

LA ESPIRITUALIDAD COMO FORTALEZA HUMANA Y SU RELACIÓN CON LA CONSTRUCCIÓN DE SENTIDO VITAL. ALGUNAS NOTAS ESPECÍFICAS PARA EL CAMPO EDUCATIVO

FRANCISCO VARGAS HERRERA

Pontificia Universidad Católica de Valparaíso, Chile

LORETO MOYA MARCHANT

Pontificia Universidad Católica de Valparaíso, Chile

RESUMEN

La espiritualidad es comprendida por la psicología como un recurso humano poderoso que se relaciona directamente con la construcción de sentido vital, ya que ella actuaría como un elemento que ayuda a los individuos a tener mayor conciencia de sí, y al mismo tiempo, como una dimensión que les ayuda a auto trascenderse. Por lo mismo, dichos aspectos contribuyen con que el ser humano sea capaz de relacionarse con los demás y el entorno a partir de ciertas comprensiones que tienden hacia la benevolencia universal y la superación del egocentrismo. Este específico tipo de relación puede o no considerar la vinculación con una divinidad, lo que posiciona la espiritualidad como un constructo no estrictamente teológico, aunque ciertamente que también la teología se ha dedicado a su estudio. En este artículo, se desea mostrar teóricamente cómo desde la psicología positiva la espiritualidad se comprende como una fortaleza humana que se relaciona con un desarrollo psicológico pleno y maduro, invitando a que esta sea promovida desde diversos ámbitos e instituciones, particularmente desde el campo educativo. Para ello se ofrecen elementos específicos que posicionan la espiritualidad como un elemento central en la educación actual, especialmente por su carácter de integradora, no estandarizada y no material.

Palabras clave: Espiritualidad, sentido de la vida, educación.

ABSTRACT

Spirituality is understood by psychology as a powerful human resource that directly relates to the building vital meaning, which acts as an element that helps individuals achieve a better understanding of themselves and, at the same time, as a dimension that helps them transcend. Because of this, those aspects contribute to humans being able to develop relationships with others and the environment based on certain understandings about universal benevolence and overcoming selfishness. This kind of relationship in particular may or may not consider a relation to a divinity, which makes spirituality a construct that is not strictly theological. However, theology has certainly dedicated time to study it. This article intends to show, from a theoretical point of view, how spirituality is understood by positive psychology as a human strength that relates to a full and mature psychological development. This helps spirituality to be promoted in a variety of areas and institutions, particularly in education. In order to do so, specific elements that make spirituality a core element in current education, particularly because of its integrating, non-standardized, and material nature, are described.

Keywords: Spirituality, meaning of Life, education.

INTRODUCCIÓN

Este artículo se hace cargo de mostrar por qué actualmente algunas corrientes de psicología entienden la espiritualidad como una fortaleza humana. Al mismo tiempo, quiere dar cuenta de que a dicha fortaleza se le atribuye una alta capacidad para la construcción de sentido vital, lo que la posiciona como un constructo muy recomendable de promover durante todo el ciclo vital. Particularmente en este trabajo seguimos un abordaje centrado en el contexto educacional, ofreciendo algunas directrices generales que puedan ayudar a vincular la espiritualidad con el siempre tan relevante espacio educativo. Para el cumplimiento de lo anterior ofreceremos una revisión bibliográfica organizada en tres temas. En primer lugar, se describirá cómo la teología católica¹ y la psicología han abordado el tema de la espiritualidad. Aunque estas dos disciplinas académicas son diferentes, resulta importante referirse a ellas ya que desde una mirada reduccionista podría pensarse que la espiritualidad es un objeto de estudio que no compete a la ciencia psicológica y que se trata entonces de un tema de

1 No existe una única teología. Sin embargo, lo que planteamos acá está en el ámbito de la teología católica. Esto se debe a que, aun reconociendo la diversidad de abordajes teológicos, ha sido la teología cristiana y dentro de ella la católica, la que mayor influencia ha tenido en nuestra cultura occidental.

abordaje exclusivo de la teología. Por lo mismo se incluirán dos apartados para tratar estos aspectos: teología y espiritualidad y psicología y espiritualidad.

En segundo lugar, se presentarán los antecedentes del movimiento psicológico conocido como psicología positiva contenidos en la psicología humanista. Luego de esto, se desea mostrar que, desde el marco teórico que ofrece la psicología positiva, la espiritualidad es concebida como una fortaleza humana que posee implicancias para el bienestar humano ya que ella ayuda a la construcción de sentido vital.

Finalmente, nos referiremos a algunas implicancias educativas que se desprenden de estas posiciones teóricas en perspectiva de incluir condiciones en diversos sistemas educacionales que permitan que niños y jóvenes escolarizados se desarrollen en el ámbito de la espiritualidad.

FUNDAMENTACIÓN: UNA APROXIMACIÓN A LA ESPIRITUALIDAD DESDE LA TEOLOGÍA Y LA PSICOLOGÍA

TEOLOGÍA Y ESPIRITUALIDAD

La espiritualidad ha sido objeto de estudio de la teología desde periodos tan antiguos como la propia disciplina teológica. Sin embargo, no será hasta principios del siglo XX cuando se producirá un nuevo y renovado interés de parte de la teología por estudiar la espiritualidad sistemáticamente. Este interés surgió especialmente desde un impulso del movimiento místico de finales del siglo XIX y que se concretó en una formalización de la enseñanza en varias facultades de teología de un tratado específico que fue denominado Teología Espiritual (Azcuy, 2011).

La expresión teología espiritual se acuñó formalmente en 1931 cuando en diversas facultades de teología católica se acogió la Constitución *Deus Scientiarum Dominus* del 24 de mayo de ese mismo año. El uso de la expresión Teología Espiritual a partir de este documento, obedecía a una búsqueda de unidad entre vida ascética, mística y teología (García, 2002). En este mismo periodo surgieron dos revistas que se dedicaron exclusivamente a tratar temas de teología espiritual: *La Vie Spirituelle Ascétique et Mystique* (1919), y *Revue d'Ascétique et de Mystique* (1920). Fue una característica de este periodo, el hecho de que la teología espiritual continuara una tradición mayoritaria en teología de abocarse al tema de la espiritualidad desde un enfoque predominantemente especulativo, prestando poca atención a la experiencia subjetiva y vital de los individuos en relación con su espiritualidad.

Durante este periodo la teología espiritual se definió como

la ciencia que apoyándose en las enseñanzas de la revelación estudia en qué consiste la perfección de la vida cristiana y cómo el humano, aquí abajo, puede tender a ella y alcanzarla. Se la llamará ascética en tanto que ella nos enseña los ejercicios humanos que ayudan a la gracia y que permiten aplicar los esfuerzos para adquirir la perfección. Se la llamará mística en tanto que ella nos instruye acerca de aquellas gracias, dones, caminos, que Dios atrae al ser humano para unirse a él y elevarlo así a la perfección (De Guibert, 1943, p.24).

