



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA**

INFORME DE INVESTIGACIÓN SOBRE:

“LA ANSIEDAD SOCIAL Y FORTALEZAS DEL CARÁCTER EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS”

Requisito previo para optar por el Título de Psicóloga Clínica.

Autora: Herrera Jara, Diana Carolina

Tutora: Ps. Cl. Mg. García Ramos, Diana Carolina

**Ambato – Ecuador**

**Septiembre 2022**

## **APROBACIÓN DEL TUTOR**

En calidad de tutora del Proyecto de Investigación con el tema: “LA ANSIEDAD SOCIAL Y FORTALEZAS DEL CARÁCTER EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS”, de Herrera Jara Diana Carolina estudiante de la carrera de Psicología Clínica, considero que reúne los méritos y requisitos suficientes para ser sometida a la evaluación del jurado examinador designado por el Honorable Consejo Directivo de la Facultad de Ciencias de la Salud.

Ambato, septiembre de 2022

LA TUTORA



Firmado electrónicamente por:  
**DIANA  
CAROLINA  
GARCIA RAMOS**

---

Ps. Cl. Mg. García Ramos, Diana Carolina

## AUTORÍA DEL TRABAJO DE GRADO

Los criterios emitidos en el presente trabajo de investigación “LA ANSIEDAD SOCIAL Y FORTALEZAS DEL CARÁCTER EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS”, como también los contenidos, ideas, análisis, conclusiones y propuestas son responsabilidad de mi persona, como autora de este trabajo de grado.

Ambato, septiembre de 2022

LA AUTORA



---

Herrera Jara, Diana Carolina

## **DERECHOS DE AUTOR**

Autorizo a la Universidad Técnica de Ambato para que haga de este proyecto de investigación un documento de acceso libre disponible para su lectura, consulta y proceso de investigación.

Cedo los derechos en línea primordial de mi tesis, dentro de las regulaciones de la Universidad, siempre y cuando esta reproducción no suponga una ganancia económica y se realice respetando los derechos de autora.

Ambato, septiembre de 2022

LA AUTORA



---

Herrera Jara, Diana Carolina

## **APROBACIÓN DEL TRIBUNAL EXAMINADOR**

Los miembros del Tribunal Examinador aprueban el Informe de Investigación sobre el tema “LA ANSIEDAD SOCIAL Y FORTALEZAS DEL CARÁCTER EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS”, de Herrera Jara Diana Carolina estudiante de la carrera de Psicología Clínica.

Ambato, septiembre de 2022

Para constancia firman

---

Presidenta

---

Primer Vocal

---

Segundo Vocal

## **AGRADECIMIENTO**

Agradezco de todo corazón a mis padres que han sido mi pilar fundamental dentro de mi vida académica, desde mis primeras letras hasta convertirme en toda una profesional. Por apoyarme, guiarme y sobre todo por la paciencia, amor y cariño brindado.

A mi apreciada Tutora de Tesis Ps. Cl. Mg. Carolina García por su paciencia en todo el transcurso de mi proyecto de grado, por guiarme en este proceso tan importante dentro de mi vida académica e impartirme sus conocimientos.

Además, agradecer a todos los docentes de la carrera de Psicología Clínica de mi querida Universidad por todos sus conocimientos impartidos y su dedicación día a día para formar profesionales capaces de liderar y sobresalir en el campo laboral.

Diana Herrera

## **DEDICATORIA**

Este trabajo lo dedico a mi pequeño ángel de la guarda que es mi hijo Santi, quien con su sonrisa ha llenado mi vida de muchas emociones y es el motivo por el cual sigo adelante con mis sueños y mis metas, al principio no fue fácil convertirse en madre y seguir con mis estudios, pero al ver esos ojitos brillantes sé que todo sacrificio valió la pena, ahora que me voy a convertir en una profesional sé que mi hijo se sentirá orgulloso de mi.

Por otra parte, también quiero dedicar a mis padres este trabajo ya que sin ellos no lo hubiera logrado, han sido ellos quienes han creído en mí siempre y por tal razón no los he defraudado y seguiré dando lo mejor de mi para que se sientan orgullosos de su hija.

Diana Herrera

# ÍNDICE DE CONTENIDO

APROBACIÓN DEL TUTOR.....	ii
AUTORÍA DEL TRABAJO .....	iii
DERECHOS DE AUTOR.....	iv
APROBACIÓN DEL TRIBUNAL EXAMINADOR .....	v
AGRADECIMIENTO .....	vi
DEDICATORIA .....	vii
ÍNDICE DE CONTENIDO.....	viii
ÍNDICE DE TABLAS .....	ix
RESUMEN .....	x
ABSTRACT .....	xi
INTRODUCCIÓN.....	1
CAPÍTULO I.....	2
1.1 Contextualización.....	2
1.2 Estado del arte .....	5
1.3 Definición de variables .....	11
<b>Fortalezas de Carácter .....</b>	<b>11</b>
<b>Ansiedad social.....</b>	<b>14</b>
<b>Ansiedad Social (definiciones según manuales diagnósticos) .....</b>	<b>19</b>
1.4 Objetivo.....	21
<b>General .....</b>	<b>21</b>
<b>Específicos .....</b>	<b>21</b>
CAPÍTULO II.....	22
2.1 Materiales .....	22
<b>Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos .....</b>	<b>22</b>
<b>Ansiedad Social .....</b>	<b>22</b>
<b>Fortalezas de Carácter.....</b>	<b>23</b>
2.2 Métodos.....	24
2.3 Operacionalización de variables:.....	24
CAPÍTULO III.....	26
3.1 RESULTADOS Y DISCUSIÓN .....	26
<b>Prueba de normalidad .....</b>	<b>26</b>
<b>Verificación de Hipótesis .....</b>	<b>37</b>
CAPÍTULO IV .....	41



Conclusiones.....	41
Recomendaciones.....	42
MATERIALES DE REFERENCIA.....	43
REFERENCIAS .....	43
ANEXOS .....	49

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Operacionalización de variables .....	24
Tabla 2. Tabla de normalidad de los datos a trabajar .....	26
Tabla 3. Media de los resultados en las 24 fortalezas de carácter .....	28
Tabla 4. Porcentaje de ansiedad social .....	29
Tabla 5. Prueba de muestras independientes .....	31
Tabla 6. Rasgos entre el género y las fortalezas de carácter .....	32
Tabla 7. Datos de correlación con U de Mann-Whitney .....	35-36
Tabla 8. Correlación entre la ansiedad social y las fortalezas de carácter .....	38-39

**Autora:** Herrera Jara, Diana Carolina

**Tutora:** Ps. Cl. Mg. García Ramos, Diana Carolina

**Fecha:** Ambato, septiembre del 2022

## **RESUMEN**

La presente investigación se realizó con el objetivo de analizar la relación entre la ansiedad social y las fortalezas de carácter en estudiantes universitarios, además se analizó las fortalezas de carácter según el sexo. Para la obtención de datos en la ansiedad social se utilizó la Escala de Ansiedad Social de Liebowitz, y para las fortalezas de carácter se utilizó el Inventario de Fortalezas VIA en una población de 103 estudiantes, de 18 a 30 años, de la Universidad Técnica de Cotopaxi. La metodología que se utilizó para el presente estudio es de enfoque cuantitativo y correlacional, para la correlación de los datos se utilizó el programa estadístico SPSS. Los resultados encontrados fueron que las fortalezas que tienen relación con la ansiedad social, que se caracteriza por el miedo a ser juzgado por la sociedad, son la persistencia que consiste en ser constante para alcanzar una meta u objetivo y el entusiasmo que es un estado de ánimo en donde prevalece la exaltación frente a una situación determinada. Además, se encontró una relación con el sexo de los estudiantes en las fortalezas de persistencia, entusiasmo y modestia siendo las mujeres quienes presentan estas características.

**PALABRAS CLAVES:** FORTALEZAS DE CARÁCTER, ANSIEDAD SOCIAL, PSICOLOGIA POSITIVA, ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS, SEXO.

**Author:** Herrera Jara, Diana Carolina

**Tutor:** Ps. Cl. Mg. García Ramos, Diana Carolina

**Date:** Ambato, septiembre del 2022

## **ABSTRACT**

The present investigation was carried out with the objective of analyzing the relationship between social anxiety and character strengths in university students, in addition, character strengths were analyzed according to sex. To obtain data on social anxiety, the Liebowitz Social Anxiety Scale was obtained, and for character strengths, the VIA Strengths Inventory was obtained in a population of 103 students, aged 18 to 30, from the Technical University of Cotopaxi. The methodology that was obtained for the present study is a quantitative and correlational approach, to obtain the data the statistical program SPSS was obtained. The results found were that the strengths that are related to social anxiety, which are characterized by the fear of being judged by society, are persistence, which consists in being constant to achieve a goal or objective, and enthusiasm, which is a state of mood where exaltation prevails in the face of a given situation. In addition, a relationship was found with the sex of the students in the strengths of persistence, enthusiasm and modesty, with women presenting these characteristics.

**KEY WORDS:** STRENGTHS OF CHARACTER, SOCIAL ANXIETY, POSITIVE PSYCHOLOGY, COLLEGE STUDENTS, SEX.

## INTRODUCCIÓN

Durante muchos años se ha conocido a la psicología clínica como un campo en donde se estudia enfermedades mentales sin embargo, con esta investigación nos permitirá conocer la psicología positiva, además de traer consigo beneficios a la población con la que se trabajara debido a que según los resultados se podrá correlacionar si la ansiedad social tiene relación con las fortalezas del carácter, para lo cual en primer lugar se les dará una psicoeducación a los jóvenes para que conozcan sobre el tema a realizarse y así podrán descubrir que fortalezas presentan.

Esta investigación ayudara a cambiar los estereotipos de la psicología en la sociedad, en donde se considera que los profesionales de este campo solo tratan con personas “enfermas”. Se podrá llenar el vacío que existe en la población juvenil sobre la psicología positiva, así también sobre la ansiedad social que es un temor a ser juzgado por los demás, siendo esto una problemática que se tiene por lo general en la juventud al tener esa expectativa de encajar en algún grupo dentro de su contexto social. Esta investigación además podrá ayudar a desarrollar una teoría en cuanto a la predisposición del género de los estudiantes con relación a la ansiedad social como también con las fortalezas del carácter.

El objetivo de este trabajo es conocer la relación entre la ansiedad social con las fortalezas del carácter en estudiantes de nivel universitario, con la finalidad de brindar información de la relación entre estas dos variables.

# CAPÍTULO I

## 1.1 Contextualización

Según con un comunicado de la Organización Mundial de la Salud manifiesta que, desde el año 2020 que se inició con la pandemia ha existido un incremento del 25% en trastornos mentales como la ansiedad y la depresión a nivel mundial, la ansiedad suele causar molestias en las personas que lo padecen, afectando su bienestar, por tal razón es necesario que los gobiernos inviertan en salud mental; dentro del año 2020 se observó que la mayoría de los países a nivel mundial invirtió solo el 2% del presupuesto destinado a la salud mental (Organización Mundial de la Salud OMS, 2022).

