

Estilo de vida en el contexto escolar: una perspectiva desde la espiritualidad

Lifestyle in the school context: a perspective from spirituality

Estilo de vida no contexto escolar: uma perspectiva a partir da espiritualidade

<https://doi.org/10.15332/21459169.10247>

Artículo

Sara Sofía Delgado Merchan¹

Elizabeth Salgado Rodriguez²

Javier Omar Sánchez Soledad³

Delimiro Ramón Jaime Pacheco⁴

Recibido: 11/09/2024

Aprobado: 15/11/2024

Citar como:

Delgado Merchan, S. S., Salgado Rodriguez , E., Sánchez Soledad, J. O., & Jaime Pacheco, D. R. (2024). Estilo de vida en el contexto escolar: una perspectiva desde la espiritualidad. *Análisis*, 56(105), 49-67. <https://doi.org/10.15332/21459169.10247>



Resumen

Este trabajo tiene como objetivo analizar el estilo de vida espiritual en los niños y adolescentes (de 7 a 17 años) pertenecientes a la Asociación de Colegios Jesuitas de Colombia (ACODESI). Se realizó una investigación cuantitativa, descriptiva y de corte transversal con una muestra de 839 estudiantes con edad de 14.5 ± 2.5 años. Se diseñó un cuestionario autoadministrado a partir de las categorías del estilo de vida espiritual: interioridad, comunidad, servicio y celebración. Los resultados presentan un índice negativo para “interioridad”, donde el 50.8 % (n=426) de los estudiantes no realizan algún tipo de actividad para tomar conciencia de las cosas que afectan su vida interior; “servicio”, el 50.4 % (n=423) no participa en espacios de colaboración para ayudar a los más necesitados; “celebración”, el 71.9 % (n=603) no utilizan signos y símbolos para expresar su vida interior. En contraste, hay un índice positivo para “comunidad”, donde el 73.1 % (n=613) tiene una red de apoyo cuando está pasando por alguna dificultad. Es necesario fortalecer las estrategias de acompañamiento estudiantil a

¹ Pontificia Universidad Javeriana, correo electrónico: ssofia_delgado@javeriana.edu.co ORCID: <https://orcid.org/0009-0003-5276-3958>

² Pontificia Universidad Javeriana, correo electrónico: sa_elizabeth@javerina.edu.co ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-1018-7780>

³ Asociación de Colegios Jesuitas de Colombia – ACODESI, correo electrónico: a.pedagogico@jesuitas.org.co ORCID: <https://orcid.org/0009-0000-8496-6088>

⁴ Asociación de Colegios Jesuitas de Colombia – ACODESI, correo electrónico: investigacion@acodesi.org.co ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-0270-7639>

partir de la creación de estrategias pedagógicas desde la atención, la prevención y la autorreflexión de los estudiantes hacia el desarrollo de un bienestar escolar y la promoción de estilos de vida espirituales.

Palabras clave: espiritualidad, estilo de vida, bienestar escolar, contexto educativo.

Abstract

The objective of this work is to analyze the spiritual lifestyle of children and adolescents (7 to 17 years old) belonging to the Association of Jesuit Schools of Colombia (ACODESI). Quantitative, descriptive, and cross-sectional research was conducted with a sample of 839 students aged 14.5 ± 2.5 years. A self-administered questionnaire was designed based on the categories of spiritual lifestyle: interiority, community, service, and celebration. The results show a negative index for: "Interiority," where 50.8% (n=426) do not engage in activities to become aware of the things that affect the interior life; "Service", 50.4% (n=423) do not participate in collaborative spaces to help those most in need. "Celebration" 71.9% (n=603) do not use signs and symbols to express the inner life as an existence of life. On the other hand, there is a positive index for "Community" where 73.1% (n=613) have a support network when they are going through some difficulty. It is necessary to strengthen the strategies of student accompaniment from the creation of pedagogical strategies from the attention, prevention, and self-reflection of students towards the development of school well-being and the promotion of spiritual lifestyles.

Keywords: spirituality, lifestyle, school well-being, educational context.

Resumo

O objetivo deste estudo é analisar o estilo de vida espiritual de crianças e adolescentes (com idades entre 7 e 17 anos) pertencentes à Associação de Escolas Jesuítas da Colômbia (ACODESI). Foi realizada uma pesquisa quantitativa, descritiva e transversal com uma amostra de 839 alunos com idade de $14,5 \pm 2,5$ anos. Um questionário autoaplicável foi elaborado com base nas categorias de estilo de vida espiritual: interioridade, comunidade, serviço e celebração. Os resultados mostram um índice negativo para: "Interioridade", em que 50,8% (n=426) não se envolvem em atividades para tomar consciência das coisas que afetam a vida interior; "Serviço", 50,4% (n=423) não participam de espaços colaborativos para ajudar os mais necessitados. "Celebração", 71,9% (n=603) não usam sinais e símbolos para expressar a vida interior como uma existência de vida. Por outro lado, há um índice positivo para "Comunidade", em que 73,1% (n=613) têm uma rede de apoio quando estão passando por alguma dificuldade. É necessário fortalecer as estratégias de acompanhamento dos alunos a partir da criação de estratégias pedagógicas de atenção, prevenção e autorreflexão dos alunos para o desenvolvimento do bem-estar escolar e a promoção de estilos de vida espirituais.

Palavras-chave: espiritualidade, estilo de vida, bem-estar escolar, contexto educacional.

Introducción

Actualmente, en el contexto colombiano, la educación se centra en la idea de formación integral, fundamentada en el hecho de que el ser humano está compuesto por diferentes dimensiones que deben formarse, con el fin de potenciar todas las capacidades que nos

conforman como personas (MEN, 2014). De acuerdo con esto, “promover el desarrollo integral en el marco de la educación significa reconocer a los estudiantes en el ejercicio de sus derechos, conocer sus singularidades, intereses, gustos y necesidades, y atenderlos” (MEN, 2014, p. 40).

Del mismo modo, el desarrollo integral en el contexto educativo se centra en propiciar el desarrollo de habilidades y capacidades a través de las dimensiones humanas (Acodesi, 2003). En este contexto se evidencia que los estilos de vida comprenden acciones que se establecen cotidianamente, es decir, que son el resultado de conocimientos que se producen en las configuraciones sociales. En otras palabras, son acciones rutinarias producto de un conocimiento originado en las estructuras sociales y reproducidas a través de acciones y actores concretos (Bourdieu, 1998).

Por lo anterior, es importante comprender que estos hábitos, derivados del estilo de vida y practicados con frecuencia, pueden acarrear beneficios o consecuencias para la salud de la persona. De esta manera, según Arrivillaga et ál. (2003), dichos hábitos conllevan la “adquisición de los comportamientos que se traducen en estilos de vida a favor o en contra de la salud” (p. 191). Así mismo, Lorenzo y Díaz (2019) afirman que el estilo de vida en el contexto educativo se refiere a las formas particulares de los hábitos que las personas integran en su entorno, que incluyen tipos de alimentación, higiene personal, ocio, modos de relaciones sociales, sexualidad, vida familiar y mecanismos de afrontamiento social.