Sin embargo, el enfoque especulativo antes descrito, tuvo su primer antecedente de cuestionamiento hacia la década del cuarenta del siglo pasado, cuando se produjo un giro que comenzó a considerar a la experiencia subjetiva de los individuos para comprender la espiritualidad. Desde este giro se produjeron controversias en el sentido de validar o deslegitimar que la teología considerara la experiencia personal para profundizar en la comprensión acerca de qué es la espiritualidad (Azcuy, 2011). En esta línea, hubo dos principales tendencias de pensamiento teológico: a) proponer la antropología teológica como principal fundamento de la espiritualidad, es decir, considerar al ser humano como criatura dotada de una dimensión espiritual perfectible y por lo mismo ahondable y, b) oponer la objetividad de la teología a un psicologismo que se hacía dominante por la época y que buscaba reducir la espiritualidad a estados o fenómenos psicológicos (Azcuy, 2011).

Tal vez el teólogo más representativo de este periodo en relación con la teología espiritual fue Gabriel de Santa María Magdalena (1940) quien afirmó que la teología espiritual posee esencialmente una dimensión psicológica que la sitúa en un lugar distintivo dentro de la teología en general. Según este autor, la teología espiritual es ante todo una teología de la experiencia, lo que la alejaba de una posición meramente especulativa. Se iniciaba con este pensamiento un nuevo recorrido en donde la teología comenzaba a comprender la espiritualidad como un objeto histórico-psicológico (García, 2002). Sin embargo, esta comprensión de la espiritualidad como una experiencia situada y subjetiva no impactó profundamente en el desarrollo teórico de la teología espiritual, la que en términos generales conservo su raíz especulativa y teórica al menos hasta la década del sesenta en donde el hito de la celebración del Concilio Vaticano II (1962-1965) enfatizó la unidad de toda la teología, considerando la espiritualidad precisamente como el elemento interno que permite dicha unidad (Azcuy, 2011). No obstante, aún hoy, se debe profundizar en la manera en que se comprende y define desde la teología la espiritualidad, ya que “los manuales,

incluso los más recientes, ofrecen todavía bastante ambigüedad. Les falta unidad y cohesión interna, que sólo es posible alcanzar desde la formalidad propia de esta disciplina: la dimensión experiencial de la vida espiritual” (García, 2002, p.359).

Ros (2000) identificó tres fases diferentes en el estudio de la espiritualidad en cuanto objeto de estudio de la teología: a) el resurgimiento de la teología espiritual (1900-1930); b) la consolidación teológica (1930-1965) y c) los intentos de recalificación (1965 en adelante). Es precisamente en este último y más reciente periodo cuando surgen importantes consensos en el ámbito de la teología espiritual, en donde el reconocimiento transversal de que ella considera un aspecto dinámico y vital de la experiencia humana se alza como el más relevante de todos. En este mismo periodo final, Azcuy (2011) plantea que surge la controversia acerca de la forma en que debe ser nominada esta área en teología. No se trata -como veremos- de una sola cuestión de nombre, sino que conservar la forma de teología espiritual o abrirse a una nueva, implica asuntos de fondo y, sobre todo, considera una manera particular de comprender a esta disciplina. Siguiendo a esta autora, podemos identificar dos grandes tendencias al respecto. Una primera que opta por nombrar a esta disciplina como tradicionalmente se le ha reconocido, es decir como teología espiritual; y otra tendencia más actual que opta por denominar a esta disciplina como espiritualidad.

En el primer grupo (los que utilizan la expresión teología espiritual) se encuentran quienes enfatizan que esta disciplina versa en primer lugar acerca de datos que surgen de la revelación de Dios y en segundo lugar acerca de la vida de los santos y sus diversas enseñanzas. Se trata entonces de una comprensión teológica de la espiritualidad que la vincula fuertemente con religión, ya que, desde esta posición, la espiritualidad remite a la vivencia de la relación con Dios en una determinada tradición y en un determinado marco de referencia socio-cultural y se asume dentro de una fe y una praxis concreta (Waaijman, 2011).

Por su parte, en el segundo grupo (los que prefieren utilizar la expresión espiritualidad) se cuentan quienes no hacen referencia a la vida o experiencia calificada de los santos, sino que, a la vida concreta y cotidiana de los individuos, en relación con sus experiencias de integración vital por medio de un compromiso consciente con aquello que se considera como absoluto. Este grupo entiende la espiritualidad como “la transformación continua implicada en la relación comprometida con lo Incondicionado” (Waaijman, 1993) o como “la experiencia del compromiso consciente en el proyecto de integración vital a través de la autotranscendencia hacia lo que se percibe como valor último” (Schneiders, 1986).

Según García (2002), lo más significativo de este segundo grupo es que considera a la experiencia subjetiva y personal como imprescindible para comprender la espiritualidad, así como el hecho de que se concibe a la experiencia espiritual como dotadora de un dinamismo vital ya que favorece la construcción de sentido. A partir de esto, este autor propone su propia definición acerca de la espiritualidad en cuanto disciplina académica concibiéndola como:

una disciplina teológica que, fundada sobre los principios de la revelación estudia la experiencia espiritual cristiana (fin que comparte con las otras disciplinas) en el 'saber vivido' de santidad (contribución original), en orden a determinar aquellas constantes cognoscitivas (saber cristiano) y prácticas (vivir cristiano) que ayuden al ser humano actual a devenir 'humano en el Espíritu'. En esta última competencia, se sirve obviamente de la contribución de las ciencias humanas como la psicología, la pedagogía, la sociología, la lingüística, etc. (García, 2002, p.232).

A partir de esta definición este autor sostiene que la espiritualidad en cuanto disciplina académica exige una aproximación interdisciplinaria que necesariamente debe considerar a otras ciencias humanas. Al mismo tiempo, enfatiza la dimensión experiencial sin excluir el dato de la revelación y la dimensión especulativa de la teología, señalando así, lo propio y lo común de la espiritualidad en el conjunto de la teología en general.

