



TRABAJO DE FIN DE GRADO

Proyecto de Investigación

Alba Capote González

Director: José Manuel Aparicio Malo

Doble Grado en Educación Primaria e Infantil:
mención en Pedagogía Terapéutica e Inglés.

Curso 2022-2023

31.05.2023



**La importancia de trabajar la espiritualidad para
favorecer el desarrollo psicológico y la salud del
alumnado**

Área de Espiritualidad

Alba Capote González

Director: José Manuel Aparicio Malo

ÍNDICE

1.	RESUMEN/ ABSTRACT Y PALABRAS CLAVE/KEYWORDS.....	3
1.1.	Resumen	3
1.2	Palabras Clave	3
1.3	Abstract.....	3
1.4	Keywords.....	4
2	JUSTIFICACIÓN TEMA ELEGIDO	5
3	OBJETIVOS	8
4	MARCO TEÓRCIO	9
4.1	QUÉ ES LA ESPIRITUALIDAD.....	9
4.2	DIFERENCIA ENTRE ESPIRITUALIDAD Y RELIGIOSIDAD.....	12
4.3	MARCO LEGISLATIVO.....	13
4.4	BENEFICIOS EN LA FORMACIÓN DE LA PERSONALIDAD DEL ALUMNADO...	15
4.5	BENEFICIOS EN LA SALUD DEL ALUMNADO	19
5	MÉTODO.....	24
6	RESULTADOS	25
7	CONCLUSIONES.....	28
8	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	30

1. RESUMEN/ ABSTRACT Y PALABRAS CLAVE/KEYWORDS

1.1. Resumen

Este trabajo de fin de grado se basa en una revisión de investigaciones que recogen las evidencias de los diferentes beneficios que aporta trabajar la espiritualidad en la salud y el desarrollo de la personalidad de los seres humanos. A lo largo del documento se desarrollan las definiciones de espiritualidad, inteligencia espiritual, religiosidad, desarrollo de la personalidad, y salud (tanto mental como física). Así pues, también se recogen bases legales en las que se fundamentan las ideas que se irán desarrollando.

Dicha revisión se organiza en tres diferentes apartados. En el primer apartado se denomina marco teórico. En él se desarrollan todos los conceptos clave para entender el resto de partes, siendo las ideas clave la espiritualidad, la salud y el desarrollo de la personalidad del alumnado, las diversas relaciones que existen entre estos conceptos y las diversas opiniones basadas en investigaciones realizadas por autores expertos.

En el segundo apartado se explican los resultados obtenidos de la investigación, siendo esta teórica. A lo largo de este apartado se encuentran las principales ideas desarrolladas, resaltando entre ellas la importancia de trabajar la espiritualidad en las aulas, o los numerosos beneficios que supone para los adultos hacerlo desde edades tempranas.

Finalmente, se encuentran las conclusiones, en las cuáles, se analizan los puntos más fuertes del trabajo, como la diversidad de autores recogidos para el análisis; así como las debilidades, como puede ser el incumplimiento de algunos de los objetivos marcados.

1.2 Palabras Clave

Espiritualidad, desarrollo, salud, beneficios, personalidad.

1.3 Abstract

This Final Degree project is based on a review of research that collects evidence of the different benefits that working on spirituality brings to health and development of the personality of human beings. Throughout the document the definitions of spirituality, spiritual intelligence, religiosity, personality development, and health (both

mental and physical) are developed. Thus, legal bases are also collected on which the ideas that will be developed are based.

This review is organized into three different sections. The first section is called the theoretical framework. On it, all the key concepts are developed to understand the rest of the parts, the key ideas are: spirituality, health and the development of the personality of the students, the various relationships that exist between these concepts and the various opinions based on research carried out by expert authors.

In the second section the results obtained from the investigation are explained, taking into account that it is theoretical. Throughout this section you will find the main ideas developed, highlighting among them the importance of working on spirituality in the classroom, or the numerous benefits that doing so from an early age implies for adults.

Finally, there are some conclusions, in which the strongest points of the work are analyzed, such as the diversity of authors collected for the analysis; as well as weaknesses, such as failure to meet some of the objectives set.

1.4 Keywords

Spirituality, development, health, benefits, personality.

2 JUSTIFICACIÓN TEMA ELEGIDO

A lo largo de las etapas educativas que he ido cursando, especialmente cuando iba acercándome a la etapa adulta, he sido bombardeada a contenidos y contenidos que tienen unos objetivos curriculares y académicos muy concretos relacionados con terminologías específicas. Durante una media de seis horas al día, mi contexto escolar se resumía principalmente en abundante información que entender y memorizar. No obstante, el día tiene veinticuatro horas, mis entornos van más allá del instituto y a veces tienen lugar situaciones complejas de manejar a nivel emocional, social o religioso.

En la adolescencia empecé a ser consciente de que, desde la educación formal, no se me había dado herramientas que me permitiesen entender por qué en la naturaleza puedo sentirme en paz o por qué me hacía más ilusión comprarme con mi dinero ahorrado un libro que quería frente a que me lo regalasen mis padres, si era el mismo libro. Esto se debe a que dotamos de un significado a lo material que va más allá de lo que lo empírico puede responder.

Sin embargo, no fue hasta que entré en la Universidad Pontificia Comillas que descubrí por qué es importante cultivar esta área de cada persona; ya que empecé a tener prácticas en centros educativos. Gracias a dichas prácticas descubrí que la sociedad actual es inmediata y eso afecta enormemente a los estudiantes de las aulas. Estos niños están acostumbrados a tener lo que quieren al instante, recibiendo constantemente estímulos, de forma que no tienen tiempo de reflexión. Considero que se conocen menos a ellos mismos e interactúan poco con la sociedad, no entienden que una simple cuerda puede ser un objeto de entretenimiento durante horas y horas.

No todos sentimos lo mismo ante semejantes situaciones porque nuestra espiritualidad es distinta, aunque tengamos todos algo en común. Ahora que me he formado en el desarrollo del alumnado, así como me siento competente para producir metodologías que lo favorezcan, creo que debo ir más allá y descubrir cuál es la relevancia de trascender para los alumnos desde pequeños. Este concepto se denomina espiritualidad.

Por otro lado, he querido relacionar la espiritualidad con el desarrollo de la personalidad del alumnado porque trabajándola desde pequeños, lo único que haces

es crear la base de los esquemas que ellos irán ampliando en el futuro. Como ya he mencionado anteriormente, conocerse a uno mismo es una necesidad y no es algo estático, se trabaja desde los inicios de nuestra vida hasta el final. Cuando trasciendes surgen dudas existenciales que generan interacciones contigo mismo y con los demás y esas preguntas van evolucionando según crecemos y nos desarrollamos, ya que aparecen nuevas inquietudes. La única persona que va a pasar toda la vida contigo eres tú mismo, por lo que debemos cuidarnos en todos los ámbitos posibles.

La reflexión anterior me hizo comprender además que la espiritualidad influye en la salud mental y física de las personas. Estos ámbitos son esenciales para alcanzar un estado de bienestar que favorezcan entornos de aprendizaje positivos dentro de las aulas. Sin embargo, como ya he dicho, el aprendizaje académico no lo es todo, por lo que los beneficios que la espiritualidad aporta son parte de la cotidianidad que viven los estudiantes en su día a día.

