



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE  
(UTN)**

**FACULTAD DE EDUCACIÓN CIECIA Y TECNOLOGÍA  
(FECYT)**

**CARRERA: PSICOLOGÍA**

**TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR**

**TEMA:**

**Habilidades sociales y depresión en estudiantes de la carrera de Pedagogía de los Idiomas Nacionales y Extranjeros de la Universidad Técnica del Norte.**

**Trabajo de titulación previo a la obtención del título de Licenciatura en Psicología (Rediseño)**

**Línea de investigación:** Salud y bienestar integral

**Autor:** Cabascango Díaz Solange Samara

**Director:** MSc. Mantilla Posso Inés Margarita

**Ibarra-Ecuador-2025**

## AUTORIZACIÓN DE USO Y PUBLICACIÓN A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

### 1. IDENTIFICACIÓN DE LA OBRA

En cumplimiento del Art. 144 de la Ley de Educación Superior, hago la entrega del presente trabajo a la Universidad Técnica del Norte para que sea publicado en el Repositorio Digital Institucional, para lo cual pongo a disposición la siguiente información:

<b>DATOS DEL CONTACTO</b>			
<b>CÉDULA DE IDENTIDAD:</b>	<b>DE</b>	1004268569	
<b>APELLIDOS Y NOMBRES:</b>	<b>Y</b>	Cabascango Díaz Solange Samara	
<b>DIRECCIÓN:</b>		Peribuela, Imantag, Cotacachi	
<b>EMAIL:</b>		sscabascangod@utn.edu.ec cabascangodiazsamara@gmail.com	
<b>TELÉFONO FIJO:</b>		<b>TELÉFONO MÓVIL:</b>	0969785737

<b>DATOS DE LA OBRA</b>	
<b>TÍTULO:</b>	<b>Habilidades sociales y depresión en estudiantes de la carrera de Pedagogía de los Idiomas Nacionales y Extranjeros de la Universidad Técnica del Norte.</b>
<b>AUTOR (ES):</b>	<b>Cabascango Díaz Solange Samara</b>
<b>FECHA: DD/MM/AAAA</b>	<b>09 de julio del 2025</b>
<b>SOLO PARA TRABAJOS DE GRADO</b>	
<b>PROGRAMA:</b>	<input checked="" type="checkbox"/> <b>PREGRADO</b> <input type="checkbox"/> <b>POSGRADO</b>
<b>TITULO POR EL QUE OPTA:</b>	<b>Licenciatura en Psicología (Rediseño)</b>
<b>ASESOR /DIRECTOR:</b>	<b>MSc. Jaramillo Mantilla Juan Fernando</b> <b>MSc. Mantilla Posso Inés Margarita</b>

## CONSTANCIAS

El autor (es) manifiesta (n) que la obra objeto de la presente autorización es original y se la desarrolló sin violar derechos de autor de terceros, por lo tanto, la obra es original y que es (son) el (los) titular (es) de los derechos patrimoniales, por lo que asume (n) la responsabilidad sobre el contenido de la misma y saldrá (n) en defensa de la Universidad en caso de reclamación por parte de terceros.

Ibarra, a los nueve días, del mes de julio de 2025.

### EL AUTOR:

.....

**Nombre:** Cabascango Díaz Solange Samara

## **CERTIFICACIÓN DEL DIRECTOR DEL TRABAJO DE INTERGRACIÓN CURRICULAR**

Ibarra, 09 de julio de 2025

MSc. Mantilla Posso Inés Margarita

DIRECTOR DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR

CERTIFICA:

Haber revisado el presente informe final del trabajo de integración curricular, el mismo que se ajusta a las normas vigentes de la Unidad Académica de la Universidad Técnica del Norte; en consecuencia, autorizo su presentación para los fines legales pertinentes.

(f) .....  
*MSc. Mantilla Posso Inés Margarita*  
*C.C.: 1003911789*

## APROBACIÓN DEL TRIBUNAL

*El Tribunal Examinador del Trabajo de Integración Curricular **Habilidades sociales y depresión en estudiantes de la carrera de Pedagogía de los Idiomas nacionales y Extranjeros de la Universidad Técnica del Norte** elaborado por Cabascango Díaz Solange Samara, previo a la obtención del título de **Licenciatura en Psicología**, aprueba el presente informe de investigación en nombre de la Universidad Técnica del Norte:*

*(f): .....*

*MSc. José Luciano Revelo Ruiz (Presidente del Tribunal)*

*C.C.: 1002072179*

*(f): .....*

*MSc. Mantilla Posso Inés Margarita (Directora)*

*C.C.: 1003911789*

*(f): .....*

*MSc. Jaramillo Mantilla Juan Fernando (Asesor)*

*C.C.: 1714818075*

## DEDICATORIA

A mis padres, Ricardo Cabascango y María Díaz:

Este logro es un testimonio de su inmenso amor y dedicación. Valoro profundamente las lecciones de vida que me han impartido y el cariño incondicional que siempre me han brindado. Mi gratitud hacia ustedes es imposible de expresar en su totalidad. Esta tesis es un tributo a su legado y a la eterna admiración que siento por ustedes. Gracias por ser los mejores padres del mundo.

A Dios, por darme la fortaleza en los momentos más difíciles y permitirme compartir esta alegría con mi familia.

A mis increíbles hermanas: Thalía, Carmen y Giovanna:

Gracias por enseñarme que la vida es más divertida cuando se comparte. Esta tesis es el resultado de años de risas, secretos y un armario lleno de ropa prestada.

A mis amados sobrinos, Mikel y Eythan:

Con su amor y ternura han llenado mis días de sonrisas, incluso en los momentos más desafiantes.

A mi fiel compañera, mi gatita Mara:

Gracias por ser mi luz en los momentos más duros. Tu compañía ha sido un impulso cuando creí que no podía más, y me sostuviste con tu silenciosa ternura.

A mi novio:

Gracias de todo corazón por tu inagotable apoyo y por la paciencia infinita que me brindaste a lo largo de este camino de investigación y redacción. Gracias por creer en mí, por estar presente en los momentos más difíciles, por escuchar mis dudas y temores, y por darme la fuerza necesaria para seguir adelante. Este logro también es tuyo, un pedacito de vida que compartimos, porque fuiste mi motivación, mi inspiración y mi mejor aliado. Gracias por ser mi amor y mi amigo leal.

A mis amigos, muchos de ellos a la distancia, y en especial a mi querida amiga Isabel, compañera de infancia, cuyo apoyo incondicional jamás permitió que me derrumbara. Gracias por estar siempre presente, en las buenas y en las malas. A mis amigos Kevin, Milagros, Camila, Valeria y Yesenia, compañeros de universidad con quienes forjé una valiosa amistad a lo largo de esta travesía. A cada uno, gracias por su apoyo, por sus consejos sinceros y por no dejarme sola en los momentos difíciles. Así como a mi amiga Mabel, por su presencia incondicional, su espontaneidad y por acompañarme en tantas tardes de estudio y conversación.

Llevaré a todos ustedes en mi corazón, y estas líneas quedan como un recuerdo sincero de la gran amistad que me brindaron.

Sin su apoyo, nada de esto habría sido posible.

## **AGRADECIMIENTO**

A lo largo de este camino, he tenido la dicha de contar con personas maravillosas que, con su amor, apoyo y compañía, hicieron posible la realización de este trabajo. A mi familia, por ser el pilar fundamental de mi vida; a mis padres, por enseñarme con el ejemplo el valor del esfuerzo y la perseverancia; a mis hermanas, sobrinos y a quienes, con pequeños gestos, llenaron de alegría mis días.

A mi pareja, por caminar a mi lado con paciencia, comprensión y aliento constante. A mis amigos, quienes, con su presencia, cercanía o desde la distancia, me recordaron que los logros compartidos tienen un sabor aún más especial. A mi querida mascota, que con su silenciosa compañía alivió mis momentos de agotamiento.

Gracias también a quienes me guiaron académicamente, en especial a mi directora de tesis, y a todos los docentes que me ayudaron a crecer no solo como profesional, sino también como persona. Este trabajo es el reflejo del amor, la dedicación y el apoyo de todos ustedes. A cada uno, mi más profunda gratitud.

## RESUMEN EJECUTIVO

La presente investigación analiza la relación entre las habilidades sociales y la depresión en los estudiantes de la carrera de Pedagogía de los Idiomas Nacionales y Extranjeros de la Universidad Técnica del Norte. La importancia del estudio radica en la necesidad de fortalecer estas habilidades para prevenir la depresión y, con ello, reducir la deserción universitaria. Se empleó una metodología mixta con enfoque cuantitativo y cualitativo. El estudio es de alcance descriptivo y correlacional, con un diseño no experimental y transversal. Se aplicaron dos instrumentos: el Inventario de Depresión de Beck-II (BDI-II), que evalúa el nivel de depresión a través de 21 ítems distribuidos en dimensiones cognitivo-afectiva y somático-motivacional, y la Escala de Habilidades Sociales (EHS) de Gismero, que mide habilidades sociales mediante 33 ítems organizados en seis factores. La población objetivo fueron los estudiantes de modalidad presencial del ciclo abril-agosto 2024, logrando una muestra representativa de 246 participantes. A través de la prueba de correlación de Spearman, se obtuvo un p-valor de 0.000 ( $p < 0.05$ ), indicando una correlación significativa entre el déficit de habilidades sociales y el nivel de depresión. Además, la correlación positiva sugiere que, a menor desarrollo de habilidades sociales, mayor es la sintomatología depresiva. Estos hallazgos evidencian la importancia de fortalecer las habilidades sociales como estrategia para mejorar el bienestar emocional y el desarrollo académico de los estudiantes.

**Palabras clave:** Habilidades sociales, depresión, estudiantes universitarios, Pedagogía de los Idiomas Nacionales y Extranjeros.

## **ABSTRACT**

The present research analyzes the relationship between social skills and depression in students of the National and Foreign Languages Pedagogy program at the Universidad Técnica del Norte. The importance of the study lies in the need to strengthen these skills to prevent depression and, thereby, reduce university dropout. A mixed methodology with a quantitative and qualitative approach was used. The study is descriptive and correlational in scope, with a non-experimental and cross-sectional design. Two instruments were applied: the Beck-II Depression Inventory (BDI-II), which evaluates the level of depression through 21 items distributed in cognitive-affective and somatic-motivational dimensions, and the Gismero Social Skills Scale (EHS), which measures social skills through 33 items organized into six factors. The target population was the students of the face-to-face modality of the April-August 2024 cycle, achieving a representative sample of 246 participants. Through the Spearman correlation test, a p-value of 0.000 ( $p < 0.05$ ) was obtained, indicating a significant correlation between the deficit of social skills and the level of depression. Furthermore, the positive correlation suggests that the lower the development of social skills, the greater the depressive symptomatology. These findings highlight the importance of strengthening social skills as a strategy to improve the emotional well-being and academic development of students.

**Keywords:** Social skills, depression, university students, Pedagogy of National and Foreign Languages.

## ÍNDICE DE CONTENIDOS

<b>INTRODUCCIÓN.....</b>	<b>13</b>
Problema .....	13
Justificación .....	15
Objetivos.....	15
Objetivo general .....	15
Objetivos específicos.....	16
<b>CAPÍTULO I: MARCO TEÓRICO.....</b>	<b>17</b>
1.2. Psicología social .....	17
1.1.1 Definición.....	17
1.1.2 Enfoques teóricos .....	17
1.1.3 Importancia de la psicología social .....	18
1.2 Habilidades sociales.....	19
1.2.1 Definición.....	19
1.2.2 Importancia y características .....	19
1.2.3 Enfoques teóricos .....	20
1.2.4 Habilidades sociales de estudiantes universitarios.....	21
1.2.5 Dimensiones o factores .....	21
1.3 Psicología clínica .....	21
1.3.1 Definición.....	21
1.3.2 Enfoques teóricos de la psicología clínica .....	22
1.3.3 Importancia de la psicología clínica.....	22
1.4 Depresión .....	23
1.4.1 Definición.....	23
1.4.2 Características .....	24
1.4.3 Enfoques teóricos .....	25
1.4.4 La depresión en estudiantes universitarios.....	25
1.4.5 Dimensiones o factores .....	26
1.4.6 Relaciones de las habilidades sociales .....	27
1.4.7 Relación entre habilidades sociales y depresión .....	27
1.4.8 Estudios recientes.....	28
<b>CAPÍTULO II: MATERIALES Y MÉTODOS .....</b>	<b>30</b>

2.1 Tipo de investigación.....	30
2.2. Instrumentos de investigación .....	30
2.3. Preguntas de investigación y/o hipótesis .....	32
2.4. Participantes.....	33
2.5. Procedimientos y análisis de la información .....	34
2.6. Dificultades .....	35
<b>CAPÍTULO III: RESULTADOS Y DISCUSIÓN.....</b>	<b>36</b>
3.1. Estadísticos descriptivos .....	36
3.2. Niveles de Habilidades Sociales .....	36
3.3. Niveles de Depresión .....	37
3.4. Diferencias de las variables de estudio y las variables sociodemográficas .....	38
3.5. Correlación entre Habilidades Sociales y Depresión.....	46
<b>CAPÍTULO IV.....</b>	<b>48</b>
CONCLUSIONES .....	48
RECOMENDACIONES.....	49
<b>REFERENCIAS .....</b>	<b>50</b>
<b>ANEXOS .....</b>	<b>59</b>
ANEXO 1 .....	60
ANEXO 2 .....	63
ANEXO 3 .....	67

## ÍNDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1 .....</b>	<b>33</b>
<b>Tabla 2 .....</b>	<b>35</b>
<b>Tabla 3 .....</b>	<b>36</b>
<b>Tabla 4 .....</b>	<b>36</b>
<b>Tabla 5 .....</b>	<b>37</b>
<b>Tabla 6 .....</b>	<b>38</b>
<b>Tabla 7 .....</b>	<b>40</b>
<b>Tabla 8 .....</b>	<b>41</b>
<b>Tabla 9 .....</b>	<b>41</b>
<b>Tabla 10.....</b>	<b>42</b>
<b>Tabla 11.....</b>	<b>43</b>
<b>Tabla 12.....</b>	<b>44</b>
<b>Tabla 13.....</b>	<b>44</b>
<b>Tabla 14.....</b>	<b>45</b>

<b>Tabla 15</b> .....	45
<b>Tabla 16</b> .....	46
<b>Tabla 17</b> .....	60

## **ÍNDICE DE FIGURAS**

<b>Figura 1</b> .....	39
<b>Figura 2</b> .....	40
<b>Figura 3</b> .....	44

## INTRODUCCIÓN

Este estudio surge del interés por comprender en profundidad la relación entre las habilidades sociales y la depresión en los estudiantes, especialmente en el contexto postpandemia. Se busca analizar cómo estos factores influyen en su bienestar emocional y desempeño académico, considerando los posibles efectos de la pandemia en su desarrollo social. Además, el estudio responde al interés por la psicología clínica y social, con el objetivo de aportar conocimiento que contribuya a estrategias de prevención y apoyo en el ámbito universitario.

### **Problema**

A nivel mundial, la depresión es un problema grave. Es un trastorno muy común en las personas, la estimación rodea el 5% en relación a los adultos con este padecimiento, en su defecto bajo estudios serios se ha determinado que afecta más al sexo femenino que al masculino, es tan grave que puede llevar incluso al suicidio, pero es necesario indicar que existen tratamientos que pueden ayudar. Es pertinente mencionar que implica la pérdida de interés en función del estrado de ánimo incluso por periodos e intervalos de tiempo extensos según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2023).

A nivel continental es bueno acotar que, en la actualidad la depresión constituye ser una enfermedad que afecta a muchas personas en el mundo y que incide directamente en la capacidad de trabajar, estudiar o dormir; es cierto entonces que sus causas son diversas y pueden estar en el orden de tipo psicológico, por el entorno o de tipo biológico entre otras. Ciertas investigaciones apuntan a que los genes tienen mucho que ver en esto, otros piensan que puede darse por genética familiar, pero es cierto que este problema se da en personas que no tienen antecedentes, y pueden llegar a sentir síntomas similares, aunque estos tienen una variación de acuerdo al carácter de las personas de acuerdo a la Organización Panamericana de la Salud (OPS, 2022).

En Ecuador los cuadros de depresión no son diferentes a los antes mencionados, en consecuencia, hoy en día la depresión es considerada como un problema relevante dentro de la salud pública, esta afecta directamente en la calidad y forma de vida de los individuos, repercute dentro del núcleo familiar y social, por consecuencia incide directamente en el incremento y saturación de servicios de salud de acuerdo con el Ministerio de Salud Pública del Ecuador (MSP, 2017). Es importante además indicar que, las edades de entre 19 a 59 años son las que en un 73,5% de los casos mostraron problemas de depresión y que en su mayoría de un total de 2088 personas atendidas 1339 son mujeres y 749 hombres, así como del sexo masculino es más propenso a suicidios, todo esto de acuerdo a los datos del Instituto de Estadísticas y Censos del Ecuador (INEC, 2022).

Refiriéndose específicamente a los estudiantes de la carrera de pedagogía de los idiomas nacionales y extranjeros de la Universidad Técnica del Norte, se puede decir que, la depresión tiene dos causas aparentes, a decir, la endógena y la exógena, la primera se refiere a un desequilibrio de tipo químico dentro del cerebro que incluso podría ser

genético y la segunda derivada de los factores específicos incidentes en el ánimo exteriores al cerebro y que llegan como estímulos a él (Equilibrium, 2023).