Por su parte Azcuy (2011) siguiendo el enfoque de los *Studies in Spirituality* desarrollados principalmente en Estados Unidos, Inglaterra y Holanda comprende la espiritualidad como una disciplina teológica por derecho propio y que posee como objeto de estudio a la vida espiritual en cuanto experiencia, por lo tanto, se trata de una disciplina que busca entender la experiencia espiritual tal y como ocurre. En cuanto al método de esta disciplina, esta misma autora señala que lo que ésta propone es una aproximación hermenéutica desde tres fases: descripción de la experiencia a investigar; análisis que guía hacia una comprensión y explicación de dicha experiencia y; apropiación que explica lo que dicha experiencia significa para el individuo. Comprende la espiritualidad como un ámbito interdisciplinario, puesto que su objeto de estudio puede ser abordado desde diversas disciplinas, sin embargo, lo propio de la espiritualidad radicaría en el proceso de auto implicación en el propio desarrollo espiritual. Este proceso de auto implicación hace sostener que el uso de la expresión espiritualidad es más adecuado que el de teología espiritual para referirse a esta disciplina académica. Al respecto Schneiders (1986), sostiene cuatro motivos que así lo justifican:

- La necesidad de una nueva terminología que permita relevar adecuadamente la discontinuidad de la comprensión de la espiritualidad como una disciplina exclusivamente especulativa o centrada sólo en el estudio de personalidades santas o extraordinarias.
- Al eliminar del nombre de esta disciplina la palabra teología, se logra evitar la subordinación de la espiritualidad a esta, disminuyendo las posibilidades de cerrarse a la posibilidad de que sea la propia espiritualidad la que pueda ofrecer diversas contribuciones a la teología.
- La necesidad de facilitar investigaciones comparadas en el área y que permitan favorecer el diálogo entre diversas tradiciones y culturas. Precisamente porque el concepto de espiritualidad es novedoso en la academia y por no tratarse de un término necesariamente teológico ayuda a superar esta necesidad.
- El carácter interdisciplinario propio del método de esta disciplina queda mejor graficado en el uso de la expresión espiritualidad para referirse a ella.

PSICOLOGÍA Y ESPIRITUALIDAD

En el manual de la *American Psychological Association* (APA) de Psicología, Religión y Espiritualidad (Pargament, 2013) se ofrecen definiciones para el concepto de espiritualidad. Por una parte, se la define como búsqueda de lo sagrado, entendiendo el concepto sagrado de forma incluyente y no sólo para referirse a Dios o a poderes superiores, sino también a otros aspectos de la vida que las personas perciben como manifestaciones de lo divino, de la trascendencia, lo ilimitado o lo último. Desde esta definición la búsqueda de lo sagrado puede ser percibida o experimentada de numerosas y diversas maneras (Zinnbauer & Pargament, 2005). Esto puede explicar en parte, el carácter de múltiples comprensiones que desde la psicología posee la espiritualidad, ya que las personas pueden entenderla, al menos como el hecho de ponerse en contacto con un dios; como experiencias diarias trascendentes; como un llamado y una vocación; como una experiencia de satisfacción con la vida; como una tarea de construir un reino divino en la tierra; como la devoción a una figura exaltada; como la evitación de la condenación eterna, etc. (Pargament, Mahoney, Exline, Jones & Shafranske, 2013).

Otra perspectiva desde la psicología sobre el concepto de espiritualidad es ofrecida por Dalton *et al.*, (2006). Ellos definen la espiritualidad como todas las formas de reflexión e introspección que enriquecen el sentido, propósito,

autenticidad e integración personal, incluyendo prácticas religiosas como no religiosas. Se distingue entonces espiritualidad de religión, entendiendo a esta última como las instituciones establecidas y que están diseñadas para facilitar el desarrollo espiritual de manera significativa (Pargament *et al.*, 2013). Sin embargo, se reconoce en las religiones -en contraste a lo que pareciera indicar la tendencia moderna de disociar espiritualidad y religión- que es precisamente la espiritualidad su función más importante y propia. Es justamente el carácter espiritual de su rol social lo que distingue a las religiones, ya que ninguna otra institución social tiene la espiritualidad como su objetivo principal (Pargament *et al.*, 2013). Por lo tanto, aunque religión y espiritualidad no son sinónimos ni se pueden homologar, comparten un campo semántico que las vincula, ya que la religión influye en las creencias, los objetivos y las emociones y puede nutrir un proceso de descubrimiento acerca de lo que es significativo para cada individuo (Pargament, 1997).

En esta misma línea, investigaciones del Fetzer Institute (2003) reportan que la espiritualidad está relacionada con lo trascendente y que puede estar o no vinculada a una tradición religiosa formal. Según Paloutzian & Park (2005) la espiritualidad se pregunta por el significado de la vida desde una perspectiva amplia. En sus estudios han encontrado que un grupo importante de personas se define como religiosa y espiritual simultáneamente, y otro grupo se autopercibe como espiritual, pero no religioso, ya que concibe la espiritualidad como una forma de oponerse a las religiones tradicionalmente organizadas. Tal como afirma Torralba (2012)

la espiritualidad no se expresa únicamente en el elocuente lenguaje de las grandes tradiciones religiosas del mundo. Existe una espiritualidad que nace, crece y se desarrolla en el seno de las tradiciones religiosas, que se alimenta de unas palabras, un cuerpo de símbolos y de rituales que emergen de una tradición religiosa, pero también existe una espiritualidad ácrata que se articula y se desarrolla allende las tradiciones religiosas. Se define a sí misma como una espiritualidad sin Dios, sin iglesia, sin dogmas, sin jerarquías (Torralba, 2012, p.32).

Como se ve, desde la psicología, espiritualidad y religión no son en estricto rigor realidades homologables, aun cuando forman parte de una misma área y remiten a significados relativamente compartidos (Vargas *et al.*, 2015). No es preciso entonces sostener que la crisis extendida de las instituciones religiosas incluye una falta de interés por abordar la dimensión espiritual de la vida humana. Asumiendo esta clarificación podemos comprender de mejor forma por qué

el considerar que la espiritualidad es un aspecto importante en la construcción de sentido vital de los sujetos es una tendencia creciente en diversos ámbitos incluyendo a la psicología (American Psychological Association, 2002; Miller, 2012). Esto incluso considerando que existe poca claridad acerca de un sentido unívoco de ella (Kreitzer, 2012).

En cualquier caso, la psicología evidentemente no investiga ni debate acerca de la existencia de dios o de una entidad espiritual superior y absoluta. Lo que le resulta de interés y competencia estudiar, son las percepciones e ideas que las personas poseen acerca de la espiritualidad y que podrían incidir en sus prácticas y ayudar a mejorar su calidad de vida (Góngora & Vásquez, 2014).

