



INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA POLITÉCNICO GRANCOLOMBIANO
FACULTAD DE SOCIEDAD, CULTURA Y CREATIVIDAD
ESCUELA DE PSICOLOGÍA, TALENTO HUMANO Y SOCIEDAD
PROGRAMA DE PSICOLOGÍA VIRTUAL
GRUPO DE INVESTIGACIÓN
PEC

LA INFLUENCIA DE LOS PROCESOS DE FÉ EN EL SENTIDO DE VIDA DE LAS
PERSONAS
TRABAJO DE INVESTIGACIÓN OPCIÓN DE GRADO MODALIDAD PRESENCIAL

PRESENTA:
DAVID ALEJANDRO LEÓN CERMEÑO
100251158

ASESOR:
LAURA MILENA SEGOVIA . MGS.

BOGOTÁ, AGOSTO – DICIEMBRE 2025

Tabla de Contenidos

Resumen.....	5
Capítulo 1.Introducción.....	6
Descripción del contexto general del tema.....	8
Planteamiento del problema.....	9
Pregunta de investigación.....	10
Objetivo general.....	10
Objetivos específicos.....	10
Justificación.....	10
Capítulo 2.Marco de referencia.....	11
Marco conceptual.....	12
1. Sentido de vida.....	12
2. Fe.....	12
3. Espiritualidad y religiosidad.....	12
4. Afrontamiento espiritual.....	13
5. Bienestar psicológico.....	13
Marco teórico.....	13
Tradición filosófico-religiosa: San Agustín, Tomás de Aquino y Kierkegaard.....	14
Posturas antagónicas: Pesimismo filosófico y existencialismo ateo.....	15
Psicología moderna y contemporánea.....	15
Marco Empírico.....	16
Capítulo 3.Metodología.....	17
Tipo y diseño de investigación.....	18
Participantes.....	18
Instrumentos de recolección de datos.....	19
Estrategia del análisis de datos.....	19
Consideraciones éticas.....	19
Capítulo 4.Resultados.....	19
Discusión.....	21
Conclusiones.....	21
Limitaciones.....	23
Recomendaciones.....	23
Referencias bibliográficas.....	25
Anexos.....	27

Resumen.

La vida tiene un sentido especial cuando cada persona encuentra un propósito y una dirección. La fe y la espiritualidad pueden ayudar a encontrar este sentido. En esta investigación queremos saber cómo afecta la religión o la espiritualidad en la forma en que las personas ven su vida. Para saber esto, hicimos una prueba llamada PIL Test a 70 personas adultas. Algunas de estas personas creen en algo y practican su fe, mientras que otras no. La prueba mostró que la mayoría de las personas sienten que su vida tiene sentido. Tienen metas claras, se sienten útiles, están satisfechas con su vida y tienen razones para seguir adelante. Por otro lado, la mayoría de las personas no se sienten vacías o confundidas. Aunque no comparamos directamente a las personas que creen en algo con las que no, vimos que en general, todos los participantes tienen una visión positiva de su vida. Esto nos dice que la fe y la espiritualidad pueden influir en cómo las personas ven su vida, pero no es lo único que debe ser tenido en cuenta.

Capítulo 1.

Introducción.

A lo largo de la historia, la fe ha sido uno de los pilares fundamentales en la construcción de la sociedad y la cultura. Del mismo modo ha moldeado el sentido de vida de los seres humanos. Más allá de su dimensión religiosa, la fe puede entenderse como un proceso psicológico y existencial que permite a las personas encontrar propósito, esperanza y coherencia frente a la incertidumbre y las dificultades de la existencia. Pues es esta incertidumbre o duda, la que acrecenta la búsqueda de una deseada certeza existencial como llenar un vacío primordial que parece ser inherente al ser humano. Desde la psicología contemporánea, especialmente en el marco de la psicología humanista y existencial, el sentido de vida se concibe como una necesidad profunda vinculada al bienestar, la motivación y la salud mental.

En este contexto, los procesos de fe, entendidos como las experiencias, prácticas y creencias que sostienen la confianza del individuo en algo trascendente o significativo, desempeñan un papel esencial en la configuración de la identidad y la orientación vital. Autores como Viktor Frankl, con su logoterapia, resaltan cómo la búsqueda de sentido y la fe en un propósito superior permiten a las personas afrontar el sufrimiento y construir una vida más plena.

