



UNIVERSIDAD
DE GRANADA

CULTURA, PERSONALIDAD, Y ORIENTACIÓN EDUCATIVA: ASPECTOS TEÓRICOS Y APLICADOS EN RELACIÓN AL BIENESTAR Y LA CALIDAD DE VIDA

LUIS ALBERTO BERNAL S.



Tesis Doctoral

Programa de Doctorado en Ciencias de la Educación
Universidad de Granada

Director

Antonio Muñoz García

Dpto. de Psicología Evolutiva y de la Educación
Universidad de Granada

2024

Editor: Universidad de Granada. Tesis Docctorales
Autor: Luis Alberto Bernal Sarmiento
ISBN: 978-84-1195-525-6
URI: <https://hdl.handle.net/10481/96809>

Dedicatoria

A mis padres, cuyo amor incondicional y cuidado constante han sido los pilares fundamentales en mi existencia.

A mis queridos hermanos y sobrinos, quienes me han brindado un apoyo inquebrantable a lo largo del camino.

Al mundo académico y a la comunidad de investigación, cuya dedicación y búsqueda incansable de conocimiento han sido una inspiración constante.

Dedico este manuscrito a la ciudad de Cuenca, mi lugar de origen, donde fui acunado por ríos y abrazado por montañas, enriqueciendo así mi experiencia vital. Igualmente, a la ciudad de Granada, donde redescubrí la espiritualidad genuina, un encuentro que dejó una huella profunda en mi ser.

Agradecimientos

Agradezco sinceramente el acompañamiento de mi supervisor, el doctor Antonio Muñoz García, por compartir su invaluable experiencia conmigo y por creer en mi capacidad.

Expreso mi gratitud a todas las instituciones educativas que facilitaron la realización de esta investigación; su confianza fue fundamental para llevar a cabo este estudio.

Asimismo, reconozco y agradezco el respaldo continuo de la Universidad de Cuenca en el proceso de gestación y desarrollo de esta tesis.

Poema:

Travesía del Ser

¡Cuida de mí, no me abandones!

Soy el sépalo disecado
que soñaba ser la quinta perfecta
extendiéndose
en el no espacio
y sintiéndome símbolo musical
soñaba que era una palabra
sin sonido, sin ubicación
sin abajo y sin arriba,
sólo una palabra: OM,
sólo una inhalación profunda
seguida de una exhalación audible.

Y cuando olvidé que sólo
era una palabra
sin sonido, sin suspiro
fui encapsulado en otro sueño.

En él fui el cóndor lisérgico
cuya envergadura acurrucaba:

las lágrimas saladas de los Andes,
los andenes en los cuales se cultivan
globos efervescentes que expiran
cuando en ellos se desvanece la ilusión.

¡Cuida de mí, no me abandones!
Ni aún en la noche oscura del alma.

En callejones de una comarca
división de haz de luz
brotaron mis células, esparciéndose
por la urbe decodificaron
miles de bandas electrónicas invisibles
en todas ellas estabas tú,
más allá de la síntesis
del yin y del yang
más allá del dolor
y del sufrimiento metafísico.

Más allá de la convulsión
de los espíritus abatidos
que se lanzan a lo incierto
para llegar a tu seno,

para besar tu intimidad
y dejar caer el humor vítreo
en el subsótano de tu habitad.

¡También, estabas tan cerca!
En la oquedad del árbol
cosmos de insectos diminutos;
en la cabaña del prado que se inclina
por las interacciones del kriptón
y del xenón.

Estabas en todos mis sueños,
en todas mis odiseas, ¡eras yo!

Estabas en todas las estaciones frías,
palpando mi mejilla con
tu entalpía negativa.

Estabas en todas las estaciones
de las flores
extraviadas en el horizonte del ocaso.

Estabas al finalizar todas
las tardes de estío
en las bandadas del Mediterráneo
desfiles de ondas de paz
gliderando sobre más ondas
de paz absoluta
indistinguibles unas de otras.

¡Cuida de mí, no me abandones!

¡Cuándo despertaré!

Luis A. Bernal Sarmiento.

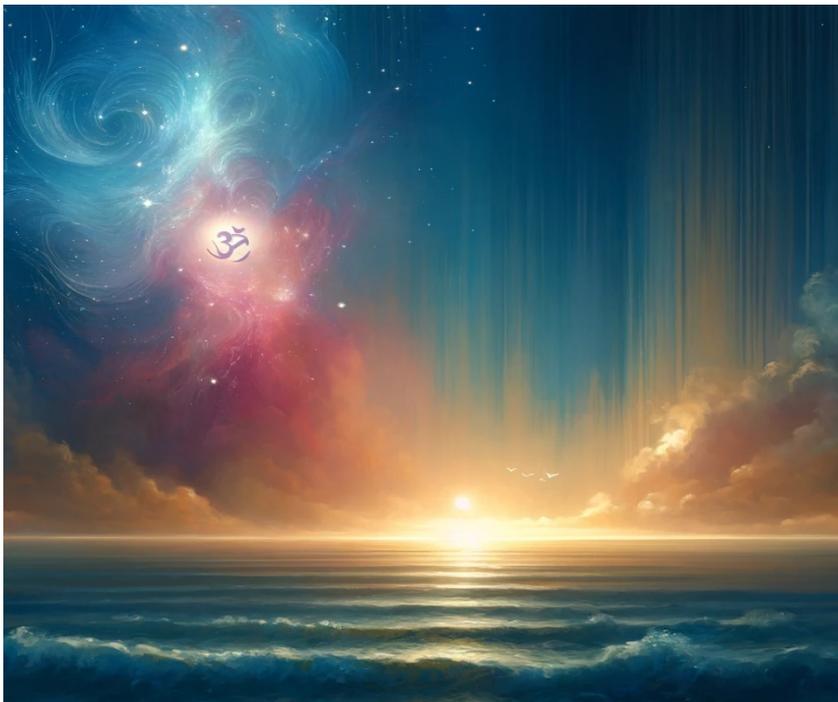
Imágenes poéticas de la Travesía del Ser¹



¹ Imágenes generadas por IA utilizando ChatGPT-4 de OpenAI, basadas en texto poético original de Luis Alberto Bernal Sarmiento (2023).







CULTURA, PERSONALIDAD, Y ORIENTACIÓN EDUCATIVA:
ASPECTOS TEÓRICOS Y APLICADOS EN RELACIÓN AL BIENESTAR
Y LA CALIDAD DE VIDA

EXTENSIVE SUMMARY	21
RESUMEN EXTENSO	27
1. INTRODUCCIÓN Y RELEVANCIA DEL TEMA	33
2. RELEVANCIA DE LA INVESTIGACIÓN	37
3. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA DEL ESTUDIO	41
3.1. Cultura, personalidad, y valores	42
3.1.1. <i>Dimensiones culturales: el proyecto GLOBE</i>	52
3.1.2. <i>Cultura, Espiritualidad y Salud</i>	58
a) <i>Interrelaciones entre cultura y espiritualidad</i>	58
b) <i>Dimensiones de espiritualidad</i>	66
3.1.3. <i>Cultura, espiritualidad, y sus relaciones con la Calidad de Vida</i>	68
a) <i>Calidad de vida y bienestar</i>	70
b) <i>Calidad de vida, espiritualidad, y educación</i>	73
3.2. Orientación educativa e identidad vocacional	78
3.2.1. <i>El Comportamiento Académico en términos de intereses profesionales y compromiso académico</i>	80

3.2.2. <i>La Construcción Narrativa de la Carrera: un enfoque contemporáneo en Orientación Profesional</i>	87
4. OBJETIVOS E HIPÓTESIS DEL ESTUDIO	91
4.1. Objetivo general:	91
4.2. Objetivos específicos:.....	91
4.3. Hipótesis general:	92
4.4. Hipótesis específicas	92
5. MÉTODO.....	95
5.1. Diseño de la investigación.....	95
5.2. Participantes.....	96
5.3. Instrumentos	96
5.4. Procedimiento	101
5.5. Análisis de datos	101
6. RESULTADOS Y DISCUSIÓN.....	103
6.1. Estadística descriptiva de participantes y variables del estudio y discusión de resultados.....	103
6.1.1. <i>Características de los participantes</i>	103
6.1.2. <i>Dimensiones de Cultura</i>	104
6.1.3. <i>Dimensiones de Espiritualidad Personal</i>	117
6.1.4. <i>Preferencias Profesionales para Jóvenes (IPPJ)</i>	121
6.1.5. <i>Compromiso Académico</i>	127
6.1.6. <i>Calidad de Vida</i>	130
6.2. Estudio de la relación entre medidas de cultura, espiritualidad, intereses profesionales y compromiso académico, y la calidad de vida.....	136
6.3. Análisis de los efectos de moderación y mediación sobre la calidad de vida: resultados y discusión	140

6.3.1. <i>Interacción entre Orientación al Desempeño, Conexión Interpersonal y Calidad de Vida</i>	141
6.3.2. <i>Interacción entre Orientación al Desempeño, Conexión Intrapersonal, y Calidad de Vida</i>	144
6.3.3. <i>Análisis de mediación entre Interés Emprendedor, Dedicación, y Calidad de Vida</i>	151
6.3.4. <i>Interacción entre Potencial emprendedor, Vigor, y Calidad de Vida</i>	153
6.3.5. <i>Interacción entre Orientación al Desempeño, Dedicación, y Calidad de Vida</i>	159
6.4. Análisis del efecto moderador de la Espiritualidad personal y aspectos sociodemográficos sobre la Calidad de vida.....	163
6.4.1. <i>Análisis del efecto moderador de la Espiritualidad personal, estado civil y su impacto en la Calidad de Vida de los estudiantes universitarios</i>	163
6.4.2. <i>Espiritualidad Personal, años de estudio, y su impacto en la Calidad de Vida de los estudiantes universitarios</i>	165
6.4.3. <i>Espiritualidad Personal, actividad remunerada, y su impacto en la Calidad de Vida de los estudiantes universitarios</i>	166
7. BASES PARA EL DISEÑO DE UN PROGRAMA DE OPTIMIZACIÓN INTEGRAL ESTUDIANTIL: ESTRATEGIAS EN ESPIRITUALIDAD PARA EL BIENESTAR	171
7.1. Introducción	171
7.2. Justificación y marco teórico	174
7.3. El contexto normativo en Ecuador.....	191
7.4. Objetivos del Programa.....	194
7.5. Metodología del Programa	196
7.5.1. <i>Diseño y planificación del programa, su evaluación y desarrollo</i>	196
7.5.2. <i>Técnicas de intervención</i>	197

7.6. Población que recibirá la intervención	201
7.7. Evaluación del Programa	201
7.8. Aspectos éticos y consideraciones en torno a la inclusión....	202
7.9. Estructura y contenidos por sesiones del Programa de Optimización Integral Estudiantil.....	203
8. CONCLUSIONES.....	227
9. REFERENCIAS	237

Extensive summary

This doctoral research falls within the domain of Cultural Anthropology, Educational Psychology, and Spirituality, undertaking a comparative study between university students in Ecuador and Spain to explore how the interaction between culture, personality, educational orientation, and spirituality impacts well-being and quality of life. This multidisciplinary approach is based on the premise that the university experience, influenced by a range of psychosocial and cultural factors, plays a crucial role in the comprehensive development and well-being of students.

From a theoretical viewpoint, the thesis delves into the definition and conceptualization of Culture, considering it as a set of shared practices and values, as well as a dynamism that shapes individuals' perceptions, behaviours, and interpersonal relationships. The theoretical review encompasses models and theories that link culture with personality, highlighting how individual dispositions and behaviour patterns are influenced by the cultural context.

Spirituality is examined as a transcendental dimension of human experience, emphasizing its relevance in personal development and its impact on the perception of Quality of Life. The multifaceted nature of

spirituality, including its intrapersonal, interpersonal, and transpersonal manifestations, is discussed, and how these intertwine with culture to shape individual and collective well-being.

Methodologically, the research is supported by a cross-sectional correlational quantitative design, utilizing advanced statistical analysis techniques to examine the relationships between the study variables. The sample, composed of university students from Ecuador and Spain, allows for a rich and nuanced comparison of how the variables of Culture, Spirituality, Professional Interests, and Academic Commitment relate to Quality of Life in different educational contexts.

The study's results demonstrate that Culture and Personal Spirituality, along with Academic Behaviours, are significant predictors of university students' quality of life. The mediating role of Spirituality in the relationship between Culture and Well-being is highlighted, as well as the role of sociodemographic aspects as moderators of these dynamics. Furthermore, Entrepreneurial Personality and Academic Commitment are identified as crucial elements that positively influence student Quality of Life.

The research concludes by underlining the importance of integrating a holistic perspective that recognizes the cultural and spiritual diversity of the student population into educational practice, Health Psychology, and institutional policies. It emphasizes the need to develop pedagogical strategies and curricula that foster an inclusive learning environment and promote the comprehensive well-being of students, considering the

complexity of factors that affect their educational experience and quality of life.

This study provides valuable insights into the interaction between Culture, Personality, Educational Orientation, and Spirituality, offering a comprehensive framework for understanding and enhancing Well-being and Quality of Life in the context of higher education. Its contribution lies in theoretical advancements in the fields of Cultural Anthropology, Psychology of Spirituality, and Educational Psychology, as well as in the practical implications for improving the educational experience and developing more inclusive educational policies sensitive to cultural and spiritual diversity.

This summary aims to provide an exhaustive overview of the thesis, detailing the theoretical and methodological elements, as well as delving into the findings and their implications for educational practice, positive psychology, and policy formulation.

Conclusions

- 1) Transcultural Differences in key variables. Significant transcultural differences were found in Culture, Spirituality, and Academic Commitment among students from Ecuador and Spain. Cultural domains showed variations in Human Orientation, highlighting differences in values, perceptions of Gender Equality, and Assertiveness/Aggressiveness, underscoring the importance of

adapting intercultural communication and management, and policies for well-being.

- 2) Spirituality as a Transcendental Element. Spirituality, with its intrapersonal, interpersonal, and transpersonal manifestations, decisively influences quality of life, suggesting the need for educational approaches that holistically integrate spirituality.
- 3) Impact of Academic Commitment. Significant differences in academic commitment, particularly in the domains of Vigor and Absorption, were observed between Ecuadorian and Spanish students, indicating the diversity of educational experiences and the importance of adaptive pedagogical approaches.
- 4) Shared and divergent Professional Interests. Although Professional Interests in the Social and Conventional domains are similar among students from both countries, divergences in the third domain highlight cultural influences on vocational aspirations, emphasizing the importance of personalized career guidance.
- 5) Perceptions of Quality of Life The perception of quality of life is more positive among Spanish students compared to Ecuadorians, highlighting the role of socioeconomic and cultural factors in student well-being.
- 6) Mediation and Moderation by Personal Spirituality. Personal Spirituality moderates and mediates the relationship between

Culture and Quality of Life, demonstrating how spiritual dimensions affect well-being in relation to performance and cultural context.

- 7) Influence of Entrepreneurial Personality. The Entrepreneurial Personality, mediated by academic commitment, significantly impacts quality of life, underscoring the importance of integrating professional and spiritual development in education.
- 8) Relevance of Comprehensive Educational Strategies: The need for educational and curricular strategies that promote inclusive learning and comprehensive well-being is highlighted, adapting education to the complexity of factors that affect the student experience.

Keywords: Cultural Interaction; Transcendental Dimension; Student Well-being; Academic Behaviours; Advanced Regression Analysis.

Resumen extenso

Esta investigación doctoral se inscribe en el ámbito de la Antropología Cultural, la Psicología Educativa y la Espiritualidad, abordando un estudio comparativo entre estudiantes universitarios de Ecuador y España para explorar cómo la interacción entre cultura, personalidad, orientación educativa y espiritualidad incide en el bienestar y la calidad de vida. Este enfoque multidisciplinario se fundamenta en la premisa de que la experiencia universitaria, influida por una gama de factores psicosociales y culturales, juega un rol crucial en el desarrollo integral y el bienestar de los estudiantes.

Desde el punto de vista teórico, la tesis se adentra en la definición y conceptualización de la Cultura, considerándola como un conjunto de prácticas y valores compartidos y también como un dinamismo que moldea las percepciones, comportamientos y relaciones interpersonales de los individuos. La revisión teórica abarca modelos y teorías que vinculan la cultura con la personalidad, destacando cómo las disposiciones individuales y los patrones de comportamiento se ven influenciados por el contexto cultural.

La Espiritualidad se examina como una dimensión trascendental de la experiencia humana, resaltando su relevancia en el desarrollo personal y su impacto en la percepción de la calidad de vida. Se discute la naturaleza multifacética de la espiritualidad, incluyendo sus manifestaciones intrapersonales, interpersonales y transpersonales, y cómo estas se entrelazan con la cultura para configurar el bienestar individual y colectivo.

Metodológicamente, la investigación se apoya en un diseño cuantitativo transversal correlacional, empleando técnicas de análisis estadístico avanzado para examinar las relaciones entre las variables de estudio. La muestra compuesta por estudiantes universitarios de Ecuador y España permite una comparativa rica y matizada de cómo las variables de Cultura, Espiritualidad, Intereses Profesionales y Compromiso Académico se relacionan con la Calidad de Vida en contextos educativos distintos.

Los resultados del estudio evidencian que la Cultura y la Espiritualidad Personal, junto con los Comportamientos Académicos, constituyen predictores significativos de la calidad de vida de los estudiantes universitarios. Se destaca la función mediadora de la Espiritualidad en la relación entre Cultura y Bienestar, así como el papel de los aspectos sociodemográficos como moderadores de estas dinámicas. Además, se identifica la Personalidad Emprendedora y el Compromiso Académico como elementos cruciales que influyen positivamente en la Calidad de Vida estudiantil.

La investigación concluye subrayando la importancia de integrar en la práctica educativa, en la Psicología de la Salud, y en las políticas institucionales una perspectiva holística que reconozca la diversidad cultural y espiritual de la población estudiantil. Se enfatiza la necesidad de desarrollar estrategias pedagógicas y curriculares que fomenten un ambiente de aprendizaje inclusivo y promuevan el bienestar integral de los estudiantes, considerando la complejidad de factores que inciden en su experiencia educativa y calidad de vida.

Este estudio aporta comprensiones profundas sobre la interacción entre Cultura, Personalidad, Orientación Educativa y Espiritualidad, ofreciendo un marco comprensivo para entender y mejorar el Bienestar y la Calidad de Vida en el contexto de la educación superior. Su contribución radica en el avance teórico en las áreas de Antropología Cultural, Psicología de la Espiritualidad, Psicología Educativa y también en las implicaciones prácticas para la mejora de la experiencia educativa y el desarrollo de políticas educativas más inclusivas y sensibles a la diversidad cultural y espiritual.

Este resumen busca proporcionar una visión exhaustiva de la tesis, detallando los elementos teóricos y metodológicos, así como profundizando en los hallazgos y sus implicaciones para la práctica educativa, de la psicología positiva y para la formulación de políticas.

Conclusiones:

- 1) Se encontraron diferencias transculturales significativas en Cultura, Espiritualidad, Compromiso Académico y Calidad de Vida entre estudiantes de Ecuador y España. Los dominios culturales mostraron variaciones en la Orientación Humana, destacando diferencias en valores, percepciones de Igualdad de Género y Asertividad/Agresividad, lo que subraya la importancia de adaptar la comunicación y gestión intercultural y las políticas para el bienestar.
- 2) Espiritualidad como elemento Transcendental. La espiritualidad, con sus manifestaciones intrapersonales, interpersonales y transpersonal, influye decisivamente en la calidad de vida, sugiriendo la necesidad de abordajes educativos que integren la espiritualidad de manera holística.
- 3) Impacto del Compromiso Académico. Se observaron diferencias significativas en el compromiso académico, especialmente en los dominios de Vigor y Absorción, entre estudiantes ecuatorianos y españoles, indicando la diversidad de experiencias educativas y la importancia de enfoques pedagógicos adaptativos.
- 4) Intereses Profesionales compartidos y divergentes. Aunque los Intereses Profesionales en los dominios Social y Convencional son similares entre estudiantes de ambos países, las divergencias en el tercer dominio resaltan las influencias culturales en las

aspiraciones vocacionales, destacando la importancia de una orientación profesional personalizada.

- 5) Percepciones de Calidad de Vida. La percepción de calidad de vida es más positiva entre los estudiantes españoles en comparación con los ecuatorianos, enfatizando el rol de factores socioeconómicos y culturales en el bienestar estudiantil.
- 6) Mediación y Moderación de la Espiritualidad Personal. La Espiritualidad Personal modera y media la relación entre Cultura y Calidad de Vida, mostrando cómo las dimensiones espirituales afectan el bienestar en función del rendimiento y el contexto cultural.
- 7) Influencia de la Personalidad Emprendedora. La personalidad emprendedora, mediada por el Compromiso Académico, impacta significativamente en la calidad de vida, subrayando la importancia de integrar el desarrollo profesional y espiritual en la educación.
- 8) Relevancia de Estrategias Educativas Integrales. Se destaca la necesidad de estrategias educativas y curriculares que promuevan un aprendizaje inclusivo y un bienestar integral, adaptando la educación a la complejidad de factores que inciden en la experiencia estudiantil.

Palabras clave: Interacción Cultural; Dimensión Trascendental; Bienestar Estudiantil; Comportamientos Académicos; Análisis de Regresión Avanzado.

1. INTRODUCCIÓN Y RELEVANCIA DEL TEMA

Esta tesis doctoral emerge en el contexto de un mundo globalizado, donde la intersección entre distintas culturas y la diversidad espiritual configuran de manera significativa la experiencia educativa de los estudiantes universitarios. Este estudio se propone explorar la compleja interacción entre la Cultura, la Espiritualidad, los Intereses Profesionales, el Compromiso Académico, y la Calidad de Vida de estudiantes universitarios, incluyendo una comparativa entre Ecuador y España. A través de este análisis comparativo, se busca profundizar en el entendimiento de cómo estas variables coexisten e interactúan, influyendo sobre el desarrollo integral y el bienestar de los estudiantes en el ámbito de la educación superior.

En el corazón de esta investigación se sitúa la cultura, concebida como un entramado de valores, prácticas y expectativas que varían significativamente entre sociedades. Este estudio se adentra en conocer cómo las particularidades culturales de Ecuador y España moldean las percepciones y comportamientos de los estudiantes universitarios, impactando su bienestar general y sus trayectorias educativas y profesionales. Al hacerlo, se contribuye a un entendimiento más profundo

de la diversidad cultural y su impacto en la comunidad estudiantil, subrayando la importancia de abordar la interculturalidad en los entornos académicos.

La espiritualidad, por su parte, es analizada como una dimensión esencial de la experiencia humana, que influye en cómo los individuos interpretan y se relacionan con su entorno. Esta tesis destaca la relevancia de la espiritualidad en la construcción de la identidad personal y su influencia en el bienestar de los estudiantes. Se investigan cómo las manifestaciones de la espiritualidad, profundamente arraigadas en las culturas de Ecuador y España, contribuyen al desarrollo personal y colectivo dentro del contexto universitario.

Este estudio también examina los intereses profesionales y el compromiso académico como elementos clave en la formación de la identidad profesional y el éxito educativo. Se pretende entender cómo las aspiraciones vocacionales y el nivel de dedicación hacia los estudios se relacionan con la persistencia académica, elemento crucial en el logro de objetivos educativos y profesionales a largo plazo.

Desde el punto de vista metodológico, esta investigación adopta un enfoque cuantitativo transversal correlacional no experimental, destacando por su diseño comparativo entre estudiantes de Ecuador y España. Este enfoque permite una comprensión rica y matizada de los fenómenos estudiados, esencial para identificar patrones culturales específicos que influyen en la experiencia del alumnado.

La aplicación de técnicas estadísticas avanzadas, como la regresión lineal múltiple y el análisis de mediación y moderación, constituye una de las fortalezas de este estudio. Estos métodos estadísticos permiten desvelar la naturaleza y la intensidad de las relaciones entre las variables estudiadas, proporcionando una base sólida para el análisis y la interpretación de los datos.

La selección de una muestra de estudiantes universitarios de Ecuador y España añade un valor considerable a la investigación, permitiendo evaluar las influencias culturales en la educación superior de manera comparativa. Este enfoque subraya la necesidad de políticas educativas y programas de apoyo que consideren la diversidad cultural para mejorar la experiencia educativa y el bienestar de los estudiantes.

En resumen, esta tesis representa una contribución significativa al campo de la Antropología Cultural, la Psicología de la Espiritualidad y la educación superior, al ofrecer una visión comprensiva de cómo la Cultura, la Espiritualidad, los Intereses Profesionales, el Compromiso Académico y la Calidad de Vida afectan a los estudiantes universitarios en Ecuador y España. Los hallazgos de esta investigación avanzan en el conocimiento teórico y tienen implicaciones prácticas para la mejora de la experiencia educativa y el bienestar estudiantil en un contexto globalizado y diverso.

2. RELEVANCIA DE LA INVESTIGACIÓN

La justificación de esta tesis doctoral se arraiga en la necesidad imperante de comprender los complejos entramados que configuran la experiencia universitaria en el contexto de una sociedad globalizada. En un mundo donde las fronteras culturales se hacen cada vez más difusas, resulta crucial analizar cómo la cultura y la espiritualidad, junto con los intereses profesionales y el compromiso académico, impactan en la calidad de vida de los estudiantes universitarios.

Este estudio, que también compara aspectos de muestras recogidas de Ecuador y España, persigue profundizar en estas interacciones para ofrecer un panorama más claro sobre cómo estas variables influyen en el bienestar y desarrollo integral de los estudiantes, justificando su importancia desde varias perspectivas.

Existe una brecha significativa en la literatura académica respecto a cómo las diferencias culturales y espirituales, y en particular entre países como Ecuador y España, afectan a los estudiantes universitarios. Esta tesis busca llenar ese vacío, proporcionando evidencia empírica que contribuya a la comprensión de estas dinámicas complejas.

La globalización ha llevado a una mayor diversidad en las aulas, haciendo imperativo que los educadores y administradores comprendan las variadas necesidades y expectativas de su alumnado. Este estudio ofrece entendimientos valiosos para adaptar prácticas educativas y justificar políticas institucionales que fomenten un ambiente de aprendizaje inclusivo y respetuoso.

Al desentrañar cómo la cultura y la espiritualidad, junto con los factores académicos, afectan la calidad de vida de los estudiantes, esta investigación proporciona bases sólidas para el desarrollo de políticas educativas y programas de apoyo estudiantil que promuevan el éxito y el bienestar.

Esta investigación sirve para mejorar la experiencia educativa y los resultados del aprendizaje: los hallazgos de este estudio tienen el potencial de informar el desarrollo de estrategias pedagógicas y curriculares que reconozcan y valoren la diversidad cultural y espiritual, mejorando así la experiencia educativa y la satisfacción estudiantil, e influyendo así a la postre en los resultados del aprendizaje.

Al entender las necesidades y percepciones de estudiantes de diferentes contextos culturales y espirituales, las instituciones pueden crear entornos más inclusivos y acogedores que reflejen y respeten esta diversidad, promoviendo una mayor cohesión social y un sentido de pertenencia.

Este estudio también contribuye al diseño de programas de orientación vocacional y desarrollo de carrera que sean culturalmente sensibles, apoyando a los estudiantes en la construcción de trayectorias profesionales y personales satisfactorias y alineadas con sus valores e intereses.

Al explorar la relación entre el compromiso académico, los intereses profesionales y la calidad de vida, la investigación ofrece una base para iniciativas que busquen mejorar el bienestar estudiantil, reconociendo la importancia de abordar el estrés y la salud mental en el ámbito universitario.

Esta tesis doctoral no sólo se justifica por su contribución al avance académico en el campo de la Educación Superior y la Psicología de la Educación, sino también por su potencial para influir positivamente en la práctica educativa, la política institucional, el bienestar y la salud del estudiantado universitario. Al proporcionar un análisis detallado y comparativo de cómo las variables de cultura, espiritualidad, intereses profesionales y compromiso académico interactúan para influir en la calidad de vida, este estudio se posiciona como un recurso valioso para psicólogos, antropólogos, orientadores profesionales, administradores y responsables de la formulación de políticas educativas, así como para los propios estudiantes que buscan conducir con éxito su experiencia universitaria.

En las distintas secciones de esta Tesis Doctoral mostraremos en primer lugar el modo en el que se conceptualizan los constructos teóricos en los que se centra este estudio, señalaremos sus interrelaciones, y

mostraremos su relevancia. Mostraremos también la metodología y resultados de un estudio empírico centrado en las variables objeto de interés analizando la calidad de vida de estudiantes de distintas edades y sociedades a partir de cuatro predictores: (1) factores culturales, (2) espiritualidad, (3) personalidad vocacional y, (4) compromiso académico. Finalmente, presentaremos el diseño de un programa de intervención de orientación psicoeducativa dirigido a estudiantes universitarios centrado en estos aspectos.

3. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA DEL ESTUDIO

En el marco conceptual de este estudio doctoral, se exploran diversas teorías que abordan las variables de investigación desde dos perspectivas fundamentales: la relación entre espiritualidad y cultura, y la interacción entre intereses profesionales y compromiso académico. Aunque cada par de variables ha sido estudiado independientemente, la integración de estos factores como predictores conjuntos de la calidad de vida representa un enfoque innovador.

La espiritualidad y la cultura están intrínsecamente ligadas, ya que las prácticas espirituales a menudo se derivan de y son moldeadas por contextos culturales específicos. Investigaciones anteriores han sugerido que la espiritualidad puede influir en la percepción de la vida y en el bienestar psicológico a través de marcos culturales. Este estudio pretende explorar cómo esta interacción puede ser un determinante significativo de la calidad de vida en contextos académicos y profesionales.

Por otro lado, los intereses profesionales y el compromiso académico son factores que se influyen mutuamente. El compromiso académico puede ser fortalecido por intereses profesionales alineados, lo cual a su vez podría traducirse en una mayor satisfacción y rendimiento académico. Se propone

analizar cómo esta sinergia entre intereses y compromiso puede servir como un predictor robusto de la calidad de vida estudiantil, considerando variables mediadoras como la motivación.

Este estudio busca establecer un modelo teórico que integre estas variables en un marco comprensivo, examinando cómo la confluencia de espiritualidad, cultura, intereses profesionales y compromiso académico puede predecir la calidad de vida. En los siguientes apartados, se detallarán los conceptos, características, dimensiones y relaciones de cada variable, apoyándose en una revisión exhaustiva de la literatura existente y en la aplicación de métodos estadísticos rigurosos para validar el modelo propuesto.

3.1. Cultura, personalidad, y valores

Con la rápida globalización surge la necesidad de contar con definiciones más precisas de cultura, y modelos más específicos de la influencia cultural en la cognición, el afecto y el comportamiento. Las diferencias entre grupos culturales reveladas en investigaciones previas podrían servir como punto de partida desde el cual los investigadores profundizan en su exploración de los procesos que dan origen a variaciones inter e intraculturales (Hong y Mallorie, 2004).

La globalización ha evolucionado a través de varias fases, marcadas por una creciente integración y contacto entre diversas culturas y sociedades. Iniciada con la Revolución Industrial, esta interacción se intensificó con el avance de la tecnología y la economía. En la era actual,

caracterizada por la digitalización, la globalización ha ampliado las conexiones globales. Este proceso ha influenciado y transformado continuamente los valores culturales y las identidades individuales y colectivas, generando tanto cooperación como conflictos (Anheier, 2020).

Clifford Geertz en 1973 formuló el constructo *Cultura* como un entramado de símbolos y significados, observándola como esencialmente semántica más que conductual (Geertz, 2003). En el contexto de la globalización, este enfoque teórico ofrece comprensión de cómo los individuos y las comunidades reinterpretan y adaptan sus tradiciones y su identidad en respuesta a influencias globales. Disertar sobre culturas es un reto apasionante pues ellas en la edad contemporánea se edifican sobre mestizajes e historias controvertidas.

La cultura, a *grosso modo*, se puede conceptualizar como un complejo entramado de valores, prácticas, y expectativas que varían significativamente entre diferentes sociedades y tienen un impacto profundo en la vida de las personas. La cultura, es una variable crítica que moldea tanto las prácticas organizacionales como las interacciones individuales en un contexto global diverso y en constante evolución (Nadeem y Sully de Luque, 2018).

Para Burton (2010) la cultura es, desde una perspectiva constructivista, un conjunto dinámico de elementos culturales que se forman y progresan dentro de contextos naturales y sociales específicos. Esta es considerada un ente que no es estático, sino que está en constante

formación y reformación a través de la interacción social y el intercambio de ideas. En este sentido, la cultura es vista como un componente esencial en la formación de identidades y comportamientos, tanto a nivel individual como colectivo, y desempeña un papel crucial en la mediación de la comprensión y relación de las personas con el mundo que les rodea (Burton, 2010).

Según Muers (2018) la cultura está configurada por normas y hábitos de comportamiento, usualmente implícitos, compartidos por los actores en un sistema relevante. La cultura es un tejido de significado que genera acciones sociales, construido a partir de símbolos, narrativas, y el lenguaje. Los sistemas de valores están íntimamente relacionados con la cultura y consisten en creencias fundamentales sobre lo que es valioso y ético. Estas creencias, a menudo no explícitas, pueden manifestarse como sentimientos y comportamientos, reflejando objetivos superiores compartidos por los actores (Muers, 2018).

Las prácticas culturales representan cómo la gente se comporta habitualmente en una cultura, mientras que los valores culturales son los ideales de esa cultura. Se sugiere que es fundamental distinguir entre prácticas y valores culturales debido a sus diferentes funciones. La investigación del estudio GLOBE ha descubierto una relación inversa entre las prácticas y valores culturales en la mayoría de sus dominios culturales (Frese, 2015). Mientras los valores son internos a los individuos, las normas y prácticas culturales se perciben como externas, influenciando y formando su

comportamiento. La investigación indica que las prácticas culturales pueden desarrollarse antes y de manera más implícita que los valores culturales, y que es posible que existan diversas relaciones entre ambos, incluyendo alineaciones o discrepancias (Frese, 2015; Terlutter et al., 2006).

Los valores culturales son el núcleo de una cultura, determinando la percepción, predisposiciones y comportamientos de los miembros de una sociedad. La base teórica para el análisis de valores culturales entre naciones es que todas las culturas enfrentan problemas y desafíos similares, los cuales se abordan de maneras que reflejan el sistema de valores específico de cada cultura (Terlutter et al., 2006).

Los *valores* son conceptos o creencias que pertenecen a estados deseables del ser o conductas. Estos trascienden situaciones específicas, guían la selección o evaluación de la conducta y están ordenados por su importancia relativa para un individuo o una cultura (Schwartz y Bilsky, 1987). Los valores son fundamentales para establecer relaciones dinámicas entre tipos valorativos, permitiendo una interacción social coordinada y el bienestar del grupo. Cada valor representa una motivación específica y forma parte de un sistema integrado de valores motivacionales (Cayón y Pérez, 2008).

Dyczewski (2016) ha indicado que los valores culturales, establecidos por una comunidad, no son formados individualmente sino colectivamente, y cada miembro de la sociedad se encuentra con estos valores y desarrolla una relación personal con ellos. La identificación y exploración de valores es

un aspecto clave del desarrollo de un individuo libre y pensante. En toda cultura hay valores fundamentales que constituyen la esencia de su identidad, influyen en el comportamiento de las instituciones y las personas, y promueven la cohesión social (Dyczewski, 2016).

Tradicionalmente los valores morales y estéticos han sido mantenidos, siendo centrales y duraderos, y guían tanto la preservación como el desarrollo cultural permitiendo que cada nueva generación aporte algo nuevo, manteniendo al mismo tiempo un vínculo en el seno de las culturas marcando el comportamiento de las personas. Los valores como marcadores de una sociedad se han ido modificando a lo largo del tiempo dando a las culturas dinamismo y movimiento (Schwartz, 2014). La reinterpretación y deconstrucción de ciertos elementos relativos a los valores y a las creencias morales gestados por movimientos sociales y políticos hablan de la complejidad de la cultura como sistema social adherido a la política de turno que ejerce el control del Estado.

La cultura dicta modelos específicos de comportamiento, pensamiento y comunicación. Los valores culturales y expectativas ejercen una influencia significativa tanto en el proceso como en el resultado de la evaluación cognitiva y neuropsicológica (Harris et al., 2001).

Berry, en 1988, subrayó que es esencial comprender los objetivos cognitivos valorados en una sociedad para evaluar adecuadamente las competencias cognitivas (citado por Harris et al., 2001). Dentro de una misma cultura existen múltiples subculturas, lo que puede resultar en una

variabilidad intracultural en el rendimiento cognitivo tan o más significativa que la observada entre diferentes culturas. La diversidad cultural, evidente en diversos grupos, subraya la importancia de considerar las diferencias individuales y evitar generalizaciones que pueden ser engañosas o inexactas en el proceso de evaluación (Harris et al., 2001).

Serpell y Boykin (1994) consideran que algunas culturas pueden priorizar logros individualistas y competitivos, mientras que otras pueden enfatizar la interdependencia y la sinergia social. En cuanto a la percepción de la realidad, las culturas occidentales contemporáneas tienden a tener una visión principalmente materialista, enfocándose en objetos y su manipulación. En cambio, otras culturas pueden interpretar la realidad en términos no materialistas, prestando atención a las cualidades espirituales y a las fuerzas que operan en la vida de uno, lo que afecta el pensamiento y la resolución de problemas (Serpell y Boykin, 1994).

Desde el punto de vista de Walters (2020) la cultura, englobando creencias, costumbres, arte y tradiciones propias de cada sociedad, se transmite mediante el lenguaje y a través de la enseñanza de comportamientos aceptados y sancionados socialmente. Elementos como origen étnico, religión, género, idioma, y educación son esenciales en la cultura, y a pesar de la diversidad de estos componentes, hay similitudes notables entre individuos que comparten una misma cultura (De, 2018).

El concepto de Walters ha captado la atención de los psicólogos de la personalidad, quienes indagan sobre la influencia cultural en la formación

de la personalidad, cuestionando si los rasgos de personalidad son universales o varían según la cultura. Así, se sugiere que la personalidad es moldeada por elementos comunes a todas las culturas, al igual que por particularidades específicas de cada una (Walters, 2020).

Según Burr en 1995, hay cuatro conceptos para la identidad bajo la palabra personalidad: diferencias individuales, coherencia, estabilidad y la relación entre personalidad y comportamiento (citado en De, 2018). Linton (1945) describió la personalidad como compuesta por niveles. Primero, la organización central, caracterizada por rasgos temperamentales estables e inmutables. Segundo, la organización superficial, que representa metas e intereses del individuo moldeados por su cultura y experiencias vividas (Scarborough, 2023).

Linton destacó que, aunque la cultura influye significativamente, ciertos aspectos temperamentales se mantienen inalterados. Introdujo también el término *personalidad de estatus*, refiriéndose a la adaptación de conductas en concordancia con las expectativas sociales y clasistas, variando estas conductas entre espacios públicos y privados. Enfatizó la importancia de la *enculturación*, el proceso mediante el cual se internalizan los rasgos culturales, en el desarrollo de la personalidad (citado en Scarborough, 2023).

Para autores como Fan et al. (2012), los procesos de enculturación y socialización son fundamentales en el desarrollo de un ser humano, moldeando su personalidad a través de la influencia cultural desde el nacimiento y a lo largo de toda su vida. La identidad de un individuo, según

estos conceptos, se categoriza en tres aspectos interrelacionados: la identidad personal, que se refiere a la autoconciencia y cómo uno se ve a sí mismo; la identidad social, que incluye aspectos como género, edad, ocupación y rol social; y la identidad cultural, que abarca los valores compartidos con la comunidad (Fan et al., 2012).

La interacción entre cultura y personalidad puede entenderse como un equilibrio entre dos fuerzas distintas. Por un lado, existe evidencia significativa de que la cultura tiene un impacto considerable en aspectos específicos de la personalidad, como las creencias y hábitos individuales (Allik et al., 2023). Por otro lado, las disposiciones básicas de la personalidad, según la *Teoría de los Cinco Grandes Factores* (Big Five Factor Theory, BFFT), se muestran estables y resistentes a influencias externas, incluyendo las culturales. Estas disposiciones están arraigadas en el organismo y no son fácilmente influenciadas por el entorno externo (Allik et al., 2023).

Allport, en 1960, propuso que la personalidad se forma a través de una interacción dinámica entre la cultura y las predisposiciones individuales (biológicas). Reconoció que, aunque la cultura influye en la personalidad, los individuos tienen la capacidad de seleccionar y adaptar aspectos de su cultura según su temperamento y valores (citado en Oishi, 2004). La cultura real, según este autor, es diversa, permitiendo una variedad de diferencias individuales. A pesar de las restricciones culturales, los individuos pueden elegir cómo internalizan estas influencias, lo que lleva a una diversidad significativa de personalidades dentro de una misma cultura (Oishi, 2004).

Para algunos investigadores la cultura y la personalidad resultan variables complementarias, por esto han intentado correlacionar los patrones culturales con tipos de personalidades individuales. Linton desarrolló la teoría de la estructura de personalidad básica, diferenciando entre cultura real (comportamientos actuales), cultura ideal (tradiciones filosóficas) y constructo cultural (descripciones escritas sobre elementos culturales) (citado en Sahay, s.f.). Este mismo autor argumentó que los individuos en una sociedad adquieren un conjunto común de hábitos debido a una socialización similar, lo que él llamó personalidad básica de la sociedad (Sahay, s.f.).

En el estudio de Vera-Mercado et al. (2012) se ha señalado que comprender la dinámica entre personalidad y cultura es crucial. Factores como la personalidad, las experiencias y las emociones de un individuo pueden tener un impacto significativo en sus valores, a veces incluso más que su cultura. Este entendimiento dirige la atención a la necesidad de discernir cuidadosamente cómo la cultura y la personalidad se influyen mutuamente. Un comportamiento que parece cultural puede estar más arraigado en la personalidad individual (Vera-Mercado et al., 2012).

El yo humano existe en la interfaz entre el cuerpo y el sistema social (Bernal-Sarmiento, 2022). Los sistemas sociales y culturales definen las identidades, y el ser humano adquiere personalidad para funcionar en estos sistemas. El yo comienza con el cuerpo físico (Bernal-Sarmiento, in press), actuando y eligiendo como una unidad, y como un punto de referencia

distinto de los demás, y adquiere contenido significativo al participar en el sistema social. El yo no está contenido en el cerebro, sino que el cerebro humano aprende a operar un yo (Sharma, 2014).

Beltrán-Jaimes et al. (2023) proponen que la identidad es una construcción narrativa que depende tanto de la experiencia intrasubjetiva (memorias, emociones, ideas, creencias) como de fuentes externas (interacciones sociales y expectativas culturales). Según el mismo autor, los individuos asumen modelos de identidad que objetivan lo que deben ser y ofrecen prescripciones que delimitan su configuración en la sociedad. Por ejemplo, en el marco de la orientación educativa, este enfoque narrativo y cultural de la identidad es fundamental para comprender la elección y la construcción de una identidad vocacional (Beltrán-Jaimes et al., 2023).

De acuerdo con Grimson (2010) la cultura y la identidad representan elementos distintos y analíticamente separados dentro de los procesos sociales. No es adecuado asumir o generalizar que exista una relación fija entre ambos que se aplique en todas las situaciones. En ciertos contextos, puede que las fronteras tanto culturales como identitarias de un grupo se expandan o contraigan de forma conjunta, pero esto no elimina la posibilidad de una variedad de interacciones entre estos dos conceptos. Por lo tanto, es crucial examinar los aspectos culturales e identitarios de manera independiente, considerando que cada situación concreta ofrecerá respuestas y hallazgos únicos (Grimson, 2010).

La cultura es un constructo multidimensional y complejo, cuya investigación requiere un enfoque que reconozca y desglose su amplia categorización en dominios específicos. Cada uno de estos dominios está compuesto por un entramado de valores y prácticas que son distintivos y definen las interacciones sociales y personales dentro de un grupo. Para avanzar en la comprensión de cómo la cultura moldea y es moldeada por sus miembros, es esencial explorar y caracterizar cada uno de estos dominios en detalle.

