

Bienestar espiritual y su influencia en el perdón, la gratitud y la resiliencia en estudiantes universitarios de Lima (Perú)

Spiritual well-being and its influence on forgiveness, gratitude, and resilience in university students in Lima (Peru)

Bem-estar espiritual e sua influência no perdão, gratidão e resiliência em estudantes universitários de Lima (Peru)

 Cecilia Salgado-Lévano¹
 Mirian Grimaldo Muchotrigo²
 Jossué Correa-Rojas²
 María del Pilar Mori Sánchez³
 Pamela Riveros Paredes⁴

¹ Universidad Marcelino Champagnat

² Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas

³ Universidad César Vallejo

⁴ Universidad San Ignacio de Loyola

Recibido: 28/12/2023

Aceptado: 05/07/2024

Correspondencia:

Jossué Correa-Rojas,
jossue.correa@upc.pe

Cómo citar:

Salgado-Lévano, C., Grimaldo Muchotrigo, M., Correa-Rojas, J., Mori Sánchez, M. P., & Riveros Paredes, P. (2024). Bienestar espiritual y su influencia en el perdón, la gratitud y la resiliencia en estudiantes universitarios de Lima (Perú). *Ciencias Psicológicas*, 18(2), e-3833.

<https://doi.org/10.22235/cp.v18i2.3833>

Disponibilidad de datos:

El conjunto de datos que apoya los resultados de este estudio no se encuentra disponible.

Resumen: El objetivo del presente estudio fue determinar la influencia del bienestar espiritual en la gratitud, el perdón y la resiliencia en estudiantes universitarios de la ciudad de Lima. Se utilizó un diseño explicativo con variables latentes. La muestra estuvo conformada por 957 estudiantes universitarios (29.5 % varones y 70.5 % mujeres, de 13 universidades (públicas 22.36 % y privadas 77.64 %) de Lima Metropolitana. Se utilizaron la Escala de Bienestar Espiritual (SWBS), la Escala de Disposición al Perdón (TFS), la Escala de Gratitud (EG) y la Escala Breve de Resiliencia (EBR). Entre los hallazgos se encontró que el modelo estimado con el método DWLS permite señalar que el bienestar espiritual tiene efectos directos sobre el perdón, la gratitud y la resiliencia. A su vez, la covarianza entre perdón y gratitud fue .090 ($p > .05$), entre perdón y resiliencia de .236 ($p < .01$), y entre gratitud y resiliencia fue igual a .122 ($p < .01$). Se discuten las implicancias de los resultados.

Palabras clave: bienestar espiritual; perdón; gratitud; resiliencia; universitarios; psicología positiva

Abstract: This study aimed to determine the influence of spiritual well-being on gratitude, forgiveness, and resilience in university students in the city of Lima. An explanatory design with latent variables was used. The sample consisted of 957 university students (29.5 % men and 70.5 % women from 13 universities [22.36% public and 77.64 % private]), from Metropolitan Lima. The Spiritual Wellbeing Scale (SWBS), the Trait Forgiveness Scale (TFS), the Gratitude Scale (GS), and the Brief Resilience Scale (BRS) were used. Among the findings, it was found that the model estimated with the DWLS method allows us to point out that spiritual well-being directly affects forgiveness, gratitude, and resilience. In turn, the covariance between forgiveness and gratitude was .090 ($p > .05$), the covariance between forgiveness and resilience was .236 ($p < .01$), and the covariance between gratitude and resilience was equal to .122 ($p < .01$). The implications of the results have been discussed.

Keywords: spiritual well-being; forgiveness; gratitude; resilience; university students; positive psychology

Resumo: O objetivo deste estudo foi determinar a influência do bem-estar espiritual na gratidão, perdão e resiliência em estudantes universitários da cidade de Lima. Foi utilizado um desenho explicativo com variáveis latentes. A amostra foi composta por 957 estudantes universitários (29,5 % homens e 70,5 % mulheres) de 13 universidades (22,36 % públicas e 77,64 % privadas) de Lima Metropolitana. Foram utilizadas a Escala de Bem-Estar Espiritual (SWBS), a Escala de Disposição ao Perdão (TFS), a Escala de Gratidão (EG) e a Escala Breve de Resiliência (EBR). Entre os achados, encontrou-se que o modelo estimado com o método DWLS permite indicar que o bem-estar espiritual tem efeitos diretos sobre o perdão, gratidão e resiliência. Por sua vez, a covariância entre perdão e gratidão foi de .090



($p > .05$), entre perdão e resiliência de .236 ($p < .01$) e entre gratidão e resiliência foi igual a .122 ($p < .01$). As implicações dos resultados foram discutidas.

Palavras-chave: bem-estar espiritual; perdão; gratidão; resiliência; universitários; psicologia positiva

El bienestar espiritual se inserta en el marco de la psicología positiva que comienza a desarrollarse en la última década del siglo pasado (Snyder et al., 2016). La psicología positiva fue introducida por Seligman (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000) con el propósito de cambiar el paradigma tradicional (Córdova Flores et al., 2023) orientándolo al desarrollo de cualidades (Jin et al., 2021) y dejando de lado la preocupación por los aspectos negativos de la vida. De esta manera, estudia el *flow*, la esperanza, los valores, el bienestar, el optimismo, la felicidad, la resiliencia, las emociones positivas y las fortalezas (López & Snyder, 2009), la gratitud (Moyano, 2010) y el perdón (López et al., 2003). Por ello ha adquirido gran relevancia tanto para la felicidad como para el bienestar mental de las personas en general (Córdova Flores et al., 2023).

Paloutzian y Ellison (1979) plantean que el bienestar espiritual está compuesto por el bienestar religioso, referido a la relación de la persona con Dios, y el bienestar existencial, relacionado con el significado y el propósito en la vida. A pesar de ser distintos, tienen una mutua dependencia; además el bienestar espiritual constituye una manifestación de la salud espiritual y debe observarse como una variable continua (Ellison, 1983). El bienestar espiritual puede organizarse sobre la base de las creencias populares y encarna la esperanza de una vida basada en su relación consigo misma, con las personas que le rodean, con la naturaleza, con Dios y las prácticas religiosas (Baykal, 2020; Ellison, 1983), con la vida, y el futuro (Tudder et al., 2017).

El bienestar espiritual es un factor integral que predice una adecuada salud mental, con una relación directa y positiva con el bienestar subjetivo, núcleo central que conecta aspectos físicos, emocionales y sociales (Khamida et al., 2023; Yoo et al., 2022). El bienestar espiritual es determinante para afrontar situaciones difíciles y tener un propósito de vida (Noer, 2023), tiene relación con la resiliencia (Duran et al., 2020; Razaghpoor et al., 2021), esperanza (Dadfar et al., 2021), autoestima y autoeficacia (Darvishi et al., 2020), adaptación a la enfermedad (Senmar et al., 2020), así como satisfacción y alegría de vivir (Leung & Pong, 2021). Además, las personas con un buen nivel de bienestar espiritual presentan misericordia, humildad, paz, honestidad y armonía (Pong, 2018) y gratitud (Tudder et al., 2017), temas estudiados por la psicología positiva. A su vez, se relaciona inversamente con la ansiedad y el estrés (Leung & Pong, 2021).

