

LA ESPIRITUALIDAD Y SU RELACIÓN CON EL BIENESTAR SUBJETIVO Y PSICOLÓGICO

MARÍA JIMENA NOGUERIA

* Universidad de Flores (Argentina)

Resumen. El presente trabajo tiene por objetivo revisar los antecedentes relativos a la relación entre los constructos Espiritualidad y Bienestar Subjetivo a partir de la búsqueda bibliográfica en bases de datos científicas. De acuerdo con los resultados, se destaca como uno de los autores centrales para la definición de espiritualidad a Piedmont, quien sugiere que ambos constructos sean definidos y estudiada su relación dentro del marco del Modelo de los Cinco Factores de la Personalidad, ya que considera que la Espiritualidad forma parte de la personalidad, siendo el sexto factor que la integra, además de destacar la importancia del desarrollo de ambos constructos a lo largo del ciclo vital de las personas. Por su parte, a fines del siglo XX, unas décadas posteriores al auge del estudio de la Espiritualidad y la Religiosidad, comienza a investigarse la Calidad de Vida, el Bienestar y otros aspectos positivos en el Ser humano, una vez que las necesidades básicas del ser humano pudieron ser satisfechas. Estos conceptos han ido modificándose a lo largo del tiempo, desde aspectos externos, hasta llegar a enfocarse en los aspectos subyacentes del bienestar.

Palabras Claves. Espiritualidad – Religiosidad – Bienestar Subjetivo – Psicología social

Abstract. This paper aims to review the records relating to the relationship between spirituality and Subjective Well constructs from the literature search in scientific databases. To develop the concept of spirituality, the comparison between this and the concept of religion is necessary, given its close relationship both concepts have been confused, reaching some authors to interpret them as categories that are redundant or indistinct. Piedmont suggests that both constructs are defined and studied their relationship within the framework of the model of the Five Factors of Personality, as it believes that spirituality is part of the personality, the sixth factor that integrates, while highlighting the importance of development of both constructs along the life cycle of individuals. Spirituality, for this author, is considered as a group of motivations underlying secular and religious perspectives and has been qualified as an intrinsic and individual motivation that guides people within a spiritual context, to erect a personal sense, giving a broader perspective on life that led him to distance himself from his immediate existence, standing outside this immediate perception of time and place. This author believes that beyond spirituality in every culture is expressed in different ways, is a universal construct, which can be identified under a general aspect, which the author calls spiritual transcendence. In the late twentieth century, a boom after the study of spirituality and religiosity decades begins to investigated the quality of life, welfare and other positive aspects in humans, once the basic needs of human beings could be satisfied. These concepts have been changing over time, from external factors, up to focus on the underlying issues of welfare.

Keywords. Spirituality – Religiosity – Subjective Well-being – Social psychology

Enviado.02-08-2015

Aceptado. 15-09-2015

Correspondencia. jimena.nogueira@uflo.edu.ar

{PSOCIAL}

Revista de Investigación en Psicología Social
Volumen 1. | Número 2. | Año 2015
ISSN 2422-619X

Las investigaciones en el campo de la Psicología de la Religiosidad y de la Espiritualidad se han ido incrementando en los últimos años (Van Belzen, 2006). No obstante el incremento mencionado, aún resulta acotado lo que se ha estudiado y profundizado en las poblaciones de habla hispana (Quinceo & Vinaccia, 2009). Esto se debe, en parte, a que hasta el momento no se contaba con instrumentos de análisis fiables que permitiesen medir eficientemente diversas variables vinculadas a la religiosidad y la espiritualidad. Por otra parte, la mayoría de las investigaciones solían basarse en poblaciones cristianas o judías, efectuando un evidente sesgo en la universalidad de prácticas religiosas y espirituales pasibles de ser investigadas.

ASPIRES se presenta como uno de los instrumentos de mayor relevancia para el estudio de la espiritualidad. Este instrumento entiende la Espiritualidad como un constructo universal (Piedmont, 1999), cuya importancia radica en la posibilidad de ampliar los conocimientos empíricos sobre ésta área, como así también en éste contexto cultural.

Es aún más importante, poder observar si se establecen relaciones y de qué tipo entre Espiritualidad y Bienestar. El estudio de este vínculo y el análisis de sus características brindaría la posibilidad de generar miradas renovadas sobre las patologías conocidas, brindar aportes nuevos para la psicología y colaborar en el cambio que en las últimas décadas ha comenzado a desarrollarse en el ámbito de la psicología, el cual es el paso de una modalidad médica a una salutogénica (Omar, Paris, Aguiar de Souza, Almeida da Silva & Pino Peña, 2009). Y, por supuesto, supondría un aporte significativo para las teorías psicológicas y psicoterapias.

En una primera aproximación al vocablo Espiritualidad es necesario mencionar que proviene del latín espíritu, que significa respiración, vitalidad. Si a este concepto se lo relaciona con el vocablo Alma, en latín ánima, significa la capacidad de trascendencia (Volker, 2006)

Si bien a lo largo de toda la humanidad se intentó dar explicaciones a las manifestaciones físicas y mentales del comportamiento, a través de actividades religiosas y fenómenos espirituales, es recién a principios del siglo XX que la ciencia puede dar cuenta de los fenómenos del comportamiento espiritual-religioso con la llamada Psicología de la Religión y la Espiritualidad. A mediados del siglo es cuando comienzan a tener auge las investigaciones relacionadas con la Espiritualidad, la Religión y a partir de allí que se incorpora al mundo académico (Quiceno & Vinaccia, 2009) denominándose este área como Psicología de la Religión (Van Belzen, 2006) y evaluando el impacto que tiene la Religiosidad o Espiritualidad en la vida de las personas, por ejemplo en la autoestima, la personalidad, el razonamiento moral, prejuicios, procesos de socialización y actitudes, entre otros (Simkin & Etchezhar, 2013). Según Korman y Garay (2012), variados estudios se han interesado en los aspectos positivos y negativos de la

Espiritualidad y la Religiosidad en el marco de la Salud Mental. Es en las últimas décadas los referentes de una de las ramas de la psicología, la orientación Cognitivo-Conductual, se han propuesto lograr una base científica en algunas de las prácticas Religiosas o Espirituales como ser la Terapia Cognitiva basada en la Conciencia Plena, Terapia de Aceptación y Compromiso, entre otras.