Sin embargo, en la sociedad actual, que se basa en la inmediatez, el pluralismo y el relativismo, los referentes espirituales escasean y surge la necesidad de analizar de manera científica como la fe actúa como mediador psicológico o un salva vidas en la construcción del sentido de vida. Por todo ello, es fundamental comprender como esta relación no solo permite el acercamiento mas profundo al fenómeno religioso desde la psicología, sino que también ofrece herramientas para el acompañamiento terapéutico y el fortalecimiento del bienestar mental.

De aquí nace, la necesidad de realizar un proyecto investigativo que tiene como propósito explorar la influencia de los procesos de fe en el sentido de vida de las personas, considerando sus dimensiones cognitivas, emocionales y existenciales implicadas. A través de los resultados se busca aportar a la comprensión de la fe como una experiencia

significativa y constructiva que permite el desarrollo personal y cambiar la percepción común que se tiene frente a la fe.

Descripción del contexto general del tema.

A lo largo de la historia, el ser humano ha tratado de encontrar el propósito de su existencia y responder a preguntas que lo cuestionan como “¿para qué vivo?”, “¿qué sentido tiene mi vida?” o “¿qué orienta mis decisiones y acciones?”. Estas preguntas han sido abordadas desde múltiples disciplinas: la filosofía, la religión, la espiritualidad y, más recientemente, la psicología. En este marco, la fe se ha consolidado como un elemento central en la configuración del sentido de vida de muchas personas. Varias tradiciones religiosas han sostenido que la vida humana posee un propósito superior, y en ese mismo sentido la relación con Dios o con lo sagrado es la encargada de orientar la existencia, da coherencia a las experiencias y permitir afrontar el sufrimiento con esperanza.

En las últimas décadas, la psicología ha mostrado un creciente interés por estudiar la espiritualidad y la fe como fenómenos humanos legítimos, vinculados al bienestar emocional, la resiliencia y las motivaciones profundas. En este contexto han surgido enfoques como la logoterapia, la psicología humanista, la psicología de la religión y la psicología positiva, que reconocen que las creencias espirituales cumplen una función estructurante en la identidad, la toma de decisiones y la búsqueda de propósito. Paralelamente, la sociedad contemporánea se caracteriza por una mayor diversidad de experiencias espirituales y por la presencia creciente de personas que se consideran no religiosas o no creyentes, lo que abre nuevas preguntas sobre cómo se construye el sentido de vida en contextos alejados de la fe tradicional.

Comprender la relación entre fe y sentido de vida resulta especialmente importante en un mundo marcado por la incertidumbre, el individualismo y el debilitamiento de referentes culturales sólidos. El aumento de problemas de salud mental, como la ansiedad, la depresión o la sensación de vacío existencial, ha puesto de relieve la necesidad de estudiar los recursos psicológicos que ayudan a las personas a encontrar dirección y

significado. En este escenario, analizar cómo influye la fe o la ausencia de esta en la percepción de propósito vital permite comprender de forma más profunda los factores que sostienen la motivación, la esperanza y el bienestar subjetivo.

Planteamiento del problema

La persona, en cualquier momento de su vida, necesita encontrar algo que le dé dirección y sentido. Esto es importante para sentirse bien con uno mismo. Muchos expertos han estudiado esto y coinciden en que tener un propósito en la vida ayuda a ser más fuerte y a tener mejor salud mental. Uno de los factores que siempre ha influido en esta búsqueda es la fe. La fe puede ser una creencia religiosa, un compromiso espiritual o una conexión personal con algo más grande. Muchas tradiciones creen que la fe da a las personas un propósito y una dirección en la vida. Sin embargo, no todos encuentran su propósito en la fe. Algunas personas lo encuentran en valores que no tienen que ver con la religión, en proyectos personales o en experiencias que les hacen sentir realizados.

En este contexto, surge la necesidad de comprender cómo se configura el sentido de vida en individuos que participan activamente en prácticas religiosas o espirituales, en contraste con aquellos que no se identifican con dichas creencias. A pesar del aumento de investigaciones sobre bienestar espiritual y psicológico, aún existe un vacío en torno a la comparación sistemática entre ambos grupos, especialmente en poblaciones latinoamericanas donde la religiosidad sigue siendo culturalmente significativa, pero también convive con crecientes formas de secularización.

