

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
EAP. Psicología**



TESIS

Felicidad y espiritualidad en miembros de una iglesia cristiana de Lima Este, 2015

**Tesis presentada como requisito parcial para optar
el título profesional de Psicóloga**

Autores:

**Saritha Nashely Tacilla Abanto
Mariella Cledy Robles Pérez**

Asesor:

Maritza Mendoza Galarza

Lima, 2015

Dedicatoria

Dedicamos nuestra tesis, en primer lugar a Dios por darnos salud para lograr nuestros objetivos, además por su infinita bondad y amor. También a nuestros padres Mario e Iris y Abraham e Irma quienes nos apoyaron de manera incondicional en el proceso de este estudio con sus consejos, valores, motivación constante y sobre todo, por su amor.

Agradecimiento

Agradecemos a nuestras asesoras Maritza Mendoza y Evelyn Bravo quienes nos brindaron ayuda en el proceso de la investigación. Asimismo a los miembros de la iglesia cristiana de Lima Este por su apoyo al ser partícipes de este estudio. A la Universidad Peruana Unión y a la Facultad de Ciencias de la Salud por permitirnos hacer uso de sus instalaciones para llevar a cabo la finalización de nuestra tesis. A los docentes que nos orientaron para la realización de este estudio.

Índice

Capítulo I: El problema	1
1. Planteamiento del problema	1
2. Formulación del problema	4
2.1. Problema general.....	4
2.2. Problemas específicos.....	4
3. Justificación.....	5
4. Objetivos de la investigación	6
4.1. Objetivo general	6
4.2. Objetivos específicos	6
Capítulo II: Marco teórico	7
1. Marco bíblico filosófico	7
2. Antecedentes de la investigación	10
3. Marco teórico	14
3.1. Felicidad.....	14
3.2. Espiritualidad.....	20
3.3. Marco teórico referente a la población de estudio.....	26
4. Definición de términos	30
5. Hipótesis de la investigación.....	31
5.1. Hipótesis general.....	31
5.2. Hipótesis específicas.....	31
Capítulo III: Materiales y métodos	33
1. Método de la investigación	33
2. Variables de la investigación.....	33
2.1. Identificación de las variables.....	33
2.2. Operacionalización de las variables.....	33
3. Delimitación geográfica y temporal	35
4. Participantes	35
4.1 Criterios de inclusión y exclusión.....	35
4.2 Características de la muestra.....	36
5. Técnica e instrumentos de recolección de datos	37
5.1 Instrumentos.....	37

6. Proceso de recolección de datos.....	38
7. Procesamiento y análisis de datos.	39
8. Consideraciones éticas.	39
Capítulo IV: Resultados y discusión	40
1. Resultados.....	40
1.1. Niveles de felicidad según datos sociodemográficos.....	40
1.2 Niveles de espiritualidad según datos sociodemográficos	45
1.3 Prueba de normalidad.....	50
1.4. Análisis de la correlación de las variables de estudio	51
2. Discusión.....	52
Capítulo V: Conclusiones y recomendaciones	56
1. Conclusiones	56
2. Recomendaciones	57
Referencias	59
Anexos	67

Índice de tablas

Tabla 1. Matriz de operacionalización de las variables de espiritualidad y felicidad.....	34
Tabla 2. Análisis de frecuencia de las características de los participantes	36
Tabla 3. Niveles de felicidad según datos sociodemográficos por edad.....	41
Tabla 4. Niveles de felicidad según datos sociodemográficos por sexo.....	42
Tabla 5. Niveles de felicidad según datos sociodemográficos por lugar de procedencia.....	43
Tabla 6. Niveles de felicidad según datos sociodemográficos por bautizado.....	44
Tabla 7. Niveles de felicidad según datos sociodemográficos por estado civil.....	45
Tabla 8. Niveles de espiritualidad según datos sociodemográficos por edad.....	46
Tabla 9. Niveles de espiritualidad según datos sociodemográficos por sexo.....	47
Tabla 10. Niveles de espiritualidad según datos sociodemográficos por lugar de procedencia... ..	48
Tabla 11. Niveles de espiritualidad según datos sociodemográficos por bautizado.....	49
Tabla 12. Niveles de espiritualidad según datos sociodemográficos por estado civil.....	50
Tabla 13. Prueba de Kolmogorov - Smirnov para una muestra del estudio	51
Tabla 14. Correlación entre felicidad y espiritualidad.....	52

Índice de Anexos

Anexo 1. Escala Factorial de Felicidad.....	68
Anexo 2. Cuestionario de Espiritualidad	69
Anexo 3. Validez y confiabilidad de felicidad.....	71
Anexo 4. Validez y confiabilidad de espiritualidad	72
Anexo 5. Baremos nuevos para las variables.....	74

Resumen

El presente estudio tuvo como objetivo demostrar si existe relación entre felicidad y espiritualidad en un contexto cristiano, tomándose como participantes una muestra representativa de 125 miembros de una iglesia cristiana de Lima Este, que oscilan entre los 17 y 88 años de edad. El diseño y tipo de investigación fue no experimental y de corte transversal. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de Felicidad de Lima (EFL) y el Cuestionario de Espiritualidad. En los resultados se hallaron que existe relación significativa entre felicidad y espiritualidad de modo que la espiritualidad contribuye directamente a que las personas puedan experimentar situaciones agradables que se suman a su estado de felicidad. Por otro lado, se encontraron altos niveles de felicidad en los solteros en comparación a las personas casadas, además se presentó un mayor nivel de espiritualidad en el género masculino.

Palabras clave: *Felicidad, espiritualidad, iglesia, psicología positiva.*

Abstract

In the present study aimed to demonstrate the correlation between happiness and spirituality in a Christian context. For this purpose a representative sample of 125 members of a christian church in Lima This ranging between 17 and 88 years old. The design and type of research was not experimental and cross-sectional. The instruments were the Scale of Happiness Lima (EFL) and Spirituality Questionnaire. The results were found that there is relationship between happiness and spirituality so that spirituality contributes directly to enable people to experience pleasant situations in addition to their state of happiness. On the other hand, high levels of happiness were found in single people compared to married people, Also was presented higher level of spirituality in the masculine gender.

Key words: *Happiness, spirituality, church, positive psychology.*

Introducción

La felicidad es el estado afectivo de satisfacción plena que experimenta subjetivamente el individuo en posesión a un bien anhelado (Alarcón, 2006). En ocasiones la felicidad aporta psicológicamente al individuo, siendo una contribución necesaria para la satisfacción y alegría de vivir de la persona. Asimismo, la espiritualidad es un factor que influye en el incremento de la felicidad puesto que esta última, ayuda en la tranquilidad espiritual (Foglia, 2011).

En tal sentido, el presente trabajo pretende contribuir en la exploración de la felicidad que se desarrolla en los miembros de una iglesia cristiana de Lima Este y a su vez identificar la relación de dicho constructo con la espiritualidad

En el primer capítulo se da a conocer la intencionalidad de la investigación presentada mediante el planteamiento y la formulación del problema; lo que se pretende conocer mediante el estudio, los objetivos propuestos y la justificación.

En el segundo capítulo se detalla la recolección de la información, se da a conocer 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, los modelos teóricos y los enfoques que las delimitan.

En el tercer capítulo se determina el método de la investigación, las hipótesis propuestas. Asimismo, se observa las características de la muestra, los criterios de inclusión y exclusión, además se explica el proceso de recolección de datos y el procesamiento y análisis de datos a través del software SPSS para Windows.

En el cuarto capítulo se informa sobre los resultados obtenidos de las variables sociodemográficas, las tablas de correlación entre las variables de felicidad y espiritualidad; 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 los miembros de la iglesia cristiana, los líderes espirituales y para futuros investigadores.

Capítulo I

El problema

1. Planteamiento del problema

Por muchos años la psicología se ha ocupado de lo patológico y no ha dado mayor importancia al bienestar del sujeto. Los profesionales en salud mental no solo deberían curar daños sino que deberían centrarse en el desarrollo de sus fortalezas y la prevención de patologías, promoviendo una vida saludable y así incentivar el conocimiento acerca de la psicología positiva (Seligman, 2011). Por ello, Foglia (2012), en una investigación realizada en la Universidad de Palermo, menciona que un 33% de los encuestados manifiestan haber sufrido desgano o falta de energía en los últimos 12 meses, otro 28% declaran que han padecido stress, un 13% depresión y el 5% ataques de pánico, todos teniendo en común la falta de felicidad.

Asimismo, el índice global de felicidad y sus componentes a partir de datos de la Encuesta Gallup Mundial y Barómetro Global de Felicidad (citado por Vega, 2013) demuestran que América Latina es la región con el índice de felicidad más alto a comparación de otros continentes, observándose un incremento del 63% al 71%. A diferencia de otros continentes como Asia del Sur y Oriental mantiene un índice de felicidad alrededor del 40% entre el 2011 y 2013, asimismo, Europa Occidental decayó de un 51% en el 2011 a 36% en el 2013, de igual manera, África demuestra resultados similares, decayendo de un 66% a un 41% para mediados del 2012 – 2013, por último, Norteamérica se ha mantenido estable entre el 2011 y 2013 con un porcentaje de 31% y 32% respectivamente. Teniendo en cuenta los resultados, se

afirma que la felicidad en dichos continentes se relaciona con factores de salud, trabajo, familia, y bienestar subjetivo.

Por otro lado, Vega (2014) en una investigación refiere que el Barómetro Global de la Felicidad y Esperanza realizado en 65 países del mundo por la Win Gallup International (Red mundial de empresas independientes de investigación de mercado) dieron a conocer que en el año 2014, Colombia continúa siendo el país más feliz con un 84%, además otros países como Brasil y Perú presentan un índice de felicidad por encima del promedio normal, obteniendo cada uno 71% y 63% respectivamente, seguidos por Estados Unidos con un 55% y España con 52%, los resultados identifican que los factores en común que se relacionan con la felicidad es por las buenas relaciones en las áreas sociales, espirituales, profesionales y personales.

La Compañía Peruana de Estudios de Mercado y Opinión Pública S.A.C (CPI, 2013) menciona que el nivel de felicidad de los peruanos según el World Happiness Report de la ONU, el Perú se ubica en el puesto 55, dentro de los 156 países investigados en el mundo. Asimismo, realizó una investigación en Lima Metropolitana, conformada por 39 distritos de Lima y Callao, 17 departamentos del Perú, que a la vez incorpora sus 90 provincias correspondientemente y 120 distritos en las 30 provincias investigadas. En Lima Metropolitana el 58.8% de los habitantes se consideran felices, mientras el 3.5% no son felices, asimismo en el interior del país el 43.9% de las personas se consideran felices, mientras que el 6.5% no lo son, obteniendo como un resultado global de que el 52% de las personas se sienten felices, contrastando con el 4.8% que se denominan como infelices

La felicidad es el estado afectivo de satisfacción plena que experimenta subjetivamente el individuo en posesión a un bien anhelado (Alarcón, 2006).

Por otro lado, Foglia (2011) refiere, en un estudio realizado en la Universidad de Palermo, que los encuestados relacionan su felicidad a factores como la familia, buena salud, trabajo, y

en especial la tranquilidad espiritual, dando como resultado que estos priorizan en los niveles de felicidad, mientras que la ausencia de ellos causan infelicidad en la población.

Para Parsian y Dunning (2009) la espiritualidad se caracteriza por ser única en las personas, la cual influencia su pensamiento y sus percepciones acerca de la salud, la familia y la vida. Se refiere a las creencias acerca del significado de la vida lo cual se encuentra a través de la relación con el yo interno y las relaciones con otras personas así como con la naturaleza.

En relación a estas dos variables, Argyle (1999) refiere que las diferentes situaciones o experiencias religiosas, tienen mucho que ver con los beneficios de la felicidad, además de elevar su nivel y crear sensaciones de tranquilidad, la cual llega a estimular de manera positiva otras áreas de su vida. Además, Tiger y McGuire (2010) mencionan que la religión y lo que se relaciona a ella ayuda en la liberación de neurotransmisores y hormonas lo cual favorece en la disminución del estrés, asimismo refiere que las dificultades que surgen en la vida cotidiana provoca en el ser humano una tensión neuronal que se podría reducir por medio de la religión.

Por otro lado, Barkan y Greenwood (2003) concluyen que la religiosidad tiene una relación respecto a la satisfacción con la vida y la felicidad y que el efecto de la religiosidad se deriva parcialmente de su efecto sobre la sociedad.

Además, Inglehart (1990) encuentra entre 163.000 encuestados en 14 países europeos que el 85% de los que asistían a reuniones de la iglesia estaban “muy satisfechos” con su vida, en comparación al 77% de los que no lo hacían, lo que muestran una asociación mayor entre felicidad y religiosidad en algunos grupos. Para Florenzano (2010) una de las hipótesis para manifestar dichos hallazgos es que las iglesias brindan apoyo social lo cual satisfacen las necesidades del ser humano, ayudando a resolver crisis y problemas, en especial cuando no existen o fallan los soportes sociales.

La presente investigación se realiza contando con la participación de los miembros de una iglesia cristiana, considerando que en su mayoría, al bautizarse, no ingresan con la suficiente madurez o convicción de lo que representa la vida cristiana, ya que esta requiere un alto nivel de espiritualidad, sin embargo, en la gran cantidad de los encuestados, se observan conductas que no incrementan dicho nivel, por ejemplo, poca participación en la iglesia, salen del sermón, entre otros. Por ello, en párrafos anteriores, se menciona que dichas acciones o conductas afectan la felicidad, entendiendo que si existe un bajo nivel de espiritualidad podría afectar en la felicidad de los miembros de dicha iglesia cristiana.

2. Formulación del problema

2.1. Problema general.

¿Existe relación significativa entre felicidad y espiritualidad en miembros de una iglesia cristiana de Lima Este, 2015?

2.2. Problemas específicos.

¿Existe relación significativa entre sentido positivo de la vida y espiritualidad en miembros de una iglesia cristiana de Lima Este, 2015?

¿Existe relación significativa entre satisfacción con la vida y espiritualidad en miembros de una iglesia cristiana de Lima Este, 2015?

¿Existe relación significativa entre realización personal y espiritualidad en miembros de una iglesia cristiana de Lima Este, 2015?