Como se ha mencionado anteriormente, tradicionalmente el estudio y la comprensión de la psicología se ha basado en las patologías y enfermedades mentales. De esta forma, la psicología ha obtenido un amplio y reconocido cuerpo de conocimiento, lo que la llevó a poder elaborar teorías acerca del psiquismo humano, sus patologías, como también la elaboración de terapias farmacológicas (Cuadra & Florenzano, 2003). Autores contemporáneos advierten que tanto énfasis puesto por la psicología clásica, la cual estaba basada en el modelo médico (Omar et al., 2009), ha hecho que se descuide la investigación en los aspectos positivos de las personas, tales como sus fortalezas, el bienestar, la satisfacción, esperanza, felicidad, pasando inadvertidos los grandes beneficios que estos aspectos presentan en las personas (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000), pasando así a un modelo de salud, en el cual se tienen en cuenta tanto sentimientos como emociones positivas, pasando a formar parte de un lugar destacado dentro de la psicología (Almedon, 2005; Struempfer, 2006). Es decir, este cambio paradigmático busca ir más allá de la ausencia de síntomas, y que la salud mental centre sus estudios en características positivas como ser la Resiliencia, la Felicidad, la Creatividad, entre otros aspectos (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000)

Temas como el estudio de la calidad de vida, el bienestar, la felicidad, aspectos éstos entre tantos otros, concernientes a aspectos positivos en el ser humano, tienen un marcado interés en su estudio recién en la última etapa del siglo XX, momento en el cual se puede considerar que las necesidades básicas de las poblaciones ya desarrolladas, se encontraban en ese momento satisfechas, motivo por lo cual se podía trabajar sobre otros aspectos. Dado que se habla de poblaciones ya desarrolladas que difieren en demasía de aquellas en vías de desarrollo, donde muchas personas no han aún satisfecho sus necesidades básicas, cabe aclarar que estos aspectos positivos del ser humano, deben estudiarse considerándose dentro de una determinada cultura, así como también en un periodo de tiempo determinado (Ardila, 2003). Si bien la idea de Bienestar o Felicidad, intrigó durante siglos a los pensadores, su investigación sistemática ha comenzado recién luego de la Segunda Guerra Mundial, como se mencionó anteriormente. Posterior a este hito histórico, investigadores de diversas ramas científicas se interesaron en estudiar temas referidos al bienestar y la felicidad, no sólo desde la psicología, sino también desde la economía y la medicina (Cuadra & Florenzano, 2003; Cabañero Martínez et al. 2004; Vera-Villarroel, Celis-Atenas & Córdova-Rubio, 2011). Inicialmente el estudio del Bienestar Subjetivo centró sus esfuerzos en el estudio de variables demográficas, como la edad, el sexo,

escolaridad, ingresos económicos, estado civil y la salud, etc., abordándolo desde el mismo modelo metodológico utilizado en el estudio de la enfermedad. Hoy en día el interés por este tema se ha extendido tanto desde la salud mental, como desde áreas de gestión (Steel, Schmidt & Shultz, 2008), así como también para el desarrollo de determinantes sociopolíticos y macropolíticos (Blanchflower & Oswald, 2004) y para ser considerados en políticas públicas (Cornelis, 2010)

El concepto de Espiritualidad

Para comenzar a desarrollar el concepto de Espiritualidad, es necesario realizar una breve aclaración a modo de comparación entre éste concepto y el de Religión, dado que a lo largo de la historia, y dada su estrecha relación, ambos conceptos han sido confundidos, llegando algunos autores en sus investigaciones a interpretarlos como categorías que resultan redundantes o indistintas (Piedmont, 1999). Así mismo algunos autores las engloban una dentro de otra, y son quienes sostienen que la espiritualidad es un componente que se encuentra comprendido dentro del concepto de la religiosidad (Zinnbauer & Pargament, 2005). En contraposición a estas conceptualizaciones, Piedmont (1999) mantiene que la espiritualidad, lejos de encontrarse dentro de la religiosidad, es un concepto más amplio que ésta, distinguiéndose inclusive de otros conceptos similares. Siendo que la espiritualidad, para este autor, la considera como un grupo de motivaciones que subyacen las perspectivas laicas y religiosas. Esto mismo plantea Seligman (2003) cuando menciona que la Espiritualidad es una dimensión más amplia que la Religiosidad, partiendo del supuesto en que toda persona religiosa debiera ser espiritual, pero no toda persona espiritual es religiosa. Finalmente Zimbauer y Pargament (2005) quienes han observado que ambos constructos no pertenecen a categorías contrapuestas o indistintas entre sí, sino que se comportan como constructos complementarios, dado que las personas pueden considerarse como religiosas y espirituales a las vez, y a la vez como espirituales pero no religiosas.

Otra distinción entre estos dos constructos la plantean Rivera-Ledesma y Montero (2005) donde toman a la Espiritualidad como la experiencia de lo divino. En contraposición, la Religiosidad es concebida como un estadio intermedio de socialización, en el cual la persona se nutre del saber hacia dónde están orientadas sus conductas, orientación que llevan a esos creyentes en la búsqueda de una experiencia que lo contacte con lo divino. Según estos autores la Espiritualidad es de naturaleza personal, singular, dinámica y específica, trascendiendo inclusive lo biológico, psicológico y social de la vida de los sujetos. El sentimiento de integración con la vida y el mundo es la característica de este estado interno que la persona despliega en su singularidad y en un proceso posterior es donde lo logra expresar en lo social.

{PSOCIAL}

Revista de Investigación en Psicología Social
Volumen 1. | Número 2. | Año 2015
ISSN 2422-619X

Este proceso de integración se encuentra asociado al bienestar físico y mental. Por consiguiente entonces se asume a la Espiritualidad como la experiencia con lo divino.