Es pertinente acotar las causas que originan la depresión en las personas, consecuente a ello, se detallan a continuación.

Dentro de las causas exógenas se puede tener en cuenta algunas de ellas según Rodríguez (2021) manifiesta que: “los efectos pueden ser tan graves que interfieren con la capacidad para vivir una vida normal. Es necesaria la ayuda para tratar la disfunción causada por el evento traumático y para restaurar al individuo a un estado de bienestar emocional” (p.3). Es pertinente acotar que, los duelos son una gran fuente de depresión que a cualquier persona le puede llevar a situaciones tan preocupantes que necesariamente merecen ayuda psicológica, por otro lado, la pobreza como estado de carencia en función de la satisfacción de las necesidades básicas de las personas y constituye una causa de depresión (Moya, 2021).

Se ha demostrado científicamente la relación existente entre la depresión y la autoestima, sin embargo, la pregunta de rigor es si la depresión causa baja estima o es al revés, particularmente la importancia radica en su vinculación, en todo caso, los estudiantes universitarios mantienen cuadros de baja autoestima, muchas de la veces por aspectos físicos productores de bullying u otras veces por problemas al interior de la familia en lo que se conoce como autoridad conflictiva, por otro, lado los retos académicos al momento del no cumplimiento de sus metas generan conflictos de estima, también la figura de autoridad crítica en cuanto a los criterios de los demás sobre la imagen propia y cuando les dicen que no son suficientemente buenos, por último, cuando los proyectos de vida no se han cumplido de la mejor manera y no existieron logros (Dyer, 2017).

Es importante mencionar que las causas de depresión presentan diversos efectos, los cuales se especifican enfocados principalmente en las habilidades sociales de las personas, se detallan a continuación.

La depresión tiene diversas consecuencias, unas leves y otras graves, las más comunes se encuentran dentro del aislamiento social, visto de dos formas, la primera cuando los estudiantes de forma individual por motivos de depresión se relegan a un sitio oscuro y cerrado por cuatro paredes y la segunda por efecto de la pandemia ocurrida en 2019 en donde por obligación se replegó a los discentes en emergencia sanitaria y se confinó, consecuentemente esto generó problemas sociales e incluso académicos y de adaptación (Portela & Machado, 2021).

El problema se agrava más cuando por acción de la depresión se genera una exclusión social y existencial, la primera hace referencia a sus habilidades de integración dentro del contexto de las relaciones interpersonales, ya que, ser excluido de la familia, de los amigos, compañeros, círculos sociales hace parte de la depresión como efecto, el hecho de ser reconocidos dentro de los grupos es imperante; la segunda se enfoca en la pérdida de la proyección hacia el futuro y el por qué se existe en este mundo (Villegas, 2021).

## **Justificación**

Es importante la ejecución de la presente investigación debido que la depresión en la actualidad juega un papel determinante dentro de las habilidades sociales de los estudiantes, ya que, es un trastorno muy común en las personas y tan grave que puede llevar incluso al suicidio, en este sentido, implica la pérdida de interés en función del estado de ánimo de los chicos y les afecta incluso en su rendimiento académico porque disminuyen su destreza de interrelación, su relevancia es a todo nivel, tanto mundial como regional y local dentro de la Universidad Técnica del Norte.

Es pertinente acotar que existen beneficiarios de la indagación tanto directos como indirectos, refiriéndose al primero es importante destacar que, los principales beneficiarios serán los estudiantes de la carrera de Pedagogía de los idiomas nacionales y extranjeros de la Universidad Técnica del Norte, ya que se podrá determinar los niveles de depresión a los cuales están expuestos lo cual mejorará su calidad de vida bajo este conocimiento; los docentes, por su parte, contarán con información que podrán analizar en relación del mejoramiento de las habilidades sociales de los estudiantes y con ello se mejorará el rendimiento académico, los futuros investigadores contarán con elementos de juicio que servirán de soporte para nuevos trabajos de esta naturaleza.

Los beneficiarios indirectos del presente trabajo serán los padres de familia, ya que, sus hijos mejorarán sus relaciones interpersonales al tener claro una disminución de la depresión; por otro lado, la Universidad Técnica del Norte como institución educativa contará con una investigación más que servirá para futuros estudiantes como fuente de consulta, además, la sociedad en general saldrá beneficiada por el aporte científico efectuado.

De forma segura el trabajo generará un impacto positivo dentro de la comunidad y la universidad, ya que, posee una connotación de carácter actual y es de verdadero interés para todos desde el punto de vista de mejoramiento de la calidad de vida de los estudiantes en función de una mejora sustentada de tipo social y de interrelación personal y colectiva.

Es relevante además acotar la factibilidad dentro del contexto del tiempo de realización de trabajo, se cuenta además con el talento humano y la accesibilidad a la información requerida para su estudio; en cuanto a los recursos económicos será la propia investigadora la que de soporte a ello contando con lo necesario para la ejecución, se considera que no existe limitaciones que puedan servir de tropiezo en el desarrollo del mismo.

## **Objetivos**

### ***Objetivo general***

Analizar las habilidades sociales y la depresión en los estudiantes de la carrera de Pedagogía de los Idiomas Nacionales y Extranjeros de la Facultad de Educación Ciencia y Tecnología de la Universidad Técnica del Norte.

***Objetivos específicos***

- Estudiar los niveles de habilidades sociales que tiene los estudiantes de la carrera de Pedagogía de los Idiomas Nacionales y Extranjeros de la Universidad Técnica del Norte.
- Examinar los niveles de depresión que existen en los estudiantes de la carrera de Pedagogía de los Idiomas Nacionales y Extranjeros de la Universidad Técnica del Norte.
- Determinar las diferencias entre habilidades sociales y Depresión con las variables sociodemográficas de estudio.
- Identificar la correlación que existe entre la depresión y habilidades sociales en los estudiantes de la carrera de Pedagogía de los Idiomas Nacionales y Extranjeros de la Universidad Técnica del Norte.

## CAPÍTULO I: MARCO TEÓRICO

### 1.2. Psicología social

#### 1.1.1 Definición

Regader (2016) en cuanto a la definición de Psicología social dice:

La psicología social es una rama dentro de la psicología que analiza los procesos de índole psicológica que influyen al modo en que funciona una sociedad, así como la forma en que se llevan a cabo las interacciones sociales. En suma, son los procesos sociales los que modulan la personalidad y las características de cada persona. (p.3)

Se puede manifestar que la psicología social hace referencia a la ciencia que toma en cuenta a los fenómenos de tipo colectivo en donde la convivencia del hombre juega un papel determinante, en este sentido, estudia a las estructuras u organizaciones sociales, teniendo en cuenta los patrones conductuales, así como sus acciones y sobre todo su comportamiento dentro del grupo o de forma individual.

#### 1.1.2 Enfoques teóricos

El enfoque socio cultural hace hincapié en las normativas y reglas basadas en la cultura, en otras palabras, son las respectivas normas sociales y culturales dentro del contexto de interrelación grupal e individual, es pertinente acotar que generan impactos en los individuos. En los años más recientes se ha notado el énfasis de la contribución de la obra de Vygostky a la psicología donde interpreta la relevancia de la cultura en los grupos sociales y como estos se relacionan a través de normas bien establecidas que permiten la convivencia dentro de sus creencias, para este ilustre, la principal característica social representa el enfoque central de su teoría (Carrera, 2021).

El enfoque evolutivo dentro de la psicología pretende explicar los factores tanto intrínsecos como extrínsecos intervinientes en los procesos a través de la evolución, estos aspectos corresponden a la edad, maduración, el entorno tanto social como cultural y la historia de la personalidad, en consecuencia, los comportamientos de acuerdo a este enfoque son específicos de la herencia y la genética, es decir, tiene mucho que ver la transmisión de genes en las generaciones (UNIR, 2020).

El enfoque cognitivo por su lado establece que los procesos mentales son los que determinan las relaciones e interrelaciones de tipo social, bajo preceptos como la percepción social, la mente y sobre todo la empatía, las creencias firmes juegan un papel importante si estas cambian y se adaptan a la realidad existente (Ortega, 2024).

De acuerdo al enfoque del aprendizaje social los individuos potencian su conducta a través de la observación y también de la imitación del comportamiento de las demás personas, aquí la experiencia es de vital importancia, teniendo en cuenta que las acciones se desarrollan en entornos sociales que pueden ser la escuela, la familia o simplemente la

colectividad; aprender es un rol importante en la persona, representa la esencia de la sociedad, es relevante los cambios oportunos y precisos, es un proceso que va desde el nacimiento hasta la muerte, por esta razón, dentro del contexto social es claro que se debe efectuar acciones formativas que interrelacionen a la colectividad en su conducta o los conocimientos y se basa en la práctica o la experiencia, en este sentido, la psicología parte fundamental del proceso (Hiriyappa, 2022).

### ***1.1.3 Importancia de la psicología social***

En la actualidad la psicología social se enfoca en los valores, objetividad, predicción y la razón, en donde ha ido evolucionando de forma progresiva, por ello, es necesario que abarque interpretaciones del pensamiento de forma oportuna y efectiva, en este sentido es pertinente que, se elimine el individualismo y enfocarse en la racionalidad, es bueno añadir escepticismo y reflexión, la psicología social además se apoya en el impacto de la tecnología, teniendo en cuenta los procesos históricos y culturales hacia la consecución de valores sobre el pensamiento de la concepción del mundo (Parales, 2020).

La importancia de la Psicología Social radica en el entendimiento del comportamiento de las personas y la predicción de la conducta del ser humano en función del cambio oportuno en bien de las personas (Prieto, 2023).

### ***1.1.4 Psicología Social en el Contexto de Educación Superior***

La ***psicología social*** se encarga de explicar cómo las normas generales, la influencia social, las interacciones o el sentido de pertenencia; pueden actuar sobre el ser humano, afectando su comportamiento en distintos contextos, incluido el universitario, específicamente en aspectos como el rendimiento y bienestar académico (Aldrup et al., 2018).

Desde esta perspectiva, la noción de una clara influencia social en el desarrollo psicológico y emocional de los estudiantes permite desarrollar ciertas estrategias focalizadas a propiciar ambientes adecuados que actúen sobre el bienestar de los universitarios, esto, pues la ***psicología social***, establece que tanto el clima psicosocial como el desarrollo socioemocional del individuo, son cruciales para el éxito académico (Babad, 2009).

Es así como, esta rama de la psicología actúa en el diseño de intervenciones enfocadas a la mejoría de habilidades socioemocionales como la empatía, la autorregulación emocional, la comunicación efectiva, el liderazgo o la resolución de conflictos; aspectos que han demostrado mejorar la resiliencia, el sentimiento de pertenencia a grupos sociales y el desempeño académico (Wang et al., 2024; Haslam et al., 2022).

Así también, se destaca el papel de la psicología social en la implementación de programas enfocados hacia la equidad, diversidad cultural y bienestar académico, pues se ha demostrado que factores aversivos como la discriminación, afectan negativamente al estudiante, mientras que la ejecución de políticas basadas en evidencia para prevenir el acoso o "*bullying*" demuestra resultados positivos, evitando la deserción y fomentando el éxito universitario (Nguyen et al., 2018; Basarkod et al., 2024; Pérez, 2003).

## **1.2 Habilidades sociales**

Es pertinente manifestar que, las habilidades sociales son muy importantes dentro del contexto de interrelación entre las personas, en este sentido es pertinente acotar una definición, importancia, características, enfoques teóricos y sus dimensiones.

### ***1.2.1 Definición***

Las habilidades sociales son determinantes para la relación interpersonal, con ello, las personas participan dentro de la sociedad de forma activa, en la infancia es donde se desarrollan ciertos aspectos efectivos para lograr ciertas habilidades necesarias para llevar a efecto el crecimiento personal, se adaptan las relaciones sociales en la salud, en la educación y en todo contexto de carácter humano (Herreo, 2022).

Flores et al (2016) manifiesta que: “el componente humano es cada día más importante, pero este requiere del desarrollo de habilidades que faciliten la interacción en el trabajo entre individuos y grupos, de acuerdo con las metas, objetivos y estrategia organizacional (p.2).

Rodríguez (2021) en referencia a esta temática define a las habilidades sociales como sigue a continuación.

Las habilidades sociales (HHSS) en psicología son un conjunto de conductas y hábitos observables y de pensamientos y emociones que fomentan la comunicación eficaz, las relaciones satisfactorias entre las personas y el respeto hacia los demás, hecho que lleva a un mejor sentimiento de bienestar. En otras palabras, se trata de un conjunto pautas de funcionamiento de las personas que les ayudan en sus relaciones y en el respeto hacia los derechos de los demás y de los propios. (p.3)

Hacer referencias a un conjunto de hábitos y conductas de las personas frente a su parte afectiva y cognitiva involucra una interrelación real y concreta de respeto a los demás, se trata en sí de normativas claras y precisas de convivencia colectiva para su relación.

### ***1.2.2 Importancia y características***

Hablar de habilidades sociales es referirse plenamente a la comunicación con las demás personas dentro de un entorno y la forma de desenvolvimiento con los demás, es decir, la forma de expresarse tiene mucho que ver y debe ser asertiva; estas son la clave perfecta para el logro de objetivos claros como el bienestar y sobre todo tener calidad de vida, cabe indicar que esto influye en el autoestima del individuo, así como en sus emociones propias recordando que cada ser es un universo de pensamientos, por ello, el estrés puede desarrollar aspectos negativos como la depresión siendo esto un coctel para minimizar las habilidades sociales (Fundación Intras, 2023).

Díaz (2022) en cuanto a esta temática define a la comunicación de la siguiente manera:

Una de las más importantes funciones sociales del ser humano se desarrolla a través de la comunicación que permite un intercambio de información entre las personas y ofrece a estas la posibilidad de compartir con sus semejantes todo tipo de inquietudes, deseos, frustraciones y vivencias. (p.8)

Los elementos intervinientes en el proceso de comunicación son principalmente los emisores y los receptores a través de un canal, esto significa de forma clara que las habilidades sociales dependen en gran medida de la manera en cómo se interrelacionan las personas.

Es importante tener en cuenta las características de las habilidades sociales para su mejor comprensión, consecuentemente, son introducidas a las personas a través de aprendizajes, es decir, no constituyen ser rasgos personales, esto significa de forma clara que pueden evolucionar y son cambiantes. Por otro lado, se ponen de manifiesto en entornos interpersonales, esto significa que no necesitan de otras destrezas de adaptación como por ejemplo el vestirse, cocinar u otras acciones; también son recíprocas y dependen de la conducta de los demás, son observables de manera verbal y no verbal, mejora la satisfacción mutua entre seres humanos a la vez que son específicas para cada situación real y depende del entorno o contexto; por último, para que exista una correcta motivación de desarrollo es necesario que haya metas claras y sobre todo una buena motivación (Chávez, 2023).

### ***1.2.3 Enfoques teóricos***

Las habilidades sociales a través del tiempo han sido contempladas por diversos autores con sus enfoques teóricos, uno de ellos fue Solter identificado como el padre de la terapia de la conducta, cuyo pensamiento fue la determinación de la forma en cómo se expresan las personas, otros como Wolpe, Alberti, Phillips o Kedon los cuales emiten criterios de las técnicas para mejorar las habilidades sociales para potenciar las capacidades como un todo específico frente a situaciones aprendidas, es decir, son un conglomerado de habilidades cognitivas y sociales frente a situaciones de tipo social inherente al hombre como ejecutor de conductas sociales en bien bilateral (Yanorki et al, 2018).

El modelo conductual cognitivo se enfoca en la parte conductual de las competencias de las personas, donde la parte formal es el pensamiento y la creencia de la realización de acciones frente a la minimización del malestar personal, en este sentido, el aprendizaje viene dado a través de la experiencia y trascendencia de las cosas frente a la posibilidad de éxito cualquier aspecto en función de la resolución de los problemas (Yuste, 2017).

En la actualidad los modelos teóricos han evolucionado hacia la consecución de aprendizajes alternativos y prácticos en el entorno del saber humano, principalmente la innovación basada en la tecnología hace que las cosas avancen a pasos gigantescos con propuestas eficientes en relación con las características personales y de interacción comunicativa en relación con la producción de la conducta, es ahí donde las habilidades sociales juegan un papel determinante para el desarrollo social (Silva et al , 2016).

### ***1.2.4 Habilidades sociales de estudiantes universitarios***

Es pertinente acotar que, en el nivel superior de educación es determinante que el proceso de enseñanza sea el más efectivo posible, en este sentido, los discentes universitarios deben hacer frente a las realidades de la vida por ser parte de la sociedad y que muy pronto formarán las filas de los individuos que ocuparán cargos y se relacionarán con más personas en un contexto netamente social, a ello se suma que todo está en constante dinamismo y cambio y por esta notable razón necesitan habilidades y destrezas para relacionarse de manera exitosa, por ello es importante la identificación de las causas de interrelación y mejorarlas sustentablemente con ello se mejorará el entorno social favoreciendo la potencialidad de sus competencias (Quispe, 2023).

El hombre básicamente es un ser social por naturaleza, esto deriva en que sus habilidades deben ser desarrolladas de manera efectiva, en la universidad los jóvenes estudiantes deben tener muy en claro que su entorno se encuentra dentro de un marco netamente social donde es pertinente que sus habilidades sean potenciadas de una buena forma para enfrentar los retos existentes y por venir, por esta razón, es necesario que la habilidad social sea tomada muy en serio y potenciarla de buena manera por que los vínculos de las personas son mejores mientras participación exista en función de una mirada de éxito estudiantil (Delgado et al, 2023).