En esta sección hemos visto brevemente cómo la teología y la psicología han tratado el tema de la espiritualidad. Como hemos mostrado, las relaciones entre psicología y teología no ha estado exentas de debates. Ellos se han dado entre otros ámbitos, en el plano acerca de si le es legítimo a la psicología abocarse al estudio de la espiritualidad. Estos debates se iniciaron con ocasión de las Semanas Universitarias desarrolladas en Salzburgo en 1935. En dicha ocasión, se pronunciaron las lecciones denominadas “Sobre las bases psicológicas de la Mística” y se mostró que lo que se apreciaba en la época, eran dos claras tendencias sobre el modo de profundizar en el estudio de la espiritualidad: una de orden teológica y otra de orden psicológica (Goya, 2001). Esto llevó a que ambas disciplinas emitieran opiniones polémicas con relación a la otra. Algunos psicólogos, por ejemplo, en ciertos periodos descalificaron las pretensiones racionales o científicas de la teología. Por su parte, teólogos descalificaron varias teorías elaboradas por la mayoría de las ciencias humanas y que se habían acercado a tratar el tema de la espiritualidad y la religión. Algunos de los autores de dichas teorías descalificadas fueron Frazer, Levy-Bruhl, Durkheim, Halbwachs, James, Freud, Jung y otros (Pohier, 1969).

En este debate descrito, la tendencia teológica buscaba elaborar una teoría sobre la espiritualidad desde un plano especulativo y sobre todo intentando analizar aspectos sobrenaturales. Por su parte, la tendencia psicológica se proponía abordar aplicaciones de orden práctico y enfatizar causas naturales y concretas del ser humano y su libertad. Desde el ámbito teológico surgió entonces una creciente desconfianza hacia los enfoques psicológicos especialmente por las siguientes causas (Giordani, 1981):

- Se temía a un supuesto peligro de un exacerbado naturalismo psicológico que podría desconocer el dato revelado o la manifestación de Dios.

- Se buscaba evitar un psicologismo creciente en ciertos espacios que se propugnaba como la solución a todos los problemas personales y comunitarios.

Todo esto dio lugar a reduccionismos e incomprensiones mutuas, sin embargo, en la actualidad se abre paso en este ámbito una creciente conciencia de interdependencia y de indispensable colaboración entre psicología y teología para promover el potencial humano y espiritual lo que abre espacios a un nuevo tipo de relaciones entre ambas disciplinas marcado por una creciente reciprocidad (Cencini & Manente, 2015) y por la posibilidad de abordar el tema de la espiritualidad de forma interdisciplinaria a partir de la propia especificidad disciplinar.

APROXIMACIONES AL ESTUDIO DE LA ESPIRITUALIDAD DESDE LA PSICOLOGÍA HUMANISTA: LOS ANTECEDENTES DE LA PSICOLOGÍA POSITIVA

Durante los años posteriores a la Segunda Guerra Mundial aparecieron las primeras obras en psicología que versaban acerca de la personalidad sana (por ejemplo, Allport publicó en 1937 *Personality: A Psychological Interpretation*). Las obras anteriores habían tenido un marcado interés por las desviaciones o por las deficiencias en términos psicológicos. Destacaron en este nuevo enfoque que se preocupaba por una psicología más centrada en el potencial humano, además del propio Allport, Rogers, Maslow, Thomae, Nutton, Frankl y otros que constituyeron la tercera fuerza en psicología o psicología humanista (se denominó tercera considerando como previas al psicoanálisis y al conductismo). Adoptaron el nombre de humanistas porque su principal foco era estar al servicio del individuo concreto desde un nivel teórico que configurara un cuadro armónico y explicativo de la compleja estructura de la conducta humana en su conjunto (Goya, 2001). Este grupo de psicólogos, aun aceptando los condicionamientos del inconsciente y/o del ambiente, buscaron subrayar la iniciativa de la personalidad individual afirmando que una persona al ser psicológicamente madura tiende a autoconstruirse; busca el sentido de su vida; construye un proyecto vital y organiza en torno a ese proyecto sus propias características personales (Ronco, 1977).

Según Malo (2007) la perspectiva humanista en psicología parte de una comprensión del ser humano como un ser animado de naturaleza relacional. Comprende entonces a la psicología humanista como un enfoque integral en un doble sentido: comprender a la persona real desde una constitución somática-

psíquica-socio-espiritual y, renunciar a la sola explicación genética o causal de la psique humana al considerar la dimensión trascendente de esta.

La psicología humanista según Goya (2001) posee las siguientes características:

- La autorrealización: Esta fuerza en psicología reconoce que la dinámica humana no encuentra su impulso fundamental en el instinto, sino que en la necesidad interior de llegar a ser plenamente aquello que efectivamente se es capaz de ser. Para ello, propone un desarrollo gradual, pero que integra las propias potencialidades.
- La concepción positiva de la personalidad: Desde la psicología humanista se comprende la personalidad humana como portadora de valores. Desde este punto, las necesidades básicas tales como seguridad, afecto, respeto, etc., al igual que las potencialidades humanas fundamentales se consideran como positivas, por eso ella se esfuerza por cultivarlas y potenciarlas.
- La integración y organización: La psicología humanista enseña que las funciones y actividades humanas están ordenadas a una meta superior y aunque poseen fines propios, estos se orientan a conseguir el desarrollo pleno de la personalidad el que sólo es posible desde una unificación e integración de estos elementos particulares en una opción general de la existencia que se traduce en un sentido o propósito vital.

Esta opción general de la existencia o sentido vital, abrió posibilidades para pensar teóricamente relaciones entre psicología humanista y espiritualidad. Al respecto, dos fueron los autores que más influyeron: W. Allport y V. Frankl (Goya, 2001). Allport, consideraba que el impulso general del organismo a unificar su existencia sería una “filosofía de vida” la que podía, entre otras posibilidades, ser de carácter religioso o espiritual (Allport, 1985). Por su parte, Frankl profundizando en la posición de Allport, afirmó que una auténtica religiosidad constituía una fuente primordial de la salud mental, insistiendo en el valor de la trascendencia como capaz de conferir sentido, lo que consideraba como el principio fundamental para unificar la existencia humana (Frankl, 1994) ya que “la teoría del ser del hombre debe dejar abierta la puerta a la trascendencia” (Frankl, 2000, p.274).

La psicología humanista se posiciona entonces desde un lugar de reivindicación de la especificidad de lo psíquico, ya que al comprender al ser humano como una realidad compleja e irreductible a un solo proceso fisiológico, renuncia a posiciones reduccionistas y complejiza a la persona como una realidad que siempre se puede comprender más honda y profundamente.

Al mismo tiempo, funda su posición epistemológica en dos principios antropológicos que permanentemente busca desarrollar: una concepción integrada del ser humano (realidad bio-psico-socio-espiritual) y una concepción del ser humano como libre. Ambos principios permiten sostener la idea de que esta fuerza en psicología concibe al ser humano como capaz de construir un sentido vital que se concretiza en cada una de las acciones que emprende (Malo, 2007).