Así pues, partiendo de varias hipótesis he ido trabajando todos los conceptos mencionados anteriormente mediante unos objetivos marcados previamente a la revisión bibliográfica. Las hipótesis que han surgido son: existe una relación positiva entre el trabajo de la espiritualidad y la salud y la espiritualidad y el desarrollo de la personalidad del alumnado, trabajar la espiritualidad desde las primeras etapas educativas mejora las relaciones sociales, y la sociedad actual influye negativamente en la capacidad de trascender.

Debido a lo anterior, han surgido numerosos objetos de estudio relacionados con mi trabajo de investigación tales como la relación con las inteligencias múltiples de Gardner o el beneficio que supone en la autoestima del alumnado según Piedmont. Sin embargo, no son mi objeto de estudio por lo que no serán desarrollados en el marco teórico.

Por otro lado, la decisión de trabajar con el modelo de revisión bibliográfica se basa principalmente en la poca muestra que podría haber obtenido para llevar a cabo una investigación con esta temática. Esto se debe a que pocos centros educativos están dispuestos a formar parte de una investigación cuya línea temática está poco arraigada en los colegios debido a la controversia que se genera.

En resumen, en este TFG se desarrolla la importancia que tiene el cuidado espiritual en la salud y la formación de la personalidad del estudiantado, siendo el objetivo

principal la formación de alumnado competente, no solo en ámbitos académicos, sino también en sus contextos sociales, culturales, religiosos, etc.

3 OBJETIVOS

Nivel descriptivo:

- Analizar las herramientas y respuestas para trascender elaboradas por expertos.
- Describir los conceptos de salud, desarrollo de la personalidad, espiritualidad y religiosidad según expertos en la materia.

Nivel explicativo:

- Establecer una relación entre espiritualidad y salud; y espiritualidad y desarrollo de la personalidad del alumnado.
- Concienciar a la comunidad educativa de la necesidad de una competencia espiritual.

4 MARCO TEÓRCIO

4.1 QUÉ ES LA ESPIRITUALIDAD

Cuando las personas piensan en qué asignaturas han cursado durante su período escolar las primeras respuestas suelen ser lengua castellana y literatura, matemáticas, biología o historia, entre otras muchas. Sin embargo, no se encuentran en sus cabezas asignaturas como “autoconocimiento”, “gestión de emociones”, “convivencia entre culturas” o muchos otros ámbitos que están presentes en el día a día y que no se han ido construyendo desde sus inicios en la escuela. Salvador (2018) opina que, ante una educación tradicional, se debe tener en cuenta la presencia de otra esfera "oculta" que está presente en la vida humana a diario, pero que no se centra en el contenido. Así pues, destaca como partes importantes de la propia naturaleza humana las emociones, los afectos, los sentimientos y los sueños; los cuáles, han sido desplazados a un segundo plano por el sistema educativo convencional. Además de lo anterior, este autor cree que los elementos más importantes son la formación en valores, la espiritualidad y la ideología afirmando que:

«Estos tres elementos, cada uno propio de su ámbito (ético- axiológico, religioso-espiritual y político-social) han sido parte constitutiva de la naturaleza humana desde sus orígenes, pero, debido a la formación racional de carácter empírico analítico que ha caracterizado la educación en occidente, han sido olvidadas o relegadas. Su aprendizaje ha sido propuesto de una forma superficial, teórica y, en el mejor de los casos, propuesta como actividad “extracurricular” u optativa en la formación de los alumnos» (Salvador, 2018).

Todo lo que Pelayo defiende no son conceptos abstractos o aislados, ya que se le puede dar un nombre concreto. Arias y Lemos (2015) coinciden con Pelayo (2018) en que uno de los problemas reside en el modelo educativo occidental, el cual, es inapropiado. Así pues, estos autores indican que la acción de pensar tradicionalmente está mal planteada y no se debe reducir únicamente al cociente intelectual de cada persona, sino que va más allá, ya que durante dicho proceso se deben tener en cuenta las emociones que la persona experimenta, además de su espíritu, todo fusionado en un sujeto. Estos autores aseguran entonces que las personas piensan gracias al trabajo de las redes nerviosas que interactúan con nuestro organismo y que estas forman parte de nuestra inteligencia. «Esta mirada amplia al fenómeno de la

inteligencia habilita un espacio importante para considerar su relación con un ámbito esencial del ser humano: la espiritualidad» (Arias y Lemos, 2015).

Sin embargo, los autores anteriores no son los pioneros en encontrar una definición de espiritualidad. San Agustín de Hipona ya explicó en su tesis sobre cuerpo y alma que ambos conceptos son complementarios, definiendo estos como co-principios de la persona. Así pues, Arias y Lemos (2015) señaló la conclusión de San Agustín de Hipona diciendo que «el hombre debe ser entendido como una unidad sustancial compleja, cuyas partes (*corpus et anima, corpus et spiritus, anima et spiritus*) se suponen mutuamente».

Siguiendo esta línea de investigación, estos autores afirman que Adler coincide con ellos en su libro “El sentido de la vida”, ya que describe la unidad entre cuerpo y alma como elemento esencial en el desarrollo de la psicología de la persona. Este autor defiende que los procesos anímicos de las personas son esenciales en el desarrollo vital de cada individuo, ya que «el alma, como parte integrante del proceso vital (por muchas que sean las cosas que englobemos en él), debe acusar forzosamente el mismo carácter fundamental que su matriz, la célula viva, de la cual proviene» (Adler, 2000).

Por otro lado, dejando de lado la parte más física, Arias y Lemos (2015) hablan sobre la opinión que Frankl tiene sobre el ser humano como unidad de cuerpo y alma, hablando de la existencia espiritual. Así pues, Frankl (2011) afirma que la persona espiritual es una totalidad fundada de forma corporal, anímica y espiritual que constituye el hombre completo. Es más, al hablar de espiritualidad, Frankl (2011) no separa esta dimensión de lo biológico y carnal, al contrario, enfatiza la necesidad de la co-existencia de ambas para que el ser humano trascienda su dimensión física para así mejorar su calidad de vida.

Al hablar de espiritualidad, no se debe olvidar a los autores que acuñaron el término Inteligencia Espiritual en 2001: Danah Zohar e Ian Marshall. Frankl (2011) coincide con estos autores, ya que para ellos «ser ‘espiritual’ es estar en contacto con la totalidad; literalmente, es tener un sentido de la propia integridad» (Zohar y Marshall, 2001). Por lo tanto, se puede deducir que la persona tiene una dimensión espiritual que favorece al desarrollo integral de esta. Esta afirmación se basa en los

movimientos de las ondas electromagnéticas del cerebro, las cuáles, Zohar y Marshall estudiaron y Arias y Lemos (2015) incluyen en su artículo:

«Cuando las personas efectúan prácticas espirituales, las ondas electromagnéticas en sus cerebros presentan oscilaciones de hasta cuarenta megahercios a través de las neuronas, frecuencia correspondiente al funcionamiento de la tercera organización neural. Estas oscilaciones recorren todo el cerebro, unificando los procesos cerebrales, pero presentan una oscilación mayor y estable en el lóbulo temporal».