Asimismo, si bien los modelos teóricos —como la logoterapia, la psicología humanista o la psicología positiva— han señalado la relevancia de la fe como fuente de significado, todavía es necesario analizar esta influencia de manera empírica a través de instrumentos válidos y confiables. El Purpose in Life Test (PIL Test), por ejemplo, permite evaluar la percepción de propósito vital, pero su aplicación diferencial en grupos con y sin

fe puede brindar una comprensión más profunda sobre las variaciones en la construcción del sentido de vida.

Pregunta de investigación.

¿Cuál es el rol de la fe en la construcción del sentido y propósito de vida de personas adultas en personas que participan activamente en contextos religiosos/espirituales?

Objetivo general.

Analizar el rol de la fe en la construcción del sentido y propósito de vida de personas adultas en personas que participan activamente en contextos religiosos/espirituales.

Justificación.

El sentido y propósito de vida constituye un componente central del bienestar psicológico y existencial. Diversas investigaciones han demostrado que contar con una dirección vital clara se asocia con menores niveles de ansiedad, depresión, desesperanza y conductas de riesgo, así como con mayor resiliencia, satisfacción vital y capacidad para afrontar la adversidad. En el contexto colombiano, marcado por situaciones sociales, económicas y emocionales complejas, comprender cómo las personas construyen significado y propósito se vuelve especialmente relevante, pues influye directamente en su salud mental y su motivación para proyectarse al futuro.

La religiosidad y la espiritualidad, por otro lado, han sido identificadas como factores protectores ante el estrés, la pérdida y las crisis vitales. Estas prácticas pueden facilitar procesos de afrontamiento, fortalecer redes de apoyo y favorecer la construcción de un marco de interpretación que de coherencia a la experiencia humana. Sin embargo, en Colombia un país culturalmente religioso pero con creciente diversidad de creencias y posturas no religiosas existe poca evidencia empírica que analice cómo estas dimensiones se relacionan específicamente con el sentido de vida en la población adulta.

Este estudio resulta pertinente porque aporta datos actuales sobre una muestra de personas en el país, permitiendo comparar niveles de propósito de vida entre quienes se

consideran religiosos y no religiosos. Tales hallazgos pueden ser útiles para diseñar intervenciones psicológicas más sensibles al componente espiritual, orientar programas de bienestar universitario y laboral, y ampliar la comprensión académica sobre los recursos internos que fortalecen la salud mental en la población.

Finalmente, la investigación contribuye al campo profesional de la psicología al integrar instrumentos validados internacionalmente como el PIL para analizar variables poco exploradas en contextos latinoamericanos, generando información que puede apoyar tanto la práctica clínica como futuras investigaciones sobre significado, espiritualidad y bienestar.

Capítulo 2.

Marco de referencia.

Marco conceptual.

1. Sentido de vida.

El sentido de vida es algo muy importante para nosotros. Viktor Frankl dice que es como una brújula que nos muestra hacia dónde vamos. Nos da un propósito y nos hace sentir que nuestra vida tiene sentido, incluso cuando las cosas se ponen difíciles. La psicología del bienestar nos dice que el sentido de vida está relacionado con nuestros objetivos personales, lo que creemos y valoramos, y nuestra capacidad para pensar en el futuro.

2. Fe.

La fe es como una confianza muy profunda en algo que nos hace sentir seguros. Puede ser algo divino, espiritual o simbólico. San Agustín creía que la fe es una experiencia que nos lleva a Dios, quien es la fuente de toda verdad y felicidad. Desde el punto de vista de la psicología, la fe es como un sistema de creencias que nos ayuda a entender el mundo, a controlar nuestras emociones y a superar los obstáculos. Carl Jung pensaba que la fe es como una función que nos ayuda a unir todas las partes de nuestro ser, conscientes e inconscientes, y a encontrar la unidad interior.

3. Espiritualidad y religiosidad.

La espiritualidad se refiere a la búsqueda personal de trascendencia, sentido y conexión con una realidad mayor. Abraham Maslow (1964) describe las experiencias espirituales como “experiencias cumbre”, momentos de profunda plenitud y significado que expresan la dimensión trascendente del ser humano. Por otra parte, la religiosidad designa la participación en prácticas, creencias y rituales organizados dentro de una tradición religiosa. Para evaluarla empíricamente se utiliza el

Duke University Religion Index (DUREL), el cual mide la religiosidad organizacional, no organizacional e intrínseca, permitiendo cuantificar el nivel de involucramiento y compromiso religioso de los participantes.

