



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE
(UTN)**

**FACULTAD DE EDUCACIÓN, CIENCIA Y TECNOLOGÍA
(FECYT)**

CARRERA: PSICOLOGÍA GENERAL (REDISEÑO)

**INFORME FINAL DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN
CURRICULAR, MODALIDAD DE PROYECTO DE
INVESTIGACIÓN**

TEMA:

**“HABILIDADES SOCIALES Y DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DE LA
CARRERA DE PSICOLOGÍA EN LÍNEA DE LA UNIVERSIDAD
TÉCNICA DEL NORTE”**

Trabajo de titulación previo a la obtención del título en licenciatura en Psicología

Línea de investigación: Salud y Bienestar Integral

AUTORA:

Angela Dominique Vivas Moran

DIRECTOR:

MSc. William Saud Yarad Salguero

Ibarra – 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:

DATOS DEL CONTACTO			
CÉDULA DE IDENTIDAD:	1050149796		
APELLIDOS Y NOMBRES:	Vivas Moran Angela Dominique		
DIRECCIÓN:	Ibarra-Yahuarcocha		
EMAIL:	advivasm@utn.edu.ec/ angelavivas2002@gmail.com		
TELÉFONO FIJO:	0981816289	TELÉFONO MÓVIL:	0981816289

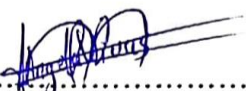
DATOS DE LA OBRA	
TÍTULO:	“Habilidades Sociales y Depresión en estudiantes de la Carrera de Psicología en Línea de la Universidad Técnica Del Norte”
AUTOR (A):	Vivas Moran Angela Dominique
FECHA: DD/MM/AAAA	21/04/2025
SOLO PARA TRABAJOS DE GRADO	
PROGRAMA:	☒ PREGRADO ☐ POSGRADO
TÍTULO POR EL QUE OPTA:	Licenciatura en Psicología
ASESOR /DIRECTOR:	MSc. José Fernando Oñate Porras / MSc. William Saud Yarad Salguero

CONSTANCIAS

El autor manifiesta 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 el titular de los derechos patrimoniales, por lo que asume la responsabilidad sobre el contenido de la misma y saldrá en defensa de la Universidad en caso de reclamación por parte de terceros.

Ibarra, a los 21 días, del mes de abril de 2025

EL AUTOR:

Firma.....

Nombre: Angela Dominique Vivas Moran

CERTIFICACIÓN DEL DIRECTOR DEL TRABAJO DE INTERGRACIÓN CURRICULAR

Ibarra, 21 de abril de 2025

MSc. William Saud Yarad Salguero

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.



MSc. William Saud Yarad Salguero

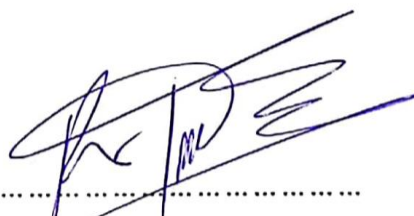
C.C.: 10.0.220974-6

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL

El Tribunal Examinador del Trabajo de Integración Curricular “HABILIDADES SOCIALES Y DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA EN LÍNEA DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE” elaborado por Vivas Moran Angela Dominique, previo a la obtención del título de licenciatura en Psicología, aprueba el presente informe de investigación en nombre de la Universidad Técnica del Norte:



.....
MSc. José Revelo
C.C.: 100 22179



.....
MSc. William Saud Yarad Salguero
C.C.: 1002209746



.....
MSc. José Fernando Oñate Porras
C.C.: 1717554891

DEDICATORIA

Con gratitud y amor, este trabajo está dedicado a Dios, quien con su misericordia me ha llenado de suficiente sabiduría para potenciar mis conocimientos y poder alcanzar esta meta. A mi papá Manuelito Vivas, aunque ya no está físicamente conmigo, desde el cielo me ha brindado la fortaleza para no rendirme y convertirse en mi fuente de inspiración. A mi mamá Jeny Morán, lo más valioso que tengo terrenalmente, que con su amor, paciencia, empatía y palabras de aliento no ha hecho que decaiga durante mi formación académica.

De igual manera, a mi abuelito-papá Angelito, quien ha sido una pieza fundamental en mi formación, que gracias a su apoyo emocional y económico ha hecho que todo este esfuerzo tenga su recompensa, a mi abuelita Virginia, que con su cariño y ternura ha sabido cuidarme durante este proceso

A mis hermanos Alina y Cristian, quienes han demostrado su apoyo y depositado en mí la confianza de que puedo salir adelante, a mi tía Janina, a quien considero mi segunda madre, por todos los sabios consejos que me ha brindado, su nobleza y sus gestos de cariño han hecho mi vida más llevadera.

A todos ellos, mi dedicatoria, quienes han iluminado mi vida con amor y bondad.

AGRADECIMIENTO

Un profundo agradecimiento a la Universidad Técnica Del Norte que ha sido el espacio donde he podido crecer académicamente brindándome todas las herramientas necesarias, a la carrera de Psicología especialmente a mis estimados docentes que con sus grandes conocimientos han enriquecido mi aprendizaje.

Mi más sincero reconocimiento y gratitud al PhD. Miguel Posso, docente de cátedra de titulación, por su ardua paciencia, compromiso y enseñanza. Al MSc. William Saud Yarad, director de tesis y al MSc. Fernando Oñate, asesor, que mediante sus conocimientos han contribuido a que este trabajo sea de calidad.

Un infinito agradecimiento, a mis padres Manuel y Jeny, cuyo sacrificio a lo largo de mi formación me ha permitido seguir adelante y valorar el esfuerzo que han hecho por mí.

Y como no agradecer a mi mejor amiga Daysita, quien también ha sido un pilar fundamental dentro de mi formación académica y personal, gracias por su fuerza de apoyo y palabras de aliento en mis días grises, a mis amigas Marisol y Katy, que a lo largo de este viaje universitario han demostrado su sincera amistad y que cada día sea lleno de muchas experiencias bonitas.

A todos ellos, mi gratitud eterna.

RESUMEN

Las habilidades sociales son un conjunto de herramientas que permiten a una persona relacionarse de manera asertiva y crear vínculos saludables dentro de un entorno, por otro lado, la depresión es un trastorno mental que influye directamente en el estado emocional de una persona, limitando el interés en llevar a cabo actividades placenteras. Esta investigación tuvo por objetivo analizar las habilidades sociales y depresión en estudiantes universitarios de la carrera de Psicología en Línea. Metodológicamente posee un enfoque cuantitativo, de alcance descriptivo y correlacional, es de diseño no experimental, de corte transversal y un muestreo probabilístico por racimos o conglomerados. Los instrumentos aplicados fueron la Escala de Habilidades Sociales (EHS) que cuenta con 33 ítems y están distribuidos en 3 dimensiones con subescalas y el inventario de depresión de Beck (BDI-II) que consta de 2 dimensiones y 21 ítems. La población estudio tuvo un total de 329 estudiantes con una muestra de 162, posteriormente los datos recopilados se migraron al IBM Statistics SPSS versión 25. Se utilizaron los estadísticos de la U de Mann-Whitney, Kruskal-Wallis y la Rho de Spearman para medir la correlación de variables dando como resultado un (P-valor=0,000), por tanto, se rechaza la Hipótesis nula y se acepta la Hipótesis de Investigación: Existe una correlación significativa entre las habilidades sociales y depresión en los estudiantes de la carrera de Psicología en Línea. De este modo, se establece que es una correlación positiva, ya que a mayor déficit de habilidades sociales mayor será la prevalencia de depresión.

Palabras clave: habilidades sociales; depresión; estudiantes universitarios; psicología en línea.

ABSTRACT

Social skills are a set of tools that allow a person to relate assertively and create healthy bonds within an environment, on the other hand, depression is a mental disorder that directly influences the emotional state of a person, limiting the interest in carrying out pleasurable activities. The objective of this research was to analyze social skills and depression in university students of the online psychology program. Methodologically, it has a quantitative approach, descriptive and correlational scope, non-experimental design, cross-sectional and probabilistic sampling by clusters or conglomerates. The instruments applied were the Social Skills Scale (EHS), which has 33 items and in 3 dimensions with subscales, and the Beck Depression Inventory (BDI-II), which has 2 dimensions and 21 items. The study population had a total of 329 students with a sample of 162, subsequently the data collected were migrated to IBM Statistics SPSS version 25. The Mann-Whitney U, Kruskal-Wallis and Spearman's Rho statistics were used to measure the correlation of variables resulting in a (P-value=0.000), therefore, the null Hypothesis is rejected, and the Research Hypothesis is accepted: There is a significant correlation between social and depression skills in the students of the Online Psychology course. Thus, it is established that it is a positive correlation, since the greater the deficit in social skills, the greater the prevalence of depression.

Keywords: social skills; depression; college students; online psychology.

ÍNDICE DE CONTENIDO

INTRODUCCIÓN.....	14
Motivaciones para el Estudio.....	14
Problema de Investigación.....	14
Descripción del Problema	14
Justificación	16
Objetivos	17
Objetivo General	17
Objetivos específicos	17
Problemas o dificultades	17
CAPÍTULO I: MARCO TEÓRICO	18
1.1 Psicología Social.....	18
1.1.1 Definiciones	18
1.1.2. Enfoques Teóricos en la Psicología Social	18
1.1.3. Importancia de la Psicología Social	19
1.2 Habilidades Sociales	19
1.2.1 Definiciones	19
1.2.2. Importancia y Características	20
1.2.3 Enfoques Teóricos de las Habilidades Sociales	21
1.2.4 Habilidades Sociales en Estudiantes Universitarios	22
1.2.5. Dimensiones o Factores de las Habilidades sociales	22
1.3 Psicología Clínica	23
1.3.1 Definiciones	23
1.3.2 Enfoques Teóricos en la Psicología Clínica.....	24
1.3.3 Importancia de la Psicología Clínica.....	24
1.4 Depresión	25
1.4.1 Definiciones	25
1.4.2 Características	25
1.4.3 Enfoques Teóricos de la Depresión.....	26
1.4.4 Depresión en Estudiantes Universitarios	27
1.4.5 Dimensiones o Factores	27
1.5 Habilidades Sociales y Depresión.....	28
1.5.1 Relación entre Habilidades Sociales y Depresión.....	28

1.5.2 Estudios Recientes en Estudiantes Universitarios.....	28
2. CAPÍTULO II: MATERIALES Y MÉTODOS	30
2.1 Tipo de investigación.....	30
2.2 Instrumentos.....	31
2.2.1 Escala De Habilidades Sociales (EHS)	31
2.2.2 Inventario de Depresión de Beck (BDI-2)	31
2.3 Preguntas de Investigación e Hipótesis.....	32
2.4 Participantes.....	33
2.5 Procedimiento y Análisis	34
3. CAPÍTULO III: RESULTADOS Y DISCUSIÓN	37
3.1 Estadísticos Descriptivos	37
3.2 Niveles de Habilidades Sociales	38
3.3 Niveles de Depresión	39
3.4 Diferencias de las Variables de Estudio y las Variables Sociodemográficas	39
3.5 Correlación Entre Habilidades Sociales y Depresión	49
CONCLUSIONES.....	50
RECOMENDACIONES	51
REFERENCIAS	52
ANEXOS.....	62
Anexo 1. Escala de Habilidades Sociales	63
Anexo 2. Inventario de Depresión de Beck (BDI-2)	64
Anexo 3. Oficio de Aprobación.....	68

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 <i>Distribución de los Estudiantes de la Carrera de Psicología en Línea</i>	33
Tabla 2 <i>Baremación Niveles de Habilidades Sociales</i>	34
Tabla 3 <i>Dimensiones, Alfa de Cronbach e Interpretación</i>	35
Tabla 4 <i>Estadísticos Descriptivos</i>	37
Tabla 5 <i>Niveles de Habilidades Sociales en Estudiantes de la Carrera de Psicología en Línea</i>	38
Tabla 6 <i>Niveles de Depresión en Estudiantes de la Carrera de Psicología en Línea</i>	39
Tabla 7 <i>U de Mann Whitney Habilidades Sociales y Sexo</i>	40
Tabla 8 <i>U de Mann Whitney Depresión y Sexo</i>	41
Tabla 9 <i>Rangos por Etnia de Habilidades Sociales (H Kruskal-Wallis)</i>	43
Tabla 10 <i>H de Kruskal-Wallis: Habilidades Sociales/Etnia</i>	43
Tabla 11 <i>Rangos por Etnia de Depresión (H Kruskal-Wallis)</i>	44
Tabla 12 <i>H de Kruskal-Wallis: Depresión/Etnia</i>	44
Tabla 13 <i>Rangos por Edad de Habilidades Sociales (H Kruskal-Wallis)</i>	45
Tabla 14 <i>H Kruskal Wallis: Habilidades Sociales/Edad</i>	45
Tabla 15 <i>Rangos por edad de Depresión (H Kruskall Wallis)</i>	48
Tabla 16 <i>H de Kruskal-Wallis: Depresión/Edad</i>	48
Tabla 17 <i>Correlación entre Habilidades Sociales y depresión (Rho de Spearman)</i>	49

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1	<i>Diagrama de Cajas Simples de Total de Habilidades Sociales y Sexo</i>	41
Figura 2	<i>Diagrama de Cajas Simples de Total de Depresión y Sexo.....</i>	42
Figura 3	<i>Valores de las Medias de la Edad en Habilidades Sociales (Kruskal-Wallis) ...</i>	46
Figura 4	<i>Valores de los Rangos de la Edad en Habilidades Sociales (Kruskal-Wallis) ...</i>	47

INTRODUCCIÓN

Motivaciones para el Estudio

Dentro del contexto universitario, las habilidades sociales y la presencia de síntomas depresivos juegan un papel fundamental en el desarrollo del bienestar integral de los estudiantes. Si bien es cierto, estudiar de manera virtual tiene sus ventajas, sin embargo, la interacción social se vuelve limitada, afectando directamente en el fortalecimiento de nuevos vínculos, el estado de ánimo, y la adaptación a diversas situaciones de la vida. Es necesario comprender la relación entre habilidades sociales y depresión ya que, si no existe un buen manejo de comunicación, la persona tiende a aislarse y generar sentimientos de soledad. Además, la influencia de la pandemia ha marcado grandes cambios en la forma en cómo los estudiantes interactúan dentro de un entorno social y también en cómo han sabido llevar a cabo sus emociones. Entender todas estas problemáticas permite crear estrategias de intervención efectivas que fomenten un equilibrio entre las relaciones interpersonales y el bienestar emocional de los estudiantes.

Problema de Investigación

Descripción del Problema

A nivel mundial, varias investigaciones como el desarrollado por Bantjes et al. (2019) revelan que los estudiantes universitarios presentan un alto grado de problemas en salud mental, mismos que se han producido por diversos factores como la presión social, familiar, personal y académica, generando un impacto negativo en su calidad de vida. Las demandas académicas y la etapa evolutiva, misma que se caracteriza por la búsqueda de identidad, autonomía y nuevas responsabilidades, generan un desequilibrio en el bienestar integral de los estudiantes durante el periodo académico universitario resultando aún más perjudicial en aquellos que son más vulnerables (Barrera y Martín, 2021).

Las habilidades sociales se definen como aquellas que permiten al individuo expresar sus ideas, pensamientos, sentimientos y emociones hacia los demás, para así, poder establecer una comunicación adecuada en distintos espacios sociales (Tomé et al., 2020). En ese sentido, Losada (2018) resalta que las habilidades sociales se ven netamente influenciadas por el medio en que se desarrolla el ser humano a lo largo de su vida, lo que significa que estas pueden ser adquiridas y fortalecidas mediante la práctica y la experiencia.

Dentro del contexto universitario, según Quispe et al. (2023), las habilidades sociales son un conjunto de herramientas primordiales para el desarrollo de los estudiantes, ya que les permite enfrentar problemas y circunstancias que se presentan tanto en su vida diaria como académica, esto incluye la capacidad de comunicarse eficazmente, la escucha activa, la asertividad, la empatía y la adaptabilidad a diferentes situaciones. A su vez, los trabajos en equipo son un espacio oportuno para poder desarrollar las habilidades sociales de los estudiantes, puesto que demanda de la interacción y colaboración de unos con otros, por ende, la comunicación efectiva es fundamental para el éxito de la actividad que se esté realizando (García-Martínez y González-Sanmamed, 2020).

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (2023), la depresión es un trastorno mental frecuente, está catalogada como una de las principales causas de discapacidad en todo el mundo, se estima que el 3.8% de la población mundial padece de depresión, afectando al 5% de los adultos y al 5.7% de los mayores de 60 años, con alrededor de 280 millones de personas impactadas globalmente, es más común en mujeres, afectando aproximadamente a un 50% más que a hombres y más del 10% de las mujeres embarazadas y madres recientes la experimentan; es por ello que, anualmente, más de 700,000 personas se suicidan, siendo la depresión una de las principales causas de muerte entre jóvenes de 15 a 29 años y una de las principales causas de discapacidad a nivel mundial.

