



Pontificia Universidad Católica Argentina

“Santa María de los Buenos Aires”

Facultad de Psicología y Psicopedagogía

Licenciatura en Psicología

Trabajo de Integración Final

Impacto de las experiencias espirituales en la percepción de soledad en jóvenes
bonaerenses

Alumno: Chiara Sofía Gargiulo

Número de registro: 12001879

Director: Dra. Leónides del Carmen Fuentes

Tutor: Sofía Bordet

Buenos Aires, 2024

Resumen

La espiritualidad y la soledad son conceptos complejos que han adquirido relevancia en el estudio del bienestar psicológico y social. La espiritualidad, entendida como un conjunto de experiencias relacionadas con la conexión trascendental y el sentido de vida, puede influir en la percepción de soledad, una experiencia emocional y social derivada de la discrepancia entre las relaciones deseadas y las percibidas. Este estudio empírico de diseño transversal tuvo como objetivo explorar la relación entre las experiencias espirituales diarias y la soledad emocional y social en jóvenes bonaerenses de entre 18 y 25 años. Se utilizó la Escala de Experiencias Espirituales Diarias (DSES) para medir la espiritualidad y una escala de soledad dividida en dimensiones emocionales y sociales. Los resultados no mostraron correlaciones significativas entre espiritualidad y soledad, y tampoco se observaron diferencias según el sexo en ninguna de las variables estudiadas. Estos hallazgos invitan a reflexionar sobre posibles factores mediadores y la necesidad de diseños metodológicos más integrales que capten la complejidad de estas relaciones. La investigación contribuye al conocimiento existente al abordar una temática poco explorada y destaca la necesidad de continuar investigando cómo la espiritualidad puede influir en el bienestar emocional y social de los jóvenes.

Palabras clave: espiritualidad, soledad, bienestar, jóvenes, conexión trascendental.

Abstract

Spirituality and loneliness are complex concepts that have gained relevance in the study of psychological and social well-being. Spirituality, understood as a set of experiences related to transcendental connection and life purpose, may influence the perception of loneliness, an emotional and social experience derived

from the discrepancy between desired and perceived relationships. This empirical cross-sectional study aimed to explore the relationship between daily spiritual experiences and emotional and social loneliness in young people from Buenos Aires, aged 18 to 25. The Daily Spiritual Experience Scale (DSES) was used to measure spirituality, along with a loneliness scale divided into emotional and social dimensions. The results showed no significant correlations between spirituality and loneliness, nor were there gender differences in any of the variables studied. These findings encourage reflection on possible mediating factors and the need for more comprehensive methodological designs to capture the complexity of these relationships. This research contributes to the existing knowledge by addressing a little-explored topic and highlights the need to further investigate how spirituality may influence the emotional and social well-being of young people.

Key words: spirituality, loneliness, well-being, youth, transcendental connection.

ÍNDICE

<i>I. INTRODUCCIÓN</i>	5
<i>II. MARCO TEÓRICO</i>	6
2.1 Espiritualidad.....	6
2.2 Soledad	7
<i>III. DEFINICIÓN DEL PROBLEMA, OBJETIVOS E HIPÓTESIS</i>	9
3.1 Definición del problema	9
3.2 Objetivos	10
3.3 Hipótesis	11
<i>IV. MÉTODO</i>	11
4.1 Diseño de la investigación.....	11
4.2 Participantes	11
4.3 Instrumentos de recolección de datos.....	12
4.3.1 Cuestionario de datos sociodemográficos y personales	12
4.3.2 Escala de Soledad de De Jong-Gierveld (versión abreviada)	12
4.3.3 Escala de Experiencias Espirituales Diarias.....	13
4.4 Procedimiento	13
4.5 Análisis de datos.....	14
<i>V. RESULTADOS</i>	15
<i>VI. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES</i>	28
6.1 Discusión	28
6.2 Conclusiones.....	30
6.3 Limitaciones y futuras líneas de investigación	32
<i>VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS</i>	34
8.1 Cuestionario de datos sociodemográficos y personales:.....	36
8.2 Escala de Soledad de De Jong-Gierveld (versión abreviada)	36
8.3 Escala de Experiencias Espirituales Diarias	37
8.4 Consentimiento informado.....	38

I. INTRODUCCIÓN

El ser humano es un ser espiritual por naturaleza. La influencia de las religiones del mundo sobre las sociedades y sobre el comportamiento de las personas son algunas evidencias de la relevancia de la espiritualidad en el desarrollo del hombre (Piedmont & Wilkins, 2019).

Tanto las ciencias sociales como las físicas se han resistido a integrar las variables espirituales en sus investigaciones. Debido a su carácter subjetivo y difícil cuantificación, estas variables fueron ignoradas y excluidas del ámbito científico. Es por eso que tanto la espiritualidad como la religiosidad permanecieron marginadas del ámbito científico, sin ser sometidas a investigaciones teóricas o empíricas a pesar de que diferentes autores, a lo largo de la historia, han otorgado a la espiritualidad un lugar central en sus teorías observándose que la búsqueda de sentido de vida y la autorrealización se abren a la trascendencia (Simkin, 2017). Por ejemplo, Frankl, el fundador de la Psicología Existencial, postuló que la motivación principal del hombre es encontrarle un sentido a la vida, enfatizando en su capacidad innata de trascendencia. A mediados de los 90, el interés de los investigadores aumenta a raíz del desarrollo de diferentes escalas que conceptualizan las variables espirituales de manera que permiten su análisis científico. Con las investigaciones científicas realizadas actualmente en el ámbito de la psicología de la religión, es posible incluir la espiritualidad en el trabajo profesional (Piedmont & Wilkins, 2019).

La soledad es una experiencia psicológica displacentera que surge a raíz de la discrepancia entre las relaciones sociales deseadas y las percibidas. Es una problemática que se presenta a lo largo del ciclo vital y está relacionada con diferentes patologías mentales y físicas. En la juventud, es especialmente significativo dado que es el momento vital en el que la esfera social es muy relevante: se busca ampliar las relaciones sociales y se valoran las actividades grupales. La motivación por socializar es lo que los torna vulnerables a la soledad: la comparación del estado social propio con el de los demás puede generar que los jóvenes perciban una falta de relaciones sociales (Nicolaisen & Thorsen, 2014).

Este trabajo de integración final tuvo como objetivo analizar la posible relación entre la espiritualidad y la soledad de jóvenes adultos; buscando aportar datos empíricos que permitan diseñar intervenciones específicas para jóvenes adultos en el ámbito clínico. Se evaluaron las experiencias espirituales diarias y los sentimientos de soledad. El rango de edad con el que se trabajó exclusivamente fue entre 18 y 25 años. Los participantes debieron residir dentro de la Provincia de Buenos Aires. Los resultados de la investigación ampliaron y

enriquecieron el campo previamente estudiado respecto al tema. El trabajo es relevante para los profesionales del campo de la psicología, para aquellos trabajando con jóvenes, particularmente ejerciendo en el ámbito clínico.

II. MARCO TEÓRICO

2.1 Espiritualidad

La psicología ha demostrado interés en los fenómenos espirituales y religiosos y su relación con la salud mental desde sus comienzos, pese a que fue a mediados de la década del ochenta cuando la Psicología de la Religión se constituyó como un área específica. En la actualidad, la cantidad de investigaciones realizadas en el área se encuentra en un crecimiento sin precedentes. Sin embargo, la mayoría de los investigadores hacen referencia a una limitación significativa: la dificultad para arribar a definiciones consensuadas de los conceptos de espiritualidad y religiosidad. En un principio, los conceptos se utilizaron indistintamente; posteriormente, se consideraban opuestos. Actualmente, se consideran como conceptos complementarios (Simkin, 2017). A pesar de que la espiritualidad y la religiosidad hagan referencia a fenómenos diferentes, no son conceptos excluyentes: ambos conceptos destacan lo sagrado referido a Dios como un poder superior, como también a cualquier aspecto de la realidad que sea considerado una manifestación de lo divino o lo trascendente (Fuentes, 2019). Las diferencias yacen en que la religiosidad implica un sistema organizado que guía las acciones de los creyentes en la búsqueda de lo divino mediante la realización de rituales y cuenta con una dimensión social (Davis, 2023). En cambio, la espiritualidad puede implicar la religiosidad, pero no necesariamente; es la capacidad de ir más allá de las restricciones personales, permitiendo a la persona enfocarse en actividades y metas que trascienden su ser individual, fomentando de esta manera su propio progreso y expansión (Fuentes, 2019; Salgado, 2014).

Los conceptos de espiritualidad y religiosidad pueden ser utilizados independientemente. Es esperable que dentro de la religiosidad haya intenciones de promover la espiritualidad sin embargo, la segunda no requiere de una creencia religiosa para ser satisfactoria (Simkin, 2017). En los últimos años se han realizado numerosas investigaciones acerca del impacto de la espiritualidad sobre distintas variables psicológicas. Una revisión de estudios empíricos sobre religiosidad y espiritualidad identificó que favorecen la salud psicofísica y el bienestar en las distintas edades de la vida. En un estudio realizado sobre una

población de jóvenes se encontró que el compromiso espiritual temprano promueve valores prosociales y está asociado a menos actividades antisociales y a mejor rendimiento académico. Además, se demostró que aquellos jóvenes con inclinaciones espirituales perciben al mundo como un lugar menos hostil y más coherente. En la conclusión del estudio se establece que la espiritualidad está asociada a una mayor calidad de vida, estilos de vida más saludables, tendencia a evitar comportamientos sexuales riesgosos, sistemas inmunes más fuertes, aumento de supervivencia en pacientes con cáncer, menor mortalidad, así como reducción de cáncer y padecimientos crónicos (Salgado, 2014). Las características intrínsecas de dicha variable, como lo son la fe y la trascendencia, están profundamente relacionadas con la esperanza y el optimismo: dos rasgos del bienestar emocional (Bryant-Davis & Wong, 2013). Así mismo, se aclara que todos los beneficios que aportan las variables de espiritualidad y religiosidad suceden en ausencia de fanatismos, dogmatismos e imposiciones (Salgado, 2014).

2.2 Soledad

El término soledad es utilizado con frecuencia en la cotidianidad. Sin embargo, la mayoría de sus usuarios no advierten que detrás del término se esconden dos conceptos diferentes: la soledad no deseada, y la solitud. En el ámbito de la psicología, la solitud describe el tiempo a solas buscado intencionalmente y usado constructivamente, con actividades de motivación intrínseca, como escribir, meditar o conectar con la naturaleza. Lo característico de este concepto, y el elemento diferencial de la soledad, es el deseo de estar a solas. Según los investigadores, los beneficios de la solitud incluyen: el crecimiento personal, el desarrollo de la identidad, la autonomía y la regulación emocional para los jóvenes y adolescentes, y tanto la satisfacción con la vida como el afecto positivo en adultos. Además, fue correlacionado negativamente con la depresión en adultos (Thomas, 2023a). Las investigaciones mostraron que la solitud es buscada y disfrutada en mayor medida por los adultos emergentes que por los adolescentes. Estos resultados fueron atribuidos a la tendencia de los jóvenes a centrarse en ellos mismos, en su desarrollo personal y profesional y en sus proyectos vitales. No obstante, a pesar de sus posibles beneficios, el aislamiento social en una medida excesiva puede resultar en el sentimiento de soledad (Thomas, 2023b).