Así mismo mediante los datos obtenidos por la universidad de Maryland, en Global COVID-19, menciona que los países andinos como Bolivia y Colombia se observó un incremento considerable entre los datos del 2017 y los datos de los años 2020 y 2021, pasando de 3.1% en ansiedad a 9.8% en el primer país y de 2.2% a 6.8% en ansiedad en el segundo país; en el Ecuador también se encontró un incremento, en el 2017 se tenía un índice del 3% para los trastornos de ansiedad y en el 2020 y 2021 incrementó al 7.6%, siendo la causa principal la pandemia del COVID-19 (Parlamento Andino, 2021).

Además, el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF, 2020) manifiesta que, de aproximadamente 8 mil adolescentes y adultos jóvenes entre 13 años a 29 años, el 27% menciono que había sentido ansiedad en el año 2020; al hablar de la ansiedad es muy importante recalcar que posterior a la pandemia de COVID-19, se ha evidenciado un aumento de enfermedades mentales, siendo la población más afectada los adolescentes y adultos jóvenes, siendo las causas principales la desvinculación laboral, académica y duelos emocionales (OMS, 2021).

Así también, el Ministerio de Educación (MINEDUC, 2021) en Ecuador los estudiantes y docentes en los dos últimos años han sido atendidos por problemas de ansiedad y depresión, esto se ha dado a nivel individual como a nivel familiar, en el último lapso del año 2020, se logró brindar una atención a más de 2 500 personas pertenecientes a la comunidad de educadores; la depresión es un trastorno de ánimo depresivo y presenta una disminución en la motivación que afecta en la calidad de vida.

El Ministerio de Salud, implementaron el programa “Juntos salimos de ésta”, en conjunto con el Ministerio de Educación, teniendo como objetivo fomentar la capacidad de lidiar de manera asertiva las emociones y la ansiedad mediante información transmitida ya sea de manera audiovisual, campañas de prevención y recomendaciones; más de 82 mil usuarios a nivel nacional obtuvieron el beneficio de atención psicológica durante toda la época de emergencia nacional por la pandemia, se trabajó con un semáforo en donde el verde son atenciones de prevención, el amarillo es para personas que necesiten una atención de escucha y por último el rojo ya es para personas con alguna crisis como de ansiedad, depresión entre otras; según los datos arrojados del programa, se ha determinado que durante el 2020 las atenciones por causa de ansiedad han aumentado de manera considerable a 41478 personas (Ministerio de Salud Pública, MSP 2020).

Las fortalezas de carácter son vistas como cualidades positivas de una persona, según su contexto cultural, social y demográfico, permiten que las personas tengan un mayor bienestar psicológico. Para la obtención del bienestar en las personas se han generado grupos de ayuda en donde se les permite a las personas generar un aumento en la esperanza de vida, relacionándose con las fortalezas del carácter debido a que se busca una adecuada calidad de vida y el bienestar. Al conocer que existe un aumento en la esperanza de vida, se sobreentiende que existen nuevas cualidades positivas en las personas que permiten alcanzar este objetivo. Según datos a nivel mundial se menciona que en 50 años ha existido un aumento de 20 años aproximadamente dentro de la esperanza de vida (Organización Panamericana de Salud, 2022).

Las fortalezas de carácter se relacionan con el estrés académico, mientras más cualidades tenga la persona menos estrés presentara, debido a que se ha determinado que las fortalezas al ser aplicadas en el ámbito académica pueden presentar resultados positivos en las relaciones, emociones dentro del ámbito mencionado; por esta razón según encuestas realizadas en las provincias de Azuay, Morona Santiago y Cañar se ha detectado que alrededor de 7000 personas, 2500 maestros y 4500 estudiantes han acudido al departamento de bienestar durante el año 2021 para solicitar acompañamiento o terapia por ansiedad, depresión, estrés académico entre otros (MINEDUC, 2022).

Por otra parte, las fortalezas de carácter son importantes que sean resaltadas y si es posible reforzadas en toda la población debido a que por lo menos 9 de cada 10 personas sufren de depresión o de algún malestar psicológico una vez por lo menos en su vida, de acuerdo con las cifras se ha identificado que aproximadamente 300 millones de personas a nivel mundial han pasado por patologías psicológicas como trastornos del estado de ánimo; las fortalezas de carácter permiten a las personas mantenerse con un estado de ánimo o con emociones positivas sin tener tendencia a decaer emocionalmente, los más afectados en cierto modo fueron los jóvenes, estadísticamente el 90% de ellos se han quedado sin el sustento laboral para sostener a sus familias causando ansiedad y estrés (OMS, 2021).

Las fortalezas desarrolladas en la edad de los adolescentes y adultos tempranos son de gran importancia al estar dentro de un cambio en su ciclo vital, esto dependerá de los contextos culturales en los que se desenvuelvan, ya que esto influye en su madurez psicológica, este grupo etario atraviesa cambios cognitivos y a su vez emocionales, en especial en el área académica, el acompañamiento es vital para que sus fortalezas de carácter o características sobresalientes surjan y motiven para su desempeño; se ha detectado que en los últimos años el 20% aproximadamente de los adolescentes han padecido de problemas como la ansiedad, depresión y otros trastornos afectivos, así también, en los años 2020 y 2021 el 15% de jóvenes de escasos recursos tuvieron pensamientos suicidas, en esta etapa es crucial fomentar en los jóvenes cualidades que les sirva como barreras ante los problemas de la vida diaria, siendo una época de desapego y separación de sus progenitores logrando una independencia (UNICEF, 2019).

La ansiedad social al no ser tratada a tiempo puede durar meses, años o incluso por toda la vida ocasionando en la persona la pérdida de su bienestar provocando alteraciones en el funcionamiento laboral, académico y social, el bienestar, según psicología positivista, se puede relacionar con las fortalezas de carácter; por esto es de gran importancia que se investigue sobre la relación de la ansiedad social con las fortalezas de carácter en las personas para conocer si en realidad las personas con este trastorno carecen de virtudes para alcanzar un bienestar (National Institute of Mental Health, 2017).

## 1.2 Estado del arte

La ansiedad es un trastorno que está aumentando por las diferentes causas que se presentan en la vida por ejemplo la pandemia, esto ha provocado que las personas en especial los jóvenes presenten un alto índice de ansiedad, se ha identificado que la ansiedad social tiene relación con las personas que presentan antecedentes de enfermedades mentales como la depresión o ansiedad, esto se lo investigó con 304 estudiantes de medicina de la Universidad de Hawassa; para los resultados se tuvo en cuenta el semestre de los estudiantes, ya que a mayor nivel de estudio la ansiedad social aumenta (Reta et al., 2020).

Se identificó que el confinamiento tuvo relación con la ansiedad en 709 estudiantes universitarios, se realizó una comparación entre los alumnos que se aislaron con los estudiantes que salían normalmente, dando como resultado que los estudiantes que se aislaron tuvieron puntajes altos en ansiedad por temor al contagio; se obtuvo que más de la mitad de toda la comunidad mantiene niveles de ansiedad altos o severos, por otro lado, en cuanto al sexo se realizó una comparación en donde las mujeres tienen mayor probabilidad de padecer de ansiedad que los hombres (Pérez et al., 2021).

En Ecuador existe varias investigaciones en las que se estudia sobre la ansiedad en los estudiantes universitarios una de ella es de la Universidad Técnica Particular de Loja en el que se investigó en 66 estudiantes de dos carreras del área de salud el nivel de ansiedad de los jóvenes, se realizó una comparación entre las personas que tienen hijos y en las personas que no tienen hijos, teniendo como resultado que el número de hijos no influye en la presencia de ansiedad sin embargo al realizar la prueba antes del confinamiento se obtuvo un nivel de ansiedad bajo y en el retest los niveles aumentaron (Sigüenza & Vílchez, 2021).

En un estudio de la Universidad de Perú con una muestra de 57 estudiantes universitarios que cursan la carrera de medicina con el objetivo de analizar y detectar el nivel de ansiedad permitiendo llegar al resultado que los jóvenes presentan ansiedad en un nivel leve sin embargo se presentó preocupación patológica e incapacidad para relajarse, esto se evaluó en estudiantes de primer nivel de medicina, se determinó que los estudiantes de nivel más avanzado estarían con un nivel de ansiedad elevado debido a su carga académica; también se analizó el sexo y la edad con relación con la ansiedad,



teniendo como resultado que la edad no tiene relación con la ansiedad por otro lado el sexo si mantiene una relación al determinar que las mujeres sufre un alto grado de ansiedad (Saravia et al., 2020).

Es de gran importancia que al hablar de ansiedad se hable de salud mental debido a al estar con ansiedad las personas no pueden tener un buen estilo de vida por lo que Vivanco et al., (2020) trabajó con 356 alumnos de tercer nivel de varias universidades entre privadas y públicas, comparando los niveles de ansiedad y salud mental con el sexo de los estudiantes, los jóvenes que se encuentren trabajando y los que no, y los jóvenes que hayan presenciado algún familiar con COVID, dando como resultado que la ansiedad tienen una relación estrecha con el sexo al manifestarse más en las mujeres, sin embargo la salud mental se encuentra encabezando los hombres, en cuanto a la situación laboral de los estudiantes se observó que las personas con un trabajo fijo presentan menos ansiedad que las desempleadas debido a las preocupaciones y por último en relación con las personas que han pasado con algún familiar con COVID se ha determinado que los que más han sufrido de ansiedad son las que sí han experimentado esta vivencia y su salud mental está deteriorada.

Por otra parte, la ansiedad social se puede relacionar con otras variables, en el siguiente estudio se lo relaciona con la adicción al internet y al cibersexo, se realizó una investigación con 214 adultos jóvenes de la ciudad de Bogotá, Colombia, con edades entre 18 a 30 años, para describir si la ansiedad social y la adicción al internet tiene relación con el cibersexo adicionalmente también conocer el malestar físico y bienestar subjetivo; como resultado se indicó que el nivel del comportamiento de las variables era bajo y que existía unas relaciones significativas además de que estaba ligado al género de las personas, ya que a los hombres en la correlación salió negativo entre la adicción del internet con el ciber sexo sin embargo a las mujeres obtuvieron resultados diferentes en donde existe una relación positiva entre la adicción del internet con el cibersexo (Castro et al., 2018).