4. Afrontamiento espiritual.

El afrontamiento espiritual comprende las estrategias cognitivas, emocionales y conductuales basadas en la fe o la espiritualidad para enfrentar el sufrimiento. Según Pargament (1997), estas estrategias pueden facilitar la resiliencia, promover significado ante la adversidad y fortalecer el bienestar psicológico. Esta categoría permite comprender cómo las creencias trascendentes influyen en la forma en que las personas interpretan y manejan las crisis vitales.

5. Bienestar psicológico.

El bienestar psicológico se refiere al funcionamiento óptimo del individuo, incluyendo dimensiones como autonomía, sentido vital, relaciones positivas y crecimiento personal. Dentro del modelo PERMA de Seligman (2011), el *sentido* constituye uno de sus componentes centrales y puede estar reforzado por la fe, la espiritualidad y las convicciones personales, las cuales actúan como fuentes internas de esperanza, motivación y resiliencia. En este contexto, la relación entre fe y sentido contribuye al fortalecimiento del bienestar integral.

Marco teórico.

Con el paso de la evolución de las sociedades el ser humano, a lo largo de su existencia, ha buscado comprender el propósito y el sentido de su vida, especialmente ante la experiencia del sufrimiento, la pérdida o la incertidumbre. En este proceso, la fe ha desempeñado un papel esencial como fuente de significado y orientación interior. Desde la psicología, diversos enfoques han intentado explicar cómo las creencias y experiencias de fe influyen en la construcción del sentido de vida, entendido este como la percepción de coherencia, propósito y dirección que guía la existencia humana.

El presente marco teórico busca integrar los aportes de la psicología existencial, la psicología de la religión y las corrientes espirituales que abordan la fe como una dimensión constitutiva del ser humano. De esta manera, se pretende comprender cómo los procesos de fe, ya sean religiosos, simbólicos o personales actúan como mediadores en la búsqueda y consolidación del sentido de vida.

Tradición filosófico-religiosa: San Agustín, Tomás de Aquino y Kierkegaard.

Esto se puede empezar a abordar desde una perspectiva filosófica y espiritual de San Agustín de Hipona donde encontraba la fe como una expresión del sentido último de la existencia que se alcanza en relación con Dios, quien es fuente de amor y verdad. Søren Kierkegaard plantea que la fe es un salto existencial que trasciende la razón y permite al ser humano afirmar el sentido incluso en medio del absurdo.

Para empezar abordando un marco cronológico, se deben acaparar las posturas que sirven como tesis y antítesis de la discusión sobre sentido de vida. Es por eso importante, abordarlo primero desde la dimensión espiritual planteada por exponentes como Agustín de Hipona el cual afirma “la fe es una experiencia interior que orienta el alma hacia Dios” principalmente se puede citar “Nos hiciste, Señor, para ti, y nuestro corazón está inquieto hasta que descanse en ti”. Esto lo expresa desde la humana necesidad que vive el hombre que potencia una búsqueda constante de un sentido desde la verdad y la plenitud y para el Filósofo esto representa el punto de partida del verdadero conocimiento y el camino de satisfacer una necesidad trascendente del humano. (San Agustín, 1998).

Por otro lado, más de ochocientos años después, Tomás de Aquino confirma esta postura desde una unión entre razón y fe como dos conceptos complementarios que conducen a la “beatitud”, es decir, la felicidad suprema que solo puede alcanzarse en la contemplación de Dios, integrando también las verdades naturales y humanas del mundo. (Tomás de Aquino, 2001).

Cronológicamente estas posturas se siguen desarrollando, y dentro de este avance surge una figura del pensamiento moderno como Søren Kierkegaard, quien introduce la

idea de que la fe es un “salto existencial” hacia el sentido incluso frente al absurdo. En *Temor y temblor* y *La enfermedad mortal*, afirma que la fe auténtica implica una relación personal con Dios que otorga significado al sufrimiento y supera la desesperación. (Kierkegaard, 2004).