La soledad se define como una experiencia psicológica que se genera a raíz de la discrepancia entre la cantidad y la calidad de las interacciones sociales deseadas y las percibidas; es decir, se experimentan relaciones insatisfactorias. A esta experiencia siempre le precede un evento precipitante que se combina con los factores individuales y la percepción o interpretación de la situación (García et al., 2021). En términos generales, es una experiencia

que genera estrés y resulta de las relaciones sociales deficientes de un individuo, es subjetiva y no puede equivalerse a la aislamiento social física ya que una persona puede experimentar la soledad a pesar de estar en contacto con otras personas (Nicolaisen & Thorsen, 2014). En el año 1973, Weiss introdujo a la soledad como concepto bidimensional: como soledad emocional y como soledad social (Diehl et al., 2018). La emocional surge como resultado de la ausencia de relaciones sociales significativas y se experimenta como un sentimiento de vacío, desolación y abandono (Chemisquy et al., 2022), muchas veces generado, por ejemplo, por el divorcio o la muerte de un cónyuge (Diehl et al., 2018). En cambio, la social es entendida como la percepción de una carencia de relaciones cercanas que puede experimentarse cuando una persona no se encuentra socialmente integrada a raíz de eventos como una mudanza o la pérdida de redes sociales significativas (Chemisquy et al., 2022). En la presente investigación se utilizará el concepto de soledad no deseada.

Los efectos de la soledad se han estudiado tanto en personas de la tercera edad, como en adultos, jóvenes y adolescentes. Las investigaciones dan evidencia de que la soledad es una problemática presente y relevante en todos los grupos etarios estudiados, a pesar de que los disparadores y las formas de experimentarla varíen (Nicolaisen & Thorsen, 2014). Su presencia ha sido correlacionada con mayor riesgo de mortalidad, depresión y comportamientos e ideaciones suicidas (Diehl et al., 2018). Los jóvenes, en particular, se encuentran en un momento vital característico por la expansión social: suelen buscar relacionarse con una gran cantidad de personas en el proceso de prepararse para el futuro y están motivados por anhelos de establecer relaciones afectivas de intimidad. Las expectativas por alcanzar dichas expectativas y la comparación constante con otros jóvenes los vuelve vulnerables a la soledad social (Nicolaisen & Thorsen, 2014).

2.3 Experiencias espirituales y soledad en los jóvenes

En los últimos años, se ha registrado un aumento significativo en la cantidad de investigaciones centradas en el estudio de la espiritualidad y la salud mental. Si bien no se han encontrado estudios empíricos que analicen específicamente la relación entre espiritualidad y soledad, las investigaciones existentes destacan diversos beneficios asociados con la espiritualidad y las prácticas religiosas en otros contextos. Numerosos estudios han identificado que las prácticas espirituales no solo contribuyen al bienestar general, sino que también ofrecen herramientas significativas para afrontar experiencias traumáticas. Por ejemplo, se ha observado que ciertos mecanismos de afrontamiento espiritual están relacionados con una menor prevalencia de síntomas depresivos y de trastorno por estrés posttraumático (PTSD) en

víctimas de abuso sexual infantil, refugiados y prisioneros de guerra. Asimismo, estas prácticas han demostrado ser un recurso útil para mantener el bienestar emocional y enfrentar las adversidades emocionales asociadas con enfermedades crónicas (Bryant-Davis, 2013; Davis, 2023).

Por otro lado, Rokach y Brock (como se citó en French, 2022) identificaron la religión como uno de los seis mecanismos más utilizados para afrontar la soledad, sugiriendo un potencial vínculo entre lo espiritual y las estrategias de conexión social. Desde una perspectiva teórica, estudios como los de Folker et al. (2021) destacan que la búsqueda de sentido de vida puede estar intrínsecamente relacionada con la experiencia de soledad, subrayando que un sentido de vida significativo puede proteger contra una de las dimensiones de la soledad al promover una identidad social compartida.

Aunque estas investigaciones aportan un marco relevante, ninguna aborda específicamente cómo las experiencias espirituales pueden influir en la percepción de la soledad, lo que resalta la necesidad de investigar esta intersección en mayor profundidad.

III. DEFINICIÓN DEL PROBLEMA, OBJETIVOS E HIPÓTESIS.

3.1 Definición del problema

El mundo en el que vivimos hoy está compuesto de relaciones interpersonales que aparentan ser difusas, inestables o superficiales; incluso han sido caracterizadas como líquidas. La sociedad parece estar particularmente pendiente de los jóvenes: desde la infancia están inmersos en una vorágine de consumo, de sobreestimulación y de inmediatez, rasgos que se ven plasmados en las relaciones que establecen entre sí (Bauman, 2013). La soledad y el aislamiento social son condiciones crecientes en las sociedades contemporáneas y están vinculadas con riesgos para la salud física y mental, como la depresión y las enfermedades cardiovasculares (Gemar, 2024).

La espiritualidad es un constructo cuyo valor y relevancia en el área de la psicología ha sido cuestionado. No obstante, se ha sugerido que la espiritualidad podría actuar como un factor protector, proporcionando un sentido de pertenencia y conexión social. Además, los cambios recientes en las prácticas religiosas tradicionales, con un aumento de personas que se identifican como "espirituales pero no religiosas," subrayan la necesidad de entender cómo las

experiencias espirituales pueden influir en el bienestar social y psicológico, específicamente en la reducción de la soledad (Gemar, 2024).

Numerosas investigaciones han identificado los beneficios de las prácticas espirituales para la salud física y psíquica: ayudan al bienestar y aportan herramientas para el afrontamiento de experiencias traumáticas. Distintos mecanismos de afrontamiento espiritual se asociaron a una menor prevalencia de sintomatología depresiva e indicadores de PTSD en víctimas de abuso sexual infantil y tortura, y refugiados y prisioneros de guerra. Las prácticas espirituales son una herramienta significativa para mantener el bienestar emocional y hacer frente a las experiencias emocionales adversas que surgen en el afrontamiento de enfermedades crónicas (Bryant-Davis, 2013; Davis, 2023).

La relación entre espiritualidad y soledad es un tema crucial, pero poco investigado. Es un área de investigación compleja y está en constante cambio. Explorar cómo las conexiones sociales y espirituales impactan nuestro bienestar puede ayudar a la comprensión sobre cómo mejorar la salud mental y emocional. Hoy en día, el desafío yace en develar cómo la espiritualidad puede influir en reducir la soledad y promover el bienestar psicológico y social (Gemar, 2024).

La presente investigación se propuso explorar la relación entre la espiritualidad y la soledad en jóvenes. Se buscó responder la siguiente pregunta de investigación: ¿cuál es la relación entre las experiencias espirituales diarias y la soledad en jóvenes?

3.2 Objetivos

Objetivo general:

Describir y relacionar las experiencias espirituales diarias y la soledad en adultos jóvenes en la Provincia de Buenos Aires.

Objetivos específicos:

1. Describir y comparar las experiencias espirituales diarias entre adultos jóvenes según el sexo.
2. Describir y comparar la soledad emocional entre adultos jóvenes según el sexo.
3. Describir y comparar la soledad social entre adultos jóvenes según el sexo.
4. Describir y relacionar las experiencias espirituales diarias y la soledad social y emocional en adultos jóvenes bonaerenses.

3.3 Hipótesis

1. Las experiencias espirituales diarias en jóvenes no varían significativamente según el sexo.
2. La experiencia de soledad emocional en jóvenes varía significativamente según el sexo.
3. La experiencia de soledad social en jóvenes varía significativamente según el sexo.
4. Existe una relación negativa entre las experiencias espirituales diarias y la soledad social y emocional en jóvenes en la Provincia de Buenos Aires, es decir, a medida que aumentan las experiencias espirituales diarias, las experiencias de soledad disminuyen.

IV. MÉTODO

4.1 Diseño de la investigación

La siguiente investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre las experiencias espirituales diarias de jóvenes de entre 18 y 25 años y la soledad percibida. La misma tuvo un enfoque cuantitativo, y un diseño no experimental de corte transversal, ya que la recolección de datos se llevó a cabo en un momento dado. Su alcance fue de tipo correlacional, el cual cumple con el objetivo de la investigación de medir el grado de relación entre dos o más variables, en este caso, las experiencias espirituales diarias y soledad.

4.2 Participantes

La población objeto de estudio de esta investigación fueron jóvenes de entre 18 a 25 años de edad, habitantes de la Provincia de Buenos Aires. La muestra consistió en un total de 100 sujetos, de los cuales el 60% ($n = 60$) fueron mujeres y el 40% ($n = 40$) fueron hombres. La media de edad del total de la muestra fue de 21,68 ($ES = 1,72$; *Mínimo* = 18; *Máximo* = 25).

Fueron excluidas de la muestra aquellas personas que habitan por fuera de los límites establecidos, como también quienes no estaban dentro del rango de edad determinado. Aquellas personas que cuentan con un diagnóstico de depresión o ansiedad no fueron considerados ya que ambas patologías pueden influir en la percepción de la soledad.

4.3 Instrumentos de recolección de datos

4.3.1 Cuestionario de datos sociodemográficos y personales

Se desarrolló un cuestionario ad-hoc de datos sociodemográficos y personales, construido con el objetivo de evaluar edad y lugar de residencia. (Ver apéndice 6.1)

4.3.2 Escala de Soledad de De Jong-Gierveld (versión abreviada)

La Escala de Soledad de De Jong-Gierveld (DJGLS-11, por sus siglas en inglés) es un instrumento desarrollado en la década del 1980 por Jenny De Jong-Gierveld y sus colegas, considerando la distinción entre soledad emocional y social proporcionada anteriormente por Weiss. En consecuencia, la escala cuenta con 11 ítems de los cuales 6 operacionalizan la soledad emocional y 5 corresponden a la soledad social. Los ítems son oraciones que no incluyen el término soledad y que pueden ser respondidas por el examinado con una de tres opciones de formato Likert: “no”, “sí” o “más o menos”. Tanto la escala completa como las subescalas separadas de soledad emocional y social comprobaron ser válidas y confiables.

En el año 2006, De Jong y Tilburg realizaron pruebas exitosas para constatar la validez de la versión abreviada de 6 ítems de dicha escala (DJGLS-6). Los ítems fueron seleccionados de tal manera que tres corresponden a la soledad emocional y el resto a la soledad social. Como resultado, la escala abreviada, al igual que la original, puede ser administrada como escala unidimensional de soledad o como subescalas independientes de soledad emocional y social. La puntuación de la escala se realiza en relación a la naturaleza de los ítems. Aquellos que se denominan ítems negativos evalúan la soledad emocional, estos son: “Siento una sensación de vacío a mi alrededor”, “Echo de menos tener gente a mi alrededor” y “Me siento abandonado/a a menudo”. Las respuestas positivas y neutras (“Sí” y “Más o menos”) tienen valor de 1; las respuestas negativas, 0. En el caso de los ítems positivos que componen la escala de la soledad social (“Hay suficientes personas a las que puedo recurrir en caso de necesidad”, “Tengo mucha gente en la que confiar completamente” y “Hay suficientes personas con las que tengo una amistad muy estrecha”), sucede lo contrario: los puntajes positivos y neutros tienen un valor de 0, y las respuestas negativas, 1. Los resultados de las sub escalas utilizadas en esta investigación pueden ser los siguientes: sin soledad social o emocional (0 puntos), soledad social o emocional moderada (1-2 puntos) y soledad social o emocional severa (3 puntos).

