

# INTELIGENCIA ESPIRITUAL, GRATITUD Y FLORECIMIENTO EN ADULTOS JÓVENES ARGENTINOS

## SPIRITUAL INTELLIGENCE, GRATITUDE AND FLOURISHING AMONG YOUNG ARGENTINIAN ADULTS

Bonacina, Gianfranco<sup>1</sup>; Klos, M. Carolina<sup>2</sup>; Lemos, Viviana N.<sup>3</sup>

### RESUMEN

A pesar de los avances en la comprensión del bienestar humano, queda mucho por explorar sobre cómo ciertos recursos, como la inteligencia espiritual y la gratitud, pueden favorecer el florecimiento. El presente estudio tiene como *objetivo* investigar el impacto de la inteligencia espiritual y la gratitud en el florecimiento de adultos jóvenes argentinos. *Método*: se evaluaron 279 adultos jóvenes de ambos sexos de 18 a 35 años ( $M = 22.35$ ;  $DE = 3.28$ ) provenientes de diferentes provincias argentinas. Se utilizaron la Escala de Inteligencia Espiritual (EIEs-28) (Arias, 2024); el Cuestionario de Gratitud (G-20) (Bernabé-Valero et al., 2014; Klos et al., 2020); y la Escala Multidimensional de Florecimiento (Mesurado et al., 2018). Los datos se analizaron mediante análisis de regresión lineal múltiple. *Resultados*: los resultados indicaron que tanto la inteligencia espiritual como la gratitud tienen un rol significativo en el florecimiento, explicando diversas dimensiones del bienestar. La inteligencia espiritual tuvo un impacto más relevante en el bienestar psicológico ( $\beta = .44$ ) y emocional ( $\beta = .38$ ), mientras que la gratitud mostró un mayor peso predictivo en el bienestar social ( $\beta = .29$ ). *Conclusiones*: el presente estudio sugiere que la inteligencia espiritual y la gratitud son recursos clave para el funcionamiento óptimo, en áreas específicas del bienestar. Fomentar el desarrollo de la inteligencia espiritual y la gratitud podría ser una estrategia efectiva para favorecer el bienestar en adultos jóvenes.

### Palabras clave:

Inteligencia espiritual, Gratitud, Florecimiento, Bienestar, Psicología positiva.

### ABSTRACT

Despite advances in understanding human well-being, there is still much to explore regarding how certain resources, such as spiritual intelligence and gratitude, can foster flourishing. This study *aims* to investigate the impact of spiritual intelligence and gratitude on the human flourishing of young Argentinian adults. *Method*: a total of 279 young adults of both sexes aged 18 to 35 years ( $M = 22.35$ ;  $SD = 3.28$ ) from various Argentine provinces were assessed. The instruments used included the Spiritual Intelligence Scale (EIEs-28) (Arias, 2024); the Gratitude Questionnaire (G-20) (Bernabé-Valero et al., 2014; Klos et al., 2020); and the Multidimensional Flourishing Scale (Mesurado et al., 2018). Multiple linear regression was performed to analyze the data. *Results*: The results indicated that both spiritual intelligence and gratitude play a significant role in human flourishing, explaining various dimensions of well-being. Spiritual intelligence had a stronger impact on psychological ( $\beta = .44$ ) and emotional well-being ( $\beta = .38$ ), while gratitude showed a higher predictive weight for social well-being ( $\beta = .29$ ). *Conclusions*: this study suggests that spiritual intelligence and gratitude are essential resources for optimal functioning, albeit in specific areas of well-being. Thus, the development of spiritual intelligence and gratitude could be an effective strategy to foster well-being in young adults.

### Keywords:

Spiritual Intelligence, Gratitude, Flourishing, Well-being, Positive psychology.

<sup>1</sup>Facultad de Humanidades, Educación y Ciencias Sociales, Universidad Adventista del Plata (UAP). Argentina.

Email gianfranco.bonacinar@gmail.com

<sup>2</sup>Centro Interdisciplinario de Investigaciones en Ciencias de la Salud y el Comportamiento (CIICSAC), Universidad Adventista del Plata (UAP), Argentina.

<sup>3</sup>Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas (CONICET). Centro Interdisciplinario de Investigaciones en Ciencias de la Salud y el Comportamiento (CIICSAC), Universidad Adventista del Plata (UAP). Argentina.

## INTRODUCCIÓN

La psicología se dedicó por mucho tiempo a realizar investigaciones sobre cómo reconocer, comprender y reducir psicopatologías, descuidando el énfasis sobre los aspectos que implican un funcionamiento adecuado (Park et al., 2013) y aquellos que promueven el bienestar y una salud mental óptima (Agenor et al., 2017). Implícitamente, se suponía que el bienestar era posible solamente en ausencia de patologías (Chaves, 2021). Esta visión limitó, de cierta forma, el estudio de los aspectos sanos de las personas (García-Álvarez et al., 2020).

