



Universidad Modular Abierta

Centro Regional de Sonsonate

Dirección de Investigación



Características ansioso depresivas y las competencias cognitivas

Jaquelinne Cristina Rivera Ochoa

Raúl Eduardo Trejo García

Investigación 2023

Universidad Modular Abierta

Centro Regional de Sonsonate

Dirección de Investigación



Características Ansioso/depresivas y su Relación con el Desarrollo de Competencias Cognitivas

152.46

R621c Jacquelinne Cristina Rivera Ochoa, 1978 --

slv Características ansioso depresivas y las competencias cognitivas /
Jacquelinne Cristina Rivera Ochoa, Raúl Eduardo Trejo García. -- 1ª ed. --
Sonsonate, El Salv. : Editorial UMA, 2024.
68 p. : il. ; 28 cm.

ISBN 978-99983-58-28-7 (impreso)

1. Ansiedad-Aspectos psicológicos. 2. Depresión
mental-Investigaciones. 3. Emociones-Investigaciones. I. Trejo
García, Raúl Eduardo, 1963-, coaut. II. Título.

BINA/jmh

ISBN: 978-99983-58-28-7

Doctora Judith Virginia Mendoza de Díaz
Rectora

Licdo. MARH. Edgar Armando Jiménez Yáñez
Vicerrector

Ing. MED. Elsa Doris Medrano Martínez
Directora Centro Regional de Sonsonate

Licdo. Naún Oseas Onofre Mendoza
Director de Investigación

Maestra Jacquelinne Cristina Rivera Ochoa
Maestro. Raúl Eduardo Trejo García
Investigadores

Dra. Lorena Beatriz Pérez Penud
Mtro. Ricardo Cayetano Martínez Martínez
Editores



Licda. Lidia de Pineda
Coordinadora de Diseño Gráfico
cpcreativapublicitaria@gmail.com

Licdo. José David Calderón Aragón
Diseño y Diagramación

@Copy Right
El Salvador
Primera Edición
50 ejemplares

Universidad Modular Abierta
Calle Salarrué N° 3-4
Barrio El Pilar, Sonsonate,
El Salvador, C. A.
Tels.: (503) 2486-1300
www.umasonsonate.edu.sv

CONTENIDO

INTRODUCCIÓN	iii
CAPÍTULO I	
1.0 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	7
1.1 SITUACIÓN PROBLEMÁTICA	8
1.2 ENUNCIADO	9
1.3 JUSTIFICACIÓN	9
1.4 DELIMITACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN	10
1.5 OBJETIVOS	10
CAPÍTULO II	
2.0 MARCO DE REFERENCIA	11
2.1 MARCO TEÓRICO	12
2.1.1 Trastorno ansioso depresivo	12
2.1.2 Criterios diagnósticos según el DSM-V	12
2.1.3 Competencias cognitivas	13
2.1.4 Inteligencia analítica	15
2.1.5 Inteligencia creativa	18
2.1.6 Inteligencia práctica	23
CAPÍTULO III	
3.0 METODOLOGÍA	29
3.1 ENFOQUE DE LA INVESTIGACIÓN	30
3.2 ALCANCE	30
3.2.1 Descriptivo	30

3.2.2 Correlacional	30
3.3 POBLACIÓN Y MUESTRA	30
3.4 TÉCNICA E INSTRUMENTO	31
3.5 MÉTODO DEDUCTIVO	31
3.6 RECOLECCIÓN DE DATOS	31
CAPÍTULO IV	
4.0 ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN	33
4.1 RESULTADOS DE HABILIDADES COGNITIVAS	34
4.2 IDENTIFICACIÓN DE CARACTERÍSTICAS ANSIOSO-DEPRESIVAS DE LOS SUJETOS EN ESTUDIO	52
CAPÍTULO V	
5.0 CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	59
5.1 CONCLUSIONES	60
5.2 RECOMENDACIONES	60
5.3 PROPUESTA	63
5.3.1 Introducción	63
5.3.2 Objetivo	63
5.3.3 Población Objetivo	63
5.3.4 Metodología	64
5.3.5 Programa de Prevención y Tratamiento del Trastorno Ansioso-Depresivos	64
REFERENCIAS	67

INTRODUCCIÓN

El presente estudio tuvo como objetivo analizar detalladamente la relación existente entre las características ansioso/depresivas y el desarrollo de competencias cognitivas en estudiantes universitarios de la Universidad Doctor Andrés Bello, así como también en aquellos pertenecientes a la Escuela Superior Franciscana Especializada/AGAPE y la Universidad Modular Abierta.

A través de este análisis exhaustivo, se pretende comprender de manera profunda cómo estos factores influyen en el desarrollo cognitivo de los estudiantes y, a su vez, se proponen estrategias de intervención que permitan mejorar tanto su bienestar emocional como su desempeño académico.

La importancia de este estudio radica en la necesidad de brindar apoyo y herramientas a los estudiantes universitarios para que puedan enfrentar de manera efectiva los desafíos que surgen durante su trayectoria académica, promoviendo así un ambiente propicio para su desarrollo integral.

Este análisis se llevó a cabo a través de una metodología rigurosa, que incluyó la recopilación de datos cuantitativos de una muestra aleatoria de estudiantes de las tres instituciones educativas. Además, se realizaron pruebas psicométricas para evaluar las características ansioso/depresivas de los participantes, así como también otras preguntas de rendimiento cognitivo para medir su desarrollo en competencias como la memoria, la atención y la resolución de problemas. Para garantizar la validez y la confiabilidad de los resultados, se siguieron los protocolos establecidos en la investigación científica, tales como el consentimiento informado de los participantes, el anonimato y la confidencialidad de los datos recopilados.

Asimismo, se llevó a cabo un análisis estadístico detallado de los datos obtenidos, utilizando técnicas como el análisis de correlación y la regresión múltiple, con el fin de identificar posibles relaciones entre las variables estudiadas. Una vez finalizado el estudio, se elaboraron las conclusiones y recomendaciones que contribuyen al conocimiento científico en el campo de la psicología educativa.

Estas podrán ser utilizadas para informar y mejorar las prácticas educativas en las tres instituciones, así como para orientar futuras investigaciones en el área.



CAPÍTULO I

1.0 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA



1.1 SITUACIÓN PROBLEMÁTICA

Las características ansiosas y depresivas son trastornos que afectan a una gran parte de la población estudiantil universitaria. Estos trastornos pueden tener un impacto significativo en el bienestar emocional, la salud mental y el rendimiento académico de los estudiantes. Además, estas características pueden influir en el desarrollo de competencias cognitivas en los estudiantes. Existen también investigaciones desde el punto de vista psicosocial acerca de las características ansioso/depresivas y su relación con el desarrollo de competencias cognitivas en estudiantes universitarios, las cuales se tomaron en cuenta en este estudio. A continuación, se presenta una descripción bibliográfica de algunos de los estudios relevantes en esta área.

El estudio realizado por Gómez-Ortiz et al. (2019) examina los factores asociados a estos trastornos. Se utilizó una muestra de 1,193 estudiantes universitarios y se encontró que el 44.9% presentaba síntomas de ansiedad y el 37.5% presentaba síntomas de depresión. Los autores concluyen que es importante abordar estos trastornos para prevenir su impacto en la salud mental y el rendimiento académico de los estudiantes.

En cambio, Rojo-Mota et al. (2020) estudiaron la relación entre la depresión y el rendimiento académico en estudiantes universitarios. Se utilizó una muestra de 242 estudiantes y se encontró que los estudiantes con síntomas depresivos tenían un peor rendimiento académico en comparación con los estudiantes que no presentaban estos síntomas. Los autores concluyen que es importante abordar la depresión en estudiantes universitarios para mejorar su rendimiento académico.

De acuerdo con el estudio realizado por Díaz-Gómez y Aguilera-Serrano (2021) se evaluó la relación entre la ansiedad y las competencias cognitivas en estudiantes universitarios. Se utilizó una muestra de 250 estudiantes y se encontró una correlación negativa entre la ansiedad y las competencias cognitivas, lo que sugiere que los estudiantes con síntomas de ansiedad tienen un menor desarrollo de competencias cognitivas. Los autores concluyen que es importante abordar la ansiedad en estudiantes universitarios para mejorar su desarrollo de competencias cognitivas.

Estos estudios sugieren que la ansiedad y la depresión pueden tener un impacto negativo en el rendimiento académico y el desarrollo de competencias cognitivas en estudiantes universitarios, por lo que es importante abordar estos trastornos para mejorar su bienestar emocional y el éxito académico de los educandos. Por lo tanto, es importante examinar la relación entre las características



ansiosas/depresivas y el desarrollo de competencias cognitivas en los estudiantes universitarios debido a que estas presentan características con alta probabilidad de enfrentar dificultades para concentrarse, procesar la información y tomar decisiones efectivas. Además, estos trastornos afectan negativamente el estado de ánimo y la motivación, lo que puede reducir su compromiso con el aprendizaje y la exploración de nuevos conocimientos.

1.2 ENUNCIADO

¿Cómo se relacionan las características ansioso/depresiva con el desarrollo de las competencias cognitivas?

1.3 JUSTIFICACIÓN

La investigación sobre las características ansioso/depresivas y su relación con el desarrollo de competencias cognitivas en estudiantes universitarios es importante debido a que puede tener implicaciones significativas en la salud mental y el bienestar de este grupo particular de personas. Varios estudios han encontrado que las características ansiosas/depresivas están asociadas con deficiencias en diversas competencias cognitivas, como la atención, la memoria y el procesamiento de información, lo cual no permite al estudiante avanzar en su carrera académica con el éxito esperado. También el estudio realizado por Mogg y Bradley (1998) encontró que los individuos con ansiedad social presentaban una mayor dificultad para identificar expresiones faciales de ira y disgusto, lo que sugiere una deficiencia en la atención emocional. Otro estudio realizado por Joormann y Gotlib (2010) encontró que los individuos con depresión presentaban una mayor dificultad para recordar información positiva y una mayor facilidad para recordar información negativa, lo que sugiere una deficiencia en la memoria emocional.

Sin embargo, vale la pena recalcar que también se ha encontrado que la ansiedad y la depresión pueden tener efectos positivos en algunas competencias cognitivas, como la capacidad de prestar atención a estímulos relevantes y la capacidad de procesar información de manera detallada y precisa. El estudio realizado por Gable y Harmon-Jones (2008) encontró que los individuos con ansiedad presentaban una mayor capacidad para detectar estímulos relevantes en un entorno de distracción, lo que sugiere una mayor capacidad de atención selectiva. Con lo anterior expuesto se puede argumentar que la ansiedad y la depresión pueden afectar significativamente el desarrollo de competencias cognitivas en estudiantes universitarios, si no son entendidas y tratadas adecuadamente.

Por lo tanto, es importante realizar este estudio en las universidades de Sonsonate que contribuya el abordaje de estos trastornos para ayudar a los estudiantes



a desarrollar competencias cognitivas efectivas y mejorar así su rendimiento académico. Además, los resultados permitirán implementar estrategias efectivas de intervención y crear un ambiente de aprendizaje seguro y acogedor que promueva el bienestar emocional y la motivación de los estudiantes que participen en dicho programa.

1.4 DELIMITACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

Geográfica:

Se llevará a cabo en el departamento de Sonsonate

Social:

Involucrará estudiantes de la Universidad Doctor Andrés Bello, la Escuela Superior Franciscana Especializada/AGAPE y la Universidad Modular Abierta.

Temporal:

Se realizará desde el mes de marzo hasta el mes de noviembre del año 2023

1.5 OBJETIVOS

Objetivo general:

Conocer las características ansioso/depresiva y su relación con el desarrollo de competencias cognitivas en estudiantes universitarios.

Objetivos específicos:

- Analizar la relación entre las características ansiosas/depresivas y el desarrollo de la inteligencia analítica en estudiantes universitarios.
- Verificar la incidencia de las características ansioso-depresivas en el desarrollo de la inteligencia creativa en estudiantes universitarios.
- Identificar la influencia de las características ansioso-depresivas en el desarrollo de la inteligencia práctica en estudiantes universitarios.
- Proponer un programa de prevención y tratamiento del trastorno ansioso-depresivos, para mejorar en estudiantes universitarios su bienestar emocional y su rendimiento académico a través del desarrollo de competencias cognitivas y socioemocionales.



CAPÍTULO II

2.0 MARCO DE REFERENCIA





2.1 MARCO TEÓRICO

2.1.1 Trastorno ansioso depresivo

Este tipo de trastorno se refiere a aquellos casos en donde las personas no pueden ser diagnosticadas con ansiedad o depresión ya que no cumplen con todos los síntomas (DSM-5) SI ES LA CITA A LA FUENTE DEBERÍA SER AUTOR + AÑO DE PUBLICACIÓN. Sin embargo, si muestran síntomas de ambas patologías de manera simultánea, Para ser diagnosticado con este tipo de trastorno, es necesario que los síntomas que presente la persona, tanto de ansiedad como de depresión, sean leves; además deben estar afectando de una a más áreas de su vida de forma directa.

El trastorno ansioso depresivo es una condición mental en la que una persona experimenta síntomas de ansiedad y depresión al mismo tiempo. Estos síntomas pueden incluir irritabilidad, tristeza, preocupación excesiva y dificultad para concentrarse. Además, es posible que la persona también experimente cambios en el apetito, alteraciones en el sueño y falta de energía. El impacto de este trastorno en la vida diaria puede ser significativo, ya que puede afectar las relaciones personales, el rendimiento académico y laboral, e incluso la salud física. La persona puede sentirse constantemente agotada y desmotivada, lo que dificulta la realización de las tareas cotidianas. También existen diferentes opciones de tratamiento disponibles para aquellos que sufren de trastorno ansioso depresivo. La terapia cognitivo-conductual es una de las opciones más comunes y efectivas.

2.1.2 Criterios diagnósticos según el DSM-V

Para que una persona pueda ser diagnosticada con un trastorno ansioso-depresivo, debe cumplir con algunos de los siguientes síntomas:

- Encontrarse bastante irritable y molesto la mayor parte del día
- Tener una preocupación constante e intensa aún sin tener motivos reales para estar preocupado
- Dificultad para concentrarse en cualquier tipo de actividad y para aprender alguna habilidad nueva
- Tener problemas de sueño
- Experimentar cansancio y fatiga
- Tener pensamientos obsesivos negativos casi todo el día
- Encontrarse sumamente sensible y con ganas de llorar
- Sentimientos de inutilidad y baja autoestima
- Preocupación excesiva por lo que va a ocurrir en el futuro y sentir la necesidad de protegerse.



Todos estos síntomas provocan en la persona que los padecen un elevado grado de insatisfacción e infelicidad en una o más áreas de su vida. Estos indicadores deben estarse presentando por lo menos un mes de forma constante. A continuación, la Tabla 1 presenta factores que podrían incidir en la existencia del trastorno ansioso depresivo.