La versión abreviada de la Escala de Soledad de De Jong-Gierveld traducida al español fue validada en Argentina en el año 2022 por Chemisquy y cols. El estudio de validez y

confiabilidad fue realizado sobre una población de 307 estudiantes universitarios cuyas edades oscilaron entre 18 y 54 años y obtuvo resultados óptimos: demostró tener una buena consistencia interna, con buenos índices de discriminación entre sus ítems y con una estructura bidimensional que permite evaluar soledad social y emocional.

4.3.3 Escala de Experiencias Espirituales Diarias

La Escala de Experiencias Espirituales Diarias (DSES, por sus siglas en inglés) fue desarrollada por Lynn Underwood en el año 2002. En el año 2013 fue adaptada al español y en 2022 fue validada en Argentina por Oñate y cols. La validación se realizó sobre una muestra no probabilística de 692 adolescentes y jóvenes entre los 12 y 28 años con resultados óptimos: muy buena consistencia interna y validez convergente, todos los ítems resultaron discriminativos y evidencia de confiabilidad interna con un valor de alfa de Cronbach de 0.94. Las propiedades psicométricas de confiabilidad y validez indican la adecuación del instrumento para la evaluación de espiritualidad en jóvenes argentinos.

La escala fue diseñada para medir experiencias espirituales de la vida cotidiana, entendiendo a la espiritualidad como lo trascendente, sagrado o divino, lo que está más allá de los sentidos y se experimenta en la cotidianidad. Fue desarrollada con la intención de ser administrada tanto a personas que se identifican con alguna religión como a las que no.

El instrumento cuenta con 15 reactivos de los cuales 14 se puntúan en una escala de Likert de 6 puntos: “muchas veces al día”, “todos los días”, “casi todos los días”, “algunos días”, “una vez cada tanto” y “nunca o casi nunca”. El último ítem se puntúa en una escala de Likert de 4 puntos: “para nada cercano”, “algo cercano”, “muy cercano”, “tan cercano como es posible”. La puntuación total de la escala se realiza calculando la media del puntaje de cada sujeto. Es decir, se invierten las respuestas de los primeros 14 reactivos para sumarlas al puntaje del último y se divide por 15, la cantidad total de reactivos. Como resultado, a mayor puntaje, mayor espiritualidad.

4.4 Procedimiento

La técnica de muestreo utilizada fue no probabilística ya que la elección de los participantes no dependió de la probabilidad, sino de las características puntuales pertinentes al objetivo de dicha investigación. La manera en la que se llevó a cabo dicho procedimiento es en el formato “bola de nieve”, es decir, ambos instrumentos fueron enviados en formato de Cuestionario de Google vía WhatsApp para ser completados por los participantes de manera voluntaria (Hernández Sampieri, 2014). Previo a acceder al cuestionario se presentó un

consentimiento informado donde se indicaron los objetivos de la investigación y se detalló el tratamiento anónimo y confidencial de los datos y un cuestionario de datos sociodemográficos y personales. El formulario fue configurado de manera que sólo podrán acceder a él aquellos que acepten las condiciones. Así mismo, se solicitó a los participantes que compartan el enlace con otras personas de dichas características. Para proteger la identidad de los participantes, el cuestionario se realizó de forma anónima. El tiempo estimado requerido para completar el formulario fue de 10 minutos aproximadamente.

4.5 Análisis de datos

Después de responder a los cuestionarios mencionados anteriormente, se registraron los resultados en una hoja de cálculo de Excel. Posteriormente, se transfirieron los datos al programa IB, SPSS Statistics 28.0.1, con el fin de generar los análisis estadísticos requeridos para la investigación. Para cada variable se analizaron los estadísticos descriptivos correspondientes (moda, mediana, media, desvío estándar, varianza, frecuencia y porcentajes). Además, se utilizaron estadísticos paramétricos dado que la muestra alcanzó un tamaño de 100 sujetos.

Para alcanzar el primer objetivo específico, se realizaron tablas cruzadas por cada ítem de la escala agrupados por sexo para describir los resultados. Además, se realizó una prueba t de Student ya que se buscaba comparar los puntajes totales de experiencias espirituales diarias de ambos sexos.

Para el segundo objetivo específico, se realizaron tablas cruzadas con el objetivo de describir los resultados. La primera entre los ítems de soledad emocional y el sexo; y la segunda entre los puntajes totales de soledad emocional y el sexo. Para comparar la soledad emocional de hombres y mujeres se realizó una prueba t de Student.

Para el tercer objetivo específico se llevó a cabo el mismo análisis: tablas cruzadas y prueba t de Student para la variable de soledad social.

Para el cuarto y último objetivo específico, se realizó la prueba r de Pearson para calcular las correlaciones entre las tres variables: experiencias espirituales diarias, soledad emocional y soledad social. Además, se realizó una prueba t de Student para analizar las diferencias entre experiencias espirituales diarias y soledad social (sin soledad y soledad moderada), y luego, una prueba ANOVA para analizar las diferencias entre experiencias espirituales diarias y soledad emocional (sin soledad, soledad moderada y soledad severa).

V. RESULTADOS

El primer objetivo de esta investigación propuso describir y comparar las experiencias espirituales diarias entre adultos jóvenes según el sexo.

En cuanto a los puntajes totales de las experiencias espirituales diarias de la muestra, las mujeres obtuvieron una media de puntaje total de 2,99 ($DE = 1,09$) mientras que los hombres obtuvieron una media de 2,88 ($DE = 1,06$). Se realizó una prueba t de Student para corroborar si la diferencia de experiencias espirituales diarias entre los sexos es significativa (Tabla 1.1). No se encontraron diferencias significativas en las experiencias espirituales diarias en función del sexo de los participantes ($t_{(98)} = ,736$; $p = ,464$).

Tabla 1.1 Prueba T de las diferencias entre sexos de las Experiencias Espirituales Diarias

Prueba de muestras independientes											
		Prueba de Levene de igualdad de varianzas		prueba t para la igualdad de medias						95% de intervalo de confianza de la diferencia	
		F	Sig.	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Diferencia de error estándar	Inferior	Superior	
Espiritualidad Total	Se asumen varianzas iguales	0,792	0,376	0,736	98	0,464	0,16278	0,22120	-0,27618	0,60174	
	No se asumen varianzas iguales			0,740	85,447	0,461	0,16278	0,21987	-0,27434	0,59990	

Para lograr una descripción exhaustiva de las respuestas de la muestra, se analizaron las respuestas por sexo a todos los ítems de la Escala de Experiencias Espirituales Diarias.

En las respuestas al primer ítem, “Siento la presencia de Dios” el 80,0% de las mujeres y el 87,5% de los hombres respondieron entre las tres primeras opciones (“Nunca o casi nunca”, “Una vez cada tanto” y “Algunos días”). La mayoría, en ambos casos, respondió “Nunca o casi nunca”, lo que sugiere una menor frecuencia de esta experiencia espiritual en ambos grupos.

En el segundo ítem, “Siento una conexión con todo lo que es vida”, el 83,3% de las mujeres respondió entre “Algunos días” y “Todos los días”, con la mayoría (31,7%) respondiendo algunos días. La mayoría de los hombres (70,0%) respondió entre “Una vez cada tanto” y “Casi todos los días”, con el mayor porcentaje (30,0%) en “Algunos días”. Estos resultados reflejan una tendencia más marcada hacia la conexión con la vida en ambos grupos respecto de otras experiencias espirituales.

En el tercer ítem, “Mientras estoy orando, o en otros momentos cuando me conecto con Dios, siento una felicidad o júbilo que me levanta de mis preocupaciones diarias”, el 81,7% de las mujeres respondió entre las primeras tres opciones, mientras que el 87,5% de los hombres respondió de esa manera. En ambos casos fue la minoría que respondió a ítems con las opciones de mayor frecuencia.

En cuanto al ítem 4, "Encuentro consuelo en mi religión o espiritualidad", la mayoría de los varones (32,5%) respondió “Nunca o casi nunca”. Mientras que las dos respuestas más frecuentes en las mujeres fueron “Nunca o casi nunca” (26,7%) y “Una vez cada tanto” (28,3%).

En el ítem 5, "Encuentro mi fortaleza en mi religión o creencias espirituales", se observa que una parte considerable de los participantes no recurre a su espiritualidad como fuente de apoyo. La respuesta "Nunca o casi nunca" fue seleccionada por el 38,3% de las mujeres y el 45% de los varones. La minoría de tanto mujeres (26,7%) como varones (27,5%) respondieron dentro de las 3 opciones de mayor frecuencia (“Muchas veces al día”, “Todos los días” y “Casi todos los días”).

En el caso del sexto ítem, “Siento gran paz interior o armonía”, las mujeres respondieron, en su minoría (8,3%), en los extremos de las opciones (“Nunca o casi nunca y “Muchas veces al día”), mientras que en los hombres, las respuestas menos elegidas fueron “Nunca o casi nunca” y “Todos los días” con un porcentaje del 7,5% en ambos casos.

En el séptimo ítem, “Le pido ayuda a Dios en medio de mis actividades diarias”, las respuestas más populares, tanto en mujeres como en varones, fueron las de menor frecuencia (“Nunca o casi nunca”, “Una vez cada tanto”, “Algunos días”), la mayoría (43,3% de las mujeres y 57,7% de hombres) respondió “Nunca o casi nunca”.

La respuesta al octavo ítem, “Siento directamente el amor que Dios me tiene”, con mayor porcentaje tanto en mujeres (46,7%) como en varones (47,5%) fue “Nunca o casi nunca”.

Las tres respuestas elegidas del noveno ítem, “Siento el amor que Dios tiene por mí a través de otros”, por la mayor cantidad de mujeres fueron “Nunca o casi nunca” (41,7%), “Algunos días” (16,7%) y “Muchas veces al día” (13,3%). Mientras que en los hombres, estas fueron “Nunca o casi nunca” (42,5%), “Algunos días” (27,5%) y “Casi todos los días” (15,0%).

En lo que respecta a las respuestas del ítem 10, “La belleza de la creación me mueve espiritualmente”, los porcentajes más altos en los hombres se atribuyeron a “Nunca o casi nunca” (32,5%), “Algunos días” (22,5%) y “Una vez cada tanto” (15,0%). En cambio, en las mujeres fueron “Nunca o casi nunca” (26,7%), “Todos los días” (21,7%) y “Algunos días” (16,7%).

En el caso del ítem 11, “Me siento agradecido/a por mis bendiciones”, los porcentajes más alto de las respuestas de las mujeres fueron para “Casi todos los días” (26,7%), “Todos los días” (25,0%), “Muchas veces al día” (20,0%). En cambio, en los hombres, la distribución de las respuestas es mucho más pareja: la respuesta con más frecuencia es “Algunos días” (25,0%), pero el resto de las respuestas obtuvieron un porcentaje de entre 12,5% y 17,5%.

Para el ítem “Siento cariño desinteresado por otros”, tanto como para las mujeres como para los hombres, las respuestas menos elegidas fueron “Nunca o casi nunca” (3,3% de las mujeres y 10,0% de los hombres) y “Una vez cada tanto” (5,0% de las mujeres y 2,5% de los hombres). El resto de las respuestas obtuvieron porcentajes de entre 15,0% y 30,0% en ambos sexos.

Ambos sexos respondieron con menor frecuencia “nunca o casi nunca” (3,3% de las mujeres y 2,5% de los hombres) en el ítem “Acepto a otros aun cuando hacen cosas que pienso que están mal” (Tabla 1.13). La respuesta más frecuente para ambos sexos fue “Casi todos los días” (33,3% de las mujeres y 27,5% de los hombres).