A su vez, estas conductas individuales y colectivas favorecen el desarrollo de una mejor calidad de vida a través de creencias, conocimientos y hábitos para mantener la salud y el bienestar. Así, el estilo de vida, cuando se relaciona con la conciencia de construir el sentido de la vida a partir de sentimientos y creencias, hace parte de una formación humana que, desde una perspectiva existencialista, se eleva mediante la interioridad humana hacia un crecimiento personal de “ser y vivir” con el propósito de inducir una experiencia espiritual (Bueno-Castellanos et ál., 2020; Alarcón, 2023).

De igual forma, la espiritualidad “otorga sentido a la experiencia de vivir y forma parte de la capacidad de simbolización y reflexión propia” (Krmpotic, 2016, p. 112). Se comprende entonces que el estilo de vida relacionado con la espiritualidad permite el desarrollo integral del ser humano, ya que “las creencias espirituales pueden proporcionar una fuente de apoyo y satisfacción emocional en la vida” (Cieza Tello et ál., 2024, p. 10). Por ello, el estilo de vida espiritual se debe fomentar de manera integral desde la infancia, en el contexto familiar y escolar, ya que ello permite fomentar hábitos de espiritualidad saludables que conduzcan al bienestar personal y de los demás, con base en un sentido de plenitud y satisfacción y en un sentimiento de paz (Bueno-Castellanos et ál., 2020).

Por lo anterior, resulta relevante investigar sobre los estilos de vida espirituales en el contexto educativo, ya que presentan aspectos que afectan el desarrollo y requieren comprensiones que destaqueen estas interacciones y promuevan el bienestar y la percepción de una calidad de vida futura. Al respecto, varios autores desarrollaron instrumentos estandarizados a partir de protocolos de autoadministración planteados para la evaluación de los estilos de vida de la población, los cuales miden diferentes aspectos con vistas a establecer algunos valores y comportamientos que se configuran a partir de componentes biológicos, los cuales interactúan con los entornos de desarrollo y en marcos sociales y culturales específicos (Posada-Bernal et ál., 2021).

En Colombia, los instrumentos más utilizados para evaluar el estilo de vida se centran en el uso de cuestionarios que son válidos para medirlo en general. Sin embargo, se trata de instrumentos internacionales que presentan algunas características globales que no se terminan de adecuar al contexto social y cultural específico del ámbito educativo colombiano. Por lo anterior, los instrumentos de medición usados actualmente en Colombia deben ajustarse al contexto social y cultural del grupo al que se aplicarán (Cano y Cantillo, 2016).

Del mismo modo, se debe tener en cuenta la variabilidad de las características poblacionales; en este caso, la etapa de la infancia y la adolescencia, la vida escolar y la importancia de considerar el momento de desarrollo cognitivo, social y emocional son aspectos a tener en cuenta en la construcción de ítems y las formas de aplicación de los instrumentos, pues, desde una perspectiva de derechos, es fundamental considerar los niveles de participación y autonomía de niños, niñas y adolescentes en la evaluación y generación de estrategias para favorecer su estilo de vida desde la espiritualidad. Además, si no se tienen en cuenta las particularidades de una población al aplicar instrumentos estandarizados, pueden producirse inconsistencias en las mediciones, ya que no se reflejaría fielmente el fenómeno analizado (Streiner, 1993).

En este contexto, es importante diseñar instrumentos que permitan medir el estilo de vida desde lo espiritual considerando un grupo específico de población: el entorno escolar. De este modo, sobre la base de esa medición, se podrán establecer programas de promoción y prevención que favorezcan conductas saludables. Sin embargo, Restrepo-Escobar y Sepúlveda (2021) afirman que la vida escolar es un entorno que brinda mayor independencia al estudiante, por lo que podría llegar a convertirse en un factor de riesgo para su salud, ya que las relaciones sociales pueden propiciar hábitos que configuren estilos de vida no saludables. Por lo anterior, a partir del siglo XX, en la literatura se evidencia una creciente preocupación por el estilo de vida y su impacto en la salud de las personas.

Cabe resaltar que, en un mundo donde los hábitos de vida saludable se han convertido en una prioridad diaria para muchas personas, incorporar un estilo de vida espiritual en el contexto educativo ofrece una dimensión de mayor profundidad a la formación integral de los hábitos vitales. Para adquirirlos desde la espiritualidad, es esencial diseñar una estrategia pedagógica que no solo eduque sobre los aspectos prácticos de un estilo de vida saludable, sino que también incorpore prácticas espirituales y promueva el bienestar. Por lo tanto, en el contexto escolar, se entiende por estrategias pedagógicas todas las acciones realizadas por el profesor que tienen la finalidad de facilitar los procesos de formación y aprendizaje de los estudiantes (Gamboa Mora et ál., 2013). Así mismo, Chávez et ál. (2021) afirman que el diseño de nuevas estrategias pedagógicas que fomenten el desarrollo integral del ser humano se convierte en una herramienta de apoyo para el profesor en el proceso de aprendizaje.

Para De Souza Martins et ál. (2022), los maestros utilizan tradicionalmente herramientas con las que han obtenido buenos resultados a la hora de evaluar el aprendizaje de sus estudiantes y, “teniendo en cuenta el avance de la educación hacia la adquisición de competencias en los últimos años, los maestros han tenido que reconfigurar su profesión e incorporar nuevas estrategias pedagógicas en función de lo que los estudiantes necesitan” (p. 214).

Por lo anterior, considero que es pertinente ampliar los estudios sobre el estilo de vida, en el contexto educativo y desde la perspectiva de la espiritualidad, para comprender cómo los estudiantes construyen sus formas de vivir en sus ámbitos particulares de desarrollo, en este caso, la escuela. A su vez, este tipo de estudio tiende a ampliar el paradigma hacia las acciones preventivas y de promoción de la salud dirigidas a esta población, así como también puede contribuir al logro de los objetivos de desarrollo sostenible (ODS), específicamente, el objetivo 3, que busca garantizar una vida sana y promover el bienestar de todas las personas de cualquier edad. De este modo, a partir de los resultados de esta investigación, es posible proponer estrategias pedagógicas de apoyo al docente que sean pertinentes y viables en el contexto de las instituciones educativas a través del bienestar escolar.

Metodología

Esta investigación se centra en un estudio cuantitativo, descriptivo y de corte transversal para evaluar el estilo de vida espiritual predominante en los niños y adolescentes (de 7 a 17 años) pertenecientes a la Acodesi. Para Baena-Paz (2017), la investigación cuantitativa busca desentrañar el fenómeno y “proporcionar una interpretación que nos ayuda a comprender, ya que, además de darnos una explicación, nos permite predecir lo que está aconteciendo” (p. 34).