En el siguiente apartado, se procederá a identificar, enumerar y describir los dominios que constituyen la cultura. Esta exploración permitirá apreciar la riqueza y la diversidad de los componentes culturales, facilitando un análisis de cómo los valores y prácticas culturales se interrelacionan y contribuyen al tejido social más amplio. Al desentrañar estas dimensiones, el estudio busca proporcionar una base sólida para comprender las dinámicas culturales y su impacto en otros aspectos de la vida social y personal.

3.1.1. Dimensiones culturales: el proyecto GLOBE

Al ser la cultura una variable multifacética abarca una serie de dimensiones (Sarmiento-Ramírez, 2007). El proyecto GLOBE ha identificado nueve factores que integran los valores de las culturas (Ogliastri et al., 1999). Estos dominios son: Orientación Humana, Orientación al Desempeño, Igualdad de Géneros, Asertividad y Agresividad, Elitismo o Distancia de

Poder, Control de la Incertidumbre, Colectivismo I, Colectivismo II, y Orientación al Futuro (Wolf, 2006).

La *Orientación Humana* evalúa hasta qué punto los valores culturales de una nación promueven y premian el altruismo, la equidad, la compasión, la amabilidad y la sensibilidad hacia los demás. Altos niveles en esta escala reflejan una inclinación hacia la orientación humana, apreciando las relaciones, la empatía y el soporte mutuo, mientras que niveles más bajos sugieren una prioridad hacia el poder y los bienes materiales más que hacia los valores humanitarios (Hidalgo-Campos et al., 2007).

La *Orientación al Desempeño* se caracteriza por el valor que las culturas asignan al éxito individual y la eficiencia en la realización de tareas, promoviendo el pragmatismo y la recompensa del esfuerzo. Se asocia con la escrupulosidad, evidenciando una correlación entre la organización y diligencia de los individuos y el énfasis cultural en el logro. Culturas con altas puntuaciones en esta orientación sugieren una creencia en la capacidad de control sobre el entorno externo (Miska et al., 2018).

El proyecto GLOBE sugiere que la Orientación al Desempeño afecta el equilibrio vida laboral-personal: culturas menos enfocadas en logros permiten un mejor equilibrio, a diferencia de las altamente competitivas y materialistas, donde es más difícil (Ollier-Malaterre y Foucreault, 2018). Los estudiantes con esta orientación buscan éxito rápido y recompensas directas, prefiriendo logros medibles y valorando el reconocimiento externo.

Eligen estratégicamente dónde esforzarse basándose en recompensas anticipadas (Jha y Bhattacharyya, 2013).

La *Igualdad de Género* se refiere al ideal de que hombres y mujeres deben recibir las mismas oportunidades, derechos y tratos, en todos los aspectos de la sociedad. Implica minimizar las diferencias de roles, estatus y expectativas basadas en el género, promoviendo un trato y acceso equitativo a recursos, educación y posiciones de poder para ambos sexos. Este concepto aboga por un cambio en las percepciones y estructuras sociales que históricamente han favorecido a un género sobre otro, buscando un balance donde la identidad de género no determine las posibilidades de éxito o las obligaciones en la vida personal y profesional (Ogliastri et al., 1999).

La *Distancia de Poder* se relaciona con la expectativa de distribución desigual del poder en una sociedad. Altas distancias pueden inhibir la creación de empresas debido a percepciones de exclusividad por la clase social alta. Culturas con baja distancia de poder favorecen el emprendimiento al ofrecer más autonomía y menos barreras burocráticas. A pesar de los desafíos para los grupos con menos poder, el emprendimiento se ve como un medio para lograr independencia personal y elevar la posición de poder propia (Castillo-Palacio et al., 2017).

El *Control de la Incertidumbre* indica cómo las culturas manejan lo desconocido; altas tasas limitan el emprendimiento por la resistencia al riesgo y cambio; bajas tasas impulsan el emprendimiento al fomentar la

toma de riesgos y la exploración de oportunidades. Culturas con baja aversión a la incertidumbre ofrecen un entorno más favorable para los emprendedores (Castillo-Palacio et al., 2017).

Otro valor cultural, la *Asertividad/Agresividad*, se centra en la confrontación directa. En culturas donde prevalece un alto grado de asertividad, mantener las apariencias y la armonía pasa a un segundo plano frente a la importancia de expresar opiniones de manera franca y sin remordimientos. La Asertividad, vista como una característica cultural, diferencia sociedades orientadas hacia la Agresividad y autosuficiencia de aquellas que prefieren la cooperación. El proyecto GLOBE muestra que países como España y Estados Unidos tienen altos niveles de asertividad, valorando la competencia y el éxito, mientras que naciones como Suecia y Japón destacan por su baja asertividad, enfocándose más en la cooperación (Hidalgo-Campos et al., 2007).

La asertividad cultural se refiere a cómo las personas son asertivas y confrontacionales en sus interacciones sociales. Culturas con alta asertividad fomentan la competición y toma de riesgos, mientras que las de baja asertividad valoran la armonía y las relaciones de apoyo. Se sugiere que la asertividad podría influir en la conciliación trabajo-vida, con culturas asertivas potencialmente gestionando mejor el equilibrio trabajo-vida a través de apoyo social y políticas específicas, aunque esta relación aún requiere investigación exhaustiva (Castillo et al., 2017; Ollier-Malaterre y Foucreault, 2018).

La dimensión de *Colectivismo I* examina cómo las sociedades enfatizan y promueven la acción colectiva y la distribución de recursos entre sus miembros, contrastando el valor de la lealtad y cohesión social con los objetivos personales y la privacidad. Mientras que las sociedades individualistas priorizan la autonomía personal y la libertad, las colectivistas valoran más la armonía grupal y la cooperación, enfocándose en la satisfacción grupal más que en los logros individuales (Hidalgo-Campos et al., 2007).

El *Colectivismo II*, se refiere a una orientación cultural donde los intereses del grupo prevalecen sobre los intereses individuales. En contextos colectivistas, la armonía grupal, la lealtad y la solidaridad dentro de familias, comunidades o naciones son altamente valoradas. Los miembros de culturas colectivistas suelen enfocarse en alcanzar metas comunes, priorizando el bienestar del grupo sobre las aspiraciones personales. Las relaciones interpersonales y la interdependencia juegan un papel central en la toma de decisiones y en la definición de la identidad personal (Ogliastri et al., 1999).

La *Orientación al Futuro* es una predisposición cultural hacia la planificación y preparación para el futuro, en lugar de concentrarse en el presente o el pasado. Se caracteriza por la valoración de la planificación a largo plazo, la inversión en el futuro y la preferencia por beneficios futuros sobre la gratificación inmediata. Las sociedades con esta orientación

enfatan el desarrollo sostenible, la educación y la innovación para mejorar el bienestar a largo plazo (Ogliastri et al., 1999).

La interrelación entre personalidad y valores culturales se manifiesta de manera significativa en la esfera espiritual. Esta última, considerada como una dimensión motivacional central, actúa como un núcleo integrador tanto de la personalidad individual como de los sistemas de valores que definen una cultura. Desde la perspectiva de la Psicología de la Religión, esta intersección no es meramente teórica, sino que tiene aplicaciones prácticas sustanciales, especialmente en el contexto clínico.

Los modelos clínicos propios del ámbito de la Psicología de la Religión buscan explícitamente aprovechar el vínculo entre espiritualidad, personalidad y cultura para fomentar el bienestar y la salud mental de las personas. Estos modelos se fundamentan en la premisa de que la espiritualidad influye, y a menudo orienta, las expresiones de la personalidad y los comportamientos culturales, ofreciendo así caminos para la intervención terapéutica y el desarrollo personal (Bernal-Sarmiento, 2022).

Este enfoque es de particular relevancia en la promoción de la salud integral, donde la dimensión espiritual actúa como un recurso resiliente y adaptativo que potencia la calidad de vida. Así, al examinar cómo la cultura y la espiritualidad influyen en la salud a través de sus interacciones con la personalidad, este estudio busca ampliar la comprensión de los mecanismos subyacentes que facilitan estos efectos.

3.1.2. Cultura, Espiritualidad y Salud

a) *Interrelaciones entre cultura y espiritualidad*

Autores como King (1992) han destacado la importancia de atender al llamado global por una mayor sabiduría y aprecio por el patrimonio espiritual para comprender mejor el impacto y el poder de la espiritualidad en las sociedades y culturas actuales. Esta espiritualidad, con sus diversas formas y manifestaciones, está profundamente vinculada a elementos socioculturales que influyen en cómo se practica y se entiende a lo largo de diferentes épocas, en variadas religiones, y en distintos lugares donde prevalece una misma creencia (King, 1992).

La espiritualidad y la cultura están intrínsecamente entrelazadas, cada una influenciando y siendo condicionada por la otra. Esta relación dinámica subraya la importancia de entender la espiritualidad no sólo como un fenómeno individual o religioso sino también como un elemento integral y activo dentro del contexto cultural más amplio (Platovnjak, 2017).

Kardiner, influenciado por Freud, según menciona Sahay (s.f.) se centró en cómo las experiencias tempranas de la infancia influyen en la vida religiosa y en la formación de la personalidad. Kardiner sugirió que las prácticas comunes de crianza de los niños en una sociedad llevan a rasgos de personalidad compartidos, formando lo que llamó el tipo de personalidad básica. Du Bois, por su parte, introdujo el concepto de personalidad modal, que se refiere al tipo de personalidad más

comúnmente observado en una sociedad, pero que no necesariamente es compartido por todos sus miembros (citado en Sahay, s.f.).

Geertz en 1973, analizando la religión, la cultura y la espiritualidad se centró en un enfoque semántico de la religión como un sistema cultural, destacando la importancia de los símbolos y patrones culturales en la formación del significado y la experiencia humana. Este autor abordó la religión desde una perspectiva interpretativa, diferenciándola de las explicaciones funcionalistas. Integró el análisis del significado, la subjetividad y la práctica en su hermenéutica de la religión, resaltando su influencia en los estudios contemporáneos de orientación antropológica (citado en Siqui, 2022). La cultura es un sistema de signos y significados que influyen y son influenciados por las prácticas espirituales.

Edara (2017), sostiene que la emergencia de la religiosidad y la experiencia de la espiritualidad a menudo derivan de la influencia de factores culturales. Las particularidades de la práctica religiosa están profundamente arraigadas en la diversidad, los valores, y las creencias de la cultura específica a la que pertenecen. Esto significa que la cultura actúa como un mecanismo social que define y sostiene las formas de religiosidad que son aceptadas y practicadas colectivamente dentro de un grupo específico. De esta manera, la religión se convierte en una faceta o componente integral de la cultura en sí (Edara, 2017).

Atendiendo a Nadtochey (2021), el sistema normativo de valores es el elemento central de la cultura, pues proporciona orden y predictibilidad

a la sociedad. Estos valores, que incluyen aspectos tanto espirituales como materiales, se forman desde la infancia y evolucionan con las experiencias de vida, marcando el desarrollo individual y la libertad. Cada persona establece su propio sistema de valores, reflejando su estado de conciencia y ajustándose a lo largo de su vida. Esto resulta en una cosmovisión única, que constituye el núcleo de la espiritualidad humana y guía el comportamiento y las actitudes de la persona hacia el mundo (Nadtochey, 2021). En la parte empírica de este estudio se contará con la participación de adultos emergentes.

El concepto de adultez emergente, propuesto por Arnett en el año 2020 (citado en Barry y Nelson, 2005), describe una etapa de desarrollo que ocurre aproximadamente entre los 18 y 25 años. Esta fase se caracteriza por una exploración significativa de la identidad personal y un comportamiento de mayor riesgo, incluyendo la exploración de la espiritualidad. La investigación indica que esta etapa del desarrollo no es universal y varía considerablemente según el contexto cultural y las expectativas sociales (Barry y Nelson, 2005).

En las investigaciones de Wilber (2001), el desarrollo espiritual abarca un proceso de crecimiento y expansión de la conciencia que va desde las etapas iniciales, centradas en el yo, hasta etapas más maduras y trascendentes. Para este autor el desarrollo implica pasar de una perspectiva egocéntrica a una visión más inclusiva y compasiva, donde se integran valores, ética, y una comprensión más profunda del lugar del individuo en

el mundo y su relación con lo divino o trascendental. Este proceso es continuo y se nutre tanto de experiencias personales como de prácticas espirituales y religiosas (Jakonen, 2009).

El proceso descrito se asocia con la Ética de la Divinidad que subraya la relevancia de la religión y la espiritualidad en el razonamiento moral y cómo estas influencias varían significativamente entre diferentes culturas a lo largo del ciclo de desarrollo. Esta variabilidad cultural en la interpretación y aplicación de la Ética de la Divinidad enriquece la comprensión de la moralidad humana en un contexto global diverso (Jensen, 2021).

Khamida-Yusuf et al. (2023) han señalado que factores como la etapa de desarrollo, el contexto familiar, el trasfondo étnico y cultural, y las experiencias de vida previas influyen en el bienestar espiritual de las poblaciones estudiantiles. Se sugiere que mejorar la inteligencia emocional del estudiantado mediante enfoques de construcción de carácter puede ayudar a fomentar tanto su bienestar espiritual como subjetivo (Khamida-Yusuf et al., 2023).

La religión, presente en todas las culturas conocidas, combina sistemas de creencias y prácticas que definen lo sagrado para los individuos y las comunidades (Bernal- Sarmiento, 2022). A lo largo de la historia, las religiones han empleado narrativas, símbolos y tradiciones para dotar de significado a la vida y comprender el universo. La religión no sólo es una experiencia personal intensamente individual, sino también una institución

social con prácticas públicas, como ceremonias y rituales, que reflejan creencias y valores sociales fundamentales (Alapo, 2022).

Visiones en la línea de la paleoneuropsicología han llegado a hipotetizar que la espiritualidad se configuró como una motivación biológica en los ancestros humanos que desde entonces ha estado íntimamente ligada al homo sapiens. Este sentimiento espiritual sería el responsable emergente de la cultura (Bernal-Sarmiento, in press). De esta manera, la espiritualidad no es únicamente un producto de la evolución cultural sino también un motor crítico para su desarrollo. La capacidad de tener experiencias espirituales pudo haber facilitado la construcción de significados compartidos y normas sociales, base para el desarrollo de culturas complejas (Bernal-Sarmiento, in press).

La espiritualidad contribuye en la construcción de la realidad social y cultural. Las creencias y prácticas espirituales influyen en cómo los individuos y grupos interpretan el ambiente, pautan normas de comportamiento y elaboran su identidad social y cultural. Autores como Schreiber (2012) han propuesto que en la posmodernidad la *Espiritualidad* se concibe como una forma profunda de inmanencia, enfocándose en la pregunta existencial “¿quién soy?” que, aunque difícil de definir, se siente constantemente. Se distingue de las tradiciones religiosas convencionales, presentándose como un prototipo y una forma trans-tradicional de espiritualidad. Esta corriente representa la esencia de la humanidad confrontando su propia limitación para explicar el mundo, y sugiere un futuro en el que se integren más

plenamente diversas formas de comprensión y expresión espirituales (Schreiber, 2012).

De la misma manera, Rocha y Fry (2022) consideran la espiritualidad esencial en la experiencia humana, implicando aspectos que trascienden las creencias religiosas o las prácticas formales. Ellos la relacionan con la búsqueda de la autotranscendencia y una profunda sensación de conexión con todo el universo.

Según estos autores, esta búsqueda influye en aspectos como el amor, la compasión, la paciencia y un sentido de comunidad e identidad, donde los seres humanos se ven a sí mismos como parte integral y conectada con el mundo más amplio. La espiritualidad, por lo tanto, ofrece una dimensión profunda y enriquecedora de la experiencia humana, más allá de los confines de cualquier práctica religiosa institucionalizada (Rocha y Fry, 2022).

Conforme a Božek et al. (2020) la espiritualidad se entiende como un fenómeno personal y dinámico, donde una persona busca paz interior, armonía y conexión, ya sea con un poder superior, con otros, o con el universo. Para estos autores implica aspectos como la auto-realización, el desarrollo personal y la búsqueda de un significado más amplio en la vida. Esta variable se enfoca en la experiencia individual y personal de lo que se percibe como mayor que uno mismo. Su impacto positivo en la salud mental y física y en el bienestar subjetivo resalta su importancia en el contexto humano (Božek et al., 2020).

Según Astin y Astin (2010) las instituciones de educación superior deben enfocarse más en el desarrollo espiritual de su alumnado. Fomentar el crecimiento espiritual en los estudiantes contribuirá a formar una generación de jóvenes adultos más empáticos, conscientes a nivel global, y comprometidos con la justicia social. Además, estos jóvenes estarán mejor equipados para manejar con serenidad los desafíos y presiones de una sociedad tecnológicamente avanzada y en constante cambio (Astin y Astin, 2010).

Krmpotic (2016) reporta que en el ámbito clínico, la espiritualidad se incorpora más rápidamente en la noción de calidad de vida, influyendo en el diagnóstico y tratamiento, especialmente en casos complejos y multidimensionales. Por otro lado, en las ciencias sociales, la integración de la espiritualidad es más compleja y controvertida, en parte debido a la percepción de que la espiritualidad puede estar en conflicto con la transformación social. Además, en ciertas profesiones con indeterminación teórica, la espiritualidad se percibe como una dimensión ideológica que podría llevar a engaños o falsas conciencias (Krmpotic, 2016).

Estos fenómenos (espiritualidad-religión) se solapan en las percepciones de muchas personas. Sin embargo, la investigación científica se enfoca en el aspecto humano, cognitivo y emocional, además del fenomenológico de la espiritualidad, y en ese terreno se inserta este estudio.

Según lo expresado por Falb y Pargament (2014), la relación entre religión, espiritualidad y bienestar es compleja. Estos autores manifiestan

que no son inherentemente beneficiosas o problemáticas, sino que su impacto depende de cómo los individuos interactúan y expresan su religiosidad y espiritualidad. Bajo este prisma, aunque pueden resultar perjudiciales en algunos casos, también hay evidencia abundante de que son una fuerza beneficiosa, mejorando el bienestar físico y mental y conduciendo al crecimiento y la transformación positiva (Falb y Pargament, 2014).

La Psicología Médica analiza la espiritualidad en términos de cómo influye en la percepción, el comportamiento y el bienestar psicológico de las personas con enfermedad o no (Bernal-Sarmiento, 2018). Desde la Psicología Positiva, en el ámbito del bienestar la espiritualidad aporta propósito y significado, mejorando la satisfacción y la felicidad (Baysal, 2022). Prácticas como la meditación Zen y rituales de corte religioso son eficaces para alcanzar el *estado de flujo*, caracterizado por la absorción total y el disfrute en la actividad. La meditación Zen, contemplativa y silenciosa contribuye al bienestar psicológico al permitir la desconexión de preocupaciones diarias (Baysal, 2022).

En lo referente a la relación (positiva y significativa) entre espiritualidad y salud mental, esta se ha observado fuerte en adolescentes mayores y adultos jóvenes. De acuerdo con Barton y Miller (2015), el compromiso espiritual ha demostrado estar directamente relacionado con una mayor resiliencia ante los desafíos de la vida y una respuesta reducida al estrés fisiológico, particularmente en jóvenes adultos universitarios

saludables. Asimismo, encontraron que el bienestar espiritual se asocia negativamente con el estrés de la vida y positivamente con la felicidad y el bienestar psicológico en personas mayores (Barton y Miller, 2015).

Similar a la cultura, la espiritualidad es un constructo multifacético que engloba diversas dimensiones, cada una reflejando diferentes aspectos de la experiencia espiritual humana. Este enfoque dimensional permite abordar la espiritualidad como una entidad única y monolítica, y como un conjunto integrado de facetas que influyen y enriquecen la vida de los individuos de manera compleja y profunda.

A continuación, se procederá a identificar y detallar las diversas dimensiones que conforman la espiritualidad. Al desglosar este constructo, este estudio busca elucidar cómo cada dimensión contribuye de manera única a la configuración de la experiencia espiritual y su interacción con otros aspectos de la vida personal y comunitaria. Esta exploración detallada amplía nuestra comprensión de la espiritualidad como un fenómeno diverso y dinámico, y también subraya su relevancia en el estudio del bienestar humano y su desarrollo.

b) *Dimensiones de espiritualidad*

El estudio de la espiritualidad, según González-Rivera et al. (2017), distingue tres dimensiones: Intrapersonal, Interpersonal y Transpersonal. Estas dimensiones articulan la forma en que los individuos se conectan consigo mismos, con los demás, y con aspectos sacros y trascendentales,

respectivamente, ofreciendo una comprensión integral de la espiritualidad humana.

La *Conexión Intrapersonal* se refiere a la dimensión de la espiritualidad que abarca la búsqueda de sentido, significado, propósito y dirección en la vida, considerada esencial para la experiencia humana y la salud mental. Este proceso implica el autodescubrimiento, estableciendo una conexión profunda con uno mismo y alcanzando una armonía interior. A través de la reflexión interna y la búsqueda de propósito, los individuos pueden experimentar crecimiento, sanación y transformación interna, marcando el inicio de un camino espiritual hacia el bienestar (González-Rivera et al., 2017).

La espiritualidad en la *Conexión Interpersonal* se enfoca en cómo nos relacionamos con otros y con el mundo que nos rodea, incluyendo la naturaleza y lo divino. Se fundamenta en la idea de que estas conexiones se fortalecen con amor, respeto, compasión y aceptación, y se nutren mediante relaciones sanas y enriquecedoras en diversos contextos de nuestra vida (González-Rivera et al., 2017).

La *Conexión Transpersonal* de la espiritualidad abarca los aspectos trascendentales e intangibles de la existencia humana, influenciados significativamente por el entorno sociocultural, ambiental e histórico de cada persona (González-Rivera et al., 2017).

3.1.3. Cultura, espiritualidad, y sus relaciones con la Calidad Vida

La espiritualidad, entendida como conexión intrapersonal e interpersonal, juega un papel crucial en el bienestar humano. Hill y Pargament (2003) discuten cómo la espiritualidad afecta el bienestar personal, también cómo interactuamos con otros y nuestro entorno. Este enfoque multidimensional sugiere que la espiritualidad puede influir en cómo las personas experimentan y reportan su calidad de vida dentro de diferentes contextos culturales.

La calidad de vida es un concepto amplio que abarca factores físicos, mentales y sociales. La cultura puede afectar significativamente estas percepciones, modificando lo que se valora y cómo se valora (Diener y Suh, 2000). Comprender cómo la cultura modula la calidad de vida puede ofrecer comprensiones importantes sobre intervenciones y políticas públicas adaptadas culturalmente. Baron y Kenny (1986) son pioneros en explicar cómo realizar análisis de mediación y moderación para investigar relaciones causales y modificadores en Psicología. Este marco es crucial para entender si existe una relación entre variables, además cómo y bajo qué condiciones se manifiesta (Preacher, 2015).

Dada la intersección entre espiritualidad, calidad de vida y cultura, es plausible que la espiritualidad actúe como un mediador o moderador en esta relación. A pesar de la riqueza de literatura en las áreas individuales, la interacción entre estos tres dominios es menos explorada y ofrece un campo fértil para la investigación. La exploración de cómo la espiritualidad influye

en la relación entre calidad de vida y cultura podría desvelar mecanismos psicosociales previamente no reconocidos y promover un enfoque más holístico en el estudio del bienestar.

Los factores sociodemográficos son cruciales para entender variaciones en la calidad de vida y espiritualidad. Pant y Srivastava (2015) destacan que variables como nivel educativo y género afectan la salud física y mental, también cómo las personas se involucran en y se benefician de prácticas espirituales. Esta variabilidad indica que la influencia de la espiritualidad en la calidad de vida puede depender significativamente del contexto sociodemográfico.

La literatura ha mostrado que la espiritualidad a menudo correlaciona positivamente con mejor salud mental y física, y puede proporcionar recursos psicológicos para manejar el estrés y las adversidades (Koenig, 2012). La forma en que estos beneficios se manifiestan puede ser profundamente afectada por factores sociodemográficos que modulan la accesibilidad y la relevancia de las prácticas espirituales.

Los estudios han empleado análisis de moderación para examinar cómo factores como el nivel socioeconómico moderan la efectividad de intervenciones psicológicas y de salud (Potts y Henderson, 2020). Este enfoque es aplicable a la investigación sobre espiritualidad y calidad de vida, sugiriendo que la fuerza y dirección de su relación podría cambiar según el perfil sociodemográfico. La inclusión de moderadores sociodemográficos es esencial para desentrañar las complejidades de cómo la espiritualidad afecta

la calidad de vida en diferentes subgrupos. Esto puede aumentar la precisión de los estudios en psicología de la salud, también mejora la generalización de los hallazgos, permitiendo intervenciones más personalizadas y eficaces basadas en espiritualidad.

El modelo Biopsicosocioespiritual propone una visión integradora del ser humano, considerándolo como un sistema complejo dentro del continuo de salud y enfermedad. Este enfoque multidimensional reconoce que la calidad de vida está profundamente influenciada por una variedad de factores interconectados, que incluyen componentes biológicos, psicológicos, culturales y espirituales.

Cada uno de estos aspectos contribuye de manera significativa al bienestar general de las personas, afectando tanto su capacidad para manejar el estrés y la enfermedad como su percepción general de satisfacción y plenitud.

En el próximo segmento de esta investigación doctoral, se procederá a analizar la calidad de vida, asumiéndola como la variable de respuesta central del estudio. Este análisis tiene como objetivo explorar cómo las interacciones entre los factores biológicos, psicológicos, culturales y espirituales configuran la experiencia individual de la salud y el bienestar.

a) *Calidad de vida y bienestar*

A medida que las visiones unidireccionales han evolucionado, en los últimos años el concepto de calidad de vida se ha tornado más

multidimensional (Jones-Caballero y Peñas, 2002). Esta variable integra y evalúa marcadores subjetivos en las personas, considerándolas como sujetos integrantes de un ecosistema (Cuellar-López et al., 2016).

La Organización Mundial de la Salud, en 1994, ofreció una definición ampliamente aceptada de la *Calidad de Vida* como percepción individual de la persona de su posición en la vida (Lemus et al., 2014), contextualizada en su cultura y sistema de valores, y en relación con sus metas, expectativas, estándares e inquietudes. Esta definición abarca aspectos como la condición física y psicológica, independencia, relaciones sociales, creencias personales, y el entorno y la cultura, enfatizando su naturaleza subjetiva y multidimensional (Pinto et al., 2017). Leininger ve la calidad de vida como un constructo cultural, influenciado por los valores, creencias y símbolos de una cultura específica, y Parse la considera como la representación del significado que cada persona da a sus experiencias vividas (citados en Pinto et al., 2017).

El concepto de calidad de vida y bienestar están íntimamente relacionados con la percepción de significado en la vida, según las teorías existencialistas inspiradas por Viktor Frankl. La calidad de vida abarca aspectos como la satisfacción con la vida en general. Los estudios muestran una correlación positiva entre el sentido de la vida y el bienestar psicológico, donde la presencia de significado en la vida está fuertemente ligada a la satisfacción con la vida (Pruzak et al., 2021). La búsqueda activa de significado, por otro lado, puede o no estar correlacionada con el bienestar.

Además, la gratitud se identifica como un factor importante para el bienestar y la calidad de vida, especialmente entre individuos con un alto nivel de compromiso religioso (Pruzak et al., 2021).

Salvador-Carulla et al. (2014) indican que en los últimos 30 años la calidad de vida ha cobrado mayor importancia en Medicina, pasando de estar basada en medidas simples a situarse en un enfoque más completo que incluye bienestar individual, felicidad y aspectos funcionales y de discapacidad. Este desarrollo ha expandido la noción tradicional de calidad de vida relacionada con la salud hacia un concepto más amplio, el de Bienestar relacionado con la Salud, que abarca aspectos tanto positivos como negativos relacionados con esta, reflejando su complejidad y alineándose con la *medicina centrada en la persona* (Salvador-Carulla et al., 2014).

El término calidad de vida se refiere a una medida integral del bienestar de una persona o comunidad, abarcando tanto aspectos positivos como negativos de la vida en un momento dado. Este concepto incluye una variedad de facetas como la salud en sus dimensiones física, mental, y espiritual, las relaciones interpersonales, el nivel educativo, el ambiente laboral, el estatus social y económico, la sensación de seguridad, la libertad y autonomía en la toma de decisiones (Teoli y Bhardwaj, 2024).

En la actualidad, la calidad de vida se aborda como un concepto amplio que incluye el bienestar en sus distintas facetas (Meiselman, 2016). A diferencia de una perspectiva que sólo considera la salud como ausencia de

enfermedad, el bienestar integral se enfoca en un estado positivo que va más allá, incorporando varias dimensiones. Se enfatiza que la calidad de vida y el bienestar deben ser evaluados desde un modelo multidimensional, reconociendo que diferentes aspectos de la vida de una persona contribuyen a su percepción general de bienestar (Meiselman, 2016).

En el modelo teórico propuesto por Felce y Perry en el año 1995, la calidad de vida es similar a un bienestar general que engloba tanto aspectos objetivos como percepciones subjetivas en áreas como el bienestar físico, social, material y emocional (citados en Woźniak y Tobiasz-Adamczyk, 2014). Este modelo se estructura en torno a tres componentes principales: (1) las condiciones objetivas de vida, que incluyen el bienestar físico, las circunstancias materiales, las relaciones sociales y emocionales, el desarrollo personal y las actividades; (2) los valores y aspiraciones personales, que influyen en la importancia que se da a cada uno de estos aspectos; y (3) el sentimiento subjetivo de bienestar, que es la evaluación personal de satisfacción con estas condiciones objetivas. Estos elementos interactúan entre sí para formar una comprensión integral de la calidad de vida (Woźniak y Tobiasz-Adamczyk, 2014).

b) Calidad de vida, espiritualidad, y educación

La relación entre espiritualidad y calidad de vida es ampliamente respaldada por investigaciones que demuestran un vínculo positivo a nivel

global, con un interés creciente en este campo reflejado en la diversidad de estudios realizados en distintos contextos culturales.

La calidad de vida emerge como un mediador potencial entre la salud y la espiritualidad/religiosidad, abriendo nuevas vías para incorporar dimensiones espirituales que influyen en el bienestar. Este enfoque multidimensional, y el crecimiento del interés investigativo, subrayan la importancia de la espiritualidad en el análisis de la calidad de vida a nivel internacional (Van der Walt y De Klerk, 2015).

Estudios previos sugieren que una mejor educación se asocia con una mayor calidad de vida, especialmente en aspectos relacionados con la salud mental y física, las habilidades académicas, y el conocimiento sobre la empleabilidad (Gil-Lacruz et al., 2020).

La educación es un indicador clave en varios índices de calidad de vida y bienestar, como el Índice de Desarrollo Humano y el Índice de Calidad de Vida de Diener (citado en Edgerton et al., 2012), integrando medidas como la participación educativa y las tasas de alfabetización. Además de ser un indicador macro de calidad de vida, la educación influye significativamente en la vida de los individuos, impactando y siendo impactada por su calidad de vida. El nivel de logro educativo, reflejado en las credenciales académicas y vocacionales, es fundamental tanto para el logro personal como para el potencial laboral de una persona, determinando su rendimiento y oportunidades en el mercado laboral (Edgerton et al., 2012).

La calidad de vida de estudiantes de universidad ha mostrado variaciones que depende de algunos factores. Uno de los cambios más significativos en la calidad de vida se observó durante la transición de los cursos de Ciencias Básicas a los cursos clínicos (Irribarra et al., 2018). Además, factores como el origen geográfico de los estudiantes, particularmente aquellos que vienen de fuera de la Región Metropolitana, entre otros también impactan negativamente en la calidad de vida. Por otro lado, se destaca que la práctica de actividad física tiene un efecto positivo relevante en la calidad de vida de estudiantes (Irribarra et al., 2018).

En el contexto de esta investigación, se analiza la calidad de vida como una variable compleja en interacción con factores moderadores y mediadores, como la cultura, el compromiso académico, las inclinaciones profesionales y la espiritualidad. Este análisis busca comprender cómo estos elementos influyen la calidad de vida de los estudiantes, permitiendo identificar intervenciones específicas para promover el bienestar integral.

La investigación subraya la importancia de un enfoque holístico para el desarrollo de programas de apoyo estudiantil, estrategias educativas y políticas públicas que fomenten la excelencia académica, el desarrollo holístico y bienestar general, promoviendo así una sociedad más equitativa y saludable.

La calidad de vida, similarmente a la cultura, es un constructo que se entiende mejor a través de su análisis por dimensiones. Estas dimensiones encapsulan los diversos factores que contribuyen y afectan el bienestar

general de los individuos, ofreciendo una perspectiva integral sobre las variables que moldean la experiencia humana y que contribuyen a la percepción de una vida con calidad.

En el siguiente apartado se detallan estas dimensiones, proporcionando una descripción de cada una para ilustrar cómo interaccionan y contribuyen al bienestar general. Este enfoque permite una evaluación más precisa y un entendimiento más profundo de los impactos potenciales de diferentes intervenciones en la calidad de vida de las personas.

Según la Organización Mundial de la Salud (World Health Organization, 1998), la calidad de vida, tal como queda reflejada en el WHOQOL-BREF, abarca cuatro áreas principales que deben ser consideradas cuando esta sea objeto de evaluación:

- *Área de Salud Física.* Esta área contempla la evaluación de factores vinculados a la salud corporal, incluyendo aspectos como el malestar físico, los niveles de energía, patrones de sueño, movilidad, la realización de actividades cotidianas, la necesidad de medicamentos o terapias, y la eficacia en el ámbito laboral (World Health Organization, 1998).
- *Área Psicológica.* Se centra en aspectos como el valor personal, percepción sobre la apariencia física, pensamientos y emociones, capacidades cognitivas como el aprendizaje y la memoria, así

como el grado de satisfacción personal (*World Health Organization, 1998*).

- *Área de Relaciones Sociales*. Evalúa el grado de contentamiento con las interacciones personales, el respaldo social recibido, la vida sexual, y la percepción de bienestar en el contexto social (*World Health Organization, 1998*).
- *Área Ambiental*. Examina la percepción de seguridad personal, la comodidad en el hogar, la satisfacción con servicios de salud y sociales, el acceso a información, calidad del entorno físico incluyendo contaminación y ruido, así como los medios de transporte y la situación económica personal (*World Health Organization, 1998*).

La calidad de vida, tanto en poblaciones clínicas como no clínicas, ha capturado el interés de la investigación contemporánea, destacándose múltiples ámbitos de evaluación e intervención. Entre estos, la Orientación Educativa emerge como un campo significativo, especialmente en su capacidad para influir en el bienestar de individuos a través de estrategias educativas y de desarrollo personal.

En las siguientes líneas, se explora cómo las prácticas y principios de la orientación educativa pueden ser aplicados para mejorar la calidad de vida.

3.2. Orientación educativa e identidad vocacional

Cada uno de los constructos analizados en esta investigación (ie. cultura, espiritualidad, intereses, compromiso y calidad de vida) confluyen en el sistema de operaciones de la orientación vocacional y profesional que se basa en enfoques de counselling educativo y psicológico a nivel individual y en el contexto escolar (Bernal-Sarmiento, 2022).

El objetivo principal de la *orientación* contemporánea es fortalecer la toma de decisiones vocacionales y profesionales a través del autoconocimiento, lo que proporciona a las personas herramientas para dirigir su proyecto de vida de manera más efectiva (Ministerio de Educación del Ecuador, 2015).

Sus fines no van dirigidos únicamente a la elección vocacional y el acceso al mundo laboral, también es una práctica de desarrollo personal en constante construcción dentro de la dialéctica establecida entre el estudiantado y la institución educativa (Bernal-Sarmiento, 2022; Bisquerra, 2013; García-Botero et al., 2022).

Psicólogos y consejeros buscan eliminar estereotipos, respetando las experiencias únicas de diversos grupos sociales y culturales. En el ámbito del asesoramiento profesional, consideran la herencia cultural de sus clientes para ofrecer un entorno inclusivo que promueva trayectorias profesionales satisfactorias. La meta es fomentar autoconciencia e identidad cultural, ayudando a los clientes a entender cómo su cultura e identidad influyen en sus aspiraciones profesionales (Counseling Psychology, s/f).

El autoconocimiento ocupa un sitio destacado en los programas de orientación, puesto que se considera un fundamento esencial e indispensable para tomar decisiones relacionadas con la carrera profesional. Se destaca la función diagnóstica de la orientación, que busca fomentar la exploración personal y proporcionar información relevante para la toma de decisiones. Se ha reportado que la falta de orientación vocacional adecuada, tanto en la Educación Secundaria como en la Educación Superior, es un factor de riesgo para el abandono de los estudios (García-Botero et al., 2022; Portal et al., 2022).

Para McIlveen y Patton (2007) la orientación profesional narrativa combina el constructivismo y la narrativa personal para guiar las decisiones de carrera. Este enfoque destaca la importancia de la historia individual, las emociones y la subjetividad, enfocándose en el desarrollo colaborativo de una narrativa coherente entre el cliente y el consejero. La evaluación se realiza mediante métodos cualitativos que integran la acción y la reflexión personal, promoviendo el autoconocimiento y la adaptabilidad frente a los cambios de carrera asegurando una transición fluida y coherente en el ámbito profesional (McIlveen y Patton, 2007).

La orientación profesional narrativa fomenta la reflexión de los investigadores y la auto-reflexión del personal laboral. Centrándose en las emociones profundas, ayuda a las personas a construir su carrera y autoentendimiento, reconsiderando sus historias de vida y clarificando el significado personal de sus experiencias. Esto mejora su identidad y les

ayuda a identificar patrones de vida, facilitando la construcción de carrera y la toma de decisiones (Maree, 2019).

La promoción de la salud y la calidad de vida de los estudiantes es una aspiración de la orientación profesional contemporánea mediante programas que desarrollen el potencial humano (Bernal-Sarmiento, 2022). La orientación educativa juega un papel crucial en la configuración de la *identidad académica* de los estudiantes, la cual se define como la integración de sus intereses profesionales y motivaciones académicas desarrolladas a lo largo de su carrera universitaria. Este enfoque aborda las elecciones y preferencias profesionales de los estudiantes, comprende sus compromisos y dedicación hacia sus estudios, elementos fundamentales para su éxito y bienestar.

El próximo apartado, profundiza en cómo estos componentes de la identidad académica se manifiestan y evolucionan en el entorno universitario. Se explorará cómo la orientación educativa puede influir y potenciar estos aspectos, facilitando así el desarrollo de una trayectoria académica alineada con los objetivos personales y profesionales de cada estudiante.

3.2.1. El Comportamiento Académico en términos de intereses profesionales y compromiso académico

Las motivaciones y rasgos relacionados con los aspectos académicos se manifiestan en la *identidad profesional*, la cual es una dimensión

psicológica formada tanto por la historia personal del individuo como por la historia de la profesión y la ciencia que la respalda (Arias et al., 2019).

Esta variable surge de la interacción entre las habilidades individuales y el aprendizaje social, y está estrechamente vinculada a las experiencias durante los estudios de pregrado y posibles experiencias laborales (Carvalho et al., 2021). A lo largo de la etapa educativa, el periodo de escolarización brinda al individuo la oportunidad de estar expuesto a influencias personales y grupales que desempeñarán un papel fundamental en la construcción de su propia identidad (González-Lorente y Martínez-Clares, 2015).

Para Kriukova y Reva (2020), la identidad profesional es una estructura multidimensional y dinámica que incluye una imagen sólida, coherente y realista de uno mismo, así como la habilidad para enfrentar los desafíos profesionales en cada etapa del desarrollo. Esta identidad brinda un sentido de autorrealización, crecimiento personal y una sensación de pertenencia a la profesión y comunidad profesional, independientemente de las circunstancias cambiantes. Durante la formación profesional, se produce una transformación de una identidad inestable a una más estable y consciente, enfocada en la autorrealización dentro de la comunidad profesional (Kriukova y Reva, 2020).

Los intereses y preferencias de las personas cambian a medida que adquieren madurez cognitiva. En una etapa específica, los intereses y preferencias profesionales de los niños se basarán en sus ideales y fantasías siendo también objeto de modificación en etapas posteriores de la vida. Por

ello es importante considerar la influencia y el efecto conjunto de factores culturales, sociales, familiares y evolutivos que desempeñan un papel significativo en la formación de los humanos a lo largo de su ciclo vital (Blanco-Echeverry, 2022; Porras et al., 2022)

Los estudios de Holland en los años 70 del siglo XX observaron una relación entre dos conceptos: consistencia y congruencia de la personalidad. La consistencia se refiere a los diferentes tipos de personalidad que presentan un patrón de similitud, lo que da lugar a tipos consistentes, menos consistentes y con consistencia media (Fernández et al., 2019). Por otro lado, Holland propuso el concepto de congruencia, que explica que el entorno de una persona está sujeto a una estructura similar a las dimensiones de la personalidad (Fernández et al., 2019). En otras palabras, el individuo puede encontrarse en un entorno congruente o incongruente en relación a sus rasgos vocacionales.

Según Holland, las preferencias profesionales se desarrollan a partir de los rasgos de personalidad y el ambiente de trabajo donde uno se siente satisfecho. El modelo propuesto por Holland define seis dimensiones de personalidad vocacional conocidas como: realista (R), investigador (I), artista (A), social (S), emprendedor (E) y convencional (C), y estos seis tipos de personalidad vocacional se agrupan en el acrónimo RIASEC. Este modelo es ampliamente utilizado para orientar a las personas (Arias et al., 2019).

A continuación, se describen los rasgos de estas seis personalidades vocacionales, o intereses profesionales (dominios RIASEC) (Ministerio de Educación del Ecuador, 2017):

- *Realista*: persona con habilidades manuales, orientada hacia aptitudes mecánicas y científicas, práctica, constructiva, silenciosa, con un alto grado de autoconciencia y enfoque en el trabajo práctico.
- *Investigadora*: individuo intelectual, estudioso, curioso, académico, científico, con amplios intereses, preciso y meticuloso.
- *Artística*: persona con intereses amplios, soñadora, idealista, imaginativa, introspectiva, no conformista, original, rebelde, sensible, sofisticada, fuera de lo común, verbal, ingeniosa y complicada.
- *Social*: individuo amable, entusiasta, persuasivo, sincero, confiable, comprensivo, generoso, receptivo, sociable, cálido, con habilidades de liderazgo y enfoque no científico.
- *Empresarial*: persona agresiva, dominante, emprendedora, extrovertida, con buen liderazgo, enfoque no científico, persuasiva, en busca de placer y popularidad, práctica, inteligente, sociable, arriesgada, rígida y segura de sí misma.
- *Convencional*: individuo satisfecho, pragmático, adaptable, astuto, convencional, ordenado, no artístico, no idealista,

concienzudo y no original (ver Ministerio de Educación del Ecuador, 2017, p. 25).

Toda persona en proceso de formación contará con intereses profesionales y el compromiso académico. Los intereses profesionales se hacen manifiestos en los años finales de la Educación Secundaria y en los primeros años de la Educación Superior (Acosta- Amaya, 2018). Existe un consenso general en cuanto a la descripción del *Compromiso Académico* como un concepto complejo y multifacético que abarca diversas dimensiones independientes pero interrelacionadas que se refuerzan mutuamente (Morcillo-Martínez et al., 2021).

El compromiso puede servir como un indicador de la permanencia de los estudiantes o para detectar señales de abandono escolar (Bakker et al., 2018; De Besa-Gutiérrez et al., 2023; López-Aguilar et al., 2021). Además, como indicador positivo de bienestar y éxito académico, esta variable compromete al individuo con la institución educativa de manera activa, yendo más allá de la simple asistencia y atención en clases (Medrano y Moretti, 2015).

