

Resiliencia y satisfacción con la vida en adolescentes según nivel de espiritualidad

Caccia, Paula Agustina; Elgier, Angel Manuel

 Paula Agustina Caccia

paula.caccia@uai.edu.ar

Facultad de Psicología y Relaciones Humanas,
Universidad Abierta Interamericana, Argentina
Instituto de Investigaciones, Facultad de Psicología,
Universidad de Buenos Aires, Argentina
Laboratorio de Cognición y Políticas Públicas,
Argentina

 Angel Manuel Elgier

angel.elgier@uai.edu.ar

Facultad de Psicología y Relaciones Humanas,
Universidad Abierta Interamericana, Argentina
Instituto de Investigaciones, Facultad de Psicología,
Universidad de Buenos Aires, Argentina
Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y
Técnicas, Argentina
Laboratorio de Cognición y Políticas Públicas,
Argentina

PSOCIAL

Universidad de Buenos Aires, Argentina

ISSN-e: 2422-619X

Periodicidad: Semestral

vol. 6, núm. 2, 2020

psocial@sociales.uba.ar

Recepción: 17 Junio 2020

Aprobación: 17 Noviembre 2020

URL: <http://portal.amelica.org/ameli/journal/123/1231854006/>

Resumen: La presente investigación tuvo como objetivo evaluar la asociación entre Satisfacción con la Vida (SLV), Resiliencia y Espiritualidad, en una muestra de adolescentes de Buenos Aires. La Espiritualidad se entiende como una forma de ser, experimentar y actuar que surge del reconocimiento de una dimensión trascendental, caracterizada por ciertos valores identificables sobre uno mismo, los demás, la naturaleza y la vida, para algunos puede incluir todo lo que se refiere a un Yo superior (Girard, 2007). Se trató de un diseño no experimental, transversal, descriptivo y correlacional. Se utilizó el Cuestionario de Espiritualidad (Díaz et al., 2012), la Escala de Resiliencia (Rodríguez et al., 2009) y la Escala de Satisfacción con la Vida adaptada para adolescentes (Atienza et al., 2000). La muestra estuvo conformada por 188 sujetos entre 13 y 19 años ($M = 15.37$, $Ds = 1.39$) de ambos sexos (Femenino = 125, Masculino = 65), residentes de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires y Gran Buenos Aires. Los resultados muestran que la Resiliencia y la SLV se relacionan significativa y directamente con la Espiritualidad, es decir, a mayor nivel de esta variable en adolescentes se asocian mayores niveles de Resiliencia y SLV.

Palabras clave: Adolescencia, Espiritualidad, Resiliencia, Satisfacción con la Vida.

Abstract: The present research aimed to evaluate the association between Satisfaction with Life (SLV), Resilience, and Spirituality, in a sample of adolescents from Buenos Aires. The Spirituality is understood as a way of being, experiencing, and acting that arises from the recognition of a transcendental dimension, characterized by certain identifiable values concerning oneself, others, nature, and life, for some it can include everything that is referred to a Higher Self (Girard, 2007). It was a non-experimental, cross-sectional, descriptive, and correlational design. The Spirituality Questionnaire (Díaz et al., 2012), the Resilience Scale (Rodríguez et al., 2009) and the Satisfaction with Life Scale adapted for adolescents (Atienza et al., 2000) were used. The sample consisted of 188 subjects between 13 and 19 years of age ($M = 15.37$, $Ds = 1.39$) of both genders (Female = 125, Male = 65), residents of the Ciudad Autónoma de Buenos Aires and Gran Buenos Aires. The results show that Resilience and SLV are significantly and directly related to Spirituality, that is, at a higher level of this variable in adolescents, higher levels of Resilience and SLV are associated.

Keywords: Adolescence, Spirituality, Resilience, Satisfaction with Life.

INTRODUCCIÓN

En la adolescencia, definida por la Organización Mundial de la Salud como el período comprendido entre 10 y 19 años, que marca la transición de la infancia al estado adulto, la resiliencia funciona como un factor protector cuando perciben que no pueden enfrentar sus problemas de forma eficaz (Vinaccia et al., 2007).