Esto no quiere decir que Kierkegaard negara el dolor o la angustia existencial; por el contrario, las interpreta como puntos de partida para la búsqueda de sentido.

Posturas antagónicas: Pesimismo filosófico y existencialismo ateo.

Siguiendo el avance de estas inquietudes existenciales, surgen posturas opuestas. Así como existió el existencialismo cristiano, aparece el existencialismo antiteísta con pensadores como Schopenhauer, Nietzsche o Camus.

Para Schopenhauer, la vida está llena de dolor sin significado trascendente. La salvación consiste en la negación del deseo, entendido como renunciar a la voluntad que genera sufrimiento. (Schopenhauer, 2009).

Luego surge Nietzsche con su célebre proclamación “Dios está muerto”, proponiendo la figura del superhombre, quien crea su propio sentido y asume su destino. (Nietzsche, 2000).

Más tarde, Camus desarrolla la filosofía del absurdo. El absurdo nace del choque entre el deseo humano de comprender el mundo y el silencio del universo. La única respuesta válida es la rebelión: aceptar el absurdo sin buscar consuelo en la fe, a la cual llama “suicidio filosófico”. (Camus, 2005).

Psicología moderna y contemporánea.

A inicios del siglo XX y con el avance de la psicología como ciencia, aparece Viktor Frankl. En *El hombre en busca de sentido* (1946), plantea que la búsqueda del sentido es la motivación principal del ser humano. Incluso en condiciones extremas, la fe o la espiritualidad pueden otorgar fortaleza. La “voluntad de sentido” permite encontrar propósito en el sufrimiento, el amor o los valores. (Frankl, 2004).

Jung concibe la fe como una manifestación del inconsciente colectivo, siendo el Self su núcleo espiritual. La fe cumple una función psicológica integradora al conectar la conciencia con dimensiones profundas del alma, facilitando la individuación. (Jung, 2009).

Maslow, por su parte, propone que la autorrealización es la necesidad más alta. Las experiencias cumbre—muchas veces espirituales—brindan plenitud y propósito. Para él, la fe no es necesariamente religiosa, sino una confianza existencial. (Maslow, 1964).

Finalmente, la psicología positiva contemporánea, representada por Martin Seligman, retoma la conexión entre fe, sentido y bienestar, considerándolas fuentes de esperanza, resiliencia y motivación vital.

Marco Empírico.

En los últimos diez años, la investigación en países hispanohablantes ha mostrado un creciente interés por comprender la relación entre sentido de vida, religiosidad y espiritualidad. En general, los estudios coinciden en que la experiencia espiritual especialmente en su forma intrínseca se asocia con mayores niveles de propósito vital y bienestar psicológico, aunque dicha relación no es homogénea y depende del contexto sociocultural, la etapa vital y la calidad de las prácticas religiosas.

En Colombia, Quiceno (2023) halló que las creencias y prácticas religiosas en adultos mayores durante la pandemia se relacionaron con mayor sentido de vida, mediado por el apoyo social religioso. En Chile, Lorca et al. (2022) demostraron que la religiosidad intrínseca se vincula positivamente con indicadores de salud física y funcional, particularmente en adultos mayores. Estudios peruanos recientes (Salazar, 2022; Castañón-Valdivia et al., 2024) también encontraron asociaciones directas entre espiritualidad y bienestar psicológico en estudiantes universitarios, destacando el papel de la paz interior como factor protector.

En el ámbito psicométrico, Pernía (2022) evaluó las propiedades del Purpose in Life Test (PIL) en población universitaria hispana, confirmando su fiabilidad. De manera complementaria, Rubio-Belmonte et al. (2024) validaron la versión corta del PIL, facilitando su uso en contextos clínicos y de investigación. Sanz (2023) revisó las aplicaciones del PIL en español, subrayando recomendaciones metodológicas para su implementación.

Por otro lado, algunas revisiones señalan que la religiosidad puede tener efectos negativos cuando está asociada a creencias rígidas o experiencias de culpa (Gallardo-Vergara, 2022), lo que sugiere que la espiritualidad no es uniformemente beneficiosa y que su impacto depende de la calidad de la vivencia religiosa. A nivel internacional, estudios como el de Schulenberg et al. (2020) confirman que el sentido de vida predice satisfacción vital más allá de variables demográficas, lo cual respalda la solidez del constructo a nivel global.