Si la psicología humanista estudia estas acciones humanas desde los dos principios antes señalados, parece evidente que posea al menos de forma implícita relaciones con la antropología, ya que le subyace una comprensión acerca de qué/quién es el ser humano. Al respecto, Helminiak (1987) propone cuatro visiones que explicarían diversas maneras de comprenderlo:

- Una visión positivista que realza exclusivamente los datos empíricos y excluye por lo tanto, los aspectos espirituales de la vida humana.
- Una visión filosófica que atribuye al ser humano la capacidad de buscar sentido a su propia existencia.
- Una comprensión teológica que religa profundamente al ser humano con una realidad trascendente.
- Una visión integral que considera al ser humano como multidimensional en donde lo espiritual sería una de estas dimensiones (entendida como una capacidad humana universal).

Estas visiones permanentemente nos remiten a interrogantes antropológicos que pretenden develar quién es el ser humano y cuál es el sentido de sus diversos comportamientos. Las posibles respuestas a esta interrogante no son ajenas a la psicología ni en sus posiciones éticas, ni epistemológicas, ni políticas. Esto porque los comportamientos humanos, estudiados, clasificados, definidos y tratados por la psicología reciben una interpretación a partir de cómo esta ciencia concibe al ser humano (Malo, 2007). Sin embargo, consideramos que la relación entre psicología y antropología no se agota en este único aspecto, en el cual la antropología actúa como disciplina fundante y orientadora, sino que más aún, la psicología puede -en cuanto analista de la vida humana toda- confirmar, rechazar o ampliar postulados de la antropología. Por lo tanto, su campo de influencia para comprender más hondamente qué es lo humano es de carácter insospechado. Tal como afirma Malo (2007) entre psicología y antropología existe una relación de influjo recíproco y al mismo tiempo complementario, ya que la antropología actúa como un marco de síntesis interpretativo para la psicología, pero además,

la psicología le es necesaria a la antropología para su propia construcción y desarrollo.

Probablemente por lo mismo la psicología humanista otorga a la educación un rol tan central en la facilitación de condiciones que permitan a los estudiantes convertirse en personas plenas. Para ello enfatiza que los centros escolares deberían otorgarles la libertad que les permitiera expresar sus intereses y deseos (Arancibia, Herrera & Strasser, 2011). Estas mismas autoras citando a Goble (1980) plantean entonces que

la teoría psicológica de la tercera fuerza exige un nuevo tipo de educación, aquella que da prioridad al desarrollo del potencial, en relación a lo que se refiere a hacernos 'hombres', a comprendernos a nosotros mismos y a los demás, a relacionarnos unos con otros eficazmente, a satisfacer las necesidades básicas y a desenvolvernos hacia la autorrealización. Este tipo de educación ayudará al hombre a ser la mejor versión de lo que en sí representa (Goble, 1980, p.83).

La psicología humanista asume entonces, una posición acerca de lo humano otorgándole como aspecto característico el potencial de construir un sentido para la propia existencia, sentido que puede ayudarle a ser todo lo que el ser humano está en capacidad de ser. Conservando este principio fundamental y con posterioridad a esta tercera fuerza en psicología, han surgido otros enfoques psicológicos que, deseando ser aún más abarcativos que los movimientos que le preceden, han considerado la psicología humanista como un movimiento de transición o una preparación para una cuarta psicología o psicología transpersonal (Maslow, 1998; Wilber, 2010). Sin embargo, lo que interesa relevar aquí, es que la psicología en cuanto ciencia se ha ido desarrollando en círculos concéntricos buscando abarcar cada vez más hondamente la personalidad humana de forma íntegra. En este desarrollo cada uno de los nuevos círculos contiene elementos relevantes de los anteriores, buscando integrarlos en una síntesis más amplia (Goya, 2001). Este desarrollo histórico permite también afirmar que evidentemente no existe una única psicología, sino que existe diversidad de ellas lo que no hace sino, enriquecer la propia disciplina. Uno de los movimientos en psicología que encuentra sus raíces en la psicología humanista y que es especialmente adecuado para el estudio de la espiritualidad, es conocido como psicología positiva.

LA ESPIRITUALIDAD DESDE LA PSICOLOGÍA POSITIVA: UNA FORTALEZA HUMANA

La psicología positiva se caracteriza por tratar principalmente temas relacionados con bienestar y felicidad (Seligman, 2003). Se considera que su inicio formal fue en la conferencia inaugural de la *American Psychological Association* (Seligman, 1999). Su desarrollo más importante se produjo partir del año 2000 en donde relevantes revistas especializadas comenzaron a dedicarle números monográficos (*American Psychologist, Journal of Social and Clinical Psychology, American Behavioral Scientist, Review of General Psychology, School Psychology Quarterly, Psychology in the Schools*). Finalmente, el año 2006 sale el primer número de la primera revista dedicada exclusivamente a publicaciones centradas en el marco de la psicología positiva: *The Journal of Positive Psychology*. Aparecen también las primeras obras dedicadas exclusivamente a este enfoque psicológico (Carr, 2004; Linley & Joseph, 2004; Snyder & López, 2002).

Linley, Joseph, Harrington & Wood (2006) presentaron una serie de definiciones de diversos referentes de este enfoque:

El campo de la Psicología Positiva, a un nivel subjetivo, refiere a las experiencias subjetivas: bienestar, alegría, satisfacción (en el pasado); esperanza y optimismo (para el futuro); y fluir *-flow-* y felicidad (en el presente). A un nivel individual refiere a los rasgos individuales positivos: capacidad de amar, vocación, perseverancia, perdón, originalidad, visión de futuro, espiritualidad, talento, sabiduría. A un nivel grupal, refiere a las virtudes cívicas y las instituciones: responsabilidad, altruismo, moderación, tolerancia, ética (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000, p.5).

La psicología positiva es el estudio de las condiciones y procesos que contribuyen a prosperar o, al óptimo funcionamiento de personas, grupos e instituciones (Gable & Haidt, 2005, p.104).

La psicología positiva es el estudio científico de las posibilidades de un desarrollo humano óptimo; a nivel meta-psicológico se propone reorientar y reestructurar teóricamente el desequilibrio existente en las investigaciones y prácticas psicológicas, dando mayor importancia al estudio de los aspectos positivos de las experiencias vitales de los seres humanos, integrándolos con los que son causa de sufrimiento y dolor; en un nivel de análisis pragmático, se ocupa de los medios, procesos y mecanismos que hacen posible lograr una mayor calidad de vida y realización personal (Linley *et al.*, 2006, p.8).

Como se aprecia en estas definiciones, este enfoque psicológico plantea como su objetivo el estudio científico de las experiencias positivas, los rasgos personales positivos, las instituciones que facilitan su desarrollo y los programas que ayudan a mejorar la calidad de vida y el logro de felicidad y bienestar de las personas. Procura así evidenciar lo limitado de centrarse sólo en aspectos negativos de la experiencia humana, mostrando la complementariedad y necesidad de lo positivo (Bisquerra, 2013). Este objetivo se propone ser logrado por medio del desarrollo de virtudes y fortalezas, de la promoción de estados positivos como alegría, optimismo, esperanza, espiritualidad, confianza, entusiasmo, y serenidad personal (Carr, 2007).