Del mismo modo, la investigación descriptiva siempre se encuentra en la base de la explicativa, ya que reseña las características o los rasgos de la situación o fenómeno estudiado. En este sentido, una de las funciones principales de la investigación descriptiva es la “capacidad para seleccionar las características fundamentales del objeto de estudio y su descripción detallada de las partes, categorías o clases de ese objeto” (Bernal, 2010, p. 113). A su vez, el estudio es de corte transversal porque se obtiene información del objeto de estudio (población o muestra) en un único momento y sin variaciones, sin intención de evaluar el fenómeno a lo largo del tiempo.

a. Población y muestra

En una investigación cuantitativa se pretende generalizar los resultados encontrados en una población o muestra. Para Becerra (2024), la población es la totalidad de elementos o individuos que tienen ciertas características similares y sobre los que se desea hacer inferencias. Por su parte, la muestra es la parte de la población que se selecciona, de la que realmente se obtiene la información para el desarrollo del estudio y sobre la que se miden y observan las variables que se estudiarán.

En este caso, la población estudiada en esta investigación está conformada por estudiantes (niños y adolescentes) matriculados en tres colegios pertenecientes a Acodesi, en tanto que la muestra está comprendida por 839 estudiantes, con una edad media de 14.5 ± 2.5 años, siendo el 55.1% (n=462) del género femenino y el 44.9% (n=377) del género masculino.

b. Obtención de la información

Para Becerra (2024), en una metodología cuantitativa, la recolección de datos se fundamenta en la medición y el análisis, en procedimientos estadísticos soportados a partir de técnicas como la encuesta. De esta manera, para los instrumentos y procedimientos del estudio se diseñó un cuestionario autoadministrado con 16 ítems de escala Likert, con un alfa de Cronbach $\geq 0,85 (\alpha)$, donde se indagó acerca de variables del estilo de vida espiritual, tales como interioridad, comunidad, servicio y celebración.

c. Análisis de la información

Para el análisis e interpretación de los datos, las variables se codificaron mediante una rejilla de sistematización de la información en el programa Microsoft Excel - Microsoft® 365. Para el análisis cuantitativo descriptivo, se utilizó el programa RStudio, versión 2024.04.2. Se aclara que este programa forma parte del paquete de datos “software académico” licenciado por la Pontificia Universidad Javeriana de Bogotá (Colombia).

d. Consideraciones éticas

Las consideraciones éticas se atuvieron a las normas deontológicas reconocidas por el código de ética de la American Educational Research Association (AERA, 2011), lo que incluyó la firma de consentimiento y asentimiento informado por parte de los acudientes y estudiantes.

Además, se tuvo en cuenta el cumplimiento del tratamiento de datos personales previsto en el Decreto 1377 de 2013 de Colombia.

Resultados y discusión

En términos generales, los resultados obtenidos reflejan las respuestas al instrumento diseñado en forma de encuesta con una escala Likert, estructurado en cuatro categorías: interioridad, comunidad, servicio y celebración. Estas categorías son fundamentales para comprender cómo los estudiantes integran su estilo de vida espiritual en su día a día, teniendo en cuenta diferentes dimensiones de su experiencia personal y social. Cada una de estas categorías está conformada por cuatro preguntas, cuidadosamente formuladas para explorar aspectos específicos de la vida espiritual de los estudiantes, lo que suma un total de 16 preguntas. Este diseño permite analizar y evaluar una visión integral y profunda de las prácticas y actitudes espirituales de los estudiantes, lo que facilita la comprensión de cómo se manifiestan estos elementos en el contexto escolar.

Además, se evidencia de manera general un índice negativo para “interioridad”, donde el 50.8 % (n=426) no realiza ninguno tipo de actividad para tomar conciencia de las cosas que afectan la vida interior, además el 57 % (n=478) no practica ejercicios que expresan las reflexiones intrínsecas. Del mismo modo, para “servicio”, el 50.4 % (n=423) no participa en espacios de colaboración para ayudar a los más necesitados. De igual modo, en “celebración”, el 71.9 % (n=603) no utiliza signos y símbolos para expresar la vida interior y el 69.8 % (n=586) no se identifica con los signos y símbolos que expresan una experiencia espiritual. Por su parte, los resultados presentan un índice positivo para “comunidad”, en el cual 73.1 % (n=613) tiene los compañeros y amigos como una red de apoyo cuando está pasando por alguna dificultad, mientras que el 75.9 % (n=637) menciona que la red familiar es la principal red de apoyo en momentos de dificultad. En general, a partir de las variables analizadas, el género masculino muestra una tendencia negativa muy pequeña (4 %) superior en comparación al género femenino.

A continuación, en la tabla 1 se presentan los resultados de la primera categoría, “interioridad”, que se define como la capacidad que tiene el ser humano de realizar introspección. Para Álvarez-Valdés (2021), “el poder de autorreflexión posibilita la apropiación de la realidad y disponer de la autoconciencia para reconocerse a sí mismo” (p. 10). De esta forma, los procesos de introspección se realizan a través de la autorreflexión, lo que permite que una persona pueda analizarse y tomar conciencia de la realidad que la rodea, desde el reconocimiento y la reflexión para el conocimiento de uno mismo.

Por lo anterior, según Álvarez-Valdés (2021) “el conocimiento de uno mismo requiere salir del vacío interior para enfrentarse a las posibilidades que se transforman en proyecto” (p. 23). En el proceso de autoconocimiento, el ser humano se enfrenta a sus propios vacíos,

dificultades y realidades, lo que hace indispensable un proceso de interiorización para alcanzar un verdadero entendimiento de sí mismo y abrirse a la posibilidad de transformarse en su proyecto de vida interior. El autoconocimiento exige, por tanto, un esfuerzo consciente por explorar y reconocer esos espacios internos donde residen tanto nuestras fuerzas como nuestras vulnerabilidades.

