

**Fikra El Mansouri Oulad Ahmed**

**EL PAPEL DE LA RELIGIÓN EN LA PERCEPCIÓN DEL BIENESTAR**

**TREBAJO DE FINAL DE GRADO**

**Dirigido por la Dra. Elisabet Sánchez Rodríguez**

**Grado de Psicología**



**UNIVERSITAT  
ROVIRA i VIRGILI**

**Tarragona**

**2024**

## AGRADECIMIENTOS

A mi tutora, Elisabet, por su invaluable ayuda, dedicación y orientación durante todo este proceso. Su apoyo ha hecho que la realización de este trabajo sea considerablemente más sencilla.

A mi familia por el apoyo incondicional que me han brindado no solo en este proyecto, sino también a lo largo de mi carrera y en todos los aspectos de mi vida. Su constante respaldo ha sido fundamental para mí.

Y a mis amigas por el respaldo incondicional que me brindan día tras día.

## RESUMEN

La interacción entre el bienestar subjetivo y la actitud religiosa constituye un tema de gran interés en la investigación psicológica. Este estudio se enfoca en analizar esta relación para entender su importancia en el bienestar individual. Para lograrlo, se plantean dos objetivos: primero, comprender la relación entre la actitud religiosa y el bienestar subjetivo, buscando identificar una posible relación entre ambas variables; segundo, explorar factores moderadores como la edad, el género y el nivel educativo para obtener una visión más completa de cómo la religión influye en el bienestar subjetivo considerando las diferencias individuales. Para ello, se utilizó la versión en español del Oxford Happiness Questionnaire y la escala de actitud religiosa de Orozco y Domínguez (2014) para recopilar datos de una muestra de 110 participantes. Los resultados revelaron una relación significativa entre la actitud religiosa y el bienestar subjetivo, indicando que a medida que aumenta la intensidad de la actitud religiosa, también lo hace el nivel de bienestar subjetivo. Respecto a las variables de moderación, no se encontró evidencia de una moderación en función del género, la edad o el nivel educativo.

**Palabras clave:** bienestar subjetivo, actitud religiosa, edad, género, nivel educativo.

## ABSTRACT

The interaction between subjective well-being and religious attitude constitutes a topic of great interest in psychological research. This study aims to analyze this relationship to understand its importance in individual well-being. To achieve this, two objectives are proposed: first, to understand the relationship between religious attitude and subjective well-being, seeking to identify a possible relationship between both variables; second, to explore moderating factors such as age, gender, and level of education to obtain a more complete view of how religion influences subjective well-being considering individual differences. The Spanish version of the Oxford Happiness Questionnaire and the Religious Attitude Scale by Orozco & Domínguez (2014) were used to collect data from a sample of 110 participants. The results revealed a significant relationship between religious attitude and subjective well-being, indicating that as the intensity of religious

attitude increases, so does the level of subjective well-being. Regarding the moderation variables, no evidence of moderation was found based on gender, age, or educational level.

**Keywords:** subjective well-being, religious attitude, age, gender, educational level.

## ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN.....	6
2. MARCO TEÓRICO .....	7
3. OBJETIVOS E HIPÓTESIS.....	15
4. METODOLOGIA .....	16
4.1 Tipo de estudio y método .....	16
4.2 Participantes.....	16
4.3 Instrumentos .....	18
4.4 Procedimiento.....	18
4.5 Plan de análisis de datos.....	19
5. RESULTADOS.....	19
6. DISCUSIÓN .....	23
7. BIBLIOGRAFÍA.....	27
8. ANEXOS .....	31

## 1. INTRODUCCIÓN

A lo largo de la historia, la búsqueda de la felicidad y la satisfacción personal ha sido un objetivo arraigado en la naturaleza humana. En este viaje hacia el bienestar, un aspecto que ha intrigado tanto a investigadores como a pensadores es la relación entre el bienestar subjetivo y la actitud religiosa.

Desde tiempos inmemoriales, la religión ha tenido un papel fundamental en la vida de las personas, ofreciendo consuelo, significado y orientación en momentos de incertidumbre. Pero ¿cómo se entrelaza esta dimensión espiritual con nuestra percepción de la felicidad y la satisfacción? ¿Existe una conexión entre la práctica religiosa y un mayor bienestar subjetivo?

Este trabajo de final de grado explora esta fascinante intersección entre la dimensión religiosa y el bienestar personal. A través de un análisis detallado, se examina cómo la actitud religiosa afecta la percepción individual de la felicidad y la satisfacción con la vida.

Es importante señalar que, si bien ha habido numerosos estudios sobre este tema, existe una considerable controversia en los hallazgos. Algunos investigadores han encontrado una relación positiva entre la práctica religiosa y el bienestar subjetivo, argumentando que la participación en actividades religiosas puede proporcionar un sentido de propósito y comunidad que contribuye a una mayor satisfacción con la vida (Diener et al., 2011). Otros, sin embargo, han identificado una relación negativa, sugiriendo que las restricciones y expectativas impuestas por las doctrinas religiosas pueden generar conflictos internos y disminuir el bienestar emocional (Amirsardari et al., 2014, citado en Klimenko et al., 2019).

Además, también hay quienes no encuentran correlación alguna entre la práctica religiosa y el bienestar subjetivo, lo que añade una capa adicional de complejidad a este tema. Estas discrepancias en los hallazgos subrayan la importancia de continuar investigando.

En esencia, este estudio tiene como objetivo principal profundizar y enriquecer el entendimiento sobre la compleja relación que existe entre la actitud religiosa y el bienestar personal. Mediante un análisis exhaustivo y

meticuloso, se investigará de qué manera la postura religiosa de un individuo puede influir en su percepción personal de la felicidad y la satisfacción vital.

## 2. MARCO TEÓRICO

### 1- BIENESTAR SUBJETIVO

El bienestar subjetivo ha capturado la atención de psicólogos y sociólogos durante años. Según Diener et al., (1999) citado en Mu (2017), este concepto abarca una variedad de experiencias humanas, desde sentir que nuestra vida tiene un propósito hasta lograr la autorrealización y sentir que tenemos control sobre nuestro destino. Debido a esta amplitud, el bienestar subjetivo se define de muchas maneras, cada una reflejando las distintas formas en que los investigadores entienden y abordan el tema.

Martín (2002), citado en Mu (2017), propone dividir las definiciones de bienestar subjetivo en tres categorías principales. La primera categoría, define el bienestar subjetivo como la satisfacción general con la propia existencia y las circunstancias vividas. Esto abarca, entre otros, aspectos como los logros personales, la salud física y mental, la calidad de las relaciones sociales y la satisfacción con el entorno. En resumen, esta categoría se enfoca en cómo las personas evalúan su vida y su entorno.