En la medida en que el bienestar espiritual constituye un factor protector que podría influir positivamente en diversas variables relacionadas a la psicología positiva, el presente estudio pretende explicar la influencia del bienestar espiritual en el perdón, la gratitud y la resiliencia en estudiantes universitarios.

El perdón constituye un proceso que favorece el bienestar psicológico de las personas, proporciona restauración y facilita las relaciones con los demás (Enright & Fitzgibbons, 2015). Es una experiencia interna que implica cambios cognitivos y afectivos positivos posteriores a la experiencia de haber vivido alguna pérdida significativa (Thompson et al., 2005). Posee consecuencias prosociales, ya que permite remediar aquellas relaciones sociales que han sido deterioradas por las transgresiones (Bartholomaeus & Strelan, 2016). Para Berry et al. (2005), el perdón constituye un rasgo de personalidad que brinda resultados favorables para la misma persona y sus relaciones sociales. La experiencia de perdonar y ser perdonado está asociada a la creencia en alguna deidad (Silva Chanta et al., 2023), lo cual se vincula directamente al componente religioso del bienestar espiritual. Además, puede ser desarrollado como estrategia para la prevención de los conflictos interpersonales (García-Martín & Calero-García, 2019; Vitz, 2018), en la medida en que abre la disposición para la reconstrucción de las relaciones interpersonales. Se ha encontrado que los estudiantes universitarios con una mayor orientación al perdón interpersonal presentan una menor tendencia a la venganza luego de haber vivido una trasgresión interpersonal (Rey & Extremera, 2016; Zhuang & Qiao, 2018).

En cuanto a la relación del perdón con bienestar espiritual, Lawler-Row y Piferi (2006) encontraron que las personas que tenían mayores niveles de perdón puntuaban más alto en apoyo social, conductas saludables y bienestar espiritual.

La gratitud es un constructo de la conciencia espiritual que implica reconocer los beneficios de la vida y apreciar lo positivo (Büssing et al., 2018; Manala, 2018). Constituye una forma de emoción que posteriormente puede llegar a configurarse en una actitud o un sentimiento (Khairul et al., 2022). Se considera como una respuesta de carácter afectiva ocasionada por haber recibido algún beneficio generando un comportamiento prosocial con el bienhechor, lo cual hace posible que se forjen emociones positivas, como la alegría y la felicidad, basadas en un procesamiento cognitivo que le asigna valor a la acción de ayuda recibida (Alarcón, 2014). Aunque algunos autores sostienen que las personas podrían sentir agradecimiento por la tragedia y sus consecuentes resultados negativos (Emmons, 2013; Jans-Beken, 2019). En líneas generales, se le considera como una disposición inherente a la persona (Wood et al., 2010) que contribuye al optimismo, afectos positivos y satisfacción con la vida (McCullough et al., 2002; Portocarrero et al., 2020) y se asocia con niveles bajos de síntomas depresivos (Iodice et al., 2021).

A su vez, la gratitud tiene implicancias en el funcionamiento social; es decir, en la generación del bienestar comunitario (Lambert et al., 2010; Snyder & Lopez, 2002), pues ha sido considerada como una virtud interpersonal que hace posible una mejor vinculación con los otros (Algoe et al., 2010), que genera conductas prosociales (Grant & Gino, 2010). Asimismo, las personas que puntúan alto en gratitud tienden a ser más religiosas, orientadas y sensibles espiritualmente (McCullough et al., 2002).

Tudder et al. (2017) demostraron que el bienestar espiritual constituye un predictor de la gratitud independientemente de los efectos de la personalidad en estudiantes de pregrado. Así, en la medida en que el bienestar espiritual constituye tanto el bienestar religioso como el bienestar existencial (Paloutzian & Ellison, 1979), facilita la generación de la gratitud, entendida como el conjunto de afectos positivos que incluyen emociones positivas (Chopik et al., 2019; McCullough, et al., 2002), estado que impacta positivamente en la salud mental y espiritual de los individuos. Emmons y Kneezel (2005) hallaron que las emociones y tendencias de agradecimiento estaban relacionadas tanto con las prácticas religiosas convencionales (por ejemplo, asistir a la iglesia y leer la Biblia), la autotranscendencia espiritual y la santificación a través de metas personales (el grado percibido en el que los esfuerzos permiten a uno sentirse más cerca de Dios); es decir, el bienestar religioso (componente del bienestar espiritual) está vinculado a la gratitud.

En la actualidad no existe un acuerdo común en la literatura científica acerca de la definición del término *resiliencia*, ya que incluye factores biológicos, psicológicos, sociales y culturales que se encuentran presentes en el momento de la respuesta frente al estrés (Masten et al., 2021). Algunos estudios asumen que se trata de un constructo unidimensional y otros lo abordan multidimensionalmente (Surzykiewicz et al., 2019). En general, es definida como la capacidad que se tiene para recuperarse frente a las circunstancias adversas y constituye un factor protector frente al estrés, que permite recuperarse de situaciones vitales (Ponce-Peñaloza et al., 2023; Rodríguez Ugalde, 2023; Turner, 2014).

La resiliencia constituye un proceso dinámico y adaptativo que involucra la generación de recursos internos y externos cuando la persona se enfrenta a situaciones adversas y como respuesta se adapta y se recupera rápidamente (Reyes-Díaz et al., 2023; Wagnild & Young, 1993). Un mayor estrés genera un mayor compromiso y resiliencia, que facilita la adaptación y estabilidad emocional (Reyes-Díaz et al., 2023). Es el resultado a partir de las interacciones entre las personas y los recursos observables en la familia, los amigos, la escuela, la comunidad local, entre otros (Ahern, 2006) y varía de acuerdo a las variables sexo, edad, cultura, y según la situación estresante (Seperak-Viera et al., 2023).

En cuanto a la relación entre bienestar espiritual y resiliencia se ha encontrado que un mayor nivel de bienestar espiritual aumenta el nivel resiliencia, lo que facilita que las personas puedan enfrentar sus problemas (Eksi et al., 2019). Hallazgos similares fueron obtenidos por Kamyra (2000) en estudiantes de trabajo social. Por su parte, Seperak-Viera et al. (2023) refieren que la resiliencia facilita el reajuste tanto biopsicosocial como espiritual, lo que promueve el bienestar psicológico y el desempeño académico en universitarios.

En otras muestras también se ha hallado relación entre el bienestar espiritual, la resiliencia y otros constructos. Por ejemplo, en adultos mayores, hay una relación directa con la resiliencia e inversa con la depresión (Zafari et al., 2023); en pacientes con hemodiálisis (Duran et al., 2020) y enfermedades médicas graves (Bagereka, 2023).

A pesar de la importancia que tiene el bienestar espiritual en el perdón, la gratitud y la resiliencia, no se han encontrado reportes en Perú ni en Latinoamérica que los aborden de manera conjunta, por lo que este estudio pretende cubrir una brecha y abrir camino a futuras investigaciones. Además, los hallazgos permitirán en un futuro construir un perfil con el que se identifique y promueva las fortalezas humanas individuales y colectivas (Diener et al., 2018; Shoshani & Shwartz, 2018).