La investigación psicológica y pedagógica se ha dedicado al análisis del constructo compromiso académico. El análisis psicológico se centra en la modulación de factores internos del individuo, como el mundo subjetivo y emocional, que influyen en la motivación y las estrategias de aprendizaje. En tanto que, el análisis pedagógico se enfoca en comprender hasta qué

punto la educación puede fomentar el surgimiento del compromiso en los estudiantes a través de intervenciones preventivas (Colás-Bravo et al., 2021).

El compromiso académico, que evalúa cuán involucrados están los estudiantes con su educación, se organiza en torno a tres aspectos fundamentales (Schaufeli y Bakker, 2003):

- *Vigor*. Este aspecto mide la intensidad del esfuerzo y la energía mental que los estudiantes aplican en su aprendizaje. Se destaca por un compromiso activo y una perseverancia frente a obstáculos, mostrando la voluntad de los estudiantes de esforzarse en sus estudios a pesar de posibles dificultades (Schaufeli y Bakker, 2003).
- *Dedicación*. Refleja el nivel de compromiso emocional con los estudios, evidenciado por un sentido de propósito, entusiasmo, motivación y orgullo en el esfuerzo académico. Los estudiantes con alta dedicación se sumergen profundamente en su aprendizaje, sintiendo que sus tareas académicas son desafiantes pero gratificantes (Schaufeli y Bakker, 2003).
- *Absorción*. Este componente describe la capacidad de los estudiantes para estar completamente concentrados y sumergidos en sus tareas educativas, al punto de perder la noción del tiempo. Aquellos estudiantes que experimentan absorción están completamente enganchados con sus

actividades de estudio, entrando en un estado de fluidez donde sus tareas capturan toda su atención (Schaufeli y Bakker, 2003).

Estos tres componentes juntos forman un marco para entender el grado de conexión y entusiasmo de los estudiantes hacia sus estudios, desde el esfuerzo que están dispuestos a invertir hasta el grado de satisfacción y concentración que experimentan en su proceso educativo.

El proceso de desarrollo de la carrera universitaria es profundamente influenciado por una amalgama de factores que incluyen los valores culturales, las conexiones espirituales, los intereses profesionales y las motivaciones académicas de los estudiantes. Cada uno de estos elementos contribuye a configurar un camino único que, si bien está lleno de oportunidades, también presenta múltiples retos para el estudiantado. Reconocer y entender estos factores es fundamental para apoyar eficazmente a los estudiantes en su trayecto académico y profesional.

El siguiente apartado explora cómo la narrativa personal y profesional de cada estudiante se forma y se reconfigura a lo largo de su experiencia universitaria. Este enfoque contemporáneo en la orientación profesional puede ayudar a los estudiantes a articular y comprender sus propias historias de carrera, facilitando la identificación de estrategias para superar los desafíos y aprovechar al máximo las oportunidades que se presentan en su camino.

3.2.2. La Construcción Narrativa de la Carrera: un enfoque contemporáneo en Orientación Profesional

Este estudio doctoral explora un modelo en orientación educativa contemporánea, basado en la *Teoría de la Construcción de la Carrera* de Savickas (2013), quien ve la carrera como una historia construida y narrada a lo largo de la vida. El enfoque narrativo de este autor proporciona a este estudio un marco valioso para entender las diferencias culturales, espirituales, en intereses, motivaciones, y bienestar, entre estudiantes de diferentes sociedades y su relación con sus elecciones y desarrollo de carrera.

Para Rudolph et al. (2019), la Teoría de la Construcción de Carrera adopta una perspectiva evolutiva, diferencial y dinámica, sobre el comportamiento vocacional, enfocándose en cómo las personas asimilan sus conceptos vocacionales y roles laborales a lo largo de sus vidas. Esta teoría considera el desarrollo de la carrera como un proceso continuo de adaptación, integrando necesidades personales con expectativas sociales. Aborda cómo las personas manejan demandas laborales y transiciones, y cómo diferencias individuales influyen en la integración de los conceptos de sí mismo con roles laborales (Rudolph et al., 2019).

De acuerdo con Del Corso y Rehfuß (2011), comprender cómo las personas construyen sus carreras desde una perspectiva narrativa ofrece a los orientadores profesionales y psicólogos vocacionales un enfoque práctico, integral y holístico. La Teoría de la Construcción de la Carrera permite evaluar e intervenir en tres componentes: personalidad vocacional,

adaptabilidad profesional y temas de vida. Los consejeros pueden analizar cómo la personalidad del estudiante o del cliente refleja sus intereses y valores actuales, adaptar las interpretaciones de pruebas objetivas a la narrativa del cliente sujeto, y utilizar la narrativa para evaluar y fomentar la adaptabilidad profesional y la congruencia de los roles laborales con los temas de vida de la persona (Del Corso y Rehfuss, 2011).

Kaliris e Issari (2022) indican que para Savickas, la carrera se construye a partir de pequeñas historias personales que se reconstruyen en el asesoramiento, culminando en la co-creación de planes futuros entre consejero y cliente para un nuevo episodio profesional en el mundo real. La Teoría del Diseño de Vida, relacionada, enfatiza un diseño de vida holístico para la satisfacción personal, resaltando la importancia de la flexibilidad, la empleabilidad y el aprendizaje permanente. La intervención de consejería se desarrolla incluyendo la formación de narrativas y el desarrollo de varios roles subjetivos, llevando al estudiante o cliente a practicar nuevos roles para una identidad más satisfactoria (Kaliris e Issari, 2022).

De acuerdo con Porras et al. (2022), la investigación sobre la elección de la carrera profesional se puede clasificar en tres categorías. La primera categoría abarca teorías que consideran la elección como un proceso temporal e interactivo. La segunda categoría engloba teorías que se centran en el contenido, las características individuales y el contexto, que influyen en la elección. La tercera categoría examina tanto el contenido como el

proceso, y comprende las particularidades de los sujetos, sus entornos, su desarrollo y su interacción (Porras et al., 2022).

El desarrollo de una carrera profesional implica un proceso continuo que se inicia y finaliza junto con la vida de cada individuo, abarcando su trayectoria a lo largo del tiempo. Durante este proceso, la identidad personal y profesional se construye de manera gradual a partir de las experiencias y situaciones vividas, dando lugar a un estilo de vida característico para cada persona (Suárez-Ortega, 2013).

Tras este análisis teórico detallado de los constructos principales que configuran este marco teórico en torno a las relaciones entre cultura, espiritualidad, intereses profesionales, compromiso académico, y calidad de vida, se procede a formular los objetivos y las hipótesis de investigación, vinculadas a las siguientes **preguntas de investigación**:

- ¿Cuáles son los dominios de cada una de las variables que integraran un modelo de regresión que explique el mayor índice predictivo?
- ¿Qué tipo de interacciones se pueden presentar entre las variables predictivas y la Calidad de Vida?
- ¿Qué tipo de interacciones se pueden establecer entre la Espiritualidad y la Calidad de Vida considerando los aspectos sociodemográficos como moderadores de la relación?

4. OBJETIVOS E HIPÓTESIS DEL ESTUDIO

En este contexto teórico, y con objeto de responder a las preguntas de investigación anteriores se propone un estudio empírico para el que se establecen los siguientes objetivos e hipótesis de trabajo:

4.1. Objetivo general:

1. Comprender la influencia de la Cultura, los Intereses Profesionales, la Espiritualidad, y el Compromiso Académico como predictores de la Calidad de Vida y del bienestar de estudiantes universitarios de dos culturas distintas.

4.2. Objetivos específicos:

1. Caracterizar y describir las percepciones de los estudiantes universitarios de dos culturas distintas en torno a la Cultura, Espiritualidad, Intereses Profesionales, Compromiso Académico, y Calidad de Vida.
2. Identificar las diferencias entre estudiantes de Ecuador y España en las diversas dimensiones de: Cultura, Espiritualidad, Intereses Profesionales, Compromiso Académico, y Calidad de Vida.

3. Identificar las dimensiones que configuran las distintas variables de investigación que se relacionan de manera significativa con la Calidad de Vida de estudiantes universitarios.
4. Analizar la relación entre la Cultura y la Calidad de Vida, y cómo esta interacción es moderada por la Espiritualidad.
5. Analizar la relación entre las Preferencias Profesionales y la Calidad de Vida, considerando el Compromiso Académico como un factor mediador.
6. Explorar el rol de factores sociodemográficos como moderadores de la asociación entre la Espiritualidad y la Calidad de Vida.

4.3. Hipótesis general:

1. La Calidad de Vida de estudiantes universitarios de distintas sociedades está influenciada por la Cultura, los Intereses Profesionales, la Espiritualidad y el Compromiso Académico.

4.4. Hipótesis específicas

1. Existen diferencias transculturales significativas en los dominios de las siguientes variables: Cultura, Espiritualidad, y Compromiso Académico.
2. Los Intereses Profesionales de estudiantes españoles y ecuatorianos serán idénticos en al menos dos de los tres dominios RIASEC más puntuados por cada país.

3. Estudiantes españoles tienen una mejor percepción sobre la calidad de vida que los estudiantes ecuatorianos y esta es significativa.
4. La Calidad de Vida de los estudiantes universitarios está significativamente predicha por los dominios de: Cultura, Espiritualidad Personal, los Intereses Profesionales, y el Compromiso Académico.
5. La asociación entre Orientación al Desempeño dimensión cultural y Calidad de Vida es moderada por el efecto del incremento de la Conexión Interpersonal.
6. La asociación entre Orientación al Desempeño dimensión cultural y Calidad de Vida es mediada por el efecto del incremento de la Conexión Intrapersonal.
7. La personalidad Emprendedora que integra los Intereses Profesionales y su efecto sobre la Calidad de Vida es mediada por los dominios Vigor y Dedicación del Compromiso Académico.

5. MÉTODO

Tras establecer un marco teórico sólido y explorar las dimensiones y dinámicas entre las variables relevantes en nuestro estudio (ie. cultura, espiritualidad, intereses profesionales, compromiso académico, y calidad de vida), este estudio avanza hacia su fase empírica. En esta sección, nos centramos en describir los aspectos metodológicos asociados al análisis comparativo entre Ecuador y España que vamos a realizar con objeto de discernir cómo los factores anteriormente señalados varían y se interrelacionan en contextos culturales distintos.

Esta comparación transnacional enriquece nuestra comprensión de las variables del estudio, también prepara el terreno para investigaciones más profundas sobre los roles moderadores y mediadores que estas pueden jugar. En su desarrollo emplearemos metodologías estadísticas avanzadas para examinar interacciones entre las variables señaladas y su impacto en la calidad de vida de los estudiantes universitarios de ambos países.

5.1. Diseño de la investigación

Estudio cuantitativo, de tipo transversal, correlacional, no experimental. Con un enfoque en análisis comparativo, regresión lineal múltiple, y exploración de moderaciones y mediaciones.

5.2. Participantes

Participaron 780 estudiantes que cursaban estudios universitarios en la Universidad de Granada en España, y en la Universidad de Cuenca en Ecuador (en la sección de resultados, se describen en detalle las características sociodemográficas de los participantes). La muestra se seleccionó utilizando un muestreo no probabilístico por conveniencia dado que sólo se recogieron datos de aquellos grupos-clase cuyo profesorado responsable permitió desarrollar la investigación. Se tuvieron en cuenta los siguientes criterios de inclusión para la participación en el estudio: (1) tener 18 años o más; (2) estar cursando una carrera universitaria; y (3) que los estudiantes aceptaran participar por voluntad propia y firmaran el consentimiento informado.

5.3. Instrumentos

Cultura. El GLOBE es un proyecto de investigación psicométrica de amplio alcance que se centra en comprender las relaciones entre la cultura de la sociedad, las prácticas organizacionales y los atributos del liderazgo efectivo. Iniciado por Robert J. House en 1991, el proyecto GLOBE es reconocido por su enfoque multicultural y multi-método, habiendo analizado datos recopilados de aproximadamente 17.300 gerentes en 62 sociedades. El instrumento GLOBE categoriza las culturas según nueve dimensiones o dominios (descritas anteriormente), cada una representando aspectos clave de las culturas y prácticas organizacionales.

Esta investigación empleó la adaptación Beta del GLOBE de Castillo (2015) al español. El formato de respuesta de esta escala es de tipo Likert con cinco opciones de respuesta (1= Totalmente en desacuerdo, 5= Totalmente de acuerdo). Los distintos elementos que integran los dominios del cuestionario se suman para obtener las puntuaciones. Se realizó un análisis factorial exploratorio del cuestionario debido a lo sensible de la variable evaluada en una muestra de dos culturas distintas. La solución de cinco factores que se obtuvo se utilizó en los análisis posteriores.

La aplicación del Análisis Factorial Exploratorio al instrumento de cultura se justifica como un paso esencial para confirmar la estructura del constructo en las poblaciones específicas estudiadas, asegurando su relevancia y adaptabilidad a los contextos culturales de los estudiantes universitarios de Ecuador y España. Este enfoque metodológico es clave para validar la estructura existente del instrumento dentro de la muestra analizada, permitiendo ajustes necesarios que reflejan con precisión las realidades culturales de los grupos de estudio garantizando la obtención de datos fiables y significativos que contribuyan a la validez y precisión de los resultados del estudio.

El índice de adecuación muestral Kaiser-Meyer-Olkin: .829 y de la prueba de esfericidad de Bartlett: Aprox. Chi-cuadrado: 4477.434, grados de libertad (g): 253, $p < .001$, indicaron que las variables están correlacionadas y, por tanto, es probable que compartan factores comunes.

Ambas pruebas apoyan la decisión de proceder con un análisis de factorización de ejes principales.

Por medio de este método se detectó una estructura subyacente de cinco dominios que explicaron el 39.30% de la varianza. De los 28 elementos, cinco elementos (ie. 5, 10, 18, 20, 22) no cumplieron con el criterio de carga factorial igual o mayor a .50 por lo que se excluyeron del análisis que condujo a la solución final. Luego de esto se confirmó la misma estructura en la muestra, forzando para ello la extracción de cinco dominios.

El análisis de la fiabilidad del cuestionario, medido a través del Alpha de Cronbach, reportó un valor satisfactorio ($\alpha = .79$). Para el conjunto de escalas la fiabilidad osciló entre .53 y .83 (ie. Orientación Humana ($\alpha = .83$). Orientación al Desempeño ($\alpha = .70$). Elitismo o Distancia de Poder ($\alpha = .67$). Asertividad o Agresividad ($\alpha = .65$). Igualdad de Géneros ($\alpha = .53$). A nivel general estos valores fueron aceptables.

Espiritualidad Personal. La Escala de Espiritualidad Personal fue validada por González-Rivera et al. (2017) con la intención de evaluar la espiritualidad desde una perspectiva multidimensional. La versión consta de 12 ítems distribuidos en tres factores: Conexión Intrapersonal, Conexión Interpersonal y Conexión Transpersonal. La escala es formato Likert de cuatro puntos, que varía desde (1=Totalmente en desacuerdo) hasta (4=Totalmente de acuerdo). En esta escala los puntajes pueden oscilar entre 12, como mínimo, y 48, como máximo, donde un puntaje más alto indica un nivel más alto de espiritualidad.

La fiabilidad obtenida en la escala global para esta muestra fue de .817, y para los tres dominios indicados osciló entre .73 y .94 (ie. Dominio Interpersonal $\alpha = .84$, Dominio Intrapersonal $\alpha = .73$, Dominio Transpersonal $\alpha = .94$).

Inventario de Preferencias Profesionales para Jóvenes (IPPJ). Diseñado y validado en Ecuador para explorar los intereses ocupacionales o vocacionales de estudiantes, este instrumento tiene seis dimensiones: Realista, Investigador, Artístico, Social, Emprendedor, Convencional, y 60 reactivos cada uno con cinco opciones de respuesta (1= Totalmente en desacuerdo, 5= Totalmente de acuerdo). El sujeto circunscribe su personalidad vocacional en los tres dominios con los puntajes más altos (Ministerio de Educación del Ecuador, 2017).

Los valores de Alfa de Cronbach que se observaron en la muestra de este estudio oscilaron entre .81 y .93: Inventario de Preferencias Profesionales $\alpha .93$; Personalidad Realista $\alpha .86$; Personalidad Investigadora $\alpha .89$; Personalidad Artística $\alpha .90$; Personalidad Social $\alpha .84$; Personalidad Emprendedora $\alpha .84$; Personalidad Convencional $\alpha .82$.

Compromiso Académico. Se empleó el cuestionario UWES-S en su versión en español (Schaufeli y Bakker, 2003) que permite evaluar el Compromiso Académico en estudiantes. Tiene 17 reactivos cada uno con siete opciones de respuesta (0 = Nunca/Ninguna vez), 6 = Siempre/Todos los días). A mayor puntuación niveles más altos de compromiso académico

(Medrano y Moretti, 2015). Se agrupa en tres subescalas definidas anteriormente: Vigor, Absorción, Dedicación

Los valores del análisis de la fiabilidad medida a través del Alpha de Cronbach reportados por esta investigación fueron de .85, .87 y .87 para las dimensiones de vigor, dedicación y absorción respectivamente, y de .94 para la escala total.

Calidad de Vida. Se empleó la versión Breve de la Escala de Calidad de Vida de la Organización Mundial de la Salud (WHOQOL-BREF). Sirve para conocer la percepción sobre la calidad de vida, la salud y otras áreas de la vida, conformado por 26 reactivos, cada uno con cinco opciones de respuesta (1-5). Las puntuaciones superiores denotan una calidad de vida más alta que las inferiores. Comprende cuatro dimensiones (descritas en el apartado teórico de esta tesis): Salud Física, Salud Psicológica, Salud Social, Salud Ambiental (Servicio Andaluz de Salud, 2010).

Los índices de fiabilidad para este cuestionario en esta muestra oscilaron entre .71 y .90. Cuestionario de Calidad de Vida α .902; Dominio Físico α .715; Dominio Psicológico α .814; Dominio Social α .710; Dominio Ambiente α .796.

Aspectos sociodemográficos. Se incluyeron preguntas cerradas con objeto de recoger información acerca de: (1) edad, (2) sexo, (3) país de origen y residencia, (4) pareja, (5) religión, (6), curso académico, (7) estado civil, (8) carrera, y (9) si desempeña alguna actividad remunerada.

5.4. Procedimiento

Todos los instrumentos psicométricos utilizados en la investigación son tipo Likert y se auto administran. En primera instancia se diseñó un formulario en línea integrado por los cinco instrumentos psicométricos. Se optó por esta modalidad de aplicación debido a que el diseño de la investigación se desarrolló durante el confinamiento (COVID 19), además en la actualidad esta modalidad de aplicación mediante dispositivos es muy utilizada.

Este formulario se aplicó a través de la herramienta Google Forms de manera piloto a jóvenes para detectar alguna dificultad en la comprensión de los constructos o de algún otro tipo. Se gestionaron los permisos correspondientes. Una vez obtenidos los permisos, se coordinó con los profesores de las universidades para la aplicación de los instrumentos. La administración del formulario se realizó en horas que correspondían a la formación académica del estudiantado, o el profesor compartía el link del formulario en línea para que los estudiantes respondan desde sus casas. La recogida de los datos se realizó a lo largo de tres años. Se recopilaron datos de estudiantes de universidad de Granada y Ceuta (España) y de Cuenca (Ecuador).

5.5. Análisis de datos

Este estudio adoptó un enfoque cuantitativo para el análisis de los datos, utilizando técnicas estadísticas avanzadas para examinar las

relaciones entre las variables de estudio. Los análisis estadísticos se realizaron utilizando el programa SPSS versión 29. Los gráficos se realizaron con la asistencia de GPT-4 de OpenAI. La edición y organización de las tablas se llevó a cabo en Microsoft Excel 2016.

Se empleó el análisis factorial exploratorio (AFE) para evaluar la estructura del instrumento psicométrico encargado de medir cultura. Para los demás instrumentos se emplearon pruebas de fiabilidad, como el coeficiente alfa de Cronbach, para determinar la consistencia interna de las escalas. Para el análisis comparativo de las muestras de España y Ecuador, se recurrió a la prueba U de Mann-Whitney, dado que la distribución de las variables no seguía una distribución normal. Este enfoque permitió estudiar la diferencia de medias entre los dos grupos. Además, se realizaron análisis de regresión lineal múltiple para identificar los predictores significativos de la calidad de vida, considerando variables independientes la cultura, la espiritualidad, los intereses profesionales, y el compromiso académico.

Se aplicaron análisis de mediación y moderación para explorar las relaciones complejas entre las variables, permitiendo una comprensión más profunda de cómo interactúan entre sí. Estos métodos proporcionaron *insights* valiosos sobre los mecanismos subyacentes que influyen en la calidad de vida y el bienestar de los estudiantes universitarios en contextos culturales diversos. La investigación contó con un informe ético favorable emitido por el comité de Bioética de la Universidad de Granada.

6. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

6.1. Estadística descriptiva de participantes y variables del estudio y discusión de resultados

6.1.1. Características de los participantes

La media de edad de los participantes en el estudio fue de 21, 07 años; las mujeres representaron el 82,80 % y los hombres el 17,8%. El 92% de la muestra indicó ser de estado civil soltero. El 52,3% de la muestra fue de origen español y el 47,7% población cuencana ecuatoriana. La distribución de la muestra por cursos se distribuyó del siguiente modo: 39.5%, 18.3%, 24.9%, 15.6%, y 1.7%, para estudiantes de primero, segundo, tercero, cuarto, y quinto año de carrera, respectivamente.

La mayoría de los/las participantes españoles cursaban estudios en Trabajo Social 39,1%, Educación Social, Educación Infantil, y Pedagogía (las tres carreras suman el 12,5%). Mientras que, todos los estudiantes de Ecuador estudiaban Psicología, es decir el 48,1%. En cuanto al posicionamiento religioso, el 16,3 % de la muestra se autodenominó como católica practicante, el 32, 3 % católica no practicante, el 18,3% agnóstico, y el 15,9% ateo. El resto de los participantes mostró otras posiciones religiosas.

El 18,8% de la muestra dijo tener alguna actividad remunerada y el 81,2% no.

6.1.2. Dimensiones de Cultura

En la Tabla 1 se observan los valores medios y desviaciones típicas de las variables objeto de estudio. Si bien las diferencias no son elevadas, los análisis de medias que más adelante se desarrollan mostraron diferencias estadísticamente significativas. En términos generales, se observó una mayor variabilidad en la muestra de Ecuador que en la de España, que más adelante se comenta.

Tabla 1. Comparación de alfas de Cronbach, medias y desviaciones estándar por dominio cultural entre España y Ecuador

Dominio	España			Ecuador		
	α	M	s	α	M	S
Orientación Humana	0.81	2.90	0.95	0.84	2.98	0.97
Orientación al Desempeño	0.61	3.63	0.95	0.75	3.82	1.01
Elitismo o Distancia de Poder	0.65	4.18	0.90	0.66	4.04	0.99
Asertividad Agresividad	0.64	3.12	0.86	0.67	3.37	0.92
Igualdad de Géneros	0.52	2.37	1.12	0.52	2.56	1.19

Se aplicó la prueba de Mann-Whitney U para evaluar diferencias entre países en varios dominios. Los resultados indicaron que no hubo una

diferencia estadísticamente significativa en el dominio de Orientación Humana ($U = 70105,500$, $p = .065$). Sin embargo, se encontraron diferencias significativas en los siguientes dominios: Orientación al Desempeño ($U = 59760,000$, $p < .001$, $r = .394$); Distancia de Poder, ($U = 61885,000$, $p < .001$, $r = 0.408$); Asertividad/Agresividad ($U = 6186,500$, $p < .001$, $r = .408$); e Igualdad de Género ($U = 67403,000$, $p < .05$, $r = .444$).

Las diferencias en medias y desviaciones típicas entre españoles y ecuatorianos en los distintos dominios culturales indican variaciones en el modo en el que estos son percibidos y valorados. Las desviaciones típicas más altas en un grupo sugieren una mayor variabilidad en las respuestas, lo que podría reflejar una diversidad más amplia de opiniones o experiencias dentro de ese grupo. Los resultados de la prueba U de Mann-Whitney mostraron la existencia de diferencias estadísticamente significativas entre españoles y ecuatorianos en varios dominios, lo que subrayó la importancia de considerar la cultura en el análisis de comportamientos y actitudes de grupos nacionales distintos.

En cada una de las dimensiones de cultura estudiadas se observaron los siguientes aspectos:

Orientación Humana. La investigación sobre la orientación humana, un dominio cultural que enfatiza la preocupación por los demás y la amabilidad reveló comprensiones significativas cuando comparamos España y Ecuador. La interpretación de las medias cercanas, con España registrando un 2.90 y Ecuador un 2.98, sugiere una similitud en la valoración

de la bondad y atención hacia los demás entre estas sociedades (GLOBE, 2020). Este hallazgo inicial indica que, a pesar de las diferencias culturales, ambas naciones comparten valores fundamentales relacionados con la orientación humana.

La expresión de la orientación humana en España podría estar influenciada por un contexto cultural europeo, donde las normas de cortesía y las expresiones sociales juegan un papel importante. Por otro lado, en Ecuador, estas expresiones podrían ser moldeadas por un marco cultural latinoamericano, caracterizado por una mayor calidez y una expresión abierta de preocupación por los demás. Comprender estas diferencias es crucial para la comunicación intercultural efectiva y la gestión de equipos internacionales (GLOBE, 2020).

El análisis de datos proporcionado por el proyecto GLOBE 2020 destaca las diferencias en las puntuaciones de orientación humana entre ambos países, con Ecuador puntuando 5.26 y España 5.69. Estas cifras indican variaciones culturales significativas en la importancia otorgada a la amabilidad y el apoyo mutuo (GLOBE, 2020).

La investigación de Schlösser et al. (2012), que examinó la orientación humana en 25 países, incluyendo muestras de estudiantes, encontró diferencias notables entre las puntuaciones de Ecuador (3.98) y España (3.46). Este estudio refleja cómo las sociedades valoran y practican la amabilidad y la generosidad entre sus miembros, destacando variaciones a lo largo del tiempo. Además, un estudio anterior (Schlösser, 2006) reportó

un aumento en la puntuación de orientación humana de España a 4.45, representando un incremento de +1.13 en comparación con estudios anteriores. En contraste, Ecuador registró una disminución a 3.95, reflejando una tendencia hacia actitudes menos generosas y amables. Estos cambios sugieren dinámicas evolutivas en la percepción y práctica de la orientación humana en ambas sociedades.

Las diferencias en la expresión de valores fundamentales como la amabilidad y la generosidad pueden tener implicaciones prácticas significativas en la interacción y colaboración entre individuos de diferentes culturas. En el ámbito educativo y organizacional, estas diferencias podrían influir en las expectativas y en la manera de abordar las relaciones interpersonales, el trabajo entre compañeros y la gestión del bienestar. Es esencial considerar los contextos culturales específicos al analizar y aplicar estos valores en estrategias educativas, organizacionales y políticas sociales.

Orientación al Desempeño. Esta investigación revela una diferenciación en la orientación al desempeño entre Ecuador y España, con Ecuador mostrando una media de 3.82 frente a una media de 3.63 en España. Esta diferencia sugiere que en Ecuador hay un mayor énfasis en valores como la disciplina y el logro, reflejando una cultura que pretende el éxito personal, la excelencia en el desempeño y el esfuerzo. Por otro lado, la media más baja en España indica una valoración importante de estos mismos valores, pero con una intensidad posiblemente menor, sugiriendo

diferencias en prácticas educativas, expectativas laborales y actitudes hacia el rendimiento y la competencia.

Estas observaciones sugieren implicaciones significativas en el ámbito educativo y laboral, donde en Ecuador podría existir una mayor presión por el rendimiento y la competitividad, mientras que en España se promueve un equilibrio más holístico que incluye bienestar y otras dimensiones de la vida.

El informe del proyecto GLOBE (2020) apoya y amplía estas observaciones, registrando valores de 6.32 para Ecuador y 5.8 para España en el dominio de Orientación al Desempeño. Este marco comparativo resalta cómo las culturas en América del Sur y Europa Latina abordan el desempeño y la excelencia de manera distinta, con un balance entre altos estándares y un fuerte sentido de colectividad y colaboración en América del Sur, mientras que en Europa Latina, incluida España, se enfatiza la calidad de vida y el equilibrio trabajo-vida junto con la excelencia y el desempeño (GLOBE, 2020; House et al., 2014).

Además, el estudio de Franco-Álvarez et al. (2019) sobre estudiantes de educación física en Ecuador y España ilustra estas diferencias culturales, mostrando que los estudiantes ecuatorianos tienen una orientación más alta tanto al ego como a la tarea. Esto sugiere una mayor valoración del logro individual en Ecuador, en contraste con España, donde estas orientaciones pueden estar más moderadas. La investigación de Checa-Morales et al. (2021) resalta la importancia de las prácticas organizativas y la coordinación relacional en la satisfacción y el desempeño estudiantil, señalando la

necesidad de adaptar modelos organizacionales que promuevan un ambiente académico propicio para el desempeño estudiantil en distintos contextos culturales (Checa-Morales et al., 2021).

Esta investigación junto con los estudios citados (ej. GLOBE, 2020; House, et al., 2014; Franco-Álvarez, et al., 2019; Checa-Morales et al., 2021) proporciona una visión comprensiva de cómo la orientación al desempeño se manifiesta y se valora en Ecuador y España, ofreciendo entendimientos valiosos para la formulación de políticas y prácticas que fomenten el bienestar y la productividad en contextos educativos y laborales.

Es crucial para gestores y responsables políticos reconocer estas diferencias culturales al desarrollar estrategias y políticas educativas y laborales. En el ámbito de las instituciones educativas, esto implica adaptar las estrategias de motivación y gestión del rendimiento para reflejar las variaciones culturales entre Ecuador y España, promoviendo entornos que respeten y se alineen con las normativas y expectativas culturales de cada país.

Distancia de Poder. La Distancia de Poder, como concepto que mide la aceptación de jerarquías y diferencias de poder dentro de una sociedad, reveló diferencias significativas entre España y Ecuador.

La investigación muestra que en España se registra una mayor puntuación (4.18) en comparación con Ecuador (4.04), lo que indica que las estudiantes españolas perciben una mayor aceptación de las jerarquías y diferencias de poder en su entorno, en comparación con sus homólogas

ecuatorianas. Este fenómeno sugiere que las instituciones educativas, el mercado laboral y la sociedad española en general, pueden tener estructuras y actitudes jerárquicas más pronunciadas (GLOBE, 2020).

El contexto universitario influye en cómo las estudiantes interactúan con los profesores y en sus expectativas sobre la dinámica de poder en el aula y en la investigación. En España, esta mayor distancia de poder podría conducir a una tendencia a respetar la autoridad académica sin cuestionarla, mientras que en Ecuador, se podría promover un ambiente más propicio para el cuestionamiento y la participación activa. Esta diferencia afecta la dinámica en el aula, también puede tener implicaciones en las aspiraciones profesionales y el desarrollo de carrera de las estudiantes, puesto que el alumnado español podría estar más acostumbrado a navegar en entornos donde las jerarquías son más pronunciadas, influenciando su enfoque hacia la búsqueda de empleo y el desarrollo profesional.

Las percepciones de la distancia de poder también están influenciadas por la experiencia de las mujeres en sociedades donde las cuestiones de género juegan un papel importante. Las diferencias en las puntuaciones podrían reflejar variaciones en la igualdad de género, especialmente en entornos académicos y profesionales, y están probablemente influenciadas por el contexto sociocultural más amplio de cada país, incluyendo factores como la historia, las normas sociales y las estructuras de poder predominantes.

Ogliastri et al. (1999) destaca que, entre las regiones globales, América del Sur, el Medio Oriente y Europa Latina se inclinan más hacia estructuras elitistas, con siete naciones latinoamericanas entre las diez con mayor desigualdad de poder analizadas.

Esto incluye a España, dentro de los países latinos de la Unión Europea, que comparte similitudes clave con las culturas de América del Sur en términos de una alta distancia de poder que valora una jerarquía sólida en la sociedad, además de la influencia significativa de la religión, especialmente el catolicismo, que contribuye a la aceptación de jerarquías y valores tradicionales (Prabhudesai et al., 2017).

House et al. (2014) sugieren que tanto América del Sur como Europa Latina comparten una aceptación relativamente alta de la desigualdad de poder dentro de las organizaciones y la sociedad. Sin embargo, hay variaciones en cómo se manifiesta esta aceptación, con prácticas y actitudes específicas que varían entre culturas. En contraste, una investigación de Rodríguez-Rivero et al. (2022) reporta que, en Ecuador, existe una percepción más alta de aceptación de la desigualdad de poder en comparación con España, pero con un deseo compartido de reducir la distancia de poder, siendo este deseo posiblemente más pronunciado en España. Esto sugiere una tendencia hacia estructuras más horizontales y democráticas en ambos países, pero con una inclinación mayor en España hacia la minimización de las jerarquías.

Finalmente, el informe del proyecto GLOBE (2020) muestra valores bajos de distancia de poder para ambos países, con 2.3 para Ecuador y 2.26 para España, lo que podría indicar una tendencia general hacia la reducción de la distancia de poder en ambos contextos.

Asertividad-Agresividad. La comparación de asertividad/agresividad entre Ecuador y España, basada en las diferencias en puntuaciones observadas y respaldadas por la significancia estadística de la prueba U de Mann-Whitney, destaca una variación cultural sustancial en cómo se valora y expresa la asertividad en estos dos países.

Con Ecuador registrando una media de 3.37 frente a los 3.12 de España, se sugiere que la sociedad ecuatoriana tiende más hacia la expresión directa, franca y, en ocasiones, confrontativa en interacciones sociales y profesionales, en comparación con España. Esta diferencia en la percepción y aceptación de la asertividad/agresividad puede estar influenciada por una amalgama de factores culturales, sociales e históricos que dan forma a las normas de comunicación y comportamiento en cada país.

Para individuos y organizaciones operando en ambos contextos, es crucial reconocer y adaptarse a estas diferencias culturales. En ámbitos como el empresarial o educativo, las estrategias de comunicación y liderazgo pueden requerir ajustes para alinearse con las expectativas culturales específicas de cada país. El Proyecto GLOBE arroja luz sobre esta cuestión, registrando valores de 3.65 para Ecuador y 4 para España en el

dominio de Asertividad, lo que indica una divergencia en cómo se manifiesta y valora la asertividad entre estas dos culturas (GLOBE, 2020).

La colaboración de 160 expertos en ciencias sociales y gestión de 62 culturas diferentes en el marco del Proyecto GLOBE, liderada por House y Javidan (2003), proporciona un contexto amplio para entender estas diferencias. Dentro de la dimensión de Asertividad, Ecuador alcanzó una puntuación de 4.09, ubicándose en un nivel moderadamente alto de asertividad en comparación con otros países. España, con una puntuación de 4.42, se clasifica entre las naciones con un nivel más alto de asertividad según este estudio. Estos hallazgos sugieren que, aunque ambos países exhiben niveles relativamente altos de asertividad, existe una variación significativa en la intensidad y aceptación social de dichas conductas (House y Javidan, 2003).

Según Castillo-Palacio et al. (2020) las sociedades con altas calificaciones en asertividad se caracterizan por comportamientos dominantes y una actitud proactiva, valorando la fortaleza y la capacidad para hacer las cosas. En contraste, las sociedades con calificaciones más bajas en asertividad tienden a favorecer la empatía, la humildad y el trabajo en equipo. Esta dinámica refleja percepciones tradicionales de género, donde se espera que los hombres exhiban comportamientos más agresivos y dominantes, mientras que las cualidades como la delicadeza y la no agresividad se asocian más con lo femenino (Castillo-Palacio et al., 2020).

Además, culturas con altas puntuaciones en asertividad como EE.UU., Austria, Alemania y Nigeria se distinguen por una comunicación directa y una valoración de la iniciativa personal y la competencia. Por otro lado, culturas con un grado menor de asertividad como Suecia y Japón, demuestran una preferencia por la comunicación indirecta, la modestia y fomentan una actitud cooperativa y compasiva hacia los más vulnerables (Corpas-Marco, 2023).

La investigación sobre asertividad/agresividad entre Ecuador y España revela importantes diferencias culturales que tienen implicaciones significativas para la interacción social, la comunicación y las prácticas organizacionales en estos países. La adaptación a estas diferencias culturales es esencial para individuos y organizaciones que buscan operar efectivamente en estos diversos contextos.

Igualdad de Género. El estudio comparativo sobre la percepción de la igualdad de género entre estudiantes universitarias en Ecuador y España revela diferencias significativas, con medias más altas en Ecuador (2.56) en comparación con España (2.37). Esta diferencia sugiere que las estudiantes universitarias en Ecuador perciben una mayor desigualdad de género, lo cual podría estar influenciado por experiencias personales y la observación de dinámicas de género en su entorno académico y social. La investigación destaca la influencia de las distintas experiencias sociales y culturales de hombres y mujeres en la percepción de la igualdad de género, sugiriendo

que una muestra más equilibrada en términos de género podría revelar variaciones en estas percepciones.

El contexto cultural y las normas de género en Ecuador y España proporcionan un marco para entender estas percepciones variadas. Según el informe del proyecto GLOBE (2020), las medias en el dominio de igualdad de géneros fueron altas para ambos países, con 4.59 para Ecuador y 4.82 para España. La investigación de Shine (2021) sobre la adopción de políticas de igualdad de género en Europa Nórdica, Occidental y América ilustra la variabilidad en la implementación de estas políticas, con una adopción limitada en países como Ecuador. Esta variabilidad en las políticas de igualdad de género puede contribuir a las diferencias en la percepción de la igualdad de género entre países y géneros.

Los estudios de Corpas-Marco (2023), Lyness y Judiesch (2014), proporcionan evidencia adicional de cómo la igualdad de género es experimentada y percibida de manera diferente en distintos contextos culturales y sociales. Mientras que algunas naciones exhiben un alto grado de igualdad de género, otras enfrentan desafíos significativos, como una mayor segregación laboral por sexo y una escasa representación femenina en puestos de autoridad (Ollo-López y Goñi-Legaz, 2015).

Las dificultades personales y académicas, exacerbadas por factores socioeconómicos y la falta de apoyo institucional, son identificadas como barreras críticas para el desempeño estudiantil, según Silva-Martínez et al. (2023). Este estudio subraya la importancia de desarrollar políticas

educativas y programas de apoyo que aborden las desigualdades de género.

La representación política de las mujeres en España y Ecuador, como se informa en International IDEA (2024), muestra un progreso hacia la igualdad de género en la política. Sin embargo, la persistencia de la desigualdad en otras áreas sugiere que aún queda trabajo por hacer para lograr una igualdad de género plena. Este análisis destaca la importancia de desarrollar intervenciones y políticas efectivas que aborden las diferencias culturales y las normas de género en la promoción de la igualdad de género. La inclusión de programas de sensibilización y capacitación sobre igualdad de género para ambos géneros es crucial para superar las barreras existentes y promover una sociedad más equitativa.

En la Figura 1 se pueden visualizar las diferencias culturales entre Ecuador y España mediante un gráfico de telaraña.

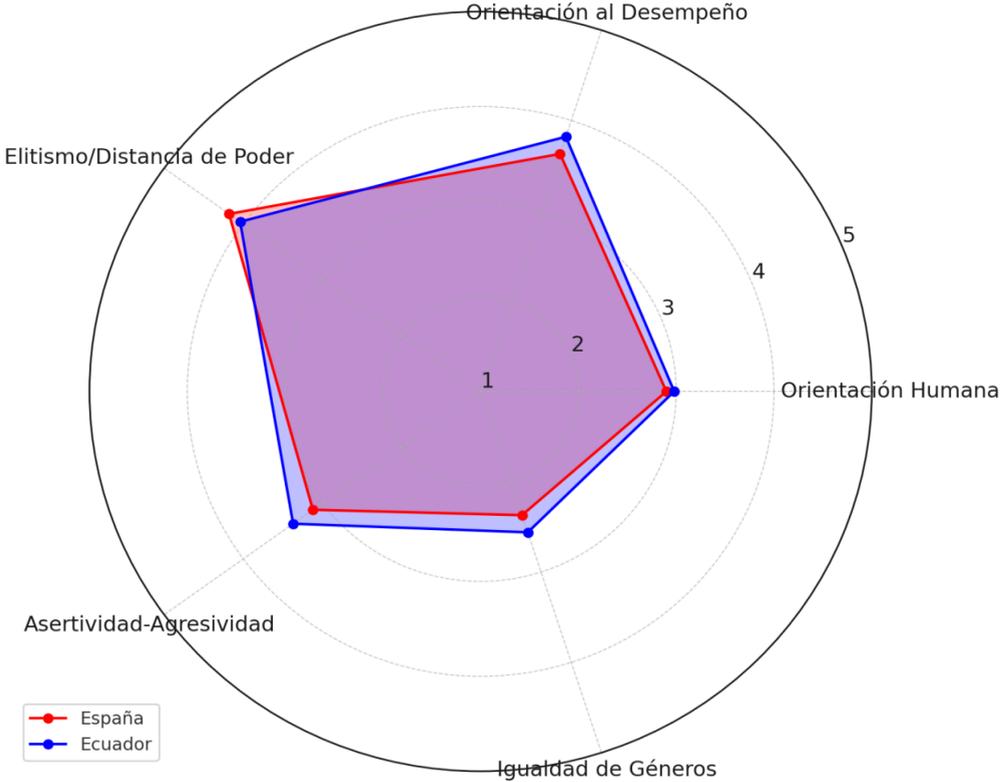


Figura 1. Gráfico de araña de las diferencias en dimensiones culturales entre España y Ecuador

6.1.3. Dimensiones de Espiritualidad Personal

A continuación se presenta la Tabla 2, en la cual se muestra la comparación entre España y Ecuador de los alfas de Cronbach, medias y desviaciones estándar para cada dominio de espiritualidad.

Tabla 2. Estadísticos descriptivos y análisis de fiabilidad para cada dominio de espiritualidad en los participantes de Ecuador y España

Dominio	España			Ecuador		
	α	M	s	α	M	s
Conexión Intrapersonal	0.73	2.29	2.76	0.71	2.64	2.58
Conexión Interpersonal	0.81	3.69	1.88	0.86	3.55	2.34
Conexión Transpersonal	0.91	1.79	3.38	0.94	2.63	3.78

Se realizó la prueba U de Mann-Whitney para evaluar las diferencias entre grupos en los dominios de espiritualidad. Se encontraron diferencias estadísticamente significativas en todos los dominios evaluados. En el dominio de Conexión Intrapersonal, se observó un valor U de 47355,500 ($p < .001$, $r = 0.312$). Similarmente, en el dominio de Conexión Interpersonal, se encontró un valor U de 62776,500 ($p < .001$, $r = .414$). Finalmente, en el dominio de Conexión Transpersonal, el valor U fue de 38557,000 ($p < .001$, $r = .254$).

Las medias y desviaciones típicas de puntuaciones por dominio reflejan los niveles promedio de espiritualidad y la variabilidad dentro de cada país. La presencia de desviaciones típicas más altas indica una mayor variabilidad en las respuestas. Estos hallazgos son relevantes para entender las diferencias culturales y contextuales en la experiencia y expresión de la espiritualidad en estas dos poblaciones.

Las medias indican la tendencia central, mientras que las desviaciones estándar reflejan la dispersión o variabilidad de las respuestas dentro de cada grupo. Los resultados de la prueba U de Mann-Whitney sugieren diferencias estadísticamente significativas en todos los dominios

entre españoles y ecuatorianos, con variaciones en los patrones de espiritualidad que podrían estar influenciados por factores culturales, sociales o individuales.

La literatura existente proporciona un marco contextual para interpretar estas diferencias. Muñoz-García y Villena-Martínez (2020) destacan cómo los valores espirituales, como el altruismo y la frugalidad, prevalecen entre los estudiantes universitarios andaluces, a pesar de una tendencia hacia el secularismo y una baja internalización de las creencias religiosas.

Esto sugiere una distinción en cómo la espiritualidad se conceptualiza y vive en contextos culturales específicos. Adicionalmente, el *Pew Research Center* (2019) documenta una participación religiosa más activa en Ecuador comparada con España, lo que refleja diferencias culturales profundas en la práctica y el compromiso religioso.