### ***1.2.5 Dimensiones o factores***

La dimensión personal de las habilidades sociales se refieren específicamente a que la persona se ve afectada su acción por las creencias o lo que se conoce como experiencias y su enfoque conductual y cognoscitivo el cual modifica su pensamiento e inclusive su percepción de la realidad, los seres humanos somos racionales y sociales, para ello es importante mantener una conversación y expresar de mejor manera lo que se desea, así como enfrentar críticas y más aspectos que pudieren pasar dentro del individuo. La dimensión situacional por su parte se refiere al contexto en donde se desarrollan ciertas cosas y comportamientos colectivos e individuales, es decir el entorno ambiental donde gira la relación interpersonal que puede ser cultural, geográfico, musical entre otros (Neuroeduca, 2021).

## **1.3 Psicología clínica**

### ***1.3.1 Definición***

Antes de establecer una correcta definición de los que es la psicología clínica es necesario importante saber que la palabra clínica es vinculada a la medicina y pertinentemente se refiere a minimizar enfermedades de las personas, por tanto, puede relacionarse con la psicología en bien de los seres humanos.

Arias (2017) define a esta temática tan importante como:

La psicología clínica es un área de especialización de la psicología, la cual se interesa en la investigación y el tratamiento de la conducta anormal compartiendo el

mismo interés con la psiquiatría. Inicialmente fue llamada como clínica psicológica y que contaba con una característica en particular estar cercana al servicio social, y que era útil para la enseñanza y la investigación dedicada por completo al diagnóstico, tratamiento y estudio de los desórdenes del comportamiento. (p.1)

En consecuencia, la psicología clínica tiene mucho que ver con la investigación y aplicación de ciertos procedimientos afines a principios y métodos de la comprensión intelectual y del pensamiento y desordenes del comportamiento.

Es bueno acotar que, la psicología clínica es una parte considerada rama de la psicología, esta tiene mucho que ver también con la evaluación, tratamiento y además diagnóstico derivadas de la salud de la mente, que por supuesto pueden incidir mucho en el individuo. Es decir, se enfoca en ciertas circunstancias incidentes en los trastornos mentales e incluso de la conducta de tipo desadaptada y cuyo fin es contribuir con el equilibrio intrínseco psicológico, en este sentido, los desórdenes o enfermedades que pueden ser tratadas son diversas como psíquicos, somáticos y conductuales (Lillo, 2024).

### ***1.3.2 Enfoques teóricos de la psicología clínica***

Hablar de conductismo es referirse al estímulo respuesta, es decir para Watson la conducta tiene mucho que ver con el desarrollo neurológico, hizo extensos estudios en la rata blanca de laboratorio, descubrió que esta aprendía por respuestas en un laberinto y su comportamiento se basaba en la experiencia, de la misma manera la psicología clínica hace uso de esta para determinar causas de comportamiento en problemas objetivos (Ardila, 2023).

Por otro lado, el cognitivismo se enfoca en procesos mentales de la memoria y sobre todo del pensamiento de las personas, su precursor fue Jean Piaget. Por su parte, la psicología humanista pretende ayudar al ser humano a lograr objetivos personales sin juzgar con respuestas personales. La neurociencia aporta a la psicología desde el punto de vista teórico biológico, se centra en el cerebro como parte fundamental de los pensamientos y lo relaciona con el sistema nervioso. La psicología evolutiva por su parte deriva de la teoría de Darwin en lo que su teoría se basa en que los patrones conductuales son establecidos y moldeados a través del tiempo. El enfoque sistémico contextual relaciona al individuo como parte fundamental de sistemas más grandes como es la sociedad y la familia (Guerri, 2023).

### ***1.3.3 Importancia de la psicología clínica***

La verdadera relevancia de la psicología clínica está precisamente en que se enfoca a prever afecciones mentales y, con ello, establecer y diseñar planes que vayan en función del equilibrio mental, así como emocional en el ser humano. Es pertinente manifestar que, la psicología clínica debe centrar sus esfuerzos en los verdaderos problemas de las personas enmarcada en la ética y los valores, es importante porque es creativa, positiva y va en función de las grandes necesidades mentales del ser (Cano, 2022).

La salud mental en la actualidad es parte fundamental de la convivencia social y clínico, es decir, hace tiempo atrás este estaba en segundo plano, el estrés generado por el ritmo en que camina la humanidad juega un papel relevante para el establecimiento de la importancia de la psicología clínica (ACM Psicólogos , 2024).

#### ***1.3.4 Importancia de los Servicios de Apoyo Psicológico en las Universidades***

Los servicios de apoyo psicológico en las universidades son espacios unificados a las instituciones que cuentan con profesionales encargados de tratar no sólo ciertos trastornos psicológicos, sino también de dar consejería y promoción del bienestar integral (Calero et al., 2018). Dicha asistencia se vuelve esencial en el ámbito académico, debido a la creciente demanda de atención en la salud mental de los estudiantes quienes se encuentran constantemente expuestos a altos niveles de estrés, ansiedad y depresión (Conley, et al., 2013).

Se ha demostrado que la accesibilidad y calidad de diversas estrategias enfocadas al apoyo psicológico como la telepsicología, la terapia grupal, talleres y la integración de intervención psicológica en los campus universitarios; no sólo aumenta significativamente el uso de estos servicios, sino que contribuye efectivamente al éxito académico y la retención estudiantil (Díaz-Camargo et al., 2020; Eisenberg et al., 2011).

Así también, la integración de estos servicios hacia la comunidad universitaria demuestra cierta sensibilización respecto a los problemas de salud mental por parte de la institución, reduciendo el estigma asociado a la intervención psicológica y fortaleciendo en el estudiante un sentimiento de pertenencia asociado a la percepción de beneficios en su lugar de estudio (Corrigan & Watson, 2002).

Macaskill (2012) estableció que la atención psicosocial mejora la motivación, reduce la deserción y favorece la integración académica en los estudiantes universitarios, por lo que la sensación de apoyo apreciada por los alumnos influye positivamente tanto en el uso de dicho servicio como en la creación de un vínculo académico con la institución.

### **1.4 Depresión**

Es muy relevante el entendimiento de lo que significa la depresión, ya que, en la actualidad es muy común en las personas de la mayoría de países del mundo. Esta es sinónimo de tristeza, desilusión y sobre todo carente interés en cuanto a la efectuar actividades que el individuo normalmente realiza; por ello, es necesario una definición de la misma, características, enfoques teóricos, dimensiones y su asociación a los estudiantes universitarios.

#### ***1.4.1 Definición***

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2023) se la define como: “el trastorno depresivo o depresión es un trastorno mental común. Implica un estado de ánimo

deprimido o la pérdida del placer o el interés por actividades durante largos períodos de tiempo” (p.1).

La depresión tiene mucho que ver con los estados de ánimo de las personas y por lo general no suelen ser comunes del diario vivir; afecta directamente incluso a la convivencia familiar y social; la depresión puede afectar a cualquier individuo indistintamente de raza, o condición social.

Medina et al (Medina et al , 2016) en cuanto a esta temática expresa de manera fehaciente que:

Las enfermedades mentales impactan de manera importante la calidad de vida de la población y afectan el curso de otras enfermedades crónicas; por ejemplo, la depresión afecta el pronóstico y la sobrevida de pacientes con enfermedades del corazón o con cáncer. (p.16)

Es cierto que las enfermedades mentales van en detrimento de la forma de las personas, en la actualidad eso se ve reflejado en casi toda la sociedad, puesto que, por el ritmo de vida, los problemas y más situaciones los individuos muchas de las veces entran en depresión viéndose afectados de esta manera muy gravemente

#### ***1.4.2 Características***

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2023) advierte ciertas situaciones referidas a la depresión como se expresa a continuación.

Se estima que el 3,8% de la gente experimenta depresión, incluido el 5% de los adultos (4% entre los hombres y el 6% entre las mujeres) y el 5,7% de personas de la tercera edad de 60 años. Por lo general, 280 millones de individuos soportan depresión. Es alrededor de un 50% más habitual entre las mujeres que entre los hombres. En todo el mundo, más del 10% de las damas en estado de gestación y de las mujeres que acaban de dar a luz sienten depresión. Cada año se suicidan más de 700 000 vidas. El suicidio es la cuarta causa de muerte especialmente en jóvenes de 15 a 29 años.

Ciertas características esenciales y propias de la depresión son precisamente la tristeza, la infelicidad, es bueno acotar que, en ciertos momentos de la vida todas las personas llegan a sentir estas sensaciones, sin embargo, en los individuos que sufren de ella es mucho más frecuente. Puede darse en niños, jóvenes o adultos, los síntomas son variados y se caracterizan por ciertos problemas como inquietud, la persona se pone histérica e irritable retraído, aislado, por lo general les gusta la oscuridad, la energía es minimizada, incluso cuando es un tanto más complicado existe pérdida de peso, ya que el apetito es disminuido, puede existir también ideas locas de suicidio, muchas de las veces se puede perder el deseo de dormir (MedlinePlus, 2024).

Rabanal et al (2023) considera que: “investigar sobre la ansiedad, depresión y estrés es de suma importancia. Estudios realizados en países asiáticos solamente sobre la ansiedad reportaron una prevalencia superior al 20% con diferencias de ocupación y género, siendo la población estudiantil la más afectada” (p.154). Una característica fundamental de la depresión es que puede dar a cualquier persona sin importar la edad, por ello, afecta a los niños trayéndoles consecuencias nefastas en su diario vivir y en la colectividad.

### ***1.4.3 Enfoques teóricos***

Las teorías conductuales sobre la depresión enfocan el tratamiento basado en una metodología de tipo científico más allá que un conjunto de técnicas o teoría, estos confían seriamente en hallazgos basados en la experiencia centrándose en la conducta como eje principal (Vásquez et al, 2023).

Tanto refuerzo negativo como positivo se encuentran en el pensamiento del condicionamiento instrumental u operante. En este se asimila la agrupación entre una provocación y una respuesta, el sujeto relaciona la ejecución de una gestión con resultados específicos (Torres, 2024).

El entrenamiento de auto control así como la voluntad y su fuerza no corresponden a términos iguales, en sí el auto control se desarrolla en cuanto a la regulación de conductas de tipo conflictivo, sin acogerse a obligaciones exteriores que pueden ser sociales o de carácter física, para ello la teoría se basa en la auto observación en función de la detección de la conducta; determinar objetivos, es decir, especificar el nivel de control y la aplicación de técnicas reales (Rodríguez M. , 2021).

Uno de los modelos de la depresión es el de Nezu en el cual el sujeto debe generar soluciones creativas para sus problemas este es un modelo cognitivo-comportamental, es decir se centra de forma bilateral en el pensamiento y el comportamiento en función de la correcta solución de los diversos problemas que poseen los pacientes con depresión, los contextos que son muy concretos corresponden a la vida que necesita la persona y su capacidad para adaptarse frente a las vicisitudes que pudieran presentarse, en este sentido los obstáculos son ambiguos y existe incertidumbre, por ello la depresión aparece como una dificultad seria (Páez, 2023).

Las teorías cognitivas de la depresión por su parte fundamentan su idea en el resultado intelectual estoico, es decir, consideran que el sujeto interpreta los sucesos y eso es más relevante que el acontecimiento como tal; en otras palabras, las malas interpretaciones intrínsecas de los sucesos pueden dar forma a un trastorno depresivo (Vásquez et al, 2023).

### ***1.4.4 La depresión en estudiantes universitarios***

Rabanal et al (2023) en cuanto a esta temática expresa que:

A nivel internacional se han realizado diversas investigaciones aplicado a estudiantes universitarios; en México el 53.2% presentaron problemas de ansiedad,

el 47.8% presentaron estrés, asimismo un 29% evidenció algún trastorno asociado a la depresión, este hecho se vio reflejado en su rendimiento académico. (p.154)

Los estudiantes universitarios son precisamente muchas de las veces afectados directamente por niveles altos de estrés, esto deriva en problemas de rendimiento académico afectando directamente en su calidad de vida, todo esto es porque las circunstancias que conllevan en sacar una carrera así lo ameritan.

#### ***1.4.5 Importancia de la Prevención y Promoción de la Salud Mental en Universitarios***

La implementación de programas de *prevención primaria y secundaria* en el entorno universitario focalizados a disminuir la incidencia de trastornos como la ansiedad, depresión y estrés crónico, ha demostrado eficacia tanto en la reducción de sintomatología como en el mejoramiento de la calidad de vida de los estudiantes, tomando en cuenta que la integración de estrategias de reconocimiento para la *detección temprana y la intervención oportuna* son claves para evitar el aumento de casos y el deterioro mental (Zapata-Ospina et al., 2021).

Por otro lado, la *promoción* de la salud mental en las universidades se enfoca específicamente en la creación de estrategias psicoeducativas y programas dirigidos a *fortalecer el bienestar psicoemocional*, con el fin de fortalecer competencias intrapersonales como la resiliencia y la autoeficacia, necesarias para combatir la vulnerabilidad (Rosales et al., 2021).

Cova et al. (2019) determinaron que la implementación de políticas que promueven la salud mental en las instituciones de tercer nivel, como campañas de sensibilización, espacios seguros y acceso a recursos psicosociales aumenta la consciencia facilitando que los estudiantes busquen ayuda. Así también, la evidencia señala que las acciones de prevención y promoción no sólo actúan sobre la salud mental, sino que aumentan el éxito académico, esto, pues estudiantes psicológicamente estables tienen más posibilidades de culminar sus estudios y evidenciar buen rendimiento (Stallman, 2010).

#### ***1.4.6 Dimensiones o factores***

Son cuatro las dimensiones de la depresión, a saber, falta de sintonización llamada también carente comunicación, humor anhedónico, baja energía, desregularización de los ritmos más conocida como ritmopatía. Cada una de las dimensiones depresivas posee una serie de sintomatologías, estos son de tipo psíquico y en un plano dos síntomas somáticos funcionales. Es importante además acotar que estos factores tienen estrecha vinculación con el estado de vitalidad de las personas, es pertinente que esta vitalidad ingresa a través de la mente y del cuerpo en general, en otras palabras, se trata de un deterioro profundo del estado vital del individuo. Los causales corresponden también a la genética o en conflicto psíquico al interior en los llamados neurobiológicos (Fernández, 2016).

Es bueno mencionar los factores de la felicidad como son el estatus, situación, persona y poder. Estas por su parte pueden captar las conocidas como estructuras afectivas logrando de esta manera la felicidad de las personas; lo relevante es entender que son distintos estados emocionales y van acorde al logro de metas, con ello, se asegura que la depresión

se minimice y no afecte la calidad de vida del individuo en un entorno cada vez más complejo (Bericat, 2018). 1

#### ***1.4.7 Relaciones de las habilidades sociales***

Es importante establecer las diferentes relaciones de las habilidades sociales, es decir, si una persona posee cualquier comportamiento es el resultado de la vinculación de las habilidades sociales frente a cualquier aspecto de la vida y el entorno, para ello, se tiene en cuenta la relación con la depresión como se detalla a continuación.

#### ***1.4.8 Relación entre habilidades sociales y depresión***

La inteligencia emocional juega un papel importante dentro de la depresión, pues, una persona a la medida en que posee control de sus impulsos y emociones puede desarrollar destrezas necesarias para enfrentar a este grave problema que aqueja a la sociedad en la actualidad. En este sentido, la empatía asertividad, la correcta comunicación entre otras como parte de las habilidades que los individuos deben tener son parte fundamental para lograr los grandes objetivos de tipo personal para evitar la frustración que puede derivar como un síntoma de depresión (Apaza, 2020).

Refiriéndose a los estudiantes es bueno manifestar que, tanto la ansiedad como la depresión y el estrés en la actualidad han ido en aumento. Muchas de las veces esto deriva en una problemática de carácter público, esto obviamente genera aspectos relacionados con la tristeza y una frecuente actitud de empobrecimiento académico lo cual hace que los discentes tengan problemas serios y empeore la situación a manera de un círculo vicioso. Las habilidades sociales por su parte son correspondientemente una variable muy relevante hacia la obtención de correctas conductas dentro de la interrelación organizacional del contexto social logrando de esta forma minimizar conflictos (Álvarez, 2022).

Los humanos somos parte de un conglomerado general dentro de un contexto general, en ello, a través de las habilidades sociales las personas pueden formar parte de grupos en donde se puedan relacionar de la mejor manera en busca de un buen desarrollo personal dentro de un contexto social. La depresión hace que las personas tengan problemas y no puedan cumplir con sus metas individuales y con ello no desenvolverse adecuadamente dentro de la familia, la escuela y la colectividad, desembocando muchas de las veces en el campo de conductas no beneficiosas conocidas como desadaptativas, el bajo estado de ánimo, irritabilidad, falta de sueño entre otros agrava siempre la situación (Martínez, 2023).

Es cierto entonces que, las habilidades sociales corresponden ser un conjunto de conductas muy relacionadas a los diferentes contextos como el educativo, familiar e interpersonal que las personas van desarrollando y potenciando desde corta edad para luego ponerlas en práctica en las diferentes problemáticas de la vida. Resolver conflictos es parte fundamental de las actividades diarias de las personas y para ello es necesario no caer en depresión ya que de lo contrario se puede volver complejo el problema psicológico de las personas que padecen algún tipo de depresión, es necesario entonces que los tratamientos

en contra de este mal sean potenciados con habilidades que puedan ayudar notablemente en problema y deben ser de tipo social (Moreta, 2020).