Tabla 1
Factores que inciden en el aparecimiento del trastorno mixto ansioso depresivo

Factor	Incidencia
Factores biológicos	Existen algunos factores biológicos que pueden influir para que una persona pueda padecer de este tipo de trastorno como por ejemplo que exista un desequilibrio en la química del cerebro debido a la deficiencia de algunos neurotransmisores como la serotonina y/o la dopamina. Esto también puede ser hereditario y transmitirse de una generación a otra.
Factores ambientales	Entre estos factores se encuentra todo lo relacionado a la personalidad del individuo, hay ciertos rasgos o características de la personalidad que son más vulnerables a padecer este tipo de trastorno. Aquí también influye lo que son las propias creencias de la persona, sus pensamientos, ideas y la percepción en general que tiene de la vida.
Factores psicológicos	Entre los principales factores ambientales se encuentra el que se haya crecido dentro de una familia disfuncional, haber recibido un tipo de apego inseguro y el haber tenido a lo largo de la vida bastantes dificultades y problemas principalmente de tipo familiar y económico.

Nota. Tomado de Glover, M. (2018). Trastorno mixto ansioso depresivo: causas, síntomas y tratamiento. <https://www.psicologia-online.com/trastorno-mixto-ansioso-depresivo-causas-sintomas-y-tratamiento-3938.html>

Tomando en cuenta el tema de esta investigación, se busca establecer una relación entre las características ansioso/depresivas y el desarrollo de competencias cognitivas, para ello se describe a continuación los términos a utilizar para competencias cognitivas y las variables relacionadas al tema en cuestión.

2.1.3 Competencias cognitivas

Las competencias cognitivas son habilidades mentales que permiten procesar información, resolver problemas y tomar decisiones de manera eficiente y efectiva. Estas habilidades son fundamentales en la vida diaria, ya que ayudan a enfrentar los desafíos y situaciones que se presentan. Una de las competencias cognitivas más importantes es la memoria. La memoria permite almacenar y recuperar información, lo cual es esencial para el aprendizaje y la adquisición



de conocimientos. A través de la memoria, toda persona es capaz de recordar hechos, conceptos y experiencias pasadas, lo que permite construir entendimiento del mundo. Otra competencia cognitiva relevante es la atención. La atención permite enfocarse en una tarea específica y filtrar las distracciones. Es crucial para el procesamiento de la información, ya que ayuda a seleccionar y procesar la información relevante mientras se ignora la información irrelevante. Una buena atención permite ser más eficiente y productivo en las actividades diarias. Para esta investigación se utilizará la siguiente definición: Las competencias cognitivas son aquellas capacidades mentales que permiten adquirir, procesar, comprender y utilizar información. Estas son esenciales para el aprendizaje, la resolución de problemas, el pensamiento crítico y la toma de decisiones. Se incluyen en ellas el desarrollo de la inteligencia analítica, la inteligencia creativa y la inteligencia práctica, las cuales serán expuestas a través de la teoría de Sternberg (1985).

Las competencias cognitivas pueden clasificarse en categorías de habilidades mentales como la memoria, la atención, el razonamiento, la resolución de problemas y muchas otras más. Estas competencias son fundamentales para el aprendizaje y el desarrollo intelectual, ya que permiten procesar información, tomar decisiones y resolver situaciones complejas de manera eficiente. Además, cada una de estas competencias cognitivas tiene su propia importancia y contribución al funcionamiento global de la mente de cada persona (Ver la Tabla 2).

Tabla 2
Autores que han estudiado las competencias cognitivas

Autor	Aporte teórico
J. Piaget 1972	Propuso una teoría del desarrollo cognitivo en la que los niños pasan por una serie de etapas evolutivas. En cada etapa, los niños desarrollan nuevas habilidades cognitivas que les permiten comprender el mundo de una manera más compleja.
J. Bruner (año)	Creó un modelo de aprendizaje en el que el niño es un constructor activo de su propio conocimiento. El aprendizaje, según Bruner, se produce a través de tres modos de representación: la acción, la imagen y el símbolo.
D. Ausubel (año)	Presenta una teoría del aprendizaje significativo en la que el aprendizaje se produce cuando el nuevo conocimiento se relaciona con los conocimientos previos del alumno.

Las competencias cognitivas se pueden clasificar en dos grandes grupos: En el primero se puede mencionar como los Procesos Cognitivos Básicos, formados por aquellas habilidades que permiten procesar la información de forma



inmediata. Incluyen la atención, la percepción, la memoria y el lenguaje. En el segundo grupo como Procesos Cognitivos Complejos, estas son aquellas habilidades que permiten pensar de forma abstracta y razonar. Incluyen la resolución de problemas, el pensamiento crítico y la toma de decisiones. El desarrollo de estas habilidades permite a los niños y jóvenes alcanzar su máximo potencial académico y personal.

2.1.4 Inteligencia analítica

Para esta investigación se definirá como esa capacidad de identificar, analizar y resolver problemas, además implica el uso de habilidades de pensamiento crítico, razonamiento lógico y resolución de problemas. Los individuos con inteligencia analítica son capaces de identificar patrones y tendencias en los datos, de generar hipótesis y de probarlas. También son capaces de pensar de forma creativa y de encontrar soluciones innovadoras a los problemas. La Tabla 3 resume los aportes teóricos que autores expertos en la temática han realizado.

Tabla 3
Autores que han estudiado la inteligencia analítica

Autor	Aporte teórico
Edward Thorndike (1920)	Acuñó el término "inteligencia analítica" en 1920.
John Carroll (año)	Desarrolló una teoría de la inteligencia que incluía la inteligencia analítica como uno de sus componentes.
Robert Sternberg (1985)	Definió la inteligencia analítica como la capacidad de pensar de forma abstracta, de resolver problemas y de tomar decisiones.

Nota. Tomado de Sternberg, R. J. (1985). *Beyond IQ: A triarchic theory of human intelligence*. Cambridge University Press.

Si los padres, maestros y otros adultos que interactúan adecuadamente con los niños pueden ayudar a desarrollar su inteligencia analítica brindándoles oportunidades para:

- Aprender a pensar críticamente.
- Usar el razonamiento lógico.
- Resolver problemas.
- Pensar de forma creativa.
- Encontrar soluciones innovadoras a los problemas.



La inteligencia analítica es una habilidad esencial para el éxito en la vida, pues ayuda a aprender, a crecer y alcanzar objetivos.

2.1.4.1 El procesamiento de la información en los seres humanos

Los procesos cognitivos están intrínsecamente ligados al funcionamiento del cerebro humano y su capacidad para procesar información. Estos procesos abarcan una amplia gama de funciones mentales que incluyen la percepción, la atención, la memoria, el pensamiento y la resolución de problemas. La percepción es el proceso mediante el cual se interpreta y organiza la información sensorial que se recibe del entorno. A través de los sentidos, como la vista, el oído y el tacto, cada persona es capaz de percibir el mundo que le rodea y darle significado. La atención es la capacidad de concentrarse en una tarea o estímulo específico, mientras se ignoran otras distracciones. Es esencial para filtrar la información relevante y mantenerse enfocados en las metas y objetivos que se pretende alcanzar. La memoria es el proceso mediante el cual se almacena y se recupera información. Existen diferentes tipos de memoria, como la memoria a corto plazo, que nos permite retener información durante un breve período de tiempo, y la memoria a largo plazo, que nos permite recordar eventos pasados y conocimientos adquiridos.

Existe diversidad de ideas acerca de cómo definir la capacidad de procesar información, en este caso se optó por entenderla como la habilidad de adquirir, comprender y utilizar información. Se considera como una habilidad fundamental para el desarrollo cognitivo y el aprendizaje en el ser humano, que se vale de procesos cognitivos para su realización. La Tabla 4 presenta los procesos cognitivos que se relacionan con el procesamiento de la información.

Tabla 4
Procesos cognitivos relacionados al procesamiento de información

Proceso cognitivo	Gestión de la información
Percepción	Para captar información a través de los sentidos.
Memoria	Necesaria para almacenar y recuperar información.
Atención	Brinda la capacidad de centrarse en la información relevante.
Pensamiento	Analiza, sintetiza e interpreta la información.
Lógico-matemático	Resuelve problemas y razona de forma lógica.
Lenguaje	Comprende y usa el lenguaje, para expresar lo sucedido



La capacidad de procesar información es una habilidad fundamental para el desarrollo cognitivo y el aprendizaje (Ver la Tabla 5).

Tabla 5
Autores que han estudiado la capacidad de procesar información

Autor	Aporte teórico
Broadbent (1958)	Propuso un modelo de procesamiento de la información que describe tres etapas: la etapa de atención, la etapa de almacenamiento y la etapa de recuperación.
Baddeley (1986)	Desarrollo un modelo de memoria de trabajo que describe cuatro componentes: el bucle fonológico, el almacén episódico, la agenda viso espacial y el ejecutivo central.
Gardner(1983)	Crea la teoría de las inteligencias múltiples, que identifica ocho tipos de inteligencia, uno de los cuales es la inteligencia lógico-matemática.

2.1.4.2 Aplicaciones del razonamiento lógico

Desde la psicología, el razonamiento lógico es la capacidad de usar la lógica para llegar a conclusiones válidas (Ver la Tabla 6). Se trata de un proceso cognitivo complejo que implica la comprensión de los hechos y la aplicación de reglas lógicas para llegar a una conclusión.

Tabla 6
Autores que han contribuido al concepto de razonamiento lógico

Autor	Concepto de razonamiento lógico
John Stuart Mill (1843)	Filósofo y economista inglés que propuso una teoría del razonamiento inductivo. En su teoría, el razonamiento inductivo es un proceso de llegar a conclusiones generales a partir de observaciones específicas.
David Hume (1739)	Filósofo escocés que propuso una teoría del razonamiento deductivo. En su teoría, el razonamiento deductivo es un proceso de llegar a conclusiones particulares a partir de premisas generales.
Gottfried Wilhelm (1765)	Filósofo y matemático alemán que propuso una teoría del razonamiento combinatorio. En su teoría, el razonamiento combinatorio es un proceso de llegar a conclusiones a partir de la combinación de ideas.

Autor	Concepto de razonamiento lógico
Jean Piaget (1972)	Psicólogo suizo que propuso una teoría del desarrollo cognitivo. En su teoría, el razonamiento lógico es una habilidad que se desarrolla a lo largo de la infancia y la adolescencia.
Robert Sternberg (1985)	Psicólogo cognitivo que propuso una teoría triárquica de la inteligencia. En su teoría, el razonamiento lógico es una de las tres dimensiones de la inteligencia, junto con la inteligencia analítica y la inteligencia creativa

En general, los autores coinciden en que el razonamiento lógico es una habilidad compleja que requiere de una serie de habilidades cognitivas, como la comprensión, el razonamiento inductivo, el razonamiento deductivo y el razonamiento combinatorio. La Tabla 7 detalla sus características

Tabla 7
Características del razonamiento lógico

Característica	Definición
Objetividad	Debido a que se basa en la lógica, que es un sistema de reglas que se aplican de forma objetiva.
Validez	Su aplicación conduce a conclusiones que son verdaderas o probables.
Eficacia	Su utilización adecuada minimiza recursos para llegar a una conclusión.

2.1.5 Inteligencia creativa

La inteligencia creativa es una habilidad importante para el éxito en muchos ámbitos, como la ciencia, el arte, el diseño y la empresa. Las personas con inteligencia creativa son capaces de ver el mundo de nuevas maneras y de generar soluciones innovadoras a los problemas (Gardner, 1983) (Ver la Tabla 8).



Tabla 8
Autores más influyentes en el estudio de la inteligencia creativa

Característica	Definición
Robert Sternburg (1985)	Propuso una teoría triárquica de la inteligencia. En su teoría, la inteligencia creativa es una de las tres dimensiones de la inteligencia, junto con la inteligencia analítica y la inteligencia práctica.
Howard Gardner (1983)	Crea la teoría de las inteligencias múltiples. En su teoría, la inteligencia creativa es una de las ocho inteligencias humanas
Rolf Thorndike (1920)	Diseña la teoría de la inteligencia fluida y cristalizada. En su teoría, la inteligencia creativa se considera una forma de inteligencia fluida, que es la capacidad de resolver problemas nuevos y desconocidos.
Joy Guilford (año)	Elabora la teoría de la estructura de la inteligencia. En su teoría, la inteligencia creativa se considera una forma de pensamiento divergente, que es la capacidad de generar ideas nuevas y originales.

Los autores coinciden en que la inteligencia creativa es una habilidad compleja que requiere de una serie de habilidades cognitivas, que al ser desarrolladas adecuadamente permiten el funcionamiento esperado y en algunos casos sobresalientes de los estudiantes universitarios. Tomando en cuenta los autores anteriores se considera importante resumir algunas de las características claves de la inteligencia creativa (Ver la Tabla 9).

Tabla 9
Características claves de la inteligencia creativa

Característica	Definición
Fluidez	Es la capacidad de generar ideas nuevas y originales de forma rápida y espontánea.
Flexibilidad	Se refiere al pensar de forma creativa y original, y de ver el mundo desde diferentes perspectivas.
Originalidad	Es la generación con facilidad de ideas nuevas y únicas.
Abstracción	Relacionado a la capacidad de pensar de forma abstracta y de entender conceptos complejos.
Habilidades de resolución de problemas	Se hace una identificación y resolución de problemas de forma creativa.

Característica	Definición
Perseverancia	Se es capaz de seguir adelante con una idea, incluso cuando se encuentra con obstáculos.
Autoconfianza	Que surge cuando se está consciente de la propia capacidad de generar ideas creativas.

Según algunos autores, quienes la poseen desarrollan la capacidad de pensar rápidamente y encontrar soluciones creativas a los problemas que enfrentan. En otras palabras, hablar de inteligencia creativa hace referencia a la generación de novedades, conceptos y soluciones para los problemas. Algunos expertos creen que es una habilidad que se puede aprender y desarrollar, mientras que otros creen que es un rasgo innato. Sin embargo, la mayoría de los expertos coinciden en que la inteligencia creativa es una combinación de ambos, la genética y el ambiente.

2.1.5.1 Identificación rápida de problemas

De manera general la neurociencia conceptualiza a la identificación rápida de problemas como la capacidad de detectar y comprender rápidamente un problema. También la considera una habilidad cognitiva importante que está relacionada con la atención, la percepción y el razonamiento. Según la neurociencia, la identificación de problemas es un proceso que implica la activación de una serie de regiones cerebrales como se describe en la Tabla 10.

Tabla 10
Regiones cerebrales

Región	Función
La corteza prefrontal	Es una región del cerebro que se encarga de las funciones ejecutivas, como la atención, la planificación y la toma de decisiones.
La corteza parietal	Es una región del cerebro que se encarga de la percepción y la integración de la información sensorial.
La corteza temporal	Es una región del cerebro que se encarga del procesamiento del lenguaje y de la memoria.



La identificación rápida de problemas está relacionada con la activación de estas regiones cerebrales en respuesta a señales de alerta o indicios de problemas. Las Tablas 11 y 12 presentan algunos de los aportes más relevantes de la identificación rápida de problemas y las características asociadas a esta habilidad.

Tabla 11
Autores relacionados con la identificación rápida de problemas

Autor	Aporte teórico
Robert Sternburg (1985)	Plantea que la identificación rápida de problemas es una de las tres habilidades de la inteligencia práctica, junto con la generación de ideas y la evaluación de soluciones.
David Perkins (1988)	En su teoría incluye a la identificación rápida de problemas como una habilidad que se desarrolla a lo largo de la vida.
John Flavell (1976)	Considera que la identificación rápida de problemas es una habilidad que se desarrolla a partir de los 5 años de edad.

