Pontificia Universidad Católica Argentina
Biblioteca digital de la Universidad Católica Argentina

Oñate, Ma. E. ; Mesurado, B. ; Rodríguez, L. M. ; Moreno, J. E.

Práctica religiosa y sentido de vida en adultos jóvenes

Religious practice and the meaning of life in young adults

Revista de Psicología Vol. 14, Nº 27, 2018

Este documento está disponible en la Biblioteca Digital de la Universidad Católica Argentina, repositorio institucional desarrollado por la Biblioteca Central "San Benito Abad". Su objetivo es difundir y preservar la producción intelectual de la Institución.
La Biblioteca posee la autorización del autor para su divulgación en línea.

Cómo citar el documento:

Oñate, Ma. E., Mesurado, B., Rodríguez, L. M., Moreno, J. E. (2018). Práctica religiosa y sentido de vida en adultos jóvenes [en línea]. *Revista de Psicología*, 14(27). Disponible en: http://bibliotecadigital.uca.edu.ar/greenstone/cgi-bin/library.cgi?a=d&c=Revistas&d=practica-religiosa-sentido-vida [Fecha de consulta:....]

ISSN 1669-2438
ISSN-electrónico 2469-2050

Revista de Psicología. Año 2018. Vol. 14, Nº 27, pp. 57-68

Práctica religiosa y sentido de vida en adultos jóvenes

Religious practice and the meaning of life in young adults

Oñate, Ma. E. *
Mesurado, B. **
Rodríguez, L. M. ***
Moreno, J. E. ***

Resumen

La religión individualizada en cada uno de nosotros como un sistema de creencias brinda pautas de comportamiento, maneras de entender el mundo, a los demás y a nosotros mismos, de este modo nos ofrece un propósito al proyecto vital. El sentido de la vida es un tema fundamental en psicología para la comprensión de la naturaleza humana y la esencia de la existencia. El sentido en la vida promueve un mayor bienestar y el desarrollo positivo, como ha sido evidenciado en diversos estudios sobre la juventud. Este trabajo tiene como objetivo evaluar la asociación entre la práctica religiosa y el sentido de vida en adultos jóvenes. Comprende dos estudios, en el primero se utilizó la prueba Evaluación Multidimensional de la Religiosidad y la Espiritualidad para medir la frecuencia de práctica religiosa y el Test de Sentido de Vida. Estos instrumentos se administraron a una muestra de 122 jóvenes de 18 a 28 años de Paraná, Argentina. En el segundo estudio se administró el Test de Sentido de Vida a 223 alumnos de universidades estatales de Mendoza con el fin de comparar las submuestras de quienes se autoperciben como católicos practicantes con aquellos que siendo creyentes católicos no se consideran practicantes. Los resultados en el primer estudio evidenciaron que la práctica religiosa se correlaciona positivamente con el sentido de vida. Estos resultados son consistentes con los del segundo estudio, en los que se encontraron puntajes más elevados de sentido de vida en los católicos que se autoperciben como practicantes.

Palabras clave: Práctica Religiosa, Sentido de Vida, Adultos Jóvenes.

*Licenciada en psicología. (CIIPME-CONICET) Centro Interdisciplinario de Investigaciones en Psicología Matemática y Experimental Dr. Horacio J.A. Rimoldi, y Facultad "Teresa de Ávila" UCA-Paraná. Correo electrónico: emiliaonate@yahoo.com.ar
** Doctora en psicología. CIIPME-CONICET. Correo electrónico: mesuradob@gmail.com
***Doctor en psicología. CIIPME-CONICET y Facultad "Teresa de Ávila" UCA-Paraná. Correo electrónico: lucasmarcelorodriguez@gmail.com
****Doctor en psicología. Centro de Investigación Interdisciplinar en Valores, Integración y Desarrollo Social, Facultad "Teresa de Ávila", UCA-Paraná y CIIPME-CONICET. Correo electrónico: jemoreno1@yahoo.com
Fecha de recepción: 06 de enero de 2018 - Fecha de aceptación: 02 de febrero de 2018

Abstract

In the last decades of research in Psychology, studies that examine the relationship between religiosity and other psychosocial variables have increased. The religion in each of us, as a belief system, provides different patterns of behaviour, ways of understand the world, others and ourselves, thus offering a purpose to the vital project. The meaning of life is a fundamental theme in psychology because it collaborates with the understanding of human nature and because it refers to the essence of existence in general and singularly in each person. In addition, having a purpose in life promotes greater well-being and positive development, as has been evidenced in various studies on young adults. The purpose of this study was to study if there is an association between religious practices and the purpose in life in young adults. Two scales of the Brief Multidimensional Measurement of Religiousness and Spirituality were used to measure the frequency of religious practices and the Purpose in Life Test. These instruments were administered in a convenient sample of 122 young adults from 18 to 28 years of age, of whom 61.5% were women and 38.5% were men, from the city of Paraná, Argentina. The data demonstrate significant positive low correlation between religious practices and purpose in life, to a higher frequency of religious practices, a greater purpose in life. Comparing a group with "lower frequency of religious practices" versus a group with "higher frequency of religious practices" the result suggest a statistically significant difference between both, being that the group with "higher frequency of religious practices" presented higher scores in the Purpose in Life (PIL). These results are consistent with previous findings and contribute to the progress of research in Psychology of Religion in Argentina.