¿Existe relación significativa entre alegría de vivir y espiritualidad en miembros una iglesia cristiana de Lima Este, 2015?

3. Justificación

La espiritualidad, en la actualidad, ha denotado mayor importancia en la humanidad, debido a que últimamente se han producido catástrofes de índole mundial, originando en los individuos: desesperación, tristeza, ansiedad, entre otros males. Por ello, el ser humano al sentir un vacío existencial en su vida, busca la entidad espiritual de manera que pueda suplir su necesidad y/o brindar felicidad a su vida.

La presente investigación servirá para brindar conocimiento a los miembros de una iglesia cristiana de Lima Este sobre la relación entre los índices de felicidad y espiritualidad, fomentando que la persona tenga una vida plenamente dedicada a la práctica religiosa consciente, y como consecuencia llevar una vida llena de felicidad.

A nivel social, beneficiará a la comunidad cristiana, puesto que esta investigación ayudará en la posible implementación de nuevos talleres y programas para incrementar estas variables. Asimismo, favorecerá al entorno familiar de los miembros, puesto que un alto nivel de felicidad beneficiará los complementos espirituales, que abarcan a los distintos miembros de la familia y entorno social.

Posteriormente, este trabajo será de mucha utilidad desde un punto de vista teórico, para los futuros estudios en distintas áreas, como: sociología, psicología, teología, entre otras ramas. Ya que se profundizará la influencia que tiene la espiritualidad en la felicidad de cada ser humano, y así beneficiar en gran manera las diversas áreas de la vida.

Por último, esta investigación contribuirá en la adaptación y validación de la Escala de Felicidad de Lima (EFL) y el Cuestionario de Espiritualidad (CE), de manera que se generalice su aplicación en nuestro medio. Asimismo, motivará a los distintos investigadores a crear herramientas de medición destinada específicamente a la población estudiada.

4. Objetivos de la investigación

4.1. Objetivo general

Determinar si existe relación significativa entre felicidad y espiritualidad en miembros de una iglesia cristiana de Lima Este, 2015.

4.2. Objetivos específicos

Determinar si existe relación significativa entre sentido positivo de la vida y espiritualidad en miembros de una iglesia cristiana de Lima Este, 2015.

Determinar si existe relación significativa entre satisfacción con la vida y espiritualidad en miembros de una iglesia cristiana de Lima Este, 2015.

Determinar si existe relación significativa entre realización personal y espiritualidad en miembros de una iglesia cristiana de Lima Este, 2015.

Determinar si existe relación significativa entre alegría de vivir y espiritualidad en miembros de una iglesia cristiana de Lima Este, 2015.

Capítulo II

Marco teórico

1. Marco bíblico filosófico

La instrucción religiosa es mucho más que una instrucción común, esto significa que debemos orar con nuestros hijos, indicarles cómo acercarse a Dios y brindarles las herramientas necesarias para que logren alcanzar una espiritualidad plena. Asimismo se debe dar a notar en todo momento que Dios es todo en nuestra vida y que su amor nos hace pacientes, bondadosos y tolerantes (White, 1892).

Asimismo, White (1903) menciona que los hombres llamados por Dios a hacer su obra evangélica no se deben mezclar con negocios y dilemas, sino que tienen que mantener su alma en un clima favorable a la espiritualidad. Dios quiere que todo obrero que cree en la verdad presente se consagre en cuerpo, alma y espíritu, a la obra de salvación de su alma. De igual manera, White refiere que Dios desea que vayan por el mundo hablando de él y que hagamos entender al mundo que Él murió y pagó un precio por nosotros, y por lo tanto tenemos que tener una vida de comunión con él (White, 1900).

Por otro lado, Ezequiel hace referencia a la estrecha relación entre la espiritualidad de los seres humanos y Dios, al mencionar que cuando le damos nuestro corazón, Jehová nos dará su espíritu y nos hará una persona nueva. En Ezequiel 36:25 – 27 dice: “Entonces esparciré sobre vosotros agua pura, y seréis purificados de todas vuestras impurezas. Os purificaré de todos vuestros ídolos. Os daré un corazón nuevo y pondré un espíritu nuevo dentro de vosotros. Quitaré de vuestra carne el corazón de piedra y os daré un corazón de carne. Pondré

mi espíritu dentro de vosotros y haré que andéis según mis leyes, que guardéis mis decretos y que los pongáis por obra”.

De igual manera, en Colosenses 3:8-15, Pablo menciona que se debe hacer morir lo terrenal del humano, y vestir como verdaderos hijos de Dios, dando el corazón y él dará su Espíritu Santo. Asimismo, en 1 Juan 3:8-10 dice que todo lo que es nacido de Dios, no practicará el pecado y es justo porque la simiente de Dios está en Él.

Siguiendo con respecto a la espiritualidad, en Hebreos 8:10, el apóstol Pablo menciona que Dios hizo un pacto con el pueblo de Israel donde les dice que si ellos obedecen y acatan sus leyes, Él será de ellos y ellos serán su pueblo elegido. “Porque este es el pacto que haré con la casa de Israel después de aquellos días, pondré mis leyes en la mente de ellos y en sus corazones las inscribiré; y seré a ellos por Dios, y ellos me serán a mí por pueblo”. La vida pone pruebas muy difíciles de afrontar como seres humanos y un ejemplo claro de confianza en Dios y una buena comunión con Él es la vida de Job; el cual paso las peores pruebas, pero pese a todo eso él jamás se reveló contra Dios. De igual modo, las preocupaciones de la vida diaria hacen que el espíritu se vea agitado por la tentación que se presente. La vida es como el ser humano la hace, si se busca tristeza y aflicción, se encontrará bastante de ella, pero si se mira el lado alegre de las cosas, se hallará ánimo y felicidad. Si se brinda sonrisas, ellas serán devueltas, y las palabras serán agradables y alentadoras. En algunos casos, se ha dicho que la alegría no va acorde con la decencia del carácter cristiano, pero esto es un error ya que en el cielo todo será gozo y si se acepta eso en el corazón de cada uno, el padre celestial es el más feliz. Si el corazón está triste, el rostro lo da a notar; el corazón debe estar lleno de amor y gratitud.

Además, White (1905) dice que las actividades que realicemos deben ser hechas con espíritu animoso, quitándose las sombras que pueden rodear el alma, dejando que la alegría,

la bondad y el amor esté en el hogar y esto aumentará el amor por las actividades religiosas, y los deberes grandes y pequeños se cumplirán con un corazón animoso.

Asimismo, en San Juan 17: 15; 16: 33 se menciona que no es voluntad de Dios que su pueblo se sienta abrumado y engañado. Él dice que no temamos pues no hay peligro en el camino, Él sabe que hay pruebas y peligros en nuestro camino, ofrece a su pueblo quitarnos de este mundo de dolor, pecado y maldad, pero presenta un refugio que nunca falla. Su oración por sus discípulos fue que no los quite del mundo, sino que los guarde del mal porque en el mundo habrá tribulación; pero se debe tener buen ánimo ya que Dios vence el mundo.

De igual modo, Juan dice que el Señor quiere que todos sus hijos e hijas sean felices, estén llenos de paz, obedientes. En San Juan 14: 27 dice que Dios brinda su paz para que no se turbe el corazón ni se amilane. Además en San Juan 15: 11 menciona que da su gozo a todo ser humano para que este se sienta completamente satisfecho.

Respecto a la felicidad White (1910) menciona que si esta se busca por motivos egoístas, es desequilibrada, temporal; deja el alma vacía y triste; sin embargo cuando se sirve a Dios hay gozo y satisfacción; Dios no abandona al cristiano en caminos inseguros; si no se tiene los placeres de esta vida, se puede aún gozar mirando a la vida que está por venir.

Además White (1881) dice que la obediencia a los sabios reglamentos establecidos por los padres promoverá la felicidad de los niños tanto como honrará a Dios y hará bien a la sociedad. Los niños deben aprender que su libertad está en la obediencia a las leyes de la familia y los cristianos aprenderán la misma lección la cuál es que en su obediencia a la ley de Dios está la perfecta libertad.

Teniendo en cuenta los conceptos y definiciones, se puede deducir que la espiritualidad es la base fundamental para el ser humano, ya que de ello depende su bienestar fisiológico, espiritual, social y sobretodo su felicidad, la cual imparte a su entorno.

2. Antecedentes de la investigación

A continuación se presenta los antecedentes de esta investigación. En primer lugar se mencionarán las investigaciones internacionales y luego las nacionales.

Jaramillo, Ospina, Cabarcas y Humphreys (2005) en un estudio realizado en Colombia buscaron determinar la relación entre resiliencia y espiritualidad en mujeres maltratadas con una muestra de 199 mujeres maltratadas entre 16 y 72 años de edad, seleccionadas en 11 comisarías. Se utilizaron la Escala de Resiliencia y la Escala de Perspectiva Espiritual. El 98,9 % de las entrevistadas manifestaron tener alguna filiación religiosa: católica u otra religión cristiana y como resultado la resiliencia mostró correlación significativa con la espiritualidad.

En España, Rodríguez (2005) realizó un estudio donde buscaron identificar como primer objetivo comprobar la correlación entre los diversos subdominios del autoconcepto físico y la felicidad subjetiva. El segundo objetivo consistía en identifica las posibles diferencias entre hombres y mujeres respecto a la felicidad subjetiva. Se contó con una población de 30 sujetos; para los menores de 18 años se les realizó una prueba estandarizada y para los mayores se llevó a cabo una prueba no paramétrica en la que utilizaron el Cuestionario de Autoconcepto Físico (CAF) y las dos de la Encuesta de Bienestar Psicológico (EBP). Como primer resultado puede observarse que todas las escalas correlacionan significativamente y que dichas correlaciones son de signo positivo, es decir, a mayor autoconcepto físico mayor bienestar psicológico. Por último, la percepción de felicidad es favorable a la población masculina a diferencia de la femenina tanto en lo que se refiere a bienestar psicológico como material.

Por otro lado Dávila (2004) realizó otro estudio en México con el objetivo de determinar si existe relación entre los niveles de fortaleza y espiritualidad en un grupo de 200 adultos mayores de 65 años. Los instrumentos utilizados fueron el Cuestionaro de Fortaleza (HRHS)

y el Cuestionario de espiritualidad de Reed. Como resultado se obtuvo que sí existe relación entre las dos variables con un coeficiente de correlación de $r=.65$, $p<.05$ lo que significa que a mayor espiritualidad mayor fortaleza. Por otro lado, se encontró que las mujeres mostraron mayores puntajes de espiritualidad en comparación a los hombres.

Además, un estudio realizado por el sociólogo Eichhorn (2011) de la Universidad de Edimburgo, en Escocia comprendió un total de 43 países, la mayoría de ellos de Europa, aunque también fueron incluidos en ella Estados Unidos, Australia y Nueva Zelanda. Tuvo el objetivo analizar la relación entre religiosidad y felicidad individual. Los resultados revelan que la religiosidad puede hacer que la gente se sienta más feliz, pero sólo en aquellos casos en los que el grado de religiosidad individual se ajusta a la sociedad. Según el autor de la investigación, la gente es más feliz cuando se encuentra en un grupo social afín a sus propias creencias religiosas. Dado que la población religiosa es significativa en la mayoría de los países, ésta podría ser la razón principal de la tendencia de las personas religiosas a ser más felices que las no religiosas.

Moyano, Cornejo y Gallardo (2011) buscaron identificar y analizar las creencias ambientales respecto de la conducta ambiental, el liberalismo económico, la religiosidad y la felicidad en la población joven urbana y rural de una región del valle central de Chile. Una muestra de 409 participantes de 33 años de edad promedio respondió una batería de instrumentos constituidos por el NEP-R que mide creencias acerca de la relación entre el hombre y la naturaleza por medio de dos dimensiones: antropocentrismo y ecocentrismo; la Escala de Conducta Ecológica (ECE); la Escala de Liberalismo Económico (ELE), y la de Felicidad Subjetiva (EFS). Los resultados indicaron que la procedencia urbana o rural no tienen efectos sobre ninguna de las variables evaluadas ($F_s = 1, 408, \leq 1,579; p_s \geq 0,210$). Las creencias generales a favor del medio ambiente están relacionadas positivamente con la conducta ecológica y la felicidad subjetiva, pero el liberalismo económico está

correlacionado sólo con los aspectos de las creencias asociados al pensamiento anti-anropocéntrico de modo que quienes tienen un pensamiento económicamente más liberal no creen en la supremacía del hombre sobre la naturaleza. En relación a la religión, sólo se observan efectos significativos sobre la creencia medioambiental, donde los que profesan una religión tienen una creencia más proambiental que quienes no la profesan ($M = 4,681$; $DS = 0,406$; $M = 4,568$; $DS = 0,360$; $F = 1,408$; $p = 0,023$).

En una investigación nacional, Alarcón (2006) buscó identificar la relación entre felicidad y extraversión con un grupo de 709 universitarios, 333 hombres y 376 mujeres que cursaban estudios en universidades públicas y privadas de Lima, en diversas áreas profesionales, las edades variaban de 20 y 35 años. Se elaboraron 52 ítems para medir los indicadores; algunos ítems son de creación propia, y otros fueron elaborados usando fuentes de inventarios conocidos. Se encontró una correlación positiva y significativa entre felicidad y extraversión ($r = .378$; $p < .01$), con neuroticismo fue negativa y significativa ($r = -.450$; $p < .01$). Entre felicidad y afectos positivos la correlación fue positiva y significativa ($r = .48$; $p < .01$) y con afectos negativos fue negativa y significativa ($r = -.51$; $p < .01$).

Por su lado, Salgado (2009) realizó otra investigación en el Perú, tuvo por objetivo general establecer la relación entre la felicidad, resiliencia y optimismo en estudiantes, contando con un grupo de 275 personas (134 varones y 141 mujeres) de 15 a 18 años que cursaban el quinto año de secundaria en dos colegios nacionales mixtos de la ciudad de Lima, basados en un muestreo no probabilístico, los instrumentos utilizados fueron la Escala de Satisfacción con la Vida, la Escala de Resiliencia y la Escala de Orientación hacia la Vida. Encontrando que existe una relación altamente significativa, entre ellos apreciándose que a mayor resiliencia, mayor optimismo y mayor felicidad.