Unos de los temas que más se relacionan con la ansiedad social y con la que más se encuentran estudios es la personalidad, por tal razón según la investigación desarrollada con la presencia de 2022 adolescentes españoles con una edad que oscila entre los 12 a 16 años se busca indicar la relación entre la ansiedad social y variables

de personalidad entre las cuales están psicoticismo, neuroticismo y extraversión, se indicó que las personas con alto nivel de ansiedad social presentan puntuaciones altas en neuroticismo o inestabilidad emocional y un puntaje bajo en extraversión, por lo tanto esto manifestara que las personas que tienen ansiedad social van a estar más nerviosos, tensos, preocupados y menos sociables o activos (Delgado et al., 2017)

Asimismo, otras variables compatibles con la ansiedad social son las habilidades sociales, ya que con esto los jóvenes pueden afrontar sus problemas y por otra parte la autoestima es de la misma manera una variable relacionada con la ansiedad, además de ser un tema trabajado a nivel mundial, por tal razón en el presente estudio la población utilizada fueron 826 alumnos de universidades de las diferentes regiones de España, siendo como edad media 25 años; se buscó explorar el constructo que tienen los universitarios sobre la autoestima, así también comparar la influencia de la autoestima en las habilidades sociales y en la ansiedad, obteniendo como resultados que existe una relación significativa entre la autoestima y la ansiedad social, además de estar ligada al sexo (Caballo et al., 2018).

Por otra parte, el ciberacoso en adolescentes es una problemática de gran interés por esta razón se ha buscado analizar y relacionar la fobia social con el ciberacoso, se obtuvo información de 13 artículos en los cuales se ha manifestado que la ansiedad social si tiene una relación con las víctimas de acoso, así como también las personas que sufren de ansiedad social se convierten en un blanco fácil para sufrir de acoso; sin embargo, se ha mencionado que la ansiedad social no tiene ningún papel en las personas acosadores (Castro et al., 2018).

Para poder medir la ansiedad social se necesita analizar las escalas a ser utilizadas por esa razón que se ha realizado la verificación del cuestionario que sea adecuado para utilizar en futuras investigaciones sobre la ansiedad social analizando las propiedades psicométricas de los diferentes modelos de las escalas de Liebowitz, se aplicó el test a 549 estudiantes de una universidad pública de Perú dando como resultado que las escalas empleadas (tres, cuatro y cinco factores) son adecuados para su aplicación en las investigaciones sin embargo el que más sobresalió fue la de cinco factores al incluir otras actividades cotidianas en las que los estudiantes pueden sentir miedo y ansiedad lo que permitirá un adecuado diagnóstico (Franco, 2020).

Las fortalezas de carácter son características que tienen los sujetos y para que se desarrollen de mejor manera, es importante contar con el apoyo de las personas de su alrededor para reforzarlos, por tal razón se trabajó con 293 adolescentes con edades entre 14 a 17 años de varios colegios públicos de la ciudad de San Pablo, Brasil, para analizar la relación existente entre las fortalezas del carácter con el apoyo social mediante reactivos; como resultado se indicó que el apoyo social es de gran importancia para que se desarrollen las fortalezas de carácter debido a que al sentirse respaldado los jóvenes destacan sus habilidades para enfrentar problemas, además de contar con un buen estado emocional, en los jóvenes que se ha obtenido puntajes altos de apoyo social ya sea por sus padres o personas de su entorno social en las fortalezas de carácter obtuvieron puntajes altos en amor, trabajo en equipo, humor y gratitud (Porto et al., 2018).

Las fortalezas de carácter han sido investigadas con otros constructos como el bienestar psicológico en adolescentes, se investigó a 257 estudiantes pertenecientes a colegios públicos y privados de Montevideo, Uruguay, con edades entre los 12 a 16 años; se obtuvo como resultado que las fortalezas de carácter tienen una estrecha relación con el bienestar psicológico, además se realizó la comparación entre ambos sexos y se obtuvo que entre los hombres y mujeres obtuvieron diferentes virtudes y fortalezas destacando en las mujeres la curiosidad, el amor y amabilidad mientras que en los hombres las más sobresalientes fueron liderazgo y entusiasmo, por otra parte, también se realizó la verificación de la fiabilidad del test para las fortalezas del carácter en donde se tuvo como resultado que la escala presenta un alto grado de confiabilidad y además su adaptación para niños de igual manera (García et al., 2020).

El sexo de las personas es una variable que puede ser elegida para realizar comparaciones con la variable de ansiedad social. Se realizó una investigación que contó con una población de 370 personas de entre 15 a 65 años de edad para el estudio del carácter en relación con el género y también con el modelo PERMA de la economía, se analizó cuál es el tipo de fortaleza de carácter que presentan las personas de esta localidad, como resultado se indicó que las puntuaciones más altas según el test utilizado fueron para las fortalezas de esperanza, gratitud y trabajo en equipo siendo estos factores sustentables para un bienestar; además, en cuanto al sexo se observó que las mujeres obtuvieron más tendencia a la belleza y a la excelencia,

además de sobresalir en la fortaleza de valentía, así también, este estudio permitió que mediante los resultados se valore la cultura de las personas (Cabrera et al., 2020).

Asimismo, para medir las fortalezas de carácter es necesario tener un instrumento de evaluación confiable para las investigaciones por este motivo se realizó la investigación con 963 adolescentes de 12 a 19 años, además dentro de la población se incluyen 11 jueces y una prueba piloto de 18 alumnos de colegios de Argentina; para que el instrumento sea adecuado para las edades de la población se ha basado en un test adaptado y así se pudo verificar si es apto para la práctica de futuras investigaciones, como resultado se indicó que al finalizar el cuestionario quedó con las 115 preguntas del test ya antes propuesto y además se integró 55 preguntas más que fueron seleccionados por los jurados quedando con un total de 170 preguntas (Waigel y Lemos, 2020).

Las fortalezas de carácter son características que las personas desarrollan a lo largo de sus vidas por esta razón existen investigaciones en las que se hace una comparación con la resiliencia, ya que al adoptar estas características las personas se protegen ante problemas de la vida cotidiana, se trabajó con 590 personas de edad adulta que residen en la ciudad de Guadalajara, Jalisco; se estudió el valor predictivo que tiene las fortalezas del carácter con la resiliencia obteniendo como resultado que, si existe una relación entre las variables, debido a que se presentó una correlación positiva y significativa, además, las principales fortalezas que se presentan con los más altos puntajes son gratitud y perspectiva (Bravo et al., 2019).

El realizar estudios con personas que están en tratamientos psicológicos son investigaciones llamativas y de gran contenido para futuras investigaciones, la presente investigación se utilizó una población con 85 pacientes adultos que se encuentran en un proceso terapéutico de la corriente cognitivo conductual de manera ambulatoria en la ciudad de Buenos Aires, Argentina; se analizó qué fortalecimiento de carácter se relaciona según las diferentes etapas en las que se encuentran los pacientes dentro de su tratamiento psicoterapéutico, así como también relacionar el motivo de la consulta, dando como resultado que los pacientes que se encuentran culminando su proceso terapéutico tienen más fortalezas dando como las principales el liderazgo y la curiosidad que los que están empezando, así también según el motivo

se encontró que los pacientes con depresión tenían menos fortalezas y se realizó una comparación con pacientes que presentan ansiedad (Góngora, 2020).

Al hablar sobre el bienestar de las personas, nos referimos a que tengan un buen estado de salud ya sea físico como también mental, por esta razón se realizó una investigación con 927 adultos jóvenes de la república mexicana, con edades entre los 25 a 76 años, para conocer la relación entre las fortalezas de carácter con la felicidad que es un sentimiento positivo de las personas; se observó que la población mexicana obtuvo niveles altos en las fortalezas de carácter sin embargo en la felicidad obtienen puntajes neutros, sin embargo, a la felicidad se la puede conocer como la productividad que la persona tenga, el ser eficiente es lo que les llena de felicidad por lo que se menciona como resultado que existe una correlación alta entre las fortalezas de carácter y la felicidad en las personas (Góngora et al., 2019).

Una variable a relacionarse con las fortalezas del carácter es el bienestar psicológico de las personas por lo que se estudió en 528 adolescentes de 11 a 19 años dentro de la ciudad de Maracaibo, Venezuela la relación entre las fortalezas de carácter para el bienestar psicológico así como también se permitió evaluar las propiedades del test “Creciendo Fuertes” que está dirigido a evaluar las 24 fortalezas de carácter manifestadas por Seligman, además este autor utilizó otras variables como la edad y el sexo de la población, como resultados se presentaron que el test fue validado al obtener un grado de confiabilidad alto siendo el índice 0.88 en el alfa de Cronbach; en cuanto a los resultados de las fortalezas de carácter según el género se observó que hubo unas diferencias en algunas de las fortalezas de acuerdo con el sexo, las mujeres obtuvieron puntajes altos dentro de mentalidad abierta, perspectiva entre otras mientras que los hombres solo obtuvieron puntajes altos en entusiasmo, por otra parte, de acuerdo con la edad se obtuvo que entre los rangos de 15 a 19 obtuvieron más altos resultados en mentalidad abierta en comparación con los estudiantes de 11 a 14 años (García et al., 2020).

Las fortalezas del carácter se relacionan con el Grit que es la pasión y la perseverancia las mismas que forman parte de las fortalezas del carácter por tal motivo en un estudio realizado con 188 adultos con una edad promedio de 40 años, estudiantes de posgrado de una universidad de la ciudad de Buenos Aires, Argentina, además, se hizo la

relación del Grit con el compromiso académico de los estudiantes y se analizó con el género, obteniendo como resultado que las mujeres presentan más compromiso en sus estudios al tener entusiasmo y se muestra que son más perseverantes en las metas que se plantean; por otra parte, se demostró que existe una relación significativa determinando que mientras más alto es el compromiso académico más fortalezas presenta, además al comparar entre los géneros las mujeres obtuvieron más fortalezas, ya que sobresalen en autodisciplina, esfuerzo entre otras (Daura et al., 2020).

Dentro de las fortalezas de carácter se ha destacado un programa denominado “Creciendo Fuertes” en el cual se realizó un estudio con 590 adolescentes de varios colegios con edades entre los 12 años hasta los 15 años con el fin de describir el nivel de satisfacción que los estudiantes han obtenido mediante el programa, así como también conocer el punto de vista de los estudiantes sobre el método de enseñanza sobre las fortalezas del carácter que se les han impartido; como conclusión se obtuvo un nivel alto de satisfacción en los estudiantes sobre el programa, así como también se obtuvo que los jóvenes han desarrollado fortalezas como inteligencia social, valentía entre otros (García et al., 2019).

### **1.3 Definición de variables**

#### **Fortalezas de Carácter**

##### **Psicología Positiva**

En los años 90 nació la psicología positiva para dar un nuevo concepto a la psicología debido a que en años atrás se conocía a esta como el estudio de enfermedades, sin embargo, después de la implantación de la antes mencionada ciencia las personas conocen que la psicología no solo trabaja con enfermedades o trastornos, sino que también se trabaja con los aspectos positivos de las personas con eso se puede lograr una buena calidad de vida y así garantizar un funcionamiento o rendimiento adecuado.

Según Domínguez & Ibarra (2017) manifiesta que el objetivo principal de la psicología positiva es comprender las emociones positivas, aumentar la fuerza y la virtud, desarrollar el potencial humano y buscar la excelencia. La premisa básica de la psicología positiva es que la felicidad humana y la búsqueda de la excelencia son como

la enfermedad y el desorden psicológico.

