



Una Institución Adventista

Bienestar espiritual y felicidad en miembros de la Iglesia Adventista del
Séptimo Día del distrito de Lince, 2016

Kathy Elizabeth Hidalgo Rivera

Lima, febrero de 2017

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
Escuela Profesional de Psicología



Una Institución Adventista

Bienestar espiritual y felicidad en miembros de la Iglesia Adventista del
Séptimo Día del distrito de Lince, 2016

Autora:

Kathy Elizabeth Hidalgo Rivera

Asesora:

Mg. Aida Chelita Santillán Mejía

Lima, febrero de 2017

Como citar:

Estilo APA

Hidalgo, K. (2017). *Bienestar espiritual y felicidad en miembros de la Iglesia Adventista del Séptimo Día del distrito de Lince, 2016*. (Tesis para licenciatura). Universidad Peruana Unión, Lima.

Estilo Vancouver

Hidalgo, K. Bienestar espiritual y felicidad en miembros de la Iglesia Adventista del Séptimo Día del distrito de Lince, 2016. [Tesis para licenciatura]. Lima: Universidad Peruana Unión., 2017.

Estilo Turabian

Hidalgo Rivera, Kathy E. "Bienestar espiritual y felicidad en miembros de la Iglesia Adventista del Séptimo Día del distrito de Lince, 2016". Tesis de licenciatura, Universidad Peruana Unión, 2017.

Ficha catalográfica elaborada por el Centro de Recursos para el Aprendizaje y la Investigación – CRAI – de la UPeU

TPS Hidalgo Rivera, Kathy Elizabeth
2 Bienestar espiritual y felicidad en miembros de la Iglesia Adventista del
H51 Séptimo Día del distrito de Lince, 2016. / Autora: Kathy Elizabeth Hidalgo Rivera;
2017 Asesor: Mg. Aida Chelita Santillán Mejía. -- Lima, 2017.
99 páginas: anexos, tablas.

Tesis (Licenciatura)--Universidad Peruana Unión. Facultad de Ciencias de la Salud.
EP. de Psicología, 2017.
Incluye referencias y resumen.
Campo del conocimiento: Psicología.

1. Bienestar espiritual. 2. Religión 3. Felicidad.

CDD 158

DECLARACIÓN JURADA
DE AUTORÍA DEL INFORME DE TESIS

Aida Chelita Santillán Mejía, de la Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Psicología, de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que el presente informe de investigación titulado: "Bienestar espiritual y felicidad en miembros de la Iglesia Adventista del Séptimo Día del distrito de Lince, 2016" constituye la memoria que presenta la Bachiller Kathy Elizabeth Hidalgo Rivera para aspirar al título de Profesional de Licenciatura de Psicología ha sido realizada en la Universidad Peruana Unión bajo mi dirección.

Las opiniones y declaraciones en este informe son de entera responsabilidad del autor, sin comprometer a la institución.

Y estando de acuerdo, firmo la presente declaración en Lima, a los 02 días del mes de Marzo, del año 2017.



Aida Chelita Santillán Mejía

Bienestar espiritual y felicidad en miembros de la Iglesia Adventista del Séptimo Día del distrito de Lince, 2016

TESIS

Presentada para optar el título profesional de Psicólogo

JURADO CALIFICADOR


Psic. Maria Angelica Aponte Olaya
Presidenta


Psic. Isaac Alex Conde Rodriguez
Secretario


Psic. Josias Trinidad Ticse
Vocal


Psic. Sara Domenica Hidalgo Anchiraico
Vocal


Mg. Aida Chelita Santillán Mejía
Asesora

Ñaña, 13 de febrero de 2017

Dedicatoria

Dedicado a mis padres Niels y Elizabeth, por su amor y constante apoyo. También, a mis hermanas Lily y Fanny por su motivación, guía y amor incondicional.

Agradecimientos

Agradezco en primer lugar a Dios, quien me brinda cada momento todos los recursos espirituales y emocionales para desenvolverme en esta vida.

A mis padres y hermanas por su apoyo constante, motivación, guía y amor incondicional.

A mis amigos de la Iglesia Adventista de Lobatón por sus oraciones y motivación constante.

Al pastor William Vílchez y a los miembros de la Iglesia Adventista de Lince por su gentil apoyo al ser partícipes de este estudio.

A mi asesora Chelita Santillán por su ayuda y confianza en el desarrollo de este estudio.

Finalmente, a los directivos, profesores, tutores y compañeros que participaron gentilmente en este proyecto.

Índice de Contenido

.....	iii
.....	iv
Dedicatoria.....	v
Agradecimientos.....	vi
Índice de Tablas.....	x
Índice de Anexos.....	xii
Nomenclatura y/o símbolos usados.....	xiii
Resumen.....	xiv
Abstract.....	xv
Introducción.....	xvi
Capítulo I.....	18
El problema.....	18
1. Planteamiento del problema.....	20
2. Pregunta de investigación.....	20
2.1 Pregunta general.....	20
2.2 Preguntas específicas.....	21
3. Justificación.....	22
4. Objetivos de la investigación.....	22
4.1 Objetivo general.....	22
4.2 Objetivos específicos.....	23
Capítulo II.....	23
Marco teórico.....	23
1. Marco bíblico filosófico.....	25
2. Antecedentes de la investigación.....	25
2.1 Antecedentes internacionales.....	27

3. Marco conceptual.....	30
3.1 Bienestar espiritual.....	30
3.2 Felicidad.....	37
3.3 Marco teórico referente a la población de estudio.....	42
4. Definición de términos.....	46
5. Hipótesis de la investigación.....	47
5.1 Hipótesis general.....	47
5.2 Hipótesis específicas.....	47
Capítulo III.....	49
Materiales y métodos.....	49
1. Diseño y tipo de investigación.....	49
2. Variables de la investigación.....	49
2.1 Definición conceptual de las variables.....	49
2.2 Operacionalización de las variables.....	50
3. Delimitación geográfica y temporal.....	52
4. Participantes.....	52
4.1 Características de la muestra.....	52
4.2 Criterios de inclusión y exclusión.....	54
5. Instrumentos.....	55
5.1 Escala de Bienestar Espiritual.....	55
5.2 Escala de Felicidad de Lima.....	58
6. Proceso de recolección de datos.....	59
7. Procesamiento y análisis de datos.....	59
Capítulo IV.....	52
Resultados y Discusión.....	52
1. Resultados.....	54
1.1 Análisis descriptivo.....	55

1.2 Prueba de normalidad.....	55
1.3 Análisis de correlación.....	58
2. Discusión.....	59
Capítulo V.....	59
Conclusiones y recomendaciones.....	52
1. Conclusiones.....	52
2. Recomendaciones.....	54
Referencias.....	55
Anexos.....	55

Índice de Tablas

Tabla 1. Cuadro de operacionalización de la variable Bienestar Espiritual.....	50
Tabla 2. Cuadro de operacionalización de la variable Felicidad.....	51
Tabla 3. Características sociodemográficas de los miembros de la Iglesia Adventista del Séptimo Día del distrito de Lince.....	53
Tabla 4. Bienestar espiritual en miembros de la Iglesia Adventista del distrito de Lince.....	61
Tabla 5. Bienestar espiritual según sexo.....	62
Tabla 6. Bienestar espiritual según edad.....	62
Tabla 7. Bienestar espiritual según estado civil.....	63
Tabla 8. Bienestar espiritual según procedencia.....	63
Tabla 9. Bienestar espiritual según tiempo de bautismo.....	64
Tabla 10. Niveles de felicidad y sus dimensiones.....	65
Tabla 11. Bienestar espiritual según sexo.....	66
Tabla 12. Bienestar espiritual según edad.....	67
Tabla 13. Bienestar espiritual según estado civil.....	68
Tabla 14. Bienestar espiritual según procedencia.....	69
Tabla 15. Bienestar espiritual según tiempo de bautismo.....	71
Tabla 16. Prueba de bondad de ajuste a la curva normal para las variables de estudio.....	72
Tabla 17. Coeficiente de correlación entre bienestar espiritual y felicidad.....	73
Tabla 18. Estimaciones de consistencia interna de la escala de bienestar espiritual.....	88

Tabla 19. Correlaciones ítem - test de la escala de bienestar espiritual.....	89
Tabla 20. Estimaciones de consistencia interna de la escala de felicidad de Lima.....	90
Tabla 21. Correlaciones ítem - test de la escala de felicidad de Lima.....	91

Índice de Anexos

Anexo 1. Fiabilidad de la Escala de Bienestar Espiritual.....	88
Anexo2. Validez ítem - test de la Escala de Bienestar Espiritual.....	89
Anexo 3. Fiabilidad de la Escala de Felicidad de Lima.....	90
Anexo4. Validez ítem - test de la Escala de Felicidad de Lima.....	91
Anexo5. Consentimiento informado.....	92
Anexo 6. Escala de Bienestar Espiritual.....	93
Anexo 7. Escala de Felicidad de Lima.....	95
Anexo 8. Matriz de consistencia.....	97
Anexo 9. Carta de autorización para la realización de la investigación.....	99

Nomenclatura y/o símbolos usados

EFL	: Escala de Felicidad de Lima
OMS	: Organización Mundial de la Salud
INSM “HD-IN”	: Instituto Nacional de Salud Mental “Honorio Delgado-Hideyo Noguchi”
KMO	: Kaiser, Meyer y Olkin (prueba estadística)
K - S	: Kolmogorov – Smirnov
Rho	: Coeficiente de correlación de Spearman

Resumen

El presente estudio tuvo como objetivo determinar si existe relación significativa entre bienestar espiritual y felicidad en un contexto cristiano. La muestra estuvo constituida por 150 miembros de la Iglesia Adventista del Séptimo Día del distrito de Lince, que oscilan entre los 18 y 75 años de edad. El diseño y tipo de investigación fue no experimental y de corte transversal ya que no se manipularon las variables. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de Bienestar Espiritual y la Escala de Felicidad de Lima (EFL). Se encontró que existe una relación altamente significativa entre bienestar espiritual y felicidad ($\rho = ,307^{**}$; $p < 0.000$). De manera similar ocurre con las dimensiones: sentido positivo de la vida ($\rho = ,307^{**}$; $p < 0.000$), satisfacción con la vida ($\rho = ,264^{**}$; $p < 0.001$), alegría de vivir ($\rho = ,355^{**}$; $p < 0.000$), exceptuando la dimensión realización personal que presenta una relación significativa ($\rho = ,199^{*}$; $p < 0.015$). Se concluye en que el bienestar espiritual contribuye a que las personas puedan experimentar felicidad.

Palabras clave: Bienestar espiritual, espiritualidad, religión, felicidad

Abstract

The present study aimed to demonstrate whether there is a significant relationship between spiritual well-being and happiness in a Christian life context, taking as participants a representative sample of 150 members, ranging from 18 to 75 years old, of the Seventh-day Adventist Church in Lince district, Lima, Peru. The design and research type was non-experimental and cross-sectional since the variables were not manipulated. The Spiritual Well-being Scale and the Lima Happiness Scale (EFL) were the research tools. In the results, we found that there is a highly significant relationship between spiritual well-being and happiness ($\rho = .307^{**}$, $p < 0.000$). In a similar way, it occurs with the dimensions: positive sense of life ($\rho = .307^{**}$, $p < 0.000$), life satisfaction ($\rho = .264^{**}$, $p < 0.001$), joy of living ($\rho = .355^{**}$; $p < 0.000$), except for the personal fulfillment dimension that presents a significant relation ($\rho = .199^{*}$; $p < 0.015$). It is concluded that spiritual well-being contributes to people experiencing happiness.

Key words: Spiritual well-being, spirituality, religion, happiness.

Introducción

El presente trabajo pretende contribuir en la exploración del bienestar espiritual que se desarrolla en los miembros de una iglesia cristiana y a su vez identificar la relación de dicho constructo con la felicidad.

Esta investigación está organizada en cinco capítulos que se describen a continuación:

En el primer capítulo se da a conocer el planteamiento y la formulación del problema; así como la justificación y los objetivos de la investigación.

En el segundo capítulo se detalla la recolección de la información, se da a conocer los antecedentes internacionales y nacionales que expliquen las variables de estudio y la relación entre ellos; asimismo, se presenta una cosmovisión bíblica que explica el punto de vista religioso con respecto a la investigación. También se desarrolla el marco conceptual de las variables felicidad y espiritualidad, la definición de términos y las hipótesis de investigación.

En el tercer capítulo se presenta el diseño y tipo de investigación, la operacionalización de las variables, la delimitación geográfica y temporal, los participantes, las técnicas e instrumentos de recolección de datos, el proceso de recolección de datos y por último el procesamiento de análisis de datos.

En el cuarto capítulo se informa sobre los resultados acerca del análisis descriptivo de las variables, la prueba de normalidad y las tablas de correlación entre las variables bienestar espiritual y felicidad; también se discuten los resultados y se comparan con otras investigaciones.

En el último capítulo, se detallan las conclusiones finales del trabajo de investigación y las recomendaciones para futuras investigaciones.

Capítulo I

El problema

1. Planteamiento del problema

La ausencia de felicidad es un mal que está perjudicando la salud mental de más de 350 millones de personas en el mundo, quienes padecen de depresión. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2012) la depresión constituye un reto para la salud pública, ya que su prevalencia es elevada: el número de personas que la sufre a lo largo de su vida se sitúa entre el 8% y el 15% de la población. Es una de las principales causas de discapacidad y a causa de ella cada año se quitan la vida 800 mil personas. En América Latina y el Caribe afecta al 5% de la población adulta. Asimismo, Castillo (Citado por Sausa, 2014), director del Instituto Nacional de Salud Mental Honorio Delgado-Hideyo Noguchi (INSM “HD-HN”) menciona que en el Perú hay aproximadamente un millón 700 mil personas que padecen de depresión, es decir 20 de cada 100 peruanos. Teniendo en cuenta este contexto, es fundamental propiciar el desarrollo de factores emocionales que favorezcan un estado de felicidad en el marco de la psicología positiva. Se entiende felicidad como un estado afectivo de satisfacción plena que experimenta subjetivamente el individuo en posesión de un bien anhelado (Alarcón, 2006).

Por tal motivo, es necesario conocer los factores que promueven la felicidad. Para tal efecto se revisaron diversas investigaciones. Waldinger (Citado por O’Connor, 2016) realizó un

estudio con tres generaciones por un período de 75 años, encontró tres factores básicos para la felicidad: la primera, tener relaciones cercanas con amigos, compañeros y familia; la segunda, mantener un matrimonio estable y, por último, la soledad en el caso que exista una relación conflictiva con el cónyuge. Asimismo, en el Perú, Caycho (2010) realizó una investigación donde identificó entre las variables psicológicas extraversión, afectos positivos, individualismo, colectivismo, cuál o cuáles son las mejores predictoras de la felicidad. Se encontró que la variable afectos positivos (gratificar, halagar o reconocerle algún valor a una persona) es la mejor predictora de la felicidad. Además, Alarcón (2002) realizó un sondeo de opinión pública donde se encontró como primer factor el gozar de buena salud (34%), seguido por el estar bien con Dios (22.8%) entre otros. Se observa que la población peruana considera el bienestar espiritual como un importante factor que propicia la felicidad. Según Ellison el bienestar espiritual es un sentido de armonía interna que incluye la relación con el propio ser, con los otros, con Dios, con el orden natural o un poder superior manifiesto, a través de expresiones creativas, rituales familiares, trabajo significativo y prácticas religiosas que generan una dimensión religiosa (hacia Dios, un ser o fuerza superior) y una dimensión existencial (hacia sí mismo y los demás) (Citado por Sánchez, 2009).