Seligman (2003) propone tres caminos para una vida plena:

- Una primera vía, conocida como vida agradable o placentera, caracterizada por propiciar desarrollo y aumento de emociones positivas en la vida diaria. Esto con foco en la capacidad para disfrutar y amplificar diversos placeres de la vida. Por lo tanto, esta vía para la vida plena se alcanza maximizando emociones positivas y minimizando las negativas.
- Una segunda vía, conocida como la vida buena, se caracteriza por suponer entrega y compromiso. Las personas conocen cuáles son sus fortalezas personales para utilizarlas y potenciarlas, propiciando así actividades significativas y placenteras para los sujetos.
- La tercera vía, conocida como vida con sentido (*meaningful life*), busca conducir a una vida fundamentada en poner las fortalezas humanas al servicio de algo que trascienda a la propia persona y que es considerado como esencial en la vida.

Estas fortalezas humanas son 24 y se organizan en torno a seis virtudes (Castro, 2010). Estas son:

- Sabiduría y conocimiento: Que incluye creatividad, curiosidad, mentalidad abierta, amor por el conocimiento y perspectiva.
- Coraje: Que considera valentía, perseverancia, vitalidad y autenticidad.
- Humanidad: Que incluye amabilidad, inteligencia social y amor.
- Justicia: Que considera la capacidad de trabajar en equipo, equidad y liderazgo.
- Templanza: Que incluye autorregulación, prudencia, perdón y modestia.
- Trascendencia: Que comprende apreciación de la belleza y la excelencia, gratitud, esperanza, humor y espiritualidad.

Los resultados de la investigación desde este marco psicológico han comenzado a arrojar evidencia acerca de la relación entre estas veinticuatro fortalezas humanas y la satisfacción vital, el bienestar psicológico y la felicidad (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). Del mismo modo existe evidencia de que estas fortalezas pueden ser fomentadas y enseñadas (Peterson & Park, 2009).

La psicología positiva considera como factores determinantes para un desarrollo humano integral el contexto sociocultural donde se desenvuelven las personas, sus rasgos de personalidad, sus metas y sus creencias (Kruskaia, Salas, Reinoso, Del Valle & Moreno, 2013). Los componentes que conforman el bienestar que propugna se agrupan en tres ejes transversales (Vielma & Alonso, 2010):

- El afectivo emocional: Que considera el grado de intensidad del afecto positivo y la ausencia de emociones negativas.
- El cognitivo valorativo: Asociado al grado de satisfacción vital sostenido en el tiempo y las metas determinadas conscientemente.
- El social vincular: Refiere a los rasgos de la personalidad, a las interacciones sociales y a las condiciones históricas, sociales, políticas y religiosas en que se desarrolla la vida cotidiana.

Martin Seligman (2003) de acuerdo con estos ejes planteó lo que cada uno de ellos debería promover:

- El afectivo emocional: Vida placentera enfocada en la capacidad de experimentar emociones satisfactorias.
- El cognitivo valorativo: Vida comprometida que potencia la capacidad que tiene la persona para adquirir y usar el conocimiento por medio de la creatividad, el juicio crítico y el deseo de aprender.
- El social vincular: Vida con sentido que se oriente hacia la trascendencia por medio del desarrollo de la esperanza, la gratitud y la espiritualidad.

El concepto de espiritualidad posee entonces una vinculación teórica con la tercera vía de acceso a la vida plena propuesta por Martín Seligman (2003), especialmente en lo referido a su relación con lo que trasciende a las personas. Además, la espiritualidad se relaciona, según el mismo autor, con el concepto de bienestar, ya que este se encuentra vinculado más explícitamente con la entrega y el sentido. En la actualidad, el concepto de bienestar es preferido al de felicidad por Seligman (2011), ya que considera que supera visiones reduccionistas

que entienden la felicidad sólo como emociones positivas asociadas a los estados de ánimo.

En este mismo ámbito, Peterson & Seligman (2004) consideran la espiritualidad como la más humana de las fortalezas y la definen como la capacidad de tener creencias coherentes en relación con el propósito más alto, al significado del universo y al lugar que ocupamos en él. Estos mismos autores plantean que las personas que desarrollan esta fortaleza poseerían ideas o teorías acerca del sentido final de la existencia humana, sentido que influiría en sus diversas conductas especialmente en aquellas de tipo ética y de comprensión acerca de qué es lo bueno ayudándoles a practicar la benevolencia y a superar el egocentrismo (Torralba, 2012, Genia 1995). La espiritualidad es presentada entonces como la fortaleza por excelencia de la virtud trascendencia, y refiere a las creencias que se basan en la convicción de que existe una dimensión trascendental de la vida (Martínez, 2006). Psicológicamente estas creencias son relevantes, ya que influyen en la construcción de sentido vital y en las formas en que las personas establecen relaciones con los demás y con el entorno (Molchanov, 2013).

CONCLUSIONES Y PERSPECTIVAS: ALGUNAS NOTAS ESPECÍFICAS PARA EL DESARROLLO DE LA ESPIRITUALIDAD EN EL CAMPO EDUCATIVO

Queremos cerrar este artículo ofreciendo algunas notas específicas acerca de la espiritualidad centradas en el ámbito educacional. La relación entre educación y espiritualidad es un tema que ha sido explorado especialmente a partir de la segunda mitad del siglo veinte por filósofos de la educación tales como Pestalozzi, Montessori y Steiner. Ellos relacionaron espiritualidad infantil con búsqueda de sentido, significado, conexión con los otros, con la naturaleza y el mundo y con lo que trasciende a las realidades inmediatas (Torralba, 2012). Otros especialistas como Coles (1990) sostuvieron la importancia de otorgar mayor reconocimiento al desarrollo espiritual de los niños, ya que este impactaría positivamente en su desarrollo general. En la misma línea Egan (2010) afirmó que considerar la espiritualidad en los niños constituye una fortaleza en los procesos de educación y propuso, por lo mismo, un programa de educación espiritual basado en cinco fases (me cuestiono las creencias convencionales; construyo sentido y significado; vivo mis valores; experimento la gratuidad y el voluntariado; evalúo mi pasado y disfruto mi presente). En este mismo ámbito, Genia (1995) señaló que es posible identificar algunos criterios que permiten discernir el grado de madurez que los individuos experimentan en su

desarrollo espiritual. Según esta especialista en *counselling* y psicoterapia, una persona es espiritualmente madura cuando:

- Posee una relación trascendente con algo que considera más grande que ella sintiéndose movida a ponerse a su servicio. Por medio de este acto, el sujeto se libera del ego y de la tendencia a ubicarse como centro absoluto de la existencia trascendiéndose a sí mismo y donándose generosamente a algo/alguien que percibe como valioso.
- Posee un estilo de vida caracterizado por una conducta ética coherente con su propia escala de valores.
- Es capaz de comprometerse en proyectos frente a los cuales no posee absoluta certeza de los resultados, es decir, es alguien que es capaz de arriesgar tolerando la incertidumbre, ya que posee conciencia del carácter efímero de nuestra existencia, por lo mismo, no absolutiza nada ni idolatra a ningún ser humano.
- Aprecia la diversidad espiritual y religiosa no viendo en las espiritualidades y/o religiones diferentes de la propia un problema o una amenaza. Por lo mismo busca en las espiritualidades y/o religiones aquello que las une y no lo que las separa.
- Lucha permanentemente contra el egocentrismo.
- Cree que tanto razón como emoción resultan fundamentales en el desarrollo de la vida humana, por lo mismo procura mantener un sano equilibrio entre ambos.
- Se preocupa por los otros, actúa solidariamente ya que entiende que todos forman parte de un gran ser.
- Es tolerante y goza con las pequeñas cosas de la existencia.
- Disfruta de la naturaleza.
- Es consciente de la realidad del mal y el sufrimiento y experimenta ante esta compasión que lo mueve a una solidaridad activa con quienes los padecen.

Estos aspectos se relacionan directamente con un tipo de educación, con una manera de concebirla y con unas formas de implementarla y consideramos que los diversos sistemas educativos a partir de sus específicos contextos podrían realizar esfuerzos por implementarlos. Esto se torna especialmente relevante en momentos en donde la educación formal, se encuentra fuertemente

influenciada por un creciente estilo de rendición de cuentas (*accountability*) caracterizado por solicitar cumplimiento de metas y estándares en ciertos periodos de tiempo (Núñez, Weinstein & Muñoz, 2012), todos ellos centrados de forma casi exclusiva en el ámbito intelectual. Así, el *status* de la supuesta calidad educativa tiene aparejado evaluaciones estandarizadas que no reconocen dimensiones humanas no materiales como es la espiritualidad. Progresivamente se renuncia entonces a una manera de comprender la educación como un proceso complejo y multidimensional que apunta de forma holística al desarrollo de todas las capacidades humanas. Una comprensión holística de la educación propone en efecto que ella “debe contribuir al desarrollo global de cada persona: cuerpo y mente, inteligencia, sensibilidad, sentido estético, responsabilidad individual, espiritualidad” (UNESCO, 1996, p. 106). De hecho, las grandes tendencias mundiales que comprenden la educación en un contexto de mercado y como un instrumento al servicio de lógicas neoliberales, están teniendo un fuerte impacto en nuestros sistemas educacionales y cuestionan qué estamos entendiendo en la actualidad por educación.

Nos mueve entonces en este momento final, la posición de que la fortaleza humana denominada espiritualidad, posee un importante rol al servicio de la construcción de sentido vital y por lo mismo, constituye un elemento de primera importancia al momento de discernir acerca de qué elementos se deben considerar al abordar una educación de calidad. Creer que una educación de calidad se circunscribe exclusivamente al ámbito del aprendizaje de ciertos contenidos por relevantes que estos sean, constituye un creciente error. Esta situación puede ser explicada a partir de un importante predominio en occidente de la razón instrumental caracterizada por su fuerte raíz cognitiva. La radical importancia que ha conferido nuestra cultura a la razón como modo excelso para desarrollarnos y adquirir conocimientos puede entonces, estar operando como un reduccionismo en educación, ya que esta exacerbación parece ser un paradigma insuficiente para abordar la integralidad del ser humano, y por lo tanto, una educación de calidad.

Se requiere superar entonces, una especie de dualismo educativo y psicológico en donde parece que el aspecto intelectual, invisibiliza otros componentes como el emocional desde el cual parece ser que se expresa con mayor fuerza nuestra espiritualidad. En el proceso de discernimiento, acerca de si esto es así o no, la propia espiritualidad puede resultar muy importante, ya que ella nos faculta para tomar conciencia de que somos más que sólo nuestra razón. Evidentemente que esta no es una defensa de la irracionalidad, sino que se trata más bien de un llamado a -sin dejar de reconocer la importancia de la razón- no absolutizarla.

Por este motivo, la educación de la espiritualidad debería considerar el ámbito de las emociones, aun cuando ella abarca todo lo humano (desde lo emocional a lo cognitivo), y no podría limitarse simplemente a la transmisión de saberes. Más bien, el énfasis de una educación que promueva el desarrollo espiritual de los estudiantes debería estar puesto en dinamizar acciones desde la institución escolar para que los estudiantes busquen un desarrollo pleno, integren todos los saberes escolares, pero al mismo tiempo los trasciendan y busquen ser la mejor versión de ellos mismos. Probablemente estas características, sean constitutivas de una educación de calidad.

El desafío entonces de re-crear una educación cimentada en un desarrollo humano integral está plenamente vigente y constituye probablemente una de las tareas más importantes de la sociedad en su conjunto. En ello, la espiritualidad y su característica de integradora de todo lo humano, puede ser un elemento central para considerar.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Allport, G. (1985). *La personalidad: su configuración y desarrollo*. Barcelona: Herder.
- American Psychological Association. (2002). *Guidelines on Multicultural Education, Training, Practice, and Organizational Change for Psychologist*. Washington DC: American Psychological Association.
- Arancibia, V., Herrera, P. & Strasser, K. (2011). *Manual de Psicología Educacional*. Santiago de Chile: Ediciones UC.
- Azcuy, V. (2011). La espiritualidad como disciplina teológica. *Teología*, 105, 251-280.
- Bisquerra, R. (2013). *Educación emocional. Propuestas para educadores y familias*. Bilbao: DDB.
- Carr, A. (2007). *Psicología Positiva. La ciencia de la felicidad*. Barcelona: Paidós.
- Castro, A. (comp.). (2010). *Fundamentos de Psicología Positiva*. Buenos Aires: Paidós.
- Cencini, A. & Manenti, A. (2015). *Psicologia e Teologia*. Bologna: Edizioni Dehoniane.
- Coles, R. (1990). *The Spiritual Life of Children*. Boston: Houghton Mifflin Cie.
- Dalton, J., Eberhardt, D. & Crosby, P. (2006). Creating and Assessing Student Spirituality and Initiatives in Higher Education. *Journal of College and Character*, 6, 1-4. DOI: <http://dx.doi.org/10.2202/1940-1639.1562>