Tabla 12
Características de la identificación rápida de problemas

Característica	Definición
Velocidad	Capacidad para detectar y comprender un problema rápidamente.
Precisión	Esta habilidad permite detectar y comprender exactamente los problemas en cuestión.
Flexibilidad	Capacidad de adaptarse a diferentes situaciones y tipos de problemas.

2.1.5.2 Creación de soluciones

Para la neurociencia la creación de soluciones es la capacidad de generar ideas nuevas y creativas para resolver problemas. Se trata de una habilidad cognitiva compleja que requiere de una serie de habilidades, como el razonamiento lógico, el pensamiento divergente, la flexibilidad cognitiva y la imaginación.



Tabla 13
Regiones cerebrales incluidas en la creación de soluciones

Región	Función
La corteza prefrontal	Se encarga de las funciones ejecutivas, como la atención, la planificación y la toma de decisiones.
El lóbulo frontal	Permite la cognición, la emoción y el comportamiento.
El lóbulo parietal	Contribuye a la percepción y la integración de la información sensorial.
El lóbulo temporal	Realiza el procesamiento del lenguaje y de la memoria.

Tabla 14
Autores relacionados con el proceso de creación de soluciones

Región	Función
Robert Sternberg	La creación de soluciones es una de las tres habilidades de la inteligencia práctica, junto con la identificación rápida de problemas y la evaluación de soluciones.
David Perkins	En su teoría se plantea que la creación de soluciones es una habilidad que se desarrolla a lo largo de la vida.
John Flavell	Considera que la creación de soluciones es una habilidad que se desarrolla a partir de los 3 años de edad.

Tabla 15
Características de la creación de soluciones

Característica	Definición
Originalidad	Implica la generación de ideas nuevas y creativas.
Flexibilidad cognitiva	Capacidad de pensar en diferentes perspectivas y puntos de vista.
Pensamiento divergente	Generación de múltiples soluciones a un problema.
Imaginación	Es la capacidad de pensar de forma abstracta y crear nuevas ideas.



Además de las habilidades cognitivas mencionadas anteriormente, la creación de soluciones también requiere de una serie de habilidades no cognitivas, como la motivación, la perseverancia y la confianza en sí mismo. Las personas que son buenas en la creación de soluciones suelen ser personas motivadas, que están dispuestas a perseverar en la búsqueda de soluciones, y que tienen confianza en sí mismas.

2.1.6 Inteligencia práctica

La inteligencia práctica ha sido estudiada por una variedad de autores, algunos de los más influyentes en su estudio se muestran a continuación:

Tabla 16

Autores que han desarrollado el concepto de inteligencia práctica

Autor	Aporte teórico
David Perkins (1988)	Siendo psicólogo propuso la teoría de la inteligencia práctica, y la definió como la capacidad de aplicar el conocimiento y las habilidades a situaciones nuevas y desconocidas
John Flavell (1976)	Psicólogo y teórico cognitivo, propone que la inteligencia práctica es una habilidad que se desarrolla a lo largo de la infancia y la adolescencia.

Se deduce entonces que la inteligencia práctica es la capacidad de utilizar el conocimiento y las habilidades para resolver problemas y alcanzar objetivos en la vida cotidiana. Y se considera la base para actividades complejas que requieren de una serie de habilidades cognitivas, como el razonamiento, la resolución de problemas, el pensamiento crítico y la toma de decisiones.



Tabla 17
Características de la inteligencia práctica

Característica	Definición
Razonamiento	Es la capacidad de usar el conocimiento y las habilidades para resolver problemas.
Resolución de problemas	Identificar y resolver problemas de forma eficaz y con rapidez
Pensamiento crítico	Analizar con facilidad información y evaluar argumentos.
Toma de decisiones	Decide de manera informada y de forma segura.
Adaptabilidad	Se adapta con rapidez a nuevas situaciones y entornos.
Perseverancia	Sigue adelante con una tarea, incluso cuando se encuentra con obstáculos

Estas características son las que hacen considerar a la inteligencia práctica como algo necesario e importante para el éxito en muchos ámbitos, como la escuela, el trabajo y la vida cotidiana. Las personas con inteligencia práctica están más dispuestas a fortalecer su resiliencia lo que colabora al mantenimiento estable de su salud mental.

2.1.6.1 Capacidad de adaptación ambiental

Desde el enfoque de la ecología humana, la capacidad de adaptación ambiental es la forma en la cual, los seres humanos pueden adaptarse a los cambios en su entorno. Se trata de una habilidad importante para la supervivencia humana, ya que el entorno en el que se vive está constantemente cambiando. Los cambios en el entorno pueden ser causados por una variedad de factores, como el cambio climático, los desastres naturales o los desarrollos tecnológicos. La capacidad de adaptación ambiental permite responder a estos cambios de forma efectiva y minimizar su impacto en la vida (Bronfenbrenner, 1979).

La capacidad de adaptación ambiental se puede dividir en dos componentes principales:

- La capacidad de resiliencia que es el hecho de recuperarse sanamente de los cambios en el entorno.
- La capacidad de adaptabilidad permite el comportamiento más adecuado para adaptarnos a los cambios en el entorno.



La Tabla 18 resume los aportes teóricos de autores que han estudiado la capacidad de adaptabilidad.

Tabla 18
Autores relacionados a la capacidad de adaptabilidad

Autor	Aporte teórico
John W. Calhoun (1962)	Fue un ecólogo que estudió el comportamiento de los animales en condiciones de alta densidad. En sus experimentos, descubrió que los animales en condiciones de alta densidad se volvían más agresivos y menos adaptables a los cambios en su entorno.
John Bowlby (1969)	Fue un psicólogo que estudió el vínculo entre los niños y sus cuidadores. En su teoría del apego, Bowlby argumentó que los niños que desarrollan un apego seguro a sus cuidadores son más resilientes y adaptables a los cambios en su entorno.
Urie Bronfenbrenner (1979)	Fue un psicólogo que estudió el impacto del entorno en el desarrollo humano. En su teoría del sistema ecológico, Bronfenbrenner argumentó que los seres humanos se desarrollan dentro de un sistema de entornos, cada uno de los cuales influye en su desarrollo.

La capacidad de adaptación ambiental se puede desarrollar a lo largo de la vida. Hay una serie de factores que pueden contribuir al desarrollo de esta habilidad, como la educación, el entorno familiar y el entorno social. La capacidad de adaptación ambiental es una habilidad importante para la vida cotidiana, se utiliza para responder a una variedad de cambios, como se presenta en la Tabla 19.

Tabla 19
Adaptación ambiental

Cambio	Relación
Cambios en el clima	Como el aumento de las temperaturas o la frecuencia de las tormentas, pueden afectar de diversas maneras.
Desastres naturales	Los terremotos, los huracanes o las inundaciones, pueden causar daños significativos a propiedades y vidas.
Desarrollos tecnológicos	La automatización o la inteligencia artificial pueden cambiar la forma en que se trabaja, vive y la relación con los demás.



La capacidad de adaptación ambiental permite responder a estos cambios de forma efectiva, por ejemplo, aprendiendo nuevas habilidades o cambiando nuestros hábitos de consumo. En general, la capacidad de adaptación ambiental es una habilidad esencial para la supervivencia humana en un mundo en constante cambio.

2.1.6.2 Resiliencia

Desde la psicología se considera que la resiliencia es la capacidad de recuperarse de la adversidad, superar los desafíos y continuar con la vida. Se trata de una habilidad psicológica importante que permite afrontar los problemas y seguir adelante. La resiliencia se ha estudiado desde la psicología desde diferentes perspectivas (Ver la Tabla 20).

Otros autores han definido la resiliencia como una característica individual que está presente en algunas personas, pero no en otras (Ver la Tabla 21).

Tabla 20
Características de las personas resilientes

Característica	Definición
Una visión positiva de la vida	Creer en sus capacidades para superar los desafíos.
Una red de apoyo social	Brindan apoyo y ayuda en los momentos difíciles.
Habilidades de afrontamiento	Las personas resilientes suelen tener habilidades de afrontamiento que les ayudan a manejar el estrés y la ansiedad.

Tabla 21
Factores que ayudan a la resiliencia

Característica	Definición
La educación	Enseña a afrontar la adversidad y a desarrollar habilidades de afrontamiento.
La familia	Proporciona apoyo y amor, que son esenciales para la resiliencia.
Los amigos	Brindan apoyo social y compañía, que también son importantes para la resiliencia.



Algunos autores han definido la resiliencia como un proceso que implica:

- La capacidad de hacer frente a la adversidad pues implica la capacidad de afrontar los problemas y las dificultades de forma efectiva.
- Adaptación a los cambios
- Crecer a partir de la adversidad (Ver la Tabla 22).

Tabla 22

Autores que han estudiado la importancia de la resiliencia

Autor	Aporte teórico
Norman Garmezy (1991)	Fue un psicólogo que estudió la resiliencia en niños. En sus estudios, descubrió que los niños resilientes suelen tener una serie de características comunes, como una visión positiva de la vida, una red de apoyo social y habilidades de afrontamiento.
Michael Rutter (1987)	Fue un psicólogo que también estudió la resiliencia en niños. En sus estudios, descubrió que la resiliencia es un proceso que puede desarrollarse a lo largo de la vida, y que hay una serie de factores que pueden contribuir a su desarrollo, como la educación, la familia y los amigos.
Martin Seligman (2011)	Es un psicólogo que ha estudiado la psicología positiva. En sus estudios, ha destacado la importancia de las fortalezas y las virtudes para la resiliencia.

La resiliencia se utiliza para responder a una variedad de desafíos, como:

- Pérdidas y duelos: la resiliencia nos permite afrontar la pérdida de un ser querido, una ruptura de pareja o la pérdida de un trabajo.
- Cambios importantes: la resiliencia nos permite afrontar cambios importantes en nuestras vidas, como un cambio de trabajo, un cambio de residencia o la llegada de un hijo.
- Trastornos mentales y físicos: la resiliencia nos ayuda a afrontar trastornos mentales y físicos, como la ansiedad, la depresión o la enfermedad crónica.

Por lo tanto, la resiliencia en psicología se refiere a la capacidad de las personas para enfrentar y superar situaciones adversas, lo cual implica un proceso de adaptación que va más allá de la simple resistencia. Se trata de la habilidad de recuperarse emocionalmente y seguir adelante, incluso en las circunstancias más difíciles. La resiliencia no es algo innato, sino que se puede cultivar y

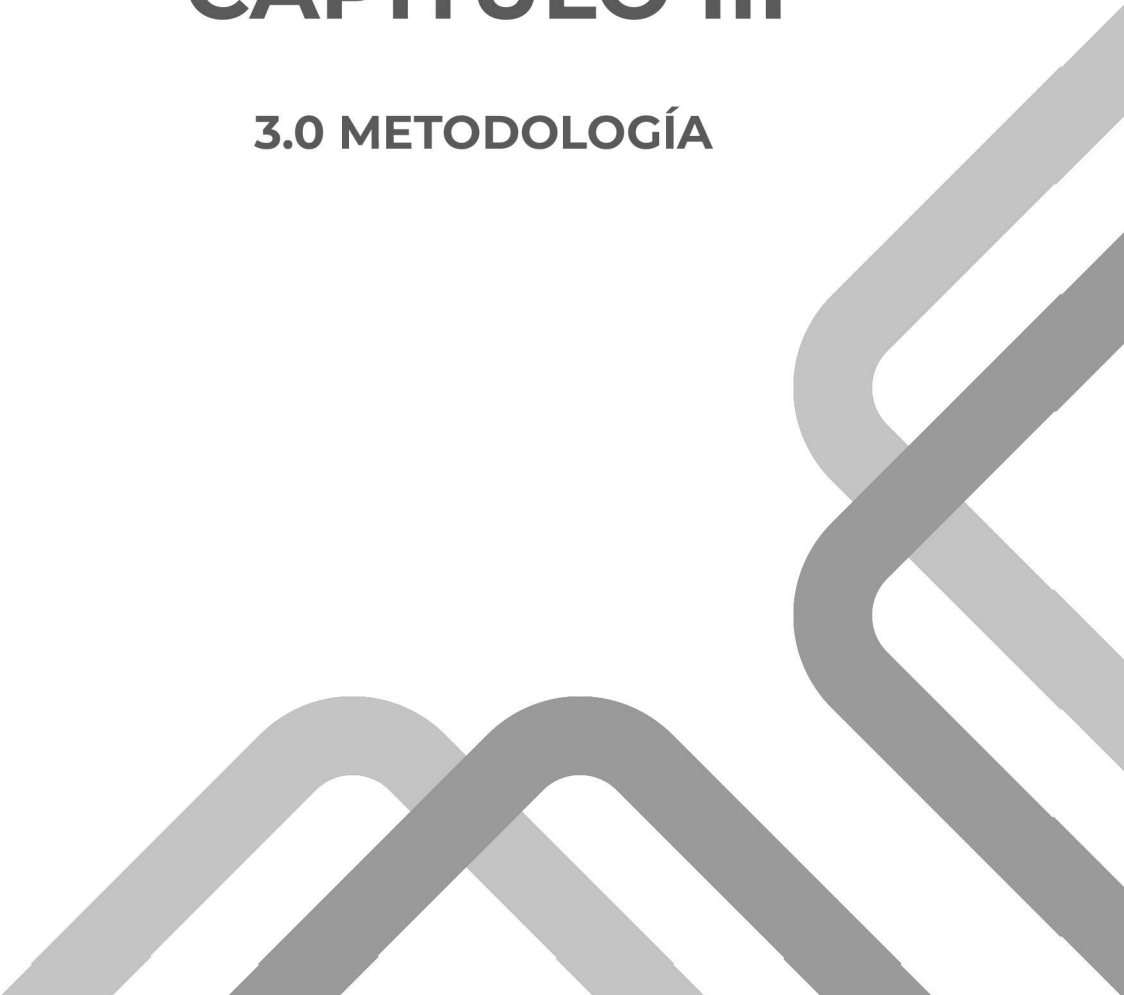


fortalecer a lo largo del tiempo. Para ello, es fundamental tener una fortaleza mental sólida, que permita afrontar los desafíos con una actitud positiva y optimista. Además, el apoyo social juega un papel crucial en el desarrollo de la resiliencia, ya que contar con personas que brinden apoyo emocional y ayuden a encontrar soluciones puede marcar la diferencia en la capacidad de recuperación de cada persona. Asimismo, es importante contar con estrategias de afrontamiento saludables, que nos permitan manejar el estrés y las emociones de manera efectiva.



CAPÍTULO III

3.0 METODOLOGÍA





3.1 ENFOQUE DE LA INVESTIGACIÓN

El enfoque, es el proceso sistemático que está directamente relacionado al método que la investigación posee, en el desarrollo del diseño metodológico aplicado en este estudio (Hernández Sampieri et al., 2014). La investigación, estuvo basada en un enfoque cuantitativo, en el cual se determinó la secuencia de las variables en estudio. Este enfoque sirvió para la medición en datos de análisis estadísticos y la función de este fue el de recolectar los datos, medirlos y analizarlos.

3.2 ALCANCE

3.2.1 Descriptivo

El estudio es de índole descriptivo. Según Cortez (2006) este tipo de estudio está dirigido a determinar cómo es la situación de las variables o estudios de la población sujeta a estudio; la presencia o ausencia de algo, la frecuencia con que ocurre el fenómeno, en quienes, donde y cuando se están presentando infiriendo en la situación y sus variables. Con la investigación se obtuvo información de las características ansioso/depresiva y su relación con el desarrollo de competencias cognitivas de estudiantes universitarios.