Basada en la información de la UNICEF (2021), la situación actual de depresión en estudiantes universitarios se ve exacerbada por múltiples factores estresantes, intensificados por la pandemia de COVID-19; los confinamientos prolongados, la interrupción de las rutinas educativas y sociales, junto con la incertidumbre económica, han incrementado notablemente los niveles de depresión y ansiedad entre los jóvenes; a pesar de la creciente demanda de servicios de salud mental, el acceso a recursos efectivos sigue siendo limitado, y la inversión en estos servicios frecuentemente no satisface las necesidades emergentes y de igual manera, la estigmatización asociada a la salud mental continúa impidiendo que muchos estudiantes busquen la ayuda necesaria.

Por lo tanto, la presente investigación se enfoca en el estudio de la relación entre las habilidades sociales y la depresión, identificando cómo las deficiencias en estas habilidades pueden influir en la severidad y el manejo de la depresión en los estudiantes de la carrera de Psicología en Línea de la Universidad Técnica del Norte, con la finalidad de abordar tanto las habilidades sociales como los síntomas depresivos.

Dentro de las causas más relevantes que generan estos déficits en los estudiantes universitarios se encuentran desafíos post pandemia, problemas familiares y sociales, descritos a continuación:

La pandemia de COVID-19 para Ramírez y Velazco (2021), sin duda alguna, ha marcado un impacto en la salud mental de los estudiantes, debido al aislamiento social, la sobrecarga de actividades académicas y los múltiples desafíos que presentó la educación virtual, generando elevados niveles de ansiedad, insomnio y estrés.

Además los problemas familiares, como los conflictos internos, dificultades económicas o enfermedades, impactan significativamente el bienestar emocional de los estudiantes; estas situaciones pueden generar un ambiente doméstico tenso, poco favorable para el estudio y el autocuidado, lo que incrementa el riesgo de desarrollar síntomas depresivos, es por ello que la ausencia de un entorno de apoyo en el hogar puede obstaculizar la gestión eficaz del estrés y la ansiedad, debilitando las habilidades sociales esenciales para manejar relaciones exitosas tanto en el entorno académico como en otros aspectos de la vida (Páez y Peña, 2018).

Los problemas sociales tales como la delincuencia, la falta de empleo, el abuso de sustancias, frecuentemente usado como escape a problemas emocionales, profundiza la depresión y crea

dependencia, así también, la pobreza, la falta de recursos básicos, como alimentación adecuada y acceso a servicios de salud mental, aumentan el estrés y la desesperanza, complicando aún más la capacidad de los estudiantes para manejar su bienestar emocional (Pacheco y Bautista, 2018).

Las implicaciones ocasionadas repercuten especialmente en problemas académicos, aislamiento e inestabilidad emocional, descritos a continuación:

Las secuelas de la pandemia han generado un déficit en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios, principalmente por su inestabilidad emocional producto de un nuevo entorno de aprendizaje, metodologías y escasas condiciones de acceso a tecnología y conectividad para asistir de manera reiterada a clases (Zegarra y Cayo, 2023).

Los problemas familiares y sociales inciden significativamente en el bienestar integral de los estudiantes, de acuerdo con Van De Sande et al. (2023), las habilidades sociales son fundamentales dentro del equilibrio emocional de las personas, sin embargo, la falta de aptitudes al desarrollarlas genera dificultades en el comportamiento y emociones, lo que aumenta el riesgo de aislamiento.

La inestabilidad emocional está estrechamente ligada con la prevalencia de síntomas depresivos, con la interacción social y la regulación de emociones, es por ello, que se interpone una barrera de rechazo para involucrarse en actividades intra y extracurriculares (Akinci et al., 2022). Por otra parte, la UNICEF (2021), manifiesta que la inestabilidad emocional en la etapa de la infancia y adolescencia se ha visto afectada negativamente por factores como la violencia, pobreza, una fuerte pandemia, el desempleo y la falta de apoyo familiar y social, generando en muchos jóvenes sentimientos de soledad e incertidumbre, lo que refuerza al estrés emocional.

Justificación

La investigación sobre la relación entre habilidades sociales y depresión en estudiantes de la carrera de Psicología en Línea de la Universidad Técnica del Norte no solo es crucial a nivel académico, sino que también posee una importancia significativa a nivel local y regional. Este estudio plantea la posibilidad de impactar positivamente no solo en la comunidad universitaria, sino también en el tejido social de la región, al proporcionar aportes valiosos para el desarrollo de intervenciones de apoyo psicológico más efectivos. Como afirma Mendoza y Suck (2018), un programa estudio no sólo transformará nuestra comprensión de la salud mental en ambientes sobre el manejo del estrés mediante el control de habilidades sociales sino que permitirá mejorar las intervenciones a nivel local y regional.

Dichos resultados también beneficiarán al cuerpo docente y administrativo de la Universidad Técnica del Norte, quienes podrán utilizar estos datos para implementar programas y estrategias de apoyo psicológico más efectivos y adaptados a las necesidades de los estudiantes. Y por último, otro beneficiario directo es el estudiante investigador, quien obtendrá información y conocimiento acerca de esta problemática y a su vez estos resultados permitirán la elaboración de nuevas metodologías de aprendizaje que benefician a la comunidad universitaria y población en general.

Entre los principales beneficiarios directos de este estudio destacan los estudiantes de la carrera de Psicología en Línea, quienes no son los únicos que se verán favorecidos. Asimismo, la familia de los estudiantes, institución y autoridades se beneficiarán al contar con individuos más equilibrados y mentalmente sanos, es por ello, que este estudio subraya y refuerza la importancia de las habilidades sociales tanto en el ámbito educativo, contribuyendo significativamente a la salud y el bienestar colectivo.

Objetivos

Objetivo General

Analizar las Habilidades Sociales y la Depresión en estudiantes de la carrera de Psicología en Línea de la Universidad Técnica del Norte.

Objetivos específicos

1. Analizar los niveles de habilidades sociales que tienen los estudiantes de la carrera de psicología en línea de la facultad FECYT.
2. Analizar los niveles de depresión existentes en los estudiantes de la carrera de Psicología en Línea de la facultad FECYT.
3. Determinar las diferencias entre habilidades sociales y depresión con las variables sociodemográficas de estudio en los estudiantes de la carrera de Psicología en Línea de la facultad FECYT.
4. Identificar la correlación que existe entre las habilidades sociales y depresión en estudiantes de la carrera de Psicología en Línea de la facultad FECYT.

Problemas o dificultades

Al momento de aplicar el instrumento, no se logró socializar a los estudiantes de manera presencial, debido a que su modalidad de estudio es virtual, por lo que se optó por enviar un comunicado a cada presidente de curso, el cual constaba con el objetivo de este estudio y los parámetros a seguir, sin embargo existió falta de disponibilidad por parte de algunos estudiantes el cual influyó en la recolección inmediata de los datos.

CAPÍTULO I: MARCO TEÓRICO

1.1 Psicología Social

1.1.1 Definiciones

De acuerdo con Parales (2020), la psicología social se define como un campo de la psicología que investiga la manera en que la presencia, ya sea real, percibida o supuesta, de otras personas afecta los pensamientos, emociones y comportamientos de un individuo, por lo que este ámbito de estudio abarca una variedad de fenómenos sociales que van desde cómo somos influenciados y persuadidos, hasta cómo interactuamos en grupos, accedemos a normas, discriminamos o mantenemos relaciones con los demás; la psicología social también utiliza sus principios y métodos para analizar y resolver problemas sociales significativos, buscando formas de fomentar un mejor bienestar individual y colectivo.

Para Sapsford (1998), citado por Pons Diez (2022), la psicología social se estructura en torno a cuatro dimensiones clave, desde lo intrapersonal hasta lo societal, cada una proporcionando una perspectiva más profunda sobre cómo los seres humanos interactúan en diversos entornos; la dimensión intrapersonal se enfoca en los procesos mentales internos, incluyendo la interpretación de las acciones ajenas y la formación de actitudes, por otro lado, la dimensión interpersonal, se analiza la interacción directa entre personas, destacando la importancia de la comunicación y las relaciones personales en la formación de comportamientos sociales y emocionales.

Asimismo, el ámbito grupal estudia las dinámicas dentro de los grupos organizados, analizando la influencia que tienen en las interacciones y comportamientos de sus miembros y finalmente, la dimensión societal examina las relaciones entre grupos más grandes y su interacción con estructuras más amplias como la cultura y la política, abordando el impacto de estos factores en los movimientos sociales y los conflictos grupales, por ende, este enfoque integral permite a los expertos en psicología social diseñar intervenciones que promuevan el bienestar individual y colectivo, mejorando desde la salud mental hasta la cohesión social en una escala más amplia (Pons Diez, 2022).

La psicología social para Gómez (2022), se centra en la manera en que los individuos son influenciados por su entorno y a su vez influyen en su contexto social y cultural, este campo estudia procesos cognitivos y emocionales esenciales en las interacciones sociales, como la percepción, las actitudes y la categorización, elementos clave para comprender el modo en que las personas interpretan y manejan sus entornos sociales.

1.1.2. Enfoques Teóricos en la Psicología Social

Tomando en cuenta los aportes de Navas (2022), se destaca que en la psicología social, existe una variedad de enfoques teóricos que ilumina el modo en que los individuos se relacionan e interactúan dentro de sus entornos sociales, destacándose especialmente los enfoques humanista y constructivista; el enfoque humanista se enfoca en la experiencia subjetiva del individuo, su autonomía y desarrollo personal, examinando cómo estas elecciones personales afectan las relaciones interpersonales y fomentan una comprensión empática de los demás; en cambio, el enfoque constructivista sostiene que las personas construyen

activamente su realidad social basándose en sus percepciones y experiencias, lo que permite entender la formación y el mantenimiento de los prejuicios, los estereotipos y las normas culturales, de tal manera dichos enfoques no solo ayudan a explorar la dinámica de las interacciones sociales, sino que también proporcionan herramientas cruciales para abordar y resolver problemas sociales complejos.

De acuerdo con Bautista (2022), explora los factores psicosociales que facilitan el fomento y mantenimiento del control y la influencia que las personas ejercen sobre su entorno individual y social para abordar sus dificultades y generar transformaciones en el tejido social.

1.1.3. Importancia de la Psicología Social

La psicología social es crucial para entender la interacción de las personas con su entorno social y el impacto de este en su cognición y comportamiento. Los especialistas en psicología social, por ejemplo, aplican su comprensión de la conformidad a las normas sociales para promover comportamientos positivos en ambientes laborales y educativos, además, al estudiar la forma en que las personas interpretan sus interacciones sociales, pueden contribuir al diseño de entornos más inclusivos y justos, mejorando así el bienestar colectivo (Terol et al., 2022).

Así también, Hollander (2000) subraya la importancia de la psicología social por su análisis objetivo de la conducta humana y el impacto de las influencias sociales sobre esta, en ese sentido, este campo se enfoca en las interacciones sociales que van determinando patrones y variaciones en el comportamiento humano, destacando especialmente los procesos de influencia social.

1.2 Habilidades Sociales

1.2.1 Definiciones

Según Kankaraš et al. (2022), definen a las habilidades sociales y emocionales como capacidades en constante desarrollo y adaptación a lo largo del ciclo vital del individuo, destacando la relevancia de un enfoque multidisciplinario que integra teoría y práctica empírica para una mejor comprensión del impacto de estas habilidades en diferentes fases del desarrollo humano; así también, recalcan que estas habilidades no son meramente atributos inmutables, sino que son competencias susceptibles de ser cultivadas y perfeccionadas a través de intervenciones dirigidas, subrayando la importancia de realizar evaluaciones detalladas que permitan verificar y optimizar los programas enfocados en su fomento.

Por otra parte, González y Molero (2021) mencionan que las habilidades sociales describen la capacidad de los individuos para formar relaciones significativas y de calidad, a su vez, Quispe et al. (2023) sostiene que el desarrollo de habilidades sociales influye en diversas facetas de la vida de las personas.

Las habilidades sociales son un conjunto de capacidades y destrezas interpersonales que facilitan la interacción adecuada con otras personas, permiten expresar sentimientos,

opiniones, deseos o necesidades en diversos contextos o situaciones sin experimentar tensión, ansiedad u otras emociones negativas (Dongil y Cano, 2014).

El desarrollo de las habilidades sociales comienza en la niñez y se prolonga a lo largo de la vida, siendo influenciado por factores como la educación, la cultura, el entorno social y las experiencias personales, para mejorar estas habilidades, se pueden implementar diversas estrategias, tales como practicar la escucha activa, prestando atención y mostrando interés genuino en lo que dicen los demás, desarrollar la empatía, comprender los sentimientos y perspectivas ajenas, comunicarse de manera asertiva, expresando pensamientos y sentimientos de forma clara y respetuosa, así también, esto implica en participar en actividades grupales, como deportes, voluntariados o grupos de interés común con la finalidad de fortalecer las habilidades interpersonales (Hawkins, 2021).

Para Gil y Llinàs (2020), las habilidades sociales son esenciales para la interacción humana efectiva y abarcan una variedad de capacidades que facilitan la comunicación y la relación con los demás, incluyen la capacidad de expresar sentimientos, pensamientos, necesidades y deseos de manera adecuada y respetuosa, son fundamentales en diferentes contextos, como el personal, educativo y profesional.

1.2.2. Importancia y Características

La importancia de las habilidades sociales radica en su impacto directo en las relaciones y el bienestar emocional de las personas, ya que alguien con buenas habilidades sociales es capaz de establecer y mantener relaciones saludables, construyendo vínculos personales y profesionales positivos basados en la empatía, el respeto y la comunicación efectiva (Moyolema-Ramírez et al., 2024). Además, estas habilidades facilitan la resolución de conflictos mediante el diálogo y la negociación, evitando confrontaciones y reduciendo el estrés, lo que a su vez mejora la autoestima y la confianza en sí mismo, contribuyendo al bienestar general, las habilidades sociales permiten a las personas adaptarse a diferentes situaciones y contextos (Hawkins, 2021).

Como se mencionó anteriormente, su relevancia se manifiesta en varios aspectos de la vida cotidiana, en el ámbito educativo, estas habilidades promueven un aprendizaje cooperativo y apoyan a los estudiantes en la creación de redes de apoyo, por otro lado, en el entorno laboral, son fundamentales para el manejo de equipos y un liderazgo eficaz, impactando positivamente en la atmósfera de trabajo y la productividad; socialmente, las habilidades sociales son cruciales para establecer y mantener vínculos duraderos y saludables, lo que es crucial para el bienestar emocional de las personas (Torres de Barón, 2019). Así también, Holst et al. (2017) afirma que es fundamental fomentar las habilidades sociales en estudiantes universitarios, ya que las interacciones sociales son clave para su éxito académico y profesional.

Con respecto a las características Rodríguez-Macayo et al. (2020) mencionan que las habilidades sociales comprenden un espectro de conductas observables que las personas desarrollan y aplican en situaciones de interacción con otros, por lo que, estas habilidades engloban tanto aspectos verbales como no verbales que son específicos y precisos, diseñados

para facilitar la obtención de refuerzos sociales, estos refuerzos pueden ser tanto externos, como la validación por parte de otros, o internos, como el aumento de autoestima y autorreconocimiento, lo cual enfatiza el rol crucial de la reciprocidad en las relaciones interpersonales.

Además, estas habilidades no son fijas ni omnipresentes, se ven moldeadas por el entorno sociocultural y las condiciones particulares en las que se ejercen, por lo tanto, su efectividad y su manifestación están condicionadas por el contexto, lo que demanda una capacidad de adaptación continua por parte de quienes las practican; esta variabilidad contextual resalta la complejidad inherente a las habilidades sociales y la importancia de comprender a fondo el contexto en el que se desarrollan y se aplican para garantizar su efectividad (Rodríguez-Macayo et al., 2020).

1.2.3 Enfoques Teóricos de las Habilidades Sociales

Los enfoques teóricos de las habilidades sociales ofrecen perspectivas diversas sobre cómo se adquieren, desarrollan y aplican estas habilidades esenciales en las interacciones humanas.

La Teoría del Aprendizaje Social propuesta por Albert Bandura señala que el aprendizaje humano se adquiere observando el comportamiento de otros, a pesar de la ausencia de refuerzos directos. Para ello, plantea cuatro fases como la atención, en donde el observador considera los elementos útiles de su entorno (modelo), en la retención el individuo debe recordar la conducta adquirida, en la fase de reproducción se manifiesta la conducta observada después de un determinado tiempo y finalmente la motivación en donde entran en juego factores como refuerzos o castigos directos o vicarios (Bandura, 1971).

Para Bandura (1971), el refuerzo vicario consiste en la manera en que las personas pueden adquirir nuevas actitudes o comportamientos al observar a otros individuos y la influencia del refuerzo o castigo que recibe este modelo, además, este autor establece dentro de esta teoría el concepto de autoeficacia, haciendo referencia a la confianza que tiene una persona para asumir y enfrentar desafíos a través de sus habilidades y destrezas.

El enfoque conductista, considera que las habilidades sociales son comportamientos que se pueden aprender y reforzar a través de la experiencia, según los conductistas, las habilidades sociales se adquieren mediante la observación, la imitación y el refuerzo positivo o negativo, las técnicas de modelado y las intervenciones basadas en el refuerzo son comúnmente utilizadas para enseñar habilidades sociales, enfocándose en la modificación del comportamiento observable (Kankaraš et al., 2022).