Key words: Religious Practice, Purpose in Life, Young Adults.

Introducción

La religiosidad ha sido ignorada o abandonada por muchos psicólogos y científicos sociales como variable explicativa fundamental por creer que el proceso de secularización de las sociedades industriales ha relegado a la religiosidad a un lugar de poca importancia y ser incompatible con el conocimiento científico (Hill, Pargament, Hood, McCullough, Swyers, Larson y Zinbauer, 2000; Weaver, Pargament, Flanelly, y Oppenheimer, 2006).

Entre los pioneros de la psicología sólo algunos pocos como William James, Gordon Allport, Alfred Adler, Abraham Maslow, Viktor Frankl y Erik Erikson reconocieron el valor positivo de las experiencias religiosas. Sin embargo, en las últimas décadas de investigación psicológica han aumentado los estudios que examinan la relación entre la religiosidad y otras variables psicosociales. Según Faller (2001) ha habido en la actualidad dentro del área de la psicología un desarrollo creciente que sugiere un resurgimiento del interés en el tema de la religión. Esto se puede observar en revistas académicas que focalizan sus investigaciones en temas religiosos tales como: Journal for the Scientific Study of Religion, Review of Religious Research y el International Journal for the Psychology of Religion. También cabe mencionar que existe una división en la American Psychological Association (APA, División Nº 36) dedicada al estudio psicológico de la religión, la cual ofrece cursos de entrenamiento profesional sobre la temática de la Psicología de la Religión. A su vez, el conocimiento teórico y empírico que vincula religiosidad, espiritualidad y salud va en aumento y cobrando cada vez más importancia, ya que se evidencian efectos positivos respecto de la ansiedad, el estrés y sintomatología depresiva. Además, a la religiosidad se la vincula con un mayor bienestar psicológico y satisfacción con la vida (Aldwing, Park, Jeong y Nath, 2014; Benefield, Fry y Geigle, 2014; Van Tongeren, Hook y Davis, 2013).

La religión individualizada en cada uno de nosotros como un sistema de creencias brinda distintas pautas de comportamiento, maneras de entender el mundo, a los demás y a nosotros mismos, de este modo ofrece un propósito a nuestro proyecto vital. En palabras de Baumeister (1991) la religión ofrece un marco interpretativo en el que cada evento puede ser entendido en un contexto que va desde el principio de los tiempos hasta la eternidad. De este modo otorga sentido a la propia existencia y también a la existencia del mundo y la humanidad. No ha existido cultura que no haya recurrido al elemento religioso como forma de entender al mundo.

Se suele partir en estudiar las experiencias personales de los creyentes como la oración y la meditación personal, pero también es necesario evaluar la participación grupal, el compartir creencias, normas y comportamientos que generan sentimientos e ideas de unidad, donde cada persona percibe que no se encuentra solo, que hay otros iguales a ellos. La mayor parte de los grupos religiosos basan su fuerza espiritual en los rituales colectivos y en la participación de sus miembros que interactúan como parte del grupo, no sólo como asistentes.

La religiosidad es un factor fundamental que permite la cohesión social y la construcción de identidades sociales y personales. Por todo esto existe un creciente interés en la psicología de la religión como también existen evidencias que destacan el rol protector de la espiritualidad y religiosidad en la salud y el bienestar en general, sea físico o mental (Salgado, 2014; Taha, Florenzano, Sieverson, Aspillaga, & Alliende, 2011). Taha y colaboradores (2011) evaluaron programas de intervención religiosa en depresivos con riesgo suicida y consideran que la intervención religiosa debe apuntar a la recuperación del sentido de vida y lo trascendente. Sobre todo es necesario devolver la esperanza, pues la persona depresiva se caracteriza por su desesperanza y una visión negativa del futuro. Al apuntar hacia el sentido de vida, se debe explorar el significado de la vida, de la muerte y aumentar la fortaleza a la hora de enfrentar el cuadro depresivo, como también el dejarse ayudar en ese aspecto. El acompañamiento espiritual brinda contención mediante la búsqueda del sentido de vida; así como las personas depresivas tienen una visión negativa acerca del futuro, la tienen también acerca del mundo y acerca de ellos mismo. Cabe señalar que el acompañamiento espiritual y religioso debe ser realizado por una persona diferente a quien realiza las intervenciones clínicas y farmacológicas. Además, el acompañante debe estar calificado y entrenado para este tipo de tarea.

Rabbia, Brussino y Vaggione (2012) señalan que en el campo de la psicología la religión se ha propuesto numerosas mediciones para abordar la religiosidad, ya sea a nivel disposicional –para indagar cuán religiosa o espiritual es una persona– como funcional –en referencia al papel de la religión o espiritualidad en la vida de las personas (Wood, Hill & Spilka, 2009).

Dittes (1969) presenta 5 dimensiones de la religiosidad, que han sido reconocidas por muchas de las investigaciones al respecto:

- Creencias (nivel ideológico). Idea de Dios, cuestiones sobre la vida, etc.
- Rituales (nivel práctica). Plegarias, sacramentos, etc.
- Sentimientos (nivel vivencial). Conversión, éxtasis, etc.
- Conocimientos (nivel intelectual). Orígenes, dogmas, tradiciones, etc.
- Consecuencias (nivel efectos). Implicaciones en la vida cotidiana y futura: valores, moral, etc.