Actualmente, se reconoce que la salud mental no sólo implica la ausencia de enfermedad, sino también la presencia de un funcionamiento positivo (Ryff & Singer, 1998; World Health Organization, 2022). Esta perspectiva se hace evidente en el contexto del desarrollo de la psicología positiva, cuyo enfoque subraya la identificación y entendimiento de las virtudes y cualidades humanas, con el objetivo de promover contextos que permitan que las personas tengan una vida con mayor bienestar y productividad. Desde entonces, se desarrollaron investigaciones relacionadas con el crecimiento humano y sus potencialidades, más allá del estudio de las psicopatologías (Reppold et al., 2015). El enfoque de la psicología positiva posibilitó, por lo tanto, el marco para el desarrollo del concepto de florecimiento humano (Seligman, 2011).

El término florecimiento (*flourishing*, en inglés) significa crecer o prosperar. De esta manera, representa una forma de entender la salud mental en un sentido más amplio (VanderWeele et al., 2019). El florecimiento humano hace referencia a la experiencia de que la vida va bien, donde se combinan el sentirse bien y el funcionar de manera efectiva (Huppert & So, 2013).

En su modelo de tres dimensiones, Keyes (2010), sostiene que los individuos florecen al encontrarse libres de psicopatologías y cuando obtienen un mayor bienestar social, psicológico y emocional, reflejando un concepto multidimensional de la salud mental. La dimensión de Bienestar Social contempla la percepción de las personas en cuanto a su importancia para la sociedad, el sentimiento de cercanía con otros miembros de la sociedad, el compromiso con los problemas sociales y el sentimiento de que su trabajo contribuye al progreso social. El Bienestar Psicológico comprende la percepción del funcionamiento de los individuos en su vida personal, respecto a su significado y propósito en la vida, el compromiso con actividades personales (familia y trabajo) y la percepción general en relación con la satisfacción laboral y en la familia. El Bienestar Emocional incluye el sentimiento de emociones positivas y negativas y su aproximación a la felicidad (Keyes, 2010; Mesurado et al., 2018).

En este contexto, se pueden señalar dos factores potencialmente influyentes en el florecimiento de los individuos: la inteligencia espiritual y la gratitud.

El concepto de inteligencia espiritual, introducido por Zohar y Marshall (2001), hace referencia al proceso por el cual las personas pueden abordar y solucionar problemas de significado y valores, dirigir sus acciones y vidas hacia un contexto

más rico y amplio que brinda un propósito, y evaluar distintos caminos como más o menos valiosos para sus vidas. Según Iriarte-Pupo y colaboradores (2021), la inteligencia espiritual comprende un conjunto de creencias internas que generan el sentimiento de vivir con un propósito, fomentan la esperanza, fortalecen normas sociales positivas y brindan un sistema de apoyo social. Estos componentes, interconectados, contribuyen a mejorar el bienestar personal.

Continuando con esta perspectiva, Arias y Lemos (2015), entienden la inteligencia espiritual “como la capacidad de construir un sistema saludable (o adaptativo) de valores o creencias espirituales y de adoptarlo como estilo de vida” (Arias & Lemos, 2015, p. 96). En su definición del constructo, la inteligencia espiritual se encuentra integrada por tres componentes: cognitivo (conocimiento espiritual), relacionado con la construcción de una concepción trascendente de la propia existencia; afectivo (vivencia espiritual), la vivencia afectiva resultante de la actividad cognitiva; y conductual (contingencia), que implica la coherencia en las conductas según la concepción construida cognitivamente a través de la experiencia afectiva.

La inteligencia espiritual, al integrar creencias y acciones coherentes, puede facilitar una experiencia significativa y gratificante, promoviendo el desarrollo personal, el cual se vincularía con los aspectos del florecimiento: el ‘funcionar bien’ al proporcionar herramientas para enfrentar desafíos de manera efectiva, y el ‘sentirse bien’ al generar una sensación de logro, propósito y gratitud.

El concepto de gratitud puede ser definido tanto como una emoción, con una duración limitada e incluida como parte de las emociones positivas, así como una disposición, que no se enmarca en un momento particular, sino que implica un rasgo de carácter (Emmons & McCullough, 2004). McCullough et al. (2002), sostienen que se trata de una tendencia a reconocer las acciones bondadosas de otros como influyentes en las experiencias positivas propias y en los resultados que uno obtiene, respondiendo a ellas con un sentimiento de agradecimiento. Por este motivo, enfatizan la naturaleza prosocial de la gratitud, en tanto orienta a las personas hacia una sensibilidad y cuidado por otros (Bartlett & DeSteno, 2006; McCullough et al., 2002; Tsang, 2006).

En la misma línea, Bernabé-Valero et al. (2014), presentan un modelo integrativo de 4 dimensiones de la gratitud: gratitud interpersonal, gratitud ante el sufrimiento, reconocimiento de los dones en la experiencia personal y expresión de la gratitud. En efecto, el constructo de gratitud incluye procesos cognitivos, emocionales, comportamentales y valorativos, y tiene un alcance tanto personal como transpersonal. La gratitud no solo contribuye al bienestar emocional, sino que también fomenta las conexiones sociales y el bienestar personal (Bali et al., 2022; Cantus et al., 2022; Deichert et al., 2021; Emmons & Stern, 2013; García-Álvarez & Rincón-Gill, 2022; Jans-Beken et al., 2020; Kong et al., 2021; Portocarrero et al., 2020; Scurtu-Tura et al., 2024; Wood et al., 2010).