En este sentido, Casas et al. (2009) encuentra que, en la juventud catalana, la espiritualidad adquiere un papel significativo en la satisfacción con la vida durante la transición a la adultez, sugiriendo un desplazamiento hacia la búsqueda de un propósito y significado más profundos. Esto se alinea con los hallazgos de Reig-Ferrer et al. (2019), quienes reportan que las enfermeras españolas jóvenes reconocen y valoran su espiritualidad personal, alcanzando niveles de bienestar espiritual mayores en comparación con otros colectivos. Estas observaciones apuntan hacia una evolución en la comprensión y la importancia de la espiritualidad en España,

donde se enfatiza más en la dimensión personal e intrapersonal que en la práctica religiosa formal.

Por otro lado, en Ecuador, la espiritualidad parece estar más influenciada por experiencias transpersonales y prácticas religiosas/espirituales, como lo indica el estudio de Motiño et al. (2021), que muestra diferencias en el afrontamiento del estrés basado en la espiritualidad entre Honduras y España. Esto sugiere que en Ecuador, similar a Honduras, la espiritualidad puede desempeñar un papel más central en la vida cotidiana y en el manejo de situaciones estresantes, posiblemente debido a un mayor compromiso religioso.

El estudio de Dávalos-Batallas et al. (2020) en una universidad ecuatoriana sobre la enseñanza de la compasión en la formación de profesionales de la salud, y el análisis de Dornhoff et al. (2019) sobre la relación con la naturaleza y la preocupación ambiental entre jóvenes ecuatorianos y alemanes, enfatizan la importancia de la autotrascendencia y la conexión con lo universal en la espiritualidad ecuatoriana. Estos estudios sugieren que la espiritualidad en Ecuador se manifiesta en la práctica religiosa y también en una profunda conexión con la naturaleza y la comunidad, reflejando valores de autotrascendencia como predictores significativos de la preocupación ambiental y la relación con la naturaleza.

Integrando estos hallazgos, este estudio subraya cómo las diferencias culturales y contextuales entre España y Ecuador modelan de manera única las experiencias espirituales y religiosas de sus poblaciones.

Mientras que en España la espiritualidad puede estar más orientada hacia la dimensión intrapersonal y las relaciones humanas, en Ecuador la conexión transpersonal y la práctica religiosa/espiritual juegan roles fundamentales. Esto resalta la necesidad de abordajes educativos y de intervenciones que reconozcan y valoren la diversidad espiritual y cultural, promoviendo un entendimiento más profundo de la espiritualidad como un componente esencial del bienestar humano en diversos contextos culturales.

6.1.4. Preferencias Profesionales para Jóvenes (IPPJ)

A continuación, se presenta la Tabla 3, en la cual se muestra la comparación entre España y Ecuador de los alfas de Cronbach, medias y desviaciones estándar para cada dominio de Intereses Profesionales.

Tabla 3. Estadísticas descriptivas de las dimensiones del Inventario de Preferencias Profesionales para Jóvenes (IPPJ)

País Dominio	España			Ecuador		
	α	M	s	α	M	s
Realista (R)	0.81	2.23	0.71	0.87	2.36	0.89
Investigadora (I)	0.87	2.98	0.85	0.89	3.55	0.85
Artística (A)	0.88	2.88	0.94	0.89	3.38	0.95
Social (S)	0.82	4.14	0.60	0.85	3.97	0.69
Emprendedora (E)	0.82	3.33	0.69	0.86	3.44	0.76
Convencional (C)	0.82	3.69	0.63	0.82	3.70	0.68

Los resultados de esta investigación resaltan un marcado interés en el dominio Social tanto en España como en Ecuador, subrayando una preferencia generalizada por carreras que enfatizan la interacción humana,

el trabajo en equipo y la comunicación. Esta tendencia refleja una cultura laboral enfocada en la colaboración y el aspecto relacional del trabajo, lo que es consistente con los hallazgos de Mason et al. (2020), donde se observó que los estudiantes de paramedicina mostraron una combinación dominante de personalidad Social-Investigativo-Artístico (SIA), y se destacaron diferencias de género en las preferencias de personalidad, siendo el tipo S (Social) predominante.

El segundo dominio de interés más alto en ambos países fue el Convencional, indicando una valoración compartida de la estructura, la organización y la eficiencia. Este hallazgo sugiere una predisposición hacia entornos laborales que requieren precisión y un enfoque sistemático, aspectos fundamentales en diversas profesiones y sectores.

La diferencia en el tercer dominio de interés más alto entre los dos países, con España inclinándose hacia el dominio Emprendedor y Ecuador hacia el Investigador, refleja variaciones en las orientaciones educativas, las oportunidades económicas o incluso las tendencias culturales que influyen las preferencias profesionales de los estudiantes. Este contraste podría sugerir que en España existe un mayor énfasis en la innovación y el liderazgo, mientras que en Ecuador se valora más la curiosidad intelectual y la solución de problemas.

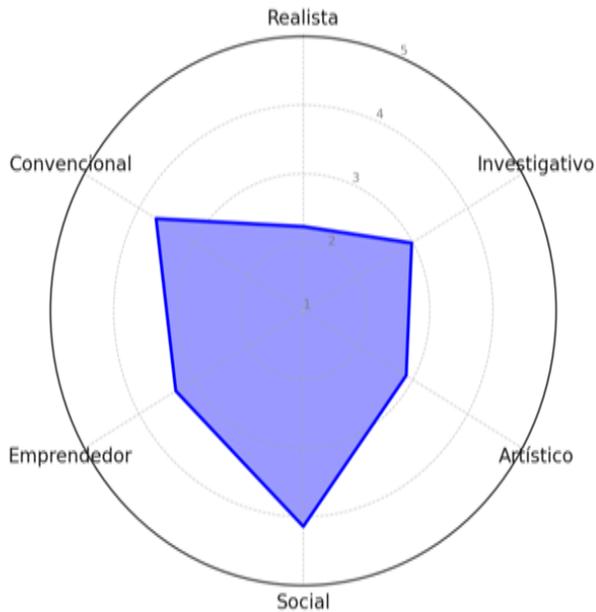
La revisión sistemática realizada por Mason et al. (2020) sobre las preferencias profesionales en estudiantes de enfermería y paramedicina corrobora la predominancia del tipo de personalidad Social en estos

campos, destacando la importancia de la interacción y el cuidado hacia los demás en estas profesiones. La identificación de diversas combinaciones del código de Holland en estos estudios, y en algunos casos la presencia de personalidades incongruentes con la ocupación, subraya la complejidad de las preferencias vocacionales y la necesidad de un enfoque individualizado en la orientación profesional y educativa (Mason et al., 2020).

Villafañe et al. (2022) enfatiza la utilidad de las evaluaciones de la personalidad y la implicación académica como herramientas para comprender el rendimiento académico y dirigir estrategias de prevención hacia individuos potencialmente vulnerables. Esta perspectiva es fundamental para el desarrollo de intervenciones educativas y vocacionales que respondan a las necesidades específicas de los estudiantes, promoviendo trayectorias profesionales alineadas con sus intereses y habilidades personales.

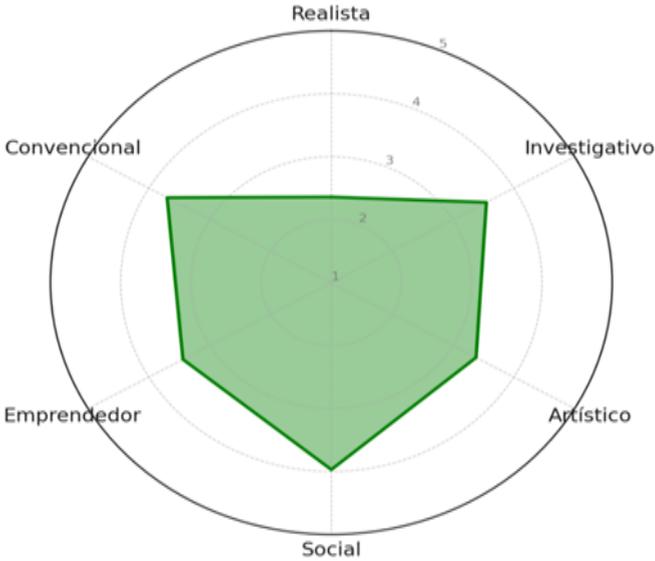
Estos hallazgos resaltan la importancia de considerar las diferencias individuales y culturales en la orientación vocacional y la planificación educativa. La identificación de intereses dominantes y tipos de personalidad entre estudiantes de diferentes contextos geográficos y culturales ofrece entendimientos valiosos para el diseño de programas educativos y de orientación profesional que fomenten el desarrollo de carreras satisfactorias y productivas, en consonancia con las inclinaciones y capacidades de cada estudiante.

En los siguientes gráficos se pueden observar las tendencias hexagonales de los intereses profesionales de estudiantes españoles (Figura 2) y ecuatorianos (Figura 3), y una comparación entre los dos países (Figura 4).



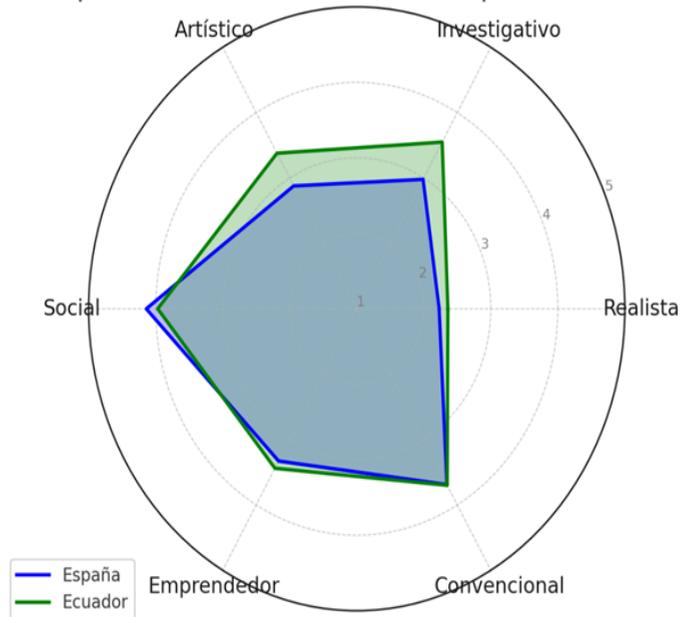
Nota. Adaptado del "Inventario de Preferencias Profesionales para Jóvenes".

Figura 2. Perfil RIASEC en función de las puntuaciones obtenidas por los participantes españoles en el estudio en cada una de las dimensiones vocacionales



Nota. Adaptado del "Inventario de Preferencias Profesionales para Jóvenes".

Figura 3. Perfil RIASEC en función de las puntuaciones obtenidas por los participantes ecuatorianos del estudio en cada una de las dimensiones vocacionales



Nota. Adaptado del "Inventario de Preferencias Profesionales para Jóvenes".

Figura 4. Comparación de los perfiles RIASEC entre participantes de España y Ecuador según las puntuaciones obtenidas en las dimensiones vocacionales

- ***Implicaciones Culturales y Educativas***

En lo referente a las implicaciones culturales y educativas que se pueden derivar de estos resultados, en España la valoración de las cualidades emprendedoras puede estar relacionada con un entorno empresarial dinámico y una cultura que fomenta la innovación y el liderazgo. Esto podría implicar la necesidad de fortalecer la educación y formación en habilidades de emprendimiento y de liderazgo. En Ecuador el interés en el dominio Investigador sugiere una sociedad que valora el conocimiento, la curiosidad intelectual y la innovación. Esto podría indicar la importancia de

apoyar la investigación y el desarrollo, así como de fomentar una educación centrada en el pensamiento crítico y la exploración.

Estos datos proporcionan una visión valiosa de los intereses profesionales en España y Ecuador, mostrando tanto similitudes como diferencias. En ambos países, hay un claro énfasis en los roles sociales y convencionales, pero también se destacan diferencias clave que reflejan las prioridades y valores culturales únicos de cada país. Estas tendencias pueden informar políticas educativas y de empleo, así como estrategias de desarrollo económico y social adaptadas a las necesidades y preferencias de cada sociedad.

6.1.5. *Compromiso Académico*

A continuación se muestran, en la Tabla 4, los valores de Alfa de Cronbach, medias y desviaciones típicas para cada dominio de Compromiso Académico en España y Ecuador.

Tabla 4. Estadísticos descriptivos de las dimensiones de Compromiso Académico

País	Vigor			Dedicación			Absorción		
	A	M	s	A	M	s	α	M	s
España	0.84	3.79	1.14	0.87	3.84	1.19	0.86	3.24	1.21
Ecuador	0.86	4.05	1.17	0.88	4.17	1.31	0.87	3.57	1.23

En el análisis comparativo del compromiso académico entre estudiantes universitarios de España y Ecuador. Utilizando la prueba U de

Mann-Whitney para comparaciones intergrupales, se evidenciaron diferencias significativas en las dimensiones de Vigor ($U = 64356,000$, $p < .001$, $r = .424$) y Absorción ($U = 59423,000$, $p < .001$, $r = .392$), mientras que, en Dedicación, la diferencia no alcanzó la significancia estadística ($U = 71410,000$, $p = .163$).

Los resultados indican un mayor nivel de Vigor entre los estudiantes ecuatorianos, lo que sugiere una mayor energía y resistencia mental en sus actividades académicas, una tendencia consistente dada la cercanía en las desviaciones estándar entre ambos países.

Esto podría reflejar las diferencias en el contexto educativo y sociocultural de cada país, influenciado por factores como métodos de enseñanza, expectativas educativas y soporte social, tal como se discute en Navarro-Abal et al. (2018), quienes registraron niveles inferiores al promedio en todas las dimensiones de compromiso en una muestra de estudiantes universitarios españoles.

En cuanto a la Dedicación, aunque las medias fueron similares entre ambos países, la mayor desviación estándar en Ecuador indica una mayor variabilidad en la experiencia de dedicación entre los estudiantes ecuatorianos. Esto resalta la importancia de abordar las diferencias individuales y culturales en las estrategias educativas, promoviendo enfoques más personalizados que reconozcan la diversidad de experiencias y contextos de los estudiantes (Gaibor-González et al., 2023).

Respecto a la Absorción, la significativa mayor media en Ecuador refleja un mayor grado de inmersión y concentración en actividades académicas, posiblemente debido a un entorno educativo que favorece o demanda una mayor inmersión en el aprendizaje. Esto destaca la necesidad de adaptar los métodos de enseñanza a las necesidades y características de los estudiantes en diferentes contextos educativos y culturales.

Además, el estudio de Avellán -Pérez (2022) y Gómez-Garzón et al. (2020) sobre el compromiso académico entre estudiantes de ingeniería ecuatorianos y trabajadores y estudiantes de cuarto nivel en una universidad de Samborondón, respectivamente, resalta la importancia de aspectos emocionales y motivacionales en el fomento del compromiso académico.

Finalmente, la investigación de Pérez-Fuentes (2020) y López-Aguilar (2021) sobre la influencia de la inteligencia emocional en el *engagement* académico y la relación entre el vigor, esfuerzo personal y compromiso académico con el éxito educativo, respectivamente, subraya la importancia de estrategias que aumenten la motivación y la capacidad de enfrentar desafíos académicos, así como el desarrollo de programas educativos que promuevan un aprendizaje activo y adaptativo.

Estos hallazgos resaltan la complejidad del compromiso académico y la necesidad de abordar las diferencias individuales y culturales en las intervenciones educativas. El análisis sugiere que tanto los contextos educativos como los enfoques pedagógicos deben ser considerados para fomentar un mayor compromiso académico, lo que a su vez puede mejorar

el rendimiento académico y la satisfacción estudiantil en diversas realidades educativas.

6.1.6. Calidad de Vida

A continuación, en la Tabla 5 se muestran los valores de Alfa de Cronbach, y en la Tabla 6, medias y desviaciones típicas para cada dominio de Calidad de Vida en los participantes de España y Ecuador. Asimismo, en las Tablas 7 y 8, aparece la distribución de respuestas de los participantes en función de la calidad de vida percibida.

Tabla 5. Alfa de Cronbach de las Dimensiones de Calidad de Vida

Dominio	α (Ecuador)	α España
Social	.74	.66
Físico	.74	.66
Psicológico	.84	.78
Ambiental	.82	.77

Tabla 6. Estadísticos descriptivos de medidas de calidad de vida en las personas participantes de Ecuador y España

Dimensión	País	M (rango 1-5)	Media Transformada (0-100)	s
Física	España	3.53	63.31	1.10
	Ecuador	3.24	55.94	1.09
Psicológica	España	3.34	58.57	1.03
	Ecuador	3.21	55.29	1.08
Social	España	3.63	65.68	1.13
	Ecuador	3.31	57.73	1.16
Ambiente	España	3.58	64.46	0.99
	Ecuador	3.41	60.30	1.06

Tabla 7. Distribución porcentual de respuestas dadas por los participantes de España en cada uno de los niveles propuestos de calidad de vida y satisfacción con la salud

Pregunta	Muy Mala /Muy Insatisfecho/a	Regular / Un poco Insatisfecho/a	Normal / Lo normal	Bastante Buena / Bastante Satisfecho/a	Muy Buena / Muy Satisfecho/a
¿Cómo calificaría su calidad de vida?	0.25	5.42	32.02	50.99	11.33
¿Cómo de satisfecho/a está con su salud?	1.97	11.08	32.51	38.67	15.76

Tabla 8. Distribución porcentual de respuestas dadas por los participantes de Ecuador en cada uno de los niveles propuestos de calidad de vida y satisfacción con la salud

Pregunta	Muy Mala /Muy Insatisfecho/a	Regular / Un poco Insatisfecho/a	Normal / Lo normal	Bastante Buena / Bastante Satisfecho/a	Muy Buena / Muy Satisfecho/a
¿Cómo calificaría su calidad de vida?	1.07	14.97	43.05	31.55	9.36
¿Cómo de satisfecho/a está con su salud?	5.61	17.38	43.32	24.06	9.63

La evaluación comparativa de la calidad de vida y la satisfacción con la salud entre distintas cohortes y contextos geográficos ofrece perspectivas profundas sobre el estado de bienestar humano en diversas condiciones de vida. Investigaciones precedentes han abordado estos temas desde múltiples ángulos, proporcionando un cuerpo de evidencia que subraya las variaciones en la percepción de la calidad de vida y los factores que contribuyen a dichas percepciones.

López (2020) analizó tres muestras distintas, incluidos cuidadores de pacientes con cáncer, migrantes y estudiantes de pregrado, revelando que los estudiantes de pregrado registraron las puntuaciones más elevadas en dominios específicos como Psicológico, Social y Ambiental. Este resultado sugiere una percepción positiva de la calidad de vida entre los estudiantes en estas dimensiones, contrastando potencialmente con los desafíos inherentes a sus roles.

Por otro lado, el estudio de Iribara et al. (2018) se centró en la calidad de vida de estudiantes de medicina, identificando puntuaciones de 68,8 en CV total y 65,4 en satisfacción de salud, con los dominios Ambiental, Físico y Psicológico como los más altos. Este estudio también destacó diferencias significativas de género en ciertos dominios, lo cual enfatiza la importancia de considerar el género como una variable influyente en la percepción de la calidad de vida.

Adicionalmente, la investigación realizada por Zhang et al. (2012) en China con estudiantes de medicina encontró variaciones significativas en la calidad de vida entre diferentes especialidades, especialmente en los dominios Psicológico y Social, indicando la influencia del área de estudio en la percepción de la calidad de vida. En contraste, Al-Shibani y Al-Kattan (2019) evaluaron la calidad de vida de estudiantes de odontología en Arabia Saudita, observando diferencias de género en los dominios Físico y Psicológico y una mejora general en la calidad de vida a medida que los estudiantes avanzaban en su carrera.

En el contexto de la presente investigación, se compararon los resultados sobre calidad de vida y satisfacción con la salud en España y Ecuador. En España, se observó una percepción predominantemente positiva de la calidad de vida, con un 50.99% de los encuestados calificando su calidad de vida como "Bastante buena". En Ecuador, la calidad de vida fue calificada como "Normal" por un 43.05% de los encuestados, con un porcentaje significativamente alto considerándola "Regular".

Estas diferencias pueden reflejar variaciones en los sistemas de salud, bienestar económico y expectativas culturales entre ambos países. La investigación señaló una mayor satisfacción con la salud en España, lo que podría estar asociado a un acceso más amplio a servicios de salud de alta calidad, una economía más robusta o factores sociales y ambientales que favorecen el bienestar general.

La interpretación de estos hallazgos debe tener en cuenta el contexto socioeconómico y cultural de cada país. Factores como el empleo, la educación y la infraestructura social ejercen una influencia crucial en cómo las personas perciben su calidad de vida y su salud.

Las normas culturales y las expectativas sobre lo que constituye una "buena" calidad de vida o salud también varían entre países, afectando las respuestas de los individuos.

La revisión de los índices de calidad de vida y seguridad en España y Ecuador, basada en datos proporcionados por Numbeo en 2024, demuestra una mejora significativa en la calidad de vida en España, con un índice ascendiendo de 164,5 en 2021 a 177,0 en 2024. No obstante, su índice de seguridad experimentó una disminución, pasando de 66,9 a 63,8. En contraposición, Ecuador mostró un leve incremento en su índice de calidad de vida, de 118,8 a 121,4, mientras que su índice de seguridad se redujo de 45,6 a 37,9. Estas variaciones sugieren cambios en las percepciones de calidad de vida y seguridad, reflejando posiblemente las diferencias en condiciones económicas, políticas públicas y contextos sociales de cada país (Numbeo, 2024).

La comparación de los índices de calidad de vida entre Granada y Cuenca ofrece una vista detallada de las diferencias que impactan en las condiciones de vida en ambas ciudades. Granada sobresale por su seguridad, atención médica de alta calidad y un clima favorable, contribuyendo a un índice de calidad de vida muy alto. A diferencia de esto,

Cuenca, aunque presenta un bajo costo de vida y un clima excepcionalmente favorable, enfrenta retos en términos de poder adquisitivo y una relación precio de propiedad-ingreso elevada, indicando dificultades para adquirir vivienda en relación con los ingresos locales (Numbeo, 2024).

Además, mediante el uso del estadístico U de Mann-Whitney para evaluar diferencias significativas en la calidad de vida entre estudiantes universitarios de Ecuador y España, se encontraron diferencias estadísticamente significativas en los dominios físico, psicológico, social y ambiental.

En el dominio físico, $U = 54761,000$, se reporta como $p < .001$, y como tamaño del efecto $r = .361$ indicando una diferencia estadísticamente significativa en la calidad de vida relacionada con aspectos físicos.

En el dominio psicológico, $U = 67509,000$, $p < .01$, $r = .445$ señalando diferencias significativas en la calidad de vida desde una perspectiva psicológica.

Para el dominio social, $U = 59845,000$, $p < .001$, $r = .394$ reflejando diferencias significativas en la calidad de vida en el ámbito social.

En el dominio ambiental, $U = 63610,000$, $p < .001$, $r = .419$, indicando diferencias estadísticas significativas en la calidad de vida relacionada con el entorno ambiental.

Estos hallazgos indican diferencias significativas en la percepción de la calidad de vida entre los estudiantes universitarios, principalmente

mujeres, de Ecuador y España, lo que podría estar influenciado por factores culturales, económicos y sociales específicos de cada país. La interpretación de estas diferencias en la calidad de vida requiere una consideración cuidadosa de las diferencias culturales, socioeconómicas y ambientales, pues la calidad de vida es un concepto subjetivo y multidimensional.

Los resultados indican que los estudiantes en España tienen una percepción más alta de su calidad de vida en comparación con los estudiantes en Ecuador, destacando la importancia de factores como las expectativas y normas culturales de cada sociedad. Estos hallazgos proporcionan una base sólida para futuras investigaciones y el desarrollo de políticas orientadas a mejorar la calidad de vida en diversos contextos

6.2. Estudio de la relación entre medidas de cultura, espiritualidad, intereses profesionales y compromiso académico, y la calidad de vida

En esta sección de la investigación, se empleó la totalidad de la muestra, incluyendo participantes españoles y ecuatorianos para llevar a cabo los análisis estadísticos necesarios sobre las variables objeto de interés. La calidad de vida se estableció como la variable dependiente, mientras que los dominios de cultura, espiritualidad, intereses profesionales y compromiso académico se consideraron como variables predictoras dentro de un modelo de regresión lineal múltiple. Este enfoque estadístico robusto permitió examinar de manera integral cómo estas variables independientes afectan de forma conjunta la percepción de la calidad de vida. La utilización de la regresión lineal múltiple facilita la comprensión de las contribuciones

relativas de cada predictor al explicar la variabilidad observada en la calidad de vida, proporcionando comprensiones valiosas sobre las dinámicas interactivas entre estos factores.

Las pruebas de Kolmogorov-Smirnov indicaron que los datos de las variables no seguían una distribución normal. Por lo tanto, para evaluar las correlaciones bivariadas se empleó el estadístico que corresponde a Spearman para mostrar el valor de correlación ρ (ro).

Las correlaciones entre las diferentes variables y sus dominios indicaron que existe relación positiva y significativa entre la mayoría de las dimensiones y la Calidad de Vida. Los estadísticos más altos de correlación positiva lo obtuvieron las siguientes dimensiones: Orientación al Desempeño (.169 $p < 0.001$), Conexión Interpersonal (.208 $p < 0.001$), Emprendedor (.261 $p < 0.001$), y Dedicación (.321 $p < 0.001$). Otras dimensiones correlacionaron de manera negativa y significativa entre ellas: Asertividad-Agresividad (-.090 $p = 0.012$), Igualdad de Géneros (-.100 $p = 0.005$), y Domino Artístico (-.072 $p = .046$).

Hay dominios que no tuvieron una relación significativa: Elitismo (.066, $p = .086$), Transpersonal (.038 $p = .289$), Realista (.020 $p = .576$), e Investigativo (-.004 $p = .907$). Por ello estos dominios se excluyeron del análisis de regresión lineal múltiple. Previo a los análisis de regresión se verificaron los supuestos: Linealidad, Independencia, Homocedasticidad, Colinealidad, Normalidad, a pesar de que los resultados con la prueba Kolmogorov Smirnov indicaron no normalidad en la distribución de los

datos, en los gráficos que evalúan este aspecto a nivel de residuos no se observó una anormalidad en la distribución de los mismos.

El histograma mostró una forma aproximadamente normal y el gráfico P-P indicó que los residuos siguen la línea esperada para una distribución normal de los mismos. Cumplir con estos supuestos fortalece la validez de los modelos de regresión lineal, proporcionando una base sólida para la interpretación de los datos y para la toma de decisiones o recomendaciones basadas en los resultados de estos análisis.

En este contexto de investigación exploratoria con base en la regresión múltiple, la manera de ingresar los factores desde el punto de vista vertical y con el método Enter fue: dominios de Cultura, dominios de Espiritualidad, dominios de Intereses Profesionales, y dominios de Compromiso Académico. El foco de interés se centró en los dominios predictivos que demostraron significancia estadística. Este proceder pretendió un modelo exploratorio más parsimonioso, lo que puede facilitar la interpretación y la comprensión de los resultados. Los dominios que no presentaron significancia y por ello se eliminaron del modelo predictivo final fueron la Orientación Humana, Igualdad de Géneros, Intereses Sociales, Intereses Convencionales, y Absorción.

Se calculó un modelo de regresión con método Enter para predecir el efecto de: Orientación al Desempeño, Conexión Intrapersonal, Conexión Interpresonal, Interés Emprendedor, Dedicación, Vigor, Asertividad/Agresividad, e Intereses Artísticos sobre la Calidad de Vida del

estudiantado. La ecuación de la regresión fue estadísticamente significativa ($F= 29.002$ $p= < .001$, $\beta-1= 1.00$). Un R^2 de 22.3% indicó que el modelo explica una proporción significativa de la variabilidad en la Calidad de Vida. Este porcentaje es considerable debido a la complejidad de la variable predicha.

En la Figura 5 se puede observar el efecto de las dimensiones de compromiso, intereses-orientaciones, y espiritualidad, sobre la calidad de vida. En relación a estos aspectos, la ecuación de la regresión fue la siguiente: $CV= 50.043 + .716$ Espiritualidad Intrapersonal $+ .507$ Espiritualidad Interpersonal $+ 402$ Interés Emprendedor $+ .380$ Orientación al Desempeño $+ .386$ Dedicación $+ .193$ Vigor $+ -.280$ Intereses Artísticos $+ - 1.308$ Asertividad/Agresividad.

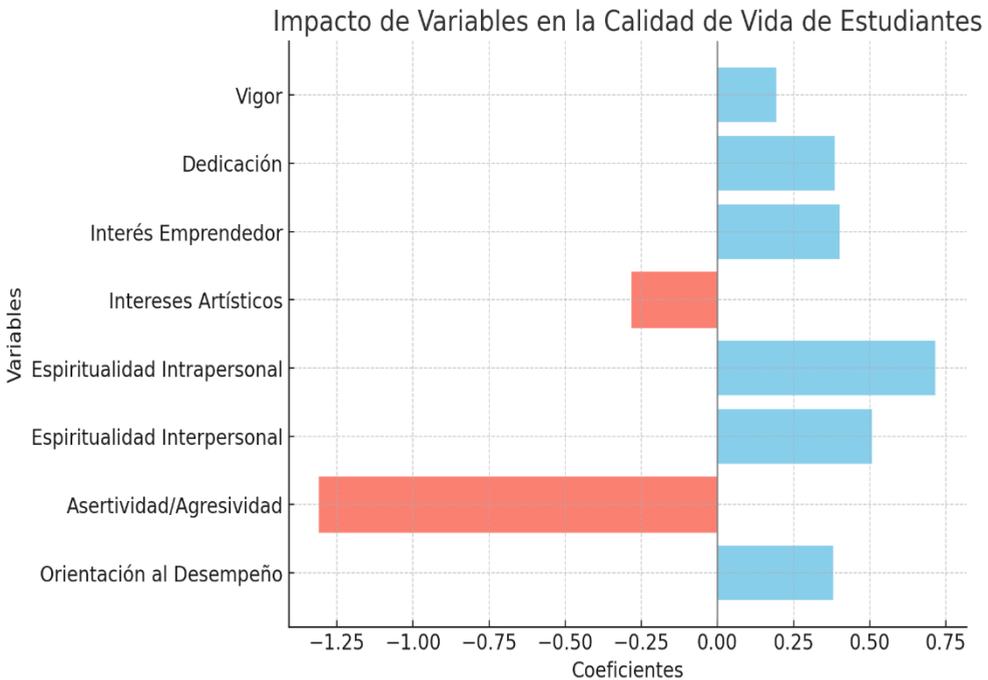


Figura 5. Efecto de las dimensiones de cultura, compromiso, intereses-orientaciones, y espiritualidad, sobre la calidad de vida

6.3. Análisis de los efectos de moderación y mediación sobre la calidad de vida: resultados y discusión

No se han realizado estudios previos que investiguen el efecto moderador y mediador de la Espiritualidad (Conexión Intrapersonal e Interpersonal) en la relación entre la Calidad de Vida y la Cultura. En este apartado de esta Tesis Doctoral se evalúan regresiones de moderación y mediación entre estas variables, relaciones estas que, desde un punto de vista teórico y tal como hemos visto en las primeras secciones de este trabajo, justifican la hipótesis de investigación de que la espiritualidad

condiciona las relaciones entre calidad de vida y cultura. En la Figura 6, se observan visualmente los diagramas de mediación y moderación.

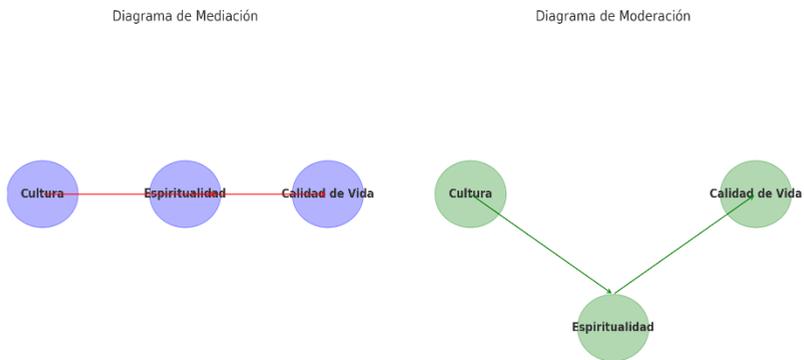


Figura 6. Diagramas de mediación y moderación en relación a las variables cultura, espiritualidad, y calidad de vida

6.3.1. Interacción entre Orientación al Desempeño, Conexión Interpersonal y Calidad de Vida

El modelo, en el cual la Conexión Interpersonal actuó como moderador de la relación entre Orientación al Desempeño y Calidad de Vida explicó el 8% de la varianza ($R^2 = .08$, $F(3, 776) = 21.48$, $p < .001$). Los resultados fueron los siguientes:

Orientación al Desempeño mostró un efecto positivo significativo sobre calidad de vida ($\beta = .19$, $p < .001$), con un coeficiente no estandarizado de $b = 1.93$ ($SE = .58$, $p < .001$). El análisis de bootstrap confirmó este efecto con un promedio de 1.91 y un intervalo de confianza del 95% de .84 a 2.91.

Conexión Interpersonal también tuvo un efecto positivo significativo sobre calidad de vida ($\beta = .14$, $p < .001$), con un coeficiente no estandarizado de $b = 2.68$ ($SE = .89$, $p < .001$). El análisis de bootstrap proporcionó un promedio de 2.65 con un intervalo de confianza del 95% de .99 a 4.15.

La interacción entre orientación al desempeño y conexión interpersonal (Int_1) reveló un efecto negativo sobre calidad de vida ($\beta = -.09$, $p = .04$), con un coeficiente no estandarizado de $b = -.09$ ($SE = .04$, $p = .04$). El análisis de bootstrap mostró un promedio de $-.08$ con un intervalo de confianza del 95% de $-.16$ a $-.01$, indicando que el efecto positivo de Orientación sobre Calidad de Vida disminuye a medida que Conexión Interpersonal aumenta.

La Figura 7 ilustra cómo el efecto de la Orientación al Desempeño (Ori_des) sobre la Calidad de Vida (CVida) varía a diferentes niveles de Conexión Interpersonal (E_Inter). Cada línea representa el efecto de orientación al desempeño en calidad de vida a un nivel específico de espiritualidad interpersonal, mostrando cómo la relación entre estas variables se modifica dependiendo del nivel de espiritualidad.

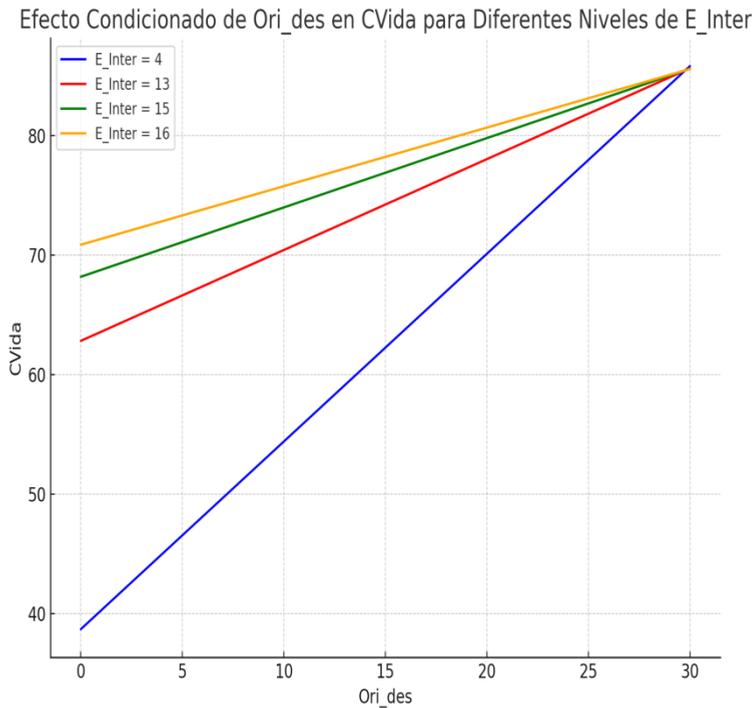


Figura 7. Efecto de la Orientación al Desempeño sobre la Calidad de Vida varía a diferentes niveles de Conexión Interpersonal

Los hallazgos indican que tanto la orientación al desempeño como la espiritualidad interpersonal son predictores significativos de la calidad de vida, reforzando la literatura existente sobre los determinantes del bienestar. Sin embargo, la interacción negativa entre orientación al desempeño y conexión interpersonal sugiere que los efectos beneficiosos de una fuerte orientación al desempeño sobre la calidad de vida pueden atenuarse en presencia de altos niveles de espiritualidad interpersonal.

Este estudio aporta evidencia empírica sobre cómo la orientación al desempeño y la espiritualidad interpersonal interactúan para influir en la calidad de vida. Los análisis de bootstrap proporcionan una validación robusta de estos efectos. Se sugiere que futuras investigaciones exploren los mecanismos subyacentes a estas interacciones y consideren otras variables que puedan moderar o mediar en estas relaciones.

6.3.2. Interacción entre Orientación al Desempeño, Conexión Intrapersonal, y Calidad de Vida

Esta regresión exploró cómo la orientación al desempeño un dominio de cultura afecta la calidad de vida, tanto directamente como de manera indirecta a través de la conexión intrapersonal, un dominio de Espiritualidad Personal. Utilizando un modelo de mediación y análisis de bootstrap, se proporcionan estimaciones detalladas de los efectos.

Los datos se analizaron por medio de un modelo de mediación, complementado con 10,000 réplicas de bootstrap para obtener intervalos de confianza para los coeficientes estimados.

Modelo de Conexión Intrapersonal. (R^2 : 0.09, $F(1, 778) = 74.03$, $p < .001$). Este valor indica que orientación al desempeño explica el 9% de la varianza en conexión intrapersonal.

Modelo de Calidad de Vida. (R^2 : 0.07, $F(2, 777) = 30.59$, $p < .001$). El modelo explica el 7% de la varianza en calidad de vida.

Efecto directo de Orientación al Desempeño en Calidad de Vida: $b = .70$, $SE = .13$, $p < .001$, con un coeficiente estandarizado (β) de .19.

Efecto de Conexión Intrapersonal en Calidad de Vida: $b = .74$, $SE = .19$, $p < .001$, con un coeficiente estandarizado (β) de $.14$.

Modelo total de efecto sobre Calidad de Vida. ($R^2: 0.05$, $F(1, 778) = 44.58$, $p < .001$). El modelo total explica el 5% de la varianza en calidad de vida.

Efecto total de orientación al desempeño en calidad de vida: $b = .86$, $SE = .13$, $p < .001$, con un coeficiente estandarizado (β) de $.23$.

Efecto indirecto de orientación al desempeño en calidad de vida a través de conexión intrapersonal: $b = .16$, $BootSE = .05$, $BootLLCI = .07$, $BootULCI = .26$, con un efecto completamente estandarizado de $.04$.

Este análisis revela que la Orientación al Desempeño contribuye positivamente a la Calidad de Vida, tanto de manera directa como indirecta a través de la Conexión Intrapersonal. Los coeficientes estandarizados ofrecen una comprensión clara del tamaño del efecto, indicando que, aunque los efectos son moderados, representan relaciones significativas entre las variables (ver Figura 8).

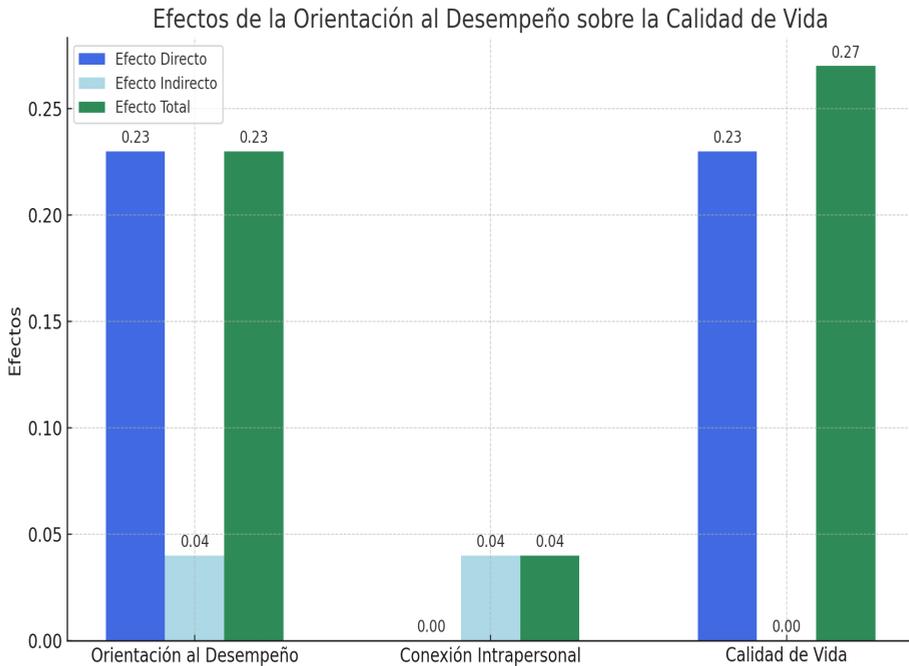


Figura 8. Efectos de la Orientación al Desempeño sobre la Calidad de Vida, incluyendo los efectos directos, indirectos y totales

Los hallazgos destacan la importancia de la orientación al desempeño y el entorno intrapersonal en la mejora de la calidad de vida. A pesar de que los efectos son modestos, sugieren que intervenciones enfocadas en estos aspectos podrían tener un impacto positivo en el bienestar individual. Futuras investigaciones deben continuar explorando estas dinámicas y cómo se pueden fortalecer estas influencias positivas.

- *Discusión*

La espiritualidad, entendida como un conjunto de creencias, prácticas y valores que trascienden lo material, se ha identificado como una fuerza moderadora clave en la relación entre la cultura y la calidad de vida. Esta capacidad de la espiritualidad para actuar como moderadora es

especialmente relevante en contextos culturales diversos y ante desafíos socioeconómicos significativos, donde puede ofrecer apoyo social y estrategias de afrontamiento valiosas (Counted et al., 2018).

La relevancia de la espiritualidad en la mediación de la calidad de vida se manifiesta también a través de su relación con la personalidad y los valores culturales. Saroglou y Muñoz-García (2008) evidenciaron cómo las prácticas religiosas y espirituales reflejan adaptaciones culturales de la personalidad, sugiriendo que la espiritualidad puede servir como un puente entre los rasgos de personalidad individuales y los valores culturales más amplios. Esta intersección destaca la importancia de considerar la espiritualidad en el análisis de la calidad de vida, especialmente en individuos enfrentando condiciones de salud comprometida (Saroglou y Muñoz-García, 2008)

La transformación sociocultural hacia formas de espiritualidad más individualizadas y no convencionales, especialmente entre los jóvenes, refleja un cambio en la valoración de la tradición y la religión formal. Muñoz-García y Villena-Martínez (2018) subrayan esta evolución hacia el bienestar personal, la ecología y la meditación, indicando un cambio cultural que afecta el desarrollo personal y educativo. Estos autores indican que este contexto cultural emergente sugiere que la espiritualidad debe ser considerada de manera flexible y adaptativa, reconociendo su papel en el fomento de la resiliencia y el bienestar en distintos ámbitos de la vida.

La evidencia empírica subraya el potencial de la espiritualidad para moderar el impacto de diversos estresores sobre el bienestar subjetivo y la satisfacción con la vida (Fabricatore et al., 2000; Przepiorka y Sobol-Kwapinska, 2018). Estos hallazgos sugieren que la espiritualidad ofrece un marco de resiliencia que permite a los individuos mantener una percepción positiva de su vida a pesar de las adversidades, actuando como un amortiguador frente al estrés y el trauma.