En cuanto a la relación de ambos constructos, algunos investigadores han encontrado una relación significativa. Arias, Arpasi, Masías y Muñoz (2013) encontraron una relación significativa entre espiritualidad en el ambiente laboral y felicidad del trabajador. Por su parte, Martínez (2014) halló una relación significativa entre religiosidad, prácticas religiosas y bienestar subjetivo en 80 jóvenes católicos explícitamente autocalificados como practicantes. Mientras otros investigadores no han encontrado relación en variables similares. En este sentido,

Pérez, Sandino y Gómez (2005) encontraron una correlación negativa entre la depresión, pertenecer activamente a un grupo religioso y espiritualidad. Por su parte, Ávila y Bozo (2011) hallaron que no existe relaciones entre bienestar espiritual, satisfacción vital y felicidad subjetiva en el grupo de religiosos, salvo en dos dimensiones; mientras que en el grupo de no religiosos correlacionaron las tres variables de manera global. Se observa que no hay consenso en cuanto a la relación entre ambas variables, además de hallarse escasos estudios.

Teniendo en cuenta las pocas investigaciones al respecto y la importancia de esta problemática, la presente investigación tiene como objetivo determinar si existe relación significativa entre bienestar espiritual y felicidad en un contexto cristiano. Con esta información se pretende brindar aportes que permitan un mejor abordaje tanto académico como social de ambas variables.

2. Pregunta de investigación

2.1 Pregunta general

Por lo expuesto se plantea la pregunta de investigación.

¿Existe relación significativa entre bienestar espiritual y felicidad en miembros de la Iglesia Adventista del Séptimo Día del distrito de Lince, 2016?

2.2 Preguntas específicas

- ¿Existe relación significativa entre bienestar espiritual y sentido positivo de la vida en miembros de la Iglesia Adventista del Séptimo Día del distrito de Lince, 2016?
- ¿Existe relación significativa entre bienestar espiritual y satisfacción con la vida en miembros de la Iglesia Adventista del Séptimo Día del distrito de Lince, 2016?

- ¿Existe relación significativa entre bienestar espiritual y realización personal en miembros de la Iglesia Adventista del Séptimo Día del distrito de Lince, 2016?
- ¿Existe relación significativa entre bienestar espiritual y alegría de vivir en miembros de la Iglesia Adventista del Séptimo Día del distrito de Lince, 2016?

3. Justificación

Como hemos visto anteriormente los índices de depresión son altos, lo que ha incrementado la búsqueda de lo espiritual como alternativa de soporte emocional y recurso de felicidad. Respecto a lo descrito, la presente investigación es relevante debido a que permitirá conocer el grado de relación entre ambas.

A nivel teórico, reforzará e incrementará el conocimiento sobre la naturaleza de cada una, sus características y su desarrollo dentro de un contexto religioso y peruano. Lo que permitirá un mejor abordaje en futuras investigaciones, debido a que en la actualidad hay pocos estudios sobre ambas variables en el contexto tanto nacional como religioso denominaciones.

A nivel social, brindará información a líderes sociales ó profesionales, para mejorar su intervención en la comunidad mediante programas y talleres donde se refuerce o incluya la dimensión espiritual como factor que favorece la salud mental. Del mismo modo este conocimiento permitirá a los líderes cristianos el desarrollo de programas, talleres o proyectos que incrementen ambas variables, para un desarrollo integral de la comunidad cristiana.

Finalmente este estudio permitirá un mejor manejo de las variables en el ámbito familiar porque es en este contexto donde se educa para la armonía espiritual y emocional.

4. Objetivos de la investigación

4.1 Objetivo general

Determinar si existe relación significativa entre bienestar espiritual y felicidad en miembros de la Iglesia Adventista del Séptimo Día del distrito de Lince, 2016.

4.2 Objetivos específicos

- Determinar si existe alguna relación significativa entre bienestar espiritual y sentido positivo de la vida en miembros de la Iglesia Adventista del Séptimo Día del distrito de Lince, 2016.
- Determinar si existe alguna relación significativa entre bienestar espiritual y satisfacción con la vida en miembros de la Iglesia Adventista del Séptimo Día del distrito de Lince, 2016.
- Determinar si existe alguna relación significativa entre bienestar espiritual y realización personal en miembros de la Iglesia Adventista del Séptimo Día del distrito de Lince, 2016.
- Determinar si existe relación significativa entre bienestar espiritual y alegría de vivir en miembros de la Iglesia Adventista del Séptimo Día del distrito de Lince, 2016.

Capítulo II

Marco teórico

1. Marco bíblico filosófico

En esta sección se presenta el fundamento teórico desde la cosmovisión cristiana.

El bienestar espiritual según la Biblia consiste en realizar la voluntad de Dios, expresada en su ley. En una ocasión cuando un joven preguntó acerca de cómo mejorar su vida espiritual, Jesús le respondió que obedezca los mandamientos (Marcos 10:17-19). Asimismo, White (1948) en su obra “Testimonios para la Iglesia” menciona el caso de un joven que por ambicionar los conocimientos descuidó sus intereses religiosos. Dejó de guardar los mandamientos y menospreció las enseñanzas de la Biblia y obstaculizó de esa manera su bienestar espiritual. Por lo tanto, obedecer los mandamientos conlleva a un bienestar espiritual.

Además, la Biblia menciona que una vida espiritual satisfactoria se logra a través una permanente conexión con Dios. En Filipenses 2:13 menciona que es Dios quien produce la voluntad en nosotros para hacer lo bueno, es la fuente de origen hacia una vida espiritual. Por tanto, es necesario establecer un vínculo estrecho con él. Lo que corrobora White (1953) en su obra “Joyas de los testimonios” donde menciona que Dios es la fuente para vigorizar la espiritualidad.

Asimismo, la Biblia refiere que para desarrollar una vida espiritual satisfactoria se necesita renunciar a la vida centrada en uno mismo. En Mateo 16:24 dice que quien pretenda ser

espiritual debe renunciar a una vida egocéntrica y decidir vivir una vida teocéntrica. De igual manera, White (1967) en su obra “Mensaje para los jóvenes” menciona que cada persona que pretende seguir a Cristo debe renunciar a sus intereses y practicar la abnegación lo que permitirá un crecimiento espiritual.

Además, la Biblia menciona que ser espiritual implica tener como prioridad el anunciar el evangelio a otros. En Lucas 9:59-60 dice Jesús que nuestra prioridad ante diversas actividades importantes debe ser el compartir su mensaje a otros. De igual manera White (1975) en su obra “El evangelismo” manifiesta que las personas que se dedican a compartir el evangelio desarrollan más espiritualidad.

En cuanto a la felicidad, la Biblia nos revela que se encuentra en una continua conexión con Dios. En Salmos 16:11 dice: “Tú me enseñaste a vivir como a ti te gusta. ¡En tu presencia soy muy feliz! ¡A tu lado soy siempre dichoso!”. Asimismo Pereyra (2012) menciona que para el creyente, la felicidad está atada a su conexión con Dios. Por otro lado, la Biblia también afirma que la felicidad se encuentra al guardar los mandamientos de Dios. En Salmos 119:1-2 menciona que aquellos buscan obedecer los mandamientos de Dios con toda su voluntad experimentan felicidad. Asimismo White (1948) en su obra “Testimonios para la iglesia” menciona que sin la obediencia a Dios no se puede ser verdaderamente feliz. De igual forma la Biblia manifiesta que ayudar a otros conlleva a la felicidad, pues en Hechos 20:35 hace una comparación entre dar y recibir, resaltando que la felicidad se encuentra en el acto de dar. De igual forma White (1948) en su obra “Testimonios para la iglesia” menciona que las personas que practican la benevolencia y compasión por los demás contribuyen en gran medida en su propia felicidad. Además la Biblia sustenta que aún antes las adversidades más duras podemos vivir con felicidad debido al soporte que viene de Dios. En Filipenses 4:10-13 se menciona que se puede ser feliz

bajo cualquier circunstancia negativa debido a que en un vínculo estrecho con Dios se encuentra la fortaleza necesaria. De igual manera Pereyra (2012) señala como una actitud digna de imitar la actitud del apóstol Pablo quien se encontraba feliz mientras estaba preso en Roma, de ello se deduce que la felicidad debería constituir un sentimiento prevaleciente en el ánimo de un cristiano sin importar las circunstancias.

Se concluye diciendo que la Biblia señala que una vida espiritual bien desarrollada y satisfactoria genera felicidad. En Salmos 119: 1-2 menciona: “Felices los que se conducen sin tacha y siguen la enseñanza del Señor. Felices los que atienden a sus mandatos y lo buscan de todo corazón”. Por tanto, desde la cosmovisión cristiana el bienestar espiritual se asocia con la felicidad de una manera directa. Mientras la persona tenga un mayor bienestar espiritual, mayor será su felicidad.

2. Antecedentes de la investigación

A continuación, se presentan algunos estudios similares al presente, tanto en el plano internacional y nacional.

2.1. Antecedentes internacionales

En el plano internacional, Pérez, Sandino y Gómez (2005) realizaron una investigación titulada: “Relación entre depresión y práctica religiosa: un estudio exploratorio” en Colombia. Se evaluó una muestra bogotana constituida por 340 mujeres y 279 hombres trabajadores, a quienes se les aplicó la Escala de Depresión de Derogatis, Lipman, Covi y Rickles-1971 y un inventario de apoyo social religioso que ellos mismos elaboraron. Se encontró una correlación negativa ($p < 0,01$) entre la depresión, pertenecer activamente a un grupo religioso y espiritualidad, tanto en la muestra de hombres como en la de mujeres.

Quiceno y Vinaccia (2009) realizaron en Colombia una investigación cuyo objetivo fue presentar una descripción del impacto que ha tenido en la salud “La psicología de la religión y la espiritualidad”. Se muestra la evolución histórica de este constructo a lo largo del siglo XX, hasta llegar a las investigaciones basadas en la evidencia de las relaciones de la religión y la espiritualidad con la salud mental y física, investigaciones sobre los procesos de intervención en salud desde un punto espiritual. En conclusión, son muchas las investigaciones que plantean que la religión y la espiritualidad son factores moderadoras y amortiguadoras ante eventos traumáticos de la vida como lo es una enfermedad.

Ávila y Bozo (2011) realizaron una investigación titulada: “Bienestar espiritual, satisfacción vital y felicidad subjetiva en una muestra de religiosos y no religiosos en la región del Maule – Chile”. La muestra estuvo compuesta por 126 sujetos de las ciudades de Talca, Curicó y Linares. Los instrumentos fueron la Escala de la Espiritualidad de Shalom de Fisher-2004, la Escala de Satisfacción Vital de Diener-1985 y la Escala de Felicidad Subjetiva de Lyubomirsky y Lepper-1999. Los resultados indican que no se encontraron correlaciones en las tres escalas en el grupo de religiosos, salvo en dos dimensiones; en el grupo de no religiosos correlacionaron con las tres escalas solo de manera global. Asimismo, se concluyó que existe un nivel alto de bienestar espiritual entre religiosos y no religiosos. En cuanto a la satisfacción vital ambos grupos obtuvieron puntajes medios de igual manera en felicidad subjetiva.

Salgado (2012) realizó una investigación titulada: “Efectos del bienestar espiritual sobre la resiliencia en estudiantes universitarios de Argentina, Bolivia, Perú y República Dominicana”. La muestra estuvo conformada por 308 estudiantes varones y mujeres que cursaban el primer año en las Facultades de Psicología de las universidades nacionales de zonas urbanas de Argentina (82), República Dominicana (79), Perú (74) y Bolivia (73) seleccionados a través de un muestreo

de conveniencia en cada país. Como instrumentos se utilizaron la Sub-Escala de la Dimensión Religiosa de la Escala de Bienestar Espiritual de Paloutzian y Ellison-1982 y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young-1993. Entre los principales resultados se encontró que la cultura influye en el efecto de la dimensión religiosa del bienestar espiritual sobre la resiliencia, específicamente en los estudiantes de Psicología de las universidades nacionales de República Dominicana y Bolivia. Mientras que en los estudiantes de Perú y Argentina no se halló ninguna relación. Asimismo se halló que existe asociación significativa entre los niveles de la dimensión religiosa del bienestar espiritual y los niveles de resiliencia en los estudiantes de Psicología de las universidades nacionales de Bolivia y República Dominicana. Mientras que en los estudiantes de Perú y Argentina no se halló dicha asociación.

2.2. Antecedentes Nacionales

En el plano nacional, Mikkelsen (2009) realizó una investigación titulada “Satisfacción con la vida y estrategias de afrontamiento en un grupo de adolescentes universitarios de Lima”, en un grupo de 362 adolescentes universitarios de Lima entre 16 y 22 años. Se empleó la Escala de Satisfacción con la Vida de Pavot & Diener-1993 y la escala de Afrontamiento para Adolescentes de Frydenberg y y Lewis-1993. Se hallaron correlaciones significativas entre satisfacción con la vida, los estilos y las estrategias de afrontamiento. En relación a la satisfacción con la vida, los estudiantes reportaron un nivel promedio de satisfacción siendo el área familiar y amical las de mayor satisfacción. En cuanto al afrontamiento, hubo un mayor empleo del estilo resolver el problema y referencia a los otros; además y se encontraron diferencias significativas según el género de los participantes.

Laos (2010) realizó una investigación titulada: “Calidad de vida y religiosidad en pacientes con cáncer de mama” en Lima. El presente estudio se realizó en Perú con una muestra de 50 pacientes mujeres a quienes se les diagnosticó con dicho cáncer, que asisten a consultorio externo en el Instituto Nacional de Enfermedades Neoplásicas. Para lograr dicho objetivo se aplicó el Cuestionario de Salud SF-36 versión española-1999, la Escala de Prácticas Religiosas de Hamann-2004 y una ficha de datos personales. Los resultados presentan tres correlaciones significativas entre las variables de estudio, siendo la más importante la correlación entre prácticas religiosas y salud general ($p \leq 0.05$). Asimismo, las pacientes presentan una calidad de vida promedio o muy alta, presentando un mejor desempeño en su función física. En cuanto a la religiosidad, las pacientes realizan prácticas religiosas de manera frecuente, sobre todo rezar a Dios para agradecerle.

Arias, Arpasi, Masías y Muñoz (2013) realizó una investigación titulada: “Espiritualidad en el ambiente laboral y su relación con la felicidad del trabajador” en Arequipa. El estudio se realizó con una muestra representativa de trabajadores de la Universidad Católica San Pablo y se aplicó el Cuestionario de Espiritualidad en el Trabajo de por José Armando Pérez, Arnaldo Cruz, Carlos Galiano y Osvaldo Guzmán-2007, así como la Escala de Felicidad de Lima de Reynaldo Alarcón-2006. Se encontró que, las relaciones entre espiritualidad y felicidad son mayores y más fuertes entre los trabajadores administrativos que entre los profesores. Además, en los trabajadores administrativos se encontró relaciones estadísticamente significativas entre la espiritualidad y el sexo, el sexo y la realización personal, así como entre el estado civil y la satisfacción con la vida y la realización personal.

Morillo (2013) realizó una investigación titulada: Autoeficacia y Felicidad en ingresantes a una universidad privada de Trujillo. Para tal fin se trabajó con una muestra probabilística

aleatoria de 318 alumnos, con un error muestral de 5%, que representa a una población de 1552 ingresantes a una universidad privada de Trujillo durante el semestre 2011- I. A la muestra representativa se le aplicó la Escala de Autoeficacia General de Schwarzer y Jerusalem-1979 y la Escala de Felicidad de Lima de Reynaldo Alarcón-2006. Entre los resultados obtenidos se observa que existe relación directa entre la autoeficacia y la felicidad ($p < 0.01$).