Método

Participantes

Este es un estudio de diseño explicativo con variables latentes (Ato García & Vallejo Seco, 2015). Se utilizó un muestreo no probabilístico intencional y la muestra estuvo conformada por 957 estudiantes universitarios peruanos, 29.5 % varones y 70.5 % mujeres, quienes indicaron una edad mínima de 16 años y una edad máxima de 30 años ($M_{\text{varones}} = 22.44$; $DE_{\text{varones}} = 3.15$; $M_{\text{mujeres}} = 21.04$; $DE_{\text{mujeres}} = 3.16$), procedentes de 13 universidades (4 públicas 22.36 % y 9 privadas 77.64 %), ubicadas en Lima Metropolitana. El 31.24 % indicó ser creyente practicante de alguna religión, 49.22 % señaló ser creyente no practicante, 3.55 % indicó ser ateo y 15.99% refirió ser agnóstico. La participación fue voluntaria y sin incentivos. Como criterios de inclusión se consideraron que fueran peruanos y que no superaran la edad de 30 años.

Instrumentos

Escala de bienestar espiritual (SWBS). Fue diseñada por Paloutzian y Ellison (1982) para medir el bienestar espiritual, está compuesta por 20 ítems que se distribuyen en dos dimensiones: la dimensión de bienestar religioso describe el sentido de satisfacción y la conexión positiva con Dios (1, 3, 5, 7, 9, 11, 13, 15, 17 y 19) y la dimensión de bienestar existencial refiere a la satisfacción con la vida y a su propósito (2, 4, 6, 8, 10, 12, 14, 16, 18 y 20). Los ítems presentan un escalamiento de respuesta tipo Likert de 6 puntos que van de *totalmente en desacuerdo* (1) a *totalmente de acuerdo* (6). Tiene un conjunto de ítems redactados positivamente (3, 4, 7, 8, 10, 11, 14, 15, 17, 19 y 20); mientras que hay otros reactivos redactados en dirección negativa (1, 2, 5, 6, 9, 12, 13, 16 y 18). Para obtener el puntaje total, primero se invierten los ítems de dirección negativa y posteriormente se suman los puntajes de las dos dimensiones. Para este estudio se utilizó la adaptación realizada por Salgado-Lévano et al. (en prensa), en donde se corroboró la existencia de un factor general y dos factores específicos, siendo su fiabilidad adecuada.

Escala de Disposición al Perdón (TFS). Fue construida por Berry et al. (2005) y está conformada por 10 ítems que permiten a la persona autoevaluarse sobre su propensión a perdonar transgresiones interpersonales. Su calificación se basa en una escala de 5 puntos (de 1 *totalmente en desacuerdo* a 5 *totalmente de acuerdo*), con 10 como puntaje mínimo y 50 como máximo, siendo que a mayor puntaje existiría mayor disposición a perdonar. Los ítems 1, 3, 6, 7 y 8 son calificados de manera inversa, después de lo cual se obtiene la puntuación total. En este estudio se utilizó la versión adaptada por Los Arcos (2019), quien halló la estructura interna mediante un análisis factorial exploratorio con el método de componentes principales y halló la confiabilidad por consistencia interna ($\alpha = .70$).

Escala de Gratitud (EG). Fue elaborada por Alarcón (2014) y está compuesta por tres dimensiones que son reciprocidad (8, 9, 10, 12, 13, 14, 15, 16 y 17), obligación moral (1, 2, 3, 4, 5, 7 y 18) y cualidad sentimental (6 y 11), que hacen un total de 18 ítems. Los ítems presentan una escala de respuesta tipo Likert de cinco alternativas, que va de *totalmente de acuerdo* (5) a *totalmente en desacuerdo* (1), donde los puntajes altos señalan reacciones positivas hacia la gratitud. Se califican inversamente los ítems 5, 6 y 11. En esta investigación se ha considerado la validación realizada por Ventura-León et al. (2018) en una muestra de universitarios limeños en la cual se propone que esta medida presenta una estructura bidimensional con un factor general, por lo que se elimina la dimensión cualidad sentimental. Esta estructura se verificó mediante un modelo bifactor con un estimador robusto ($SB \chi^2/gl. = 0.88$; $SRMR = 0.036$; $CFI = 1$; $RMSEA = 000[.000-.017]$). La confiabilidad de la escala se determinó por consistencia interna (ω global = .808), reciprocidad ($\omega = .628$) y obligación moral ($\omega = .767$).

Escala Breve de Resiliencia (EBR). Diseñada originalmente por Wagnild (2009) mide el grado de resiliencia individual, entendida como una característica personal positiva que facilita la adaptación a situaciones de adversidad. Está compuesta por 14 ítems con una escala Likert con opciones que van desde 1 (*totalmente de acuerdo*) a 7 (*totalmente en desacuerdo*). En este estudio se utilizó la adaptación

al español de Sánchez-Teruel y Robles-Bello (2015) quienes utilizaron un análisis factorial exploratorio para corroborar la estructura interna y hallaron una estructura unidimensional que explica el 75.97 % de la varianza. También constataron que la EBR se relaciona indirectamente con las puntuaciones del STAI (ansiedad) y del BDI (depresión). Por consistencia interna fue hallada la confiabilidad obteniendo $\alpha = .79$.

Procedimientos

Las coordinaciones con las instituciones educativas estuvieron a cargo directamente del equipo de investigación. La administración de los instrumentos fue *online* para lo cual se elaboró un formulario de Google Forms que contenía el consentimiento informado, una ficha de datos socioeducativas y los protocolos de los cuatro instrumentos. Para mayor rigurosidad en la aplicación se siguieron (1) los lineamientos establecidos por la American Educational Research Association, la American Psychological Association y el National Council on Measurement in Education (2018) tanto para la seguridad como en la confidencialidad de la información; (2) las normas establecidas en el Capítulo III, Investigación del Código de Ética y Deontología del Colegio de Psicólogos del Perú (2017); y (3) los criterios propuestos por Elosua (2021) para disminuir los efectos que podría tener la aplicación virtual. Cabe señalar que solo formaron parte de la muestra los que aceptaron participar en la investigación y marcaron en afirmativo en el consentimiento informado.

Análisis de datos

El análisis estadístico se realizó con el software IBM SPSS versión 25 y el RStudio versión 1.1.456, específicamente con la librería *lavaan* (Rosseel et al., 2018). Inicialmente se realizó el análisis exploratorio para identificar *outliers* y datos faltantes, en el caso que su presencia no superara el 5 % se consideró pertinente aplicar un procedimiento de imputación de datos faltantes.

El análisis descriptivo incluyó la media (*M*), desviación estándar (*DE*), puntaje mínimo (*Mín*) y máximo (*Máx*), coeficiente de asimetría (*g1*) y curtosis (*g2*). Para la identificación de las relaciones entre las variables se reportó la matriz de correlaciones, para su interpretación se tomaron las sugerencias de Cohen (1992), donde los valores iguales o inferiores a .10 son consideradas como efecto nulo, los mayores de .10 o hasta .30 son efecto pequeño, los superiores a .30 hasta .50 son efecto mediano y los valores superiores a .50 un efecto grande.

Para la realización del modelo se empleó el análisis de ecuaciones estructurales mediante el método Weighted Least Square Mean and Variance Adjusted (WLSMV), debido a la naturaleza categórica de las variables (Verdam et al., 2016), el modelo de medida incluye las relaciones de los ítems con cada uno de sus constructos y se reportan las relaciones entre las variables latentes. El ajuste del modelo estructural se exploró mediante la razón *chi* cuadrado entre los grados de libertad (χ^2/gf) con valores esperados menores a 3, Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA) y Standardized Root Mean Square Residual (SRMR), en ambos casos se esperan valores por debajo a .08 (Bentler & Bonnet, 1980). También se reportó el Comparative Fit Index (CFI) de Jöreskog y Sörbom (1986), cuyos valores aceptables se encontraban por encima de .95 (Bentler, 1992; Hair et al., 2010), al igual que el Índice de Tucker-Lewis (TLI) (Kline, 2015).