La investigación destaca que las estrategias de afrontamiento seculares juegan un papel crucial en mediar y potencialmente moderar la relación entre la espiritualidad y la satisfacción con la vida, sugiriendo que la comodidad encontrada en prácticas espirituales promueve el uso de enfoques de afrontamiento más constructivos, como el afrontamiento activo y el replanteamiento positivo lo cual a su vez, se asocia con una mayor satisfacción con la vida (Szcześniak et al., 2020).

La espiritualidad también ha demostrado ser un recurso valioso en contextos educativos y de salud, donde su integración puede mejorar significativamente el bienestar y la eficacia en el cuidado (Alazmani-Noodeh et al., 2021; Sargent, 2015). En particular, la capacidad de la espiritualidad para actuar como un amortiguador contra el estrés académico destaca la necesidad de incorporar estrategias que fomenten la dimensión espiritual dentro de los entornos académicos (Mujib y Rena, 2019).

Así mismo, la investigación sugiere que la espiritualidad desempeña un papel crucial en potenciar la relación entre la determinación y el bienestar

subjetivo en estudiantes universitarios. Al servir como un moderador, la espiritualidad no sólo refuerza los efectos positivos de la determinación sobre el bienestar, sino que también intensifica esta relación, proporcionando a los estudiantes un sentido de propósito y una perspectiva más positiva frente a los desafíos (Božek et al., 2020).

Además, los estudios resaltan diferencias significativas en la percepción y la expresión de la espiritualidad basadas en género, etnicidad, y convicciones religiosas, indicando que las experiencias espirituales son profundamente personales y culturalmente contextualizadas (Van der Walt y De Klerk, 2015). Esto enfatiza la importancia de adoptar un enfoque inclusivo y sensible al contexto al considerar la espiritualidad en la investigación y la práctica, reconociendo su rol como un elemento central en la promoción del bienestar y la calidad de vida.

La investigación ha demostrado que la espiritualidad islámica mejora el desempeño y el bienestar laboral a través de una sólida ética laboral. Esta conexión evidencia cómo la incorporación de valores espirituales y éticos contribuye significativamente al éxito organizacional y a la satisfacción personal en el trabajo (Asutay et al., 2022).

En el ámbito laboral, se ha observado que la integración de la espiritualidad con los valores éticos organizacionales se presenta como una estrategia clave para promover el bienestar y el desempeño laboral. La adopción de un enfoque holístico, que considera el bienestar completo de la persona, resalta la importancia de fomentar el autoconocimiento, las

relaciones interpersonales y la autogestión como pilares para mejorar el desempeño (StudySmarter, 2024).

Esta investigación doctoral subraya la multifacética influencia de la espiritualidad en diversos aspectos de la vida humana, resaltando su capacidad para actuar como un recurso resiliente en la intersección de la cultura y la calidad de vida. La espiritualidad, en sus variadas manifestaciones, ofrece un conjunto de herramientas adaptativas que pueden mejorar la resiliencia, el bienestar y la satisfacción en múltiples contextos, desde la educación y la salud hasta el entorno laboral.

La espiritualidad emerge como un elemento esencial que modera y media la compleja relación entre la cultura y la calidad de vida, ofreciendo perspectivas y recursos valiosos para enfrentar los desafíos de la vida moderna. La integración de la espiritualidad en los ámbitos educativo, de salud y laboral puede fomentar el bienestar individual y colectivo, también puede contribuir a una sociedad más resiliente y compasiva. Este panorama sugiere un campo fértil para futuras investigaciones, donde explorar más a fondo la espiritualidad puede ofrecer nuevas comprensiones y estrategias para mejorar la calidad de vida en un mundo cada vez más complejo y diverso.

A continuación, se presentan los análisis de mediación entre el Interés Emprendedor, el Compromiso Académico (Dedicación y Vigor) y la Calidad de Vida. Posteriormente, se realiza un análisis de regresión de moderación entre la Orientación al Desempeño (Cultura), la Dedicación

(Compromiso Académico) y la Calidad de Vida. Es importante señalar que estos análisis no han sido evaluados por investigaciones previas similares. En el Grafico 9., se puede observar el esquema de estas relaciones.

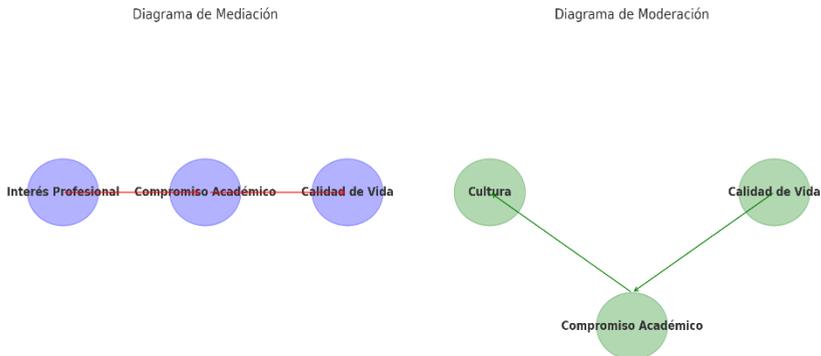


Figura 9. Diagramas de mediación y moderación en relación a los intereses profesionales-cultura, compromiso académico y calidad de vida.

6.3.3. *Análisis de mediación entre Interés Emprendedor, Dedicación, y Calidad de Vida*

Se exploró la relación entre los rasgos vocacionales de la personalidad Emprendedora y la Calidad de Vida, enfocándose en cómo la Dedicación actúa como mediador en esta relación. Se empleó un modelo de mediación, complementado con un análisis de bootstrap con 10,000 muestras para obtener estimaciones precisas de los efectos.

El análisis reveló que el potencial emprendedor explica el 5% de la varianza en la Dedicación, con un efecto directo significativo ($b = .17$, $SE = .03$, $p < .001$, $\beta = .21$), indicando que a medida que aumenta el potencial emprendedor, también lo hace la dedicación. En cuanto a la calidad de vida,

el modelo mostró que tanto el potencial emprendedor como la dedicación explican el 14% de su varianza ($R^2 = .14$), con efectos directos significativos de ambas variables sobre la calidad de vida: Emprendedor ($b = .40$, $SE = .06$, $p < .001$, $\beta = .21$) y Dedicación ($b = .63$, $SE = .08$, $p < .001$, $\beta = .27$).

Además, el efecto total de emprendedor en calidad de vida fue significativo ($b = .51$, $SE = .07$, $p < .001$, $\beta = .26$), al igual que el efecto directo ($b = .40$, $SE = .06$, $p < .001$, $\beta = .21$). El efecto indirecto de Emprendedor en Calidad de Vida a través de la Dedicación también resultó ser significativo ($b = .11$, $BootSE = .03$, $BootLLCI = .06$, $BootULCI = .17$), con un efecto completamente estandarizado de .06, lo que sugiere que una parte del impacto del potencial emprendedor en la calidad de vida se media a través de la dedicación.

Estos hallazgos subrayan la importancia del potencial emprendedor y la dedicación en la mejora de la calidad de vida. Aunque el tamaño del efecto indirecto es modesto (efecto completamente estandarizado de .06), destaca la relevancia de fomentar tanto el desarrollo del potencial emprendedor como el aumento de la dedicación como medios para promover un mayor bienestar.

Los resultados sugieren que intervenciones destinadas a mejorar la calidad de vida podrían beneficiarse de incorporar estrategias para aumentar tanto el potencial emprendedor como la dedicación en los individuos. Este estudio aporta a la comprensión de las dinámicas entre el potencial emprendedor, la dedicación y la calidad de vida, ofreciendo

perspectivas valiosas para futuras investigaciones y prácticas dirigidas a mejorar el bienestar general.

6.3.4. Interacción entre Potencial emprendedor, Vigor, y Calidad de Vida

Se investigó el impacto del potencial emprendedor sobre la calidad de vida, considerando el vigor como un mediador en esta relación. A través de un análisis de mediación y empleando técnicas de bootstrap para validar los hallazgos, se buscó comprender no sólo el impacto directo del potencial emprendedor sobre la calidad de vida, sino también cómo el vigor podría mediar en esta relación.

Influencia del Potencial Emprendedor en el Vigor. El potencial emprendedor tuvo un efecto positivo significativo sobre el vigor ($b = .32$, $p < .001$), explicando el 10% de su varianza ($R^2 = .10$). Esto sugiere que a medida que aumenta el potencial emprendedor de una persona, también lo hace su nivel de vigor. El coeficiente estandarizado de $.31$ indica que este efecto es moderadamente fuerte.

Efecto directo e indirecto en la Calidad de Vida. En el modelo que predice la calidad de vida, el potencial emprendedor mostró un efecto directo significativo ($b = .36$, $p < .001$, $\beta = .19$), mientras que el vigor también tuvo un impacto positivo significativo sobre la calidad de vida ($b = .47$, $p < .001$, $\beta = .25$). El modelo completo explicó el 13% de la varianza en la variable de respuesta ($R^2 = .13$).

Efecto total del potencial Emprendedor sobre la Calidad de Vida. Considerando tanto el efecto directo como el mediado por el vigor, el efecto total del potencial emprendedor en la calidad de vida fue significativo ($b = .51$, $p < .001$, $\beta = .26$). Esto subraya el papel crucial del potencial emprendedor en la mejora de la calidad de vida, tanto a través de su influencia directa como mediante el aumento del vigor.

Mediación del Vigor. El análisis de mediación destacó un efecto indirecto significativo del potencial emprendedor en la calidad de vida a través del vigor ($b = .15$, $BootLLCI = .09$, $BootULCI = .21$), con un efecto completamente estandarizado de $.08$. Este tamaño del efecto indica que una porción sustancial del impacto del potencial emprendedor en la calidad de vida ocurre debido a su capacidad para aumentar el vigor.

El estudio concluye que el potencial emprendedor es un predictor valioso de la calidad de bienestar, no sólo directamente, sino también indirectamente a través de su influencia positiva en el vigor. Estos hallazgos enfatizan la importancia de considerar estos factores al diseñar intervenciones o programas destinados a mejorar la calidad de vida, especialmente entre aquellos con inclinaciones emprendedoras.

La metodología de bootstrap proporcionó una validación robusta de estos efectos, destacando la confiabilidad de los resultados obtenidos. Este análisis aporta a la comprensión de las dinámicas complejas que subyacen a la relación entre el emprendimiento, el compromiso y la calidad de vida, sugiriendo vías potenciales para intervenciones futuras.

- *Discusión*

La interacción entre diversos factores psicológicos y su impacto en el compromiso académico, la calidad de vida y el rendimiento académico de los estudiantes universitarios ha sido ampliamente estudiada, destacando la importancia de la inteligencia emocional, la resiliencia, el capital psicológico, y la autoeficacia académica, entre otros.

Investigaciones recientes han enfatizado cómo estos elementos se entrelazan para influir en el bienestar y el éxito estudiantil, revelando procesos de mediación complejos que ofrecen una comprensión más profunda de las dinámicas educativas (García-Martínez et al., 2021; Gómez-Borges et al., 2023; Pham et al., 2024; Akanni, 2022; Chen et al., 2023(a); Chen et al., 2023 (b); Cui et al., 2023; Adelantado-Renau et al., 2022; Blount et al., 2018; Chao et al., 2023; Chen et al., 2021; Cleofas et al., 2023; Smithikrai et al., 2018).

La relación entre la inteligencia emocional y la resiliencia con el rendimiento académico y la calidad de vida se manifiesta significativamente a través del compromiso académico, sugiriendo que la capacidad de gestionar emociones y enfrentar desafíos de manera resiliente promueve un mayor compromiso con los estudios, lo cual a su vez mejora el rendimiento académico y la percepción de calidad de vida (García-Martínez et al., 2021). Este hallazgo resalta la necesidad de desarrollar estrategias pedagógicas y programas de intervención que fomenten la inteligencia emocional y la resiliencia como medios para potenciar el compromiso académico.

Además, el capital psicológico emerge como un mediador crucial que canaliza los efectos positivos de las actividades de autocuidado hacia un mayor compromiso académico, subrayando la importancia de integrar programas que promuevan tanto el autocuidado como el desarrollo de capital psicológico en entornos educativos (Gómez-Borges et al., 2023). Esta dinámica de mediación aporta a la comprensión de cómo los recursos internos de los estudiantes, potenciados por prácticas de autocuidado, pueden influir significativamente en su compromiso académico y bienestar general.

El estudio de Pham et al. (2024) indica que el compromiso académico tiene un impacto indirecto significativo en la relación entre la motivación académica y la satisfacción con los estudios, con la autoeficacia académica influyendo en la magnitud de este efecto indirecto. Esto sugiere que las intervenciones destinadas a mejorar el compromiso académico podrían beneficiarse de incorporar estrategias para aumentar tanto la motivación académica como la autoeficacia académica en los estudiantes.

La mediación de la autoeficacia académica entre la satisfacción con la vida y el compromiso académico (Akanni, 2022), así como la influencia del apoyo social en el compromiso académico a través de la satisfacción con la vida y la motivación académica (Chen et al., 2023 a, Chen et al., 2023 b), resaltan el papel crucial del bienestar emocional y la motivación intrínseca como mecanismos a través de los cuales factores externos e internos afectan el compromiso académico. Estos hallazgos enfatizan la importancia de

fomentar un entorno de apoyo y promover el bienestar emocional y la motivación académica para mejorar la experiencia educativa de los estudiantes.

La relación entre la gratitud y el compromiso académico, mediada por el bienestar subjetivo (Cui et al., 2023), y el impacto del rendimiento académico en la calidad de vida relacionada con la salud (Adelantado-Renau et al., 2022), ofrecen perspectivas adicionales sobre cómo los estados emocionales y el rendimiento académico se interrelacionan y afectan el bienestar estudiantil. Estos estudios subrayan la complejidad de las dinámicas que influyen en el compromiso y el rendimiento académico, así como en la calidad de vida de los estudiantes, y resaltan la necesidad de enfoques holísticos en la educación que consideren la interacción de factores psicológicos, emocionales y académicos.

La interacción entre la intención emprendedora y el rendimiento académico en estudiantes es compleja, siendo mediada por factores clave como el control conductual percibido, el apoyo educativo y la influencia social (Panda y Arumugam, 2023). Estos elementos son esenciales para convertir las intenciones emprendedoras en habilidades y comportamientos que benefician el rendimiento académico, subrayando la necesidad de un enfoque educativo que promueva tanto el conocimiento académico como el desarrollo de habilidades personales y profesionales (Panda y Arumugam, 2023).

Conforme a Holienka et al. (2015) la variabilidad en las tendencias emprendedoras entre estudiantes de diferentes disciplinas sugiere la importancia de personalizar la educación emprendedora para alinearla con el campo de estudio específico de cada estudiante. La adaptación de la educación emprendedora debe considerar la diversidad en la tendencia emprendedora, promoviendo un enfoque diferenciado que incluya educación "para la empresa", "a través de la empresa", y combinaciones de ambas, especialmente crucial para campos con bajas tendencias emprendedoras como la Pedagogía (Holienka et al., 2015).

Además, la adaptación del apoyo emprendedor al contexto educativo, género, desarrollo económico del país y edad del estudiante es vital para maximizar la eficacia de las actividades emprendedoras. Los hallazgos indican que las escuelas vocacionales pueden ofrecer entornos más propicios para el emprendimiento que las universidades tradicionales y destacan la capacidad del emprendimiento para desafiar estereotipos de género y potenciar el impulso emprendedor en estudiantes de países en desarrollo (Hua et al., 2022).

La literatura actual demuestra la importancia de considerar una amplia gama de factores psicológicos y su interacción en el contexto educativo. Los procesos de mediación identificados en estos estudios ofrecen vías claras para intervenciones y programas educativos diseñados para mejorar el compromiso académico, el rendimiento académico y la calidad de vida de los estudiantes.

Estos hallazgos enfatizan la necesidad de adoptar enfoques integrales en la educación que no sólo se centren en el desarrollo académico, sino también en el bienestar emocional y psicológico de los estudiantes, proporcionando un marco valioso para futuras investigaciones y prácticas educativas.

6.3.5. Interacción entre Orientación al Desempeño, Dedicación, y Calidad de Vida

Este modelo de regresión explora la relación entre la Dedicación, la Orientación al Desempeño y su impacto en la Calidad de Vida. Con un R^2 de 0.13, el modelo explicó aproximadamente el 13% de la varianza en calidad de vida, siendo estadísticamente significativo ($F(3, 776) = 38.17, p < .001$).

El modelo indicó una constante $B = 39.86$ ($p < .0001$). La variable dedicación mostró un efecto positivo en calidad de vida ($B = 1.28, p < .0001$), al igual que orientación al desempeño ($B = 1.24, p < .0001$). La interacción entre ambas variables resultó en un coeficiente de -0.03 ($p = .04$), sugiriendo una dinámica compleja.

La interacción entre dedicación y orientación al desempeño sugiere que el impacto combinado de estas en la calidad de vida no es lineal. A altos niveles de orientación al desempeño, el efecto positivo de la dedicación en calidad de vida disminuye. El efecto de dedicación en calidad de vida varía según orientación al desempeño (ver Figura 8).

A mayores niveles de orientación al desempeño, el impacto positivo de dedicación en calidad de vida se reduce. Este análisis destaca la

importancia de un equilibrio entre dedicación y orientación al desempeño para optimizar la calidad de vida. Las implicaciones sugieren que un exceso de enfoque en el desempeño puede atenuar los beneficios de la dedicación, indicando la necesidad de estrategias equilibradas en entornos profesionales y educativos. La Figura 10 muestra una relación positiva entre la orientación al desempeño y la calidad de vida en tres niveles distintos de dedicación al compromiso académico.

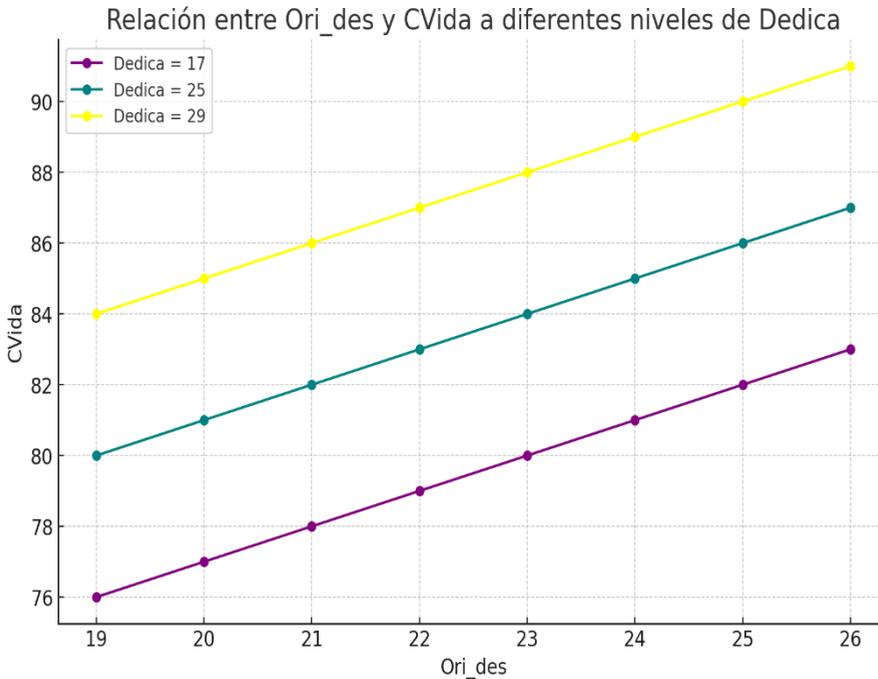


Figura 10. Orientación al Desempeño y la Calidad de Vida en tres niveles distintos de dedicación al Compromiso Académico

Cada línea representa un nivel de dedicación diferente (17, 25, 29), y se observa que, a mayor orientación al desempeño, hay una tendencia a una mejor calidad de vida.

Esto sugiere que los estudiantes que están más enfocados en su desempeño tienden a reportar una mejor calidad de vida. Además, la pendiente de las líneas indica que, a niveles más altos de dedicación académica, el efecto de la orientación al desempeño en la calidad de vida es más pronunciado. Esto podría interpretarse como que un compromiso académico más fuerte potencia la relación entre el esfuerzo dirigido hacia el desempeño y la percepción de una vida de mayor calidad. Este tipo de gráfico puede ser útil para identificar cómo diferentes grados de dedicación pueden influir en la relación entre el esfuerzo y el bienestar, lo cual es relevante en la investigación educativa y en la psicología del estudiante.

- *Discusión*

Los estudios citados a continuación subrayan la importancia de entender y aplicar moderaciones efectivas para mejorar la calidad de vida y el rendimiento en diversos contextos. Jang et al. (2016) demostraron que un alto nivel de profesionalismo en enfermeras oncológicas puede mitigar los efectos adversos de la dedicación excesiva en la calidad de vida, actuando como un factor protector. Supervía et al. (2022) y Xerri et al. (2018) resaltan la autoeficacia como moderador esencial que vincula la resiliencia y el compromiso académico con mejoras en el bienestar y rendimiento

académico, enfatizando la necesidad de estrategias que fomenten la resiliencia.

Dawson et al. (2018) indican que un feedback constructivo y detallado puede mejorar la percepción de los estudiantes sobre su desempeño, promoviendo el crecimiento y el desarrollo académico. En tanto que Heidari et al. (2017) muestran que un estilo de vida moderado y saludable correlaciona positivamente con el rendimiento académico, sugiriendo la promoción de hábitos saludables para el éxito estudiantil.

Kong et al. (2021) ilustran cómo una cultura académica centrada en la competitividad y el perfeccionismo puede generar estrés en los estudiantes, fomentando comportamientos de evitación del aprendizaje y contribuyendo al agotamiento académico. Este escenario subraya una relación negativa entre una orientación al desempeño excesiva y la calidad de vida de los estudiantes. Sánchez-Cardona et al. (2021) destacan la importancia del Capital Psicológico como mediador en la relación entre la Orientación al Logro de Aprendizaje y los resultados académicos positivos, incluyendo la satisfacción y el rendimiento. Esto sugiere que fomentar el Capital Psicológico en los estudiantes puede ser una estrategia efectiva para mejorar su dedicación y calidad de vida, al proporcionarles los recursos psicológicos necesarios para superar desafíos y alcanzar sus objetivos.

Finalmente, Woo y Li (2020) ponen de relieve la necesidad de un entorno de aprendizaje que promueva la autonomía, la innovación y la personalización. Aunque los estudiantes de enfermería en Singapur

percibían su entorno clínico de aprendizaje de manera positiva, identificaron áreas de mejora que, de ser abordadas, podrían incrementar significativamente su satisfacción y compromiso. Esto indica que un ambiente educativo que aliente la participación activa y esté orientado a la tarea puede contribuir de manera importante a la calidad de vida de los estudiantes.

Las siguientes moderaciones que se reportan en la tesis doctoral analizaron la relación existente entre la Espiritualidad Personal y la Calidad de Vida, considerando como moderadores de esta relación variables sociodemográficas tales como el estado civil, los años de estudio y la participación en actividades remuneradas. Hasta el momento, estas interacciones dinámicas y las potenciales influencias moderadoras no han sido exhaustivamente exploradas por la investigación empírica, marcando un terreno fértil para la indagación y el descubrimiento científico.

6.4. Análisis del efecto moderador de la Espiritualidad personal y aspectos sociodemográficos sobre la Calidad de vida

6.4.1. Análisis del efecto moderador de la Espiritualidad personal, estado civil y su impacto en la Calidad de Vida de los estudiantes universitarios

A continuación, se presentan los hallazgos de un análisis de moderación que investigó las relaciones entre la Espiritualidad Personal como predictor focal, estado civil (moderador) y una variable de resultado (Calidad de Vida). El propósito de este análisis fue comprender cómo la

espiritualidad afecta a la variable de resultado y cómo este efecto es moderado por estado civil.

Se realizó un análisis de regresión para examinar el impacto de la Espiritualidad Personal en una variable de resultado con estado civil como variable moderadora. El análisis involucró la evaluación de efectos principales, efectos de interacción y efectos condicionales de las variables predictoras.

Rendimiento general del modelo. El modelo explicó aproximadamente el 6.51% de la varianza en la variable de resultado ($R^2 = .0651$). Fue estadísticamente significativo ($F(9, 768) = 5.9396, p < .0001$). El término constante fue significativo ($B = 69.9901, p < .0001$). La Espiritualidad Personal mostró un efecto positivo significativo ($B = .3472, p < .0001$).

Se encontraron interacciones significativas entre la Espiritualidad Personal y soltero ($B = 1.2594, p = .0355$), Espiritualidad Personal y divorciado ($B = -2.5559, p = .0337$). A diferentes niveles de estado civil, el efecto de la Espiritualidad Personal en la variable de resultado varió, mostrando significancia en los niveles soltero, casado y divorciado, pero no en el nivel con pareja.

La interpretación de los resultados del análisis de regresión con el enfoque en la Espiritualidad Personal, reveló varios puntos clave:

Importancia de la Espiritualidad Personal. La Espiritualidad Personal tiene un efecto positivo y significativo en la Calidad de Vida, lo que sugiere una influencia directa y positiva de la espiritualidad en el ámbito estudiado.

Las interacciones significativas indican que la relación entre la Espiritualidad Personal y la variable de resultado no es uniforme, variando según las variables moderadoras.

La influencia de la Espiritualidad Personal cambia con los diferentes niveles de estado civil, resaltando el papel de esta variable sociodemográfica en la modulación de esta relación. Estos hallazgos pueden tener importantes implicaciones en campos donde la espiritualidad y factores sociales como el estado civil interactúan, sugiriendo la necesidad de enfoques personalizados.

6.4.2. Espiritualidad Personal, años de estudio, y su impacto en la Calidad de Vida de los estudiantes universitarios

La Espiritualidad Personal mostró un efecto positivo en la Calidad de Vida ($B = .4305$, $p = .0005$). En los años avanzados de estudio (cuarto año), se observó un efecto negativo en la Calidad de Vida ($B = -52.5297$, $p = .0014$). La interacción entre Espiritualidad Personal y cuarto año de estudios fue significativa ($B = 1.6947$, $p = .0003$).

Los resultados sugieren una relación compleja entre la Espiritualidad Personal, los años de estudio y la Calidad de Vida. Mientras la espiritualidad generalmente mejora la calidad de vida, este efecto es modulado negativamente en etapas avanzadas de la educación, posiblemente debido a aspectos relacionados con el estrés académico. La significancia estadística de la interacción ($p = .0003$) indica que el cambio en la influencia de la espiritualidad en años avanzados es un fenómeno notable.

Este estudio enfatiza la necesidad de abordajes integrados en el bienestar estudiantil, reconociendo cómo factores, como la espiritualidad y otros interactúan a lo largo de la trayectoria educativa. Los hallazgos destacan la importancia de proveer apoyo adaptado a las necesidades específicas de los estudiantes en diferentes etapas de sus estudios.

6.4.3. Espiritualidad Personal, actividad remunerada, y su impacto en la Calidad de Vida de los estudiantes universitarios

En el análisis de regresión lineal, se examinó la relación entre la Calidad de Vida y las variables predictivas espiritualidad y remuneración, así como la interacción entre espiritualidad y remuneración. El modelo de regresión incluyó las variables de Espiritualidad, remuneración y la interacción entre Espiritualidad y Remuneración (Espiritualidad x Remuneración). Los resultados indicaron que el modelo fue estadísticamente significativo, $F(3, 776) = 12.78$, $p < .01$, con un coeficiente de determinación (R^2) de .05. Esto sugiere que el modelo explica aproximadamente el 5% de la variabilidad en la Calidad de Vida.

En cuanto a los coeficientes del modelo, la constante (intercepto) fue significativa con un valor de $B = 56.39$ $p < .01$, y el intervalo de confianza al 95% varió de 46.18 a 66.60. El coeficiente para la Espiritualidad Personal fue de $B = 0.80$ $p < .01$, con un intervalo de confianza al 95% que osciló entre 0.50 y 1.10. La Remuneración mostró un coeficiente de $B = 31.73$ $p < .01$, y su intervalo de confianza al 95% estuvo entre 8.77 y 54.68. Finalmente, el término de interacción entre Espiritualidad y Remuneración fue significativo

con un coeficiente de $B = -1.04$ $p < .01$, y un intervalo de confianza al 95% de -1.71 a -0.36 .

Estos resultados sugieren que tanto la espiritualidad como la remuneración están positivamente asociadas con la calidad de vida. Sin embargo, la interacción negativa entre la espiritualidad y la remuneración indica que el efecto positivo de la espiritualidad en la calidad de vida disminuye con niveles más altos de remuneración.

Se encontró que el efecto de la espiritualidad en la calidad de vida variaba dependiendo del nivel de remuneración. A un nivel de remuneración de -0.05 (si tiene remuneración) el efecto de la espiritualidad en la calidad de vida fue más pronunciado (Efecto = 0.85 , $SE = 0.17$, $t = 5.10$, $p < .01$, intervalo de confianza al 95% de 0.52 a 1.18) en comparación con un nivel de remuneración de 0.50 (sin remuneración) (Efecto = 0.28 , $SE = 0.09$, $t = 3.17$, $p < .01$, intervalo de confianza al 95% de 0.11 a 0.45).

Los resultados del bootstrap para los parámetros del modelo de regresión reafirman los hallazgos originales, con pequeñas variaciones en los valores medios y los intervalos de confianza. Por ejemplo, el coeficiente bootstrap para la Espiritualidad fue de 0.80 (BootMean), con un intervalo de confianza al 95% de 0.38 a 1.17 , lo cual es consistente con los resultados originales.

- *Discusión*

Una investigación realizada en Brasil por Neves-Nunes et al. (2023) exploró la interacción entre la felicidad, el bienestar espiritual y diversas

variables sociodemográficas. Este estudio reveló que la edad, la educación y el ingreso familiar son determinantes significativos de la felicidad. Sin embargo, lo que resaltó fue el papel crucial de la espiritualidad y ciertas condiciones socioeconómicas como predictores fundamentales de la felicidad. El análisis también descubrió que las mujeres y las personas casadas experimentan niveles más altos de felicidad, lo que subraya la influencia notable del género y el estado civil en la percepción del bienestar.

En un estudio complementario, Lau y colegas (2014) confirmaron la influencia consistente de la espiritualidad en la calidad de vida, independientemente de las diferencias de género y afiliación religiosa. Esto sugiere que los beneficios derivados de la espiritualidad en cuanto a la calidad de vida son aplicables de manera universal a hombres y mujeres, y a individuos tanto religiosos como no religiosos.

Rohyatin y su equipo (2020) profundizaron en la relación entre la autorreflexión y la espiritualidad o religiosidad, con un enfoque en el papel del género como posible factor moderador. A pesar de una muestra compuesta mayoritariamente por mujeres, los resultados indicaron una correlación significativa entre la autorreflexión y la espiritualidad/religiosidad, proponiendo que la introspección beneficia la profundidad espiritual o religiosa de los individuos. Contrario a las expectativas, el género no alteró esta relación.

Zeilani y colaboradores (2023) identificaron que el estado social, el ingreso mensual y la participación previa en cursos o capacitaciones sobre

espiritualidad y cuidado espiritual son predictores de altas puntuaciones en Espiritualidad y Cuidado Personal, demostrando cómo el contexto socioeconómico y educativo influye en la espiritualidad individual. Montoya (2023), apoyándose en la Teoría de la Carrera Cognitiva Social de Bandura, resalta que tanto las características personales como el contexto ambiental son fundamentales para el desarrollo profesional. Esta teoría subraya cómo las experiencias de aprendizaje, moldeadas por factores sociodemográficos y culturales, configuran nuestras creencias sobre nuestras capacidades y expectativas.

Finalmente, Cooke (2022) sintetiza que los mecanismos de afrontamiento frente al estrés de los estudiantes son susceptibles a la influencia de factores sociodemográficos y culturales, reafirmando la importancia de considerar estos aspectos en el análisis del comportamiento y bienestar estudiantil.

Con los hallazgos empíricos obtenidos a través de la comparación de las variables entre Ecuador y España, más el modelo de regresión lineal múltiple, y los análisis de moderación y mediación, esta investigación destaca la importancia de abordar la calidad de vida estudiantil desde múltiples dimensiones. Basándonos en este entendimiento profundo, avanzamos hacia el capítulo final, donde se desarrollan las bases para el diseño de un Programa de Optimización Integral Estudiantil.

7. BASES PARA EL DISEÑO DE UN PROGRAMA DE OPTIMIZACIÓN INTEGRAL ESTUDIANTIL: ESTRATEGIAS EN ESPIRITUALIDAD PARA EL BIENESTAR

El *Programa de Orientación Integral Estudiantil* (POIE) es una iniciativa diseñada para apoyar el bienestar integral de los estudiantes universitarios, enfocándose en su desarrollo académico, personal, social y espiritual. Este programa holístico responde a las demandas de una sociedad posmoderna, promoviendo una educación que va más allá de lo académico para cultivar el crecimiento personal de los estudiantes.

7.1. Introducción

En el marco de la educación superior contemporánea, emerge con fuerza la necesidad de abordar de manera integral el bienestar de los estudiantes universitarios, considerando su desempeño académico, así como su desarrollo personal y social (Pérez y Toledo, 2016). La Orientación Educativa universitaria, entendida como un proceso holístico y adaptativo, juega un papel crucial en este contexto, ofreciendo el soporte necesario para que los estudiantes naveguen exitosamente a través de sus carreras

cultivando un sentido de propósito y bienestar en sus vidas (Sánchez-Cabeza, 2017).

Este enfoque se alinea con las demandas de una sociedad posmoderna, donde la velocidad del cambio y la multiplicidad de retos requieren de individuos preparados intelectualmente y también con una sólida base de valores culturales y una profunda conexión espiritual consigo mismos y con la comunidad (Moraes, 2020). El Modelo Educativo de la Universidad de Cuenca (2015), en Ecuador, se compromete a una formación integral que honra el desarrollo holístico de sus estudiantes en un marco humanístico. Basándose en principios constitucionales y de educación superior, el modelo enfatiza el aprendizaje como un proceso social arraigado en el pensamiento crítico, la diversidad y el respeto a la dignidad humana.

Este Modelo Educativo abraza un enfoque interdisciplinario y respeta múltiples corrientes de pensamiento, alejándose de la fragmentación para ver la educación como una entidad social completa, intrincada y humanista. La universidad se configura así como un epicentro de reflexión crítica que nutre tanto el avance del conocimiento como la respuesta adaptativa a los retos de una sociedad en evolución.

El modelo promueve activamente la construcción de conocimiento colaborativo, viendo a los estudiantes como agentes activos y a los docentes como facilitadores en este proceso. Se busca trascender la simple

acumulación de información y centrarse en una comprensión profunda y aplicada del conocimiento (Universidad de Cuenca, 2015).

En este contexto, el Modelo Educativo de la Universidad de Cuenca es una base firme para el diseño y la aplicación de programas que fomenten el bienestar espiritual, proporcionando una educación que trasciende lo académico para cultivar el crecimiento personal y significativo de sus estudiantes.

La propuesta de un programa de orientación educativa en el contexto de esta institución, tal como se propone en las páginas siguientes, responde a una visión innovadora de la educación universitaria, donde el desarrollo humano y el bienestar estudiantil se colocan en el centro de la experiencia educativa. Este programa se enfoca en el asesoramiento académico y profesional, igualmente se propone cultivar y promover una cultura de valores y prácticas espirituales que refuercen la calidad de vida de los estudiantes, preparándolos no únicamente para enfrentar los desafíos profesionales, sino también para liderar una vida plena y significativa.

La implementación de este programa en los primeros ciclos de la carrera de Psicología de la Universidad de Cuenca representa una oportunidad única para evaluar su impacto en una etapa temprana de la formación universitaria, permitiendo ajustes y mejoras continuas. Además, ofrece un modelo replicable y adaptable a otras facultades, disciplinas y culturas, ampliando su alcance y potencial beneficio en la comunidad estudiantil. A través de una metodología cuasiexperimental, el diseño del

programa busca generar evidencia empírica sobre las prácticas más efectivas en la orientación educativa posmoderna, contribuyendo al desarrollo de políticas y estrategias que fomenten un entorno universitario más inclusivo y orientado al bienestar integral.

7.2. Justificación y marco teórico

La necesidad de un Programa de Optimización Integral Estudiantil en la educación superior se fundamenta en la comprensión de que el bienestar de los estudiantes trasciende ampliamente el dominio académico, incidiendo profundamente en su desarrollo personal, social, y espiritual (Nasrollahi et al. 2020). En una era marcada por cambios constantes y desafíos, tanto a nivel global como personal, es imprescindible que las instituciones educativas adopten un rol más activo y consciente en la promoción de un entorno que nutra todos los aspectos de la vida estudiantil.

Un *programa psicoeducativo* es un enfoque terapéutico que mejora la salud mental a través de la educación en autocuidado y manejo de emociones, destinado a incrementar la autoestima y proporcionar herramientas para lidiar con el estrés, la ansiedad y la depresión. Impartido por profesionales, estas sesiones estructuradas están diseñadas para grupos específicos, fomentando habilidades prácticas en un entorno de apoyo (Urbano et al., 2023).

De acuerdo con Peters et al. (2022) un programa psicoeducativo es una intervención que combina educación y estrategias psicológicas para informar y capacitar a individuos o grupos sobre cómo manejar

efectivamente problemas de salud mental o trastornos específicos. Se enfoca en aumentar el conocimiento sobre la condición o trastorno en cuestión, mejorar habilidades de afrontamiento y promover la salud mental y bienestar general.

La educación universitaria se encuentra en un punto de inflexión, donde la formación académica rigurosa, aunque necesaria, ya no es suficiente para preparar a los estudiantes para los complejos entornos sociales y profesionales que enfrentarán (Bernal-Sarmiento, 2022). La emergencia de problemas globales multifacéticos, junto con la crisis de salud mental estudiantil documentada (ver Worsley et al., 2020; Upsher et al., 2022; Hyseni-Duraku et al., 2023) subraya la urgencia de adoptar un enfoque más holístico hacia la educación.

Se ha observado que el bienestar psicológico de los estudiantes experimenta un deterioro durante su primer año universitario, en contraste con el periodo que precede a su ingreso a la universidad (Cooke et al, 2007). La implementación de programas de intervención resulta adecuada para la educación y promoción de la salud en el contexto universitario. La retroalimentación constante, la flexibilidad y el empleo de recursos audiovisuales incrementan la motivación para el desarrollo de actividades con un enfoque personal (Cabrera-Gómez et al., 2019).

Este enfoque de intervención debe incluir estrategias orientadas al éxito académico (Kryshko et al., 2020), también al desarrollo personal (Terenzini et al., 1984), la resiliencia emocional (Campbell et al., 2022), y la

exploración de la espiritualidad y los valores culturales como medios para alcanzar un bienestar integral (Bernal-Sarmiento, 2022).

Además, el reconocimiento de la diversidad cultural (Deakins, 2009) y de los valores espirituales (Kurbanov et al., 2016) dentro del cuerpo estudiantil exige un programa que sea inclusivo y adaptable a las variadas necesidades y perspectivas de los estudiantes. Tal programa debe estar diseñado para fomentar un sentido de comunidad y pertenencia (Beauchamp et al., 2020) ofreciendo espacios seguros para el diálogo, la reflexión (Kumagai y Naidu, 2015), y la práctica espiritual (Christmas y Van Horn, 2012; Singh y Bandyopadhyay, 2021), independientemente de la tradición o creencia individual.

Los estudiantes universitarios actuales presentan una amplia diversidad en términos étnicos, socioeconómicos, religiosos y políticos, y aspiran al éxito educativo y profesional. Además, están involucrados en la exploración de cuestiones existenciales, en busca de propósito, desarrollo personal, compasión y entendimiento de los desafíos sociales y globales que a los que han de hacer frente (Astin et al., 2005).

La espiritualidad es fundamental para el desarrollo integral y vocacional, superando el mero razonamiento y captando el significado profundo de la vida. La educación debe integrar la espiritualidad para evitar una visión reduccionista del ser humano, combinando el aprendizaje con el desarrollo personal y social (Piedra-Hernández, 2018).

Igualmente, la educación debe desarrollar la *inteligencia espiritual*, que se entiende como una capacidad que permite a las personas abordar y resolver cuestiones de significado y valores, situar sus vidas en un contexto más amplio y reflexionar sobre aspectos trascendentales de la existencia (Martín-Sánchez et al., 2020). La inteligencia espiritual es la habilidad de abordar preguntas existenciales y la conexión del individuo con el universo, favoreciendo el desarrollo integral. Esta es fundamental en la educación para fomentar el pensamiento crítico y la apertura mental desde una edad temprana (Rodríguez, 2013).

Se considera a la inteligencia espiritual como la más elevada de las inteligencias, dada su estrecha relación con la capacidad de conciencia humana, permitiendo una interpretación integral de la realidad y siendo un vehículo hacia la experiencia de plenitud (Bhakti et. al., 2019). Por ello, intervenir en la potencia motivacional espiritual de las personas en proceso de formación es un requisito para mejorar su bienestar y su calidad de vida.

Desde el punto de vista de Cooke (2022), la espiritualidad en la vida universitaria representa un viaje interno de crecimiento personal y cognitivo para los estudiantes, quienes buscan significado y conexión más allá de las influencias familiares. Independientemente de sus creencias religiosas, los estudiantes encuentran en la espiritualidad una forma de conectar con lo trascendente y el entorno, por ello esta autora destaca la importancia de los contextos académicos que fomenten esta exploración.

Para Perilla y Machado (2020), los programas psicoeducativos de corte espiritual buscan fomentar la espiritualidad en los estudiantes a través de actividades de autoconocimiento y autorreflexión que les permitan redescubrir y practicar valores fundamentales. Según estos autores esto contribuye a su formación integral, impulsando una comprensión más profunda de sí mismos y fortaleciendo tanto su desarrollo personal como social.

El Programa de Mentoría SPARK (Speak to the Potential, Ability, and Resilience inside every Kid) de Kelley et al. (2021), que traducido al español quiere decir "Habla al Potencial, la Habilidad y la Resiliencia que hay dentro de cada Niño", fue una intervención educativa enfocada en la salud mental, que se fundamenta en los principios psicoespirituales del pensamiento, la conciencia y la mente universales, y buscó potenciar el bienestar y las percepciones sobre el ambiente escolar de estudiantes en riesgo de fracasar académicamente (Kelley et al., 2021).

Este programa demostró ser efectivo en mejorar el bienestar mental y la percepción del clima escolar en estudiantes en riesgo de fracaso académico. Tras participar en trece sesiones, los estudiantes mostraron mejoras significativas en salud mental, estado de ánimo, esperanza, resolución de conflictos, valoración del éxito académico y relaciones con maestros y compañeros, comparado con un grupo de control (Kelley et al., 2021).

Una revisión sistemática de Nair y Otaki (2021) destaca la efectividad de intervenciones contextualizadas para mejorar el bienestar y desarrollo espiritual de estudiantes universitarios. La revisión sugiere un enfoque holístico, incorporando estos elementos en el currículo universitario, y propone el modelo 4M. El *Modelo 4M* es un enfoque comprensivo hacia el bienestar, integrando lo físico, psicológico, emocional y social a través de atención plena, movimiento, y búsqueda de significado. Facilita a los consejeros apoyar de manera integral a los estudiantes, abordando efectivamente el estrés y promoviendo el bienestar en el ambiente universitario (Nair y Otaki, 2021).

La autoconciencia y la inteligencia espiritual se pueden fomentar mediante la psicoterapia, el yoga, la meditación y la psicoeducación (Stiliya y Pandey, 2022). Mohammed (2019) ha reportado una correlación positiva entre la inteligencia espiritual y la autoeficacia académica, indicando que un mayor nivel de inteligencia espiritual contribuye a una mayor confianza en las habilidades y capacidades cognitivas de los estudiantes. Esto sugiere la importancia de promover la inteligencia espiritual como medio para mejorar el bienestar y el rendimiento académico de los estudiantes universitarios.