La psicología positiva permite que las personas busquen habilidades de afrontamiento para un adecuado modo de vida y de bienestar, por este motivo Cataluña (2022) menciona algunas ideas fundamentales de la psicología:

- La psicología positiva se enfoca en lo que necesitas hacer para mejorar tu psicología.
- La psicología positiva no niega las emociones negativas y no te obliga a ser feliz.
- Psicología positiva basada en la ciencia
- Variables descubiertas que afectan a tu salud: equilibrio de fuerzas, sentido de la vida, éxito, relaciones, emociones positivas, etc.
- Conocer tus fortalezas es clave para promover la felicidad.

### **Clasificación VIA Virtudes y Fortalezas del Carácter**

Peterson y Seligman (2004) proponen estudiar las fortalezas de la personalidad utilizando una metodología científica. Por lo tanto, argumentan que categorizar las fortalezas de la personalidad es un paso importante y necesario hacia el estudio científico de la excelencia moral. Estos investigadores han desarrollado una taxonomía de virtudes que se convertirá en la base para el estudio empírico de esta estructura y el desarrollo de intervenciones psicológicas. En psicología positiva, el estudio de las fortalezas individuales se ha llevado a cabo en lo que se conoce como “teoría de los rasgos”, que se entiende como comportamientos, pensamientos y emociones relativamente estables que hacen que nos comportemos de una determinada manera de forma más o menos persistente aún en gran medida. En muchas situaciones, además de la clásica polémica entre quienes defienden la importancia de las características internas o quienes enfatizan el valor decisivo de las circunstancias externas, hoy la importancia de considerar tanto el punto y el contexto en que se dan como el desarrollo humano.

Suficiente trabajo taxonómico muestra que las fuerzas de la realidad espiritual de las personas existen dentro de sí mismas, no como medidas protectoras o derivadas de la patología, pueden observarse en el comportamiento micro y pueden ser analizadas en

profundidad por la psicología. La clasificación es un dilema para la investigación en estos temas, por lo que es posible que se cumplan las expectativas de los autores. Psicólogos con una forma de pensar sobre las fuerzas, nombrarlas y medirlas (Peterson y Seligman, 2004).

## **Descripción de las Virtudes y Fortalezas del Carácter**

### **1. Virtud Sabiduría y Conocimiento**

Según Peterson y Seligman (2004) autor de todas las virtudes y fortalezas de carácter menciona que la virtud sabiduría y conocimiento es la forma noble de inteligencia que reúne fuerzas cognitivas que hacen posible que adquiera conocimiento, lo dirija hacia metas elevadas y lo comparta con otros. Esta virtud no es similar de coeficiente intelectual, inteligencia general o diferencias educativas; asimismo, no puede reducirse a una colección de textos leídos, información aprendida o sesiones recibidas.

Esta virtud contiene como fortalezas la creatividad, la curiosidad, la mentalidad abierta, el amor por el conocimiento y por último la perspectiva.

### **2. Virtud Coraje**

Incluye demostrar la voluntad de alcanzar metas elevadas a pesar de las limitaciones personales o externas, incluso si esto implica asumir riesgos importantes. El valor se puede dividir en: (a) acciones observables, y (b) conocimiento, sentimientos, motivos y decisiones.

Esta virtud contiene 4 fortalezas las mismas que son valentía, la persistencia, autenticidad y el entusiasmo.

### **3. Virtud Humanidad**

Es ejecutar acciones efectivas hacia los demás en un grado superior al esperado, con el fin de mejorar la felicidad de las personas. Por otra parte, corresponde a mostrar una conducta altruista o prosocial.

Esta virtud contiene 3 fortalezas que son el amor, la amabilidad y la inteligencia social.

### **4. Virtud Justicia**



Es un conjunto de fortalezas de la personalidad interpersonal que es de gran importancia para la óptima interacción entre sujetos y grupos o comunidades. Por lo general, esta virtud consiste en hacer la vida más justa. Se entiende por equidad, en los países industrializados; e igualdad, en la parte colectivista.

Esta virtud contiene el trabajo en equipo, la imparcialidad y el liderazgo como fortalezas.

### **5. Virtud Templanza**

Es un conjunto de rasgos efectivos que ayudan a proteger a las personas de sus excesos nocivos como sentir arrogancia, inestabilidad emocional o tener comportamientos breves pero satisfactorios costosos a mediano plazo. Es la virtud de refrenar los propios excesos.

La presente virtud contiene al perdón, la modestia, la prudencia y la autorregulación como parte de sus fortalezas.

### **6. Virtud trascendencia**

Es la virtud que consiste en forjar vínculos con un poder más allá de nosotros mismos que da sentido y propósito a la vida de uno. Estos vínculos hacen que las inquietudes cotidianas carezcan de sentido.

Esta virtud contiene las siguientes fortalezas, la apreciación de la belleza, la gratitud, la esperanza el humor y la espiritualidad.

### **Ansiedad social**

#### **Trastornos de ansiedad**

Los trastornos de ansiedad van en crecimiento, además con la pandemia aumentaron los casos. Dentro de los trastornos de ansiedad se encuentra un grupo extenso de trastornos relacionados a este y esto puede producir consecuencias incapacitantes en la persona dependiendo de los síntomas que presente. Dentro de los cuadros de ansiedad algunos de los síntomas característicos que las personas presentan es el miedo en niveles altos, pánico, inquietud y percepción de amenazas. De acuerdo con algunos

estudios se ha determinado que para que una persona presente un trastorno de ansiedad podría presentar un problema en algunas de las áreas cerebrales como en la amígdala, hipotálamo, hipocampo o en el tronco encefálico. Así también se ha considerado estudiar la posibilidad que los trastornos de ansiedad se puedan producir por aspectos genéticos, sin embargo, en la actualidad aún no se conocen de manera exacta los locus afectados (Macías et al., 2019).

De acuerdo con el psicoanálisis se presenta otra definición sobre los trastornos de ansiedad manifestando que es un síntoma que permitió el nacimiento del psicoanálisis y la psiquiatría dentro de la psicodinámica. Freud acogió el término "neurosis de angustia" y distinguió entre dos formas de esta. El primero se refiere a sentimientos generalizados de ansiedad o miedo causados por pensamientos o deseos reprimidos y puede interferir con el bienestar psicológico. La segunda forma se caracteriza por una sensación irresistible de pánico acompañada de síntomas de secreción involuntaria, que incluyen diarrea, sudoración patológica, respiración acelerada y taquicardia. Este último, según Freud, no es el resultado de factores psicológicos. Más bien, se forma como resultado de un aumento fisiológico de la libido asociado con la inactividad sexual. Lo llamó neurosis actual (Freud, 1926, como se citó en Calles, 2017).

Como se mencionaba anteriormente, los trastornos de ansiedad es un grupo extenso por lo cual a continuación se detalla los diferentes tipos de trastornos que existen de acuerdo con el DSM-V (2014), con sus respectivos criterios diagnósticos:

### **El Mutismo Selectivo:**

Las personas que sufren de mutismo selectivo suelen presentar un miedo a determinados lugares o situaciones que les impiden desenvolverse quedando completamente mudos, sin embargo, en otros lugares o en otras situaciones en donde se sientan cómodos pueden dialogar de una manera normal. Por otra parte, también se debe considerar el idioma que predomina en el contexto social en el cual la persona o niño no se desenvuelve, esto permitirá saber el grado de conocimiento de la lengua y el motivo del porqué no habla, por un lado, puede ser por no comprender el léxico de las personas en su entorno o por no saber cómo pronunciar o manifestar sus ideas. Esto puede traer consecuencias dentro del ámbito social y académico, así también se debe denotar que esto se debe diagnosticar después de que la persona haya sido

observada por lo menos por un mes.

### **Fobia específica**

Esta fobia se da ante una situación u objeto en particular, algunas de las formas en las que se puede expresar el miedo es mediante el llanto, estado de shock, entre otras. Las personas para sobrellevar este miedo suelen utilizar la evitación, esto quiere decir que si la persona conoce que objeto o situación produce su malestar lo puede evitar.

Las diferentes fobias pueden ocasionar en las personas un deterioro tanto a nivel social, académico, laboral e incluso personal.

### **Trastorno de ansiedad social (fobia social)**

La ansiedad social o también conocida como fobia social se presenta cuando existe un miedo por parte de la persona frente a circunstancias sociales en las cuales se sienta expuesta/o a una evaluación negativa por parte de otras personas. En algunas ocasiones las circunstancias sociales como el exponer ante un público, el dar una oratoria, causan ansiedad o también miedo. En cuanto a los niños suelen expresarlos con lloros, tartamudez, timidez o enojándose. De la misma manera que todos los trastornos de ansiedad, es normal que las personas quieran evitar las situaciones que generen ansiedad o malestar.

Estos malestares suelen durar por lo general 6 meses o más, esto ocasiona en las personas graves molestias en el ámbito social, laboral, académico y en otras áreas. Estos síntomas no son causados por el consumo de ninguna sustancia o por una condición médica. Además, es importante especificar si solo ocurre en determinados espacios o circunstancias.

### **Trastorno de pánico**

El ataque de pánico es un miedo o molestia muy intensos hacia un estímulo que se presenta de manera súbita y además al tener este tipo de trastorno se presentan algunos síntomas como latidos acelerados, sudor, temblores, fatiga o sensación de ahogo, dolor del pecho, un malestar en el estómago o incluso náuseas, mareos entre otros síntomas. Después de presentar un episodio de ataques de pánico, se presenta a menudo un ataque de ansiedad por miedo a tener una recaída.

### **Agorafobia**

Es un temor muy fuerte al uso de transporte público, permanecer en lugares como mercados, cines, estar en un lugar con muchas personas o incluso al estar fuera de su hogar solo, debido al miedo a espacios cerrados o amplios donde no pueda escapar o buscar ayuda.

Al estar en estas condiciones las personas suelen tener miedo, debido a que creen que el tratamiento puede ser complicado, además las situaciones anaeróbicas en ocasiones suelen provocar ansiedad, estas también pueden ser evadidas de manera rápida, puede durar desde seis meses o más. La agorafobia es un trastorno que se lo diagnostica de manera libre, se debe diferenciar del trastorno de pánico.

### **Trastorno de ansiedad generalizada**

En este trastorno existe miedo y ansiedad severa, esto se da por días en seis meses, los causantes de este estado puede ser actividades cotidianas como ir a la universidad o al lugar de trabajo.

Cansancio o fatiga inmediata, sentirse inquieto o incluso atrapado, mal humor, distractibilidad, presentan insomnio o problemas de sueño y además una tensión muscular. Estos son algunos de los síntomas se relacionan con la ansiedad y el miedo. No se relacionan con la ingesta de sustancias o incluso con afecciones médicas.