Resultados

Análisis descriptivo

En la Tabla 1 se exponen las medidas descriptivas que dan cuenta de la tendencia de los promedios hacia los puntajes máximos. No obstante, en el caso de bienestar espiritual se obtiene un coeficiente de variación igual a 21.6 % lo que sugiere homogeneidad en los puntajes. Respecto al perdón, esta alcanza un coeficiente de variación igual a 19.9 % que corresponde a la misma categoría. En el caso de la gratitud, la variación es igual a 14.1 %, lo que significa que sus datos son muy homogéneos, al igual que los puntajes de resiliencia, que obtuvo un coeficiente igual 17.4 %. En lo referente a los coeficientes de asimetría y curtosis se pueden observar asimetrías con tendencia negativa en todos los casos. En relación con la curtosis los valores sugieren tendencias predominantemente leptocúrticas.

Tabla 1
Medidas descriptivas de las variables de estudio

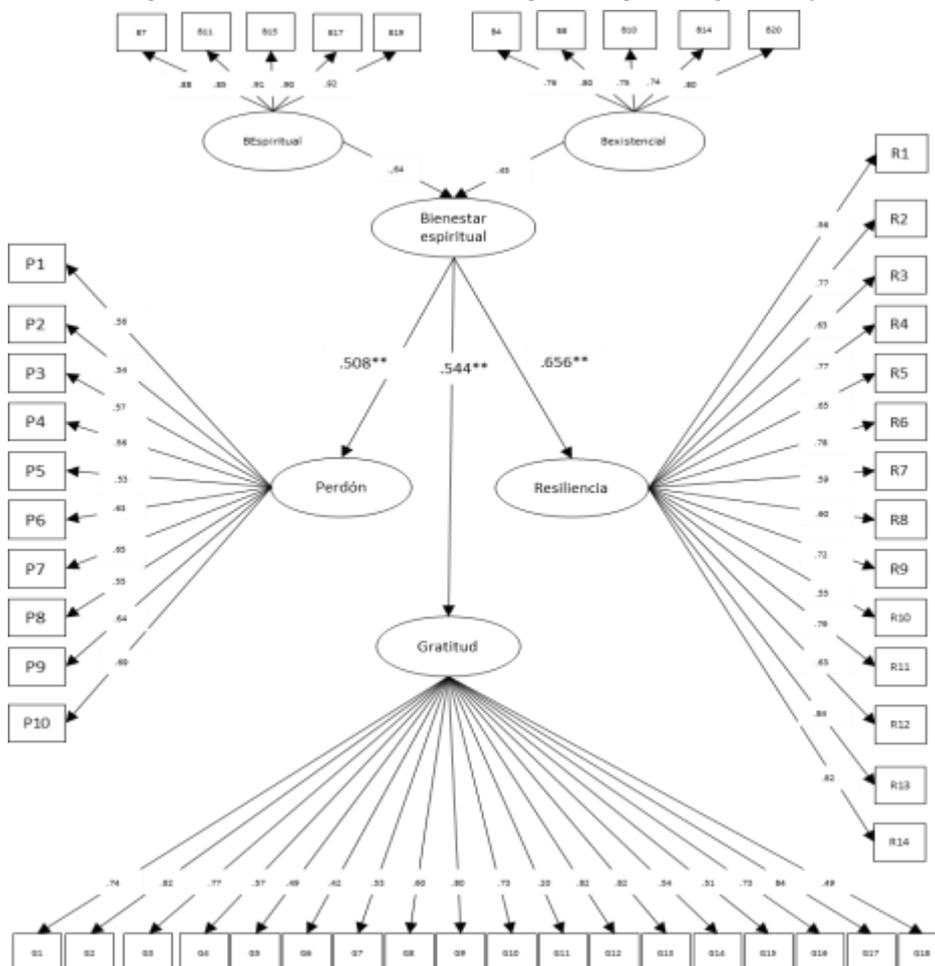
| | Min | Max | M | DE | g ₁ | g ₂ |
|-----------------------|-----|-----|--------|--------|----------------|----------------|
| Bienestar espiritual | 10 | 60 | 44.199 | 9.551 | -0.241 | -0.130 |
| Bienestar religioso | 5 | 30 | 21.094 | 6.517 | -0.629 | 0.145 |
| Bienestar existencial | 5 | 30 | 23.104 | 4.402 | -0.341 | 0.384 |
| Disposición al perdón | 10 | 50 | 34.245 | 6.832 | -0.103 | -0.040 |
| Gratitud | 20 | 90 | 73.004 | 10.289 | -1.249 | 3.164 |
| Resiliencia | 14 | 98 | 74.078 | 12.899 | -0.569 | 1.122 |

Nota. Min: puntaje mínimo; Max: puntaje máximo; M: media; DE: desviación estándar; g₁: coeficiente de asimetría; g₂: coeficiente de curtosis.

Modelamiento de ecuaciones estructurales

El modelo se estimó con el método DWLS, para constatar su pertinencia se revisaron los siguientes índices de ajuste: CFI = .966, TLI = .964, RMSEA = .079 [.078-.081], SRMR = .070, todos ellos con valores adecuados. El análisis de los modelos de medida para cada uno de los instrumentos resultó adecuado con cargas factoriales por encima de .40 en todos los casos, con excepción del ítem 11 de la Escala de Gratitud. En lo que refiere a la relación entre las variables se puede observar que el bienestar espiritual tiene efectos directos sobre el perdón, la gratitud y la resiliencia (Figura 1). Asimismo, la covarianza entre perdón y gratitud fue .090 ($p > .05$), mientras que la covarianza entre perdón y resiliencia fue .236 ($p < .01$) y la covarianza entre gratitud y resiliencia fue igual a .122 ($p < .01$).

Figura 1
Modelo SEM para la relación entre bienestar espiritual, perdón, gratitud y resiliencia



Discusión

El propósito del presente estudio fue identificar en qué medida el bienestar espiritual explica el perdón, la gratitud y la resiliencia en una muestra de estudiantes universitarios de Lima. Los resultados dan cuenta del cumplimiento de estas relaciones, se ha encontrado que el bienestar espiritual tiene efectos directos, estadísticamente significativos y de una magnitud moderada sobre el perdón, la gratitud y la resiliencia. Al respecto, el análisis de las medidas descriptivas da cuenta de promedios con tendencia hacia los puntajes máximos, lo que sugiere una fuerte presencia del bienestar espiritual, disposición al perdón, la gratitud y la resiliencia. Al verificarse la homogeneidad de los datos, se entiende que las variaciones de estos puntajes no son importantes más allá de las diferentes características sociodemográficas que caracterizan a la muestra. En tal sentido, esta tendencia de los jóvenes de presentar orientaciones positivas hacia atributos psicológicos positivos es similar a lo reportado por Razaghpour et al. (2021), Baykal (2020) y Duran et al. (2020). Lo cual es importante para la calidad de vida de los universitarios, ya que se ha identificado que el componente espiritual es altamente valorado por ellos (Grimaldo et al., 2020; López-Sánchez et al., 2023).