Tabla 1

Estilo de vida espiritual – interioridad

Interioridad	Índice	Colegio Acodesi	Hombre*		Mujer**		Media	Desviación Estándar	Σ General (N=839)		
			n	%	n	%			n.º	%	n.º
En mi día a día, reflexiono sobre las cosas positivas y negativas que hice.	Negativo	San José	8	1.0%	4	0.5%	6.0	2.0	12	1.4%	
		San Francisco	72	8.6%	58	6.9%	65.0	7.0	130	15.5%	338 40.3%
		Santa Luiza	77	9.2%	119	14.2%	98.0	21.0	196	23.4%	
	Positivo	San José	7	0.8%	10	1.2%	8.5	1.5	17	2.0%	
		San Francisco	90	10.7%	88	10.5%	89.0	1.0	178	21.2%	501 59.7%
		Santa Luiza	123	14.7%	183	21.8%	153.0	30.0	306	36.5%	
Realizo algún tipo de ejercicio, como respirar, para tomar conciencia de las cosas que afectan mi vida interior.	Negativo	San José	8	1.0%	5	0.6%	6.5	1.5	13	1.5%	
		San Francisco	98	11.7%	73	8.7%	85.5	12.5	171	20.4%	426 50.8%
		Santa Luiza	98	11.7%	144	17.2%	121.0	23.0	242	28.8%	
	Positivo	San José	7	0.8%	9	1.1%	8.0	1.0	16	1.9%	
		San Francisco	64	7.6%	73	8.7%	68.5	4.5	137	16.3%	
		Santa Luiza	102	12.2%	158	18.8%	130.0	28.0	260	31.0%	413 49.2%
Realizo ejercicios de escritura, música o danza para expresar lo que reflexiono.	Negativo	San José	10	1.2%	5	0.6%	7.5	2.5	15	1.8%	
		San Francisco	123	14.7%	81	9.7%	102.0	21.0	204	24.3%	478 57.0%
		Santa Luiza	130	15.5%	129	15.4%	129.5	0.5	259	30.9%	
	Positivo	San José	5	0.6%	9	1.1%	7.0	2.0	14	1.7%	
		San Francisco	39	4.6%	65	7.7%	52.0	13.0	104	12.4%	361 43.0%
		Santa Luiza	70	8.3%	173	20.6%	121.5	51.5	243	29.0%	
Hago uso de la lectura, la escritura o la música para conocerme internamente.	Negativo	San José	9	1.1%	8	1.0%	8.5	0.5	17	2.0%	
		San Francisco	81	9.7%	61	7.3%	71.0	10.0	142	16.9%	360 42.9%
		Santa Luiza	104	12.4%	97	11.6%	100.5	3.5	201	24.0%	
	Positivo	San José	6	0.7%	6	0.7%	6.0	0.0	12	1.4%	
		San Francisco	81	9.7%	85	10.1%	83.0	2.0	166	19.8%	479 57.1%
		Santa Luiza	96	11.4%	205	24.4%	150.5	54.5	301	35.9%	

Nota. *(n=377; 44.9 %); ** (n=462; 55.1 %) // fuente: elaboración propia.

En la tabla 1 se evidencia que la mitad de las respuestas refleja índices positivos, con un promedio general de estos dos ítems con el 58.4 % (n=490), en tanto que con índices negativos se presentan dos ítems, con el promedio del 54 % (n=452).

Por lo anterior, estos resultados se pueden justificar a partir de los estudios de Aranguren (2023), que dan cuenta de la importancia de la reflexión sobre nuestras acciones y actividades cotidianas. Al respecto, Aranguren (2023) menciona que “la educación espiritual, desde la comprensión de uno mismo, puede llevarse a cabo mediante la planificación y realización de actividades que fortalezcan la vida sensible, emocional y trascendental” (p. 248). Así, mediante las actividades diarias se pretende generar procesos de reflexión sobre las acciones y los resultados positivos de este estudio, tal como lo indica el hecho de que los estudiantes realizan procesos de reflexión sobre los aspectos positivos y negativos de su día a día.

En esta misma línea, “el uso de la expresión artística, los momentos de silencio, los ejercicios de relajación y la práctica del *mindfulness* son ideales para ayudar al alumnado a descubrirse a sí mismo y a valorar sus fortalezas y virtudes” (Aranguren, 2023, p. 249). Esto se debe a que todas estas actividades y expresiones artísticas son herramientas para el autoconocimiento que permiten desarrollar procesos de autoexploración a través del uso de diferentes prácticas.

A su vez, los resultados negativos resaltan la importancia de utilizar diferentes técnicas para tomar mayor conciencia de los aspectos y situaciones que nos rodean. Aranguren (2023) menciona que la meditación “es una habilidad para mirar hacia adentro, que capacita otras habilidades como la paciencia, el silencio y la imaginación” (p. 250), que permiten realizar procesos de introspección para comprenderse mejor a uno mismo y el entorno. Esto refleja que prácticamente la mitad de los estudiantes encuestados no realiza o utiliza diferentes tipos de ejercicios para la introspección y la toma de conciencia del entorno.

Además, la importancia de la diversidad de actividades para expresar las reflexiones y cómo estas se pueden manifestar se centra en el desarrollo de la creatividad y la imaginación, donde “la meditación favorece la imaginación y la construcción de imágenes mentales. La imaginación es central en los procesos de aprendizaje, con ella el estudiantado crea imágenes mentales, activando la cognición y la creatividad” (Aranguren, 2023, p. 250). De este modo, se generan procesos de aprendizaje mediante la realización de diferentes ejercicios para la reflexión e interiorización. Cabe advertir que la mayoría de los estudiantes encuestados no realiza este tipo de ejercicios, los cuales son fundamentales para desarrollar con mayor facilidad las expresiones personales y de reflexión.

Seguidamente, en la tabla 2 se presenta la categoría “comunidad”. Este término proviene del latín *communitas*, que significa “cualidad de lo común. Alude a lo que no es privativo de uno solo, sino que pertenece o se extiende a varios” (Romero y Muñoz, 2014, p. 5). Esto implica reconocer que la comunidad está construida sobre diversas situaciones y personas. Por ello, Romero y Muñoz (2014) afirman que “la comunidad aquí es asumida como una forma de

relación social que implica simetría, equidad, inclusión, participación, cooperación y proyecto colectivo” (p. 2). Así pues, todas las personas involucradas en una comunidad tienen la oportunidad de relacionarse con otras y ser contadas como parte de un grupo que abarca una diversidad de pensamientos y posiciones frente al mundo.

En esta misma línea, Carrillo (2002) concibe “la ‘comunidad’ como una categoría analítica y propositiva, capaz de describir, comprender y encauzar estos lazos sociales, esquemas de vida, referentes de identidad y alternativas sociales” (p. 3). Este autor ofrece una perspectiva según la cual analizar la comunidad nos permite entender las estructuras y los patrones que la conforman, lo que, a su vez, posibilita explorar nuevas formas de configuración colectiva y social. A la hora de promover “procesos comunitarios, aparece con fuerza la búsqueda o el reencuentro de las raíces y el pasado común, y así sus miembros llegan a comprenderse y a concebir su identidad como grupo específico” (Causse, 2009, p. 4).

En esta investigación, respecto de la categoría “comunidad” los resultados son positivos, con un promedio del 69 % (n= 579) en todos los ítems. De este modo, es posible reconocer los elementos que conforman la identidad de Acodesi y que, a su vez, los estudiantes crean lazos que permiten la armonía en el contexto escolar y familiar.