La convicción (fe) y la frecuencia con que se siguen los rituales religiosos (práctica) son las variables religiosas más estudiadas, siendo la práctica religiosa la variable más relacionada con las actitudes de vida y el comportamiento (Moral de la Rubia, 2010).

La religiosidad y la práctica religiosa suponen procesos psicológicos que permiten dar sentido de vida al individuo y aunque esta relación entre las variables está muy bien fundamentada teóricamente, a nivel empírico se encuentran algunas variaciones en cuanto a la fuerza de esta relación. Por ejemplo, Gallego-Pérez, García

Alendete y Perez Delgado (2007) no encontraron diferencias significativas en el nivel de sentido de vida según la autodefinición religiosa y la asistencia a la Eucaristía en jóvenes. Francis (2000) halló una correlación leve entre la lectura de la Biblia y el sentido de vida en adolescentes. En cambio Francis y Evans (1996) hallaron una relación positiva entre la frecuencia de la oración personal y el sentido de vida entre adolescentes que asistieran o no a la iglesia. Ardelt (2003) informa que la fuerza de esta relación aumentaría con la edad. Robbins y Francis (2000) encontraron una relación positiva entre asistencia a servicios religiosos y sentido de vida en adolescentes anglicanos. Steger y Frazier (2005) realizaron un estudio en universitarios y revelaron que las personas que tenían mayor frecuencia en la asistencia a servicios religiosos, meditación o lectura de libros de espiritualidad tenían un mayor sentido de la vida. Gerwood, Le Blanc y Piazza (1998) realizaron un estudio en personas mayores de religión católica y protestante en el cual encontraron una correlación entre religiosidad y sentido de la vida en ambos grupos. Por otro lado, la práctica religiosa de la plegaria, el rezo o la oración influyen positivamente produciendo efectos beneficiosos a través de emociones y estados afectivos que pueden promover actitudes de esperanza, perdón, aumento o afianzamiento de la autoestima, paz, bienestar, amor y compasión (Koenig, 1999; Koenig, McCullough, & Larson, 2001).

El sentido de la vida (Frankl, 1996) es un tema fundamental en psicología ya que colabora en la comprensión de la naturaleza humana y además refiere a la esencia de la existencia en general y de un modo singular en cada persona. Tener un sentido en la vida promueve un mayor bienestar y el desarrollo positivo, como ha sido evidenciado en diversos estudios sobre la juventud, además promueve la esperanza, aumenta la satisfacción con la vida (Bronk, 2014; Ryff & Keyes, 1995; Zika & Chamberlain, 1992).

Según Frankl la motivación básica y propia del ser humano es su orientación fundamental hacia el sentido, es decir, el encontrar y descubrir un por qué y para qué vivir. Siguiendo sus palabras "la búsqueda por parte del hombre del sentido de la vida constituye una fuerza primaria" (Frankl, 1996, p. 98). El sentido es único y específico en cuanto a que es cada persona quien debe descubrirlo, y a su vez es múltiple en cuanto a que a cada paso, a cada segundo, un sentido se nos puede hacer presente. Estos pueden estar orientados o no hacia un suprasentido, en caso afirmativo, la relación entre sentido y suprasentido es intrínseca (Bretones, 2005). El descubrir un para qué, un motivo, una razón para vivir, es lo que impulsa para lograr algo o para ser de una forma determinada. El sentido de la vida es aquello que le confiere significado a ésta. El ser humano sólo debe contestar y responsabilizarse de su contestación a la vida. Por lo cual el hombre debe buscar una respuesta a su vida, descubrir el sentido de su existencia. No supone inventarlo o construirlo, sino encontrarlo en la vida misma, descubrirlo.

Para Frankl el hombre está llamado al sentido, y esto constituye su vocación, siendo específica y exclusiva de su condición de ser espiritual. El hombre por medio de la "conciencia intencional" e intuitiva puede descubrir y otorgar "sentido" a la realidad que se le presenta en la realización de los "valores" (Gottfried, 2016). El objetivo de la acción del hombre es primariamente apuntar al cumplimiento del sentido y a la realización de los valores. En la medida en que el hombre cumple el sentido y realiza valores, se realiza a sí mismo. Es decir que el hombre busca alcanzar su plenitud existencial; lo contrario de la plenitud existencial sería el vacío existencial.

No poder responder a este cuestionamiento esencial y personal sobre cuál es el sentido de la propia vida lleva al vacío existencial (Frankl, 1996). La pérdida de sentido (vacío existencial) genera síntomas como la angustia, la vaciedad del tiempo, la abulia, la apatía y la falta de objetivos (Frankl, 2001), de este modo en el vacío existencial proliferan fenómenos como la depresión, el suicidio, las adicciones y la agresión.

Según Frankl (2000) la pérdida del sentido de la vida surge especialmente en la juventud.

También es la juventud la etapa en que la relación con Dios adquiere características particulares. Mallimaci, Esquivel e Irrazábal (2009) señalan que los mayores niveles de indiferencia a la religión se encontraban en los jóvenes. No es que la religiosidad deje de ser relevante en esta etapa, sino que adquiere características distintivas. Estudios realizados en población estadounidense (Arnett y Jensen, 2002; Stoppa y Lefkowitz, 2010), evidenciaron que los jóvenes tienden a ser escépticos sobre las instituciones y las autoridades religiosas y desarrollan creencias altamente individualizadas.