En este sentido, la Resiliencia es un aspecto de gran importancia en el transcurso vital, tal como afirman Fernández et al., (2016), quienes hallaron que los adolescentes resilientes muestran determinadas características que ayudan a superar los riesgos de esta etapa de transición. Diversos autores definen a la Resiliencia como el afrontamiento exitoso de las experiencias traumáticas, al proceso de superar los efectos negativos que conlleva la exposición al riesgo y la evitación de las trayectorias negativas que se asocian con el riesgo (Fergus & Zimmerman, 2005; Lévano, 2009; Luthar & Cicchetti, 2000; Rutter, 1999; Trujillo 2006).

Las personas que tienen estrategias resilientes estarían encaminadas a creer en sus propias habilidades para afrontar situaciones adversas, aspecto que traducirían en una mayor sensación de bienestar y Satisfacción con la Vida (Cejudo et al., 2016; Limonero et al., 2012). A esta última variable se la define como el grado en que una persona evalúa la calidad global de su vida en conjunto de forma positiva, y es interpretada como un subcomponente cognitivo del constructo de bienestar subjetivo, que junto con los afectos positivos y negativos, conformarían una unidad emocional (Estevez et.al, 2008; Diener, 1984; Pavot & Diener; 1993; Veenhoven, 1994).

Analizando la importancia de la espiritualidad, definida por Zinnbauer y Pargament (2005) como la búsqueda de algo que va más allá, de algo trascendente, Rodríguez et al., (2011) explican que en la niñez, adolescencia y juventud, actuaría como un amortiguador del impacto de situaciones adversas, favoreciendo el sano desarrollo de la personalidad durante el tránsito a la vida adulta, en un marco de relativa estabilidad emocional, sin la cual serían más propensos que los adultos a presentar diversos trastornos. A su vez, motiva y permite la búsqueda de trascendencia, propósito y sentido de vivir, favoreciendo el desarrollo de la resiliencia.

Así, conformando a la espiritualidad como una estrategia de afrontamiento, Quiceno y Vinaccia (2009) sostienen que puede ayudar a la gente a confrontar las enfermedades crónicas en el tiempo y, consecuentemente, mejorar la calidad de vida, brindar bienestar psicológico, felicidad, emociones positivas, disminuir los niveles de ansiedad, depresión y los comportamientos adictivos y suicidas. Estos autores afirman que la relación mente-cuerpo que posibilitan técnicas espirituales como la meditación y yoga, ayuda en última instancia al autoconocimiento, a una mejor adhesión a los tratamientos, mejores estilos de vida saludables y una favorable calidad de vida en general, lo que implica que puedan ser empleadas como estrategias terapéuticas en procedimientos psicológicos multimodales. Esto evidencia la importancia de la promoción y profundización de herramientas prácticas vinculadas a la espiritualidad.

Como descubrieron los autores previamente mencionados, un oportuno desarrollo de actitudes espirituales y una pronta educación en valores y en principios trascendentales para el individuo como el amor, respeto y la solidaridad, sería tal vez la mejor manera de forjar personalidades fuertes y resilientes ante las dificultades que podrían acontecer a lo largo de la vida, esto ayudaría a conformar una sociedad más funcional, positiva y capaz de sobreponerse a las adversidades. Salgado (2014) sostiene que la espiritualidad sirve de apoyo emocional y social, promueve valores prosociales, contribuye a una mejor salud física y psicológica, ayuda a la prevención, acelera la recuperación y promueve la tolerancia frente al padecimiento de enfermedades.

Giménez et al. (2010) sostienen que históricamente el adolescente no fue evaluado en sus aspectos positivos. En este sentido, Noguera (2015) afirma que es necesario ampliar las investigaciones en un contexto cultural latinoamericano, ya que la mayoría de las investigaciones en este ámbito se dieron en la cultura anglosajona. Sostiene que es aún más importante, poder observar si se establecen relaciones y de qué tipo entre Espiritualidad y Bienestar.

Por lo tanto, esta investigación aporta datos que ayudan a llenar dicho vacío de conocimiento, colaborando en el cambio que en las últimas décadas ha comenzado a desarrollarse en la psicología, enfocándose en los aspectos positivos de la persona.

Es por lo mencionado que el presente estudio tuvo como objetivo evaluar la asociación de la Espiritualidad con la Resiliencia y Satisfacción con la Vida en adolescentes de Gran Buenos y Capital Federal. Se espera hallar una relación significativa positiva entre las variables.

MÉTODO

Diseño

No experimental, posee un alcance correlacional y utiliza una metodología cuantitativa de corte transversal. El muestreo es no probabilístico, intencional, se seleccionan casos o unidades por uno o varios propósitos (Sampieri et al., 2014).