### **Trastorno de ansiedad inducido por sustancias/drogas**

Este trastorno se lo puede identificar al tener una prueba o examen en donde se identifica la droga o sustancia que se encuentra en el organismo de la persona, además esto causa estados de ansiedad o ataques de pánico. Los síntomas pueden aparecer de

manera inmediata al consumo y estos pueden durar alrededor de un mes aproximadamente. Pueden presentar delirios ocasiona una perturbación en la persona.

Este diagnóstico se realizará en parte de intoxicación o abstinencia solo si los síntomas predominan sobre el cuadro clínico y son lo suficientemente graves como para demostrar la atención clínica.

### **Trastorno de ansiedad inducido por sustancias/medicamentos**

En el trastorno inducido por medicamentos trae consigo crisis de ansiedad y también crisis de pánico. Para diagnosticar se debe realizar un examen, además es importante conocer que los síntomas se presentan en las personas después de una intoxicación o también al entrar en un proceso de abstinencia por los medicamentos.

Como todos los trastornos pueden producir molestias en el ámbito social, laboral o incluso personal. Las personas que tiene trastorno de ansiedad por sustancias pueden presentar intoxicación, trastorno de ansiedad o también recaídas. Este diagnóstico se proporciona a las personas en lugar de una intoxicación o de una abstinencia al medicamento.

### **Trastorno de ansiedad debido a otra afección médica**

Se necesita que las personas que crean sufrir trastorno de ansiedad para determinar si es por una afección médica se deban realizar exámenes clínicos, además las personas con este trastorno suelen predominar las crisis de pánico y las crisis de ansiedad. Al igual que los otros trastornos este produce un malestar en los ámbitos sociales, laborales y personales. Para la codificación se utilizará el trastorno de ansiedad y acompañado de la afección médica que sufra.

### **Otro trastorno de ansiedad especificado**

Presenta deterioro o malestar en las personas afectando así áreas de su vida como la social, personal o laboral. Al clasificarlo como otro trastorno se lo utiliza cuando el médico o la persona que lo vaya a diagnosticar quiera especificar que es trastorno no cumple con los otros criterios de ansiedad.

### **Otro trastorno de ansiedad no especificado**

Esta categoría se aplica para las personas que no tienen coincidencia con los otros criterios diagnósticos de los demás trastornos de ansiedad. También se los utiliza cuando un paciente llega a emergencias y no se conoce suficiente información para diagnosticar de una forma precisa.

### **Ansiedad Social (definiciones según manuales diagnósticos)**

El trastorno de ansiedad social según la Organización Mundial de la Salud (2000) menciona que se refiere a un grupo de trastornos en los que la angustia se origina sola, o principalmente, en determinadas circunstancias bien definidas que en realidad no son peligrosas en sí mismas. Como resultado, estas situaciones a menudo se evitan o se aceptan horriblemente. La ansiedad de la persona puede enfocarse en síntomas únicos, como pulsaciones o mareos, y a menudo se relaciona con un miedo secundario a la muerte, pérdida de control o volverse loco. Imaginar la posibilidad de exposición a la situación obsesiva a menudo desencadena primero la ansiedad.

Algunas de las circunstancias en las que se ha evidenciado ansiedad social pueden ser tanto en relaciones interpersonales como por ejemplo una conversación o un diálogo, el recibir o dar cumplidos, etc. Por otra parte, los sucesos en donde se involucra con otras personas por ejemplo al alimentarse, beber, usar un baño público o incluso el trabajar en una oficina (García, 2013).

Caballo, Salazar y Garridos (2018) indican que la fobia social es “un problema importante de ansiedad en el que el principal temor de la persona se centra en la evaluación negativa por parte de los demás estando en una situación social”.

### **Criterios de Diagnóstico DSM-V**

Tener miedo o ansiedad de manera intensa a situaciones de contexto social en donde la persona que sufre de este trastorno se siente evaluada o criticada. Al presentar síntomas de ansiedad las personas suelen pensar que son juzgadas de manera negativa. Alguno de los síntomas que suelen presentarse en las personas adultas o incluso en los niños son el llanto, el estado de shock, irritabilidad y miedo de hablar. Las actividades sociales para una persona que padezca de este trastorno suele aumentar la amenaza

real incluso produciendo malestares. La duración aproximadamente puede ser de seis meses o más.

### **Criterios Diagnósticos CIE 10**

Marcado miedo llamar la atención o tener un comportamiento vergonzoso, por lo que evita ser centro de atención, los cuales se demuestran en contextos sociales.

La presencia de dos síntomas como mínimo de los que se define en el literal B F40.0 debió haberse presentado y uno de los siguientes síntomas: ruborizarse, miedo a vomitar, resistencia cumplir o temor a cumplir con las necesidades biológicas.

Gran desesperación a indicios o comportamiento evasivo que puede llegar a sentirse como externa, las mismas que pueden ser percibidas como aterradoras.

### **Criterios Diagnósticos CIE 11**

En el CIE 11 se lo conoce como Trastorno de ansiedad social, se lo define como el temor a una situación social como el hablar en público, realizar actividades e incluso tener una conversación con una persona. La persona que sufre este trastorno se preocupa de ser examinado o evaluado de manera negativa por su contexto social. Los síntomas pueden durar varios meses.

### **Ansiedad**

La ansiedad según la Real Academia Española (2021), La ansiedad suele acompañar a muchas enfermedades, especialmente a ciertas enfermedades neurológicas, y no permite que el paciente se calme, proviene de la palabra latina *anxietas*, que significa estado de ánimo inquieto, inquieto o ansioso, debido a estos síntomas se la relaciona con otros términos similares, como por ejemplo el miedo. Es importante diferenciar que el miedo es una reacción que un individuo siente al tener un estímulo real o tangible en ese mismo momento; por otro lado, la ansiedad es un estado predictor. Así también Barlow (2002, como se citó en Díaz, 2019) define al miedo como alarma inicial ante el peligro actual, caracterizado por una fuerte tendencia a desencadenarse y actuar de forma autónoma; y la ansiedad, como una emoción prospectiva, caracterizada por una percepción de no control e imprevisibilidad de eventos potencialmente ofensivos, y por una redirección de la atención a eventos de peligro

potencial o la propia reacción emocional a estos eventos.

La ansiedad es de igual manera estudiada por otras ciencias por ejemplo la neurobiología, menciona que existe una estructura anatómica de las emociones, con regiones cerebrales que son importantes para experimentarlas, así como sustancias que normalmente regulan las respuestas emocionales, afectivas y cognitivas en el cerebro, como los transmisores neurotransmisores involucrados en la respuesta de ansiedad, estructuras como el hipotálamo medial, la amígdala y la materia gris perianal (dPAG) son los principales sustratos neurales para la integración de estados paradójicos en el cerebro (Cedilla, 2017).

## **1.4 Objetivo**

### **General**

Analizar la relación entre los niveles de ansiedad social y las fortalezas de carácter en estudiantes universitarios.

Para cumplir con este objetivo se aplicó la escala de Liebowitz para la ansiedad Social, así también se aplicó el cuestionario de fortalezas personales (Inventory of Strength) para determinar el tipo de fortaleza presenta la persona. Además, se utilizó el programa estadístico SPSS

### **Específicos**

- Examinar el tipo de las fortalezas sobresalientes en jóvenes universitarios  
Mediante el cuestionario de fortalezas de carácter que consta de 120 preguntas permitió conocer el tipo de fortaleza que más predomina en la persona, siendo 24 tipos de fortalezas.
- Determinar los niveles de ansiedad social que presentan los estudiantes universitarios.  
El nivel de ansiedad se determinó con la aplicación de la escala para ansiedad de Liebowitz dando como resultado los niveles de ansiedad social de los estudiantes, así también permite analizar el grado de evitación en las diferentes situaciones o ítems.
- Comparar los tipos de fortaleza de acuerdo con el género de los estudiantes universitarios.

Al trabajar con estudiantes de los dos géneros se podrá realizar la comparación entre los resultados del cuestionario de fortalezas del carácter en relación con el género, esto se podrá analizar con la ayuda del programa estadístico SPSS.



## CAPÍTULO II

### 2.1 Materiales

#### **Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos**

Para la recolección de datos se utilizó un cuestionario sociodemográfico la misma que contiene información personal como por ejemplo correo electrónico, edad, género, estado civil, tipo de familia, número de hijos y además datos académicos como la carrera y el semestre. Esto permitió revisar algunos términos de exclusión e inclusión, además para confirmar que estudiantes fueron encuestados.

Otros instrumentos utilizados para la recolección de datos se detallarán a continuación.

#### **Ansiedad Social**

**Nombre del Instrumento:** Escala de Ansiedad Social de Liebowitz

**Autor Original:** Liebowitz MR.

**Descripción:** Cuestionario de ansiedad social que tiene como objetivo evaluar la condición de la interacción social y el desenvolvimiento en situaciones sociales en las que las personas que posiblemente tengan ansiedad puedan sentir miedo o incluso evitan. Está conformado por 24 ítems, cuya calificación está regida a la escala de Likert yendo de 0 a 3 su puntuación, representando cada calificación lo siguiente:

Para medir el miedo/ansiedad

0- Nada de miedo o ansiedad

1- Un poco de miedo o ansiedad

2- Bastante miedo o ansiedad

3- Mucho miedo o ansiedad

Para medir el grado de evitación

- 0- Nunca
- 1- Ocasionalmente
- 2- Frecuentemente
- 3- Usualmente

**Forma de Aplicación:** Individual

**Tiempo de Aplicación:** 10 a 30 minutos

**Confiabilidad:** El Alfa de Cronbach está entre 0.79 y 0.94

### **Fortalezas de Carácter**

**Nombre del Instrumento:** VIA inventario de fortalezas

**Autor Original:** Peterson y Seligman

**Descripción:** El inventario de fortalezas de carácter tiene como objetivo identificar entre las 24 fortalezas cuál es la predominante en el individuo y sus virtudes. Está conformado por 240 ítems sin embargo para esta investigación se utilizó el inventario abreviado que se compone de 120 actitudes en las que se debe contestar de acuerdo con lo que la persona considera que le identifica más a su formade ser con una escala de Likert, con puntuaciones entre 1 a 5:

- 1- Muy diferente a mi
- 2- Algo diferente a mi
- 3- Neutro
- 4- Algo parecido a mi
- 5- Muy parecido a mi

**Forma de Aplicación:** Individual

**Tiempo de Aplicación:** 20 a 40 minutos

**Confiabilidad:** El Alfa de Cronbach dentro del rango 0,72 a 0,92 siendo la media 0,80.

## 2.2 Métodos

La presente investigación tiene un enfoque cuantitativo y correlacional, se midieron los constructos mediante el test VIA de fortalezas personales para fortalezas de carácter y la escala de ansiedad social de Liebowitz para la ansiedad social, los resultados obtenidos fueron analizados para determinar el tipo de correlación que tenían. Es de corte transversal debido a que solo se aplicó los test por una ocasión. Para la aprobación de la hipótesis se utilizó el programa estadístico SPSS en el cual nos permite al ser variables ordinales realizar una correlación de Spearman.