Tabla 2
Estilo de vida espiritual – comunidad

Comunidad	Índice	Colegio Acodesi	Hombre*		Mujer**		Media	Desviación Estándar	Σ General (N=839)	
			n	%	n	%			n.º	%
Cuando tengo que tomar decisiones, confío en las personas que me orientan.	Negativo	San José	6	0.7%	5	0.6%	5.5	0.5	11	1.3%
		San Francisco	64	7.6%	56	6.7%	60.0	4.0	120	14.3%
		Santa Luiza	54	6.4%	96	11.4%	75.0	21.0	150	17.9%
	Positivo	San José	9	1.1%	9	1.1%	9.0	0.0	18	2.1%
		San Francisco	98	11.7%	90	10.7%	94.0	4.0	188	22.4%
		Santa Luiza	146	17.4%	206	24.6%	176.0	30.0	352	42.0%
Cuando tengo alguna dificultad, mis familiares son una red de apoyo para mí.	Negativo	San José	5	0.6%	5	0.6%	5.0	0.0	10	1.2%
		San Francisco	34	4.1%	45	5.4%	39.5	5.5	79	9.4%
		Santa Luiza	42	5.0%	71	8.5%	56.5	14.5	113	13.5%
	Positivo	San José	10	1.2%	9	1.1%	9.5	0.5	19	2.3%
		San Francisco	128	15.3%	101	12.0%	114.5	13.5	229	27.3%
		Santa Luiza	158	18.8%	231	27.5%	194.5	36.5	389	46.4%
El colegio me ofrece herramientas de apoyo para reflexionar sobre mis acciones.	Negativo	San José	6	0.7%	7	0.8%	6.5	0.5	13	1.5%
		San Francisco	101	12.0%	82	9.8%	91.5	9.5	183	21.8%
		Santa Luiza	53	6.3%	83	9.9%	68.0	15.0	136	16.2%
	Positivo	San José	9	1.1%	7	0.8%	8.0	1.0	16	1.9%
		San Francisco	61	7.3%	64	7.6%	62.5	1.5	125	14.9%
		Santa Luiza	147	17.5%	219	26.1%	183.0	36.0	366	43.6%

Cuando tengo alguna dificultad, mis amigos y compañeros son una red de apoyo para mí.	Negativo	San José	7	0.8%	4	0.5%	5.5	1.5	11	1.3%	
		San Francisco	55	6.6%	41	4.9%	48.0	7.0	96	11.4%	226 26.9%
		Santa Luiza	51	6.1%	68	8.1%	59.5	8.5	119	14.2%	
	Positivo	San José	8	1.0%	10	1.2%	9.0	1.0	18	2.1%	
		San Francisco	107	12.8%	105	12.5%	106.0	1.0	212	25.3%	613 73.1%
		Santa Luiza	149	17.8%	234	27.9%	191.5	42.5	383	45.6%	

Nota. *(n=377; 44.9 %); ** (n=462; 55.1 %) // fuente: elaboración propia.

Los resultados positivos que se muestran en la tabla 2 se evidencian en la literatura, donde, en lo que refiere a la primera pregunta, Meana (2019) expone que “la relationalidad tiene una función práctica evidente: nos permite buscar y generar sistemas de apoyo que, en diversos órdenes, mejoren la calidad de vida y den mayores posibilidades que las que posee el individuo aislado” (p. 5). Lo anterior quiere decir que es fundamental que los estudiantes tengan personas de confianza con las que puedan compartir sus metas y visiones para que los orienten en la búsqueda de la calidad de vida. A su vez, en relación con la segunda pregunta, Meana (2019) explica que “cuando el ser humano establece relaciones de intimidad con otras personas es cuando logra vivir de un modo existencialmente más pleno” (p. 5). A partir de estos últimos podemos inferir que, para que la persona se sienta satisfecha con su vida, es fundamental que tenga una red de apoyo formada por vínculos familiares.

Por su parte, en lo que respecta a la tercera pregunta, Parra (2003) afirma que es “más apropiado clarificar sus preferencias personales, ayudarles a reflexionar sobre ellas, asumir la responsabilidad de sus propias elecciones y enseñarles a actuar de acuerdo con los valores elegidos” (p. 82). Desde esta perspectiva, se comprende la importancia del papel de la escuela a la hora de crear escenarios donde se eduque a los estudiantes sobre sus acciones, sin importar si estas tienen un carácter positivo o negativo. En relación con la última pregunta, Meana (2019) explica que “toda persona sana necesita sostén social y relaciones de intimidad. Se puede leer como: no es bueno que un ser humano no sepa ni quiera estar acompañado” (p. 3). Por lo cual, se evidencia la necesidad de que los estudiantes se sientan apoyados por personas cercanas a ellos, como amigos, compañeros de clase y profesores.

En la tabla 3 se presentan los resultados de la categoría “servicio”, que se define como la capacidad que tiene el ser humano de ir más allá de sus intereses personales y ponerse en el lugar del otro mediante herramientas que promuevan actitudes que beneficien la calidad de vida de las personas. Así, el servicio se lleva a cabo cuando “el amor ha de ponerse más en las obras que en las palabras” (De Loyola, 2014, p. 230). El servicio busca promover acciones que alimenten la bondad y la compasión desde la empatía y el compromiso, y llevar al individuo a involucrarse de manera significativa en la construcción de un mundo más justo y solidario. En este sentido, el concepto de servicio no se limita a un acto aislado, sino que se convierte en un estilo de vida

orientado hacia el bien común, en el que se cultivan virtudes como la generosidad, la solidaridad y el altruismo.

Del mismo modo, Patiño (2021) menciona que “el servicio, como disciplina espiritual, nos desafía a abandonar el orgullo y los sentimientos de superioridad. El servicio nos alienta a considerar las necesidades de los demás y actuar con amor para satisfacerlas” (p. 12). De esta forma, el servicio se relaciona directamente con la espiritualidad, ya que motiva la interioridad de la persona para desarrollar actitudes empáticas, compasivas, competentes y comprometidas para con la comunidad.

Para esta categoría se evidencian indicadores positivos en tres de los cuatro ítems, siendo el promedio del 77.8% (n=653), y un índice negativo con el 50.4% (n=423). Estos resultados se relacionan con el principio de servicio desde el enfoque humanista, a partir de las necesidades humanas como servicios de asesoramiento, apoyo y cuidado.

Tabla 3
Estilo de vida espiritual – servicio

Servicio	Índice	Colegio Acodesi	Hombre*		Mujer**		Media	Desviación Estándar	Σ General (N=839)		
			n	%	n	%			n. ^o	%	n. ^o
Cuando pienso diferente a los demás, se me dificulta ayudarlos.	Negativo	San José	4	0.5%	3	0.4%	3.5	0.5	7	0.8%	
		San Francisco	45	5.4%	49	5.8%	47.0	2.0	94	11.2%	266 31.7%
		Santa Luiza	68	8.1%	97	11.6%	82.5	14.5	165	19.7%	
	Positivo	San José	11	1.3%	11	1.3%	11.0	0.0	22	2.6%	
		San Francisco	117	13.9%	97	11.6%	107.0	10.0	214	25.5%	573 68.3%
		Santa Luiza	132	15.7%	205	24.4%	168.5	36.5	337	40.2%	
Participo en espacios de colaboración para ayudar a los más necesitados.	Negativo	San José	11	1.3%	5	0.6%	8.0	3.0	16	1.9%	
		San Francisco	97	11.6%	69	8.2%	83.0	14.0	166	19.8%	423 50.4%
		Santa Luiza	118	14.1%	123	14.7%	120.5	2.5	241	28.7%	
	Positivo	San José	4	0.5%	9	1.1%	6.5	2.5	13	1.5%	
		San Francisco	65	7.7%	77	9.2%	71.0	6.0	142	16.9%	416 49.6%
		Santa Luiza	82	9.8%	179	21.3%	130.5	48.5	261	31.1%	
	Negativo	San José	5	0.6%	1	0.1%	3.0	2.0	6	0.7%	158 18.8%