También, Caycho (2010) estudió a una población integrada por 200 personas de centros peri-urbanos y urbanos marginales de Lima, a quienes se les administró el Inventario de

Felicidad de Lima, Escala de Afectos Positivos y Negativos y la Escala de Extraversión, Individualismo y Colectivismo. Con los objetivos, en primer lugar determinar la relación entre las variables psicológicas extraversión, afectos positivos, individualismo, colectivismo y felicidad y por último identificar, entre las cuatro variables mencionadas, cuál o cuáles son las mejores predictoras de la felicidad. Como resultado se obtuvo que la felicidad se relaciona de manera significativa y positiva con los afectos positivos ($F= 128,25$, $p<0,01$) colectivismo ($F= 112,01$, $p<0,01$) y extraversión ($F= 91,85$, $p< 0,01$) mientras que se relaciona significativa y negativamente con el individualismo. Finalmente, el análisis de regresión múltiple mostró que la variable afectos positivos es la mejor predictora de la felicidad.

En otro estudio nacional, Contreras et al. (2012) buscaron evaluar la felicidad y los factores asociados en mujeres puérperas de Lima Metropolitana y Callao. Utilizaron un método multicéntrico, analítico, y de corte transversal realizado en los cinco hospitales más representativos de atención pública del Ministerio de Salud en Lima Metropolitana y Callao. La información fue obtenida mediante revisión de historias clínicas, cuestionarios de auto reporte y entrevista personal. Se tomó una muestra total de 772 puérperas. La edad promedio fue de 27 años, 63.2% era conviviente, 79.8% estaba desempleada, 64.4% contaba con estudios secundarios completos y 62.6% refirió embarazos no planificados. En el análisis de regresión múltiple; las variables: edad, estado laboral, tipo de parto, planificación del embarazo, apoyo de la pareja y amigos, permanecieron significativas e independientemente asociadas con la felicidad.

Por último, Arias, Masías, Muñoz y Arpasi (2013) buscaron demostrar la relación entre la espiritualidad y la felicidad en un contexto laboral. Para ello se tomó una muestra de 72 trabajadores de la Universidad Católica San Pablo en Arequipa (24 administrativos y 48 profesores) y se aplicó el Cuestionario de Espiritualidad en el Trabajo, así como la Escala de Felicidad de Lima. Los resultados fueron: altos niveles de espiritualidad en los

administrativos y los profesores, además de relaciones estadísticamente significativas entre la espiritualidad y el sexo ($p < .050$) de modo que las mujeres son más espirituales que los varones y se sienten más realizadas personalmente. Como resultado general se obtuvo que las relaciones entre espiritualidad y felicidad son mayores y más fuertes entre los trabajadores administrativos que entre los profesores.

3. Marco teórico

3.1. Felicidad.

3.1.1. Definiciones.

En primera instancia el origen de la palabra felicidad proviene del adjetivo latín *felix* que proviene de la raíz *fe* cuyo significado básico es “producir”. Entonces, define a la felicidad como una realización de actividades y no un estado de reposo (Rodríguez y Martín, 2002).

La felicidad es un estado de ánimo y disposición del espíritu, más que los sucesos de la vida. Fayard (2000). También, Csikszentmihalyi (2004) refiere que la felicidad es una condición vital que cada persona debe preparar, cultivar y defender individualmente; es decir, las personas que son capaces de controlarse internamente saben llevar un buen estilo de vida y por consecuencia, conseguir felicidad.

Por otro lado, Heylighen (1992) la divide en dos: la felicidad pasajera, como el sentimiento agradable o la experiencia subjetiva del bienestar; y la felicidad duradera, que corresponde al predominio de sentimientos agradables en un período prolongado. Esto equivale al grado en el que las personas se sienten satisfechas con sus vidas en general. Aunque no es exactamente igual, este significado de felicidad es casi sinónimo de satisfacción de vida, calidad de vida o, incluso, autorrealización.

Venenhoven (2001) y Ávila (2007) coinciden en que la magnitud de la felicidad se da cuando la persona se autoevalúa la calidad de vida presente y es considerada de manera

positiva, es decir cómo enfrenta o aprecia una persona la vida que lleva, puesto que la felicidad es un logro personal. Por último, Alarcón (2006) la define como un estado afectivo de satisfacción plena que experimenta subjetivamente el individuo en posesión a un bien anhelado

En conclusión, se entiende por felicidad al estado de ánimo o emoción que obtiene el ser humano luego de analizarse a sí mismo y autocontrolarse para tener un estilo de vida adecuado y como resultado conseguirla.

3.1.2. Enfoques teóricos de la felicidad.

Heylighen (1992) menciona que el enfoque evolutivo-cibernético de la felicidad, establece la relación entre la salud como propiedad objetiva y la experiencia subjetiva de sentirse bien. Biológicamente, las emociones guían al organismo para que se este se aparte situaciones peligrosas, como por ejemplo el miedo o el dolor, promoviendo el acercamiento a situaciones positivas tales como la satisfacción o el placer.

La felicidad puede ser una señal de que la persona está biológicamente sana y, desde el punto de vista cognitivo, capaz de practicar el control, es decir que la persona pueda compensar sus necesidades básicas, a pesar de posibles cambios en el medio. Dicho control cuenta con tres elementos: capacidad material, capacidad cognitiva y la capacidad subjetiva. El primer elemento consiste en tener los recursos para que el individuo satisfaga sus necesidades; respecto al segundo elemento se entiende que además de tener los recursos necesarios también se debe ser capaz de encontrarlos, y utilizarlos de manera efectiva. Por último se menciona que además, debemos creer en nuestra propia capacidad de resolver problemas. De lo contrario, no se está motivado para plasmar el esfuerzo necesario.

Además Fordyce (1983) a partir de una amplia revisión de estudios sobre la felicidad, pudo inferir una serie de rasgos para una construcción de un modelo de persona feliz, con el objetivo de crear un programa que permitiera mejorar los niveles de felicidad de sus

estudiantes. A continuación se detallan los 14 rasgos que desde el punto de vista de Fordyce, hacen de una persona alguien feliz, y que como se observa, se hallaban en conexión con tres áreas básicas: la personalidad, las relaciones sociales la implicación en la actividad laboral y en el ocio.

- ✓ Ser más activo y mantenerse ocupado en actividades placenteras, actividades de alta demanda física, actividades novedosas, actividades en compañía, 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

Por otro lado Seligman (2011) menciona el enfoque de las tres vías hacia la felicidad, asimismo plantea un marco estructural para señalar las diversas vías que parecen conducir a la felicidad. Su propuesta es una forma de estructurar inicialmente la investigación realizada en este campo y de proyectarla hacia el futuro. La primera vía es la vida placentera la cual menciona que es el nivel más superficial de felicidad y el de más corta duración. Se refiere al

bienestar producto del disfrutar de la comida, del sexo, etc. Por otro lado, se encuentra la vía de la buena vida o involucrarse comprometidamente el cual es el nivel intermedio de felicidad, que ahora se denomina estado de flujo. Se trata de la felicidad que surge cuando disfrutamos haciendo algo en lo que sentimos que somos buenos. Para alcanzarla, es necesario identificar cuáles son nuestras habilidades o talentos y encontrar dónde usarlos de una manera comprometida, reconstruyendo la propia vida de forma tal de involucrarse en una actividad que le facilite el ponerlos en práctica frecuentemente. Finalmente, la vida con sentido o significado que se refiere al estadio superior de felicidad y la más duradera. Se trata de poner las habilidades y virtudes al servicio de alguna causa que se sienta más grande y más allá de uno mismo.

3.1.3. Características de la felicidad.

Alarcón (2006) menciona las siguientes características sustantivas de la felicidad. a) la felicidad es cuando una persona siente satisfacción y en su vida interior individualiza la felicidad entre las personas; b) es un estado de la conducta y por ello alude a la estabilidad temporal de la felicidad, puede ser duradera, pero, a la vez, es perecible; c) la felicidad da lugar a la posesión de encontrarse bien, se es feliz en tanto se posee el bien deseado, es el objeto anhelado el que hace la felicidad de una persona; d) los factores que generan la felicidad son de naturaleza variada (materiales, éticos, estéticos, psicológicos, religiosos, sociales, etc.) y, e) en la sociocultura, las aspiraciones de un grupo coinciden en desear algún bien o bienes.

También Lisón (2005) menciona tres características:

3.1.3.1. El hombre sólo es feliz en comunidad y cooperando para el bien de la comunidad.

La historia de la referencia menciona distintos testimonios en los que se afirma que la felicidad del hombre está relacionada a la pertenencia de este a una o más comunidades.

También la religión cristiana explicita en la Biblia en el libro de Génesis, vio Dios que no era bueno que el hombre no esté solo, y después que Él creó a Eva se observó que Adán no podía tener mejor compañía. Por otro lado, la literatura refleja la necesidad del ser humano de vivir en comunidad para ser feliz. Finalmente, Lisón menciona una razón fundada en la psicología que muestra que la experiencia de la felicidad está basada en la vida comunal. A pesar del individualismo, la experiencia más generalizada prueba que el hombre es feliz cuando convive con otros, compartiendo sus alegrías y tristezas.

3.1.3.2. El hombre sólo es feliz si está y persevera en su ser.

Esta característica refiere que el aspirante a obtener la felicidad trata de conseguir todo aquello que lo haga feliz, y al que ya es feliz, a conservar lo que le proporciona la felicidad. Una de las ideas onto-atropológicas es la ley del conatus, la cual traducida a la ley de la felicidad significa que ser feliz no sólo es permanecer en el físico, sino también estar y permanecer en el ser.

El estar y perseverar en el ser no indica sólo el experimentar formalmente el ser que acompaña obligatoriamente a cualquier vivencia de felicidad; esta tendencia a permanecer en el ser también puede decirse por relación a las formas concretas de ser feliz. Y ocurre que las comunidades intervienen muy decisivamente en la determinación de las características que definen la felicidad

3.1.3.3. El hombre sólo es feliz si es libre.

La palabra libertar no necesariamente se refiere a vivir sin barreras, sin embargo la realidad muestra que la libertad tiene sus límites. El ser de una persona está formado por varios estratos, que van desde el estrato físico, el más inferior, al estrato espiritual, atravesado por el biológico y el psíquico. Al estrato físico le corresponden las categorías de espacio y tiempo; al estrato biológico le corresponden todas aquellas categorías que definen a los seres vivos, el automovimiento, etc.; al psíquico las diversas formas de conciencia, etc. En el

hombre se repiten todas las categorías de los estratos inferiores. Por lo tanto, el hombre vive en el espacio y el tiempo, sometido a las leyes de la física, de la biología y de la psicología, ello supone una primera limitación sustantiva a nuestra libertad.

3.1.4. Factores de la felicidad.

Para Veenhoven (2003) existen diversos valores del funcionamiento humano para alcanzar la felicidad los cuales son:

3.1.5.1. Vidabilidad del ambiente.

- Calidad de la sociedad: El promedio de la felicidad de un determinado lugar difiere enormemente en el individuo por aspectos culturales entre estos factores se encuentran: la abundancia material, seguridad, libertad, igualdad, clima cultural, clima social, presión de la población (densidad y el crecimiento poblacional) y modernidad.
- Posición del individuo en la sociedad: Se hicieron distintos estudios donde la mayoría están inspirados en una política social igualitaria, existe mayor énfasis en las diferencias sociales como el status social, ingreso personal, educación, ocupación, participación social; también en la edad y género.

3.1.5.2. La vida- habilidad en el individuo.

La felicidad tiende a ser más grande en las personas que están en buena forma física. También influyen la habilidad mental que tiene relación con las habilidades sociales, estas hacen la diferencia entre feliz e infeliz. La felicidad está típicamente acompañada por la asertividad y la buena empatía. Y la personalidad, donde la persona feliz es socialmente abierta a las nuevas experiencias y extrovertida.

3.1.5.3. Los acontecimientos de vida.

Los acontecimientos en la vida no son igual para todos. Hay quienes tienen problemas repetidamente; tienen accidentes, son despedidos, pelean con parientes, enferman, etc. Por

otro lado también hay personas que son afortunadas la mayor parte del tiempo, conocen gente amable, son promovidos, tienen niños bien portados, etc.

3.2. Espiritualidad.

3.2.1. Definiciones.

En la actualidad, la espiritualidad se ha vuelto un punto importante en la vida del ser humano, de tal manera que sin ella no existiría el equilibrio ideal para el individuo en sí. A continuación, se mencionan algunas definiciones y otros puntos que nos darán una idea más clara de lo que conlleva realmente la espiritualidad.

Arias (2012) menciona que la espiritualidad inició entre los siglos IV y VII, la cual constaba en una relación más estrecha entre el ser humano y Dios, además de abarcar una relación consigo mismo, con los demás y el mundo en general. Asimismo, en la psicología, la espiritualidad ha sido objeto de estudio dentro de la rama que se conoce como psicología de la religión. Esta viene a ser una rama de la psicología aplicada y de la ciencia religiosa (Rodríguez, 2011). La obra de Friedrich es considerada como el inicio de los estudios de esta rama religiosa de la psicología.

Por otro lado, Potter (2004) afirma que la espiritualidad es aquello que da vida o esencia al ser humano, lo cual da a entender que por consecuencia se encuentra en el centro de las diversas áreas del individuo, como el social, personal, familiar, entre otros. Según, Pérez (2007) es aquella que emana de las creencias e instituciones asociadas a una religión en particular.

Martínez (2003) la define como un enfoque dentro de la comunidad cristiana, que responde a una revelación aceptada como normativa, la cual tiene relación con las áreas del ser humano que abarcan conductas, actitudes, acercándose a un plano real y experiencial. Por

otro lado, la Real Academia Española (RAE, 2001) menciona que es considerada como una cualidad de las cosas espiritualizadas reducidas a la condición eclesiástica, la cual está asociada a un conjunto de ideas referentes a la vida espiritual. Por último Parsian y Dunning (2009) refieren que es una experiencia única de las personas que influencia su pensamiento y sus percepciones acerca de la salud, la familia y la vida

En conclusión, se puede entender que la espiritualidad es la relación establecida entre un ser divino (Dios) y el ser humano, de acuerdo a las creencias religiosas de este último.