A pesar de los avances en la comprensión de la salud mental y el bienestar humano, todavía queda un vasto campo para explorar en términos de cómo ciertos recursos pueden favorecer el florecimiento. En particular, resulta

interesante profundizar en el rol de la inteligencia espiritual, entendida como una experiencia vinculada al desarrollo personal y la conexión trascendental, y la gratitud, una emoción centrada en el reconocimiento de los beneficios recibidos. Ambas tienen implicaciones en el intercambio social positivo y en el bienestar individual, por lo que podrían promover una vida más plena y significativa, con un mayor sentido de propósito y conexión con los demás. En función de lo expuesto, el objetivo del presente estudio fue analizar el impacto de la inteligencia espiritual y la gratitud en el florecimiento de adultos jóvenes argentinos.

## MATERIALES Y MÉTODO

### Tipo de estudio

El diseño del estudio fue de tipo relacional y *ex post facto* y de corte transversal (Ato et al., 2013).

### Participantes

La muestra fue seleccionada a través de un muestro no probabilístico y estuvo compuesta por 279 adultos jóvenes, de edades comprendidas entre 18 y 35 años ( $M = 22.35$ ;  $DE = 3.28$ ), de los cuales 165 fueron mujeres (59.1%) y 114 varones (40.9%). Los participantes residían en distintas provincias argentinas, mayoritariamente en la zona centro-este del país. De los 279 participantes, 242 (87%) indicaron pertenecer a diferentes denominaciones religiosas, todas cristianas. Sólo 37 (11%) indicaron no profesar ninguna religión.

El procedimiento de muestreo utilizado fue por bola de nieve. Inicialmente, se contactó a un grupo de estudiantes universitarios y jóvenes adultos quienes recibieron el enlace al protocolo de evaluación digital a través de correos electrónicos institucionales y mensajes por *WhatsApp*. Estos primeros participantes fueron invitados a reenviar el cuestionario a otras personas que cumplieran con los criterios de inclusión (edad y residencia en Argentina). Este enfoque permitió acceder a una red amplia de contactos indirectos, extendiendo la participación a personas con diversos niveles educativos, trayectorias religiosas y ubicaciones geográficas. La decisión de utilizar este tipo de muestreo respondió a criterios de accesibilidad, viabilidad y focalización en una franja etaria específica de interés para los objetivos del estudio.

### Instrumentos

*Cuestionario de Gratitud-20 ítems (G-20)* (Bernabé-Valero et al., 2014; Klos et al., 2020)

El cuestionario G-20, elaborado para población española por Bernabé-Valero et al. (2014), está compuesto por 20 ítems que corresponden a 4 dimensiones de la gratitud: (1) Gratitud interpersonal (GI), (2) Gratitud ante el sufrimiento (GS), (3) Reconocimiento de los dones en la experiencia personal (RD) y (4) Expresión de gratitud (EG). El cuestionario es autoadministrable y se responde utilizando una escala tipo *Likert* de 7 puntos según el grado de acuerdo con la afirmación (1= "Estoy nada de acuerdo"; 7= "Estoy totalmente de acuerdo"). En este trabajo se utilizó la ver-

sión adaptada y validada para población argentina, cuyas propiedades psicométricas resultaron satisfactorias (Klos et al., 2020). En cuanto a la confiabilidad, el índice de fiabilidad compuesta indicó una excelente fiabilidad global ( $FC = .94$ ) e índices igualmente satisfactorios en cada dimensión: Gratitud interpersonal ( $FC = .80$ ); Gratitud ante el sufrimiento ( $FC = .80$ ); Reconocimiento de los dones en la experiencia personal ( $FC = .72$ ); y Expresión de la gratitud ( $FC = .83$ ). En relación con la validez del constructo, el análisis factorial confirmatorio permitió confirmar la estructura de 4 factores, con índices de ajuste superiores a .95 ( $NFI = .94$ ;  $NNFI = .96$ ;  $IFI = .96$ ;  $CFI = .96$ ) y el índice de penalización inferior a .08 ( $RMSEA = .068$ ).

*Escala de Inteligencia Espiritual (EIEs-28)* (Arias, 2024; Arias & Lemos, 2015)

La Escala de Inteligencia Espiritual (Arias, 2024) está compuesta por 28 ítems, que se responden a través de una escala de tipo *Likert* de 5 puntos de graduación (1= "Totalmente en desacuerdo"; 2= "Parcialmente en desacuerdo"; 3= "Ni de acuerdo ni en desacuerdo"; 4= "Parcialmente de acuerdo"; 5= "Totalmente de acuerdo"). La validez del constructo se comprobó a través de un análisis factorial confirmatorio, que sustenta la existencia de dos dimensiones (Desarrollo y Crisis y profundización), con índices de ajuste superiores a .95 ( $CFI = .97$ ;  $TLI = .96$ ) e índices de penalización inferiores a .08 ( $RMSEA = .05$ ;  $SRMR = .07$ ). A su vez, cada dimensión incluye las facetas cognitiva, afectiva y conductual. En cuanto a la confiabilidad, el coeficiente de  $\alpha$  de Cronbach presentó un puntaje elevado tanto para la escala general ( $\alpha = .95$ ) como para la dimensión de Desarrollo ( $\alpha = .95$ ) y la dimensión de Crisis y profundización ( $\alpha = .90$ ).