## 2.3 Operacionalización de variables:

**Tabla 1**

*Operacionalización de variables*

Variable	Definición	Dimensión	Instrumento
Ansiedad Social	La ansiedad social o también conocida como Fobia Social es un problema de gran relevancia dentro de los trastornos de ansiedad en el que una de sus principales características es el miedo de la persona a ser evaluada de manera negativa por la sociedad o las demás personas en un contexto social (Caballo, Salazar y Garrido, 2018).	Evalúa el rango de fobia social y el grado de evitación que se tiene para ciertas actividades. Consta de 24 preguntas que se puntúan desde <55 en donde no se presenta fobia social hasta >95 que indica un grado muy severo de fobia social	LSAS: Escala de Liebowitz para la Ansiedad Social <b>Alfa de Cronbach:</b> Se encuentra entre 0.79 y 0.94

Fortalezas de carácter	Las fortalezas del carácter de acuerdo al modelo valores en acción (VIA) son características constantes que las personas poseen además estas se pueden mostrar de diversas maneras como pensamientos, sentimiento o comportamientos (Cabrera, Rengifo, Suárez, Rivera y Carrillo, 2020).	Versión corta del cuestionario de fortalezas personales, consta con 120 ítems con una escala de tipo Likert con 5 respuestas que permiten medir el grado que la persona tiene en las diferentes fortalezas y virtudes.	VIA: Cuestionario de Fortalezas personales (Inventory of Strengt) Versión corta <b>Alfa de Cronbach:</b> 0,80
------------------------	--	--	---

**Nota:** definiciones de la ansiedad social y de las fortalezas de carácter, explicación de los test a aplicar y sus baremos de calificación.

### **Selección del área o del ámbito de estudio**

- Cotopaxi
- Latacunga
- Universidad Técnica de Cotopaxi
- Sede La Matriz

### **Población**

La investigación se realizará con estudiantes universitarios de Universidad Técnica de Cotopaxi, con edades entre los 18 a 30 años aproximadamente. La muestra estará formada por hombres y mujeres. Se utilizará un muestreo no probabilístico, por conveniencia y propositivo o intencional.

### **Criterios de Inclusión:**

- Estudiantes que estén legalmente matriculados en la Universidad Técnica de Cotopaxi.
- Que hayan firmado el consentimiento informado.
- Estudiantes con edades entre 18 a 30 años.

### **Criterios de Exclusión:**

- Estudiantes que tengan algún tipo de discapacidad intelectual que les impida comprender los test
- Estudiantes que se encuentren bajo el efecto de alguna sustancia.

## CAPÍTULO III

### 3.1 RESULTADOS Y DISCUSIÓN

#### Prueba de normalidad

**Tabla 2**

*Tabla de normalidad de los datos a trabajar*

<b>Pruebas de normalidad</b>			
<b>Kolmogorov-Smirnov<sup>a</sup></b>			
	<b>Estadístico</b>	<b>gl</b>	<b>Sig.</b>
<b>Total, ansiedad social</b>	,066	103	,200*
<b>Creatividad</b>	,114	103	,002
<b>Curiosidad</b>	,117	103	,001
<b>Mentalidad abierta</b>	,101	103	,012
<b>Amor por conocimiento</b>	,091	103	,033
<b>Perspectiva</b>	,086	103	,058
<b>Valentía</b>	,100	103	,013
<b>Persistencia</b>	,146	103	,000
<b>Autenticidad</b>	,129	103	,000
<b>Entusiasmo</b>	,114	103	,002
<b>Amor</b>	,122	103	,001
<b>Amabilidad</b>	,131	103	,000

<b>Inteligencia social</b>	,085	103	,063
<b>Trabajo equipo</b>	,107	103	,005
<b>Imparcialidad</b>	,120	103	,001
<b>Liderazgo</b>	,126	103	,000
<b>Perdón</b>	,089	103	,044
<b>Modestia</b>	,099	103	,014
<b>Prudencia</b>	,098	103	,016
<b>Autorregulación</b>	,084	103	,072
<b>Apreciación belleza</b>	,147	103	,000
<b>Gratitud</b>	,158	103	,000
<b>Esperanza</b>	,197	103	,000
<b>Humor</b>	,106	103	,006
<b>Espiritualidad</b>	,134	103	,000

**Nota:** Análisis de las variables para determinar su normalidad

**Análisis:** en la tabla 1 se puede observar las diferentes variables que se utilizaron para la investigación, se realizó el análisis de la normalidad en el programa SPSS para determinar el tipo de correlación aplicar entre los resultados obtenidos.

**Tabla 3***Media de los resultados en las 24 fortalezas de carácter.*

<b>Estadísticos descriptivos</b>		
<b>Fortalezas del carácter</b>	<b>N</b>	<b>Media</b>
Creatividad	103	20.3495
Curiosidad	103	20.3010
Mentalidad abierta	103	20.1553
Amor por conocimiento	103	18.9515
Perspectiva	103	19.4272
Valentía	103	19.2816
Persistencia	103	19.9515
Autenticidad	103	20.5146
Entusiasmo	103	20.3981
Amor	103	19.8252
Amabilidad	103	20.4660
Inteligencia social	103	19.3204
Trabajo equipo	103	20.8835
Imparcialidad	103	21.3981
Liderazgo	103	21.0194
Perdón	103	18.5243
Modestia	103	19.9806
Prudencia	103	20.3592
Autorregulación	103	19.5728
Apreciación belleza	103	21.0874
Gratitud	103	21.3398
Esperanza	103	21.6214
Humor	103	19.8835
Espiritualidad	103	19.6117

**Nota:** Media aritmética de las 24 fortalezas de carácter.

**Análisis:** entre las 24 fortalezas de carácter se realizó la media para una comparación entre las respuestas de los estudiantes para conocer la que más sobresale, por lo cual se observó que las más altas fueron la fortaleza de la esperanza e imparcialidad estando dentro de las virtudes trascendencia y justicia. Así también se observó que la puntuación más baja es en la fortaleza de perdón, de la virtud templanza.

**Discusión:** En esta investigación se obtuvo como resultados que entre la población de universitarios la fortaleza de carácter que más sobresale es la esperanza y la imparcialidad. Resultados similares se encontraron en la investigación de Cabrera et al., (2020) en la que se analizó y describió el tipo de fortaleza que sobresale en la población en donde se evidenció que, de acuerdo con los factores socioeconómicos, la cultura y en sí el medio social sobresalen la esperanza, gratitud y trabajo en equipo. Con esto se analizó si existe una buena calidad de vida. Por otra parte, en el estudio de Góngora (2020) se observa que al padecer de una enfermedad como depresión y ansiedad las fortalezas suelen cambiar, presentando mayor puntaje en curiosidad y liderazgo, resultados contrarios a lo que se presente en la presente investigación, esto se puede indicar que posiblemente se relaciona con los objetivos que se determina la psicoterapia en estas patologías.

**Tabla 4**

*Porcentaje de ansiedad social*

	<b>Baremos</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
<b>Válidos</b>	no se aprecia ansiedad social	61	59,2
	ansiedad social moderada	9	8,7
	ansiedad social significativa	16	15,5
	ansiedad social severa	8	7,8
	ansiedad social muy severa	9	8,7
	<b>Total</b>	<b>103</b>	<b>100,0</b>

**Nota:** Promedio de los niveles de ansiedad en los estudiantes.



**Análisis:** De acuerdo con los resultados que se obtuvo en la escala de Liebowitz para la ansiedad social, se determinó que el 59,2 % de los estudiantes no presentan ansiedad social, lo que sería más de la mitad de la población, sin embargo, existe un 15,5% de la población que demuestra un nivel de ansiedad significativa, además de presentar 8,7% ansiedad severa siendo la más alta dentro de los baremos de la escala antes mencionada.

**Discusión:** En la presente investigación se obtuvo como resultado que los niveles de ansiedad en los jóvenes universitarios en el cual presentaron bajos niveles de ansiedad, sin embargo, existe un porcentaje de universitarios que presentan un nivel de ansiedad alto. Resultados similares se encontraron en la investigación de Sigüenza & Vílchez, (2021) realizados en una universidad particular de Loja en donde se evidenció que los estudiantes universitarios que vivieron en una pandemia presentaron niveles altos de ansiedad, además como variables se utilizó el número de hijos como factor para desencadenar la ansiedad lo cual se demostró que no tienen relación. Además, también según estudios de Vivanco et al., (2020) manifiesta que uno de los factores que desencadena la ansiedad es la falta de trabajo, los problemas económicos y esto hace relación al contexto en el que se llevó a cabo el estudio, determinando así el incremento de personas con ansiedad en especial a los jóvenes universitarios que tuvieron que ponerse a cargo de las familias por diferentes situaciones.

**Tabla 5**

*Prueba de muestras independientes (perspectiva, Inteligencia Social y autorregulación)*

		Prueba de muestras independientes								
		Prueba de Levene para la igualdad de varianzas		Prueba T para la igualdad de medias						
		F	Sig.	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Error típ. de la diferencia	95% Intervalo de confianza para la diferencia	
								Inferior		Superior
Perspectiva	Se han asumido varianzas iguales	0.175	0.676	-0.973	101	0.333	-0.72877	0.74934	-2.21526	0.75773
	No se han asumido varianzas iguales			-0.957	76.235	0.342	-0.72877	0.76174	-2.24583	0.7883
Inteligencia social	Se han asumido varianzas iguales	1.021	0.315	-1.036	101	0.302	-0.80449	0.77624	-2.34433	0.73536
	No se han asumido varianzas iguales			-0.987	68.399	0.327	-0.80449	0.81509	-2.4308	0.82183
Autorregulación	Se han asumido varianzas iguales	0.331	0.566	-0.898	101	0.371	-0.59175	0.65894	-1.8989	0.71541
	No se han asumido varianzas iguales			-0.912	84.447	0.364	-0.59175	0.64867	-1.88159	0.6981

**Nota:** Grados de significancia entre el género y las fortalezas de carácter con datos normativos.

**Análisis:** Dado que la distribución de las puntuaciones fue normal, se aplicó la prueba T de student encontrando que no existen diferencias significativas entre las medias de hombres y mujeres en perspectiva, inteligencia social y autorregulación.