3.2.2. Tipos de espiritualidad.

Hauguey (1973) menciona que hay tres tipos de espiritualidad dentro de la comunidad cristiana, en los cuales encontramos a los siguientes:

✓ La institucional

Hace referencia a la lealtad hacia la doctrina de la jerarquía, y no confían en fuentes mundanas, es decir las personas con este tipo de espiritualidad prefieren crear un apego por las leyes ya establecidas, sin evadir ninguna de ellas o ser corrompidas por la opinión secular.

✓ La pneumática:

Se preocupan por su propio crecimiento espiritual, y confían más en los libros que los medios en sí. Este tipo de espiritualidad refiere a las personas que se guían por estudios evangelísticos que por los mismos movimientos cristianos.

✓ La autogénica

Son las que estimulan la democratización dentro de la Iglesia.

3.2.3. Contextos y características de la espiritualidad en Latinoamérica.

A continuación se mencionarán en primer lugar los distintos contextos de la espiritualidad y por último las características de dicha variable.

Martínez (2003) menciona que existen tres tipos de contextos en relación a la espiritualidad en Latinoamérica:

- ✓ Contexto económico: menciona que “hay una situación de pobreza de las mayorías. Estas se sienten arrastradas por el modelo neoliberal y por la globalización sin perspectivas de poder reorientarse hacia un modelo más humano de desarrollo.
- ✓ Contexto cultural: las nuevas tecnologías y los modernos cambios culturales están influyendo muy fuertemente en los nuevos lenguajes y símbolos y en las nuevas formas de pensar y sentir. La cultura de América Latina es una cultura mestiza e híbrida, característica del inmigrado a la ciudad, sujeto también a la influencia de la cultura contemporánea globalizante.
- ✓ Contexto religioso: representa el encuentro de tres grandes tradiciones: En las diversas etnias indígenas hay una comunión entre lo humano, lo cósmico y lo espiritual. Lo espiritual y lo trascendente son vistos como la esencia de la armonía cósmica en el ciclo vida-muerte. Hay un sentido de misterio y de significado simbólico en toda realidad. Los ritos de la vida tienen una gran importancia espiritual. La cultura indígena religiosa es mítica, oral y colectiva. Esto se da especialmente en Bolivia, Perú, Ecuador, Guatemala y México.

Por otro lado, describe algunas características espirituales dentro de Latinoamérica.

- ✓ Dignidad de la persona: Dios se preocupa de todos, especialmente de los niños, los pobres, los enfermos y los ancianos.
- ✓ Familia y Sociedad: la familia es el núcleo en transmitir los buenos valores que hoy las personas poseen, por lo que es relevante dentro de estas características.
- ✓ Iglesia: según un estudio en Venezuela, Martínez (2003) refiere que la mayoría de los individuos se sienten más a gusto pertenecer en una comunidad cristiana, ya que de una u otra manera les origina paz interior y comodidad en compartir ciertas experiencias espirituales con los demás de su congregación.
- ✓ Simbolismo ritual y sacramentalidad.

- ✓ Devociones populares
- ✓ Iglesia evangelizadora: siempre la iglesia se ha caracterizado por llevar la palabra de Dios desde años remotos, por lo que hasta hoy se quiere seguir impartiendo el ejemplo en relación a ello.

3.2.4. Conductas para incrementar la espiritualidad.

Loyola (citado por Martínez, 2003) menciona algunos pasos que ayudarán en la mejora de nuestra área espiritual:

- ✓ Conocer bien a Jesús
- ✓ Concebir amor por nuestro Creador.
- ✓ Seguir y servir a Jesucristo, esto se dará mediante las obras ante la sociedad y la comunión diaria con nuestro Dios.
- ✓ Imitar a Jesús, actualmente, todo cristiano tiene el deseo de ser un gran imitador de Cristo, sin embargo, el camino no es fácil ya que conlleva varios desafíos y pruebas para alcanzar esa dicha, pero Dios en su infinito amor nos ayuda a progresar cada día, de manera que en un futuro no muy lejano adquiramos su imagen y semejanza tal cual, fue su plan desde la creación.

3.2.5. Beneficios de la espiritualidad.

Jaramillo, Ospina, Cabarca y Humphreys (2005) mencionan que los efectos de la espiritualidad se han estudiado en mujeres maltratadas, encontrándose que altos niveles de resiliencia y espiritualidad contribuyen a la reducción de la profundidad del estrés. Asimismo, Gutiérrez, Andrade, Jiménez Y Juárez (2007) mencionan que pacientes alcohólicos que ponían más en práctica su espiritualidad tenían menos recaídas.

En Perú, se realizó un estudio en la ciudad de Trujillo, revelando que la aplicación de un taller de oración basado en el carisma de la Fraternidad Misionera Verbum Dei, resultó ser

efectivo para incrementar el área afectiva familiar de un grupo de estudiantes de enfermería (Díaz, Mendo, Castro y Vásquez, citados por Rodríguez, 2011).

A su vez, Tepedino (2005) hace referencia a que la espiritualidad se expresa en la personalidad mediante las cogniciones, sentimientos, conductas, motivaciones, intereses y estilos de afrontamiento. Todos estos fenómenos psicológicos se orientan con un sentido positivo, que da valor a los momentos de alegría como signo del don de la vida, porque se tiene fe. Además, en tanto elementos constitutivos de la personalidad, abarcan diversas esferas de la vida como la familia, los estudios, el trabajo, etc.

Loewenthal (citado por Rodríguez, 2011) describe algunas de las formas específicas como el factor espiritualidad provee soporte:

1. Protege al individuo del aislamiento social
2. Provee y fortalece las redes familiares y sociales
3. Provee al individuo sentido de pertenencia y autoestima
4. Ofrece soporte espiritual en momentos difíciles.

Teniendo en cuenta estos puntos referenciales, Loewenthal pone al descubierto la gran relación que abarca el soporte social con la espiritualidad en el individuo.

3.2.6. Necesidad por la ausencia espiritual.

Rodríguez (2011) menciona que dentro de la espiritualidad se encuentran ciertas necesidades, como las siguientes:

1. La necesidad de encontrar sentido a la vida
2. La necesidad de esperanza o de voluntad a vivir
3. La necesidad de creer, tener fe en uno mismo, en otros o en Dios.

Asimismo, menciona que al presentar estas carencias dentro de la espiritualidad, trae como consecuencia las siguientes patologías: ansiedad, adicciones, depresión, que si no se trata a tiempo, pueden causar la propia muerte del ser humano.

3.2.7 Relación de la espiritualidad con el factor social.

Rodríguez (2011) refiere que el soporte social es indispensable al igual que la espiritualidad dentro de las esferas del ser humano, ya que esta protege su autoestima, bienestar y salud mental, por lo que concluye al manifestar que tanto lo social como lo espiritual son indispensables para el correcto funcionamiento del ser humano, ya que deben estar relacionados siempre entre sí.

Por último, Hodge (2001) define a la espiritualidad como una relación con Dios o una entidad al cual se le ve como superior y provee un significado favoreciendo al amor y al perdón. Asimismo, esta relación produce en el ser humano algunos estados afectivos como el altruismo, amor, perdón, los cuales repercuten en las relaciones del individuo consigo mismo, con la sociedad y naturaleza.

3.2.8 Importancia de la espiritualidad en el individuo.

La espiritualidad como se ha venido mencionando, es un factor y componente importante tanto en el ámbito externo como interno del ser humano. Por ello Waaijman (2011) enfatiza los siguientes puntos primordiales entre la relación existente de la espiritualidad con el individuo.

- ✓ La espiritualidad sirve como el intermediador entre el ambiente interior y el mundo exterior.
- ✓ Es el centro de un hogar, donde se aplica las enseñanzas, la fe, las creencias y la devoción a un ser divino.
- ✓ Cumple un rol importante en la vida del ser humano, mediante la crianza y la educación.
- ✓ Es imprescindible en el matrimonio, ya que si una relación se basa en las creencias espirituales la relación entre ambos esposos será más cercana y confidencial.
- ✓ Ayuda en gran manera en el desarrollo del carácter del ser humano.

3.2.9 Relación entre la felicidad y espiritualidad.

Arias (2012), acerca de los estudios de la espiritualidad en el ámbito laboral, señala que se asocia con los efectos positivos como la felicidad, alegría, gozo valores como la solidaridad, la honestidad, la responsabilidad y aspectos organizacionales como satisfacción, compromiso y altos niveles de eficacia y desempeño en los colaboradores de una determinada empresa.

Seligman (2011) refiere que el proceso de búsqueda de un sentido como un medio para lograr una vida significativa que permite alcanzar la felicidad, se puede lograr mediante la religiosidad o espiritualidad, obteniendo así la meta que todo ser humano desea alcanzar.

3.3. Marco teórico referente a la población de estudio.

3.3.1 Juventud.

3.3.1.1 Definiciones.

Berger (2009) menciona que la juventud o adultez temprana como también se conoce, es una etapa que se utiliza para la exploración de uno mismo, que se da en el periodo de los 18 a 25 años de edad, asimismo, menciona que se caracteriza por que la persona presenta un mayor nivel de educación, elección de una profesión, y planeamientos a futuro como el matrimonio.

De Natale (2003) refiere que la etapa de la juventud, se da a partir de los 18 – 20 años a los 25 – 30 años donde presenta un conflicto en relación a la sensación de aislamiento e intimidad. En efecto para la persona que ya ha conseguido su identidad, la preocupación por difundir su identidad con los demás, hace que en esta etapa el individuo pueda tener más valentía de enfrentar situaciones actuales y futuras. De igual manera, De Natale, la caracteriza por la búsqueda de intimidad que tiene la persona, no solo en un sentido sexual, sino en el acercamiento a su entorno de manera que pueda estrechar sus relaciones interpersonales.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) (citado por Monroy, 2002) establece a la etapa de la juventud entre los 15 a 25 años, la cual denomina como el final de la adolescencia.

3.3.1.2 Características de la Juventud.

- Biosocial

Para Berger (2009), menciona las siguientes características que se encuentran en la juventud:

- ✓ Eficacia en el trabajo físico
- ✓ Mayor emprendimiento en el trabajo laboral
- ✓ Mayor alcance de logros profesionales
- ✓ Metas a futuro, como formar una familia, y la reproducción.

- Social

Erikson (citado por Domínguez, 2008) menciona las siguientes características de la juventud:

- ✓ Posibilidad de poseer intimidad psicológica
- ✓ Posibilidad de poseer intimidad sexual
- ✓ Sentimiento de aislamiento y soledad, en caso de no alcanzar las dos primeras posibilidades.

- Intelectual

Para Domínguez (2008) explica que el desarrollo intelectual, se origina en la adolescencia culminando en la juventud. Asimismo, menciona que a comienzos de los 11 o 12 años empiezan a originarse importantes cambios en los procesos intelectuales apareciendo el pensamiento operatorio formal, de carácter hipotético deductivo, que se refleja en el interés del joven por las teorías generales, elaboración de juicios sobre la política, la filosofía y el sentido de la vida.

3.3.2. Adultez

3.3.2.1. Definiciones

Es una de las etapas más amplias de la vida del individuo y es el que ocupa los más altos cargos y las posiciones de poder. Asimismo en esta etapa se presentan complejas demandas de logros personales, sociales y familiares (Cornachione, 2006).

Etimológicamente la palabra adulto proviene del latín *adultus* que significa crecer. El crecimiento de la persona, a diferencia de los demás, se manifiesta de manera permanente y continua desde el punto de vista psico-social y no biológico, que finaliza en un momento dado al alcanzar el máximo desarrollo. El hombre se hace adulto no por la yuxtaposición de un aspecto de su personalidad sobre los otros, sino por un proceso de unión de sus diferentes estados tanto biológicos, psicológicos y mentales, así como ergológicos y sociales (Adam, 1970).

3.3.2.2. Etapas

Cornachione (2006) menciona que existen 3 subetapas: adultez joven (20-40 o 45 años) adultez media (40-65 años) adultez mayor (65 años en adelante)

Adultez temprana es determinada por el grado mayor de estrés y presión, en esta etapa culmina el periodo vital en el ámbito biológico. Respecto a lo social y psicológico, es aquí el momento en que el ser humano puede realizar sus sueños, por ejemplo crear una propia familia, tener un status valorado, tener una función laboral adecuada. Además, es el período adecuado para culminar sus satisfacciones (Papalia, Sterns, Feldman y Camp, 2009).

Asimismo la adultez media, va de los 40 a los 60 o 65 años, algunos le llaman la segunda adultez; Erikson (1985) la denomina, la etapa de la crisis de productividad vs estancamiento. Los primeros treinta años anuncian lo que Levinson (1978) ha llamado formalización, esta es una etapa muy importante del ciclo vital, ya que es considerada de gran productividad,

especialmente en la esfera intelectual y artística, y es en definitiva el período en el que se consigue la plena autorrealización

Por otro lado, Amador, Monreal y Marco (2001) mencionan que es una etapa determinada a niveles biológicos por una disminución de las habilidades y destrezas físicas con relación a la anterior etapa, sin embargo, se conserva una fuerza y vitalidad necesaria para tener una vida social normal y satisfactoria

En cuanto a la adultez tardía Erikson (1985) refiere que es la etapa de la integridad versus desesperación que conlleva la unificación de la personalidad y de la vida. En esta etapa el ser humano percibe el fin de su vida causando angustia a muchos. Maslow (1975) habla acerca de necesidades al contrario de crisis, las cuales las divide en básicas e idiosincrásicas. Por otro lado menciona que aparte de las necesidades fisiológicas del hombre, este también tiene necesidad de seguridad, de afectividad, de justicia y libertad presentándose de manera jerarquizada.

Cuando el individuo va iniciando en la etapa de la adultez tardía, salen a relucir ciertas características propias que en cualquier otra etapa, por ejemplo:

- ✓ La búsqueda de serenidad o la complacencia
- ✓ La tranquilidad o el reposo
- ✓ Proceso de abandono y a la vez el sentimiento de libertad o liberación cuanto a problemas de menor magnitud,
- ✓ Asimismo presenta menos interés en conveniencias sociales, como también va disminuyendo en algunas circunstancias el humor o ironía.