*Escala Multidimensional de Florecimiento* (Mesurado et al., 2018)

La Escala multidimensional de florecimiento, elaborada en Argentina (Mesurado et al., 2018), está compuesta por 12 ítems que corresponden a tres dimensiones (Bienestar social, Bienestar psicológico y Bienestar emocional) según la teoría de florecimiento propuesta por Keyes (2005). El instrumento se responde a través de una escala tipo *Likert* de 5 puntos según el grado de acuerdo con la afirmación (1= "Fuertemente en desacuerdo"; 2= "En desacuerdo"; 3= "Ni de acuerdo ni en desacuerdo"; 4= "De acuerdo"; 5= "Fuertemente de acuerdo") en el caso de las dimensiones de Bienestar social y Bienestar psicológico. Para responder los ítems de la dimensión de Bienestar emocional se utilizan adjetivos bipolares (Mesurado et al., 2018). Para comprobar la validez del constructo, se realizó un análisis factorial exploratorio y un análisis factorial confirmatorio, que resultaron en un modelo de tres dimensiones, coincidiendo con la propuesta teórica original. Se presentaron índices de ajuste superiores a .90 ( $AGFI = .93$ ) y .95 ( $CFI = .95$ ) e índices de penalización inferiores a .08 ( $RMSEA = .07$ ;  $RMR = .05$ ;  $SRMR = .05$ ). En cuanto a la consistencia interna, el coeficiente  $H$  de Omega presentó un puntaje elevado para la escala general (Coeficiente  $H = .97$ ), así como también para cada una de las dimensiones: Bienestar

social (Coeficiente  $H = .89$ ); Bienestar psicológico (Coeficiente  $H = .92$ ); Bienestar emocional (Coeficiente  $H = .91$ ).

*Procedimientos éticos y de recolección de datos*

El estudio fue evaluado y aprobado (Resolución N.º 40/24) por el Comité de Ética de la Universidad Adventista del Plata, garantizando que todos los procedimientos llevados a cabo estuvieran en conformidad con las pautas éticas internacionales para la investigación con participantes humanos (American Psychological Association, 2017).

Los datos se recogieron de forma presencial y online, utilizando la plataforma Google Forms. En ambos casos, se realizó un contacto inicial con los adultos jóvenes, instando su colaboración para el estudio, y se solicitó el consentimiento informado correspondiente, explicitando la confidencialidad de los datos obtenidos y el resguardo de la identidad de los participantes.

*Procedimientos estadísticos*

El procesamiento y análisis estadístico se llevó a cabo con el *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) versión 25.0.

En primer lugar, se realizaron análisis descriptivos con el objetivo de contextualizar las características de la muestra de estudio. En segundo lugar, para estudiar de qué manera las dimensiones de la inteligencia espiritual y gratitud predicen las dimensiones del florecimiento humano, se realizaron análisis de regresiones lineales múltiples.

**RESULTADOS**

*Análisis del rol predictor de la inteligencia espiritual y la gratitud sobre el florecimiento*

Primeramente, se evaluó el cumplimiento de los supuestos requeridos para realizar los análisis de regresión. Tras constatar que los análisis de los residuos en cuanto a normalidad, independencia, linealidad y ausencia de mul-

ticolinealidad entre las variables fueron satisfactorios, se probaron tres modelos de regresiones lineales múltiples. En estos modelos, se asignaron a la inteligencia espiritual y a la gratitud como variables independientes, y como variable dependiente, en cada caso, a las dimensiones del florecimiento: bienestar social, bienestar psicológico y bienestar emocional.

*Inteligencia Espiritual, Gratitud y Florecimiento*

Como se expone en la tabla 1, los tres modelos de regresiones lineales múltiples estudiados resultaron significativos. Esto indica que tanto la inteligencia espiritual como la gratitud tuvieron un peso explicativo sobre el bienestar social, el bienestar psicológico y el bienestar emocional.

**Bienestar Social:** Los resultados permitieron conocer que el modelo propuesto explicó un 20% ( $R^2 = .20$ ) de la varianza del bienestar social. Tanto la gratitud ( $\beta = .29$ ;  $p < .001$ ) como la inteligencia espiritual ( $\beta = .19$ ;  $p < .01$ ) explicaron de manera significativa el bienestar social, siendo la gratitud la que proporcionó un mayor peso explicativo (Ver Tabla 1).

**Bienestar Psicológico:** Los resultados indicaron que el modelo propuesto explicó un 32% ( $R^2 = .32$ ) de la varianza del bienestar psicológico. Tanto la inteligencia espiritual ( $\beta = .44$ ;  $p < .001$ ) como la gratitud ( $\beta = .18$ ;  $p < .01$ ) explicaron de manera significativa el bienestar psicológico. En este caso, la inteligencia espiritual es la dimensión que proporcionó un mayor peso explicativo (Ver Tabla 1).