Por otra parte, Gitterman y Heller (2011) señalan que el enfoque cognitivo destaca la importancia de los procesos mentales internos que afectan en la interpretación de las personas y su comportamiento en contextos sociales; desde esta perspectiva, las habilidades sociales no solo implican comportamientos externos, sino también la capacidad para entender situaciones sociales, interpretar la conducta de los demás y anticipar consecuencias.

El enfoque sociocultural destaca el papel del entorno y la cultura en el desarrollo de las habilidades sociales, Vygotsky y otros teóricos socioculturales argumentan que las

habilidades sociales se desarrollan a través de interacciones dentro de contextos culturales específicos y con la guía de miembros más competentes de la sociedad; este enfoque a menudo se utiliza para examinar el impacto de las diferencias culturales en las expectativas y las manifestaciones de las habilidades sociales (Mutekwe, 2018).

En otra instancia el enfoque psicodinámico, aunque menos enfocado en la enseñanza directa de habilidades sociales, este explora cómo las experiencias tempranas y las relaciones significativas influyen en los patrones de interacción social, además puede incluir el análisis en la manera en que los conflictos internos y las defensas psicológicas afectan la capacidad de una persona para relacionarse efectivamente con los demás (Busch, 2024).

1.2.4 Habilidades Sociales en Estudiantes Universitarios

En el ámbito universitario, el desarrollo de habilidades sociales es crucial para mejorar la interacción social y la productividad de actividades académicas. Según investigaciones realizadas por Caballero-González y García-Valcárcel (2020), los docentes han reconocido la necesidad de fortalecer estas competencias en los estudiantes, debido a que contribuyen significativamente al éxito académico. Por otra parte, García-Martínez y González-Sanmamed (2020), indican que las actividades en equipo revelan el nivel de habilidades sociales de los estudiantes, mientras que Ortega et al. (2021), enfatizan el rol de los educadores en fomentar actitudes cívicas y el desarrollo interpersonal para abordar problemas sociales actuales.

A criterio de Rodríguez-Macayo et al. (2020), el desarrollo adecuado de las habilidades sociales es esencial para el éxito de los estudiantes en varios contextos post-universitarios, incluyendo los profesionales, académicos y personales, sugiriendo que estas habilidades son vitales para una efectiva interacción y rendimiento en diversos ámbitos. Sin embargo, esta visión puede considerarse reduccionista, ya que el éxito también depende de múltiples habilidades y factores externos. Quispe et al. (2023) mencionan que la falta de énfasis en el desarrollo de habilidades sociales puede causar dificultades en los estudiantes para manejar situaciones desafiantes.

1.2.5. Dimensiones o Factores de las Habilidades sociales

La Escala de Habilidades Sociales (EHS), concebida en 2000 por Elena Gismero González, una destacada psicóloga clínica española experta en la evaluación e intervención de habilidades sociales, ha ganado amplio reconocimiento y aplicación tanto en España como en países de habla hispana. Este instrumento, es uno de los más sobresalientes de Gismero González, ha sido validado en una diversidad de grupos poblacionales, demostrando su eficacia en la evaluación de habilidades sociales en adultos y adolescentes, además, la EHS, que evalúa las habilidades sociales en diferentes contextos y está diseñada para discernir las fortalezas y debilidades en las interacciones sociales, proporciona guías útiles para mejorar dichas competencias (Gismero, 2002).

Las dimensiones propuestas por Sarmiento et al. (2016), citado por Pazmiño (2022) están distribuidas en tres partes y estas a su vez se dividen en subescalas que se muestran a continuación:

Dimensión Conductas de Autoafirmación:

Autoexpresión en Situaciones Sociales. La autoexpresión en situaciones sociales evalúa la capacidad de una persona para comunicarse abierta y efectivamente en contextos sociales, implica la habilidad de expresar pensamientos, sentimientos y necesidades de manera clara y asertiva, sin agredir ni someterse a los demás.

Defensa de los Propios Derechos como Consumidor. Implica la capacidad de abogar por los propios intereses y derechos, para ello se requiere asertividad y conocimiento de los derechos para defenderse contra prácticas injustas o abusivas y tomar decisiones al respecto.

Dimensión Expresión de Emociones:

Expresión de Enfado o Disconformidad. La capacidad de comunicar un desacuerdo o enfado de manera constructiva y controlada será crucial para resolver conflictos de manera efectiva, evitando la agresión o la pasividad, ya que busca soluciones que respeten tanto los propios intereses como los de los demás.

Decir “No” y Cortar Interacciones. Se refiere a la habilidad de rechazar peticiones o propuestas y de terminar interacciones cuando reflejan inconformidad o son perjudiciales; esto es vital para establecer y mantener límites personales saludables y para protegerse de situaciones potencialmente dañinas o abusivas.

Dimensión Conductas Asertivas:

Hacer Peticiones. Evalúa la aptitud de solicitar algo de manera eficiente y respetuosa, sin imponerse ni actuar de manera sumisa, es importante para la negociación y para lograr objetivos personales o profesionales sin deteriorar las relaciones.

Iniciar Interacciones Positivas con el Sexo Opuesto. Mide la destreza de empezar interacciones de manera positiva y respetuosa con individuos del sexo opuesto, lo cual es esencial para el desarrollo de relaciones personales y profesionales, además, incluye habilidades para superar la inseguridad social, entender señales no verbales y respetar diferencias individuales y culturales.

1.3 Psicología Clínica

1.3.1 Definiciones

De acuerdo con Barradas (2014), la psicología clínica es una rama de la psicología enfocada en evaluar, diagnosticar, tratar y prevenir desórdenes mentales y emocionales, este campo se especializa tanto en el manejo de condiciones graves, como la depresión y la ansiedad y como en facilitar el crecimiento personal y mejorar la salud emocional de los individuos.

Por su parte Pelaez (2016), menciona que la psicología clínica se define como una rama especializada de la psicología dedicada a la evaluación, diagnóstico, tratamiento y prevención de desórdenes psicológicos y emocionales, su enfoque reside en el bienestar

integral del individuo, abordando problemas desde una perspectiva que abarca aspectos mentales, emocionales y conductuales.

Las intervenciones en psicología clínica deben fundamentarse en una sólida base de evidencia empírica para asegurar la efectividad y seguridad de las prácticas terapéuticas, es por eso por lo que esta visión es esencial para mantener y mejorar constantemente las metodologías terapéuticas (Quant-Quintero y Trujillo-Lemus, 2014).

1.3.2 Enfoques Teóricos en la Psicología Clínica

Según Ardila (2012), la psicología clínica ha sido profundamente influenciada por diversas escuelas de pensamiento, incluyendo el psicoanálisis, el conductismo, el comportamentalismo, y la psicología cognitiva, entre otros; cada uno de estos enfoques ha contribuido de manera significativa a la formación académica y práctica de los psicólogos; en relación al psicoanálisis, ha tenido un impacto considerable en la primera mitad del siglo XX, enfocándose en el análisis del inconsciente y los procesos internos del individuo, por su parte el comportamentalismo, introducido en las décadas posteriores, ha puesto énfasis en la observación del comportamiento observable y medible, promoviendo métodos más empíricos y experimentales en la práctica clínica.

El enfoque conductual para Reynoso-Erazo y Seligson (2005), en la psicología clínica se centra en el análisis y modificación de comportamientos observables, supone que tanto los comportamientos adaptativos como los desadaptativos son aprendidos y, por lo tanto, pueden modificarse a través de técnicas como el condicionamiento clásico y operante, la terapia conductual se basa en este principio para ayudar a los pacientes a cambiar comportamientos específicos que contribuyen a sus problemas psicológicos, utilizando métodos como el entrenamiento en habilidades, la exposición y el refuerzo positivo.

Tomando como referencia los aportes de Bustos et al. (2021), la psicología cognitivo-conductual se centra en identificar y modificar patrones de pensamiento y comportamiento que contribuyen a los problemas psicológicos, este enfoque, respaldado por una amplia investigación, ha demostrado ser efectivo en el tratamiento de trastornos como la ansiedad y la depresión, a través de técnicas que ayudan a los pacientes a desafiar pensamientos distorsionados y desarrollar habilidades de afrontamiento más saludables; de igual manera, los autores mencionan que la psicología humanista-existencial se enfoca en la experiencia subjetiva de la persona, enfatizando la importancia de la autenticidad y la autorrealización, asimismo, se centra en la capacidad del individuo de manejar su libertad y responsabilidades en la búsqueda de un significado personal y un desarrollo auténtico en la vida.

1.3.3 Importancia de la Psicología Clínica

La psicología clínica juega un papel esencial en el análisis y manejo de trastornos mentales, mejorando significativamente la calidad de vida mediante tratamientos específicos. A juicio de Alonso (2013), este ámbito utiliza fundamentos y métodos científicos para evaluar, diagnosticar y tratar a personas afectadas por problemas psicológicos y de comportamiento, su relevancia se extiende más allá de la simple mitigación de síntomas, abarcando la promoción del bienestar y una funcionalidad mejorada.

La importancia del enfoque conductual en la psicología clínica radica en su método sistemático y basado en la evidencia para modificar comportamientos inapropiados, este enfoque se concentra en comportamientos específicos y observables, utilizando técnicas bien establecidas como el condicionamiento clásico y operante para alterar estas conductas, al considerar que los comportamientos no deseados son aprendidos, la terapia conductual ofrece un camino claro para su modificación, haciendo uso de intervenciones estructuradas que han demostrado ser efectivas en múltiples estudios científicos (Garaventa et al., 2022).

1.4 Depresión

1.4.1 Definiciones

Según la OMS (2023), define a la depresión como un trastorno mental que afecta significativamente en la vida personal, laboral, académica y social de quien la sobrelleva con síntomas como la pérdida de interés, pérdida de apetito, sentimientos de tristeza, culpa, desesperanza, pensamientos negativos e insomnio o su vez hipersomnia etc. Para Cuesta et al. (2022), la depresión es un trastorno mental prevalente que varía en severidad y puede evolucionar hacia una condición crónica, afectando profundamente la salud mental a nivel mundial.

De acuerdo con Barradas (2014), la depresión se define como un trastorno emocional marcado por un sentimiento prolongado de tristeza y desinterés, que afecta cómo se siente, piensa y maneja las actividades diarias, este estado puede acompañarse de fatiga, irritabilidad, problemas cognitivos, y cambios físicos en el apetito y el sueño, el término proviene del latín *depressus*, que significa presionado hacia abajo.

1.4.2 Características

La depresión según el National Institute of Mental Health (2022), es un trastorno complejo que afecta múltiples aspectos de la vida diaria, causando no solo tristeza profunda sino también problemas en el sueño, la alimentación, y la energía, así como una pérdida del interés en actividades que antes se disfrutaban y dificultades en la concentración y la toma de decisiones, estos síntomas pueden ser lo suficientemente graves como para interferir con las rutinas diarias y a menudo coexisten con otras condiciones médicas graves como diabetes y enfermedades cardíacas, complicando el tratamiento y manejo de estas condiciones.

Científicamente, la depresión resulta de una combinación de factores genéticos, biológicos, ambientales y psicológicos, con una interacción bidireccional entre la depresión y otras enfermedades crónicas, donde cada una puede agravar a la otra, lo que destaca la importancia de un enfoque integral en su manejo y tratamiento (National Institute of Mental Health, 2022).

Entre los síntomas comunes que manifiesta Cuesta et al. (2022), se encuentran la tristeza persistente y la culpabilidad, existen múltiples factores de riesgo que pueden predisponer a una persona a la depresión, incluidos aspectos personales, cognitivos, sociales, familiares y genéticos, asimismo menciona que existe una conexión reconocida entre la depresión, la ansiedad y los comportamientos adictivos, específicamente en adolescentes con depresión, es común el consumo de alcohol o drogas como una forma de aliviar el sufrimiento

emocional, proporcionando un alivio momentáneo que podría, con el tiempo, agravar la depresión.

Basado en Vergel Hernández y Barrera Robledo (2021), los “síntomas somáticos tales como cambios en el hábito de alimentación, insomnio o hipersomnia, sensación de fatiga o pérdida de energía, síntomas cognoscitivos como alteración en la habilidad para pensar y concentrarse; así como pensamientos de muerte e ideación suicida” (p.87).

1.4.3 Enfoques Teóricos de la Depresión

Los enfoques teóricos de la depresión abarcan una variedad de perspectivas que explican las causas, el desarrollo y los métodos de tratamiento para este trastorno complejo, entre ellos se pueden mencionar el modelo cognitivo de Beck, el biológico, humanista, interpersonal y sociocultural.

El modelo Cognitivo de Beck explica cómo la percepción de los eventos incide sobre nuestras emociones y comportamientos, este autor dentro de su teoría postula que el ser humano crea patrones de pensamientos mismos que son formados a partir de las experiencias del pasado y cómo la magnitud de estos puede influir en la forma en que interpreta u observa el mundo externo, por otro lado, señala un aspecto importante como es la presencia de distorsiones cognitivas conformado por la filtración, el pensamiento dicotómico, la catastrofización, y la generalización (Beck et al., 2010).

A su vez, en este modelo también se desarrolló la denominada triada cognitiva, que se basa en tres tipos de pensamientos, el primero es la visión negativa de sí mismo en donde el individuo se percibe como algo insignificante, y con sentimientos de culpabilidad; el segundo refiere a la visión negativa del mundo, la persona observa la realidad de manera injusta, todo está en su contra, todo le va mal y que no hay alternativas para cambiar las cosas y por último, el tercero que es una visión negativa del futuro, donde prevalecen aún más los síntomas de desesperanza de que las cosas cambien o mejoren para bien (Beck et al., 2010).

El enfoque biológico, para Pérez-Padilla et al. (2017), sostienen que la depresión puede ser el resultado de desequilibrios químicos en el cerebro, particularmente en neurotransmisores como la serotonina, la dopamina y la norepinefrina, la investigación en genética también sugiere que la depresión puede tener componentes hereditarios, con ciertos genes aumentando la susceptibilidad a este trastorno.

Con relación al enfoque humanista, enfatiza la experiencia personal del individuo y ve la depresión como una consecuencia de la incapacidad de una persona para realizar su potencial completo o de enfrentamientos con limitaciones en la vida que impiden la autorrealización (López, 2016).

Analizando el enfoque interpersonal, basado en la idea de que las relaciones interpersonales juegan un papel crítico en el desarrollo de la depresión, este enfoque se centra en mejorar las habilidades comunicativas y relacionales del paciente para reducir los síntomas depresivos (Carrasco, 2017)

Por último, el enfoque sociocultural, reconoce que factores como la pobreza, el desempleo, y el estrés social pueden contribuir significativamente a la depresión, este enfoque considera cómo la cultura, las normas sociales y el entorno influyen en la prevalencia y la manifestación de la depresión (González, 2024).

1.4.4 Depresión en Estudiantes Universitarios

La depresión universitaria es un fenómeno cada vez más reconocido que afecta a un número significativo de estudiantes en instituciones de educación superior, este tipo de depresión se caracteriza por una serie de síntomas emocionales y conductuales que pueden influir negativamente en el rendimiento académico, las relaciones sociales y el bienestar general de los estudiantes (Páez y Peña, 2018).

Entre los factores que contribuyen a la depresión universitaria según Gutiérrez et al. (2010), se encuentran la presión académica intensa, las expectativas de éxito, la transición a la vida independiente, y el estrés asociado con el equilibrio entre el estudio y otras responsabilidades personales, muchos estudiantes experimentan un choque cultural o social al entrar en un nuevo ambiente, lo que puede aumentar su sensación de aislamiento o desorientación.

Para Serrano et al. (2013), la depresión puede llevar a la disminución en la concentración y la motivación, lo que afecta directamente el rendimiento académico, socialmente, los estudiantes deprimidos pueden aislarse, lo que a su vez puede empeorarse por el uso de la tecnología y las redes sociales, creando un ciclo de soledad y desconexión de apoyos sociales reales.

1.4.5 Dimensiones o Factores

Dimensión Somático-Motivacional (SM):

La dimensión somática-motivacional, se enfoca en los síntomas físicos asociados con la depresión, incluye ítems relacionados con la fatiga, que es un agotamiento que no se alivia con el descanso y puede ser severo hasta el punto de impedir la participación en actividades cotidianas, también evalúa los cambios en los patrones de sueño, que pueden manifestarse como insomnio o hipersomnia, afectando significativamente la calidad de vida (Dessotte et al., 2015). Para la Organización Panamericana de la Salud (2023), los cambios en el apetito, que pueden incluir tanto la pérdida como el aumento de peso sin una dieta intencional, son otro aspecto clave de esta dimensión, estos síntomas somáticos son importantes porque pueden tener un efecto directo en la energía física y la motivación general del individuo.

Dimensión Cognitiva-Afectiva (CA):

La dimensión cognitiva-afectiva, aborda los aspectos psicológicos de la depresión. Incluye ítems que evalúan pensamientos negativos persistentes sobre uno mismo, el mundo y el futuro, como el pesimismo o la desesperanza, que son centrales en la experiencia de la depresión (Vásquez et al., 2010), La autocrítica severa y los sentimientos de inutilidad o culpa son comunes, deteriorando aún más la autoestima del individuo. Importante dentro de esta dimensión es la evaluación de las ideaciones suicidas, que es crucial para determinar el riesgo de autolesión o suicidio (Luna-Contreras y Dávila-Cervantes, 2021). Esta dimensión

es vital para entender cómo la depresión afecta en los pensamientos y emociones del individuo, lo que puede influir directamente en su comportamiento y toma de decisiones.