3.2.2 Correlacional

El estudio fue correlacional, ya que consistió en la relación de dos o más variables, en medir la variación de como una afecta a la otra. Las características ansioso/depresiva y su relación con el desarrollo de competencias cognitivas de estudiantes universitarios.

3.3 POBLACIÓN Y MUESTRA

Se tomaron como objeto de estudio a tres Instituciones de Educación Superior del departamento de Sonsonate la Universidad Doctor Andrés Bello, Escuela Superior Franciscana Especializada/AGAPE y la Universidad Modular Abierta. Se contó con una población de 152 estudiantes activos de dichas Instituciones. Se estableció el método aleatorio simple, para el objeto en estudio, se tomó de manera circunstancial y los sujetos obtuvieron las mismas oportunidades de participar en el levantamiento de la información. Se utilizó el muestreo por conveniencia donde la población en estudio fue elegida por la ventaja, accesibilidad y la proximidad, para la investigación.



3.4 TÉCNICA E INSTRUMENTO

Se utilizó la técnica de la encuesta para conocer puntualmente la problemática y así mismo las soluciones, para dar seguimiento a las opiniones de los encuestados. Se elaboró un instrumento, el cual se aplicó de un modo preferente en el desarrollo de la investigación, ya que fue un medio útil y eficaz para obtener la información en un tiempo relativamente breve, el cuestionario consto de 26 preguntas, dieciocho de ellas se utilizó como parámetro de respuestas la escala de Likert y en las siguientes ocho se realizaron de forma cerrada.

3.5 MÉTODO DEDUCTIVO

Esta investigación se desarrolló dentro del método deductivo, donde se hace referencia dentro del razonamiento de conceptos que parten de lo general a lo particular, fundamentando la información recolectada sobre las dos variables en estudio, que son las características ansioso/depresiva y su relación con el desarrollo de competencias cognitivas de estudiantes universitarios. Se examinaron los datos recopilados y se identificaron patrones y tendencias significativas. Los datos recolectados fueron analizados en matrices sencillas. Estos hallazgos proporcionaron una base sólida en el desarrollo del estudio.

3.6 RECOLECCIÓN DE DATOS

La información y datos necesarios se recolectaron por el investigador en el área de estudio. Se realizó con una base de datos a través de Excel 2016 y Word, se procesó la información obtenida en la encuesta por medio de la clasificación de cada pregunta con cada respuesta y así poder facilitar la representación de los datos en tabla y de forma gráfica.



CAPÍTULO IV

4.0 ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN



4.1 RESULTADOS DE HABILIDADES COGNITIVAS

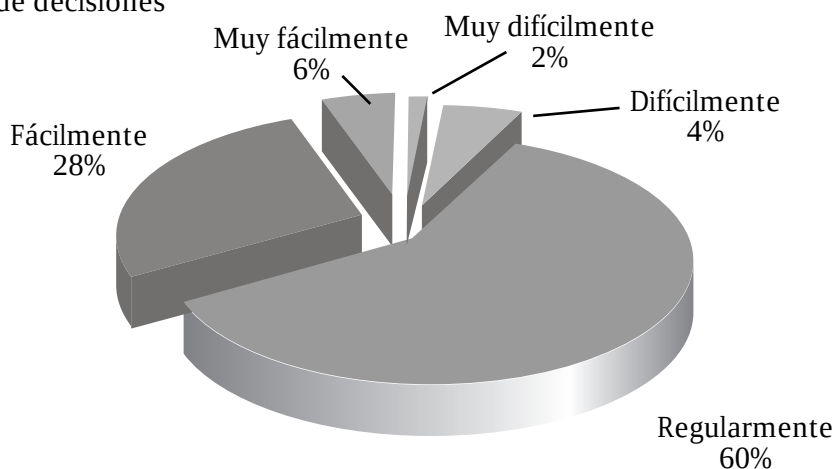
La Tabla 23 detalla los datos generales: Institución, género y edad de los encuestados en el presente estudio.

Tabla 23
Datos generales de los encuestados

Institución educativa a la que pertenece	f.	%	Edad	f.	%
UMA / Sonsonate	80	52.63	De 16 a 20 años	47	30.92
UNAB / Sonsonate	12	7.89	De 21 a 25 años	68	44.74
ESFE / AGAPE Sonsonate	60	39.47	De 26 a 30 años	18	11.84
TOTAL	152	100.00	De 31 a 35 años	9	5.92
			De 36 a más años	10	6.58
			TOTAL	152	100.00
Género	f.	%			
Masculino	56	36.84			
Femenino	96	63.16			
TOTAL	152	100.00			

La Figura 1 detalla las respuestas con relación a la manera cómo resuelven situaciones en las que tiene que analizar información muy compleja para tomar decisiones.

Figura 1
Manera de resolver situaciones de análisis de información muy compleja para toma de decisiones



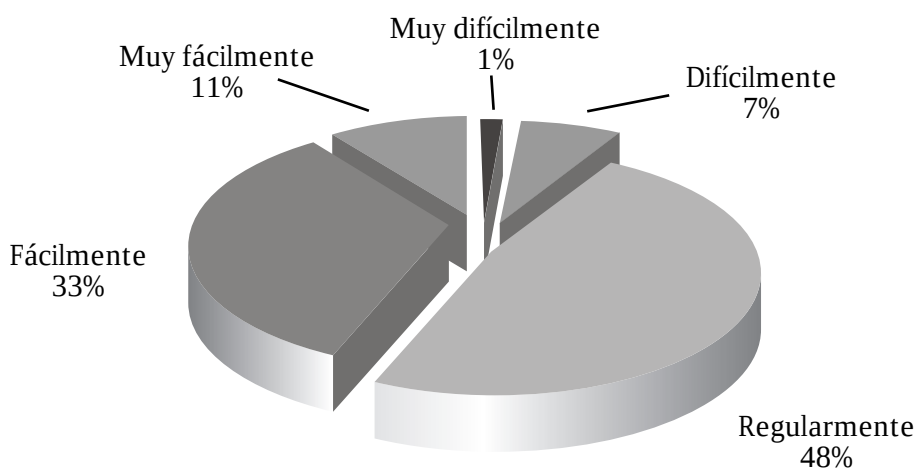


Los resultados de la encuesta muestran que la mayoría de las personas (59,81 %) resuelven situaciones en las que tienen que analizar información muy compleja para tomar decisiones de manera regular. Esto significa que tienen la capacidad de identificar y comprender la información relevante, así como de generar y evaluar diferentes alternativas de solución. Un porcentaje menor (27,63 %) resuelve estas situaciones de manera fácil. Esto debido a que tienen una gran facilidad para entender y analizar información compleja, y para tomar decisiones acertadas. Un porcentaje muy pequeño (1,97 %) resuelve estas situaciones con mucha dificultad. Esto se relaciona al hecho que les resulta muy complicado comprender y analizar información compleja, y que tienen dificultades para tomar decisiones acertadas.

A continuación, se cuestionaba sobre la capacidad para identificar patrones y relaciones entre diferentes conceptos (Ver Figura 2).

Figura 2

Capacidad para identificar patrones y relaciones entre diferentes conceptos



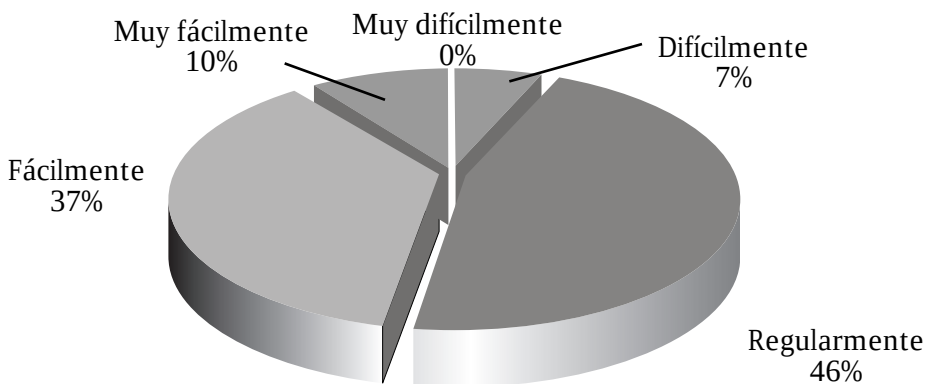
La mayoría de las personas (48,03 %) tienen la capacidad para identificar patrones y relaciones entre diferentes conceptos de manera regular. Esto significa que pueden encontrar conexiones entre conceptos aparentemente dispares, y pueden usar estas conexiones para comprender el mundo que les rodea. Un



porcentaje menor (32,89 %) tiene esta capacidad de manera fácil. Es decir que tienen una gran facilidad para encontrar patrones y relaciones entre conceptos, y que pueden usar estas conexiones para resolver problemas y tomar decisiones de manera efectiva. Un porcentaje pequeño (10,53 %) tiene esta capacidad con mucha facilidad. Puede considerarse que tienen un talento natural para encontrar patrones y relaciones entre conceptos, y que pueden usar estas conexiones para generar nuevas ideas y soluciones innovadoras.

La Figura 3 presenta los datos correspondientes a la pregunta sobre el uso habitual de estrategias para solucionar sus problemas de manera efectiva.

Figura 3
Uso de estrategias para solucionar problemas



La mayoría de las personas (46,05 %) utiliza habitualmente estrategias para solucionar sus problemas de manera efectiva. Esto significa que tienen la capacidad de identificar y aplicar las estrategias adecuadas para resolver los problemas que les surgen. Un porcentaje menor (36,84 %) utiliza estas estrategias de manera fácil. Es decir que son capaces de aplicar las estrategias de manera intuitiva y sin esfuerzo. Un porcentaje pequeño (10,53 %) utiliza estas estrategias de manera muy fácil. Lo cual se considera como sujetos capaces de aplicar las estrategias con una gran facilidad y rapidez. Un porcentaje muy pequeño (6,58

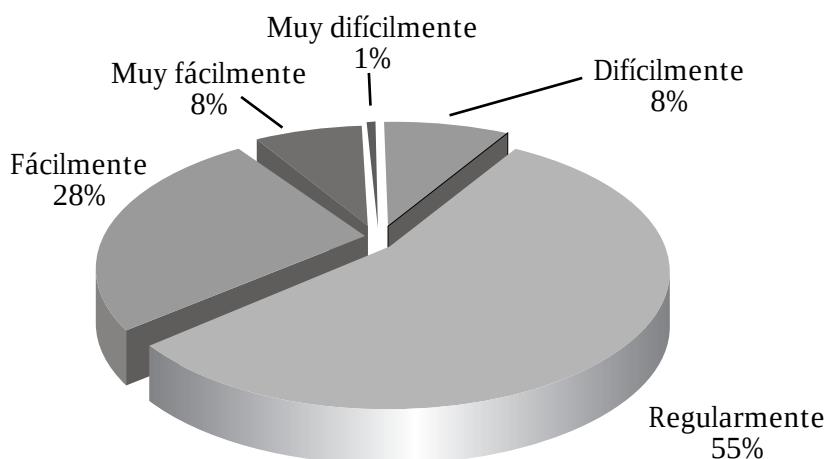


%) utiliza estas estrategias con dificultad. Esto significa que les resulta complicado aplicar las estrategias adecuadas para resolver los problemas que les surgen.

Al preguntar sobre la capacidad para enfrentar situaciones contradictorias y resolverlas efectivamente, se obtuvieron las respuestas de la Figura 4.

Figura 4

Capacidad para enfrentar situaciones contradictorias y resolverlas efectivamente

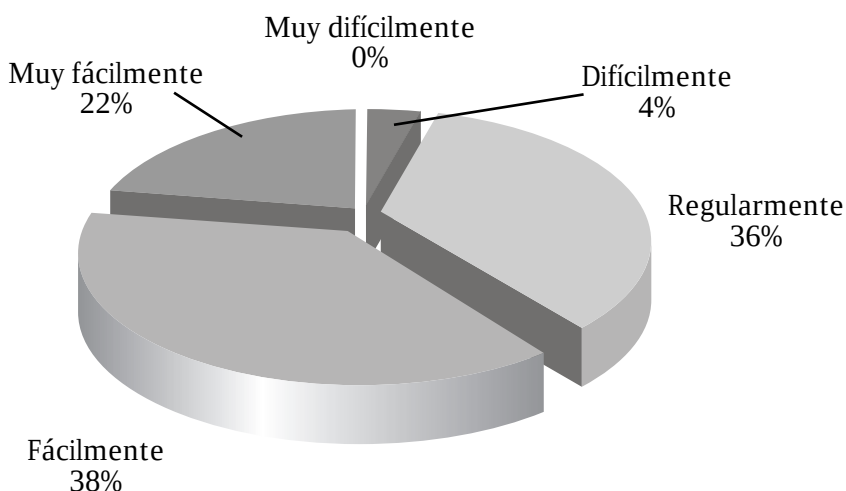


La mayoría de las personas (55,26 %) puede enfrentar situaciones contradictorias y resolverlas efectivamente de manera regular. Esto significa que tienen la capacidad de identificar y comprender las contradicciones, y de generar soluciones que las resuelvan. Un porcentaje menor (27,63 %) puede enfrentar estas situaciones de manera fácil. Se relaciona con la idea de que son capaces de resolver las contradicciones de manera intuitiva y sin esfuerzo. Un porcentaje pequeño (8,55 %) puede enfrentar estas situaciones de manera muy fácil. Esto significa que son capaces de resolver las contradicciones con una gran facilidad y rapidez. Un porcentaje muy pequeño (0,66 %) puede enfrentar estas situaciones con mucha dificultad. Esto significa que les resulta muy complicado resolver las contradicciones.



En la Figura 5 se detallan los datos con respecto al reconocimiento de cambios positivos en la capacidad de pensar y analizar diferentes situaciones personales.

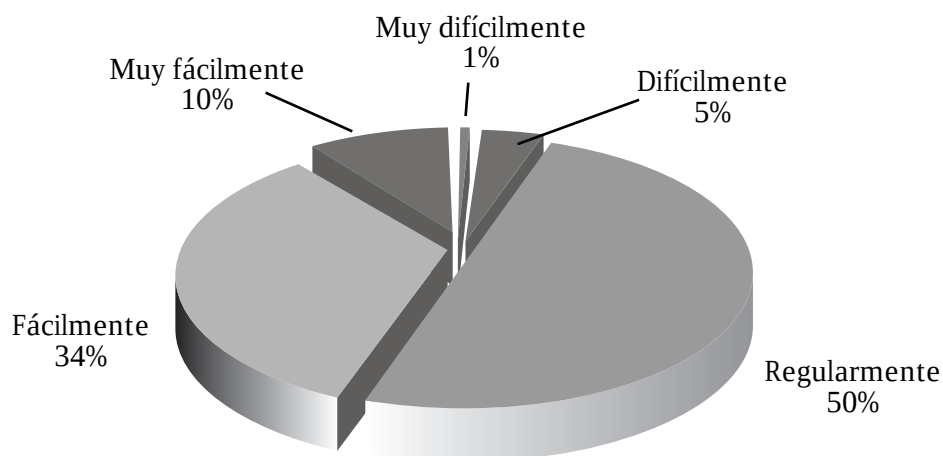
Figura 5
Reconocimiento de cambios positivos en la capacidad de pensar y analizar diferentes situaciones personales.