Por todo lo dicho es que en este trabajo se presentan dos estudios acerca del grado de asociación entre las prácticas religiosas y el sentido de vida en adultos jóvenes de nuestro país.

Los objetivos de estos dos estudios son:

- Evaluar el grado de asociación entre la frecuencia de prácticas religiosas y el sentido de vida.
- Establecer si aquellos jóvenes que se autoperciben como católicos practicantes presentan un mayor puntaje en sentido de vida respecto de los creyentes católicos no practicantes.

Estudio 1

Evaluación de la relación entre práctica religiosa y sentido de vida en estudiantes universitarios de la provincia de Entre Ríos.

Metodología

Participantes

Se obtuvo una muestra no probabilística (intencional) que comprendió a 122 adultos jóvenes universitarios de la ciudad de Paraná, provincia de Entre Ríos. El 61,5% de sexo femenino y el 38,5% de sexo masculino. La media de edad fue de 20,61 años y el desvío típico 2,61, comprendiendo edades de 18 a 28 años. En cuanto a la religión de los evaluados, el 91% son católicos, el 4,1% afirma no adherirse a ninguna religión, el 2,4% es cristiano evangélico y el 0,8% se declara ateo.

Instrumentos

Los instrumentos utilizados para la recolección de datos fueron:

- Cuestionario ad hoc estructurado para recabar datos sociodemográficos: sexo, edad, nivel de formación educativa, etc.
- Evaluación Multidimensional de la Religiosidad y la Espiritualidad (Brief Multidimensional Measurement of Religiousness/Spirituality, BMMRS; Fetzer-NIA, 2003). Desarrollada en Estados Unidos por el Instituto John Fetzer y el Instituto Nacional del Envejecimiento, es una técnica de auto-informe que consta de 40 ítems. Fue creada en un esfuerzo por aunar diferentes escalas que evalúan distintos aspectos de la religiosidad y la espiritualidad, fue probada por primera vez en 1998 en el ámbito de la encuesta general social (GSS, por sus siglas en inglés), así se incluyó la BMMRS en la encuesta representativa de hogares de Estados Unidos, y se obtuvo una muestra de 1445 adultos, esto proporcionó evidencia que soporta la consistencia interna de las dimensiones, demostrando correlaciones positivas ítem-total, y mostrando que las diferencias encontradas para sexo y edad de los participantes apoyan la validez de constructo. Esta escala contiene en sí los siguientes dominios: Experiencias Espirituales de la Vida Diaria, Significado, Valores y Creencias, Perdón, Prácticas Religiosas Privadas, Afrontamiento Religioso/Espiritual positivo y negativo, Apoyo Religioso positivo y negativo, Historia Religiosa/Espiritual, Compromiso, Religiosidad Organizacional y Preferencia Religiosa.

En este estudio se evalúan solamente las dimensiones Prácticas Religiosas Privadas y Religiosidad Organizacional, a las que a su agrupación se la denominó "Prácticas Religiosas", dado que comprenden preguntas sobre la frecuencia de práctica de la oración, meditación, mirar o escuchar programas religiosos en radio o televisión, leer la biblia u otro libro sagrado, dar las gracias a Dios antes o después de la comida, asistencia al culto o misa, asistencia a otras actividades de su iglesia como grupos o reuniones religiosas de canto, oración, evangelización, entre otras.

Los cuatro primeros ítems tienen una opción de respuesta en escala de Likert de 1 a 8, el quinto tiene opción de 1 a 5 y los dos últimos tienen opciones de 1 a 6; en todos los casos la opción 1 representa la mayor frecuencia (varias veces al día/siempre) y el 5, 6 u 8 representa la nulidad de la experiencia (nunca). Por lo tanto, para trabajar los resultados se invierten los ítems y se los convierte a puntaje Z, para luego realizar la sumatoria y obtener las puntuaciones de práctica religiosa de cada sujeto.

Para este estudio se tradujo y adaptó esta escala a nuestro medio siguiendo los pasos propuestos por Hambleton y Patsula (1999).

En esta muestra la dimensión evaluada de Prácticas Religiosas presentó un alfa de Cronbach de 0,81; coeficiente que puede ser evaluado como satisfactorio, es decir que esta escala posee consistencia interna, es confiable.

- Test de Sentido de Vida (Purpose in Life Test, PIL, Crumbaugh y Maholick, 1969) fue desarrollado inicialmente por Crumbaugh y Maholick con la intención de medir el sentido de vida y el vacío existencial; comprende tres partes: A, B y C. La parte A contiene 20 ítems, cada uno de ellos presenta una escala del 1 al 7 con dos sentimientos extremos y una opción neutral en el 4, por lo tanto el sujeto debe ubicarse en este continuo. El puntaje total se obtiene sumando las puntuaciones de los 20 ítems, que puede oscilar entre 20 y 140 (García-Alandete, Rosa y Sellés, 2013). La parte B y C ofrecen datos cualitativos muy útiles también en el contexto clínico. En este estudio se utilizó la traducción, diagramación y adaptación de la parte A realizada por Gottfried (2016) y la misma presentó un alfa de Cronbach de 0,89. Gottfried (2016) realizó un baremo argentino donde se ubican los puntajes del test por grupo etario y según su valor percentilar, esto a su vez tiene su referencia e interpretación como se puede ver en la tabla 1.