Así pues, Zohar y Marshall (2001) concluyen que estas oscilaciones, no solo son un catalizador para el desarrollo de la persona, sino que además es el centro activo que dota de significado a lo físico. Gracias a este proceso, se confirma que la espiritualidad implica ser consciente de la totalidad del ser humano. Además, estos autores también definen el concepto de inteligencia espiritual como:

«Inteligencia con la que afrontamos y resolvemos problemas de significado y valores, la inteligencia con la que podemos poner nuestros actos y nuestras vidas en un contexto más amplio, más rico y significativo, la inteligencia con la que podemos determinar que un curso de acción o un camino vital es más valioso que otro» (Zohar y Marshall, 2001, p. 19).

Como último autor a destacar que intenta completar la definición de inteligencia espiritualidad, se debe hablar de Emmons (2000b), el cual, propuso en su escrito "Spirituality and Intelligence: Problems and Prospects" cinco capacidades comunes a casi todas las sociedades. Así las describe como dimensiones a estudiar:

- capacidad de trascendencia
- capacidad de experimentar estados elevados de conciencia
- capacidad de significar la cotidiano con un sentido de lo sagrado
- capacidad de utilizar recursos espirituales para resolver problemas
- capacidad de mantener un comportamiento virtuoso (mostrar perdón, expresar gratitud, ser humilde, mostrar compasión, etc.)

Ahora bien, teniendo en cuenta que cada autor aborda su definición de espiritualidad desde los aspectos más racionales, vivenciales, conductuales o afectivos de la

persona; Arias y Lemos (2015) lo unifica todo concretando que la inteligencia espiritual recoge tres características:

- conocimiento espiritual, el cual, hace referencia a los procesos mentales básicos que crean un concepto trascendente de la existencia.
- vivencia espiritual, en la que se engloba experiencia afectiva provocada por la comprensión espiritual.
- contingencia, que implica que el comportamiento es consecuente con el marco axiológico creado a través de la conciencia espiritual.

A pesar de la diversidad de definiciones y conceptos nombrados anteriormente, todos los autores coinciden en que la espiritualidad engloba la totalidad de la persona. Por ello, es esencial que este ámbito espiritual se desarrolle desde los inicios del período escolar de los alumnos.

4.2 DIFERENCIA ENTRE ESPIRITUALIDAD Y RELIGIOSIDAD

Desde los primeros momentos de estudio, la religiosidad y la espiritualidad se englobaban en la misma categoría para los investigadores. Sin embargo, ambos términos tienen definiciones distintas e implican conceptos diferentes, a pesar de su relación. Con el objetivo de marcar algunos límites a la definición de espiritualidad, esta se considera por varios autores como «una motivación innata que orienta y guía el comportamiento humano en el esfuerzo de construir un sentido más amplio de significado personal en un contexto escatológico» (Simkin, y Etchevers, 2014); es decir, entendemos al individuo como un conjunto. Por otro lado, la religiosidad «remite a un conjunto específico de sistemas de creencias, prácticas y valores centrados alrededor de marcos institucionales explícitamente pautados e inmersos en determinadas tradiciones o culturas» (Simkin, y Etchevers, 2014).

Tras marcar los límites mencionados anteriormente, algunos autores como Zinnbauer y Pargament comprendieron que ambos conceptos no son contrarios, sino que se complementan, generando la posibilidad de que una persona se conciba como espiritual y religiosa o simplemente espiritual. Por lo tanto, a pesar de la estrecha relación que poseen ambos términos, estos no se deben englobar dentro de una misma categoría. Lo anterior se debe a que existe un consenso general en el cuál:

«a la espiritualidad como una realidad “incorpórea” orientada a la trascendencia, y referida a la experiencia religiosa personal, y religiosidad (o religión) como una entidad social que posee una teología, un conjunto de tradiciones y rituales definibles y normadas» (Shafranske y Sperry, 2005 como se citó en Sieverson et al., 2016).

4.3 MARCO LEGISLATIVO

Teniendo ambas definiciones en mente, se puede entonces afirmar que existe una preocupación por mejorar las bases legales de la educación en España con el objetivo de conseguir que la espiritualidad adquiriera la relevancia que, como ya se ha mencionado, debería tener. Un ejemplo observable de dicha mejoría se ha realizado en la legislación actual, la LOMLOE, la cual, como indica Pelayo (2022) «aborda la presencia de la diversidad religiosa en el ámbito educativo desde una fórmula más eficiente para el ejercicio de la libertad ideológica y religiosa, un derecho fundamental, y para su posición dentro del sistema constitucional».

En base a lo anterior, Pelayo (2022) pretende establecer como parte central del programa el aprendizaje sobre los derechos humanos y los principios constitucionales democráticos en las etapas de Educación Infantil y Educación Primaria; abordándose de forma complementaria desde una perspectiva religiosa centrada en los aspectos antropológicos, sociales, históricos, psicosociales...

Así pues, ante la ausencia actualmente de una competencia espiritual, una opción a trabajar la espiritualidad en las aulas es mediante la ERE (Enseñanza Religiosa Escolar), ya que la Constitución Española recoge:

«el derecho de los padres a elegir la formación moral o religiosa que, conforme a sus creencias, consideran la más adecuada para sus hijos -artículo 27.3 CE-, hasta el ejercicio mismo del derecho de libertad ideológica, religiosa y de culto - art. 16 CE-, en concreto de parte esencial de su contenido: la formación religiosa» (C.E., 1978 como se citó en Pelayo, 2022).

A pesar de ser una buena opción, mediante esta alternativa será imposible abarcar al total del alumnado de un centro educativo, ya que el trabajo dicho concepto se limitaría al conjunto de familias y alumnado que quiera acogerse a esa decisión, dejando la condición transversal.

Es más, Pelayo (2022) coincide en que la ley debe dotar a la asignatura de Religión una perspectiva identitaria que vaya más allá del respeto por los demás y que se relacione con la educación formal y no formal, consiguiendo que el alumnado adquiriera las competencias, habilidades y destrezas necesarias para:

«Conocer, comprender y respetar las diferentes culturas y las diferencias entre las personas, la igualdad de derechos y oportunidades de hombres y mujeres y la no discriminación de personas por motivos de etnia, orientación o identidad sexual, religión o creencias, discapacidad u otras condiciones». (LOMLOE, 2020).

En definitiva, lo que el marco legislativo sostiene con la ERE es aplicar el derecho a la libertad de expresión y libertad religiosa desde la convivencia con los demás. «No sólo se trata de plasmar una materia en el diseño curricular, sino de construir entornos educativos que permitan desarrollarla» (Pelayo, 2022). Para conseguirlo, los docentes y personas que forman parte de la comunidad educativa juegan un papel esencial, bien sea mediante el desarrollo de estrategias educativas que generen un contexto real o con la comunicación familia-escuela para trabajar conjuntamente por un objetivo común: los niños.

De hecho, esta preocupación sobre la educación espiritual no solo afecta a los estudiosos del área educativa, sino que además se transmite a los propios alumnos que, al crecer, son más conscientes de estos aprendizajes desde la educación no formal. De esta forma, la formación SM elaboró un estudio en 2021 en el que los jóvenes españoles hablaban de la influencia que tienen las creencias en su vida cotidiana desde 1994 hasta 2020. Así pues, se llegó de que, desde 1994 hasta el 2020 había aumentado la influencia de las creencias de los jóvenes, estando más preocupados por cultivar su dimensión espiritual, en ámbitos como la elección de lecturas, sus proyectos vitales o sus decisiones políticas, entre otras. Lo esencial es que en este estudio llamado “Ser jóvenes en tiempos de pandemia” (2021) se refleja lo que un año más tarde Pelayo (2022) indicaría, que los jóvenes españoles «identifican los centros educativos como el lugar principal donde se dicen las cosas importantes».