Martínez (2014) realizó una investigación titulada: “Religiosidad, Prácticas Religiosas y Bienestar Subjetivo en Jóvenes Católicos de Lima Norte”. Con una muestra de 80 jóvenes católicos explícitamente autocalificados como practicantes. Se aplicó la escala de Creencias Post-Críticas de Hutsebaut-1996, la Escala de Prácticas Religiosas de Saroglou & Muñoz-García-2000, y escala de Satisfacción con la Vida de Diener, Emmons, Larsen & Griffin-1985. Los resultados presentan asociaciones positivas entre bienestar subjetivo y las áreas implicadas en prácticas religiosas: religiosidad clásica ($r_s(80) = .43$, $p < 0,01$), y espiritualidad ($r_s(80) = .23$, $p < 0,05$). Además, se encontraron relaciones inversas entre algunas áreas involucradas en religiosidad y en prácticas religiosas: ortodoxia y espiritualidad ($r_s(80) = -.26$, $p < 0,05$); relativismo histórico y espiritualidad ($r_s(80) = -.31$, $p < 0,01$); religiosidad clásica y crítica externa ($r_s(80) = -.32$, $p < 0,01$); y crítica externa y espiritualidad ($r_s(80) = -.51$, $p < 0,01$). Sin embargo, no se reportaron asociaciones significativas entre religiosidad y bienestar subjetivo ni correlaciones significativas entre las variables psicológicas y las variables sociodemográficas (género y edad). Además los resultados indican que la muestra evaluada interpreta los contenidos religiosos de forma simbólica, considerando a Dios, la religión, el rezo individual y la espiritualidad elementos importantes en sus vidas y mostrándose satisfechos con la vida.

Valencia y Zegarra (2014) realizaron una investigación titulada: “Espiritualidad, religiosidad y calidad de vida en estudiantes universitarios” en Arequipa. El presente estudio se realizó con

una muestra de 224 universitarios de ambos sexos, 24% varones y 76% mujeres, entre 17- 41 años de 1er a 5to año de la especialidad de Psicología de la Universidad Nacional San Agustín. Se utilizaron los instrumentos de Inventario de Sistemas de Creencias de Holland et al.-1998 y el Cuestionario sobre Calidad de Vida; Satisfacción y Placer de Michel B. Frish-1992. Los resultados muestran que la vida espiritual y religiosa de la población estudiada se asocia de manera significativa con su calidad de vida ($p < 0.00$). Sobretudo la dimensión “Creencias y Prácticas” es la más relacionada con “Tareas de curso/clase” y “Estado de Ánimo”.

3. Marco conceptual

En esta sección se presenta el sustento teórico de las dos variables estudiadas y de la población participante.

3.1 Bienestar espiritual

Para abordar nuestra variable de estudio, se partirá de aspectos más generales para luego adentrarse al constructo espiritualidad; concretamente el bienestar espiritual.

En el campo de la psicología, la espiritualidad ha sido objeto de estudio dentro de la rama que se conoce como psicología de la religión. La cual viene a ser una rama de la psicología aplicada y de la ciencia de la religión que estudia diversas manifestaciones vinculadas a la práctica religiosa (Quiceno y Vinaccia, 2009).

La obra de Friedrich Scheleiermacher, *Psychologi*, publicada en 1862, dio inicio a los estudios de la psicología de la religión; y posteriormente distintos autores han escrito importantes libros al respecto y en la última década las diversas investigaciones han puesto de manifiesto la importancia de la religión y la espiritualidad sobre el bienestar psíquico, físico, la motivación

(metas y propósito en la vida), los valores, las fortalezas y virtudes de las personas, así como en sus relaciones sociales y la cultura (Koenig, McCullough y Larson, 2001)

3.1.1 Definiciones de espiritualidad

Habiendo presentado como la espiritualidad ha sido objeto de estudio de la psicología, a continuación se presentan los diversos conceptos de espiritualidad para luego diferenciarla de la religión.

Arias, et al. (2013) definieron la espiritualidad como una relación con Dios que provee un significado, propósito y una misión en la vida. Asimismo Gallegos y Hernández (2008) mencionan que la espiritualidad es un elemento innato del ser humano que le motiva a buscar un sentido a la vida, a preguntarse sobre el origen, su identidad y bienestar espiritual; además permite fortalecer las capacidades de adaptación durante las diferentes situaciones vitales. Mientras Koenig, McCullough y Larson (2001) definieron la espiritualidad como la búsqueda de respuestas a las últimas preguntas sobre la vida, su significado, y la relación con lo sagrado o lo trascendente, que puede o no conducir al desarrollo de rituales religiosos y la formación de una comunidad. Como se puede ver espiritualidad no necesariamente equivale a religión. A continuación veremos algunas definiciones de religión y la diferencia entre ambas.

Pinto (2007) consideró que la religión implica una institución u organización, que realiza un culto específico, en un lugar y tiempo determinado; que además ofrece consuelo ante las dificultades, permite la autoaceptación y disminuye los sentimientos de culpa. Por su parte, Jiménez (2005) la definió como la creencia en la existencia de un poder sobrenatural creador, que gobierna al universo, que ha diseñado al hombre con una naturaleza espiritual que permanece después de la muerte del cuerpo físico.

Los constructos religión y espiritualidad se diferencian en que la espiritualidad busca entender la vida y su relación con lo sagrado o lo trascendente, mientras la religión aunque también implica una búsqueda espiritual, esta búsqueda se produce dentro de un contexto formal o institucional (Lyubormisky, 2008). Algunos evalúan a la religión como estática e institucional, mientras que la espiritualidad es evaluada como funcional y personal. (Quiceno y Vinaccia, 2009).

3.1.2 Definiciones de bienestar espiritual

Luego de haber presentado aspectos generales y necesarios con respecto a la variable estudiada, a continuación se presentan las diversas definiciones.

Ellison sostuvo que el bienestar espiritual es un sentido de armonía interna con respecto al propio ser, a la relación con otros, con Dios o un poder superior manifiesto, mediante expresiones creativas, rituales familiares, trabajo significativo y prácticas religiosas. Asimismo para este autor el bienestar espiritual comprendería, por un lado el bienestar religioso y, por otro lado, el bienestar existencial. El primero implica la relación con Dios, mientras el segundo la relación con uno mismo y hacia los demás. Por tanto la espiritualidad posee tres elementos básicos Dios, la persona y los demás (Citado por Sánchez, 2009) Además Arias et al. (2013) afirmó que la espiritualidad produce estados afectivos tales como el altruismo, el amor y el perdón; que tienen un efecto significativo en las relaciones del individuo consigo mismo, con las otras personas, con la naturaleza y con Dios. Por otro lado, Bruce (Citado en Pérez, 2007) afirmó que la espiritualidad implica la búsqueda de un significado para nuestras vidas el cual permite un continuo camino de descubrimiento.

3.1.3 Características de espiritualidad

Recogiendo diversas propuestas que se han planteado, en el presente estudio se han sistematizado las características de la espiritualidad con base en algunos autores:

- Todos tienen una espiritualidad, lo quieran o no, sean o no religiosos, ya que ésta, es la que da forma a nuestras acciones (Rolheiser, 2003).
- Las investigaciones demuestran que las personas pueden incrementar su apego a lo religioso o espiritual durante una enfermedad, debido a que la falta de recursos para su afrontamiento los lleva a la búsqueda de un poder más alto o un Dios para encontrar los propósitos de la vida y el soporte para afrontar las situaciones estresantes (Koenig, George y Siegler, 1988).
- La espiritualidad produce estados afectivos tales como el altruismo, el amor y el perdón; que tienen un efecto significativo en las relaciones del individuo consigo mismo, con las otras personas, con la naturaleza y con Dios (Arias et al., 2013).
- La espiritualidad implica conceptos como significado, totalidad, trascendencia, conexión, gozo y paz, que pueden o no requerir la integración en una organización religiosa (Martínez, Méndez y Ballesteros, 2004).
- Diversos estudios sugieren que las personas religiosas y espirituales desarrollan más claramente un propósito de vida (Fischman, 2010).
- La religión y la espiritualidad mediante sus prácticas de meditación y el uso de técnicas como la relajación y la imaginación, así como el soporte del grupo o social (principalmente), posibilitan, en última instancia, estados de “tranquilidad” que favorecen los procesos cognitivos y la salud mental y física en las personas, en tres aspectos: consigo mismo, con

los demás y con el futuro. Por tanto, en la actualidad se cuenta con más de 1,200 estudios sobre espiritualidad y religión en el área de la salud, debido a que la intervención espiritual genera mejoras significativas en la salud tanto física como psicológica (Quiceno y Vinacia, 2009).

3.1.4 Modelos teóricos de bienestar espiritual.

En esta sección se presentan algunos modelos teóricos que explican la variable estudiada, el segundo modelo presentado está relacionado con el modo de afronte en particular.

Fisher (1998) propuso un modelo de bienestar espiritual que comprende los ámbitos: personal, comunitario, ambiental y trascendental:

- Dominio personal: se refiere a la relación con uno mismo, la búsqueda de identidad, autoestima así como el significado, el propósito y los valores en la vida.
- Dominio comunal o comunitario: se refiere a la calidad y profundidad de las relaciones interpersonales, implica el amor, el perdón, la confianza, la esperanza y la fe en la humanidad.
- Dominio del medio ambiente o ambiental: se refiere a un sentido de respeto y admiración al medio ambiente e implica el cuidado en el desarrollo físico y biológico.
- Dominio trascendental: alude a la relación de uno mismo con una fuerza sobrenatural, la realidad trascendente o Dios. Implica la adoración y culto a la fuente última del universo.

Por otro lado, Muñoz mencionó que Pargament, en 1997, propuso un modelo de afrontamiento religioso basado en los planteamientos de Lazarus y Folkman, sobre afrontamiento del estrés, donde se utilizan creencias y prácticas religiosas para afrontar los sucesos estresantes.

Este modelo posee tres estilos de afrontamiento religioso. El primero es el estilo autodirigido; según el cual la persona confía en sí misma para resolver sus problemas; el segundo es el estilo elusivo o evitativo; según el cual la persona deja la responsabilidad de la resolución de sus problemas en las manos de Dios, y por último el estilo colaborativo; según el cual la persona y Dios colaboran en la resolución y afrontamiento. El estilo autodirigido estaría asociado a un alto sentido de competencia personal y alta autoestima, con tendencia a la autonomía. El estilo evitativo estaría asociado a una baja autoestima, a una baja competencia personal y poca habilidad para resolver problemas, además está enfocado en la autoridad externa. El estilo colaborativo se refiere a un alto sentido de control personal y autoestima, asimismo un claro concepto de que uno se encuentra bajo el control de las circunstancias y que les puede dar solución (Citado por Quiceno y Vinaccia, 2009).

3.1.5 Dimensiones de espiritualidad

A continuación se presentan las dimensiones que constituyen la variable estudiada.

Montero y Sierra señalaron que la dimensión vertical se refiere al bienestar con respecto a una relación con Dios; y la dimensión horizontal a la percepción sobre el propósito y satisfacción con la vida (Citado por Salgado, 2012).

Para Sánchez (2004) la espiritualidad también posee dos planos, pero considero que la dimensión vertical, implica además de una relación con Dios o con un ser superior, un vínculo con los valores supremos. Por su parte la dimensión horizontal, consiste en una relación de armonía consigo misma, con los demás, con el contexto y la naturaleza. Por tanto, el bienestar espiritual, es la armonía entre ambas dimensiones. Ambas se vinculan de una manera coherente, por ejemplo no se puede pretender un bienestar espiritual amando a Dios pero odiando a los demás.

3.1.6 Importancia del bienestar espiritual.

Para finalizar el sustento teórico de la variable estudiada, cabe resaltar su importancia según los estudios realizados.

En los últimos años diversos estudios han registrado cómo la espiritualidad aporta al bienestar físico y mental. Quiceno y Vinaccia (2009) encontraron que la religión y la espiritualidad mediante la aplicación de sus prácticas como la meditación, la imaginería y técnicas de relajación permiten la disminución de ansiedad. Por otro lado, el soporte emocional que brinda el grupo social favorece la salud mental y física. Laos (2010) por su parte encontraría que las prácticas religiosas brindan soporte y favorecen la salud en pacientes con cáncer de mamá. La espiritualidad permite la resiliencia; Yoffe (2015) encontró que lo espiritual mediante sus creencias, prácticas, rituales y apoyo social brindan alivio durante el malestar del enfermo y fortalece al posterior duelo. De la misma manera, Salgado (2012) encontró asociación significativa entre los niveles de la dimensión religiosa del bienestar espiritual y los niveles de resiliencia. Además Valencia y Zegarra (2014) concluyen en su estudio que la espiritualidad constituye un aporte a una mejor calidad de vida.

Varios estudios también sustentan el valioso aporte que la espiritualidad brinda al estado de felicidad. Así lo sostuvo Martínez (2014) quien encontró que la muestra evaluada en su investigación considera a Dios, la religión, el rezo individual y la espiritualidad elementos importantes en sus vidas y se muestran satisfechos con la vida. Asimismo Ferre, Gerstenblüth y Rossi (2008) encontraron que los que más asisten a servicios religiosos tienen una mayor probabilidad de estar satisfechos con la vida que quienes no lo hacen, debido a que el sentirse parte de una comunidad, la fe y la devoción, constituyen una experiencia gratificante. Del mismo modo Arias et al. (2013) al estudiar la relación entre la espiritualidad y la felicidad en un

contexto laboral, encontró una relación directa entre espiritualidad y felicidad sobre todo en los trabajadores administrativos.

3.2 Felicidad

En esta sección se presenta el sustento teórico de la variable felicidad.

3.2.1 Definiciones de la felicidad

Primero se presentan algunas definiciones de parte de los teóricos expertos en el tema.

Para Seligman (2011) la felicidad es de naturaleza subjetiva y se define por la medida de la satisfacción en la vida que implica aspectos como la emoción positiva, involucramiento y significado; la primera se da cuando las emociones positivas aumentan en la vida cotidiana, asimismo implica perdón y gratitud con el pasado y visualización del futuro con optimismo y esperanza. La segunda es un estado de satisfacción que se encuentra al realizar actividades significativas y placenteras según cada persona. La tercera consiste en utilizar las fortalezas personales, para al servicio de los demás, lo que permite vivir una vida con propósito.

Por otro lado, Hernández y Valera afirman que la felicidad puede manifestarse de dos perspectivas: como rasgo o como estado. La primera se consigue a través de estados parciales o situacionales de felicidad, mientras la segunda consiste en un sentimiento general que permite asumir positivamente las situaciones adversas de la vida (Citado por Cuadra y Florenzano, 2003).

Diener (2000) denomina felicidad al bienestar subjetivo que resulta de la evaluación de la propia persona según perciba más emociones agradables que desagradables, asimismo cuando están comprometidos en actividades interesantes y cuando están satisfechos con sus vidas.

Además Alarcón (2006) define felicidad como un estado de satisfacción subjetiva que experimenta el individuo al encontrarse en posesión de un bien anhelado. El hecho de ser un estado de la conducta, implica que puede ser temporal o duradera según lo perciba la persona. Asimismo la felicidad consiste en la posesión de un bien, el cual puede ser de naturaleza variada (materiales, éticos, estéticos, psicológicos, religiosos, sociales, etc.) según lo determine cada persona.

3.2.2 Factores de la felicidad.

Alarcón (2006) menciona cuatro factores de felicidad:

- Sentido positivo de la vida

Se refiere a poseer sentimientos positivos hacia uno mismo y hacia la vida. Asimismo, encontrarse libre de estados de profunda depresión, fracaso, intranquilidad, pesimismo y vacío existencial.

- Satisfacción con la vida

Se refiere al estado de satisfacción por lo alcanzado, que hace que la persona considere que se encuentra dónde debe estar, o que se encuentra muy cerca de alcanzar el ideal de su vida.

- Realización personal

Se refiere a la autosuficiencia, autarquía, tranquilidad emocional, placidez; necesarias para disfrutar el estado de felicidad completa. Cabe resaltar que no se refiere a un estado temporal de felicidad. Asimismo este estado de felicidad está orientado hacia metas que considera significativas para su vida.

- Alegría de Vivir

Implica experiencias positivas de la vida y el sentirse generalmente bien. Se manifiesta en una actitud positiva hacia la vida.

3.2.3 Modelos teóricos de la felicidad.

A lo largo de la historia se han tratado de elaborar teorías acerca de la felicidad. A continuación, se mencionan algunos de ellos.