Se investigó la técnica de meditación MEMT en estudiantes universitarios, encontrando mejoras significativas en la regulación emocional, con una reducción en la supresión de emociones y un aumento en la reevaluación cognitiva (Patel et al., 2018). Estos autores señalaron que tras dos semanas de práctica se observó un aumento en el afecto positivo y

una disminución en el negativo, sugiriendo efectos beneficiosos en el estado de calma y serenidad.

La técnica de dominio de las emociones (*MEMT*) es una técnica de meditación desarrollada por la Fundación de Investigación de Yoga Swami Vivekananda. Su principal objetivo es ayudar a las personas a regular sus emociones, promoviendo así una salud positiva, una mayor voluntad, concentración, buena memoria y una relajación profunda. La MEMT pone el enfoque en la mente del individuo, su flujo de pensamientos y las variadas emociones y sensaciones que experimenta. Esto permite a los practicantes superar disturbios emocionales a través de un proceso de autoobservación y autoconocimiento (Patel et al., 2018).

La aplicación de la MEMT implica dirigir la atención hacia el interior, observando los propios pensamientos y emociones sin juzgarlos. Parte de su práctica puede incluir el uso de *bhajans devocionales* (canciones espirituales) para facilitar la expresión de emociones profundas y el desarrollo de la maestría emocional (Patel et al., 2018).

Las investigaciones muestran que las intervenciones basadas en Mindfulness son eficaces para mitigar la depresión y la ansiedad en estudiantes universitarios (Worsley et al., 2020). Comparativamente, aunque efectivas, estas técnicas no superan en resultados a otras estrategias como el apoyo entre pares, el arte, el ejercicio, y las terapias cognitivo-conductuales. Se subraya la contribución significativa del Mindfulness y la meditación al bienestar de los estudiantes (Worsley et al., 2020).

Los Programas basados en Mindfulness ofrecen una vía efectiva para mejorar el bienestar mental en la población académica, al enseñar estrategias de afrontamiento, autorregulación emocional y cognitiva, y reducir síntomas de estrés. La implementación de estos programas en universidades no sólo difunde conocimientos científicos, tecnológicos, artísticos y filosóficos, sino que también contribuye a la salud mental accesible (De Azevedo y Menezes, 2021).

Un curso de 8 semanas sobre Mindfulness mostró ser efectivo y bien recibido entre estudiantes universitarios, mejorando su bienestar y salud mental, así como su enfoque y motivación hacia objetivos académicos (Medlicott et al., 2021). Los beneficios estuvieron mediados por la atención plena, la autocompasión y la resiliencia, siendo la atención plena y la resiliencia claves también para la mejora de la salud mental. Además, los estudiantes mostraron una orientación más positiva hacia sus metas académicas, reflejada en un mayor compromiso, probabilidad de éxito y percepción de tener las habilidades y recursos necesarios.

Germer (2004) describió el *Mindfulness* como una práctica de conciencia plena que implica mantener la atención y la conciencia en el momento presente de manera intencionada y sin juicio. Se trata de observar los pensamientos, emociones y sensaciones físicas tal como surgen, permitiendo una mayor claridad y aceptación de la experiencia actual. A través de esta metodología, se busca cultivar un estado de alerta y receptividad a la totalidad de nuestras vivencias, evitando caer en el piloto

automático o la distracción constante. Esta práctica también fomenta el recordar reorientar nuestra atención al ahora, promoviendo una relación más armoniosa y consciente con nosotros mismos y nuestro entorno (Germer, 2004).

De acuerdo con Siegel et al. (2009) el mindfulness redirige la atención hacia el flujo inmediato de percepciones sensoriales y pensamientos, enfocándose en el momento presente y alejándose de interpretaciones y narrativas preconcebidas. Esta práctica promueve una observación directa y sin juicios de las experiencias sensoriales y mentales, permitiendo reconocer la naturaleza efímera y condicionada de estos fenómenos. Al concentrarse en la experiencia sensorial pura, el mindfulness ayuda a disminuir el poder de las historias personales y las distracciones mentales, llevando a una mayor claridad y tranquilidad interior (Siegel et al., 2009).

Se ha demostrado que la meditación de respiración consciente proporcionó una reducción en las puntuaciones de estrés, depresión y ansiedad entre los estudiantes universitarios en Indonesia (Komariah et al., 2022). Esto sustentaría el uso de la meditación de respiración consciente con estudiantes universitarios, con objeto de desarrollar su competencia psicosocial y la atención consciente a las necesidades propias (Komariah et al., 2022).

Igualmente, se ha sugerido que el trabajo de respiración tiene un alto perfil de seguridad y se pueden recomendar técnicas de respiración de ritmo lento a las poblaciones subclínicas o aquellas que experimentan un alto

estrés (Gupta et al., 2017). La respiración, al aumentar la oxigenación, fortalece físicamente y proporciona energía, mientras que la meditación ofrece serenidad y relajación. Existiría una ventaja de la respiración sobre la meditación para jóvenes inexpertos, facilitando una vía rápida y accesible para obtener beneficios del yoga (Qi et al., 2020).

Csepregi et al. (2022) han propuesto que los regímenes de ejercicios de respiración pueden implementarse como una rutina de ejercicio complementaria, beneficiando no únicamente a los pacientes, sino también ofreciendo efectos preventivos primarios en aspectos como la postura, la flexibilidad y la fuerza en adultos saludables. La combinación de técnicas de respiración fisioterapéuticas con ejercicios específicos de estiramiento y fortalecimiento puede ser adoptada por cualquier persona, no sólo para fines de rehabilitación, sino también como medida de prevención primaria, integrándose dentro del entrenamiento cruzado (Csepregi et al., 2022).

Según Campanelli et al. (2020), la técnica de *Pranayama* se centra en el control consciente de la respiración, empleando diversos métodos para influir en la actividad neurofisiológica y conductual. Esta y otras técnicas de pranayama, se utilizan para calmar la mente, reducir la ansiedad y la depresión, y promover un equilibrio entre los hemisferios cerebrales a través de la alternancia del flujo de aire nasal. Además, el pranayama puede mejorar la concentración, la inhibición de respuestas y la neuroplasticidad, contribuyendo a una mayor adaptabilidad neuronal y bienestar mental (Campanelli et al., 2020).

Asimismo Vallimurugan (2020) propuso que al realizar pranayama, una persona respira profundamente, llenando los pulmones con aire limpio que potencia el sistema respiratorio superior. Al retener este aire limpio en los pulmones, se eleva la temperatura del cuerpo y se aumenta la asimilación de oxígeno. Durante la exhalación, el diafragma vuelve a su posición normal y el aire exhalado, que contiene impurezas nocivas, es expulsado del cuerpo (Vallimurugan, 2020).

En la investigación de Jayawardena et al. (2020) se describe el pranayama como una técnica de respiración yóguica, implica modificaciones deliberadas del proceso respiratorio mediante prácticas como la respiración rápida diafragmática, la respiración lenta/profunda, la respiración alterna por las fosas nasales y la retención de la respiración. Se lleva a cabo usualmente en postura sentada y abarca cuatro aspectos importantes de la respiración: inhalación, exhalación, retención interna de la respiración y retención externa de la respiración. Estas prácticas se enfocan en el control y la expansión del prana o energía vital, buscando armonizar la salud física, mental, emocional y espiritual del individuo (Jayawardena et al., 2020).

Un estudio pionero en Hungría, de Tornóczy et al. (2022), examinó los efectos del yoga y los deportes en el bienestar espiritual, psicológico y físico de estudiantes universitarios durante las clases de educación física, encontrando que la práctica de yoga durante diez semanas mejoró significativamente la espiritualidad y la autoconexión. Este hallazgo resalta

el potencial del yoga no sólo para la mejora física sino también para el desarrollo espiritual en estudiantes universitarios, sugiriendo que actividades físicas regulares, incluso de baja frecuencia, pueden ser beneficiosas para la salud física y espiritual (Tornóczy et al., 2022).

El estudio de Ganpat et al., (2013) investigó el efecto del Módulo Integrado de Yoga (MIY) de 21 días sobre el rendimiento mental de estudiantes universitarios, utilizando mediciones de coherencia de ondas cerebrales antes y después del programa. Participaron 30 estudiantes con una edad media de 25,77 años. Los resultados mostraron incrementos significativos del 43,24% en ondas Delta y del 57,85% en ondas Alpha, indicando una mejora en la coherencia e integración cerebral y sugiriendo un potencial aumento del rendimiento mental post-intervención.

Asimismo, el estudio de Elstad et al. (2020) observó que practicar yoga dos veces por semana durante tres meses redujo significativamente la angustia psicológica en estudiantes universitarios, con efectos sostenidos post-intervención. El estudio constató, con un tamaño del efecto de 0.38, una mejora notable en la espiritualidad y la conexión personal y trascendental. Estos resultados subrayaron el potencial del yoga para aliviar la angustia y promover el bienestar integral, recomendando su consideración en programas de bienestar estudiantil.

Las recomendaciones del estudio de Al-Zoubi (2020) sugieren que las instituciones de Educación Superior implementen programas extracurriculares y curriculares dirigidos a mejorar la calidad de vida de los

estudiantes incidiendo en el desarrollo de habilidades de flexibilidad cognitiva. Desde el punto de vista de este autor estos programas deberían dirigirse principalmente a alumnos de los primeros años, abarcando todos los aspectos de la calidad de vida. Además, este autor aconseja realizar investigaciones adicionales sobre cómo la calidad de vida se relaciona con otras variables, como la atención plena y las estrategias cognitivas.

El estudio de Restrepo et al. (2023) reveló que las estrategias de regulación cognitivo-emocional y el apoyo social juegan roles cruciales en cómo el estrés afecta la adaptación a la vida universitaria. La investigación confirma que tanto las estrategias positivas (como el enfoque y la reevaluación) como las negativas (rumiación y auto-culpa) modulan el impacto del estrés, sugiriendo que fortalecer las estrategias positivas y el apoyo social puede mejorar significativamente la adaptación universitaria y la calidad de vida de los estudiantes.

Las tecnologías cognitivas se aplican en intervenciones encaminadas al desarrollo personal y profesional (Oumarou, 2004). La imaginación y la visualización amplían la mente más allá de lo conocido. La *imaginación* permite crear libremente, generando ideas, personajes y escenarios futuros, estimulando la creatividad y la solución de problemas. En contraste, la *visualización* enfoca la mente en imágenes concretas para alcanzar objetivos específicos, influenciando positivamente tanto el estado mental como físico. Es común en deportes, meditación y terapias para mejorar el rendimiento y el bienestar (Oumarou, 2004).

La *visualización* es una técnica psicológica que implica el uso consciente de la imaginación para fomentar la autocuración y el bienestar personal. A través de este proceso las personas crean imágenes mentales específicas y detalladas que promueven la unión de lo físico, lo mental y lo emocional, contribuyendo así a la recuperación de la integridad y su salud (Rodríguez-Rodríguez et al., 2005).

La visualización, practicada regularmente, promueve cambios positivos en el bienestar emocional y físico, contribuyendo a una mejor calidad de vida. Esta técnica fomenta un rol activo en el autocuidado, complementando tratamientos médicos y estrategias de gestión del estrés, reforzando así el equilibrio y la salud integral (Rodríguez-Rodríguez et al., 2005).

De acuerdo con Güner-Öztürk (2019) el enfoque gestáltico propone que el desarrollo personal y la salud psicológica se logran mediante la integración de aspectos fragmentados del self, facilitando así una mayor conciencia del momento presente y una mejor gestión de las relaciones interpersonales. Conceptos clave incluyen (1) la figura-fondo, que describe cómo las personas organizan experiencias; (2) el ciclo gestáltico de la experiencia, explicando cómo se procesan las experiencias; y (3) darse cuenta, un proceso que implica entender el propio comportamiento y emociones en el contexto actual (Güner-Öztürk, 2019).

La terapia Gestalt también aborda los estilos de contacto, es decir, cómo los individuos interactúan con su mundo para satisfacer sus

necesidades y cómo estos patrones de contacto pueden facilitar o impedir el funcionamiento óptimo (Güner-Öztürk, 2019).

Un Programa de Grupo Gestalt se diseñó para aumentar la conciencia y apoyar el desarrollo personal de estudiantes universitarios mediante sesiones grupales de 120 minutos. Las técnicas gestálticas aplicadas se centraron en el desarrollo de la autoconciencia y la exploración de estilos de contacto, a través de prácticas que fomentan el estar presentes y conscientes (Güner-Öztürk, 2019).

Kyvelou y Tsitsas (2023) indican que los centros de orientación de las universidades están enfrentando un aumento en la demanda de servicios de salud mental para respaldar el bienestar estudiantil a lo largo de su recorrido educativo. El programa Grupo de Desarrollo Personal, que integra intervenciones basadas en Mindfulness y asesoramiento en la Terapia Gestalt, ha sido efectivo en mejorar la autoconciencia, la inteligencia emocional y el nivel de satisfacción vital de los participantes. Este estudio indica que el programa podría mejorar el rendimiento académico, dado que los estudiantes con un mayor bienestar psicológico y autoconciencia tienden a tener un mejor desempeño en sus estudios. Se aconseja la inclusión de programas parecidos en los currículos universitarios (Kyvelou y Tsitsas, 2023).

En resumen, apoyados en la revisión documental realizada y en la propia investigación empírica y teórica desarrollada en esta Tesis Doctoral,

la justificación para la implementación de un Programa de Optimización Integral Estudiantil se basa en la necesidad de:

- *Abordar el bienestar de los estudiantes de manera integral.* Más allá del desempeño académico, es crucial considerar el desarrollo personal y social de los estudiantes universitarios, promoviendo un sentido de propósito y bienestar en sus vidas.
- *Responder a las demandas de la sociedad posmoderna.* Preparar a los estudiantes no sólo intelectualmente, sino también con una base sólida de valores culturales y conexión espiritual, para enfrentar cambios rápidos y múltiples desafíos.
- *Fomentar una cultura de valores y prácticas espirituales.* Integrar estrategias que cultiven y promuevan estos aspectos esenciales para la calidad de vida de los estudiantes, preparándolos para liderar una vida significativa.
- *Promover la salud mental y el bienestar físico.* Considerando la prevalencia de problemas de salud mental y la correlación entre el bienestar físico y psicológico. Es imprescindible implementar programas que aborden estos aspectos de manera preventiva y holística.
- *Incorporar estrategias de intervención psicoeducativas innovadoras.* Adoptar un enfoque holístico en la educación universitaria, donde el desarrollo humano y el bienestar estudiantil sean centrales, requiere la implementación de

programas innovadores que fomenten un entorno universitario inclusivo y orientado al bienestar.

- *Apoyar el desarrollo personal y la resiliencia emocional.* A través de estrategias que promuevan el éxito académico, el crecimiento personal, la resiliencia emocional y la exploración de la espiritualidad y valores culturales.
- *Reconocer y adaptarse a la diversidad cultural y espiritual.* Implementar un programa inclusivo y adaptable a las variadas necesidades y perspectivas de los estudiantes, fomentando un sentido de comunidad y pertenencia.
- *Mitigar el impacto de la transición universitaria.* Abordar el deterioro en el bienestar psicológico que muchos estudiantes experimentan durante su primer año universitario, ofreciendo soporte y estrategias efectivas desde el inicio de su formación académica.
- *Generar evidencia empírica sobre prácticas efectivas.* A través de una metodología de investigación sólida, evaluar el impacto de este programa para contribuir al desarrollo de políticas y estrategias orientadas al bienestar integral en el ámbito universitario.

7.3. El contexto normativo en Ecuador

El contexto normativo propio de la institución en la que se desarrolla este proyecto también es relevante, en particular lo señalado en la Constitución de la República de Ecuador:

El artículo 27 de la Constitución de la República del Ecuador (2013) establece que:

La educación se centrará en el ser humano y garantizará su desarrollo holístico, en el marco del respeto a los derechos humanos, al medio ambiente sustentable y a la democracia; será participativa, obligatoria, intercultural, democrática, incluyente y diversa, de calidad y calidez; impulsará la equidad de género, la justicia, la solidaridad y la paz; estimulará el sentido crítico, el arte y la cultura física, la iniciativa individual y comunitaria, y el desarrollo de competencias y capacidades para crear y trabajar. (Ministerio de Educación, 2013, n.d.)

El artículo 343 indica:

El sistema nacional de educación tendrá como finalidad el desarrollo de capacidades y potencialidades individuales y colectivas de la población, que posibiliten el aprendizaje, y la generación y utilización de conocimientos, técnicas, saberes, artes y cultura. El sistema tendrá como centro al sujeto que aprende, y funcionará de manera flexible y dinámica, incluyente, eficaz y eficiente. (Ministerio de Educación, 2013, n.d.)

El sistema nacional de educación integrará una visión intercultural acorde con la diversidad geográfica, cultural y lingüística del país, y el respeto a los derechos de las comunidades, pueblos y nacionalidades. (Ministerio de Educación, 2013, n.d.).

En tanto que el artículo 350 propone:

El Sistema de Educación Superior tiene como finalidad la formación académica y profesional con visión científica y humanista; la investigación científica y tecnológica; la innovación, promoción, desarrollo y difusión de los saberes y las culturas; la construcción de soluciones para los problemas del país, en relación con los objetivos del régimen de desarrollo. (Ministerio de Educación, 2013, n.d.)

En la Ley Orgánica de Salud Mental (2024) pronunciada y aprobada en diciembre de 2023 en el Pleno de la Asamblea Nacional Ecuatoriana artículo 3, se proponen los fines de esta ley, se citan los numerales a,b,c,d,e, f, i:

“a) Reconocer a la salud mental como parte de la atención integral de salud e impulsar la consolidación de una política

nacional en salud mental, a fin de que el Estado priorice las acciones en esta materia" (n.d.).

"b) Establecer la prevención integral como eje de la política de salud mental con participación intersectorial, de las personas naturales y jurídicas de derecho público o privado, la familia y la comunidad" (n.d.).

"c) Fomentar el bienestar mental, prevenir los trastornos mentales, proporcionar atención integral, promover la recuperación y garantizar el ejercicio pleno de los derechos humanos" (n.d.).

"d) Promover la salud integral y el bienestar físico, psicológico, cognitivo, emocional y relacional de todas las personas, en todo el curso de vida, considerando su ámbito individual, familiar, social y comunitario" (n.d.).

"e) Fomentar el desarrollo de planes y programas de promoción de la salud mental y de prácticas de vida saludables en todo el ciclo de vida, a fin de prevenir trastornos mentales" (n.d.).

"f) Prevenir la mortalidad, morbilidad, discriminación, discapacidad, a través de la atención oportuna, que incluya la promoción, prevención, tratamiento, rehabilitación y cuidados paliativos, basados en la mejor evidencia científica disponible" (n.d.).

“i) Garantizar el acceso a servicios de salud mental de calidad, calidez, en ambientes seguros y la disponibilidad de los mismos para la atención integral, a través del Sistema Nacional de Salud” (n.d.).

Tomando como referencia los artículos consagrados en la Constitución de la República del Ecuador y la Ley Orgánica de Salud Mental, y apoyándonos en los resultados empíricos (obtenidos mediante técnicas de regresión de moderación y medicación) de esta investigación doctoral, se propone la implementación del Programa de Optimización Integral Estudiantil. Este programa se fundamenta en los principios de prevención, promoción y atención integral de la salud mental con el propósito de enriquecer la calidad de vida y el desempeño académico del alumnado universitario, asegurando la protección de sus derechos y el pleno desarrollo de sus potencialidades en el contexto educativo.

7.4. Objetivos del Programa de Optimización Integral Estudiantil

- 1) Potenciar la calidad de vida de los estudiantes de primer año de la carrera de Psicología a través del desarrollo y fortalecimiento de la Conexión Espiritual Intrapersonal e Interpersonal, promoviendo su bienestar integral y su adaptación exitosa al entorno universitario.

- 2) Incrementar el autoconocimiento por medio de la comprensión de los propios valores, creencias y objetivos para fortalecer el bienestar espiritual y personal.
- 3) Disminuir significativamente los niveles de estrés y ansiedad a través del desarrollo de la atención plena, y la respiración.
- 4) Enriquecer la Inteligencia Espiritual, ampliando la capacidad del estudiante para reflexionar sobre el significado y los valores de la vida, promoviendo una perspectiva más profunda y un sentido de propósito.
- 5) Fomentar la resiliencia emocional, aumentando la capacidad de adaptación a las adversidades, desarrollando una actitud resiliente frente a los desafíos.
- 6) Fortalecer la integración y conexión con la comunidad universitaria, generando relaciones de apoyo y colaboración.
- 7) Promover el respeto y la valoración de la diversidad, cultivando una apreciación más profunda de la diversidad cultural y espiritual, fomentando un entorno de respeto mutuo y aprendizaje intercultural.
- 8) Mejorar la adaptación y rendimiento académico, conseguir una adaptación exitosa al entorno universitario y un desempeño académico óptimo.

7.5. Metodología del Programa de Optimización Integral Estudiantil (POIE)

7.5.1. Diseño y planificación del programa, su evaluación y desarrollo

La identificación de valores culturales, conexiones espirituales, comportamientos académicos, y calidad de vida que se han mostrado en la parte empírica de esta Tesis Doctoral posibilita diseñar y aplicar una intervención psicoeducativa holística, fundamentada en principios de Psicología Positiva.

En consecuencia, se sugiere un programa de intervención psicoeducativa de ocho sesiones enfocado en los grupos estudiantiles de primer curso de la Facultad de Psicología de la Universidad de Cuenca (Ecuador). El programa tendrá una duración de dos meses, celebrándose una sesión por semana de dos horas cada una en espacios adecuados para tales fines.

Este estudio piloto adopta un diseño cuasiexperimental con mediciones antes y después de la intervención. Se propone un enfoque metodológico que promueve la participación tanto grupal como individual. Este diseño experimental controlado y aleatorio consta de dos grupos: el grupo de intervención, que participará en el programa (POIE), y el grupo de control, que no participará en dicho programa.

Se llevarán a cabo evaluaciones de ambos grupos (intervención y control) antes de iniciar la intervención (pretest) y después de concluirla

(posttest) para determinar la eficacia de la intervención. Las evaluaciones pre y post intervención utilizarán los mismos instrumentos de medición aplicados en la investigación original: Cuestionario GLOBE Beta, Escala de Espiritualidad Personal, Inventario de Intereses Profesionales, Escala Engagement Académico y Cuestionario de Calidad de Vida, descritos en secciones previas.

7.5.2. Técnicas de intervención

Se emplearán las técnicas de intervención que se describen a continuación en el marco de un programa de intervención psicoeducativo dirigido a la modificación de los aspectos previamente descritos.

Los Programas basados en Mindfulness incorporan las siguientes técnicas: (1) autoexploración corporal (body scan), (2) meditación mindfulness o vipassana en posición sentada o bien caminando, (3) estiramientos y posturas de Hatha Yoga, y (4) atención a la vida cotidiana (Ruíz-Fernández et al., 2012).

La autoexploración corporal es una técnica de meditación que implica prestar atención secuencial a las distintas partes del cuerpo para fomentar la concentración, la calma y la atención plena. Se practica acostado y guiado por grabaciones, alternando con ejercicios de respiración. Esta práctica ayuda a incrementar la conciencia del cuerpo y a manejar el estrés, promoviendo un estado de apertura y aceptación hacia las sensaciones corporales (Ruíz-Fernández et al., 2012).

La meditación mindfulness en posición sentada se centra en mantener una postura erguida y observar la respiración. La práctica implica notar los pensamientos sin juicio y redirigir suavemente la atención a la respiración cada vez que se dispersa. Esta técnica diaria refuerza la estabilidad mental y promueve una aceptación amplia de las experiencias internas, conduciendo hacia una conciencia plena y receptiva de cada momento (Ruíz-Fernández et al., 2012).

La meditación mindfulness caminando implica enfocarse en las sensaciones de caminar, especialmente en los pies, manteniendo un paso lento para potenciar la atención plena en el movimiento, sin un destino específico (Ruíz-Fernández et al., 2012).

El Hatha Yoga practicado con atención plena es una técnica de meditación que incluye estiramientos y posturas, enfocándose en la respiración y las sensaciones corporales en cada postura (Ruíz-Fernández et al., 2012). Según estos autores, esta práctica se realiza sin forzar, respetando los límites del cuerpo y manteniendo la conciencia en el presente. Se busca una participación activa en reconocer y respetar las señales del cuerpo, permitiendo así superar las tensiones y explorar el potencial de movimiento.

La técnica de atención plena en la vida cotidiana implica concentrarse completamente en cada actividad diaria y momento presente, ya sea lavar platos, trabajar o experimentar emociones. La práctica busca situarnos en el aquí y ahora, reconociendo pensamientos y emociones sin juicio y permitiendo que la continuidad de esta atención despeje la mente,

promoviendo serenidad y armonía. No se busca eliminar sensaciones desagradables, sino aceptarlas y desapegarse de ellas, lo que paradójicamente facilita su disolución y da paso a la calma (Ruíz- Fernández et al., 2012).

1) Ejercicios de respiración para disminuir la activación general y promover la relajación.

- *Respiración Profunda.* Sentado cómodamente, con una mano sobre el abdomen y la otra encima, se imagina inflar una bolsa en el abdomen con cada inhalación, sosteniendo el aire brevemente con un mensaje interno de relajación, y exhalando lentamente mientras se promueve la sensación de calma. Este ejercicio se repite varias veces al día, especialmente durante momentos de estrés (Ruíz-Fernández et al. 2012).
- *Respiración Contada.* Se enfoca en llevar el aire hacia la parte inferior de las costillas, pensando en palabras como "calma" al inhalar y "relax" al exhalar, realizando diez respiraciones seguidas, varias veces al día (Ruíz-Fernández et al., 2012).
- *Respiración Abdominal.* Se centra en mover el abdomen durante la respiración, manteniendo el resto del torso quieto, para entrenar la respiración diafragmática (Ruíz Fernández et al., 2012).
- *Respiración Intercostal o Media.* Dirige el aire hacia la zona media del tórax, movilizándolo la musculatura intercostal y del tórax con

el objetivo de mejorar la flexibilidad y la capacidad respiratoria (Ruíz-Fernández et al., 2012).

- *Respiración Alternada.* Consiste en respirar de manera alterna por cada fosa nasal, utilizando el pulgar y los dedos anular y medio para cerrar y abrir las ventanas nasales correspondientes. Este ejercicio mejora la respiración y promueve la relajación al alternar la inhalación y la exhalación entre cada fosa nasal, facilitando así un equilibrio en el sistema nervioso (Ruíz-Fernández et al., 2012).
- *La técnica de la silla vacía.* Es una estrategia de intervención empleada en la terapia gestáltica para facilitar el diálogo interno y la integración de aspectos conflictivos del self. A través de este método, el individuo se enfrenta a sí mismo o a otros significativos imaginarios, lo que permite la expresión y elaboración de emociones y conflictos reprimidos (Perls, 1973).
- *El ejercicio del Aquí y Ahora.* Se centra en la conciencia de la experiencia presente, un pilar de la terapia gestáltica. Este ejercicio ayuda a los individuos a conectarse con sus sensaciones físicas, emociones y pensamientos actuales, promoviendo la autoconciencia y el aquí y ahora (Polster y Polster, 1973).
- *El diálogo existencial.* Se basa en la exploración de temas fundamentales de la existencia, como la libertad, la soledad, el significado y la mortalidad, desde una perspectiva terapéutica existencial. Este enfoque promueve una profunda reflexión

personal y una mayor comprensión de la propia vida y relaciones (Yalom, 1980).

7.6. Población que recibirá la intervención

El programa se implementará con los estudiantes de primer curso. Dado que la selección de participantes se realiza de manera aleatoria, todos los estudiantes poseen igual oportunidad de ser elegidos. Como *criterios de inclusión* se considerará que podrán participar aquellos estudiantes de 18 años en adelante (de forma voluntaria), matriculados en el primer curso de la Carrera de Psicología General. Los estudiantes deberán firmar un formulario de consentimiento informado. Se excluirá a cualquier estudiante que no disponga de este consentimiento. Se sugiere un límite de 14 participantes para este estudio. Al inicio del primer curso se realizará una convocatoria a través de la cual se invitará a participar del programa psicoeducativo a 14 estudiantes de la Facultad de Psicología de la Universidad de Cuenca.

7.7. Evaluación del Programa

Para explorar el impacto de la intervención en los dominios de conexión espiritual, tanto intrapersonal como interpersonal, se emplearán análisis de regresión múltiple, controlando variables demográficas y mediciones basales. Además, los cambios en la calidad de vida se evaluarán utilizando pruebas t para muestras independientes, para comparaciones

entre grupos, y muestras pareadas, para comparaciones dentro de grupos. La comparación de las medias en las puntuaciones de las variables dependientes se realizará a través de análisis de covarianza, utilizando las puntuaciones pre-intervención como covariables, para ajustar por diferencias iniciales entre los participantes. Este enfoque metodológico está diseñado para proporcionar una comprensión clara y ajustada del efecto de la intervención en los participantes.

7.8. Aspectos éticos y consideraciones en torno a la inclusión

El estudio será sometido a la revisión y aprobación del Comité de Ética Institucional. Todos los participantes firmarán un consentimiento informado, asegurando su voluntariedad en la participación y la confidencialidad de la información recogida. La planificación, desarrollo, y consideraciones de los sujetos participantes se ajustará al cumplimiento de la normativa correspondiente, tanto en lo que se refiera a la participación de personas en estudios de investigación como al tratamiento de datos de carácter personal.

Este diseño metodológico pretende proporcionar evidencia empírica sobre la efectividad del Programa de Optimización Integral Estudiantil para mejorar la calidad de vida de los estudiantes de primer año, a través del desarrollo de valores culturales, espiritualidad, y comportamientos académicos.

Asimismo, se realizarán las adaptaciones que sean necesarias para facilitar la participación de estudiantes con necesidades específicas de apoyo educativo.

7.9. Estructura y contenidos por sesiones del Programa de Optimización Integral Estudiantil

En las siguientes líneas se describen los objetivos, contenidos, actividades y materiales de las ocho sesiones que conforman el Programa. A lo largo de las sesiones del programa se desarrollarán los siguientes aspectos:

- Actividades diseñadas para fomentar la introspección espiritual, la conexión interpersonal, la motivación académica y la calidad de vida.
- Prácticas de Mindfulness, respiración y Hatha Yoga: Ejercicios para desarrollar la atención plena, la concentración y la conexión entre el cuerpo y la mente en el momento presente.
- Actividades que promuevan la compasión, la comunicación efectiva y la construcción de relaciones interpersonales positivas.
- Encuentros educativos en Valores Culturales, Espirituales, y Motivación Académica: Espacios de reflexión y debate sobre diferentes dimensiones de la cultura, espiritualidad y su impacto en el bienestar personal y colectivo.

✓ **Primera sesión. Evaluación del grupo**

Recomendaciones para el Facilitador. Crear un ambiente acogedor y seguro que incentive la participación y la expresión libre. Ser sensible y receptivo a las necesidades emocionales y espirituales de los estudiantes. Promover la reflexión individual y colectiva, guiando a los estudiantes en su proceso de autodescubrimiento y crecimiento personal. Esta sesión inicial es esencial para sentar las bases del Programa de Optimización Integral Estudiantil, permitiendo una evaluación comprensiva del estado de bienestar de los estudiantes y ajustando el programa para maximizar su impacto en el desarrollo personal y espiritual.

Objetivos de la sesión:
<ol style="list-style-type: none"> 1. Introducir el Programa de Optimización Estudiantil. Presentar los objetivos, estructura, técnicas y expectativas del programa. 2. Establecer un ambiente de confianza y apertura. Fomentar un espacio seguro para la expresión y el intercambio de ideas. 3. Evaluar las variables. Medir las variables independientes y dependiente mediante instrumentos validados. 4. Fomentar la reflexión inicial sobre la espiritualidad y el autoconocimiento. Iniciar el proceso de autoexploración en los estudiantes.
Contenidos y actividades:
-Bienvenida e introducción (10 minutos).

Presentación del equipo facilitador y explicación detallada del programa y sus objetivos.

Dinámica de presentación para generar un ambiente de confianza y apertura.

Establecimiento de normas del grupo, enfatizando la importancia de la confidencialidad, el respeto y la empatía.

-Exploración de Expectativas (10 minutos).

Ejercicio grupal para compartir motivaciones personales y expectativas del programa.

Discusión sobre cómo el bienestar emocional, psicológico y espiritual influye en la experiencia universitaria.

-Autoevaluación y reflexión (30 minutos).

Distribución y cumplimiento de cuestionarios sobre bienestar emocional, psicológico y espiritual, incluyendo escalas de mindfulness, satisfacción vital y regulación emocional.

Reflexión guiada individual para profundizar en la autocomprensión y el autoconocimiento.

-Introducción a la espiritualidad y a técnicas psicológicas (25 minutos).

Breve taller sobre técnicas de mindfulness, técnicas de respiración, técnicas de visualización e imaginación, técnicas psicofísicas, técnicas gestalt y existenciales para mejorar la calidad de vida.

Charla sobre Espiritualidad y Autoconocimiento (15 minutos).

Utilizando presentaciones y discusiones interactivas, explicar cómo la conexión espiritualidad y el autoconocimiento contribuyen al desarrollo personal y al bienestar. Esta charla se centrará en definiciones, importancia, y cómo estas áreas influyen en la calidad de vida y el rendimiento académico. Se hará énfasis en la conexión entre la espiritualidad, la inteligencia espiritual y el autoconocimiento como pilares para el desarrollo integral.

Práctica guiada de Mindfulness centrada en la Meditación de respiración consciente (15 minutos):

1. Los participantes se sientan en una postura relajada, con los ojos cerrados.

2. Focalización en la respiración, los estudiantes concentran su atención en el flujo natural de su respiración, observando cómo el aire entra y sale, y la sensación de movimiento en el pecho o el abdomen.

3. Manejo de la distraibilidad, si la atención se desvía, se les instruye reconocerlo sin crítica y regresar suavemente el enfoque a la respiración.

4. Profundización de la observación, invitar a los estudiantes a notar cualquier detalle sobre su respiración, como la temperatura del aire o las pausas entre inhalación y exhalación, sin modificar su ritmo.

Después de unos 10 minutos, guiar a los estudiantes para ampliar su conciencia más allá de la respiración, volver lentamente a la percepción del entorno y abrir los ojos.

Cierre de la primera sesión de manera concisa y reflexiva (15 minutos).

Reflexión individual, los estudiantes reflexionan internamente sobre un aprendizaje o sensación significativa de la sesión. Pueden considerar cómo aplicarían este conocimiento en su vida cotidiana.

Escritura reflexiva, los estudiantes escriben en pocas palabras su reflexión o compromiso personal basado en la sesión.

Cierre grupal, agradecer la participación de todos y ofrecer una vista previa motivadora de lo que se explorará en la próxima sesión.

Materiales:

Cuestionarios de autoevaluación.

Equipo de sonido para meditación guiada.

Material de escritura para los participantes (hojas, bolígrafos).

Material para dinámicas grupales (papeles, marcadores).

Matt o esterillas.

✓ Segunda sesión. Desarrollo de la Conciencia y la Conexión Espiritual

Esta segunda sesión se centra en profundizar el conocimiento propio y desarrollar una conexión espiritual intrapersonal e interpersonal más fuerte, mediante la introducción de prácticas de mindfulness y meditación guiada que los estudiantes pueden incorporar en su vida diaria. Estas actividades están diseñadas para mejorar su atención, concentración y

bienestar general, mientras se fomenta una exploración continua de su crecimiento personal y espiritual.

Objetivos de la sesión:

1. Guiar a los estudiantes hacia una mayor introspección y conciencia de sus pensamientos, emociones y comportamientos, utilizando técnicas de mindfulness y autoobservación.
2. Facilitar experiencias que promuevan una conexión más profunda con el yo interior, a través de prácticas que integren la espiritualidad en la vida cotidiana.
3. Desarrollar habilidades para una conexión espiritual interpersonal efectiva, promoviendo la empatía, el respeto y la comprensión mutua entre los participantes.
4. Explorar y reflexionar sobre las experiencias de conexión espiritual y cómo estas influyen en las relaciones interpersonales.

Contenidos y actividades:

Conceptos básicos de la conexión espiritual intrapersonal e interpersonal (20 minutos).

Definición y relevancia para el bienestar personal y el desarrollo de relaciones significativas.

Autoconciencia espiritual, exploración de creencias, valores y prácticas espirituales personales.

Empatía y escucha activa como herramientas para la conexión espiritual con otros.

Meditación guiada para la autoconciencia (20 minutos): Comenzar con una meditación guiada enfocada en la respiración diafragmática y la conciencia corporal para facilitar la conexión intrapersonal. Incluir preguntas reflexivas sobre creencias y valores espirituales personales para promover la introspección.

Ejercicio de escucha activa en parejas (20 minutos): Los participantes en parejas comparten experiencias personales relacionadas con su espiritualidad, alternando roles como hablante y oyente. El oyente practica la escucha activa, reflejando emociones y contenido sin emitir juicios, fomentando así la empatía y la comprensión interpersonal.

Diálogo existencial grupal (30 minutos).

Se centra en explorar colectivamente temas fundamentales de la existencia —como la libertad, la soledad, el significado de la vida y la mortalidad— para profundizar en la conexión espiritual tanto intrapersonal como interpersonal de los participantes. Este enfoque fomenta una reflexión personal intensa y una mejor comprensión de cómo estos temas existenciales impactan en la vida y las relaciones de cada uno. Al compartir experiencias y perspectivas dentro de un espacio grupal seguro y de apoyo, los participantes pueden descubrir nuevas formas de relacionarse consigo mismos y con los demás, lo cual

contribuirá a mejorar su calidad de vida al promover una mayor autoconciencia y conexiones interpersonales más significativas.

Ejercicios de Pranayama respiración profunda (20 minutos).

Buscan calmar la mente y centrar la atención en el presente, creando un puente hacia una mayor autoconciencia y apertura hacia los demás. La práctica del pranayama en esta sesión permite a los participantes experimentar cómo la respiración consciente puede influir positivamente en su estado emocional y mental, ofreciendo un método accesible para gestionar el estrés y las emociones.

Retroalimentación y cierre (10 minutos).

Concluir la sesión recogiendo comentarios breves de los participantes sobre su experiencia en la sesión y ofreciendo reflexiones finales para integrar lo aprendido en su vida diaria.

Materiales:

Diarios personales o cuadernos y bolígrafos para las actividades de autorreflexión y compromisos personales.

Equipo de sonido para meditación guiada y música de fondo durante las prácticas de mindfulness.

Copias impresas de ejercicios prácticos de mindfulness para la rutina diaria de los estudiantes.

Matt o esterillas.

Esta sesión está diseñada para proporcionar a los participantes una comprensión más profunda de cómo sus valores culturales y su enfoque en el desempeño influyen en su estilo de comunicación, ofreciendo herramientas prácticas para desarrollar una comunicación más asertiva.

Objetivos de la sesión:
<ol style="list-style-type: none">1. Explorar y reflexionar sobre los valores culturales propios y de los demás, y cómo estos influyen en la orientación al desempeño personal y académico.2. Desarrollar habilidades de comunicación asertiva, diferenciando entre asertividad y agresividad.3. Promover el entendimiento y la aplicación de la asertividad como herramienta para mejorar la interacción interpersonal y el desempeño en contextos variados.
Contenidos y actividades:
<p>Introducción a los valores culturales (20 minutos).</p> <p>Su impacto en el desempeño y la comunicación. Diferencias entre asertividad y agresividad: teoría y práctica. Estrategias para desarrollar y aplicar comunicación asertiva en la vida diaria.</p> <p>Diálogo existencial sobre valores culturales (20 minutos):</p> <p>Iniciar con una breve introducción sobre la importancia de los valores culturales en nuestra percepción del desempeño y la comunicación.</p>

Facilitar un diálogo grupal donde los participantes compartan experiencias personales relacionadas con sus valores culturales y cómo estos influyen en su orientación al desempeño y su estilo de comunicación.

Role-Playing de situaciones de Asertividad vs. Agresividad (25 minutos):

Presentar escenarios comunes donde la comunicación asertiva y la agresividad pueden surgir (e.g., un conflicto grupal, negociaciones académicas).

Los participantes, en parejas o pequeños grupos, practican respuestas asertivas y contrastan con respuestas agresivas, reflexionando sobre el impacto de cada estilo en los resultados y las relaciones.

Ejercicio de Pranayama para centrarse antes de la comunicación (30 minutos):

Guiar a los participantes en ejercicios de respiración Pranayama respiración alterna para promover la calma y la concentración antes de situaciones de comunicación desafiantes.

Discutir cómo el estado de calma puede influir en la capacidad de mantenerse asertivo en lugar de caer en la agresividad.

Reflexión y planificación personal (10 minutos).

Cada participante reflexiona sobre cómo aplicar lo aprendido en su vida diaria, identificando áreas donde la comunicación asertiva puede mejorar su desempeño y relaciones.

Compartir, voluntariamente, un compromiso personal para practicar la asertividad en un aspecto específico de su vida.

Cierre (15 minutos).

Recapitulación de los aprendizajes clave de la sesión, destacando la importancia de entender y aplicar la comunicación asertiva, y cómo nuestros valores culturales y orientación al desempeño interactúan en este proceso.

Invitación a los participantes para observar y registrar cualquier cambio en su comunicación y relaciones hasta la próxima sesión.

Materiales:

Hojas de papel y bolígrafos.

Material impreso con escenarios de role-playing.

Marcadores y pizarrón.

Dispositivo de audio/reproductor de música y altavoces.

Guía de técnicas de Pranayama.

✓ Cuarta sesión. Integración de técnicas psicofísicas y yoga para el bienestar integral

Esta cuarta sesión se enlaza con las anteriores al continuar explorando y profundizando en el autoconocimiento y el desarrollo de habilidades para el manejo del estrés y la mejora de la calidad de vida, manteniendo el enfoque en la conexión espiritual, la comunicación y ahora

la integración del bienestar físico a través del yoga y la respiración consciente.

Objetivos de la sesión:
<ol style="list-style-type: none">1. Integrar el cuerpo y la mente mediante prácticas de yoga y respiración consciente.2. Fomentar la reducción del estrés, para esto utilizar ejercicios de yoga y técnicas de respiración para disminuir los niveles de estrés y ansiedad.3. Promover la salud a través de posturas de yoga accesibles y técnicas de respiración.
Contenidos y actividades:
<p>Principios básicos de la conexión entre el yoga y el bienestar psicofísico (20 minutos).</p> <p>Sesión de Yoga para principiantes (60 minutos).</p> <p>Realizar una serie de posturas de yoga (Asanas) diseñadas para principiantes, con énfasis en la alineación, la conciencia corporal y la respiración. Incluir posturas que promuevan la relajación y el estiramiento.</p> <p>Guiar a los participantes a mantener la atención plena en su respiración y sensaciones corporales durante las posturas, fomentando una experiencia de integración mente-cuerpo.</p> <p>Práctica de Pranayama (10 minutos).</p>

Guiar a los participantes a través de estas prácticas, enfocándose en la observación de los efectos de la respiración en el estado mental y emocional.

Discusión y reflexión grupal (20 minutos).

Crear un espacio para que los participantes compartan sus experiencias durante la sesión, reflexionando sobre cómo se sintió antes y después de las prácticas.

Discutir cómo incorporar estas técnicas en la vida diaria para gestionar el estrés y promover el bienestar.

Cierre (10 minutos).

Concluir la sesión con una meditación corta de agradecimiento, reconociendo el trabajo realizado y la importancia de dedicar tiempo al cuidado personal.

Reiterar la conexión entre las prácticas aprendidas en esta y sesiones anteriores, destacando cómo cada técnica contribuye al bienestar integral y al desarrollo personal.

Materiales:

Esterillas de yoga o mantas para cada participante.

Reproductor de música y vídeo y selección de música y vídeos para modelar las Asanas.

Hojas y bolígrafos para la reflexión y el compromiso personal.