4.4 BENEFICIOS EN LA FORMACIÓN DE LA PERSONALIDAD DEL ALUMNADO

Teniendo en cuenta que el alumnado comienza a forjar su personalidad incluso antes de comenzar el período escolar, desde los centros educativos se debe fomentar el desarrollo de dicha personalidad. Zaporozhets (1980) destaca que la personalidad del alumnado está muy influenciada durante la etapa infantil por la educación que reciben, haciendo especial hincapié en el aprendizaje escolar y las interacciones sociales del mismo. En consecuencia, se han realizado diversos estudios en los que se trata de definir un modelo de personalidad que sea lo más universal posible. Así pues, Simkin y Etchevers (2014) recogen en un único documento la evolución de las definiciones de rasgos de la personalidad.

En un primer momento, Allport definió la personalidad como una organización dinámica, dentro del individuo, desde los sistemas psicofísicos que determinan sus ajustes únicos al ambiente (Allport 1937, como se citó en Simkin y Etchevers, 2014). Más adelante, Kassin (2003) define los rasgos como “patrones relativamente estables en el comportamiento, los pensamientos y las emociones de las personas”.

Teniendo en cuenta lo anterior y tras varias investigaciones, se ha elaborado lo que se conoce como Modelo de los Cinco Factores, propuesto por Allport y Odbert en 1936. Este modelo pretende recoger los diversos atributos para diferenciar cinco dimensiones principales:

- Apertura a la experiencia, que se relaciona con la presencia de imaginación activa, sensibilidad estética, capacidad de introspección o curiosidad intelectual.
- La Responsabilidad, en la que se destaca la capacidad de dominar la impulsividad y el desarrollo de proyectos en su totalidad: planificación, organización, planes de actuación, etc.
- La Extraversión, en la que se reúnen los rasgos relacionados con la socialización del individuo con los demás.
- La Amabilidad, en la que encontramos rasgos relacionados con los lazos psicosociales, la caridad o la predisposición al cuidado de las personas.
- El Neuroticismo, que se define como un conjunto de emociones y sentimientos que nos hacen inestables o al continuo pensamiento negativo que nos lleva a experimentar emociones como el miedo, la ira o la tristeza, entre otros.

Tras esta estructura, varios autores han tratado de establecer una relación entre espiritualidad y los cinco factores del desarrollo de la personalidad. No obstante, ha sido imposible encontrar un único factor al que asociarla, por lo que Piedmont (1999) sugiere la espiritualidad como el sexto factor de la personalidad (como se citó en Simkin y Etchevers, 2014). Este aspecto genera en los docentes la necesidad de desarrollar este último factor como un aspecto complementario a los otros cinco, siendo este imprescindible para el desarrollo integral del alumno, especialmente en las primeras etapas educativas.

Ahora bien, Simkin y Etchevers (2014) coinciden con Piedmont (2004) en que estos conceptos deben estudiarse poniendo como base los Cinco Factores de la Personalidad, ya que este modelo

«considera la espiritualidad como un sexto factor de la personalidad y permite conocer el desarrollo y la expresión de estos constructos a lo largo del ciclo vital, su importancia adaptativa, y el modo en que «encajan» en el sistema psíquico más amplio que llamamos «la persona»» (Simkin y Etchevers, 2014).

Relacionado con lo anterior, podemos destacar diversas investigaciones realizadas en base al modelo de los cinco factores y que han sido recogidas por Simkin y Etchevers (2014). Gracias a dichos estudios, se confirma que existe una relación entre la espiritualidad y la amabilidad o la apertura a los demás. Así pues, estas investigaciones confirman la idea de que la espiritualidad y la religiosidad ayudan a desarrollar la compasión hacia los demás, aunque ambos términos no lo favorezcan de la misma forma, ya que, como se ha mencionado en apartados anteriores, estos conceptos son complementarios, no iguales.

Así pues, el alumnado, inconscientemente, utiliza el centro educativo como herramienta para el desarrollo completo e integral de su personalidad, por lo que los colegios tienen como obligación responder a tales necesidades. Esta afirmación la corrobora Carlos (2015) cuando nos indica que él asume la espiritualidad como algo innato de la persona que es observable desde los tiempos prehistóricos y que nos acompaña desde nuestro nacimiento hasta la muerte.

Otra de las funciones que tiene la espiritualidad es la búsqueda de respuestas sobre la enfermedad, la vida o la muerte, como indican (Brady, Peterman, Fitchett et al., 1999). Esta teoría a su vez se ve reforzada por Gardner (1999) cuando indica que

«La inteligencia existencial o trascendental, en el aspecto más cognitivo de lo espiritual es la capacidad de situarse respecto al cosmos y la relación con este mismo, situarse en relación con el mundo y el contexto, así como las verdades ineludibles del ser, la muerte y, ciertas experiencias de amor profundo por la vida» (como se citó en Barragán et al., 2018).

Añade además Carlos (2015) que la espiritualidad «es la cualidad que nos hace aprender diariamente y responder con escenarios y alternativas diversas a nuestra circunstancia». Por ello, el personal docente debe mantenerse en constante actualización y búsqueda de metodologías que permitan generar un aprendizaje significativo e individualizado.

Navas y Villegas (2006) amplían la definición anterior añadiendo que la espiritualidad es la forma en la que una persona aporta significado a su día a día, intentando alcanzar un estado de paz y armonía. Cuando el alumnado está contento y en paz, es cuando se produce el aprendizaje. Por ello, la definición propuesta anteriormente por Carlos (2015) y Navas y Villegas (2006) debe ser trabajada diariamente en las aulas de forma práctica y transversal, favoreciendo un entorno que haga del alumnado personas capaces de trascender. De hecho, según Nava (2007) dicha capacidad ayuda al alumnado a construir actitudes sanas con los demás y con ellos mismos, cualidades que se deben trabajar dinámicamente y siempre buscando el sentido propio de cada individuo (como se citó en Barragán et al., 2018).

Las escuelas, frente a semejante axioma, deben mostrarse receptivas a trabajar la inteligencia espiritual. Vaughman (2002) coincide con Carlos (2015) e indica que la IES en las escuelas ayuda al alumnado a unir mente, cuerpo, espíritu y su vida interior conectando esta con el mundo exterior. De esta forma, Barragán et al. (2018) coinciden en que dicha inteligencia «permite una conexión de sentido en lo que pasa a nuestro alrededor y en lo que vivimos, con lo que pensamos y actuamos, para así definir una serie de valores y criterios para la vida».

A todo lo anterior, se le puede añadir la necesidad de trascender en un mundo en el que la sociedad está más preocupada de uno mismo frente a las necesidades comunes. Francisco de Roux tiene una opinión muy clara sobre este tema, ya que cree que las crisis espirituales vienen dadas por la falta de trascendencia, que nos lleva como personas a no valorar la vida y al prójimo. Esto ocurre principalmente, este

autor, porque «nos hemos dejado influenciar por el consumismo, lo material, lo fácil, lo inútil, y así hemos perdido de vista la dignidad humana» (Barragán et al., 2018).