Participantes

La muestra estuvo conformada por 188 adolescentes de entre 13 y 19 años de edad ($x=15.37$, $DE=1.39$) de ambos géneros (Femenino=125, Masculino=65), residentes en GBA ($n=179$) y Capital Federal ($n=9$). Como criterio de inclusión se tuvo en cuenta la edad (entre 13 y 19 años). No se contemplaron criterios de exclusión.

Instrumentos

Cuestionario sociodemográfico

Se indaga la edad, género y lugar de residencia del participante.

Escala de Resiliencia

Wagnild y Young (1993) desarrollaron dicho instrumento para medir la capacidad de Resiliencia de un sujeto. La misma fue adaptada al español y validada en Argentina por Rodríguez et al., (2009) con un Alfa de Cronbach de .72.

Está conformada por 25 afirmaciones y consta de tres dimensiones: a) capacidad de autoeficacia (ítems 1 al 15); b) capacidad de propósito y sentido de vida (ítems 16 al 20) y c) evitación cognitiva (ítems 21 al 25). Mientras que las dos primeras dimensiones refieren a atributos, capacidades, habilidades o actitudes positivas necesarias para el afrontamiento eficaz de situaciones traumáticas, la tercera alude a un mecanismo de defensa protector del impacto del hecho traumático y que tiende a favorecer el autocontrol del sujeto.

El participante deberá responder frente a cada una de las afirmaciones que se enuncian en función de si está “Totalmente en desacuerdo” (1), “En desacuerdo” (2), “Ni de acuerdo ni en desacuerdo” (3), “De acuerdo” (4) o “Totalmente de acuerdo” (5). Los valores mayores a 105 dan cuenta de una mayor capacidad de resiliencia, entre 86 y 105 la capacidad de resiliencia es moderada y los puntajes menores a 85 dan cuenta de una escasa capacidad de resiliencia.

Cuestionario de Espiritualidad

Este instrumento fue diseñado por Parsian y Dunning (2008) y validado por Díaz et al. (2012) en su versión española, la cual presenta un Alfa de Cronbach de .88. Está compuesto por 29 ítems organizados en 4 escalas, las cuales son: Autoconciencia (10 ítems), entendida como el conocimiento que tiene la persona de sí misma, la importancia de creencias espirituales en la vida (4 ítems), las prácticas espirituales (6 ítems) y las necesidades espirituales (9 ítems).

Utiliza una escala de Likert de cuatro puntos, que van desde muy en desacuerdo (1), en desacuerdo (2), de acuerdo (3), muy de acuerdo (4). Los puntajes obtenidos en cada ítem se suman a los correspondientes a cada escala y se obtienen 4 puntajes que permiten caracterizar cómo la persona experimenta la espiritualidad. Los niveles que mide dicho cuestionario son: Nivel alto de espiritualidad, con mayoría de respuestas “4”, Nivel medio de espiritualidad y Nivel bajo de espiritualidad, con mayoría de respuestas “1”.

Escala de Satisfacción con la Vida

Esta escala fue creada por Diener et al. (1985) y adaptada para adolescentes y validada al español por Atienza et al. (2000), cuyo alpha de Cronbach oscila entre .89 y .79. Aporta un índice general de satisfacción con la vida, entendida ésta como un factor del constructo general de bienestar subjetivo. El instrumento consta de 5 reactivos con un rango de respuesta de 1 “muy en desacuerdo” a 5 “muy de acuerdo”. A mayor puntaje, mayor satisfacción con la vida, siendo 25 el máximo y 5 el mínimo.

Procedimiento

La selección de los participantes se realizó a partir de la edad y de su nivel de espiritualidad. Para ello, se asistió a escuelas de Zona Sur, y con el permiso de los directivos, se solicitó autorización a los padres mediante una nota en el cuaderno de comunicaciones. En el próximo encuentro, se les entregó a alumnos de 4to, 5to y 6to de secundaria el link de acceso al Google Form, en el cual contestaron el consentimiento informado y luego, el Cuestionario de Espiritualidad, la Escala de Resiliencia y la de Satisfacción con la Vida. Habiendo recolectado los datos, se procedió a llevar a cabo las operaciones estadísticas correspondientes.