Procedimiento de administración

Primero se contactó a los directores de departamento de la universidad y se solicitó autorización para recabar datos. Una vez obtenida la misma se explicó a los alumnos los propósitos de la investigación y se les aseguró la confidencialidad. La recolección de datos se llevó a cabo en la universidad en las horas que los directores destinaron a este fin y con aquellas personas que dieron su consentimiento para la participación.

Resultados

En lo referente al primer objetivo que es evaluar si existe asociación entre las prácticas religiosas y el sentido de vida se calculó el coeficiente de correlación de Pearson. Entre las prácticas religiosas y el sentido de vida se obtuvo una correlación positiva de .193 que es significativa (p= .03), es decir que a mayor frecuencia de práctica religiosa se observa una mayor puntuación en la escala de sentido de la vida (PIL).

Cabe señalar que el coeficiente de correlación obtenido es bajo, aunque se debe tener en cuenta que en ciencias humanas y en variables tan complejas como sentido de vida en la que

Tabla 1
Puntajes, referencias e interpretación de los valores del Test de Sentido de Vida (PIL).

Puntaje	Referencias	Interpretación
Igual o menor a P10	Muy bajo	Vacío existencial grave
Entre P11 y P25	Bajo	Falta de sentido
Entre P26 y P40	Promedio bajo	Zona de riesgo
Entre el P41 y P60	Promedio	Zona de indefinición
Entre el P61 y P74	Promedio alto	Orientado hacia el sentido
Igual o mayor al P75	Alto	Sentido de la vida
Igual o mayor al P90	Muy alto	Experiencia de plenitud

influyen muchas variables, este valor de correlación merece ser considerado como un factor interviniente para un mejor desarrollo del sentido de vida.

En cuanto al segundo objetivo, que supone establecer si aquellos jóvenes con mayor frecuencia de práctica religiosa presentan mayor sentido de vida respecto de aquellos que tienen poca o ninguna práctica, se realizó en primer lugar una división según la distribución de la variable "prácticas religiosas" y se conformaron dos grupos con puntajes extremos, agrupando al 20% de los sujetos con puntuaciones altos y bajas; resultando un grupo de n=25 al que se denominó "de menor frecuencia de prácticas religiosas" y un grupo de n=24 al que se denominó "de mayor frecuencia de prácticas religiosas".

Luego se realizó un análisis univariado de varianza (ANOVA) para comparar las medias de ambos grupos: la variable dependiente fue el sentido de vida y la variable independiente sujetos fue la pertenencia a los dos grupos de práctica religiosa. El grupo de "menor frecuencia de prácticas religiosas" presentó una media de 111,80 en "sentido de vida" (PIL) y un desvío de 14,49 mientras que el grupo "mayor frecuencia de prácticas religiosas" presentó una media de 119,83 y un desvío de 13,18. La diferencia entre ambos grupos es significativa (p= .05) con un F= 4,01. Es decir que teniendo en cuenta los valores extremos de la variable "prácticas religiosas" se observan diferencias significativas en cuanto al sentido de vida, siendo menor la media de esta variable en los poco practicantes ver tabla 2.

Cabe señalar que en este análisis univariado de varianza no se observaron diferencias significativas según sexo F= 0,07 y p= .79; siendo la media de los varones de 115,60 y el desvío de 16,46; y la media de mujeres 115,82 y el desvío de 12,92. Tampoco se encontró interacción entre las variables sexo y grupos de frecuencia de práctica religiosa (F= 0,04 y p= .83).

Para ampliar el análisis e interpretación de estos resultados se cotejó estos puntajes con los baremos argentinos del Test de Sentido de Vida elaborados por Gottfried (2016) para las edades comprendidas entre los 18 a 19 años y 20 a 29 años. A partir de esto podemos decir que el grupo "menor frecuencia de prácticas religiosas" se ubicó dentro de los puntajes comprendidos entre el percentil 41 y el percentil 60, para ambos grupos etarios, que refiere a un puntaje promedio y puede ser interpretado como una zona de indefinición; en cambio, el grupo "mayor frecuencia de prácticas religiosas" se ubicó en el puntaje igual o mayor al percentil 75, para los dos grupos etarios, que refiere a un puntaje alto y puede ser interpretado como presencia de sentido de vida.

Estudio 2

Este estudio también se realizó con estudiantes universitarios pero de otra provincia argentina (Mendoza) y además se seleccionó de una muestra mayor a los pertenecientes a universidades públicas y a quienes se consideran creyentes católicos, sean o no practicantes. No se incluyeron

Tabla 2
ANOVA y medias y desviaciones típicas de los puntajes totales del Test de Sentido de Vida según la pertenencia a los grupos "menor frecuencia de práctica religiosa" y "mayor frecuencia de práctica religiosa"

Grupo	N	Media	Desvío Típico	F	p=
- Menor frecuencia de práctica religiosa	25	111,80	14,49	4,01	.05
- Mayor frecuencia de práctica religiosa	24	119,83	13,18		

sujetos de otras religiones dado que eran pocos para realizar comparaciones y además la mayoría de los cristianos evangélicos, por ejemplo, se consideran practicantes. En las religiones minoritarias en general los que se adhieren practican su religión. También se prefirió no incluir alumnos de universidades confesionales, en particular católicas, para observar la influencia de la práctica religiosa voluntaria con independencia de la formación religiosa que se imparte en este tipo de universidades.

