



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN,**  
**HUMANAS Y TECNOLOGÍAS**  
**CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

Previo a la obtención del título en Licenciados en Psicología Educativa, Orientación  
Vocacional y Familiar

**TÍTULO:**

**“DEPRESIÓN Y RELACIONES INTERPERSONALES EN LOS  
ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE DISEÑO GRÁFICO DE LA  
“UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO”, RIOBAMBA,  
PERIODO ACADÉMICO 2018 – 2019”.**

**Autores:**

ALEX GABRIEL ALMEIDA CHALÁ

GLADYS ROSARIO FLORES PINTO.

**Tutor:**

DR. CLAUDIO E. MALDONADO G.

**Riobamba**

**2019**

## REVISIÓN DEL TRIBUNAL

Los miembros del Tribunal de Graduación, del proyecto “DEPRESIÓN Y RELACIONES INTERPERSONALES EN LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE DISEÑO GRÁFICO DE LA “UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO”, RIOBAMBA, PERIODO ACADÉMICO 2018 – 2019”. Presentado por los estudiantes Alex Gabriel Almeida Chalá y Gladys Rosario Flores Pinto. y dirigido por el Dr. Claudio E Maldonado G.

Una vez escuchada su defensa oral y revisado el informe del proyecto de investigación con fines de graduación, en el cual se ha constatado el cumplimiento de las observaciones realizadas, remite la presente para uso y custodia en la biblioteca de la Facultad de Ciencias de la Educación, Humanas y Tecnologías de la Universidad Nacional de Chimborazo.

Para constancia de lo expuesto firman:

Dr. Marco V. Paredes R.  
**PRESIDENTE DEL TRIBUNAL**



**FIRMA**

Mgs. Juan C. Marcillo C.  
**MIEMBRO DEL TRIBUNAL**



**FIRMA**

Mgs. Luis F. Pérez Ch.  
**MIEMBRO DEL TRIBUNAL**



**FIRMA**

Dr. Claudio E. Maldonado G.  
**TUTOR**



**FIRMA**

## TUTORÍA DE LA INVESTIGACIÓN

Certifico que el presente trabajo de investigación previo a la obtención del Grado en licenciados en Psicología Educativa, Orientación Vocacional y Familiar, con el título: **“DEPRESIÓN Y RELACIONES INTERPERSONALES EN LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE DISEÑO GRÁFICO DE LA “UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO”, RIOBAMBA, PERIODO ACADÉMICO 2018 – 2019”**, ha sido elaborado por Alex Gabriel Almeida Chalá y Gladys Rosario Flores Pinto., el mismo que se ha revisado y analizado en su totalidad, de acuerdo al cronograma de trabajo establecido, bajo el asesoramiento de mi persona en calidad de Tutor, por lo que considero que se encuentra apto para su presentación y defensa respectiva.

Es todo cuanto puedo informar en honor a la verdad.

Riobamba, 03 de junio de 2019

.....  
Dr. Claudio E. Maldonado G.  
**TUTOR DE TESIS**



# CERTIFICACIÓN

Que, **ALEX GABRIEL ALMEIDA CHALÁ** y **GLADYS ROSARIO FLORES PINTO** con CC: **1721833661** y **0603884164** respectivamente, estudiantes de la Carrera de **PSICOLOGÍA EDUCATIVA**, Facultad de **CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN, HUMANAS Y TECNOLOGÍAS**; se ha desarrollado bajo mi tutoría el trabajo de investigación titulado **"DEPRESIÓN Y RELACIONES INTERPERSONALES EN LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE DISEÑO GRÁFICO DE LA "UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO", RIOBAMBA, PERIODO ACADÉMICO 2018 - 2019"**, que corresponde al dominio científico **EDUCACIÓN** y alineado a la línea de investigación **FORMACIÓN DEL DOCENTE Y CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN**, cumple con él **3%**, reportado en el sistema Anti plagio "Urkund Analysis Result", porcentaje aceptado de acuerdo a la reglamentación institucional, por consiguiente autorizo continuar con el proceso.

Riobamba, 5 de Julio del 2019

  
\_\_\_\_\_  
Dr. Claudio Maldonado  
**TUTOR**

## AUTORÍA DE LA INVESTIGACIÓN

La responsabilidad del contenido, ideas y conclusiones del presente trabajo investigativo, previo a la obtención del Título de Licenciados en Psicología Educativa, Orientación Vocacional y Familiar con el tema: **“DEPRESIÓN Y RELACIONES INTERPERSONALES EN LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE DISEÑO GRÁFICO DE LA “UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO”, RIOBAMBA, PERIODO ACADÉMICO 2018 – 2019”**, corresponde exclusivamente a: Alex Gabriel Almeida Chalá con cédula de ciudadanía N.- 172183366-1 y Gladys Rosario Flores Pinto., con cédula de ciudadanía N.- 060388416-4, al tutor del proyecto, Dr. Claudio E Maldonado G, y el patrimonio intelectual de la misma a la Universidad Nacional de Chimborazo.



Alex Gabriel Almeida Chalá

1721833661-1



Gladys Rosario Flores Pinto

060388416-4

## AGRADECIMIENTO

A todas las personas que fueron parte de este gran proyecto, ya que es una evidencia más de superación y de la paciencia que se debe poseer para sobresalir en el sistema en el que vivimos.

A mis Padres, que supieron darme el apoyo necesario para sentirme confiado en un ambiente distinto. A mi Hermana y Hermano, que tuvieron el cariño de aconsejarme en cada oportunidad.

A mis Abuelitas, Abuelitos y mi Bisabuelita Carmen, que siempre estuvieron pendientes de mi progreso y regalándome mucha energía positiva para seguir, así como a la familia cercana que pudo ser una ayuda importante en el desarrollo de este largo proceso.

A los Docentes que me brindaron una mano cuando la situación se ponía difícil. A la Universidad Nacional de Chimborazo que me brindó la oportunidad de ser un profesional dentro de sus aulas.

**Alex Gabriel Almeida Chalá**

A Dios, por ser la principal motivación para empezar el día y dar todo lo mejor de mí. A mis padres por ser la guía y fuerza para poder conseguir mis sueños, por con el ánimo y confianza brindada, he podido sembrar en mi corazón el coraje para tomar la vida y poder prepararme para ayudar a una sociedad. Gracias por los valores, los consejos y aquellos abrazos cuando sentía no poder más, ustedes me han formado con reglas y algunas libertades, pero siempre encaminándome para luchar por mis sueños.

Papá te quiero agradecer por estar conmigo siempre, con tu pronta partida entendí que se debe vivir el ahora, sin desperdiciar la oportunidad de convivir en familia, esos son los mejores momentos que se llegan a extrañar después.

Mamá, gracias por ser apoyo de mi padre, por enseñarme a ser fuerte y no dejarme caer, como siempre lo digo “los brazos de una madre, es el mejor lugar para sentir paz”.

A mis hermanas, por siempre estar junto a mí, acompañarme en las noches con sonrisas para poder acabar mis tareas, además quiero agradecer a mis abuelitos, mis tíos, y primos, ya que la ayuda que me han brindado, han formado bases de suma importancia, motivo por el cual serán parte de mis logros eternamente.

Y como olvidar las buenas amistades, Alex, Marlon, Marcela, Pancho, Ariel, Anthonny, que han sido confidentes, compañeros de risas, llantos y grandes anécdotas durante esta etapa.

**Gladys Rosario Flores Pinto**

## **DEDICATORIA**

A mi padre, mi madre, y mis hermanos, quienes son la base de todo lo que he llegado a ser gracias a su apoyo; cada uno me da un ejemplo claro de cómo debo actuar ante las situaciones de la vida y me enseñaron que no importa el desafío que se interponga, siempre y cuando me esfuerce por algo, voy a ganar, con sabiduría, fuerza y valor.

**Alex Gabriel Almeida Chalá**

A mi familia, que con el infinito amor, confianza y motivación de cada uno de ustedes, he podido ser una mujer educada, con valores, y grandes sueños.

Te la dedico a tí papá, que has sido el principal motivo para yo querer aprovechar la vida y ser una buena persona, gracias por esperarme en las noches, pese al cansancio que sentías, por abrazarme y besar mi frente cuando llegabas a casa, por hacer que mi corazón ame a Dios, y ponga mi fe en él, todos los días de mi vida y porque aun estando ahora en el cielo, no dejas de cuidarme y ver que este bien.

Te la dedico a ti mamá, por ser fuerte y pilar fundamental para no rendirme, y por enseñarnos a mis hermanas y a mí, a ser mujeres de bien. Gracias padres por brindarme la oportunidad de concluir mi carrera y ser una buena profesional.

A mis hermanas Verónica y Angélica, que haciéndome parte de travesuras, pillamadas, risas y llantos, hemos aprendido a estar juntas siempre, espero poder ser ejemplo para que ustedes nunca dejen de luchar por conseguir sus sueños y así poder ver cumplido el sueño de papá, además de poder ver que se sienten felices desenvolviéndose en lo que les guste.