En segundo lugar, están las definiciones que se centran en el aspecto emocional, donde el bienestar se explica como el equilibrio entre las emociones positivas como la felicidad o el amor y las emociones negativas como la tristeza, el estrés o el miedo que una persona experimenta en el día a día. En resumen, se entiende el bienestar subjetivo como la armonía entre diferentes experiencias emocionales.

Por último, están las definiciones que analizan el bienestar subjetivo desde una perspectiva más religiosa o filosófica. Aquí el bienestar se enfoca en los elementos relacionados con el propósito, el significado de la vida, y la conexión con algo trascendental.

Estas tres categorías ofrecen una imagen más compleja y enriquecedora del concepto de bienestar subjetivo, donde se resalta la importancia de

considerar múltiples dimensiones para comprender mejor la experiencia humana.

Al principio, para identificar los determinantes clave para una vida satisfactoria, los investigadores se enfocaron en analizar los factores ambientales. Sin embargo, los avances científicos han demostrado que el bienestar subjetivo también tiene una base biológica importante. Por ejemplo, las investigaciones de Lykken y Tellegen (1996), citadas en Mu (2007), han evidenciado que la genética desempeña un papel fundamental en la determinación del bienestar subjetivo.

En este sentido, se ha encontrado que el bienestar subjetivo se ve influenciado por una interacción compleja entre factores genéticos y ambientales. Los estudios más recientes que han profundizado más en esta relación, como el realizado por Bartels y Boomsma (2009), señalan que los factores genéticos no solo contribuyen a la estabilidad emocional, sino también a la resiliencia frente al estrés y la adversidad.

El bienestar subjetivo no se limita solamente a las circunstancias externas, sino que está influenciado por cómo nosotros las percibimos (Lyubomirsky, 2001 citado en Mu, 2017). En otras palabras, la felicidad y la satisfacción con la vida son moldeadas por la manera en que interpretamos nuestras experiencias, más que por las meras circunstancias objetivas que enfrentamos. Desde esta visión, dos personas que enfrentan las mismas circunstancias pueden experimentar niveles completamente diferentes de bienestar (Ryan & Deci, 2001).

Según señala García (2002), el nivel de bienestar subjetivo se recupera tras los eventos significativos en la vida. Además, está estrechamente vinculado con los rasgos de personalidad estables. Las investigaciones de Peterson y Seligman (2004) citadas en Gancedo (2007), destacan que los individuos con tendencias hacia el optimismo, la autoeficacia y la gratitud suelen ser lo que experimentan niveles más altos de bienestar subjetivo.

Según Costa y McCrae (1980) citado en Martin et al. (2017), los rasgos de personalidad que más se han relacionado con el bienestar subjetivo son la extraversión y el neuroticismo. La extraversión ejerce una influencia positiva en el afecto y se relaciona con las emociones y los sentimientos positivos,

mientras que el neuroticismo se relaciona con el componente negativo, es decir, con las emociones y sentimientos negativos.

Estas relaciones entre la personalidad y el bienestar subjetivo han sido objeto de atención por muchísimos investigadores, que buscan comprender los distintos rasgos de personalidad que influyen en el bienestar subjetivo.

Dentro de las teorías que exploran la estabilidad del bienestar subjetivo, destaca la teoría del set-point, que es formulada por los psicólogos Diener y Lucas (1970) y citada por Oliveira et al. (2016). Esta teoría sostiene que el nivel de bienestar subjetivo de un individuo tiende a mantenerse relativamente constante a lo largo de la vida adulta, y está influenciado principalmente por los rasgos de la personalidad y otros elementos que han sido heredados o adquiridos en las primeras etapas de la vida, a pesar de los cambios en las circunstancias externas.

Según Oliveira et al. (2016), actualmente, esta teoría del set-point, está en proceso de evaluación, ya que muchos estudios han manifestado varias limitaciones en ella. Estas investigaciones han encontrado que el bienestar subjetivo y la personalidad experimentan variaciones significativas en el transcurso de la vida y que esta teoría subestima el impacto perdurable de los eventos y cambios vitales (Diener, 2003, citado en Oliveira et al., 2016). La teoría del set-point sugiere que las personas están predispuestas a volver a un nivel estable de felicidad después de enfrentar desafíos o transiciones importantes. Sin embargo, las evidencias recientes desafían esta visión al encontrar que las intervenciones psicológicas y modificaciones en el estilo de vida pueden generar aumentos sostenidos en el bienestar subjetivo (Lyubomirsky et al., 2005).

Además, algunas investigaciones han encontrado que no todos los individuos pueden adaptarse fácilmente a los cambios drásticos que experimentan en la vida. Algunas personas que atraviesan estos eventos significativos no logran recuperar el grado de bienestar que tenían antes del suceso, lo que cuestiona la idea de que todos los individuos retornan a un punto fijo de bienestar subjetivo (Lucas et al., 2003 citado en Oliveira et al., 2016).

Desde hace mucho, se ha estado investigando la relación que hay entre el bienestar subjetivo y los diversos factores demográficos. En cuanto a la edad,

se ha encontrado una relación positiva con el bienestar subjetivo, es decir, se ha observado que a medida que las personas envejecen, tienden a experimentar niveles más altos de satisfacción con la vida (Mroczek et al., 2005).

Respecto al nivel educativo, algunas investigaciones han encontrado que aquellas personas con un nivel educativo más avanzado tienden a experimentar niveles más altos de bienestar subjetivo, esto podría deberse posiblemente a un mejor acceso a los recursos, las oportunidades profesionales y una mayor satisfacción de logro personal (Lyubomirsky & Lepper, 1999). No obstante, resulta interesante señalar que otros estudios han identificado una paradoja en esta relación. A pesar de los beneficios asociados a un nivel educativo más avanzado, se ha observado que puede estar relacionado con una mayor insatisfacción con la vida, debido posiblemente a las altas expectativas y las comparaciones sociales constantes (Diener & Diener, 2002).

Por otra banda, en el ámbito de la investigación psicológica, el tema del género ha generado un fuerte debate. Algunos estudios han encontrado que los hombres presentan niveles más altos de bienestar en comparación con las mujeres. Esta diferencia se atribuye a algunos factores como la valoración personal de los logros profesionales y el estatus social (Stevenson & Wolfers, 2009). Sin embargo, otros estudios han encontrado resultados opuestos, indicando que son las mujeres quienes presentan niveles más altos de bienestar subjetivo, debido posiblemente a esa capacidad de las mujeres para expresar emociones abiertamente y mantener redes de apoyo social más sólidas (Zubieta et al., 2012).

Estos hallazgos subrayan lo crucial que es tener en cuenta cómo los factores demográficos influyen en cómo percibimos nuestra satisfacción y calidad de vida.