Los resultados concuerdan con los hallazgos de Vitz (2018) al señalar que los factores que contribuyen a la disposición para perdonar y reconstruir las relaciones sociales e interpersonales que han sido deterioradas por las transgresiones se asocian con la búsqueda de paz interior y mayor conciencia de humildad compartida, ambos elementos propios del bienestar espiritual (Ellison, 1983). En esa misma línea, Zhuang y Qiao (2018) encontraron que el perdón se construye desde un marco de valores y principios que fomentan la comprensión, la empatía y la aceptación; los cuales corresponderían a la dimensión de bienestar existencial, dentro del bienestar espiritual, relacionada con el significado y el propósito en la vida (Paloutzian & Ellison, 1979).

Los hallazgos del presente estudio indicarían que los procesos dinámicos que involucran dominios cognitivos, funcionales y emocionales del bienestar espiritual afectan positivamente tanto la disposición interna como las interacciones sociales de una persona (Chou et al., 2016), elementos esenciales para el perdón desde la postura prosocial de la que hablan Bartholomaeus y Strelan (2016), siendo una ruta importante para contribuir en la armonía, la restauración y el relacionamiento con los demás, también mencionadas en los estudios de Rey y Extremera (2016) y de Enright y Fitzgibbons (2015). Además de constituirse en la base de cambios cognitivos y afectivos positivos donde se estructura el perdón, posterior a la experiencia de haber vivido alguna pérdida significativa o transgresión (Thompson et al., 2005).

En estudios previos se ha encontrado que el perdón requiere de regulación emocional para hacer frente al conflicto, y emplear la capacidad de empatizar con las perspectivas de los demás y el reconocimiento de que las personas son integraciones complejas de lo positivo y lo negativo (Lawler-Row & Piferi, 2006). De acuerdo a ello, el bienestar espiritual provee al ser humano de actitudes positivas, sentido de satisfacción, disfrute y armonía que favorecen la regulación emocional y las actitudes favorables a la interacción social (Ataei & Chorami, 2021; Yoo, 2023). Así, el bienestar espiritual favorece y promueve la generación de aspectos positivos, como el optimismo, la autoeficacia, la capacidad social y el apoyo emocional, que benefician el proceso de perdón evidenciados en el presente estudio.

En relación con los efectos del bienestar espiritual sobre la gratitud, los hallazgos coinciden con el estudio de Khairul et al. (2022), quienes señalan que el bienestar espiritual es uno de los principales factores que influye en la gratitud, aquella forma de emoción o sentimiento que posteriormente llega a configurarse en una actitud. Asimismo, se encuentra similitud con los reportes de Chopik et al. (2019) al precisar que aquel conjunto de afectos y emociones positivas se estructuran sobre la base de procesos vinculados con el sentido y propósito en la vida y lo relacionado con lo divino; los cuales corresponderían a las dimensiones existencial y religioso del bienestar espiritual (Paloutzian & Ellison, 1979).

Diversos estudios como los de Leung y Pong (2021) y Manala (2018) señalan que la gratitud implica reconocer los beneficios de la vida y apreciar lo positivo, lo que genera afectos y emociones positivas, que se corresponde en gran medida con el propósito de vida que compone el bienestar espiritual. Por otro lado, el sentido de vida le otorga al individuo la posibilidad de afrontar situaciones difíciles que concluyen en una sensación de gratitud (Emmons, 2013). Ya en estudios previos se había

encontrado que la dimensión de bienestar religioso se asocia a personas con altos niveles de gratitud con orientaciones más religiosas y sensibles espiritualmente (McCullough et al., 2002).

Coincidiendo con Eksi et al. (2019), el bienestar espiritual fomenta el crecimiento en el amor, el disfrute por la vida y la paz a través de la búsqueda de una vida satisfactoria y la contribución a los demás para ayudarlos a mejorar su propia salud espiritual, lo que constituye la base de la generación de la gratitud y la asignación de valor a la acción de ayuda recibida (Alarcón, 2014), con implicancias en la generación del bienestar comunitario y la vinculación con otros (Algoe et al., 2010; Lambert et al., 2010).

Por otro lado, los hallazgos del presente estudio muestran un efecto positivo y directo en la resiliencia. Similares resultados se hallaron en los estudios de Razaghpour et al. (2021), Baykal (2020) y Duran et al. (2020), quienes precisan que el bienestar espiritual brinda a la persona pilares como conexión, sentido y propósito de vida, que a su vez generan esperanza, sentido de pertenencia y adaptación, todos ellos elementos básicos para la estructura de la resiliencia. Un sentido de bienestar espiritual sólido ayuda a las personas a enfrentar la adversidad de manera más efectiva, brindándoles estrategias para sobrellevar y superar los desafíos que enfrentan (Turner, 2014).

Otros estudios han reportado que un mayor nivel de bienestar espiritual favorece el desarrollo de la resiliencia facilitando la generación de recursos para enfrentar la adversidad y como respuesta a adaptarse y recuperarse rápidamente (Eksi et al., 2019). Además, entre los mejores predictores de una mayor resiliencia se encuentra tener un propósito de vida, sensación de bienestar sobre el futuro y la capacidad de apreciar la vida (Noer, 2023).

El presente estudio se suma a la literatura actual demostrando la influencia del bienestar espiritual en el perdón, la gratitud y la resiliencia, con evidencias basadas en la conceptualización y práctica. Estos hallazgos tienen implicaciones en el campo de las ciencias sociales y de la salud para elevar los niveles de bienestar espiritual, gratitud, perdón y resiliencia, y constructos relacionados, más aún como señalan Córdova Flores et al. (2023) en contextos universitarios que se caracterizan por no promoverlos.

En educación, su importancia radica en que en la medida en que se aprovechen las potencialidades y se enfatizan en este tipo de constructos se podrá alcanzar un mayor crecimiento personal y académico lo que contribuye a un bienestar integral (Córdova Flores et al., 2023), tarea en la que interviene la familia, las instituciones educativas y el entorno social (Rodríguez Ugalde, 2023). Los profesionales de la salud y los responsables de políticas pueden utilizar estos hallazgos para objetivos de medición, prevención y fortalecimiento que impacten en la salud mental, al generar espacios de intervención y sensibilización que propicien el desarrollo integral de los estudiantes y de las personas en general.

No obstante, el desarrollo de este estudio presenta algunas limitaciones. El hecho de que se trate de una muestra intencional no permite la generalización de los hallazgos (Reales Chacón et al., 2022; Otzen & Manterola, 2017), unido además a que solo son universitarios de Lima. Existe una significativa confusión a nivel epistemológico en el abordaje del bienestar espiritual, el cual a pesar de suscitar un alto interés en la comunidad científica se suele confundir con términos como espiritualidad, salud espiritual, religiosidad, entre otros; por lo que urge una mayor rigurosidad al plantear estos constructos en la literatura científica. La misma naturaleza de los instrumentos al ser autoinformes genera una carga de subjetividad en las respuestas, debido a la posible deseabilidad social (Louzán Mariño, 2020; Navarro-González et al., 2016).