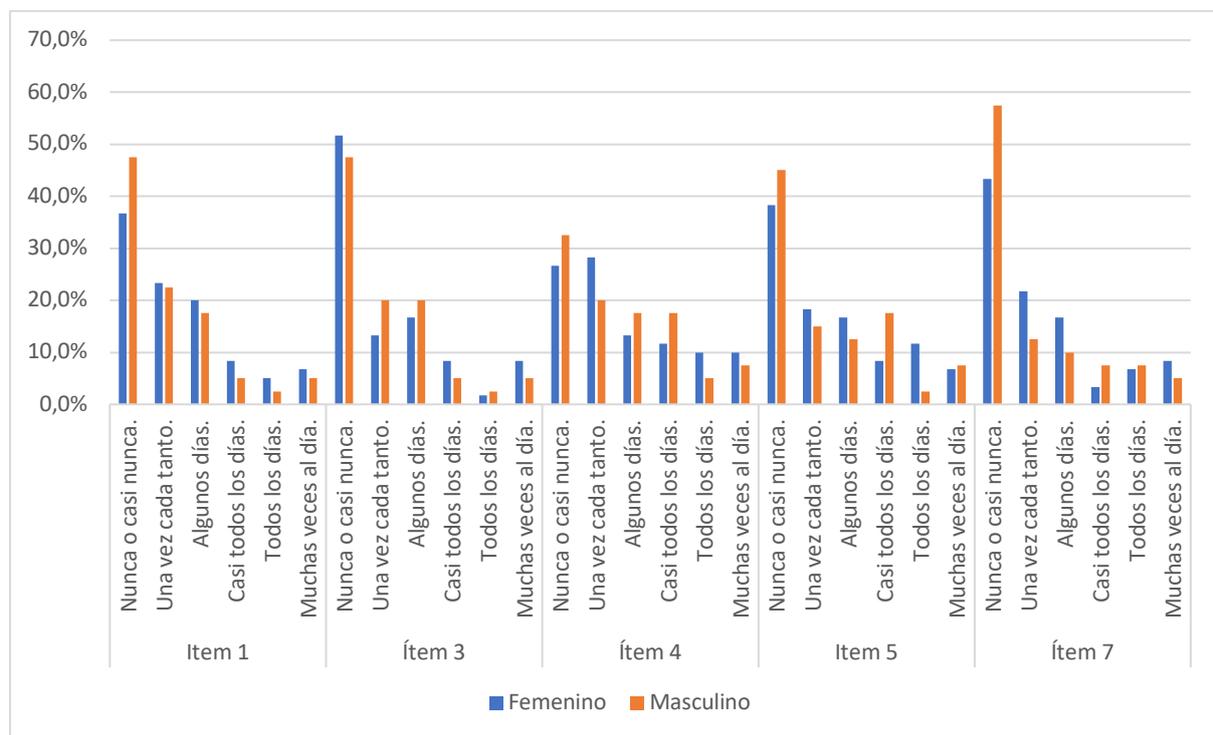
La distribución de las respuestas al ítem 14, “Deseo estar más cercano a Dios o en unión con Dios” son parejas, ya que si se separan los porcentajes mayores y menores, las diferencias entre los porcentajes son de aproximadamente 5 puntos tanto en mujeres como en varones. La respuesta con mayor diferencia en cuanto a los porcentajes de mujeres y varones fue “Casi todos los días” con una diferencia del 15,0% a favor de los hombres.

En relación al último ítem, “En general, ¿cuán cercano te sientes a Dios?”, la gran mayoría de tanto mujeres (80,0%) como varones (90%) respondieron “Para nada cercano” o “Algo cercano”. Sólo el 3,3% de las mujeres y el 2,5% de los varones respondió “Tan cercano como es posible”.

A continuación se exponen los gráficos de los resultados mencionados. Para facilitar la lectura y comprensión de los mismos, los ítems se han agrupado según la distribución de las respuestas. Los Gráficos 1.1 y 1.2 muestran los ítems 1, 3, 4, 5, 7, 8, 9, 10 y 14. En estos

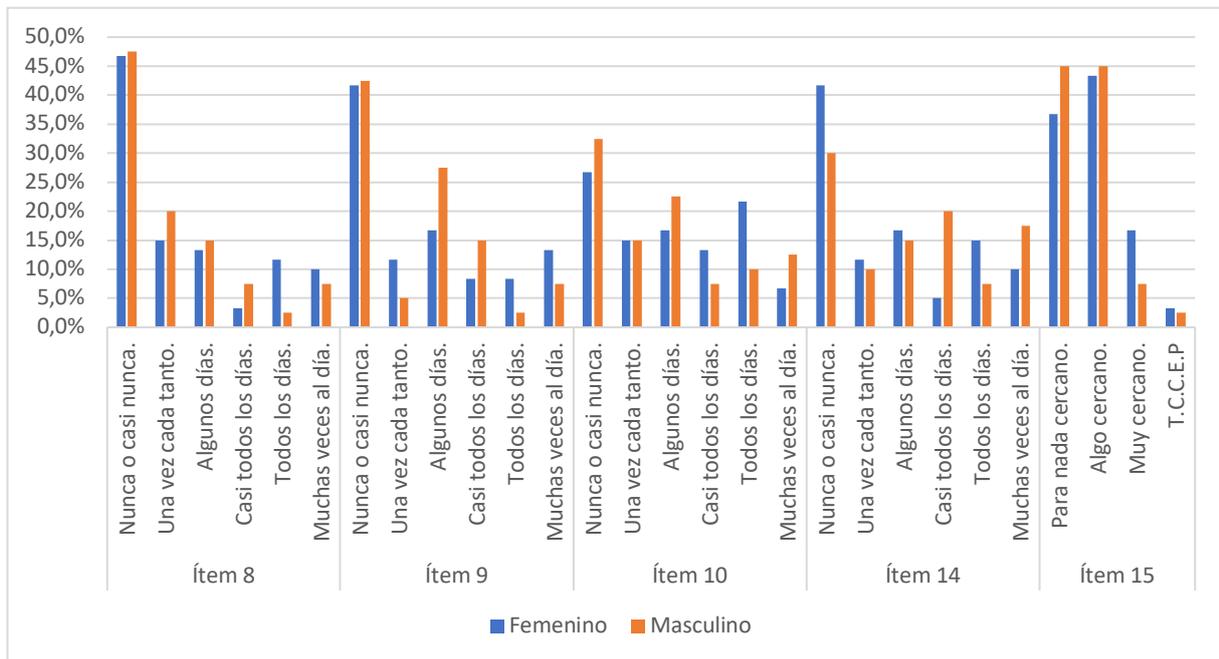
ítems, la mayoría de las respuestas se concentran en las primeras opciones de frecuencia ("Nunca o casi nunca" y "Una vez cada tanto"), indicando que las experiencias espirituales asociadas a estos ítems son menos frecuentes. El Gráfico 1.3 muestra los ítems restantes, cuyas respuestas más frecuentes fueron las intermedias ("Algunos días" y "Casi todos los días"), sugiriendo una mayor regularidad en las experiencias espirituales descritas.

Gráfico 1.1 Respuestas según el sexo de los ítems 1, 3, 4, 5 y 7 de la Escala de Experiencias Espirituales Diarias



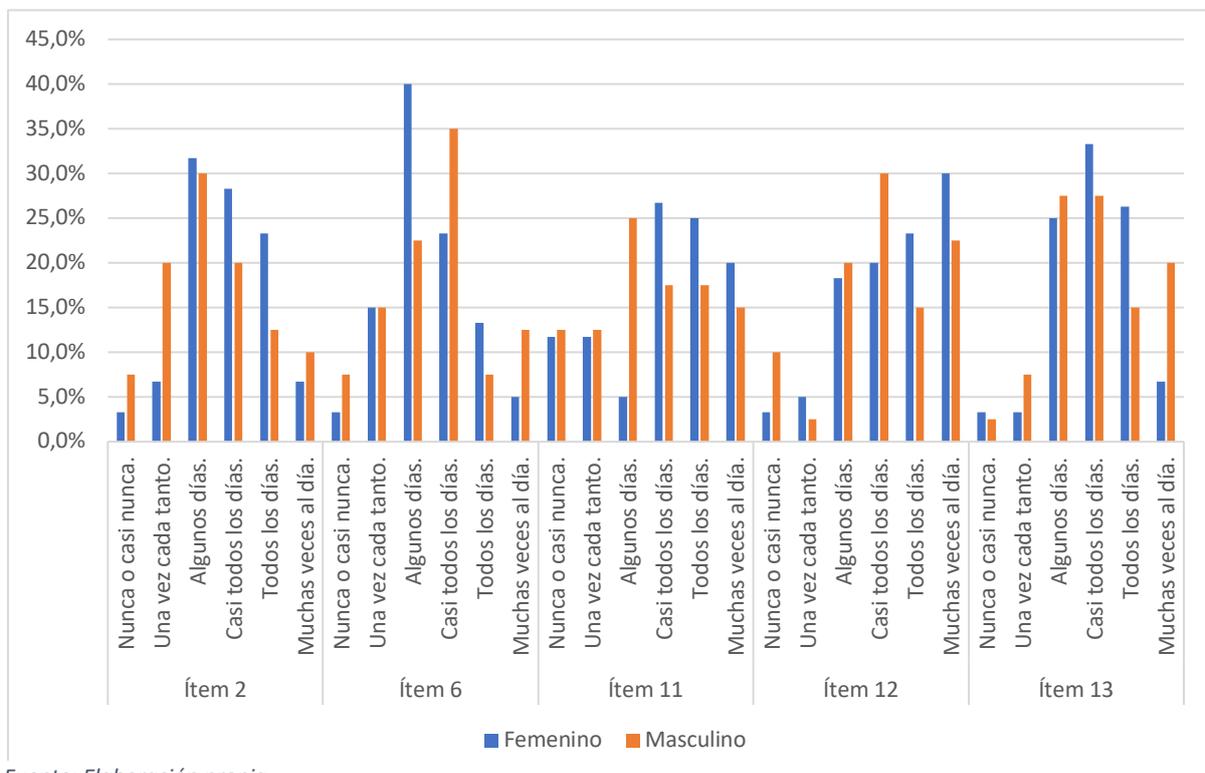
Fuente: Elaboración propia

Gráfico 1.2 Respuestas según el sexo de los ítems 8, 9, 10, 14 y 15 de la Escala de Experiencias Espirituales Diarias



Fuente: Elaboración propia

Gráfico 1.3 Respuestas según el sexo de los ítems 2, 6, 11, 12 y 13 de la Escala de Experiencias Espirituales Diarias



Fuente: Elaboración propia

Considerando estos resultados, se confirma la hipótesis primera que establece que las diferencias según el sexo de las experiencias espirituales de jóvenes adultos bonaerenses no son significativas.

El segundo objetivo de esta investigación propuso describir y comparar la soledad emocional entre adultos jóvenes según el sexo.

En relación a los puntajes de soledad emocional, la media del puntaje total de las mujeres fue de 1,30 ($DE = 1,06$) y la de los hombres fue de 1,35 ($DE = 1,05$). Se realizó una prueba t de Student para corroborar si la diferencia de soledad emocional entre los sexos es significativa. No se encontraron diferencias significativas en soledad emocional en función del sexo de los participantes ($t_{(98)} = -,232; p = ,817$) (Tabla 1.2).