Siento empatía hacia un grupo o comunidad, ante situaciones de injusticia que se presenten con ellos.	Positivo	San Francisco	41	4.9%	21	2.5%	31.0	10.0	62	7.4%	
		Santa Luiza	50	6.0%	40	4.8%	45.0	5.0	90	10.7%	
		San José	10	1.2%	13	1.5%	11.5	1.5	23	2.7%	
		San Francisco	121	14.4%	125	14.9%	123.0	2.0	246	29.3%	681 81.2%
	Negativo	Santa Luiza	150	17.9%	262	31.2%	206.0	56.0	412	49.1%	
		San José	4	0.5%	2	0.2%	3.0	1.0	6	0.7%	
		San Francisco	30	3.6%	23	2.7%	26.5	3.5	53	6.3%	134 16.0%
		Santa Luiza	37	4.4%	38	4.5%	37.5	0.5	75	8.9%	
Ayudo de manera generosa a las personas sin esperar nada a cambio.	Positivo	San José	11	1.3%	12	1.4%	11.5	0.5	23	2.7%	
		San Francisco	132	15.7%	123	14.7%	127.5	4.5	255	30.4%	705 84.0%
	Negativo	Santa Luiza	163	19.4%	264	31.5%	213.5	50.5	427	50.9%	

Nota. *(n=377; 44.9 %); ** (n=462; 55.1 %) // fuente: elaboración propia.

En la literatura, los resultados positivos de la tabla 3 se relacionan con la importancia del sentimiento de solidaridad que nace de los niños, las niñas y los jóvenes. Según Campos (2023), la solidaridad es “el vehículo donde la sociedad y el sujeto interactúan constantemente en forma individual y recíproca utilizando las esferas sociales y la racionalidad para lograr el desarrollo de cada persona sin perjudicar a los demás y donde prima la idea de justicia” (p. 7). Así, la solidaridad es aquel sentimiento que nos ayuda a ver a la otra persona y ayudarla sin importar la diferencia de su pensamiento.

Por su parte, los resultados negativos permiten identificar la importancia de la participación y la creación de espacios que viabilicen que los estudiantes se involucren en el sentimiento de solidaridad a través de actividades colaborativas. De estas propias actividades colaborativas se derivan espacios de aprendizaje. Tal y como lo menciona Nieves (2001), “el aprendizaje-servicio responde simultáneamente a problemáticas comunitarias y a necesidades pedagógicas. Pero tiene sentido para la escuela fundamentalmente porque es una respuesta educativa, orientada hacia los primeros destinatarios de la acción social de la escuela: los alumnos” (p. 150). Lo anterior permite reflexionar sobre la importancia de crear espacios en el contexto educativo donde los estudiantes participen en la colaboración y el servicio al otro.

También es importante destacar que

el aprendizaje-servicio es una herramienta eficaz para aprender a aprender porque permite aplicar lo estudiado en situaciones reales, porque da sentido a lo que ya se sabe y motiva a investigar lo que no se sabe, a desplegar la propia creatividad e iniciativa. (Nieves, 2001, p. 153)

Por eso, cuando el estudiante se enfrenta a situaciones en las que observa contextos injustos y reales con las demás personas, nace un sentimiento de empatía y necesidad de colaboración, lo que indica que la mayoría de los estudiantes siente indignación frente a las injusticias. Además, es evidente la comprensión de los estudiantes a partir de la generosidad que, según Torres et ál. (2015), implica poner las capacidades y atributos humanos “al servicio de los demás, mediante una acción auténtica, sin esperar nada a cambio” (p. 3). Los resultados de las encuestas muestran que los estudiantes mantienen una cultura de generosidad, sin desear un reconocimiento o beneficio a cambio del servicio realizado.

Finalmente, en la tabla 4 se presenta la cuarta y última categoría, “celebración”, que se entiende como “aquella acción estructurada por un conjunto de signos que, recíprocamente articulados, le confieren un carácter simbólico” (Gutiérrez, 2017, p. 801). Esto significa que las personas realizan acciones que conforman símbolos y patrones que permiten construir sentido en lo social y cultural. En relación con este punto, Castellanos y Cervera (2006) explican que “la celebración no podrá ser un contacto superficial y epidérmico, sino profundo, en crecimiento y maduración constante; exigirá, pues, una interiorización” (p. 55). Esto quiere decir que la celebración está estrechamente vinculada con lo simbólico, ya que debe ser interiorizada a través de su significado y fin.

En consecuencia, Gutiérrez (2017) afirma que “toda celebración se muestra como una acción de naturaleza social que se destaca del cotidiano” (p. 800). A partir de ello se puede decir que la celebración constituye aquellos actos cargados de importancia social y personal, y es allí donde crecen los lazos de la persona con su comunidad. Al respecto, Gonnet (2011) explica la celebración como “una relación de interdependencia entre partes, que consiste en el reconocimiento de los derechos y pretensiones de los otros” (p. 2).

Por lo anterior, en esta categoría se evidencia, a partir de los ítems, índices positivos que se encuentran con el promedio del 74.6 % (n= 626) e índices negativos con el promedio del 70.9 % (n=595), donde los estudiantes muestran parcialmente señales de alegría o satisfacción interiorizada a partir de una acción de naturaleza social o cultural.

Tabla 4
Estilo de vida espiritual – celebración

Celebración	Índice	Colegio Acodesi	Hombre*		Mujer**		Media	Desviación Estándar	Σ General (N=839)	
			n	%	N	%			n.º	%
Agradezco a las personas que realizan acciones que me benefician.	Negativo	San José	2	0.2%	1	0.1%	1.5	0.5	3	0.4%
		San Francisco	18	2.1%	9	1.1%	13.5	4.5	27	3.2%
		Santa Luiza	19	2.3%	12	1.4%	15.5	3.5	31	3.7%
	Positivo	San José	13	1.5%	13	1.5%	13.0	0.0	26	3.1%
		San Francisco	144	17.2%	137	16.3%	140.5	3.5	281	33.5%
		Santa Luiza	181	21.6%	290	34.6%	235.5	54.5	471	56.1%
Reconozco las manifestaciones de vida espiritual y me vinculo a ellas.	Negativo	San José	8	1.0%	2	0.2%	5.0	3.0	10	1.2%
		San Francisco	84	10.0%	56	6.7%	70.0	14.0	140	16.7%
		Santa Luiza	98	11.7%	117	13.9%	107.5	9.5	215	25.6%
	Positivo	San José	7	0.8%	12	1.4%	9.5	2.5	19	2.3%
		San Francisco	78	9.3%	90	10.7%	84.0	6.0	168	20.0%
		Santa Luiza	102	12.2%	185	22.1%	143.5	41.5	287	34.2%
Uso signos y símbolos para expresar mi vida interior.	Negativo	San José	13	1.5%	10	1.2%	11.5	1.5	23	2.7%
		San Francisco	131	15.6%	107	12.8%	119.0	12.0	238	28.4%
		Santa Luiza	157	18.7%	185	22.1%	171.0	14.0	342	40.8%
	Positivo	San José	2	0.2%	4	0.5%	3.0	1.0	6	0.7%
		San Francisco	31	3.7%	39	4.6%	35.0	4.0	70	8.3%
		Santa Luiza	43	5.1%	117	13.9%	80.0	37.0	160	19.1%
Me identifico con los signos y los símbolos que expresan una experiencia espiritual.	Negativo	San José	12	1.4%	9	1.1%	10.5	1.5	21	2.5%
		San Francisco	127	15.1%	100	11.9%	113.5	13.5	227	27.1%
		Santa Luiza	151	18.0%	187	22.3%	169.0	18.0	338	40.3%
	Positivo	San José	3	0.4%	5	0.6%	4.0	1.0	8	1.0%
		San Francisco	35	4.2%	46	5.5%	40.5	5.5	81	9.7%
		Santa Luiza	49	5.8%	115	13.7%	82.0	33.0	164	19.5%