Como aspecto complementario, esta idea está estrechamente relacionada con la definición que Simkin y Etchevers (2014) hacen de Trascendencia Espiritual, la cual se basa en «un constructo motivacional que refleja el esfuerzo del individuo por crear un sentido personal más amplio para su vida». Además, estos mismos autores afirman que aquellas personas capaces de trascender están más capacitadas para encauzar sus vidas, siguiendo un mismo rumbo, y se sienten más conectadas a la naturaleza e individuos de una sociedad.

En relación con la Trascendencia Espiritual, Emmons y Torralba hablan sobre la información espiritual, la cual, es necesaria para trascender. Estos autores coinciden en que el uso inteligente de dicha información «puede contribuir a resultados positivos en el bienestar emocional, la función social y la calidad de vida en general» (Arias y Lemos, 2015). Todo lo anterior se puede complementar con lo que nos dice Nava (2007) cuando habla de algunas virtudes que adquiere una persona cuando trasciende en su día a día, ya que se vuelven más creativos, abiertos, pacientes y comprensivos, entre otras cualidades (como se citó en Barragán et al., 2018).

Otro de los beneficios que tiene el desarrollo de la inteligencia espiritual y que está estrechamente relacionado con la religiosidad es el correcto cumplimiento de los objetivos de la Educación Religiosa Escolar, ya que «de nada sirve saber de religión, cuando nuestro interior no asume una espiritualidad profunda» (Barragán et al., 2018). De hecho, Mykto y Knight (1999) citados en Navas y Villegas (2006) apoyan esta teoría, ya que creen que ambos términos pueden coexistir y complementarse, siempre teniendo cuidado en su explicación y definición para evitar equivocaciones.

Así pues, no se puede concebir el desarrollo íntegro de la persona sin espiritualidad, ya que, como indica Maslow con la teoría de la motivación humana, en su pirámide la autorrealización implica la plenitud del ser humano en lo que a su desarrollo se refiere, por lo que siempre será la cúspide que cualquier persona aspira a alcanzar. Para responder dicha necesidad, los docentes deben tener como objetivo conseguir la autorrealización de su alumnado; ya que, como indica Carlos (2015) «el desarrollo humano está íntimamente unido con el significado de nuestra vida, nuestra vocación personal, nuestro objetivo».

4.5 BENEFICIOS EN LA SALUD DEL ALUMNADO

Todo lo expuesto en los apartados anteriores es solo una pequeña parte de los muchos beneficios que tiene trabajar la espiritualidad en las aulas. Como Torralba (2012) expone en su libro “Inteligencia espiritual en los niños”, la etapa adulta de cada individuo se ve muy condicionada por la infancia de las personas. Esto se debe a que todo lo experimentado en las etapas anteriores, ya fuese positivo o negativo, deja huella en la vida de cada persona, impactando en su plano consciente e inconsciente, lo que implica una serie de consecuencias en su bienestar o malestar.

Para poder hablar de los beneficios que tiene trascender en los alumnos se debe recordar qué es la salud. Así pues, la OMS (1946) define la salud como «un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades». De hecho, Aristóteles confirmó que «el todo es más que la suma de sus partes» (como se citó en Nolan et al., 2011). Además de la definición anterior, en ese mismo momento se declara la salud como un derecho fundamental de todas las personas, independientemente de su condición social, económica o raza, entre otros factores.

Continuando con las definiciones de la OMS (1992), la salud mental se define como «un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad». Se muestran entonces de acuerdo Buitrago (2022) con los estudios de Simkin y Etchevers (2014) donde ambos indican que la salud mental no se puede considerar únicamente la no presencia de patologías; sino que tiene una estrecha relación con el sentimiento de bienestar. Así pues:

«cobra especial relevancia el análisis de la inclusión de otras prácticas que integren las dimensiones diferentes a la intelectual y/o académica, tendientes a que el individuo sea consciente de sus propias capacidades y pueda afrontar tensiones de la vida, tener un proyecto y contribuir en la sociedad». (Buitrago, 2020).

Una de las mejores herramientas que existen actualmente para evaluar la salud mental de las personas está basada en el modelo de los Cinco Factores, explicado en el apartado anterior, y que se conoce como ASPIRES (Escala de Evaluación de Sentimientos Espirituales y Religiosos). A pesar de que en un primer momento se

elaborara con la finalidad de evaluar a personas religiosas y espirituales, ha evolucionado y actualmente evalúa a cualquier persona independientemente de su contexto. El objetivo de esta herramienta es identificar el bienestar subjetivo y psicológico de las personas mediante medidores como la Autoestima, la Escala de Esperanza o la Escala de Satisfacción con la vida, entre otros (Simkin y Etchevers, 2014).

Incluso teniendo en cuenta las indicaciones de la OMS y el énfasis que producen diversos autores sobre la espiritualidad, aún existe mucha controversia en la necesidad de atender espiritualmente a las personas. Tal es la situación que un estudio realizado por Nolan et al. (2011) indica que el personal sanitario no se siente capaz de responder a esas necesidades espirituales de forma satisfactoria, incluso sabiendo que puede beneficiar de forma directa al paciente, dejando una huella en su trayectoria vital que, como ya hemos mencionado anteriormente, puede marcarles. Así pues, hay una contradicción que Nolan et al. (2018) describen como: «The aspiration embodied by the WHO's definition is contradicted by the evidence since healthcare professionals report difficulty in addressing their patients' spiritual issues».

Por otro lado, la capacidad cognitiva del alumnado, es esencial para poder relacionar la salud infantil con la espiritualidad. Así pues, Pargament, tras el estudio de diversas publicaciones, llegó a la conclusión de que, para alcanzar una salud integral, se debe desarrollar la dimensión espiritual del alumnado, ya que existe relación entre «la eficacia de los recursos espirituales y religiosos para desarrollar conductas adaptativas y un afrontamiento saludable» (Pargament, como se citó en Arias y Lemos, 2015).

Sin embargo, en algunas ocasiones es imposible gozar de una salud integral, ya que hay factores biológicos incontrolables. En ese caso, es aún más importante trabajar la espiritualidad para conseguir el bienestar más completo posible, según la circunstancia del niño. De hecho, Garaanito y Cury (2016) completan el estudio de Pargament, ya que ellos creen que los niños están dotados de una gran capacidad para progresar en la espiritualidad y religión, aunque no los diferencien, promoviendo un afrontamiento estratégico positivo de la enfermedad.

En relación con lo anterior, Koenig et al. (2001) indican que, a pesar de los intentos por separar espiritualidad y salud por parte de la Medicina Occidental, en los últimos

años se ha demostrado gracias a diferentes investigaciones que la religión y la espiritualidad están estrechamente relacionadas con una salud plena (como se citó en Navas y Villegas, 2006). Tal es la importancia que se le ha dado que Benson realizó un estudio en el que se analizaban las ondas cerebrales de personas que estaban meditando con un escáner MRI, ya que las variantes físicas que se observan son fácilmente identificables. A nivel neurológico, fueron diversas y positivas las conclusiones a las que llegó dicho investigador:

«En la medida que se va profundizando la relajación, comienza una intensa actividad en los lóbulos temporal y parietal, que son los encargados de controlar la orientación espacial y establecer distinciones entre el sí mismo y el mundo. Se produce una quietud que envuelve todo el cerebro. Al mismo tiempo, los lóbulos frontal y temporal se liberan y la conexión mente cuerpo, se disuelve. El sistema límbico, responsable de nuestras emociones, también se activa. Todo esto da como resultado que el cuerpo se va relajando y la actividad fisiológica se hace más controlada» (Benson, 2000, como se citó en Navas y Villegas, 2006).