Como se mencionó anteriormente, Rivera-Ledesma y Montero (2005), consideran que el concepto de Religiosidad se contrapone al de Espiritualidad, conceptualizando a la Religiosidad como una dimensión que se vive en lo social, siguiendo ritos, normas, comportamientos, conocimientos y valores que pautan la vida de los creyentes interesados en la búsqueda de lo divino, aunque no necesariamente en búsqueda de la experiencia de lo divino. La religiosidad a través de estos ritos, normas y comportamientos, adoctrina y congrega a las personas, dotándose de un carácter meramente directivo, ya que aporta a los creyentes de los conocimientos fundamentales para ir en búsqueda de lo divino. Dada su naturaleza social, la Religiosidad brinda a las personas de un soporte socio-cultural, cumple con el rol de contenedor de lo espiritual, de protector. Si la persona religiosa, incorpora a su personalidad, es decir a sus emociones, pensamientos y conductas, el saber que le confiere la religión a la que adhiere, y se concreta la experiencia con lo divino, es ahí donde el resultado puede ser la Espiritualidad, si el creyente no es congruente y coherente con este saber que le brinda la religión, este saber toma solamente un carácter secundario en la vida de la persona.

A su vez, existen numerosos autores que consideran que existen dos tipos de Religiosidad, una Intrínseca y otra Extrínseca. Donde a la Religiosidad Extrínseca se la describe como una orientación característicamente orientada a las normas (Allport & Ross, 1967), definiéndola de la forma en que muchos autores toman a la religiosidad sin hacer estas distinciones. Por otro lado, la Religiosidad Intrínseca es conceptualizada con la forma en que las personas interiorizan el compromiso de la creencia religiosa (Park, Meyers & Zar, 1998) y donde se asocia que un aumento en el aspecto cognitivo, permite a las personas preguntarse por sus propias creencias. Además se considera también que se vive con mayor madurez y coherencia por parte de las personas que la profesan, así como también mayor profundidad y autonomía, suponiendo que la persona es la propia fuente de motivación (Rodríguez-Fernández, 2011). Autores como McPherson (2001) entre otros, correlacionan a la Espiritualidad con la Religiosidad Intrínseca.

Habiendo aclarado esta distinción, se toma como premisa en el presente trabajo que se parte de la idea que la Espiritualidad y la Religión no son el mismo constructo. Por lo cual, se entiende que la Espiritualidad conforma un concepto más amplio que la Religiosidad, es decir, que la práctica religiosa no conduce de manera obligada a que el sujeto desarrolle Espiritualidad. Por el contrario, se considera que la Espiritualidad es un constructo que puede abarcar la práctica religiosa y en ese caso, según

Zinnbauer & Pargament (2005), ambos se complementan. Una vez esclarecido esto, se definirá desde distintas ópticas el concepto de Espiritualidad, temática la cual compete el presente trabajo.

Para Quinceno y Vinaccia (2009) la espiritualidad es conceptualizada como una búsqueda personal que dará un entendimiento a las respuestas de las últimas preguntas sobre la vida, su significado, y la relación con lo trascendente o sagrado, lo cual podría conducir o no al desarrollo de rituales religiosos. Luego de realizada su investigación, estos autores (Quinceo & Vinaccia, 2009) llegan a la conclusión que los estados a los que se arriba con prácticas de espiritualidad y religión, léase técnicas de relajación, imaginación, meditación o soporte social, favorecen a la salud física y mental y a los procesos cognitivos, tanto en los aspectos referidos a ellos mismos, con los demás y con el futuro. Por lo tanto las prácticas antes mencionadas, podrían ser utilizadas como estrategias terapéuticas en procesos psicológicos multimodales.

Mytko y Knight (1999) definen a la Espiritualidad como un conjunto de sentimientos que llevan al individuo a conectarse con sí mismo, con los otros, con el propósito de la vida o con la naturaleza en búsqueda de valor y significado, para encontrar paz y armonía. Estos autores hacen mención a la diferencia entre los constructos de Espiritualidad y Religiosidad, indicando que no son excluyentes uno del otro, que pueden solaparse o existir separadamente, siempre y cuando, cuidadosamente, se categoricen e interpreten. En esta misma línea, los autores Brady, Peterman, Fitchett, Mo y Cella (1999), amplían esta conceptualización de Espiritualidad indicando que además de las preguntas acerca de la vida, también las personas tienen la necesidad de encontrar respuestas satisfactorias acerca de la enfermedad y la muerte. Como una búsqueda de lo divino y sagrado, en el transitar de cualquier experiencia de la vida o que se encuentre en el camino (Larson, Swyers & McCullough, 1998)

En un artículo de Hers (1983), León Portilla, encuentra que la espiritualidad, en las culturas precolombinas, es entendida como la percepción de lo que trasciende lo sensorialmente perceptible, es decir, sería el sentido del misterio, indicando que en el universo existen diferentes fuentes de significado, de principios dinámicos, con las cuales, una vez descubierto su sentido profundo, el hombre puede comunicarse con ellas, más allá de lo meramente material.

Zinnbauer y Pargament (2005) conceptualizan la Espiritualidad como la búsqueda de "algo" que va más allá, de lo trascendente. Las personas espirituales tienen creencias ligadas a la energía, la divinidad, etc., y sobre la existencia de un orden en el universo que va más allá de lo humano y su pensamiento. Estas personas toman a la espiritualidad como algo positivo en sus vidas y en la de los demás.

Por último, Shanfranske define la Espiritualidad como una “dimensión trascendente de la experiencia humana descubierta en momentos en el que las preguntas individuales sobre el sentido de la existencia personal y las personas se ubican en un contexto ontológico más amplio” (Shanfranske, 1996, p 251).

La visión de Piedmont sobre la espiritualidad

Como eje conceptual de la Espiritualidad en el presente estudio, se abordará el constructo desde la conceptualización del Ralph Piedmont, quien se aboca entre otros temas a la investigación de la espiritualidad, y elabora en 2004 una escala (ASPIRES) para evaluar los sentimientos espirituales y religiosos (Piedmont, Kennedy, Sherman, Sherman & Jeg, 2008).