**Gladys Rosario Flores Pinto**

## ÍNDICE GENERAL

<b>REVISIÓN DEL TRIBUNAL</b>	<b>II</b>
<b>TUTORÍA DE LA INVESTIGACIÓN</b>	<b>III</b>
<b>CERTIFICADO DE PLAGIO</b>	<b>IV</b>
<b>AUTORÍA DE LA INVESTIGACIÓN</b>	<b>IV</b>
<b>AGRADECIMIENTO</b>	<b>VI</b>
<b>DEDICATORIA</b>	<b>VII</b>
<b>ÍNDICE GENERAL</b>	<b>VIII</b>
<b>ÍNDICE DE CUADROS</b>	<b>X</b>
<b>ÍNDICE DE GRÁFICOS</b>	<b>XI</b>
<b>RESUMEN</b>	<b>XII</b>
<b>ABSTRACT</b>	<b>XIII</b>
<b>1. INTRODUCCIÓN</b>	<b>1</b>
<b>2. OBJETIVOS</b>	<b>4</b>
2.1 General	4
2.2 Específicos	4
<b>3. ESTADO DEL ARTE</b>	<b>5</b>
3.1 Depresión	5
3.1.1 Consideraciones generales	5
3.1.2 Causas de la depresión	5
3.1.3 Síntomas de la depresión	6
3.1.4 Tipos de depresión	8
3.1.6 Grados de la depresión	9
3.2 Las relaciones interpersonales	10
3.2.1 Consideraciones generales	10
3.2.2 Importancia de las relaciones interpersonales	11
3.2.3 Factores que intervienen en las relaciones humanas	11
3.2.4 Niveles de las habilidades según Elena Gismero	14
<b>4. METODOLOGÍA</b>	<b>17</b>
4.1 Enfoque de la investigación	17
4.2 Diseño	17
4.3 Tipo de investigación	17
4.3.1 Descriptiva	17

4.3.2	Correlacional	17
4.3.3	Tipo de estudio	17
4.3.3.1	Transversal	17
4.3.4	Por los objetivos	17
4.3.4.1	Básica	17
4.3.5	Por el lugar	18
4.3.5.	De Campo	18
4.3.5.2	Bibliográfica	18
4.4	Población y muestra	18
4.4.1	Población	18
4.4.2	Muestra	18
4.5	Técnicas e instrumentos de investigación	18
4.6	Procedimiento para la recolección de datos	19
<b>5.</b>	<b>ANÁLISIS Y RESULTADOS</b>	<b>20</b>
5.1	Análisis de la Depresión, Test BDI II aplicado a los estudiantes de la Universidad Nacional de Chimborazo Carrera de Diseño Gráfico.	20
5.2.	Evaluación del Test de Escalas de Habilidades Sociales de Elena Gismero	23
5.3.	Correlación de la variables	26
<b>6.</b>	<b>CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES</b>	<b>27</b>
6.1	Conclusiones	27
6.2.	Recomendaciones	28
<b>7.</b>	<b>BIBLIOGRAFIA</b>	<b>29</b>
<b>8.</b>	<b>ANEXOS</b>	<b>XIV</b>

## ÍNDICE DE CUADROS

Cuadro N° 1.-	Técnicas e instrumentos de investigación	18
Cuadro N° 2.-	Cuadro general Test BDI II	20
Cuadro N° 3.-	Grados de depresión	22
Cuadro N° 4.-	Cuadro general de las habilidades sociales	23
Cuadro N° 5.-	Niveles de evaluación del EHS	25
Cuadro N° 6.-	Correlación entre la depresión y las relaciones interpersonales	26

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico N° 1.-	Nivel de depresión	22
Gráfico N° 2.-	Niveles de evaluación del EHS	25
Gráfico N° 3.-	Correlación entre la depresión y las relaciones interpersonales	26

## RESUMEN

El presente proyecto investigación “DEPRESIÓN Y RELACIONES INTERPERSONALES EN LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE DISEÑO GRÁFICO DE LA “UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO”, RIOBAMBA, PERIODO ACADÉMICO 2018 – 2019”; tuvo como objetivo determinar la correlación entre la depresión y las relaciones interpersonales de los estudiantes de la Carrera de Diseño Gráfico, conociendo que la depresión es la exageración persistente de los sentimientos habituales de tristeza, es considerada como un trastorno grave, que afecta al cuerpo como a la mente, afectando el desarrollo de las relaciones interpersonales, es por ello que se utilizó una metodología con un tipo no experimental, por el tipo fue descriptiva, correlacional, transversal, básica y de campo, la población de estudio fueron los estudiantes de la carrera de Diseño Gráfico, y cuya muestra fue no probabilística e intencional conformada por 71 estudiantes de diferentes semestres; las técnicas, las pruebas psicométricas y los instrumento el inventario de depresión de BECK BDI-II determinando que el 14% presentan una depresión grave y el EHS estableció que el 51% presentan un nivel bajo con relación a sus habilidades sociales, llegando a la conclusión que existe una correlación negativa de Pearson que es de  $-0.248^*$  ya que la depresión es un estado emocional que si no se trata a tiempo puede convertirse en una trastorno que acaba con la vida de aquellas personas que lo padecen, es por ello que poseen dificultades de desarrollar las relaciones interpersonales.

**Palabras Claves:** Depresión – Relaciones Interpersonales.

## ABSTRACT

This research project "DEPRESSION AND INTERPERSONAL RELATIONS IN THE STUDENTS OF THE GRAPHIC DESIGN CAREER OF THE" UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO ", RIOBAMBA, ACADEMIC PERIOD 2018 - 2019"; The objective was to determine the correlation between depression and the interpersonal relationships of students of the Graphic Design Career, knowing that depression is the persistent exaggeration of the usual feelings of sadness, it is considering as a severe disorder, which affects the body as to the mind, influencing the development of interpersonal relationships, that is why we used a methodology with a non-experimental type, the type was descriptive correlational, cross-sectional, necessary and field, the study population were the students of the race of Graphic Design, and whose sample was not probabilistic and intentional formed by 150 students of different semesters; the techniques, the psychometric tests and the instrument the BECK BDI-II depression inventory determining that 14% present a severe depression and the EHS established that 51% present a low level in relation to their social skills, reaching the conclusion that there is a negative correlation Pearson that is -0.248 \* since depression is an emotional state that if not treated in time can become a disorder that ends the lives of those who suffer, that is why they have difficulties in developing interpersonal relationships.

**Keywords:** Depression - Interpersonal Relations.



SIGNATURE  
Reviewed by: Maldonado, Ana  
Language Center Teacher



## 1. INTRODUCCIÓN

Todos los seres humanos por naturaleza somos seres sociables, es por ello que se ha visto la importancia de realizar el presente proyecto de investigación denominado “DEPRESIÓN Y RELACIONES INTERPERSONALES EN LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE DISEÑO GRÁFICO DE LA “UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO”, RIOBAMBA, PERIODO ACADÉMICO 2018 – 2019”.

La sociedad actual determina condiciones contextuales y personales que provocan la aparición de múltiples problemas sociales, emocionales y académicos, afectando la relaciones entre pares, a medida que crecemos y nos vamos desarrollando como personas, comenzamos a pertenecer a distintos grupos, a los que nos asociamos y nos agrupamos porque compartimos un mismo propósito, nos sentimos identificados, o inclusive compartimos características similares.

Teniendo en cuenta que la depresión es un problema de salud pública que ha adquirido gran relevancia en los últimos años y esto se debe a su alta prevalencia, así como al fuerte impacto que tiene sobre la sociedad, por lo que la atención de este padecimiento genera altos costos para los sistemas de salud debido que este padecimiento no es exclusivo de la niñez o la etapa adulta; en la adolescencia los síntomas y trastornos depresivos también representan un grave problema de salud pública y mental (López, González, & Palos, 2012).

Según Prócel (2016) menciona que todas las personas establecemos numerosas relaciones a lo largo de nuestra vida, como las que se dan con nuestros padres, nuestros hijos, con amistades o con compañeros y compañeras de trabajo y estudio. A través de ellas, intercambiamos formas de sentir y de ver la vida; también compartimos necesidades, intereses y afectos. A estas relaciones se les conoce como relaciones interpersonales. Las relaciones interpersonales juegan un papel fundamental en el desarrollo integral de la persona. A través de ellas, el individuo obtiene importantes refuerzos sociales del entorno más inmediato que favorecen su adaptación al mismo. En contrapartida, la carencia de estas habilidades puede provocar rechazo, aislamiento y, en definitiva, limitar la calidad de vida.

Se puede mencionar que una encuesta realizada a nivel mundial por parte de la Organización Mundial de la Salud (OMS) encontró que en promedio 1 de cada 20 personas informó haber tenido un episodio depresivo en el año previo. Los trastornos depresivos comienzan a menudo a temprana edad; reducen el funcionamiento y frecuentemente son

recurrentes. Por estas razones, la depresión se encuentra cerca de los primeros lugares de la lista de enfermedades incapacitantes en los estudios de carga global de enfermedad. La necesidad de contener a la depresión y otras enfermedades mentales va en aumento en el mundo (Stucchi, 2017)

De la misma manera la Organización Mundial de la Salud (2017) señala que a nivel de Latinoamérica un 4,4% de la población en el mundo sufre depresión, además, la tendencia a sufrir desórdenes mentales va en aumento y se considera como la enfermedad que más contribuye a la discapacidad en el mundo, en Latinoamérica, Brasil es el país que más casos de depresión sufre con un 5,8% de prevalencia; seguido de Cuba (5,5%); Paraguay (5,2%); Chile y Uruguay (5%); Perú (4,8%); Argentina, Colombia, Costa Rica y República Dominicana (4,7%). Les siguen Ecuador (4,6%); Bolivia, El Salvador y Panamá (4,4%); México, Nicaragua y Venezuela (4,2%); Honduras (4%) y Guatemala (3,7%).", cerca de 50 millones de personas vivían con depresión en 2015, alrededor del 5% de la población (Organización Mundial de la Salud, 2017).

En nuestro país la depresión no ha sido un tema ajeno ya que 2.088 personas fueron atendidas por enfermedades depresivas en los establecimientos de salud en el 2015, las edades oscilaban entre 18 a 59 por episodios de depresivos con el 73.5% de los casos, Asimismo el número de psicólogos y psiquiatras creció 198% en 9 años al pasar de 487 en 2006 a 1451 en 2015. Sin embargo 1.073 personas se suicidaron a causa de padecer depresión y sentirse sola.

En Ecuador, según el Ministerio de Salud Pública (MSP), las principales enfermedades mentales que afectan a los ecuatorianos son los trastornos neuróticos, secundarios a situaciones estresantes; seguidas por los trastornos del humor en los que se incluye a la depresión, en un informe del MSP se indica que la prevalencia de trastornos mentales y del comportamiento en atención ambulatoria para el año 2015, fue de 92 casos por cada 1.000 habitantes en el Ecuador, (Coello, 2017).