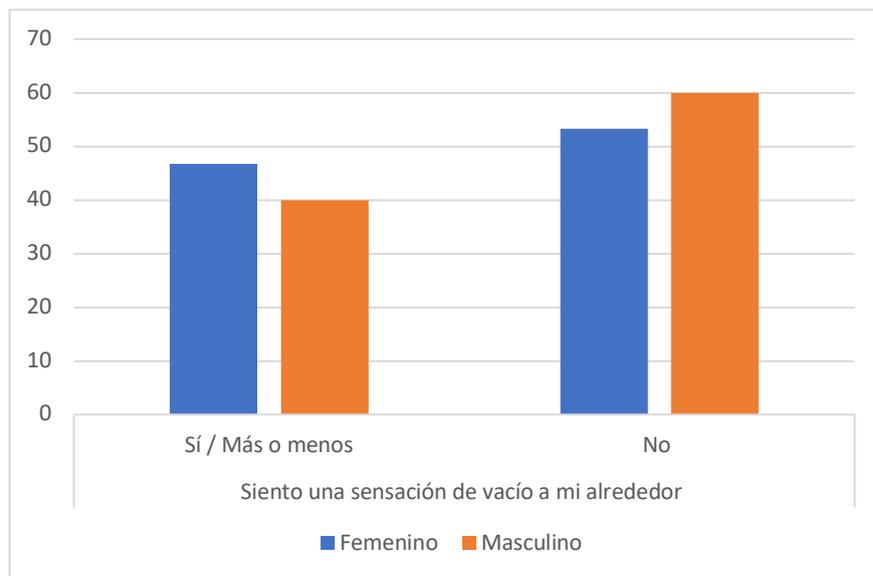
Tabla 2.1 Prueba T de las diferencias entre sexos de la soledad emocional

		Prueba de muestras independientes									
		Prueba de Levene de igualdad de varianzas		prueba t para la igualdad de medias							
		F	Sig.	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Diferencia de error estándar	95% de intervalo de confianza de la diferencia		
									Inferior	Superior	
sumatoria soledad emocional	Se asumen varianzas iguales	0,072	0,789	-0,232	98	0,817	-0,05000	0,21597	-0,47858	0,37858	
	No se asumen varianzas iguales			-0,232	84,346	0,817	-0,05000	0,21550	-0,47853	0,37853	

Para lograr una descripción exhaustiva de las respuestas de la muestra, se analizaron las respuestas por sexo a todos los ítems de la sub-escala de Soledad Emocional de la Escala de Soledad de De Jong-Gierveld.

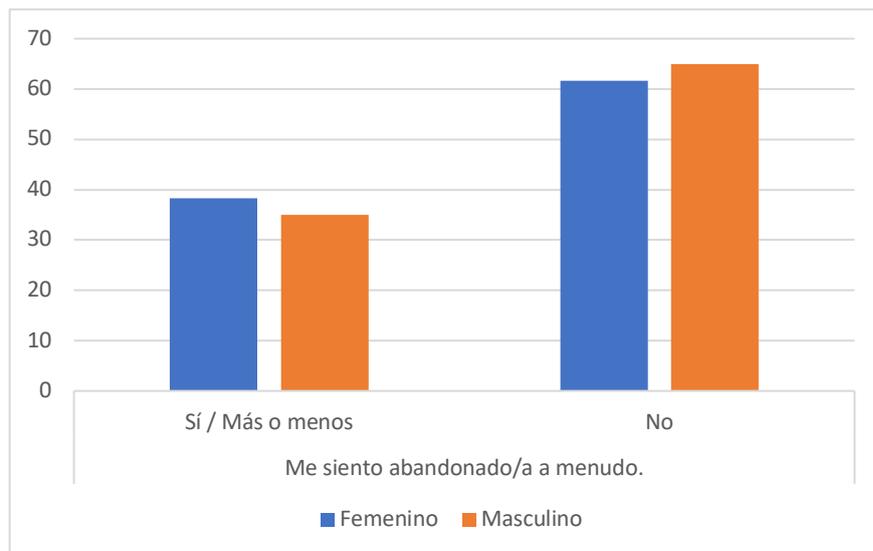
En los Gráficos 2.1-2.3 se pueden ver las respuestas de ambos sexos a los ítems de la sub-escala de soledad emocional, cuyas respuestas positivas sumaban puntos a favor de la soledad. Las diferencias en los porcentajes de mujeres y varones que respondieron de manera positiva los ítems son particularmente estrechas. En el primer caso (Tabla 2.1) la diferencia es de 6,7% a favor de las mujeres; en la tabla 2.2, la diferencia es de 3,3% a favor de las mujeres; y en la tabla 2.3, la diferencia es de 15,0% a favor de los hombres. Esta última diferencia de mayor amplitud es lo que explica la diferencia de 0,05 puntos a favor de los hombres entre las medias mencionadas anteriormente.

Gráfico 2.1 *Respuestas según el sexo de “Siento una sensación de vacío a mi alrededor”*



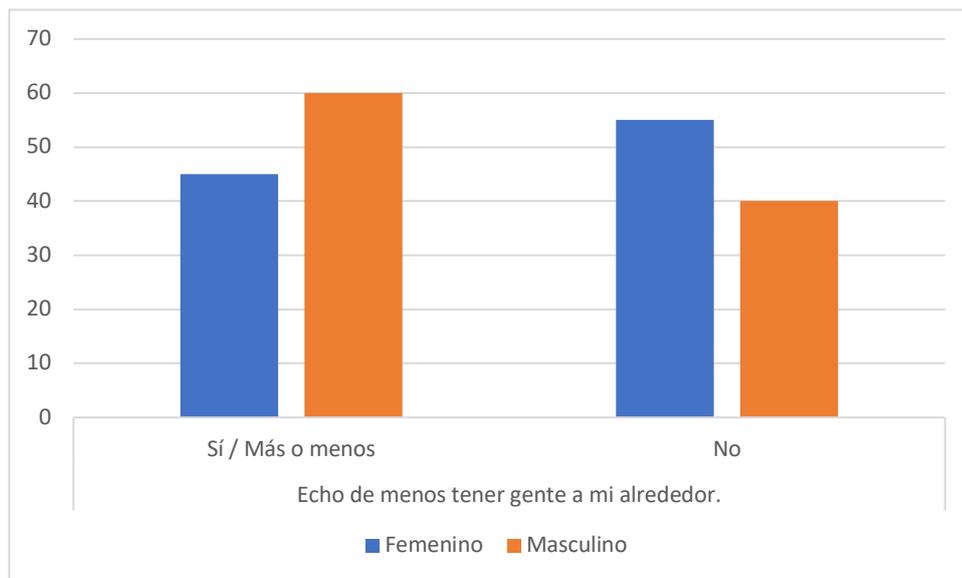
Fuente: elaboración propia

Gráfico 2.2 *Respuestas según el sexo de “Me siento abandonado/a a menudo”*



Fuente: elaboración propia

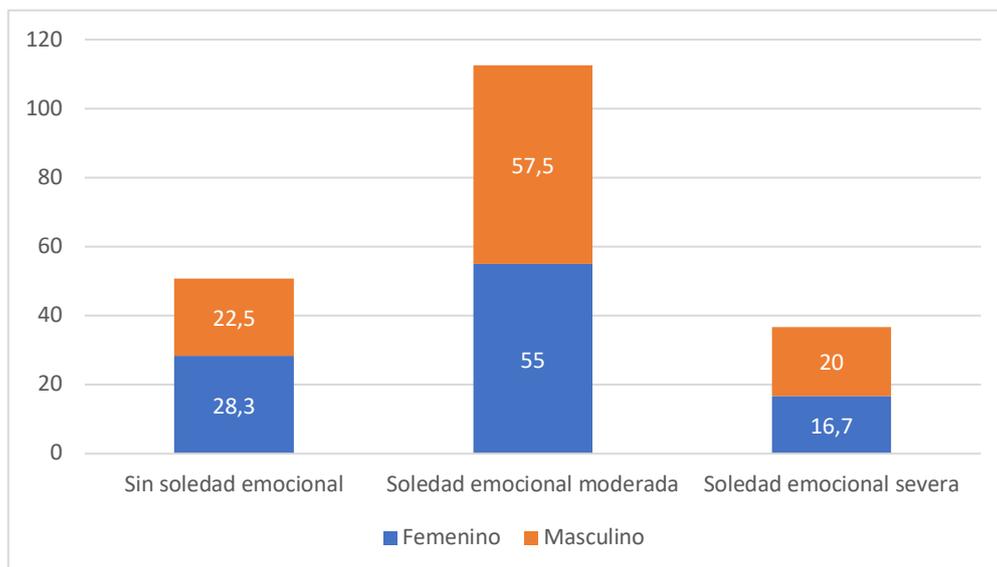
Gráfico 2.3 Respuestas según el sexo de “Echo de menos tener gente a mi alrededor”



Fuente: elaboración propia

En cuanto a la distribución de los resultados dentro de la escala de soledad emocional (Tabla 2.4), se encontró que el 55,0% de las mujeres y el 57,5% de los hombres sufría de soledad emocional moderada. Mientras que solamente el 16,7% de las mujeres y el 20% de los hombres sufría de soledad emocional severa.

Gráfico 2.4 Sub-escala de soledad emocional según el sexo



Fuente: elaboración propia

De esta manera queda refutada la hipótesis segunda que establece la existencia de diferencias significativas en la soledad emocional de jóvenes adultos en función del sexo.

El tercer objetivo de esta investigación propuso describir y comparar soledad social entre adultos jóvenes según el sexo.

En lo que refiere a la soledad social, se encontró que las medias de puntaje total de mujeres y varones son iguales (en mujeres Media = 0,10; DE = 0,35; en varones Media = 0,10; DE = 0,38). Por ende, no se encontraron diferencias significativas de la soledad social en función del sexo de los participantes ($t_{(98)} = 0,00$; $p = 1,00$).

Tabla 3.1 Prueba T de las diferencias entre sexos de la soledad social

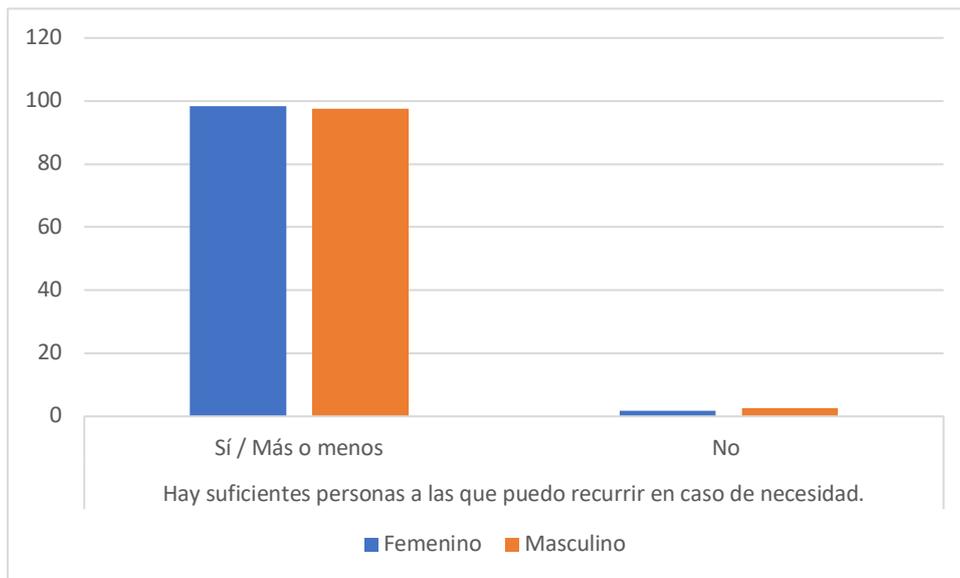
Prueba de muestras independientes										
		Prueba de Levene de igualdad de varianzas		prueba t para la igualdad de medias						
		F	Sig.	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Diferencia de error estándar	confianza de la	
									Inferior	Superior
sumatoria soledad social	Se asumen varianzas iguales	0,001	0,979	0,000	98	1,000	0,00000	0,07435	-0,14754	0,14754
	No se asumen varianzas iguales			0,000	79,766	1,000	0,00000	0,07537	-0,14999	0,14999

Fuente: Elaboración propia

Para lograr una descripción exhaustiva de las respuestas de la muestra, se analizaron las respuestas por sexo a todos los ítems de la sub-escala de Soledad Social de la Escala de Soledad de De Jong-Gierveld.