Nota. *(n=377; 44.9 %); ** (n=462; 55.1 %) // fuente: elaboración propia.

Perret (2021) explica que “la gratitud es una de las virtudes maestras para reconectarte con tu espiritualidad y vivirla día a día” (p. 42). De ello se deduce que la gratitud debería formar parte de la vida cotidiana de las personas, ya que permite promover una fuerte conexión con su espiritualidad y, a su vez, suscita vínculos más fuertes con quienes se encuentran alrededor. Así mismo, Aranguren (2023) afirma que “la vivencia de ritos en las escuelas permite a todos sus miembros experimentar vivencias fraternas, lo que incide en la disminución de los niveles de violencia, en la consolidación de relaciones de amistad y en una mejor convivencia” (p. 254). Esto confirma que la escuela debe crear espacios que promuevan la creación de vínculos con la espiritualidad de cada individuo.

Así mismo, en cuanto al uso de símbolos y signos, Aranguren (2023) explica que “las celebraciones de inicios y finales de procesos, entre otros, van construyendo una espiritualidad

colectiva que facilita valorar los signos y símbolos que los identifican e integran como comunidad” (p. 254). A partir de esto, resulta clara la importancia de que los estudiantes tengan la posibilidad de vincularse con aquellos signos y símbolos que les permitan reforzar su espiritualidad. Además, el uso de signos y símbolos que expresan la existencia, según Aranguren (2023), “tienen un alto contenido de celebración que facilita la experiencia de un paso fronterizo entre la culminación y el inicio de un proceso, y commociona significativamente a la persona” (p. 253). Esto quiere decir que, cuando la persona se identifica con un símbolo, puede llegar a sentir su existencia como parte de un momento trascendente.

Conclusiones

En el contexto de la Acodesi, los estudiantes se relacionan con comportamientos que les permiten poner en práctica, en primer lugar, la interioridad, a través de actitudes consigo mismos y ejercicios de toma de conciencia, como la escritura, la música y la danza. En segundo lugar, la comunidad, que refiere a la confianza de los estudiantes en las personas que los orientan, así como a las redes de apoyo formadas por su entorno familiar y el ámbito educativo. En tercer lugar, el servicio, en el que los estudiantes generan actitudes de ayuda sin importar la diferencia de pensamiento. El servicio también se presenta como una oportunidad de ayudar a quienes lo necesitan, sin esperar nada a cambio. En cuarto y último lugar, se presenta la celebración, donde se evidencia el agradecimiento de los estudiantes, las manifestaciones de vida espiritual, el uso y la identificación con signos y símbolos.

Por todo lo anterior, se puede inferir que en el futuro es importante promover en los estudiantes espacios y actitudes donde se generen vínculos que los contacten con su espiritualidad, a través de las categorías que se mencionan en el artículo. Esto se debe a que, aunque la categoría de interioridad dio resultados positivos en su mayoría, la categoría de celebración obtuvo porcentajes de población mucho más negativos. De acuerdo con esto, se comprueba que aún hay carencias que no permiten a los estudiantes encontrar en su entorno educativo herramientas para conectarse al máximo con su espiritualidad, lo cual influye en su bienestar.

A su vez, se espera que este artículo sirva de base para construir una estrategia pedagógica orientada a los estilos de vida de niños y adolescentes de Acodesi. También se espera que permita generar instrumentos que midan los estilos de vida espirituales, no solo de comunidades como la Acodesi, sino también de otras que estén preocupadas por el bienestar espiritual de sus niños, niñas y adolescentes, y a partir de ello generar más estrategias pedagógicas.

Se reconocen las contribuciones de este artículo a la investigación del fenómeno de la espiritualidad y el estilo de vida. Sin embargo, este estudio también ha tenido algunas

limitaciones, entre las que se encuentran los diferentes puntos de vista de Acodesi en cuanto al tema de la espiritualidad y las categorías que lo componen. A su vez, al ser un fenómeno poco estudiado, se presentaron bastantes dificultades a la hora de encontrar autores que hablasen sobre este tema y lo sustentasen. Por último, es necesario fortalecer las estrategias de acompañamiento estudiantil a partir de la creación de procedimientos pedagógicos que aborden la necesidad del contexto educativo desde la atención, la prevención y la autorreflexión de los estudiantes hacia el desarrollo de un bienestar escolar y la promoción de estilos de vida espirituales que contribuyan a una calidad y estilos de vida saludables.

Referencias

- Acodesi. (2003). *La formación integral y sus dimensiones*. Kimpres.
- AERA. (2011). Code of Ethics: American Educational Research Association Approved by the AERA Council. *Educational Researcher*, 40(3), 145-156. <https://doi.org/10.3102/0013189X1141040>
- Alarcón, E. (2023). Avanzando hacia el desarrollo íntegro de la persona: aproximación al concepto de inteligencia espiritual. *Human Review, Revista Internacional de Humanidades*, 18(5), 1-9. <https://doi.org/10.37467/revhuman.v18.4898>
- Álvarez-Valdés, L. G. (2021). La libertad humana: condición de interioridad. *Diálogo Filosófico*, 109, 4-43. <https://www.dialogofilosofico.com/index.php/dialogo/article/view/818/861>
- Aranguren, G. (2023). La educación de la espiritualidad para la consolidación de una escuela inteligente. *Revista: Innovaciones Educativas*, 25(39), 243-260. <https://dx.doi.org/10.22458/ie.v25i39.4571>
- Arrivillaga, M., Salazar, I. C. y Correa, D. (2003). Creencias sobre la salud y su relación con las prácticas de riesgo o de protección en jóvenes universitarios. *Colombia Medica*, 34(4), 186-195. <https://doi.org/10.25100/cm.v34i.4.273>
- Baena-Paz, G. (2017). *Metodología de la investigación. Serie integral por competencias*. Grupo Editorial PATRIA.
- Becerra, I. (2024). *Metodología de la investigación. Triángulo para su construcción*. Ediciones de la U-EDU.
- Bernal-Torres, C. (2010). *Metodología de la investigación: administración, economía, humanidades y ciencias sociales*. Pearson Educación.
- Bueno-Castellanos, M., De Souza Martins, M., & Posada-Bernal, S. (2020). Espiritualidad y estilos de vida. *Cuestiones Teológicas*, 47(108), 102-118. <https://doi.org/10.18566/cueteo.v47n108.a06>
- Bourdieu, P. (1998). *La distinción*. Taurus.
- Campos, P. (2023). La solidaridad como valor moral: un acercamiento epistemológico para su educación. *Revista Cubana de Educación Superior*, 42(1), 1-7. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0257-43142023000100018