Análisis de datos

Se utilizó el programa estadístico SPSS versión .21. Los datos de las variables Espiritualidad y Resiliencia evidenciaron una distribución paramétrica ($p > .05$), mientras que los del resto de las variables mostraron una distribución no paramétrica ($p < .05$). Por tal motivo, para la comparación de la Espiritualidad según género se empleó la prueba T de Student y para las correlaciones la prueba Rho de Spearman. El nivel de significación se estableció para todos los análisis en $\alpha = .05$

A su vez, se calculó el Alpha de Cronbach para determinar la fiabilidad de los resultados, obteniéndose .745 para la Escala de Satisfacción con la Vida, .863 para el Cuestionario de Espiritualidad y .810 para la Escala de Resiliencia.

RESULTADOS

Descriptivos

En promedio, los participantes de la presente investigación tienen un nivel medio de Espiritualidad. Lo mismo ocurre con la Resiliencia y la Satisfacción con la Vida. Asimismo, predominan las puntuaciones altas en Autoconciencia y, por el contrario, la mayoría de los encuestados no lleva a cabo Prácticas Espirituales. Los datos se sintetizan en la Tabla 1.

TABLA 1
Estadística descriptiva de las variables

Variables	<i>M(DE)</i>	<i>95% IC</i>	<i>Range</i>	<i>n</i>
Espiritualidad	91.93(16.58)	[89.56, 94.30]	40-145	188
Satisfacción con la Vida	15.73(4.32)	[15.11, 16.35]	5-25	188
Resiliencia	90.49(12.93)	[88.64, 92.34]	39-123	188
Capacidad autoeficacia	56.82(9.10)	[55.52, 58.12]	22-75	188
Capacidad propósito y sentido	18.73(3.53)	[18.23, 19.24]	8-25	188
Evitación cognitiva	14.93(3.61)	[14.41, 15.44]	6-25	188
Autoconciencia	33.18(7.06)	[32.17, 34.20]	11-50	188
Importancia de creencias	10.82(5.17)	[10.08, 11.56]	4-20	188
Prácticas espirituales	13.83(4.79)	[13.14, 14.51]	6-30	188
Necesidades espirituales	34.08(6.17)	[33.20, 34.97]	14-45	188

Nota: IC: Intervalo de confianza.

Asociaciones

Los resultados muestran que la Espiritualidad correlaciona positivamente con la SLV, con la Resiliencia y con todas las dimensiones de esta última. Asimismo, la SLV y la Resiliencia se asocian de manera positiva con todas las dimensiones de Espiritualidad.

En cuanto a las correlaciones entre dimensiones, los datos arrojaron una asociación positiva de la Autoconciencia con todas las dimensiones de la variable Resiliencia, lo mismo ocurrió con las Necesidades Espirituales y la Importancia de Creencias Espirituales. En cambio, las Prácticas Espirituales sólo se relacionan de manera positiva con la Capacidad de Autoeficacia y la Evitación Cognitiva. Los resultados se resumen en la Tabla 2.

TABLA 2
Asociaciones entre variables y dimensiones

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. Espiritualidad	.	.49**	.53**	.50**	.34**	.31**	.63**	.70**	.67**	.77**
2. Satisfacción con la Vida		.	.50**	.53**	.23**	.20**	.54**	.16*	.18*	.34**
3. Resiliencia			.	.91**	.65**	.52**	.62**	.21**	.22**	.38**
4. Capacidad autoeficacia				.	.43**	.26**	.59**	.15*	.23**	.39**
5. Capacidad propósito y sentido					.	.28**	.39**	.26**	.05	.22**
6. Evitación cognitiva						.	.34**	.16*	.18*	.17*
7. Autoconciencia							.	.21**	.14*	.28**
8. Importancia de creencias								.	.47**	.38**
9. Prácticas espirituales									.	.47**
10. Necesidades espirituales										.

Nota: Se utilizó Rho de Spearman. ** La correlación es significativa al nivel 0.01 (bilateral) * La correlación es significativa al nivel 0.05 (bilateral)

Comparaciones

Se llevó a cabo la comparación de las variables según género. Para ello se utilizó la prueba T de Student. Los resultados evidencian una diferencia significativa de Espiritualidad ($t = 2.15$, $p = .03$), siendo las personas de género femenino más espirituales ($M = 93.37$) que las masculinas ($M = 88.84$). Para el resto de las variables no se hallaron diferencias estadísticamente significativas ($p > .05$)

DISCUSIÓN

El objetivo del presente estudio fue evaluar la existencia de asociación entre la Espiritualidad, la Satisfacción con la Vida y la Resiliencia en adolescentes de Buenos Aires. Se encontró que existe una asociación positiva entre Resiliencia y Espiritualidad. Lo mismo ocurrió con la última variable mencionada y la Satisfacción con la Vida, en la que la relación también se dio de forma positiva.