1.5 Habilidades Sociales y Depresión

1.5.1 Relación entre Habilidades Sociales y Depresión

Las habilidades sociales juegan un papel crucial en la mitigación de los síntomas depresivos, las personas con habilidades sociales desarrolladas tienden a tener una red de apoyo más sólida, lo que les permite compartir sus preocupaciones y recibir apoyo emocional (Morales, 2017). Este apoyo social actúa como un amortiguador contra el estrés y la tristeza, disminuyendo la probabilidad de caer en un estado depresivo (Martínez et al., 2001).

No obstante, la falta de habilidades sociales puede llevar a la soledad y el aislamiento, factores que son conocidos desencadenantes de la depresión. La dificultad para comunicarse efectivamente, expresar emociones o establecer conexiones significativas puede aumentar los sentimientos de desesperanza y baja autoestima, exacerbando los síntomas depresivos (Instituto de Neuropsicología y Psicopedagogía Aplicadas, 2023)

1.5.2 Estudios Recientes en Estudiantes Universitarios

Un estudio realizado por publicado por Palate y Eugenio (2023), analizó la relación entre la dependencia emocional y la depresión en estudiantes universitarios, los resultados indican que los estudiantes con alta dependencia emocional presentan niveles más altos de depresión, sugiriendo que las intervenciones que mejoren las habilidades sociales y la autonomía emocional pueden reducir los síntomas depresivos.

Por su parte, el estudio de Valenzuela-Chicaiza et al. (2020) buscó identificar el estado de la inteligencia emocional en estudiantes universitarios y su influencia en el entorno educativo, enfocándose en la inteligencia intrapersonal e interpersonal para evaluar su impacto en el rendimiento académico y la salud mental. A través de una encuesta semiestructurada aplicada a 245 estudiantes de diversas facultades, se midieron aspectos como la relación con compañeros, tolerancia a diferencias individuales y reacciones emocionales ante situaciones académicas, utilizando herramientas estadísticas y teorías de psicología neutrosófica; dichos resultados mostraron que estudiantes con buenas habilidades sociales, especialmente en comunicación y empatía, tenían menores niveles de ansiedad y depresión, y mejores relaciones y manejo de conflictos, aunque también se notaron deficiencias en el conocimiento sobre inteligencia emocional y cambios de humor que afectan negativamente.

Un estudio realizado por Yang et al. (2023) en estudiantes universitarios chinos utilizó métodos de análisis de redes para examinar la relación entre la soledad y los síntomas de depresión y ansiedad, estos resultados mostraron que todas las conexiones dentro de ambas redes eran positivas, siendo más fuerte la conexión entre soledad y depresión comparada con la de soledad y ansiedad.

El estudio llevado a cabo por Vinaccia y Ortega (2020), con estudiantes universitarios de diversas instituciones de educación superior en Colombia, aunque el estudio abarcó varias universidades, un enfoque particular se dio a los estudiantes de la Universidad de San

Buenaventura, la investigación utilizó cuestionarios validados para medir los niveles de ansiedad y depresión, así como para evaluar las habilidades sociales de estos estudiantes; estos hallazgos indicaron que aquellos con habilidades sociales bien desarrolladas presentaban niveles significativamente más bajos de ansiedad y depresión, destacando la importancia de estas habilidades en la promoción del bienestar mental en el entorno universitario.

El estudio de Arévalo et al. (2019), tuvo como objetivo identificar la prevalencia de ansiedad y depresión en estudiantes universitarios y su relación con el rendimiento académico, mediante una revisión narrativa de la literatura publicada entre 2000 y 2017; los resultados indicaron que la ansiedad y la depresión afectan negativamente el rendimiento académico, sugiriendo que mejorar las habilidades sociales puede ser una estrategia efectiva para reducir estos síntomas y, en consecuencia, mejorar el rendimiento académico.

2. CAPÍTULO II: MATERIALES Y MÉTODOS

2.1 Tipo de investigación

La presente investigación es cuantitativa, ya que se basa en la recolección de datos numéricos y el empleo de técnicas estadísticas, el cual permite analizar las relaciones significativas entre variables, en este caso sobre las habilidades sociales y depresión en los estudiantes universitarios (Hernández-Sampieri y Mendoza-Torres, 2018). Es de alcance descriptivo, puesto que su objetivo principal fue detallar las características y atributos de la población estudiantil sobre las habilidades sociales y depresión sin alterar las variables investigadas, únicamente se explicó su comportamiento; además, es correlacional, porque buscó determinar la relación entre dos o más variables, en este caso se conoció el nivel de vínculo estadístico de las habilidades sociales y depresión en los estudiantes (Hernández-Sampieri y Mendoza-Torres, 2018).

Esta investigación es de diseño no experimental, debido a que se observaron y se midieron las variables en la manera en cómo se generaron en su entorno natural, para posteriormente realizar su debido análisis, sin manipular variables y es transversal porque los datos se recolectaron en un solo determinado momento para obtener una visión más general de las correlaciones que se presentaron (Hernández-Sampieri y Mendoza-Torres, 2018).

Se llevó a cabo un muestreo probabilístico; según Hernández-Sampieri y Mendoza-Torres (2018), indican que este método asegura que todo el grupo de población tienen la misma oportunidad de ser elegidos, de este modo, todos los estudiantes de la carrera de psicología en línea tuvieron acceso a participar en el momento en que se les aplicó el instrumento.

Además, se optó por un muestreo probabilístico por racimos o conglomerados, debido a que se empleó una estructura jerárquica de la población estudiada, es decir, primero se eligió como población universal a la Universidad Técnica del Norte, luego se centró en la Facultad de Educación, Ciencia y Tecnología (FECYT), y finalmente en la carrera de Psicología en Línea, siendo esta última el conglomerado en el que se basó la investigación, tomando a consideración cada uno de los semestres en donde se contó con la participación del 49,24% de los estudiantes; este método posibilitó la captura de una muestra representativa que señala la diversidad de la comunidad universitaria.

Al enviar el enlace de la encuesta a los grupos de chat de cada semestre, se aseguró que todos los estudiantes de la carrera de Psicología en Línea tuvieran la oportunidad de participar, independientemente de su ubicación geográfica o disponibilidad de tiempo. En ese sentido, dado que los estudiantes en línea necesitan tener acceso a dispositivos electrónicos para realizar sus estudios, es razonable asumir que la mayoría de ellos tendrían acceso a la encuesta sin dificultades. Cuando realizamos formularios en medios digitales se corre el riesgo de la validez y la generalización de los resultados, ya que tienen a proporcionar datos no probabilísticos; sin embargo, a pesar de estas limitaciones se optó por realizar la encuesta a través de Microsoft Forms.

2.2 Instrumentos

2.2.1 Escala De Habilidades Sociales (EHS)

La Escala de Habilidades Sociales (EHS), desarrollada por Elena Gismero González en el año 2002, es un instrumento de evaluación tipo escala Likert diseñado para medir la aserción y las habilidades sociales en adolescentes y adultos, fue diseñada para evaluar las competencias sociales en situaciones cotidianas, siendo adaptada y validada para poblaciones específicas por diversos autores en diferentes contextos a lo largo de los años, aunque el texto no especifica quién adaptó esta versión particular ni en qué año se realizó (Gismero, 2002).

Con 33 ítems, la escala mide de manera exhaustiva la competencia social en múltiples escenarios, utilizando una escala Likert de cuatro niveles que varía desde no me identifico en absoluto, hasta, me sentiría o actuaría así en la mayoría de los casos (Grasso-Imig, 2022).

Dentro de esta investigación se optó a la nueva validación de la Escala de Habilidades Sociales propuesta por Pazmiño Daysi. La autora menciona que se establecen tres dimensiones, el cual estarán distribuidas en subescalas, mismas que fueron establecidas originalmente por Sarmiento et al. (2016), citado por Pazmiño (2022), la primera dimensión hace referencia a Conductas de Afirmación que consta de dos subescalas: Autoexpresión en Situaciones Sociales (ASS) y Defensa de los Propios Derechos como Consumidor (DPDC), la segunda dimensión Expresión de emociones con sus subescalas: Expresión de Enfado o Disconformidad (EED) y Decir “No” y Cortar Interacciones (DNCI) y por último, la tercera dimensión Conductas Asertivas conformada por sus dos subescalas: Hacer Peticiones (HP) e Iniciar Interacciones Positivas con el sexo opuesto (IIP).

La escala evalúa el grado de adecuación a diferentes situaciones sociales y está conformada por 33 ítems, de los cuales se invirtieron los ítems 3, 7, 16, 18 y 25, debido a que estos ítems se planteaban de manera positiva (se invirtieron a manera negativa). Así también, este instrumento responde en base a una escala de tipo Likert de 4 categorías, que van desde: “No me identifico en absoluto” a “Me sentiría o actuaría así en la mayoría de los casos (Pazmiño, 2022).

2.2.2 Inventario de Depresión de Beck (BDI-2)

El Inventario de Depresión de Beck (BDI-2) realizado en 1961, es un instrumento psicométrico creado por Aaron T. Beck, un líder en el campo de la terapia cognitiva, su propósito es evaluar la gravedad de la depresión en individuos con diagnósticos de este trastorno; la segunda versión del inventario, actualizada en 1996 y luego adaptada al español en 2011, mejora los ítems para aumentar su precisión, validez y confiabilidad, de igual manera, este test está diseñado para adolescentes y adultos con una edad no inferior a los 13 años (Sanz et al., 2003). Gracias a sus revisiones y adaptaciones, este inventario ha sido relevante para diversas evaluaciones e investigaciones dentro del campo de la psicología clínica, con la finalidad de establecer diagnósticos precisos (Estrada et al., 2015).

Según lo expuesto por Sanz et al. (2003), para medir la magnitud de los síntomas se lo realiza a través de 21 ítems, en donde el evaluado deberá leer el enunciado y posteriormente elegir

una de las cuatro alternativas en la jerarquía de menor a mayor intensidad, cada respuesta se puntúa en una escala de 0 a 3 y al sumar todos estos ítems, el resultado total oscilará entre 0 y 63.

El BDI-2 es un instrumento que incorpora una estructura dual que evalúa las dimensiones: somática-motivacional y cognitiva-afectiva. En lo que refiere a la dimensión somática-afectiva, esta aborda aspectos físicos como alteraciones del sueño, disminución del apetito y la fatiga, por otra parte, la dimensión cognitiva-afectiva se centra en los aspectos psicológicos, como los pensamientos negativos, tristeza, culpa e ideaciones suicidas (Estrada et al., 2015).

2.3 Preguntas de Investigación e Hipótesis

Las preguntas de investigación se han planteado en función de los objetivos específicos:

- ¿Cuáles son los niveles de las Habilidades Sociales que tienen los estudiantes de la carrera de Psicología en línea de la facultad FECYT?
- ¿Cuáles son los niveles de Depresión existentes en los estudiantes de la carrera de Psicología en línea de la facultad FECYT?
- ¿Existen correlaciones entre las Habilidades Sociales y Depresión en estudiantes de la carrera de Psicología en línea de la facultad FECYT?

Las hipótesis planteadas y a ser demostradas son:

H_i: Existen diferencias estadísticamente significativas entre las Habilidades Sociales con el Sexo de los estudiantes de la carrera de Psicología en Línea.

H₀: No existen diferencias estadísticamente significativas entre las Habilidades Sociales con el Sexo de los estudiantes de la carrera de Psicología en Línea.

H_i: Existen diferencias estadísticamente significativas entre Habilidades Sociales con las Etnias de los estudiantes de la carrera de Psicología en Línea.

H₀: No existen diferencias estadísticamente significativas entre las Habilidades Sociales con las Etnias de los estudiantes de la carrera de Psicología en Línea.

H_i: Existen diferencias estadísticamente significativas entre Habilidades Sociales con la Edad de los estudiantes de la carrera de Psicología en Línea.

H₀: No existen diferencias estadísticamente significativas entre las Habilidades Sociales con la Edad de los estudiantes de la carrera de Psicología en Línea.

H_i: Existen diferencias estadísticamente significativas entre la Depresión con el Sexo de los estudiantes de la carrera de Psicología en Línea.

H₀: No existen diferencias estadísticamente significativas entre la Depresión con el Sexo de los estudiantes de la carrera de Psicología en Línea.

H₁: Existen diferencias estadísticamente significativas entre la Depresión con las Etnias de los estudiantes de la carrera de Psicología en Línea.

H₀: No existen diferencias estadísticamente significativas entre la Depresión con las Etnias de los estudiantes de la carrera de Psicología en Línea.

H₁: Existen diferencias estadísticamente significativas entre la Depresión con la Edad de los estudiantes de la carrera de Psicología en Línea.

H₀: No existen diferencias estadísticamente significativas entre la Depresión con la Edad de los estudiantes de la carrera de Psicología en Línea.

H₁: Existe una correlación entre las Habilidades Sociales y la Depresión entre los estudiantes de la carrera de Psicología en Línea.

H₀: No existe una correlación entre las Habilidades Sociales y la Depresión entre los estudiantes de la carrera de Psicología en Línea.

2.4 Participantes

La población o universo de la investigación estuvo compuesta por un total de 329 estudiantes pertenecientes a la carrera de Psicología en Línea de la facultad FECYT, de la Universidad Técnica del Norte, en el cual se encontraban distribuidos de la siguiente manera:

Tabla 1

Distribución de los Estudiantes de la Carrera de Psicología en Línea

Nivel	Población
Cuarto	50
Quinto	72
Sexto	50
Séptimo	60
Octavo	97
Total	329

Se aspiró a realizar un censo mediante la aplicación de un test a toda la población universo; sin embargo, por varios factores como la falta de tiempo para realizar la encuesta o entre otros, no se logró recolectar los datos como se tenía previsto, no obstante, se consiguió la participación de 162 estudiantes, siendo esta una muestra significativa para llevar a cabo la presente investigación.

En cuestión a los datos sociodemográficos de los participantes se manifiestan de esta forma: en cuanto al sexo, el porcentaje de hombres es del 17,9% y de mujeres del 82,1%; con una edad promedio del 27,8%; en referencia a la autoidentificación étnica el 90,1% se

identificaron como mestizos, el 3,1% como afrodescendientes, el 3,1% como indígenas, el 2,5% como blancos y el 1,2% como otra. En lo que respecta al semestre que cursan los estudiantes, el 25,3% fueron pertenecientes al cuarto semestre, el 39,5% al quinto semestre, el 25,3% al sexto semestre, el 9,3% al séptimo semestre y el 0,6% al octavo semestre. Por último, se pudo evidenciar que 87,7% de los estudiantes viven con la familia, mientras que el 11,1% viven solos y el 1,2% viven con amigos.

2.5 Procedimiento y Análisis

En el desarrollo y evaluación de dicha investigación se utilizaron dos instrumentos: el Inventario de Depresión de Beck (BDI-2) y la Escala De Habilidades Sociales (EHS), mismo que fueron adaptados al lenguaje y contexto universitario para una mejor comprensión; dentro del proceso de recolección de datos, una vez finiquitadas las preguntas se introdujo de manera digital a la plataforma de Google Forms, en donde se añadió el consentimiento informado, para que los estudiantes acepten y puedan participar voluntariamente. Antes de la aplicación del instrumento se procedió a solicitar la autorización respectiva al departamento de Decanato de la Facultad (FECYT) y al Coordinador de la Carrera de Psicología en Línea (MSc. Saud Yarad) para poder ejecutar la aplicación del test. Dado que su modalidad de estudio es virtual, el coordinador envió el enlace del formulario a sus estudiantes a través de la plataforma de WhatsApp; el período para la toma del instrumento estuvo vigente desde el 28 de mayo hasta el 03 de junio de 2024.

Una vez terminado este tiempo, se obtuvo la recolección de datos que posteriormente fueron migrados al Software Estadístico SPSS-2025, con el fin de realizar el análisis pertinente al estudio a través de tablas de frecuencias, descriptivos y estadísticos. Consecutivamente se procedió a la baremación y calificación de los instrumentos, con lo que respecta al test BDI-II, se llevó a cabo mediante la escala de Estrada et al. (2015) establecidas en 4 categorías distribuidas: tenemos mínima depresión (0-13), depresión leve (14-19), depresión moderada (20-28) y depresión grave (29-63).

Para el test EHS se tomó en cuenta la escala de baremación propuesta Pazmiño (2022), en donde la autora para clasificar toma dos puntos o cortes, en este caso el percentil 25 y 74, con la finalidad de que el percentil 50 represente el promedio o la media para considerar lo “normal”, por ende, si los resultados se encuentran por debajo del percentil 25 o por encima del percentil 75 se consideran inusuales o atípicos.