Teniendo en cuenta este estudio, Navas y Villegas (2006) llegan a la conclusión de que trascender no solo ayuda al alumnado a ser más conscientes de ellos mismos y del mundo que les rodea, genera mayor sensación de bienestar y favorece físicamente su salud; sino que además se entiende cómo la espiritualidad:

«puede convertirse en una poderosa fuente de fortaleza, ya que capacita al individuo a hacer cambios positivos en su estilo de vida y a tomar conciencia de cómo las creencias, actitudes y comportamientos pueden afectar positiva o negativamente su salud».

Unos años más tarde, Buitrago et al. (2022) coinciden con Lazar et al. (2000) y con Navas y Villegas (2006) en el ámbito de salud mental. Por una parte, Buitrago et al. (2022) afirma que meditar previene futuros problemas de salud mental y corporal, además de su demostrado uso eficaz en tratamientos de enfermedades mentales. Esto se debe a que las alteraciones neuropsicológicas se mantienen durante un tiempo, disminuyendo posibles síntomas de ansiedad y depresión y mejorando la circulación y la presión arterial. Estas conclusiones se encuentran en estrecha

relación con lo que Burgos (2020) denomina «la experiencia subjetiva de bienestar que activa procesos inmunológicos y de armonización funcional».

Se puede destacar debido a las conclusiones observadas en los estudios que el uso de la meditación en las aulas genera en el alumnado un cuidado del ámbito espiritual que favorece no solo su salud mental y física, sino también que supone como resultado una mejoría en el aprendizaje. Así pues, Martínez (2020) recoge diversos estudios en los que destaca algunas conclusiones. Una de ellas es que, gracias a la meditación, se activa en el estudiantado la capacidad de concentración, se identifican mejor las emociones propias y de los compañeros, mejora el autoconcepto y la autoestima, y aumenta la sensación de seguridad en cada persona.

Todo este proceso no solo mejora en cada individuo, sino que repercute positivamente en el clima de aula, generando unas relaciones sociales de calidad. Gracias a la meditación entonces, se confirma que existe una mejora de la calidad del aprendizaje, así como de la sensación de bienestar del alumnado, que es una aportación significativa para mantener la salud integral de los niños.

Se podría entonces definir la espiritualidad en la salud como «una fuente de fortaleza que promueve la calidad de vida» (Navas y Villegas, 2006). De hecho, Wink y Dillon (2003) se adelantaron ante dicha afirmación y corroboraron su efectividad a largo plazo, ya que elaboraron un estudio en adultos tardíos donde demostraron que trascender desde las primeras etapas de la infancia ayuda al progreso personal y motiva a las personas a auto superarse, desarrollando su área más creativa.

Siguiendo la línea de investigación anterior, King et al. (2013) elaboraron un estudio donde analizan los beneficios de llevar a cabo prácticas espirituales y religiosas que, a pesar de ser diferentes, están estrechamente relacionadas. En dicho estudio llegaron a la conclusión de que las personas que no trascendían o se consideraban religiosas, tenían notas en el colegio más bajas y les costaba más socializar. De hecho, las personas que pertenecen a una comunidad religiosa según dicho estudio son menos propensas al consumo de drogas y/o alcohol. Todos estos aspectos que pueden parecer lejanos en la vida del alumnado; sin embargo, estos constructos se van construyendo desde las primeras etapas de su vida, especialmente en las aulas.

En definitiva, para favorecer el desarrollo integral del alumnado desde las aulas, los docentes deben aplicar metodologías y estrategias que favorezcan la espiritualidad;

ya que «La Religiosidad y la Espiritualidad, como estrategias de afrontamiento parecen estar asociadas a una mejor salud mental y a una rápida adaptación al estrés, particularmente, al estrés prolongado» (Navas y Villegas, 2006).

5 MÉTODO

La búsqueda de información de este TFG se ha basado en una revisión bibliográfica íntegra de los diversos estudios que han relacionado la salud y el desarrollo de la personalidad junto con la espiritualidad desde principios del siglo XX hasta la actualidad, indagando brevemente en autores anteriores.

Los bancos de datos informáticos consultados para adquirir dicha información han sido: Google scholar, dialnet y el repositorio de comillas. Además de los anteriores, se ha adquirido el libro de «Inteligencia Espiritual en los niños». Finalmente, se han consultado revistas educativas de esta universidad y de otras universidades, así como apuntes de la asignatura de «El mensaje cristiano», impartida por José Manuel Aparicio Malo en la Universidad Pontificia Comillas.

Por otro lado, el sistema de citación que he utilizado a lo largo de la revisión se basa en la normativa APA (American Psychological Association), concretamente en la séptima edición. Esto se debe a que, además de ser la más actual, es la más común en el ámbito de Ciencias Humanas y Sociales y facilitan que la información expuesta sea clara para cualquier lector, así como la búsqueda de dicha información será más sencilla de encontrar.

En lo que a la organización de la información se refiere, he decidido basarme en una literatura más centrada en el ámbito espiritual, ya que la ERE es una asignatura optativa dentro de los centros educativos y no se alcanzaría a todo el alumnado posible. En base a esa idea, comencé mi método de búsqueda leyendo diversos artículos sobre espiritualidad para encontrar una definición lo más ajustada posible a mi modelo de investigación. A su vez, hice lo mismo con la salud y el desarrollo de la personalidad, hasta encontrar algunos artículos clave de investigación en los que llegaban a conclusiones marcadas tras la realización de estudios que mostraban relación entre mis variables, en mi caso, por un lado, la espiritualidad y el desarrollo de la personalidad; y por otro lado la espiritualidad y la salud.

6 RESULTADOS

La espiritualidad y los beneficios que puede tener en el desarrollo integral del alumnado ha sido un tema que ha generado mucha controversia. Algunas de las disputas generadas por dicho tema vienen dados por la ausencia de formación en este ámbito o por la estrecha relación entre espiritualidad y religiosidad. Sin embargo, como se puede observar en este trabajo, a lo largo de la historia podemos encontrar muchos y diversos beneficios que generan un bienestar general en el alumnado.

La espiritualidad no es un concepto complejo si las personas están abiertas a escuchar y desarrollar dicha temática. La palabra espiritual se refiere a la trascendencia de lo material, a ir más allá. Esta experiencia de trascender, como se puede observar en el marco teórico, es beneficiosa y necesaria para llegar a ser completos. Es un ejercicio de autorrealización que nos lleva a querer escalar esa pirámide, a cubrir necesidades. Trascender es una necesidad que tienen las personas para poder sentirse plenas, para dotar de significado lo material y/o físico.

Por otro lado, se destaca que la inteligencia espiritual es un concepto clave para poder desarrollar el resto de inteligencias. Autores como Goleman o Zohar y Marshall coinciden en que esta inteligencia forma parte de un constructo que completa al alumnado. De hecho, desde los orígenes de la humanidad siempre ha habido personas que buscaban la trascendencia, que dotaban de significado su día a día. Sin embargo, debido al enfoque que se ha tenido durante el desarrollo de la Educación Occidental en la historia, se ha ido perdiendo o colocando en un segundo plano hasta formar parte de lo que se denomina “currículum oculto”.