Se utilizó el mismo instrumento del estudio 1 para evaluar el sentido de la vida. Para distinguir creyentes católicos practicantes de no practicantes se incluyó un ítem en el cuestionario ad hoc en el que se le preguntaba si se consideraba practicante o no de su religión (Autopercepción de práctica religiosa).No se utilizaron escalas que midieran grados de participación en rituales, momentos de oración, etc.

Metodología

Participantes

Las personas del presente estudio fueron seleccionadas por medio de un muestreo no probabilístico, intencional de tipo transversal. La muestra fue recolectada en estudiantes de universidades públicas, de la Universidad Nacional de Cuyo y de la Universidad Tecnológica Nacional de la provincia de Mendoza, Argentina. La mayoría de los estudiantes residen en el Gran Mendoza, otros en la ciudad de Mendoza,como también en la localidad de Gral. Las Heras.

Comprende a 223 sujetos, 109 varones (48,9%) y 114 mujeres (51,1%), el 95,1 son solteros. Los estudiantes tienen entre 18 y 25 años, la media de edad es de 21,16 años y el DS= 2,19.
La muestra seleccionada para este trabajo comprende solamente a los estudiantes que se consideran creyentes católicos, de los cuales 99 (44,4%) dicen ser practicantes y 124 (55,6%) no practicantes.

Instrumentos

- Cuestionario ad hoc sociodemográfico.
- Test de Sentido de Vida (Purpose in Life Test, PIL, Crumbaugh y Maholick, 1969).Se detallan sus características en el estudio 1.

Procedimiento

Es importante señalar que la muestra de los estudiantes a quienes se les aplicó el test eran todos de edades que oscilaron entre 18 y 25 años, esto significa que eran mayores de edad. En todos los casos se informó en forma verbal y por escrito que la aplicación de los cuestionarios era voluntaria y anónima. La primera hoja del formulario contiene el consentimiento informado, luego el cuestionario ad hoc de características sociodemográficas y después la escala de sentido de la vida.

Resultados

En la tabla 3 se pueden observar los resultados del análisis univariado de varianza (ANOVA)para evaluar las diferencias de medias de los puntajes obtenidos en la prueba de sentido de vida según

muestra de católicos practicantes y no practicantes. La prueba F nos muestra que las diferencias son significativas (p= .0001), siendo los católicos que se autoperciben como practicantes quienes obtienen un media mayor de sentido de la vida.

Tabla 2
ANOVA. Medias y desviaciones típicas de los puntajes del Test de Sentido de Vida según la pertenencia a los grupos de católicos que se autoperciben como practicantes y de católicos no practicantes.

Grupos de creyentes católicos	N	Media	Desvío Típico	F	p=
Practicantes	99	117,47	11,98	21,49	.0001
No practicantes	124	109,85	12,63		

Se consideró importante analizar cuáles fueron los ítems del PIL que tuvieron mayor incidencia en provocar esta diferencia de medias. Es interesante observar que de los 20 ítems del PIL los que entre las submuestras de practicantes y no practicantes tuvieron mayor diferencia en los promedios de sus respuestas fueron los ítems 4 y 15. El 63,6 % de los practicantes y el 48,4% de los no practicantes consideran que "Mi existencia personal tiene mucho sentido" (ítem 4). El 23,2% de los practicantes y el 14% de los no practicantes afirman en cuanto a la muerte estar bien preparados y no tener miedo (ítem 15).

La práctica religiosa en estos ejemplos parece claramente tener una especial influencia sobre la actitud ante la muerte y la capacidad de descubrir sentido a la vida.

Discusión y conclusiones finales

En el presente trabajo se analizó la asociación entre las prácticas religiosas y el sentido de la vida en adultos jóvenes. Específicamente se evaluó la frecuencia de práctica de la oración, meditación, mirar o escuchar programas religiosos en radio o televisión, leer la Biblia u otro libro sagrado, dar las gracias a Dios antes o después de la comida, asistencia al culto o misa, asistencia a otras actividades de su iglesia como grupos o reuniones religiosas de canto, oración, evangelización, entre otras.

En lo referente al primer objetivo que era evaluar si existe asociación entre las prácticas religiosas y el sentido de vida, los resultados evidenciaron que existe una correlación significativa entre estas variables pero leve.

Esto se acerca a los resultados obtenidos por Francis (2000) quien halló una correlación leve entre la lectura de la biblia y el sentido de vida en adolescentes. Esto puede ser entendido como ha sucedido en otros trabajos que la parte conductual de la religiosidad, como lo son las prácticas religiosas, pueden no tener un efecto tan fuerte sobre otras variables como sí lo tienen los sentimientos y las creencias religiosas. En otras palabras, como afirma Bolt (1975) la religiosidad intrínseca se relaciona con mayor sentido en la vida, no sucediendo lo mismo con la religiosidad extrínseca.

De este modo, la hipótesis de que "habrá asociación entre las prácticas religiosas y el sentido de vida" fue comprobada parcialmente ya que la fuerza de la correlación no fue la esperada.

En relación al segundo objetivo que fue establecer si aquellos jóvenes con mayor frecuencia de prácticas religiosas presentan mayor sentido de vida, los resultados arrojaron que las personas con mayor frecuencia de prácticas religiosas presentan mayor sentido de vida. Esta asociación empírica concuerda con lo que se esperaba teóricamente, a saber, que el sentido de la vida y la práctica religiosa están relacionados (Francis y Evans, 1996; Robbins y Francis, 2000; Steger y Frazier, 2005). Esta diferencia más clara puede entenderse considerando que en este caso, a diferencia del primer objetivo, la comparación es entre grupos extremos, es decir, los de "mayor frecuencia de prácticas religiosas" versus los de "menor frecuencia de prácticas religiosas".