La presente investigación que se realizó en la Universidad Nacional de Chimborazo, se ha identificado que los estudiantes de la carrera de Diseño Gráfico, Campus "La Dolorosa", presentan una rutina laboral exigente como todo estudiante universitario, y a través de conversaciones informales se ha podido evidenciar que los estudiantes se enfrentan a desafíos, presiones e inquietudes que les pueden causar grandes preocupaciones. Quizás esta

es la primera vez que viven de manera independiente y se sienten tristes. Se adaptan a nuevos horarios y tareas, a la vida con sus compañeros de habitación y tratan de descubrir la pertenencia a esa comunidad. El dinero y las relaciones íntimas también son grandes causantes del estrés. Enfrentar estos cambios durante el paso de la adolescencia a la adultez puede provocar o manifestar la depresión durante la etapa universitaria en algunos adultos jóvenes, además, la tensión, cambios de humor y en otros casos una inestabilidad emocional también se ve reflejada para afectar a sus actividades y relaciones interpersonales.

## **2. OBJETIVOS**

### **2.1 General**

Determinar la correlación entre la depresión y las relaciones interpersonales de los estudiantes de la Carrera de Diseño Gráfico de la Universidad Nacional de Chimborazo, Riobamba, Periodo Académico 2018 – 2019.

### **2.2 Específicos**

- Identificar la presencia y el grado de depresión en los estudiantes de Primero a Octavo Semestre de la Carrera de Diseño Gráfico de la Universidad Nacional de Chimborazo.
- Establecer el tipo de relaciones interpersonales que poseen los estudiantes de Primero a Octavo Semestre de la Carrera de Diseño Gráfico de la Universidad Nacional de Chimborazo.
- Analizar la correlación entre la depresión con las relaciones interpersonales de los estudiantes de Primero a Octavo Semestre de la Carrera de Diseño Gráfico de la Universidad Nacional de Chimborazo.

## 3. ESTADO DEL ARTE

### 3.1 Depresión

#### 3.1.1 Consideraciones generales

Según Molina y Arranz (2010) la depresión es la exageración persistente de los sentimientos habituales de tristeza, es considerada como un trastorno grave, debido a que dura de varias semanas o meses afectando al cuerpo como a la mente, y de gran manera ya que las personas dejan de comer y presentan dificultades para conciliar el sueño, presenta problemas en su autoestima ya que piensan que no valen, este trastorno no presenta una debilidad personal y no es estado de ánimo que se puede librar a voluntad.

La depresión es una enfermedad de los sentimientos, debido a que es una reacción exagerada de la tristeza normal, el cual pasa por un sentimiento de vacío gris, llegando a convertirse en una desesperación absoluta acompañada de esperanza y postración, cuando esta llega a ser grave las funciones corporales se ven perjudicadas, afectando su sistema nervio, llega a afectar física y mentalmente a las personas que en varias ocasiones les provoca la muerte (Trckett, 2009)..

Se puede mencionar que los individuos que presentan depresión no simplemente se le facilita el decir no voy a salir de esto, ya que esta enfermedad se presenta sin aviso alguno, debido que no existen síntomas que avise que una persona lo va a padecer, sino que cuando llega aquellos que lo padecen presentan estados de ánimo bajo que el mismo va creciendo hasta que aquellos que los padecen ya no pueden salir por sí solo, sino que necesitan la ayuda de especialistas.

#### 3.1.2 Causas de la depresión

Se dice que cada persona es un mundo diferente, es por ello que la depresión actúa de diferentes maneras y esto depende mucho de la personalidad y nadie responde igual ante una dificultad o problema entre las apariciones de la enfermedad las principales causas son (Estalovski, 2004):

- **La herencia.** - Uno de los mayores riesgos de padecer la depresión clínicamente es la historia de la familiar, ya que puede existir el antecedente de poder heredar una predisposición biológica, lo que quiere decir es que no todas las personas que poseen familiares con antecedentes de depresión lo van a padecer (Estalovski, 2004).

- **Factores bioquímicos.** - Se ha comprobado que la bioquímica del cerebro juega un papel significativo en los trastornos depresivos, ya que las personas que poseen una depresión grave poseen desequilibrio en algunas sustancias químicas del cerebro conocidas como neurotransmisores, los patrones de sueño son afectados por dicho problema (Estalovski, 2004).
- **Situaciones estresantes.** - El fallecimiento de un familiar, amigo, el poseer una enfermedad crónica, problemas interpersonales, financieros, el divorcio, son aquellas circunstancias que pueden ocasionar síntomas de depresión que sostenidos en un largo periodo desencadenan una depresión clínica (Estalovski, 2004).
- **Estacionalidad.** - Es un trastorno afectivo emocional, debido a que existen personas que desarrollan la depresión en meses de invierno, cuando los días se hacen cortos, debido a la reducción de la cantidad de horas luz afecta el equilibrio de algunos compuestos químicos del cerebro (Estalovski, 2004).
- **Personalidad.** - Aquellas personas que poseen esquemas mentales negativos, baja autoestima, sensación de la falta de control, preocupación excesiva, están más propensos de padecer depresión, dentro de estos atributos se puede resaltar el efecto de las situaciones de estrés o interferir en la capacidad de enfrentarlas (Estalovski, 2004).

### 3.1.3 Síntomas de la depresión

Según Hays y Salsman (2002) menciona que la depresión empieza siempre por la mente humana, dando paso al sentimiento o las emociones en las cuales se termina manifestando a nivel físico; entre los principales síntomas se encuentran :

#### a) Alteraciones emocionales:

- Baja autoestima
- Sentimiento de exageración o culpabilidad
- Abruñación y sensación de vacío
- Ataque de irritabilidad y cólera
- Estado de tristeza y mal humor continuo

#### b) Cambio de comportamientos

- Poco interés hacia las actividades diarias
- Pánico de salir de la casa
- Incomodidad ante otro individuo

- Desistieres por el sexo
- Pérdida de interés y gusto por la vida
- Falta de cuidado físico

**c) Alteraciones cognitivas**

- Pérdida de la memoria
- Falta de concentración
- Pensamientos negativos constantes
- Obsesión ante la idea de suicidarse

**d) Síntomas circunstanciales**

- Falta de motivación
- Falta de concentración
- Descenso de la productividad
- Poca decisión ante cosas u hechos relevantes
- Necesidad de consumir alcohol y drogas por evadir la realidad

### **3.1.4 Pronunciación de la depresión según género y edad**

Según el Instituto Nacional de la Salud Mental (2015) menciona que la presión afecta a las personas de maneras diferentes entre ellas se encuentran:

- **Las mujeres** sufren de depresión con más frecuencia que los hombres. Esto puede relacionarse con los factores biológicos, hormonales, o del ciclo de vida que son únicos de las mujeres. Las mujeres que padecen depresión suelen tener síntomas de tristeza, inutilidad y culpa (Instituto Nacional de la Salud Mental, 2015).
- **Los hombres** que padecen de depresión tienden más a estar muy cansados, irritables, e incluso, a veces, enojados. Ellos pueden perder interés en sus trabajos o en las actividades que alguna vez disfrutaban, y pueden sufrir trastornos del sueño (Instituto Nacional de la Salud Mental, 2015).
- **Los ancianos** que padecen de depresión pueden tener síntomas menos evidentes o pueden ser menos propensos a admitir sentimientos de tristeza y pena. Ellos también son más propensos a tener condiciones médicas como la enfermedad cardíaca o un derrame cerebral, los cuales pueden causar o contribuir a la depresión. Algunos medicamentos también pueden tener efectos secundarios que conducen a la depresión (Instituto Nacional de la Salud Mental, 2015).

- **Los adolescentes** y su período por naturaleza son difíciles. Los adolescentes están formando una identidad separada de sus padres, lidiando con cuestiones nuevas de sexualidad y de género, y tomando decisiones independientes por primera vez en sus vidas. Es normal que tengan mal humor de vez en cuando, pero la depresión es diferente muchos adolescentes no saben a dónde ir para obtener tratamiento de salud mental o piensan que el tratamiento no les ayudará. Otros no reciben ayuda porque creen que los síntomas de depresión pueden ser sólo parte de la tensión típica de la escuela o de ser un adolescente. Algunos adolescentes se preocupan de lo que otras personas piensen si buscan atención para su salud mental (Instituto Nacional de la Salud Mental, 2015).
- **Los niños** que padecen de depresión pueden fingir estar enfermos, negarse a ir a la escuela, aferrarse a uno de los padres o preocuparse de que uno de sus padres pueda morir. Los niños más grandes o adolescentes pueden meterse en problemas en la escuela y ser irritables. Dado a que estas señales pueden también ser parte de los cambios normales del estado de ánimo asociados con ciertas etapas de la niñez, puede ser difícil diagnosticar con precisión la depresión en una persona joven (Instituto Nacional de la Salud Mental, 2015).

### 3.1.5 Tipos de depresión

Según el Instituto Nacional de la Salud Mental (2015) existen varios tipos de trastornos depresivos.

- **Depresión grave:** síntomas graves que interfieren con la capacidad de trabajar, dormir, estudiar, comer y disfrutar de la vida. Es posible que una persona tenga un solo episodio de depresión grave en la vida, pero es más común tener varios episodios.
- **Trastorno depresivo persistente:** un estado de ánimo depresivo que dura por lo menos dos años. La persona que ha sido diagnosticada con trastorno depresivo persistente puede tener episodios de depresión grave junto con períodos de síntomas menos graves. En cualquier caso, los síntomas deben haber tenido una duración de por lo menos dos años.
- **Depresión psicótica,** que se produce cuando una persona tiene depresión grave, más algún tipo de psicosis, como creencias falsas que le perturban, delirios

(ruptura con la realidad) o alucinaciones (ver u oír cosas desagradables que otros no pueden ver u oír).