**Tabla 6**

*Rangos entre el género y las fortalezas de carácter con datos no normativos*

<b>Rangos</b>				
	<b>Género</b>	<b>N</b>	<b>Rango promedio</b>	<b>Suma de rangos</b>
Creatividad	masculino	39	48.19	1879.50
	femenino	64	54.32	3476.50
	Total	103		
Curiosidad	masculino	39	49.26	1921.00
	femenino	64	53.67	3435.00
	Total	103		
Mentalidad abierta	masculino	39	50.12	1954.50
	femenino	64	53.15	3401.50
	Total	103		
Amor por el conocimiento	masculino	39	47.51	1853.00
	femenino	64	54.73	3503.00
	Total	103		
Valentía	masculino	39	48.69	1899.00
	femenino	64	54.02	3457.00
	Total	103		
Persistencia	masculino	39	45.01	1755.50
	femenino	64	56.26	3600.50
	Total	103		
Autenticidad	masculino	39	47.63	1857.50
	femenino	64	54.66	3498.50
	Total	103		
Entusiasmo	masculino	39	44.45	1733.50

	femenino	64	56.60	3622.50
	Total	103		
Amor	masculino	39	45.87	1789.00
	femenino	64	55.73	3567.00
	Total	103		
Amabilidad	masculino	39	49.38	1926.00
	femenino	64	53.59	3430.00
	Total	103		
Trabajo en equipo	masculino	39	48.23	1881.00
	femenino	64	54.30	3475.00
	Total	103		
Imparcialidad	masculino	39	50.85	1983.00
	femenino	64	52.70	3373.00
	Total	103		
Liderazgo	masculino	39	49.37	1925.50
	femenino	64	53.60	3430.50
	Total	103		
Perdón	masculino	39	52.26	2038.00
	femenino	64	51.84	3318.00
	Total	103		
Modestia	masculino	39	45.08	1758.00
	femenino	64	56.22	3598.00
	Total	103		
Prudencia	masculino	39	46.72	1822.00
	femenino	64	55.22	3534.00
	Total	103		
Apreciación belleza	masculino	39	49.21	1919.00
	femenino	64	53.70	3437.00
	Total	103		
Gratitud	masculino	39	46.49	1813.00
	femenino	64	55.36	3543.00
	Total	103		

Esperanza	masculino	39	48.72	1900.00
	femenino	64	54.00	3456.00
	Total	103		
Humor	masculino	39	46.05	1796.00
	femenino	64	55.63	3560.00
	Total	103		
Espiritualidad	masculino	39	48.24	1881.50
	femenino	64	54.29	3474.50
	Total	103		

**Nota:** Correlación de las fortalezas de carácter con datos no normales y el género de los estudiantes.

**Tabla 7***Datos de correlación con U de Mann-Whitney*

	<b>Estadísticos de contraste<sup>a</sup></b>										
	Creatividad	Curiosidad	Mentalidad abierta	Amor por conocimiento	Valentía	Persistencia	Autenticidad	Entusiasmo	Amor	Amabilidad	Trabajo equipo
U de Mann-Whitney	1099.500	1141.000	1174.500	1073.000	1119.000	975.500	1077.500	953.500	1009.000	1146.000	1101.000
W de Wilcoxon	1879.500	1921.000	1954.500	1853.000	1899.000	1755.500	1857.500	1733.500	1789.000	1926.000	1881.000
Z	-1.016	-.732	-.502	-1.196	-.881	-1.865	-1.168	-2.016	-1.632	-.697	-1.007
Sig. asintót. (bilateral)	.310	.464	.616	.232	.378	.062	.243	.044	.103	.486	.314
Sig. exacta (bilateral)	.312	.467	.618	.234	.381	.062	.245	.044	.103	.489	.316
Sig. exacta (unilateral)	.156	.233	.309	.117	.190	<b>.031</b>	.122	<b>.022</b>	.052	.244	.158
Probabilidad en el punto	.001	.001	.001	.001	.001	.000	.001	.000	.000	.001	.001

a. Variable de agrupación: genero

**Nota:** Prueba de U de Mann Whitney con los datos no normales de las fortalezas de carácter y el sexo de los estudiantes

**Tabla 7***Datos de correlación con U de Mann-Whitney*

	<b>Estadísticos de contraste<sup>a</sup></b>									
	Imparcialidad	Liderazgo	Perdón	Modestia	Prudencia	Apreciación belleza	Gratitud	Esperanza	Humor	Espiritualidad
U de Mann-Whitney	1203.000	1145.500	1238.000	978.000	1042.000	1139.000	1033.000	1120.000	1016.000	1101.500
W de Wilcoxon	1983.000	1925.500	3318.000	1758.000	1822.000	1919.000	1813.000	1900.000	1796.000	1881.500
Z	-.309	-.702	-.068	-1.845	-1.413	-.747	-1.480	-.882	-1.586	-1.000
Sig. asintót. (bilateral)	.757	.483	.946	.065	.158	.455	.139	.378	.113	.317
Sig. exacta (bilateral)	.760	.486	.947	.065	.159	.458	.140	.380	.113	.320
Sig. exacta (unilateral)	.380	.243	.474	<b>.033</b>	.079	.229	.070	.190	.057	.160
Probabilidad en el punto	.001	.001	.001	.000	.001	.001	.000	.001	.000	.001

a. Variable de agrupación: genero

**Nota:** Prueba de U de Mann Whitney con los datos no normales de las fortalezas de carácter y el sexo de los estudiantes

**Análisis:** Dado que la distribución de las puntuaciones no fue normal, se aplicó la prueba u de Mann Whitney encontrando que existen diferencias significativas entre los rangos promedios en persistencia entre hombres RM= 45,01 y mujeres RM = 56,26 U=975,500. También existen diferencias significativas entre los rangos promedios en entusiasmo entre hombres RM= 44,45 y mujeres RM = 56 ,60 U=953,500. Además, existen diferencias significativas entre los rangos promedios en modestia entre hombres RM= 45,08 y mujeres RM= 56,22 U=978,000.

**Discusión:** De acuerdo con los resultados de la encuesta sobre las fortalezas de carácter, se realizó la relación con el sexo de los estudiantes, en la cual se obtuvo que existe una relación significativa con tres de las veinticuatro fortalezas de carácter, las mismas que son persistencia, entusiasmo y modestia en mujeres. Se encontraron resultados que difieren en la investigación de García et al., (2020) en la que se comparó las fortalezas de carácter con el bienestar psicológico, pero a su vez se buscó la relación con el sexo, en donde se obtuvo como resultados que existe una relación significativa entre curiosidad, amor y amabilidad entre las mujeres y las fortalezas que sobresalen en los hombres son el liderazgo y el entusiasmo. Por otra parte, según Porto et al., (2018) se menciona que los jóvenes suelen presentar fortalezas como amor, trabajo en equipo, humor y gratitud, esto se puede inferir que se da por la cultura y el contexto social en donde cada persona se desenvuelve.

### **Verificación de Hipótesis**

La hipótesis de esta investigación manifiesta que la ansiedad social presenta una relación positiva con las fortalezas de carácter en los estudiantes Universitarios. Después de aplicar el test de ansiedad social de Liebowitz y el cuestionario VIA de fortalezas personales, se determinó que existe una correlación entre la ansiedad social y la persistencia con un  $Rho = -0,227$ ,  $p < 0,05$  y además también se presentó una relación entre la ansiedad social y el entusiasmo con un  $Rho = -0,205$ ,  $p < 0,05$ .



**Tabla 8***Correlación entre la ansiedad social y las fortalezas del carácter*

		<b>Creatividad</b>	<b>Curiosidad</b>	<b>Mentalidad abierta</b>	<b>Amor por conocimiento</b>	<b>Perpectiva</b>	<b>Valentía</b>	<b>Persistencia</b>	<b>Autenticidad</b>	<b>Entusiasmo</b>	<b>Amor</b>	<b>Amabilidad</b>	<b>Inteligencia Social</b>
<b>Rho. Spearman</b>	<b>Total Ansiedad social</b>												
	<b>Coefficiente de correlación</b>	-0.057	-0.074	-.137	-.073	-.057	-.160	<b>-.227*</b>	.070	<b>-.205*</b>	-.078	.057	-.079
	<b>Sig. (bilateral)</b>	.568	.457	.166	.461	.564	.107	<b>.021*</b>	.481	<b>.038</b>	.431	.567	.429
	<b>N</b>	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103

**Nota:** Correlación de Spearman de las fortalezas de carácter con la ansiedad social.

**Tabla 8***Correlación entre la ansiedad social y las fortalezas del carácter*

		<b>Trabajo equipo</b>	<b>Imparcialidad</b>	<b>Liderazgo</b>	<b>Perdón</b>	<b>Modestia</b>	<b>Prudencia</b>	<b>Autorregulación</b>	<b>Apreciación belleza</b>	<b>Gratitud</b>	<b>Esperanza</b>	<b>Humor</b>	<b>Espiritualidad</b>
<b>Rho. Spearman</b>	<b>Total Ansiedad social</b>												
	<b>Coefficiente de correlación</b>	-.026	.008	.020	-.054	.076	-.143	-.059	-.010	-.075	-.104	-.043	.014
	<b>Sig. (bilateral)</b>	.795	.934	.838	.588	.444	.148	.554	.921	.452	.295	.668	.886
	<b>N</b>	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103

**Nota:** Correlación de Spearman de las fortalezas de carácter con la ansiedad social.

**Análisis:** La distribución de las puntuaciones no fue normal, por tal razón se aplicó la prueba de correlación de Spearman encontrando que existe relación entre la ansiedad social y la persistencia  $Rho = -0,227$ ,  $p < 0,05$  y la ansiedad social y el entusiasmo  $Rho = -0,205$ ,  $p < 0,05$ , con las demás fortalezas no se encontraron correlaciones significativas.

**Discusión:** En esta investigación se obtuvo como resultados que existe correlación significativa con dos de las 24 fortalezas, las mismas que son la persistencia y el entusiasmo. Resultados similares se encontraron en la investigación de Cortese, Fernandez y Giaquinto (2020) en la que se comparó las fortalezas de carácter entre jóvenes universitarios y jóvenes que no se encuentran cursando su educación superior, en donde se evidenciaron puntajes altos en las fortalezas de persistencia, imparcialidad, entre otras. Además, hace referencia a las habilidades que los estudiantes universitarios poseen, esto puede ser debido al contexto en el que se desenvuelven, así como también al estrés que se encuentran experimentando por la parte académica.

## CAPÍTULO IV

### Conclusiones

- En cuanto al objetivo general de la investigación, se determinó que la ansiedad social y dos de las veinticuatro fortalezas de carácter, la *persistencia* que es la capacidad para culminar sus metas con una firmeza, por otro lado, el *entusiasmo* que hace referencia a un estado sentimental de exaltación ante un suceso o situación, presentan una correlación positiva.
- Por otra parte, se analizó entre las veinticuatro fortalezas de carácter cuál fue la que obtuvo mayor puntuación en los estudiantes universitarios obteniendo que la imparcialidad, cualidad de ser neutral ante una situación o decisión, y la esperanza, característica de no perder la fe en algún problema, son las más sobresalientes en todo el grupo obteniendo puntajes de 21,39 y 21,62 respectivamente al realizar la media aritmética, además, también se observó que la fortaleza del perdón fue la que menos puntuación obtuvo dentro de la media siendo esta 18,52, demostrando que las personas dentro de nuestro contexto pueden llegar a ser rencorosas.
- En cuanto a la ansiedad social, el porcentaje más alto fue 59,2%, perteneciente a ausencia de ansiedad en los estudiantes, sin embargo, existió una sumatoria del 32% en los niveles de ansiedad significativa, severa y muy severa siendo estos los baremos más altos en la escala de ansiedad social un porcentaje considerable, el posible desencadenante a este padecimiento en especial en la población estudiada puede ser la pandemia que se está atravesando a nivel mundial, considerando que las personas somos seres sociables.
- Las fortalezas de carácter al relacionarlos con el género de los estudiantes se obtuvo una relación significativa entre la persistencia, la modestia y el entusiasmo en las mujeres, esto se puede inferir a la forma de crianza y el ambiente o contexto cultural. Al trabajar con señoritas de escasos recursos, al querer surgir y desarrollarse como profesionales permiten que algunas de las características positivas se hagan evidentes como es la perseverancia y las antes mencionadas fortalezas.