3.2.3.1 Educación para la felicidad.

Fordyce (1983) realizó una amplia revisión de estudios sobre la felicidad, con objetivo de construir un programa que logre incrementar los niveles de felicidad de sus estudiantes. Fordyce encontró 14 rasgos que permiten la felicidad, los cuales están vinculados con tres áreas básicas: la personalidad, las relaciones sociales y la implicación en la actividad laboral y en el ocio.

- Ser más activo y permanecer ocupado en actividades placenteras, actividades de alta demanda física, actividades novedosas, actividades en compañía y actividades no triviales.
- Dedicar más tiempo a la vida social
- Ser productivo en un trabajo al que se conceda significado
- Mejor gestión del tiempo
- Detener las preocupaciones
- Adecuar las metas y expectativas
- Desarrollar un estilo de pensamiento positivo y optimista
- Estar centrado en el presente
- Trabajar en busca de una personalidad sana

- Desarrollar una personalidad sociable
- Ser uno mismo
- Eliminar los sentimientos negativos y los problemas
- Fomentar y conservar las relaciones íntimas como primera fuente de felicidad
- Apreciar la felicidad

3.2.3.2 *La teoría evolutivo-cibernética de la felicidad.*

Heylighen (1992) con la teoría evolutivo-cibernética de la felicidad, propone que el logro de la felicidad estaría constituido por tres elementos:

- *Capacidad material:* Se refiere a los recursos y oportunidades necesarias para satisfacer las necesidades.
- *Capacidad cognitiva:* Además de los recursos se necesita habilidades como el conocimiento, inteligencia y creatividad para ser capaces de encontrar los recursos y utilizarlos de manera efectiva.
- *Capacidad subjetiva:* Asimismo se requiere la confianza en la propia capacidad para resolver problemas, para encontrarse motivado a realizar el esfuerzo que sea necesario.

3.2.3.3 *El modelo de las tres vías hacia la felicidad.*

Seligman (2011) propone tres vías fundamentales por las cuales las personas pueden acercarse a la felicidad; la vida placentera, que se obtiene aumentando las emociones positivas y minimizando las negativas respecto al pasado, presente y futuro. La vida comprometida que implica la fuerza en la realización de actividades significativas y placenteras para cada persona. Y por último, la vida significativa que implica el uso de las fortalezas personales en el servicio a los demás con un propósito que va más allá de uno mismo. El desarrollo de la vida

comprometida y de la vida significativa pueden tener una mayor importancia para la construcción del bienestar.

3.2.4 Dimensiones de la felicidad.

Para finalizar el sustento teórico de la variable felicidad, se menciona a continuación las dimensiones que la constituyen según algunos autores.

Para Seligman (2011) la felicidad posee tres dimensiones: Emoción positiva, involucramiento y significado. La primera implica el desarrollo y aumento de emociones positivas en la vida diaria, a la vez que se contempla el pasado con gratitud y perdón, asimismo desarrolla optimismo y esperanza con respecto al futuro. La segunda se logra realizando actividades significativas y placenteras para cada sujeto. La tercera se obtiene al utilizar las fortalezas personales para el servicio de los demás. Cada una de estas dimensiones por separado permite alcanzar una vida plena, sin embargo quienes practiquen todas, lograrán estados de mayor satisfacción personal.

Alarcón (2006) planteó cuatro dimensiones de felicidad. La primera es el sentido positivo de la vida, que se refiere a vivir libres de estados de tristeza, pesimismo e intranquilidad. La segunda es la satisfacción con la vida, que es el grado de satisfacción que percibe la persona según sus metas alcanzadas. La tercera es la realización personal que implica una tranquilidad emocional, una percepción de sentirse pleno, orientado hacia el logro de objetivos significativos para cada persona. Finalmente, la cuarta es la alegría de vivir, que se refiere a un estado de optimismo y al sentirse bien en general.

3.3 Marco teórico referente a la población de estudio

En esta sección se presenta el sustento teórico de la población estudiada.

3.3.1 Adultez.

La adultez es el estadio de la asunción plena de responsabilidades: procreación y cuidado de la familia, educación y transmisión de las pautas normativas de la sociedad, trabajo y producción y búsqueda definitiva de trascendencia (Zapata, Cano y Moya, 2002).

3.3.1.1 Adultez temprana.

En la adultez temprana se caracteriza por la separación de la familia de origen y la adquisición de nuevas responsabilidades. Implica un proceso de madurez emocional donde se asume una nueva identidad y nuevos roles tanto en el ámbito académico, laboral, social y afectivo (Zapata, Cano y Moya, 2002).

Al inicio de esta etapa se producen conflictos por la tendencia a evitar las responsabilidades familiares y laborales. Al llegar al final de esta etapa se observa una consolidación en los aspectos mencionados y se alcanza un punto importante del desarrollo intelectual (Mansilla, 2000).

- Desarrollo físico y mental

Al respecto Papalia, Wendkos y Duskin (2010) mencionaron lo siguiente:

- Las habilidades físicas y sensoriales por lo general son excelentes en la adultez temprana. Factores del estilo de vida, como la dieta, obesidad, ejercicio, sueño, tabaquismo y consumo o abuso de drogas pueden afectar la salud y la supervivencia. Sin embargo los accidentes son la causa principal de muerte.

- Por otro lado, la salud mental por lo general es buena en la adultez temprana, sin embargo, la depresión es cada vez más común. Asimismo, el abuso de alcohol y el alcoholismo son los trastornos por consumo de sustancias más comunes.
- Desarrollo psicosocial

Se produce el proceso de la independencia, el sujeto se vuelve capaz de cuidarse, de formar una nueva familia. En esta tarea debe formar lazos emocionales sin perder su identidad. Debe acoger con tolerancia y comprensión la distinta manera de ser y la distinta orientación valorativa de su cónyuge, de los hijos y, en general de todos. Por otro lado, el adulto medio tiene que establecer una relación de apoyo mutuo e igualdad con los padres (Zapata, Cano y Moya, 2002).

En el ámbito laboral, el trabajo se convierte en una actividad central para la estabilidad, sentirse productivo y competente es parte del autoconcepto y de la identidad psicosocial. Además, llega a convertirse en un mentor (Zapata, Cano y Moya, 2002).

3.3.2 Adultez media.

La edad media es una época de decadencia biológica y fuertes conmociones psíquicas. Los visibles cambios que se producen en el aspecto exterior de la persona tienden a provocar sentimientos de inferioridad. En la profesión, disminuye el impulso de trabajo y el rendimiento, a la vez que aumenta la fatiga. La conciencia universal del envejecimiento, los visibles cambios que se producen en el aspecto exterior de la persona, y la mayor incidencia de enfermedades importantes, convierten a las ideas y sentimientos sobre la decadencia de la vida en un tema relevante y a la necesidad de aceptación gradual de esa realidad en un proceso necesario para el funcionamiento sano (Zapata, Cano y Moya, 2002).

- Salud física y mental

Al respecto Papalia et al. (2010) mencionaron lo siguiente:

- La hipertensión es un problema grave de salud que comienza a la mitad de la vida. El cáncer ha sobrepasado a la enfermedad cardíaca como la principal causa de muerte a la mitad de la vida. La prevalencia de diabetes se ha duplicado y ahora es la cuarta causa de muerte en este grupo de edad.
- Las posmenopáusicas son más susceptibles a enfermedades cardíacas así como a la pérdida ósea que genera la osteoporosis. También aumentan con la edad las probabilidades de sufrir cáncer de mama y se recomienda una mamografía de rutina a las mujeres antes de los 40 años.
- El estrés es mayor en la edad media y se relaciona con diversos problemas prácticos. El estrés grave puede afectar el funcionamiento del sistema inmune.
- Varias facultades mentales primarias conservan su vigor durante la edad media, pero hay gran variabilidad individual. El trabajo complejo mejora la flexibilidad cognoscitiva.

- Desarrollo psicosocial

En el ámbito familiar, debe resolver cuatro aspectos: dejar partir a los hijos, alcanzar una relación de igualdad con ellos, integrar nuevos miembros en la familia y aceptar la inversión de roles con los padres ancianos (Zapata, Cano y Moya, 2002).

Al finalizar este período, la mayoría enfrenta la posibilidad de dejar de trabajar, jubilarse. Lo que conlleva dos problemas diferentes pero complementarios: qué hacer con el tiempo disponible y la capacidad productiva aún existente, y cómo solventar actividades y la economía del hogar (Mansilla, 2000).

3.3.3 *Aduldez tardía.*

Los senectos son individuos que tienen experiencia dentro del campo laboral de cada uno, muchos han sobrevivido a guerras, otros a hambrunas, otros a desastres naturales, y la mayoría ha sacado adelante una familia. Es decir, son personas valiosas socialmente pero requieren nuevos entornos y nuevas repuestas sociales a sus necesidades (Mansilla, 2000)

- Salud física y mental

Al respecto Papalia et al. (2010) mencionaron lo siguiente:

- El ejercicio y la dieta son factores que ejercen una importante influencia en la salud. Asimismo, es importante cuidarlos de las caídas ya que suelen ser susceptibles a estas. Por otro lado, los problemas de visión y audición pueden interferir con la vida cotidiana, pero a menudo pueden corregirse.
- La enfermedad de Alzheimer incrementa su prevalencia a medida que las personas envejecen. En buena medida es heredable, pero la dieta, el ejercicio y otros factores del estilo de vida son determinantes.
- El funcionamiento general más lento del sistema nervioso central puede afectar la velocidad del procesamiento de información. La memoria sensorial, la semántica y la procedimental se mantienen. Sin embargo la capacidad de la memoria de trabajo y la capacidad para recordar eventos recientes o la información aprendida presentan dificultades.
- Entre más significado y propósito encuentre la gente en su vida, menos suele temerle a la muerte. Para muchos adultos mayores, la religión es una fuente importante de afrontamiento.

- Desarrollo psicosocial

Al respecto Papalia et al. (2010) mencionaron lo siguiente:

- Algunos adultos mayores continúan en el trabajo remunerado, pero la mayor parte de ellos ya se retiraron. Sin embargo, muchas personas retiradas realizan trabajo parcial. A menudo el retiro es un proceso escalonado.
- Las relaciones son importantes para los ancianos, aunque la frecuencia disminuye. Además disfrutan más el tiempo que pasan con los amigos que el que pasan con la familia, pero ésta es la fuente principal de apoyo emocional y práctico.
- Los matrimonios que se mantienen hasta la adultez tardía suelen ser relativamente satisfactorios. El divorcio es inusual.

4. Definición de términos

- **Bienestar espiritual:** Ellison sostuvo que el bienestar espiritual es un sentido de armonía interna que incluye la relación con el propio ser, con los otros, con Dios, con el orden natural o un poder superior manifiesto, a través de expresiones creativas, rituales familiares, trabajo significativo y prácticas religiosas que generan una dimensión religiosa (hacia Dios, un ser o fuerza superior) y una dimensión existencial (hacia sí mismo y los demás) (Citado por Sánchez, 2009).
- **Felicidad:** Alarcón (2006) definió felicidad como un estado afectivo de satisfacción plena que experimenta subjetivamente el individuo en posesión de un bien anhelado
- **Adultez:** La adultez es el estadio de la asunción plena de responsabilidades: procreación y cuidado de la familia, educación y transmisión de las pautas normativas de la sociedad, trabajo y producción en el sistema económico que nos caracteriza, dirección y gestión de

la sociedad política, y búsqueda definitiva de elementos trascendentes que, dando coherencia a todas estas dimensiones, aporten sentido a la existencia (Zapata, Cano y Moya, 2002).

- **Espiritualidad:** Koenig, McCullough y Larson (2001) definieron la espiritualidad como la búsqueda de respuestas a las últimas preguntas sobre la vida, su significado, y la relación con lo sagrado o lo trascendente, que puede o no conducir al desarrollo de rituales religiosos y la formación de una comunidad.
- **Religión:** Pinto (2007) considera que la religión implica una institución u organización, que realiza un culto específico, en un lugar y tiempo determinado; que además ofrece consuelo ante las dificultades, permite la autoaceptación y disminuye los sentimientos de culpa.

5. Hipótesis de la investigación

5.1 Hipótesis general

Existe relación significativa entre bienestar espiritual y felicidad en miembros de la Iglesia Adventista del Séptimo Día del distrito de Lince.

5.2 Hipótesis específicas

- Existe relación significativa entre bienestar espiritual y sentido positivo de la vida en miembros de la Iglesia Adventista del Séptimo Día del distrito de Lince.
- Existe relación significativa entre bienestar espiritual y satisfacción con la vida en miembros de la Iglesia Adventista del Séptimo Día del distrito de Lince.

- Existe relación significativa entre bienestar espiritual y realización personal en miembros de la Iglesia Adventista del Séptimo Día del distrito de Lince.
- Existe relación significativa entre bienestar espiritual y alegría de vivir en miembros de la Iglesia Adventista del Séptimo Día del distrito de Lince.

Capítulo III

Materiales y métodos

1. Diseño y tipo de investigación

La presente investigación fue de un diseño no experimental de alcance correlacional y de corte transversal porque no se manipula las variables y los datos fueron tomados en un tiempo específico (Hernández, Fernández y Bautista, 2006).

2. Variables de la investigación

2.1 Definición conceptual de las variables

2.1.1 Bienestar Espiritual.

Ellison sostiene que el bienestar espiritual es un sentido de armonía interna que incluye la relación con el propio ser, con los otros, con Dios, con el orden natural o un poder superior manifiesto, a través de expresiones creativas, rituales familiares, trabajo significativo y prácticas religiosas que generan una dimensión religiosa (hacia Dios, un ser o fuerza superior) y una dimensión existencial (hacia sí mismo y los demás) (Citado por Sánchez, 2009).

2.1.2 Felicidad.

Alarcón (2006) define felicidad como un estado afectivo de satisfacción plena que experimenta subjetivamente el individuo en posesión de un bien anhelado.

2.2 Operacionalización de las variables

Tabla 1

Cuadro de operacionalización de bienestar espiritual

Variable	Definición operacional	Ítems
Bienestar espiritual	Es un sentido de armonía interna que incluye la relación con el propio ser, con los otros y con Dios. Ellison (Citado por Sánchez, 2009).	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11

Tabla 2

Cuadro de operacionalización de felicidad

Variable	Dimensiones	Definición operacional	Ítems
Felicidad		La felicidad es un estado afectivo de satisfacción plena que experimenta subjetivamente el individuo en posesión de un bien anhelado (Alarcón, 2006).	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16,17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27
	Sentido positivo de la vida	Relacionado con la ausencia de estados depresivos, pesimismo e intranquilidad (Alarcón, 2006).	2, 7, 11, 14, 17, 18, 19, 20, 22, 23, 26
	Satisfacción con la vida	Es el contraste entre las metas y la percepción de logro de esas metas (Alarcón, 2006).	1, 3, 4, 5, 6, 10
	Realización personal	Que evidencia tranquilidad emocional con base en una orientación hacia metas que la persona considera como importantes para su vida (Alarcón, 2006).	8, 9, 21, 24, 25, 27
	Alegría de vivir	Hace referencia al optimismo y la alegría como expresión de la felicidad (Alarcón, 2006).	12, 13, 15, 16

3. Delimitación geográfica y temporal

La presente investigación se realizó en la Iglesia Adventista del Séptimo Día del distrito de Lince, ubicada en la Av. José Galvez 1953 Lince. Se inició el mes de marzo de 2016 y culminó en enero de 2017.

4. Participantes

La muestra fue conformada por 200 miembros bautizados de la Iglesia Adventista del distrito de Lince, la cual a su vez está conformada por cuatro iglesias, a saber, la Iglesia Adventista Central de Lince, la Iglesia Adventista de Lobatón, la Iglesia Adventista de Santa Beatriz y la congregación denominada “Congregación de Javier Prado”. La edad de la muestra oscila entre los 18 años y los 75 años. Se hizo una selección de la muestra por conveniencia. Luego de la aplicación de los criterios de inclusión y exclusión, la muestra se redujo a 150 miembros.

4.1. Características de la muestra

En la tabla 3 se muestran las características sociodemográficas de los participantes de este estudio.