**Bienestar Emocional:** Los resultados permitieron conocer que el modelo propuesto explicó un 33% ( $R^2 = .33$ ) de la varianza del bienestar emocional. Tanto la inteligencia espiritual ( $\beta = .38$ ;  $p < .001$ ) como la gratitud ( $\beta = .24$ ;  $p < .001$ ) explicaron de manera significativa el bienestar emocional, siendo la inteligencia espiritual la que proporcionó un mayor peso explicativo (Ver Tabla 1).

**Tabla 1. Regresiones lineales múltiples en la predicción del florecimiento**

Predictores	B	DE	$\beta$	t	R	R <sup>2</sup>	F	gl
<b>Modelo 1: Bienestar social</b>					.44	.20	33.93***	2, 276
Inteligencia espiritual	.21	.08	.19	2.64**				
Gratitud	.30	.07	.29	3.98***				
<b>Modelo 2: Bienestar psicológico</b>					.57	.32	66.56***	2, 276
Inteligencia espiritual	.46	.07	.44	6.52***				
Gratitud	.17	.06	.18	2.63**				
<b>Modelo 3: Bienestar emocional</b>					.57	.33	66.66***	2, 276
Inteligencia espiritual	.46	.08	.38	5.66***				
Gratitud	.27	.08	.24	3.61***				

Nota: \*\*\*  $p < .001$ ; \*\*  $p < .01$ ; \*  $p < .05$

## DISCUSIÓN

El presente estudio tuvo por objetivo investigar el impacto de la inteligencia espiritual y la gratitud en el florecimiento de adultos jóvenes argentinos.

A partir de los resultados se pudo conocer que tanto la inteligencia espiritual como la gratitud tienen un rol significativo en el florecimiento humano, explicando con distinta intensidad las diversas dimensiones del bienestar.

Por un lado, los resultados indican que la inteligencia espiritual tuvo un impacto más relevante en el bienestar psicológico y emocional, y un menor impacto, aunque igualmente significativo, en el bienestar social. Esto resulta consistente con diversos estudios que identifican a la inteligencia espiritual como un factor predictivo de la salud mental, favoreciendo resultados positivos en distintos dominios de funcionamiento, como el bienestar psicológico y emocional (Alrashidi et al., 2022; Hosseinbor et al., 2023; Ibrahim et al., 2022; Kong et al., 2021). Por su parte, Emmons (2000), también señala que ejercitar la inteligencia espiritual puede favorecer el funcionamiento social, además de promover una mejor calidad de vida. En un estudio que involucró a estudiantes de 18 a 32 años de distintas universidades de Pakistán se encontró que la inteligencia espiritual cumplía un rol significativo en la predicción del bienestar psicológico (Anwar & Rana, 2024). Esto sugiere que fomentar el desarrollo de la inteligencia espiritual podría ser una estrategia efectiva para favorecer el bienestar en adultos jóvenes.

La inteligencia espiritual, al vincularse con la capacidad de encontrar propósito y significado en la vida, de trascender las circunstancias inmediatas y de adoptar una perspectiva profunda sobre la existencia (Arias, 2024; Zohar & Marshall, 2001), podría ser la razón de que resulte más relevante para el bienestar psicológico. La percepción de propósito y coherencia en la vida son aspectos centrales de este tipo de bienestar (Keyes, 2007; Nair & Paul, 2017). Una persona con alta inteligencia espiritual puede reflexionar sobre sus metas y valores, afrontando desafíos con una perspectiva trascendental, lo que fortalece su estabilidad emocional y su satisfacción personal.

A su vez, la capacidad de conectarse con una dimensión trascendental, que brinda la inteligencia espiritual, puede generar emociones positivas como gratitud, paz interior y esperanza (Arias, 2024), las cuales son fundamentales para el bienestar emocional. De esta manera, la habilidad para lidiar con el sufrimiento o las adversidades desde una perspectiva espiritual podría contribuir a mitigar las emociones negativas.

Por otro lado, los resultados permitieron conocer que la gratitud mostró un mayor peso predictivo en el bienestar social, presentando igualmente un impacto significativo en el bienestar psicológico y bienestar emocional. Estos hallazgos son congruentes con distintos estudios que señalan la relación entre la gratitud y conductas prosociales, donde las personas dirigen sus acciones a cuidar y ser sensibles con otros, generándose así una mayor conexión social con los miembros de la comunidad, lo cual incrementa el bienestar emocional y personal (Algoe & Haidt, 2009; Bartlett & DeSteno, 2006; Jans-Beken et al., 2020; McCullough et al.,