✓ Quinta sesión. Desarrollo de la Personalidad Vocacional Emprendedora y Artística

Esta sesión se centra en utilizar técnicas gestálticas para profundizar en la comprensión y desarrollo de las personalidades vocacionales emprendedoras y artísticas de los estudiantes, promoviendo la autoconciencia, la asertividad y la expresión creativa como pilares para su futuro profesional.

Objetivos de la sesión:

1. Explorar y fortalecer la identidad emprendedora y artística de los estudiantes, reconociendo cómo estas cualidades influyen en su desarrollo vocacional.
2. Incrementar la autoconciencia mediante técnicas gestálticas, fomentando una comprensión más profunda de las aspiraciones emprendedoras y artísticas personales.
3. Desarrollar habilidades de expresión creativa y comunicación asertiva esenciales para la personalidad vocacional emprendedora y artística.

Contenidos y actividades:

- Análisis de los intereses profesionales y las cualidades de las personalidades emprendedoras y artísticas (20 minutos).
- La importancia de la asertividad y la comunicación en la expresión de la identidad vocacional.

-Ejercicio del Aquí y Ahora. Enfocarse en la Creatividad (30 minutos).

Los participantes realizan ejercicios de respiración y centramiento, enfocándose en sus sensaciones y emociones relacionadas con sus aspiraciones emprendedoras y artísticas. Se guía a los estudiantes a reflexionar sobre cómo estos elementos se integran en su identidad vocacional.

- La Silla Vacía. Diálogo con el Emprendedor/Artista interior (20 minutos).

Los estudiantes "dialogan" con su yo emprendedor y artista, usando la técnica de la silla vacía para explorar y expresar sus ambiciones, miedos y desafíos. Esta técnica ayuda a los participantes a confrontar y reconciliar aspectos conflictivos de su vocación.

-Diálogo existencial sobre vocación (20 minutos).

Se facilita un diálogo grupal en el que los estudiantes exploran temas existenciales relacionados con la libertad, la soledad, y el significado de su elección vocacional emprendedora y artística. Este diálogo busca profundizar en cómo estas dimensiones influyen en sus decisiones y desarrollo vocacional.

- Creación artística colectiva (20 minutos).

En grupos, los estudiantes crean una obra artística que represente su visión de una carrera emprendedora y artística. Esta actividad fomenta

la colaboración, la expresión creativa y la visualización de sus aspiraciones vocacionales.

- Cierre (10 minutos).

Reflexión colectiva sobre las actividades realizadas, destacando cómo la autoconciencia y la expresión creativa son fundamentales para el desarrollo de una personalidad vocacional emprendedora y artística.

Incentivar a los estudiantes a llevar adelante los compromisos personales descubiertos durante la sesión, aplicándolos en su desarrollo vocacional y personal.

Materiales:

Sillas.

Pizarrón o papelógrafo y marcadores.

Materiales de arte.

Diarios o cuadernos y bolígrafos para anotaciones y reflexiones personales.

Manta o esterilla de yoga.

✓ Sexta sesión. Orientación Educativa y Engagement Académico

Para la sexta sesión, que se centra en las dimensiones de *engagement* (compromiso) académico, específicamente en la Dedicación y el Vigor, diseñaremos actividades que utilicen técnicas gestálticas y otras

mencionadas anteriormente, promoviendo un acercamiento profundo a estas áreas.

Objetivos de la sesión:
<ol style="list-style-type: none">1. Potenciar el compromiso académico mediante la identificación y superación de barreras internas y externas.2. Incrementar la Dedicación y el Vigor hacia el estudio y las actividades académicas, fomentando una actitud de entusiasmo y energía.3. Promover una integración de los aspectos personales y académicos que contribuyen al engagement académico sostenido.
Contenidos y actividades:
<p>-Reflexión sobre los conceptos de dedicación y vigor dentro del contexto académico (20 minutos).</p> <p>Identificación de factores personales y situacionales que afectan estas dimensiones del engagement académico.</p> <p>-Mapeo del Engagement Académico (20 minutos).</p> <p>Los participantes crean un "mapa" visual que represente su actual nivel de dedicación y vigor hacia sus estudios, incluyendo los obstáculos que enfrentan y sus fuentes de motivación. Esta actividad ayuda a visualizar y reconocer las áreas de fortaleza y aquellas que necesitan desarrollo.</p> <p>-Conversaciones con los obstáculos (20 minutos).</p> <p>Usando la técnica de la silla vacía, los participantes "dialogan" con los obstáculos personales o situacionales que perciben como barreras</p>

para su dedicación y vigor académicos. Esta actividad facilita una comprensión más profunda de estos desafíos y cómo superarlos.

-Ejercicio del Aquí y Ahora. Re-conectando con el propósito (20 minutos).

A través de una meditación guiada y ejercicios de respiración, los participantes se enfocan en el presente, reconectándose con sus motivaciones y propósitos académicos. Este ejercicio busca revitalizar el vigor y la pasión por el aprendizaje.

-Diálogo Existencial. Compromiso y acción (20 minutos).

En un diálogo grupal, se exploran temas relacionados con el compromiso personal hacia los estudios y cómo este se manifiesta a través de acciones concretas. Se discuten estrategias para mantener una alta dedicación y vigor, incluso ante dificultades.

- Cierre (20 minutos).

Reflexión colectiva sobre las estrategias identificadas para fortalecer la dedicación y el vigor académicos.

Compromiso personal, cada participante elige una acción concreta para mejorar su engagement académico, basándose en los insights obtenidos durante la sesión.

Materiales:

-Hojas grandes de papel.

-Marcadores de varios colores.

-Sillas.

-Pizarrón o papelógrafo.

✓ Séptima sesión. Fortaleciendo la Calidad de Vida a través de la integración holística

Esta sesión proporciona un espacio para que los estudiantes universitarios reflexionen profundamente sobre su bienestar integral, integrando aspectos clave de su desarrollo personal y académico. Las actividades están diseñadas para promover la autoconciencia, la motivación para el cambio positivo, y el desarrollo de estrategias prácticas para mejorar la calidad de vida.

Objetivos de la sesión:

1. Implementar estrategias prácticas para la integración de la conexión espiritual, valores culturales de desempeño, personalidad emprendedora, y engagement académico, mejorando así la calidad de vida estudiantil.
2. Reflexionar sobre cómo estos aspectos contribuyen al bienestar integral y a la satisfacción con la vida.
3. Desarrollar un plan de acción personal que promueva un balance saludable entre la vida académica y el desarrollo personal.

Contenidos y actividades:

-Mapeo de la Vida Integral (20 minutos).

Los estudiantes crean un mapa visual que representa su vida actual, incluyendo aspectos de su bienestar físico, emocional, espiritual y

académico. Este ejercicio ayuda a identificar áreas de fortaleza y aquellas que requieren mayor atención, promoviendo una visión integrada de su calidad de vida.

-La Silla Vacía - Encuentro con Obstáculos y Aspiraciones (20 minutos).

Utilizando la técnica de la silla vacía, los estudiantes “dialogan” con representaciones de sus mayores obstáculos y aspiraciones, enfocándose en cómo superar los primeros y alcanzar las segundas. Esta actividad promueve el autoconocimiento y la motivación para el cambio.

-Taller de Diálogo Existencial. Valores y Propósito (20 minutos).

A través de un diálogo grupal, los participantes exploran sus valores fundamentales y cómo estos se relacionan con su propósito de vida y aspiraciones vocacionales. Se busca una reflexión profunda sobre la alineación entre los valores personales y las metas académicas y profesionales.

-Práctica de Mindfulness y Meditación (20 minutos).

Una sesión guiada de mindfulness y meditación enfocada en cultivar la perseverancia y aceptación. Esta práctica busca reducir el estrés y aumentar la claridad mental, apoyando a los estudiantes en el manejo de las presiones académicas y personales.

-Creación de un plan de Bienestar Personal (20 minutos).

Cada estudiante redacta un plan de bienestar personal, seleccionando al menos una estrategia concreta de cada área explorada

en la sesión para implementar en su vida. Este plan servirá como guía para mejorar su calidad de vida y bienestar integral.

- Cierre (20 minutos).

Compartir y Comprometerse. Breve ronda para que los estudiantes compartan un aspecto de su plan de bienestar con el grupo, promoviendo un compromiso público y el apoyo mutuo.

Reflexión Final. Resaltar la importancia de una aproximación holística al desarrollo personal y académico, y cómo la integración consciente de diversas áreas de la vida contribuye a una mayor calidad de vida y satisfacción general.

Materiales:

Diarios o cuadernos y bolígrafos para reflexiones personales y creación del plan de acción.

Material de audio para ejercicios de visualización y meditación guiada.

Espacio tranquilo y cómodo que facilite la concentración y la práctica de mindfulness.

Sillas. Marcadores. Tijeras.

Matt o esterillas.

✓ Octava sesión. Reflexión y evaluación integral del Programa

Esta sesión de cierre se diseña como un espacio integral de reflexión, evaluación y planificación, asegurando que los estudiantes reconozcan su

progreso y transformación a lo largo del programa, también que se sientan empoderados para seguir avanzando en su desarrollo personal y académico.

Objetivos de la sesión:

1. Reflexionar integralmente sobre el progreso y la aplicación de las variables trabajadas, engagement académico, personalidad emprendedora y artística, la conexión espiritual y los valores culturales.
2. Evaluar el impacto del programa en la calidad de vida y el área académica de los estudiantes.
3. Establecer un plan de acción para continuar el desarrollo y la aplicación de los aprendizajes en la vida cotidiana y académica.

Contenidos y actividades:

-Mapeo reflexivo del progreso (15 minutos).

Los estudiantes crean mapas visuales que representen su progreso en las áreas clave del programa. Esta actividad promueve la autoevaluación y la reflexión sobre el crecimiento personal y académico experimentado.

-Encuentro con el Yo pre-programa (15 minutos).

Mediante la técnica de la silla vacía, los estudiantes dialogan con su "yo" anterior al inicio del programa, explorando cambios, retos superados y aprendizajes clave. Esta actividad facilita una profunda reflexión personal sobre la transformación vivida.

-Integración del aprendizaje (15 minutos).

Una práctica guiada de mindfulness y respiración, centrada en consolidar la integración de los aprendizajes y experiencias del programa. La actividad busca anclar en el presente los cambios internos y las nuevas perspectivas adquiridas.

-Diálogo Existencial grupal. Evaluación colectiva y compartir de experiencias (15 minutos).

Un espacio de diálogo grupal para compartir cómo el programa ha impactado en la vida de los estudiantes y evaluar colectivamente los aspectos más significativos y las áreas de mejora.

-Plan de acción personal y compromiso de seguimiento (15 minutos).

Los estudiantes redactan un plan de acción personal, detallando cómo aplicarán los aprendizajes y continuarán su desarrollo personal y académico. Se incluye un compromiso de seguimiento para evaluar el progreso en el futuro.

Evaluación del Programa (30 minutos).

Al final de la sesión, se facilitará una evaluación formal del programa, recogiendo retroalimentación sobre su impacto, metodología, y contenido. Esta evaluación puede incluir cuestionarios escritos, entrevistas breves o formularios digitales, enfocados en medir la satisfacción, el aprendizaje adquirido y el cambio percibido en las variables de interés.

-Cierre (15 minutos).

Reflexión final y agradecimiento. Momento para reflexionar sobre el viaje compartido, agradecer la participación y el apoyo mutuo, y reconocer el crecimiento conjunto.

Ceremonia de Despedida. Un acto simbólico de cierre, como un círculo de gratitud o la creación de un mural colectivo, para marcar el fin del programa y el inicio de una nueva etapa de crecimiento continuo.

Materiales:

Hojas de papel grandes para realizar el mapeo reflexivo del progreso y la creación del plan de acción personal.

Marcadores de varios colores para facilitar la elaboración visual en los mapas de progreso y los planes de acción.

Sillas, necesarias para llevar a cabo la actividad de la silla vacía, permitiendo a los estudiantes interactuar con sus "yos" pre y post programa.

Pizarrón o papelógrafo, utilizado en el diálogo existencial grupal para anotar puntos clave, reflexiones y feedback grupal.

Bolígrafos, para la redacción individual del plan de acción personal y la evaluación escrita del programa.

Música.

Audio o guías para meditación y respiración consciente.

Matt o esterillas.

8. CONCLUSIONES

En esta sección final de la tesis se presentan conclusiones de la investigación doctoral prestando atención a cada una de las hipótesis planteadas.

- *Hipótesis 1.- Existen diferencias transculturales significativas en los dominios de las siguientes variables: Cultura; Espiritualidad, y Compromiso Académico*

a) Dominios de Cultura

La diferencia significativa en la Orientación al Desempeño entre Ecuador y España sugiere variaciones culturales en cómo se valora y promueve el logro y la disciplina. Estas diferencias son importantes para comprender las dinámicas sociales, educativas y laborales en ambos países y para desarrollar enfoques que se alineen con estas características culturales.

Las diferencias en la Distancia de Poder entre España y Ecuador, especialmente desde la perspectiva de las estudiantes universitarias, resaltan la importancia de considerar las dimensiones culturales en relación con el

género, la educación y la profesionalización. Estas diferencias culturales pueden influir significativamente en la experiencia educativa de las estudiantes y en sus expectativas y preparación para el mundo profesional, enfatizando la necesidad de estrategias educativas y políticas.

La diferencia estadísticamente significativa en las puntuaciones de Asertividad/Agresividad entre Ecuador y España revela variaciones culturales importantes en la aceptación y prevalencia de estos comportamientos. Comprender y considerar estas diferencias es crucial para la comunicación intercultural efectiva y para la implementación de prácticas de gestión y educación que sean culturalmente sensibles y apropiadas. Se resaltan diferencias significativas en la percepción de la Igualdad de Género entre estudiantes universitarias, sugiriendo que factores culturales, sociales y políticos influyen profundamente en estas percepciones.

La variabilidad en la implementación de políticas de igualdad de género y las barreras socioeconómicas y académicas contribuyen a la desigualdad percibida. Por tanto, es esencial desarrollar políticas y programas específicos que aborden estas diferencias y promuevan una mayor igualdad de género, considerando las particularidades culturales y normativas de cada país.

- *Dominios de Espiritualidad*

La significativa diferencia encontrada en los dominios de la espiritualidad entre estudiantes universitarios de Ecuador y España sugiere la influencia determinante del contexto cultural en la expresión y vivencia de

la espiritualidad. Esto subraya la importancia de abordar la espiritualidad en el ámbito educativo de manera holística y culturalmente informada, reconociendo y respetando la diversidad de experiencias espirituales entre los estudiantes para fomentar un ambiente educativo inclusivo y de apoyo.

- *Dominios de Compromiso Académico*

Los hallazgos de este estudio revelan diferencias significativas en las dimensiones de vigor y absorción del compromiso académico entre estudiantes universitarios de España y Ecuador, sugiriendo un mayor nivel de energía, resistencia mental y concentración en actividades académicas entre los estudiantes ecuatorianos. Aunque la dedicación mostró una tendencia similar en ambos países, la variabilidad en las experiencias de los estudiantes ecuatorianos indica una diversidad en los niveles de compromiso individual y en las experiencias educativas. Estas diferencias pueden reflejar las variaciones en los contextos educativos y socioculturales de cada país, destacando la importancia de adaptar los enfoques educativos para reconocer y valorar la diversidad de experiencias y necesidades de los estudiantes en distintos entornos culturales.

- *Hipótesis 2. Los Intereses Profesionales de estudiantes españoles y ecuatorianos serán idénticos en al menos dos de los tres dominios RIASEC más puntuados por cada país*

Los resultados de este estudio destacan una preferencia compartida por los dominios Social y Convencional en los intereses profesionales de estudiantes universitarios tanto en España como en Ecuador, reflejando una

inclinación general hacia carreras que valoran la interacción humana y la estructura organizacional.

Sin embargo, la divergencia en el tercer dominio de interés, orientado hacia el Emprendedor en España y el Investigador en Ecuador, señala diferencias culturales y contextuales significativas que influyen en las aspiraciones vocacionales de los estudiantes. Esta variabilidad subraya la importancia de adoptar un enfoque de orientación profesional y educativa que sea personalizado y culturalmente adaptativo, reconociendo tanto las similitudes compartidas como las diferencias específicas en las preferencias profesionales de los estudiantes universitarios en contextos diversos.

- *Hipótesis 3. Estudiantes españoles tienen una mejor percepción sobre la calidad de vida que los estudiantes ecuatorianos y esta es significativa*

La investigación confirma la hipótesis planteada, revelando que los estudiantes universitarios en España perciben su calidad de vida de manera más positiva en comparación con sus pares ecuatorianos. Este hallazgo sugiere la influencia significativa de factores socioeconómicos, culturales y de acceso a servicios de salud de alta calidad en la percepción del bienestar. La diferencia observada entre ambos países resalta la importancia de considerar el contexto socioeconómico y cultural al evaluar y entender la calidad de vida y la satisfacción con la salud.

Así, este estudio aporta evidencia valiosa sobre cómo las variaciones contextuales entre España y Ecuador contribuyen a las percepciones

divergentes de calidad de vida, subrayando la necesidad de enfoques holísticos y contextualizados para fomentar el bienestar estudiantil en ambientes educativos internacionales.

- *Hipótesis 4.- La asociación entre la Cultural y Calidad de Vida es moderada por el efecto del incremento de la Espiritualidad Personal.*

La investigación evidencia que la espiritualidad personal, particularmente la Conexión Interpersonal, modera la relación entre la Orientación al Desempeño y la Calidad de Vida de los estudiantes universitarios. Mientras que tanto la Orientación al Desempeño como la Conexión Interpersonal tienen efectos positivos significativos sobre la calidad de vida, la interacción entre estas dimensiones muestra que el impacto beneficioso de una alta orientación al desempeño sobre la calidad de vida disminuye a medida que aumenta la conexión interpersonal.

Este hallazgo sugiere que la espiritualidad interpersonal puede influir en cómo los estudiantes perciben y valoran su calidad de vida en relación con su enfoque hacia el rendimiento académico y profesional. La moderación negativa indica la complejidad de las relaciones entre rendimiento, espiritualidad y bienestar, destacando la importancia de considerar los aspectos espirituales y relacionales en el fomento de una vida estudiantil equilibrada y satisfactoria. Estos resultados subrayan la necesidad de abordajes educativos y de bienestar que integren el desarrollo

profesional y la espiritualidad personal, reconociendo su interacción dinámica en la promoción del bienestar integral de los estudiantes.

- *Hipótesis 5.- La asociación entre la Cultura y Calidad de Vida es mediada por el efecto del incremento de la Espiritualidad Personal.*

La investigación revela que la espiritualidad personal, particularmente a través de la Conexión Intrapersonal, media significativamente la relación entre la Orientación al Desempeño, un aspecto cultural, y la Calidad de Vida. Este hallazgo destaca la importancia de considerar el desarrollo espiritual y personal junto con la orientación al rendimiento para mejorar el bienestar de los estudiantes universitarios. Indica que la cultura y la espiritualidad personal interactúan complejamente, afectando la percepción de la calidad de vida y subrayando la necesidad de enfoques educativos y de bienestar integral que aborden tanto el rendimiento como el crecimiento personal.

- *Hipótesis 6.- La personalidad Emprendedora dominio de los Intereses Profesionales y su efecto sobre la Calidad de Vida es mediada por los dominios Vigor y Dedicación del Compromiso Académico.*

Los resultados de la investigación confirman que la relación entre la personalidad emprendedora y la calidad de vida es significativamente mediada por los dominios del compromiso académico, específicamente la Dedicación y el Vigor. El potencial emprendedor tiene un efecto directo

sobre la calidad de vida, también influye de manera indirecta a través del incremento en la dedicación y el vigor de los estudiantes. Este efecto mediador subraya la importancia de fomentar cualidades emprendedoras y un compromiso académico robusto como estrategias para mejorar el bienestar estudiantil.

Se evidencia que la promoción del potencial emprendedor y el fortalecimiento del compromiso académico, en términos de vigor y dedicación, contribuyen de manera integral a la mejora de la calidad de vida de los estudiantes. Estos hallazgos resaltan la relevancia de abordar estos factores conjuntamente en intervenciones educativas y programas de desarrollo personal destinados a enriquecer el bienestar general de la población estudiantil.

- *Preguntas de investigación*

¿Cuáles son los dominios específicos de las variables independientes que, integrados en un modelo de regresión, explican con mayor índice predictivo la calidad de vida en estudiantes universitarios?

El análisis del modelo de regresión demuestra una relación significativa entre la calidad de vida de los estudiantes universitarios y una combinación de variables que incluyen aspectos de espiritualidad, compromiso académico, intereses profesionales y características de personalidad. Con un 22.3% de la variabilidad en la calidad de vida explicada por estos factores, se destaca la complejidad y multidimensionalidad del bienestar estudiantil. La positiva asociación de la espiritualidad, tanto

intrapersonal como interpersonal, el interés emprendedor, la orientación al desempeño, la dedicación y el vigor sugiere que estos elementos contribuyen sustancialmente a mejorar la percepción de bienestar entre los estudiantes.

Por otro lado, la influencia negativa de los intereses artísticos y la asertividad/agresividad resalta áreas potenciales de intervención para optimizar la calidad de vida estudiantil. Este estudio subraya la importancia de adoptar estrategias educativas y de bienestar integral que promuevan el desarrollo espiritual, el compromiso académico y las habilidades emprendedoras, al tiempo que se manejan adecuadamente los aspectos de asertividad y se valoran los intereses artísticos dentro del contexto universitario para fomentar un ambiente propicio para el bienestar estudiantil.

- *¿De qué manera interactúan la espiritualidad y la calidad de vida en estudiantes universitarios, y cómo los aspectos sociodemográficos actúan como moderadores en esta relación?*

La investigación demuestra que la espiritualidad personal influye significativamente en la calidad de vida de los estudiantes universitarios, con esta relación siendo moderada por variables sociodemográficas como el estado civil, los años de estudio y la actividad remunerada. Los hallazgos indican que mientras la espiritualidad mejora generalmente la calidad de vida, su impacto varía según el estado civil y se modula negativamente en

etapas avanzadas de la educación, posiblemente debido al estrés académico.

Además, la relación entre espiritualidad y calidad de vida se ve afectada por la presencia de remuneración, sugiriendo que el beneficio de la espiritualidad en el bienestar puede disminuir con niveles más altos de remuneración. Estos resultados subrayan la importancia de considerar cómo factores personales, como la espiritualidad, interactúan con circunstancias vitales y sociodemográficas en el contexto del bienestar estudiantil, destacando la necesidad de enfoques personalizados en el apoyo al bienestar de los estudiantes universitarios.

El diseño del Programa de Optimización Integral Estudiantil, propuesto en esta tesis doctoral presenta un enfoque innovador y holístico hacia el bienestar estudiantil en el ámbito universitario. Centrándose en la Conexión Espiritual Intrapersonal e Interpersonal, el programa busca abordar el bienestar de los estudiantes de una manera integral, atendiendo no sólo su rendimiento académico sino también su desarrollo personal, social, y espiritual.

A través de sus ocho sesiones el programa ofrece un camino para integrar prácticas de mindfulness, psicofísicas, técnicas de comunicación asertiva, estrategias para el manejo del estrés, y la exploración de valores culturales y espirituales. Todo ello con el objetivo de preparar a los estudiantes no únicamente para afrontar desafíos académicos y

profesionales, sino también para promover un sentido de propósito, bienestar y comunidad dentro del entorno universitario.

La propuesta se basa en una sólida fundamentación teórica y empírica respondiendo a la necesidad de un enfoque educativo que reconozca y fomente la complejidad del bienestar estudiantil en una era caracterizada por rápidos cambios y desafíos multifacéticos. El diseño cuasi-experimental del programa anticipa la recopilación de evidencia empírica para evaluar su impacto, ofreciendo un modelo prometedor para futuras aplicaciones y adaptaciones en distintos contextos educativos.

En conclusión, este diseño propuesto subraya la importancia de adoptar estrategias educativas integrales que promuevan el bienestar holístico de los estudiantes, posicionando al desarrollo humano y la espiritualidad en el corazón de la experiencia universitaria. Representa un paso adelante en la concepción de la educación superior, donde el éxito académico y el desarrollo personal se entrelazan, abriendo camino a una educación más humana, significativa y adaptada a los retos del siglo XXI.

9. REFERENCIAS

Acosta-Amaya, M.M. (2018). La orientación profesional: Revisión del modelo RIASEC y la teoría social cognitiva del desarrollo de carrera. En M.Y. Arias-Cantor & C. Arango (Eds). *Investigación en Psicología*. (pp. 49-68). Fondo Editorial Universidad Católica de Oriente. <https://repositorio.uco.edu.co/jspui/bitstream/20.500.13064/275/1/Libro.pdf>

Adelantado-Renau, M., Monzonís-Carda, I., Moliner-Urdiales, D., & Beltran-Valls, M. R. (2022). The bidirectional longitudinal association between health-related quality of life and academic performance in adolescents: DADOS study. *Quality Of Life Research*, 32(3), 729-738. <https://doi.org/10.1007/s11136-022-03291-z>

Akanni, A. A. (2022). Life Satisfaction and Engagement among University Undergraduates: A Moderated Mediation Model of Academic Self-efficacy and Life Orientation. *ECPS, Journal of Educational, Cultural and Psychological Studies*, 25. <https://doi.org/10.7358/ecps-2022-025-akan>

Alapo, R. (2022). DIVERSITY AND MULTI-CULTURAL EDUCATION IN THE 21ST CENTURY. Pressbooks. <https://pressbooks.cuny.edu/oalapo/chapter/content/>

Alazmani-Noodeh, F., Abdi, K., & Hadi, R. (2021). The moderating effect of spiritual beliefs on job dissatisfaction related to the futile care. *BMC Nursing (Online)*, 20(1). <https://doi.org/10.1186/s12912-021-00582-7>

Al-Zoubi, E. M. (2020). Quality of Life and Its Relationship with Cognitive Flexibility among Higher Education Students. *Journal of Educational and Social Research*, 10(4), 156. <https://doi.org/10.36941/jesr-2020-0075>

Allik, J., Realo, A., & McCrae, R. R. (2023). Conceptual and methodological issues in the study of the personality-and-culture relationship. *Frontiers in Psychology*, 14, 1-19. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1077851>

Arias, W. L., Ceballos, K. D., Isasa, P. M., & Tapia, H. F. (2019). Identidad profesional y preferencias profesionales en estudiantes de Educación de una universidad privada en Arequipa (Perú). *Educationis Momentum*, 2(1), 51-92. <https://doi.org/10.36901/em.v2i1.79>

Al-Shibani, N., & Al-Kattan, R. (2019). Evaluation of quality of life among dental students using WHOQOL-BREF questionnaire in Saudi Arabia: A cross sectional study. *Pakistan Journal of Medical Sciences*, 35(3), 678-673. <https://doi.org/10.12669/pjms.35.3.213>

Anheier, H. K. (2020). Cultures, values, and identities: what are the issues? *Global Perspectives*, 1(1). <https://doi.org/10.1525/001c.11755>

Astin, A. W., & Astin, H. S. (2010). Exploring and nurturing the spiritual life of college students. *Journal of College and Character*, 11(3). <https://doi.org/10.2202/1940-1639.1724>

Astin, A. W., Astin, H. S., Lindholm, J. A., Bryant, A. N., Szelényi, K., & Calderone, S. (2005). The spiritual life of college students: A national study of college students' search for meaning and purpose. *Los Angeles, CA: UCLA Higher Education Research Institute*, 1-23. <https://spirituality.ucla.edu/docs/reports/Spiritual Life College Students Full Report.pdf>

Asutay, M., Buana, G. K., & Avdukić, A. (2022). The impact of Islamic spirituality on job satisfaction and organizational commitment: Exploring mediation and moderation impact. *Journal of Business Ethics*, 181(4), 913–932. <https://doi.org/10.1007/s10551-021-04940-y>

Avellán-Pérez, J., Márquez-Pérez, V. E., & Real-Pérez, G. L. (2022). Burnout y engagement en estudiantes universitarios de la carrera de ingeniería industrial, Manabí, Ecuador. *593 Digital Publisher CEIT*, 7(1), 63–74. <https://doi.org/10.33386/593dp.2022.1.821>

Bakker, E., Kox, J., Miedema, H., Bierma-Zeinstra, S., Runhaar, J., Boot, C., Van Der Beek, A., & Roelofs, P. (2018). Physical and mental determinants of dropout and retention among nursing students: Protocol of the SPRiNG cohort study. *BMC Nursing*, 17(1), 27. <https://doi.org/10.1186/s12912-018-0296-9>

Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1173–1182. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.51.6.1173>

Barton, Y. A., & Miller, L. (2015). Spirituality and positive psychology go hand in hand: an investigation of multiple empirically derived profiles and related protective benefits. *Journal of Religion and Health*, 54(3), 829–843. <https://doi.org/10.1007/s10943-015-0045-2>

Barry, C. M., & Nelson, L. (2005). The role of religion in the transition to adulthood for young emerging adults. *Journal of Youth and Adolescence*, 34(3), 245–255. <https://doi.org/10.1007/s10964-005-4308-1>

Baysal, M. (2022). Positive Psychology and Spirituality: A review study. *Spiritual Psychology and Counseling*, 7(3), 359–388. <https://doi.org/10.37898/spc.2022.7.3.179>

Beltrán-Jaimes, J. O., Casilimas, C. a. S., & Guitart, M. E. (2023). Vocational Choice: A Narrative Identity Approach Conceived from Cultural Psychology. *Revista Colombiana De Psicología*, 32(2), 13–32. <https://doi.org/10.15446/rcp.v32n2.96358>

Bernal-Sarmiento, L. (2018). Adaptación y validación psicométrica de la Escala Estrategias de Afrontamiento Espiritual en Cuenca-Ecuador. *Revista Médica HJCA*, 10(3), 228–234. <https://doi.org/dx.doi.org/10.14410/2018.10.3.ao.37>

Bernal-Sarmiento, L. A. (2022). La estructura del comportamiento religioso, variable de análisis en la orientación educativa moderna. *Revista de Humanidades*, 45, 145-169. <https://revistas.uned.es/index.php/rdh/article/view/29280>

Bernal-Sarmiento, L. A. (in press). Paleoneuropsychology of spiritual experience. *The International Journal of Religion and Spirituality in Society*.

Beauchamp, J., Schwartz, E., & Pisacreta, E. D. (2020, August 27). *Seven Practices for Building Community and Student Belonging Virtually*. <https://doi.org/10.18665/sr.313740>

Bhakti, C. P., Rahman, F. A., & Ghiffari, M. A. N. (2019). Strategy Guidance and Counseling Comprehensive Based Spiritual Intelligence for Student in the Digital Era. *International Journal of Islamic Studies and Humanities*, 2(2), 101. <https://doi.org/10.26555/ijish.v2i2.950>

Bisquerra, R. (2013). Competencias emocionales y desarrollo vital-profesional. En M.F. Sánchez García (Coord). *Orientación profesional y personal*. (2nd. ed., pp.99-118). Madrid: UNED. <https://elibro.net/es/ereader/ugr/48921?page=68>

Blanco-Echeverry, M. P. (2022). ¿Cómo entender la identidad profesional hoy? *El Ágora USB*, 22(1), 426-444. <https://doi.org/10.21500/16578031.4694>

Blount, A. J., Bjornsen, A. L., & Moore, M. M. (2018). Work values, Occupational engagement, and Professional Quality of Life in Counselors-in-Training: Assessments in a Constructivist-Based Career Counseling

Course. *The Professional Counselor*, 8(1), 60–72.

<https://doi.org/10.15241/ajb.8.1.60>

Božek, A., Nowak, P. F., & Blukacz, M. (2020). The relationship between Spirituality, Health-Related Behavior, and Psychological Well-Being. *Frontiers in Psychology*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01997>

Burton, P. J. (2010). Culture and constructivism in international relations. *The International History Review*, 32(1), 89–97.

<https://doi.org/10.1080/07075330903516124>

Cabrera-Gómez, C. C., Caldas-Luzeiro, J., Rivera-Porras, D., & Carrillo-Sierra, S. M. (2019). Diseño del programa de bienestar psicológico de educación en salud online “Florece” para contextos universitarios. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 38(5), 533-539. <https://www.redalyc.org/journal/559/55962867026/html/>

Campbell, F., Blank, L., Cantrell, A., Baxter, S., Blackmore, C., Dixon, J., & Goyder, E. (2022). Factors that influence mental health of university and college students in the UK: a systematic review. *BMC Public Health*, 22(1), 1778. <https://doi.org/10.1186/s12889-022-13943-x>

Campanelli, S., Tort, A. B., & Lobão-Soares, B. (2020). Pranayamas and Their Neurophysiological Effects. *International Journal of Yoga*, 13(3), 183-192. https://doi.org/10.4103/ijoy.IJOY_91_19

Carvalho, L., De Amorim-Ribeiro, E. M. B., Do Vale Cunha, M., & Mourão, L. (2021). Professional identity and experience of undergraduate

students: An analysis of semantic networks. *Psicología: Reflexão e Crítica*, 34(1), 14. <https://doi.org/10.1186/s41155-021-00179-8>

Casas, F., González, M., Figuer, C., & Malo, S. (2009). Satisfaction with Spirituality, Satisfaction with Religion and Personal Well-Being among Spanish Adolescents and Young University Students. *Applied Research in Quality of Life*, 4(1), 23–45. <https://doi.org/10.1007/s11482-009-9066->

Castillo-Palacio, M. (2015). Emprendimiento y cultura: una aproximación al concepto de disonancia cultural: aplicación en el sector turístico de la ciudad de Medellín, Colombia [Tesis doctoral, Universidad de las Palmas de Gran Canaria]. <http://hdl.handle.net/10553/21617>

Castillo-Palacio, M., Batista Canino, R. M., & Zuñiga-Collazos, A. (2020). The cultural practices that Influence on the entrepreneurial activity: an empirical study from the globe project cultural dimensions. *Scientific Annals of Economics and Business*, (67)4, 1-16. <https://doi.org/10.47743/saeb-2020-0033>

Castillo-Palacio, M., Batista-Canino, R. M., & Zúñiga Collazos, A. (2017). The relationship between culture and entrepreneurship: from cultural dimensions of GLOBE project. *Espacios*, 38(34), 1-12. https://accedacris.ulpgc.es/bitstream/10553/23289/4/Relationship_between_culture.pdf

Cayón, A., & Pérez E. (2008). Estructura de Valores de Schwartz en el personal directivo universitario privado. *TELOS. Revista de Estudios*

Interdisciplinarios en Ciencias Sociales 10 (3), 403 - 417.

<https://www.redalyc.org/pdf/993/99318197004.pdf>

Cleofas, J. V., Rocha, I. C. N., & Parcon, R. G. (2023). COVID-19 pandemic anxiety, academic stress, and quality of life among college students in the Philippines: A mediation study. *Cakrawala Pendidikan*, 42(1).

<https://doi.org/10.21831/cp.v42i1.47590>

Colás-Bravo, P., Reyes-de-Cózar, S., & Conde-Jiménez, J. (2021). Validación de la escala multifactorial mixta de engagement educativo (EMMEE). *Anales de Psicología*, 37(2), 287-297.

<https://doi.org/10.6018/analesps.338741>

Cooke, R., Bewick, B. M., Barkham, M., Bradley, M., & Audin, K. (2007). Measuring, monitoring and managing the psychological well-being of first year university students. *British Journal of Guidance & Counselling*, 34(4), 505-517. <https://doi.org/10.1080/03069880600942624>

Cooke, J. (2022). Influence of Spirituality on University Students' Emotional Intelligence, Perceived Stress, and Life Quality. (Doctoral dissertation, University of Northern Colorado).

<https://scholarworks.waldenu.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=13576&context=dissertations>

Corpas Marco, V. (2023). GLOBE dimensions in Nike Chinese commercials: a cross-cultural study.

https://repositori.upf.edu/bitstream/handle/10230/58038/TFG23ADE_GLOBE_Corpas.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Counseling Psychology. (s/f). *Psychology*.

<https://psychology.iresearchnet.com/counseling-psychology/>

Counted, V., Possamai, A., & Meade, T. (2018). Relational spirituality and quality of life 2007 to 2017: an integrative research review. *Health and Quality of Life Outcomes*, 16(1). <https://doi.org/10.1186/s12955-018-0895-x>

Csepregi, É., Gyurcsik, Z., Veres-Balajti, I., Nagy, A. C., Szekanecz, Z., & Szántó, S. (2022). Effects of classical breathing exercises on posture, spinal and chest mobility among female university students compared to currently popular training programs. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(6), 3728. <https://doi.org/10.3390/ijerph19063728>

Cuellar-López, M. V., Montoya-Pipicano, J. F., & Castaño-Mora, Y. (2016). Percepción subjetiva de la calidad de vida en estudiantes de enfermería de una universidad pública. *Universidad y Salud*, 18(3), 462. <https://doi.org/10.22267/rus.161803.51>

Cui, H., Bi, X., Chen, W., Gao, T., Qing, Z., Shi, K., & Ma, Y. (2023). Gratitude and academic engagement: exploring the mediating effects of internal locus of control and subjective well-being. *Frontiers in Psychology*, 14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1287702>

Chao, S., Su, C., & Chang, M. (2023). Longitudinal mediation effects of activity meaning on the association between activity performance and quality of life among older adults with disabilities. *BMC Geriatrics*, 23(1). <https://doi.org/10.1186/s12877-023-04451-7>

Checa-Morales, C., De-Pablos-Heredero, C., Carreño, A.L.; Haider, S., & García, A. (2021). Organizational Differences among Universities in Three Socioeconomic Contexts: Finland, Spain and Ecuador. *Relational Coordination Approach. Educ. Sci.*, 11 (8), 445. <https://doi.org/10.3390/educsci11080445>

Chen, C. C., Zhu, Y., Xiao, F., & Que, M. (2023 a). Academic Motivation and social support: Mediating and moderating the Life Satisfaction and Learning Burnout link. *Psychology Research and Behavior Management*, 16, 4583–4598. <https://doi.org/10.2147/prbm.s438396>

Chen, C., Bian, F., & Zhu, Y. (2023 b). The relationship between social support and academic engagement among university students: the chain mediating effects of life satisfaction and academic motivation. *BMC Public Health*, 23(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-023-17301-3>

Chen, P., Bao, C., & Gao, Q. (2021). Proactive Personality and Academic Engagement: The mediating effects of Teacher-Student relationships and Academic Self-Efficacy. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.652994>

Christmas, C., & Van Horn, S. M. (2012). SPARC groups: A model for incorporating spiritual psychoeducation into group work. *The journal for specialists in group work*, 37(3), 170–201. <https://doi.org/10.1080/01933922.2012.690833>

Dávalos-Batallas, V., Vargas-Martínez, A. M., Sierra, P. B., León-Larios, F., De Las Mercedes Lomas Campos, M., Gallegos, S. L. V., & De

Diego-Cordero, R. (2020). Compassionate Engagement and Action in the education for health care Professions: A Cross-Sectional Study at an Ecuadorian university. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(15), 5425. <https://doi.org/10.3390/ijerph17155425>

Dawson, P., Henderson, M., Mahoney, P., Phillips, M., Ryan, T., Boud, D., & Molloy, E. (2018). What makes for effective feedback: staff and student perspectives. *Assessment and Evaluation in Higher Education*, 44(1), 25–36. <https://doi.org/10.1080/02602938.2018.1467877>

Deakins, E. (2009). Helping students value cultural diversity through research-based teaching. *Higher Education Research & Development*, 28(2), 209-226. <https://doi.org/10.1080/07294360902725074>

De Azevedo, M. L., & Menezes, C. B. (2021). Programas Baseados em Mindfulness para Alunos Universitários: Relato de Experiência de um Projeto de Extensão. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, 21(2), 590-61. <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1808->

De Besa-Gutiérrez, M., Froment, F., & Flores, J. G. (2023). Credibilidad docente y engagement académico en estudiantes no tradicionales y tradicionales de Ciencias de la Educación. *Revista de Educación*, 400, 323-346. <https://doi.org/10.4438/1988-592X-RE-2023-400-580>

Del Corso, J., & Reh fuss, M. C. (2011). The role of narrative in career construction theory. *Journal of Vocational Behavior*, 79(2), 334–339. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2011.04.003>

De, S. (2018). *Emphasizing the importance of cultural identity of second language learners in lesson plans*. [Master's thesis, The University of San Francisco]. <https://repository.usfca.edu/capstone/858>

Diener, E., & Suh, E. M. (Eds.). (2000). *Culture and subjective well-being*. The MIT Press.

Dornhoff, M., Sothmann, J. N., Fiebelkorn, F., & Menzel, S. (2019). Nature relatedness and environmental concern of young people in Ecuador and Germany. *Frontiers in Psychology*, 10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00453>

Dyczewski, L. B. (2016). Values – the core of culture. *Politeja*, 13 (44), 143–169. <https://doi.org/10.12797/politeja.13.2016.44.10>

Edara, I. R. (2017). Religion: a subset of culture and an expression of spirituality. *Advances in Anthropology*, 07(04), 273–288. <https://doi.org/10.4236/aa.2017.74015>

Egerton, J.D., Roberts, L.W., Von Below, S. (2012). Education and Quality of Life. In: Land, K., Michalos, A., Sirgy, M. (eds). *Handbook of Social Indicators and Quality of Life Research*. Springer, Dordrecht. https://doi.org/10.1007/978-94-007-2421-1_12

Elstad, T., Ulleberg, P., Klonteig, S., Hisdal, J., Dyrdal, G. M., & Bjorndal, A. (2020). The effects of yoga on student mental health: a randomised controlled trial. *Health psychology and behavioral medicine*, 8(1), 573-586. <https://doi.org/10.1080/21642850.2020.1843466>

Fabricatore, A. N., Handal, P. J., & Fenzel, L. M. (2000). Personal Spirituality as a Moderator of the Relationship between Stressors and Subjective Well-Being. *Journal of Psychology and Theology*, 28(3), 221–228. <https://doi.org/10.1177/009164710002800305>

Falb, M. D., & Pargament, K. I. (2014). Religion, spirituality, and positive psychology: Strengthening well-being. In J. Teramoto Pedrotti & L.M. Edwards (Eds.), *Perspectives on the intersection of multiculturalism and positive psychology* (pp. 143-157). Dordrecht, Netherlands: Springer. https://doi.org/10.1007/978-94-017-8654-6_10

Fan, W., Cheung, F. M., Leong, F. T. L., & Cheung, S. F. (2012). Personality Traits, Vocational Interests, and Career Exploration: A Cross-Cultural Comparison Between American and Hong Kong Students. *Journal of Career Assessment*, 20(1), 105-119. <https://doi.org/10.1177/1069072711417167>

Fernández, M. T., Mora, J. K., & Ponce, F. A. (2019). La validez estructural de los modelos de Holland y Gati sobre los intereses vocacionales RIASEC en estudiantes mexicanos. *Electronic Journal of Research in Education Psychology*, 17(49), 665-688. <https://doi.org/10.25115/ejrep.v17i49.2634>

Frese, M. (2015). Cultural practices, norms, and values. *Journal of Cross-cultural Psychology*, 46(10), 1327–1330. <https://doi.org/10.1177/0022022115600267>

Franco-Álvarez, E., Coterón-López, J., & Martínez, A. (2019). Invarianza cultural del Cuestionario de la Orientación a la Tarea y al Ego

(TEOSQ) y diferencias en las orientaciones motivacionales entre adolescentes de España, Argentina, Colombia y Ecuador. *Diversitas: perspectivas en psicología*, 15(1), 51-60. <https://doi.org/https://doi.org/10.15332/s1794-9998.2019.0015.04>.