#### ***1.4.9 Estudios recientes***

La depresión y la ansiedad son dos problemas graves que se encuentran presentes de forma muy común en las personas, gracias al ritmo de vida actual y los diversos problemas que aquejan a la sociedad de forma cotidiana, esto a su vez genera u ocasiona retrasos académicos y problemas familiares como embarazos, desordenes en la alimentación. Este trabajo llegó a la conclusión que estos son problemas de orden emocional y derivan en afecciones físicas sin importar la condición social o económica de las personas, de ahí la relación directa entre las habilidades sociales como facto de ayuda y la depresión como dificultad de salud (Basantes et al , 2020).

Se sabe de buena manera que en este mundo actual lleno de problemas serios que aquejan a las personas la influencia del contexto de tipo socio cultural es enorme frente a la depresión como alteración de la conducta y del comportamiento. Los trastornos psicológicos están en aproximadamente un 12% de las diversas enfermedades, esto representa una cantidad preocupante, ya que, es grande, en este contexto una dificultad muy frecuente es la depresión, esta posee una diversidad de síntomas que la caracterizan dentro de las dimensiones motivacionales y anímicas, así como de comportamiento, físicas y cognitivas. Puede darse de manera recurrente o de tipo persistente (Calvó, 2020).

Dentro del contexto referido a los estudiantes universitarios es bueno entender que, estos pueden ser víctimas de ciertas circunstancias propias del entorno educativos en el cual estos se encuentran, prestan atención especial a los sentimientos y por lo general no pueden tener un auto control referido a la regulación de los mismos, así como de los diversos problemas que se pueden presentar. Por esta razón, el proceso de adaptación al entorno y sus características es de vital relevancia dentro del concepto de habilidades sociales para hacer frente a la depresión; la relación de esta con las habilidades sociales está presente en este estudio determinándose que poseen una estrecha vinculación inversamente proporcional (Montenegro, 2020).

Es cierto que uno de los aspectos también relacionados a la depresión fue el confinamiento ocasionado por la última pandemia. Una de las dimensiones psicológicas detectadas de tipo personal se encuentra el autoconcepto; relacionados con atributos físicos derivados del comportamiento de tipo emocional; las habilidades sociales corresponden ser un constructo que parte de la adolescencia en función de la interrelación social, es ahí donde estas tienen mucho que ver con problemas psicológicos como la depresión que a su vez afecta a la calidad de vida de las personas y relaciona al entorno directo y la interrelación colectiva (Montalvo et al , 2022).

Uno de los estudios recientes efectuados para la determinación de la relación de las habilidades sociales con otros factores arroja resultados enfocados en las conductas que ayudan a minimizar aspectos como la depresión desde una perspectiva del interior de las

personas como un universo aparte. Es necesario tener un entendimiento acertado de las habilidades sociales, ya que, la forma de relación puede ser una experiencia agradable o por el contrario nefasta, afectando de esta forma a su parte psicológica y generando problemas serios de tipo mental. Es relevante además tener muy en cuenta los factores incidentes dentro del entorno educativo, ya que a través de destrezas apropiadas que minimicen dificultades psicológicas se puede elevar el nivel de rendimiento de los estudiantes en las universidades (Torres, 2024).

## **CAPÍTULO II: MATERIALES Y MÉTODOS**

### **2.1 Tipo de investigación**

La presente investigación adoptó una metodología que representa un conglomerado de procedimientos estructurados y sistemáticos, que básicamente son empíricos, es decir, guiados por la experiencia frente a las habilidades sociales y la depresión como parte del objeto de estudio, su objetivo fue la extracción de datos para su posterior análisis en función de su integración y discusión, es decir, permitiendo establecer conclusiones a partir de las causas del problema de una forma lógica y coherente, así como el entendimiento del perfil de los participantes que, para este caso en particular, correspondientes a los estudiantes de la carrera de Pedagogía de los Idiomas Nacionales y Extranjeros de la Universidad Técnica del Norte (Hernández & Mendoza, 2016).

La investigación cuantitativa permitió al estudio utilizar la información de este tipo y su medición estadística y valorativa con la finalidad de analizarla de mejor manera, se basó en el problema y sus causas de tipo social por tratarse de las habilidades sociales y la depresión de las personas; tuvo un alcance descriptivo porque, se encuentra enfocada en el análisis del perfil de un solo grupo de participantes en la cual se detalla las características de esta población (Posso, 2011). Correlacionó las preguntas de investigación con su medición, análisis y conclusiones; es no experimental, ya que, el objeto no es la construcción de nada, sino que, únicamente se observa cuestiones existentes; es transversal porque la recolección de los datos es en un solo momento y tiempo dado, así como el propósito es el detalle y análisis de las variables habilidades sociales y depresión (Huaire, 2020).

En consiguiente mediante el uso de la plataforma Microsoft Forms se realizó la recolección del muestreo teniendo un alcance más amplio. El muestreo implica seleccionar a un grupo específico de individuos que se consideren representativos, con el propósito de facilitar el análisis o de identificar las características de la población (Velasco & Martínez, 2017), este se divide en dos grandes grupos que son el muestreo probabilístico en el cual es posible hacer inferencias sobre toda la población a partir de la muestra seleccionada y por el contrario el no probabilístico, donde las conclusiones solo se aplican al grupo investigado, es decir, únicamente a los elementos que fueron estudiados (Lastra, 2000). El uso del Forms no es considerado un muestreo probabilístico, sin embargo, sí se distribuye una encuesta de Forms en un marco de muestreo aleatorio predefinido, como un grupo seleccionado de manera probabilística, entonces la encuesta podría llegar a ser probabilística.

### **2.2. Instrumentos de investigación**

De acuerdo con el Consejo General de Colegios Oficiales de Psicólogos el instrumento de Depresión de Beck-II (BDI-II) en 2011, cuya versión original de Depresión de Beck-II (BDI-II) en 1966 y cuyos autores son Aaron T. Beck, Robert A. Steer y Gregory K.

Brown, es un autoinforme que permite una evaluación del nivel de la depresión, es pertinentemente uno de los test más utilizados para esta acción, es importante acotar que sus ítems no tienen derivación concreta teórica del constructo medido, sino más bien están en relación con la sintomatología de los pacientes con este mal; como muchos otros ha ido evolucionando y mejorando en busca de diagnósticos más acertados, es adaptado a la versión española por Jesús Sanz y Carmelo Vázquez para pacientes adultos y jóvenes (EFPA, 2018).

Es bueno acotar que, contiene 21 ítems con sus respectivas dimensiones que son la cognitivo-afectiva de 12 caracteres que corresponden a los ítems 1, 2, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 13 y 14 y en si otra parte la dimensión somático motivacional de 7 ítems correspondientes a los ítems 4, 12, 15, 16, 18, 20 y 21 (EFPA, 2018).

La escala utilizada está dentro del contexto de 4 puntos en los que: en el intervalo de 0-3 menos los ítems 16 y 18 ya que tienen 7 categorías, en este caso si el individuo elige varias categorías se toma en cuenta la más alta; es pertinente mencionar que la puntuación mínima es de 0 y 63 la máxima, a decir, 0-13 mínima, 14-19 leve, 20-28 moderada y 29-63 grave (EFPA, 2018).

El test de habilidades sociales EHS cuya autora original es Elena Gismero González allá por el año 2002 es un instrumento que utiliza la escala de Likert y su meta principal es evaluar las habilidades sociales, su aplicación es de forma colectiva o individual que puede ser a través de Google Forms siempre y cuando los criterios de inclusión sean cumplidos, posee una confiabilidad de 0,88 de alfa de Cronbach y validado al 0,74 (Pazmiño, 2022).

Este dispositivo tiene 33 ítems, de estos 28 se enfocan en deficiencias respecto a las habilidades sociales, así como dificultades en aserción, los 5 restantes se relacionan directamente con condiciones de tipo positivo (**se invirtieron a manera negativa los ítems 3, 7, 16, 18 y 25; para que se encuentren en su sentido negativo de esta manera quedaron que en puntajes altos corresponden a bajas Habilidades Sociales y puntajes bajos corresponden a altas Habilidades Sociales**); contiene 4 indicadores de respuestas y 6 factores que son: auto expresión en el contexto social, defensa de derechos del consumidor, Expresión de enfado, decir no y cortar interacciones, hacer peticiones, iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto. La escala, bajo 25 o menos, medio 26-74 y alto 75 o más (Pazmiño, 2022).

**\*Preguntas invertidas Del Test de Habilidades Sociales (EHS)\***

3. Si al llegar a mi casa encuentro un defecto en algo que he comprado, voy a la tienda a devolverlo.
  
7. Si en un restaurante no me traen la comida como la había pedido, llamo al camarero y pido que me la hagan de nuevo.

16. Si salgo de una tienda y me doy cuenta de que me han entregado mal el vuelto, regreso allí a pedir el cambio correcto.

18. Si veo en una fiesta a una persona atractiva del sexo opuesto, tomo la iniciativa y me acerco a entablar una conversación con ella.

25. Si un amigo al que le he prestado cierta cantidad de dinero parece haberlo olvidado, se lo recuerdo.

### 2.3. Preguntas de investigación y/o hipótesis

Las preguntas de la investigación se han planteado según los objetivos específicos:

*¿Cuáles son los niveles de las habilidades sociales de los estudiantes de la carrera de Pedagogía de los Idiomas Nacionales y Extranjeros de la Facultad de Educación Ciencia y Tecnología (FECYT) de la Universidad Técnica del Norte (UTN)?*

*¿Cuáles son los niveles de depresión existente en de los estudiantes de la carrera de Pedagogía de los Idiomas Nacionales y Extranjeros de la FECYT de la UTN?*

*¿Existe correlaciones entre Habilidades sociales y Depresión en los de los estudiantes de la carrera de Pedagogía de los Idiomas Nacionales y Extranjeros de la FECYT de la UTN?*

Del mismo modo se pone a consideración diversas hipótesis a ser demostradas o refutadas, las cuales son:

- **H1:** Existen diferencias estadísticamente significativas entre las habilidades sociales con el sexo de los estudiantes.
- **H0:** No existe diferencias estadísticamente significativas entre habilidades sociales con el sexo de los estudiantes.
- **H2:** Existe diferencias estadísticamente significativas entre habilidades sociales con las etnias de los estudiantes.
- **H0:** No existe diferencias estadísticamente significativas entre habilidades sociales con las etnias de los estudiantes.
- **H3:** Existe diferencias estadísticamente significativas entre habilidades sociales con la edad de los estudiantes.
- **H0:** No existe diferencias estadísticamente significativas entre habilidades sociales con la edad de los estudiantes.
- **H4:** Existen diferencias estadísticamente significativas entre la depresión con el sexo de los estudiantes.
- **H0:** No existe diferencias estadísticamente significativas entre la depresión con el sexo de los estudiantes.

- **H5:** Existe diferencias estadísticamente significativas entre la depresión con las etnias de los estudiantes.
- **H0:** No existe diferencias estadísticamente significativas entre la depresión con las etnias de los estudiantes.
- **H6:** Existe diferencias estadísticamente significativas entre la depresión con la edad de los estudiantes.
- **H0:** No existe diferencias estadísticamente significativas entre la depresión con la edad de los estudiantes.
- **H7:** Existe una correlación entre las Habilidades sociales y la depresión de los estudiantes.
- **H0:** No Existe una correlación entre las Habilidades sociales y la depresión de los estudiantes.

## 2.4. Participantes

La población objeto de la presente investigación estuvo conformada por 258 estudiantes de la carrera de Pedagogía de los Idiomas Nacionales y Extranjeros, pertenecientes a la Facultad de Educación, Ciencia y Tecnología de la Universidad Técnica del Norte. Estos estudiantes cursan el período académico correspondiente a abril-agosto de 2024, y se encuentran distribuidos de la siguiente manera:

**Tabla 1**

*Distribución de la población o universo por semestre y sexo.*

Semestre	Hombres	Mujeres	Total
Primero	11	28	39
Segundo	15	22	37
Tercero	5	23	28
Cuarto	10	26	36
Quinto	6	24	30
Sexto	9	26	35
Séptimo	5	23	28
Octavo	6	19	25
<b>Total</b>	<b>67</b>	<b>191</b>	<b>258</b>

*Nota: Datos reales de la Facultad de Educación Ciencia y Tecnología.*

Se pretendió realizar un censo, es decir, aplicar el test a toda la población objetivo. Sin embargo, por diversas razones, no fue posible alcanzar la totalidad de personas. A pesar de ello, se logró que **246 estudiantes** respondieran los instrumentos, constituyendo una muestra altamente representativa.

El promedio de edad de los estudiantes participantes en este estudio es de 21 años, con una edad mínima de 18 años y una máxima de 41 años. En cuanto a la variable sexo, el 26% de los encuestados son hombres y el 74% son mujeres. Respecto a la autodefinición étnica, se obtuvo que el 1,2% se identifican como blancos, el 74,8% como mestizos, el 3,3% como afrodescendientes, el 19,9% como indígenas, y el 0,8% indicó otra autodefinición étnica.

En cuanto a los datos sociodemográficos, el 19,5% de los encuestados vive solo, el 1,6% vive con amigos y el 78,9% vive con su familia. Por último, al analizar los niveles o semestres de los estudiantes, los porcentajes son los siguientes: 13,4% en primer nivel, 14,2% en segundo nivel, 11,4% en tercer nivel, 14,2% en cuarto nivel, 11% en quinto nivel, 12,6% en sexto nivel, 11% en séptimo nivel, y 12,2% en octavo nivel.

## **2.5. Procedimientos y análisis de la información**

Se seleccionaron los instrumentos de medición, tanto el Inventario de Depresión de Beck-II (BDI-II) como el Test de Habilidades Sociales (EHS), los cuales fueron adaptados al lenguaje y al contexto específico de esta investigación para facilitar la recopilación de datos de acuerdo con las variables del estudio. Con el fin de lograr una aplicación más eficiente y un mayor alcance dentro de la población objetivo, los instrumentos fueron adaptados a Microsoft Forms, plataforma en la que también se incluyó el consentimiento informado junto con los reactivos correspondientes.

Para continuar con el proceso de la presente investigación, se solicitó la autorización al Decanato de la Facultad de Educación, Ciencia y Tecnología (FECYT) y a la Coordinación de la carrera de Pedagogía de los Idiomas Nacionales y Extranjeros. Una vez aprobada la solicitud por parte de las autoridades, se procedió a socializar con los estudiantes el propósito de la aplicación de los reactivos, explicando los objetivos, el procedimiento y los beneficios de proporcionar respuestas óptimas a los reactivos.

La recolección de datos se llevó a cabo entre el 18 y el 31 de agosto de 2024. Durante este período, se distribuyó un enlace de Microsoft Forms a todos los estudiantes de la carrera, quienes completaron los cuestionarios a través de sus dispositivos (teléfonos móviles o laptops), bajo la supervisión de la investigadora. Una vez recopilados los datos de todos los semestres, estos fueron migrados a la aplicación IBM SPSS Statistics 25 para su posterior análisis. Además, se realizó la inversión de las preguntas con una puntuación invertida, a fin de optimizar la recolección de datos y la presentación de las tablas de resultados.

Finalmente, utilizando IBM SPSS Statistics 25, se calculó el nivel de confiabilidad mediante el coeficiente alfa de Cronbach, obteniendo los siguientes resultados:

**Tabla 2**  
*Confiabilidad – Alfa de Cronbach*

<b>Dimensión</b>	<b>Alfa de Cronbach</b>	<b>Interpretación</b>
<b>Conducta de Afrontamiento (CA)</b>	0,872	BUENO
<b>Somático Motivacional (SM)</b>	0,788	ACEPTABLE
<b>Total, Depresión</b>	0,915	EXCELENTE
<b>Conductas de autoafirmación</b>	0,794	ACEPTABLE
<b>Expresión de emociones</b>	0,806	BUENA
<b>Conductas asertivas</b>	0,588	POBRE
<b>Total, Habilidades sociales</b>	0,886	BUENA

*Nota: \*Los criterios de calificación se realizaron conforme a George y Mallery (2003).*

## **2.6. Dificultades**

Durante la investigación se presentaron dificultades relacionadas con la participación de la población evaluada, ya que algunos estudiantes no pudieron seguir correctamente las indicaciones del estudio. Además, el tiempo limitado para la recolección de datos representó un desafío. A pesar de estos obstáculos, se logró obtener una muestra representativa y llevar a cabo el análisis de manera efectiva.

## CAPÍTULO III: RESULTADOS Y DISCUSIÓN

### 3.1. Estadísticos descriptivos

Tabla 3

*Estadísticos descriptivos.*

	Total, cognitivo afectivo	Total, somático motivacional	Total, depresión	Total, conductas de autoafirmación	Total, expresión de emociones	Total, conductas asertivas	Total, habilidades sociales
<b>Media</b>	21,65	13,88	39,54	31,45	23,64	25,29	80,38
<b>Mediana</b>	21,00	13,50	38,50	32,00	24,00	25,00	80,50
<b>Moda</b>	16	13	42	33	23 <sup>a</sup>	27	73 <sup>a</sup>
<b>Desv. Desviación</b>	6,772	3,743	10,874	7,514	6,549	4,966	16,534
<b>Varianza</b>	45,860	14,006	118,249	56,460	42,893	24,665	273,387
<b>Mínimo</b>	12	7	21	16	10	11	42
<b>Máximo</b>	42	25	71	50	40	39	124
						<b>Percentil 25</b>	68
						<b>Percentil 74</b>	92
						<b>Altas habilidades sociales</b>	33-68
				<b>Niveles de Habilidades Sociales</b>		<b>Medias habilidades sociales</b>	69-92
						<b>Bajas habilidades sociales</b>	93-132

a. Existen múltiples modos. Se muestra el valor más pequeño.

