1.9
Islam	1	1.0
Taoísmo	1	1.0
Agnóstico	7	6.7
Ninguna	5	4.8
Total	104	100

n= 104

Fuente: elaboración propia

Tabla A2:

Frecuencia de oración religiosa

Periodicidad	Frecuencia	Porcentaje
Diario	44	42.3
Semanal	21	20.2
Mensual	9	8.7
Muy de vez en cuando/casi nunca	30	28.9
Total	104	100

n= 104

Fuente: elaboración propia

Tabla A3:

Frecuencia de creencias religiosas igual que sus padres

Periodicidad	Frecuencia	Porcentaje
Sí	85	81.7
No	18	17.3
Total	104	100

n= 104

Fuente: elaboración propia

Tabla A4:

Datos descriptivos de las puntuaciones de acuerdo a grupos

		Número de participantes	Media de Escala de Felicidad de Lima (DE)	Media de Escala de Espiritualidad de Delaney (DE)
Religión	Católico	58	105.79	70.78
	Cristiano/ evangélico	30	103.80	72.17
	Judío	2	117.00	78
	Islam	1	109.00	78
	Taoísmo	1	125	89
	Agnóstico	7	99.86	53.43
	Ninguna	5	106.6	64
Frecuencia de oración religiosa	Diario	44	109.34	75.89
	Semanal	21	101.57	72.48
	Mensual	9	102.56	69.22
	Muy de vez en cuando/casi nunca	30	102.77	60.1
	Misma creencia que padres			
Sí	85	106.08	72.40	
No	18	102.67	60.06	

n= 104

Fuente: elaboración propia