## **2- ACTITUD RELIGIOSA**

La actitud religiosa se considera una de las cualidades intrínsecas del ser humano. Las personas siempre han buscado explicaciones sobre el origen y el propósito de la vida, así como una conexión con lo trascendental o divino. Esta búsqueda se considera inherente a la naturaleza humana, ya que refleja esa profunda necesidad que tenemos de comprender el mundo que nos rodea y nuestro lugar en él (Valderas, 2013).

Es esencial, en primera instancia, distinguir entre religión y actitud religiosa. La religión se conceptualiza como un sistema organizado de creencias, prácticas, rituales y normas éticas que forman parte de una estructura institucional. No solo implica creencias en lo divino, sino también las prácticas asociadas, la organización de la comunidad de creyentes, así como las normas éticas y morales que guían la conducta de los seguidores de esa religión. En resumen, la religión abarca un conjunto de dogmas, prácticas y normas que conforman una institución específica (Weber, 1922 citado en Adame et al., 2009). Por otro lado, la actitud religiosa se refiere a la postura individual de una persona hacia lo divino o lo trascendental, es decir, el reconocimiento y la aceptación de una realidad suprema que otorga un significado último al mundo, a la existencia humana y a la historia. En resumen, la actitud religiosa implica una respuesta personal y subjetiva a las preguntas fundamentales sobre el sentido de la vida, el propósito de la existencia y la relación del individuo con lo divino o lo espiritual (García, 2009).

Según Adame y Santiago (2009), la religión no se debe reducir a un mero conjunto de creencias, ya que así se desatienden las complejas experiencias y emociones de los creyentes. La religión abarca un estilo de vida que conlleva motivaciones y decisiones vitales y es una fuerza dinámica que moldea la identidad, los sentimientos, las conductas y las relaciones de los creyentes, ofreciendo una guía y un propósito en su travesía por la existencia (Diener et al., 2011).

Verdana (2013) considera las actitudes religiosas como componentes de la personalidad relacionadas con lo divino. Es decir, estas actitudes surgen de las experiencias religiosas individuales y se convierten en hábitos arraigados que se repiten en la vida cotidiana de una persona. En otras palabras, la

forma en que una persona se relaciona con lo divino y practica su religión se integra profundamente en su personalidad, influyendo en su comportamiento diario y en su percepción del mundo que le rodea.

Por otro lado, Kirby (2018) propone que las actitudes religiosas surgen del reconocimiento de una religión específica y la interpretación que se le da. Desde este punto de vista, estas actitudes se desarrollan al pertenecer a una tradición religiosa y entender sus principios y enseñanzas. Estas actitudes ofrecen al individuo respuestas sobre su identidad y sobre cómo percibe el mundo que lo rodea, influyendo en su visión del significado y propósito de la vida.

En el ámbito de la investigación en psicología social de la religión, se han realizado diversos estudios que destacan los efectos positivos de las actividades relacionadas con la afiliación religiosa. En uno de esos estudios, se ha encontrado que la actitud religiosa proporciona un sentido de propósito y pertenencia, lo que contribuye positivamente al bienestar subjetivo (Diener et al., 2011).

Los estudios sobre la actitud religiosa han revelado disparidades entre géneros. Se ha observado que las mujeres tienden a mostrar una inclinación más fuerte hacia la religión en comparación con los hombres. Esto implica que las mujeres, en general, tienen una mayor predisposición hacia la práctica religiosa, la identificación con creencias religiosas y la participación en actividades religiosas (Klimenko et al., 2019; Orozco y Domínguez, 2014; Zaidi y Rahaman, 2020).

En un estudio realizado en Jaffna, Sri Lanka, se investigó si las actitudes religiosas estaban influenciadas por algunas variables sociodemográficas, como las diferencias de región, cultura y nivel educativo de los padres. El investigador Kajavinthan (2015) realizó este estudio con la participación de 100 estudiantes elegidos al azar y utilizó una escala de actitudes religiosas para evaluar las inclinaciones religiosas de los participantes. Los resultados revelaron que la ubicación geográfica estaba relacionada con las actitudes religiosas de los estudiantes, en concreto, los estudiantes que vivían en áreas rurales mostraron una mayor predisposición religiosa en comparación con aquellos que vivían en áreas urbanas. Esto indica que el entorno social y

cultural puede influir en la forma en que las personas perciben y practican la religión. Asimismo, se observó que el nivel educativo de los padres tenía un efecto significativo en las actitudes religiosas de los estudiantes. Sin embargo, el estudio no encontró un impacto significativo de la religión de los padres en las actitudes religiosas de los estudiantes.

### **3- RELACIÓN ENTRE LA ACTITUD RELIGIOSA Y EL BIENESTAR SUBJETIVO**

La relación entre el bienestar subjetivo y la religiosidad ha sido objeto de estudio en campos como la psicología y la sociología. Los investigadores han explorado cómo las creencias y prácticas religiosas pueden influir en la percepción del bienestar emocional y la satisfacción con la vida. Por ejemplo, el estudio llevado a cabo por Diener et al. (2011) ha encontrado que participar en actividades religiosas está relacionado de manera significativa con sentirnos mejor emocionalmente y estar más satisfechos con nuestras vidas.

Las diferencias entre las personas en cuanto a sus actitudes, prácticas y creencias religiosas reflejan variaciones en su personalidad, que está estrechamente relacionada con el bienestar subjetivo (Diener & Lucas, 2000, con cita en Morales et al., 2017). En este sentido, la actitud religiosa de alguien afecta significativamente varios aspectos de su existencia, como sus emociones, cómo enfrentan los desafíos, sus relaciones con los demás y sus valores fundamentales (Ano & Vasconcelles, 2005; Koenig et al., 2001; Oman & Thoresen, 2003). En consecuencia, la actitud religiosa se convierte en un componente esencial que influye tanto en su bienestar emocional como en su forma de ver la vida y relacionarse con los demás.

Muchos estudios en psicología social de la religión han demostrado los beneficios positivos de pertenecer a una comunidad religiosa en la salud emocional y mental. La religión proporciona un propósito vital y promueve sentimientos positivos de autoestima y autorregulación a través de la participación en actividades religiosas (Krause, 2003). Estas actividades, como la asistencia a servicios religiosos, la oración, la meditación y la participación en comunidades de fe, ofrecen un espacio para la reflexión personal, la conexión espiritual y el crecimiento individual (Quiceno &

Vinaccia, 2009). A través de estos rituales, las personas pueden encontrar consuelo, apoyo emocional y una sensación de pertenencia (Furrow et al., 2004; Krause, 2003).