El resultado hallado sobre la asociación positiva entre Espiritualidad y Satisfacción con la Vida es coincidente con lo relevado por Tapia y Villegas (2008) y Simkin (2020) quienes confirmaron que la espiritualidad se asocia de manera positiva al bienestar subjetivo (satisfacción con la vida y balance afectivo) y psicológico (propósito en la vida), evidenciando que las personas más espirituales son menos neuróticas y más extrovertidas, responsables y amables.

Asimismo, Salgado (2014) afirma que la Espiritualidad tiene un impacto sobre la Satisfacción con la Vida, ya que ofrece un sentido de propósito que otros tipos de apoyo social no pueden proveer. Puede ayudar a las personas a seguir adelante después de eventos traumáticos y ofrecer una fuente de esperanza a aquellos que lidian con sus problemas todos los días. Puede, incluso, reajustar el significado de los problemas de la vida diaria para que éstos parezcan más manejables, aumentando así los niveles generales de satisfacción con la vida, dato respaldado por los resultados obtenidos.

A su vez, se obtuvo que a mayor Espiritualidad se asocia mayor nivel de Resiliencia. En este sentido, Rodríguez et al. (2011) explican que la espiritualidad motiva y permite la búsqueda de trascendencia, propósito y sentido de vivir, actuando como variable independiente que favorece el desarrollo de la resiliencia, la cual posibilita la adaptación exitosa ante eventos adversos o traumáticos.

Estos autores hallaron tres dimensiones de la resiliencia, las cuales son la Capacidad de Autoeficacia, la Capacidad de Propósito y Sentido de Vida y la Evitación Cognitiva. Mientras que las dos primeras dimensiones refieren a atributos, capacidades, habilidades o actitudes positivas necesarias para el afrontamiento eficaz de situaciones traumáticas, la tercera alude a un mecanismo de defensa protector del impacto del hecho traumático y que tiende a favorecer el autocontrol del sujeto (Rodríguez et al., 2009). En la presente investigación se halló que las tres dimensiones se asocian positivamente con la Espiritualidad, lo que evidenciaría que esta última funciona como factor protector que permite aliviar y mitigar el sufrimiento, superar la adversidad, alcanzar un mayor bienestar, calidad de vida y capacidad de trascendencia, así como un sentido de vida (Giménez et al., 2010).

Por otro lado, se encontró que las Prácticas Espirituales se asocian positivamente con la Capacidad de Autoeficacia y con la Evitación Cognitiva, esto es coincidente con lo que sostienen Navas y Villegas (2006), quienes afirman que las prácticas espirituales como la oración o la meditación colaboran a tener un mayor Bienestar Psicológico, paz interior, a encontrarse con uno mismo y a buscar la trascendencia. El afrontamiento espiritual como la meditación, la contemplación, el yoga, entre otras técnicas, tienen un impacto favorable en los procesos cerebrales y en las respuestas del organismo, posibilitando estados de "tranquilidad" que favorecen los procesos cognitivos y la salud mental y física en las personas.

Además, se obtuvo como resultado que cuanto mayor sea la importancia de las creencias espirituales de un sujeto, mayor será su capacidad de propósito y sentido de vida. Esto es fuertemente respaldado por gran cantidad de investigaciones, como la de Simkin y Cermesoni (2014) quienes afirman que uno de los factores de la personalidad de mayor impacto en la calidad de vida es la espiritualidad, ya que representa una capacidad humana universal que permite ver la vida desde un todo más integrador, logrando que las personas comiencen a darse cuenta de que hay un sentido más amplio y propósito en la vida.

En cuanto a la diferencia según género, gran cantidad de investigaciones encuentran que el género femenino es más espiritual que el masculino (Bryant, 2007; Scott et al., 2015; Arias et al., 2013; Jasso-Soto et al., 2017), pero en su mayoría son participantes adultos. En la presente investigación cuya muestra es de adolescentes, esta diferencia significativa se mantuvo, es decir, las adolescentes evidenciaron más espiritualidad que los adolescentes. Si bien la espiritualidad y la religión han atravesado cambios en las últimas décadas y los roles de género están siendo cuestionados, estas diferencias aún se observan. Al respecto, Salgado (2012) comparó el modo de expresión y actividades de ambos géneros al realizar una actividad que conllevara bienestar espiritual, y halló diferencias significativas a favor de las mujeres, observando que los hombres son más reservados a evidenciar dicho bienestar espiritual.