Los resultados de la encuesta muestran que la mayoría de las personas (38,16 %) ha notado cambios positivos en su capacidad de pensar y analizar diferentes situaciones personales de manera fácil. Esto significa que han experimentado mejoras en su capacidad para comprender y evaluar situaciones, y para tomar decisiones acertadas. Un porcentaje menor (35,53 %) ha notado cambios positivos de manera regular. Esto se debe a que han experimentado mejoras graduales en su capacidad de pensar y analizar situaciones. Un porcentaje pequeño (22,37 %) ha notado cambios positivos de manera muy fácil. Esto significa que han experimentado mejoras significativas en su capacidad de pensar y analizar situaciones. Un porcentaje muy pequeño (3,95 %) no ha notado cambios positivos en su capacidad de pensar y analizar situaciones.

La Figura 6 corresponde a los datos relacionados con la toma de decisiones personales y académicas basadas en la evaluación desde diferentes puntos de vista.

Figura 6
Toma de decisiones personales y académicas basadas en diferentes puntos de vista

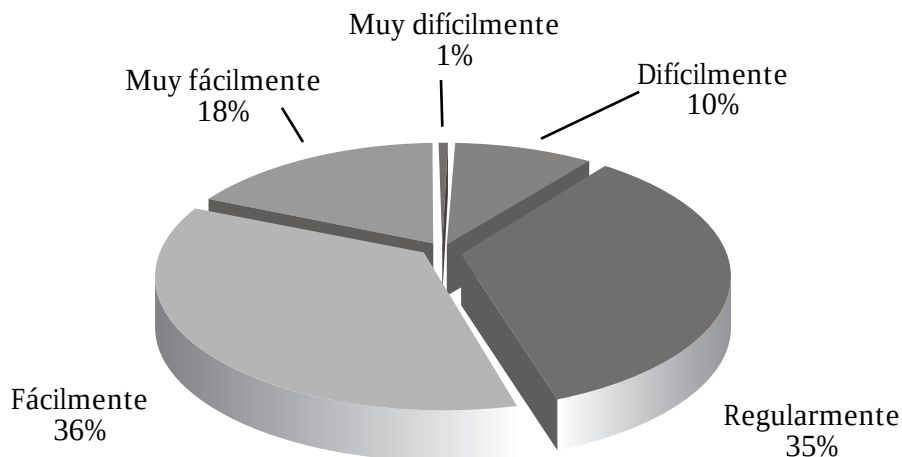


La mayoría de las personas (50 %) basa sus decisiones personales y académicas en la evaluación desde diferentes puntos de vista. Esto significa que tienen la capacidad de considerar diferentes perspectivas, y de evaluar la información de manera integral. Un porcentaje menor (34,21 %) basa sus decisiones de manera fácil. Esto se debe a que son capaces de considerar diferentes perspectivas de manera intuitiva y sin esfuerzo. Un porcentaje pequeño (10,53 %) basa sus decisiones de manera muy fácil, pues son capaces de considerar diferentes perspectivas con una gran facilidad y rapidez. Un porcentaje muy pequeño (4,61 %) basa sus decisiones de manera difícil. Esto significa que les resulta complicado considerar diferentes perspectivas.



En la Figura 7 se presentan los datos ante la cuestión de si la creatividad ayuda a resolver problemas.

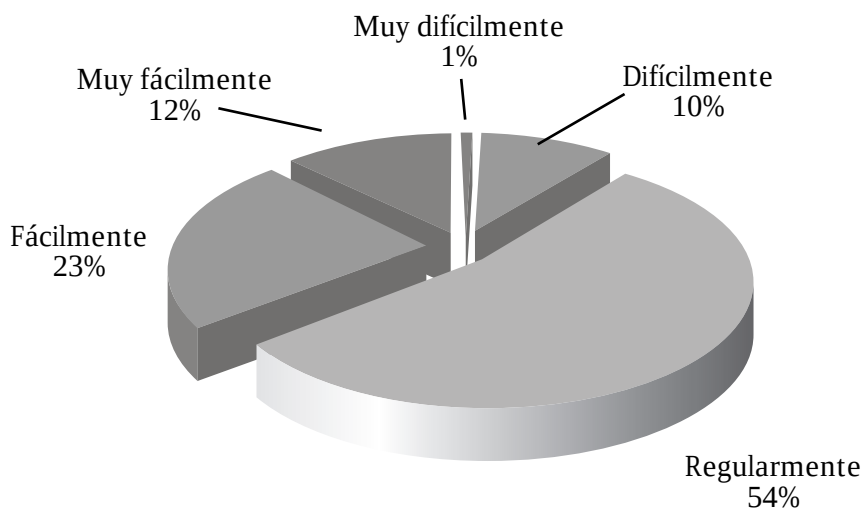
Figura 7
Consideración de si la creatividad ayuda a resolver problemas



Los resultados de la encuesta muestran que la mayoría de las personas (36,18 %) considera que su creatividad les ayuda a resolver problemas de manera fácil. Esto significa que son capaces de generar ideas nuevas y originales que les permiten encontrar soluciones innovadoras a los problemas que les surgen. Un porcentaje menor (34,87 %) considera que su creatividad les ayuda de manera regular. Esto significa que son capaces de generar ideas nuevas y originales de manera habitual, y que les ayudan a resolver problemas de manera eficaz. Un porcentaje pequeño (18,42 %) considera que su creatividad les ayuda de manera muy fácil. Es decir, son capaces de generar ideas nuevas y originales con una gran facilidad y rapidez, y que les ayudan a resolver problemas de manera sobresaliente. Un porcentaje muy pequeño (9,87 %) considera que su creatividad les ayuda de manera difícil. Esto significa que les resulta complicado generar ideas nuevas y originales que les ayuden a resolver problemas.

La Figura 8 detalla las respuestas de los encuestados sobre la aplicación de estrategias o ejercicios para desarrollar la inteligencia creativa.

Figura 8
Aplicación de estrategias o ejercicios para desarrollar la inteligencia creativa

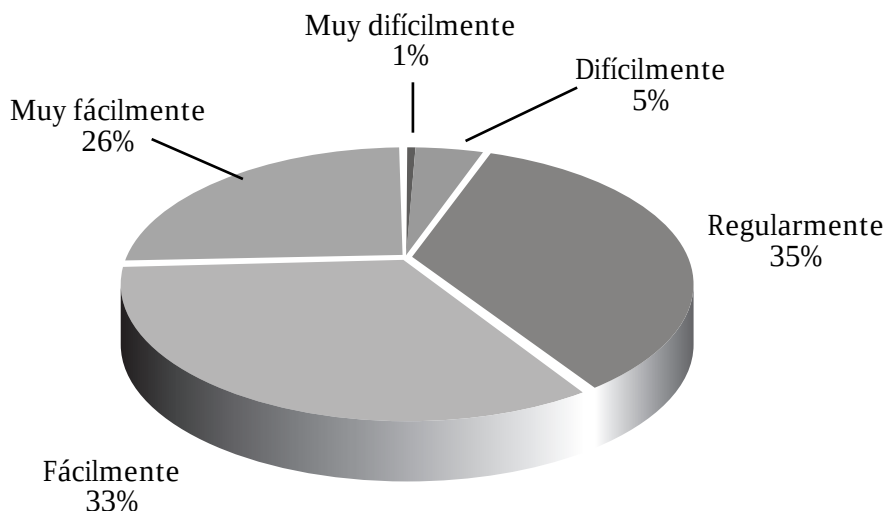


La mayoría de las personas (53,95 %) aplica estrategias o realiza ejercicios para desarrollar su inteligencia creativa de manera regular. Esto significa que están conscientes de la importancia de la creatividad, y que realizan acciones para mejorarla. Un porcentaje menor (23,03 %) aplica estas estrategias o ejercicios de manera fácil. Esto sugiere que son capaces de incorporar estas estrategias de manera intuitiva y sin esfuerzo. Un porcentaje pequeño (12,5 %) aplica estas estrategias o ejercicios de manera muy fácil. Esto significa que son capaces de incorporar estas estrategias con una gran facilidad y rapidez. Un porcentaje muy pequeño (9,87 %) aplica estas estrategias o ejercicios con dificultad. Esto significa que les resulta complicado incorporar estas estrategias.



A continuación, se indagó sobre la preferencia de los encuestados por conocer nuevos puntos de vista, aunque sean poco convencionales.

Figura 9
Preferencias por conocer nuevos puntos de vista, aunque sean poco convencionales



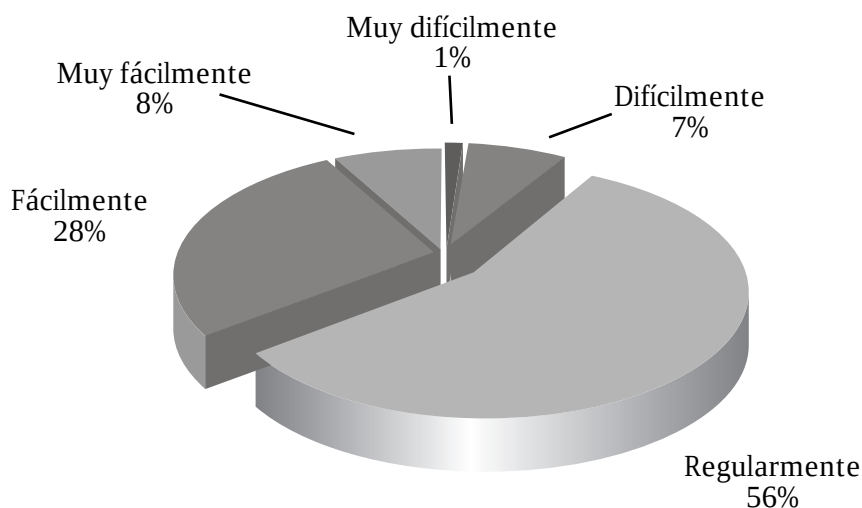
La mayoría de las personas (63.74 %) le gusta conocer nuevos puntos de vista, aunque sean poco convencionales. Esto significa que son abiertas a nuevas ideas y perspectivas, y que están dispuestas a desafiar sus propias creencias. Un porcentaje menor (36.26 %) le gusta conocer nuevos puntos de vista, pero solo si son convencionales. Esto puede deberse a que prefieren familiarizarse con ideas que ya conocen, o que tienen dificultades para comprender ideas que son muy diferentes a las suyas.



La siguiente pregunta indagaba sobre la facilidad para pensar en soluciones innovadoras a situaciones que se presenten de improviso (Ver Figura 10).

Figura 10

Facilidad para pensar en soluciones innovadoras a situaciones imprevistas

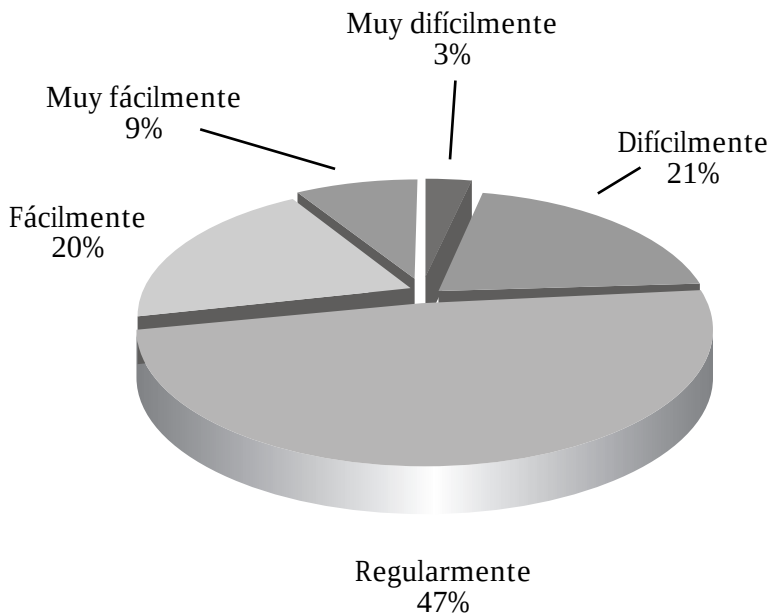


Se encontró que la mayoría de las personas (72.45 %) se le facilita el pensar en soluciones innovadoras a situaciones que se le presentan de improviso. Esto significa que son capaces de pensar de manera creativa y flexible, y de generar ideas nuevas y originales de manera rápida y eficaz. Un porcentaje menor (27.55 %) se le facilita el pensar en soluciones innovadoras a situaciones que se le presentan de improviso, pero con cierta dificultad. Esto puede deberse a que necesitan más tiempo para pensar, o que tienen dificultades para generar ideas nuevas y originales.



También se cuestionó si se habían experimentado momentos de “bloqueo creativo” en los que resulta difícil generar ideas innovadoras (Ver Figura 11).

Figura 11
Experiencias de “bloqueo creativo”

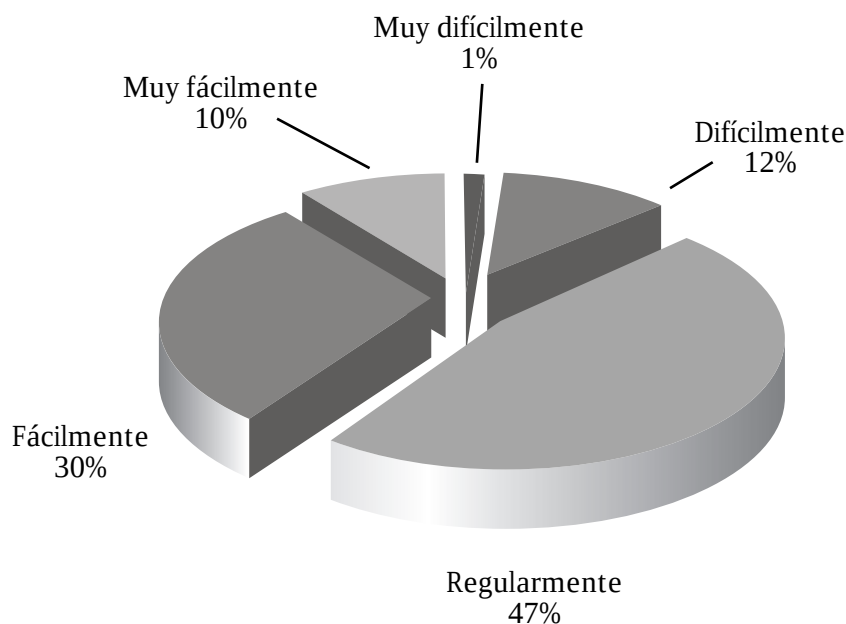


Los resultados de la encuesta muestran que la mayoría de las personas (67.76 %) han experimentado momentos de “bloqueo creativo” en los que les resulta difícil generar ideas innovadoras. Esto significa que es una experiencia común que puede afectar a personas de todas las edades, niveles de educación y profesiones. Un porcentaje menor (32.24 %) no ha experimentado momentos de “bloqueo creativo”. Esto puede deberse a que tienen una gran capacidad creativa, o que son capaces de superar este tipo de bloqueos de manera eficaz.

La Figura 12 se detallan los datos ante la pregunta relacionada con la actuación rápida y creativa ante nuevos retos o desafíos.