2002; Perez et al., 2021; Portocarrero et al., 2020). En un estudio llevado a cabo en India, en el que participaron hombres y mujeres de 18 a 25 años, se encontró que la gratitud tenía una relación significativa con el florecimiento de los participantes (Chopra, 2023). Un estudio similar que involucró a 429 adultos jóvenes indonesios mostró que la gratitud explicó de manera significativa el florecimiento. Puesto que estos y otros estudios (Anand et al., 2024; Phillips et al., 2022; Sari et al., 2023) señalan la influencia positiva de la gratitud en el bienestar de las personas, este recurso podría conformar una base para generar intervenciones destinadas a potenciar el florecimiento humano (Tessy et al., 2022). Estos resultados subrayan la importancia de considerar diferentes recursos psicológicos al abordar las diversas facetas del florecimiento. Sin embargo, este estudio presenta una serie de limitaciones que deben contemplarse en futuras investigaciones. En primer lugar, una de las principales limitaciones del estudio se trata del tipo de muestreo utilizado. Se recurrió a un muestreo no probabilístico de tipo intencional, complementado con la estrategia denominada bola de nieve, mediante la cual los propios participantes colaboraron en la difusión del formulario a sus pares. Si bien esta modalidad resultó adecuada para acceder a una población joven distribuida en distintas provincias del país, presenta limitaciones importantes en términos de representatividad y control sobre la composición de la muestra. El muestreo por bola de nieve tiende a generar muestras homogéneas respecto de ciertas características socioculturales, dado que los contactos iniciales suelen derivar en la incorporación de personas con perfiles similares. Esto puede haber producido una sobrerrepresentación de adultos jóvenes con estudios universitarios en curso, con acceso a tecnologías digitales y, en su mayoría, con orientación religiosa cristiana. Este sesgo de selección restringe la variabilidad de ciertos constructos relevantes, como el estilo de vida, la orientación espiritual o el nivel educativo, y limita la posibilidad de generalizar los resultados a la población general de adultos jóvenes argentinos. Por tanto, se recomienda que futuras investigaciones contemplen el uso de muestreos probabilísticos o estrategias combinadas que permitan un mayor control sobre la distribución de características demográficas y culturales de la muestra, de modo de mejorar la validez externa y la aplicabilidad de los hallazgos a contextos más amplios.

En segundo lugar, el estudio de tipo transversal no permite evaluar el impacto a lo largo del tiempo de las variables de estudio, por lo cual se recomienda poder realizar un estudio de tipo longitudinal sobre estas variables. En tercer lugar, se destaca la exclusión de variables que podrían enriquecer el estudio, como por ejemplo la religiosidad y la espiritualidad intrínseca, que aportarían dimensiones complementarias, al indagar sobre cómo las personas viven y expresan su conexión con lo trascendental, sus creencias y valores. Estudiar estas variables permitiría diferenciar si el impacto observado de la inteligencia espiritual sobre el florecimiento está mediado o potenciado por prácticas religiosas o un sentido intrínseco de espiritualidad, brindando un modelo más completo sobre cómo operan estas distintas variables relacionadas con la trascendencia. Finalmente, se recono-

ce que otras variables sociodemográficas, como la edad y el nivel educativo de los participantes, podrían haber influido en los resultados. Aunque la muestra fue delimitada por rango etario, no se exploró el posible rol modulador de estas variables. Por ello, se sugiere que futuras investigaciones consideren su inclusión como posibles covariables o moderadoras, a fin de profundizar en la comprensión de los factores que inciden en el florecimiento.

En conclusión, aunque la inteligencia espiritual y la gratitud tienen efectos en todas las dimensiones del bienestar, el modelo sugiere que la inteligencia espiritual está más vinculada a dimensiones internas (psicológicas y emocionales), ya que se centra en procesos introspectivos y trascendentales. Por otro lado, la gratitud, al tener un fuerte componente relacional –al implicar el reconocimiento de los beneficios recibidos y la apreciación de los esfuerzos de los demás–, facilita la conexión con los demás y tiene un mayor impacto en el bienestar social.