- **Depresión posparto**, es mucho más grave que la tristeza posparto o “baby blues”, experimentan muchas mujeres después de dar a luz, cuando los cambios hormonales y físicos y la nueva responsabilidad de cuidar a un recién nacido pueden ser abrumadores. Se calcula que alrededor del 10 al 15 por ciento de las mujeres experimentan depresión posparto después de dar a luz.
- **Trastorno afectivo estacional**, que se caracteriza por la aparición de la depresión durante los meses de invierno, cuando hay menos luz solar natural. Este tipo de depresión generalmente desaparece durante la primavera y el verano. Aunque el trastorno afectivo estacional puede tratarse eficazmente con terapia de luz, alrededor de la mitad de las personas con este trastorno no mejoran solamente con la terapia de luz. Los medicamentos antidepresivos y la psicoterapia pueden reducir los síntomas del trastorno afectivo estacional, ya sea de forma independiente o en conjunto con la terapia de luz.
- **Trastorno bipolar**, que es diferente de la depresión. La razón por la que se incluye en esta lista es porque las personas con trastorno bipolar tienen episodios de estados de ánimo extremadamente bajos (o depresión), pero también tienen estados de ánimo extremadamente elevados llamados manía.

### 3.1.6 Grados de la depresión

- **Depresión severa.-** La depresión severa o grave no es que sea la más grave de las tres. Es que se trata de una depresión donde la cantidad de síntomas es mayor y sus consecuencias negativas se hacen más que evidentes. Se caracteriza por una pérdida total de interés por la vida, por pensamientos frecuentes de suicidio y por la desaparición de las fuerzas físicas. Estamos ante una parálisis vital en toda regla (Estalovski, 2004).
- **Depresión moderada.-** Del enorme listado de los síntomas de depresión, la depresión moderada solo conoce unos pocos, pero su intensidad va ganando fuerza respecto a la depresión leve de forma que ya se empieza a paralizar un tanto la vida diaria de la persona enferma. Esta depresión va destruyendo la fortaleza y la seguridad y restando fuerzas e ilusiones hasta afectar a las actividades sociales, familiares y laborales (Estalovski, 2004).

- **Depresión leve.**- Se caracteriza porque los síntomas que presenta son la tristeza, cierta apatía, falta de autoestima, cansancio, falta de interés y desilusión, pero de una forma suave que no afecta a nuestra vida cotidiana o a nuestras actividades diarias. La persona con depresión leve puede seguir haciendo las mismas cosas a nivel social, familiar y laboral, aunque la constante sea la tristeza y la desganada. Sin embargo, esta depresión leve, a la que algunos llaman distimia, no debe tomarse a la ligera ya que en muchos casos conduce a una depresión crónica (Estalovski, 2004).
- **Depresión mínima.** - Al igual que ocurre en otros tipos de depresión, las personas afectadas por este trastorno pueden perder interés en sus actividades habituales, tener dificultad para concentrarse y sentirse cansadas y sin energía, pero este trastorno solo le puede durar unos ciertos días (Estalovski, 2004).

## 3.2 Las relaciones interpersonales

### 3.2.1 Consideraciones generales

Las relaciones son el epicentro de todas las experiencias positivas en los seres humanos, una relación interpersonal es una interacción recíproca entre dos o más personas, en este sentido nuestras habilidades de interacción determinarán nuestro posible éxito; Maxwell (2010).. La relación más importante que se presenta en la vida es la de los amigos, o relaciones afectivas, el individuo va a tener un proceso significativo para desarrollarse, en la pre adolescencia el joven va a necesitar mucha más intimidad que antes en el sentido físico y emocional ya que se está descubriendo a sí mismo, sus habilidades y limitaciones como ser humano.

Las relaciones interpersonales es un mecanismo complejo de comunicación, presente en la interacción con otras personas. Existen factores como la opinión previa que influye en la calidad del trabajo en equipo y el desempeño. Desde que nacemos, los humanos interactuamos con dos o más personas, compartiendo ideas, sentimientos y emociones a través de la comunicación, creando lazos de amistad en la vida social y laboral.

El ser humano es muy complejo, su desarrollo se completa a lo largo de los años con distintos cambios hasta alcanzar una madurez y ser capaces de actuar; nuestras relaciones con los demás se nos hace necesario saber con quién y cómo vamos a convivir socialmente, cuando conocemos a otra persona no tenemos un juicio en ella hasta poder comprender y

entablar un vínculo de empatía para que pueda haber confianza y se puedan desenvolver sin ningún problema (Dirks, 1969)

La juventud y la adultez no se llegan a definir con facilidad, hay mucha distorsión al momento de adquirir conocimientos y habilidades sociales, esto se considera un problema a futuro del que hay que percatarse a tiempo para un normal desarrollo dentro la convivencia que pueda tener el individuo con él mismo y con su ambiente, el aprendizaje, la memoria, la capacidad de resolver problemas, y muchos otros procesos cognoscitivos que se desarrollan a lo largo de su crecimiento personal son importantes para una mejor experiencia de vida con la sociedad, (Craig, 1997).

### **3.2.2 Importancia de las relaciones interpersonales**

La importancia de mantener relaciones interpersonales adecuadas, parte de la necesidad de comunicarnos diariamente, desde que nacemos hasta el final de nuestros días. Por lo tanto Rodríguez (2017), “las relaciones interpersonales son el conjunto de contactos que tenemos los seres humanos como seres sociables con el resto de las personas”. Una relación interpersonal es una interacción mutua entre dos o más personas. En toda relación interpersonal hablamos de la comunicación como un medio que ayuda a intercambiar ideas, pensamientos de este modo logra que las personas obtengan información respecto a su ambiente y compartirla con gente a su alrededor

A las relaciones se les conocen como relaciones interpersonales. El hombre en si es sorprendente, ya que día a día puede relacionarse con tantas personas como pueda y como dice el dicho, cada individuo es multidimensional. Precisamente, en esa diferencia, habita la gran riqueza de las relaciones humanas, ya que al estar junto a individuos intercambiamos y construimos nuevas experiencias y conocimientos; pero en esa diferencia está también la dificultad para relacionarnos, pues tenemos que esforzarnos en todo aspecto y así llegar a una conclusión y observar resultados.

### **3.2.3 Factores que intervienen en las relaciones humanas**

(Hernández, 2015) menciona que esto servirá para que haya de cierta manera un punto de engrandecimiento mutuo en cuanto a desarrollo grupal se refiere, que tendrán que ver mucho con la formación que tuvimos en casa o en el lugar donde nos desarrollamos en tempranas edades, esto nos servirá para tener un bienestar en nuestra vida cotidiana, los principales factores que debemos tener en cuenta son los siguientes:

- **Respeto:** Aun cuando no se comparta un punto de vista, conviene considerar las creencias y sentimientos de los demás, usted depende de los demás por lo que es importante respetar y hacerse respetar (Hernández, 2015)
- **Comprensión:** Aceptar a los demás como personas, con sus limitaciones, necesidades individuales, derechos, características especiales y debilidades. La comprensión y la buena voluntad son la clave de las relaciones humanas (Hernández, 2015)
- **Cooperación:** Es la llave del bienestar general. Trabajando todos por un mismo fin, se obtienen los mejores resultados y beneficios (Hernández, 2015)
- **Disciplina:** Lograr una disciplina en sus actividades (Hernández, 2015)
- **Orden:** Logra mantener una estabilidad en su espacio personal (Hernández, 2015)
- **Comunicación:** Es el proceso mediante el cual transmitimos y recibimos datos, ideas, opiniones y actitudes para lograr comprensión y acción (Hernández, 2015).
- **Cortesía:** Es el trato amable y cordial, facilita el entendimiento con los demás, permite trabajar juntos en armonía y lograr resultados. La cortesía cuesta poco y vale mucho (Hernández, 2015)

El ser humano es un ser racional y por lo tanto no todas las personas se comportan del mismo modo ya que lo que diferencia a una persona de la otra es su forma de expresarse y comportarse con los demás individuos que lo rodean. Por lo mismo, tenemos que aclarar que en la vida de todo ser humano existen muchas conductas que el mismo se forma o le forman cuando es todavía un niño y que a través de los años estas conductas van creciendo y desarrollándose a través de su vida afectándole para bien o para mal, todo esto de alguna manera en la personalidad y comportamiento de la persona (Hernández, 2015)

### **3.2.4 Características de las relaciones interpersonales**

Para Martos (2009) menciona que la comunicación es la característica más importante en el desarrollo de las relaciones interpersonales, sin embargo, existen factores que han generalizado a las características en:

#### **Características interpersonales sanas:**

- Que haya confianza.
- Que haya interés.
- Que haya comunicación.

### **Características interpersonales no sanas:**

- Que haya miedo al momento de querer opinar o decir algo.
- Que exista rechazo de parte de uno o ambas personas.
- Baja autoestima de uno o ambos.
- Sensación de rechazo.

### **Libertad personal:**

- Derecho de un individuo frente al estado

### **Libre albedrío:**

- Habilidad de cada individuo para tomar sus propias decisiones.

### **¿Cómo poner un límite si algo nos hace daño?**

- Decírselo a las personas que te molestan.
- Alejarte discretamente.
- Buscar algo que lo sustituya. Como una actividad, (Ontiveros, 2016).

Se debe tomar en cuenta mucho que manejar bien la parte social nos engrandecerá de manera significativa, a continuación, detallaremos posibles estrategias para evitar malas relaciones:

- Alejarme de las personas que dan malas ideas.
- No aislarme de los demás por el incidente.
- Respetar a los demás para que sepan que en realidad no soy así.
- Hacer que la gente te reconozca en lo que sabes hacer mejor, en lo que destacas o en lo que te gusta hacer y no por el incidente.

Las influencias que tiene el individuo por parte de la sociedad son muy grandes, teniendo en cuenta que el primer sistema social es la familia en donde un mal desarrollo de sus actitudes y habilidades van a repercutir más adelante cuando comience a relacionarse con otros sistemas así tendrán que comportarse de manera diferente acatando las normas del lugar en el que se encuentra, la escuela es una gran ejemplo de cómo la persona puede accionar teniendo el reto de mostrar todo su desarrollo hasta el momento, y llegando a un sistema

social en donde las maneras de pensar, actuar y sentir son cuestionadas por eso importante saber guiar al individuo para que pueda sobresalir de manera autosuficiente.