### 3.2. Niveles de Habilidades Sociales

Tabla 4

*Niveles de habilidades sociales en los estudiantes de la carrera de Pedagogía de los Idiomas Nacionales y Extranjeros*

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
<b>Altas Habilidades Sociales</b>	64	26,0	26,0	26,0
<b>Medias Habilidades Sociales</b>	120	48,8	48,8	74,8
<b>Bajas Habilidades sociales</b>	62	25,2	25,2	100,0
<b>Total</b>	246	100,0	100,0	

Los datos obtenidos señalan una predominancia de la categoría “medias habilidades sociales” en los estudiantes de la carrera de Pedagogía de los Idiomas Nacionales y Extranjeros, con un porcentaje de 48,8%, sin embargo, destacando la teoría base del instrumento original, este resultado encaja dentro de los límites normales, pues se postula que la mayoría de la población responde efectivamente a las opciones de dos a tres puntos, lo que evidencia una aserción social media (Gismero, 2002).

Sin embargo, es necesario considerar el dato de 25,2% para “bajas habilidades sociales”, pues si bien no se trata del siguiente porcentaje más alto, sí representa una población significativa a la que se debe abordar. Esto, pues un estudio realizado a estudiantes universitarios de medicina determinó la existencia de una correlación positiva entre habilidades sociales y rendimiento académico, en este sentido, alumnos que presentan mayor aserción social perciben, en promedio, un mejor desempeño, ya que supone la integración hacia grupos sociales, fomentando el aprendizaje colaborativo y enriqueciendo competencias socioemocionales requeridas en la práctica profesional, sobre todo en carreras que requieren de contacto humano constante (Cosio et al., 2021)

Así también, Sánchez-Bolívar et al., (2023) determinaron que las habilidades sociales no sólo influyen positivamente en el rendimiento académico, sino que son pilar fundamental en rasgos como la autopercepción, la motivación académica y el proyecto de vida; mismos que se enriquecen de la interacción social efectiva. Dichos hallazgos coinciden con los de Arhuis-Inca e Ipanaqué-Zapata (2023) quienes además de señalar la correlación positiva entre habilidades sociales y rendimiento académico, especificaron que dichas competencias influían efectivamente en el bienestar psicológico del individuo, puesto que generaban entornos positivos para su desenvolvimiento.

Desde esta perspectiva, aquellos estudiantes enmarcados en la categoría “bajas habilidades sociales”, además de presentar dificultades para relacionarse efectivamente con sus pares, podrían estar experimentando un desgaste psicológico considerable, por lo que resulta importante contemplar esta población, dado que la falta de habilidades sociales implica una problemática sin importar la medida en que se presente.

### 3.3. Niveles de Depresión

**Tabla 5**

*Niveles de depresión em estudiantes de la carrera de Pedagogía de los Idiomas Nacionales y Extranjeros*

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Mínima depresión	89	36,2	36,2	36,2
Depresión leve	53	21,5	21,5	57,7
Válido Depresión moderada	58	23,6	23,6	81,3
Depresión grave	46	18,7	18,7	100,0
<b>Total</b>	246	100,0	100,0	

Pese a que los datos obtenidos, reflejan la predominancia de “mínima depresión” en los estudiantes de la carrera de Pedagogía de los Idiomas Nacionales y Extranjeros, las cifras referentes a depresión moderada (23,6%) y grave (18,7%) resultan alarmantes, considerando que los porcentajes unidos arrojan un valor de 42,3%, representando una cantidad significativa de la población.

Estudios realizados a 847 estudiantes universitarios del Ecuador, revelaron que el 24,7% de la población evaluada presentaba síntomas graves de depresión, mismos que se relacionaron efectivamente a factores ambientales como la falta de apoyo social y la

disfunción familiar (Estrella-Proaño et al., 2024). Por otro lado, Arévalo et al. (2019) vincularon efectivamente la depresión con factores como el rendimiento académico, la deserción y el comportamiento suicida; explicando que estudiantes con depresión grave tienden a presentar un menor desempeño académico, favoreciendo el pensamiento de desvincularse de la institución y fomentando en ellos una idea errónea de incapacidad que podría fortalecer la ideación suicida.

Así también, un estudio realizado en Sudáfrica determinó que la presencia de depresión grave en estudiantes universitarios se puede relacionar directamente con el bajo rendimiento académico y la deserción, pues se comprobó que un mayor puntaje de depresión reducía el GPA *medida de rendimiento académico* de los alumnos (Wagner et al., 2022).

En tal consideración, la población ubicada en las categorías de depresión moderada y grave podría estar vinculada a entornos negativos ya sean sociales o familiares, además de presentar problemáticas en el entorno académico que producirían consecuencias aún más complejas como la ideación suicida.

### 3.4. Diferencias de las variables de estudio y las variables sociodemográficas

Con el propósito de decidir el tipo de estadísticos a utilizar en el cálculo de las seis primeras hipótesis, se aplicó la prueba Kolmogórov-Smirnov para el análisis de distribución normal en función de la significación asintótica (p. valor), de tal forma que valores mayores a 0,05 determinan una distribución normal o paramétrica de los datos, mientras que cifras menores a 0,05 representan datos no paramétricos.

En esa línea, se puede definir una distribución normal de los datos para Habilidades Sociales, considerando su p. valor de 0,079 ( $> 0,05$ ), mientras que la variable Depresión, mantiene una distribución anormal de los datos, pues su significación asintótica es de 0,000 (p. valor  $< 0,05$ ), al igual que los factores sociodemográficos. Tomando en cuenta que el uso de pruebas paramétricas requiere una distribución normal de los datos en todas las variables del estudio, se optó por utilizar las pruebas no paramétricas: U de Mann-Whitney para dos poblaciones independientes y Kruskal-Wallis para más de dos poblaciones independientes.

**Tabla 6**

*U de Mann-Whitney: Habilidades Sociales - Sexo*

	TOTAL, HABILIDADES SOCIALES
U de Mann-Whitney	5032,500
W de Wilcoxon	7112,500
Z	-1,617
Sig. asintótica(bilateral)	,106

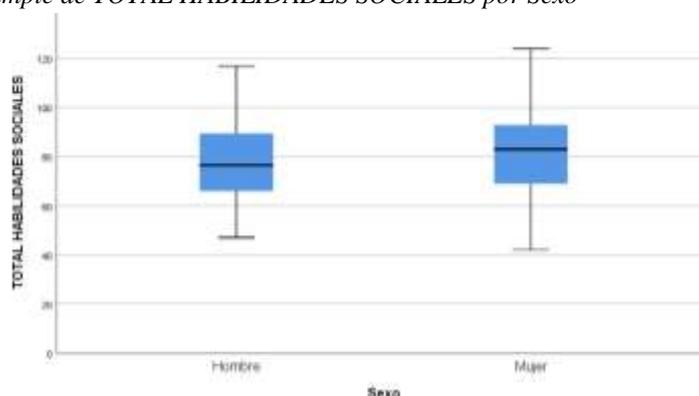
a. Variable de agrupación: Sexo

Acorde a los resultados obtenidos en la **Tabla 6**, el p. valor es de **0,106** ( $> 0,05$ ), por lo que se acepta la hipótesis nula ( $H_0$ ), rechazando la hipótesis del investigador ( $H_1$ ), en este sentido, se establece que no existe una diferencia estadísticamente significativa en las habilidades sociales respecto al sexo de los estudiantes de la carrera de *Pedagogía de los Idiomas Nacionales y Extranjeros*.

Resultado que también se evidencia al analizar las medias de la variable, mediante la prueba T. para estadísticas de grupo (**Figura 1**), dando como resultado un **77,80** para hombres y **81,29** para mujeres, estableciendo la existencia de una mínima diferencia no llegando a ser significativa.

**Figura 1**

*Diagrama de cajas Simple de TOTAL HABILIDADES SOCIALES por Sexo*



Dicha disparidad, fue ilustrada mediante un diagrama de cajas, con la finalidad de garantizar su comprensión, señalando que, a pesar de existir un valor mayor en el sexo femenino, el cual señala que en promedio las mujeres exhiben menos habilidades sociales que los hombres, este dato no llega a representar una diferencia estadísticamente significativa, por ende, se sugiere que el sexo no influye determinadamente en el desarrollo de habilidades sociales.

Resultado que concuerda con el estudio realizado por Lanchipa et al. (2019) en la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann en Tacna, Perú; mismo que analizó el desarrollo de habilidades sociales, en función del sexo y la especialidad de los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación, determinando que no existen diferencias significativas entre la variable estudiada con el sexo, estableciendo que la presencia de otros factores podría determinar la correcta adquisición y expresión de las habilidades sociales.

Sin embargo, resulta confuso la discrepancia con variados estudios realizados entre el 2014 y 2022, mismos que establecen una marcada diferencia de aserción social en mujeres respecto a los hombres, explicando que el género femenino tiende a puntuar más alto en destrezas enfocadas hacia la empatía, la amabilidad, expresión de emociones positivas, afectividad y asertividad ante el rechazo; mientras que los hombres presentan mayores puntuaciones en socializar con el sexo opuesto, expresión de emociones negativas y decir

que no; aunque el resultado difiere entre estudios denotando que la adquisición de habilidades sociales varía en determinados contextos (García et al., 2014; Navarro et al., 2016; Caldera et al., 2018; González & Molero, 2022).

En este sentido, se puede inferir que, si bien la variable sociodemográfica *sexo*, por sí sola, no representa un factor determinante en el desarrollo de habilidades sociales, la existencia de elementos como la etnia, la cultura, los factores socioeconómicos y la crianza, podrían influir en ese resultado.

**Tabla 7**

*U de Mann-Whitney: Depresión y Sexo*

	TOTAL, DEPRESIÓN
<b>U de Mann-Whitney</b>	5659,000
<b>W de Wilcoxon</b>	7739,000
<b>Z</b>	-,337
<b>Sig. asintótica(bilateral)</b>	<b>.736</b>

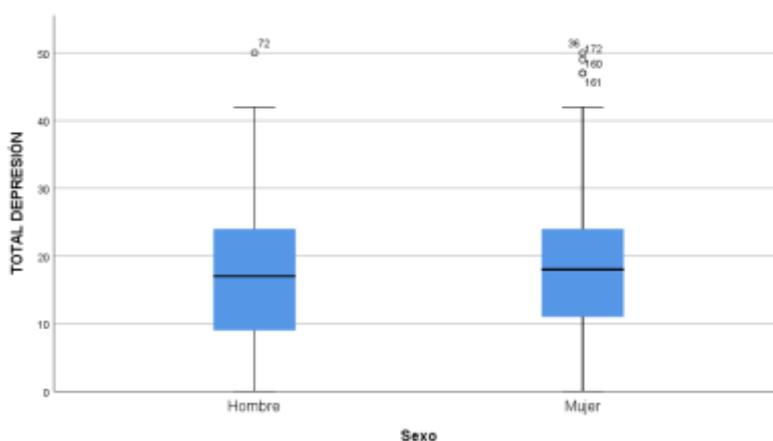
a. Variable de agrupación: Sexo

De acuerdo con los datos presentados en la **Tabla 7**, el p. valor es de **0,736 (> 0,05)**, por lo tanto, se acepta la hipótesis nula (**H<sub>0</sub>**) y se rechaza la hipótesis del investigador (**H<sub>1</sub>**), indicando que no existe una diferencia estadísticamente significativa en los niveles de depresión según el sexo de los estudiantes de la carrera de *Pedagogía de los Idiomas Nacionales y Extranjeros*.

Conclusión que se refuerza a través del análisis de medias (prueba T.), la cual establece un valor de **18,25** para los hombres en discordancia con el **18,65** de las mujeres, evidenciando una diferencia mínima no significativa.

**Figura 2**

*Diagrama de cajas Simple de TOTAL DEPRESIÓN y Sexo*



La diferencia leve ilustrada en la **Figura 2**, determina que, en promedio, las mujeres obtienen mayores puntajes respecto a la variable depresión a comparación de los hombres, sin embargo, este resultado no representa una diferencia importante.

Dato que concuerda con los resultados de estudios realizados entre los años 2017-2019 en Ecuador y China, mismos que no evidenciaron diferencias estadísticamente significativas entre la depresión con el sexo de los participantes, reportando la existencia de otros componentes que se asocian de mejor manera a la variable estudiada como la baja autoestima, neuroticismo, y antecedentes de salud mental (Torres et al., 2017; Wenjuan et al., 2020).

Sin embargo, Puthran et al. (2016) establecen en su estudio realizado a 84,119 estudiantes de medicina de 32 países, que las mujeres presentan un 30% más de probabilidades para desarrollar síntomas depresivos a comparación de los hombres. Concordando con Van de Velde et al. (2023) quienes comprobaron que tras la pandemia del COVID-19, el género femenino fue el más afectado, reportando niveles altos de depresión. Así también, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2023) determina que las mujeres entre los 15-49 años, tienen hasta un 50% más de probabilidades para desarrollar depresión, respecto a los hombres, esto, debido a factores socioeconómicos, hormonales y laborales.

De este modo, es correcto asumir que el apareamiento y sostenimiento de la depresión, no depende meramente de la condición de género sino también de los diversos factores asociados a ella, por lo que distintos contextos favorecen o impiden la evolución de dicha variable.

**Tabla 8**

*Rasgos por Autoidentificación Étnica de Habilidades sociales (H de Kruskal-Wallis)*

RASGOS		Autodefinición étnica	N	Rango promedio
TOTAL, HABILIDADES SOCIALES	Blanco		3	79,00
	Mestizo		184	124,77
	Afrodescendiente		8	132,38
	Indígena		49	123,14
	Otra		2	46,50
	Total		246	

**Tabla 9**

*H de Kruskal-Wallis: Total de Habilidades Sociales*

TOTAL, HABILIDADES SOCIALES	
H de Kruskal-Wallis	3,701
GI	4
Sig. Asintótica	.448

a. Prueba de Kruskal Wallis

b. Variable de agrupación: Autodefinición étnica

En relación con la **Tabla 8**, los rangos promedio de habilidades sociales en relación con la autodefinición étnica presentan diferencias mínimas, que no llegan a ser consideradas significativas debido a la disparidad de la muestra respecto a los grupos étnicos. Resultado

confirmado mediante la prueba estadística Kruskal-Wallis (**Tabla 9**), donde se reporta un p. valor de **0,448 (> 0,05)**, por consiguiente, se acepta la hipótesis nula (**H<sub>0</sub>**), rechazando la hipótesis del investigador (**H<sub>1</sub>**), estableciendo que no existen diferencias estadísticamente significativas entre habilidades sociales y la autodefinición étnica de los estudiantes de la carrera de *Pedagogía de los Idiomas Nacionales y Extranjeros*.

Resultado que puede ser comprendido desde la perspectiva de da Silva et al. (2025) quienes evaluaron el desarrollo de competencias socioemocionales en estudiantes universitarios, determinando que no existen diferencias significativas entre la variable de estudio y la etnia/raza de los participantes, concluyendo que por sí sola, la condición étnica no delimita un mayor o menor nivel de aserción social.

Por otro lado, un estudio publicado por *Medical Education*, determinó que estudiantes universitarios de medicina variaban significativamente su aprendizaje socioemocional dependiendo del grupo étnico al que pertenecían, demostrando que minorías étnicas tratadas injustamente desarrollaban menor confianza por lo que evitaban relacionarse efectivamente con su entorno (van Andel et al., 2022). Datos que concuerdan con el estudio realizado por Tomé-Fernández et al. (2024) en Andalucía, España, el cual exhibió que estudiantes de etnia blanca, religión cristiana y cultura castellana presentaban mayores habilidades sociales en comparación con aquellos de etnias gitanas, africanas, religiones islámicas o sin afiliación religiosa; relacionando este resultado a concepciones sociales y culturales asociadas a la etnia/raza, que pueden influir en el desarrollo de habilidades sociales.

Por lo que, en entornos controlados que presentan una menor cantidad de factores de riesgo para el déficit de habilidades sociales, la etnia no se considera determinante ya que depende del contexto en el que se ve inmersa.

**Tabla 10**

*Rangos de Autoidentificación étnica de Depresión (H de Kruskal-Wallis)*

<b>Rangos</b>			
	<b>Autodefinición étnica</b>	<b>N</b>	<b>Rango promedio</b>
TOTAL, DEPRESIÓN	<b>Blanco</b>	3	148,33
	<b>Mestizo</b>	184	121,01
	<b>Afrodescendiente</b>	8	122,38
	<b>Indígena</b>	49	128,43
	<b>Otra</b>	2	199,25
	<b>Total</b>	246	

**Tabla 11***H de Kruskal-Wallis: Total de Depresión*

	TOTAL, DEPRESIÓN
<b>H de Kruskal-Wallis</b>	3,098
<b>GI</b>	4
<b>Sig. asintótica</b>	.542

a. Prueba de Kruskal Wallis  
b. Variable de agrupación: Autodefinición étnica

De acuerdo con los datos presentados en la **Tabla 11**, los rangos promedio de depresión muestran diferencias mínimas, lo que sugiere la ausencia de variaciones relevantes entre los grupos, ya que existe una muestra heterogénea de datos respecto a los grupos étnicos. Dicho resultado se puede confirmar a través de la prueba H de Kruskal Wallis, misma que determinó un p. valor de **0,542 (> 0,05)**, por ende, se acepta la hipótesis nula (**H<sub>0</sub>**), estableciendo que no existen diferencias estadísticamente significativas entre los niveles de depresión y la autodefinición étnica de los estudiantes de la carrera de *Pedagogía de los Idiomas Nacionales y Extranjeros*.