Al presentar estas características el ser humano, se da cuenta que está entrando en la última etapa del desarrollo humano, donde a la vez mezcla los recuerdos vividos y surgen las nuevas emociones (Fierro, 1999)

Asimismo, Fernández (2000) refiere a la vejez como un estado personal, haciendo referencia a la última etapa del desarrollo humano, asimismo, mencionan que el término de vejez hace hincapié a la condición temporal y del tiempo del ser humano, o a lo que se relaciona directamente la edad.

4. Definición de términos

- ✓ Altruismo: Diligencia en procurar el bien ajeno sin esperar nada a cambio.
- ✓ Antítesis: Oposición completa y absoluta entre personas, cosas, conceptos o proposiciones.
- ✓ Antropocentrismo: Doctrina o teoría que supone que el hombre es el centro de todas las cosas, el fin absoluto de la naturaleza y punto de referencia de todas las cosa.
- ✓ Cognitivo,-va: Relativo al conocimiento o a la inteligencia.
- ✓ Consonancia: Relación de acuerdo o de correspondencia entre varias personas o cosas.
- ✓ Convergente: Juntar varias ideas o tendencias sociales, económicas o culturales en un mismo fin.
- ✓ Divergente: Que tiende a no coincidir con las ideas y tendencias sociales, culturales o económicas de otro u otros.
- ✓ Extraversión: Tendencia de la persona sociable a comunicar a los demás sus sentimientos.
- ✓ Introspección: Observación y examen que una persona hace de sus propias ideas, pensamientos y sentimientos.
- ✓ Patológico: Que constituye una enfermedad o es síntoma de ella.
- ✓ Psíquico: Relativo o perteneciente a la actividad mental.

- ✓ Puérperas: Mujer que se encuentra en el periodo posterior al alumbramiento.
- ✓ Resiliencia: Es la capacidad de una persona o grupo para seguir en el futuro a pesar de condiciones de vida difíciles y de traumas a veces graves.
- ✓ Sacramentalidad: Son signos sagrados que han sido instituidos por una entidad religiosa, imitando de alguna manera los sacramentos, se expresen efectos, sobre todo espirituales, obtenidos por la intercesión de una Iglesia.

5. Hipótesis de la investigación

5.1. Hipótesis general.

Existe relación significativa entre felicidad y espiritualidad en miembros de una iglesia cristiana de Lima Este, 2015.

5.2. Hipótesis específicas.

Existe relación significativa entre sentido positivo de la vida y espiritualidad en miembros de una iglesia cristiana de Lima Este, 2015.

Existe relación significativa entre satisfacción con la vida y espiritualidad en miembros de una iglesia cristiana de Lima Este, 2015.

Existe relación significativa entre realización personal y espiritualidad en miembros de una iglesia cristiana de Lima Este, 2015.

Existe relación significativa entre alegría de vivir y espiritualidad en miembros de una iglesia cristiana de Lima Este, 2015.

Capítulo III

Materiales y métodos

1. Método de la investigación

La presente investigación es de tipo correlacional ya que se determinará la relación entre dos variables. Además, el diseño presentado es no experimental puesto que no se manipuló ninguna variable, sino que estas fueron medidas en su contexto natural (Hernández, Fernández y Baptista, 2006). Por otro, es de corte transversal ya que los datos fueron recolectados en un tiempo determinado (Kerlinger y Lee, 2002).

2. Variables de la investigación

2.1. Identificación de las variables.

2.1.1 *Felicidad.*

Estado afectivo de satisfacción plena que experimenta subjetivamente el individuo en posesión a un bien anhelado (Alarcón, 2006).

2.1.2 *Espiritualidad.*

Experiencia única de las personas que influencia su pensamiento y sus percepciones acerca de la salud, la familia y la vida (Parsian y Dunning, 2009).

2.2. Operacionalización de las variables.

A continuación se presenta la tabla 1 con la matriz de operacionalización de las variables

Tabla 1.

Matriz de operacionalización de las variables de espiritualidad y felicidad

Variable	Definición conceptual	Dimensiones	Definición conceptual	Definición operacional	Ítemes
Independiente: Espiritualidad	Experiencia única de las personas que influencia su pensamiento y sus percepciones acerca de la salud, la familia y la vida (Parsian y Dunning, 2009).	Concepto de identidad interior	Es la exploración que hace el ser humano, para lograr observarse o conocerse a sí mismo.		1-14
		Sentido de vida	Son las creencias o prácticas espirituales que realiza el ser humano, dando como resultado el sentido que da a su vida.	Puntajes obtenidos del Cuestionario de Espiritualidad de Parsian y Dunning (2009).	15-20
		Conexión de las personas jóvenes	Es la conectividad y necesidad que poseen las personas con la espiritualidad y todo ambiente relacionado a ella.		21-29
Dependiente: Felicidad	Estado afectivo de satisfacción plena que experimenta subjetivamente el individuo en posesión a un bien anhelado. (Alarcón, 2006)	Sentido positivo de la vida.	Estar libre de estados depresivos profundos, tener sentimientos positivos hacia sí mismo y hacia la vida.		26, 20, 18, 23, 22, 02, 19, 17,11, 07, 14.
		Satisfacción con la Vida	Expresión de satisfacción por lo que se ha alcanzado y la persona cree que está donde tiene que estar, o porque se encuentra muy cerca de alcanzar el ideal de su vida.	Puntajes obtenidos en la Escala Factorial de Felicidad de Alarcón (2006)	04, 03, 05, 01, 06, 10.
		Realización Personal	Supone la orientación del individuo hacia metas que considera valiosas para su vida.		24, 21, 27, 25, 09, 08.
		Alegría de Vivir	Experiencias positivas de la vida y sentirse generalmente bien.		12, 15, 16, 13.

3. Delimitación geográfica y temporal

La investigación se realizó en una iglesia cristiana de Lima Este, en el distrito de Vitarte.

Los participantes fueron miembros mayores de 17 años.

Los datos se recogieron en dos sesiones que se llevaron a cabo en el mismo día, a través de la recaudación de datos de los tests. Asimismo, se utilizó el programa SPSS y el estadístico Rho de Spearman.

4. Participantes

Para realizar esta investigación se trabajó con 125 asistentes de una iglesia cristiana de Lima Este. El rango de edades fluctúa entre los 17 a 88 años de edad, debido a que los miembros de la iglesia cristiana presentan esa edad, asimismo la población evaluada es de ambos sexos.

4.1 Criterios de inclusión y exclusión.

4.1.1 Criterios de inclusión.

- Asistentes de la Iglesia Adventista del Séptimo Día de Lima Este
- Personas mayores de 17 años.
- Personas que no presentan una enfermedad psicológica
- Personas que brinden consentimiento informado

4.1.2 Criterios de exclusión.

- Personas que tengan enfermedades psicológicas
- Personas menores de 17 años.
- Personas que no den consentimiento informado
- Personas que presentan algún trastorno psicótico

4.2 Características de la muestra.

Referente a las características de los participantes, en la tabla 2 se observa que del 100 % de la población, los cuales fueron 125 personas, el 54.4 % son de género femenino, además el 50.4 % poseen una edad que fluctúa entre los 30 y 59 años. También se observa que la mayoría de los encuestados son bautizados (84%). Del estado civil de la población, se obtuvo que el 52.8% son solteros y el 53.6 % proceden de la región costeña del Perú.

Tabla 2.

Análisis de frecuencia de las características de los participantes

Variable		n	%
Género	Masculino	57	45.6 %
	Femenino	68	54.4 %
Edad	17-29	53	42.4 %
	30-59	63	50.4 %
	60-88	9	7.2 %
Bautizados	Sí	105	84 %
	No	20	16 %
Estado civil	Soltero	66	52.8 %
	Casado	46	36.8 %
	Viudo	8	6.4 %
	Divorciado	5	4 %
Procedencia	Costa	67	53.6 %
	Sierra	43	34.4 %
	Selva	15	12%

5. Técnica e instrumentos de recolección de datos

En esta sección se presentan y detallan los instrumentos que se han empleado para la recolección de la información en relación a la variable felicidad y espiritualidad.

5.1 Instrumentos.

5.1.1 Cuestionario de Espiritualidad.

Para medir la espiritualidad se utilizó el Cuestionario de Espiritualidad creado por Parsian y Dunning (2009), traducido y adaptado al español por Diaz (2012) el cual consta de 29 ítems. El instrumento cuenta de 3 dimensiones: concepto de identidad inferior, sentido de vida y conexión de las personas jóvenes. Además, para el cuestionario se tiene como respuestas: Nunca, Casi nunca, Algunas veces, Siempre y utiliza una escala de tipo Likert de cuatro puntos, que van desde muy en desacuerdo (1), en desacuerdo (2), en acuerdo (3) y muy de acuerdo (4). La confiabilidad, a través de consistencia interna, corresponde a 0.94. El alpha de cronbach promedio de las tres dimensiones fue de 0.70. Para la presente investigación se estimó la validez a través del juicio de expertos, asimismo fue sometido al análisis de confiabilidad indicando un alpha de Cronbach de .952 lo cual indicaría una alta consistencia.

Finalmente el coeficiente de validez V de Aiken arrojó valores mayores de 0.75, indicando el conceso que existe para la inclusión de los ítems pues tienen relación con el constructo, las palabras son usuales para el contexto y evalúa las dimensiones del constructo, obteniendo la validez del contenido del instrumento.

5.1.2. Escala de Felicidad.

Para medir la felicidad se utilizó la Escala de Felicidad de Lima (EFL) creado por Reynaldo Alarcón en el año 2006 en el Perú. La escala cuenta con 4 dimensiones: sentido

positivo de la vida, satisfacción con la vida, realización personal, y alegría de vivir. Consta de 27 ítems, con las siguientes opciones de respuesta: Totalmente de acuerdo; Acuerdo; Ni acuerdo ni desacuerdo; Desacuerdo; y Totalmente en desacuerdo utilizando una escala de tipo Likert. El puntaje total presenta una elevada consistencia interna, con un alfa de cronbach de .916. La validez de constructo fue evaluada mediante análisis factorial. La rotación ortogonal (Varimax) de la matriz de componentes, ha agrupado coherentemente los 27 elementos en cuatro dimensiones independientes. La dimensión 1 agrupa 11 ítems; las dimensiones 2 y 3 tienen cada uno seis ítems; y la dimensión 4 reúne cuatro ítems. Con respecto a los ítems de cada dimensión; todas son altas, la mayor tiene un peso de .684 y la más baja .405, esto significa que existe coherencia factorial entre los ítems integrantes de cada uno de los factores. A la luz de los resultados podría decirse que la Escala de Felicidad posee una adecuada validez factorial, esto garantiza coherencia o convergencia entre las medidas referidas al constructo que se mide

Para la presente investigación se creó un baremo propio con los niveles alto y bajo, además se obtuvo una alfa de Cronbach de .919.

6. Proceso de recolección de datos.

Los datos se recogieron el día 23 de mayo, previa autorización del líder espiritual de la iglesia cristiana ubicada en Vitarte. Asimismo, los instrumentos fueron aplicados en conjunto en dos sesiones, la primera en la mañana durante el programa de adultos, y la segunda durante la programación joven. La primera prueba que se aplicó fue la escala de Felicidad, seguida por el cuestionario de Espiritualidad, el tiempo estimado por cada prueba varía entre 10 a 15 minutos.

7. Procesamiento y análisis de datos.

Para una primera instancia se utilizaron la estadística descriptiva, y para las conclusiones o resultado final la estadística inferencial; asimismo, se utilizó del programa SPSS versión 22.0 y el estadístico Rho de Spearman, para dicha evaluación.

8. Consideraciones éticas.

La presente investigación, busca determinar la relación entre la felicidad y la espiritualidad en miembros de una iglesia adventista, con el fin de incrementar sus valores cristianos e impartirlos dentro de su institución. Por otro lado, la investigación consta con alta confiabilidad y validez, de manera que los participantes no sean afectados en cuestión de tiempo, de igual manera, la aplicación de las pruebas elegidas fueron ejecutadas en los participantes que dieron su consentimiento, asimismo, se priorizó la seguridad e integridad del encuestado, por lo que se mantendrá en anonimato su identidad. De igual manera, cabe resaltar que los participantes fueron seleccionados de manera equitativa, sin perjuicio de por medio, con la única condición de que sean miembros de una iglesia adventista de Lima Este

Capítulo IV

Resultados y discusión

1. Resultados

A continuación se presentan los resultados obtenidos de aplicación de la escala y el cuestionario y su posterior procesamiento en el software SPSS.

1.1. Niveles de felicidad según datos sociodemográficos

1.1.1 Niveles de felicidad según edad.

En la tabla 3 se puede apreciar, que el 77.4% de los participantes quienes presentan edades entre 17 a 29 años, indican un nivel alto de felicidad, lo cual indica que son más optimistas, motivados y tienen una percepción diferente ante las situaciones adversas de la vida. De igual manera el 85.7% entre las edades de 30 a 59 años, mientras que el 100% de los participantes que se encuentran entre los 60 a 88 años de edad, denotan un nivel alto de felicidad. Sin embargo, las edades entre 17 a 29 años y 30 a 59 años, presentan un 22.6% y 14.3% respectivamente indicando poseer un bajo nivel de felicidad.

En relación a las dimensiones de la felicidad, el 96.8% de la población adulta (30 – 59 años) indican un alto nivel en alegría de vivir, asimismo, presenta altos niveles en las dimensiones de sentido positivo de la vida (93.7%) y satisfacción de la vida (82.5%). Por otro lado, la población joven (17 a 29 años) presentan, en las dimensiones de satisfacción de la vida y realización personal, un 11.3% y 22.6% correspondientemente, indicando un bajo nivel de felicidad

Tabla 3.

Niveles de felicidad según datos sociodemográficos por edad.