Piedmont (2004) sugiere que tanto el constructo Religiosidad, como el de Espiritualidad sean definidos y estudiada la relación entre ambos dentro del marco del Modelo de los Cinco Factores de la Personalidad (Five Factor Model of Personality - FFM; Costa & McCrae, 1980) ya que considera que la Espiritualidad forma parte de la personalidad, siendo el sexto factor que la integra, además de destacar la importancia del desarrollo de ambos constructos a lo largo del ciclo vital de las personas.

La Espiritualidad según Piedmont (2012), se la ha calificado como una motivación innata que orienta y guía el comportamiento humano en el esfuerzo de construir un sentido más amplio de significado personal en un contexto escatológico, comprendido como el conjunto de creencias espirituales-religiosas sobre las realidades últimas. Este mismo autor considera que más allá que la Espiritualidad en cada cultura se exprese de diferentes maneras, es un constructo universal, el cual es posible identificar bajo un aspecto general, al que el autor, Piedmont, denomina Trascendencia Espiritual (Verbit, 1970).

Teniendo en cuenta que el concepto de Trascendencia de Seligman, tiene paralelismo con el concepto de Trascendencia Espiritual de Piedmont, se observa que Seligman (2003), conceptualiza a la trascendencia como aquellas fortalezas emocionales que trascienden a las personas y las conectan con algo superior, divino y permanente, mientras que para Piedmont (2012) la Trascendencia Espiritual es conceptualizada como una motivación intrínseca e individual que guía a las personas, dentro de un contexto espiritual, a erigir un sentido personal, dando una perspectiva más amplia acerca de la vida, que lo lleva a distanciarse de su existencia inmediata, situándose fuera de esta percepción instantánea de tiempo y lugar.

Al decir que las personas crean un sentido personal, el autor se refiere a que las personas al tomar conciencia de su finitud, se plantean preguntas existenciales acerca de la vida y la muerte, construyendo

a partir de las respuestas a estas preguntas un sentido coherente que las guían a formas de comportarse en base a estas respuestas. Por ejemplo, algunas personas viven su vida en base a las demandas y necesidades del aquí y ahora, mientras que otras personas la viven teniendo en cuenta que forman parte de una vía ontológica eterna, donde las relaciones con otras personas se dan tanto en el aquí y ahora como con personas que ya no se encuentran en este plano físico (Piedmont, 2012). En este sentido de la Trascendencia Espiritual, las personas encuentran un vínculo con las demás personas que ni siquiera la muerte puede cortar, y observan que entre las diferentes cosas de la naturaleza existe una unidad fundamental (Piedmont, 2007).

Al conceptualizar la Trascendencia Espiritual, Piedmont (1999) identifica tres componentes que la conforman, estos son: Universalidad, Conectividad, Cumplimiento con la Oración, y menciona la existencia de otras facetas de la Trascendencia Espiritual que debieran ser exploradas, además de estos tres componentes principales, entre las cuales se hallan: el evitar hacer juicios de valor, aceptando la vida y a los otros; la habilidad para vivir con las contradicciones e inconsistencias de la vida; el deseo de estar en el momento presente, abrazando la experiencias que ofrecen la oportunidad de crecimiento; la sensación de gratitud hacia las diversas experiencias de la vida, maravillándose de estas; entre otros.

Bienestar subjetivo

Es complejo el intento de relacionar ambas variables dada la cantidad de conceptualizaciones encontradas sobre los constructos, especialmente sobre la Espiritualidad (McPherson, 2001). Sin embargo, una investigación muestra que podría existir una relación indirecta en la Espiritualidad y el Bienestar Subjetivo, ya que se puede observar la correlación positiva entre la Religiosidad Intrínseca y algunos de los indicadores del Bienestar Psicológico, los cuales han demostrado influir en el Bienestar Subjetivo (Blaine & Crocker, 1995; Ventis, 1995). A su vez, Rodríguez Fernández (2011) considera que tanto la Religiosidad como la Espiritualidad dan una orientación positiva en la vida de las personas, ya que favorecen a actitudes introspectivas, proporcionan esperanza, sentido a sus vidas.

Existen otros estudios que han encontrado relación entre la Religiosidad Intrínseca con mayores valores en Autoestima, mayor Satisfacción con la Vida, y Sentido de la Vida. Entre esos estudios que toman de esta manera la Religión se encuentra que las personas más religiosas tenían una más rápida recuperación de la depresión; los enfermos oncológicos tienen menores deseos de muerte, hay mayor Bienestar Subjetivo en la población en general, y el impacto de eventos traumáticos o estresantes era menor. Se observó también que aspectos de la religiosidad se asocian positivamente con la Satisfacción

{PSOCIAL}

Revista de Investigación en Psicología Social
Volumen 1. | Número 2. | Año 2015
ISSN 2422-619X

con la Vida, incluso en aquellos estudios en los que se controla por ejemplo los efectos de variables demográficas (Ellison, Gays & Glass, 1989).

Otra relación que se encuentra es en las investigaciones que llevó a cabo Westgate (1996) que menciona el vínculo existente entre “la falta de Espiritualidad y niveles más bajos de Salud Mental, cuando la persona opera desde un sistema de valores intrínsecos que guían la vida y las decisiones” (McPherson, 2001, pág. 11). Por otro lado, y teniendo en cuenta que la Espiritualidad ayuda a las personas a encontrar profundos significados en las experiencias de su vida, la espiritualidad conforma un mapa de valores, donde las personas pueden discriminar lo que es importante de lo que no lo es, acompañando a las personas a tener actitudes y sentimientos más positivos y constructivos ante la vida (Rodríguez-Fernández, 2011).

Se encontró que prácticas espirituales como la oración o la meditación, que se encuentran comprendidas en el Cumplimiento de la oración, el cual es un componente de la Trascendencia Espiritual (Piedmont, 1999), colaboran a tener un mayor Bienestar Psicológico, paz interior, a encontrarse con uno mismo y a buscar la trascendencia. Estas prácticas además favorecen con frecuencia a la sensación de emociones positivas como mayor autoestima, compasión y sentimientos de esperanza (Rodríguez-Fernández, 2011).