No obstante, las necesidades de las personas cambian dependiendo del momento histórico que se está viviendo. Actualmente la sociedad en la que vivimos demanda trascender, ya que esta se ha vuelto superflua y carente de significado. Son los propios estudiantes los que nos piden herramientas para conectar con ellos mismos y con lo que les rodea. En definitiva, vivimos en una sociedad líquida e inmediata. Como nos indica (Estrada, 2013), en la sociedad actual conviven una serie de valores que no son acordes con los que la ley educativa vigente propone: egoísmo, fragmentación social, soberbia, etc. La validación social está basada únicamente en lo empírico. Esto genera que los climas de aula estén ausentes de sensibilidad,

sentimiento de grupo o pertenencia, generando lo que se conoce como analfabetismo espiritual.

A pesar de todo lo anterior, la educación lucha por conseguir su principal objetivo: hacer del alumnado un grupo de personas competente capaz de vivir en la sociedad de forma autónoma. Para conseguir lo anterior, las leyes son un apoyo fundamental. Es por ello que se demanda una competencia espiritual. En base a la ausencia de esta, la espiritualidad puede trabajarse en el aula desde la ERE, ya que se da una estrecha relación entre religiosidad y espiritualidad.

En relación con todo lo anterior, las escuelas deben ser conscientes de que los centros educativos son ambientes donde los niños desarrollan su personalidad, especialmente en las primeras etapas educativas. Es entonces cuando la escuela responde a la demanda del alumnado trabajando sus rasgos de la personalidad de manera personalizada, siempre teniendo en cuenta los contextos sociales en los que se desarrollan. Ahora bien, para forjarla, los alumnos deben realizar ejercicios de autoconocimiento y de interacción con el entorno que no se queden en lo material. Para ello, los docentes deben crear contextos en los que el alumnado trascienda, teniendo como objetivo trabajar los cinco modelos de la personalidad, más la espiritualidad.

Además, diversos autores han coincidido en que la capacidad espiritual del alumnado, especialmente de los más pequeños, es alta y suficiente como para que ellos realicen este trabajo, aunque no sean capaces de verbalizarlo con terminología específica. Así pues, cuando en un aula los estudiantes meditan, la amabilidad está más presente en el aula y en sus otros entornos,

No se debe olvidar tampoco la importancia de combinar la espiritualidad con la religiosidad. Gracias a esa unión, el alumnado es más consciente de su cuerpo y de su alma como un conjunto, no como aspectos separados. No solo aporta beneficios a nivel personal, sino que hay diversos estudios que indican cómo trascender, teniendo un sentido de pertenencia a una comunidad religiosa, mejora tus relaciones sociales con los demás y ayuda a comprender mejor la sociedad y el mundo que nos rodea. Por lo tanto, se ha demostrado que la inteligencia espiritual es el tallo que sujeta el resto de las inteligencias.

Ampliando los horizontes de investigación, se ha podido corroborar cómo diversos autores explican los numerosos beneficios que tiene para la salud aplicar la espiritualidad. Como ya se ha mencionado anteriormente, que el alumnado dote de buena salud es fundamental para que se dé el aprendizaje. Pero más allá de ello, es esencial para que el alumnado esté en un estado de bienestar lo más completo posible. Para conseguirlo, dentro de las aulas se debe trabajar para conseguir la salud mental, física y espiritual del alumnado.

En el caso de esta revisión, centrándonos en la salud espiritual, se ha descubierto que una salud espiritual bien cuidada influye en la salud física y mental del alumnado, reduciendo el estrés, mejorando la circulación sanguínea o mejorando sus relaciones sociales, entre otros beneficios.

A lo anterior, se puede añadir la enorme herramienta diaria que les supone realizar ejercicios en los que el alumnado trascienda. La espiritualidad ayuda al alumnado a ser más fuertes física y mentalmente, adquiriendo y mejorando habilidades o actitudes que les haga ver su vida con otros ojos, siendo más positivos y favoreciendo cambios saludables en ellos mismos. Como consecuencia, se reducen los sentimientos negativos y las tendencias al suicidio, gestionan mejor el estrés, y las emociones como la ira o la tristeza son menos frecuentes en personas espirituales.

Otro de los resultados adquiridos en el estudio tiene que ver con el autoconcepto del alumnado. Como ya se ha mencionado anteriormente, cuando los estudiantes trascienden son más conscientes de sus capacidades, así como de sus limitaciones, lo que supone en ellos un autoconocimiento completo y una visión más realista del mundo que les rodea y de sus necesidades. Hay autores que han demostrado entonces que, al combinar ejercicios de trascendencia con el cuidado de la salud mental, el alumnado muy posiblemente tenga mejor autoestima.

En definitiva, la espiritualidad es algo innato de la persona que se debe desarrollar diariamente y de forma transversal con los contenidos. Esto no quiere decir que no tenga un espacio propio, sino que se debe encontrar la parte dentro del horario educativo en la que mejor encaje, ya que genera numerosos beneficios a nivel religioso, personal, social y en la salud de los estudiantes.

7 CONCLUSIONES

Tras elaborar y revisar los objetivos marcados, así como la bibliografía plasmada en el marco teórico, procedo a desarrollar los resultados y conclusiones obtenidos en este trabajo.

En primer lugar, mencionar que hemos sido capaces de responder satisfactoriamente a algunas de las hipótesis. Sin embargo, la relación entre la sociedad actual y su influencia negativa en la capacidad de trascender no se ha podido demostrar o comprobar, ya que para ello deberíamos haber elaborado una investigación de carácter práctica.

A pesar de que la gran mayoría de objetivos se han cumplido, ha habido algunos que no han sido alcanzados. Uno de ellos era identificar las necesidades espirituales del alumnado. Este objetivo no se ha podido cumplir ya que no he podido cooperar con algún centro que me permitiese hablar con su estudiantado para llevar a cabo el estudio. Aun así, como futura posible investigación, se debería tener en cuenta en esta hipótesis que el desarrollo cognitivo del alumnado hace que las respuestas fuesen a variar ampliamente entre los primeros cursos de primaria y los últimos de esta etapa educativa. Además, presupondría que todos los niños y niñas tienen algunos conocimientos previos sobre espiritualidad, lo que limitaría la muestra.

Por otro lado, es muy difícil concienciar a la comunidad educativa de los beneficios que tiene trabajar la espiritualidad en el aula sin realizar una investigación práctica del tema, ya que esto depende de las personas que decidan informarse sobre los beneficios leyendo bibliografía sobre este tema. Por ello, este objetivo no se puede considerar cumplimentado, pero sí puede que la lectura de este documento ayude a otros docentes a entender lo provechoso que es trascender para sus alumnos. A pesar de no haber conseguido esos objetivos, el resto de ellos (desarrollados en el apartado objetivos) se han cumplimentado satisfactoriamente.

Por otro lado, según investigaba y abordaba las diferentes perspectivas relacionadas con el tema principal del trabajo, he ido comprendiendo que de este camino pueden derivar subtemas o senderos que tengan el mismo final, aunque no sean mi objeto de estudio. Un ejemplo sería abordar la espiritualidad desde la perspectiva de la religión y sus bases metodológicas.