Las habilidades sociales se clasifican de acuerdo con la siguiente tabla de percentiles, cuyos puntajes en la presente investigación corresponden a:

Tabla 2
Baremación Niveles de Habilidades Sociales

Percentil	Niveles	
<25	Altas Habilidades Sociales	33-53
26-74	Medias Habilidades Sociales	54-82

>75	Bajas Habilidades Sociales	83-132
-----	----------------------------	--------

Para una mejor interpretación de resultados, nos basamos en la escala dividida en niveles altas, medias y bajas habilidades sociales, mismos que fueron plateados por la autora original Gismo (2002), quien a su vez manifiesta que la población se halla en rangos medios de habilidades sociales. Además, dentro de este estudio se estipuló una puntuación inversa, para ello, se invirtieron las preguntas 3, 7, 16, 18 y 25 para que estas se encuentren en su sentido positivo, con la finalidad de que un alto puntaje refleje que el evaluado posee un menor nivel de habilidades sociales y en contraparte, un bajo puntaje demostrará un buen nivel de manejo de habilidades sociales.

Seguidamente se realizó el cálculo del nivel de confiabilidad de los dos instrumentos mediante el Coeficiente Alfa de Cronbach, dando como resultado lo siguiente:

Tabla 3

Dimensiones, Alfa de Cronbach e Interpretación

Dimensiones	Alfa de Cronbach	Criterio de George y Mallery (2003)
Conductas de Autoafirmación	0,849	La puntuación se determinó dentro del rango 0,80-0,89, lo que indica un resultado bueno.
Expresión de Emociones	0,869	La puntuación se determinó dentro del rango 0,80-0,89, lo que indica un resultado bueno.
Conductas Asertivas	0,573	La puntuación se determinó dentro del rango 0,50-0,59, lo que indica un resultado pobre.
Total de habilidades sociales dimensiones	0,913	La puntuación total se determinó dentro del rango +0,90, lo que indica un resultado excelente.
Dimensión Cognitivo-Afectiva (CA)	0,913	La puntuación se determinó dentro del rango +0,90, lo que indica un resultado excelente.
Dimensión Somático Motivacional (SM)	0,877	La puntuación se determinó dentro del rango 0,80-0,89, lo que indica un resultado bueno.

Total de Depresión	0,948	La puntuación se determinó dentro del rango +0,90, lo que indica un resultado excelente.
---------------------------	--------------	--

Nota. De acuerdo con las directrices propuestas por George y Mallery (2003), se realizó la debida interpretación de los valores de Alfa de Cronbach mismo que son presentados en la tabla, por otro lado, el resto de los datos son realizados por elaboración propia.

Finalmente, se calculó los diferentes estadísticos para seguir con el desarrollo idóneo de la presente investigación.

3. CAPÍTULO III: RESULTADOS Y DISCUSIÓN

3.1 Estadísticos Descriptivos

Tabla 4

Estadísticos Descriptivos

	Total cognitivo afectivo	Total somático motivacional	Total depresión	Total conductas de autoafirmación	Total expresión de emociones	Total conductas asertivas	Total habilidades sociales
Media	7,3086	5,4259	14,3086	26,4321	20,0000	23,7654	70,1975
Mediana	6,0000	5,0000	12,5000	27,0000	20,0000	23,0000	70,5000
Moda	,00	,00	,00	16,00	10,00	22,00	48,00
Desv.	6,88710	4,28750	11,80024	8,20534	7,14447	4,98388	18,12751
Desviación							
Varianza	47,432	18,383	139,246	67,328	51,043	24,839	328,607
Mínimo	,00	,00	,00	13,00	10,00	10,00	36,00
Máximo	35,00	21,00	61,00	47,00	39,00	36,00	121,00
Percentil 25							53,00
Percentil 74							82,00
Niveles de Habilidades Sociales						Altas habilidades sociales Medias habilidades sociales Bajas habilidades sociales	33-53 54-82 83-132
Niveles de depresión						Mínima depresión Depresión leve Depresión moderada Depresión grave	0-13 14-19 20-28 29-63

3.2 Niveles de Habilidades Sociales

Tabla 5

Niveles de Habilidades Sociales en Estudiantes de la Carrera de Psicología en Línea

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Altas habilidades sociales	40	24,7	24,7	24,7
	Medias habilidades sociales	81	50,0	50,0	74,7
	Bajas habilidades sociales	41	25,3	25,3	100,0
Total		162	100,0	100,0	

Según la tabla 5, es preocupante que solo el 25,3% de los estudiantes de la carrera de Psicología en Línea presenten un nivel de altas habilidades sociales, lo que señala que el resto de la población se hallan en un estado intermedio con el 50% y el 24,7% en niveles bajos, por lo que dicha proporción de estudiantes tienen dificultades en el desarrollo de habilidades sociales, lo que podría perjudicar en su desempeño integral.

Los estudiantes de modalidad virtual viven un gran desafío, al momento de desarrollar sus habilidades sociales ya que la ausencia de la comunicación interpersonal impide la consolidación de vínculos de compañerismo y amistad (Villacís Pico et al., 2023). Tal como lo menciona Salas et al. (2020), el déficit de habilidades sociales puede desencadenar un bajo nivel de aceptación social, aislamiento e inestabilidad emocional; repercutiendo directamente al rendimiento académico y en la salud mental de los estudiantes.

Existen estudios que corroboran con los resultados obtenidos como el de Ponce et al. (2022), llevado a cabo con 284 estudiantes de varias universidades del Ecuador entre 21 y 24 años, en donde se indicó que la mayoría (93,7%) de estudiantes presentó habilidades sociales mientras que solo el 6,3% obtuvo niveles medios-bajos, estos resultados alarmaron a los investigadores, quienes determinaron cómo la pandemia ha influido desfavorablemente en la interacción social entre los alumnos y a su vez enfatizaron la importancia de crear herramientas que permitan desarrollar de mejor manera las habilidades sociales para fortalecer su bienestar estudiantil y psicológico.

3.3 Niveles de Depresión

Tabla 6

Niveles de Depresión en Estudiantes de la Carrera de Psicología en Línea

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Mínima depresión	84	51,9	51,9	51,9
	Depresión leve	27	16,7	16,7	68,5
	Depresión moderada	35	21,6	21,6	90,1
	Depresión grave	16	9,9	9,9	100,0
	Total	162	100,0	100,0	

Como se puede apreciar en la tabla 6, la mitad de la muestra (51,9%) presenta una mínima depresión, seguido por un 16,7% con depresión leve lo que se ubica en un rango controlable de síntomas, sin embargo, un 21,6% posee depresión moderada y un 9,9% depresión grave, resultando en un 31,5% de estudiantes de la carrera de Psicología en Línea que manifiesta dificultades en su calidad de vida.

La educación virtual puede afectar significativamente en el bienestar psicológico de los estudiantes, ya que demanda de mucha dedicación debido a la recarga de actividades y sobre todo largas horas de autoeducación y autonomía, lo que puede generar un desgaste mental que conlleva a síntomas depresivos (Espinoza y Cárdenas, 2021). Otra de las dificultades que conlleva la educación virtual son las desigualdades del entorno en las que se desarrolla el individuo como sociales, culturales y económicas, las cuales conducen a un rendimiento deficiente en los estudios y en consecuencias más extremas como el abandono académico (Posso-Yépez et al., 2022).

Factores como la sobrecarga académica, aspectos sociodemográficos y los que están relacionados al estilo de vida como la alimentación desequilibrada, mala calidad del sueño y la condición física son los que inciden en la prevalencia de depresión en los estudiantes universitarios (Vargas-Granda, 2021). En la investigación de Ávalos et al. (2023), llevada a cabo con una muestra de 68 estudiantes de medicina de una Universidad de Paraguay, se indicó que el 32,35% obtuvieron mínima depresión, el 26,47 % depresión leve, sin embargo, al sumar los porcentajes de depresión moderada y grave se observó que el 41,17%, presentaron una elevada predominancia de síntomas depresivos; siendo el cansancio uno de los factores que más manifestaron los estudiantes encuestados.

3.4 Diferencias de las Variables de Estudio y las Variables Sociodemográficas

Para evaluar la distribución en las 7 primeras hipótesis a diferencias con significancia estadística, se aplicó la prueba de kolmogorov-Smirnov si los datos de las variables de

estudio siguen una distribución normal (no paramétricos), resultando que el P-valor de las habilidades sociales es 0,005 (P-valor < 0,05) y P-valor de depresión es 0,000 (P-valor < 0,05) lo que indica que, en los dos casos los datos no siguen una distribución normal. Por consiguiente, se empleó métodos estadísticos no paramétricos como la U de Man Whitney (para dos poblaciones independientes) y Kruskal Wallis (para más de dos poblaciones independientes).

Tabla 7

U de Mann Whitney Habilidades Sociales y Sexo

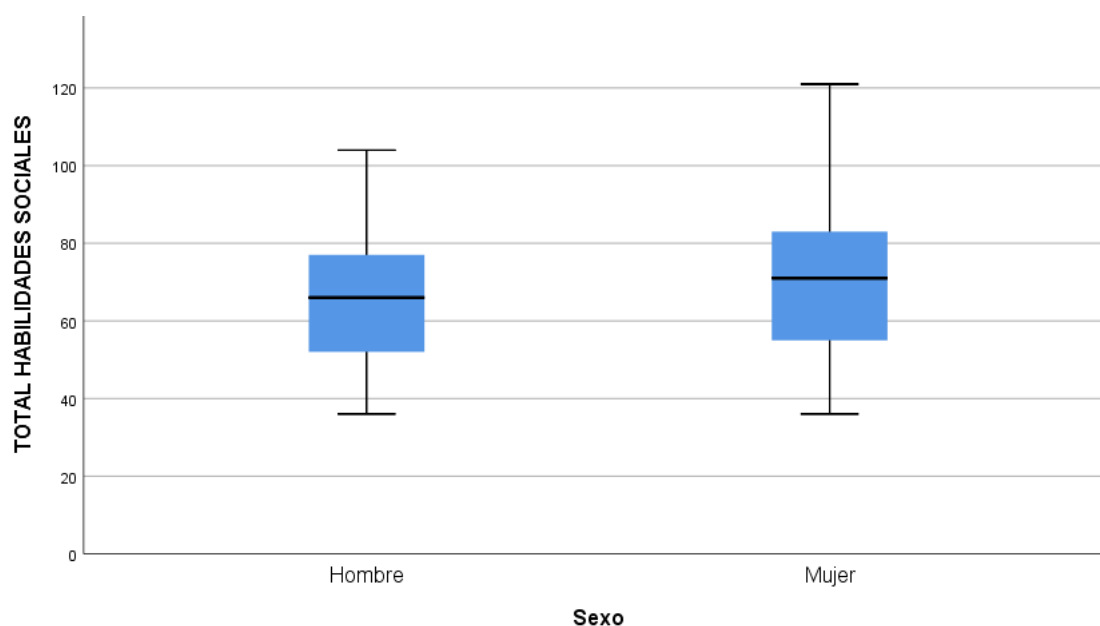
	Total Habilidades Sociales
U de Mann-Whitney	1629,500
W de Wilcoxon	2064,500
Z	-1,308
Sig. asintótica(bilateral)	,191

Como se puede apreciar en la tabla 7, debido a que el P-valor es 0,191 (P-valor es > 0,05) se acepta la hipótesis nula (H_0), es decir no existe una diferencia estadísticamente significativa entre las Habilidades Sociales y el Sexo en los estudiantes de la carrera de Psicología en Línea y se rechaza la hipótesis de investigación (H_1). De igual manera, esta diferencia se la demuestra con el cálculo de las medias de las Habilidades Sociales, en el caso de los hombres el valor es 66,52, mientras que en mujeres es 71,00.

Para visualizar estas diferencias se ha realizado mediante el diagrama de cajas (Figura 1), que se presenta a continuación:

Figura 1

Diagrama de Cajas Simples de Total de Habilidades Sociales y Sexo



Tal como se muestra en la Tabla 7 y la Figura 1, las diferencias de medias poseen un valor mínimo tanto en hombres como en mujeres, por lo tanto, no existen diferencias significativas entre Habilidades Sociales y Sexo, de este modo, las Habilidades Sociales están asociadas por diversos factores que no van relacionadas al género.

Tal como lo menciona en su investigación, Villalustre-Martínez y Cueli (2024) en donde determinó que el desarrollo de habilidades sociales y el uso de redes sociales no están influenciados directamente por el sexo, si bien es cierto se encontraron diferencias mínimas entre hombres y mujeres, pero no resultaron estadísticamente significativas, sin embargo sí se observó una fuerte relación entre las variables de habilidades sociales y la magnitud de uso de redes sociales. Por otro lado, uno de los factores que también ha incidido en el desarrollo de las habilidades sociales ha sido la pandemia de COVID-19, independientemente del sexo ha tenido un impacto negativo en los estudiantes dentro de la transición de educación presencial a virtual, puesto que la ausencia de comunicación limitó la capacidad de relacionarse y la expresión de sentimientos (Gusqui et al., 2022). En contra parte a lo anteriormente mencionado, un estudio realizado por Holst et al. (2017), quienes al realizar una comparación entre los estudiantes de dos instituciones de educación superior en México, determinaron que los hombres poseen un mayor manejo de habilidades sociales específicamente en el área de comunicación.

Tabla 8

U de Mann Whitney Depresión y Sexo

Total Depresión	
U de Mann-Whitney	1698,000

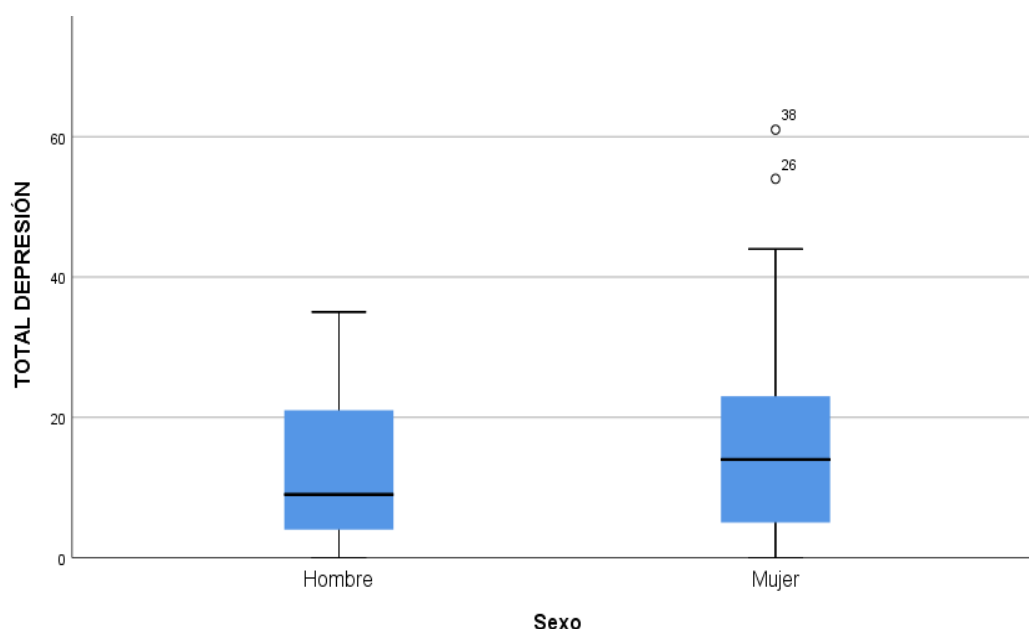
W de Wilcoxon	2133,000
Z	-1,009
Sig. asintótica(bilateral)	,313

a. Variable de agrupación: Sexo

Como se muestra en la tabla 8 el P-valor es 0,313 (P-valor es $> 0,05$), por lo tanto, se acepta la hipótesis nula (H_0), es decir no existen diferencias estadísticamente significativas entre la depresión y el sexo en los estudiantes de la carrera de Psicología en Línea y se rechaza la hipótesis de investigación (H_i). Asimismo, esta diferencia se verifica con el cálculo de las medias de la depresión, registrando un valor de 12,10 para hombres y un valor de 14,79 para mujeres.

Figura 2

Diagrama de Cajas Simples de Total de Depresión y Sexo



Los resultados evidencian que las diferencias de medias en los niveles de depresión entre hombres y mujeres no son estadísticamente significativas, esto refleja que ambos sexos presentan medias similares en cuanto a depresión, lo que implica que el sexo no es un factor determinante, y podrían intervenir otros elementos contextuales o personales.

La investigación realizada por Martínez-Martínez et al. (2021) revela que, el sexo no repercute notablemente en la prevalencia de síntomas depresivos y ansiosos dentro de su muestra empleada en pacientes hospitalizados, siendo otros los factores que prevalecen o intensifican los síntomas. Factores que abarcan problemas familiares como la falta de apoyo, desacuerdos en convivencia y los problemas económicos son el resultado de la prevalencia de depresión en los estudiantes universitarios (Tasé et al., 2023). En oposición a esto, Moreta-Herrera et al. (2021) en su estudio tiene como porcentajes el 57% de mujeres y 43%

de hombres, en donde muestra una marcada diferencia entre el sexo concluyendo que existe mayor presencia de depresión en hombres, además de referir que requieren supervisión e intervención psicológica. Por otra parte, Rossi et al. (2019) expone en su estudio que dentro del espacio universitario se presentan las mayores tasas de depresión que en la población general, encontrando mayor prevalencia en las mujeres.

