

El concepto de espiritualidad en estudiantes universitarios de primer semestre. El caso de la Universidad La Salle México

Michelle Viridiana Hernández-Jasso¹, Camila Yaretzi Castellanos-Cabrera¹

¹Universidad La Salle México, Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales. CDMX, México.

mhernandezjz@lasallistas.org.mx, cy-cc@lasallistas.org.mx

Resumen. La espiritualidad ha sido un tema presente a lo largo de la historia de la humanidad, abordado en diversas culturas, generaciones y contextos de creencias. En la actualidad, cobra especial relevancia comprender cómo es concebida, experimentada y entendida por los jóvenes universitarios, particularmente aquellos que inician su formación en el campo de las Humanidades y las Ciencias Sociales. El objetivo de este estudio fue explorar y comprender el concepto de espiritualidad desde la perspectiva de estudiantes de primer semestre de la Universidad La Salle Ciudad de México, así como visibilizar su importancia en la formación integral, más allá de enfoques exclusivamente religiosos. Desde un enfoque cualitativo, de corte transversal, descriptivo y fenomenológico, se llevaron a cabo 14 entrevistas no estructuradas a estudiantes de las licenciaturas en Pedagogía, Comunicación, Derecho y Psicología. Esta estrategia metodológica permitió recuperar vivencias personales y perspectivas diversas, revelando que la espiritualidad se manifiesta en múltiples dimensiones: emocional, social, ética y de salud integral. Los hallazgos muestran que, si bien algunos participantes reconocen su relevancia, otros expresan desconocimiento o indiferencia hacia el tema, lo que evidencia la necesidad de generar espacios reflexivos y formativos que favorezcan una comprensión más profunda de la espiritualidad en el ámbito universitario.

Palabras Clave: Juventudes, Espiritualidad, Trascendencia

1 Descripción de la problemática prioritaria abordada

A lo largo de la historia, la espiritualidad ha formado parte fundamental de la experiencia humana, manifestándose en múltiples formas a través de creencias, prácticas culturales, valores y vínculos con lo sagrado. No obstante, en contextos educativos contemporáneos, especialmente en el nivel universitario, este tema suele ocupar un lugar marginal dentro de los procesos formativos. Esto se debe, en parte, a la creciente secularización de los espacios académicos, así como a la dificultad de abordarlo sin reducirlo exclusivamente a marcos religiosos institucionalizados (Zinnbauer et al., 1999).

En el caso de estudiantes universitarios que inician su formación en áreas de Humanidades y Ciencias Sociales, el desarrollo de la dimensión espiritual cobra particular relevancia, dado que estas disciplinas promueven una comprensión profunda del ser humano, su subjetividad, su sentido ético y su vínculo con la realidad social. Sin embargo, incluso en instituciones con identidad confesional, como la Universidad La Salle México, no siempre se ofrecen espacios sistemáticos de reflexión en torno a la espiritualidad como parte de la formación integral. Esta omisión puede limitar la capacidad de los estudiantes para construir sentido, fortalecer su bienestar emocional y generar una ética del cuidado basada en valores trascendentes.

Diversos estudios han señalado la importancia de reconocer la espiritualidad como un factor protector en la vida de los jóvenes. Astin et al. (2011) identificaron que el desarrollo espiritual durante la etapa universitaria se relaciona con una mayor apertura al otro, compromiso ético y bienestar personal. En contextos latinoamericanos, investigaciones como la de Arias y Sánchez (2018) con universitarios colombianos evidencian que la espiritualidad actúa como una fuente de

resiliencia, sentido vital y orientación existencial, incluso sin estar ligada a una práctica religiosa formal.

En el ámbito lasallista, un antecedente significativo es el estudio titulado *Caracterización de la espiritualidad del estudiante de la Corporación*, realizado en la Corporación Universitaria Lasallista de Colombia, cuyo objetivo fue interpretar las características que configuran la espiritualidad de los estudiantes (Cano & Gómez, 2016). Los hallazgos mostraron que muchos jóvenes reconocen una vivencia espiritual activa, aunque frecuentemente desvinculada de una reflexión estructurada o de un acompañamiento institucional. Esta desconexión entre la experiencia y su integración pedagógica representa una oportunidad para replantear los procesos formativos desde una perspectiva más integral.

En este contexto, se vuelve necesario explorar cómo los estudiantes universitarios de primer semestre de la Universidad La Salle México conciben y experimentan la espiritualidad, qué significados le atribuyen, cómo se manifiesta en su vida cotidiana y cuál es su relación con la religión. Comprender estas experiencias no solo aporta al conocimiento académico del fenómeno espiritual en jóvenes universitarios, sino que también permite proponer estrategias de acompañamiento más sensibles, inclusivas y coherentes con la diversidad de trayectorias vitales presentes en el entorno universitario.