Felicidad	Edad					
	17 a 29		30 a 59		60 a 88	
	n	%	N	%	n	%
Puntaje total						
Bajo	12	22.6%	9	14.3%	-	-
Alto	41	77.4%	54	85.7%	9	100%
Sentido positivo de la vida						
Bajo	4	7.5%	4	6.3%	1	11.1%
Alto	49	92.5%	59	93.7%	8	88.9%
Satisfacción de la vida						
Bajo	6	11.3%	11	17.5%	1	11.1%
Alto	47	88.7%	52	82.5%	8	88.9%
Realización personal						
Bajo	12	22.6%	20	31.7%	2	22.2%
Alto	41	77.4%	43	68.3%	7	77.8%
Alegría de vivir						
Bajo	2	3.8%	2	3.2%	-	-
Alto	51	96.2%	61	96.8%	9	100%

1.1.2 Niveles de felicidad según género.

Los resultados de la tabla 4 indican que, tanto el género femenino (76.5%) como el masculino (91.2%) reportan puntajes altos de felicidad, sin embargo, se hallaron a 16 mujeres en el nivel bajo con un 23.5% a diferencia de los hombres con un 8.8%, lo cual indica, que la felicidad es mejor representada por las mujeres, a pesar, que existe un porcentaje que no se siente plenamente feliz. En cuanto a las dimensiones, se aprecia que el género femenino se caracteriza por demostrar alegría por vivir con un 95.6%, seguidamente con un 88.2% y 85.3% en las dimensiones de sentido positivo de la vida y satisfacción con la vida respectivamente. Por otro lado, los hombres refieren tener un alto nivel en el sentido positivo de la vida y alegría de vivir con un 98.2% cada una.

Tabla 4.

Niveles de felicidad según datos sociodemográficos por sexo

Felicidad	Género			
	Femenino		Masculino	
	n	%	N	%
Puntaje total				
Bajo	16	23.5%	5	8.8%
Alto	52	76.5%	52	91.2%
Sentido positivo de la vida				
Bajo	8	11.8%	1	1.8%
Alto	60	88.2%	56	98.2%
Satisfacción de la vida				
Bajo	10	14.7%	8	14%
Alto	58	85.3%	49	86%
Realización personal				
Bajo	16	23.5%	18	31.6%
Alto	52	76.5%	39	68.4%
Alegría de vivir				
Bajo	3	4.4%	1	1.8%
Alto	65	95.6%	56	98.2%

1.1.3 Niveles de felicidad según lugar de procedencia.

Del puntaje total de felicidad, la tabla 5 muestra que las personas provenientes de la región Sierra reportan un nivel alto representativo con un 88.4%, seguido de la región Costa con un 85.1%, y la región Selva con un 60%. En cuanto a las dimensiones, la región Costa arrojó un 97% indicando un alto nivel en la dimensión de alegría por vivir, seguido por el sentido que tienen a la vida con un 92.5%. En contraste, los participantes de la región Sierra denotaron un bajo nivel en su realización personal con un 25.6%.

Tabla 5.

Niveles de felicidad según datos sociodemográficos por lugar de procedencia

Felicidad	Procedencia					
	Costa		Sierra		Selva	
	n	%	n	%	n	%
Puntaje total						
Bajo	10	14.9%	5	11.6%	6	40%
Alto	57	85.1%	38	88.4%	9	60%
Sentido positivo de la vida						
Bajo	5	7.5%	3	7%	1	6.7%
Alto	62	92.5%	40	93%	14	93.3%
Satisfacción de la vida						
Bajo	8	11.9%	6	14%	4	26.7%
Alto	59	88.1%	37	86%	11	73.3%
Realización personal						
Bajo	19	28.4%	11	25.6%	4	26.7%
Alto	48	71.6%	32	74.4%	11	73.3%
Alegría de vivir						
Bajo	2	3%	-	-	2	13.3%
Alto	65	97%	43	34.4%	13	86.7%

1.1.4 Niveles de felicidad según datos por bautismo.

La tabla 6 indica que las personas bautizadas y pertenecientes a una religión en base al cristianismo manifiestan un alto nivel de felicidad con el 81.9% de los participantes; en cuanto a las personas no bautizadas, el 90% representan un alto nivel de felicidad. Respecto a las dimensiones, se observa que las personas bautizadas muestran un alto nivel de felicidad en sentido positivo de la vida y alegría de vivir con un 93.3% y 98.1% respectivamente.

Tabla 6.

Niveles de felicidad según datos sociodemográficos por bautizado

Felicidad	Bautizado			
	Si		No	
	n	%	n	%
Puntaje total				
Bajo	19	18.1%	2	10%
Alto	86	81.9%	18	90%
Sentido positivo de la vida				
Bajo	7	6.7%	2	10%
Alto	98	93.3%	18	90%
Satisfacción de la vida				
Bajo	12	11.4%	6	30%
Alto	93	88.6%	14	70%
Realización personal				
Bajo	26	24.8%	8	40%
Alto	79	75.2%	12	60%
Alegría de vivir				
Bajo	2	1.9%	2	10%
Alto	103	98.1%	18	90%

1.1.5 Niveles de felicidad según datos por estado civil.

En la tabla 7 se observa que todos presentan puntuaciones altas de felicidad, los solteros con un 78.8%, los casados con un 87%, los divorciados con un 80% y respecto a los viudos representan en su totalidad un alto nivel de felicidad (100%). En relación a las dimensiones el 97% de los solteros indicaron un nivel alto en su sentido positivo de la vida y alegría de vivir, de igual manera los participantes casados mostraron un 87% y 95% respectivamente.

Tabla 7.

Niveles de felicidad según datos sociodemográficos por estado civil

Felicidad	Estado civil							
	Soltero		Casado		Viudo		Divorciado	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Puntaje total								
Bajo	14	21.2%	5	13%	-	-	1	20%
Alto	52	78.8%	40	87%	8	100%	4	80%
Sentido positivo de la vida								
Bajo	2	3%	5	13%	1	12.5%	-	-
Alto	64	97%	40	87%	7	87.5%	5	100%
Satisfacción con la vida								
Bajo	6	9.1%	12	26.1%	-	-	-	-
Alto	60	90.9%	34	73.9%	8	100%	5	100%
Realización personal								
Bajo	16	24.2%	17	37%	1	12.5%	-	-
Alto	50	75.8%	29	63%	7	87.5%	5	100%
Alegría de vivir								
Bajo	2	3%	2	4.3%	-	-	-	-
Alto	64	97%	44	95.7%	8	6.4%	5	100%

1.2 Niveles de espiritualidad según datos sociodemográficos

1.2.1 Niveles de espiritualidad según edad

En la tabla 8 se puede apreciar, que el 95.2% de los participantes que se encuentran en la etapa adulta (30 – 59 años), presenta un mayor nivel de espiritualidad. De igual manera el 98.1% de los participantes jóvenes (17 – 29 años). Por otro lado, la población adulta presenta nivel alto en la dimensión conexión con las personas jóvenes con un 95.2%; mientras que la población joven, puntúa manifiesta tener un mayor nivel en las dimensiones concepto de identidad interior y conexión con las personas jóvenes con un 98.1% para cada una.

Tabla 8.

Niveles de espiritualidad según datos sociodemográficos por edad

Espiritualidad	Edad					
	17 a 29		30 a 59		60 a 88	
	n	%	n	%	n	%
Puntaje total						
Bajo	1	1.9%	3	4.8%	-	-
Alto	52	98.1%	60	95.2%	9	100%
Concepto de identidad interior						
Bajo	1	1.9%	5	7.9%	1	11.1%
Alto	52	98.1%	58	92.1%	8	88.9%
Sentido de vida						
Bajo	12	22.6%	9	14.3%	2	22.2%
Alto	41	77.4%	54	85.7%	7	77.8%
Conexión con las personas jóvenes						
Bajo	1	1.9%	3	4.8%	-	-
Alto	52	98.1%	60	95.2%	9	100%

1.2.2 Niveles de espiritualidad según sexo

En los resultados de la tabla 9 se observa que el 95.6% del género masculino presentan un alto nivel de felicidad al contrario del 4.4%. En cuanto a las mujeres, presentan altos indicadores de espiritualidad con un 98.2% y el 1.8%, un bajo nivel de espiritualidad.

En relación a las dimensiones, se puede observar que tanto varones (97.1%) como mujeres (96.5%) arrojan puntuaciones altas en la dimensión conexión con las personas jóvenes,

Tabla 9.

Niveles de espiritualidad según datos sociodemográficos por sexo

Espiritualidad	Sexo			
	Femenino		Masculino	
	n	%	N	%
Puntaje total				
Bajo	1	1.8%	3	4.4%
Alto	56	98.2%	65	95.6%
Concepto de identidad interior				
Bajo	2	3.5%	5	7.4%
Alto	55	96.5%	63	92.6%
Sentido de vida				
Bajo	9	15.8%	14	20.6%
Alto	48	84.2%	54	79.4%
Conexión con las personas jóvenes				
Bajo	2	3.5%	2	2.9%
Alto	55	96.5%	66	97.1%

1.2.3 Niveles de espiritualidad según lugar de procedencia.

En la tabla 10 se puede apreciar, que el 100% de los participantes que representa a la región Costa de nuestro país presentan un mayor nivel de espiritualidad, de igual manera, la región Sierra y Selva indica un mayor nivel con el 95.3% y 86.7% respectivamente. Por otro lado, en relación a las dimensiones, la región Costa indica un mayor nivel en la conexión con las personas jóvenes con un 100%, mientras que la región Sierra, indica un mayor nivel en el concepto de identidad interior y conexión con las personas jóvenes con un 93%. En tal sentido, se puede inferir que los participantes costeños mantienen un mejor acercamiento espiritual debido a su práctica regular de actividades religiosas, que no es percibida en otras dos regiones de nuestro país.

Tabla 10.

Niveles de espiritualidad según datos sociodemográficos por lugar de procedencia.

Espiritualidad	Procedencia					
	Costa		Sierra		Selva	
	n	%	n	%	N	%
Puntaje total						
Bajo	-	-	2	4.7%	2	13.3%
Alto	67	100.0%	41	95.3%	13	86.7%
Concepto de identidad interior						
Bajo	2	3%	3	7%	2	13.3%
Alto	65	97%	40	93%	13	86.7%
Sentido de vida						
Bajo	16	23.9%	5	11.6%	2	13.3%
Alto	51	76.1%	38	88.4%	13	86.7%
Conexión con las personas jóvenes						
Bajo	-	-	3	7%	1	6.7%
Alto	67	100%	40	93%	14	93.3%

1.2.4 Niveles de espiritualidad según datos por bautismo.

La tabla 11 indica que 99% de las personas bautizadas muestran un alto nivel de espiritualidad, por el contrario del 1% quienes muestran un nivel bajo, sin embargo el 15% del grupo contrario indica tener un bajo nivel de espiritualidad. Esto se debe a que las personas bautizadas, mantienen en contacto persistente con actividades que la iglesia promueve, mientras que los no bautizados solo las mantienen en ocasiones. En relación a las dimensiones, las personas bautizadas indicaron un mayor nivel en conexión con las personas jóvenes con un 98.1% y un bajo nivel con el 1.9%, por el contrario los no bautizados, indicaron tener un bajo nivel en el sentido de vida con un 10%.

Tabla 11.

Niveles de espiritualidad según datos sociodemográficos por bautizado

Espiritualidad	Bautizado			
	Sí		No	
	n	%	n	%
Puntaje total				
Bajo	1	1%	3	15%
Alto	104	99%	17	85%
Concepto de identidad interior				
Bajo	4	3.8%	3	15%
Alto	101	96.2%	17	85%
Sentido de vida				
Bajo	18	17.1%	5	25%
Alto	87	82.9%	15	75%
Conexión con las personas jóvenes				
Bajo	2	1.9%	2	10%
Alto	103	98.1%	18	90%

1.2.5 Niveles de espiritualidad según estado civil

La tabla 12 indica que los participantes que presentan un mayor nivel de espiritualidad es el grupo de personas con estado civil solteros (98.5%). Por consiguiente, entorno a las dimensiones; los solteros y casados manifestaron un mayor nivel en concepto de identidad interior con un 98.5% y 89.1% respectivamente, de igual manera con la dimensión conexión con las personas jóvenes con un 98.5% y 93.5% respectivamente.

Tabla 12.

Niveles de espiritualidad según datos sociodemográficos por estado civil

Felicidad	Estado Civil							
	Soltero		Casado		Viudo		Divorciado	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Puntaje total								
Bajo	1	1.5%	3	6.5%	-	-	-	-
Alto	65	98.5%	43	93.5%	8	100%	5	100%
Concepto de identidad interior								
Bajo	1	1.5%	5	10.9%	1	12.5%	-	-
Alto	65	98.5%	41	89.1%	7	87.5%	5	100%
Sentido de vida								
Bajo	14	21.2%	8	17.4%	1	12.5%	-	-
Alto	52	78.8%	34	82.6%	8	87.5%	5	100%
Conexión con las personas jóvenes								
Bajo	1	1.5%	3	6.5%	-	-	-	-
Alto	65	98.5%	43	93.5%	8	100%	5	100%

1.3 Prueba de normalidad

Se observa en la tabla 13 los datos correspondientes a las variables no presentan 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 13.

Prueba de Kolmogorov - Smirnov para una muestra del estudio

Instrumento	Variables	Media	D.E.	K-S	P
Escala de Felicidad de Lima	Puntaje total	105.07	14.356	.000	.000
	Sentido positivo de la vida	43.71	6.884	.003	.000
	Satisfacción con la vida	22.82	4.004	.000	.000
	Realización personal	20.78	4.375	.001	.000
	Alegría de vivir	16.83	2.449	.000	.000
Cuestionario de Espiritualidad	Puntaje total	91.7	9.704	.035	.000
	Concepto de identidad interior	44.69	4.962	.066	.000
	Sentido de vida	18.18	2.979	.000	.000
	Conexión a personas jóvenes	25	3.410	.008	.000

1.4. Análisis de la correlación de las variables de estudio

1.4.1 Correlación entre felicidad y espiritualidad

En cuanto a la relación entre felicidad y espiritualidad, en la tabla 14 se muestra que existe relación significativa ($r=,413^{**}$, $p=,000$). De igual manera entre la dimensión sentido positivo de la vida y espiritualidad ($r=,324^{**}$, $p=,000$); satisfacción con la vida y espiritualidad ($r=,349^{**}$, $p=,000$); realización personal y espiritualidad ($r=,335^{**}$, $p=,000$) y entre alegría de vivir y espiritualidad ($r=,427^{**}$, $p=,000$) existe una relación significativa positiva.

Tabla 14.

Correlación entre felicidad y espiritualidad

Felicidad	Espiritualidad	
	Rho	P
Puntaje total	,413**	,000
Sentido positivo de la vida	,324**	,000
Satisfacción con la vida	,349**	,000
Realización personal	,335**	,000
Alegría de vivir	,427**	,000

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas).