Tabla 3

Características sociodemográficas de los miembros de la Iglesia Adventista del Séptimo Día del distrito de Lince.

Variable		n	%
Edad	18-40 años	94	62.7
	41-65 años	45	30
	66-75 años	11	7.3
Género	Femenino	106	70.7
	Masculino	44	29.3
Lugar de procedencia	Costa	88	58.7
	Sierra	46	30.7
	Selva	16	10.7
Estado civil	Soltero	82	54.7
	Casado	62	41.3
	Viudo	3	2.0
	Divorciado	3	2.0
Tiempo de bautismo	0 a 5 años	51	34
	6 a 10 años	31	20.7
	11 a 20 años	30	20.7
	21 a más años	38	25.3

Se aprecia en la tabla 3, que la edad de la mayoría de los participantes (62.7%) oscila entre los 18 a 40 años, mientras un 30% se encuentra entre las edades de 41 a 65 años y solo un 7.3%

pertenece a las edades que oscilan entre 66 y 75 años. Del mismo modo se observa que la mayoría de la población pertenece al género femenino (70.7%) mientras solo un 29.3% pertenece al género masculino. En relación al lugar de procedencia; se aprecia que la mayoría de los participantes proviene de la costa (58.7%) mientras el 30.7% proviene de la sierra y solo el 10.7% proviene de la selva. Con respecto al estado civil se observa que la mayoría de la población es soltera (54.7%) seguida del 41.3% que es casada, mientras que solo un 2% es viuda y también un 2% es divorciada. Finalmente, un 34% tiene un tiempo de bautismo de 0 a 5 años; mientras un 20.7%, entre 6 a 10 años; un 20.7%, entre 11 a 20 años y un 25.3%, entre 21 a más años.

4.2. Criterios de inclusión y exclusión

4.1.1 Criterios de inclusión.

- Miembros entre las edades de 18 años a 75 de años
- Miembros bautizados
- Miembros que deseen participar voluntariamente de la investigación
- Miembros que no presenten signos de alteración mental

4.1.2 Criterio de exclusión

- Más del 10% de preguntas omitidas
- Miembros que hayan completado solo una de las pruebas
- Miembros que hayan dejado en blanco los datos sociodemográficos
- Miembros que hayan marcado al azar

5. Instrumentos

5.1 Escala de Bienestar Espiritual

Creada en 1982 por Paloutzian y Ellison, en los Estados Unidos. La escala está constituida por 20 ítems y por dos subescalas: bienestar religioso y bienestar espiritual, con 10 ítems para cada subescala. Para determinar el valor de la respuesta tiene una graduación de tipo Likert cuyas alternativas van desde completamente en desacuerdo hasta completamente de acuerdo y los puntajes van de 1 a 6, donde “Completamente en desacuerdo” se puntúa con 1; “Moderadamente en desacuerdo”, con 2; “En desacuerdo”, con 3; “De acuerdo”, con 4; “Moderadamente de acuerdo”, con 5 y “Completamente de acuerdo”, con 6. Algunos puntajes se califican de modo directo, y otros de modo inverso. A mayor puntaje existe mayor bienestar espiritual. La medida general de bienestar se obtiene de la suma de los puntajes de las dos subescalas. Los autores sugirieron una puntuación de corte con los intervalos de 20 a 40 para bienestar espiritual bajo, 41 a 99 para moderado y 100 a 120 para alto. En las subescalas de Bienestar Religioso y Existencial, los intervalos son de 10 a 20, de 21 a 49 y de 50 a 60 puntos, para bajo, moderado y alto, respectivamente.

Con respecto a la confiabilidad se utilizó el método *test-retest* con lo cual se obtuvo un coeficiente de confiabilidad de 0,93 para el bienestar espiritual general; 0,96 para el bienestar en la dimensión religiosa y 0,86 para el bienestar en la dimensión existencial. Asimismo, la consistencia interna se evaluó utilizando el coeficiente alfa, que fue de 0.89, para el bienestar espiritual; 0.87, para el bienestar religioso y 0.78, para el bienestar existencial. Estos resultados evidencian que la escala total y sus respectivas subescalas poseen una alta confiabilidad y consistencia interna.

Por otro lado, la validez del constructo fue obtenida por el análisis factorial y arrojó dos factores. Cabe mencionar que la escala ha sido empleada en poblaciones de diferentes culturas, traducida a diferentes idiomas (el español es uno de ellos) (Salgado, 2012).

Más adelante, en 1996 Montero y Sierra adaptaron la Escala de Bienestar Espiritual en una muestra de 200 adultos mexicanos, casados, de ambos sexos, de los cuales 100 eran practicantes católicos activos y 100 adultos sin práctica religiosa activa de entre 30 y 50 años (Salgado, 2012). En el proceso de adaptación la Escala de Bienestar Espiritual se incrementa un ítem en la sub escala de Bienestar Religioso, quedando la escala en la versión mexicana con 21 ítems.

Con respecto a la validez del constructo, esta fue obtenida por el análisis factorial con rotación varimax, donde se confirmó los dos factores de la escala original, los cuales explicaron 50.3% de la varianza. Las dos subescalas presentaron en general pesos factoriales de .40 o más.

En cuanto a la confiabilidad, los coeficientes de confiabilidad obtenidos por el método *test-retest* fueron de 0.93 para la Escala Total, 0.96 para la dimensión de bienestar religioso y de 0.86 para la dimensión de bienestar existencial. Asimismo, los coeficientes de consistencia interna fueron de 0.89, 0.87 y 0.78 respectivamente, lo cual indica que tanto la escala total como las subescalas poseen una alta confiabilidad y consistencia interna.

Más adelante, Montero y Rivera, el año 2007, en su estudio: “Medidas de afrontamiento religioso y espiritualidad en adultos mayores mexicanos”, utilizaron solo la Sub-escala de relación con Dios de la Escala de bienestar espiritual adaptada por Montero y Sierra el año 1996. La estructura factorial de esta escala fue estimada con la primera muestra (N = 129). El análisis arrojó dos componentes claramente definidos que explicaron 59.3% de la varianza; el primero con nueve reactivos y el segundo con dos. Estos últimos parecen evaluar una relación

insatisfactoria con Dios, en contraposición con el resto de aquellos que parecen medir una relación satisfactoria.

Asimismo, Salgado (2012) utilizaría y adaptaría para Perú la dimensión religiosa de la Escala de Bienestar Espiritual de Paloutzian y Ellison adaptada por Montero y Sierra en 1996. En esta nueva adaptación, los cambios específicos que se realizaron fueron sometidos a juicio de expertos. En la subescala de la Dimensión Religiosa de la Escala de Bienestar Espiritual de Paloutzian y Ellison adaptada por Montero y Sierra para México en el ítem 10 dice: “Mi relación con Dios contribuye a mi sensación de bienestar” y en la Versión adaptada por Salgado (2012) Perú se cambió por: “Mi relación con Dios contribuye a mi sensación de bienestar en general”, debido a que la jueza manifestó que era mejor especificar a qué área de bienestar se refería. La versión final de la adaptación se sometió nuevamente a la evaluación de parte de criterio de jueces, recibiendo un acuerdo unánime sobre la validez del constructo.

En cuanto a la validez del constructo, la medida de adecuación del muestreo de KMO obtuvo un valor de 0.927, el cual es superior a 0.5. Respecto a la prueba de esfericidad de Bartlett, se obtuvo un valor de 759,274 ($p < .000$), lo cual resulta satisfactorio para proceder a aplicar el análisis factorial. Se halló el Análisis Factorial exploratorio mediante el método de extracción de componentes principales con rotación varimax y valores *eigen* mayores a 1. Se hallaron dos factores, donde la varianza explicada del primer factor es de 68.39% y del segundo factor es de 9.22%, ambos suman una varianza acumulada de 77.62%. Los resultados obtenidos evidencian una adecuada validez factorial.

Con respecto a la confiabilidad de la adaptación de la Dimensión Religiosa de la Escala de Bienestar Espiritual, se obtuvo mediante el coeficiente alfa de Cronbach un valor de 0.95 lo cual confirma su alto nivel de confiabilidad (Salgado, 2012).

Esta adaptación validada en nuestro país por Salgado (2012) de la Dimensión Religiosa de la Escala de Bienestar Espiritual es la que utilizamos en este proyecto, de la cual se obtuvo su fiabilidad (ver Anexo 1) y validez (ver Anexo 2) para el presente estudio.

5.2 Escala de Felicidad de Lima

Creada el 2006 por Alarcón. La Escala de Felicidad de Lima está compuesta por 27 ítems y por cuatro subescalas: sentido positivo de la vida, satisfacción con la vida, realización personal y alegría de vivir. Para determinar el valor de la respuesta tiene una graduación de tipo Likert con cinco alternativas: Totalmente de acuerdo; Acuerdo; Ni acuerdo ni desacuerdo; Desacuerdo; y Totalmente en desacuerdo. Con un puntaje decreciente que es desde cinco, con “totalmente de acuerdo” hasta “totalmente en desacuerdo”. Asimismo existen ítems directos e inversos que están distribuidos aleatoriamente. Según la clave de calificación, el puntaje total se divide en cinco niveles de felicidad: de 27-87: muy baja felicidad; 88-95: baja; 96-110: media; 111-118: alta; 119-135: muy alta.

Con respecto a la validez de constructo se hizo uso del análisis factorial, donde el análisis de componentes principales identificó cuatro componentes con valores *Eigen*, que varían de 1.50 a 8.59; el primer componente explicó el 31.82% de la varianza, en tanto que los cuatro componentes sumados explicaron el 49.79% de la varianza total. Mientras la rotación ortogonal (Varimax) de la matriz de componentes agrupó coherentemente los 27 elementos en cuatro factores independientes. El factor 1 agrupa 11 ítems; los factores 2 y 3 tienen cada uno seis ítems; y el factor 4 reúne cuatro ítems. Asimismo, las saturaciones factoriales correspondientes a los ítems de cada factor; todas son altas, la mayor tiene un peso de .684 y la más baja .405. Puede observarse que el peso factorial de cada variable se concentra con mayor fuerza en un solo

factor, en los demás su peso es comparativamente muy reducido; esto significa que existe coherencia factorial entre los ítems integrantes de cada uno de los factores. Ante los resultados obtenidos podría decirse que la Escala de Felicidad posee una adecuada validez factorial, esto garantiza cierta coherencia o convergencia entre las medidas referidas al constructo que se mide.

En cuanto a la confiabilidad, la Escala total presenta una elevada consistencia interna de 0.916. Mientras la sub-escala Sentido Positivo de la Vida, posee una alta confiabilidad con un coeficiente de 0.88; asimismo la subescala Satisfacción con la Vida con 0.79; del mismo modo la subescala Realización Personal, con 0.76. Además, la sub-Escala Alegría de Vivir, tiene solo cuatro ítems y su confiabilidad es de 0.72. Estos resultados garantizan su fiabilidad.

Asimismo, para su utilización en el presente estudio, se obtuvo su fiabilidad (ver Anexo 3) y validez (ver Anexo 4).

6. Proceso de recolección de datos

La recolección de los datos se llevó a cabo del 5 al 26 de noviembre del año 2016 en 3 iglesias adventistas y una congregación del distrito de Lince. Las pruebas fueron aplicadas de manera colectiva, con un tiempo de duración de aproximadamente 20 minutos en total. Se brindaron las instrucciones respectivas con respecto al consentimiento informado y el llenado de los instrumentos, refiriéndoles que la participación de cada uno era vital para los resultados obtenidos.

7. Procesamiento y análisis de datos

Los datos fueron procesados a través del software SPSS 20.0. Los análisis estadísticos que se realizaron fueron de índole descriptiva y correlacional. Para contrastar las hipótesis planteadas se determinó un nivel de significancia del 0.5.

Asimismo, se elaboraron tablas de frecuencia, también se utilizó la prueba de Kolmogorov Smirnov para encontrar si existe una distribución normal y la prueba de Spearman para hallar la correlación entre las variables.

Capítulo IV

Resultados y Discusión

1. Resultados

1.1 Análisis descriptivo

1.1.1 Nivel de bienestar espiritual.

En la tabla 4 se aprecia que el 46% de miembros de iglesia presenta bienestar espiritual de nivel moderado, es decir, evidencian un sentido de armonía medianamente satisfactorio con su propio ser, con los otros y con Dios. Asimismo, se observa que el 27.3% de los miembros poseen un bienestar espiritual alto.

Tabla 4

Bienestar espiritual en miembros de la Iglesia Adventista del Séptimo Día del distrito de Lince

	Bajo		Moderado		Alto	
	n	%	n	%	n	%
Bienestar Espiritual	40	26.7	69	46.0	41	27.3

1.1.2 Nivel de Bienestar Espiritual según datos sociodemográficos.

En la tabla 5 se observa que el porcentaje de varones (31.8%) que presenta bienestar espiritual en un nivel bajo es mayor que el que presentan las mujeres en este mismo aspecto. En otras palabras, los varones poseen menos bienestar espiritual que las mujeres.

Tabla 5

Bienestar espiritual según género

	Género											
	Femenino						Masculino					
	Bajo		Moderado		Alto		Bajo		Moderado		Alto	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Bienestar Espiritual	26	24.5	51	48.1	29	27.4	14	31.8	18	40.9	12	27.3

En la tabla 6 se aprecia que el 25% de las personas cuyas edades fluctúan entre los 18 y 40 años tienen un nivel alto de bienestar espiritual, mientras que el 36% de las personas cuyas edades fluctúan entre 65 a 75 años presentan un nivel bajo de bienestar espiritual.

Tabla 6

Bienestar espiritual según edad

	Edad																	
	18-40 años						41-65 años						66-75 años					
	Bajo		Moderado		Alto		Bajo		Moderado		Alto		Bajo		Moderado		Alto	
	n	%	n	%	N	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Bienestar Espiritual	24	26	45	49	25	25	13	29	25	56	7	15	4	36	5	46	2	18

En la tabla 7 se aprecia que los solteros presentan un nivel bajo de bienestar espiritual (32.9%) a diferencia de los casados (21%). Además, que los casados tienen un nivel alto de bienestar espiritual (37.1%) en comparación con los solteros (19.5%).

Tabla 7

Bienestar espiritual según estado civil

	Estado Civil																							
	Soltero			Casado			Viudo			Divorciado														
	Bajo		Moderado		Alto		Bajo		Moderado		Alto		Bajo		Moderado		Alto							
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%						
Bienestar Espiritual	27	32.9	39	47.6	16	19.5	13	21	26	41.9	23	37.1	0	0	2	66.7	1	33.3	0	0	2	66.7	1	33.3

En la tabla 8 se observa que las personas de la selva presentan un nivel alto de bienestar espiritual (37.5%) a diferencia de las personas de la costa y sierra (23.9% y 30.4%, respectivamente). Sin embargo, las personas de la selva también presentan un nivel bajo de bienestar espiritual (31.3%) mayor al que presentan las personas de la costa y sierra (26.1% en ambos casos).

Tabla 8

Bienestar espiritual según procedencia

	Procedencia																	
	Costa			Sierra			Selva											
	Bajo		Moderado		Alto		Bajo		Moderado		Alto							
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%						
Bienestar Espiritual	23	26.1	44	50	21	23.9	12	26.1	20	43.5	14	30.4	5	31.3	5	31.3	6	37.5

En la tabla 9 se observa que las personas del grupo de 1 a 5 años de bautismo presentan el mayor porcentaje (37.3%) en el nivel bajo de bienestar espiritual. Por otro lado, las personas pertenecientes al grupo de 21 años a más de bautismo presentan el mayor porcentaje en el nivel alto de bienestar espiritual (36.8%).