### 3.2.4 Niveles de las habilidades según Elena Gismero

NIVEL	DESCRIPCIÓN
<b>I Autoexpresión en situaciones sociales</b>	Refleja la capacidad de expresarse uno mismo de forma espontánea, y sin ansiedad, en distintos tipos de situaciones sociales: entrevistas laborales, tiendas y lugares oficiales, en grupos y reuniones sociales, etc. Obtener una alta puntuación indica facilidad para las interacciones en tales contextos, para expresar las propias opiniones y sentimientos, hacer preguntas etc (Quintana, 2017).
<b>II Defensa de los propios derechos como consumidor</b>	Una alta puntuación refleja la expresión de conductas asertivas frente a desconocidos en defensa de los propios derechos en situaciones de consumo (no dejar “colarse” a alguien en una fila o en una tienda, pedir a alguien que habla en cine que se calle, pedir descuentos, devolver un objeto defectuoso, etc.) (Quintana, 2017).
<b>III Expresión de enfado o disconformidad</b>	Bajo este factor subyace la idea de evitar conflictos o confrontaciones con otras personas; una puntuación alta indica la capacidad de expresar enfado, sentimientos negativos justificados o desacuerdo con otras personas. Una puntuación baja indicaría la dificultad para expresar discrepancias y el preferir callarse

---

lo que a uno le molesta con tal de evitar posibles conflictos con los demás (aunque se trate de amigos o familiares) (Quintana, 2017)

#### **IV Decir No y cortar interacciones**

Refleja la habilidad para cortar interacciones que no se quieren mantener (tanto con un vendedor, como con amigos que quieren seguir charlando en un momento en que se quiere interrumpir la conversación, o con personas con las que no se desea seguir saliendo o manteniendo la relación), así como al negarse a prestar algo cuando nos disgusta hacerlo. Se trata de un aspecto de la aserción en que lo crucial es poder decir “NO” a otras personas, y cortar las interacciones –a corto o largo plazo- que no se desean mantener por más tiempo (Quintana, 2017).

#### **V Hacer peticiones**

Esta dimensión refleja la expresión de peticiones a otras personas de algo que deseamos, sea a un amigo (que nos devuelva algo que le prestamos, que nos haga un favor), o en situaciones de consumo (en un restaurante no nos traen algo tal y como lo pedimos y queremos cambiarlo, o en una tienda nos dieron mal el cambio). Una puntuación alta indicaría que la persona que la obtiene es capaz de hacer peticiones semejantes a éstas sin excesiva dificultad, mientras que una baja

---

---

puntuación indicaría la dificultad de expresar peticiones de lo que queremos a otras personas.

**VI Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto**

El factor se define por la habilidad para iniciar interacciones con el sexo opuesto (una conversación, pedir una cita) y poder hacer espontáneamente un cumplido, un halago, hablar con alguien que te resulta atractivo. En esta ocasión, se trata de intercambios positivos. Una puntuación alta indica facilidad para tales conductas, es decir, iniciativa para iniciar interacciones con el sexo opuesto, y para expresar espontáneamente lo que nos gusta del mismo. Una baja puntuación indica dificultad para llevar a cabo espontáneamente y sin ansiedad tales conductas

---

## **4. METODOLOGÍA**

### **4.1 Enfoque de la investigación**

#### **4.1.1 Enfoque mixto**

Se utilizó un enfoque mixto tanto cualitativo como cuantitativo debido a que se realizó la recolección y análisis de datos para responder a las preguntas de investigación y revelar sus resultados e impactos en el proceso de interpretación.

### **4.2 Diseño**

#### **4.2.1 No experimental**

Porque no influyó en las variables de estudio y la población a estudiar ya que se encontraron en su propio contexto, es decir dentro de la institución educativa.

### **4.3 Tipo de investigación**

#### **4.3.1 Descriptiva**

Permitió dar detalle de la relación de los grados de depresión y de las relaciones interpersonales que poseen los estudiantes de la Carrera de Diseño Gráfico de la Universidad Nacional de Chimborazo por medio de una descripción de acuerdo a su rendimiento.

#### **4.3.2 Correlacional**

Se relacionó las dos variables de estudio.

#### **4.3.3 Tipo de estudio**

##### **4.3.3.1 Transversal**

Porque se realizó en un periodo de tiempo determinado.

#### **4.3.4 Por los objetivos**

##### **4.3.4.1 Básica**

Porque es un acercamiento analítico, se dedicó al desarrollo de la ciencia e investigación.

### 4.3.5 Por el lugar

#### 4.3.5.1 De Campo

Se realizó en el lugar de los hechos, Carrera de Diseño Gráfico de la Universidad Nacional de Chimborazo de la ciudad de Riobamba.

#### 4.3.5.2 Bibliográfica

Se fundamentó un marco teórico a través de fuentes bibliográficas, libros actualizados y referencias de otros estudios.

### 4.4 Población y muestra

#### 4.4.1 Población

Estudiantes de la Universidad Nacional de Chimborazo.

#### 4.4.2 Muestra

La muestra fue no probabilística intencional y se la determina con 71 estudiantes de Primero a Octavo Semestre de la Carrera de Diseño Gráfico de la Universidad Nacional de Chimborazo, que presentaron depresión en diferentes grados.

### 4.5 Técnicas e instrumentos de investigación

**Cuadro N° 1.-** Técnicas e instrumentos de investigación

<b>Variables</b>	<b>Técnicas</b>	<b>Instrumento</b>	<b>Descripción</b>
<b>DEPRESIÓN</b>	Pruebas Psicométricas.  Instrumentos complementarios.	El inventario de Depresión de BECK BDI-II.	Es un autoinforme que proporciona una medida de la presencia y de la gravedad de la depresión en adultos y adolescentes de 13 años o más. Se compone de 21 ítems indicativos de síntomas tales como tristeza, llanto, pérdida de placer, sentimientos de fracaso y de culpa, pensamientos o deseos de suicidio, pesimismo, etc, (Psicólogos, 2011).

<b>RELACIONES INTERPERSONAL ES</b>	Pruebas Psicométricas.  Instrumentos complementarios.	EHS-Escala de Habilidades Sociales.	Está compuesto por 33 ítems, 28 de los cuales están redactados en el sentido de falta de aserción o déficit en habilidades sociales y 5 de ellos en el sentido positivo. Consta de 4 alternativas de respuesta, desde “No me identifico en absoluto; la mayoría de las veces no me ocurre o no lo haría” a “muy de acuerdo y me sentiría o actuaría así en la mayoría de los casos”. A mayor puntuación global, el sujeto expresa más habilidades sociales y capacidad de aserción en distintos contextos (Gismero, 1996).
			Escala de calificación
			Alta: 70 -99
			Media: 35-65
			Baja: 1-30

---

Elaborado por: Alex Gabriel Almeida Chalá y Gladys Rosario Flores Pinto.

#### **4.6 Procedimiento para la recolección de datos**

La recolección de datos se realizó de la siguiente manera:

- 4 Toma de datos en base a la aplicación de los instrumentos.
- 5 Revisión y limpieza de la información.
- 6 Procesamiento de datos.
- 7 Tabulación y representación gráfica de la información.
- 8 Análisis e interpretación de los resultados obtenidos.

## 5. ANALISIS Y RESULTADOS

### 5.1 Análisis de la Depresión, Test BDI II aplicado a los estudiantes de la Universidad Nacional de Chimborazo Carrera de Diseño Gráfico.

Cuadro N° 2.- Cuadro general Test BID II

N°	Test	Puntaje Total	Resultado de Depresión en función de la puntuación	Presenta Depresión
1	BDI-II	33	Grave	SI
2	BDI-II	31	Grave	SI
3	BDI-II	35	Grave	SI
4	BDI-II	31	Grave	SI
5	BDI-II	33	Grave	SI
6	BDI-II	44	Grave	SI
7	BDI-II	36	Grave	SI
8	BDI-II	33	Grave	SI
9	BDI-II	33	Grave	SI
10	BDI-II	29	Grave	SI
11	BDI-II	23	Moderada	SI
12	BDI-II	20	Moderada	SI
13	BDI-II	25	Moderada	SI
14	BDI-II	20	Moderada	SI
15	BDI-II	24	Moderada	SI
16	BDI-II	21	Moderada	SI
17	BDI-II	26	Moderada	SI
18	BDI-II	21	Moderada	SI
19	BDI-II	21	Moderada	SI
20	BDI-II	22	Moderada	SI
21	BDI-II	24	Moderada	SI
22	BDI-II	24	Moderada	SI
23	BDI-II	20	Moderada	SI
24	BDI-II	24	Moderada	SI
25	BDI-II	20	Moderada	SI
26	BDI-II	22	Moderada	SI
27	BDI-II	22	Moderada	SI
28	BDI-II	24	Moderada	SI
29	BDI-II	25	Moderada	SI
30	BDI-II	24	Moderada	SI
31	BDI-II	26	Moderada	SI
32	BDI-II	24	Moderada	SI
33	BDI-II	26	Moderada	SI
34	BDI-II	23	Moderada	SI
35	BDI-II	20	Moderada	SI
36	BDI-II	22	Moderada	SI
37	BDI-II	19	Leve	SI
38	BDI-II	15	Leve	SI

39	BDI-II	14	Leve	SI
40	BDI-II	14	Leve	SI
41	BDI-II	14	Leve	SI
42	BDI-II	19	Leve	SI
43	BDI-II	16	Leve	SI
44	BDI-II	16	Leve	SI
45	BDI-II	16	Leve	SI
46	BDI-II	19	Leve	SI
47	BDI-II	19	Leve	SI
48	BDI-II	14	Leve	SI
49	BDI-II	14	Leve	SI
50	BDI-II	15	Leve	SI
51	BDI-II	18	Leve	SI
52	BDI-II	19	Leve	SI
53	BDI-II	19	Leve	SI
54	BDI-II	16	Leve	SI
55	BDI-II	18	Leve	SI
56	BDI-II	18	Leve	SI
57	BDI-II	15	Leve	SI
58	BDI-II	19	Leve	SI
59	BDI-II	17	Leve	SI
60	BDI-II	18	Leve	SI
61	BDI-II	14	Leve	SI
62	BDI-II	19	Leve	SI
63	BDI-II	19	Leve	SI
64	BDI-II	15	Leve	SI
65	BDI-II	16	Leve	SI
66	BDI-II	18	Leve	SI
67	BDI-II	18	Leve	SI
68	BDI-II	16	Leve	SI
69	BDI-II	15	Leve	SI
70	BDI-II	14	Leve	SI
71	BDI-II	15	Leve	SI

Fuente: UNACH Carrera de Diseño Gráfico

Elaborado por: Alex Gabriel Almeida Chalá y Gladys Rosario Flores Pinto.