La investigación también indica que la religión puede tener un impacto significativo en la regulación del comportamiento, manifestándose en una mayor capacidad de control personal, autodirección y perseverancia en la consecución de objetivos (McCullough & Willoughby, 2009). Además, la práctica religiosa se relaciona con una disminución en los niveles de depresión y una mejor manera de afrontar el duelo, brindando consuelo y esperanza durante tiempos de pérdida y sufrimiento (Klimenko et al., 2019). Asimismo, se ha observado que la actitud religiosa tiene un impacto positivo en la salud mental, especialmente entre las personas mayores, promoviendo sentimientos positivos como la esperanza y la gratitud (Ramazanzade et al., 2015). En resumen, la religión puede desempeñar un papel importante en la regulación del comportamiento, la gestión del bienestar emocional y la promoción de la salud mental a lo largo de la vida.

Desde una perspectiva analítica, numerosos estudios han encontrado que las personas con actitudes positivas hacia la religión y que participan activamente en prácticas religiosas reportan niveles más altos de satisfacción con la vida (Diener et al., 2011). Por ejemplo, Abdel-Khalek (2012) descubrió que la actitud religiosa se relaciona positivamente con el bienestar subjetivo en diferentes grupos demográficos, subrayando la importancia de las prácticas religiosas como la lectura y la participación en lugares de culto.

Sin embargo, no todos los estudios encuentran una relación clara entre la religión y el bienestar. Por ejemplo, Martínez (2014) no halló asociaciones significativas entre la actitud religiosa y el bienestar subjetivo, lo que sugiere que esta relación puede ser compleja y estar influenciada por diversos factores, como el contexto cultural y las características específicas de la muestra estudiada.

Aunque la religión tiene muchos aspectos positivos, algunos estudios han señalado efectos negativos relacionados con su orientación y práctica. Por ejemplo, Braam y colaboradores (1998), como se cita en Kilmenko et al. (2019), sugieren que pertenecer a ciertos grupos religiosos podría fomentar

una visión negativa e inclusive desencadenar tristeza profunda. Además, Amirsardari y colaboradores (2014), como se citan en Klimenko et al. (2019), señalan que una religiosidad extrínseca, motivada por razones externas como la presión social, se relaciona con alteraciones cognitivas, nerviosismo y creencias irracionales, mientras que la religiosidad intrínseca, basada en creencias personales, no muestra estas relaciones negativas.

En resumen, si bien la mayoría de los estudios respaldan una relación entre la actitud religiosa y el bienestar subjetivo, es importante reconocer que existen investigaciones que plantean interrogantes sobre esta conexión y que sugieren la necesidad de un análisis más detallado y contextualizado para comprender completamente esta relación.

### 3. OBJETIVOS E HIPÓTESIS

El objetivo principal de este estudio es analizar la relación entre la actitud religiosa y el bienestar subjetivo, con el fin de determinar si la actitud religiosa juega un papel sustancial en el bienestar de los individuos.

- 1- **Comprender la relación:** Uno de los objetivos clave sería comprender la relación entre la actitud religiosa y el bienestar subjetivo. Se busca determinar si existe una correlación significativa entre ambas variables y, en su caso, la fuerza de esa relación.
- 2- **Investigar factores de moderación:** Se pretende indagar posibles factores que puedan modular la relación entre la actitud religiosa y el bienestar subjetivo, tales como la edad, el género o el nivel educativo. Este enfoque permitirá obtener una visión más completa y contextualizada de cómo la actitud religiosa influye en el bienestar subjetivo, considerando posibles variaciones según características específicas de los individuos.

Las hipótesis planteadas en esta investigación son las siguientes;

- Hipótesis 1: El grado de actitud religiosa correlacionará positiva y significativamente con el nivel de bienestar subjetivo. Este planteamiento sugiere que a medida que aumente la intensidad de la actitud religiosa, se observará un incremento correspondiente en el bienestar subjetivo de los individuos.
- Hipótesis 2: La relación entre la actitud religiosa y la satisfacción con la vida se verá moderada por variables como la edad, el género y el nivel de estudios. De manera específica, se anticipa que la relación entre ambas variables será más pronunciada en mujeres, personas de mayor edad y aquellos con menor nivel de estudios. Este planteamiento sugiere que la fuerza de la asociación entre la actitud religiosa y la satisfacción con la vida puede variar en función de estas características demográficas particulares.

## 4. METODOLOGIA

### 4.1 Tipo de estudio y método

Este estudio emplea un enfoque descriptivo y correlacional para analizar la relación entre la actitud religiosa y el bienestar subjetivo. La actitud religiosa, la edad, el género y el nivel educativo se consideran variables independientes, mientras que el bienestar subjetivo se define como la variable dependiente.

### 4.2 Participantes

La muestra seleccionada para llevar a cabo este estudio ha sido la población general mayor de 18 años. Por lo tanto, el criterio de inclusión para responder el cuestionario ha sido ser mayor de edad.

El cuestionario fue respondido por un total de 110 personas, de las cuales 70 (63,6%) son mujeres y 40 (36,4%) son hombres. El rango de edad varía de

18 a 63 años, con una edad promedio de 26.71 años y una desviación estándar de 8,99.

En cuanto a las características de los participantes, el 60,9% se identificaron como creyentes, mientras que el 38,1% restante no lo hizo. Respecto al nivel educativo, el 56,4% tenía estudios universitarios o superiores, el 31,8% había obtenido un título de bachillerato o equivalente, el 8,2% había completado la E.S.O y el 3,6% tenía estudios primarios.

En la **Tabla 1** se presentan los resultados detallados.

**Tabla 1.** Estadísticos descriptivos de la muestra

<b>Características sociodemográficas</b>	<b>Grupos</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
<b>Género</b>	Mujer	70	63,6
	Hombre	40	36,4
<b>Nivel de estudios</b>	Primarios	4	3,6
	ESO	9	8,2
	Título de Bachillerato o equivalente	35	31,8
	Universitarios o superiores	62	56,4
<b>Religiosidad</b>	Creyente	67	60,9
	No creyente	43	39,1

### 4.3 Instrumentos

Inicialmente, el formulario incluía una pregunta en la que los participantes debían aceptar el consentimiento para formar parte del estudio. Seguidamente, se solicitaban datos sociodemográficos, como la edad, el género, el nivel de estudios y la religión practicada.

Para evaluar el bienestar subjetivo de los participantes se utilizó la versión española del Oxford Happiness Questionnaire (Sábado et al., 2014). Este cuestionario está compuesto por 29 ítems, y evalúa el bienestar subjetivo mediante una escala tipo Likert de seis puntos, que va desde totalmente en desacuerdo (1) hasta totalmente de acuerdo (6). Así, las puntuaciones totales posibles abarcan un rango de 29 a 174. A mayor puntuación, mayor nivel de bienestar subjetivo. En su versión original (Hills y Argyle, 2002), el Oxford Happiness Questionnaire exhibe un coeficiente alfa de Cronbach de 0,90 y una correlación test-retest a las siete semanas de 0,78. Para este estudio, se obtuvo un coeficiente  $\alpha$  de Cronbach de 0,95, lo cual indica una excelente consistencia interna.