Resultado que discrepa de estudios actuales, los cuales establecen la existencia de diferencias entre la prevalencia de depresión en individuos de distintas etnias, determinando que en Estados Unidos los individuos pertenecientes a grupos étnicos/razas negras e hispanas, presentan más depresión que los individuos blancos o asiáticos (Lim et al., 2021). De la misma forma, se determinó que estudiantes universitarios negros, hispanos y asiáticos/pacífico-isleños, eran más propensos a exhibir sintomatología depresiva, a pesar de tener una tasa diagnóstica baja en comparación con los alumnos blancos, estableciendo que dichas diferencias pueden estar relacionadas también con situaciones de discriminación, barreras culturales y estigmas relacionados a la salud mental (Chen et al., 2019).

Por otro lado, una investigación publicada en *Comprehensive psychiatry*, estableció que a pesar de que los ciudadanos blancos no hispanos de Estados Unidos presentaban prevalencia en los casos de depresión, los individuos negros, asiáticos y latinos, mostraban mayor persistencia de síntomas depresivos en el tiempo, relacionando esto a diferentes factores socioeconómicos y al nivel educativo, más allá de una condición racial (Vilsaint et al., 2019).

Desde esta perspectiva, la condición étnica cuando se encuentra relacionada a factores de riesgo y concepciones sociales negativas que influyan en el desarrollo diario del ser humano, puede ser un factor determinante en la adquisición e incremento de la depresión.

**Tabla 12**  
Rangos de Habilidades Sociales - EDAD

RANGOS			
	Edad con rangos	N	Rango promedio
TOTAL, HABILIDADES SOCIALES	18-20	113	134,15
	21-23	102	126,76
	24-41	31	73,92
	Total	246	

**Tabla 13**  
H de Kruskal-Wallis: Habilidades sociales-Edad

TOTAL, HABILIDADES SOCIALES	
H de Kruskal-Wallis	17,806
Gl	2
Sig. Asintótica	.000
a. Prueba de Kruskal Wallis	
b. Variable de agrupación: Edad con rangos	

**Figura 3**  
Comparación entre parejas de edad por rangos (Kruskal-Wallis)



En relación con los resultados obtenidos en la **Tabla 13**, se determinó la existencia de diferencias significativas entre los rangos promedio de habilidades sociales, dato que pudo ser confirmado mediante la prueba Kruskal-Wallis, misma que arrojó un p. valor de **0,000** ( $< 0,05$ ), por lo que se rechaza la hipótesis nula ( $H_0$ ), aceptando la hipótesis del investigador ( $H_i$ ) demostrando que existen diferencias estadísticamente significativas entre habilidades sociales y la edad de los estudiantes de la carrera de *Pedagogía de los Idiomas Nacionales y Extranjeros*.

De la misma manera, dicho dato se puede comprobar mediante la **Figura 4**, misma que establece una diferencia significativa (*significación ajustada*) entre las parejas de edad compuestas por los estudiantes de **24-41 y 18-20 años**, así como los de **24-41 y 21-23 años**, especificando la existencia de una *menor aserción social* en el segundo grupo etario perteneciente a la primera comparación (*18-20 años*).

Resultado que concuerda con los estudios realizados por Pollerhoff et al. (2024) quienes determinan que la prosocialidad y el desarrollo de habilidades socioemocionales aumenta en adultos de mediana edad, respecto a adultos más jóvenes, sugiriendo que destrezas como la empatía y cooperación se desarrollan y fortalecen con la edad. De la misma manera un estudio ecológico realizado para evaluar las interacciones sociales en adultos de entre 20 y 79 años, determinó que los adultos de mediana edad (40-59 años), exhiben mejores habilidades sociales para relacionarse con su entorno en comparación con adultos jóvenes, atribuyendo este hallazgo a que la aserción social se enriquece de experiencias sociales acumuladas con los años, que aunadas a la madurez y el crecimiento personal, les permiten mantener relaciones sociales más satisfactorias (Ford et al., 2018).

**Tabla 14**

*Rangos por edad de Depresión (H de Kruskal-Wallis)*

RANGOS			
	Edad con rangos	N	Rango promedio
TOTAL, DEPRESIÓN	18-20	113	120,19
	21-23	102	132,37
	24-41	31	106,40
	Total	246	

**Tabla 15**

*H de Kruskal-Wallis: Total de Depresión-Edad*

TOTAL, DEPRESIÓN	
<b>H de Kruskal-Wallis</b>	3,623
<b>G1</b>	2
<b>Sig. asintótica</b>	<b>,163</b>

a. Prueba de Kruskal Wallis

b. Variable de agrupación: Edad con rangos

A partir de los datos obtenidos en la **Tabla 14**, se determina que los rangos promedio de depresión en función de la edad muestran diferencias poco notorias, lo que sugiere la ausencia de variaciones significativas entre los grupos etarios. Hallazgo que fue confirmado a través de la **Tabla 15**, la cual exhibe un p. valor de **0,163 (> 0,05)**, por lo que, se acepta la hipótesis nula (**H<sub>0</sub>**), indicando que no existen diferencias estadísticamente significativas en los niveles de depresión según la edad de los estudiantes de la carrera de *Pedagogía de los Idiomas Nacionales y Extranjeros*.

Resultado que difiere con la investigación realizada por Goodwin et al. (2022) quienes determinaron que la prevalencia de depresión en adultos jóvenes aumentó de un 10,3% en 2015 a un 17,2% en 2020, a comparación con la de los adultos mayores y mediana edad. Así también, estudios realizados en el Ecuador, determinaron que dependiendo de distintos

contextos y sectores la depresión puede aumentar en la población mayor a 65 años o en los adolescentes de entre 14-18 años, ya que factores como vivir solo, la autonomía, las presiones sociales, ciertas expectativas propias, la baja autoestima y problemas socioeconómicos; propios de la edad, pueden funcionar como catalizadores de trastornos del estado de ánimo (Sisa & Vega, 2021; Muñoz & Arevalo, 2019).

En este sentido, la depresión puede ser mayor o menor en distintos grupos etarios, dependiendo de factores de riesgo adicionales, tales como problemas sociales, económicos, familiares, académicos, laborales y de salud; ya que, por sí sola la variable sociodemográfica *edad* no supone un elemento decisivo para el desarrollo de la depresión.

### 3.5. Correlación entre Habilidades Sociales y Depresión.

Dado que de acuerdo con los resultados obtenidos mediante la prueba Kolmogórov-Smirnov, la variable depresión no tiene una distribución normal de datos, se empleó el coeficiente Rho de Spearman para determinar la correlación entre ambas variables.

**Tabla 16**

*Correlación entre Habilidades Sociales y Depresión (Rho de Spearman)*

Correlaciones			Total, habilidades sociales	Total, depresión
Rho de Spearman	TOTAL, Habilidades Sociales	Coefficiente de correlación	1,000	,465**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	246	246
	TOTAL, Depresión	Coefficiente de correlación	,465**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	246	246

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

De acuerdo con la **Tabla 16**, se exhibe una significación bilateral/p. valor de 0,000 (< 0,05), por lo que se rechaza la hipótesis nula (**H<sub>0</sub>**) y se acepta la hipótesis del investigador (**H<sub>1</sub>**), estableciendo la existencia de una correlación significativa entre el déficit de habilidades sociales y depresión en los estudiantes de la carrera de *Pedagogía de los Idiomas Nacionales y Extranjeros*.

Así también, se puede implicar la existencia de una correlación directa entre ambas variables, debido a que el coeficiente de la correlación (**0,465**) es positivo, en este sentido, a medida que aumenta el déficit de habilidades sociales, mayor será el nivel de depresión en los estudiantes.

Con la finalidad de interpretar la fuerza de dicha correlación, se consideró la escala propuesta por Martínez-Ortega et al. (2009), la cual indica que el coeficiente de correlación obtenido en la **Tabla 16**, representa una *magnitud de fuerza media*.

Este resultado concuerda con los estudios realizados en Juliaca, Perú, los cuales establecen la existencia de una correlación entre habilidades sociales y depresión, pues se determinó que el 8,2% de estudiantes tendían a tener habilidades sociales en promedio bajas y en consecuencia exhibían niveles graves y moderados de depresión (Ccama, 2024). Así también, una investigación realizada en el Hospital Regional Honorio Delgado Espinoza determinó la existencia de una correlación negativa entre habilidades sociales y depresión, estableciendo que ciertos factores relacionados a la aserción social servían como factores de protección ante los trastornos del estado de ánimo, por lo que personas socialmente habilidosas experimentaban en promedio menos depresión (Chora, 2020).

De este modo, una disminución en la aserción social puede favorecer la creación de entornos negativos que fomenten el apareamiento de trastornos del estado de ánimo como la depresión.

## CAPÍTULO IV

### CONCLUSIONES

Las habilidades sociales son un conjunto de capacidades que permiten a los individuos interactuar eficazmente en contextos interpersonales, facilitando relaciones saludables y promoviendo el bienestar emocional. En contraste, la depresión es un trastorno que afecta negativamente el estado de ánimo, los pensamientos y el comportamiento, limitando la funcionalidad del individuo. En el ámbito universitario, estos dos constructos están estrechamente relacionados, ya que el déficit en habilidades sociales puede incrementar la vulnerabilidad de los estudiantes a experimentar síntomas depresivos. Esta relación resalta la importancia de abordar ambos factores como elementos clave para promover la salud mental en la comunidad estudiantil.

El análisis de los datos revela que la mayoría de los estudiantes presentan niveles medios de habilidades sociales, mientras que un porcentaje considerable manifiesta niveles bajos. Este hallazgo sugiere que, aunque una parte significativa de la población estudiantil cuenta con competencias sociales adecuadas, existe un grupo vulnerable que podría enfrentar dificultades en su interacción interpersonal y en la gestión de relaciones, lo que podría repercutir en su bienestar emocional y académico.

Se identificó un porcentaje preocupante de estudiantes que presentan síntomas de depresión grave. Este resultado es alarmante, ya que indica que un grupo significativo de la población estudiantil enfrenta problemas emocionales severos que pueden impactar negativamente en su desempeño académico, sus relaciones personales y su calidad de vida. Estos hallazgos subrayan la necesidad de implementar intervenciones efectivas para prevenir y tratar la depresión en este contexto.

El análisis estadístico indica que no existe una diferencia estadísticamente significativa en las habilidades sociales según el sexo o la autodefinición étnica de los estudiantes. Sin embargo, se encontró una diferencia significativa en función de la edad, lo que implica que las habilidades sociales varían según la etapa de desarrollo de los estudiantes. Este resultado sugiere que la madurez y la experiencia acumulada pueden influir en el nivel de competencias sociales, destacando la necesidad de diseñar estrategias que aborden las diferencias generacionales dentro de la población universitaria.

Se encontró una correlación estadísticamente significativa entre las habilidades sociales y la depresión, con un coeficiente de correlación de Spearman de 0,465. Este valor positivo indica que, a mayor déficit en las habilidades sociales, mayor es el nivel de depresión en los estudiantes. Según la clasificación de Martínez-Ortega et al. (2009), esta correlación es de magnitud moderada. Este hallazgo subraya la importancia de fortalecer las habilidades sociales como una estrategia clave para reducir los niveles de depresión en la población estudiantil y mejorar su calidad de vida.

Los resultados muestran homogeneidad en habilidades sociales y depresión en estudiantes, predominando valores medios sin grandes variaciones por variables sociodemográficas. Aunque existen casos extremos, la mayoría se concentra en rangos similares, limitando la diferenciación entre subgrupos. Esto sugiere la necesidad de explorar otros factores influyentes y justifica la urgencia de intervenciones preventivas transversales para la población estudiantil.

## **RECOMENDACIONES**

Es pertinente ampliar el estudio a una población más extensa con el fin de obtener resultados más representativos. Igualmente, resulta conveniente adaptar los instrumentos de evaluación de la depresión al contexto ecuatoriano, asegurando su validez y fiabilidad. Del mismo modo, es aconsejable analizar la relación con otras variables relevantes y considerar el uso de métodos estadísticos avanzados, como ecuaciones multivariantes, que permitan fortalecer el rigor metodológico del estudio.

Una vez obtenidos los resultados, es beneficioso que el coordinador del programa promueva su socialización con docentes y estudiantes. Para el fin de la implementación de talleres, seminarios o espacios de diálogo que contribuyan a sensibilizar a la comunidad académica sobre la importancia de fortalecer las habilidades sociales y prevenir la depresión en los estudiantes.

Se propone que los medios de comunicación y redes sociales utilizados por los estudiantes de la Universidad Técnica del Norte sean canales clave para la difusión de información. Es esencial promover contenido que resalte la importancia de las habilidades sociales y la depresión, abordando tanto sus efectos positivos como negativos en la comunidad universitaria, con el fin de generar conciencia y fomentar el bienestar estudiantil.

Es fundamental el diseño y desarrollo de una guía práctica que contemple estrategias efectivas para mitigar la depresión y fortalecer las habilidades sociales en la población universitaria. Este material debe sustentarse en evidencia científica y ajustarse a las características y necesidades específicas de los estudiantes, con el propósito de promover su bienestar emocional y su desarrollo integral tanto en el ámbito académico como personal.

## REFERENCIAS

- ACM Psicólogos . (2024). *La importancia de la psicología clínica*. Obtenido de [www.psicologosmadrid-acm.com](http://www.psicologosmadrid-acm.com): <https://www.psicologosmadrid-acm.com/la-importancia-de-la-psicologia-clinica/>
- Aldaz, A. (2024). *Eficacia de la terapia de aceptación y compromiso grupal para disminuir la sintomatología depresiva y la evitación experiencial en estudiantes universitarios* . UTN.
- Aldrup, K., Klusmann, U., Lüdtke, O., Göllner, R., & Trautwein, U. (2018). Social support and classroom management are related to secondary students' general school adjustment: A multilevel structural equation model using student and teacher ratings. *Journal of Educational Psychology*, *110*(8), 1066-1083. doi:<https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/edu0000256>
- Álvarez, M. (2022). *Depresión y habilidades sociales en estudiantes de tercer grado de secundaria de la Institución Educativa "Abraham Cárdenas Ruiz"*. UCV.
- Apaza, J. (2020). *Relación entre habilidades sociales y síntomas de depresión en internos de medicina del Hospital Regional Onorio Delgado* . UCS.
- Ardila, R. (2023). El mundo de la psicología . *Revista Latinoamericana de Psicología* , 317.
- Arévalo, E., Castillo-Jimenez, D. A., Cepeda, I., López, J., & Pacheco, R. (2019). Ansiedad y depresión en estudiantes universitarios: relación con rendimiento académico. *IJEPH*, *2*(1), 1-8. doi:[10.18041/2665-427X/ijeph.2.5342](https://doi.org/10.18041/2665-427X/ijeph.2.5342)
- Arhuis-Inca, W., & Ipanaqué-Zapata, M. (2023). La relación entre las habilidades sociales, bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantado universitario de Chimbote, Perú. *Educare*, *27*(2), 20-33. Obtenido de <https://doi.org/10.15359/ree.27-2.15848>
- Arias, M. (2017). De la Psicología Clínica: su historia, definición y conceptos. *Revista Electrónica Psiconex* , 1.
- Babad, E. (2009). *The Social Psychology of the Classroom* (1 ed.). Routledge. doi:<https://doi.org/10.4324/9780203872475>
- Basantes et al . (2020). Ansiedad y depresión en adolescentes . *Revista Boletín Redipe* , 188.
- Basarkod, G., Dicke, T., Allen, K.-A., Parker, P. D., Ryan, M., Marsh, H. W., . . . Guo, J. (2024). Do intercultural education and attitudes promote student wellbeing and social outcomes? An examination across PISA countries. *Learning and Instruction*, *91*, 1-13. doi:<https://doi.org/10.1016/j.learninstruc.2024.101879>
- Bericat, E. (2018). *Excluidos de la felicidad*. CIS.
- Caldera, J. F., Reynoso, O. U., Angulo, M., Cadena, A., & Ortíz, D. E. (2018). Habilidades sociales y autoconcepto en estudiantes universitarios de la región Altos Sur de