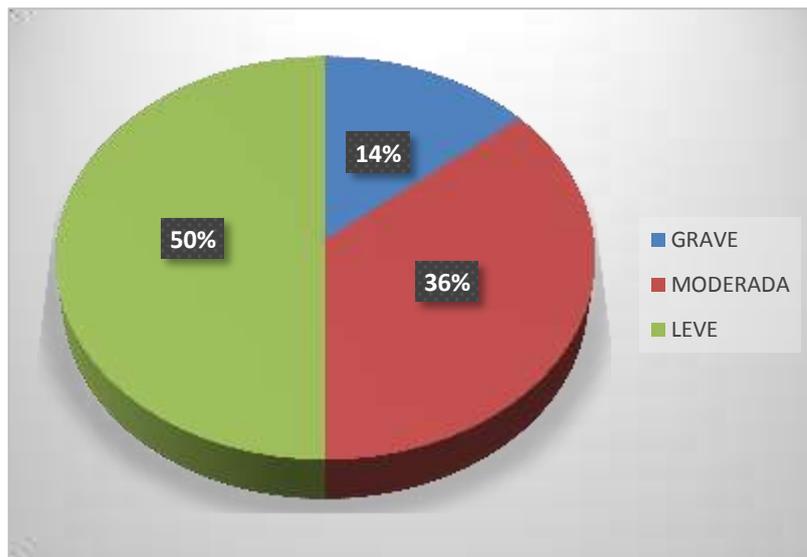
**Cuadro N° 3.- Grados de depresión**

ITEMS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
GRAVE	10	14%
MODERADA	26	36%
LEVE	36	50%
TOTAL	71	100%

**Fuente:** UNACH Carrera de Diseño Gráfico

**Elaborado por:** Alex Gabriel Almeida Chalá y Gladys Rosario Flores Pinto.

**Gráfico N° 1.- Grados de depresión**



**Fuente:** Cuadro N° 1

**Elaborado por:** Alex Gabriel Almeida Chalá y Gladys Rosario Flores Pinto.

### **Análisis**

Se puede evidenciar que de los 71 estudiantes los 10 que forman el 14% presentan una depresión grave, 26 estudiantes que corresponden el 36% es moderada, los 36 estudiantes que representan el 50% tiene una depresión leve.

### **Interpretación**

Se pudo evidenciar que el nivel de depresión de los estudiantes es un nivel leve, debido a que manifiestan problemas en su autoestima, y los conflictos los resuelven de una manera asertiva; pero existe un pequeño grupo de estudiantes donde si presentan un nivel grave en depresión donde deben buscar ayuda de un especialista y de su familia para enfrenar estos problemas, debido a que poseen un nivel de autoestima baja, no se siente aceptados por aquellos que los rodean, afectando así sus relaciones sociales entre otros.

## 5.2.- Evaluación del Test de Escalas de Habilidades Sociales de Elena Gismero

Cuadro N° 4.- Cuadro general de las Habilidad Sociales

N°	I	II	III	IV	V	VI	Global
1	2	20	15	45	5	65	5
2	4	5	30	65	5	50	10
3	25	15	30	10	35	30	15
4	1	2	10	4	2	5	2
5	55	15	40	85	25	65	30
6	80	75	15	55	65	95	80
7	25	50	70	65	35	15	35
8	4	10	85	65	25	10	10
9	30	15	70	75	5	30	25
10	20	15	10	55	10	50	20
11	25	60	85	95	25	40	55
12	50	60	25	65	15	40	45
13	4	10	10	10	35	15	3
14	10	25	55	3	5	5	5
15	10	5	55	65	50	30	20
16	35	10	30	95	5	50	30
17	15	5	40	30	35	5	10
18	10	60	3	20	15	10	5
19	30	60	15	85	10	55	35
20	25	14	85	30	5	25	20
21	85	35	80	75	35	65	75
22	35	20	70	55	25	98	55
23	80	75	70	90	2	55	65
24	30	15	70	15	5	10	10
25	70	80	40	85	65	75	85
26	5	20	5	45	2	55	5
27	20	15	10	10	5	40	10
28	98	15	30	10	15	65	35
29	25	20	55	30	25	30	20
30	5	35	40	85	15	75	30
31	15	60	55	98	65	55	55
32	5	35	7	98	25	25	20
33	60	10	10	20	10	30	10
34	24	15	30	20	15	50	20
35	20	50	25	20	15	25	15
36	10	15	30	20	2	30	10
37	1	15	40	85	10	65	10
38	15	25	25	85	65	30	30
39	45	50	20	85	5	5	20
40	30	60	55	20	35	55	35
41	65	50	25	65	85	75	70

<b>42</b>	45	25	85	75	5	50	45
<b>43</b>	30	60	90	65	15	75	55
<b>44</b>	55	2	30	15	15	65	15
<b>45</b>	25	35	40	20	25	30	20
<b>46</b>	45	50	40	65	3	15	25
<b>47</b>	25	50	40	55	75	5	35
<b>48</b>	10	60	55	65	10	10	20
<b>49</b>	20	35	15	65	15	65	25
<b>50</b>	25	35	40	45	25	75	35
<b>51</b>	50	20	80	75	35	25	45
<b>52</b>	10	11	30	30	10	40	10
<b>53</b>	10	35	20	20	65	65	20
<b>54</b>	40	35	3	35	5	15	15
<b>55</b>	20	50	99	20	5	25	25
<b>56</b>	15	50	70	98	15	55	45
<b>57</b>	30	35	70	65	75	30	50
<b>58</b>	90	35	5	75	50	96	75
<b>59</b>	30	25	5	98	15	65	35
<b>60</b>	10	50	30	30	3	25	10
<b>61</b>	95	35	80	55	25	85	75
<b>62</b>	30	25	55	75	2	40	30
<b>63</b>	15	60	70	45	35	15	25
<b>64</b>	4	4	30	40	5	40	10
<b>65</b>	20	25	30	4	3	50	10
<b>66</b>	5	15	40	15	5	30	10
<b>67</b>	30	40	3	90	25	65	30
<b>68</b>	30	20	15	25	25	55	20
<b>69</b>	5	25	40	20	25	40	15
<b>70</b>	80	35	90	85	50	40	70
<b>71</b>	10	10	5	15	3	80	10

Fuente: UNACH Carrera de Diseño Gráfico

Elaborado por: Alex Gabriel Almeida Chalá y Gladys Rosario Flores Pinto.

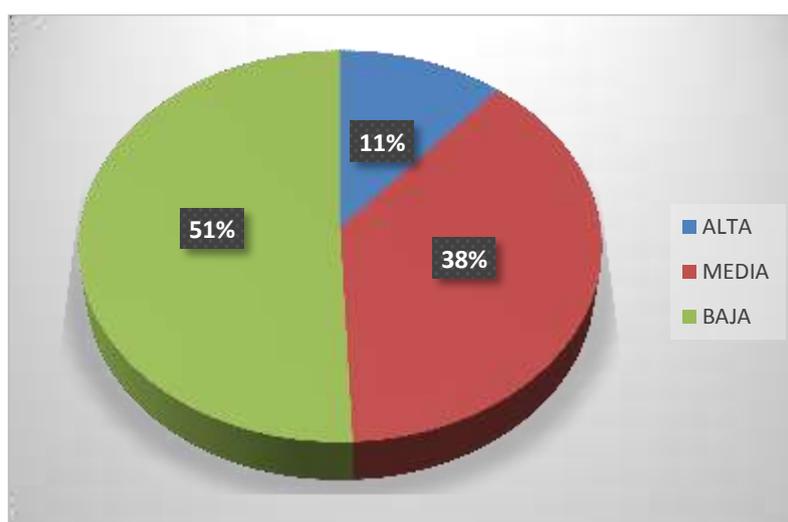
**Cuadro N° 5.- Niveles de evaluación del EHS**

<b>ITEMS</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
<b>ALTA</b>	8	11%
<b>MEDIA</b>	27	38%
<b>BAJA</b>	36	51%
<b>TOTAL</b>	71	100%

**Fuente:** UNACH Carrera de Diseño Gráfico

**Elaborado por:** Alex Gabriel Almeida Chalá y Gladys Rosario Flores Pinto.

**Gráfico N° 2.- Niveles de evaluación del EHS**



**Fuente:** Cuadro N° 4

**Elaborado por:** Alex Gabriel Almeida Chalá y Gladys Rosario Flores Pinto.

### **Análisis**

Se puede evidenciar que de los 71 estudiantes los 36 que forman el 51% presentan un nivel bajo con relación a sus habilidades sociales, 27 que corresponden al 38% medio; mientras que 8 que corresponden al 11% un nivel alto.

### **Interpretación**

El nivel de habilidades sociales de la gran mayoría de los estudiantes de la carrera de Diseño Gráfico es bajo, debido a que cuando presentan problemas lo resuelven de una manera no asertiva donde muchas veces recurren a la agresión física y psicología, debido a que presentan problemas de identificación, no se sienten aceptados por aquellas personas que los rodean, afectando así su autoestima y por ende su aprendizaje.