Otra posible línea de investigación que se puede abrir es la evaluación de los beneficios de trabajar la espiritualidad en las primeras etapas educativas. Para llevarla a cabo, se deberían conseguir centros educativos que estuviesen dispuestos a poner en práctica la espiritualidad como eje central de la metodología. También se tendría que elaborar un pre test y un post test para evaluar los resultados adquiridos, así como una serie de métodos de evaluación que abarquen el mayor número de criterios posible acorde a los objetivos definidos.

Además de lo anterior, se podría profundizar en el ámbito más académico de la capacidad de trascendencia, creando un departamento de espiritualidad en el que personal docente, así como las familias, trabajen coordinadamente en el ejercicio de trascender. Para ello, se debería elaborar un estudio más exhaustivo en el que se plantee una metodología acorde

En lo que a los puntos fuertes de mi trabajo se refiere, soy muy consciente de la diversa y amplia bibliografía empleada, así como de la concreción de temas en los que he querido profundizar, generando de este documento un trabajo de investigación con ideas claras, bases legales que refuerzan mis hipótesis y conclusiones que implican beneficios en el aprendizaje del alumnado. A lo anterior, se suma el punto fuerte de abordar los aspectos más abstractos del alumnado, centrándonos en el bienestar del alumnado por encima de los contenidos a trabajar.

En definitiva, este trabajo de investigación recoge dimensiones que tienen amplias líneas de investigación, en las que aún queda mucho por descubrir. Sin embargo, nos permite descubrir la importancia de cuidar el interior del alumnado, en este caso la salud y el desarrollo de la personalidad de los niños, desde la espiritualidad.

8 REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Adler, A. (2000). *El sentido de la vida*.

Arias, R., & Lemos, V. N. (2015). Una aproximación teórica y empírica al constructo de inteligencia espiritual. *Enfoques: revista de la Universidad Adventista del Plata*, 27(1), 79-102. <https://biblat.unam.mx/es/revista/enfoques-la-plata/articulo/una-aproximacion-teorica-y-empirica-al-constructo-de-inteligencia-espiritual>

Barragán, V., Fsc, & Alejandro, H. M. (2018). La inteligencia espiritual y sus aportes a la educación religiosa escolar. *Revista de la Universidad de La Salle*, 2018(78), 219-243.

Buitrago Salinas, C. J., Sandoval Roncancio, M. A., & Uribe Neuta, B. Y. (2022). Espiritualidad, religión y salud mental en los primeros niveles de educación.

Caraveo-Anduaga, J. J., & Martínez-Vélez, N. A. (2020). Salud mental infantil: una prioridad a considerar. *Salud pública de México*, 61, 514-523.

Carlos, E. D. (2015, 12 marzo). *Espiritualidad y desarrollo humano*. <http://hdl.handle.net/20.500.11777/504>

Constitución española (BOE núm.311, de 29 de diciembre de 1978).

Emmons, R. A. (2000). Spirituality and Intelligence: Problems and Prospects. *International Journal for the Psychology of Religion*, 10(1), 57-64. https://doi.org/10.1207/s15327582ijpr1001_6

Estrada, M. R. B. (2013). NUEVOS VALORES PARA UNA NUEVA SOCIEDAD. UN CAMBIO DE PARADIGMA EN EDUCACIÓN. *Edetania: estudios y propuestas socio-educativas*, 43, 53-65. <https://dialnet.unirioja.es/download/articulo/4406338.pdf>

Frankl, V. (2011). *La presencia ignorada de Dios: psicoterapia y religión*. Herder Editorial.

Garanito, M. P., & Cury, M. T. S. (2016). A espiritualidade na prática pediátrica. *Revista Bioética*, 24(1), 49-53. <https://doi.org/10.1590/1983-80422016241105>

Jóvenes Españoles 2021. Ser joven en tiempos de pandemia. (2021).

Kassin, S. M. (2003). *Psychology*. Prentice Hall.

King, M., Marston, L., McManus, S., Brugha, T., Meltzer, H., & Bebbington, P. (2013). Religion, spirituality and mental health: results from a national study of English households. *British Journal of Psychiatry*, 202(1), 68-73. <https://doi.org/10.1192/bjp.bp.112.112003>

Lazar, S. W., Bush, G., Gollub, R. L., Fricchione, G. L., Khalsa, G., & Benson, H. (2000). Functional brain mapping of the relaxation response and meditation. *Neuroreport*, 11(7), 1581-1585. <https://doi.org/10.1097/00001756-200005150-00042>

Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. Boletín Oficial del Estado, 340, de 30 de diciembre de 2020, 122868-122953. <https://www.boe.es/boe/dias/2020/12/30/pdfs/BOE-A-2020-17264.pdf>

Maján Navalón, R. (2017). Desarrollo de la inteligencia espiritual según Francesc Torralba y su aplicación en Educación Primaria.

Martínez Ortiz, C. (2020). *La meditación como herramienta pedagógica para potenciar la concentración y el bienestar en niños y niñas* [manuscrito presentado para publicación]. Facultad de Educación, Universidad Andrés Bello.

Navas, C., & Villegas, H. (2006). Espiritualidad y salud. *Revista ciencias de la Educación*, 1(27), 29-45.

Nolan, S. J., Saltmarsh, P., & Leget, C. (2011). Spiritual care in palliative care: Working towards an EAPC task force. *European Journal of Palliative Care*, 86-89.

Pelayo, J. D. (2022). Religión en la escuela, ¿podemos replantearnos el debate? *Cuestiones del Pluralismo*, 2(2). <https://doi.org/10.58428/xqwy3843>

Rodríguez, T. E. (2013). Inteligencia espiritual. *Sapiens. Revista Universitaria de Investigación*, 14, 13-22.

Salvador, M. (2018). El lado oscuro en la educación: papel del símbolo en la formación de valores, espiritualidad e ideología. *Revista Cátedra*, 1(1), 120-133. <https://doi.org/10.29166/catedra.v1i1.768>

Sieverson, C., Evans, V., Florenzano, R., & Fernández, L. (2016). ¿Qué elementos se incorporan en las evaluaciones de la espiritualidad y religiosidad? Una revisión de instrumentos validados. *Rev. GPU*, 12(2), 216-223.

Simkin, H., & Azzollini, S. C. (2015). Personalidad, autoestima, espiritualidad y religiosidad desde el modelo y la teoría de los cinco factores. *Psiencia: Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica*, 7(2), 2. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5169699.pdf>

Simkin, H., & Etchevers, M. (2014). *Religiosidad, espiritualidad y salud mental en el marco del Modelo de los Cinco Factores de la Personalidad. Acta psiquiátrica y psicológica de América Latina*, 60(4), 265-275.

Torralba, F. (2012). *Inteligencia espiritual en los niños*. Barcelona, España: Editorial Plataforma actual.

Wink, P., & Dillon, M. (2003). Religiousness, Spirituality, and Psychosocial Functioning in Late Adulthood: Findings From a Longitudinal Study. *Psychology and Aging*, 18(4), 916-924. <https://doi.org/10.1037/0882-7974.18.4.916>

Zaporozhets, A. V. (1980). La importancia de las primeras etapas de la niñez en la formación de la personalidad infantil. *Infancia Y Aprendizaje*, 3(11), 69-75.