- Jalisco, México. *Escritos De Psicología - Psychological Writings*, 11(3), 144–153. Obtenido de <https://revistas.uma.es/index.php/espsi/article/view/9284>
- Calero, A., de la Torre, M., Pardo, R., & Santacreu, M. (2018). Características de la asistencia psicológica en el contexto universitario: la Clínica Universitaria de la UAM. *Análisis y Modificación de Conducta*, 44(169-170), 37-50. doi:<https://doi.org/10.33776/amc.v44i169-70.3378>
- Calupiña, S. (2021). *Caracterización de la psicología de los estudiantes de la carrera de publicidad*. UTN.
- Calvo, F. (2020). Prevenir depresión, un programa de educación en salud mental. *Revista Difusiones*, 13.
- Cano, M. (2022). *Psicología clínica una perspectiva humanista*. Fundación Universitaria .
- Carrera, B. (2021). Vygostky: Enfoque socio cultural. *Educere*, 42.
- Castillero, O. (2019). *La teoría conductual de la depresión de Lewinsohn*. Obtenido de psicologiaymente.com: <https://psicologiaymente.com/clinica/teoria-conductual-depresion-lewinsohn><https://psicologiaymente.com/clinica/teoria-conductual-depresion-lewinsohn>
- Ccama, E. (2024). *Nivel de depresión, ansiedad, estrés y habilidades sociales en estudiantes del cuarto grado del colegio GUE "Las Mercedes" Juliaca, 2022*. UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO, Puno. doi:[https://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14082/22432/Ccama\\_Quispe\\_Edith\\_Reynalda.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14082/22432/Ccama_Quispe_Edith_Reynalda.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Chávez, V. (2023). *Características de las Habilidades Sociales*. STK.
- Chen, J. A., Stevens, C., Wong, S. H., & Liu, C. H. (2019). Psychiatric Symptoms and Diagnoses Among U.S. College Students: A Comparison by Race and Ethnicity. *Psychiatric Services*, 70(6), 442-449. doi:<https://doi.org/10.1176/appi.ps.201800388>
- Chora, J. (2020). *RELACIÓN ENTRE HABILIDADES SOCIALES Y SÍNTOMAS DE DEPRESIÓN EN INTERNOS DE MEDICINA DEL HOSPITAL REGIONAL HONORIO DELGADO ESPINOZA, AREQUIPA, 2020*. Universidad Católica de Santa María, Arequipa. Obtenido de <https://repositorio.ucsm.edu.pe/server/api/core/bitstreams/74b4c110-802b-4e1e-b5ae-ffa08e9a35d1/content>
- Conley, C. S., Durlak, J. A., & Dickson, D. A. (2013). An evaluative review of outcome research on universal mental health promotion and prevention programs for higher education students. *J Am Coll Health*, 61(5), 286-301. doi:10.1080/07448481.2013.802237.
- Corrigan, P. W., & Watson, A. C. (2002). Understanding the impact of stigma on people with mental illness. *World Psychiatry*, 1(1), 16-20. Obtenido de <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC1489832/>

- Cosio, H., Núñez, M., & Lazo, L. (2021). Relación de las habilidades sociales con el rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Ciencia y Desarrollo*, 24(4), 17-26. doi:<http://dx.doi.org/10.21503/cyd.v24i4.2308>
- Cova, F., Grandón, P., Saldivia, S., Inostroza, C., & Novoa, C. (2019). PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN EN SALUD MENTAL: ¿ESPERANZA FUNDADA, VANA ILUSIÓN O CONTRABANDO PSICOPATOLOGIZADOR? *Papeles del Psicólogo*, 40(3), 210-219. doi:<https://doi.org/10.23923/pap.psicol2019.2894>
- da Silva, K. J., Roazzi, A., Savoldi, R., & do Nascimento, A. M. (2025). Habilidades Sociais no Ensino Superior: Evidências em Estudantes Universitários Neurodivergentes e Neurotípicos. *Revista AMAzônica*, 18(1), 709-738. Obtenido de [https://www.researchgate.net/publication/387667417\\_Social\\_Skills\\_in\\_Higher\\_Education\\_Evidence\\_from\\_Neurodivergent\\_and\\_Neurotypical\\_University\\_Students/link/6776d79a117f340ec3ee5585/download?\\_tp=eyJjb250ZXh0Ijp7ImZpcnN0UGFnZSI6InB1YmxpY2F0aW9uIiwicGFnZSI6I](https://www.researchgate.net/publication/387667417_Social_Skills_in_Higher_Education_Evidence_from_Neurodivergent_and_Neurotypical_University_Students/link/6776d79a117f340ec3ee5585/download?_tp=eyJjb250ZXh0Ijp7ImZpcnN0UGFnZSI6InB1YmxpY2F0aW9uIiwicGFnZSI6I)
- Dahap, J. (2021). La terapia psicológica conductual. *Revista CETC*, 2.
- Delgado et al. (2023). Habilidades sociales en jóvenes universitarios y antecedentes familiares. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 2993.
- Díaz, V. (2022). *La comunicación*. Kapeluz.
- Díaz-Camargo, E., Riaño-Garzón, M., Ballesteros, S. A., Mora, D. Y., Soto, L. I., Valero, I. Y., & Bautista-Sandoval, M. J. (2020). ACOMPAÑAMIENTO PSICOLÓGICO Y PERMANENCIA EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS. *Psicología Escolar e Educativa*, 24, 1-11. doi:<http://dx.doi.org/10.1590/2175-35392020216830>
- Dyer, R. (2017). *Autoestima*. Babelcube .
- EFPA. (2018). *Evaluación del Inventario BDI-II*. EFPA.
- Eisenberg, D., Hunt, J., Speer, N., & Zivin, K. (2011). Mental health service utilization among college students in the United States. *J Nerv Ment Dis*, 199(5), 301-308. doi:<https://doi.org/10.1097/NMD.0b013e3182175123>
- Equilibrium. (2023). *La depresión: clases, causas y síntomas*. Obtenido de [equilibriummiami.com](https://equilibriummiami.com/la-depression-clases-causas-y-sintomas/): <https://equilibriummiami.com/la-depression-clases-causas-y-sintomas/>
- Estrella-Proaño, A., Rivadeneira, M. F., Alvarado, J., Murtagh, M., Guijarro, S., Alomoto, L., & Cañarejo, G. (2024). Anxiety and depression in first-year university students: the role of family and social support. *Frontiers in Psychology*, 1-8. doi:<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1462948>
- Fernández, A. (2016). Salud Mental. *Redalyc*, 444.
- Flores et al . (2016). Las habilidades sociales y la comunicación interpersonal de los estudiantes de la Universidad Nacional del Antiplano . *Comunicación* , 2.
- Ford, J. H., DiBiase, H. D., Ryu, E., & Kensinger, E. A. (2018). It gets better with time: Enhancement of age-related positivity effect in the six months following a highly

- negative public event. *Psychology and Aging*, 33(3), 419-424.  
doi:<https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/pag0000250>
- Fundación Intras. (2023). *Las habilidades sociales: Qué Son, Importancia Y Tipos*.  
Obtenido de [www.gradior.es](http://www.gradior.es): <https://www.gradior.es/que-son-habilidades-sociales/>
- García, F. (2023). *La creatividad y el estrés como variables predictoras de habilidades sociales en estudiantes universitarios de Quito Ecuador*. UTN.
- García, M., Cabanillas, G. I., Morán, V. E., & Olaz, F. O. (2014). Diferencias de género en habilidades sociales en estudiantes universitarios de Argentina. *Disertaciones. Anuario electrónico de estudios en Comunicación Social*, 7(2), 114-135. Obtenido de <https://ri.conicet.gov.ar/handle/11336/34747>
- Gil, S. (2020). *Habilidades Sociales*. Flamboyant.
- Gismero, E. (2002). *Escala de Habilidades Sociales (EHS) Manual* (2 ed.). Madrid: TEA Ediciones.
- González, A., & Molero, M. d. (2022). Diferencias de sexo en habilidades sociales y creatividad en adolescentes: una revisión sistemática. *Revista Fuentes*, 24(1), 116-126. doi:<https://doi.org/10.12795/revistafuentes.2022.17471>
- Goodwin, R. D., Dierker, L. C., Wu, M., Galea, S., Hoven, C. W., & Weinberger, A. H. (2022). Trends in U.S. Depression Prevalence From 2015 to 2020: The Widening Treatment Gap. *American Journal of Preventive Medicine*, 63(5), 726–733. doi:<https://doi.org/10.1016/j.amepre.2022.05.014>
- Guerri, M. (2023). *Qué es la Psicología y sus principales enfoques*. Obtenido de [www.psicoadictiva.com](http://www.psicoadictiva.com): <https://www.psicoadictiva.com/blog/la-psicologia-principales-enfoques/>
- Haslam, S. A., Haslam, C., Cruwys, T., Jetten, J., Bentley, S. V., Fong, P., & Steffens, N. K. (2022). Social identity makes group-based social connection possible: Implications for loneliness and mental health. *Current Opinion in Psychology*, 43, 161-165. doi:<https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2021.07.013>
- Hernández, R., & Mendoza, C. (2016). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Mc Graw Hill Educación.
- Herreo, A. (2022). *Habilidades sociales*. UVA SEGOVIA.
- Hiriyappa. (2022). *El aprendizaje y sus teorías*. Bebelcube.
- Huaire, J. (2020). *Método de investigación*. QuestionPro.
- INEC. (2022). *La atención mayoritaria a mujeres por depresión*. Obtenido de [www.ecuadorencifras.gob.ec](http://www.ecuadorencifras.gob.ec):  
<https://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/web-inec/Infografias-INEC/2017/infografia-depresion.pdf>
- Lanchipa, A., Rivera, E., & Llanos, L. E. (2019). Habilidades Sociales Según Sexo y Especialidad, en Estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la

- Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann, Tacna -2008. *Ciencia & Desarrollo*(12), 23-28. doi:<https://doi.org/10.33326/26176033.2008.12.244>
- Lillo, L. (2024). *Psicología clínica*. Obtenido de [www.topdoctors.es](http://www.topdoctors.es):  
<https://www.topdoctors.es/diccionario-medico/psicologia-clinica>
- Lim, E., Davis, J., & Chen, J. J. (2021). The Association of Race/Ethnicity, Dietary Intake, and Physical Activity with Depression. *J. Racial and Ethnic Health Disparities*, 8, 315–331. doi:<https://doi.org/10.1007/s40615-020-00784-w>
- Macaskill, A. (2012). The mental health of university students in the United Kingdom. *British Journal of Guidance & Counselling*, 41(4), 426-441. doi:<https://doi.org/10.1080/03069885.2012.743110>
- Martínez, L. (2023). *Habilidades sociales y niveles de depresión en adolescentes de la Unidad educativa del Milenio “Bernardo Valdivieso”*. UNL.
- Martínez-Ortega, R. M., Tuya-Pendás, L. C., Martínez-Ortega, M., Pérez-Abreu, A., & Cánovas, A. M. (2009). EL COEFICIENTE DE CORRELACION DE LOS RANGOS DE SPEARMAN CARACTERIZACION. *Revista Habanera de Ciencias Médicas*, 8(2). Obtenido de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=180414044017>
- Medina et al . (2016). *La depresión y otros trastornos psiquiátricos* . CONACYT.
- MedlinePlus. (2024). *Depresión* . Obtenido de [medlineplus.gov](https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/003213.htm):  
<https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/003213.htm>
- Montalvo et al . (2022). Habilidades sociales y autoconcepto en adolescentes durante el aislamiento social . *Revista eugenio Espejo* , 18.
- Montenegro, J. (2020). La inteligencia emocional y su efecto protector en la ansiedad, depresión y estrés académico . *Revista Tzhoecoen*, 455.
- Moreta, E. (2020). *Las habilidades sociales y su influencia en la depresión* . UTI.
- Moya, M. (2021). *La pobreza en Ecuador* . Saberes: Científica .
- MSP. (2017). *Diagnóstico y tratamiento del episodio depresivo y del trastorno depresivo recurrente en adultos* . Nacional .
- Muñoz, D. (2021). *Habilidades sociales y auto estima en estudiantes universitarios del Primer Ciclo de Psicología de una Universidad Privada de Lima* . UPD.
- Muñoz, K., & Arevalo, C. (2019). *Prevalencia de depresión y factores asociados en adolescentes de 14 a 18 años en la Unidad Educativa Luis Cordero, Azogues-2019*. UNIVERSIDAD DE CUENCA, Cuenca. Obtenido de <https://dspace.ucuenca.edu.ec/items/d6f8855e-be24-42c2-b057-87c358e7dcf8>
- Navarro, G., Maluenda, J., & Varas, M. (2016). Diferencias en empatía según sexo y área disciplinar en estudiantes universitarios chilenos de la provincia de Concepción, Chile. *Educación*, 25(49), 63-82. doi:<http://dx.doi.org/10.18800/educacion.201602.004>

- Neuroeduca. (2021). *Qué son las habilidades sociales y por qué es tan importante fomentarlas*. Obtenido de neuroeduca.com: <https://neuroeduca.com/que-son-las-habilidades-sociales-y-por-que-es-tan-importante-fomentarlas/>
- Nguyen, M. H., Chan, J., Nguyen, B. M., & Teranishi, R. T. (2018). Beyond compositional diversity: Examining the campus climate experiences of Asian American and Pacific Islander students. *Journal of Diversity in Higher Education*, 11(4), 484-501. doi:<https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/dhe0000071>
- OMS. (2023). *La depresión*. Obtenido de [www.who.int](https://www.who.int): [https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression?gad\\_source=1&gclid=EAIaIQobChMIru2z2bWGhwMVJF5HAR1qqwbfEAAYASAAEgJUVvD\\_BwE](https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression?gad_source=1&gclid=EAIaIQobChMIru2z2bWGhwMVJF5HAR1qqwbfEAAYASAAEgJUVvD_BwE)
- OMS. (2023). *La depresión* . Obtenido de [www.who.int](https://www.who.int): <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression>
- OPS. (2022). *La depresión* . Obtenido de [www.paho.org](http://www.paho.org): <https://www.paho.org/es/temas/depression>
- Organización Mundial de la Salud. (31 de marzo de 2023). *Depressive disorder (depression)*. Obtenido de World Health Organization: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/depression>
- Ortega, K. (2024). *¿Cuáles son los enfoques de la psicología social?* Obtenido de [worldcampus.saintleo.edu](https://worldcampus.saintleo.edu): <https://worldcampus.saintleo.edu/noticias/enfoques-de-la-psicologia-social-perspectivas-de-la-psicologia-social>
- Páez. (2023). *Modelo de Nezu*. CTD.
- Parales, C. (2020). *Psicología Social: Un acercamiento histórico al estudio de las relaciones sociales* . Gedisa.
- Pazmiño, D. (2022). *Validación de la escala de habilidades sociales EHS en estudiantes universitarios* . UTA.
- Pérez, R. (2003). Globalización cultural e investigación intercultural en psicología social: apuntes para la problematización de un vínculo ignorado. *Revista de Ciencias Sociales (Cr)*, 2(100), 165-178. Obtenido de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=15310014>
- Pollerhoff, L., Reindel, D. F., Kanske, P., Li, S.-C., & Reiter, A. M. (2024). Age differences in prosociality across the adult lifespan: A meta-analysis. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 165, 1-20. doi:<https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2024.105843>
- Portela, M., & Machado, A. (2021). *Consecuencias psicológicas del aislamiento social y su vinculación con el funcionamiento psicológico positivo*. Actualizaciones en Psicología AP.
- Posso, M. (2011). *Proyectos , tesis y marco lógico* . Noción .

- Prieto, E. (2023). *Descubre las características y la importancia de la Psicología Social*. Obtenido de es.snhu.edu: <https://es.snhu.edu/noticias/caracteristicas-e-importancia-de-la-psicologia-social>
- Puthran, R., Zhang, M. W., Tam, W. W., & Ho, R. C. (2016). Prevalence of depression amongst medical students: a meta-analysis. *Medical Education*, 50(4), 456-468. doi:<https://doi.org/10.1111/medu.12962>
- Quispe, A. (2023). Las habilidades sociales en la vida universitaria. *Horizontes* , 1387.
- Rabanal, H. (2023). Características asociadas a la depresión, ansiedad y estrés en estudiantes universitarios . *Enfermería Global* , 154.
- Ramón, J. (2021). *La enfermedad invisible, superar la depresión* . Shakleton Books.
- Regader, B. (2016). *¿Qué es la Psicología Social?* Obtenido de psicologiaymente.com: <https://psicologiaymente.com/social/psicologia-social>
- Rivadeneira, C. (2023). El modelo copgnitivo de la depresión . *Revista de terapia cognitivo conductual* , 1.
- Rodríguez, M. (2021). *Acontecimientos traumáticos y su incidencia en la conducta desadaptativa*. UTB.
- Rodríguez, N. (2021). *Habilidades sociales: qué son, tipos, listado y ejemplos*. Obtenido de www.psicologia-online.com: <https://www.psicologia-online.com/habilidades-sociales-que-son-tipos-listado-y-ejemplos-4587.html>
- Rodríguez, R. (2021). *Autocontrol, autorregulación y fuerza de voluntad*. Obtenido de www.psiquion.com: <https://www.psiquion.com/blog/autocontrol-autorregulacion-fuerza-voluntad>
- Rojas, Y. (2023). *Niveles de estrés y depresión en población universitaria y su relación con el consumo de alcohol, en estudiantes de la Universidad Politécnica Estatal del Carchi* . UTN.
- Rosales, R., Chávez-Flores, Y. V., & Pizano, C. (2021). Promoción de la salud mental en el ámbito universitario. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 3(1), 1-9. Obtenido de <https://revistacneipne.org/index.php/cneip/article/view/104>
- Sánchez-Bolívar, L., Vásquez, L. M., Escalante-González, S., Martínez-Martínez, A., & Zúrita-Ortega, F. (2023). Habilidades sociales en el perfil formativo y psicosocial de los estudiantes universitarios: Una revisión sistemática. *Universitas Psychologica*, 22, 1-10. doi:<https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy22.hspf>
- Silva et al . (2016). Modelo interactivo en red para el aprendizaje . *Pixel Bit*, 2.
- Sisa, I., & Vega, R. (2021). Prevalencia de depresión en adultos mayores residentes en Ecuador y factores contribuyentes: un estudio poblacional. *Rev. Salud Pública*, 23(2), 1-10. doi:<https://doi.org/10.15446/rsap.v23n2.85965>
- Stallman, H. M. (2010). Psychological distress in university students: A comparison with general population data. *Australian Psychologist*, 45(4), 249–257. doi:<https://doi.org/10.1080/00050067.2010.482109>