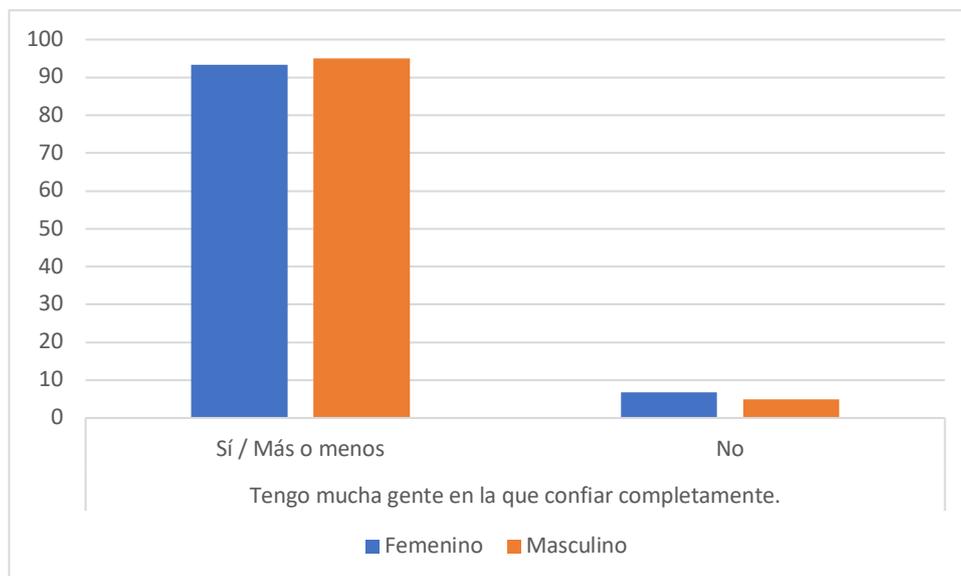
En los Gráficos 3.1-3.3 se presentan los resultados de los ítems que componen las sub-escala de soledad social. Se puede observar que las diferencias en las respuestas en función del sexo de los participantes son incluso menores que las de la sub-escala de soledad emocional. Las diferencias en el primer ítem (Gráfico 3.1) y en el tercero (Gráfico 3.3) fueron de 0,8%; y en el segundo (Gráfico 3.2) fueron de 1,7%.

Gráfico 3.1 *Respuestas según el sexo de “Hay suficientes personas a la que puedo recurrir en caso de necesidad”*



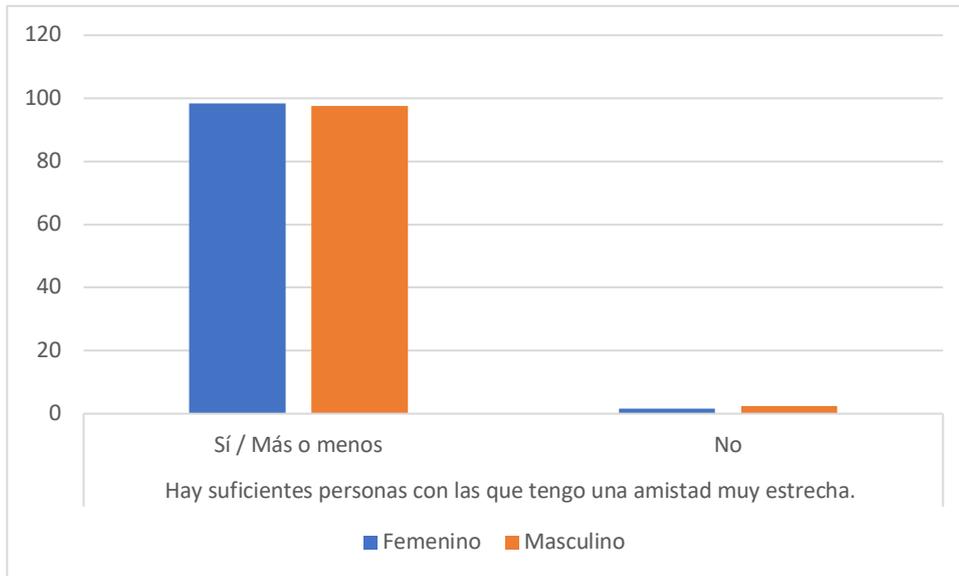
Fuente: Elaboración propia

Gráfico 3.2 *Respuestas según el sexo de “Tengo mucha gente en la que confiar completamente”*



Fuente: Elaboración propia

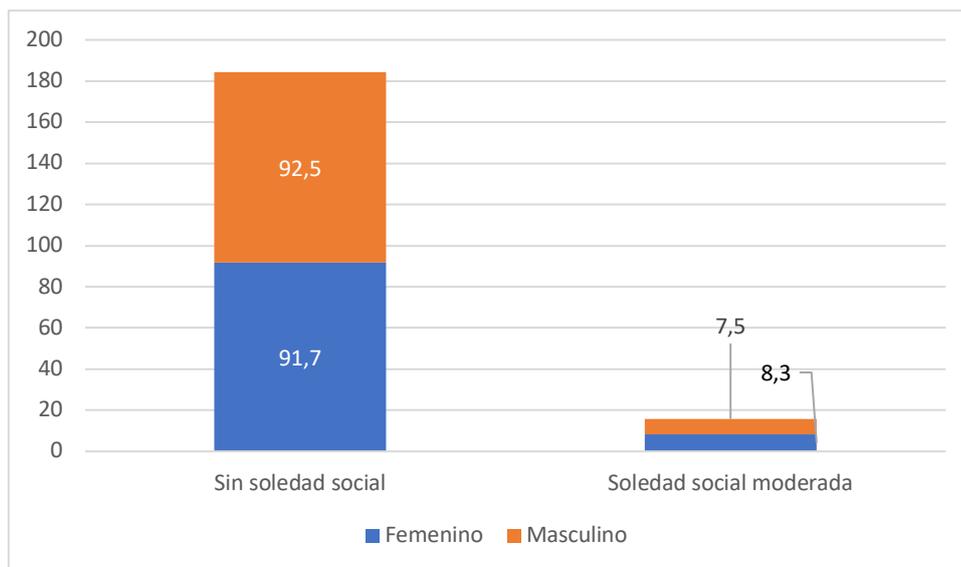
Gráfico 3.3 *Respuestas según el sexo de “Hay suficientes personas con las que tengo una amistad muy estrecha”*



Fuente: Elaboración propia

En cuanto a la distribución de los resultados dentro de la sub-escala de soledad social (Gráfico 3.4), se encontró que el solamente el 8,3% de las mujeres y el 7,5% de los hombres sufría de soledad social moderada; la mayoría de mujeres y varones no sufrían de soledad social, y nadie sufría de soledad social severa.

Gráfico 3.4 *Sub-escala de soledad social según el sexo*



Considerando los resultados obtenidos, queda refutada la hipótesis tercera que establece la existencia de diferencias significativas en la soledad social de jóvenes adultos en función del sexo.

El cuarto objetivo de esta investigación propuso describir y relacionar las experiencias espirituales diarias y la soledad social y emocional en adultos jóvenes bonaerenses.

Las correlaciones entre las experiencias espirituales diarias y la soledad, tanto emocional como social, resultaron ser muy débiles y no significativas (Tabla 4.1). Los resultados de la prueba de correlación de Pearson entre las experiencias espirituales diarias y la soledad emocional mostraron una correlación positiva muy débil $r_{(98)}=,106$, $p=,29$, lo que indica que no hay una relación significativa entre ambas variables. En cuanto a la correlación entre las experiencias espirituales diarias y la soledad social, los resultados fueron $r_{(98)}=-,03$, $p=,75$, sugiriendo una correlación negativa extremadamente débil y no significativa.

Tabla 4.1 Resultados de la correlación de Pearson entre espiritualidad y soledad emocional/social

		Correlaciones		
		Soledad emocional	Soledad social	Exp. Espirituales
Soledad Emocional	Correlación de Pearson	1	,312**	0,106
	Sig. (bilateral)		0,002	0,296
	N	100	100	100
Soledad social	Correlación de Pearson	,312**	1	-0,032
	Sig. (bilateral)	0,002		0,748
	N	100	100	100
Experiencias Espirituales	Correlación de Pearson	0,106	-0,032	1
	Sig. (bilateral)	0,296	0,748	
	N	100	100	100

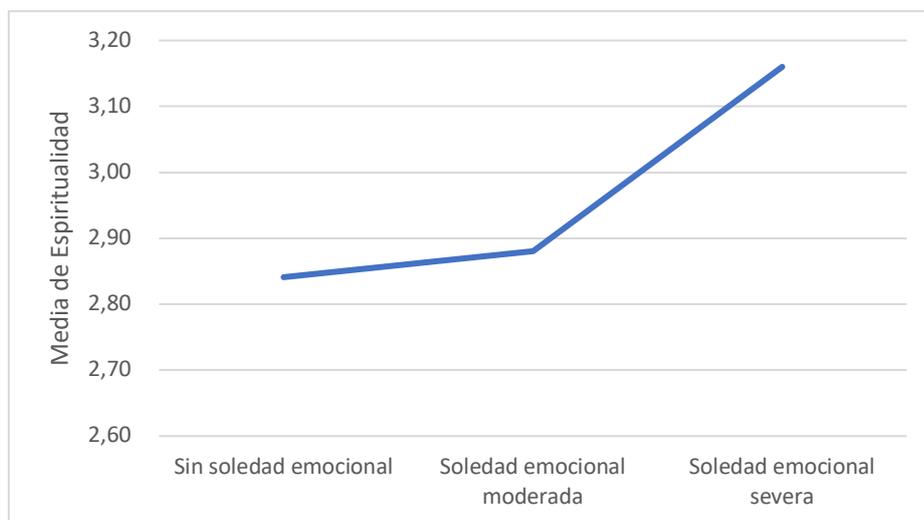
Fuente: Elaboración propia

Los resultados obtenidos no son suficientes ni válidos para refutar o rechazar la hipótesis planteada, ya que las correlaciones observadas entre las experiencias espirituales diarias y la soledad emocional, así como entre las experiencias espirituales diarias y la soledad social, fueron débiles y no alcanzaron significancia estadística ($p > 0.05$). Por lo tanto, no se

puede concluir que exista una relación negativa significativa entre la espiritualidad y la soledad en esta muestra.