Por último, mientras que hay estudios que demuestran una significativa relación entre la Espiritualidad y el Bienestar Subjetivo, hay otros que evidencian que la Espiritualidad no contribuye al Bienestar Subjetivo, es así el caso de Fraid (1995) que comparó un grupo de personas mayores con un grupo de estudiantes universitarios, siendo que el primer grupo mostró mayores niveles de Espiritualidad que el grupo de estudiantes universitarios. Aunque en ambos grupos no hubo diferencias significativas en los niveles evidenciados de Bienestar Subjetivo, que se encontraban en un rango normal.

Enfoque de relación desde el modelo de Ralph Piedmont

Según Piedmont (1999) la Espiritualidad ha comenzado a tener un papel importante y la conceptualiza comprendida desde la teoría de los Cinco Factores de Personalidad, como un sexto factor, ya que la Espiritualidad es relevante en cuanto al análisis y comprensión de la Calidad de Vida, aportando significado a sus vidas y posibilitando a las personas a que se conecten con un propósito mayor. Para este autor, la Espiritualidad, es el constructo que mayor impacto tiene en la Calidad de Vida (Piedmont, 2007). Calidad de Vida entendida desde la conceptualización de la Organización Mundial de la Salud (OMS), quien la define como la “percepción del individuo de su posición en la vida, en el contexto de su

{PSOCIAL}

Revista de Investigación en Psicología Social
Volumen 1. | Número 2. | Año 2015
ISSN 2422-619X

cultura y el sistema de valores en el marco del que vive en relación con sus objetivos, expectativas, estándares y preocupaciones” (Simkin & Cermesoni, 2014, pág. 2).

Continuando con Piedmont (1999, 2001) la Espiritualidad o Trascendencia Espiritual, es la capacidad del ser humano de darse cuenta, cada persona en diversos grados, de la existencia de un significado que va más allá del pensamiento humano y propósito de la vida. Es a partir de la Espiritualidad que las personas le dan un sentido a sus vidas. Algunos autores toman esto como un factor central de la constitución y organización de la Personalidad, y es por ello que consideran que la Espiritualidad está relacionado con la satisfacción de las personas con sus vidas y la diversidad de constructos que se relacionan con la calidad de vida.

En 2004, Piedmont observó que ciertas características que presentan las personas espirituales, habían sido relacionadas con una apreciación de una mejor calidad de vida. Estas características están relacionadas al marco temporal que las personas utilizan para poder entender su vida, en cuanto a las preguntas existenciales. Eventos a corto plazo, las personas responden a las demandas y necesidades del aquí y ahora, percibiendo su vida dentro del contexto en el que viven. Eventos en un mediano plazo, las personas se vinculan emocionalmente con personas de su propia generación y de las que le siguen. Mientras que las personas que se consideran como parte de un continuum infinito, toman responsabilidad tanto para las personas con las que se relacionan en el aquí y ahora como con las personas que ya no se encuentran vivas. Estas personas que presentan altos valores de trascendencia Espiritual tienen una visión de la vida más holística, donde todo está interconectado, ésta es una perspectiva a diferencia de las anteriores, a largo plazo, lo que permite que las personas perciban la unidad con todas los elementos de la naturaleza, así como también sincronicidad en sus vidas, por lo que asumen un verdadero compromiso con los demás (Piedmont 2001).

Relaciones entre espiritualidad y Bienestar subjetivo

Es complejo el intento de relacionar ambas variables dada la cantidad de conceptualizaciones encontradas sobre los constructos, especialmente sobre la Espiritualidad (McPherson, 2001). Sin embargo, una investigación muestra que podría existir una relación indirecta en la Espiritualidad y el Bienestar Subjetivo, ya que se puede observar la correlación positiva entre la Religiosidad Intrínseca y algunos de los indicadores del Bienestar Psicológico, los cuales han demostrado influir en el Bienestar Subjetivo (Blaine & Crocker, 1995; Ventis, 1995). A su vez, Rodríguez Fernández (2011) considera que

tanto la Religiosidad como la Espiritualidad dan una orientación positiva en la vida de las personas, ya que favorecen a actitudes introspectivas, proporcionan esperanza, sentido a sus vidas.

Existen otros estudios que han encontrado relación entre la Religiosidad Intrínseca con mayores valores en Autoestima, mayor Satisfacción con la Vida, y Sentido de la Vida. Entre esos estudios que toman de esta manera la Religión se encuentra que las personas más religiosas tenían una más rápida recuperación de la depresión; los enfermos oncológicos tienen menores deseos de muerte, hay mayor Bienestar Subjetivo en la población en general, y el impacto de eventos traumáticos o estresantes era menor. Se observó también que aspectos de la religiosidad se asocian positivamente con la Satisfacción con la Vida, incluso en aquellos estudios en los que se controla por ejemplo los efectos de variables demográficas (Ellison, Gays & Glass, 1989).

Otra relación que se encuentra es en las investigaciones que llevó a cabo Westgate (1996) que menciona el vínculo existente entre “la falta de Espiritualidad y niveles más bajos de Salud Mental, cuando la persona opera desde un sistema de valores intrínsecos que guían la vida y las decisiones” (McPherson, 2001, pág. 11). Por otro lado, y teniendo en cuenta que la Espiritualidad ayuda a las personas a encontrar profundos significados en las experiencias de su vida, la espiritualidad conforma un mapa de valores, donde las personas pueden discriminar lo que es importante de lo que no lo es, acompañando a las personas a tener actitudes y sentimientos más positivos y constructivos ante la vida (Rodríguez-Fernández, 2011).

Se encontró que prácticas espirituales como la oración o la meditación, que se encuentran comprendidas en el Cumplimiento de la oración, el cual es un componente de la Trascendencia Espiritual (Piedmont, 1999), colaboran a tener un mayor Bienestar Psicológico, paz interior, a encontrarse con uno mismo y a buscar la trascendencia. Estas prácticas además favorecen con frecuencia a la sensación de emociones positivas como mayor autoestima, compasión y sentimientos de esperanza (Rodríguez-Fernández, 2011).