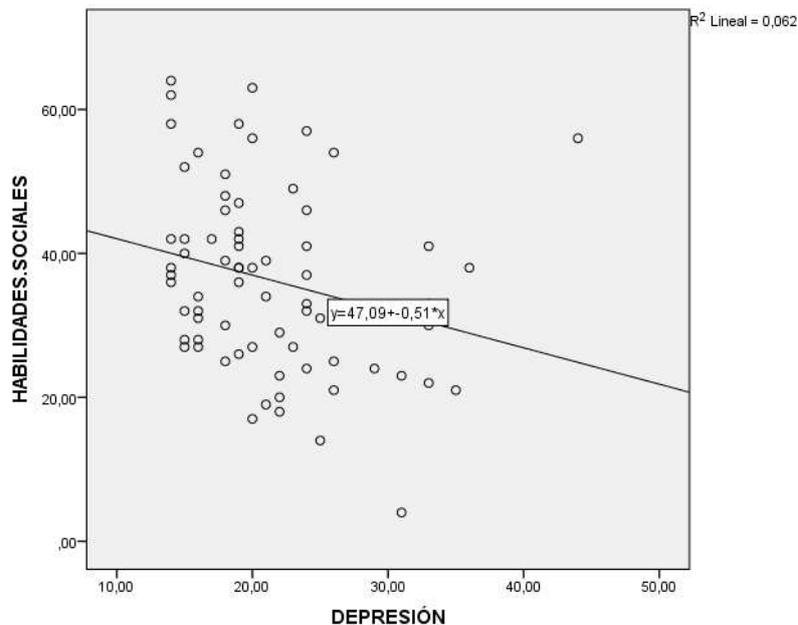
### 5.3. Correlación de la variables

**Cuadro N° 6-** Correlación entre la depresión y las relaciones interpersonales

		DEPRESIÓN	HABILIDADES.SOCIALES
DEPRESIÓN	Correlación de Pearson	1	-,248
	Sig. (bilateral)		,037
	N	71	71
RELACIONES.INTERPERSONALES	Correlación de Pearson	-,248	1
	Sig. (bilateral)	,037	
	N	71	71

\*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (2 colas).

**Gráfico N° 3.-** Correlación entre la depresión y las relaciones interpersonales



#### Análisis

Se ha podido observar que con la utilización del programa estadístico SPSS se evidenció una correlación de Pearson de -0.248\* significativa bilateral de 0.37 en el nivel 0.05 (2colas)

#### Interpretación

Se puede mencionar que, si existen estudiantes que presentan un nivel grave referente a la depresión debido a que poseen dificultades al desarrollar las relaciones personales, son personas de otras ciudades y no poseen una buena comunicación con aquellas que se encuentran en su entorno.

## 6. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

### 6.1 Conclusiones

- Se identificó que los estudiantes de la Carrera de Diseño Gráfico poseen diferentes grados de depresión; es así como el 14% presentan una depresión grave, el 36% es moderada, el 50% tiene una depresión leve, si bien es cierto la mayoría de los estudiantes se encuentra en un nivel de depresión baja, sin embargo existen personas que poseen depresión grave, debido a que sienten que no son aceptados por los demás, presentan cambios bruscos en su carácter, poseen un autoestima bajo es por ello que muchas de las veces se sumergen solos en sus problemas.
- Se estableció que los estudiantes poseen diferentes tipos de relaciones interpersonales ya que 51% presentan un nivel bajo con relación a sus habilidades sociales, el 38% medio; 11% un nivel alto, evidenciando dificultad de poder relacionarse con los demás, de la misma manera se pudo evidenciar que poseen más dificultades en la autoexpresión ante situaciones sociales debido a que no poseen la capacidad para expresarse de una manera espontánea, y ser sincero antes algunas situaciones para poder obtener la aceptación de las personas que se encuentran a su lado.
- Se analizó que si existen una correlación negativa de Pearson que es de  $-0.248^*$  ya que la depresión es un estado emocional que si no se trata a tiempo puede convertirse en un trastorno que acaba con la vida de aquellas personas que lo padecen, es por ello que poseen dificultades de desarrollar las relaciones interpersonales, debido a que sienten no ser aceptado por sus condiciones físicas, sociales y económicas, muchos de los estudiantes provienen de otras ciudades es por ello que se sientes solos y cuando tienen un problema prefieren afrontar solos que contar lo que les sucede.

## **6.2. Recomendaciones**

- Desarrollar talleres y charlas vivenciales, motivacionales, de relajación, disminución de la ansiedad, favorecer la autoestima, autoconcepto y habilidades sociales; donde se les pueda dar a conocer a los estudiantes sobre las causas y efectos que trae consigo la depresión, así poder brindar información a aquellos que lo padecen de una manera silenciosa y puedan recurrir a las personas que encuentran a su alrededor y acudir a donde un especialista que ayude a salir de este trastorno.
- Generar actividades recreacionales basadas en la inteligencia emocional como juegos de fútbol, básquet y bailoterapia donde los estudiantes puedan compartir momentos amenos así favorece el desarrollo adecuado de las relaciones interpersonales.
- Que los docentes realicen actividades cooperativas con el propósito de que los estudiantes se conozcan entre sí y puedan afianzar más las relaciones interpersonales y por ende favorecen aquellas personas que presentan depresión.

## 7. BIBLIOGRAFIA

- Coello, C. (7 de Abril de 2017). *redaccionmedica.ec*. Obtenido de *redaccionmedica.ec*:  
<https://www.redaccionmedica.ec/secciones/salud-publica/el-estigma-de-la-depresi-n-empieza-en-los-mismos-m-dicos-89973>
- Craig, G. j. (1997). *DESARROLLO PSICOLÓGICO* . Mexico: HISPANOAMERICANA. S.A.
- Dirks, D. H. (1969). *Psychologie*. Barcelona: Printer, industria grafica sa.
- ELPsicoasesor.com. (17 de enero de 2013). *elpsicoasesor.com*. Obtenido de *elpsicoasesor.com*: <http://elpsicoasesor.com/ehs-escala-de-habilidades-sociales/>
- Estalovski, B. (2004). *Cómo vencer la depresión* . Buenos Aires: Ziel.
- Gismero, E. (1996). *Habilidades sociales*. Madrid: Ortega.
- Haye, & Sálesman. (2002). *Coómo alejar la depresión, la tristeza empieza por el mas genio*. México: Paulinas.
- Hernández, N. (2015). *Elementos básicos que influyen en las relaciones humanas*. Obtenido de <https://core.ac.uk/download/pdf/55527013.pdf>
- Instituto Nacional de la Salud Mental. (2015). *Depesión* . Obtenido de [https://www.nimh.nih.gov/health/publications/espanol/depression-sp/depression\\_sp\\_quad\\_508\\_in\\_12\\_23\\_10\\_141885.pdf](https://www.nimh.nih.gov/health/publications/espanol/depression-sp/depression_sp_quad_508_in_12_23_10_141885.pdf)
- López, M., González, N., & Palos, P. (2012). Depresión en adolescentes: El papel de los suceso vitales estresantes. *Salud Mental*, 37-43.
- Martos, M. (2009). *Relaciones interpersonales y adherencia al tratamiento en accidentes cronicos*. Almería: Universidad de Almería.
- Maxwell, J. (2010). *El poder de las relaciones*. México: Grupo Nelson.
- Molina, L. S., & Arrnz, B. (2010). *Comprender la depresión*. Barcelona: Amat.

Ontiveros, A. P. (25 de 10 de 2016). *Blogspot.com*. Obtenido de <http://malasrelacionesinterpersonalesapo.blogspot.com/>

Organización Mundial de la Salud. (2017). *Depresión y otros trastornos mentales comunes*. Obtenido de <http://iris.paho.org/xmlui/bitstream/handle/123456789/34006/PAHONMH17005-spa.pdf>

Prócel, G. (2016). Importancia de las relaciones interpersonales en el ámbito laboral. *ESPE*, 1-5.

Psicólogos, C. G. (2011). *www.cop.es*. Obtenido de [www.cop.es](http://www.cop.es): <https://www.cop.es/uploads/PDF/2013/BDI-II.pdf>

Rodríguez, D. (2017). *Las relaciones interpersonales en el comportamiento*. Obtenido de <http://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/25405/1/RODR%C3%8DGUEZ%20GARZ%C3%93N%20DOLORES%20ANDREA%20050328202-2.pdf>

Stucchi, S. (2017). Realmente existe una epidemia de depresión . *Revista Neuropsiquiatr*, 261-264.

Trckett, S. (2009). *Supera la ansiedad y la depresión* . Barcelona: Hispano Europea.

## 8. ANEXOS

### 8.1 Anexos 1.- Test BDI-II

#### BDI-II

Paciente: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

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

#### 1. Tristeza

- 0. No me siento triste.
- 1. Me siento triste gran parte del tiempo.
- 2. Estoy triste todo el tiempo.
- 3. Estoy tan triste o soy tan infeliz que no puedo soportarlo.

#### 2. Pesimismo

- 0. No estoy desalentado respecto de mi futuro.
- 1. Me siento más desalentado respecto de mi futuro de lo que solía estarlo.
- 2. No espero que las cosas funcionen para mí.
- 3. Siento que no hay esperanza para mi futuro y que sólo puede empeorar.

#### 3. Fracaso

- 0. No me siento como un fracasado.
- 1. He fracasado más de lo que hubiera debido.
- 2. Cuando miro hacia atrás veo muchos fracasos.
- 3. Siento que como persona soy un fracaso total.

#### 4. Pérdida de Placer

- 0. Obtengo tanto placer como siempre por las cosas de las que disfruto.
- 1. No disfruto tanto de las cosas como solía hacerlo.
- 2. Obtengo muy poco placer de las cosas de las que solía disfrutar.
- 3. No puedo obtener ningún placer de las cosas de las que solía disfrutar.

#### 5. Sentimientos de Culpa

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

#### 6. Sentimientos de Castigo

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

#### 7. Disconformidad con Uno Mismo

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

#### 8. Autocrítica

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

#### 9. Pensamientos o Deseos Suicidas

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

#### 10. Llanto

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

#### 11. Agitación

- 0. No estoy más inquieto o tenso que lo habitual.
- 1. Me siento más inquieto o tenso que lo habitual.
- 2. Estoy tan inquieto o agitado que me es difícil quedarme quieto.
- 3. Estoy tan inquieto o agitado que tengo que estar siempre en movimiento o haciendo algo.