Figura 12

Actuación rápida y creativa ante nuevos retos o desafíos

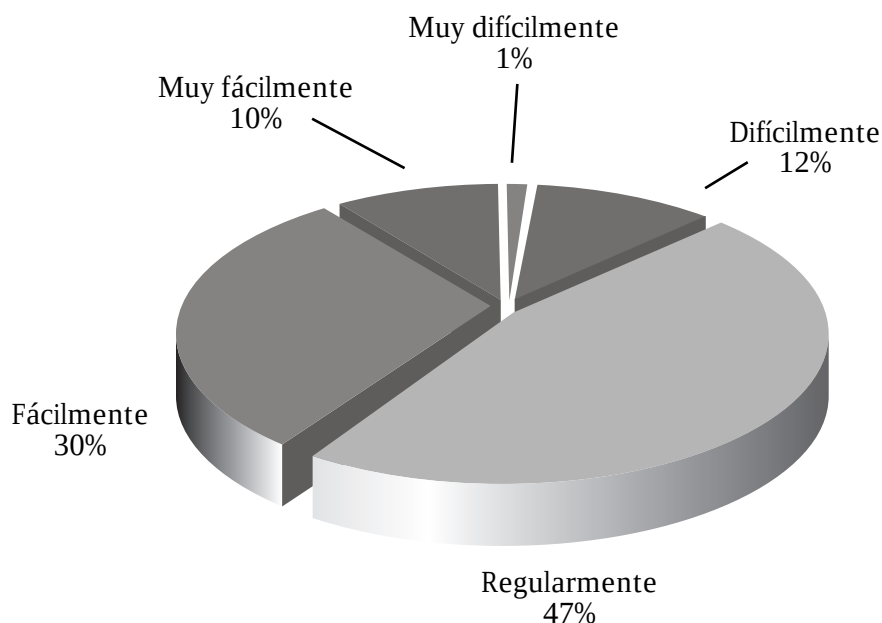


Los resultados de la encuesta muestran que la mayoría de las personas (70.84 %) actúa con rapidez y creatividad ante nuevos retos o desafíos. Esto significa que son capaces de adaptarse a situaciones nuevas de manera eficaz, y de generar ideas nuevas y originales para superarlas. Un porcentaje menor (29.16 %) actúa con rapidez y creatividad ante nuevos retos o desafíos, pero con cierta dificultad. Esto puede deberse a que necesitan más tiempo para pensar, o que tienen dificultades para generar ideas nuevas y originales.



Además, se cuestionó sobre la capacidad para trasladar con rapidez los conocimientos tanto personales como laborales a situaciones concretas (Ver Figura 13).

Figura 13
Traslado eficiente de conocimientos personales y laborales a situaciones concretas



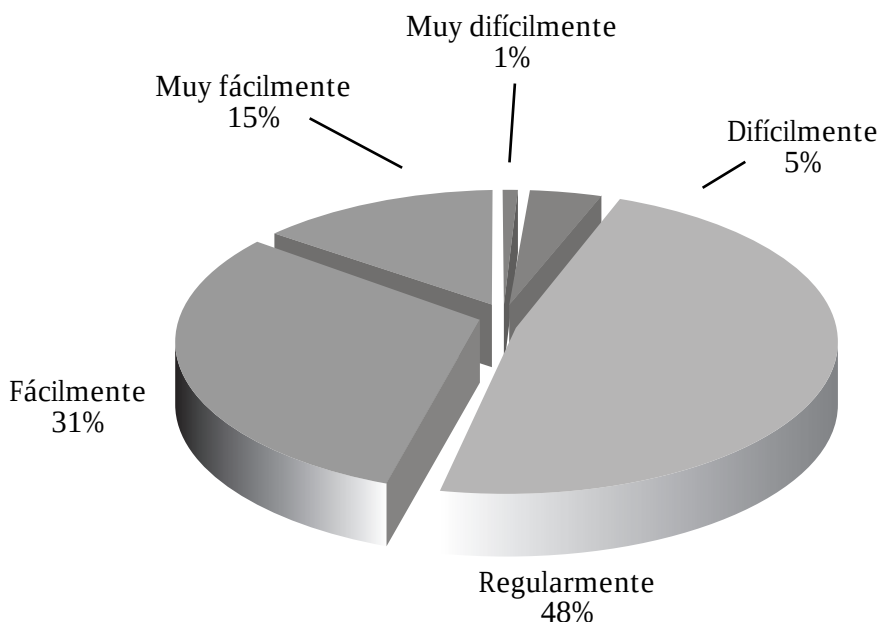
Muy difícilmente el 1% de las personas traslada con rapidez sus conocimientos personales y laborales a situaciones concretas. Difícilmente lo hace el 12%, regularmente el 47%, fácilmente el 30% y muy fácilmente el 10%. Esta habilidad de aplicar conocimientos de manera efectiva es fundamental para el éxito tanto personal como profesional. Es un desafío para la mayoría de las personas poder transferir sus conocimientos personales y laborales de manera rápida y efectiva a situaciones concretas. Según las estadísticas, solo el 1% de las personas logra hacerlo con facilidad, mientras que el 12% lo hace de manera difícil. Además, el 47% lo logra regularmente, el 30% lo hace fácilmente y el 10% lo hace muy fácilmente. Esta habilidad de aplicar conocimientos de manera efectiva es crucial para alcanzar el éxito tanto en el ámbito personal como profesional.



También se consultó a los encuestados sobre la facilidad para tomar decisiones efectivas en situaciones de la vida cotidiana. La Figura 14 presenta estos datos.

Figura 14

Toma de decisiones efectivas en situaciones de la vida cotidiana

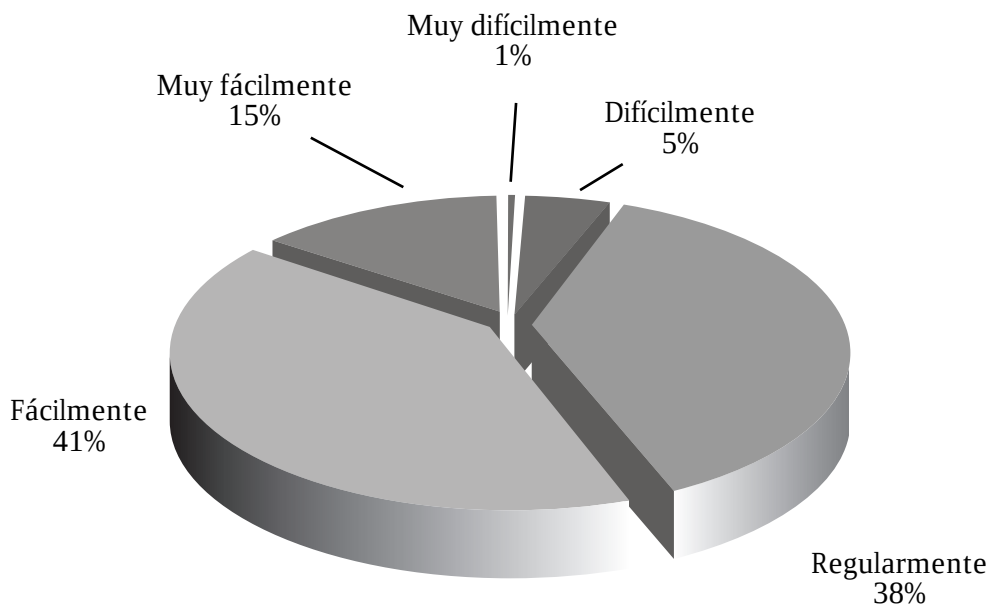


En situaciones de la vida cotidiana, la toma de decisiones efectivas puede ser un desafío. Según la encuesta, solo el 1% lo hace muy difícilmente, el 5% lo hace difícilmente, el 48% lo hace regularmente, el 31% lo hace fácilmente y el 15% lo hace muy fácilmente. La mayoría tiene dificultades, pero hay un porcentaje significativo que encuentra que tomar decisiones es más fácil. Esto significa que son capaces de identificar los factores relevantes de una situación, evaluar las diferentes opciones disponibles, y tomar una decisión que sea la mejor para sus intereses.



En la Figura 15 se detallan los datos sobre si ha aumentado la capacidad para analizar y solucionar problemas prácticos.

Figura 15
Aumento en la capacidad para analizar y solucionar problemas prácticos



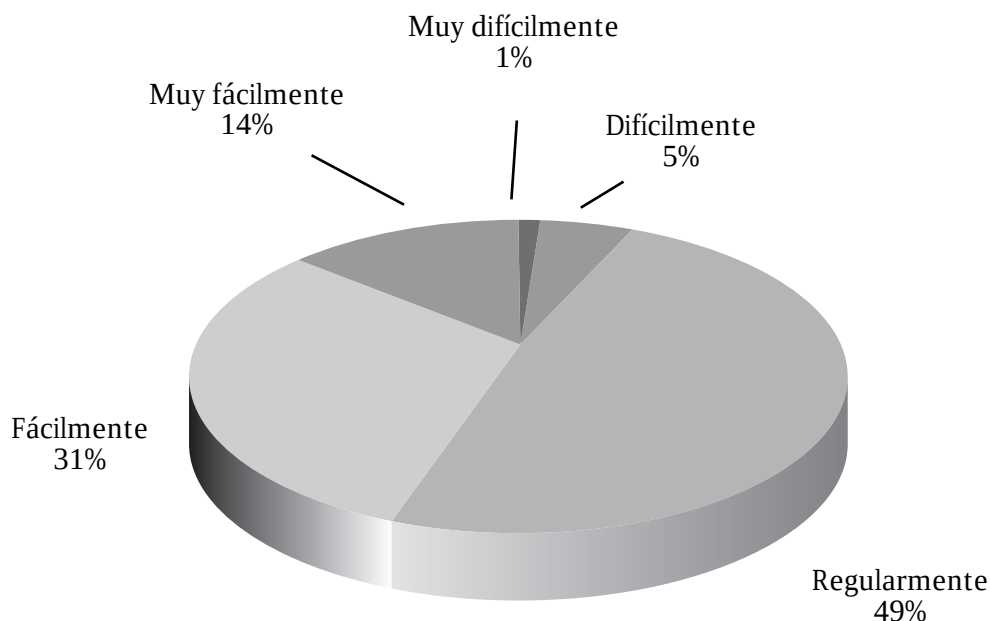
Los resultados de la encuesta muestran que la mayoría de las personas (84.08 %) considera que su capacidad para analizar y solucionar problemas prácticos ha aumentado. Esto significa que son capaces de identificar los factores relevantes de un problema, evaluar las diferentes opciones disponibles, y encontrar una solución que sea eficaz. Un porcentaje menor (5.82 %) considera que su capacidad para analizar y solucionar problemas prácticos no ha aumentado. Esto puede deberse a que no han tenido la oportunidad de desarrollar estas habilidades, o que no han recibido la formación adecuada.



Además, se indagó sobre la dedicación de tiempo para adquirir nuevas habilidades y conocimientos tanto personales como académicos. Los datos se presentan en la Figura 16.

Figura 16

Dedicación de tiempo para para adquirir nuevas habilidades y conocimientos tanto personales como académicos.

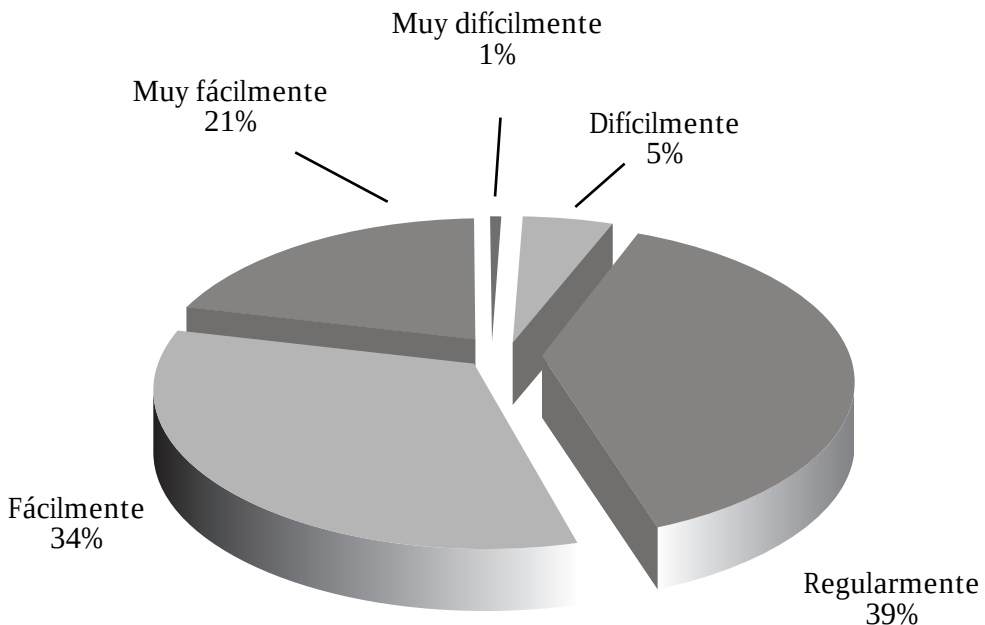


La mayoría de las personas (90.44 %) considera que su capacidad para analizar y solucionar problemas prácticos ha aumentado con un nivel de dificultad entre regular y fácil. Esto significa que son capaces de analizar y solucionar problemas prácticos, pero que pueden necesitar un esfuerzo para hacerlo. Un porcentaje muy pequeño (9.56 %) considera que su capacidad para analizar y solucionar problemas prácticos ha aumentado con dificultad. Esto puede deberse a que tienen dificultades para identificar los factores relevantes de un problema, evaluar las diferentes opciones disponibles, o encontrar una solución que sea eficaz.



Se incluyó también una pregunta sobre la facilidad para trabajar de manera efectiva en equipos asignado para actividades académicas (Ver la Figura17).

Figura 17
Facilidad para trabajar en equipo



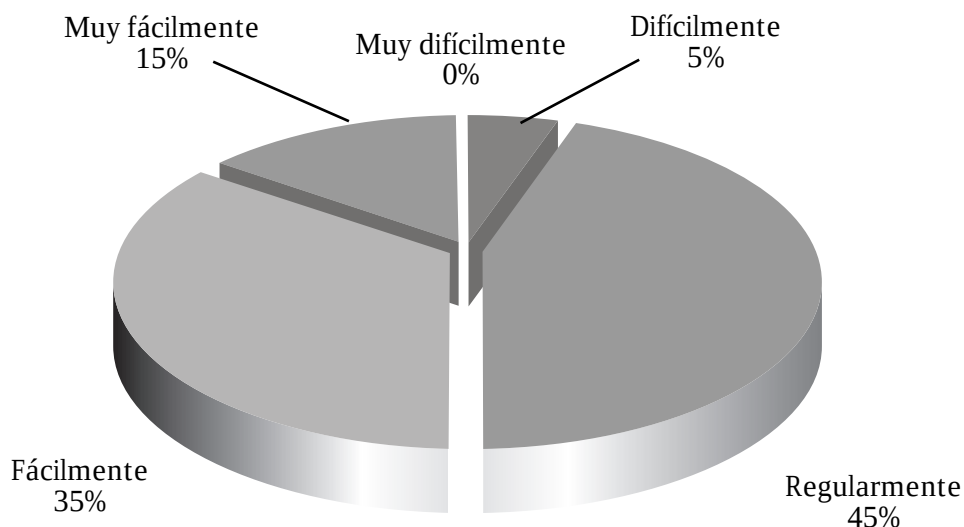
La mayoría de las personas (94.07 %) considera que le es fácil trabajar de manera efectiva en cualquier equipo asignado para actividades académicas, con un nivel de dificultad entre regular y fácil. Esto significa que son capaces de colaborar con otros de manera eficaz, pero que pueden necesitar un esfuerzo para hacerlo. Un porcentaje muy pequeño (5.26 %) considera que le es difícil trabajar de manera efectiva en cualquier equipo asignado para actividades académicas. Esto puede deberse a que tienen dificultades para colaborar con otros, o para alcanzar los objetivos comunes.