Próximos estudios son cruciales para explorar diversos contextos socioculturales en diferentes ciudades y regiones, mediante el uso de diseños longitudinales o experimentales y medidas tanto cuantitativas como cualitativas. Resulta esencial realizar más investigaciones para explorar la influencia del bienestar espiritual en diversas poblaciones, que tomen en consideración variables sociodemográficas como el sexo, la adscripción religiosa, el grado de instrucción, el estado civil, entre otros.

Referencias

- Ahern, N. R. (2006). Adolescent resilience: an evolutionary concept analysis. *Journal of Pediatric Nursing*, 21, 175-185. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2005.07.009>
- Alarcón, R. (2014). Construcción y valores psicométricos de una Escala para medir la Gratitud. *Acta de Investigación Psicológica*, 4(2), 1520-1534.

- Algoe, S. B., Gable, S. L., & Maisel, N. C. (2010). It's the little things: everyday gratitude as a booster shot for romantic relationships. *Personal Relationships, 17*(2), 217-233. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2010.01273.x>
- American Educational Research Association, American Psychological Association & National Council on Measurement in Education. (2018). *Standards for Educational and Psychological Testing*. American Educational Research Association.
- Ataei, Z., & Chorami, M. (2021). Predicting academic emotions based on spiritual well-being and life satisfaction in students of shahrekord girls' technical and vocational school. *Propósitos y Representaciones, 9*, 1-13. <https://doi.org/10.20511/pyr2021.v9nSPE3.1250>
- Ato García, M., & Vallejo Seco, G. (2015). *Diseños de investigación en Psicología*. Pirámide.
- Bagereka, P, Ameli, R, Sinaii, N, Vocci, M. C., & Berger, A. (2023). Psychosocial-spiritual well-being is related to resilience and mindfulness in patients with severe and/or life-limiting medical illness. *BMC Palliative Care, 22*(1), 133. <https://doi.org/10.1186/s12904-023-01258-6>
- Bartholomaeus, J., & Strelan, P. (2016). Just world beliefs and forgiveness: The mediating role of implicit theories of relationships, *Personality and Individual Differences, 96*, 106-110. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.02.081>
- Baykal, E. (2020). Boosting resilience through spiritual well-being: COVID-19 example. *Bussecon Review of Social Sciences, 2*(4), 18-25. <https://doi.org/10.36096/brss.v2i4.224>
- Bentler, P. M. (1992). On the fit of models to covariances and methodology to the Bulletin. *Psychological Bulletin, 101*, 400-404. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.112.3.400>
- Bentler, P. M., & Bonett, D. G. (1980). Significance tests and goodness of fit in the analysis of covariance structures. *Psychological Bulletin, 88*(3), 588-606. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.88.3.588>
- Berry, J. W., Worthington, E. L., O'Connor, L. E., Parrot, L., & Wade, N. G. (2005). Forgiveness, vengeful rumination and affective traits. *Journal of Personality, 73*(1), 183-226. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2004.00308.x>
- Büssing, A., Recchia, D. R., & Dienberg, T. (2018). Attitudes and behaviors related to Franciscan-inspired spirituality and their associations with compassion and altruism in Franciscan brothers and sisters. *Religions, 9*(10), 324. <https://doi.org/10.3390/rel9100324>
- Chopik, W. J., Newton, N. J., Ryan, L. H., Kashdan, T. B., & Jarden, A. J. (2019). Gratitude across the life span: age differences and links to subjective well-being. *The Journal of Positive Psychology, 14*(3), 292-302. <https://doi.org/10.1080/17439760.2017.1414296>
- Chou, M. J., Tsai, S. S., Hsu, H. M., & Ho-Tang, W. (2016). Research on correlation between the life attitude and wellbeing-with spiritual health as the mediator. *European Journal of Social Sciences, 4*, 76-88.
- Cohen, J. (1992). Una imprimación poderosa. *Boletín Psicológico, 112*(1), 155-159. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.112.1.155>
- Colegio de Psicólogos del Perú. (2017). *Código de Ética y Deontología*.
- Córdova Flores, E. C., Vilela Ordinola, E. A., Salazar Avalos, M. M., Salazar Llerena, S. L., & Márquez Tirado, V. S. D. (2023). La Psicología positiva y la autoconfianza o autoconcepto de los estudiantes universitarios: Revisión sistemática de la literatura. *Revista de la Universidad del Zulia, 40*, 440-464. <https://doi.org/10.46925//rdluz.40.25>
- Dadfar, M., Lester, D., Turan, Y., Beshai, J. A., & Human-Friedrich U. (2021) Religious spiritual well-being: results from Muslim Iranian clinical and non-clinical samples by age, sex and group. *Journal of Religion, Spirituality & Aging, 33*(1), 16-37. <https://doi.org/10.1080/15528030.2020.1818161>
- Darvishi, A., Otaghi, M., & Mami, S. (2020). The effectiveness of spiritual therapy on spiritual well-being, self-esteem and self-efficacy in patients on hemodialysis. *Journal of Religion and Health, 59*, 277-288. <https://doi.org/10.1007/s10943-018-00750-1>
- Diener, E., Lucas, R. E., & Oishi, S. (2018). Advances and open questions in the science of subjective well-being. *Collabra: Psychology, 4*(1). <https://doi.org/10.1525/collabra.115>
- Duran, S., Avci, D., & Esim, F. (2020). Association between spiritual well-being and resilience among Turkish hemodialysis patients. *Journal of Religion and Health, 59*, 3097-3109. <https://doi.org/10.1007/s10943-020-01000-z>