Tabla 9

Bienestar espiritual según tiempo de bautismo

	Tiempo de Bautismo																							
	1 a 5 años			6 a 10 años			11 a 20 años			21 a más años														
	Bajo		Moderado	Alto		Bajo		Moderado	Alto		Bajo		Moderado	Alto										
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%								
Bienestar Espiritual	19	37.3	19	37.3	13	25.5	9	29	14	45.2	8	25.8	8	26.7	16	53.3	6	20	4	10.5	20	52.6	14	36.8

1.1.3 Nivel de felicidad.

En la tabla 10 se observa que el 50% de los miembros de iglesia presentan un nivel moderado de felicidad, y sólo el 22,7% presenta un nivel alto de felicidad. Es decir, las personas representadas por este último porcentaje experimentan una satisfacción plena en posesión de un bien anhelado. Con respecto a las dimensiones, se observa que los participantes poseen un nivel moderado en cuanto a sentido positivo de la vida (53.3%), satisfacción personal (48%), realización personal (50%) y alegría de vivir (56.7%). Asimismo, se percibe que un importante grupo (27,3 %) tiene un nivel alto con respecto a la dimensión Alegría de vivir, lo que implica un enfoque positivo de las experiencias de la vida y el sentirse bien generalmente. Sin embargo, un grupo considerable (30%) posee un nivel bajo con respecto a la dimensión Realización personal, lo que significa que presentan dificultades para experimentar un sentido de autosuficiencia, placidez y tranquilidad emocional con respecto al logro de metas que considera valiosas para su vida.

Tabla 10

Niveles de felicidad en miembros de la Iglesia Adventista del Séptimo Día del distrito de Lince

	Bajo		Moderado		Alto	
	n	%	n	%	n	%
Felicidad	41	27.3	75	50.0	34	22.7
Sentido positivo de la vida	38	25.3	80	53.3	32	21.3
Satisfacción con la vida	44	29.3	72	48.0	34	22.7
Realización personal	45	30.0	75	50.0	30	20.0
Alegría de vivir	24	16.0	85	56.7	41	27.3

1.1.4 Nivel de felicidad según datos sociodemográficos.

Como se puede apreciar en la tabla 11, tanto hombres como mujeres presentan un nivel medio de felicidad (49.1% y 52.3% respectivamente), sin embargo el 29.2% de mujeres presenta un nivel bajo de felicidad (29,2%) en contraste con el 25% de hombres que presenta un nivel alto de felicidad (25%). Con respecto a las dimensiones, los resultados muestran un nivel moderado en ambos grupos. Sin embargo, las mujeres poseen un nivel bajo con respecto al sentido positivo de la vida (30,2%) y satisfacción con la vida (34%) a diferencia de los hombres quienes en estas mismas dimensiones presentan porcentajes de 13,6% y 18,2%, respectivamente; el nivel bajo. Esto significa que las mujeres de la muestra experimentan más estados de depresión, fracaso, intranquilidad, pesimismo y vacío existencial, además se encuentran insatisfechas con lo alcanzado y consideran hallarse lejos de alcanzar el ideal de su vida. Por otro lado, los hombres poseen un nivel alto con respecto a alegría de vivir (31.8%) en comparación con las mujeres (25,5%), lo que significa que se encuentran optimistas y se sienten generalmente bien.

Tabla 11

Niveles de felicidad según sexo

Sexo		Felicidad		Sentido positivo de la vida		Satisfacción con la vida		Realización personal		Alegría de vivir	
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
		Femenino	Bajo	31	29.2	32	30.2	36	34.0	31	29.2
	Moderado	52	49.1	52	49.1	44	41.5	55	51.9	60	56.6
	Alto	23	21.7	22	20.8	26	24.5	20	18.9	27	25.5
Masculino	Bajo	10	22.7	6	13.6	8	18.2	14	31.8	5	11.4
	Moderado	23	52.3	28	63.6	28	63.6	20	45.5	25	56.8
	Alto	11	25.0	10	22.7	8	18.2	10	22.7	14	31.8

Como se puede apreciar en la tabla 12, existe un grupo importante de personas de 18 a 40 años que presenta un nivel alto de felicidad (25%), sin embargo, también existe un grupo importante de personas de 66 a 75 años que presenta un nivel bajo de felicidad (40%). Con respecto a las dimensiones, los resultados evidencian que los mayores porcentajes de los tres grupos se encuentran en el nivel moderado. Sin embargo, el grupo de personas de 66 a 75 años poseen los mayores porcentajes en el nivel bajo, tanto en la dimensión sentido positivo de la vida (45%), como en las dimensiones satisfacción con la vida (38%) y alegría de vivir (18%). Esto significa que experimentan más estados de tristeza, fracaso, desesperanza y vacío existencial, además se encuentran insatisfechas con lo alcanzado y se sienten generalmente pesimistas. En este sentido podemos inferir que las personas que se hallan en una adultez tardía tienen dificultades para experimentar felicidad.

Tabla 12

Niveles de felicidad según edad

Edad		Felicidad		Sentido positivo de la vida		Satisfacción con la vida		Realización personal		Alegría de vivir	
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
18-40 años	Bajo	24	26.0	22	24.0	26	28.0	29	31.0	15	16.0
	Moderado	45	49.0	50	52.0	44	47.0	47	50.0	55	58.0
	Alto	25	25.0	22	24.0	24	25.0	18	19.0	24	26.0
41-65 años	Bajo	13	28.0	11	24.0	15	33.0	13	29.0	7	16.0
	Moderado	26	57.0	25	56.0	23	51.0	22	49.0	24	53.0
	Alto	7	15.0	9	20.0	7	16.0	10	22.0	14	31.0
66-75 años	Bajo	4	40.0	5	45.0	3	38.0	3	27.0	2	18.0
	Moderado	4	40.0	5	45.0	5	24.0	6	55.0	6	55.0
	Alto	2	20.0	1	10.0	3	38.0	2	18.0	3	27.0

Como se puede apreciar en la tabla 13, los mayores porcentajes tanto de solteros como de casados se encuentran en el nivel moderado de felicidad. En lo referente al resultado por dimensiones, se observa que en el nivel moderado se encuentran los mayores porcentajes tanto de solteros como de casados. Además, si se comparan los porcentajes del nivel bajo en las dimensiones satisfacción con la vida y realización personal, pertenecientes tanto a hombres como a mujeres; se observa que los porcentajes de casados son mayores que los de los solteros.

Tabla 13

Niveles de felicidad según estado civil

Estado Civil		Felicidad		Sentido positivo de la vida		Satisfacción con la vida		Realización personal		Alegría de vivir	
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Soltero	Bajo	20	24.4	19	23.2	22	26.8	24	29.3	12	14.6
	Moderado	42	51.2	47	57.3	41	50.0	42	51.2	47	57.3
	Alto	20	24.4	16	19.5	19	23.2	16	19.5	23	28.0
Casado	Bajo	18	29.0	15	24.2	20	32.3	19	30.6	9	14.5
	Moderado	31	50.0	32	51.6	27	43.5	30	48.4	36	58.1
	Alto	13	21.0	15	24.2	15	24.2	13	21.0	17	27.4
Viudo	Bajo	1	33.3	2	66.7	2	66.7	0	0	0	0
	Moderado	1	33.3	0	0	1	33.3	2	66.7	2	66.7
	Alto	1	33.3	1	33.3	0	0	1	33.3	1	33.3
Divorciado	Bajo	2	66.7	2	66.7	2	66.7	2	66.7	3	100.0
	Moderado	1	33.3	1	33.3	1	33.3	1	33.3	0	0
	Alto	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

Como se puede apreciar en la tabla 14, el 25% de personas de la selva presenta un nivel alto de felicidad, mientras que el 29.5% de personas de la costa presentan un nivel bajo de felicidad. En lo referente al resultado por dimensiones, se observa que en el nivel moderado se encuentran los mayores porcentajes tanto en personas de la costa, sierra y selva. Además, si se comparan los porcentajes del nivel bajo en las dimensiones sentido positivo de la vida y satisfacción con la vida; pertenecientes tanto a personas de la costa, sierra y selva; se observa que los porcentajes de

las personas de la sierra son mayores. Esto significa que las personas de la sierra experimentan más estados de tristeza, fracaso, desesperanza, pesimismo, vacío existencial y que además se encuentran insatisfechas con lo alcanzado. Por otro lado, personas de la selva presentan un nivel alto con respecto a la dimensión alegría de vivir (37.5%), en comparación con las personas de la costa y sierra, lo que significa que se encuentran optimistas y se sienten generalmente bien.

Tabla 14

Niveles de felicidad según procedencia

Procedencia		Felicidad		Sentido positivo de la vida		Satisfacción con la vida		Realización personal		Alegría de vivir	
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Costa	Bajo	26	29.5	23	26.1	25	28.4	30	34.1	13	14.8
	Moderado	43	48.9	43	48.9	45	51.1	42	47.7	52	59.1
	Alto	19	21.6	22	25.0	18	20.5	16	18.2	23	26.1
Sierra	Bajo	11	23.9	14	30.4	15	32.6	10	21.7	8	17.4
	Moderado	24	52.2	26	56.5	19	41.3	25	54.3	26	56.5
	Alto	11	23.9	6	13.0	12	26.1	11	23.9	12	26.1
Selva	Bajo	4	25.0	1	6.3	4	25.0	5	31.3	3	18.8
	Moderado	8	50.0	11	68.8	8	50.0	8	50.0	7	43.8
	Alto	4	25.0	4	25.0	4	25.0	3	18.8	6	37.5

En la tabla 15 se observa que las personas del grupo de 11 a 20 años de bautismo presentan el mayor porcentaje (33.3%) en el nivel alto de felicidad. Por otro lado, las personas pertenecientes al grupo de personas de 1 a 5 años de bautismo presentan el mayor porcentaje en el nivel bajo de

felicidad (33.3%). En lo referente al resultado por dimensiones, se observa que en el nivel moderado se encuentran los mayores porcentajes de todos los grupos de tiempo de bautismo.

Además, si se comparan los porcentajes del nivel bajo en las dimensiones sentido positivo de la vida, realización personal y alegría de vivir, pertenecientes a todos los grupos; se observa que los porcentajes del grupo de 1 a 5 años son mayores que los demás grupos. En este sentido podemos inferir que a mayor tiempo de bautismo la persona experimenta mayor felicidad. Lo que se confirma cuando comparamos los porcentajes del nivel alto en las dimensiones sentido positivo de la vida y alegría de vivir; pertenecientes a todos los grupos y se observa que los porcentajes del grupo de 21 a más años de bautismo son mayores que los demás grupos. Asimismo, más personas del grupo de 11 a 20 años de bautismo poseen un nivel alto con respecto a satisfacción con la vida (30%) realización personal (30%) en comparación con los demás grupos.

Tabla 15

Niveles de felicidad según tiempo de bautismo

Tiempo de Bautismo	Felicidad		Sentido positivo de la vida		Satisfacción con la vida		Realización personal		Alegría de vivir		
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	
1 a 5 años	Bajo	17	33.3	18	35.3	15	29.4	18	35.5	11	21.6
	Moderado	24	47.1	26	51.0	25	49.0	24	47.1	29	56.9
	Alto	10	19.6	7	13.7	11	21.6	9	17.6	11	21.6
6 a 10 años	Bajo	9	29.0	8	25.8	9	29.0	11	35.5	3	9.7
	Moderado	16	51.6	17	54.8	15	48.4	15	48.4	20	64.5
	Alto	6	19.4	6	19.4	7	22.6	5	16.1	8	25.8
11 a 20 años	Bajo	7	23.3	6	20.0	8	26.7	6	20.0	6	20.0
	Moderado	13	43.3	17	56.7	13	43.3	15	50.0	15	50.0
	Alto	10	33.3	7	23.3	9	30.0	9	30.0	9	30.0
21 a más años	Bajo	8	21.1	6	15.8	12	31.6	10	26.3	4	10.5
	Moderado	22	57.9	20	52.6	19	50.0	21	55.3	21	55.3
	Alto	8	21.1	12	31.6	7	18.4	7	18.4	13	34.2

1.2 Prueba de normalidad

Con el propósito de realizar los análisis comparativos y contrastar las hipótesis planteadas, se procedió a realizar primero la prueba de bondad de ajuste para precisar si las variables presentan una distribución normal. En ese sentido, la tabla 16 presenta los resultados de la prueba de bondad de ajuste de Kolmogorov-Smirnov (K-S). Como se observa en la Tabla 16 los datos correspondientes a las 2 variables en su totalidad no presentan una distribución normal dado que

el coeficiente obtenido (K-S) es significativo ($p < 0.05$). Por tanto, para los análisis estadísticos correspondientes se empleará estadística no paramétrica.

Tabla 16

Prueba de bondad de ajuste a la curva normal para las variables de estudio

Instrumentos	VARIABLES	Media	D.E	K-S	P
Bienestar Espiritual	Bienestar espiritual global	2.01	0.73	0.23	0.00
Felicidad	Felicidad global	1.95	0.70	0.25	0.00
	Sentido positivo de la vida	1.96	0.68	0.27	0.00
	Satisfacción con la vida	1.93	0.72	0.24	0.00
	Realización personal	1.90	0.70	0.25	0.00
	Alegría de vivir	2.11	0.65	0.29	0.00

* $p < 0.05$

1.3 Análisis de correlación

Como se puede apreciar en la tabla 17, el coeficiente de correlación de Spearman indica que existe una relación positiva y altamente significativa entre bienestar espiritual y felicidad ($r = .307$, $p < 0.000$). Es decir, cuánto más bienestar espiritual exista, mayor felicidad experimentará la persona. De manera similar ocurre con las dimensiones de felicidad. Encontrándose una relación altamente significativa en la mayoría de sus dimensiones.

Tabla 17

Coeficiente de correlación entre bienestar espiritual y felicidad

Felicidad	Bienestar Espiritual	
	rho	P
Escala global	,307**	,000
Sentido positivo de la vida	,307**	,000
Satisfacción con la vida	,264**	,001
Realización personal	,199*	,015
Alegría de vivir	,355**	,000

** La correlación es significativa al nivel 0.01

2. Discusión

Los resultados encontrados en la investigación evidencian que existe una relación altamente significativa entre bienestar espiritual y felicidad en los miembros de la Iglesia Adventista del distrito de Lince ($\rho = ,307^{**}$; $p < 0.000$), es decir, los miembros que tengan mayor bienestar espiritual también experimentarán mayor felicidad. Respecto a esto, Arias et al. (2013) en su estudio encontraron un resultado similar donde la espiritualidad en el trabajo se correlaciona significativamente con la felicidad. En este sentido, el bienestar espiritual ofrece diversos recursos que propician la felicidad. Entre ellos encontramos que provee soporte ante las situaciones adversas de la vida, lo cual conlleva a una disminución de la ansiedad y depresión propiciando la felicidad (Herbert, Zdaniuk, Schultz y Sheier, 2009; Moreira, Lotufo & Koenig, 2006; Quiceno y Vinaccia, 2009). Asimismo, encontramos que el bienestar espiritual propicia el desarrollo y mantenimiento de conductas como el altruismo, el amor y el perdón lo que permite vínculos estables y estrechos con la familia y amigos, vínculos que constituyen la felicidad. (Arias et al. 2013; O'Connor, 2016; Wink y Dillon, 2003). Finalmente mencionaremos que el

bienestar espiritual brinda una misión o propósito de vida trascendente, lo que favorece la felicidad en la vida del ser humano (Seligman, 2011; Arias et al., 2013; Koenig, George y Siegler, 1988; Fischman, 2010).

Además se encontró una relación positiva y altamente significativa entre bienestar espiritual y la dimensión de sentido positivo de la vida ($\rho = ,307^{**}$; $p < 0.000$). Esto quiere decir, que a mayor bienestar espiritual, habrá ausencia de estados de vacío existencial, tristeza, pesimismo y desesperanza. En este sentido, el bienestar espiritual brinda un significado de vida, lo que favorece una nueva narrativa de las situaciones adversas, propiciando el desarrollo de capacidades de adaptación y afronte; capacidades como la resiliencia, la esperanza y el optimismo. Todo ello disminuye el vacío existencial, la tristeza, el pesimismo y la desesperanza, y favorece el incremento de sentimientos positivos hacia sí mismo y hacia la vida que constituyen un estado de felicidad (Laos, 2010; Yoffe, 2015; Salgado, 2012; Gallegos y Hernández, 2008; Koenig, George y Siegler, 1988; Quiceno y Vinaccia, 2009).