Por último, mientras que hay estudios que demuestran una significativa relación entre la Espiritualidad y el Bienestar Subjetivo, hay otros que evidencian que la Espiritualidad no contribuye al Bienestar Subjetivo, es así el caso de Fraid (1995) que comparó un grupo de personas mayores con un grupo de estudiantes universitarios, siendo que el primer grupo mostró mayores niveles de Espiritualidad que el grupo de estudiantes universitarios. Aunque en ambos grupos no hubo diferencias significativas en los niveles evidenciados de Bienestar Subjetivo, que se encontraban en un rango normal.

Discusión y conclusiones

Desde sus comienzos, a lo largo de toda la humanidad, tanto la Espiritualidad como la Religiosidad han sido ampliamente estudiadas, incursionando en las ciencias del comportamiento desde principios del siglo XX, donde encontraron el auge de su estudio a mediados de ese siglo. La mayor dificultad con la que se encontraron los académicos fue la de definir ambos constructos de manera unificada, dado que a la actualidad aún no existe un consenso para definirlos, habiendo infinidad de diferentes conceptualizaciones. Por lo tanto a la hora de investigar acerca de esta temática es importante definir y/o diferenciar en cada teorización.

A fines del siglo XX, unas décadas posteriores al auge del estudio de la Espiritualidad y la Religiosidad, comienza a investigarse la Calidad de Vida, el Bienestar y otros aspectos positivos en el Ser humano, una vez que las necesidades básicas del ser humano pudieron ser satisfechas. Desde las primeras aproximaciones a la actualidad, estos conceptos han ido modificándose, desde aspectos externos como ser una persona bien educada, casada, etc., hasta llegar a enfocarse en los aspectos subyacentes del bienestar.

Dado el amplio estudio de la Espiritualidad, tanto en los ámbitos médicos, sociales como educativos, etc., queda confirmada su relación con el Bienestar Subjetivo de las personas en los diferentes ámbitos estudiados. Es menester de los investigadores latinos el ampliar las investigaciones en este contexto cultural, ya que como se mencionó en apartados anteriores, la mayoría de las investigaciones en este ámbito se dieron en la cultura anglosajona.

Referencias

- Almedom, A. M. (2005). Resilience, hardiness, sense of coherence, and posttraumatic growth. All paths leading to "light at the end of the tunnel"? *Journal of Loss & Trauma*, 10 (3), p. 253-265.
- Allport, G.W., & Ross, J.M. (1967). Personal religious orientation and prejudice. *Journal of Personality and Social Psychology*, 5, p. 432-443.
- Ardila, R. (2003). Calidad de vida: Una definición integradora. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 35 (2), p. 161-164
- Atienza, F. L., Pons, D., Balaguer, I. & García Marisa, M. (2000). Propiedades Psicométricas de la Escala de Satisfacción con la Vida en Adolescentes. *Psicothema*, 12 (2), p. 314-319

{PSOCIAL}

Revista de Investigación en Psicología Social
Volumen 1. | Número 2. | Año 2015
ISSN 2422-619X

- Bartlett, S. J., Piedmont, R. Bilderback, A., Matsumoto, A. K. & Bathon, J. M. (2003). Spirituality, Well-Being, and Quality of Life in People With Rheumatoid Arthritis. *Arthritis Care & Research*, 49 (6), p. 778, 783.
- Blaine, B., & Crocker, J. (1995). Religiousness, race, and psychological well-being: Exploring social psychological mediators. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 21, p. 1031-1041.
- Blanchflower, D. G., & Oswald, A. (2004). Money, sex and happiness: An empirical study. *Scandinavian Journal of Economics*, 106, p. 393-415
- Brady, M.J., Peterman, A.H., Fitchett, G., Mo, M. y Cella, D. (1999). A case for including spirituality in quality of life measurement in oncology. *Psychooncology*, 8 (5), p. 417-428
- Cabañero Martínez, M. J., Martínez, M. R., Cabrero García, J., Orts Cortés, M. I., Reig Ferrer, A., & Tosal Herrero, B. (2004). Fiabilidad y validez en la Escala de Satisfacción con la Vida de Diener en una muestra de mujeres embarazadas y puérperas. *Psicothema*, 16 (3), p. 448-455
- Chamberlain, K. (1988). On the structures of well-being. *Social Indicators Research*, 20, p. 581-604
- Clark, L. A., Watson, D. & Mineka. S. (2000). Temperament, personality, and the mood and anxiety disorders. *Journal Abnormal Psychology*, 103, p. 103-116.
- Cook, C.C., Powel, A. (2013). Spirituality is not bad for our mental health. *The British Journal of Psychiatry*, 202 (5), p. 385-386.
- Cornelis, J. (2010). Happiness, economics and public policy: A critique review article on Happiness, economics and public policy. En H. Johns & P. Ormerod (eds), *The Institute of Economic Affairs, Journal Happiness Study*, 1, p. 125-130.
- Costa, P.T., McCrae, R. R. (1980). Still stable after these years: personality as a key to some issues in adulthood and old age. En Baltes P.B. & Brim O.G. Editores. *Life span development and behavior*. (3rd. ed.) p. 65-102. New York: Academic Press.
- Csikszentmihalyi, M. (1999). If we are so rich, why aren't we happy? *American Psychologist*, 54 (10), p. 821-827
- Cuadra, H., Florenzano, R. (2003). El Bienestar Subjetivo: Hacia una Psicología Positiva. *Revista de Psicología de la Universidad de Chile*, 12 (1), p. 83-96
- DeNeve, K. & Cooper, H. (1998). The happy personality: a meta-analysis of 137 personality traits and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 124 (2), p. 197-229.
- Díaz Llanes, G. (2001). El bienestar subjetivo. Actualidad y perspectivas. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 17 (6) Versión on-line
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55, p. 34-43