2. Discusión

En la presente investigación se ha detallado la relación entre las variables felicidad y espiritualidad en un entorno eclesiástico donde se promueve la práctica de valores y actividades cristianas; se estableció una muestra mayor a 100 participantes; tomando en consideración los datos sociodemográficos que amplían y detallan los resultados.

De acuerdo a la hipótesis general se halló una correlación positiva y significativa entre felicidad y espiritualidad, resultado que coincide con otros autores (Loza y Habisch, 2009; Fischman, 2010; Arias, 2013) demostrando que los encuestados presentan filosofías y hábitos de índole cristiana como la práctica de orar diariamente, participación en actividades espirituales (cultos de adoración, retiros, capacitaciones, programas de beneficio social, talleres cristianos para todas las edades, entre otras actividades); esto aporta de manera sustancial al desarrollo de la felicidad (Waaajman, 2011). Estos resultados coinciden con los hallazgos de Eichhorn (2011) el cual menciona que la religiosidad puede hacer que la gente se sienta más feliz, sobre todo en un grupo social donde comparten las mismas creencias religiosas.

En cuanto a espiritualidad y la dimensión el sentido positivo de la vida, se halló relación significativa; lo cual es referenciado por Yoffe (2012) quien menciona que el sentido de vida

puede estar relacionados para algunos con el bienestar personal, evitación del dolor, o satisfacción propia, mientras que para otros hace referencia a la obtención de bienes materiales; sin embargo para otro grupo de personas el sentido de vida se relaciona con lo espiritual, participando de alguna creencia religiosa, la cual le brinde valor y sentido a su vida. Asimismo, para aquellas personas que tienen mayor acceso a programas espirituales, temas cristianos y a las actividades de aquella índole, se sienten felices la mayoría de tiempo y piensan que la vida es justa con ellos (Edelberg, 2006). Estos resultados coinciden con la investigación de Gallego, García y Pérez (2007) quienes analizan las relaciones entre la religiosidad y los factores del test Purpose in Life (Prueba del propósito de la vida o prueba de sentido de la vida), en un grupo de 302 sujetos, y se plantea que a mayor religiosidad, mayor propósito de vida. Los resultados indicaron que todos los subgrupos (ateos, católicos practicantes, indiferentes, católicos no practicantes, creyentes de otras religiones, católicos no muy practicantes y agnósticos) alcanzan como mínimo una puntuación de nivel medio en la prueba, y en un nivel superior lo de la categoría “muy buenos católicos”. Por otro lado, según los resultados, se pudo observar que el género masculino resultó ser más espiritual que el género femenino, sin embargo, Alarcón (1978) menciona que las mujeres tienden a tener un lado más espiritual en su vida; en tal sentido se puede decir que los resultados varían de acuerdo a la población, ya que en este caso, la muestra tuvo más participantes del género masculino que femenino, alterando de esta manera el resultado final. De igual manera, en los resultados se indica que la población de “solteros” obtuvo un mayor porcentaje en realización personal, y satisfacción con la vida, en contraste con la mención de Alarcón (2006) quien menciona que las personas casadas tienen mayores niveles en los constructos mencionados. El resultado, varía de acuerdo al número de encuestados, ya que en su mayoría eran solteros, alterando de esta manera el resultado final.

Asimismo la espiritualidad tiene una relación significativa con la satisfacción con la vida, al respecto aquellas personas refieren que desarrollan una vida religiosa activa y piensan que su vida está cerca de su ideal, están satisfechos con ellos mismos y con su vida, además en que la vida ha sido buena con ellos. Estos resultados coinciden con lo expuesto por Helliwell (2003) quien encontró que creer en Dios está asociado con una mayor satisfacción con la vida, con diferencias según la intensidad de las creencias, el grado en que usan a Dios para sobrellevar dificultades y el nivel de espiritualidad.

De igual manera, la espiritualidad tiene una relación significativa con la dimensión realización personal, aquello indica que las personas que poseen vida espiritual activa, están satisfechas con lo que han alcanzado y se consideran personas realizadas. Estos resultados coinciden con los postulados de Nash (citado por Edelberg, 2006), estudioso de la religiosidad en el sector empresarial quien señala que la creación de grupos religiosos forma parte de una alternativa para recuperar un sentido de equilibrio y realización personal.

De igual manera, la espiritualidad presenta una relación significativa con alegría de vivir, lo cual indica que la espiritualidad se expresa en la naturaleza del individuo a través de conocimientos, motivaciones, emociones, comportamientos, beneficios y maneras de afrontamiento. Todas estas anomalías psicológicas se dirigen con un sentido positivo, que da valor a los momentos de alegría de vivir (Tepedino, 2005).

Finalmente, cabe resaltar la clara reciprocidad entre la espiritualidad y todas las dimensiones de la felicidad, incluyendo la evaluación global de la misma, lo que indica la necesidad de la vinculación del ser humano con Dios y de mantenerse activo en la vida espiritual. Por lo tanto, podemos decir que de acuerdo a los resultados, se observa que hay un relación significativa entre la Felicidad y Espiritualidad, que se fundamenta en autores como Fischman (2010), Niven (2011); Páez, Campos y Bilbao (2008) quienes mencionan que a

mayor espiritualidad, mayor es la felicidad en las personas, en este caso, en miembros de una iglesia cristiana de Lima Este.

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 la espiritualidad se relaciona de manera positiva y altamente significativa ($r=,413^{**}$, $p=,000$) con la felicidad en miembros de una congregación eclesiástica. De modo que la espiritualidad contribuye directamente a que las personas puedan experimentar situaciones de agradables que se suman a un estado de felicidad.

Se encontró que la dimensión sentido positivo de la vida se correlaciona significativamente con espiritualidad ($r=,324^{**}$, $p=,000$); en este sentido se comprende que el ser humano al sentir sentimientos positivos hacia sí mismo y a hacia la vida, denotará un incremento significativo de espiritualidad y paz en su ser.

Por otro lado, se encontró que la dimensión satisfacción con la vida se correlaciona significativamente con espiritualidad ($r=,349^{**}$, $p=,000$); en tal sentido se puede entender que mientras la persona se sienta más satisfecha consigo misma y sienta plenitud en cada área de su vida, el sentir de agradecimiento hacia lo divino hará que su espiritualidad llegue a un nivel óptimo.

Asimismo, se encontró que la dimensión realización personal se correlaciona significativamente con espiritualidad ($r=,335^{**}$, $p=,000$); entendiendo de esta manera que de acuerdo a las metas que la persona haya logrado en el trayecto de su vida, sentirá un mayor

acercamiento y gratitud a una entidad omnipotente por los logros permitidos, de manera que aquello fortalece el área espiritual de la persona.

Por último, se encontró que la dimensión alegría de vivir se correlaciona significativamente con espiritualidad ($r=,427^{**}$, $p=,000$); en tal sentido, se puede comprender que, por las experiencias gratas que la persona ha vivido durante su trayectoria. Estas influenciarán en su vida espiritual, debido a que la tranquilidad y calma que ellos poseen y quieren seguir disfrutando, se debe por la gran conexión con un ser divino.

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 o personas en general, sino en otras áreas de la vida como el bienestar psicológico, el contexto social, familiar y laboral.

A los investigadores, se sugiere la propuesta para desarrollar instrumentos confiables y útiles que ayuden a identificar de manera más exacta los factores que determinan la felicidad y espiritualidad de las personas con el fin de fomentar el desarrollo de estrategias y métodos para enfrentar de manera positiva las diversas situaciones adversas del ser humano por la ausencia de las variables mencionadas.

En el contexto social, se recomienda promover la ejecución de talleres, programas o actividades que puedan incrementar la felicidad y espiritualidad en la población adulta que corresponden a las edades entre 17 y 88 años; los cuales fueron partícipes en la investigación, debido al bajo puntaje obtenido mediante las encuestas.

Por último, se recomienda a los líderes espirituales de la iglesia cristiana que realicen visitas en los hogares de las personas en general, ya que a pesar de que algunos grupos

obtuvieron puntajes altos a comparación de otros, es bueno que se refuerce la espiritualidad en ellos, ya que de eso depende su felicidad en la vida.

Referencias

- Adam, F. (1970). *Andragogía ciencia de la educación de adultos. Dirección de investigaciones y postgrado*. (Tesis de maestría). Universidad Nacional Experimental Simón Rodríguez. Venezuela.
- Alarcón, R. (1978). Actitudes hacia la religión en un grupo de estudiantes universitarios de Perú. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 10(2), 193-209. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80510206>
- Alarcón, R. (2006). Desarrollo de una escala para medir la felicidad. *Periódicos electrónicos en psicología*, 40(1), 99-106. Recuperado de: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S0034-96902006000100010&script=sci_arttext
- Amador, L., Monreal, M. y Marco, M. (2001). El adulto: etapas y consideraciones para el aprendizaje. *Eúphoros*, 3, 97 – 112. Recuperado de: <http://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/1183063.pdf>
- Argyle, M. (1999). *Causes and correlates of happiness*. New York: Russell Sage.
- Arias, W. (2012). Espiritualidad en el ambiente laboral y su relación con la felicidad del trabajador. *Revista de investigación Arequipa*, 1(4), 9-33. Recuperado de: http://www.ucsp.edu.pe/images/direccion_de_investigacion/PDF/revista2013/Espiritualidad-y-felicidad-en-el-trabajador.pdf
- Arias, W., Masías, A., Muñoz, E. y Arpasi, M. (2013). Espiritualidad en el ambiente laboral y su relación con el ambiente del trabajador. *Revista de investigación de Arequipa*, 1(4), 9 – 33. Recuperado de:

http://ucsp.edu.pe/images/direccion_de_investigacion/PDF/revista2013/Espiritualidad-y-felicidad-en-el-trabajador.pdf

Ávila, A. (2007). *Sobre la felicidad, las teorías y un mundo mejor*. Durango: Editorial de la Universidad Juárez del Estado de Durango.

Barkan, S. y Greenwood, S. (2003). Religious attendance and subjective well-being among older Americans: evidence from the General Social Survey. *Review of religious research*, 45(2), 116-129. Recuperado de:

Berger, K. (2009). *Psicología del Desarrollo*. España: Panamericana.

Caycho, T. (2010). Variables psicológicas asociadas con la felicidad en centros peri-urbanos y urbanos marginales de Lima. *Revistas Peruanas*, 2(1), 61-68. Recuperado de: http://revistas.concytec.gob.pe/scielo.php?pid=S2077-172X2010000100007&script=sci_arttext

Contreras, H., Mori, E., Lam, N., Quino, K., Espinoza, E., Yancachajlla, M., e Hinostroza, W. (2012). Felicidad en mujeres púerperas: estudio multicéntrico en Lima Metropolitana y Callao. *Revista peruana epidemiológica*, 16(1), 2-5. Recuperado de: http://rpe.epiredperu.net/rpe_ediciones/2012_V16_N01/5AO_Vol16_No1_2012_Original_felicidad_puerperas.pdf

Cornachione, M. (2006). *Psicología del desarrollo. Aspectos, psicológicos, sociales*. Argentina: Brujas

CPI, (2013). Estudio de opinión pública: grado de felicidad de los peruanos. *Perú urbano*. Recuperado de: http://cpi.pe/images/upload/paginaweb/archivo/23/OP_201311_02.pdf

Csikszentmihalyi, M. (2004). *Fluir (Flow) Una psicología de la felicidad*. España: Kairós

Dávila, S. (2004). *Relación entre los niveles de espiritualidad y fortaleza en ancianos mexicanos*. (Tesis de maestría). Universidad Autónoma de Nuevo León. México.

De Natale, M. (2003). *La edad adulta, una nueva etapa para educarse*. Italia: Narcea.

- Domínguez, L. (2008). La adolescencia y la juventud como etapas del desarrollo de la personalidad. *Boletín electrónico de Investigación de la Asociación Oaxaqueña de Psicología*, 4(1), 69-76. Recuperado de: http://www.conductitlan.net/notas_boletin_investigacion/50_adolescencia_y_juventud.pdf
- Edelberg, G. (2006). La espiritualidad y la religión en el trabajo. *Revista de la Universidad EAN*, (58), 135-140. Recuperado de: <http://journal.ean.edu.co/index.php/Revista/article/view/391/385>
<http://journal.ean.edu.co/index.php/Revista/article/view/391>
- Eichhorn, J. (2011). Happiness for believers? Contextualizing the effects of religiosity on life satisfacción. *European Sociological Review*, 28 (5), 583-593. Recuperado de: <http://esr.oxfordjournals.org/content/28/5/583>
- Erikson, E. (1985). *El ciclo vital completo*. México: Paidós
- Fayard, A. (2000). *La clave de la felicidad y la salud mental*. México: Patria
- Feldman, R. (2007). *Desarrollo psicológico a través de la vida*. México: Pearson Educación
- Fernández, R. (2000). *Gerontología social*. Madrid: Ediciones Pirámide.
- Fierro, A. (1999). *El desarrollo de la personalidad en la adultez y la vejez*. Madrid: Alianza Editorial.
- Fischman, D. (2010). *La alta rentabilidad de la felicidad*. Lima: UPC
- Florenzano, R. (2010). Religiosidad y salud mental: ¿amigos o enemigos? *Gaceta de psiquiatría universitaria*, 6(2), 221-229. Recuperado de: <http://www.gacetadepsiquiatriauniversitaria.cl/ediciones/a6vol6n2jun2010/pdf/REF%20Religiosidad.pdf>
- Foglia, G. (2011). Estudio sobre la felicidad. *Tns Gallup*. Recuperado de: <http://www.palermo.edu/pdf/informe-sobre-felicidad-argentina.pdf>