Para evaluar la actitud religiosa de los participantes se utilizó la escala de actitud religiosa de Orozco & Domínguez (2014). La escala fue compuesta inicialmente por 19 ítems, pero posteriormente se eliminaron los ítems 16 y 18, y quedó una escala final compuesta por 17 ítems. Esta escala se puntúa en una escala tipo Likert que va desde (1) "totalmente en desacuerdo" a (5) "totalmente de acuerdo". La validación se hizo con población formada por habitantes de cinco estados de la República Mexicana en 1982 y obtuvo una consistencia interna (Alfa de Cronbach) de 0,94 y una varianza explicada del 55.9% en una dimensión. Para este estudio, el coeficiente  $\alpha$  de Cronbach fue de 0,95, lo cual indica una excelente consistencia interna.

### 4.4 Procedimiento

Antes de realizar el estudio, se obtuvo el permiso ético del Comité de Ética de Investigación en Personas, Sociedad y Medio Ambiente (CEIPSA). Una vez autorizado, el cuestionario se distribuyó tanto en línea, a través de redes

sociales como WhatsApp, Snapchat e Instagram, como en formato impreso. La mayoría de las respuestas se recopilaron a través de la difusión en redes sociales.

#### 4.5 Plan de análisis de datos

Para analizar los datos obtenidos, se han utilizado dos programas; Excel y SPSS. Excel se utilizó para introducir y codificar los datos, mientras que SPSS se utilizó para realizar el análisis estadístico de los mismos.

En primer lugar, se analizaron los estadísticos descriptivos para determinar la distribución por género, edad y nivel de estudios. Además, se examinaron las medias, desviaciones estándar y la fiabilidad de las escalas mediante el coeficiente alfa de Cronbach. Por otro lado, se evaluó si los datos seguían una distribución normal.

Para comprobar la primera hipótesis, se calculó el coeficiente de correlación entre la actitud religiosa y el bienestar subjetivo.

Para comprobar la segunda hipótesis, se llevó a cabo un análisis de regresión lineal múltiple. Este análisis utilizó el bienestar subjetivo como variable dependiente y se ejecutó en tres pasos. En el primer paso, se incluyeron las variables: edad, género y nivel de estudios. En el segundo paso, se añadió la variable de actitud religiosa y en el tercer paso, se agregaron las variables de interacción (actitud religiosa x edad, actitud religiosa x género, actitud religiosa x nivel de estudios).

### 5. RESULTADOS

En relación con las dos escalas, se ha registrado una media de 133,26 para el bienestar subjetivo, con una desviación estándar de 19,29 y un rango que oscila entre 90 y 164. Por otro lado, en la escala de actitud religiosa, se ha obtenido una media de 59,12, con una desviación estándar de 28,18, y un rango que va desde 17 hasta 85.

## Correlación entre las variables

Antes de explorar la correlación entre las variables actitud religiosa y bienestar subjetivo, se realizó una prueba de normalidad utilizando el test de Kolmogorov-Smirnov. Los resultados mostraron una significancia menor de 0.05, lo que indica que los datos no siguen una distribución normal. Sin embargo, dada la naturaleza de una muestra pequeña, se procedió a calcular la asimetría y la curtosis para evaluar cuán alejados están los datos de una distribución normal.

Se observó una leve asimetría negativa en ambas variables, lo que sugiere una tendencia hacia la izquierda en la distribución de los datos. Además, se identificó una curtosis negativa, lo que indica una concentración poco significativa de datos alrededor de la media, lo que se conoce como una distribución platicúrtica.

Dado que tanto la asimetría como la curtosis son inferiores a 3 y 10 respectivamente en ambas direcciones (Tabla 2), se puede concluir que no hay una desviación significativa de una distribución normal y por ello decidimos utilizar pruebas paramétricas.

**Tabla 2.** Asimetría y curtosis.

	<b>Bienestar Subjetivo</b>	<b>Actitud Religiosa</b>
<b>Asimetría</b>	-,39	-,42
<b>Curtosis</b>	-1,03	-1,75

Después, se procedió a calcular la relación entre las variables de bienestar subjetivo y actitud religiosa utilizando el coeficiente de correlación de Pearson. Se obtuvo un valor de 0,36, con una significancia menor a 0,05. Esto indica que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alternativa, confirmando la presencia de relación entre ambas variables. La magnitud de la correlación se considera moderada.

Finalmente, para abordar la segunda hipótesis, se llevó a cabo un análisis de regresión lineal múltiple. La **tabla 3** muestra tres modelos distintos: el primero parte de las variables edad, género y nivel de estudios; en el segundo

se añade la variable actitud religiosa; y en el tercero, se incluyen las variables de interacción entre la actitud religiosa y la edad, género y nivel de estudios.

El primer modelo explica el 13,1% de la varianza del bienestar subjetivo, principalmente debido al impacto de la edad ( $\beta=0,282$ ,  $p=0,005$ ), ya que las otras variables, género y nivel educativo, no alcanzan una significancia estadística menor a 0,05.

Al introducir la variable de actitud religiosa en el modelo 2, la varianza explicada aumenta al 22%, gracias al efecto significativo tanto de la actitud religiosa ( $\beta=0,318$ ,  $p<0,001$ ) como de la edad ( $\beta=0,251$ ,  $p=0,008$ ). Sin embargo, las demás variables mantienen una significancia menor de 0,05.

Finalmente, al añadir las variables de interacción entre la actitud religiosa y el género, la edad y el nivel educativo en el modelo 3, la cantidad de varianza explicada del bienestar subjetivo disminuye al 21%. Aunque el modelo sigue siendo significativo, ninguna variable emerge como predictora significativa.

En conclusión, los resultados indican que el modelo más efectivo es el modelo 2, donde únicamente dos variables, la edad (donde se observa que, a mayor edad, mayor bienestar) y la actitud religiosa (donde se evidencia que, a mayor actitud religiosa, mayor bienestar), explican una proporción significativa de la varianza del bienestar subjetivo. En contraste, las variables restantes, como el género, el nivel educativo y las nuevas variables de interacción entre la actitud religiosa y el género, así como el nivel educativo o edad, no alcanzan niveles significativos de asociación con el bienestar subjetivo.