Para futuras investigaciones, se sugiere llevar a cabo el análisis de las variables teniendo en cuenta la Religión, enriqueciéndolo a su vez con una muestra de personas ateadas para llevar a cabo una comparación. En cuanto a las limitaciones, se puede mencionar que la muestra es dispar en cuanto al género y sólo estuvo conformada por adolescentes de Zona Sur del GBA, por lo que no se pudo realizar ningún análisis comparativo con otras zonas geográficas ya que la muestra perteneciente a Capital Federal es sustancialmente menor. Además, se contemplaron muy pocas variables sociodemográficas, por lo que se sugiere ampliarlas para próximas investigaciones.

En conclusión, la investigación respaldó y coincidió con los trabajos realizados sobre el tema, contribuyendo a la evidencia del sentido positivo que tiene la Espiritualidad en la valoración de la vida de las personas y en la capacidad de ellas para afrontar las adversidades.

REFERENCIAS

Arias, W. L., Masías, M. A., Muñoz, E., & Arpasi, M. (2013). Espiritualidad en el ambiente laboral y su relación con la felicidad del trabajador. *Revista de Investigación de la UCSP*, 4, 9-33.

- Atienza, F. L., Pons, D., Balaguer, I., & García-Merita, M. (2000). Propiedades psicométricas de la Escala de Satisfacción con la Vida en adolescentes. *Psicothema*, 12(2), 314-319.
- Bryant, A. N. (2007). Gender differences in spiritual development during the college years. *Sex Roles*, 56(11-12), 835-846. Doi: 10.1007/s11199-007-9240-2
- Cejudo, J., Delgado, M., & Rubio, M. (2016). Inteligencia emocional y resiliencia: su influencia en la satisfacción con la vida en estudiantes universitarios. *Anuario de Psicología*, 46(2), 51-57. <https://doi.org/10.1016/j.anpsic.2016.07.001>
- Díaz Heredia, L. P., Muñoz Sánchez, A. I., & Vargas, D. D. (2012). Reliability and validity of spirituality questionnaire by Parsian and Dunning in the Spanish version. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 20(3), 559-566. <http://dx.doi.org/10.1590/S0104-11692012000300018>
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575. https://doi.org/10.1007/978-90-481-2350-6_2
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13
- Estevez Lopez, E., Murgui Perez, S., Musitu Ochoa, G., & Moreno Ruiz, D. (2008). Family climate, school climate, and life satisfaction in adolescents. *Revista Mexicana De Psicología*, 25(1), 119-128
- Fergus, S., & Zimmerman, M. A. (2005). Adolescent resilience: A framework for understanding healthy development in the face of risk. *Annu. Rev. PublicHealth*, 26, 399-419. <https://doi.org/10.1146/annurev.publhealth.26.021304.144357>
- Fernández, A., Díaz, E., Zabala, I. & Revuelta, L. (2016). Bienestar subjetivo en la adolescencia: el papel de la resiliencia, el autoconcepto y el apoyo social percibido. *Suma Psicológica*, 23(1), 60-69. <https://doi.org/10.1016/j.sumpsi.2016.02.002>
- Giménez, M., Vázquez, C. y Hervás, G. (2010). El análisis de las fortalezas psicológicas en la adolescencia: Más allá de los modelos de vulnerabilidad. *Psychology, Society, & Education* 2(2), 97-116.
- Girard, G. A. (2007). La espiritualidad: ¿Promueve la resiliencia? Munist, Mabel M. et al. (Comp.). *Adolescencia y Resiliencia*(pp. 139-151) Buenos Aires: Paidós.
- Jasso-Soto, M. E., Pozos-Magaña, M. G., Cadena-Estrada, J. C., & Olvera-Arreola, S. S. (2017). Calidad de vida y perspectiva espiritual de los pacientes hospitalizados con enfermedad cardiovascular. *Rev Enferm Inst Mex Seguro Soc*, 25(1), 9-17.
- Lévano, A. (2009). Felicidad, resiliencia y optimismo en estudiantes de colegios nacionales de la ciudad de Lima. *Liberabit*, 15(2), 133-141
- Limonero, J., Sábado, J., Castro, J., Romero, M.J., & Herrero, A. (2012). Estrategias de afrontamiento resilientes y regulación emocional: Predictores de Satisfacción con la Vida. *Psicología Conductual*, 20(1), 183-196.
- Luthar, S. S., & Cicchetti, D. (2000). The construct of resilience: Implications for interventions and social policies. *Development and psychopathology*, 12(4), 857-885. <https://doi.org/10.1017/S0954579400004156>
- Navas, C. & Villegas, H. (2006). Espiritualidad y salud. *Revista Ciencias de la Educación*, 1 (27), 29-45.
- Noguera, J. (2015). La Espiritualidad y su relación con el Bienestar Subjetivo y Psicológico. *Revista de Investigación en Psicología Social*, 1(2), 33-50.
- Parsian, N., & Dunning, T. (2009). Developing and validating a questionnaire to measure spirituality: A psychometric process. *Global Journal of Health Science*, 1(1), 2-11.
- Pavot, W., & Diener, E. (1993). The affective and cognitive context of self-reported measures of subjective well-being. *Social Indicators Research*, 28(1), 1-20. <http://doi.apa.org/journals/psp/65/5/1046.html>
- Quiceno, J., & Vinaccia, S. (2009). La salud en el marco de la psicología de la religión y la espiritualidad. *Diversitas*, 5(2), 321-336. <https://doi.org/10.15332/s1794-9998.2009.0002.08>
- Rodríguez, M., Fernández, M., Pérez, M., & Noriega, R. (2011). Espiritualidad variable asociada a la resiliencia. *Cuadernos Hispanoamericanos de Psicología*, 11(2), 24-49.