- Foglia, G. (2012). Estudio sobre la felicidad 2012. *Tns Gallup*. Recuperado de http://www.palermo.edu/economicas/PDF_2012/INFORME_TNS_UP_FELICIDAD_I_II.pdf
- Fordyce, M. (1983). A program to increase happiness: Further studies. *Journal of Counseling Psychology*, 30 (4), 483-498. Recuperado de: <http://psycnet.apa.org/psycinfo/1984-04461-001>
- Gallego, J., García, J.y Pérez, E. (2007) Factores del test Purpose in Life y Religiosidad. *Redalyc*, 6(2), 213-229. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=64760202>
- Gancedo, M. (2008). *Historia de la psicología positiva. Antecedentes, aportes y proyecciones*. Buenos Aires: Lugar Editorial.
- García, E. (2010). *Psicología General*. México: Patria
- Guerra, M. (1980). *Historia de las religiones*. España: EUNSA
- Gutiérrez, R., Andrade, P., Jiménez, A. y Juárez, F. (2007). La espiritualidad y su relación con la recuperación del alcoholismo en integrantes de alcohólicos anónimos. *Medigraphic*, 30(4), 62 – 68. Recuperado de: <http://www.medigraphic.com/pdfs/salmen/sam-2007/sam074i.pdf>
- Haughey, J. (1973). *The conspiracy of God: The Holy Spirit in men*. New York: Doubleday.
- Helliwell, J. (2003). How's life? Combining individual and national variables to explain subjective well-being. *Economic Modelling*, 20(2), 331-360. Recuperado de: http://www.researchgate.net/profile/John_Helliwell2/publication/222661637_How's_life_Combining_individual_and_national_variables_to_explain_subjective_well-being/links/02e7e525dc15757273000000.pdf
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2006). *Metodología de la Investigación*. México: McGraw-Hill

- Heylighen F. (1992) A Cognitive-Systemic Reconstruction of Maslow's Theory of Self Actualization. *Behavioral Science* 37, 39-58. Recuperado de: <http://pespmc1.vub.ac.be/papers/maslow.pdf>
- Hodge, D. (2001). Spirituality assessment: A review of major qualitative methods and a new framework for assessing spirituality. *Social Works*, 46 (3), 203-214. Recuperado de: <https://courses.washington.edu/bh518/Articles/spiritualassessment.pdf>
- Inglehart, R. (1990). *Culture Shift in Advanced Industrial Society*. USA: Princeton University Press
- Jaramillo, D., Ospina, D., Cabarcas, G. y Humphreys, J. (2005). Resiliencia, espiritualidad, aflicción y tácticas de resolución de conflictos en mujeres maltratadas. *Revista de salud pública*, 7(3), 281-292. Recuperado de: <http://www.scielosp.org/pdf/rsap/v7n3/v7n3a04>
- Kerlinger, F. y Lee, H. (2002). *Investigación del comportamiento. Métodos de investigación en las ciencias sociales*. México: McGraw-Hill
- Levinson, D. (1978). *The season of a man's life*. New York: Knopf
- Lisón, J. (2005). De la felicidad mínima a la plena felicidad. *Quaderns de filosofia i ciència*, 35, 133-145. Recuperado de: http://www.uv.es/sfpv/quadern_textos/v35p133-145.pdf
- Maslow, A. (1975). *Motivación y personalidad*. Barcelona: Sagitario
- Martínez, J. (2003). La espiritualidad del comunicador cristiano. *Redalyc*, 44(1), 68-101. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=32200104>
- Monroy, A. (2002). *Salud y sexualidad en la adolescencia y juventud*. Mexico: Pax.
- Moyano, E., Cornejo, F. y Gallardo, I. (2011). Creencias y conductas ambientales, liberalismo económico y felicidad. *Redalyc*, 14(2), 66-77. Recuperado de: http://portalweb.ucatolica.edu.co/easyWeb2/files/23_7749_v14n2-ary6.pdf
- Neinstein, L. (1991). *Salud del adolescente*. Barcelona: JR Prous Editores.
- Niven, D. (2011). *Los 100 secretos de la gente feliz*. Colombia: Norma.

- Páez, D.; Campos, M. & Bilbao, A. (2008). *Del trauma a la felicidad: Pautas de intervención*. España: Desclée de Brouwer.
- Papalia, D. (2012). *Desarrollo físico y salud mental en la adolescencia*. México: McGraw-Hill
- Papalia, D.; Wendkos, S. y Duskin, R. (2004). *Psicología del desarrollo. De la infancia a la adolescencia*. México: McGraw-Hill
- Papalia, D. y Wendkos, S. (1996). *Psicología del desarrollo*. México: McGraw-Hill
- Papalia, D.; L. Sterns, H.; Feldman, R. y J. Camp, C. (2009). *Desarrollo del adulto y vejez*. México: McGrawHill.
- Parsian N, y Dunning T. (2009). Developing and validating a questionnaire to measure spirituality: Psychometric process. *Glob J Health Sic*, 1(1), 2-11. Recuperado de: <http://www.ccsenet.org/journal/index.php/gjhs/article/download/1104/1061>
- Loza, C. y Habisch, A. (2009). Empresa, empresario y consumidor en la Caritas in Veritate. *Persona y Cultura*, 7(7), 22-32. Recuperado de: <http://cristianlozaadaui.com/wp-content/uploads/2013/03/2009-Loza-Adaii-Persona-y-Cultura.pdf>
- Pérez, J. (2007). Estudio exploratorio sobre el tema de la espiritualidad en el ambiente laboral. *Anales de psicología*, 1(23), 137-146. Recuperado de: http://www.um.es/analesps/v23/v23_1/17-23_1.pdf
- Potter, A. (2004). *Fundamento de enfermería. Quinta edición*. Madrid: Harcourt, Mosby
- Rodríguez, A. (2005). Felicidad subjetiva y dimensiones del autoconcepto físico. *Revista de Psicodidáctica*, 10(1), 131 – 138. Recuperado de: <http://www.ehu.es/ojs/index.php/psicodidactica/article/viewFile/377/357>
- Rodríguez, N. (2011). Impacto de la espiritualidad en salud mental. Una propuesta de estrategia de atención comunitaria de salud mental en colaboradores con grupos

- religiosos locales. *Psiquiatría Universitaria*, 7(2), 205-213. Recuperado de: http://revistagpu.cl/2011/GPU_junio_2011_PDF/SM_Impacto_de_la_espiritualidad.pdf
- Rodríguez, M y Martín, A (2002). *Holoterapia: Ciencia y arte de la felicidad*. España: Díaz de Santos.
- Ryle, J.C. (1988). *El secreto de la vida cristiana: El Estandarte de la Verdad*
- Salgado, A. (2009). Felicidad, resiliencia y optimismo en estudiantes de colegios nacionales de la ciudad de Lima. *Liberabit*, 15(2), 133-141. Recuperado de: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1729-48272009000200007&script=sci_arttext
- Seligman, M. (2011). *La auténtica felicidad*. Barcelona: Vergara.
- Tepedino, A (2005). Espiritualidad de la esperanza: la experiencia de Dios en tiempos difíciles. *Theologica Xaveriana*. 253 – 266. Recuperado de: <http://www.javeriana.edu.co/theologica/UserFiles/Descarga/ediciones/154/Espiritualidad%20de%20la%20esperanza%20-%20154.pdf>.
- Tiger, L. y McGuire, M. (2010). *God's Brain*. USA: Rutgers University
- Vega, A. (2014). Barómetro global de felicidad y esperanza en la economía 2014. *Centro Nacional de Consultoría*. Recuperado de: http://www.centronacionaldeconsultoria.com/articulos/Barometro_felicidad_2014.pdf.
- Veenhoven, R. (2001). Calidad de vida y felicidad: no es exactamente lo mismo. *Fundación humanismo y ciencia*, 67 – 95. Recuperado de: <http://www.fun-humanismo-ciencia.es/felicidad/sociedad/sociedad10.htm>
- Veenhoven, R. (2003). Lo que sabemos de la felicidad, 17-56. Recuperado de: <http://www2.eur.nl/fsw/research/veenhoven/Pub2000s/2005m-fulls.pdf>

- Vera, B. (2006). Psicología positiva: una nueva forma de entender la psicología. *Papeles del psicólogo*, 27(1). Recuperado de: <http://www.papelesdelpsicologo.es/vernumero.asp?id=1279>
- Villarroel, P., Celis, K. y Córdova, N. (2011). Evaluación de la Felicidad: Análisis Psicométrico de la Escala de Felicidad Subjetiva en Población Chilena. *Terapia psicológica*, 29 (1), 127-133. Recuperado de: <http://www.scielo.cl/pdf/terpsicol/v29n1/art13.pdf>
- Waaijman, K. (2011). *Espiritualidad, formas, fundamentos y métodos*. Salamanca: Sígueme.
- White, E. (1881). *Testimonios para la iglesia*. Argentina: ACES
- White, E. (1892). *Obreros evangélicos*. Argentina: ACES
- White, E. (1900). *Palabras de vida del gran maestro*. Argentina: ACES
- White, E. (1903). *Testimonios para los ministros*. Argentina: ACES
- White, E. (1910). *La fe por la cual vivo*. Argentina: ACES
- White, E. (1905). *El ministerio de curación*. Argentina: ACES
- Yoffe, L. (2012). *La influencia de las creencias y prácticas religiosas espirituales en el afrontamiento de la pérdida por muerte de un ser querido*. Argentina: Universidad de Palermo.

Anexos

ANEXO 1.

Escala Factorial de Felicidad

		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 volviera a nacer no cambiaría nada de mi vida					
10	Me siento satisfecho porque estoy donde tengo que estar					
11	La mayoría del tiempo no 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 2.

Cuestionario de Espiritualidad

		Muy en desacuerdo	En desacuerdo	En acuerdo	Muy de acuerdo
1	Creo que soy una persona valiosa				
2	Creo que tengo las mismas cualidades y defectos que otras personas				
3	Siento que tengo muchas cualidades				
4	Tengo una actitud positiva conmigo mismo				
5	En general me siento satisfecho con la persona que soy				
6	Siento que soy una persona compasiva y amable				
7	En general soy una persona que cree en sí misma				
8	Creo que mi vida tiene algún significado				
9	Soy capaz de entender lo que representan las situaciones difíciles				
10	Pienso en aspectos positivos cuando evalúo mi vida				
11	La espiritualidad me ayuda a definir las metas que establezco en mi vida				
12	La espiritualidad me ayuda a decidir quién soy				
13	La espiritualidad me ayuda a decidir mi orientación general de mi vida				
14	La espiritualidad está integrada en mi vida				
15	Reflexiono para alcanzar la paz				
16	Leo libros de crecimiento espiritual y auto-ayuda				
17	Empleo el silencio para estar en contacto con mi yo interior				
18	Trato de vivir en armonía con la naturaleza				
19	A menudo me involucro en programas para cuidar el medio ambiente				
20	Trato de encontrar momentos para ampliar mi espiritualidad				
21	Busco la belleza física, espiritual y emocional en la vida				
22	Trato de encontrar respuesta a los misterios o dudas de la vida				
23	Trato de alcanzar la paz y la armonía				
24	Realmente disfruto escuchar música				

25	Estoy buscando un propósito en la vida				
26	Mi vida es un proceso de cambio y está en evolución				
27	Necesito tener un vínculo emocional fuerte con las personas que me rodean				
28	Mantener y fortalecer las relaciones con los demás es importante para mí				
29	Estoy desarrollando una visión particular de vida				

ANEXO 3.

Tabla 1

Coefficiente de confiabilidad alfa de Cronbach de las dimensiones de felicidad.

Dimensiones de Felicidad	Alfa de Cronbach
Sentido positivo de la vida	0.850
Satisfacción con la vida	0.803
Realización Personal	0.717
Alegría de vivir	0.721
Puntaje total	0.919

Tabla 2

Correlación entre felicidad y sus dimensiones

Dimensiones	Felicidad	
	Rho	P
Sentido positivo de la vida	,811**	,000
Satisfacción con la vida	,758**	,000
Realización personal	,739**	,000
Alegría de vivir	,712**	,000

**La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas).

ANEXO 4.

Tabla 3

Coefficiente de confiabilidad alfa de Cronbach de las dimensiones de espiritualidad

Dimensiones de Felicidad	Alfa de Cronbach
Concepto de identidad interior	0.930
Sentido de vida	0.874
Conexión con las personas jóvenes	0.881
Puntaje total	0.952

Tabla 4

Correlación entre espiritualidad y sus dimensiones

Dimensiones	Espiritualidad	
	Rho	p
Concepto de identidad interior	,854**	,000
Sentido de vida	,674**	,000
Conexión con las personas jóvenes	,806**	,000

**La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas).

Tabla 5.
Análisis de validez del cuestionario de espiritualidad

Dimensión	Ítems	V(cla)	V(cong)	V(cont)	V(dcon)
Concepto de identidad interior	1	1.00	1.00	1.00	1.00
	2	0.80	1.00	1.00	1.00
	3	1.00	1.00	1.00	1.00
	4	1.00	1.00	1.00	1.00
	5	1.00	1.00	1.00	1.00
	6	1.00	1.00	1.00	1.00
	7	1.00	1.00	1.00	1.00
	8	0.80	1.00	1.00	1.00
	9	1.00	1.00	1.00	1.00
	10	1.00	1.00	1.00	1.00
	11	0.80	1.00	1.00	1.00
	12	1.00	1.00	1.00	1.00
	13	1.00	1.00	1.00	1.00
	14	1.00	1.00	1.00	1.00
Sentido de vida	15	1.00	1.00	1.00	1.00
	16	1.00	1.00	1.00	1.00
	17	1.00	1.00	1.00	1.00
	18	0.75	1.00	1.00	1.00
	19	0.80	1.00	1.00	1.00
	20	1.00	1.00	1.00	1.00
Conexión con las personas jóvenes	21	1.00	1.00	1.00	1.00
	22	1.00	1.00	1.00	1.00
	23	1.00	0.75	1.00	1.00
	24	1.00	1.00	1.00	1.00
	25	1.00	1.00	1.00	1.00
	26	1.00	1.00	1.00	1.00
	27	1.00	1.00	1.00	1.00
	28	1.00	1.00	1.00	1.00
	29	1.00	1.00	1.00	1.00

ANEXO 5.

Tabla 6
Baremos nuevos para las variables.

	Bajo	Alto
Felicidad	27 – 80	81 – 135
Sentido positivo de la vida	11 – 32	33 – 55
Satisfacción con la vida	6 – 18	19 – 30
Realización personal	6 – 18	19 – 30
Alegría de vivir	4 – 11	12 – 20
Espiritualidad	29 – 72	73 – 116
Concepto de identidad interior	14 – 35	36 – 56
Sentido de vida	6 – 15	16 – 24
Conexión con las personas jóvenes	9 – 22	22 – 23