**Tabla 3.** Resumen de los modelos

Modelo		R cuadrado ajustado	Sig.	Coefficiente estandarizado B	F	T	Sig.
1	(Constante)	,131	<,001		11,052		<0,001
	Edad			,282		2,873	.005
	Género			-,081		-,898	,371
	Nivel de estudios			-,158		-1,621	,108
2	(Constante)	,217	<,001		9,609		<,001
	Edad			,251		2,682	,008
	Género			-,144		-1,648	,102
	Nivel de estudios			-,087		-,917	,361
	Actitud Religiosa			,318		3,552	<,001
3	(Constante)	,209	<,001		3,388		,001
	Edad			,107		,529	,598
	Género			-,172		-,896	,372
	Nivel de estudios			,277		,932	,353
	Actitud Religiosa			,734		1,139	,257
	Actitud Religiosa x Edad			,239		,607	,545
	Actitud Religiosa x Género			,043		,185	,853
	Actitud Religiosa x Nivel de estudios			-,628		-1,173	,244

## 6. DISCUSIÓN

En este estudio, se propuso analizar la relación entre la actitud religiosa y el bienestar subjetivo, con el objetivo de determinar el papel que la actitud religiosa desempeña en el bienestar individual. Para lograrlo, se plantearon dos objetivos principales: comprender la relación entre la actitud religiosa y el bienestar subjetivo, así como investigar posibles factores moderadores, como la edad, el género y el nivel educativo.

El presente estudio reveló que existe una correlación significativa entre la actitud religiosa y el bienestar subjetivo, lo que respalda mi primera hipótesis. Específicamente, encontramos que a medida que aumenta la intensidad de la actitud religiosa, también lo hace el nivel de bienestar subjetivo de los individuos. Esta asociación, aunque moderada, sugiere que la religión juega un papel relevante en el bienestar psicológico de las personas. Esta relación entre la actitud religiosa y el bienestar ha sido respaldada por diversos estudios, que demuestran que aquellos que mantienen actitudes favorables hacia la religión y practican actividades religiosas experimentan una satisfacción de vida más elevada (Diener et al., 2011; Krause, 2003;).

Es importante destacar que esta relación encontrada es correlacional y no causal, lo que significa que, aunque existe una asociación entre la actitud religiosa y el bienestar subjetivo, no podemos inferir que una causa directamente la otra. La actitud religiosa y el bienestar subjetivo pueden verse influenciados por diversos factores, tales como la personalidad, el entorno social y otros aspectos, lo que hace que esta relación sea compleja y sujeta a múltiples interpretaciones.

En cuanto a mi segunda hipótesis, que postulaba que la relación entre la actitud religiosa y el bienestar subjetivo sería moderada por variables como la edad, el género y el nivel educativo, los hallazgos refutan esta idea, invalidando así esta hipótesis. Estos hallazgos van en contra de los resultados encontrados por Krause y Ellison (2003), quienes encontraron que la edad, el género y el nivel educativo actuaban como variables moderadoras entre el bienestar subjetivo y la actitud religiosa.

Sin embargo, analizando la relación entre las variables, edad, género, nivel educativo y actitud religiosa con el bienestar subjetivo. Encontramos que solo la variable edad y la actitud religiosa se manifiestan como predictores significativos del bienestar subjetivo. Esta evidencia implica que a mayor actitud religiosa mayor bienestar subjetivo y que a medida que las personas envejecen, experimentan niveles más altos de bienestar. Este hallazgo se alinea con la investigación de Isaacowitz y colaboradores (2005), que sugiere que la edad está asociada positivamente con la satisfacción con la vida, lo que indica que el bienestar subjetivo tiende a aumentar con la edad.

Sin embargo, otras variables analizadas, como el género y el nivel educativo, no parecen ejercer una influencia significativa en el bienestar subjetivo. Es decir, no alcanzan niveles significativos de asociación con el bienestar subjetivo. La conexión entre el bienestar subjetivo y el género ha sido objeto de debate y controversia en la investigación psicológica. Algunos estudios sugieren que los hombres reportan niveles más altos de felicidad en comparación con las mujeres, atribuyendo esta diferencia a factores como la evaluación personal de logros profesionales y estatus social (Stevenson & Wolfers, 2009). Sin embargo, otros estudios han encontrado resultados opuestos, señalando que las mujeres tienden a reportar niveles más altos de bienestar subjetivo, posiblemente debido a su capacidad para expresar emociones y mantener redes de apoyo social más sólidas (Zubieta et al., 2012).

En cuanto al nivel educativo, estos hallazgos desafían las conclusiones de Diener y Biswas-Diener (2002), quienes identificaron una correlación positiva entre el nivel educativo y el bienestar subjetivo. Su investigación sugiere que individuos con niveles educativos más altos tienden a reportar una mayor satisfacción con la vida y un sentido de bienestar más elevado. Además, también contrastan con los resultados de Easterlin (2001), quien encontró que, en países desarrollados, un aumento en el nivel educativo puede generar expectativas más altas, lo que resulta en una mayor insatisfacción subjetiva con la vida. Sin embargo, estos hallazgos coinciden con los de Steptoe y colaboradores (2015), quienes examinaron la relación entre el nivel educativo y el bienestar subjetivo en una muestra representativa de adultos mayores en Estados Unidos, y no encontraron diferencias significativas en la

satisfacción con la vida entre distintos grupos de niveles educativos. Estos resultados cuestionan la suposición tradicional de que la educación siempre se relaciona con un mayor bienestar subjetivo y sugieren que la relación entre educación y bienestar puede ser más compleja de lo que comúnmente se asume.

Este estudio se llevó a cabo con una muestra relativamente pequeña. En un principio, se postuló que la relación entre la actitud religiosa y la satisfacción con la vida podría estar influenciada por variables como la edad, el género y el nivel educativo. Específicamente, se anticipaba que esta relación sería más pronunciada en mujeres, personas mayores y aquellos con menor nivel educativo. Sin embargo, tras el análisis de los datos, no se encontró evidencia que apoyara esta hipótesis.

Una posible explicación de esta discrepancia podría residir en las características de la muestra utilizada en el estudio. Esta constaba de tan solo 110 participantes, siendo la mayoría mujeres. Esta disparidad de género podría influir en los resultados, dado que las diferencias en la actitud religiosa y la satisfacción con la vida entre hombres y mujeres podrían no estar representadas adecuadamente.

Además, se observó que la mayoría de los participantes tenían estudios universitarios o superiores, representando el 56,4% de la muestra. Esta homogeneidad educativa podría sesgar los resultados, y, por ende, cuestionar la hipótesis de que la relación entre la actitud religiosa y la satisfacción con la vida se vea moderada por el nivel educativo.

Finalmente, en cuanto a la edad, la muestra no era completamente representativa, dado que la mayoría de los participantes pertenecían a una población joven, con una media de 26.71 años. Esto podría sesgar los resultados y poner en duda la hipótesis de que la edad actúe como una variable moderadora en la relación entre la actitud religiosa y el bienestar subjetivo.