La Figura 18 detalla los datos con respecto al reconocimiento de un incremento en la habilidad para resolver problemas prácticos de manera rápida y eficiente.

Figura 18

Incremento en la habilidad para resolver problemas prácticos de manera rápida y eficiente



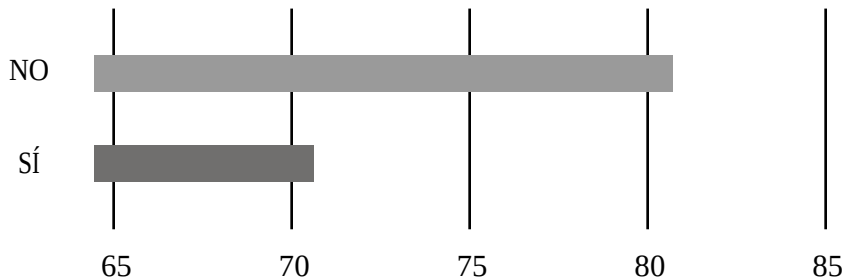
La mayoría de las personas (94.74 %) considera que ha notado un incremento en su habilidad para resolver problemas prácticos de manera rápida y eficiente, con un nivel de dificultad entre regular y fácil. Esto significa que son capaces de identificar y resolver problemas prácticos de manera más eficaz, pero que pueden necesitar un esfuerzo para hacerlo. Un porcentaje muy pequeño (5.26 %) considera que no ha notado un incremento en su habilidad para resolver problemas prácticos de manera rápida y eficiente. Esto puede deberse a que no han tenido la oportunidad de desarrollar estas habilidades, o que no han recibido la formación adecuada.



4.2 IDENTIFICACIÓN DE CARACTERÍSTICAS ANSIOSO-DEPRESIVAS DE LOS SUJETOS EN ESTUDIO

Primeramente, se indagó sobre la existencia de sentimientos de ansiedad o preocupación durante gran parte del tiempo (Ver Figura 19).

Figura 19
Sentimientos de ansiedad y preocupación gran parte del tiempo



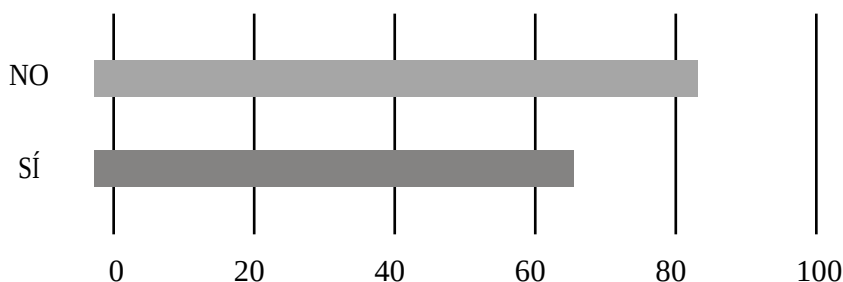
El 46.71% de las personas encuestadas admitió sentir ansiedad o preocupación la mayor parte del tiempo, mientras que el 53.29% respondió que no experimenta estos sentimientos de manera constante. Estos resultados revelan la importancia de abordar el tema de la salud mental en nuestra sociedad actual. El estrés, la ansiedad y la incertidumbre pueden tener un impacto significativo en la calidad de vida de muchas personas, afectando tanto su bienestar emocional como físico. Es fundamental que se brinde apoyo y recursos adecuados para aquellos que experimentan estos sentimientos de manera constante. Es importante buscar formas de manejar y controlar estos sentimientos, ya sea a través de terapia, actividades de relajación o cambios en el estilo de vida. Además, es fundamental contar con el apoyo de familiares y amigos para enfrentar estos desafíos emocionales.



Se consultó sobre la existencia de dificultad para concentrarse o tomar decisiones. En la Figura 20 se presentan estos datos.

Figura 20

Existencia de dificultad para concentrarse o tomar decisiones

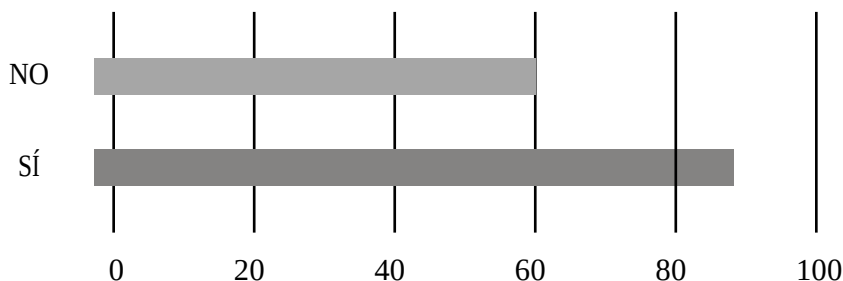


El 44.08% de las personas encuestadas afirmó tener dificultad para concentrarse o tomar decisiones, mientras que el 55.92% respondió negativamente. Estos resultados destacan la prevalencia de este problema y la importancia de abordarlo para mejorar la calidad de vida. Estos resultados resaltan la prevalencia de la dificultad para concentrarse o tomar decisiones y subrayan la importancia de abordar este problema. Es fundamental encontrar estrategias y soluciones efectivas para ayudar a las personas que enfrentan este desafío.

En la Figura 21 se detallan las respuestas obtenidas al preguntar si los encuestados consideraban dormir en exceso.

Figura 21

Consideración sobre si se duerme en exceso



Según los resultados obtenidos, se ha revelado que un 59.21% de las personas tienden a dormir más de lo necesario, mientras que el resto de los encuestados afirmaron no tener este problema. Estos datos arrojan luz sobre este hábito

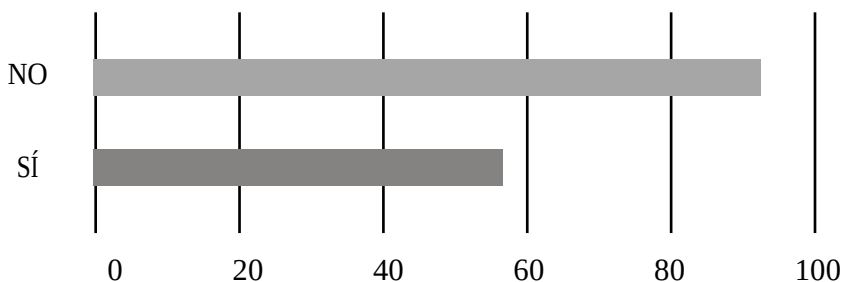


preocupante. En realidad, una parte significativa de la población está experimentando una cantidad excesiva de sueño en sus vidas diarias. Sin embargo, es crucial tener en cuenta otros factores que podrían influir en estos resultados, como la edad y el estilo de vida de los participantes de la encuesta. Estos elementos pueden desempeñar un papel crucial en la comprensión de las razones detrás de este patrón de sueño inusualmente prolongado. Por lo tanto, es esencial profundizar en el análisis de estos factores adicionales para obtener una visión más completa y precisa de esta cuestión tan relevante para la salud y el bienestar de las personas.

La Figura 22 presenta las respuestas ante la pregunta sobre pérdida de interés en actividades que solían ser placenteras.

Figura 22

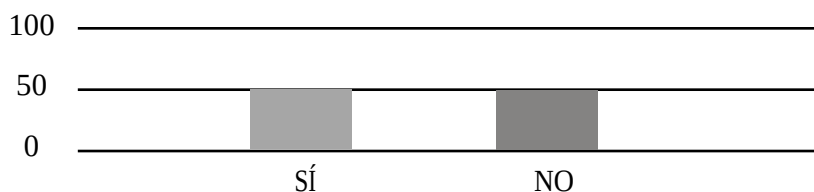
Perdida de interés en actividades que solían ser placenteras



El 38.16% de las personas encuestadas afirmaron haber perdido el interés en actividades que antes disfrutaban, mientras que el 61.84% respondió que no. Estos resultados sugieren que una proporción significativa de individuos ha experimentado una disminución en su nivel de satisfacción con sus pasatiempos previos. Esta disminución en el interés por las actividades de ocio puede tener diversas causas, como el estrés, la falta de tiempo o la monotonía. Es importante destacar que esta tendencia puede tener un impacto negativo en la calidad de vida de las personas, ya que el disfrute de actividades recreativas es fundamental para el bienestar emocional y mental. La siguiente pregunta indagó sobre sentimientos de fatiga o falta de energía. Las respuestas se presentan en la Figura 23. Además, la Figura 24 presenta los datos sobre cambios de apetito o peso.

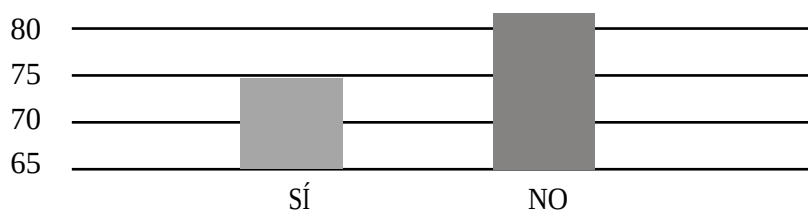


Figura 23
Sentimientos de fatiga o falta de energía



Se observa que un porcentaje significativo de las personas encuestadas, específicamente el 50%, reporta sentir fatiga o falta de energía. Este dato es relevante, ya que refleja una condición que afecta a una parte considerable de la población. Por otro lado, es interesante notar que el restante 50% no experimenta estos síntomas, lo cual indica una variabilidad en la percepción y manifestación de la fatiga y la energía en las personas. La fatiga y la falta de energía pueden tener diversas causas, como el estrés, la falta de sueño, una alimentación deficiente o la falta de ejercicio físico. Es esencial prestar atención a estos cambios en el estado de ánimo y tomar medidas para contrarrestarlos.

Figura 24
Encuestados que han tenido cambios de apetito o peso



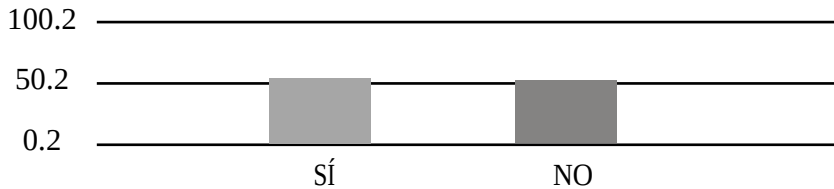
El apetito y el peso son aspectos fundamentales de la salud y el bienestar de las personas. Según el estudio, aproximadamente el 47.37% de las personas han experimentado cambios en su apetito o peso a lo largo de la vida. Alrededor del 52.63% no ha tenido ningún cambio. Estos cambios pueden ser el resultado de diversos factores, como el estrés, los cambios hormonales o los hábitos alimentarios. Es importante tener en cuenta que cada persona es única y puede reaccionar de manera diferente a estos cambios. Algunas personas pueden experimentar un aumento del apetito y un aumento de peso, mientras que otras pueden experimentar una disminución del apetito y una pérdida de peso.

Se cuestionó si han experimentado sentimientos de irritabilidad o mal humor en los días recientes (Ver Figura 25).



Figura 25

Encuestados que han tenido sentimientos de irritabilidad o mal humor

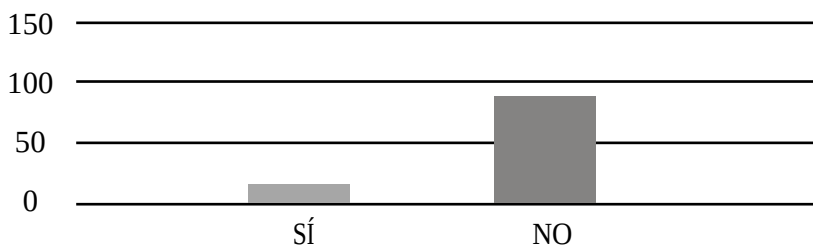


El 51% de las personas encuestadas admitió sentirse irritable o de mal humor últimamente, lo cual es un porcentaje considerable. Sin embargo, es importante destacar que este dato es significativo; ya que la mayoría está experimentando cambios en su estado de ánimo, lo que podría ser un indicador de que existe una necesidad de buscar formas de gestionar el estrés y mejorar el bienestar emocional. Tomar medidas para cuidar y fortalecer la salud mental se vuelve fundamental en estos tiempos de incertidumbre y desafíos constantes. Por otro lado, el 49% restante respondió que no experimentaban estos síntomas, lo que indica que este porcentaje de las personas encuestadas se encuentran en un estado de ánimo estable.

Finalmente, en la Figura 26 se visualizan las respuestas referentes a la existencia de pensamientos de muerte o suicidio.

Figura 26

Encuestados que han tenido pensamientos de muerte o suicidio



El 20% de los encuestados admitió haber tenido pensamientos de muerte o suicidio, lo cual es un dato alarmante que pone de manifiesto la urgente necesidad de abordar la salud mental en la sociedad. Por otro lado, es alentador ver que el 80% restante respondió negativamente a esta pregunta, lo cual indica



que la mayoría de las personas encuestadas no han experimentado pensamientos suicidas. Estos resultados resaltan la importancia de brindar apoyo y recursos a aquellos que puedan estar pasando por momentos difíciles y que puedan estar experimentando pensamientos suicidas. Es fundamental que las personas que atraviesan estas situaciones se sientan escuchadas y comprendidas, y que tengan acceso a profesionales de la salud mental que puedan brindarles la ayuda necesaria. Además, es crucial desterrar los estigmas asociados a la salud mental y promover una cultura de apertura y comprensión y estar dispuestos a brindar apoyo a todos los seres queridos y a buscar ayuda cuando cada ser humano lo necesite.



CAPÍTULO V

5.0 CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES



5.1 CONCLUSIONES

Se concluye que existe una relación significativa entre las características ansiosas/depresivas y el desarrollo de la inteligencia analítica en estudiantes universitarios. Los resultados de esta investigación respaldan la teoría de que el estado emocional de los estudiantes puede afectar directamente su capacidad para procesar y analizar información de manera efectiva. La ansiedad y la depresión son trastornos mentales comunes entre los estudiantes universitarios, y se ha observado que estos trastornos pueden tener un impacto negativo en su rendimiento académico. Sin embargo, esta investigación va más allá al demostrar que también pueden influir en el desarrollo de la inteligencia analítica.

Esta conclusión resalta la importancia de considerar el estado emocional de los estudiantes para fomentar su creatividad. Se llevó a cabo una investigación exhaustiva para determinar el impacto de las características ansioso-depresivas en el desarrollo de la inteligencia creativa en estudiantes universitarios. Este estudio tuvo como objetivo examinar cómo la ansiedad y la depresión pueden influir en la capacidad de los estudiantes para pensar de manera innovadora y generar ideas creativas en el mundo académico y profesional, ya que implica la capacidad de encontrar soluciones originales a problemas complejos y pensar de manera creativa. Sin embargo, se ha observado que los estudiantes que experimentan altos niveles de ansiedad o depresión pueden tener dificultades para expresar su creatividad y aprovechar al máximo su potencial.