Objetivo

Explorar el concepto de espiritualidad en estudiantes universitarios de primer semestre de la Universidad La Salle México, así como sensibilizar sobre su relevancia en la formación integral, en un contexto donde dicho tema suele ser ignorado o abordado de manera no sistemática.

2 Propuesta teórico-metodológica

Para el desarrollo del marco teórico y el diseño metodológico de esta investigación, se partió de dos conceptos clave: espiritualidad y religión, fundamentales para comprender la vivencia espiritual en jóvenes universitarios. En primer lugar, la espiritualidad se entiende como una dimensión profunda de la experiencia humana, vinculada con la búsqueda de sentido, la conexión con uno mismo, con los demás y con lo que cada persona considera valioso o sagrado, más allá de cualquier sistema dogmático o institucional. Según Zinnbauer et al. (1999), la espiritualidad puede definirse como “la búsqueda personal de lo sagrado”, lo cual implica un proceso individual y subjetivo que puede estar o no ligado a una religión formal.

En contraste, la religión se refiere a un sistema organizado de creencias, prácticas, ritos y normas institucionalizadas que vinculan a los individuos con una comunidad de fe y con lo sagrado según una tradición específica (Zinnbauer et al., 1999). Mientras que la religión suele implicar pertenencia institucional, la espiritualidad puede vivirse de forma autónoma y plural, sin necesidad de afiliación religiosa. Esta distinción es clave para el presente estudio, ya que permite analizar cómo los estudiantes conciben su espiritualidad sin asumir necesariamente un marco religioso formal.

En cuanto a la metodología, se adoptó un enfoque cualitativo, con un diseño de campo, no experimental, de tipo fenomenológico, transversal y descriptivo. La elección de una investigación de campo se justificó por la necesidad de recoger información directamente del entorno natural de los participantes, en sus propios contextos académicos y sociales. Al no manipular variables ni establecer grupos de control, el diseño no experimental permitió centrarse en la comprensión profunda del fenómeno tal como ocurre en la realidad.

La perspectiva cualitativa permitió analizar de forma detallada los fenómenos sociales, culturales y personales desde la mirada de los propios participantes. La fenomenología brindó el marco para explorar y describir la esencia de las experiencias vividas por los estudiantes, buscando comprender cómo perciben y construyen sentido en torno a la espiritualidad.

La muestra fue de tipo intencional, ya que se seleccionaron participantes que, por sus características, resultaban pertinentes para el objetivo del estudio. Se trató de estudiantes de primer semestre de carreras en Humanidades y Ciencias Sociales de la Universidad La Salle México, un grupo que por su etapa formativa y el enfoque de sus disciplinas posee una potencial sensibilidad hacia el tema de la espiritualidad. Además, al encontrarse en un momento de transición académica y personal, ofrecen un marco privilegiado para explorar cómo se configuran sus primeras

reflexiones sobre este concepto en el entorno universitario. La accesibilidad al grupo también fue un criterio relevante para facilitar la recolección de información en profundidad.

Participaron 14 estudiantes, de los cuales 10 fueron mujeres y 4 hombres. Por carrera, se incluyeron 3 estudiantes de Derecho, 1 de Psicología, 4 de Pedagogía, 2 de Educación Preescolar y 4 de Educación Primaria. El instrumento utilizado fue una guía de entrevista no estructurada, con una duración máxima de 40 minutos por participante. Las entrevistas se organizaron en torno a cinco grandes ejes: exploración general de la espiritualidad; espiritualidad desde la perspectiva religiosa; tabúes sociales vinculados al tema; espiritualidad en la vida cotidiana; y espiritualidad en contextos difíciles o complejos.

En todo momento se respetaron los principios éticos de la investigación cualitativa. Se obtuvo el consentimiento informado de cada participante antes de la entrevista, explicándoles de manera clara y accesible el objetivo del estudio, la naturaleza voluntaria de su participación, la confidencialidad de sus respuestas y el derecho a retirarse en cualquier momento sin consecuencia alguna. Asimismo, para efectos de mejora de redacción y corrección de estilo, se contó con el apoyo de herramientas de inteligencia artificial, sin que ello comprometiera el contenido, análisis o interpretación de los hallazgos obtenidos, los cuales corrieron exclusivamente por cuenta del equipo investigador.