- Eksi, H., Boyali, C., & Ummet, D. (2019). Predictive role of spiritual well-being and meaning in life on psychological hardiness levels of teacher candidates: A testing structural equation modelling (SEM). *Kastamonu Education Journal*, 27(4), 1695. <https://doi.org/10.24106/kefdergi.3256>
- Ellison, C. W. (1983). Spiritual well-being: conceptualization and measurement. *Journal of Psychology and Theology*, 11(4), 330-340. <https://doi.org/10.1177/009164718301100406>
- Elosua, P. (2021). Aplicación remota de test: riesgos y recomendaciones. *Papeles del Psicólogo*, 42(1), 33-37. <https://doi.org/10.23923/pap.psicol2021.2952>
- Emmons, R. A. (2013). How gratitude can help you through hard times. *Greater Good Science Center*, 13.
- Emmons, R. A., & Kneezel, T. T. (2005). Giving thanks: spiritual and religious correlates of gratitude. *Journal of Psychology and Christianity*, 24, 140-148.
- Enright, R. D., & Fitzgibbons, R. P. (2015). *Forgiveness therapy: an empirical guide for resolving anger and restoring hope*. American Psychological Association.
- García-Martín, M. B., & Calero-García, M. D. (2019). *ESCI: Solución de conflictos interpersonales: Cuestionario y programa de intervención*. Manual Moderno.
- Grant, A. M., & Gino, F. (2010). A little thanks goes a long way: explaining why gratitude expressions motivate prosocial behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 98(6), 946-955. <https://doi.org/10.1037/a0017935>
- Grimaldo, M. P., Correa Rojas, J. D., Jara Sánchez, D., Cirilo Acero, I. B., & Aguirre Morales, M. T. (2020). Propiedades psicométricas de la Escala de Calidad de vida de Olson y Barnes en estudiantes limeños (ECVOB). *Health and Addictions/Salud Y Drogas*, 20(2), 145-156. <https://doi.org/10.21134/haaj.v20i2.545>
- Hair, J., Anderson, R., Tatham, R., & Black, W. (2010). *Análisis multivariante*. Pearson.
- Iodice, J.A., Malouff, J.M., & Schutte, N.S. (2021). The association between gratitude and depression: a meta-analysis. *International Journal of Depression and Anxiety* 4(1), 1-12. <https://doi.org/10.23937/2643-4059/1710024>
- Jans-Beken, L. (2019). *Een zoektocht naar dankbaarheid*. Uitgeverij JansBeken.
- Jin, Y., Dewaele, J., & MacIntyre, P. D. (2021). Reducing anxiety in the foreign language classroom: A positive psychology approach, *System*, 101, 1-14. <https://doi.org/10.1016/j.system.2021.102604>
- Jöreskog, K. G., & Sörbom, D. (1986). *Lisrel VI: Analysis of Linear Structural Relationships by Maximum Likelihood and Least Square Methods*. Scientific Software, Inc.
- Kamya, H. A. (2000). Hardiness and spiritual well-being among social work students: Implications for social work education. *Journal of Social Work Education*, 36(2), 231-240. <https://doi.org/10.1080/10437797.2000.10779004>
- Khairul, H., Nurmalasari, E., Annisa, O., Hidayat, T., Fitriyani, N., & Pernanda, S. (2022). The influenced factors of gratitude: a systematic review. *Proceeding of International Conference on Islamic Guidance and Counseling*, 2, 9-16.
- Khamida, Y. A., Fitryasari, R., Hasina, S. N., & Putri, R. A. T. (2023). The relationship of spiritual well-being with subjective well-being students in Islamic boarding school. *Malaysian Journal of Medicine & Health Sciences*, 19, 93-98.
- Kline, R. (2015). *Principles and Practice of Structural Equation Modeling* (4^a ed.). The Guilford Press.
- Lambert, N. M., Clark, M. S., Durtschi, J., Fincham, F. D., & Graham, S. M. (2010). Benefits of expressing gratitude: Expressing gratitude to a partner changes one's view of the relationship. *Psychological Science*, 21(4), 574-580. <https://doi.org/10.1177/0956797610364003>
- Lawler-Row, K. A., & Piferi, R. L. (2006). The forgiving personality: describing a life well lived? *Personality and Individual Differences*, 41(6), 1009-1020. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2006.04.007>
- Leung, C. H., & Pong, H. K. (2021). Cross-sectional study of the relationship between the spiritual wellbeing and psychological health among university Students, *Plos One*, 16(4). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0249702>
- López, S. J., & Snyder, C. R. (2009). *The Oxford Handbook of Positive Psychology*. Oxford University Press.

- López, S. J., Snyder, C. R., & Rasmussen, H. N. (2003). Striking a vital balance: Developing a complementary focus on human weakness and strength through positive psychological assessment. En S. J. Lopez & C. R. Snyder (Eds.). *Positive psychological assessment: A handbook of models and measures* (pp. 3-20). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10612-001>
- López-Sánchez, O., Cortijo-Palacios, X., Sandoval-Guzmán, P. E., González-Carrada, E., & Robles-Mendoza, A. L. (2023). Socio-emotional processes during the COVID 19 pandemic in graduate students. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria [Digital Journal of University Teaching Research]*, 17(1), e1689. <https://doi.org/10.19083/ridu.2023.1689>
- Los Arcos, A. (2019). *Amabilidad y perdón: El papel mediador de la condicionalidad del perdón*. [Tesis de Maestría, Universidad Pontificia Comillas]. Repositorio Comillas: <https://repositorio.comillas.edu/xmlui/handle/11531/52889>
- Louzán Mariño, R. (2020). Mejorar la calidad de las evaluaciones de riesgos psicosociales mediante el control de sesgos. *Archivos de Prevención de Riesgos Laborales*, 23(1), 68-81. <https://doi.org/10.12961/abril.2020.23.01.06>
- Manala, M. J. (2018). Gratitude as a Christian lifestyle: an Afro-reformed theological perspective. *HTS Theologese Studies / Theological Studies*, 74(4). <https://doi.org/10.4102/hts.v74i4.5117>
- Masten, A. S., Lucke, C. M., Nelson, K. M., & Stallworthy, I. C. (2021). Resilience in development and psychopathology: multisystem perspectives. *Annual Review of Clinical Psychology*, 17, 521-549. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-081219-120307>
- McCullough, M. F., Emmons, R. R., & Tsang, J. A. (2002). The grateful disposition: a conceptual and empirical topography. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(1), 112-127. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.82.1.112>
- Moyano, N. (2010). Gratitude en la Psicología Positiva. *Psicodebate*, 10, 103-118. <https://doi.org/10.18682/pd.v10i0.391>
- Navarro-González, D., Lorenzo-Seva, U., & Vigil-Colet, A. (2016). How response bias affects the factorial structure of personality self-reports. *Psicothema*, 28 (4), 465-470. <https://doi.org/10.7334/psicothema2016.113>
- Noer, M. (2023). Spiritual well-being and mental health illness among students during the COVID-19 pandemic: Evidence from Indonesia. *Scholarship of Teaching and Learning in the South*, 7(2), 63-83. <https://doi.org/10.36615/sotls.v7i2.271>
- Otzen, T., & Manterola C. (2017). Técnicas de muestreo sobre una población a estudio. *International Journal of Morphology*, 35(1), 227-232. <https://doi.org/10.4067/s0717-95022017000100037>
- Paloutzian, R. F., & Ellison C. W. (1979). Religious commitment, loneliness, and quality of life. *CAPS Bulletin*, 5(3).
- Paloutzian, R. F., & Ellison, C. W. (1982). Loneliness, spiritual well-being and the quality of life. En L. A. Peplau, & D. Perlman (Eds.), *Loneliness: A Sourcebook of Current Theory, Research and Therapy* (pp. 224-236). John Wiley & Sons.
- Ponce-Peñaloza, A. P., Calcina-Cuevas, S. C., Martínez-García, A. J., & Vilca-Miranda, A. (2023). Resiliencia de estudiantes universitarios postpandemia de la COVID-19. *Polo del Conocimiento*, 8(3), 2145-2154. <https://doi.org/10.23857/pc.v8i3>
- Pong, H. K. (2018). Contributions of religious beliefs on the development of university students' spiritual well-being. *International Journal of Children's Spirituality*, 23(4), 429-455. <https://doi.org/10.1080/1364436X.2018.1502164>
- Portocarrero, F. F., Gonzalez, K., & Ekema-Agbaw, M. (2020). A meta-analytic review of the relationship between dispositional gratitude and well-being. *Personality and Individual Differences*, 164. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110101>
- Razaghpour, A., Rafiei, H., Taqavi, F., & Hashemi, M. (2021). Resilience and its relationship with spiritual wellbeing among patients with heart failure. *British Journal of Cardiac Nursing*, 16(2), 1-8. <https://doi.org/10.12968/bjca.2020.0109>
- Reales Chacón, L. J., Robalino Morales, G. E., Peñafiel Luna, A. C., Cárdenas Medina, J. H., Cantuña-Vallejo, P. F., (2022). El Muestreo intencional no probabilístico como herramienta de la investigación científica en carreras de Ciencias de la Salud. *Revista Universidad y Sociedad*, 14(S5), 681-691.