La influencia de las características ansioso-depresivas en el desarrollo de la inteligencia práctica en estudiantes universitarios ha sido objeto de numerosos estudios e investigaciones. En este estudio se concluye que estas características tienen un impacto significativo y negativo en la capacidad de los estudiantes para aplicar sus conocimientos en situaciones prácticas. Este hallazgo es de suma importancia, ya que la capacidad de aplicar los conocimientos adquiridos en la universidad en situaciones reales es fundamental para el rendimiento académico y profesional de los estudiantes. Las características ansioso-depresivas actúan como barreras que limitan la capacidad de los estudiantes para utilizar sus habilidades y conocimientos de manera efectiva en el mundo real.

5.2 RECOMENDACIONES

Los resultados de este estudio sugieren que abordar la salud mental en el contexto académico es esencial para promover un mejor rendimiento cognitivo y facilitar el desarrollo de habilidades analíticas en los estudiantes universitarios. Esto implica que las instituciones educativas deben prestar atención no solo al aspecto académico, sino también al bienestar emocional de sus estudiantes.



Implementar programas de apoyo emocional, como servicios de asesoramiento y recursos para el manejo del estrés, puede ser una estrategia efectiva para ayudar a los estudiantes a superar los desafíos emocionales y mejorar su capacidad analítica. Es fundamental que los profesionales de la educación y la salud mental trabajen en conjunto para abordar estos problemas de manera integral. Fomentar la comunicación y la colaboración entre los diferentes sectores puede ayudar a identificar y apoyar a los estudiantes que puedan estar experimentando ansiedad o depresión, y brindarles las herramientas necesarias para mejorar su bienestar emocional. Además, es clave que las instituciones educativas promuevan un entorno seguro y acogedor, donde los estudiantes se sientan cómodos compartiendo sus preocupaciones y buscando ayuda cuando la necesiten.

En base a estos resultados, se abre la puerta a la implementación de estrategias de apoyo psicológico en el ámbito académico. Es fundamental brindar a los estudiantes el apoyo necesario para manejar y superar sus estados ansioso-depresivos, ya que esto podría tener un impacto directo en su capacidad para pensar de forma creativa y generar ideas innovadoras. Además, este estudio pone de relieve la importancia de abordar el aspecto emocional de los estudiantes de manera integral. No solo se trata de promover su bienestar mental, sino también de proporcionarles las herramientas necesarias para gestionar y regular sus emociones de manera saludable. La educación emocional se vuelve esencial en este contexto, ya que permite a los estudiantes desarrollar habilidades para identificar y expresar sus emociones, así como para manejar el estrés y la ansiedad de manera efectiva.

Es crucial abordar y tratar las características ansioso-depresivas, para promover un desarrollo óptimo de la inteligencia práctica en los estudiantes universitarios. El apoyo psicológico y el acceso a recursos adecuados son fundamentales para ayudar a los estudiantes a superar estos obstáculos y desarrollar su potencial completo. Además, es importante destacar que la influencia de las características ansioso-depresivas en el desarrollo de la inteligencia práctica no solo se limita al ámbito académico, sino que también puede afectar la vida personal y profesional de los estudiantes universitarios. Estas características pueden generar dificultades en la toma de decisiones, la resolución de problemas y la adaptación a nuevas situaciones.

Es necesario tener en cuenta que la ansiedad y la depresión son trastornos complejos que pueden tener múltiples causas y manifestaciones. No todos los estudiantes experimentan los mismos síntomas o niveles de afectación, por lo que es fundamental realizar una evaluación individualizada y personalizada para entender mejor las necesidades de cada estudiante. Además del apoyo



psicológico, es importante fomentar un ambiente de aprendizaje inclusivo y comprensivo, donde los estudiantes se sientan seguros y apoyados. Esto puede incluir la implementación de estrategias pedagógicas que promuevan la participación activa de los estudiantes, el fomento de la colaboración entre pares y la creación de espacios de diálogo. Por lo tanto, se debe diseñar un programa de prevención y tratamiento del trastorno ansioso-depresivos, para mejorar en estudiantes universitarios su bienestar emocional y su rendimiento académico a través del desarrollo de competencias cognitivas y socioemocionales.



5.3 PROPUESTA

Programa para el manejo de características ansioso-depresivas en estudiantes universitarios

5.3.1 Introducción

El diseño de este programa es específicamente para el manejo de características ansioso-depresivas en estudiantes universitarios. Este programa ha sido desarrollado con el objetivo de brindar apoyo y herramientas a aquellos estudiantes que experimentan ansiedad y depresión en su vida universitaria. A través de diferentes estrategias y técnicas, el programa busca ayudar a los estudiantes a identificar y manejar sus emociones, promoviendo así un bienestar emocional y mental óptimo. Además, el programa también ofrece recursos adicionales, como sesiones de terapia individual y grupal, talleres de manejo del estrés y actividades de autocuidado. Con la implementación de este programa, se espera que los estudiantes universitarios puedan superar los desafíos emocionales asociados con la ansiedad y la depresión, y puedan tener una experiencia universitaria más saludable y satisfactoria.

5.3.2 Objetivo

- Desarrollar un programa de atención integral a estudiantes universitarios con características ansioso/depresivas, para mejorar el desarrollo de competencias cognitivas. El propósito de este programa es mejorar sus competencias cognitivas y proporcionarles el apoyo y las herramientas necesarias para hacer frente y superar sus dificultades emocionales. A través de la implementación de este programa, se busca promover un desarrollo académico y personal óptimo en estos estudiantes.

5.3.3 Población Objetivo

Los estudiantes universitarios de cualquier carrera, con características ansioso/depresivas. El bienestar mental de los estudiantes universitarios es una preocupación creciente en la sociedad actual, a medida que el estrés y la presión académica aumentan, es fundamental comprender las características ansioso/depresivas que pueden afectar a estos jóvenes. La propuesta se centra en este grupo particular de estudiantes, con el objetivo de encontrar formas efectivas de intervenir y mejorar su bienestar.



5.3.4 Metodología

La metodología se enfoca en brindar un enfoque holístico que aborde las necesidades emocionales y cognitivas de los estudiantes, promoviendo así su bienestar y desarrollo académico, se fomentará la participación activa de los estudiantes en su propio proceso de crecimiento y desarrollo, animándolos a tomar medidas proactivas para mejorar su bienestar emocional y su rendimiento académico. Mediante la combinación de terapia individual, talleres grupales y recursos educativos, este programa proporcionará un entorno de apoyo y aprendizaje que ayudará a los estudiantes a alcanzar su máximo potencial y a construir una base sólida para su futuro éxito en la vida universitaria y su desarrollo profesional.

5.3.5 Programa de Prevención y Tratamiento del Trastorno Ansioso-Depresivos

El programa se centrará en la enseñanza de habilidades de afrontamiento efectivas, técnicas de manejo del estrés y estrategias para mejorar la autoestima y la motivación. Se ofrecerán sesiones individuales de terapia donde los estudiantes podrán explorar y trabajar en profundidad sus dificultades emocionales, así como recibir orientación y apoyo personalizado. Además, se llevarán a cabo talleres grupales donde los estudiantes podrán compartir sus experiencias, aprender de los demás y desarrollar habilidades de comunicación y trabajo en equipo. Estos talleres también brindarán un espacio seguro y de apoyo donde los estudiantes podrán expresar sus emociones y recibir retroalimentación constructiva. Para complementar estas intervenciones, se proporcionarán recursos educativos como libros, artículos y herramientas en línea que los estudiantes podrán utilizar para fortalecer su aprendizaje y crecimiento personal. Los talleres serán facilitados por profesionales altamente capacitados y brindarán un entorno de apoyo y comprensión mutua.

El programa se llevará a cabo en tres fases:

Fase 1: Evaluación	Fase 2: Intervención	Fase 3: Seguimiento
Se realizará una evaluación integral de los estudiantes, que incluirá los siguientes aspectos:	Se implementará una intervención individualizada, basada en las necesidades de cada estudiante.	Se realizará un seguimiento de los estudiantes para evaluar la efectividad de la intervención a través de un equipo de atención psicológica.



Fase 1: Evaluación	Fase 2: Intervención	Fase 3: Seguimiento
Se realizará una evaluación integral de los estudiantes, que incluirá los siguientes aspectos:	Se implementará una intervención individualizada, basada en las necesidades de cada estudiante.	Se realizará un seguimiento de los estudiantes para evaluar la efectividad de la intervención a través de un equipo de atención psicológica.
Identificación de características ansioso/depresivas Talleres para el desarrollo de competencias cognitivas Reconocimiento de factores personales y ambientales que pueden estar contribuyendo a las características ansioso/depresivas	Se utilizará terapia cognitivo-conductual para abordar las características ansioso/depresivas Se implementarán estrategias de desarrollo de competencias cognitivas Se brindará apoyo psicosocial	El equipo de atención estará conformado por un psicólogo(a) y dos practicantes de psicología clínica de quinto año.

Tiempo: La duración del programa será de 12 semanas, desarrollando las siguientes temáticas:

Semanas	Actividades	Tiempo
1	Evaluación psicológica	1:30
2	Grupo psicoeducativo sobre ansiedad y depresión	30 minutos
3	Terapia individual	1:30
4	Grupo psicoeducativo sobre estrategias de afrontamiento	30 minutos
5	Terapia individual	1:30
6	Intervención en el entorno académico	30 minutos
7	Grupo psicoeducativo sobre depresión	30 minutos
8	Terapia individual	1:30
9	Grupo psicoeducativo sobre estrés	30 minutos
10	Terapia individual	1:30
11	Intervención en el entorno académico	30 minutos
12	Evaluación psicológica	1:30
	TOTAL	12 horas

Lugar:

El programa se llevará a cabo en el Centro de Orientación Profesional de la Universidad Modular Abierta de Sonsonate.



Costo:

El programa será gratuito para los estudiantes participantes.

Recursos:

1 Psicólogo(a)

2 Practicantes de quinto año de psicología

Requisitos para participar:

- Ser estudiante universitario
- Presentar características ansioso/depresivas
- Firmar un consentimiento informado

Procedimiento para participar:

- Los estudiantes interesados en participar pueden solicitar más información en el centro de orientación profesional

Evaluación de la efectividad:

La efectividad del programa se evaluará mediante los siguientes indicadores:

- Reducción de las características ansioso/depresivas
- Mejora en el desarrollo de competencias cognitivas
- Satisfacción de los estudiantes con el programa

Conclusión:

Este programa integral se diseñó con el fin de mejorar el bienestar y el rendimiento académico de estudiantes universitarios que sufren de ansiedad y depresión. A través de una combinación de terapia individualizada, apoyo emocional y técnicas de manejo del estrés, los estudiantes pueden aprender a manejar sus síntomas y superar los desafíos asociados con estas condiciones. Además, el programa también se enfoca en promover un ambiente de apoyo y comprensión dentro de la comunidad universitaria, brindando recursos y herramientas adicionales para que los estudiantes puedan acceder a ellos cuando sea necesario. En última instancia, este programa busca no solo mejorar la salud mental de los estudiantes, sino también empoderarlos para que puedan alcanzar su máximo potencial académico y personal.



REFERENCIAS

- Baddeley, A. D. (1986). Working memory. Oxford: Clarendon Press.
- Bowlby, J. (1969). Attachment and loss. Vol. 1. Attachment. .
- Broadbent, D. E. (1958). Perception and communication. London, London: Pergamum Press.
- Bronfenbrenner, U. (1979). The ecology of human development: Experiments by nature and design. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Calhoun, J. W. (1962). Population density and social pathology. Scientific American,, 206(2), 139-148.
- Díaz-Gómez, M. N.-S. (2021). Ansiedad y competencias cognitivas en estudiantes universitarios: un estudio correlacional. Revista de Investigación Académica, .
- Flavell, J. H. (1976). Metacognitive aspects of problem solving. In L. B. Resnick (Ed.), . The nature of intelligence . Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates., 231-256.
- Gardner, H. ((1983).). Frames of mind: The theory of multiple intelligences. . New York: Basic Books.
- Garmezy, N. (1991). Resiliency in children at risk. . Pediatrics, 88(2), 124-129.
- Goleman, D. (1995). Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ. New York: Bantam Books.
- Gómez-Ortiz, O. R.-S.-M. (2019). Ansiedad y depresión en estudiantes universitarios: prevalencias y factores asociados. Ansiedad y estres.
- Hume, D. (1739). A treatise of human nature. London.
- Leibniz, G. W. (1765). Nouveaux essais sur l'entendement humain. . Amsterdam: P. Husson.
- Mill, J. S. (1843). A system of logic. . London: Longman, Brown, Green, and Longmans.
- Perkins, D. N. (1988). The possibility of intelligence without expertise. In R. J. Sternberg (Ed.), (Vol. Vol. 5). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.



Piaget, J. (s.f.). (1972). The psychology of the child. New York: Basic Books.

Rojo-Mota, G. R.-C.-G. (2020). Depresión y rendimiento académico en estudiantes universitarios. Revista Iberoamericana de Educación.

Rutter, M. (1987). Resilience in the face of adversity: Protective factors and resistance to psychiatric disorders. American Journal of Orthopsychiatry, , 57(3), 316-331.

Sampieri, R. H. (2014). Metodología de la Investigación. Mc. Graw Hill.

Seligman, M. E. (2011). Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being. . New York: Simon & Schuster.

Sternberg, R. J. (1985). Beyond IQ: A triarchic theory of human intelligence. . Cambridge, UK: Cambridge University Press.

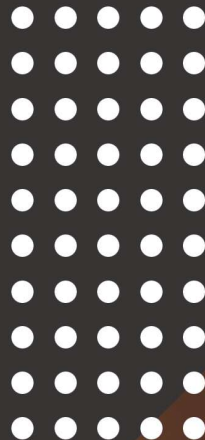
La presente investigación **“Características Ansioso/depresivas y su Relación con el Desarrollo de Competencias Cognitivas”** permitió comprobar de manera concluyente la correlación entre las características ansioso/depresivas y el desarrollo de competencias cognitivas en estudiantes universitarios.

Dichas características tienen un impacto significativo en el desarrollo de la inteligencia analítica, creativa y práctica. Por lo que se vuelve fundamental abordar este tema de manera efectiva y proactiva.

Como resultado, se propone la implementación de un programa integral que se enfoque en abordar y gestionar adecuadamente estas características, promoviendo así un desarrollo cognitivo óptimo en los estudiantes de nivel superior.

El programa propuesto se desarrollará mediante el establecimiento de una red de profesionales dentro de las universidades, que estará disponible para brindar asesoramiento y apoyo a los estudiantes. Las estrategias a aplicar consistirán en actividades grupales, talleres de manejo del estrés y sesiones de terapia individualizada.

Además, el programa se enfocará en la promoción de la salud mental en general, no solo abordando las características ansioso/depresivas, sino también brindando recursos y apoyo para otras condiciones y desafíos emocionales que puedan enfrentar los estudiantes universitarios.



ISBN: 978-99983-58-28-7



9 789998 358287