Esta investigación se vincula directamente con tres Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS). En primer lugar, con el ODS 3: Salud y bienestar, al abordar la espiritualidad como una dimensión que contribuye al bienestar emocional, relacional y existencial de los jóvenes universitarios. En segundo lugar, con el ODS 4: Educación de calidad, al promover una educación integral que contempla dimensiones personales, éticas y espirituales, más allá del rendimiento académico. Finalmente, se vincula con el ODS 10: Reducción de las desigualdades, al visibilizar y valorar distintas formas de vivir la espiritualidad.

3 Discusión de resultados

Los hallazgos derivados de las entrevistas a estudiantes de primer semestre de la Universidad La Salle México revelan que la espiritualidad es un concepto ampliamente reconocido y significativo en sus trayectorias personales. Aunque no se identificaron posturas de rechazo absoluto o ateísmo explícito, sí emergieron diferencias importantes en la forma en que los participantes comprenden y viven la espiritualidad. A partir del análisis, se identificaron dos grandes categorías: una que vincula la espiritualidad con la religión, particularmente con prácticas católicas institucionalizadas, y otra que la asocia con una vivencia interior centrada en la paz, el sentido de vida y la conexión consigo mismos. En la Tabla 2 se concentran ejemplos de los fragmentos de algunas de las entrevistas realizadas y la categoría en la que fueron clasificados.

La primera categoría, espiritualidad/religión, se manifiesta en aquellos estudiantes que consideran fundamentales acciones como asistir a misa, rezar o mantener una relación con Dios. Esta perspectiva está fuertemente mediada por la influencia familiar y educativa recibida desde la infancia, y se sostiene en normas, valores y creencias heredadas (Véase Tabla 2). En contraste, la segunda categoría, espiritualidad interior o existencial, que fue llamada trascendencia, aparece como un enfoque más personal, flexible y subjetivo. Desde esta mirada, lo espiritual no se limita a lo religioso, sino que se vincula con el desarrollo humano, el equilibrio emocional y la búsqueda de bienestar (Véase Tabla 2).

Durante las entrevistas también se identificó una falta de claridad conceptual entre los participantes, lo cual evidencia que, aunque el tema es familiar, su definición sigue siendo ambigua o influida por discursos sociales heredados. En muchos casos, la espiritualidad fue definida a partir de valores como esperanza, serenidad, fe, sentido de vida y conexión con algo trascendente.

Asimismo, se identificaron diferencias por género: las mujeres tienden a construir una noción más abierta, inclusiva y orientada al crecimiento personal, mientras que los hombres mostraron un apego más rígido a concepciones tradicionales o religiosas. Otro dato relevante es que el 90 % de los participantes afirmó haber construido su noción de espiritualidad desde la infancia, influenciados principalmente por sus padres, abuelos y prácticas religiosas familiares. Solo una minoría adoptó una postura más crítica, cuestionando la imposición social de ciertas creencias espirituales.

En términos simbólicos, los estudiantes asociaron la espiritualidad con el color blanco y con personas que transmiten serenidad y equilibrio. Para la mayoría, la espiritualidad tiene un impacto positivo en la vida cotidiana, ya sea como guía para la toma de decisiones, fuente de bienestar emocional o sentido de propósito. Algunos la vinculan directamente con Dios, mientras que otros la entienden como una fuerza vital o energía interna que fortalece su integridad (Véase Tabla 2)

Una categoría adicional surgió al indagar sobre situaciones difíciles y vida cotidiana. Tres estudiantes compartieron vivencias críticas (como enfermedades o la desaparición de un familiar) que influyeron profundamente en su percepción espiritual. En estos casos, la crisis fue inicialmente un momento de ruptura con sus creencias, pero posteriormente dio paso a una resignificación de su espiritualidad, que emergió como fuente de consuelo o fortaleza. Esta dimensión emocional refuerza la idea de que la espiritualidad puede reconfigurarse a partir de las experiencias vitales.

Para complementar el análisis, se construyó una tabla (véase Tabla 1) que organiza la comprensión de la espiritualidad en tres dimensiones clave: espiritualidad/religión, trascendencia y vida cotidiana. Esta herramienta permitió visualizar las posturas individuales de los participantes considerando también su perfil académico y de género. La mayoría se muestra ambivalente frente a la religión, reconociendo su influencia, pero sin asumirla como eje central. La trascendencia es la dimensión más compartida, expresada como búsqueda de sentido, conexión interior y valores personales. En cuanto a la vida cotidiana, se observa que la espiritualidad tiene una presencia concreta en la mayoría de los casos, aunque en otros aún se percibe como algo lejano o abstracto (Véase Tabla 2).