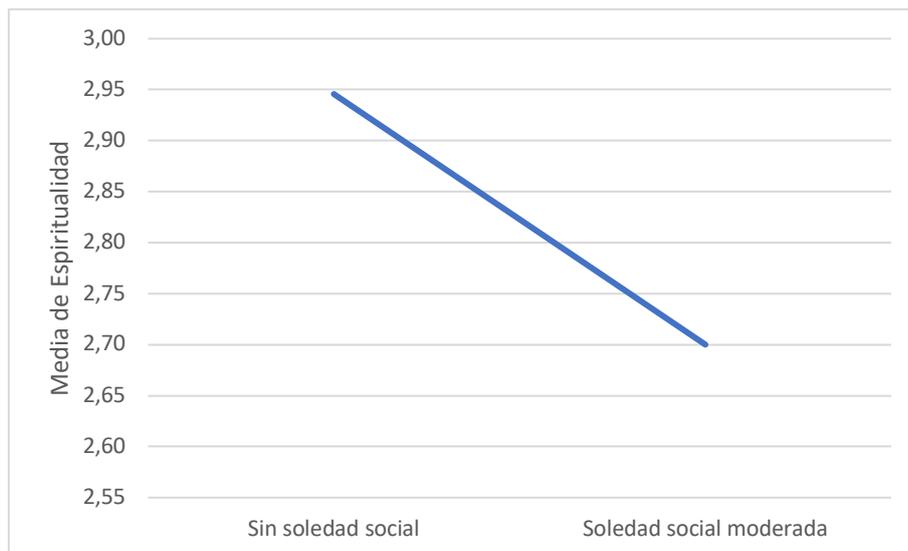
Para indagar en la correlación entre espiritualidad y las categorías de soledad, se utilizó una prueba t para la soledad social, dado que esta variable solo contaba con dos categorías (sin soledad y soledad moderada). Por otro lado, se empleó una prueba ANOVA para analizar la soledad emocional, ya que esta variable incluye tres categorías (sin soledad, moderada y severa). A continuación, se presenta un gráfico que ilustra los resultados de estas pruebas y muestra la relación entre espiritualidad y las diferentes categorías de soledad.

Gráfico 4.1 *Media de espiritualidad según las categorías de soledad emocional*



Fuente: Elaboración propia

Gráfico 4.2 *Media de espiritualidad según las categorías de soledad social*



Fuente: Elaboración propia

VI. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

6.1 Discusión

En los últimos años, el interés por explorar el impacto de la espiritualidad en el bienestar psicológico ha crecido considerablemente, destacándose como una dimensión relevante para comprender la experiencia humana. Esta investigación se propuso examinar la relación entre las experiencias espirituales diarias y la percepción de soledad en jóvenes bonaerenses, una temática aún poco explorada en la literatura empírica. Los resultados obtenidos no respaldaron la hipótesis de que existe una correlación negativa significativa entre estas variables, lo que abre interrogantes sobre los factores que podrían influir en esta falta de asociación y sobre cómo interpretar estos hallazgos a la luz de estudios previos y teorías relacionadas.

En el marco teórico se señaló que la espiritualidad ha sido vinculada frecuentemente con el bienestar emocional, la resiliencia y la capacidad de afrontamiento frente a adversidades. Investigaciones como las de Bryant-Davis (2013) y Davis (2023) destacan el papel protector de las prácticas espirituales frente a experiencias traumáticas y enfermedades crónicas. Sin embargo, en este estudio no se observó que la espiritualidad tuviera un impacto significativo sobre la soledad emocional ni social. Esta discrepancia podría deberse a que la espiritualidad, tal como fue evaluada, no capta dimensiones específicas que influyen directamente en la percepción de conexión social o aislamiento.

Por otro lado, se destacó que la soledad tiene dimensiones emocionales y sociales diferenciadas (Hawkley & Cacioppo, 2010; Nicolaisen & Thorsen, 2014). Mientras que la soledad emocional se relaciona con la ausencia de vínculos significativos, la soledad social surge de una falta de integración en redes sociales amplias. En este estudio, ambas dimensiones se evaluaron de manera separada, pero ninguna mostró una asociación clara con las experiencias espirituales diarias. Esto plantea preguntas sobre la necesidad de analizar posibles variables mediadoras o moderadoras, como el apoyo social percibido o la resiliencia, para entender mejor esta relación.

Aunque la relación entre espiritualidad y soledad no fue significativa, los hallazgos ofrecen una oportunidad para discutir la complejidad de estas variables. Estudios como el de Folkler et al. (2021), que examinan el papel del sentido de vida como protector frente a la soledad, son especialmente relevantes para interpretar los resultados. Estos autores proponen que el sentido de vida puede proporcionar una identidad social compartida, lo que protege contra al menos una dimensión de la soledad. Si bien la espiritualidad tiene el potencial de

generar un sentido de propósito y conexión trascendental, podría no traducirse necesariamente en una reducción directa de la soledad percibida, especialmente en un contexto social.

El primer objetivo de esta investigación fue describir y comparar las experiencias espirituales diarias entre adultos jóvenes según el sexo. Los resultados no mostraron diferencias significativas entre hombres y mujeres ($t_{(98)} = ,736$; $p = ,464$), lo que sugiere que las experiencias espirituales son percibidas de manera similar en esta población. Este hallazgo contrasta con investigaciones previas, como las de Gallegos (2019), que reportaron diferencias según el género en la práctica espiritual, particularmente en contextos religiosos. Sin embargo, la espiritualidad medida a través de la Escala de Experiencias Espirituales Diarias puede ser menos sensible a las diferencias culturales o sociales, centrándose en experiencias subjetivas universales, lo que podría explicar la homogeneidad observada (Underwood, 2006).

El segundo objetivo se centraba en describir y comparar la soledad emocional entre adultos jóvenes según el sexo. Al igual que en el caso de la espiritualidad, no se encontraron diferencias significativas entre hombres y mujeres en esta dimensión de la soledad ($t_{(98)} = -,232$; $p = ,817$). Este resultado contradice estudios como los de Nicolaisen y Thorsen (2014), quienes indicaron que las mujeres suelen reportar mayores niveles de soledad emocional debido a la importancia que otorgan a los vínculos afectivos íntimos. Sin embargo, las similitudes observadas en esta muestra podrían reflejar características específicas del grupo estudiado, como una mayor equidad en la percepción de relaciones afectivas entre hombres y mujeres jóvenes en el contexto bonaerense.

El tercer objetivo fue describir y comparar la soledad social entre adultos jóvenes según el sexo. Nuevamente, los resultados no mostraron diferencias significativas ($t_{(98)} = 0,00$; $p = 1,00$), en contraste con la literatura que sugiere que los hombres experimentan mayores niveles de soledad social (Nicolaisen & Thorsen, 2014). Esta ausencia de diferencias podría deberse a cambios en las dinámicas sociales de las generaciones más jóvenes, donde los hombres también pueden experimentar y reportar soledad social de manera similar a las mujeres, especialmente en un contexto urbano como el estudiado.

El cuarto objetivo se propuso describir y explorar la relación entre las experiencias espirituales diarias y la soledad social y emocional en adultos jóvenes bonaerenses. Los resultados no respaldaron la hipótesis de una correlación significativa entre estas variables (los resultados de la prueba de correlación entre las experiencias espirituales diarias y soledad emocional fueron $r_{(98)} = ,106$, $p = ,29$; y entre experiencias espirituales diarias y soledad social

fueron $r_{(98)} = -.03$, $p = .75$). Este hallazgo podría explicarse por la naturaleza indirecta de la relación entre espiritualidad y soledad, mediada por factores como el sentido de vida o la resiliencia (Folkler et al., 2021). Aunque investigaciones como las de Rokach y Brock (citados en French, 2022) destacan que la espiritualidad puede actuar como un mecanismo de afrontamiento frente a la soledad, los mecanismos específicos en este grupo poblacional aún no han sido explorados en profundidad.

Los hallazgos obtenidos tienen importantes implicaciones para el ámbito de la psicología y la salud mental. La ausencia de una correlación significativa entre espiritualidad y soledad resalta la necesidad de desarrollar medidas más integrales que aborden las diversas dimensiones de ambos constructos. Además, este estudio pone de manifiesto la relevancia de considerar cómo las diferencias culturales y sociales pueden influir en la percepción de la espiritualidad y su relación con experiencias emocionales, como la soledad.

En síntesis, aunque los resultados no respaldaron las hipótesis planteadas, esta investigación proporciona una base inicial para futuras exploraciones en este campo. La escasez de estudios previos que analicen directamente la relación entre espiritualidad y soledad refuerza la originalidad y relevancia de este trabajo, así como la necesidad de seguir indagando en esta intersección desde enfoques metodológicos más diversos y robustos.

6.2 Conclusiones

La presente investigación abordó la relación entre la espiritualidad y la soledad en jóvenes bonaerenses, un tema que ha adquirido relevancia en el contexto actual, marcado por altos niveles de estrés y desconexión social entre los jóvenes (Nicolaisen & Thorsen, 2014). La espiritualidad, entendida en este estudio como un conjunto de experiencias diarias relacionadas con la conexión trascendental y el sentido de la vida, es una dimensión multifacética que puede incluir tanto creencias religiosas como experiencias personales de trascendencia, paz interior y conexión con lo divino o lo trascendental. Por su parte, la soledad en este estudio se definió como una experiencia emocional y social de desconexión, que puede experimentarse como una discrepancia entre las relaciones deseadas y las percibidas, y se dividió en dos dimensiones: la soledad emocional, relacionada con la falta de vínculos significativos, y la soledad social, vinculada con la percepción de aislamiento en términos de integración social.

En el contexto actual, la soledad se ha convertido en una problemática significativa, especialmente en su forma emocional y social, afectando la calidad de vida y el bienestar

psicológico de los individuos. Por otro lado, se ha demostrado que la espiritualidad puede desempeñar un papel protector frente a las adversidades emocionales, al proporcionar sentido y propósito a la vida, reducir el estrés y promover el bienestar (Bryant-Davis, 2013; Davis, 2023). Sin embargo, la literatura empírica sobre la relación directa entre espiritualidad y soledad es escasa, lo que hace que este estudio sea especialmente relevante y original.

Los resultados obtenidos no respaldaron la hipótesis de que las experiencias espirituales diarias se correlacionen negativamente con la soledad emocional y social en los jóvenes estudiados. Aunque este hallazgo no era el esperado, ofrece información valiosa sobre la complejidad de la relación entre ambas variables. En consonancia con investigaciones previas, como las de Folkler et al. (2021), que sugieren que el sentido de vida puede actuar como mediador entre la espiritualidad y el bienestar emocional, los resultados de este estudio indican que, aunque la espiritualidad puede tener un efecto protector, no necesariamente influye de manera directa en la percepción de la soledad. Este descubrimiento sugiere que la espiritualidad podría estar funcionando a través de mecanismos más complejos, como la resiliencia o el sentido de comunidad, aspectos que no fueron explorados en profundidad en esta investigación.

Otro hallazgo relevante fue la ausencia de diferencias significativas entre hombres y mujeres en cuanto a las experiencias espirituales diarias y las percepciones de soledad. Este resultado desafía investigaciones previas que indican que las mujeres tienden a experimentar más soledad emocional, mientras que los hombres suelen enfrentar más soledad social (Nicolaisen & Thorsen, 2014). La homogeneidad observada en este estudio podría reflejar factores culturales o sociales específicos del contexto bonaerense, donde los jóvenes de ambos sexos parecen experimentar de manera similar tanto la espiritualidad como la soledad. Esto podría deberse a las transformaciones sociales y culturales actuales que están redefiniendo las expectativas de género y las formas de conexión social.