**12. Pérdida de Interés**

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

**13. Indecisión**

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

**14. Devalorización**

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

**15. Pérdida de Energía**

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

**16. Cambios en los Hábitos de Sueño**

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

**17. Irritabilidad**

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

**18. Cambios en el Apetito**

0. No he experimentado ningún cambio en mi apetito.
- 1a. Mi apetito es un poco menor que lo habitual.
- 1b. Mi apetito es un mayor que lo habitual.
- 2a. Mi apetito mucho menor que antes.
- 2a. Mi apetito mucho mayor que lo habitual.
- 3a. No tengo apetito en absoluto.
- 3b. Quiero comer todo el tiempo.

**19. Dificultad de Concentración**

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

**20. Cansancio o Fatiga**

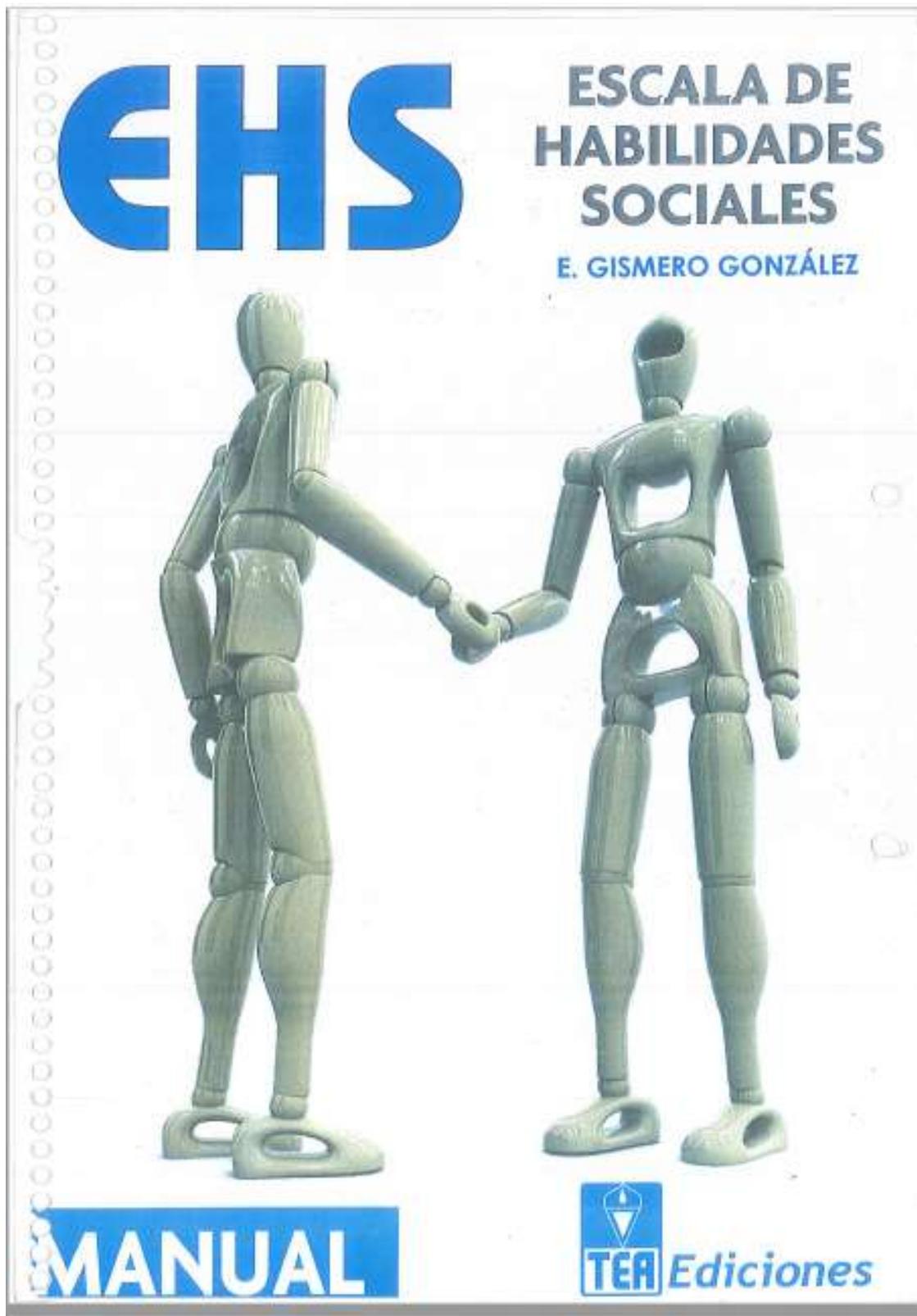
0. No estoy más cansado o fatigado que lo habitual.
1. Me fatigo o me canso más fácilmente que lo habitual.
2. Estoy demasiado fatigado o cansado para hacer muchas de las cosas que solía hacer.
3. Estoy demasiado fatigado o cansado para hacer la mayoría de las cosas que solía hacer.

**21. Pérdida de Interés en el Sexo**

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

Puntaje Total: \_\_\_\_\_

8.1 Anexos 2.- Escala de Habilidades Sociales



# EHS

Nombre y Apellido		SEMI	SEMI
Nombre		Apellido	

Antes de responder marque la letra de la afirmación que mejor se ajuste a su modo de ser o de actuar.  
 Marque con una X la letra en la columna libre de la mejor que se ajuste.

- A. No se identifico en absoluto, la mayoría de las veces no me ocurre o no lo hago.
- B. Más o menos no tiene que ver conmigo, aunque alguna vez me ocurre.
- C. Me describe aproximadamente, aunque no siempre ocurre o me siento así.
- D. Muy de acuerdo y me siento o actúo así en la mayoría de los casos.

1. A veces echo a perder preguntas por miedo a parecer estúpido. A B C D
2. Me cuesta vestirme a tiendas, cafeterías, etc. A B C D
3. Si se llega a mi casa encuentro un defecto en algo que he comprado, voy a la tienda a devolverlo. A B C D
4. Cuando en una tienda atienden antes a alguien que estoy después que yo, me callo. A B C D
5. Si un vendedor insiste en enseñarme un producto que no deseo en absoluto, pido un mal rato para decirle «No». A B C D
6. A veces me resulta difícil pedir que me devuelvan algo que debe estarlo. A B C D
7. Si en un restaurante no me traen la comida como la había pedido, llamo al camarero y pido que me la traigan de nuevo. A B C D
8. A veces no sé qué decir a personas amargas del mismo que esto. A B C D
9. Muchas veces cuando tengo que hacer un trabajo, no sé qué decir. A B C D
10. Tiendo a guardar mis opiniones íntimas mi mismo. A B C D
11. A veces entro en ciertas reuniones sociales por miedo a hacer o decir alguna tontería. A B C D
12. Si estoy en el cine y alguien me molesta con su conversación, me da mucho apuro pedirle que se calle. A B C D
13. Cuando algún amigo expresa una opinión con la que estoy muy en desacuerdo, prefiero callarme a manifestar abiertamente lo que yo pienso. A B C D
14. Cuando tengo muchas cosas que me disgusta prestar, pero si me las piden, no sé cómo negarme. A B C D
15. Hay determinadas cosas que me disgusta prestar, pero si me las piden, no sé cómo negarme. A B C D
16. Si voy de una tienda y me doy cuenta de que me han dado mal la vuelta, regreso allí a pedir el cambio correcto. A B C D
17. Me es difícil hacer un cambio a alguien que me gusta. A B C D
18. Si voy en una fiesta a una persona ebrieta del sexo opuesto, también le hablo y me acerco a emborracharme con él/ella. A B C D
19. Me cuesta expresar mis sentimientos a los demás. A B C D
20. Si busco que buscar trabajo, prefiero escribir cartas a tener que ir por entrevistas personales. A B C D
21. Soy tímido/a al negarme o pedir descuento al comprar algo. A B C D
22. Cuando un familiar cercano me molesta, prefiero ocultar mis sentimientos antes que expresar mi enfado. A B C D
23. Nunca sé cómo contar a un amigo que hablo mucho. A B C D
24. Cuando digo que no me apetece volver a salir con una persona, me cuesta mucho comunicarle mi decisión. A B C D
25. Si un amigo al que he prestado cierta cantidad de dinero para su hermano olvidado, se lo recuerdo. A B C D
26. Me suele costar mucho pedir a un amigo que me haga un favor. A B C D
27. Soy incapaz de pedir a alguien una cosa. A B C D
28. Me siento lastimado o violado cuando alguien del sexo opuesto me dice que le gusta algo de mi físico. A B C D
29. Me cuesta expresar mi opinión en grupos (en clase, en reuniones, etc.). A B C D
30. Cuando alguien se me molesta en una fila, tengo como si no me diera cuenta. A B C D
31. Me cuesta mucho expresar agresividad o enfado hacia el otro, pero aunque tenga muchos motivos justificativos. A B C D
32. Muchas veces prefiero pedir, callarme o quedarme de silencio para evitar problemas con otras personas. A B C D
33. Hay veces que no sé negarme a salir con alguien que no me apetece pero que me llama varias veces. A B C D

Asesor: Biana Zamora Casado.  
 Copyright © 2006 by ETS Sábones, S.A.U. - Todos los derechos reservados. - Prohibida la reproducción total o parcial.  
 Edita: ETS Sábones, S.A.U. (Madrid) - Distribuidor: ETS Sábones, S.A.U. (Madrid) - Primer y único responsable en España.

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





### 8.3 Anexos 3.- Fotografías



**Fuente:** UNACH Carrera de Diseño Gráfico  
**Elaborado por:** Alex Gabriel Almeida Chalá y Gladys Rosario Flores Pinto.



**Fuente:** UNACH Carrera de Diseño Gráfico  
**Elaborado por:** Alex Gabriel Almeida Chalá y Gladys Rosario Flores Pinto.



**Fuente:** UNACH Carrera de Diseño Gráfico  
**Elaborado por:** Alex Gabriel Almeida Chalá y Gladys Rosario Flores Pinto.



**Fuente:** UNACH Carrera de Diseño Gráfico  
**Elaborado por:** Alex Gabriel Almeida Chalá y Gladys Rosario Flores Pinto.