- Rodríguez, M., Pereyra, M. G., Gil, E., Jofré, M., De Bortoli, M., & Labiano, L. M. (2009). Propiedades psicométricas de la escala de resiliencia versión argentina. *Evaluar*, 9, 72-82. <https://doi.org/10.35670/1667-4545.v9.n1.465>
- Rutter, M. (1999). Resilience concepts and findings: Implications for family therapy. *Journal of family therapy*, 21(2), 119-144. <https://doi.org/10.1111/1467-6427.00108>
- Salgado, A. (2012). Efectos del bienestar espiritual sobre la resiliencia en estudiantes universitarios de Argentina, Bolivia, Perú y República Dominicana (Tesis doctoral). Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima.
- Salgado, A. (2014). Revisión de estudios empíricos sobre el impacto de la religión, religiosidad y espiritualidad como factores protectores. *Propósitos y Representaciones*, 2(1), 121-159. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2014.v2n1.55>
- Sampieri, R. (2014). *Metodología de la Investigación*. 6ta Edición MrGraw-Hill.
- Scott, M., Noh, S., Brands, B., Hamilton, H., Gastaldo, D., Wright, M. D. G. M., ... & Khenti, A. (2015). Influencia de pares, familia, espiritualidad, entretenimiento y consumo de drogas en estudiantes de Universidad en Manabi, Ecuador. *Texto & Contexto Enfermagem*, 24, 154-160. <http://dx.doi.org/10.1590/0104-07072015001180014>
- Simkin, H., & Cermesoni, D. (2014). Factores de la personalidad, espiritualidad y su relación con la calidad de vida. *Calidad de Vida y Salud* 7(1), 4-12
- Simkin, H. (2020). The Centrality of Events, Religion, Spirituality, and Subjective Well-Being in Latin American Jewish Immigrants in Israel. *Frontiers in Psychology*, 11, 576402. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.576402>.
- Tapia, A. & Villegas, D. (2008). La medición de la espiritualidad y su relación con el bienestar. *Revista Mexicana de Psicología*, Número especial, 390-392.
- Trujillo, M. (2006). La Resiliencia en la Psicología Social. *Psicología Online*.
- Veenhoven, R. (1994). El estudio de la satisfacción con la vida. *Intervención psicosocial*, 3, 87-116.
- Vinaccia, S., Quiceno, J. M., & San Pedro, E. M. (2007). Resiliencia en adolescentes. *Revista Colombiana de Psicología*, 16, 139-146.
- Wagnild, G. M., & Young, H. M. (1993). Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement*, 1(2), 165-178.
- Zinnbauer, B. J., Pargament, K. I., Paloutzian, R. F., & Park, C. L. (2005). Handbook of the Psychology of Religion and Spirituality. *Religiousness and Spirituality*, 14-44.