Cotejando los puntajes obtenidos del Test de Sentido de Vida en este estudio con los del baremo argentino del Test de Sentido de Vida (Gottfried,

2016) y teniendo en cuenta la pertenencia al grupo de mayor o menor frecuencia de prácticas religiosas, los resultados demuestran que el grupo de personas pertenecientes al grupo "menor frecuencia de prácticas religiosas" se ubicó en una zona promedio que se interpreta como de indefinición hacia el sentido; en cambio, el grupo "mayor frecuencia de prácticas religiosas" se ubicó en una zona alta que puede interpretarse como presencia de sentido de vida. Esto puede comprenderse considerando que las personas que practican su religión con mayor frecuencia obtienen un plus positivo que fomenta que aprecien su vida como poseedora de sentido; en cambio aquellos que practican la religión con menor frecuencia no carecen de sentido, se ubican en promedio y se hallan en una mayor indefinición, sabiendo que el sentido puede provenir de otras fuentes como por ejemplo el amor a la familia, el trabajo, los amigos u otros objetivos vitales. A pesar de que la pérdida de sentido de vida surge especialmente en la juventud, las prácticas religiosas continúan siendo un recurso para sobrellevar esta situación y descubrir el sentido (Frankl 1996, 2000). Teniendo en cuenta estos resultados podemos afirmar que la hipótesis de que "los jóvenes con mayor frecuencia de prácticas religiosas presentarán mayor sentido de vida" fue confirmada.

El estudio 2 confirma los resultados obtenidos en el estudio 1 acerca de la importancia de la asociación entre la práctica religiosa y el sentido de vida y además se observa que los sujetos practicantes tienen mayor capacidad de descubrir sentido y una actitud menos temerosa frente a la muerte.

En lo referente a las limitaciones del presente trabajo, es de importancia resaltar que nos encontramos ampliando las muestras. Además es un estudio de tipo correlacional y transversal, por lo tanto no se puede afirmar qué es causa y qué es consecuencia, es decir, si las prácticas religiosas causan mayor sentido de vida o viceversa. Por otra parte, el carácter intencional y el tamaño de las muestras estudiadas no permiten una mayor generalización de los resultados obtenidos. Otra limitación es haber empleado solamente medidas de autoinforme para recolectar los datos. A pesar de dichas limitaciones, estos datos revisten una gran importancia tanto para los investigadores como para los terapeutas que colaboran en el proceso de descubrir el sentido de la vida de otras personas, ya que se puede advertir la fuerza y la potencia que tienen las creencias y las prácticas religiosas sobre otras variables psicosociales como el sentido de la vida; por supuesto que uno no puede inmiscuirse en las creencias del paciente, pero si el paciente ya las trae consigo sin dudas que estas serán una gran fortaleza, en palabras de Frankl: "No obstante cuando un paciente tiene una creencia religiosa firmemente arraigada, no hay ninguna objeción en utilizar el efecto terapéutico de sus convicciones" (Frankl, 1996, p. 116).

En trabajos futuros en esta línea de investigación debe tenerse en cuenta el papel que juegan las creencias religiosas y las emociones ligadas a éstas en relación al sentido de la vida y explorar cualitativamente cómo es que las emociones, creencias y prácticas religiosas influyen sobre el propósito vital. También sería interesante estudiar longitudinalmente cómo la religiosidad va cambiando a lo largo del tiempo y cómo se va adaptando para lidiar con circunstancias estresantes y límites de la vida, con las dudas y crisis de fe. Por último sería bueno profundizar en las diferencias entre religiones y comunidades religiosas a la hora de la práctica religiosa en sí misma y cómo esta es vivenciada.

Referencias

Aldwing, C. M., Park, C. L., Jeong, Y. J., & Nath, R. (2014) Differing Pathways Between Religiousness, Spirituality, and Health: A Self-Regulation Perspective. Psychology of Religion and Spirituality, 6 (1), 9-21.

Ardelt, M. (2003). Effects of religion and purpose in life on elders' subjective well-being and attitudes toward death. Journal of Religious Gerontology, 14, 55–77.

Arnett, J. J., & Jensen, L. A. (2002). A congregation of one: individualized

religious beliefs among emerging adults. Journal of Adolescent Research, 17 (5), 451-467.

Baumeister, R. F. (1991). Meanings of life. New York: Guilford Press.

Benefield, M., Fry, L. W., & Geigle, D. (2014) Spirituality and Religion in the Workplace: History, Theory, and Research. Psychology of Religion and Spirituality, 6 (3), 175-187.

Bolt, M. (1975). Purpose in life and religious orientation. Journal of Psychology and Theology, 3(2), 116-118.

Bretones, F. (2005). Logoterapia: la audacia de vivir. Buenos Aires: San Pablo.

Bronk, K. C. (2014). Purpose in life: A critical component of optimal youth development. London, New York: Springer.

Crumbaugh, J. C., & Maholick, L. T. (1969) Manual of Instructions for the Purpose in Life Test. Saratoga: Viktor Frankl Institute of Logotherapy.

Dittes, J. E. (1969). Psychology of Religion. In G. Lindzey, & E. Aronson. Handbook of Social Psychology, Reading. Mass.: Addison Wesley.