En conclusión, este estudio ha proporcionado evidencia que respalda la relación significativa entre la actitud religiosa y el bienestar subjetivo, confirmando la primera hipótesis planteada. Se encontró que a medida que aumenta la intensidad de la actitud religiosa, también lo hace el nivel de bienestar subjetivo de los individuos, lo cual coincide con investigaciones previas que destacan el papel positivo de la religión en la satisfacción de vida. Respecto a la segunda hipótesis, que sugería la moderación de la relación entre la actitud religiosa y el bienestar subjetivo por variables demográficas como la edad, el género y el nivel educativo, los hallazgos contradicen esta premisa. A pesar de las expectativas iniciales, no se encontró evidencia de una moderación en función del género, la edad o el nivel educativo. Estas discrepancias con estudios anteriores resaltan la complejidad del tema y subrayan la necesidad de seguir investigando cómo diversos factores inciden en la relación entre la religión y el bienestar subjetivo.

En resumen, este estudio contribuye al creciente cuerpo de literatura que explora la relación entre la religión y el bienestar subjetivo. Aunque estos hallazgos respaldan la idea de que la actitud religiosa puede contribuir positivamente al bienestar subjetivo, es necesario profundizar en la comprensión de los mecanismos subyacentes y explorar más a fondo cómo factores contextuales pueden modular esta relación. Además, futuras investigaciones podrían considerar otros posibles moderadores y utilizar muestras más amplias para obtener resultados más generalizables.

## 7. BIBLIOGRAFÍA

- Abdel-Khalek, A. M. (2012). Subjective well-being and religiosity: A cross sectional study with adolescents, young and middle-age adults. *Mental Health, Religion & Culture*, 15 (1), 39–52. <https://doi.org/10.1080/13674676.2010.551324>
- Adame, M. E. C., & Santiago, G. T. (2009). La religión como una dimensión de la cultura. *Nómadas. Critical Journal of Social and Juridical Sciences*, 22(2), 1-15.
- Ano, G. G., & Vasconcelles, E. B. (2005). Religious coping and psychological adjustment to stress: A meta-analysis. *Journal of Clinical Psychology*, 61(4), 461-480.
- Bartels, M., & Boomsma, D. I. (2009). Born to be happy? The etiology of subjective well-being. *Behavior Genetics*, 39(5), 605-615.
- Diener, E., & Biswas-Diener, R. (2002). Will money increase subjective well-being? *Social Indicators Research*, 57(2), 119-169.
- Diener, E., Tay, L., & Myers, D. G. (2011). The religion paradox: If religion makes people happy, why are so many dropping out? *Journal of Personality and Social Psychology*, 101(6), 1278-1290.
- Easterlin, R. A. (2001). Income and happiness: Towards a unified theory. *The Economic Journal*, 111 (473), 465-484.
- Furrow, J. L., King, P. E., & White, K. (2004). Religion and positive youth development: Identity, meaning, and prosocial concerns. *Applied Developmental Science*, 8(1), 17-26.
- Gancedo, M. (2007). Virtudes y fortalezas: el revés de la trama. *Psicodebate*, 7, 67-80.
- García Martín, M. A. (2002). El Bienestar Subjetivo. *Escritos de Psicología*, 6, 18-39.
- García Alandete, J. (2009). Actitudes religiosas, valores y razonamiento moral. *Universitat de València*.

- Hills, P., & Argyle, M. (2002). The Oxford Happiness Questionnaire: A compact scale for the measurement of psychological well-being. *Personality and Individual Differences, 33*(7), 1073-1082.
- Isaacowitz, D. M. (2005). Correlates of well-being in adulthood and old age: A tale of two optimisms. *Journal of Research in Personality, 39*(2), 224-244.
- Kajavinthan, K. (2015). A study of religious attitude among school students in Jaffna District, Srilanka. *Journal of Humanities and Social Science, 20*(7), 73-76.
- Klimenko, O., Lopera, D. A. T., Calle, J. A. H., Hernández, E., Navarro, J. V., & Baena, K. R. (2019). La actitud religiosa y su relación con las distorsiones cognitivas en una muestra de personas pertenecientes a la orientación religiosa de origen protestante. *Psicoespacios: Revista Virtual de la Institución Universitaria de Envigado, 13*(22), 3-22.
- Koenig, H. G., & Larson, D. B. (2001). Religion and mental health: Evidence for an association. *International Review of Psychiatry, 13*(2), 67-78.
- Krause, N. (2003). Religious meaning and subjective well-being in late life. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences, 58*(3), S160-S170.
- Lyubomirsky, S., & Lepper, H. S. (1999). A measure of subjective happiness: Preliminary reliability and construct validation. *Social Indicators Research, 46*(2), 137-155.
- Lyubomirsky, S., Sheldon, K. M., & Schkade, D. (2005). Pursuing happiness: The architecture of sustainable change. *Review of General Psychology, 9*(2), 111-131.
- Martín Cabrera, V. X. (2017). Bienestar subjetivo, bienestar psicológico y significación vital en personas en situación de desempleo.
- Martínez, M. (2014). Religiosidad, prácticas religiosas y bienestar subjetivo en jóvenes católicos de Lima Norte. *Universidad Católica del Perú*. <https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/5432>

- McCullough, M. E., & Willoughby, B. L. (2009). Religion, self-regulation, and self-control: Associations, explanations, and implications. *Psychological bulletin*, 135(1), 69.
- Mroczek, D. K., & Spiro III, A. (2005). Change in life satisfaction during adulthood: Findings from the veterans affairs normative aging study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 88(1), 189-202.
- Mu, C. (2007). Perspectiva psicológica del bienestar subjetivo. *Psicogente*, 10(18).
- Olivera, M., & Simkin, H. (2016). Factores de la personalidad y su relación con el bienestar subjetivo y psicológico. *Hologramática*, 6, 77-96.
- Oman, D., & Thoresen, C. E. (2003). Invited essay: "Spiritual modeling: A key to spiritual and religious growth?". *The International Journal for the Psychology of Religion*, 13(3), 149-165.
- Orozco Parra, C. L., & Domínguez Espinosa, A. D. C. (2014). Diseño y validación de la Escala de Actitud Religiosa.
- Quiceno, J. M., & Vinaccia, S. (2009). La salud en el marco de la psicología de la religión y la espiritualidad. *Diversitas: perspectivas en psicología*, 5(2), 321-336.
- Ramazanzade, K., Miri, M., & Hashemi, S. M. (2015). Familiarity with Quran and its relationship with mental health among University Students. *Journal Religion and Health*, 3(2), 41-8.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). Sobre la felicidad y los potenciales humanos: Una revisión de la investigación sobre el bienestar hedónico y eudaimónico. *Revista Anual de Psicología*, 52(1), 141-166.
- Stevenson, B., & Wolfers, J. (2009). The paradox of declining female happiness. *American Economic Journal: Economic Policy*, 1(2), 190-225.
- Stephoe, A., Deaton, A., & Stone, A. A. (2015). Subjective wellbeing, health, and ageing. *The Lancet*, 385(9968), 640-648.