En conclusión, aunque esta investigación no encontró correlaciones significativas entre espiritualidad y soledad, destaca la importancia de seguir explorando estas variables en poblaciones jóvenes. La escasez de estudios que analicen directamente la relación entre ambas variables pone de manifiesto la necesidad de futuras investigaciones que adopten enfoques más integrales, considerando factores mediadores como el sentido de vida, el apoyo social y la resiliencia. Este estudio sienta una base inicial para indagar cómo la espiritualidad puede influir en la soledad, especialmente en el contexto social y cultural específico de los jóvenes. Además,

subraya la relevancia de investigar la espiritualidad no solo como un fenómeno religioso, sino también como una experiencia personal que puede afectar la vida emocional y social de los individuos.

6.3 Limitaciones y futuras líneas de investigación

Como toda investigación, este estudio presenta limitaciones que deben considerarse al interpretar los resultados. En primer lugar, el tamaño de la muestra y su enfoque en jóvenes bonaerenses limita la generalización de los hallazgos a otras poblaciones y contextos culturales. Una muestra más diversa podría proporcionar una visión más completa de la relación entre espiritualidad y soledad en diferentes entornos y grupos etarios.

Otra limitación importante es el diseño transversal del estudio, que impide establecer relaciones causales entre las variables investigadas. Un enfoque longitudinal permitiría analizar cómo evolucionan la espiritualidad y la percepción de soledad a lo largo del tiempo, así como identificar posibles mediadores en esta relación. Asimismo, el instrumento utilizado para medir la espiritualidad, aunque válido y confiable, podría no captar todos los matices relevantes para la relación con la soledad. Futuras investigaciones podrían incorporar medidas más integrales o mixtas que combinen métodos cuantitativos y cualitativos.

Finalmente, la ausencia de investigaciones previas que relacionen directamente la espiritualidad con la soledad representa tanto una limitación como una oportunidad. Este vacío resalta la necesidad de continuar explorando esta temática, integrando perspectivas culturales y teóricas más amplias. Por ejemplo, futuros estudios podrían examinar cómo prácticas espirituales específicas, como la meditación o la oración, afectan la percepción de conexión social y el aislamiento. Además, investigar la influencia de factores socioculturales en las creencias y prácticas espirituales podría contribuir a una mejor comprensión de la variabilidad en la experiencia de la soledad.

Asimismo, sería valioso realizar un análisis más profundo sobre cómo las creencias y prácticas espirituales individuales se ven afectadas por factores sociales y culturales, especialmente en poblaciones más diversas. Igualmente, resulta relevante explorar cómo las expectativas culturales en torno a la socialización y la pertenencia están evolucionando entre los jóvenes, y cómo estos cambios impactan en su percepción de la soledad y en sus experiencias espirituales.

En conclusión, aunque este estudio no identificó una relación directa entre la espiritualidad y la soledad, ofrece un valioso punto de partida para futuras investigaciones que busquen entender cómo estas variables interactúan en diversos contextos y cómo pueden ser empleadas para fomentar el bienestar emocional y social.

VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Adamczyk, K., Zarzycka, B., & Zawada, K. (2022). Daily spiritual experiences and purpose in life: The mediating role of loneliness and moderating role of satisfaction with social and intimate relationships. *Psychology of Religion and Spirituality*, 14(3), 416–423. <https://doi.org/10.1037/rel0000475>
- Bauman, Z. (2013). *La Cultura en el Mundo de la Modernidad Liquida* (L. Mosconi, Trans.). Fondo de Cultura Economica.
- Bryant-Davis, T., & Wong, E. C. (2013). Faith to move mountains: Religious coping, spirituality, and interpersonal trauma recovery. *The American Psychologist*, 68(8), 675-684. <https://doi.org/10.1037/a0034380>
- Chemisquy, S., Arévalo, L., & Sadaniowski, A. (2022). Evidencias de validez y confiabilidad de la versión abreviada de la Escala de Soledad de De Jong-Gierveld en estudiantes universitarios de Argentina. *Propósitos y representaciones*, 10(3). <https://doi.org/10.20511/pyr2022.v10n3.1723>
- Davis, C. W., Hook, J. N., Hodge, A. S., DeBlaere, C., Davis, D. E., Van Tongeren, D. R., & Vosvick, M. (2023). Religious relief: Exploring the role of religion and spirituality among a broad range of people living with HIV. *Spirituality in Clinical Practice (Washington, D.C.)*, 10(2), 168-183. <https://doi.org/10.1037/scp0000252>
- Diehl, K., Jansen, C., Ishchanova, K., & Hilger-Kolb, J. (2018). Loneliness at universities: Determinants of emotional and social loneliness among students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(9), 1865. <https://doi.org/10.3390/ijerph15091865>
- Folker, A. P., Lauridsen, S. M., Hegelund, E. R., Wimmelmann, C. L., & Flensburg-Madsen, T. (2021). Does meaning protect against loneliness? Exploring empirical studies and theory. *Health Promotion International*, 36(2), 471–480. <https://doi.org/10.1093/heapro/daaa081>

- French, D. C., Purwono, U., & Shen, M. (2022). Religiosity and positive religious coping as predictors of Indonesian Muslim adolescents' externalizing behavior and loneliness. *Psychology of Religion and Spirituality*, 14(2), 189–199.
<https://doi.org/10.1037/rel0000300>
- Fuentes, L. del C. (2018). La Religiosidad y la Espiritualidad ¿Son conceptos teóricos independientes? *Revista de Psicología*, 14(28), 109-119.
<https://erevistas.uca.edu.ar/index.php/RPSI/article/view/1742>
- Gallegos, M. L., & Segrin, C. (2019). Exploring the mediating role of loneliness in the relationship between spirituality and health: Implications for the Latino health paradox. *Psychology of Religion and Spirituality*, 11(3), 308–318.
<https://doi.org/10.1037/rel0000180>
- García, D., Susana, M., & Aybar, N. (2021). Correlación entre soledad, depresión y autoestima en jóvenes dominicanos [Universidad Iberoamericana (UNIBE)].
<https://repositorio.unibe.edu.do/jspui/handle/123456789/1068>
- Gemar, A. (2024). Religion and Loneliness: Investigating Different Aspects of Religion and Dimensions of Loneliness. *Religions*, 15(488). <https://doi.org/10.3390/rel15040488>
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, M. P. (Ed. Mc Graw Hill Education). (2014). *Metodología de la investigación. (6ta edición)*.
<https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>
- Mayoral, E. G., Underwood, L. G., Laca, F. A., & Mejía, J. C. (2013). Validation of the Spanish version of Underwood's Daily Spiritual Experience Scale in Mexico. *International Journal of Hispanic Psychology*, 6(2), 191-202.
- Nicolaisen, M., & Thorsen, K. (2014). Who are lonely? Loneliness in different age groups (18–81 years old), using two measures of loneliness. *International Journal of Aging & Human Development*, 78(3), 229-257. <https://doi.org/10.2190/ag.78.3.b>
- Oñate, M. E., Mesurado, B., & Rodriguez, L. M. (2022). Análisis psicométrico de la Escala de Experiencias Espirituales Diarias en adolescentes y jóvenes

argentinos. *Actualidades en psicología: AP*, 36(133), 27-41.

<http://doi.org/10.15517/ap.v36i133.47218>

Piedmont, R. L., & Wilkins, T. A. (2019). *Understanding the psychological soul of spirituality: A guidebook for research and practice*. Routledge.

<http://dx.doi.org/10.4324/9781351164481>

Salgado, A. C., & Universidad Marcelino Champagnat. (2014). Review of empirical studies on impact of religion, religiosity and spirituality as protective factors. *Propósitos y representaciones*, 2(1), 141-159. <https://doi.org/10.20511/pyr2014.v2n1.55>

Simkin, H. (2017). La salud mental en la Psicología de la Religión y de la Espiritualidad. *Revista científica arbitrada de la Fundación MenteClara*, 2(2), 169-204. <https://doi.org/10.32351/rca.v2.2.33>

Thomas, V. (2023a). Solitude skills and the private self. *Qualitative Psychology (Washington, D.C.)*, 10(1), 121-139. <https://doi.org/10.1037/qup0000218>

Thomas, V. (2023b). The psychological affordances of solitude in emerging adulthood. *Emerging Adulthood*, 11(3), 611-625.

<https://doi.org/10.1177/21676968231151982>

VIII. APÉNDICE A

8.1 Cuestionario de datos sociodemográficos y personales:

1- Edad

2- Sexo

3- Lugar de residencia

- Provincia de Buenos Aires
- Otros

8.2 Escala de Soledad de De Jong-Gierveld (versión abreviada)

	Sí	Más o menos	No
1- Siento una sensación de vacío a mi alrededor.			
2- Hay suficientes personas a las que puedo recurrir en caso de necesidad.			

3- Tengo mucha gente en la que confiar completamente.			
4- Hay suficientes personas con las que tengo una amistad muy estrecha.			
5- Echo de menos tener gente a mi alrededor.			
6- Me siento abandonado/a a menudo.			

8.3 Escala de Experiencias Espirituales Diarias

	Muchas veces al día	Todos los días	Casi todos los días	Algunos días	Una vez cada tanto	Nunca o casi nunca
Siento la presencia de Dios.						
Siento una conexión con todo lo que es vida.						
Mientras estoy orando, o en otros momentos cuando me conecto con Dios, siento una felicidad o júbilo que me levanta de mis preocupaciones diarias.						
Encuentro consuelo en mi religión o espiritualidad.						
Encuentro mi fortaleza en mi religión o creencias espirituales.						
Siento gran paz interior o armonía.						
Le pido ayuda a Dios en medio de mis actividades diarias.						
Siento directamente el amor que Dios me tiene.						

Siento el amor que Dios tiene por mí a través de otros.						
La belleza de la creación me mueve espiritualmente.						
Me siento agradecido/a por mis bendiciones.						
Siento cariño desinteresado por otros.						
Acepto a otros aun cuando hacen cosas que pienso que están mal.						
Deseo estar más cercano a Dios o en unión con Dios.						
¿En general, cuán cercano te sientes a Dios?	Para nada cercano	Algo cercano	Muy cercano	Tan cercano como es posible		

8.4 Consentimiento informado

La siguiente investigación es llevada a cabo por Chiara Sofia Gargiulo, alumna de 5to año de la carrera de Licenciatura en Psicología en la Universidad Católica Argentina (UCA). La misma buscará analizar la relación entre las experiencias espirituales diarias y la soledad.

Al acceder a participar en esta investigación, se le pedirá responder preguntas en una encuesta. El formulario le llevará 5 minutos aproximadamente. La participación del estudio es completamente voluntaria y anónima. La información recogida será sumamente confidencial. El trabajo tiene fines académicos, por lo cual no habrá una devolución de los resultados.

Si tiene alguna duda, puede hacer preguntas en cualquier momento durante su participación (al siguiente mail: chiaragargiulo@uca.edu.ar). Igualmente, puede retirarse del mismo en cualquier momento sin que eso le perjudique en ninguna forma. Si alguna de las preguntas a lo largo del formulario le parece incómoda, tendrá el derecho de hacérselo saber al investigador o de no responderla.

Los requisitos para participar de esta investigación son:

1) residir dentro de la Provincia de Buenos Aires, 2) tener entre 18 y 25 años y 3) no estar cursando un duelo o una depresión.

¡Muchas gracias por tu participación!

- Acepto participar de la siguiente investigación.