- Diener, E. & Diener, M. (1995). Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, p. 653-663.
- Diener, E., Diener, M. & Diener, C. (1995) Factors predicting the subjective well-being of nations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, p. 851-864
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49 (1), p. 71-75
- Diener, E. & Lucas, R. E. (1999). Personality and subjective well-being. *The foundations of hedonic psychology*. Citado en: Cabañero Martínez, M. J., Martínez, M. R., Cabrero García, J., Orts Cortés, M. I., Reig Ferrer, A., & Tosal Herrero, B. (2004). Fiabilidad y validez en la Escala de Satisfacción con la Vida de Diener en una muestra de mujeres embarazadas y puérperas. *Psicothema*, 16 (3), p. 448-455
- Diener, E., Oishi, S., Lucas, R. (2009). 17 Subjective well-being: The Science of Happiness and Life Satisfaction. Citado en: Sneyder, C. & Lopez, S. (Ed.). *Oxford Handbook of Positive Psychology*, p. 187-194
- Diener, E. & Suh, E. (1998). Age and subjective well-being: an international analysis. *Ann Rev Gerontol Geriatr*, 17, p. 24-41.
- Diener, E.; Suh, E. M.; Lucas, R. E.; Smith, H. L. (1999). Subjective well-being. Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125 (2), p. 276-302
- Ellison, C.G., Gay, D.A., & Glass, T.A. (1989). Does religious commitment contribute to individual life satisfaction? *Social Forces*, 68, p. 100-123.
- Fraid, R. (1995). Spirituality and Quality of Life. Unpublished Honours Thesis, Deakin University, Melbourne.
- Galen, L. W. (2009). Profile of the godless. Results of a survey of the non-religious. *Free Inq*, 29 (5), p. 41-45.
- García Viniegras, C. R. V. & González Benítez, I. (2000). La categoría bienestar psicológico. Su relación con otras categorías sociales. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 16 (6), p. 586-592
- Gargurevich, R. (2010). Propiedades psicométricas de la versión internacional de la Escala de Afecto Positivo y Negativo-forma corta (I-Spanas SF) en estudiantes universitarios. *Revista Persona*, p. 31-42
- Gorsuch, R. L. (1984). Measurement: The boon and bane of investigating religion. *American psychologist*, 39 (3), p. 228-236.
- Hers, M. A. (1983). Pre Columbian Art. de Lee A. Parsons. *In Anales del Instituto de Investigaciones Estéticas*, 13 (52), p. 290

- Jaramillo, D., Ospina D, Cabarcas, G., y Humphreys J. (2005). Resiliencia, espiritualidad, aflicción y tácticas de resolución de conflictos en mujeres maltratadas. *Salud pública*, 7 (3), p. 281-292.
- King, M., Marston, L., McManus, S., Brugha, T., Meltzer, H., & Bebbington, P. (2013). Religion, spirituality and mental health: results from a national study of English households. *The British Journal of Psychiatry*, 202 (1), p. 68-73.
- Korman, G. P., Garay, C.J. (2012). El modelo de Terapia Cognitiva Basada en la Conciencia Plena (mindfulness). *Revista Argentina de clínica psicológica*, 21 (1), p. 5-13.
- Korman, G., Sarudiansky, M., Rosales, G., Simkin, H., Schinelli, F, Pino, G., Cermesoni, D., Etchevers, M. & Garay. C. (2011). Psicología, psiquiatría y religiosidad. Exploración de profesionales de la salud mental en el área metropolitana de Buenos Aires, Argentina. *Revista Fundamentos en Humanidades*, 12 (23), p. 199-212.
- Larson, D.B., Swyers, J.P., McCullough, M.E. (Eds.) (1998) Scientific research on spirituality and health: A consensus report. National Institute for Healthcare Research, Rockville.
- Lance Coleman, C. & Holzemer, W. L. (1999). Spirituality, Psychological Well-Being, and HIV Symptoms for African Americans Living With HIV Disease [En línea] *Journal of the Association of Nurses in AIDS Care*, 10 (1), p. 42-50. Resúmen de ScienceDirect.
- Meraviglia, M. G. (2004) The Effects of Spirituality on Well-Being of People With Lung Cancer [En línea] *Oncology Nursing Society*, 31 (1), p. 89-94. Resúmen de Oncology Nursing Society.
- McPherson, W. (2001). Spirituality and well-being. *A study submitted in partial fulfilment for the requirements for the Bachelor of Applied Science (Psychology) (Honours)*. Melbourne: Deakin University.
- Mytko, J.J. y Knight, S.J. (1999). Body, mind and spirit: towards the integration of religiosity and spirituality in cancer quality of life research. *Psychooncology*, 8 (5), p. 439-450
- Omar, A., Paris, L., Aguiar de Souza, M., Almeida da Silva, S. H., Pino Peña, R., (2009). Validación del inventario de bienestar subjetivo con muestras de jóvenes y adolescentes Argentinos, Brasileños y Mexicanos. *Suma psicológica*, 16 (2), p. 69-84
- Park, J.H., Meyers, L.S., & Czar, G.C. (1998). Religiosity and spirituality: An exploratory analysis using the CPI 3-Vector model. *Journal of Social Behavior and Personality*, 13, p. 541-552
- Pavot, W., & Diener. E., (1993). The affective and cognitive contest of self reports measures of subjective well-being. *Social Indicators Research*, 70 (2), p. 340-354.
- Pavot, W., Diener, E., Colvin, C.R., y Sandvik, E. (1991). Further validation of the Satisfaction With Life Scale: Evidence for the cross-method convergence of well-being. *Social Indicators Research*, 28, p. 1-20