- Cano, L. y Cantillo Valero, C. (2016). La evaluación de los aprendizajes en los SMOOC. Estudio de caso en el Proyecto Europeo ECO. *Revista mediterránea de comunicación*, 7(2), 21-35.
<https://doi.org/10.14198/medcom2016.7.2.2>
- Carrillo, A. T. (2002). Vínculos comunitarios y reconstrucción social. *Revista Colombiana de Educación*, 43(2), 1-19. <https://doi.org/10.17227/01203916.5457>
- Castellano, J. y Cervera, J. C. (2006). Liturgia y vida espiritual: teología, celebración, experiencia. *Scripta Theologica*, 40(1), 262-267. <https://doi.org/10.15581/006.40.10529>
- Causse, M. (2009). El concepto de comunidad desde el punto de vista socio-histórico-cultural y lingüístico. *Ciencia en su PC*, 3, 12–21. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=181321553002>
- Chávez, Z., Espinoza, A., Espino, A., Melgarejo, R., Chávez, R. y Guerrero, O. (2021). El juego como estrategia didáctica para el desarrollo motriz. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinaria*, 5(4), 4937-4950. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v5i4.668
- Cieza Tello, E., Quiroz Burga, K., Rodas Vértiz, V. y Maguiña Vizcarra, J. (2024). Condición y calidad de la vida espiritual en estudiantes adolescentes. *Chakiñan, Revista de Ciencias Sociales y Humanidades*, 23, 304-326. <https://doi.org/10.37135/chk.002.23.14>
- Colombia. Decreto 1377 de 2013. Reglamenta parcialmente la Ley 1581 de 2012, por la cual se dictan disposiciones generales para la protección de datos personales. Junio 27 de 2013. D.O. núm. 48.834.
- De Loyola, I. (2014). *Ejercicios Espirituales*. Pontificia Universidad Javeriana (original publicado en 1541).
- De Souza Martins, M., Posada-Bernal, S., Figueroa-Ángel, M. y Román-Cárdenas, A. (2022). Teorias da aprendizagem na educação física na primeira infância: uma perspectiva colombiana. *MOTRICIDADES: Revista Da Sociedade De Pesquisa Qualitativa Em Motricidade Humana*, 6(3), 213–228. <https://doi.org/10.29181/2594-6463-2022-v6-n3-p213-228>
- Gamboa Mora, M. C., García Sandoval, Y. y Beltrán Acosta, M. (2013). Estrategias pedagógicas y didácticas para el desarrollo de las inteligencias múltiples y el aprendizaje autónomo. *Revista de investigaciones UNAD*, 12(1), 101-128. <https://doi.org/10.22490/25391887.1162>
- Gonnet, J. (2011). Reciprocidad, interacción y doble contingencia. Una aproximación a lo social. *Aposta. Revista de Ciencias Sociales*, 50(3) 1-17. <https://www.redalyc.org/pdf/4959/495950246003.pdf>
- Gutiérrez, J. (2017). Rito, culto, cultura. En los márgenes de la encíclica “Ecclesia de Eucaristía”. *Scripta theologica*, 36(3), 795-813. <https://doi.org/10.15581/006.36.13679>
- Lorenzo, J. y Díaz, H. (2019). Estilos y calidad de vida, su vínculo con la depresión en el siglo XXI. *Revista de Ciencias Médicas de Pinar del Río*, 23(2), 172-173. <https://revempinar.sld.cu/index.php/publicaciones/article/view/3844>
- Krmpotic, C. (2016). La espiritualidad como dimensión de la calidad de vida. Exploraciones conceptuales de una investigación en curso. *Scripta Ethnologica*, 38, 105-120. <https://www.redalyc.org/journal/148/14849184006/html/>

- Meana, S. (2019). *Las potencias del alma revisitadas: pilares para una antropología ignaciana*. Mensajero MEN. (2014). *Documento No. 20. El sentido de la educación inicial. Serie de orientaciones pedagógica para la educación inicial en el marco de la atención integral*. Ministerio de Educación Nacional.
- Nieves, M. (2001). *La solidaridad como pedagogía: “El aprendizaje-servicio” en la escuela*. Editorial Ciudad Nueva
- Parra, J. (2003). La educación en valores y su práctica en el aula. *Revista: Tendencias Pedagógicas*, 8, 69-88. <https://revistas.uam.es/tendenciaspedagogicas/article/view/1830>
- Patiño, R. (2021). *El servicio como disciplina espiritual* [tesis de grado, Seminario Bíblico de Colombia]. <http://www.repcibiblico.co/repositorio/handle/123456789/618>
- Perret, R. (2021). *El poder de la gratitud*. Planeta.
- Posada-Bernal, S., Castaneda-Cantillo, A. y De Souza Martins, M. (2021). Resiliência, estilos de vida e gestão do tempo em jovens universitários na Colômbia, diante da pandemia COVID-19. *MOTRICIDADES: Revista Da Sociedade De Pesquisa Qualitativa Em Motricidade Humana*, 5(2), 196-212. <https://doi.org/10.29181/2594-6463-2021-v5-n2-p196-212>
- Restrepo-Escobar, S. y Sepúlveda Cardona, E. (2021). Campañas educativas y de prevención. Una revisión sobre el consumo de sustancias psicoactivas en jóvenes universitarios de Colombia. *Interdisciplinaria*, 38(2), 199-208. <https://dx.doi.org/10.16888/interd.2021.38.2.13>
- Romero, M. y Muñoz, R. (2014). Comunidad y desarrollo comunitario: aspectos teóricos y metodológicos. *Estudios del Desarrollo Social: Cuba y América Latina*, 2(2), 77-89. <https://www.redalyc.org/pdf/5523/552357197008.pdf>
- Streiner, D. (1993). A checklist for evaluating the usefulness of rating scales. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 38(2):140-148. <https://doi.org/10.1177/070674379303800214>
- Torres, A., López Lara, L. y Nobalbo Aguilera, Y. (2015). José Martí: Paradigma de la generosidad. *Humanidades Médicas*, 15(2), 382-391. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-81202015000200012&lng=es&tlang=es.