- De Guibert, J. (1943). *Leçons de Théologie Spirituelle*. Toulouse: Apostolat de la Prière.
- Egan, K. (2010). *Learning in Depth: A Simple Innovation that Can Transform Schooling*. Ontario: The Althouse Press.
- Frankl, V. (1994). *El hombre en busca de sentido*. Barcelona: Herder.
- Frankl, V. (2000). *El hombre doliente. Fundamentos antropológicos de la psicoterapia*. Barcelona: Herder.
- Fetzer Institute. (2003). *Multidimensional Measurement of Religion/Spirituality for Use in Health Research: A Rapport of the Fetzer Institute/National Institute of Aging Working Group*. Kalamazoo: John E. Fetzer Institute Editions.
- Gable, S. & Haid, J. (2005). What (and Why) is Positive Psychology? *Review of General Psychology*, 9, 103-110. DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/1089-2680.9.2.103>
- García, C. (2002). *Teología espiritual contemporánea: Corrientes y perspectivas*. Burgos: Monte Carmelo.
- Genia, V. (1995). *Counseling and Psychotherapy of Religious Clients: A Developmental Approach*. Westport: Greenwood Publishing Group.
- Giordani, B. (1981). *La psicología in funzione pastorale. Metodologia del colloquio*. Roma: Antonianum.
- Goble, G. (1980). *La tercera fuerza*. México: Trillas.
- Góngora, E. & Vásquez, I. (2014). Hacia un enfrentamiento positivo a la vida. Su relación con la felicidad y la espiritualidad. En N. González (Comp.), *Bienestar y Familia. Una mirada desde la psicología positiva*, (pp. 37-60). México DF: EON.
- Goya, B. (2001). *Psicología y vida espiritual*. Madrid: San Pablo.
- Helminiak, D. (1987). *Spiritual Development: An Interdisciplinary Study*. Chicago: Loyola University Press.
- Kreitzer, M. (2012). Spirituality and Well-Being Focusing on What Matters. *Western Journal of Nursing Research*, 34(6), 707-711. DOI: <https://doi.org/10.1177/0193945912448315>
- Kruskaia, A., Salas, M., Reinoso, M., Del Valle, M. & Moreno, R. (2013). Psicología positiva: un estilo de vida llevado a la educación. *Educere*, 17(58), 443-453.
- Linley, A. & Joseph, S. (2004). *Positive Psychology in Practice*. New Cork: Wiley.
- Linley, A., Joseph, A., Harrington, S. & Wood, A. (2006). Positive Psychology: Past, Present and (Possible) Future. *The Journal of Positive Psychology*, 1(1), 3-16. DOI: <https://doi.org/10.1080/17439760500372796>
- Malo, A. (2007). *Introducción a la psicología*. Pamplona: EUNSA.

- Martínez, M. (2006). El estudio científico de las fortalezas trascendentales desde la psicología positiva. *Clinica y Salud*, 17(3), 245-258.
- Maslow, A. (1998). *El hombre autorrealizado: hacia una psicología del ser*. Barcelona: Kairós.
- Miller, L. (Ed.). (2012). *The Oxford Handbook of Psychology and Spirituality*. New York: Oxford University Press.
- Molchanov, S. (2013). The Moral Development in Childhood. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 86, 615-620. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.08.623>
- Núñez, I., Weinstein, J. & Muñoz, G. (2012). ¿Posición olvidada? Una mirada desde la normativa a la historia de la dirección escolar en Chile (1929-2009). *Psicoperspectivas*, 9(2), 53-81. DOI: <https://doi.org/10.5027>
- Paloutzian, R. & Park, C. (Eds.). (2005). *Handbook of the Psychology of Religion and Spirituality*. New York. London: Guilford Press.
- Pargament, K. (1997). *Psychology of Religion and Coping. Theory, Research and Practice*. New York-London: The Guilford Press.
- Pargament, K. (2013). *APA Handbook of Psychology, Religion, and Spirituality*. Washington DC: American Psychological Association.
- Pargament, K., Mahoney, A., Exline, J., Jones, J. & Shafranske, E. (2013). Envisioning an Integrative Paradigm for the Psychology of Religion and Spirituality. En K. Pargament (Ed.), *APA Handbook of Psychology, Religion, and Spirituality: Vol. I. Context, Theory, and Research* (pp.3-19). Washington DC: American Psychological Association. DOI:10.1037/14046-001
- Peterson, C. & Park, N. (2009). El estudio científico de las fortalezas humanas. En C. Vásquez & G. Hervás (Coords.), *La ciencia del bienestar*, (pp.181-207). Madrid: Alianza.
- Peterson, C. & Seligman, M. (2004). *Character Strengths and Virtues. A handbook and Classification*. Washington D.C: APA & Oxford University Press.
- Pohier, J. (1969). *Psicología y Teología*. Barcelona: Herder.
- Ronco, A. (1977). Relaciones entre crecimiento psicológico y crecimiento espiritual. Precisiones desde la psicología. *Vida Religiosa*, 42, 343-345.
- Ros, S. (2000). Definiciones de la teología espiritual en el siglo XX. *Espíritu y Vida*, 7, 63-71.
- Santa María Magdalena, G. (1940). Indole psicológica della teologia spirituale. *Rivista di Filosofia Neoscolastica*, 32, 31-42.
- Schneiders, M. (1986). Theology and Spirituality: Strangers, Rivals or Partners? *Horizons*, 13, 253-274. DOI: <https://doi.org/10.1017/S036096690003632X>

- Seligman, M. (2003). *La auténtica felicidad*. Barcelona: Vergara.
- Seligman, M. (2011). *La vida que florece*. Barcelona: Ediciones B.
- Seligman, M. & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology: *An introduction*. *American psychologist*, 55(1), 5-14. DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.5>
- Snyder, C. & López, S. (Eds.). (2002). *Handbook of Positive Psychology*. New York: Oxford University Press.
- Torralba, F. (2012). *Inteligencia espiritual en los niños*. Barcelona: Plataforma Editorial.
- Vargas, S., Vargas, F., Torres, J., Bilbao, M., García, F., Oyanedel, J. & Páez, D. (2015). Bienestar y Religión en Chile. En M. Bilbao, D. Páez & J. Oyanedel, *La Felicidad de los chilenos. Estudios sobre el bienestar*, (pp. 151-165). Santiago de Chile: RIL.
- Vielma, J. & Alonso, L. (2010). El estudio del bienestar psicológico subjetivo. Una breve revisión teórica. *Educere*, 49(14), 265-275.
- Waaijman, K. (1993). Toward a Phenomenological Definition of Spirituality. *Studies in Spirituality*, 45(3), 5-56.
- Waaijman, K. (2011). *Espiritualidad. Formas, fundamentos y métodos*. Salamanca: Sígueme.
- Wilber, K. (2010). *Psicología integral*. Barcelona: Kairós.
- Zinnbauer, B. & Pargament, K. (2005). Religiousness and Spirituality. En R. Paloutzian & C. Park (Eds.), *Handbook of the Psychology of Religion and Spirituality* (pp.21-42). New York: Guilford.