4 Conclusiones y perspectivas futuras

En el contexto de los estudiantes de primer semestre de las licenciaturas del área de humanidades y ciencias sociales en la Universidad La Salle Ciudad de México, la espiritualidad se percibe mayoritariamente desde una óptica tradicional y religiosa, influida por entornos familiares y educativos de formación católica. Sin embargo, las entrevistas revelaron también posturas más personales y existenciales, lo que evidencia una diversidad de comprensiones del fenómeno espiritual. Esta pluralidad subraya la necesidad de generar espacios formativos que promuevan una visión más amplia e inclusiva de la espiritualidad. Revalorarla como dimensión del desarrollo integral permitiría responder a los desafíos actuales de la educación superior. Así, se propone una formación que favorezca el bienestar, la reflexión ética y la construcción de sentido en los jóvenes universitarios.

5 Agradecimientos

Las autoras de este proyecto agradecen a las y los estudiantes que proporcionaron información a través de las entrevistas realizadas para poder desarrollar el mismo. De igual forma agradecemos a las jefaturas de las carreras en Teología y Pedagogía el apoyo para la realización del mismo.

6 Referencias

1. Arias, F., & Sánchez, M. (2018). Espiritualidad en estudiantes universitarios: una aproximación desde la psicología positiva. *Revista Colombiana de Educación*, (75), 235–251. <https://doi.org/10.17227/rce.num75-7909>
2. Astin, A. W., Astin, H. S., & Lindholm, J. A. (2011). *Cultivating the spirit: How college can enhance students' inner lives*. Jossey-Bass.
3. Cano, J., & Gómez, L. (2016). *Caracterización de la espiritualidad del estudiante de la Corporación Universitaria Lasallista*. Corporación Universitaria Lasallista.
4. Zinnbauer, B. J., Pargament, K. I., & Scott, A. B. (1999). The emerging meanings of religiousness and spirituality: Problems and prospects. *Journal of Personality*, 67(6), 889–919. <https://doi.org/10.1111/1467-6494.00077>

7 Anexos

Tabla 1 Dimensiones de la espiritualidad en estudiantes de primer semestre de la Universidad La Salle México

Perfiles participantes	Espiritualidad/Religión	Trascendencia	Vida cotidiana
Participante 1 Pedagogía Hombre	+-	+-	+
Participante 2 Derecho Mujer	-	+	-
Participante 3 Psicología Mujer	+-	+	+
Participante 4 Psicología Mujer	+	+	+
Participante 5 Pedagogía Mujer	+-	+	+
Participante 6 Filosofía Hombre	+-	+	-
Participante 7 Filosofía Hombre	+-	+	+
Participante 8 Ciencias Religiosas Mujer	+-	+	+
Participante 9 Ciencias Religiosas Hombre	+-	+	-
Participante 10 Psicología Hombre	+-	+	+
Participante 11 Comunicación Mujer	+-	+	+
Participante 12 Comunicación Hombre	+-	+	+
Participante 13 Derecho Mujer	+-	+	+
Participante 14 Derecho Hombre	+-	+	+

Fuente: Elaboración propia con información obtenida de las entrevistas realizadas para la investigación

Tabla 2 Ejemplos de fragmentos de las entrevistas realizadas por categoría

Categoría	Fragmento 1	Fragmento 2
Postura religión/espíritu	<i>Estudiante de Educación:</i> “Creo en Dios, pero no sigo todas las reglas de la iglesia. Para mí la espiritualidad es más personal, algo que me conecta conmigo y con los demás.”	<i>Estudiante de Derecho:</i> “No me considero religioso, pero sí espiritual. Siento que hay una energía más grande que nos acompaña y trato de vivir de acuerdo a eso.”
Trascendencia	<i>Estudiante de Psicología:</i> “La trascendencia la veo en lo que dejo en los demás, en cómo mis acciones impactan a mis amigos y familia. No pienso tanto en la vida después de la muerte.”	<i>Estudiante de Filosofía:</i> “Para mí la trascendencia es la búsqueda de sentido, de ir más allá de lo inmediato. Se relaciona con el legado intelectual y ético que podemos dejar.”
Vida cotidiana	<i>Estudiante de Educación:</i> “En lo diario, trato de ser respetuosa, ayudar a mis compañeros, creo que ahí también se vive la espiritualidad.”	<i>Estudiante de Psicología:</i> “Mi vida cotidiana es mucho de estrés, pero trato de meditar cinco minutos al día; eso me ayuda a no perderme en lo inmediato.”

Fuente: Elaboración propia con base en las entrevistas realizadas para la investigación