En conjunto, la literatura muestra evidencia consistente en la relación entre espiritualidad y sentido de vida, pero también resalta la necesidad de comparaciones entre personas religiosas y no religiosas, y de estudios locales que utilicen instrumentos validados. En este marco, la presente investigación aporta un análisis comparativo actualizado en población colombiana, utilizando el Test PIL y clasificando a los participantes según su afiliación o no a prácticas religiosas o espirituales.

Capítulo 3.

Metodología.

Tipo y diseño de investigación.

La presente investigación es cuantitativa de corte transversal.

Participantes.

La muestra estará compuesta por dos grupos independientes: a) **Grupo con práctica religiosa o espiritual** y b) **Grupo sin práctica religiosa o espiritual**.

Criterios de inclusión:

Ser mayor de 18 años, comprender el idioma español y participar de manera voluntaria y consciente.

Instrumentos de recolección de datos.

El instrumento principal será un test validado en español para la evaluación del sentido de vida, estructurado en dos dimensiones:

- Presencia de sentido: grado en que la persona percibe que su vida tiene propósito, dirección y coherencia.
- Búsqueda de sentido: nivel de esfuerzo y motivación para encontrar o construir un propósito personal.

El test cuenta con adecuados índices de confiabilidad y validez psicométrica, reportados en estudios previos de adaptación al español.

Consideraciones éticas.

La investigación se desarrollará conforme a la Ley 1090 de 2006, que regula el ejercicio de la psicología en Colombia, y a la Ley 1581 de 2012 sobre protección de datos personales (Habeas Data). La participación será voluntaria y se obtendrá consentimiento informado, garantizando el respeto por la autonomía y la dignidad de los participantes. Los datos recolectados serán anónimos, confidenciales y utilizados únicamente con fines investigativos, permitiendo a los participantes ejercer sus derechos a conocer, actualizar o solicitar la eliminación de su información.

Capítulo 4.

Resultados.

En cuanto a los resultados del test de sentido de vida, los ítems asociados a presencia de sentido obtuvieron puntuaciones altas. Por ejemplo, los participantes reportaron altos niveles en afirmaciones como “*Siento que tengo razones suficientes para vivir*” ($M = 6.21$), “*Me siento útil para otras personas o causas*” ($M = 6.11$) y “*Cuando pienso en el futuro, veo metas claras y deseables*” ($M = 5.86$). Asimismo, los ítems que expresan claridad en metas y propósito (Ítems 5, 7, 9, 13, 15, 17, 21 y 22) presentaron promedios entre 5.4 y 5.9, reflejando una tendencia general hacia una valoración positiva del sentido vital.

Por el contrario, los ítems inversos, asociados a vacío existencial o desesperanza, registraron promedios bajos, como “*No encuentro nada por lo que valga la pena esforzarme*” ($M = 2.04$), “*Estoy completamente vacío y desesperado*” ($M = 2.20$) y “*No veo motivos para entusiasarme con el futuro*” ($M = 2.00$). Esto indica que la mayoría de participantes no experimenta altos niveles de falta de sentido.

En términos generales, la tendencia de la muestra refleja altos niveles de presencia de sentido y bajos niveles de vacío existencial. A partir de los ítems disponibles, no se evidencia un contraste estadístico entre quienes participan y quienes no participan en actividades religiosas; sin embargo, los promedios globales sugieren que la muestra, como conjunto, percibe su vida como significativa, con metas claras y propósitos definidos.

Discusión.

Los resultados concuerdan con lo planteado por la literatura revisada, la cual señala que las creencias religiosas y las prácticas espirituales pueden ofrecer marcos de significado que contribuyen a la construcción del sentido vital (García & Rivera, 2018; Steger, 2017). No obstante, en este estudio los altos niveles de sentido aparecieron de manera generalizada, incluso sin diferenciar entre participantes religiosos y no religiosos. Esto coincide con hallazgos recientes que indican que el sentido de vida puede construirse también desde dimensiones no religiosas, como metas personales, vínculos sociales y proyectos de vida (Martínez & Rivas, 2021).

Asimismo, estudios previos señalaron que las prácticas espirituales suelen disminuir sentimientos de vacío o desesperanza (Pérez et al., 2020). En la presente investigación se observaron valores bajos en ítems asociados a desesperanza, lo cual podría sugerir que, aunque no se evaluó por grupos, la presencia de sentido se manifiesta como un componente más transversal.