Faller, G. (2001). Psychology versus Religion. Journal of Pastoral Counseling, 21(14).

Fetzer, J. E. / National Institute on Aging Working Group (2003). Multidimensional measurement of religiousness/spirituality for use in health research: A report of the Fetzer/National Institute on Aging Working Group. Kalamazoo, MI: Fetzer Institute.

Francis, L. J. (2000). The relationship between Bible reading and purpose in life among 13-15 year olds. Mental Health, Religion and Culture, 3, 27-36.

Francis, L. J., & Evans, T. E. (1996). The relationship between personal prayer and purpose in life among churchgoing and non-churchgoing 12-15 year olds in the UK. Religious Education, 91, 9-21.

Frankl, V. E. (1996). El hombre en busca de sentido. Barcelona: Herder.

Frankl, V. E. (2001). Ante el Vacío Existencial. Hacia una humanización de la psicoterapia. Barcelona: Herder.

Frankl, V. E. (2000). El hombre doliente. Fundamentos antropológicos de la Logoterapia. Barcelona: Herder.

Gallego-Pérez, J. F., García-Alandete, J., & Pérez-Delgado, E. (2007). Religiosidad y sentido de la vida: relaciones en un grupo de universitarios. Revista Mexicana de Logoterapia, 17, 11-22.

García-Alandete, J., Rosa, E. y Sellés, P. (2013). Estructura factorial y consistencia interna de una versión española del Purpose-In-Life Test [Factorial structure and internal consistency of a Spanish version of the Purpose-In-Life Test]. Universitas Psychologica, 12(2), 517-530.

Gerwood, J. B., Le Blanc, M., & Piazza, N. (1998). The Purpose-in-Life Test and religious denomination: Protestant and Catholic scores in an elderly population. Journal of Clinical Psychology, 54, 49-53.

Gottfried, A. E. (2016). Adaptación Argentina del PIL Test (Test Sentido en la Vida) de Crumbaugh y Maholick. Revista de Psicología UCA, 23(12), 49-65.

Hambleton, R. K., & Patsula, L. (1999). Increasing the validity of adapted tests: Myths to be avoided and guidelines for improving test adaptation practices. Journal of Applied Testing Technology, 1, 1-30.

Hill, P. C., Pargament, K. I., Hood, R. W., McCullough, M. E., Swyers, J. P., Larson, D. B., & Zinbauer, B. J. (2000). Conceptualizing religion and spirituality: points of commonality, points of departure. Journal for the Theory of Social Behavior, 30 (1), 51-77.

Koenig, H. G. (1999). The healing power of faith. Nursing Home Medicine, 7, 381-384.

Koenig, H. G., McCullough, M. E. & Larson, D. B. (2001). Handbook of Religion and Health. New York: Oxford University Press.

Mallimaci, F., Esquivel, J. C. y Irrazábal, G. (2008). Primera encuesta sobre creencias y actitudes religiosas en Argentina. Informe de investigación. Buenos Aires: FONCyT, CEIL PIETTE/CONICET.

Moral de la Rubia, J. (2010). Religión, significados y actitudes hacia la sexualidad: un enfoque psicosocial. Revista Colombiana de Psicología, 19(1), 45-59.

Rabbia, H. H., Brussino, S. y Vaggione, J. M. (2012). Escala de Creencias Post-Críticas: análisis psicométrico para su aplicación al estudio de la religiosidad en Argentina, Revista de Psicología UCA, 8(16), 85-109.

Robbins, M., & Francis, L. J. (2005). Purpose in life and prayer among Catholic and Protestant adolescents in Northern Ireland. Journal of Research in Christian Education, 14, 73-93.

Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. Journal of Personality and Social Psychology, 69, 719–727.

Salgado, A. C. (2014). Revisión de estudios empíricos sobre el impacto de la religión, religiosidad y espiritualidad como factores protectores. Propósitos y Representaciones. 2(1), 121-140.

Steger, M. F., & Frazier, P. (2005). Meaning in life: One link in the chain from Religiousness to Well-Being. Journal of Counseling Psychology, 52(4), 574–582.

Stoppa, T. M., & Lefkowitz, E. S. (2010). Longitudinal changes in religiosity among emerging adult college students. Journal of Research on Adolescence, 20(1), 23-28.

Taha, N., Florenzano R., Sieverson C., Aspillaga C., & Alliende, L. (2011). La espiritualidad y religiosidad como factor protector en mujeres depresivas con riesgo suicida: consenso de expertos. Revista Chilena de Neuropsiquiatría, 49(4), 347-360.

Van Tongeren, D. R., Hook, J. N., & Davis, D. E. (2013) Defensive Religion as a Source of Meaning in Life: A Dual Mediational Model. Psychology of Religion and Spirituality, 5 (3), 227-232.

Weaver, A. J., Pargament, K. I., Flanelly, K. J., & Oppenheimer, J. E. (2006) Trends in the Scientific Study of Religion, Spirituality, and Health: 1965–2000. Journal of Religion and Health, 45 (2), 208-214.

Wood, R. W., Hill, P. C., & Spilka, B. (2009). The psychology of religion. An empirical approach. The Guildford Press. New York-London.

Zika, S., & Chamberlain, K. (1992). On the relation between meaning in life and psychological well-being. British Journal of Psychology, 83, 133–145.