Gaibor-González, I. A., Vargas Espín, A. del P., & Rodríguez Pérez, M. L. (2023). Sentido de vida y Engagement académico en estudiantes universitarios ecuatorianos: Sense of Life and Academic Engagement in Ecuadorian University Students. *LATAM Revista Latinoamericana De Ciencias Sociales Y Humanidades*, 4 (1), 997–1007. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.312>

García-Botero, L., Álvarez-Maestre, A. J., Pérez-Fuentes, C. A., Cabral-Rodríguez, C. M., & Aguilar-Barreto, A. J. (2022). Revisión sistemática: Criterios de calidad en el proyecto de programas de orientación vocacional. *Psicología Escolar e Educativa*, 26, 1-11. <https://doi.org/10.1590/2175-35392022-235549>

García-Martínez, I., Landa, J. M. A., & León, S. P. (2021). The mediating role of engagement on the achievement and quality of life of university students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(12), 6586. <https://doi.org/10.3390/ijerph18126586>

Ganpat, T. S., Nagendra, H. R., & Selvi, V. (2013). Efficacy of yoga for mental performance in university students. *Indian journal of psychiatry*, 55(4), 349-352. <https://doi.org/10.4103/0019-5545.120550>

Geertz, C. (2023). *La interpretación de las culturas* (A. L. Bixio, Trad.). Gedisa Editorial S A. (Obra original publicada en 1973).

Germer, C. (2004). What is mindfulness? *Insight Journal*, 22(3), 24–29.
<https://www.drtheresalavoie.com/storage/app/media/insight-germermindfulness.pdf>

Gil-Lacruz, M., Gil-Lacruz, A. I., & Gracia-Pérez, M. L. (2020). Health-related quality of life in young people: the importance of education. *Health and Quality of Life Outcomes*, 18(1). <https://doi.org/10.1186/s12955-020-01446-5>

GLOBE Project (2020). A unique large-scale study of cultural practices, leadership ideals, and generalized and interpersonal trust in 150 countries in collaboration with nearly 500 researchers.
<https://globeproject.com/about.html>

Gómez-Borges, A., Peñalver, J., Martínez, I. M., & Salanova, M. (2023). Academic engagement in university students. The mediator role of Psychological Capital as personal resource. *Educación XX1*, 26(2), 51-70.
<https://doi.org/10.5944/educxx1.35847>

Gómez-Garzón, V., Peñaherrera-Santillán, S., Castro-Vega, M., Escobar-Segovia, K., & Guzmán-Cadena, D. (2020). DIAGNOSIS OF WORK ENGAGEMENT IN MASTER'S STUDENTS OF a UNIVERSITY IN THE CITY OF SAMBORONDÓN - ECUADOR. *ICERI Proceedings (Internet)*.
<https://doi.org/10.21125/iceri.2020.1916>

González-Lorente, C., & Martínez-Clares, P. (2015). Expectativas de futuro laboral del universitario de hoy: Un estudio internacional. *Revista de Investigación Educativa*, 34(1), 167. <https://doi.org/10.6018/rie.34.1.232071>

González-Rivera, J. A., Veray-Alicea, J., & Rosario-Rodríguez, A. (2017). Desarrollo, validación y descripción teórica de la Escala de Espiritualidad Personal en una muestra de adultos en Puerto Rico. *Revista Puertorriqueña de Psicología*, 28(2), 388-404. <https://www.redalyc.org/pdf/2332/233256001009.pdf>

Grimson, A. (2010). Culture and identity: two different notions. *Social Identities*, 16(1), 61–77. <https://doi.org/10.1080/13504630903465894>

Güner-Öztürk, A. (2019). Gestalt Group Practice for Increasing Awareness of University Students. *International Journal of Psychology and Educational Studies*, 6(3), 1–8. <https://doi.org/10.17220/ijpes.2019.03.001>

Gupta, A., Pribesh, S., & Diawara, N. (2017). Therapeutic breathing techniques and disparity across student performance in english and mathematics. *International Journal of Education & Multidisciplinary Studies*, 8(2), 164-174. <https://pdfs.semanticscholar.org/bb28/3a069c95ae8d982e986999679fd5b48695f5.pdf>

Harris, J. G., Echemendía, R., Ardila, A., & Rosselli, M. (2001). Cross-cultural cognitive and neuropsychological assessment. In J. J. W. Andrews, D. H. Saklofske, & H. L. Janzen (Eds.), *Handbook of psychoeducational*

assessment: Ability, achievement, and behavior in children (pp. 391–414).

Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-012058570-0/50015-X>

Heidari, M., Borujeni, M. B., Borujeni, M. G., & Shirvani, M. (2017). Relationship of Lifestyle with Academic Achievement in Nursing Students. *Journal of Clinical and Diagnostic Research*. 11(3): JC01-JC03.

<https://doi.org/10.7860/jcdr/2017/24536.9501>

Hidalgo-Campos, P., Manzur-Mobarec, E., Olavarrieta-Soto, S., & Farías-Nazel, P. C. (2007). Cuantificación de las distancias culturales entre países: un análisis de Latinoamérica. *Cuadernos de Administración*, 20(33), 253-272.

http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S012035922007000100011&lng=en&tlng=es.

Hill, P. C., & Pargament, K. I. (2003). Advances in the conceptualization and measurement of religion and spirituality: Implications for physical and mental health research. *American Psychologist*, 58(1), 64–74. <https://doi.org/10.1037/0003-066x.58.1.64>

Holienka, M., Holienková, J., & Gál, P. (2015). Entrepreneurial Characteristics of Students in Different Fields of Study: A View from Entrepreneurship Education Perspective. *Acta Universitatis Agriculturae Et Silviculturae Mendelianae Brunensis*, 63(6), 1879–1889.

<https://doi.org/10.11118/actaun201563061879>

Hong, Y., & Mallorie, L. M. (2004). A dynamic constructivist approach to culture: Lessons learned from personality psychology. *Journal of Research in Personality, 38*(1), 59–67. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2003.09.003>

House, R. & Javidan, M. (2003). *Project GLOBE: Deciphering Cultures and Their National, Organizational, And Managerial Implications*. <https://growthorientedsustainableentrepreneurship.files.wordpress.com/2016/07/gl-project-globe-deciphering-cultures.pdf>

House, R. J., Dorfman, P. W., Javidan, M., Hanges, P. J., & De Luque, M. F. S. (2014). *Strategic Leadership across Cultures: The GLOBE Study of CEO Leadership Behavior and Effectiveness in 24 Countries*. SAGE Publications <https://doi.org/10.4135/9781506374581>

Hua, J., Zheng, K., & Fan, S. (2022). The impact of entrepreneurial activities and college students' entrepreneurial abilities in higher education—A meta-analytic path. *Frontiers in Psychology, 13*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.843978>

Hyseni-Duraku, Z., Davis, H., & Hamiti, E. (2023). Mental health, study skills, social support, and barriers to seeking psychological help among university students: a call for mental health support in higher education. *Frontiers in Public Health, 11*, 1220614. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1220614>

International IDEA (2024). Gender Quotas Database. <https://www.idea.int/data-tools/data/gender-quotas-database/country?country=65>

Iribarra, L., Mery, P., Lira, M. J., Campos, M., González, F., & Irarrázaval, S. (2018). ¿Cómo es la calidad de vida reportada por los estudiantes de Medicina? *Revista médica de Chile*, *146*(11), 1294-1303. <https://doi.org/10.4067/S0034-98872018001101294>

Jakonen, J. (2009). Beyond postmodern spirituality: Ken Wilber and the Integral approach. *Scripta Instituti Donneriani Aboensis*, *21*, 92-109. <https://doi.org/10.30674/scripta.67345>

Jang, I., Kim, Y., & Kim, K. (2016). Professionalism and professional quality of life for oncology nurses. *Journal of Clinical Nursing (Print)*, *25*(19-20), 2835-2845. <https://doi.org/10.1111/jocn.13330>

Jayawardena, R., Ranasinghe, P., Ranawaka, H., Gamage, N., Dissanayake, D., & Misra, A. (2020). Exploring the therapeutic benefits of pranayama (yogic breathing): a systematic review. *International Journal of Yoga*, *13*(2), 99-110. https://doi.org/10.4103/ijoy.IJOY_37_19

Jensen, L.A. (2021). The Cultural Psychology of Religiosity, Spirituality, and Secularism in Adolescence. *Adolescent Res Rev*, *6*, 277-288. <https://doi.org/10.1007/s40894-020-00143-0>

Jha, S., & Bhattacharyya, S. S. (2013). Learning Orientation and Performance Orientation: Scale Development and Its Relationship with Performance. *Global Business Review*, *14*(1), 43-54. <https://doi.org/10.1177/0972150912466443>

Jones-Caballero, M., & Peñas, P. F. (2002). Calidad de vida (I). Generalidades. *Actas Dermo-Sifiliográficas*, 93(7), 421-431. [https://doi.org/10.1016/S0001-7310\(02\)76605-2](https://doi.org/10.1016/S0001-7310(02)76605-2)

Kaliris, A., & Issari, P. (2022). Exploring narrative ideas in career counseling. *Open Journal of Social Sciences (Print)*, 10(02), 365–380. <https://doi.org/10.4236/jss.2022.102026>

Kelley, T. M., Wheeldon-Reece, B., & Lambert, E. G. (2021). The Efficacy of Psycho-Spiritual Mental Health Education for Improving the Well-Being and Perceptions of School Climate for Students At-Risk for School Failure. *Spiritual Psychology and Counseling*, 6(2), 73-93. <https://doi.org/10.37898/spc.2021.6.2.137>

Khamida-Yusuf, 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. <https://scholar.unair.ac.id/en/publications/the-relationship-of-spiritual-well-being-with-subjective-well-bei>

King, U. M. (1992). Spirituality, society, and culture. *The Way Supplement*, 73, 14-23. <https://www.theway.org.uk/back/s073King.pdf>

Koenig, H. G. (2012). Religion, Spirituality, and Health: The Research and Clinical Implications. *International Scholarly Research Network*, 2012, 1–33. <https://doi.org/10.5402/2012/278730>

Komariah, M., Ibrahim, K., Pahria, T., Rahayuwati, L., & Somantri, I. (2022). Effect of mindfulness breathing meditation on depression, anxiety,

and stress: A randomized controlled trial among university students. *In Healthcare*, 11(1), 26. <https://doi.org/10.3390/healthcare11010026>

Kong, L., Yang, L., Pan, Y., & Chen, S. (2021). Proactive personality, professional self-efficacy, and academic burnout in undergraduate nursing students in China. *Journal of Professional Nursing*, 37(4), 690–695. <https://doi.org/10.1016/j.profnurs.2021.04.003>

Kriukova, O., & Reva, M. (2020). The development of professional identity and professional mentality of youth. *Journal of History Culture and Art Research*, 9(4), 87. <https://doi.org/10.7596/taksad.v9i4.2736>

Krmpotic, C. (2016). La espiritualidad como dimensión de la calidad de vida. Exploraciones conceptuales de una investigación en curso. *Scripta Ethnologica*, 38, 105-122. <https://www.redalyc.org/journal/148/14849184006/html/>

Kryshko, O., Fleischer, J., Waldeyer, J., Wirth, J., & Leutner, D. (2020). Do motivational regulation strategies contribute to university students' academic success? *Learning and Individual Differences*, 82, 101912. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2020.101912>

Kumagai, A. K., & Naidu, T. (2015). Reflection, dialogue, and the possibilities of space. *Academic Medicine*, 90(3), 283-288. <https://doi.org/10.1097/ACM.0000000000000582>

Kurbanov, R. A., Nikonova, E. I., Gurbanov, R. A., Svechnikova, N. V., Tumarov, K. B., & Marin, E. M. (2016). Anthropological Methods of Formation of University Students' Spiritual and Moral Culture. *International journal of*

environmental and science education, 11(18), 11807-11817.

<https://eric.ed.gov/?id=EJ1121927>

Kyvelou, A., & Tsitsas, G. (2023). Promoting Well-Being and Psychological Thriving in University Students: A Gestalt-Mindfulness-Based Personal Development Counseling Intervention. *Creative Education*, 14, 2486-2502. <https://doi.org/10.4236/ce.2023.1412160>

Lau, W. W. F., Hui, C. H., Lam, J., Lau, E. Y. Y., & Cheung, S. F. (2014). The relationship between spirituality and quality of life among university students: An autoregressive cross-lagged panel analysis. *Higher Education (Amsterdam. Print)*, 69(6), 977–990. <https://doi.org/10.1007/s10734-014-9817-y>

Lemus, N., Parrado, R., & Quintana, G. (2014). Calidad de vida en el sistema de salud. *Revista Colombiana de Reumatología*, 21(1), 1-3. [https://doi.org/10.1016/S0121-8123\(14\)70140-9](https://doi.org/10.1016/S0121-8123(14)70140-9)

Ley Orgánica de Salud Mental del Ecuador (2024). Suplemento N° 471 - Registro Oficial. <https://newsite.cite.com.ec/download/ley-organica-de-salud-mental/>

Linton, R. (1945). *The cultural background of personality*. New York, NY: Appleton Century-Crofts

López, J. A. (2020). Comparación de los dominios de la calidad de vida en migrantes de paso, cuidadores primarios de pacientes con cáncer y estudiantes de pregrado usando el WHOQOL-BREF. *Caleidoscopio - Revista*

Semestral De Ciencias Sociales Y Humanidades, 24(43).

<https://doi.org/10.33064/43crscsh2115>

López-Aguilar, D., Álvarez-Pérez, P. R., & Garcés-Delgado, Y. (2021). El engagement académico y su incidencia en el rendimiento del alumnado de grado de la Universidad de La Laguna. *RELIEVE Revista Electrónica de Investigación y Evaluación Educativa*, 27(1).

<https://doi.org/10.30827/relieve.v27i1.21169>

Lyness, K. S., & Judiesch, M. K. (2014). Gender Egalitarianism and Work-Life Balance for Managers: Multisource Perspectives in 36 Countries. *Applied Psychology*, 63(1), 96–129. <https://doi.org/10.1111/apps.12011>

Mason, R., Roodenburg, J., & Williams, B. (2020). What occupational preference types dominate among nurses and paramedics with implications for wellbeing?: A scoping review. *Nursing & Health Sciences*, 22(3), 507-520.

<https://doi.org/10.1111/nhs.12699>

Maree, J. G. (2019). Narrative research in career counselling: In *Wits University Press eBooks* (pp. 186–202).

<https://doi.org/10.18772/22019032750.17>

Martín-Sánchez, A., Rodríguez-Zafra, M., & Ceniceros-Estévez, J. C. (2020). Definición y competencias de la inteligencia espiritual. Estudio cualitativo. *Acción Psicológica*, 17(2), 83-102.

<https://doi.org/10.5944/ap.17.2.29527>

McIlveen, P., & Patton, W. (2007). Narrative career counselling: Theory and exemplars of practice. *Australian Psychologist*, 42(3), 226–235. <https://doi.org/10.1080/00050060701405592>

Medrano, L. A., & Moretti, L. (2015). Medición del engagement académico en estudiantes universitarios. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación*, 2(40), 114-124. <https://www.redalyc.org/pdf/4596/459645432012.pdf>

Medlicott, E., Phillips, A., Crane, C., Hinze, V., Taylor, L., Tickell, A., ... & Kuyken, W. (2021). The mental health and wellbeing of university students: Acceptability, effectiveness, and mechanisms of a mindfulness-based course. *International journal of environmental research and public health*, 18(11), 6023. <https://doi.org/10.3390/ijerph18116023>

Meiselman, H. L. (2016). Quality of life, well-being, and wellness: Measuring subjective health for foods and other products. *Food Quality and Preference*, 54, 101–109. <https://doi.org/10.1016/j.foodqual.2016.05.009>

Ministerio de Educación del Ecuador (2013). Normas constitucionales Constitución de la República del Ecuador. <https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2014/01/TRANSP-NORMAS CONSTITUCIONALES.pdf>

Ministerio de Educación del Ecuador (2015). *Manual de orientación vocacional y profesional para los Departamentos de Consejería Estudiantil*. Ministerio de Educación. <https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2016/06/A.-Manual-de-OVP.pdf>

Ministerio de Educación del Ecuador (2017). *Manual de interpretación del inventario de preferencias profesionales de jóvenes (IPPJ)*. Ministerio de Educación.

https://recursos.educacion.gob.ec/wp-content/uploads/2023/ovp/manual_ippj_3.pdf

Miska, C., Szócs, I., & Schiffinger, M. (2018). Culture's effects on corporate sustainability practices: A multi-domain and multi-level view. *Journal of World Business*, 53(2), 263–279.

<https://doi.org/10.1016/j.jwb.2017.12.001>

Mohammed, S.O. (2019) Spiritual intelligence and its relationship to perceived academic self-efficacy for university students. *Opción*, 35 (19), pp. 2702-2734.

[file:///C:/Users/mipc/Downloads/27425-Texto%20del%20art%C3%ADculo-42530-1-10-20190901%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/mipc/Downloads/27425-Texto%20del%20art%C3%ADculo-42530-1-10-20190901%20(1).pdf)

Montoya, H. C. V. (2023). *The Impact of Hope on the Relationship Between Socioeconomic Context and Career Exploration* (Doctoral dissertation, University of Northern Colorado).

<https://digscholarship.unco.edu/dissertations/1006>

Moraes, M. C. (2020). *De la epistemología de la complejidad a la docencia transdisciplinar*. In F. Dravet, F. Pasquier, J. Collado, & G. Castro (Orgs.), *Transdisciplinariedad y educación del futuro* (pp. 135-164). Cátedra UNESCO de Juventud, Educación y Sociedad.

Morcillo-Martínez, A., Infantes-Paniagua, Á., García-Notario, A., & Contreras-Jordán, O. R. (2021). Validación de la versión española de la escala de compromiso académico para Educación Primaria. *RELIEVE - Revista*

Electrónica de Investigación y Evaluación Educativa, 27(2).

<https://doi.org/10.30827/relieve.v27i2.22769>

Motiño, A., Galdós, J. S., Sánchez-Iglesias, I., Salazar, M., Barsotti, T., Goldsby, T. L., Chopra, D., & Mills, P. J. (2021). Cross-Cultural analysis of Spiritual bypass: A comparison between Spain and Honduras. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.658739>

Muers, E., (2018). Culture, Values and Public Policy. *Institute for Policy Research, University of Bath*, (3-31). <https://www.bath.ac.uk/publications/culture-values-and-public-policy/attachments/CultureValuesandPublicPolicy.pdf>

Mujib, A., & Rena, S. (2019). The Moderating Effect of Spirituality on the Relationship Between Academic Life Stressors and Perceived Stress in Medical Undergraduate Students. In *ICRMH: Proceedings of the 1st International Conference on Religion and Mental Health, ICRMH 2019, 18-19 September 2019, Jakarta, Indonesia* (p. 6). <https://doi.org/10.4108/eai.18-9-2019.2293361>

Muñoz-García, A., & Villena-Martínez, M. D. (2018). Used Sources of Spiritual Growth for Spanish University Students. *Religions (Basel)*, 9(6), 186. <https://doi.org/10.3390/rel9060186>

Muñoz-García, A., & Villena-Martínez, M. D. (2020). Sustainable Behavior among Spanish University Students in Terms of Dimensions of Religion and Spirituality. *Sustainability (Basel)*, 12(2), 470. <https://doi.org/10.3390/su12020470>

Nair, B., & Otaki, F. (2021). Promoting University Students' Mental Health: A Systematic Literature Review Introducing the 4M-Model of Individual-Level Interventions. *Frontiers in Public Health*, 9, 699030. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2021.699030>

Nadeem, S., & De Luque, M. F. S. (2018). Developing an understanding of the human resource (HR) complexities in Pakistan with a GLOBE cultural lens. *Journal of Management & Organization*, 26(4), 483–501. <https://doi.org/10.1017/jmo.2017.79>

Nadtochey, Z. (2021). Culture And The Spiritual World Of Man. In A. G. Shirin, M. V. Zvyaglova, O. A. Fikhtner, E. Y. Ignateva, & N. A. Shaydorova (Eds.), *Education in a Changing World: Global Challenges and National Priorities*, (pp. 711-718). European Publisher. <https://doi.org/10.15405/epsbs.2021.07.02.85>

Nasrollahi, Z., Eskandari, N., Adaryani, M. R., & Tasuji, M. H. H. R. (2020). Spirituality and effective factors in education: A qualitative study. *Journal of education and health promotion*, 9. https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_430_19

Navarro-Abal, Y., Gómez-Salgado, J., López-López, M. J., & Climent-Rodríguez, J. A. (2018). Organisational Justice, Burnout, and Engagement in University Students: A Comparison between Stressful Aspects of Labour and University Organisation. *International Journal of Environmental Research and Public Health (Online)*, 15(10), 2116. <https://doi.org/10.3390/ijerph15102116>

Neves-Nunes, S. A. N., Costa, J. S., de Almeida, A. K. S., & Fernandes, M. G. (2023). The role of sociodemographic variables and spiritual well-being in predicting levels of happiness in brazilians. *Synesis*, 15(4), 289-314.
[file:///C:/Users/mipc/Downloads/11001%20\(2\).pdf](file:///C:/Users/mipc/Downloads/11001%20(2).pdf)

NUMBEO (2024). <https://www.numbeo.com/cost-of-living/>

Ogliastri, E., McMillen, C., Arias, M. E., Dávila, C., Dorfman, P., Fimmen, C.,... & Martínez, S. (1999). Cultura y liderazgo organizacional en 10 países de América Latina. El estudio Globe. *Academia Revista Latinoamericana de Administración*, (22), 29-57.
<https://www.redalyc.org/pdf/716/71602203.pdf>

Oishi, S. (2004). Personality in culture: A neo-Allportian view. *Journal of Research in Personality*, 38(1), 68–74.
<https://doi.org/10.1016/j.jrp.2003.09.012>

Ollier-Malaterre, A., & Foucreault, A. (2018). GLOBE's Cultural Dimensions: Implications for Global Work–Family Research. In *Cambridge University Press eBooks* (pp. 69–86).
<https://doi.org/10.1017/9781108235556.003>

Ollo-López, A., & Goñi-Legaz, S. (2015). Differences in work–family conflict: which individual and national factors explain them? *The International Journal of Human Resource Management*, 28(3), 499–525.
<https://doi.org/10.1080/09585192.2015.1118141>

Oumarou, S. (2004). Psycho-spiritual aspects of mental health counseling. *Graduate Research Papers*, 1311.

<https://scholarworks.uni.edu/grp/1311>

Pant, N., & Srivastava, S. K. (2015). Spiritual intelligence, gender and educational background as related to the quality of life of college students. *Indian Journal of Positive Psychology*, 6(3), 226-232.

https://www.researchgate.net/publication/334957227_Spiritual_intelligence_gender_and_educational_background_as_related_to_the_quality_of_life_of_college_students

Panda, S., & Arumugam. (2023). Exploring the mediating effect of personality traits in the relationship between entrepreneurial intentions and academic performance among students. *PloS One*, 18(11), 1-27.

<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0293305>

Patel, N. K., Nivethitha, L., & Mooventhan, A. (2018). Effect of a yoga based meditation technique on emotional regulation, self-compassion, and mindfulness in college students. *Explore*, 14(6), 443-447.

<https://doi.org/10.1016/j.explore.2018.06.008>

Pérez, C. I. A., & Toledo, C. R. S. (2016). ¿Por qué es necesaria la orientación educativa en la universidad de hoy? *Referencia Pedagógica*, 4(1), 16-27. <https://rrp.cujae.edu.cu/index.php/rrp/article/view/93>

Pérez-Fuentes, M. C., Molero-Jurado, M. M., Simón-Márquez, M. M., Barragán-Martín, A. B., Martos-Martínez, A., Ruíz-Oropesa, N. F., & Gázquez-Linares, J.J. (2020). Engagement académico e inteligencia

emocional en estudiantes de Ciencias de la Salud. *Revista de Psicología y Educación*, 15(1), 77-86, <https://doi.org/10.23923/rpye2020.01.187>

Perilla, A., & Machado, M. (2020). La inteligencia espiritual en los entornos educativos de la Educación Religiosa: una aportación a la formación de gestores de paz en el posconflicto. *INNOVACIÓN EDUCATIVA DESDE LA PRAXIS Y FORMACIÓN DOCENTE*, 61, 96-105. <https://www.editorialeidec.com/wp-content/uploads/2020/03/Capitulo-3-LA-INTELIGENCIA-ESPIRITUAL-EN-LOS-ENTORNOS-EDUCATIVOS-DE-LA-EDUCACION-RELIGIOSA.pdf>

Peters, A., Tapia, J., & Clines, S. H. (2022). The effectiveness of a psychoeducational program in increasing mental health knowledge in collegiate athletes: A critically appraised topic. *International Journal of Athletic Therapy and Training*, 27(3), 107-111. <https://doi.org/10.1123/ijatt.2020-0125>

Perls, F. (1973). *The Gestalt Approach & Eye Witness to Therapy*. Science and Behavior Books.

Pew Research Center (2019). Religion's Relationship to Happiness, Civic Engagement and Health Around the World. <https://www.pewresearch.org/religion/2019/01/31/religions-relationship-to-happiness-civic-engagement-and-health-around-the-world/>

Pham, T. T. H., Ho, T. T. Q., Nguyen, B. T. N., Nguyen, H. T., & Nguyen, T. H. (2024). Academic motivation and academic satisfaction: a moderated mediation model of academic engagement and academic self-efficacy.

Journal of Applied Research in Higher Education.

<https://doi.org/10.1108/jarhe-10-2023-0474>

Piedra- Hernández, M. P. (2018). Espiritualidad y educación en la sociedad del conocimiento. *Innovaciones educativas*, 20(28), 96-105.

<https://doi.org/10.22458/ie.v20i28.2134>

Pinto, S., Fumincelli, L., Mazzo, A., Caldeira, S., & Martins, J. (2017). Comfort, well-being and quality of life: Discussion of the differences and similarities among the concepts. *Porto Biomedical Journal*, 2(1), 6–12.

<https://doi.org/10.1016/j.pbj.2016.11.003>

Platovnjak, I. (2017). The relationship between spirituality, religion, and culture. *Studia Gdańskie*, (41), 117-125.

<https://www.ceeol.com/search/article-detail?id=638066>

Polster, E., & Polster, M. (1973). *Gestalt Therapy Integrated: Contours of Theory & Practice*. Vintage.

Portal, E., Arias, E., Lirio, J., & Gòmez, J. L. (2022). Fracaso y abandono universitario: Percepción de los(as) estudiantes de Educación social de la Universidad de Castilla La Mancha. *Revista Mexicana de Investigación Educativa*, 27(92), 289-316.

[https://www.scielo.org.mx/pdf/rmie/v27n92/1405-6666-rmie-27-92-](https://www.scielo.org.mx/pdf/rmie/v27n92/1405-6666-rmie-27-92-289.pdf)

[289.pdf](https://www.scielo.org.mx/pdf/rmie/v27n92/1405-6666-rmie-27-92-289.pdf)

Porrás, M., Mayorga, E., & Morales, M. (2022). La orientación vocacional y su influencia en las aspiraciones profesionales de los psicólogos

en Ecuador. *Revista Conrado*, 18(89), 65-74.

<http://scielo.sld.cu/pdf/rc/v18n89/1990-8644-rc-18-89-65.pdf>

Potts, L. C., & Henderson, C. (2020). Moderation by socioeconomic status of the relationship between familiarity with mental illness and stigma outcomes. *SSM-Population Health*, 11, 100611.

<https://doi.org/10.1016/j.ssmph.2020.100611>

Prabhudesai, R., Prasad, C. V., & Ang, B. C. (2017). Exploring Emerging Latin America: Implications for German companies using Spain as a springboard country. *Global Business Review*, 18(4), 993–1009.

<https://doi.org/10.1177/0972150917692402>

Preacher, K. J. (2015). Advances in mediation analysis: A survey and synthesis of new developments. *Annual Review of Psychology*, 66, 825-852.

<https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010814-015258>

Prusak, J., Kwapis, K., Pilecka, B., Chemperek, A., Krawczyk, A., Jabłoński, M., & Nowakowski, K. (2021). The quality of life, meaning in life, positive orientation to life and gratitude of Catholic seminarians in Poland: A comparative analysis. *Archiv Für Religionspsychologie (Print)*, 43(1), 78–94.

<https://doi.org/10.1177/0084672420983488>

Przepiorka, A., & Sobol-Kwapinska, M. (2018). Religiosity moderates the relationship between time perspective and life satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 134, 261–267.

<https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.05.039>

Qi, X., Tong, J., Chen, S., He, Z., & Zhu, X. (2020). Comparing the psychological effects of meditation-and breathing-focused yoga practice in undergraduate students. *Frontiers in Psychology, 11*, 560152. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.560152>

Reig-Ferrer, A., De La Cuesta Benjumea, C., Fernández-Pascual, M. D., & Santos-Ruiz, A. (2019). A view of spirituality and spiritual care in a sample of Spanish nurses. *Religions (Basel), 10*(2), 129. <https://doi.org/10.3390/rel10020129>

Restrepo, J. E., Bedoya Cardona, E. Y., Cuartas Montoya, G. P., Cassaretto, M., & Vilela, P. (2023). Academic stress and adaptation to university life: Mediation of cognitive-emotional regulation and social support. *Anales de Psicología, 39*(1), 62–71. <https://doi.org/10.6018/analesps.472201>

Rocha, R. G., & Fry, L. W. (2022). Mapping the Research on Spirituality and Culture: A Bibliometric Analysis. *Journal of Management, Spirituality & Religion, 20*(3), 230–269. <https://doi.org/10.51327/puof7514>

Rodríguez-Rivero, R., Ortiz-Marcos, I., & Patiño-Arenas, V. E. (2022). Exploring the influence of culture in the present and future of multicultural organizations: Comparing the case of Spain and Latin America. *Sustainability (Basel), 14*(4), 23–27. <https://doi.org/10.3390/su14042327>

Rodríguez, T. E. (2013). Inteligencia espiritual. *Sapiens, 14*(1), 11–21. https://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1317-58152013000100002

Rodríguez-Rodríguez, T., García-Rodríguez C. M., & Cruz-Pérez, R. (2005). Técnicas de relajación y autocontrol emocional. *MediSur*, 3(3), 55-70.

<https://www.redalyc.org/pdf/1800/180019787003.pdf>

Rohyatin, H., Ika, R., Latipun, L., & Iswinarti, I. (2020). Examining the moderator role of gender in the association between Self-Reflection and Spirituality. *Spiritual Psychology and Counseling*, 5(3), 301–312.

<https://doi.org/10.37898/spc.2020.5.3.109>

Rudolph, C. W., Zacher, H., & Hirschi, A. (2019). Empirical developments in career construction theory. *Journal of Vocational Behavior*, 111, 1–6.

<https://doi.org/10.1016/j.jvb.2018.12.003>

Ruiz-Fernández, M. Á., Díaz-García, M. I., & Villalobos-Crespo, A. (2012). *Manual de técnicas de intervención cognitivo conductuales*. Madrid: Desclée de Brouwer.

Sahay, D (s.f.). Culture and Personality studies: Mead, Benedict, Kardiner, Linton, Cora-du-Bois. In S.M. Patnaik (Ed.). *Theories and methods in social cultural Anthropology*.

<https://ebooks.inflibnet.ac.in/antp10/chapter/culture-and-personality-studies-mead-benedict-kardiner-linton-cora-du-bois/>

Salvador-Carulla, L., Lucas, R., Ayuso-Mateos, J. L., & Miret, M. (2014). Use of the terms “Wellbeing” and “Quality of Life” in health sciences: a conceptual framework. *European Journal of Psychiatry*, 28(1), 50–65.

<https://doi.org/10.4321/s0213-61632014000100005>

Sánchez-Cabeza, P. (2017). La orientación educativa en la Universidad desde la perspectiva de los profesores. *Revista Universidad y Sociedad*, 9(3), 39-45.
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2218-36202017000300006

Sánchez-Cardona, I., Ortega-Maldonado, A., Salanova, M., & Martínez, I. M. M. (2021). Learning goal orientation and psychological capital among students: A pathway to academic satisfaction and performance. *Psychology in the Schools (Print)*, 58(7), 1432–1445.
<https://doi.org/10.1002/pits.22505>

Sargent, A. M. (2015). *Moderation and mediation of the spirituality and subjective well-being relation* (Doctoral dissertation, Colorado State University).
<https://www.proquest.com/openview/eed047bf3e92854c48749e8ea9f5686a/1?pq-origsite=gscholar&cbl=18750>

Sarmiento-Ramírez, I. (2007). Cultura y cultura material: aproximaciones a los conceptos e inventario epistemológico. *Anales Del Museo de América*, 15, 217–236.
<https://digibuo.uniovi.es/dspace/bitstream/handle/10651/20599/?sequence=1>

Saroglou, V., & Muñoz-García, A. (2008). Individual differences in religion and spirituality: an issue of personality traits and/or values. *Journal*

for the Scientific Study of Religion, 47(1), 83–101. <https://doi.org/10.1111/j.1468-5906.2008.00393.x>

Savickas, M. L. (2013). Career construction theory and practice. In R. W. Lent & S. D. Brown (Eds.), *Career development and counseling: Putting theory and research to work* (2nd ed., pp. 147–183). Hoboken, NJ: John Wiley.

Scarborough, S. (2023). *Psychology of human relations: Chapter 4: Personality*, 117–146. Open Oregon Educational Resources. <https://openoregon.pressbooks.pub/psychologyofhumanrelations/>

Schaufeli, W.B., & Bakker, A.B. (2003). *UWES-Utrecht Work Engagement Scale: Test manual (Unpublished manuscript)*. Department of Psychology, Utrecht University, Utrecht, The Netherlands. https://www.wilmarschaufeli.nl/publications/Schaufeli/Test%20Manuals/Test_manual_UWES_English.pdf

Schlösser, O. (2006). Humane orientation—A cross-cultural study in 26 countries. Unpublished doctoral dissertation, Department of Psychology, Justus-Liebig-Universität Giessen, Germany. <https://d-nb.info/1058085174/34>

Schlösser, O., Fresé, M., Heintze, A. M., Al-Najjar, M., Arciszewski, T., Besevegis, E., Bishop, G. D., Bonnes, M., Clegg, C. W., Drozda-Senkowska, E., Gaborit, M., Garzon, D., Hansen, T. G. B., Heszen, I., Juhász, M., Keating, M. A., Mangundjaya, W. L., Mansor, N., Mitchelson, J. K., . . . Zhang, K. (2012). Humane Orientation as a new cultural dimension of the GLOBE Project.

Journal of Cross-cultural Psychology, 44(4), 535–551.

<https://doi.org/10.1177/0022022112465671>

Schreiber, D. A. (2012). On the epistemology of postmodern spirituality. *Verbum Et Ecclesia*, 33(1). <https://doi.org/10.4102/ve.v33i1.398>

Schwartz, S. H. (2014). National culture as Value orientations: consequences of value differences and cultural distance. In *Handbook of the economics of art and culture* (pp. 547–586). <https://doi.org/10.1016/b978-0-444-53776-8.00020-9>

Schwartz, S. H., & Bilsky, W. (1987). Toward a universal psychological structure of human values. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53(3), 550–562. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.53.3.550>

Serpell, R., & Boykin, A. W. (1994). Cultural dimensions of cognition: a multiplex, dynamic system of constraints and possibilities. In *Elsevier eBooks* (pp. 369–408). <https://doi.org/10.1016/b978-0-08-057299-4.50018-9>

Servicio Andaluz de Salud (2010). Escala de Calidad de Vida WHOQOL-BREF.

https://www.sspa.juntadeandalucia.es/servicioandaluzdesalud/sites/default/files/sincfiles/wsas-media-pdf_publicacion/2020/18-WHOQOL-BREF.pdf

Sharma, S. (2014). Self, identity, and culture. In: Menon, S., Sinha, A., Sreekantan, B. (Eds). *Interdisciplinary Perspectives on Consciousness and the Self*, (pp. 117–124). Springer New Delhi. https://doi.org/10.1007/978-81-322-1587-5_10

Shine, K. (2021). Comparing Gender and Media Equality across the Globe: A Cross-National Study of the Qualities, Causes and Consequences of Gender Equality in and through the News Media, Monika Djerf-Pierre, and Maria Edstrom (eds) (2020). *Australian Journalism Review*, 43(1), 136–137. https://doi.org/10.1386/ajr_00062_5

Siegel, R. D., Germer, C. K., & Olendzki, A. (2009). *Mindfulness: What is it? Where did it come from?* In *Clinical Handbook of Mindfulness* (pp. 17–35). New York, NY: Springer. https://doi.org/10.1007/978-0-387-09593-6_2

Silva-Martínez, G., Martínez, M. J. I., & Cabezas, I. L. (2023). A qualitative study on barriers in learning opportunities in Ecuadorian higher education. *Societies*, 13(3), 56. <https://doi.org/10.3390/soc13030056>

Singh, K., & Bandyopadhyay, S. (2021). Enhancing college students well-being: The psycho-spiritual well-being intervention. *Journal of Human Behavior in the Social Environment*, 31(7), 867–888. <https://doi.org/10.1080/10911359.2020.1823294>

Siqi, M. (2022). Clifford Geertz and Anthropology of Religion. In *Book Publisher International (a part of SCIENCEDOMAIN International)* (pp. 12–20). <https://doi.org/10.9734/bpi/mono/978-93-5547-925-9/ch1>

Smithikrai, C., Homklin, T., Pusapanich, P., Wongpinpech, V., & Kreausukon, P. (2018). Factors influencing Students' Academic Success: the Mediating Role of Study Engagement. *International Journal of Behavioral Science*, 13(1), 1–14. <https://so06.tci-thaijo.org/index.php/IJBS/article/view/100674>

Stiliya, K. J., & Pandey, N. (2022). Influence of Spiritual intelligence on Happiness and Well being: A Review. *Mind and Society*, 11(02), 121–128.

<https://doi.org/10.56011/mind-mri-112-20221>

StudySmarter (2024). Workplace Spirituality.

<https://www.studysmarter.co.uk/explanations/business-studies/organizational-behavior/workplace-spirituality/>

Suárez-Ortega, M. (2013). Autoconcepto, valores y expectativas como factores de desarrollo. En M.F. Sánchez García (Coord). *Orientación profesional y personal*. (2nd. ed., pp.919-138). Madrid: UNED.

<https://elibro.net/es/ereader/ugr/48921?page=68>

Supervía, U. P., Bordás, S. C., & Robres, Q. A. (2022). The mediating role of self-efficacy in the relationship between resilience and academic performance in adolescence. *Learning and Motivation (Print)*, 78, 101814.

<https://doi.org/10.1016/j.lmot.2022.101814>

Szczęśniak, M., Kroplewski, Z., & Szałachowski, R. (2020). The mediating effect of coping Strategies on Religious/Spiritual Struggles and life satisfaction. *Religions (Basel)*, 11(4), 195. <https://doi.org/10.3390/rel11040195>

Teoli, D., & Bhardwaj, A. (2024). Quality Of Life. In: StatPearls [Internet]. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing. PMID: 30725647.

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30725647/>

Terenzini, P. T., Theophilides, C., & Lorang, W. G. (1984). Influences on students' perceptions of their personal development during the first three

years of college. *Research in Higher Education*, 21(2), 178–194. <https://doi.org/10.1007/bf00975104>

Terlutter, R., Diehl, S., & Mueller, B. (2006). The GLOBE study — applicability of a new typology of cultural dimensions for cross-cultural marketing and advertising research. In: Diehl, S., Terlutter, R. (eds). *International Advertising and Communication*. DUV. https://doi.org/10.1007/3-8350-5702-2_22

Tornóczky, G. J., Bánhidi, M., Rózsa, S., & Nagy, H. (2022). Yoga in university sports: Effects on spirituality, well-being, and physical symptoms among students-A quasi-experimental study. *International Leisure Review*, 11(1), 22-47. [https://doi.org/10.6298/ILR.202206_11\(1\).0002](https://doi.org/10.6298/ILR.202206_11(1).0002)

Universidad de Cuenca (2015). *Modelo Educativo de la Universidad de Cuenca*.

<http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/22863/1/MODELO%20EDUCATIVO%20DE%20LA%20UNIVERSIDAD%20DE%20CUENCA%2022-09-2015.pdf>

Upsher, R., Nobili, A., Hughes, G., & Byrom, N. (2022). A systematic review of interventions embedded in curriculum to improve university student wellbeing. *Educational Research Review*, 37, 100464. <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2022.100464>

Urbano, V. S., Irache, P. A., Álvarez, C. L., Quilez, M. C., Azábal, I. B., & Alcañiz, E. S. (2023). Programa psicoeducativo en ansiedad y depresión. *Revista Sanitaria de Investigación*, 4(5), 231.

<https://revistasanitariadeinvestigacion.com/programa-psicoeducativo-en-ansiedad-y-depresion/>

Vallimurugan, V. (2020). Effect of Yogasana and Pranayama Practices on Selected Physical and Physiological Variables among Physical Education Students. *Bharathiar National Journal of Physical Education and Exercise Science*, 1(1).

Van der Walt, F., & De Klerk, J. J. (2015). The experience of spirituality in a multicultural and diverse work environment. *African and Asian Studies*, 14(4), 253-288. <https://doi.org/10.1163/15692108-12341346>

Vera-Mercado, E. J., Carrillo-Caicedo, G., Peña de Carrillo, C.I., Ariza-Arias, J. A., & Acosta-Escorcia, D. J. (2012). Cuantificación de cultura en el contexto de la sociedad de la información. *Entramado*, 8 (2), 232-25. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1900-38032012000200016

Villafañe, A., Espín, L., Salmerón, D., & Sánchez, M. P. (2022). Relationships between academic engagement and personality factors in nursing students. *Revista Fuentes*, 2(24), 137-148. <https://doi.org/10.12795/revistafuentes.2022.19025>

Walters, S. (2020). *Chapter 14. Personality*. Pressbooks. <https://psychology.pressbooks.tru.ca/part/chapter-14-personality/>

Wilber, K. (2001). *Eye to eye: The Quest for the New Paradigm*. Shambhala Publications.

Wolf, T. (2006). Culture, Leadership, and Organizations: The GLOBE Study of 62 Societies [review] / House, R. J., Hanges, P.J., & Javidan, M., Eds. Digital Commons @ Andrews University. <https://digitalcommons.andrews.edu/jacl/vol1/iss1/6/>

Woo, M. W. J., & Li, W. (2020). Nursing students' views and satisfaction of their clinical learning environment in Singapore. *Nursing Open*, 7(6), 1909–1919. <https://doi.org/10.1002/nop2.581>

World Health Organization. (1998). *Quality control methods for medicinal plant materials*. World Health Organization.

Worsley, J., Pennington, A., & Corcoran, R. (2020). What interventions improve college and university students' mental health and wellbeing? A review of review-level evidence. London: What Works Centre for Wellbeing. <https://livrepository.liverpool.ac.uk/3089948/1/Student-mental-health-full-review%202020.pdf>

Woźniak, B., & Tobiasz-Adamczyk, B. (2014). Quality of life and well-being. *Jagiellonian University, Krakow*. 1-22. [https://geq.socjologia.uj.edu.pl/documents/32447484/75036585/WP1.5.To biasz Adamczyk Wo%C5%BAniak quality of life.pdf](https://geq.socjologia.uj.edu.pl/documents/32447484/75036585/WP1.5.To%20biaz%20Adamczyk%20Wo%C5%BAniak%20quality%20of%20life.pdf)

Xerri, M., Radford, K., & Shacklock, K. H. (2018). Student engagement in academic activities: a social support perspective. *Higher Education (Amsterdam. Print)*, 75(4). <https://eric.ed.gov/?id=EJ1175669>

Yalom, I. D. (1980). *Existential Psychotherapy*. Basic Books.

Zeilani, R., Al-Qunneh, A. M. R., Arabiat, D., & Hamdan-Mansour, A. M. (2023). Gender as a moderator of spirituality and spiritual care in ICU nurses during COVID-19 pandemic. *Journal of Multidisciplinary Healthcare*, 16, 1271–1281. <https://doi.org/10.2147/jmdh.s396858>

Zhang, Y., Qu, B., Lun, S., Wang, D., Guo, Y., & Liu, J. (2012). Quality of life of medical students in China: A study using the WHOQOL-BREF. *PLoS ONE*, 7(11), 1-9. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0049714>