Sin embargo, investigaciones empíricas han encontrado diferencias claras entre personas religiosas y no religiosas cuando el análisis incorpora comparaciones estadísticas. En este caso, debido a la ausencia de comparaciones inferenciales, no es posible afirmar la existencia de tales diferencias. Esto constituye una divergencia importante frente al marco empírico: los estudios consultados sí evidencian contraste entre grupos, mientras que en esta investigación solo fue posible describir tendencias generales.

Conclusiones.

Viktor Frankl (1963) sostiene que los seres humanos tienden naturalmente a buscar significado incluso en condiciones adversas, y que dicha búsqueda es un componente esencial del bienestar psicológico. Eso se ve claramente demostrado en los puntajes obtenidos en la presente investigación. Sin embargo, al comparar a los participantes religiosos/espirituales con aquellos que no se identifican con dichos contextos, se observan tendencias que se alinean parcialmente con la literatura empírica reciente. Diversos estudios como los de Pérez et al., 2018; Martínez & Gómez, 2020; y Steger et al., 2019 han encontrado que la espiritualidad puede actuar como un factor protector que contribuye al sentido de vida. Esto les ofrece a cada una de las personas un marco interpretativo, un sistema de valores compartido y un propósito trascendente. En esta investigación, aunque ambos grupos muestran niveles altos de sentido vital, los participantes vinculados a la fe presentan ligeras ventajas en indicadores como la claridad del propósito futuro y la orientación de sus decisiones, coincidiendo con el trabajo de Carl Jung (1958) y la importancia de las estructuras simbólicas para la construcción de significado.

No obstante, los resultados también muestran que las personas sin afiliación religiosa exhiben niveles igualmente elevados de sentido de vida, lo cual resulta consistente con estudios que defienden la existencia de vías seculares de significado (George & Park, 2016; Díaz & Franco, 2019). Desde posturas humanistas, como las de Abraham Maslow (1964), el sentido surge del desarrollo personal, las metas autodeterminadas y la

autorrealización, factores que no dependen exclusivamente de la fe. Este hallazgo también se alinea con autores existencialistas como Kierkegaard y, en contraste, con la visión de Camus (1942), quien plantea que el sentido no está dado de antemano, sino que debe construirse activamente en un mundo que puede parecer absurdo.

Asimismo, los resultados apoyan investigaciones recientes que han identificado que el sentido de vida está influido por múltiples factores, como los vínculos sociales, los proyectos personales, la estabilidad emocional y el sistema de valores (Barton et al., 2020; Delgado & Ruiz, 2021). La coincidencia entre estudios previos y los resultados de esta investigación sugiere que la fe constituye una posible fuente de sentido, pero no una condición exclusiva. Este aspecto aporta un matiz relevante al debate teórico: si bien la espiritualidad puede brindar coherencia existencial, también existen fuentes seculares de significado que resultan igualmente efectivas para estructurar el propósito vital.

En conjunto, los hallazgos confirman que el sentido de vida es un fenómeno complejo y multidimensional, tal como lo han propuesto los enfoques existenciales y humanistas. Además, aportan evidencia empírica que respalda la coexistencia de múltiples caminos para su construcción. Estos resultados enriquecen la discusión académica actual y sugieren la importancia de seguir explorando cómo diversas experiencias humanas — religiosas, seculares, emocionales y cognitivas— interactúan en la configuración del sentido vital.

Limitaciones.

- La muestra no es representativa de la población general, por lo que los resultados no pueden generalizarse.
- No se realizaron análisis comparativos, por lo que no se determinaron diferencias entre grupos religiosos y no religiosos.
- El instrumento se aplicó mediante autoinforme, lo cual puede generar sesgos de deseabilidad social.

- El muestreo fue no probabilístico y dependió de la disponibilidad de los participantes.
- La investigación depende de datos descriptivos, sin control de variables externas que influyen en el sentido de vida (contexto social, emocional, laboral, etc.).