- Tomé-Fernández, M., Aranda-Vega, E. M., & Ortiz-Marcos, J. M. (2024). Exploring Social Skills in Students of Diverse Cultural Identities in Primary Education. *Societies*, 14(9), 1-14. doi:<https://doi.org/10.3390/soc14090158>
- Torres. (2024). *Qué es el refuerzo positivo o negativo en Psicología*. Obtenido de psicologiyamente.com: <https://psicologiyamente.com/psicologia/refuerzo-positivo-negativo>
- Torres et al. (2020). Habilidades sociales y rendimiento académico. *Horizontes*, 268.
- Torres, C., Otero, P., Bustamante, B., Blanco, V., Díaz, O., & Vázquez, F. L. (2017). Mental Health Problems and Related Factors in Ecuadorian College Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(5), 1-14. doi:<https://doi.org/10.3390/ijerph14050530>
- UNIR. (2020). *La Psicología Evolutiva y sus implicaciones en la intervención psicopedagógica*. Obtenido de Factores que influyen el desarrollo evolutivo: <https://www.unir.net/educacion/revista/psicologia-evolutiva/>
- van Andel, C. E., Born, M. P., van den Broek, W. W., & Stegers-Jager, K. M. (2022). Student ethnicity predicts social learning experiences, self-regulatory focus and grades. *Medical Education*, 56(2), 211-219. doi:<https://doi.org/10.1111/medu.14666>
- Van de Velde, S., De Cuyper, A., De Kort, L., Jacobs, K., Somogyi, N., Tholen, R., . . . Buffel, V. (2023). An international comparison of gender differences in mental health among higher-education students during the first wave of the COVID-19 pandemic: a multilevel design. *Arch Public Health*, 81(1), 1-9. doi:<https://doi.org/10.1186/s13690-023-01211-2>
- Vásquez et al. (2023). Depresión: diagnósticos, modelos teóricos y tratamiento a finales del siglo XXI. *Psicología conductual*, 423.
- Villegas, M. (2021). Patologías de la libertad, depresión y suicidio: la construcción del ser. *Revista de Psicoterapia*, 214.
- Vilsaint, C. L., NeMoyer, A., Fillbrunn, M., Sadikova, E., Kessler, R. C., Sampson, N. A., . . . Alegría, M. (2019). Racial/ethnic differences in 12-month prevalence and persistence of mood, anxiety, and substance use disorders: Variation by nativity and socioeconomic status. *Comprehensive psychiatry*, 89, 52–60. doi:<https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2018.12.008>
- Wagner, F., Wagner, R., Kolanisi, U., M. L., Masango, M., & Gómez-Olivé, F. X. (2022). The relationship between depression symptoms and academic performance among first-year undergraduate students at a South African university: a cross-sectional study. *BMC Public Health*, 22(2067), 1-9. doi:<https://doi.org/10.1186/s12889-022-14517-7>
- Wang, F., Zeng, L. M., & King, R. B. (2024). University students' socio-emotional skills: the role of the teaching and learning environment. *Studies in Higher Education*, 1-18. doi:<https://doi.org/10.1080/03075079.2024.2389447>

- Wenjuan, G., Siqing, P., & Xinqiao, L. (2020). Gender differences in depression, anxiety, and stress among college students: A longitudinal study from China. *Journal of Affective Disorders*, 263, 292-300. doi:<https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.11.121>
- Yanorki et al. (2018). Algunas consideraciones teóricas sobre las habilidades sociales . *Revista Inf. Ciencia*, 950.
- Yuste. (2017). *Enfoques teóricos y métodos utilizados en el estudio de las habilidades sociales*. Obtenido de [www.conflictoescolar.es](http://www.conflictoescolar.es):  
<http://www.conflictoescolar.es/2007/11/enfoques-teoricos-y-metodos-utilizados-en-el-estudio-de-las-habilidades-sociales/>
- Zapata-Ospina, J. P., Patino-Lugo, D. F., Vélez, C. M., Campos-Ortiz, S., Madrid-Martínez, P., Pemberthy-Quintero, S., . . . Vélez-Marína, V. M. (2021). Intervenciones para la salud mental de estudiantes universitarios durante la pandemia por COVID-19: una síntesis crítica de la literatura. *Revista colombiana psiquiatría*, 50(3), 199-213. doi:<https://doi.org/10.1016/j.rcp.2021.04.007>

# ANEXOS

**ANEXO 1****Escala de habilidades sociales EHS**

Nombres y Apellidos:	Edad:	Sexo:
Centro:	Fecha:	

*Nota.* Información general relevante

**INSTRUCCIONES:**

A continuación, aparecen frases que describen diversas situaciones, se trata de que las lea muy atentamente y responda a qué medida se identifica o no con cada una de ellas, si le describe o no. No hay respuestas correctas, ni incorrectas, lo importante es que responda con la máxima sinceridad posible. Para responder utilice la siguiente clave:

**A=** No me identifico, en la mayoría de las veces no me ocurre o no lo haría.

**B=** No tiene que ver conmigo, aunque alguna vez me ocurra.

**C=** Me describe aproximadamente, aunque no siempre actúe así o me sienta así.

**D=** Muy de acuerdo, me sentiría así o actuaría así en la mayoría de los casos.

Encierre con un círculo la letra escogida a la derecha, en la misma línea donde está la frase que respondiendo.

**Tabla 17***Escala de habilidades sociales*

1.	A veces evito hacer preguntas por miedo a ser estúpido. <b>(ASS)</b>	A	B	C	D
2.	Me cuesta telefonar a tiendas, oficinas, etc. Para preguntar algo. <b>(ASS)</b>	A	B	C	D
3.	Si al llegar a mi casa encuentro un defecto en algo que he comprado, voy a la tienda a devolverlo. <b>(DPDC)</b>	A	B	C	D
4.	Cuando en una tienda atiendes antes a alguien que entró después de yo, me quedo callado. <b>(DPDC)</b>	A	B	C	D
5.	Si un vendedor insiste en enseñarme un producto que no deseo en absoluto, paso un mal rato para decirle que "NO". <b>(DNYCI)</b>	A	B	C	D
6.	A veces me resulta difícil pedir que me devuelvan algo que deje prestado. <b>(HP)</b>	A	B	C	D
7.	Si en un restaurante no me traen la comida como le había pedido, llamo al camarero y pido que me hagan de nuevo. <b>(HP)</b>	A	B	C	D
8.	A veces no se que decir a personas atractivas al sexo opuesto. <b>(HIPSO)</b>	A	B	C	D

9.	Muchas veces cuando tengo que hacer un halago no se que decir. <b>(HIPSO)</b>	A	B	C	D
10.	Tiendo a guardar mis opiniones a mi mismo. <b>(ASS)</b>	A	B	C	D
11.	A veces evito ciertas reuniones sociales por miedo a hacer o decir alguna tontería. <b>(ASS)</b>	A	B	C	D
12.	Si estoy en el cine y alguien me molesta con su conversación, me da mucho apuro pedirle que se calle. <b>(DPDC)</b>	A	B	C	D
13.	Cuando algún amigo expresa una opinión con la que estoy muy en desacuerdo prefiero callarme a manifestar abiertamente lo que pienso. <b>(EED)</b>	A	B	C	D
14.	Cuando tengo mucha prisa y me llama una amiga por teléfono, me cuesta mucho cortarla. <b>(DNYCI)</b>	A	B	C	D
15.	Hay determinadas cosas que me disgustan prestar, pero si me las piden, no se como negarme. <b>(DNYCI)</b>	A	B	C	D
16.	Si salgo de una tienda y me doy cuenta de que me han dado mal vuelto, regreso allí a pedir el cambio correcto. <b>(HP)</b>	A	B	C	D
17.	No me resulta fácil hacer un cumplido a alguien que me gusta. <b>(HIPSO)</b>	A	B	C	D
18.	Si veo en una fiesta a una persona atractiva del sexo opuesto, tomo la iniciativa y me acerco a entablar conversación con ella. <b>(HIPSO)</b>	A	B	C	D
19.	Me cuesta expresar mis sentimientos a los demás. <b>(ASS)</b>	A	B	C	D
20.	Si tuviera que buscar trabajo, preferiría escribir cartas de presentación a tener que pasar por entrevistas personales. <b>(ASS)</b>	A	B	C	D
21.	Soy incapaz de regatear o pedir descuento al comprar algo. <b>(DPDC)</b>	A	B	C	D
22.	Cuando un familiar cercano me molesta, prefiero ocultar mis sentimientos antes que expresar mi enfado. <b>(EED)</b>	A	B	C	D
23.	Nunca se como “cortar” a un amigo que habla mucho. <b>(DNYCI)</b>	A	B	C	D
24.	Cuando decido que no me apetece volver a salir con una persona, me cuesta mucho comunicarle mi decisión. <b>(DNYCI)</b>	A	B	C	D
25.	Si un amigo al que he prestado cierta cantidad de dinero parece haberlo olvidado, se lo recuerdo. <b>(HP)</b>	A	B	C	D
26.	Me suele costar mucho pedir a un amigo que me haga un favor. <b>(HP)</b>	A	B	C	D
27.	Soy incapaz de pedir a alguien una cita. <b>(HIPSO)</b>	A	B	C	D
28.	Me siento turbado o violento cuando alguien del sexo opuesto me dice que le gusta algo de mi físico. <b>(ASS)</b>	A	B	C	D
29.	Me cuesta expresar mi opinión cuando estoy en grupo. <b>(ASS)</b>	A	B	C	D

30.	Cuando alguien se me “cuela” en una fila hago como si no me diera cuenta. <b>(DPDC)</b>	A	B	C	D
31.	Me cuesta mucho expresar mi ira, cólera, o enfado hacia el otro sexo, aunque tenga motivos justificados. <b>(EED)</b>	A	B	C	D
32.	Muchas veces prefiero callarme o “quitarme de en medio” para evitar problemas con otras personas. <b>(EED)</b>	A	B	C	D
33.	Hay veces que no se negarme con alguien que no me apetece pero que me llama varias veces. <b>(DNYCI)</b>	A	B	C	D

*Nota.* Contiene los 33 ítems

**ANEXO 2****Inventario de Depresión de Beck-II (BDI-II)**

Nombre:

Estado Civil:

Edad:

Sexo:

Ocupación:

Educación:

Fecha:

**Instrucciones:** Este cuestionario consta de 21 grupos de afirmaciones. Por favor, lea con atención cada uno de ellos cuidadosamente. Luego elija uno de cada grupo, el que mejor describa el modo como se ha sentido las últimas dos semanas, incluyendo el día de hoy. Marque con un círculo el número correspondiente al enunciado elegido. Si varios enunciados de un mismo grupo le parecen igualmente apropiados, marque el número más alto. Verifique que no haya elegido más de uno por grupo, incluyendo el ítem 16 (cambios en los hábitos de Sueño) y el ítem 18 (cambios en el apetito).

**1. Tristeza (CA)**

0 No me siento triste.

1 Me siento triste gran parte del tiempo.

2 Me siento triste todo el tiempo.

3 Me siento tan triste o soy tan infeliz que no puedo soportarlo.

**2. Pesimismo (CA)**

0 No estoy desalentado respecto del mi futuro.

1 Me siento más desalentado respecto de mi futuro que lo que solía estarlo.

2 No espero que las cosas funcionen para mí.

3 Siento que no hay esperanza para mi futuro y que sólo puede empeorar.

**3. Fracaso (CA)**

0 No me siento como un fracasado.

1 He fracasado más de lo que hubiera debido.

2 Cuando miro hacia atrás, veo muchos fracasos.

3 Siento que como persona soy un fracaso total.

**4. Pérdida de placer (SM)**

0 Obtengo tanto placer como siempre por las cosas de las que disfruto.

1 No disfruto tanto de las cosas como solía hacerlo.

- 2 Obtengo muy poco placer de las cosas que solía disfrutar.
- 3 No puedo obtener ningún placer de las cosas de las que solía disfrutar.

**5. Sentimiento de Culpa (CA)**

- 0 No me siento particularmente culpable.
- 1 Me siento culpable respecto de varias cosas que he hecho o que debería haber hecho.
- 2 Me siento bastante culpable la mayor parte del tiempo.
- 3 Me siento culpable todo el tiempo.

**6. Sentimiento de Castigo (CA)**

- 0 No siento que este siendo castigado.
- 1 Siento que tal vez pueda ser castigado.
- 2 Espero ser castigado.
- 3 Siento que estoy siendo castigado.

**7. Disconformidad con uno mismo (CA)**

- 0 Siento acerca de mí lo mismo que siempre.
- 1 He perdido la confianza en mí mismo.
- 2 Estoy decepcionado conmigo mismo.
- 3 No me gusto a mí mismo.

**8. Autocrítica (CA)**

- 0 No me critico ni me culpo más de lo habitual.
- 1 Estoy más crítico conmigo mismo de lo que solía estarlo.
- 2 Me critico a mí mismo por todos mis errores.
- 3 Me culpo a mí mismo por todo lo malo que sucede.

**9. Pensamiento o Deseo Suicidas (CA)**

- 0 No tengo ningún pensamiento de matarme.
- 1 He tenido pensamientos de matarme, pero no lo haría.
- 2 Querría matarme.
- 3 Me mataría si tuviera la oportunidad de hacerlo.

**10. Llanto (CA)**

- 0 No lloro más de lo que solía hacerlo.
- 1 Lloro más de lo que solía hacerlo.
- 2 Lloro por cualquier pequeñez.
- 3 Siento ganas de llorar pero no puedo.

**11. Agitación (CA)**

- 0 No estoy más inquieto o tenso que lo habitual.
- 1 Me siento más inquieto o tenso que lo habitual.

- 2 Estoy tan inquieto o agitado que me es difícil quedarme quieto.
- 3 Estoy tan inquieto o agitado que tengo que estar siempre en movimiento o haciendo algo.

**12. Pérdida de Interés (SM)**

- 0 No he perdido el interés en otras actividades o personas.
- 1 Estoy menos interesado que antes en otras personas o cosas.
- 2 He perdido casi todo el interés en otras personas o cosas.
- 3 Me es difícil interesarme por algo.

**13. Indecisión (CA)**

- 0 Tomo mis propias decisiones tan bien como siempre.
- 1 Me resulta más difícil que de costumbre tomar decisiones
- 2 Encuentro mucha más dificultad que antes para tomar decisiones.
- 3 Tengo problemas para tomar cualquier decisión.

**14. Desvalorización**

- 0 No siento que yo no sea valioso.
- 1 No me considero a mí mismo tan valioso y útil como solía considerarme.
- 2 Me siento menos valioso cuando me comparo con otros.
- 3 Siento que no valgo nada.

**15. Pérdida de Energía (SM)**

- 0 Tengo tanta energía como siempre.
- 1 Tengo menos energía que la que solía tener.
- 2 No tengo suficiente energía para hacer demasiado
- 3 No tengo energía suficiente para hacer nada.

**16. Cambios en los Hábitos de Sueño. (SM)**

- 0 No he experimentado ningún cambio en mis hábitos de sueño.
- 1a. Duermo un poco más que lo habitual.
- 1b. Duermo un poco menos que lo habitual.
- 2a Duermo mucho más que lo habitual.
- 2b. Duermo mucho menos que lo habitual
- 3a. Duermo la mayor parte del día
- 3b. Me despierto 1-2 horas más temprano y no puedo volver a dormirme.

**17. Irritabilidad (SM)**

- 0 No estoy tan irritable que lo habitual.
- 1 Estoy más irritable que lo habitual.
- 2 Estoy mucho más irritable que lo habitual.
- 3 Estoy irritable todo el tiempo.

**18. Cambios en el Apetito (SM)**

- 0 No he experimentado ningún cambio en mi apetito.

- 1a Mi apetito es un poco menor que lo habitual.
- 1b Mi apetito es un poco mayor que lo habitual.
- 2a Mi apetito es mucho menor que antes.
- 2b Mi apetito es mucho mayor que lo habitual
- 3a No tengo apetito en absoluto.
- 3b Quiero comer todo el día.

**19. Dificultad de Concentración.**

- 0 Puedo concentrarme tan bien como siempre.
- 1 No puedo concentrarme tan bien como habitualmente.
- 2 Me es difícil mantener la mente en algo por mucho tiempo.
- 3 Encuentro que no puedo concentrarme en nada.

**20. Cansancio o Fatiga. (SM)**

- 0 No estoy más cansado o fatigado que lo habitual.
- 1 Me fatigo o me canso más fácilmente que lo habitual.
- 2 Estoy demasiado fatigado o cansado para hacer muchas de las cosas que solía hacer.
- 3 Estoy demasiado fatigado o cansado para hacer la mayoría de las cosas que solía hacer.

**21. Pérdida de Interés en el Sexo. (SM)**

- 0 No he notado ningún cambio reciente en mi interés por el sexo.
- 1 Estoy menos interesado en el sexo de lo que solía estarlo.
- 2 Estoy mucho menos interesado en el sexo.
- 3 He perdido completamente el interés en el sexo.

## ANEXO 3