Tabla 9

Rangos por Etnia de Habilidades Sociales (H Kruskal-Wallis)

	Autodefinición_étnica	N	Rango promedio
Total	Blanco	4	59,50
Habilidades Sociales	Mestizo	146	81,48
	Afrodescendiente	5	68,30
	Indígena	5	106,90
	Otra	2	96,25
	Total	162	

Tabla 10

H de Kruskal-Wallis: Habilidades Sociales/Etnia

	Total Habilidades Sociales
H de Kruskal-Wallis	2,946
gl	4
Sig. asintótica	,567

a. Prueba de Kruskal Wallis

b. Variable de agrupación: Autodefinición_étnica

La tabla 9 refleja que con respecto a la etnia no se evidencia grandes diferencias entre estos; corroborando con la tabla 10 en donde el p-valor es de 0,567 ($P\text{-valor} > 0,05$), por consiguiente, se acepta la hipótesis nula; H_0 No existen diferencias estadísticamente significativas entre habilidades sociales con la Etnia de los estudiantes de la carrera de Psicología en Línea y se rechaza la hipótesis de investigación (H_i).

El desarrollo de habilidades sociales no está influenciado directamente por características sociodemográficas como la etnia, si no que se debe a múltiples factores individuales,

biológicos, ambientales y sociales, que permiten la construcción de relaciones interpersonales, que son adquiridas y se van fortaleciendo mediante la práctica (Vera, 2024). De acuerdo con Moyolema-Ramírez et al. (2024), la crianza es un elemento indispensable para un buen desarrollo de habilidades sociales, ya que desde niños van alcanzando fortalezas que les permitirá crear conexiones y enfrentarse a nuevos retos.

Tabla 11
Rangos por Etnia de Depresión (H Kruskal-Wallis)

Rangos			
	Autodefinición_étnica	N	Rango promedio
Total Depresión	Blanco	4	70,88
	Mestizo	146	81,21
	Afrodescendiente	5	73,00
	Indígena	5	94,70
	Otra	2	112,50
	Total	162	

Tabla 12
H de Kruskal-Wallis: Depresión/Etnia

Total Depresión	
H de Kruskal-Wallis	1,650
Gl	4
Sig. Asintótica	,800

- a. Prueba de Kruskal Wallis
- b. Variable de agrupación: Autodefinición_étnica

Tal como se muestra en la tabla 11 en relación con la etnia no se evidencia grandes diferencias entre estos; lo que corrobora con la tabla 12 donde el p-valor es de 0,800 (P-valor>0,05), por lo tanto, se acepta la hipótesis nula; H0: No existen diferencias estadísticamente significativas entre depresión con la etnia de los estudiantes de la carrera de Psicología en Línea y se rechaza la hipótesis de investigación (Hi).

En una investigación de Arntz et al. (2022) realizada a estudiantes universitarios, una parte de ellos se identificaron como etnia mapuche, sin embargo esto no afectó en los resultados,

es decir la etnia no estaba asociada con en el desarrollo de la depresión, ansiedad y estrés a diferencia de las variables del sexo y carrera que demostraron relaciones significativas. Por otro lado, un estudio llevado a cabo por Barrera-Herrera et al. (2019), destaca que un factor determinante dentro de la prevalencia de depresión en estudiantes es el estrato socioeconómico, resultando niveles elevados en aquellos que poseen un buen estado económico, si bien es cierto suena algo contradictorio, ya que siempre se ha asociado a que los niveles socioeconómicos bajos son los más vulnerables a cualquier tipo de adversidades. Otro de los factores que, independientemente de la etnia, contribuyen en la depresión en estudiantes universitarios es la sobrecarga y exigencia académica, la adaptación a un nuevo entorno, la presión social y familiar (Romero et al., 2022).

Tabla 13

Rangos por Edad de Habilidades Sociales (H Kruskal-Wallis)

	Edad por rangos	N	Rango promedio
Total Habilidades Sociales	18-20	15	104,03
	21-23	45	93,30
	24-54	102	72,98
	Total	162	

Tabla 14

H Kruskal Wallis: Habilidades Sociales/Edad

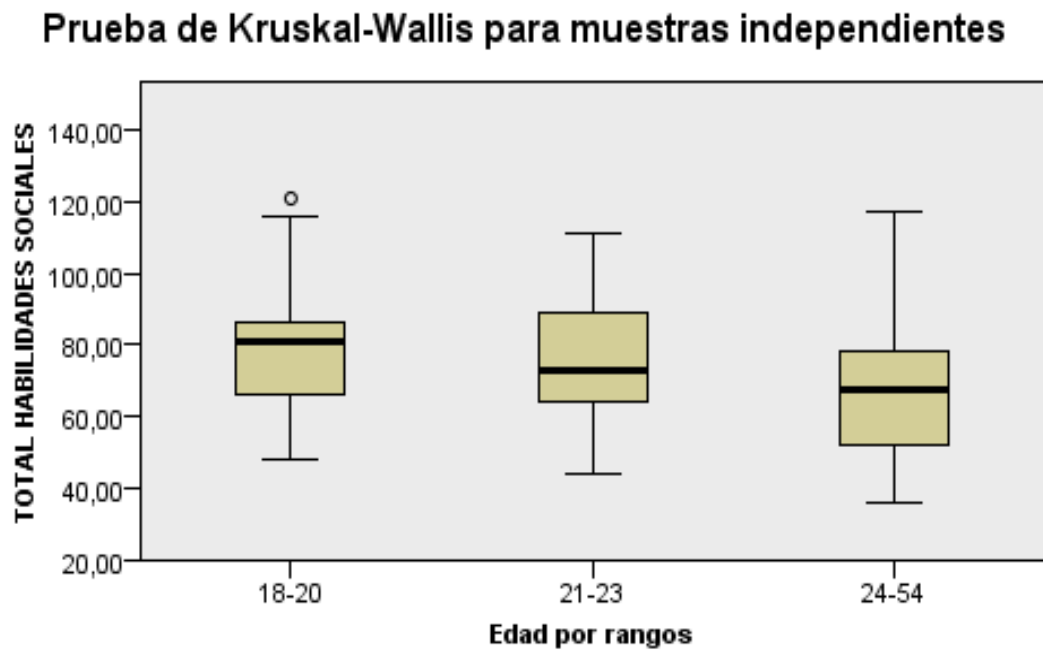
Total Habilidades Sociales	
H de Kruskal-Wallis	9,695
Gl	2
Sig. asintótica	,008

a. Prueba de Kruskal Wallis

b. Variable de agrupación: Edad por rangos

Figura 3

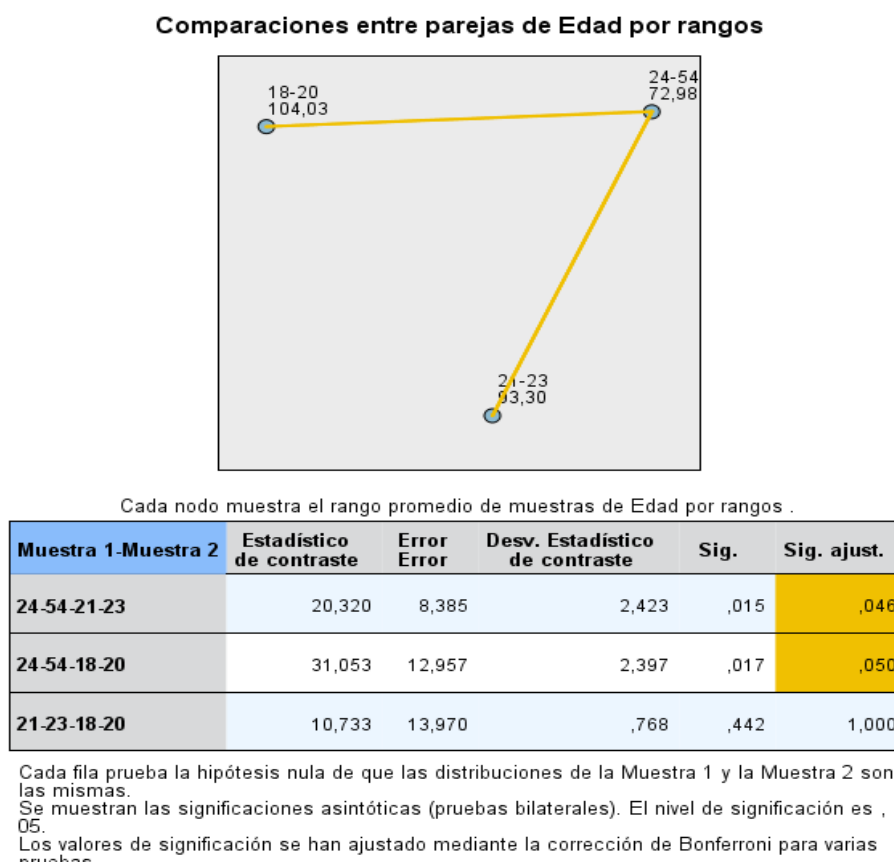
Valores de las Medias de la Edad en Habilidades Sociales (Kruskal-Wallis)



Los resultados expuestos en la Figura 3 manifiestan que sí existen diferencias significativas, sin embargo para identificar notablemente en que rangos existe la diferencia, veamos la siguiente figura:

Figura 4

Valores de los Rangos de la Edad en Habilidades Sociales (Kruskal-Wallis)



Según la tabla 13 de los rangos de Habilidades Sociales con respecto a la Edad, se observa que no se hay mucha diferencia entre estos, lo que corrobora con la tabla 14 donde el P-valor es de 0,008 ($P\text{-valor} < 0,05$), por lo que se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se acepta la hipótesis del investigador (H_i): Existen diferencias estadísticamente significativas entre Habilidades Sociales con la Edad de los estudiantes de la carrera de Psicología en Línea. Así también, este resultado se puede respaldar con la Figura 3 con las diferencias de las medias y en la Figura 4 las diferencias entre rangos entre el grupo 24-54 y el grupo 21-23 años con un P-valor de 0,046 son estadísticamente significativas, de igual manera con el grupo de 24-54 y 18-20 con un P-valor de 0,050. En contraparte a estos resultados, la comparación entre el grupo 18-20 y 21-23 años con un P-valor de 1,000, señalan que no existen diferencias significativas entre estos.

De acuerdo con la investigación de Sánchez-Ceballos et al. (2023), se demostró que la edad influye significativamente en el desarrollo de las habilidades sociales, especialmente en edades superiores a los 26 años, esto se manifiesta, a medida que van pasando los años las personas van adquiriendo la experiencia y la madurez necesaria para fortalecer sus habilidades sociales y crear nuevos vínculos dentro de su entorno. Un buen manejo de habilidades sociales dentro de edades tempranas contribuirá positivamente en la vida social, emocional, el fortalecimiento del aprendizaje y el desarrollo intelectual de los estudiantes (Ardila Rojas et al., 2023).

Tabla 15*Rangos por edad de Depresión (H Kruskall Wallis)*

	Edad por rangos	N	Rango promedio
Total Depresión	18-20	15	77,83
	21-23	45	88,51
	24-54	102	78,95
	Total	162	

Tabla 16*H de Kruskal-Wallis: Depresión/Edad*

	Total Depresión
H de Kruskal-Wallis	1,404
gl	2
Sig. asintótica	,496

a. Prueba de Kruskal Wallis

b. Variable de agrupación: Edad por rangos

En la tabla 15 con respecto a los rangos de la Edad no se manifiestan diferencias entre estos; lo que constata con la tabla 16 donde el P-valor es de 0,496 ($P\text{-valor} > 0,05$), por tanto, se acepta la hipótesis nula H_0 : No existen diferencias estadísticamente significativas entre depresión con la Edad de los estudiantes de la carrera de Psicología en Línea y se rechaza la hipótesis del investigador (H_6).

De cierta manera, existen estudios en los que se mencionan que la depresión es manifestada por múltiples factores independientemente de la edad, sin embargo, existen estudios que dicen lo contrario, como el de Mejía-Lobo et al. (2023) acerca la adicción a redes sociales y su influencia en la prevalencia de depresión, pues indica que existe correlación entre ambas variables, el uso excesivo de estas plataformas digitales conlleva a un deterioro en la calidad de vida del individuo, además se observó que la adicción y obsesión a estas redes es más evidente en edades tempranas y por otra parte, existe mayor presencia de síntomas depresivos en personas de 23 a 27 años. La prevalencia de depresión puede verse afectada por múltiples factores como el género, el estrato socioeconómico, la educación, el acceso limitado a servicios de salud entre otros, sin embargo el que destaca dentro de este estudio es la edad, en donde se han visto inmersos a estos síntomas personas mayores de 18 años en comparación a personas menores (López, 2021).

3.5 Correlación Entre Habilidades Sociales y Depresión

Como los datos de Habilidades Sociales y depresión no son paramétricos según la prueba de Kruskal Wallis al inicio del capítulo; en sentido para determinar la correlación entre las dos variables se usará el estadístico RHO Spearman.

Tabla 17

Correlación entre Habilidades Sociales y depresión (Rho de Spearman)

			Total Habilidades Sociales	Total Depresión
Rho de Spearman	Habilidades Sociales	Coeficiente de correlación	1,000	,688**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	162	162
	Depresión	Coeficiente de correlación	,688**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	162	162

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

Como el P-valor entre la Depresión y las Habilidades Sociales es de 0,000 ($p\text{-valor} < 0,5$) se rechaza la hipótesis nula H_0 y se acepta la hipótesis del investigador H_i existe correlación entre las Habilidades Sociales y la Depresión entre los estudiantes de la carrera de Psicología en Línea. Además, el valor de la correlación de Rho Sperman es positivo, lo que significa a mayor déficit de habilidades sociales mayor depresión. Para determinar la fuerza de la correlación se ha tomado en cuenta los valores de Martínez et al. (2009, pág. 6) y según esta la correlación entre Habilidades Sociales y la Depresión es alta (0,66 a 0,95), según la tabla 17 la correlación según Rho de Sperman es de 0,688.

Otras de las investigaciones que han seguido la misma línea es la de Naranjo Arguello (2019), donde llevo a cabo su estudio en una institución educativa en Ecuador con una muestra de 30 estudiantes con la finalidad de determinar la relación entre habilidades sociales y depresión, dichos resultados reflejaron una correlación ente variables, es decir que un bajo desarrollo de habilidades sociales acrecienta la probabilidad de tener síntomas depresivos. A su vez, también está el estudio de Ordóñez (2019), quien realizó este mismo análisis estadístico con una muestra de 189 estudiantes, y se reflejó una correlación negativa significativa entre ambas variables, lo que refiere que, a mayor depresión menor será el potencial de desarrollo de habilidades sociales y viceversa.

CONCLUSIONES

- Como teorías base de esta investigación, resalta la Teoría del Aprendizaje Social propuesto por Albert Bandura, en donde establece que el individuo aprende nuevos comportamientos al observar a otras personas, sin la necesidad de percibir las consecuencias de sus actos, por otro lado, también se tomó a consideración la Teoría de Aaron Beck, donde refiere que la prevalencia de síntomas depresivos está asociada o surge a raíz de pensamientos distorsionados.
- Los niveles de habilidades sociales en los estudiantes de la carrera de Psicología en Línea revelaron que una cuarta parte presenta habilidades sociales bajas, sin embargo, gran parte de los estudiantes (50%), posee niveles medios de habilidades sociales, de cierta manera, este resultado indica que sí poseen habilidades sociales pero es importante seguir fortaleciendo esas destrezas y lleguen a un buen potencial.
- En lo que concierne a los niveles de depresión, alrededor de un tercio de la muestra presentó niveles moderados y graves; este resultado es alarmante, ya que podría llegar a afectar en el bienestar integral del alumno, no obstante el resto de la muestra refleja un estado emocional estable.
- Tras obtener el resultado entre la relación de habilidades sociales y las variables sociodemográficas se encontró que no existe una diferencia estadísticamente significativa con el sexo y la etnia, sin embargo, sí se logró identificar que existe una diferencia significativa con respecto a la edad, manifestando que las personas de edad avanzada poseen un buen manejo de habilidades sociales mismas que han sido trabajadas mediante la experiencia.
- En lo que refiere a la depresión, los resultados revelan que no existen diferencias significativas entre la depresión y las variables sociodemográficas: género, etnia y edad, lo que se deduce que en esta muestra la depresión está asociada por otros factores externos.
- Se encontró una correlación positiva y estadísticamente significativa entre habilidades sociales y depresión, esto indica que a mayor déficit de habilidades sociales mayor será la prevalencia de depresión, lo que resalta la necesidad de promover las habilidades sociales para mejorar las relaciones interpersonales y a su vez crear vínculos saludables, como estrategias para reducir de una u otra manera los niveles de depresión en los estudiantes.

RECOMENDACIONES

- Se recomienda realizar investigaciones futuras con una muestra más amplia, abarcando a gran parte de la comunidad universitaria, no solo estudiantes sino también a docentes, funcionarios y autoridades, con un estudio longitudinal con la finalidad de medir la evolución de variables a lo largo del tiempo.
- Se sugiere implementar programas que fomenten el desarrollo de habilidades sociales, a través de la escucha activa, la empatía, el apoyo mutuo, la comunicación efectiva y de esta manera poder consolidar un entorno positivo, donde cada individuo se sienta cómodo y adquiera herramientas para fortalecer su calidad de vida.
- Se establece que los resultados emitidos sean revisados por parte de las autoridades, coordinadores de la carrera y docentes para que de este modo se socialice a través de los medios de comunicación, charlas, talleres, conferencias o seminarios, con el objetivo de sensibilizar a la comunidad y a futuro se construya un ambiente académico enfocado a salvaguardar el bienestar de los estudiantes.
- Se sugiere elaborar una guía didáctica que englobe estrategias y técnicas para el manejo de habilidades sociales y depresión, esta guía deberá ser accesible a toda la comunidad universitaria, en la que puede ser socializada con el apoyo de los docentes, líderes estudiantiles y a su vez promocionar mediante las redes sociales o medios de comunicación UTN.