- Piedmont, R. L. (1999). Does Spirituality Represent the Sixth Factor of Personality? Spiritual Transcendence and the Five-Factor Model. *Journal of Personality*, 67, p. 985-1013.
- Piedmont, R. L. (2001). Spiritual transcendence and the scientific study of spirituality. *Journal of Rehabilitation*, 67, p. 4-14.
- Piedmont, R. L. (2004a). Assessment of spirituality and religious sentiments, technical manual. Baltimore.
- Piedmont, R. L. (2004b). Spiritual transcendence as a predictor of psychosocial outcome from an outpatient substance abuse program. *Psychology of Addictive Behaviors*, 18 (3), p. 213-222.
- Piedmont, R. L. (2007). Cross-cultural generalizability of the Spiritual Transcendence Scale to the Philippines: Spirituality as a human universal. *Mental Health, Religion & Culture*, 10 (2), p. 89-107.
- Piedmont, R. L. & Friedman, P. H. (2012). Spirituality, Religiosity, and Subjective Quality of Life. In *Handbook of social indicators and quality of life research*, p. 313-329. Springer Netherlands.
- Piedmont, R.L., Kennedy, C., Sherman, M. F., Sherman, N. C., Williams, J. E. G. (2008). A psychometric evaluation of the Assessment of Spirituality and Religious Sentiments (ASPIRES) Scale: Short form. *Research in the Social Scientific Study of Religion*, 19 (2), p. 163-181.
- Piedmont, R.L., & Leach, M. M. (2002). Cross-Cultural Generalizability of the Spiritual Transcendence Scale in India Spirituality as Universal Aspect on Human Experience. *American Behavioral Scientist*, 45 (12), p. 1888-1901.
- Quinceo, J. M., & Vinacaccia, S. (2009). La salud en el marco de la psicología de la religión y la espiritualidad. *Perspect. Psicol.* 5 (2), p 321-336
- Reed, P. G. (2007) *Spirituality and well-being in terminally ill hospitalized adults*. [En línea] Research in Nursing & Health, 10 (5), p. 335-344. Resumen de Wiley Online Library.
- Rivera Ledesma, A., Montero, M. (2005). Espiritualidad y Religiosidad en adultos mayores Mexicanos. *Medigraphic Artemisa*, 28 (6), p. 51-58
- Robles, R., Páez, F. (2003). Estudio sobre la traducción al español y las propiedades psicométricas de las escalas de Afecto Positivo y Negativo. *Salud Mental*, 26 (1), p. 69-75
- Rodríguez Fernández, M. I. (2011) ¿Es la espiritualidad una fuente de salud mental o de psicopatología? *Revista Psiquiatría.com*, p. 1-19
- Rodríguez Rossi, R. (2008). La investigación de las relaciones entre religión y procesos de salud-enfermedad: abordajes y algunos resultados empíricos. *Investigación en Salud*, 10 (1), p. 51-56.
- San Martin Barra, E. (2012). *Resiliencia y Espiritualidad en situaciones de crisis familiar*. Tesis de maestría no publicada, Universidad de Bio Bio, Chillan, Chile.

- Sánchez Aragon, R., Retana Franco, B. E., y Carrasco Chávez, E. (2008). Evaluación Psicológica del Entendimiento Emocional: Diferencias y Similitudes entre Hombres y Mujeres. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica*, 29, p. 193-216.
- Sandín, B., Chorot, P., Lostao, L., Joiner, T. E., Santed, M. & Valiente, R. M. (1999). Escalas PANAS de afecto positivo y negativo: Validación factorial y convergencia transcultural. *Psicothema*, 11 (1), p. 37-51
- Schimmack, U. & Diener, E. (2002). Predictive Validity of Explicit and Implicit Self-esteem for Subjective Well-being. *Journal of Research in Personality*, 37 (2), p. 100-106
- Seligman, M. (2003). La auténtica felicidad. Vergara, Barcelona (ediciones).
- Seligman, M. & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology. An Introduction. *American Psychologist*, 55 (1), p. 5-14
- Shafranske, E.P. (1996). *Religion and the clinical practice of psychology*. Washington: American Psychological Association.
- Simkin, H. (2013). Adaptación y Validación de la Escala de Evaluación de Sentimientos Espirituales y Religiosos (ASPIRES) en el contexto Argentino V Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología, XX Jornadas de Investigación y Noveno Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología de la Universidad de Buenos Aires. C.A.B.A: Argentina. ISSN: 1667-6750.
- Simkin, H. & Cermesoni, D. (2014). Factores de la Personalidad, Espiritualidad su relación con la Calidad de Vida. *Revista Calidad de Vida (UFLO)* [En prensa]
- Simkin, H., Etchezahar, E. (2013). las orientaciones religiosas Extrínseca e Intrínseca: Validación de la "Age Universal" IE Scale en el Contexto Argentino. *PSYKHE*, 22 (1), p. 97-106
- Slater W. & Hall TW, E. K. J. (2002). Measuring religion and spirituality: where are we and where are we going? *Journal Psychol Theology*, 29, p. 4-31.
- Steel, P., Schmidt, J., & Shultz, J. (2008). Refining the relationship between personality and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 134 (1), p. 138-161.
- Struempfer, D. F. W. (1995). The origins of health and strength: from "salutogenesis" to "fortigenesis". *South African Journal of Psychology*, 25 (2) p. 81-89.
- Van Belzen, J. A. (2006). Cultural psychology of religion: perspectives, challenges, possibilities. *Religione: Cultura, mente e cervello. Nuove prospettive in psicologia della religione*. p. 22-57.
- Ventis, W.L. (1995). The relationships between religion and mental health. *Journal of Social Issues*, 51, p. 33-48.

- Vera-Villaruel, P., Celis-Atenas, K., Córdova-Rubio, N. (2011). Evaluación de la Felicidad: Análisis Psicométrico de la Escala de Felicidad Subjetiva en Población Chilena. *Terapia Psicológica*, 29 (1), p. 127-133
- Verbit, M. F. (1970). The components and dimensions of religious behavior: Toward a reconceptualization of religiosity. *American mosaic*, 24, 39.
- Volker, G. (2006). Filosofía de la Psicología. Barcelona: Herder.
- Warr, P. B., Barter, J. & Brownbridge, G. (1983): On the independence of positive and negative affect. *Revista de Personalidad y Psicología Social*, 44 (3), p. 644-651.
- Westgate, C.E. (1996). Spiritual wellness and depression. *Journal of Counseling and Development*, 75, p. 26-35
- Wilson, W (1967). Correlates of avowed happiness. Citado en: Cuadra, H., Florenzano, R. (2003). El Bienestar Subjetivo: Hacia una Psicología Positiva. *Revista de Psicología de la Universidad de Chile*, 12 (1), p. 83-96
- Woyciekoski, C., Stenert, F., Hutz, C. S. (2012). Determinantes do Bem-Estar Subjetivo. *Psico*, 43 (3), p. 280-288
- Zinnbauer, B.J. & Pargament, K.I. (2005). Religiousness and Spirituality. En R.F. Paloutzian y C.L. Park (Eds.), *Handbook of the Psychology of Religion and Spirituality*. Nueva York: The Guilford Press, 67 (6), p. 889–919.