- Rey, L., & Extremera, N. (2016). Agreeableness and interpersonal forgiveness in young adults: the moderating role of gender. *Terapia Psicológica*, 34(2), 103-110. <https://doi.org/10.4067/S0718-48082016000200003>
- Reyes-Díaz, J. I., Arizmendi-Cotero, D., Velázquez-Garduño, G., & Rivera-Ramírez, F. (2023). Compromiso y resiliencia en estudiantes universitarios postpandemia de COVID-19. *Revista de Investigación Educativa RedCA*, 6(17), 48-69.
- Rodríguez Ugalde, E. (2023). Estrategias de resiliencia en ambientes familiares y educativas durante la pandemia. *Revista ConCiencia EPG*, 8(Especial), 23-35. <https://doi.org/10.32654/ConCiencia/eds.especial-2>
- Rosseel, Y., Oberski, D., Byrnes, J., Vanbrabant, L., Savalei, V., Merkle, E., & Jorgensen, T. D. (2018). *Package 'lavaan' 0.6-3*. <https://cran.rproject.org/web/packages/lavaan/lavaan.pdf>
- Salgado-Lévano, C., Correa-Rojas, J., & Mori-Sánchez, M. (en prensa). Psychometric evidence of the Spiritual Well-being Scale in university students from Lima.
- Sánchez-Teruel, D., & Robles-Bello, M. A. (2015). Escala de Resiliencia 14 ítems (RS-14): Propiedades Psicométricas de la versión en español. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación - e Avaliação Psicológica*, 2(40), 103-113.
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5-14. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.5>
- Senmar, M., Hasannia, E., Moeinoddin, A., Lotfi, S., Hamed, F., Habibi, M., Noorian, S., & Rafiei, H. (2020). Psychosocial Adjustment to Illness and Its Relationship with Spiritual Wellbeing in Iranian Cancer Patients. *International Journal of Chronic Diseases*, 5742569. <https://doi.org/10.1155/2020/5742569>
- Seperak-Viera, R., Torres-Villalobos, G., Gravini-Donado, M., & Domínguez-Lara, S. A. (2023). Invarianza factorial de dos versiones breves de la Escala de Resiliencia de Connor-Davidson (cd-risc) en estudiantes universitarios de Arequipa. *Acta Colombiana de Psicología*, 26(1), 95-112. <https://doi.org/10.14718/ACP.2023.26.1.7>
- Shoshani, A., & Shwartz, L. (2018). From character strengths to children's well-being: development and validation of the Character Strengths Inventory for Elementary School Children. *Frontiers in Psychology*, 9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02123>
- Silva Chanta, S. T., Camacho Huapaya, R. M., & Casas Miranda, R. J. M. (2023). El perdón en la convivencia escolar. *Horizontes. Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 7(30), 1863-1876. <https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v7i30.635>
- Snyder, C. R., & Lopez, S. J. (Eds.). (2002). *The Oxford Handbook of Positive Psychology*. Oxford University Press.
- Snyder, C. R., Lopez, S. J., Edwards, L. M., & Marques, S. C. (Eds.) (2016). *The Oxford Handbook of Positive Psychology* (3^a ed.). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780199396511.001.0001>
- Surzykiewicz, J., Konaszewski, K., & Wagnild, G. (2019). Polish version of the Resilience Scale (RS-14): a validity and reliability study in three samples. *Frontiers in Psychology*, 9, 2762. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02762>
- Thompson L. Y., Snyder, C. R., Hoffman, L., Michael, S. T., Rasmussen, H. N., Billings, L. S., Heinze, L., Neufeld, J. E., Shorey, H. S., Roberts, J. C., & Roberts, D. E. (2005). Dispositional forgiveness of self, others, and situations. *Journal of Personality*, 73(2), 313-59. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2005.00311.x>
- Tudder, A., Buettner, K., & Brelsford, G. M. (2017). Spiritual well-being and gratitude: The role of positive affect and affect intensity. *Journal of Psychology and Christianity*, 36(2), 121.
- Turner, S. (2014). The resilient nurse: an emerging concept. *Nurse Leader*, 12(6), 71-90. <https://doi.org/10.1016/j.mnl.2014.03.013>
- Ventura-León, J., Caycho-Rodríguez, T., & Barboza-Palomino, M. (2018). Análisis psicométrico preliminar de una medida de gratitud en estudiantes universitarios de Lima. *Revista de Psicología*, 8(2), 13-31.
- Verdam, M. G., Oort, F. J., & Sprangers, M. A. (2016). Using structural equation modeling to detect response shifts and true change in discrete variables: an application to the items of the SF-36. *Quality of life research: an international Journal of quality of life aspects of treatment, care and rehabilitation*, 25(6), 1361-1383. <https://doi.org/10.1007/s11136-015-1195-0>

- Vitz, P. C. (2018). Addressing moderate interpersonal hatred before addressing forgiveness in psychotherapy and counseling: a proposed model. *Journal of Religion and Health, 57*, 725-737. <https://doi.org/10.1007/s10943-018-0574-6>
- Wagnild, G. (2009). A review of the resilience scale. *Journal of Nursing Measurement, 17*, 105-113. <https://doi.org/10.1891/1061-3749.17.2.105>
- Wagnild, G. M., & Young, H. M. (1993). Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement, 1*, 165-178.
- Wood, A. M., Froh, J. J., & Geraghty, A. W. A. (2010). Gratitude and well-being: A review and theoretical integration. *Clinical Psychology Review, 30*, 890-905. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.03.005>
- Yoo, J. (2023). The influence of spiritual well-being on depression among protestant college seminarians in Korea with a focus on the mediating effect of self-esteem. *Journal of Psychology and Theology, 51*(1), 122-137. <https://doi.org/10.1177/0091647122111860>
- Yoo, J., You, S., & Lee, J. (2022). Relationship between neuroticism, spiritual well-being, and subjective well-being in Korean university students. *Religions, 13*(6), 505. <https://doi.org/10.3390/rel13060505>
- Zafari, M., Sadeghipour Roudsari, M., Yarmohammadi, S., Jahangirimehr, A., & Marashi, T. (2023). Investigating the relationship between spiritual well-being, resilience, and depression: a cross-sectional study of the elderly. *Psychogeriatrics, 23*(3), 442-449. <https://doi.org/10.1111/psyg.12952>
- Zhuang, Z. Y., & Qiao, W. (2018). A study on college students' psychology of revenge and interpersonal forgiveness and the relationship with health education, *EURASIA Journal of Mathematics, Science and Technology Education, 14*(6), 2487-2492. <https://doi.org/10.29333/ejmste/89517>
-

Contribución de los autores (Taxonomía CRediT): 1. Conceptualización; 2. Curación de datos; 3. Análisis formal; 4. Adquisición de fondos; 5. Investigación; 6. Metodología; 7. Administración de proyecto; 8. Recursos; 9. Software; 10. Supervisión; 11. Validación; 12. Visualización; 13. Redacción: borrador original; 14. Redacción: revisión y edición.

C. S. L. ha contribuido en 1, 3, 5, 7, 8, 10, 11, 13, 14; M. G. en 1, 3, 5, 8, 13, 14; J. C. R. en 2, 9, 11, 12, 13, 14; M. M. en 1, 3, 13, 14; P. R. P. en 1, 3, 13, 14.

Editora científica responsable: Dra. Cecilia Cracco.