- Tomás-Sábado, J., Edo-Gual, M., Aradilla-Herrero, A., Sorribes López, J. V., Fernández-Najar, B., & Montes-Hidalgo, J. (2014). Propiedades psicométricas.
- Valderas, J. M. (2013). Neurociencia cognitiva de la religión I. *Estudios Filosóficos*, 62(179), 63-97.
- Zaidi, A., & Rahaman, S. Un estudio de la actitud hacia la religión entre los estudiantes de secundaria superior pertenecientes a diferentes grupos religiosos.
- ZERPA DE KIRBY, Y. (2018). Un acercamiento al fenómeno religioso en América Latina a la luz de la crítica cultural. *Sapienza Organizacional*, 5(9), 211-226.
- bado, J., Edo-Gual, M., Aradilla-Herrero, A., Sorribes López, J. V., Fernández-Najar, B., & Montes-Hidalgo, J. (2014). Propiedades psicométricas.
- Zubieta, E. M., Muratori, M., & Fernández, O. (2012). Bienestar subjetivo y psicosocial: explorando diferencias de género. *Salud & Sociedad: Latin American Journal on Health & Social Psychology*, 3(1), 66-76.

## 8. ANEXOS

### **EL PAPEL DE LA RELIGIÓN EN LA PEREPCIÓN DEL BIENESTAR**

Soy una estudiante de 4t de Psicología y estoy haciendo una investigación para mi trabajo de final de grado sobre "El papel de la religión en la percepción del bienestar". Este proyecto tiene como objetivo examinar la compleja relación entre la religiosidad y el bienestar subjetivo de las personas.

#### **Participación voluntaria**

La participación en este estudio es completamente voluntaria. Entendemos y respetamos la privacidad de cada participante, por lo que todas las respuestas serán tratadas de manera confidencial y anónima. Tu participación contribuirá significativamente a la comprensión de estos fenómenos y al avance del conocimiento en este campo.

Es importante destacar que responder a este cuestionario no implica ningún riesgo para la salud física o mental de los participantes. El estudio se lleva a cabo con el máximo respeto por el bienestar de cada individuo.

Para responder a esta encuesta, es necesario ser mayor de edad. Agradecemos sinceramente tu disposición para contribuir a esta investigación.

Para cualquier consulta, puede ponerse en contacto a través a través de la dirección de correo electrónico [fikra.elmansouri@estudiants.urv.cat](mailto:fikra.elmansouri@estudiants.urv.cat)

**¿Desea participar en la encuesta? (Indique su respuesta marcando con una "X")**

---

Sí

No

En caso afirmativo, pase a la siguiente página.

**Por favor, responda a las siguientes preguntas.**

**Sexo**

---

Hombre     Mujer     Preferiría no contestar

**Edad**

---

.....

**Nivel de estudios**

---

Primarios     E.S.O     Título de bachillerato o equivalente     Universitarios o superiores

**¿Se identifica como creyente en alguna religión?**

---

Sí     No

**En caso afirmativo, ¿qué religión?**

---

cristianismo     islam     judaísmo     Otra religión (Específica; \_\_\_\_\_)

A continuación, hay una serie de afirmaciones sobre la felicidad. Señala en cada una de ellas con una X, el grado de acuerdo o desacuerdo con el que mejor te identifiques.

	Total desacuerdo	Moderado desacuerdo	Ligero desacuerdo	Ligero acuerdo	Moderado acuerdo	Total acuerdo
1. No me gusta mucho mi forma de ser						
2. Me intereso mucho por los demás						
3. Creo que la vida es muy gratificante						
4. Siento mucho afecto por casi todo el mundo						
6. No soy muy optimista respecto al futuro						
7. Encuentro muchas cosas divertidas						
8. Me comprometo e involucro en muchas cosas						
9. La vida es muy bonita						
10. No pienso que el mundo sea un lugar agradable						
11. Me río mucho						
12. Estoy muy satisfecho/a con mi vida						
13. No me encuentro atractivo/a						
14. Hay una gran diferencia entre lo que me gustaría hacer y lo que realmente hago						
15. Soy muy feliz						
16. Encuentro hermosas muchas cosas						
17. Siempre influyo positivamente en los demás						
18. Tengo tiempo para hacer todo lo que quiero						
19. Siento que no tengo mucho control sobre mi vida						
20. Me siento capaz de tomar decisiones						
21. Me siento mentalmente despierto/a						
22. Generalmente, soy alegre y optimista						
23. No me resulta fácil tomar decisiones						
24. No encuentro mucho significado y sentido a mi vida						
25. Me siento con mucha energía						
26. Suelo influir positivamente en los acontecimientos						
27. No me divierto con otras personas						
28. No me encuentro muy bien de salud						
29. No tengo recuerdos muy felices del pasado						

Por favor indique qué tan de acuerdo o que tan desacuerdo está con cada afirmación tomando en cuenta la siguiente escala:

1 = Totalmente desacuerdo

2 = Desacuerdo

3 = Inseguro

4= De acuerdo

5= Totalmente de acuerdo

1. Dios me ayuda a llevar una vida mejor	1	2	3	4	5
2. Me gusta mucho aprender sobre Dios	1	2	3	4	5
3. Dios no significa nada para mí	1	2	3	4	5
4. Creo que Dios ayuda a la gente	1	2	3	4	5
5. Rezar me ayuda mucho	1	2	3	4	5
6. Pienso que rezar es una buena cosa	1	2	3	4	5
7. Pienso que los textos religiosos (ej., la Biblia, el Corán, el Torá) son anticuados	1	2	3	4	5
8. Dios es muy real para mí	1	2	3	4	5
9. Pienso que rezar no sirve para nada	1	2	3	4	5
10. La religión me ayuda a llevar una mejor vida	1	2	3	4	5
11. Encuentro difícil creer en Dios	1	2	3	4	5
12. Pienso que los rituales religiosos son una pérdida de tiempo	1	2	3	4	5
13. Para mí es importante practicar mi religión/creencias espirituales	1	2	3	4	5
14. La religión es relevante en el mundo moderno	1	2	3	4	5
15. Pienso que ir al templo (ej., Iglesia, Sinagoga, Mezquita) es una pérdida de tiempo	1	2	3	4	5
16. Mis creencias religiosas realmente dan forma a mi enfoque total de vida	1	2	3	4	5
17. La espiritualidad es importante en mi vida	1	2	3	4	5

**¡Gracias por su participación!**