REFERENCIAS

- Akinci, E., Wieser, M. O., Vanscheidt, S., Diop, S., Flasbeck, V., Akinci, B., Stiller, C., Juckel, G., y Mavrogiorgou, P. (2022). Impairments of Social Interaction in Depressive Disorder. *Psychiatry Investigation*, 19(3), 178–189. <https://doi.org/10.30773/pi.2021.0289>
- Alonso, Y. (2013). *Psicología clínica y psicoterapias. Cómo orientarse en la jungla clínica*. Universidad de Alme.
- Ardila, R. (2012). Enfoques conceptuales de la psicología en Colombia. *Revista Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology-2012*, 46(1), 79–86. <https://www.redalyc.org/pdf/284/28424858008.pdf>
- Ardila Rojas, M., Herrera Alvarez, A. M., y Tello Vega, M. F. (2023). Estrategias de aprendizaje y habilidades sociales en estudiantes de educación primaria. *Dialogos Abiertos*, 2(1), 1–15. <https://doi.org/10.32654/dialogosabiertos.2-1.1>
- Arévalo, E., Castillo-Jimenez, D. A., Cepeda, I., López, J., y Pacheco, R. (2019). Ansiedad y depresión en estudiantes universitarios: relación con rendimiento académico. *Interdisciplinary Journal of Epidemiology and Public Health*, 2(1), 22. <https://doi.org/10.18041/2665-427X/ijeph.2.5342>
- Arntz, J., Trunce, S., Villarroel Gloria, Werner Karlis, y Muñoz Sonia. (2022). Relación de variables sociodemográficas con niveles de depresión, ansiedad y estrés en estudiantes universitarios. *Revista Chilena de Neuro-Psiquiatría*, 60(2), 156–166. <https://doi.org/https://dx.doi.org/10.4067/S0717-92272022000200156>
- Ávalos Bareiro, M. B., Nascimento Medeiros, G., Noldin Cáceres, C. A., y Patiño González, M. E. (2023). PREVALENCIA DE SÍNTOMAS DEPRESIVOS EN LOS ESTUDIANTES DE MEDICINA DE LA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA SAN SEBASTIÁN. *Arthritis Care and Research*, 63(11). <https://doi.org/10.1002/acr.20556>
- Bandura, A. (1971). *Social Learning Theory*. Nueva York: General Learning Corporation.
- Bantjes, J., Lochner, C., Saal, W., Roos, J., Taljaard, L., Page, D., Auerbach, R. P., Mortier, P., Bruffaerts, R., Kessler, R. C., y Stein, D. J. (2019). Prevalence and sociodemographic correlates of common mental disorders among first-year university students in post-apartheid South Africa: Implications for a public mental health approach to student wellness. *BMC Public Health*, 19(1), 922. <https://doi.org/10.1186/s12889-019-7218-y>
- Barradas, M. E. (2014). *Depresión En Estudiantes Universitarios: Una Realidad Indeseable*. <https://books.google.com.pe/books?id=SHWTAwAAQBAJ&lpg=PA4&hl=es&pg=PA6#v=onepage&q&f=false>

- Barrera, A., y Martín, Y. S. (2021). Prevalencia de Sintomatología de Salud Mental y Hábitos de Salud en una Muestra de Universitarios Chilenos. *Psykhē*, 30(1), 1–16.
<https://doi.org/10.7764/psykhe.2019.21813>
- Barrera-Herrera, A., Neira-Cofré, M., Raipán-Gómez, P., Riquelme-Lobos, P., y Escobar, B. (2019). Perceived social support and socio-demographic factors in relation to symptoms of anxiety, depression and stress in Chilean university students. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 24(2), 105–115.
<https://doi.org/10.5944/rppc.23676>
- Bautista, N. (2022). *Tres perspectivas en psicología social*. El Manual Moderno Colombia S.S.A. <https://n9.cl/4nwnas>
- Beck, A. T., Rush, J., Shaw, B. F., y Emery, G. (2010). *TERAPIA COGNITIVA DE LA DEPRESIÓN* (19.^a ed.). Bilbao: Desclee de Brouwer. <https://mentaltestlab.com/wp-content/uploads/2024/03/Terapia-cognitiva-de-la-depresion-19a.-ed.-1.pdf>
- Busch, F. (2024). Psychodynamic Approaches to Social Anxiety Disorder. *Springer Nature Switzerland*, 141–153. https://doi.org/https://doi.org/10.1007/978-3-031-56798-8_9
- Bustos, V., Mass, L., y Martínez, G. (2021). *Psicología clínica. Enfoques e investigación* (Edito Bonaventuriana). <https://www.researchgate.net/publication/358667704>
- Caballero-González, Y. A., y García-Valcárcel, A. (2020). Fortaleciendo el pensamiento computacional y habilidades sociales mediante actividades de aprendizaje con robótica educativa en niveles escolares iniciales. *Pixel-Bit, Revista de Medios y Educación*, 58, 117–142. <https://doi.org/10.12795/pixelbit.75059>
- Carrasco, A. E. (2017). MODELOS PSICOTERAPÉUTICOS PARA LA DEPRESIÓN: HACIA UN ENFOQUE INTEGRADO. *Revista Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology*, 51(2), 181.
<https://www.redalyc.org/pdf/284/28454546004.pdf>
- Cuesta, E. L., Picón, J. P., & Pineda, P. M. (2022). Tendencias actuales sobre la depresión, factores de riesgo y abuso de sustancias. *Journal of American Health*, 5(1).
<https://www.jah-journal.com/index.php/jah/article/view/114>
- Dessotte, C. A., Silva, F. S., Furuya, R. K., Ciol, M. A., Hoffman, J. M., y Dantas, R. A. (2015). Somatic and cognitive-affective depressive symptoms among patients with heart disease: Differences by sex and age. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 23(2), 208–215. <https://doi.org/10.1590/0104-1169.0287.2544>
- Dongil, E., y Cano, A. (2014). *HABILIDADES SOCIALES*. SEAS.
<https://www.lineaprevencion.com/uploads/lineaprevencion/contenidos/files/guia-habilidades-sociales.pdf>

- Espinoza, F. V., y Cárdenas, C. M. (2021). Estrés y depresión en el entorno académico-social durante el 2020 en estudiantes de odontología. *Revista Científica Odontológica*, 9(4), e080. <https://doi.org/10.21142/2523-2754-0904-2021-080>
- Estrada, B. D., Delgado, C., Landero, R., y González, M. T. (2015). Propiedades psicométricas del modelo bifactorial del BDI-II (versión española) en muestras mexicanas de población general y estudiantes universitarios. *Universitas Psychologica*, 14(1), 125–136. <https://doi.org/10.11144/JAVERIANA.UPSY14-1.PPMB>
- Garaventa, J., Edelstein, C., y Scherb, E. (2022). *ACTUALIDAD PSICOLOGICA-LA CLINICA HOY*. <https://www.researchgate.net/publication/362478222>
- García-Martínez, J. A., y González-Sanmamed, M. (2020). La comunicación y la interacción como aspectos clave de los entornos personales de aprendizaje: Perspectiva de estudiantes costarricenses de educación. *Revista Electronica Educare*, 24(3), 1–20. <https://doi.org/10.15359/REE.24-3.5>
- George, D., y Mallery, P. (2003). *SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference* (11.0 Update (4th ed.). Boston: Allyn & Bacon.
- Gil, S., y Llinàs, A. (2020). *Habilidades sociales*. Editorial Flamboyant.
- Gismero, E. (2002). *EHS: Escala de habilidades sociales: manual*. 2a ed. Tea.
- Gitterman, A., y Heller, N. R. (2011). Integrating Social Work Perspectives and Models with Concepts, Methods and Skills with Other Professions' Specialized Approaches. *Clinical Social Work Journal*, 39(2), 204–211. <https://doi.org/10.1007/s10615-011-0340-7>
- Gómez, G. (2022). Consideraciones sobre el objeto de estudio de la psicología social. *Revista Electrónica de Psicología de La FES Zaragoza-UNAM*, 12(24), 55–66. [https://www.zaragoza.unam.mx/wp-content/2022/Publicaciones/revistas/Rev_Elec_Psico/Vol12_No_24/REP12\(24\)-art6.pdf](https://www.zaragoza.unam.mx/wp-content/2022/Publicaciones/revistas/Rev_Elec_Psico/Vol12_No_24/REP12(24)-art6.pdf)
- González, F. J. (2024, March 18). *La depresión y su relación con el entorno social*. Psicología y Mente. <https://psicologiaymente.com/clinica/depresion-su-relacion-con-entorno-social>
- González, A., y Molero, M. del M. (2021). Las habilidades sociales y su relación con otras variables en la etapa de la adolescencia: una revisión sistemática. *Revista Iberoamericana de Psicología*, 15(1), 113–123. <https://doi.org/10.33881/2027-1786.rip.15111>
- Grasso-Imig, P. (2022). Validación de la Escala de Habilidades Sociales, de Gismero González, en adultos de Buenos Aires. *Revista ConCiencia EPG*, 7(2), 183–202. <https://doi.org/10.32654/concienciaepg.7-2.10>

- Gusqui Cayo, L. H., Amaguaña Huebla, Y. D., Aguagallo González, A. C., y Parra Proaño, T. L. (2022). La educación en tiempos de pandemia del COVID-19 y su incidencia en el desarrollo de habilidades sociales e inteligencia emocional. *ConcienciaDigital*, 5(3.1), 148–161. <https://doi.org/10.33262/concienciadigital.v5i3.1.2236>
- Gutiérrez, J. A., Montoya, L. P., Toro, B. E., Briñón, M. A., Rosas, E., y Salazar, L. E. (2010). Depresión en estudiantes universitarios y su asociación con el estrés académico. *CES Medicina*, 24(1), 7–17. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-87052010000100002&lng=en&tlng=es.
- Hawkins, R. (2021). *Mejora tus habilidades sociales*. Marco Tridello. <https://books.google.com.ec/books?id=WcJEEAAQBAJ&lpg=PP1&hl=es&pg=PT5#v=twopage&q&f=false>
- Hernández-Sampieri, Roberto., y Mendoza-Torres, C. Paulina. (2018). *Metodología de la investigación : las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw-Hill Education. http://www.biblioteca.cij.gob.mx/archivos/materiales_de_consulta/drogas_de_abuso/articulos/sampierilasrutas.pdf
- Hollander, E. (2000). *Principios y métodos de psicología social*. Amorrortu Editores España SL.
- Holst, I., Barrera, Y., Gómez, G., & Degante, A. (2017). Las habilidades sociales y sus diferencias en estudiantes universitarios. *Revista Especializada En Ciencias de La Salud*, 20(2), 22–29. <https://www.revistas.unam.mx/index.php/vertientes/article/view/67164>
- Instituto de Neuropsicología y Psicopedagogía Aplicadas. (2023, November 13). *Falta de habilidades sociales: El rol que cumple INPA SL*. INPA. <https://inpa.info/consecuencias-falta-habilidades-sociales>
- Kankaraš, M., De Fruyt, F., y Primi, R. (2022). *Editorial: Theory and empirical practice in research on social and emotional skills*. <https://doi.org/10.3389/feduc.2022.993878>
- López, A. (2021). Factores de incidencia en el padecimiento de depresión en la población mexicana. *Revista Mexicana de Investigación En Psicología*, 13(1), 61–74. <https://doi.org/https://doi.org/10.32870/rmip.v13i1.408>
- López, A. M. (2016). Psicoterapia Humanista-Transpersonal y Depresión: Un Estudio de Caso. *Journal of Transpersonal Research*, 8(2), 115–121. <https://transpersonaljournal.com/en/component/edocman/jtr-2016-8-2-alejandro-lopez.html>
- Losada, L. (2018). Reflexión y construcción del conocimiento en torno a las habilidades sociales y la competencia social. *RECIE. Revista Caribeña de Investigación Educativa*, 2(1), 7–22. <https://doi.org/10.32541/recie.2018.v2i1.pp7-22>

- Luna-Contreras, M., y Dávila-Cervantes, C. A. (2021). Efecto de la depresión y la autoestima en la ideación suicida de adolescentes estudiantes de secundaria y bachillerato en la Ciudad de México. *Papeles de Población*, 26(106), 75–103.
<https://doi.org/10.22185/24487147.2020.106.31>
- Martínez, M. F., García, M., y Maya, I. (2001). El efecto amortiguador del apoyo social sobre la depresión en un colectivo de inmigrantes. *Psicothema*, 13(4), 605–610.
<https://www.psicothema.com/pdf/486.pdf>
- Martínez-Martínez, C. A., Mejía-Suazo, C. J., y Landa-Blanco, M. (2021). Depresión y ansiedad en pacientes hospitalizados en el servicio de medicina interna del hospital escuela universitario de Honduras. *Revista de Psicología de La Salud*, 9(1).
<https://doi.org/10.21134/pssa.v9i1.703>
- Mejía-Lobo, M., González-Cortés, J. H., y Gómez-Tabares, A. S. (2023). Diferencias por edad y género en el uso de redes sociales y su relación con la depresión y el desempeño académico en estudiantes universitarios. *TecnoHumanismo*, 3(3), 13–33.
<https://doi.org/10.53673/th.v3i3.234>
- Mendoza, K., y Suck, E. A. (2018). *Depresión: Manual de intervención grupal en habilidades sociales*. El Manual Moderno.
- Morales, C. (2017). La depresión: Un reto para toda la sociedad del que debemos hablar Depression: A society's challenge we need to discuss. *Revista Cubana de Salud Pública*, 43(2). <http://scielo.sld.cu>
- Moreta-Herrera, R., Zambrano Estrella, J., Sanchez-Velez, H., y Naranjo-Vaca, S. (2021). Salud mental en universitarios del Ecuador: síntomas relevantes, diferencias por género y prevalencia de casos. *Pensamiento Psicológico*, 19, 1–12.
<https://doi.org/10.11144/javerianacali.ppsi19.smue>
- Moyolema-Ramírez, P., Freire-Ruiz, A., Mayorga-Mayorga, D., y Cosquillo-Chida, J. (2024a). Habilidades sociales como clave en el éxito académico. *593 Digital Publisher CEIT*, 9(1–1), 148–162. <https://doi.org/10.33386/593dp.2024.1-1.2268>
- Moyolema-Ramírez, P., Freire-Ruiz, A., Mayorga-Mayorga, D., y Cosquillo-Chida, J. (2024b). Habilidades sociales como clave en el éxito académico. *593 Digital Publisher CEIT*, 9(1–1), 148–162. <https://doi.org/10.33386/593dp.2024.1-1.2268>
- Mutekwe, E. (2018). Using a Vygotskian sociocultural approach to pedagogy: Insights from some teachers in South Africa. *Journal of Education*, 71.
<https://doi.org/10.17159/2520-9868/i71a04>
- Naranjo Arguello, A. J. (2019). “Habilidades Sociales y Depresión en los Estudiantes de la Unidad Educativa Leontiev Vigostky, Riobamba, Periodo Octubre 2018 –Marzo 2019”. [Tesis de Licenciatura] Universidad Nacional de Chimborazo.

<http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/5801/1/UNACH-FCEHT-TG-P.EDUC-2019-000044.pdf>

National Institute of Mental Health. (2022). *Depresión*. www.nimh.nih.gov/psicosis.