Del mismo modo, se encontró una relación altamente significativa entre bienestar espiritual y la dimensión satisfacción con la vida ($\rho = ,264^{**}$; $p < 0.001$); es decir, que a mayor nivel de bienestar espiritual, se evidenciará mayores indicadores de satisfacción con los logros alcanzados debidos al hecho de estar cerca del ideal de su vida. En este sentido, el bienestar espiritual propicia una evaluación positiva de los logros personales y motiva la autosuperación, así lo mencionan Wink y Dillon (2003) quienes encontraron que la espiritualidad trae bienestar porque motiva el crecimiento personal y el involucramiento en tareas creativas o de auto superación.

Bienestar que se evidencia en niveles de satisfacción personal por las metas alcanzadas (Alarcón, 2006).

Asimismo, se encontró una relación significativa entre bienestar espiritual y la dimensión realización personal ($\rho = ,199^*$; $p < 0.015$). Es decir, que a mayor nivel de bienestar espiritual se evidenciará mayores indicadores de tranquilidad emocional, placidez por el logro de metas significativas para cada persona. En este sentido, el bienestar espiritual favorece la armonía con uno mismo, con los demás y con Dios mediante su filosofía de vida, propiciando estados como el gozo, la paz, la tranquilidad y la plenitud los que favorecen la realización personal (Alarcón, 2006; Quiceno y Vinacia, 2009; Martínez, Méndez y Ballesteros, 2004).

Finalmente se encontró una relación altamente significativa entre bienestar espiritual y la dimensión alegría de vivir ($\rho = ,355^{**}$; $p < 0.000$). Es decir, que a mayor nivel de bienestar espiritual se evidenciará mayores indicadores de optimismo, alegría y bienestar. En este sentido el bienestar espiritual manifiesto mediante sus creencias y prácticas espirituales permite visualizar la vida con optimismo y esperanza, así como favorece perspectivas positivas acerca del futuro y propicia un estado de bienestar general (Fisher, 1998; Seligman, 2011; Laos, 2010).

Capítulo V

Conclusiones y recomendaciones

1. Conclusiones

Según los datos presentados y los resultados obtenidos en la presente investigación se concluye que:

- En relación al objetivo general, se pudo observar que existe relación significativa entre bienestar espiritual y felicidad en miembros de la Iglesia Adventista del Séptimo Día del distrito de Lince, 2016 ($\rho = ,307^{**}$; $p < 0.000$). Es decir, el bienestar espiritual ofrece diversos recursos que propician la felicidad, como brindar soporte emocional ante las adversidades, lo cual conlleva a una disminución de la ansiedad y depresión que propicia la felicidad. Asimismo, propicia el altruismo, el amor y el perdón, lo que permite vínculos estables y estrechos que generan felicidad. Además de brindar un propósito de vida trascendente, lo que también favorece la felicidad en la vida del ser humano.
- Existe relación significativa entre bienestar espiritual y sentido positivo de la vida en miembros de la Iglesia Adventista del Séptimo Día del distrito de Lince, 2016 ($\rho = ,307^{**}$; $p < 0.000$). En tal sentido, se comprende que el bienestar espiritual propicia el desarrollo de capacidades de adaptación y afronte; como la resiliencia, la esperanza y el optimismo, lo que favorece la disminución de vacío existencial, tristeza, pesimismo y

desesperanza; y permite el incremento de sentimientos positivos hacia sí mismo y hacia la vida que constituyen un estado de felicidad.

- Existe relación significativa entre bienestar espiritual y satisfacción con la vida en miembros de la Iglesia Adventista del Séptimo Día del distrito de Lince, 2016 ($\rho = ,264^{**}$; $p < 0.001$). En tal sentido se puede entender que el bienestar espiritual propicia una evaluación positiva de los logros personales y motiva la autosuperación, lo que propicia satisfacción personal por las metas alcanzadas.
- Existe relación significativa entre bienestar espiritual y realización personal en miembros de la Iglesia Adventista del Séptimo Día del distrito de Lince, 2016 ($\rho = ,199^{*}$; $p < 0.015$). En este sentido se puede comprender que el bienestar espiritual al favorecer la armonía con uno mismo, con los demás y con Dios mediante su filosofía de vida, propicia estados como el gozo, la paz, la tranquilidad y la plenitud que favorecen la realización personal.
- Existe relación significativa entre bienestar espiritual y alegría de vivir en miembros de la Iglesia Adventista del Séptimo Día del distrito de Lince, 2016 ($\rho = ,355^{**}$; $p < 0.000$). Al respecto se entiende que el bienestar espiritual mediante sus creencias y prácticas espirituales permite visualizar la vida con optimismo y esperanza, además favorece perspectivas positivas acerca del futuro y propicia un estado de bienestar general.

2. Recomendaciones

- Se recomienda promover y desarrollar estudios científicos, además de dar seguimiento a las investigaciones en torno a la espiritualidad, ya que esta variable no solo abarca la felicidad en miembros de una iglesia cristiana; sino en otras áreas de la vida como el contexto social, familiar y laboral.
- A los investigadores, se sugiere la propuesta para desarrollar instrumentos que ayuden a identificar de manera más exacta la felicidad y espiritualidad de las personas, a fin de obtener mayor confiabilidad y validez respecto a estas variables.
- Con base en los resultados obtenidos, se invita a replicar la investigación en muestras más amplias o en distintas poblaciones, de tal modo que se pueda generalizar los resultados y se pueda lograr una mayor comprensión de la naturaleza de las variables, además de profundizar y enriquecer el conocimiento.
- De acuerdo a los resultados obtenidos, se encontraron por lo general niveles moderados de bienestar espiritual y felicidad, por lo cual se sugiere organizar programas para el fortalecimiento de las variables mencionadas.
- Finalmente, se recomienda a los líderes espirituales reforzar la espiritualidad a fin de incrementar los niveles de bienestar emocional y felicidad en los miembros.

Referencias

- Alarcón, R. (2002). Fuentes de felicidad: ¿Qué hace feliz a la gente? *Revista de Psicología de la PUPC*, 20(2), 171-196. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4531323>
- Alarcón, R. (2006). Desarrollo de una Escala Factorial para Medir la Felicidad. *Revista Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology*, 40(1), 99-106. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=28440110>
- Arias, W., Arpasi, M., Masías., M. y Muñoz E. (2013). Espiritualidad en el ambiente laboral y su relación con la felicidad del trabajador. *Revista de investigación de la Universidad Católica San Pablo*, 4, 9-33. Recuperado de http://www.ucsp.edu.pe/images/direccion_de_investigacion/PDF/revista2013/Espiritualidad-y-felicidad-en-el-trabajador.pdf
- Ávila M. y Bozo A. (2011). *Bienestar espiritual, satisfacción vital y felicidad subjetiva en una muestra de religiosos y no religiosos en la región del Maule – Chile* (tesis de pregrado). Recuperado de <http://docplayer.es/18488864-Bienestar-espiritual-satisfaccion-vital-y-felicidad-subjetiva-en-una-muestra-de-religiosos-y-no-religiosos-de-la-region-del-maule.html>

- Caycho T. (2010). *Variables psicológicas asociadas con la felicidad en centros peri-urbanos y urbanos marginales de Lima* (tesis de maestría). Recuperado de http://sisbib.unmsm.edu.pe/BVRevistas/scientia/v2_n1/pdf/a07v2n1.pdf
- Cuadra H. y Florenzano (2003). El bienestar subjetivo: Hacia una psicología positiva. *Revista de Psicología de la Universidad de Chile*, 12 (1), 83-96. Recuperado de www.revistapsicologia.uchile.cl/index.php/RDP/article/download/17380/18144
- Diener, E. (2000). Subjective well – being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55, 34 – 43. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/11946302_Subjective_Well-Being_The_Science_of_Happiness_and_a_Proposal_for_a_National_Index
- 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
- Fisher, J. (1998). *Spiritual Health: Its natura and place in the school curriculum*. (PhD thesis), University of Melbourne. Recuperado de (<http://eprints.unimelb.edu.au/archive/00002994>)
- Fischman, D. (2010). *La alta rentabilidad de la felicidad*. Lima, Perú: UPC.
- Fordyce, M. W. (1977). Development of a program to increase happiness. *Journal of Counseling Psychology*, 24, 511-521. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/232594255_Development_of_a_program_to_increase_personal_happiness
- Fordyce, M. W. (1983). A program to increase happiness: Further studies. *Journal of Counseling Psychology*, 30, 483-498. Recuperado de

- https://www.researchgate.net/publication/232601794_A_program_to_increase_happiness_Further_studies
- Gallegos, M. y Hernández, D. (2008). Bienestar espiritual en pacientes con cáncer de mama identificado a través de la relación enfermera-paciente. *Rev. Enferm. Inst. Seguro Soc.*, 16(2): 99-104. Recuperado de <http://www.medigraphic.com/pdfs/enfermeriaimss/eim-2008/eim082g.pdf>
- Heylighen F. (1992) A Cognitive-Systemic Reconstruction of Maslow's Theory of Self Actualization. *Behavioral Science*, 37, 39-58. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/2423076_A_Cognitive-Systemic_Reconstruction_Of_Maslow's_Theory_Of_Self-Actualization
- Herbert, R., Zdaniuk, B., Schulz, R. y Scheier, M. (2009). Positive and negative religious coping and well-being in women with breast cancer. *Journal of Palliative Medicine*, 12(6), 537-545. Recuperado de <https://www.cmu.edu/qolt/Publications/2009Pubs/JPM-Hebert-2009.pdf>
- Hernández, R., Fernández, C. y Batista, P. (2006). *Metodología de la Investigación*. México D.F.: Mc Graw-Hill.
- Koenig, H., George, L. y Siegler, I. (1988). The use of religion and other emotion-regulating coping strategies among older adults. *The Gerontologist*, 28, 303-310. Recuperado de <http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.935.2426&rep=rep1&type=pdf>
- Koenig, H., McCullough, M. y Larson, D. (2001). *Handbook of religion and health: a century of research reviewed*. New York: Oxford University Press. Recuperado por <https://www.questia.com/read/106205948/handbook-of-religion-and-health>

- Laos, K. (2010). *Calidad de vida y religiosidad en pacientes con cáncer de mama*. (tesis de pregrado). Recuperado de http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/123456789/668/LAOS_MANRIQUE_KATHERINE_CALIDAD_VIDA_RELIGIOSIDAD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Lyubomirsky, S. (2008). *La ciencia de la felicidad*. Barcelona, España: Ediciones Urano S.A. Recuperado de http://rabida.uhu.es/dspace/bitstream/handle/10272/7280/La_ciencia_de_la_felicidad.pdf;sequence=2
- Jiménez, J. (2005). La espiritualidad, dimensión olvidada de la Medicina. *Revista Gaceta Universitaria, 1*, 92-101. Recuperado de http://revistagpu.cl/2005/GPU_junio_2005_PDF/LA%20ESPIRITUALIDAD%20DIMENSION%20OLVIDADA%20DE%20LA%20MEDICINA.pdf
- Mansilla M. (2000). Etapas del desarrollo humano. *Revista de Investigación en Psicología, 3* (2), 106-116. Recuperado de http://ateneo.unmsm.edu.pe/ateneo/bitstream/123456789/2035/1/revista_de_investigacion_en_psicolog%C3%ADa08v3n2_2000.pdf
- Martínez, M., Méndez, C. y Ballesteros, B. (2004). Características espirituales y religiosas de pacientes con cáncer que asisten al centro javeriano de oncología. *Univ. Psychol. 3* (2), 231-246. Recuperado de http://sparta.javeriana.edu.co/psicologia/publicaciones/actualizarrevista/archivos/V3N209caracteristicas_espirituales.pdf

- Martínez M. (2014). *Religiosidad, Prácticas Religiosas y Bienestar Subjetivo en Jóvenes Católicos de Lima Norte* (tesis de pregrado). Recuperado de http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/123456789/5432/MARTINEZ_SAA_VEDRA_MELANIA_PRACTICAS_RELIGIOSAS.pdf?sequence
- Mikkelsen F. (2009) *Satisfacción con la vida y Estrategias de afrontamiento en un grupo de adolescentes universitarios de Lima* (tesis de pregrado). Recuperado de http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/123456789/416/MIKKELSEN_RAMILLA_FLOR_SATISFACCION_CON_LA_VIDA.pdf?sequence=1
- Moreira, A., Lotufo, F. y Koenig, G. (2006). Religiousness and mental health: a review. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 28 (3), 242-250. Recuperado de http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-44462006000300018
- Morillo G. (2013). *Autoeficacia y Felicidad en ingresantes a una universidad privada de Trujillo*. (tesis de pregrado). Recuperado de http://revistas.ucv.edu.pe/index.php/R_PSI/article/view/209
- O'Connor, A. (6 de abril de 2016). Los secretos para una vida feliz, según un estudio de Harvard. *The New York Times Es*. Recuperado de <http://www.nytimes.com/es/2016/04/06/un-estudio-de-harvard-revela-los-secretos-para-una-vida-feliz/>
- Organización Mundial de la Salud (2012). *La depresión es una enfermedad frecuente y las personas que la padecen necesitan apoyo y tratamiento*. Recuperado de http://www.who.int/mediacentre/news/notes/2012/mental_health_day_20121009/es/
- Paloutzian, R. y Ellison, C. (2012). *Spiritual Well-Being Scale*. Recuperado de <http://www.lifeadvance.com/spiritual-well-being-scale.html>

- Papalia D., Wendkos S. y Duskin R. (2010). *Desarrollo Humano*. Recuperado de <https://iessb.files.wordpress.com/2015/03/175696292-desarrollo-humano-papalia.pdf>
- Pereyra, M. (2012).
- Pérez, J. (2007). Estudio exploratorio sobre el tema de la espiritualidad en el ambiente laboral. *Anales de Psicología*, 23(1), 137-146. Recuperado de http://www.um.es/analesps/v23/v23_1/17-23_1.pdf
- Pérez, A., Sandino, C., y Gómez V. (2005). Relación entre depresión y práctica religiosa: un estudio exploratorio. *Suma Psicológica*, 12 (1), 77-86. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=134219072005>
- Pinto, N. (2007). Bienestar espiritual de los cuidadores familiares de niños que viven enfermedad crónica, *Investigación en Enfermería: Imagen y Desarrollo*, 9 (1), 19-35. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/1452/145212858003.pdf>
- Quiceno J. y Vinaccia S. (2009). La salud en el marco de la psicología de la religión y la espiritualidad. *Diversitas*, 5(2), 321-336. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=67916260008>
- Quiceno J. y Vinaccia S. (2011). Creencias-prácticas y afrontamiento espiritual-religioso y características sociodemográficas en enfermos crónicos. *Psychologia: avances de la disciplina*, 5(1), 25-36. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/psych/v5n1/v5n1a03.pdf>
- Rolheiser, R. (2003). *En busca de espiritualidad: Lineamientos para una espiritualidad cristiana del siglo XXI*. Buenos Aires: s/e. Recuperado de <https://es.scribd.com/doc/123443802/Rolheiser-Ronald-en-Busca-de-Espiritualidad>