## REFERENCIAS

- Agenor, C., Conner, N., & Aroian, K. (2017). Flourishing: an evolutionary concept analysis. *Issues in mental health nursing, 38*(11), 915-923. doi: 10.1080/01612840.2017.1355945
- Algoe, S. B., & Haidt, J. (2009). Witnessing excellence in action: The 'other-praising' emotions of elevation, gratitude, and admiration. *The journal of positive psychology, 4*(2), 105-127. doi: 10.1080/17439760802650519
- Alrashedi, N., Alrashedi, M. S., Dator, W. L., Maestrado, R., Villareal, S., Buta, J., Pangket, P., Mostoles, R. J., Gonzales, A., Mina, E., & Pasay An, E. (2022). The Mediating Role of Spiritual Intelligence on Well-Being and Life Satisfaction among Nurses in the Context of the COVID-19 Pandemic: A Path Analysis. *Behavioral Sciences, 12*(12), 515. doi: 10.3390/bs12120515
- American Psychological Association (2017). Ethical Principles of Psychologists and Code of Conduct. Disponible en: <https://www.apa.org/ethics/code>
- Anand, P., Choudhary, P., Bali, M., & Gupta, R. (2024). Flourishing Among Elderly Population: The Role of Social Support and Gratitude. *Psychological Reports, 00332941241285845*.
- Anwar, S., & Rana, H. (2024). Spiritual intelligence and psychological wellbeing of Pakistani University students. *Current Psychology, 43*(6), 5388-5395. doi: 10.1007/s12144-023-04717-8
- Arias, R., & Lemos, V. (2015). Una aproximación teórica y empírica al constructo de inteligencia espiritual. *Enfoques, 27*(1), 79-102.
- Arias, R. (2024). Revisión y ajustes psicométricos de la escala de inteligencia espiritual (EIEs) y su relación con ansiedad y depresión. [Tesis de doctorado no publicada]. *Universidad del Salvador, Facultad de Psicología y Psicopedagogía, Buenos Aires*.
- Ato, M., Lopez, J. J., & Benavente, A. (2013). A classification system for research designs in psychology. *Anales de psicología, 29*(3), 1038-1059. doi: 10.6018/analesps.29.3.178511
- Bali, M., Bakhshi, A., Khajuria, A., & Anand, P. (2022). Examining the association of Gratitude with psychological well-being of emerging adults: the mediating role of spirituality. *Trends in Psychology, 30*(4), 670-687. doi: 10.1007/s43076-022-00153-y
- Bartlett, M. Y., & DeSteno, D. (2006). Gratitude and prosocial behavior: Helping when it costs you. *Psychological science, 17*(4), 319-325. doi: 10.1111/j.1467-9280.2006.01705.x
- Bernabé-Valero, G., García-Alandete, J., & Gallego-Pérez, J. (2014). Construcción de un cuestionario para la evaluación de la gratitud: el Cuestionario de Gratiud-20 ítems (G-20). *Anales de psicología, 30*(1), 278-286. doi: 10.6018/analesps.30.1.135511
- Cantus, D. S., Hidalgo, M. B., & Ballester, M. C. (2022). Perdón y gratitud como predictores de bienestar psicológico. *Metas de enfermería, 25*(3), 70-78. doi: 10.35667/MetasEnf.2022.25.1003081903
- Chaves, C. (2021). Wellbeing and flourishing. In *The Palgrave Handbook of Positive Education* (pp. 273-295). Cham: Springer International Publishing. doi: 10.1007/978-3-030-64537-3
- Chopra, M. (2023). Exploring the Nexus of Gratitude, Flourishing, and Anxiety in Young Adults. *International Journal of Interdisciplinary Approaches in Psychology, 1*(6), 218-301.
- Deichert, N. T., Fekete, E. M., & Craven, M. (2021). Gratitude enhances the beneficial effects of social support on psychological well-being. *The Journal of Positive Psychology, 16*(2), 168-177. doi: 10.1080/17439760.2019.1689425
- Emmons, R. A., & McCullough, M. E. (Eds.) (2004). *The Psychology of Gratitude*. Oxford University Press.
- Emmons, R. A., & Stern, R. (2013). Gratitude as a Psychotherapeutic Intervention. *Journal Of Clinical Psychology, 69*(8), 846-855. doi: 10.1002/jclp.22020
- Emmons, R. A. (2000). Spirituality and intelligence: Problems and prospects. *The international journal for the psychology of religion, 10*(1), 57-64. doi: 10.1207/S15327582IJPR1001\_6
- García-Álvarez, D., Rincón-Gill, B., & Urduñeta-Barroeta, M. P. (2022). Autopercepción de adultez emergente y sus relaciones con gratitud, ansiedad y bienestar. *Revista de estudios e investigación en psicología y educación, 9*(2), 186-206. doi: 10.17979/riep.2022.9.2.9085
- García-Álvarez, D., Soler, M. J., Achard-Braga, L., & Cobo-Rendón, R. (2020). Programa de psicología positiva sobre el bienestar psicológico aplicado a personal educativo. *Revista Electrónica Educare, 24*(1), 370-393. doi: 10.15359/ree.24-1.19
- Hosseinbor, M., Jadgal, M. S., & Kordsalarzehi, F. (2023). Relationship between spiritual well-being and spiritual intelligence with mental health in students. *International journal of adolescent medicine and health, 35*(2), 197-201. doi: 10.1515/ijamh-2022-0078
- Huppert, F. A., & So, T. T. (2013). Flourishing across Europe: Application of a new conceptual framework for defining well-being. *Social indicators research, 110*, 837-861. doi: 10.1007/s11205-011-9966-7
- Ibrahim, N., Burhan, N. M., Mohamed, A., Mahmud, M., & Abdullah, S. R. (2022). Emotional intelligence, spiritual intelligence and psychological well-being: Impact on society. *Geografía, 18*(3), 90-103. doi: 10.17576/geo-2022-1803-06
- Iriarte-Pupo, A. J., Martínez, C. A. B., Campo-Landines, K., & De La Ossa, E. D. (2021). La inteligencia espiritual como estrategia para afrontar de manera constructiva el estrés laboral docente. *Revista electrónica interuniversitaria de formación del profesorado, 24*(1). doi: 10.6018/reifop.435581