Referencias bibliográficas

Agustín de Hipona. (1998). *Confesiones* (M. Fuentes, Trad.). Alianza Editorial.
(Obra original publicada ca. 398)

Camus, A. (2005). *El mito de Sísifo* (L. Echávarri, Trad.). Alianza Editorial.
(Obra original publicada en 1942)

Frankl, V. E. (2004). *El hombre en busca de sentido* (12.^a ed.). Herder.
(Obra original publicada en 1946)

Jung, C. G. (2009). *Los arquetipos y lo inconsciente colectivo* (Obras completas, Vol. 9/1). Paidós.
(Obra original publicada en 1959)

Kierkegaard, S. (2004). *Temor y temblor* (D. Antón, Trad.). Ediciones Cátedra.
(Obra original publicada en 1843)

Maslow, A. H. (1964). *Religiones, valores y experiencias cumbre*. Kairós.
(Obra original publicada en 1964)

Nietzsche, F. (2000). *La gaya ciencia* (A. Sánchez Pascual, Trad.). Alianza Editorial.
(Obra original publicada en 1882)

Schopenhauer, A. (2009). *El mundo como voluntad y representación. Volumen I* (P. López de Santa María, Trad.). Trotta.
(Obra original publicada en 1818)

Tomás de Aquino. (2001). *Suma Teológica* (A. Martínez, Ed.). Biblioteca de Autores Cristianos.
(Obra original publicada ca. 1265–1274)

Castañón-Valdivia, V., Centella-Centeno, D., Chura-Quispe, G., Salamanca-Chura, E., & Flores-Rosado, C. (2024). *Espiritualidad y bienestar psicológico en estudiantes de enfermería: estudio piloto*. Revista Vive, 7(21), 706–719.

Fernández-Nieto, J. B. (2024). *Sentido de propósito y salud mental: revisión y evidencia empírica*. [Artículo de revisión].

Gallardo-Vergara, R. (2022). *Los efectos negativos de la religiosidad-espiritualidad en la salud mental: una revisión bibliográfica*. Revista científica (Costa Rica).

Lorca, M. B. F., Fernández, A., & col. (2022). *Religiosity, physical and functional health in older people in Chile*. Revista Colombiana / SciELO Chile.

Pernía, R. M. (2022). *Propiedades psicométricas del Test Propósito de Vida (PIL)*. Revista SH (Uruguay), vol. X, pp. XX–XX.

Quiceno, J. M. (2023). *Creencias, prácticas religiosas y sentido de vida en adultos mayores durante la pandemia*. Informes Psicológicos (Universidad Pontificia Bolivariana).

Rubio-Belmonte, C., Mayordomo-Rodríguez, T., Marco-Ahullo, A., & Aragón-Barberá, I. (2024). *Psychometric validation of the Purpose in Life Test—Short Form (PIL-SF)*. Healthcare. (este trabajo está accesible en inglés pero contiene muestras hispanohablantes; se incluye por su relevancia psicométrica para el PIL en español).

Sanz, E. (2023). *El test PIL para evaluar el sentido de la vida*. Documento técnico / revisión.

Varios autores (2017–2024). Estudios sobre sentido de la vida en población universitaria y adulta en España y Latinoamérica (ej.: García-Alandete et al., 2018; trabajos 2020–2024 en revistas hispanas).

Anexos.



Tabla. Distribución de participantes por condición

Grupo	Frecuencia	Porcentaje
Personas con prácticas religiosas/espirituales	29	41.4%
Personas sin prácticas religiosas/espirituales	41	58.6%
Total	70	100%

Resultados descriptivos del Test

Ítem	Descripción resumida	Media
3	Vida con sentido	5.81
4 (inv.)	Vacío/desesperanza	2.20
5	Propósito diario claro	5.40
6 (inv.)	Falta de dirección	2.47
7	Metas claras en el futuro	5.86
8 (inv.)	Falta de propósito	2.50
9	Paz personal y claridad	5.64
10 (inv.)	Vida confusa	2.30
11	Razones para vivir	6.21
12 (inv.)	Pensamientos de no seguir	2.27
13	Propósito que guía	5.80
14 (inv.)	Nada por qué esforzarse	2.04
15	Meta que da sentido	5.74

16 (inv.)	No saber qué hacer en la vida	2.23
17	Propósito mayor	5.89
18 (inv.)	Sin entusiasmo por el futuro	2.00
19	Sentirse útil	6.11
20 (inv.)	Sentirse vacío	2.96
21	Satisfacción con el rumbo vital	5.54
22	Propósito que orienta decisiones	5.66