- Salgado A. (2012). *Efectos del bienestar espiritual sobre la resiliencia en estudiantes universitarios de Argentina, Bolivia, Perú y República Dominicana* (tesis doctoral).
Recuperado de
http://www.academia.edu/26099526/Efectos_del_bienestar_espiritual_sobre_la_resiliencia_en_estudiantes_universitarios_de_Argentina_Bolivia_Per%C3%BA_y_Rep%C3%BAblica_Dominicana
- Sánchez, B. (2004). *Dimensión espiritual del cuidado de Enfermería en situaciones de cronicidad y muerte*. Bogotá: Universidad Nacional de Colombia. Recuperado de
<http://www.bdigital.unal.edu.co/2050/1925/9789587611335.pdf>
- Sánchez, B. (2009). Bienestar espiritual de enfermos terminales y de personas aparentemente sanas. *Investigación y Educación en Enfermería*, 27(1), 86-95. Recuperado de
http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-53072009000100009
- Sausa M. (6 de septiembre del 2014). La depresión causa el 80% de suicidios en el Perú, pero no es atendida. *Perú21*. Recuperado de <http://peru21.pe/actualidad/depresion-ciberbullying-sis-instituto-nacional-salud-mental-honorio-delgado-hideyo-noguchi-2197688>
- Seligman M. (2003). *La auténtica felicidad*. Recuperado de
http://eva.fcs.edu.uy/pluginfile.php/77501/mod_folder/content/0/1-Textos%20obligatorios/Oblig37Seligman%20Martin2002LaAut%C3%A9nticaFelicidad.pdf?forcedownload=1
- Seligman, M. (2011) *Flourish: A Visionary New Understanding of Happiness and Well-being*. New York: Free Press. Recuperado de
<https://www.authentic happiness.sas.upenn.edu/learn/wellbeing>

- Segura S. (2011). *Nivel de bienestar espiritual en personas adultas con cáncer en el hospital nacional Almanzor Aguinaga* (tesis de pregrado). Recuperado de http://tesis.usat.edu.pe/jspui/bitstream/123456789/142/1/TL_Segura_Mi%C3%B1ope_Susana.pdf
- Valencia J. y Zegarra C. (2014). Espiritualidad, religiosidad y calidad de vida en estudiantes universitarios. *Revista Psicológica*, 4(1), 55-66. Recuperado de <http://colegiodepsicologosarequipa.org/Espiritualidad-religiosidad-en-universitarios.pdf>
- White E. (1953). *Joyas de los testimonios* (Vols.1-3). California, Estados Unidos: Publicaciones Interamericanas.
- White E. (1975). *El evangelismo*. Buenos Aires, Argentina: Asociación Casa Editora Sudamericana.
- White E. (1967). *Mensaje para los jóvenes*. California, Estados Unidos: Publicaciones Interamericanas.
- White E. (1948). *Testimonios para la iglesia* (Vols.1-9). México: Gema editores.
- White E. (1978). *La educación*. Buenos Aires, Argentina: Asociación Casa Editora Sudamericana.
- Wink, P. y Dillon, M. (2003). Religiousness, spirituality and psychosocial functioning in late adulthood: Findings from a longitudinal study. *Psychol Aging*, 18(4), 916-924. Recuperado de <http://academics.wellesley.edu/Psychology/Wink/Religious,%20Spirituality%20%26%20p.pdf>

Yoffe L. (2015). *Afrontamiento religioso espiritual de la pérdida de un ser querido* (tesis doctoral). Recuperado de

http://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/psicologia/2015_2/L.Yoffe.pdf

Zapata R., Cano A. y Moyá J. (2002). Tareas del desarrollo en la edad adulta. *Psiquis*, 23 (5), 185-197. Recuperado de

http://madrid.quned.es/archivos_publicos/webex_actividades/4805/bienestarij2.pdf

Anexos

Anexo 1

Fiabilidad de la Escala de Bienestar Espiritual

La Escala de Bienestar Espiritual (11 ítems) obtiene un coeficiente Alpha de Cronbach de ,769 que puede ser valorado como indicador de una elevada fiabilidad. Asimismo en la tabla 18 se aprecia que los valores de Alpha muestran que cada uno de los ítems presenta una contribución muy parecida a la consistencia global de la escala. Por tanto la alta homogeneidad del instrumento indica la existencia de una muy buena consistencia interna del cuestionario.

Tabla 18

Estimaciones de consistencia interna de la escala de bienestar espiritual

Reactivos	Media	Varianza si elimina ítem	Alpha si elimina ítem
p1	55.20	27.678	.766
p2	54.37	35.336	.746
p3	54.63	35.858	.775
p4	54.99	33.100	.744
p5	54.55	33.659	.737
p6	54.52	34.104	.743
p7	55.09	32.979	.757
p8	54.89	34.061	.776
p9	54.47	33.835	.735
p10	54.56	33.604	.735
p11	54.40	36.000	.757

Anexo 2

Validez ítem - test de la Escala de Bienestar Espiritual

En la tabla 19 se presenta los resultados de la validez de constructo por el método de análisis de ítem – test. La relación entre los ítems y el test puede expresarse por coeficientes de correlación. Se observa que los coeficientes de correlación Producto-Momento de Pearson (r) son significativos, confirmando la validez de constructo del cuestionario. Asimismo, los coeficientes que resultan son moderados y altamente significativos; estos datos evidencian la existencia de validez de constructo del Instrumento.

Tabla 19

Correlaciones ítem - test de la escala de bienestar espiritual

Sub test	r	p
p1	,579**	,000
p2	,402**	,000
p3	,346**	,000
p4	,594**	,000
p5	,516**	,000
p6	,470**	,000
p7	,505**	,000
p8	,481**	,000
p9	,527**	,000
p10	,598**	,000
p11	,329**	,000

Anexo 3

Fiabilidad de la Escala de Felicidad de Lima (EFL)

Asimismo la fiabilidad global del cuestionario y de sus dimensiones se valoró calculando el índice de la consistencia interna mediante el coeficiente Alpha de Cronbach. Se puede observar en la tabla 20 que la consistencia interna global de EFL (27 ítems) en la muestra estudiada es de 0.90 que puede ser valorado como indicador de una elevada fiabilidad. En relación a las dimensiones, se aprecia que sentido positivo de la vida tiene el coeficiente Alpha de Cronbach más alto con un valor de ,86 seguido de la dimensión satisfacción con la vida con un Alpha de ,76. Posteriormente la dimensión alegría de vivir con ,77 y la dimensión realización personal con ,74.

Tabla 20

Estimaciones de consistencia interna de la escala de felicidad de Lima (EFL)

Sub Dimensiones	Nº de ítems	Alpha
Sentido positivo de la vida	11	,862
Satisfacción con la vida	6	,765
Realización personal	6	,740
Alegría de vivir	4	,771
Evaluación de Felicidad	27	,908

Anexo 4

Validez sub test - test de la Escala de Felicidad de Lima

En la tabla 21 se presenta los resultados de la validez de constructo por el método de análisis de sub – test. La relación entre un subtest y el test puede expresarse por coeficientes de correlación. Como se observa en la tabla 9 los coeficientes de correlación Producto-Momento de Pearson (r) son significativos, lo cual confirma que el Cuestionario presenta validez de constructo. Asimismo, los coeficientes que resultan de la correlación entre cada uno de los componentes del constructo y el constructo en su globalidad son elevados, además de ser altamente significativas; estos datos evidencian la existencia de validez de constructo del instrumento.

Tabla 21

Correlaciones sub test - test para la escala de felicidad de Lima (EFL)

Sub test	r	Test	p
Sentido positivo de la vida	,647**		,000
Satisfacción con la vida	,757**		,000
Realización personal	,665**		,000
Alegría de vivir	,624**		,000

** La correlación es significativa al nivel 0.01

Anexo 5

Consentimiento Informado

Título de la investigación: Bienestar espiritual y felicidad en miembros de la iglesia adventista del séptimo día del distrito de Lince, 2016.

Propósito y procedimientos

El título de esta investigación es “**Bienestar espiritual y felicidad en miembros de la iglesia adventista del séptimo día del distrito de Lince, 2016**”. En este estudio se busca determinar si existe una relación significativa entre bienestar espiritual y felicidad en miembros de la iglesia adventista del séptimo día del distrito de Lince. Este proyecto es realizado por la investigadora: Kathy Elizabeth Hidalgo Rivera bajo la supervisión de (Aida Chelita Santillán Mejía, psicóloga y docente de post grado de la Universidad Peruana Unión). La evaluación tiene un tiempo de duración de aproximadamente 20 minutos. La información obtenida será usada para realizar un trabajo académico de investigación. Su participación es anónima y será identificado por un número. Algunos datos personales que se incluyen son: nombre, edad, sexo, entre otros.

Riesgos del estudio

No hay ningún riesgo físico ni psicológico asociado con esta investigación.

Beneficios del estudio

Como resultado de su participación, si Ud. Desea puede recibir de manera verbal los resultados obtenidos en el o los cuestionarios desarrollados. No hay compensación monetaria por la participación en este estudio.

Participación voluntaria

Su participación en el estudio es completamente voluntaria y tiene derecho de retirar su consentimiento en cualquier punto antes que el informe esté finalizado, sin ningún tipo de penalización.

Yo.....habiendo recibido la información pertinente sobre esta investigación, decido participar voluntariamente de la misma.

Firma

Anexo 6

ESCALA DE BIENESTAR ESPIRITUAL

Instrucciones:

En cada una de las oraciones marque con un aspa (X) la opción que mejor indique su acuerdo o desacuerdo con respecto a su experiencia personal.

	Ejemplos	Totalmente en desacuerdo	Moderadamente en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Moderadamente de acuerdo	Totalmente de acuerdo
A	No sé cuántas estrellas hay en el cielo.						
B	Yo sé mi nombre.						
C	No sé cuantos años tengo.						

Puede pasar a responder cada oración:

1	Encuentro satisfacción en rezar a Dios en privado.						
2	Creo que Dios me ama y cuida de mí.						
3	Creo que Dios es alguien impersonal al que le tiene sin cuidado mis situaciones cotidianas						
4	Tengo una relación personal significativa con Dios.						
5	Me siento bien de saber que Dios dirige mi vida.						
6	Creo que Dios está interesado en mis problemas.						
7	Mi relación con Dios es poco satisfactoria						
8	Mi relación con Dios me ayuda a no sentirme						

	solo(a).						
9	Me siento completamente satisfecho(a) cuando estoy en comunión con Dios.						
10	Mi relación con Dios contribuye a mi sensación de bienestar en general.						
11	Creo que Dios tiene un propósito especial para mi vida.						

Anexo 7

ESCALA DE FELICIDAD DE LIMA

Instrucciones:

En cada una de las oraciones marque con un aspa (X) la opción que mejor indique su acuerdo o desacuerdo con respecto a su experiencia personal.

		Totalmente de acuerdo	Acuerdo	Ni acuerdo ni desacuerdo	Desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
1	En la mayoría de las cosas mi vida está cerca de mi ideal.					
2	Siento que mi vida está vacía.					
3	Las condiciones de mi vida son excelentes.					
4	Estoy satisfecho con mi vida.					
5	La vida ha sido buena conmigo.					
6	Me siento satisfecho con lo que soy.					
7	Pienso que nunca seré feliz.					
8	Hasta ahora, he conseguido las cosas que para mí son importantes.					
9	Si volviese a nacer, no cambiaría casi nada en mi vida.					
10	Me siento satisfecho porque estoy donde tengo que estar.					
11	La mayoría del tiempo me siento feliz.					
12	Es maravilloso vivir.					
13	Por lo general me siento bien.					
14	Me siento inútil.					
15	Soy una persona optimista.					
16	He experimentado la alegría de vivir.					
17	La vida ha sido injusta conmigo.					
18	Tengo problemas tan hondos que me quitan la tranquilidad.					
19	Me siento un fracasado.					
20	La felicidad es para algunas personas, no para mí.					
21	Estoy satisfecho con lo que hasta ahora he alcanzado.					
22	Me siento triste por lo que soy.					
23	Para mí, la vida es una cadena de sufrimientos.					

24	Me considero una persona realizada.					
25	Mi vida transcurre plácidamente.					
26	Todavía no he encontrado sentido a mi existencia.					
27	Creo que no me falta nada.					

Anexo 8

Matriz de Consistencia

PROBLEMA	OBJETIVO	HIPÓTESIS	VARIABLES	DISEÑO Y MÉTODO
<p>Pregunta general</p> <p>¿Existe relación significativa entre bienestar espiritual y felicidad en miembros de la Iglesia Adventista del Séptimo Día del distrito de Lince, 2016?</p>	<p>Objetivo general</p> <p>Determinar si existe relación significativa entre bienestar espiritual y felicidad en miembros de la Iglesia Adventista del Séptimo Día del distrito de Lince, 2016.</p>	<p>Hipótesis general</p> <p>Existe relación significativa entre bienestar espiritual y felicidad en miembros de la Iglesia Adventista del Séptimo Día del distrito de Lince.</p>	<p>Bienestar Espiritual</p> <p>Felicidad</p>	<p>La presente investigación tiene un diseño no experimental de corte transaccional, puesto que se realizó sin manipular alguna variable, además los datos fueron recolectados y analizados en un solo momento. Asimismo, tiene un alcance correlacional, pues busca identificar la relación que existe entre bienestar espiritual y felicidad. (Hernández, Fernández, y Baptista, 2010)</p>
<p>Preguntas específicas</p> <p>¿Existe relación significativa entre bienestar espiritual y sentido positivo de la vida en miembros de la Iglesia Adventista del Séptimo Día del distrito de Lince, 2016?</p>	<p>Objetivos específicos</p> <p>Determinar si existe alguna relación significativa entre bienestar espiritual y sentido positivo de la vida en miembros de la Iglesia Adventista del Séptimo Día del distrito de Lince, 2016.</p>	<p>Hipótesis específicas</p> <p>Existe relación significativa entre bienestar espiritual y felicidad en miembros de la Iglesia Adventista del Séptimo Día del distrito de Lince.</p>		
<p>¿Existe relación significativa entre bienestar espiritual y satisfacción con la vida en miembros de la Iglesia Adventista del Séptimo Día del distrito de Lince, 2016?</p>	<p>Determinar si existe alguna relación significativa entre bienestar espiritual y satisfacción con la vida en miembros de la Iglesia Adventista del Séptimo Día del distrito de Lince, 2016.</p>	<p>Existe relación significativa entre bienestar espiritual y satisfacción con la vida en miembros de la Iglesia Adventista del Séptimo Día del distrito de Lince.</p>		
<p>¿Existe relación significativa entre bienestar espiritual y realización personal en miembros de la Iglesia Adventista del Séptimo Día del distrito de Lince, 2016?</p>	<p>Determinar si existe alguna relación significativa entre bienestar espiritual y realización personal en miembros de la Iglesia Adventista del Séptimo Día del distrito de Lince, 2016.</p>	<p>Existe relación significativa entre bienestar espiritual y realización personal en miembros de la Iglesia Adventista del Séptimo Día del distrito de Lince.</p>		

<p>¿Existe relación significativa entre bienestar espiritual y alegría de vivir en miembros de la Iglesia Adventista del Séptimo Día del distrito de Lince, 2016?</p>	<p>Determinar si existe relación significativa entre bienestar espiritual y alegría de vivir en miembros de la Iglesia Adventista del Séptimo Día del distrito de Lince, 2016.</p>	<p>Existe relación significativa entre bienestar espiritual y alegría de vivir en miembros de la Iglesia Adventista del Séptimo Día del distrito de Lince</p>		
---	--	---	--	--

Anexo 9

"Año de la Consolidación del Mar de Grau"

Dra. Damaris Quinteros Zuñiga

Directora de la E.A.P Psicología de la Universidad Peruana Unión

Presente.-

Asunto: Autorización para la aplicación de la Escala de Bienestar Espiritual y la Escala de Felicidad de Lima en miembros de la Iglesia Adventista del Séptimo Día del distrito de Lince.

Tengo el agrado de dirigirme a usted, para saludarle a nombre de la Iglesia Adventista del Séptimo Día del distrito de Lince.

El motivo de la presente es para comunicarle que la alumna Kathy Elizabeth Hidalgo Rivera, cuenta con la AUTORIZACION para aplicar la Escala de Bienestar Espiritual y la Escala de Felicidad de Lima en miembros de la Iglesia Adventista del Séptimo Día del distrito de Lince; con el compromiso de entregar los resultados hallados.

Sin otro particular hago propicia la oportunidad para expresarle las muestras de mi especial consideración y estima personal.

Lince, 17 de Diciembre de 2016



hrc

Atentamente