Navas, M. (2022). *Psicología Social: la importancia de los otros y de los grupos*. Universidad Almería. <https://n9.cl/1qckn>

Ordóñez Ávila, M. de los Á. (2019). *Depresión y habilidades sociales en adolescentes de bachillerato de la Unidad Educativa “Julio María Matovelle” de la ciudad de Quito, en el año 2018* [Trabajo de titulación, Universidad Tecnológica Indoamérica]. <https://repositorio.uti.edu.ec/bitstream/123456789/739/1/TESIS%20DE%20LA%20CARRERA%20DE%20CIENCIAS%20PSICOL%20GICAS%20DE%20CARRERA%20ALBUJA%20PA%20ESTEBAN.pdf>

Organización Mundial de la Salud. (2023). *Depresión*. OMS. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression>

Organización Panamericana de la Salud. (2023). *Depresión—OPS/OMS | Organización Panamericana de la Salud*. <https://www.paho.org/es/temas/depression>

Ortega, J. M., Díaz, E. M., y Cámara, Á. M. (2021). Futuros educadores, compromiso social y Aprendizaje-Servicio. *Publicaciones de La Facultad de Educación y Humanidades Del Campus de Melilla*, 51(1), 139–155. <https://doi.org/10.30827/PUBLICACIONES.V51I1.15746>

Pacheco, G., y Bautista, S. (2018). Los problemas sociales y el impacto en el desempeño académico: Estudio de caso de estudiantes en lengua inglesa. *Revista Boletín Redipe*, 7(12), 171–185. <https://revista.redipe.org/index.php/1/article/view/657>

Páez, M. L., y Peña, F. J. (2018). Depresión en universitarios. Diversas conceptualizaciones y necesidad de intervenir desde una perspectiva compleja. *Archivos de Medicina (Manizales)*, 18(2), 339–351. <https://doi.org/10.30554/arch>

Palate, K. A., y Eugenio, L. C. (2023). Dependencia emocional y depresión en estudiantes universitarios. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(2). <https://doi.org/10.56712/latam.v4i2.762>

Parales, C. J. (2020). *Psicología social: Un acercamiento histórico al estudio de las relaciones sociales*. Editorial GEDISA. <https://books.google.com.ec/books?id=KvXPDwAAQBAJ&lpg=PA2005&pg=PA2005#v=onepage&q&f=false>

Pazmiño, D. F. (2022). *Validación de la escala de habilidades sociales EHS en estudiantes universitarios* [Tesis de licenciatura, Universidad Técnica de Ambato, Facultad de Ciencias de la Salud, Carrera de Psicología Clínica]. <https://repositorio.uta.edu.ec/items/bd764971-b800-411a-86bd-cb748ac14b24>

- Pelaez, G. (2016). *Fundamentos de Psicología Clínica*. Fondo Editorial FCSH.
<https://books.google.com.ec/books?id=OtszDwAAQBAJ&lpg=PT6&hl=es&pg=PT71#v=onepage&q&f=false>
- Pérez-Padilla, E. A., Cervantes-Ramírez, V. M., Hijuelos-García, N. A., Pineda-Cortés, J. C., y Salgado-Burgos, H. (2017). Prevalencia, causas y tratamiento de la depresión Mayor. *Revista Biomédica*, 28(2), 73–98.
<https://doi.org/https://doi.org/10.32776/revbiomed.v28i2.557>
- Ponce, Á. del R., Flores, V. F., Vásquez, C. F. A., y Velastegui, D. C. (2022). Habilidades sociales en jóvenes universitarios y antecedentes familiares de enfermedades mentales. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(2), 2990–3006.
https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i2.2069
- Pons Diez, X. (2022). *El marco teórico de la psicología social*. Prensas de la Universidad de Zaragoza. <https://n9.cl/bb7ef>
- Posso-Yépez, M., León-Ron, V., Narváez-Olmedo, G., y Posso-Astudillo, M. (2022). Gender perspective and virtual learning conditions during pandemic. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación Del Profesorado*, 25(2), 27–41.
<https://doi.org/10.6018/reifop.511551>
- Quant-Quintero, D. M., y Trujillo-Lemus, S. (2014). *Revista Costarricense de Psicología*. *Revista Costarricense de Psicología*, 33(2), 123–136. <http://www.rcps-cr.org>
- Quispe, A. M., Ortega, O. J., y Navarro, B. (2023). Las habilidades sociales en la vida universitaria. *Horizontes. Revista de Investigación En Ciencias de La Educación*, 7(29), 1387–1398. <https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v7i29.599>
- Ramírez, I., y Velazco, D. (2021). Lo que dejó el covid-19 en la salud mental de los estudiantes. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 5(6), 13778–13796.
https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v5i6.1357
- Reynoso-Erazo, L., y Seligson, I. (2005). *Psicología clínica de la salud: un enfoque conductual*. El Manual Moderno.
https://www.academia.edu/1473046/Psicolog%C3%ADa_de_la_salud_un_enfoque_conductual
- Rodriguez-Macayo, E., Vidal-Espinoza, R., y Cossio-Bolaños, M. (2020). Desarrollo de las habilidades sociales de estudiantes que ingresan a la Universidad. *Papeles De Trabajo. Centro De Estudios Interdisciplinarios En Etnolingüística Y Antropología Socio-Cultural*, 37, 112–128. <https://doi.org/10.35305/v0i37.7>
- Romero, C., Saavedra, M., Arévalo, T., Molina, J., y Narea, V. (2022). Prevalencia de depresión y factores asociados, en estudiantes de Medicina, Cuenca - Ecuador, 2019. *South Florida Journal of Development*, 3(2), 1661–1670.
<https://doi.org/10.46932/sfjdv3n2-003>

- Rossi, J. L., Jiménez, J. P., Barros, P., Assar, R., Jaramillo, K., Herrera, L., Quevedo, Y., Botto, A., Leighton, C., y Martínez, F. (2019). Sintomatología depresiva y bienestar psicológico en estudiantes universitarios chilenos. *Revista Médica de Chile*, 147(5), 579–588. <https://dx.doi.org/10.4067/S0034-98872019000500579>
- Salas, P., Asún, R., y Zúñiga, C. (2020). Construction of a social skills questionnaire for the academic context (CHS-A). *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica*, 55(2), 89–105. <https://doi.org/10.21865/RIDEP55.2.07>
- Sánchez-Ceballos, L. A., Trujillo Galeano, Á., Ramírez Garzón, Y. P., Londoño Correa, W. Y., y Sánchez Barrientos, D. (2023). Relación entre los dominios de la inteligencia emocional con las habilidades sociales en estudiantes universitarios. *Pensando Psicología*, 18(2), 1–22. <https://doi.org/10.16925/2382-3984.2022.02.03>
- Sanz, J., Perdigón, A. L., y Vázquez, C. (2003). Adaptación española del Inventario para la Depresión de Beck-II (BDI-II): 2. Propiedades psicométricas en población general. *Clínica y Salud*, 14(3), 249–280. <https://www.redalyc.org/pdf/1806/180617972001.pdf>
- Serrano Barquín, C., Rojas García, A., y Ruggero, C. (2013). Depresión, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Revista Intercontinental De Psicología Y Educación*, 15(1), 46–60. <https://psicologiayeducacion.uic.mx/index.php/1/article/view/192>
- Tasé Martínez, M. J., Cajilema Ávila, A. P., y Garzón Zabala, A. E. (2023). Prevalencia y factores asociados a la depresión en jóvenes universitarios en Macas, Ecuador. *Revista Ecuatoriana de Psicología*, 6(16), 256–263. <https://doi.org/10.33996/repso.v6i16.103>
- Terol, M. C., Vazquez, C., y Aragon, M. (2022). *Introduccion a la psicologia social y los procesos psicosociales*. Universidad Miguel Hernández. <https://books.google.com.ec/books?id=5iqWEAAAQBAJ&lpg=PP1&pg=PP1#v=onepage&q&f=false>
- Tomé, M., Fernández, C., y Olmedo, E. M. (2020). Exploratory and confirmatory factor analysis of the social skills scale for young immigrants. *Sustainability (Switzerland)*, 12(17), 6897. <https://doi.org/10.3390/SU12176897>
- Torres de Barón, L. (2019). Habilidades sociales en los estudiantes universitarios del primer semestre. *Revista de Investigación Educativa*, 2019(2), 1–30. <https://portal.amelica.org/ameli/journal/88/88837010/88837010.pdf>
- UNICEF. (2021). *En mi mente estado mundial de la infancia 2021 Promover, proteger y cuidar la salud mental de la infancia*. Fondo de Las Naciones Unidas Para La Infancia (UNICEF). <https://www.unicef.org/es/media/108171/file/SOWC-2021-Resumen-Ejecutivo.pdf>

- Valenzuela-Chicaiza, C. V., Arciniegas-Paspuel, O. G., Carrera-Cuesta, P. Y., y Álvarez-Hernández, S. D. R. (2020). Neutrosophic Psychology for Emotional Intelligence Analysis in Students of the Autonomous University of Los Andes, Ecuador. *Neutrosophic Sets and Systems*, 34(1).
https://digitalrepository.unm.edu/nss_journal/vol34/iss1/1
- Van De Sande, M. C., Leonardus Kocken, P., Diekstra, R. F., Reis, R., Gravesteyn, C., y Fekkes, M. (2023). What are the most essential social-emotional skills?: Relationships between adolescents' social-emotional skills and psychosocial health variables: an explorative cross-sectional study of a sample of students in preparatory vocational secondary education. *Frontiers in Education*, 8.
<https://doi.org/10.3389/feduc.2023.1225103>
- Vargas-Granda, M. S. (2021). Factores que inciden en la depresión en estudiantes universitarios: una revisión sistemática. *Revista Conrado*, 17(82), 387–394.
<https://orcid.org/0000-0002-1243-9446>
- Vazquez, C., Hervas, G., Hernangomez, L., y Martín-Romero, N. (2010). Modelos de vulnerabilidad a la depresión. *Behavioral Psychology/Psicología Conductual*, 18(1), 139–165. <https://www.researchgate.net/publication/320676944>
- Vera, A. C. (2024). *Análisis comparativo de habilidades sociales en adolescentes de colegios fiscomisional y privado en Ambato* [Pontificia Universidad Católica del Ecuador].
<https://repositorio.puce.edu.ec/items/d3f5b019-0819-46b8-aced-fa5deb9cfe80>
- Vergel Hernández, J., y Barrera Robledo, M. E. (2021). Manejo del trastorno depresivo ¿Qué tratamiento elegir? *Revista Médica de Risaralda*, 27(1).
<https://doi.org/10.22517/25395203.24637>
- Villacís Pico, K. D., Mayorga Ases, L. A., Mayorga Ases, M. J., y Sánchez Manobanda, K. P. (2023). Habilidades sociales y la educación virtual de estudiantes universitarios. *ConcienciaDigital*, 6(1.4), 862–879.
<https://doi.org/10.33262/concienciadigital.v6i1.4.2037>
- Villalustre-Martínez, L., y Cueli, M. (2024). Tamaño e Intensidad de uso de las Redes Sociales Digitales: ¿Cómo se Relacionan con las Habilidades Personales y Sociales Percibidas por los Universitarios? *Revista Complutense de Educación*, 35(2), 227–237. <https://doi.org/10.5209/rced.83129>
- Vinaccia, S., y Ortega, A. (2020). Variables asociadas a la ansiedad-depresión en estudiantes universitarios. *Universitas Psychologica*, 19, 1–13.
<https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy19.vaad>
- Yang, M., Wei, W., Ren, L., Pu, Z., Zhang, Y., Li, Y., Li, X., y Wu, S. (2023). How loneliness linked to anxiety and depression: a network analysis based on Chinese university students. *BMC Public Health*, 23, 2499. <https://doi.org/10.1186/s12889-023-17435-4>

Zegarra, J., y Cayo, E. (2023). INTELIGENCIA EMOCIONAL Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN EL CONTEXTO DE LA PANDEMIA DEL COVID-19, EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE AREQUIPA – 2020. *Waynarroque - Revista de Ciencias Sociales Aplicadas*, 3(1), 57–65.
<https://doi.org/10.47190/rcsaw.v3i1.55>

ANEXOS

Anexo 1. Escala de Habilidades Sociales



Nombre y apellidos	Edad	Sexo
Centro	Fecha	

ANOTE SUS RESPUESTAS RODEANDO LA LETRA DE LA ALTERNATIVA QUE MEJOR SE AJUSTE A SU MODO DE SER O DE ACTUAR.
 COMPRUEBE QUE RODEA LA LETRA EN LA MISMA LÍNEA DE LA FRASE QUE HA LEÍDO.

- A** No me identifico en absoluto; la mayoría de las veces no me ocurre o no lo haría.
B Más bien no tiene que ver conmigo, aunque alguna vez me ocurra.
C Me describe aproximadamente, aunque no siempre actúe o me sienta así.
D Muy de acuerdo y me sentiría o actuaría así en la mayoría de los casos.

1	A veces evito hacer preguntas por miedo a parecer estúpido.	A B C D	1
2	Me cuesta telefonar a tiendas, oficinas, etc.	A B C D	2
3	Si al llegar a mi casa encuentro un defecto en algo que he comprado, voy a la tienda a devolverlo.	A B C D	3
4	Cuando en una tienda atienden antes a alguien que entró después que yo, me callo.	A B C D	4
5	Si un vendedor insiste en enseñarme un producto que no deseo en absoluto, paso un mal rato para decirle «No».	A B C D	5
6	A veces me resulta difícil pedir que me devuelvan algo que dejé prestado.	A B C D	6
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.	A B C D	7
8	A veces no sé qué decir a personas atractivas del sexo opuesto.	A B C D	8
9	Muchas veces cuando tengo que hacer un halago, no sé qué decir.	A B C D	9
10	Tiendo a guardar mis opiniones para mí mismo.	A B C D	10
11	A veces evito ciertas reuniones sociales por miedo a hacer o decir alguna tontería.	A B C D	11
12	Si estoy en el cine y alguien me molesta con su conversación, me da mucho apuro pedirle que se calle.	A B C D	12
13	Cuando algún amigo expresa una opinión con la que estoy muy en desacuerdo, prefiero callarme a manifestar abiertamente lo que yo pienso.	A B C D	13
14	Cuando tengo mucha prisa y me llama una amiga por teléfono, me cuesta mucho cortarla.	A B C D	14
15	Hay determinadas cosas que me disgusta prestar, pero si me las piden, no sé cómo negarme.	A B C D	15
16	Si salgo de una tienda y me doy cuenta de que me han dado mal la vuelta, regreso allí a pedir el cambio correcto.	A B C D	16
17	No me resulta fácil hacer un cumplido a alguien que me gusta.	A B C D	17
18	Si veo en una fiesta a una persona atractiva del sexo opuesto, tomo la iniciativa y me acerco a entablar conversación con ella.	A B C D	18
19	Me cuesta expresar mis sentimientos a los demás.	A B C D	19
20	Si tuviera que buscar trabajo, preferiría escribir cartas a tener que pasar por entrevistas personales.	A B C D	20
21	Soy incapaz de regatear o pedir descuento al comprar algo.	A B C D	21
22	Cuando un familiar cercano me molesta, prefiero ocultar mis sentimientos antes que expresar mi enfado.	A B C D	22
23	Nunca sé cómo «cortar» a un amigo que habla mucho.	A B C D	23
24	Cuando decido que no me apetece volver a salir con una persona, me cuesta mucho comunicarle mi decisión.	A B C D	24
25	Si un amigo al que he prestado cierta cantidad de dinero parece haberlo olvidado, se lo recuerdo.	A B C D	25
26	Me suele costar mucho pedir a un amigo que me haga un favor.	A B C D	26
27	Soy incapaz de pedir a alguien una cita.	A B C D	27
28	Me siento turbado o violento cuando alguien del sexo opuesto me dice que le gusta algo de mi físico.	A B C D	28
29	Me cuesta expresar mi opinión en grupos (en clase, en reuniones, etc.).	A B C D	29
30	Cuando alguien se me «cuela» en una fila, hago como si no me diera cuenta.	A B C D	30
31	Me cuesta mucho expresar agresividad o enfado hacia el otro sexo aunque tenga motivos justificados.	A B C D	31
32	Muchas veces prefiero ceder, callarme o «quitarme de en medio» para evitar problemas con otras personas.	A B C D	32
33	Hay veces que no sé negarme a salir con alguien que no me apetece pero que me llama varias veces.	A B C D	33

Autora: Elena Gismero González.
 Copyright © 2000 by TEA Ediciones, S.A. - Todos los derechos reservados - Prohibida la reproducción total o parcial.
 Edita: TEA Ediciones, S.A. (Madrid) - Ejemplar impreso en DOS TINTAS - Printed in Spain. Impreso en España.

COMPRUEBE QUE HA DADO UNA CONTESTACIÓN
 A CADA UNA DE LAS FRASES

Anexo 2. Inventario de Depresión de Beck (BDI-2)

Inventario de Depresión de Beck (BDI-2)

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

- 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

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

3. Fracaso

- 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

- 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. Sentimientos de Culpa

- 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. Sentimientos de Castigo

- 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.

- 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 gusta a mí mismo.

8. Autocrítica

- 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. Pensamientos o Deseos Suicidas

- 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

- 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

- 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

- 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

- 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

- 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

- 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

- 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

- 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

- 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

- 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.

Puntaje Total:

Anexo 3. Oficio de Aprobación



FACULTAD DE EDUCACIÓN, CIENCIA Y TECNOLOGÍA
FECYT

Ibarra, 21 de mayo de 2024

MSc.
Saud Yarad
COORDINADOR DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA EN LÍNEA

Presente

En el marco de las acciones investigativas que la carrera de Psicología está desarrollando como Trabajo de Integración Curricular, solicito comedidamente su autorización y colaboración para que la estudiante MORAN ANGELA DOMINIQUE, C.C.: 1050149796, del séptimo nivel de la carrera de Psicología, pueda aplicar una encuesta virtual, en el link <https://forms.office.com/r/pMy9jeHJmw>, a los estudiantes de todos los niveles de la carrera de PSICOLOGÍA EN LÍNEA, en aproximadamente 15 minutos, para el desarrollo de la investigación "HABILIDADES SOCIALES Y DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE LA FECYT", información personal que es anónima y confidencial. Cabe resaltarse que los resultados obtenidos de la encuesta serán entregados a usted como autoridad máxima de la carrera.

Por la atención favorable a la presente, anticipo mis sinceros agradecimientos.

Atentamente

Doctor
José Revelo
DECANO DE LA FECYT