- Jans-Beken, L., Jacobs, N., Janssens, M., Peeters, S., Reijnders, J., Lechner, L., & Lataster, J. (2020). Gratitude and health: An updated review. *The Journal of Positive Psychology, 15*(6), 743-782. doi: 10.1080/17439760.2019.1651888
- Keyes, C. L. (2010). Flourishing. *The Corsini encyclopedia of psychology, 4*, 99-107.
- Keyes, C. L. (2005). Mental illness and/or mental health? Investigating axioms of the complete state model of health. *Journal of consulting and clinical psychology, 73*(3), 539. doi: 10.1037/0022-006X.73.3.539
- Keyes, C. L. (2007). Promoting and protecting mental health as flourishing: a complementary strategy for improving national mental health. *American psychologist, 62*(2), 95. doi: 10.1037/0003-066X.62.2.95
- Klos, M. C., Balabanian, C., Lemos, V., Bernabé-Valero, G., & García-Alandete, J. (2020). Propiedades psicométricas del Cuestionario de Gratitud (G-20) en una muestra de adolescentes argentinos. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento, 12*(1), 50-59. doi: 10.32348/1852.4206.v12.n1.24316
- Kong, F., Yang, K., Yan, W., & Li, X. (2021). How does trait gratitude relate to subjective well-being in Chinese adolescents? The mediating role of resilience and social support. *Journal of Happiness Studies, 22*, 1611-1622. doi: 10.1007/s10902-020-00286-w
- McCullough, M. E., Emmons, R. A., & Tsang, J. A. (2002). The Grateful Disposition: A conceptual and empirical topography. *Journal of personality and social psychology, 82*(1), 112-127. doi: 10.1037/0022-3514.82.1.112
- Mesurado, B., Crespo, R. F., Rodríguez, O., Debeljuh, P., and Carlier, S. I. (2018). The development and initial validation of a multidimensional flourishing scale. *Current Psychology, 40*(1), 454-463. doi: 10.1007/s12144-018-9957-9
- Nair, K. A., & Paul, G. (2017). A study on spiritual intelligence among higher secondary students in relation to their social adjustment. *Journal of Research in Humanities and Social Science, 5*(3), 38-42.
- Park, N., Peterson, C., & Sun, J. K. (2013). La psicología positiva: investigación y aplicaciones. *Terapia psicológica, 31*(1), 11-19. doi: 10.4067/S0718-48082013000100002
- Perez, J. A., Peralta, C. O., & Besa, F. B. (2021). Gratitude and life satisfaction: the mediating role of spirituality among Filipinos. *Journal of Beliefs & Values, 42*(4), 511-522. doi: 10.1080/13617672.2021.1877031
- Phillips, B. N., Fleming, A. R., Bean, B., Umucu, E., Lee, B., Roundtree, S. M., & Grenawalt, T. A. (2022). Relations among gratitude, adaptation to disability, and flourishing among adults with disabilities: A longitudinal mediation model. *Rehabilitation Psychology, 67*(4), 546. doi: 10.1037/rep0000448
- Portocarrero, F. F., Gonzalez, K., & Ekema-Agbaw, M. (2020). A meta-analytic review of the relationship between dispositional gratitude and well-being. *Personality and Individual Differences, 164*, 110101. doi: 10.1016/j.paid.2020.110101
- Reppold, C. T., Gurgel, L. G., & Schiavon, C. C. (2015). Research in positive psychology: A systematic literature review. *Psico-USF, 20*, 275-285. doi: 10.1590/1413-82712015200208
- Ryff, C. D., & Singer, B. (1998). Human health: New directions for the next millennium. *Psychological Inquiry, 9*(1), 69-85. doi: 10.1207/s15327965pli0901\_11
- Sari, C. A. K., Amalia, D. N., & Fatmala, D. (2023). Grit and Gratitude as Predictors of Flourishing In Post-Pandemic Students. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi, 8*(3), 383-395. doi: 10.23917/indigenous.v8i3.2805
- Seligman, M. E. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. New York: Free Press.
- Scurtu-Tura, M. C., Fernández-Espinosa, V., & Obispo-Díaz, B. (2024). The emotion of gratitude as a mediator between subjective happiness, positive and negative affect, and satisfaction with life in Spanish adults. *Anales de Psicología/Annals of Psychology, 40*(2), 335-343. doi: 10.6018/analesps.579291
- Tessy, N. R. B., Setiasih, S., & Nanik, N. (2022). Forgiveness, gratitude, and the flourishing of emerging adults with divorced parents. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi, 7*(1), 77-90. doi: 10.21580/pjpp.v7i1.10606
- Tsang, J. A. (2006). BRIEF REPORT Gratitude and prosocial behaviour: An experimental test of gratitude. *Cognition & emotion, 20*(1), 138-148. doi: 10.1080/02699930500172341
- VanderWeele, T. J., McNeely, E., & Koh, H. K. (2019). Reimagining health-flourishing. *Jama, 321*(17), 1667-1668. doi: 10.1001/jama.2019.3035
- Wood, A. M., From, J. J., & Geraghty, A. W. A. (2010). Gratitude and well-being: A review and theoretical integration. *Clinical Psychology Review, 30*(7), 890-905. doi: 10.1016/j.cpr.2010.03.005
- World Health Organization. World mental health report: Transforming mental health for all; 2022. Disponible en: <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/356119/9789240049338-eng.pdf?sequence=1>
- Zohar, D., & Marshall, I. (2001). *Inteligencia Espiritual*. Barcelona España. Plaza & Janés Editores. S.A.

Fecha de recepción 21 de septiembre de 2024

Fecha de aceptación 31 de octubre de 2024