## **Recomendaciones**

- Se recomienda identificar a los jóvenes que obtuvieron niveles altos de ansiedad social mediante la dirección de bienestar universitario para el respectivo seguimiento y en caso de derivación realizarlo para garantizar una mejor calidad de vida y salud.
- Se recomienda que se refuerce las fortalezas de carácter que los estudiantes universitarios van presentando e inculcar nuevas fortalezas en los jóvenes, para desarrollar características positivas que permitan enfrentar los problemas diarios de las personas.
- Se recomienda realizar investigaciones dentro de la temática de las fortalezas de carácter, considerando que es un tema de actualidad, que está encaminado a mejorar el estado psicológico de los jóvenes, permitiéndoles enfrentar con estas cualidades sus problemas.

## MATERIALES DE REFERENCIA

### REFERENCIAS

- American Psychiatric Association. (2014). *Guía de consulta de los criterios diagnósticos del DSM-5*. (5th ed.).  
<https://www.eafit.edu.co/ninos/redde laspreguntas/Documents/dsm-v-guia-consulta-manual-diagnostico-estadistico-trastornos-mentales.pdf>
- Bravo, A., Ruvalcaba, N., Alfaro, L., & Orozco, M. (2019). Fortalezas de carácter como predictoras de resiliencia en adultos mexicanos. *Revista psicodebate: psicología, cultura y sociedad.*, 19(1), 7–17. <https://doi.org/10.18682/pd.v1i1.803>
- Caballo, V.; Salazar, I. y Garrido, L. (2018). *Programa de intervención multidimensional para la ansiedad social (IMAS) libro del paciente*. Ediciones Pirámide. ISBNdigital: 978-84-368-3941-8
- Caballo, V., Salazar, I., & Equipo de Investigación CISO-A. (2018). La autoestima y su relación con la ansiedad social y las habilidades sociales. *Behavioral Psychology / Psicología Conductual*, 26(1), 23–53.  
[https://zaguan.unizar.es/record/70886/files/texto\\_completo.pdf](https://zaguan.unizar.es/record/70886/files/texto_completo.pdf)
- Cabrera, C., Rengifo, L., Suárez, J., Rivera, D., & Carrillo, S. (2020). Fortalezas de carácter según género en personas de salinas de Guardas: perspectiva de intervención desde el Modelo perma a la economía solidaria. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 39(2), 226–241. <https://doi.org/10.5281/zenodo.4068612>
- Calles, R. (2017). Revisión histórica de las teorías psicodinámicas explicativas de los trastornos de ansiedad. *Norte de salud mental*, 15(57), 127–141.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6381269>
- Campo Moraga, S. A. (2020). Desde la felicidad al bienestar: Una mirada desde la psicología positiva. *Revista Reflexión E Investigación Educativa*, 3(1), 137–148. Recuperado a partir de <http://revistas.ubiobio.cl/index.php/reined/article/view/4507>
- Castro, J. A., Vinaccia, S., & Ballester-Arnal, R. (2018). Ansiedad social, adicción al internet y al cibersexo: su relación con la percepción de salud. *Terapia psicológica*, 36(3), 134–

143. <https://doi.org/10.4067/s0718-48082018000300134>

- Cataluña, D. (2022, 31 marzo). *¿Qué es la Psicología Positiva?* Instituto Europeo de Psicología Positiva. Recuperado 26 de abril de 2022, de <https://www.iepp.es/que-es-la-psicologia-positiva/>
- Cedillo, B. (2017). Generalidades de la neurobiología de la ansiedad. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 20(1), 239–251. <https://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/vol20num1/Vol20No1Art14.pdf>
- Daura, F. T., Barni, M. C., González, M. L., Assirio, J. A., & Lúquez, G. (2020). Evaluación del Compromiso académico y Grit. Fortalezas de carácter a desarrollar en estudiantes de postgrado. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 14(1), 1172. <https://doi.org/10.19083/ridu.2020.1172>
- Delgado, B., Inglés, C. J., Aparisi, D., García-Fernández, J. M., & Martínez-Montea-gudo, M. C. (2018). Relación entre la ansiedad social y las dimensiones de la personalidad en adolescentes españoles. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación - e Avaliação Psicológica*, 46(1), 81–92. <https://doi.org/10.21865/ridep46.1.06>
- Díaz Kuaik, I., & de la Iglesia, G. (2019). Ansiedad: conceptualizaciones actuales. *Summa Psicológica*, 16(1), 42–50. <https://doi.org/10.18774/0719-448x.2019.16.1.393>
- Domínguez, R., & Ibarra, E. (2017). La psicología positiva: Un nuevo enfoque para el estudio de la felicidad. *Razón y Palabra*, 21(96), 660–679. <https://www.redalyc.org/pdf/1995/199551160035.pdf>
- Franco-Jimenez, R. A. (2020). Propiedades psicométricas de la Escala de Ansiedad Social de Liebowitz en estudiantes universitarios peruanos. *Persona: Revista de la Facultad de Psicología*, 23(2), 73–86. [https://doi.org/10.26439/persona2020.n023\(2\).4903](https://doi.org/10.26439/persona2020.n023(2).4903)
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (Unicef). (2019). *Más del 20% de los adolescentes de todo el mundo sufren trastornos mentales*. Recuperado 21 de junio del 2022 de <https://www.unicef.org/mexico/comunicados-pren-sa/m%C3%A1s-del-20-de-los-adolescentes-de-todo-el-mundo-sufren-trastornos-mentales>

- Fondo de las Naciones Unidad para la Infancia (Unicef). (2020). *El impacto del COVID-19 en la salud mental de adolescentes y jóvenes*. Recuperado 27 de junio del 2022 de <https://www.unicef.org/lac/el-impacto-del-covid-19-en-la-salud-mental-de-adolescentes-y-j%C3%B3venes>
- García López, L. (2013). *Tratado... trastorno de ansiedad social*. Ediciones Pirámide. ISBN digital: 978-84-368-2882-5
- García, D., Hernández, J., Espinosa, J., Cobo, R., & Soler, M. (2020). Virtudes y fortalezas del carácter en la adolescencia: medición, comparación y relación con el bienestar psicológico. *AVFT-Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 39(4), 326–334. <https://doi.org/10.5281/zenodo.4092553>
- García, D., Hernández, J., Cobo, R., Espinosa, J., & Soler, M. (2020). Medición de las fortalezas del carácter en adolescentes y su predicción en el afrontamiento y bienestar psicológico. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 39(4), 303–317. [https://bonga.unisimon.edu.co/bitstream/handle/20.500.12442/7021/Medicion-de-las-fortalezas\\_caracter\\_adolescentes.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://bonga.unisimon.edu.co/bitstream/handle/20.500.12442/7021/Medicion-de-las-fortalezas_caracter_adolescentes.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- García, D., Soler, M., & Cobo, R. (2019). Programa creciendo fuertes para la promoción de fortalezas del carácter, una mirada desde sus estudiantes. *Areté: Revista Digital del Doctorado en Educación de la Universidad Central de Venezuela*, 5(9), 81–101. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7049134>
- Góngora, E., Vásquez, I., Hernández, M., Romo, T., González, R., Gallegos, J., López, J., Castor, C., Meza, C., & Álvarez, M. (2019). Explorando la vida buena en México. Las fortalezas del carácter y su relación con la felicidad. *Revista Latinoamericana de Medicina Conductual*, 9(2), 93–105. <http://eprints.uanl.mx/19008/>
- Góngora, V. (2020). Fortalezas de carácter en pacientes adultos en tratamiento psicoterapéutico. *Interdisciplinaria Revista de Psicología y Ciencias Afines*, 37(1), 39–40. <https://doi.org/10.16888/interd.2020.37.1.20>
- Macías, M., Pérez, C., López, L., Beltrán, L., & Morgado, C. (2019). Trastornos de ansiedad: revisión bibliográfica de la perspectiva actual. *Revista de Neurobiología*, 10(24), 1–11. <http://www.uv.mx/eneurobiologia/vols/2019/24/24.html>



- Ministerio de Educación. (2020, 8 junio). *Más de 82.000 personas recibieron atención en salud mental durante la Emergencia Sanitaria – Ministerio de Educación*. Recuperado 24 de abril de 2022, de <https://educacion.gob.ec/mas-de-82-000-personas-recibieron-atencion-en-salud-mental-durante-la-emergencia-sanitaria/>
- Ministerio de Educación. (2021, 30 marzo). *Reconocimiento a Brigadas de Contención Emocional – Ministerio de Educación*. Recuperado 24 de abril de 2022, de <https://educacion.gob.ec/reconocimiento-a-brigadas-de-contencion-emocional/>
- Ministerio de Educación. (2022, 20 enero). *Apoyo socioemocional a estudiantes y docentes en la zona 6*. Recuperado 25 de junio de 2022, de Apoyo socioemocional a estudiantes y docentes en la zona 6 – Ministerio de Educación (educacion.gob.ec)
- Organización Mundial de la Salud. (2021). *Salud mental del adolescente*. Recuperado 21 de junio de 2022, de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- Organización Mundial de la Salud. (2021, 19 abril). *La Movilización de la Juventud Mundial, con el respaldo de la OMS, financia ideas de los jóvenes para combatir el impacto de la pandemia de COVID-19*. Recuperado 24 de abril de 2022, de <https://www.who.int/es/news/item/19-04-2021-who-backed-global-youth-mobilization-funds-young-people-s-ideas-to-combat-impact-of-covid-19-pandemic>
- Organización Mundial de la Salud. (2020, 14 diciembre). *Las mayores organizaciones juveniles del mundo, con más de 250 millones de miembros y la OMS ponen en marcha una movilización mundial para responder a la conmoción causada por la COVID-19 en los jóvenes*. Recuperado 24 de abril de 2022, de <https://www.who.int/es/news/item/14-12-2020-world-s-largest-youth-organizations-and-who-launch-global-mobilization-to-respond-to-disruptive-impacts-of-covid-19-on-young-people>
- Organización Mundial de la Salud. (2020a, agosto 27). *Alocución de apertura del Director General de la OMS en la conferencia de prensa sobre la COVID-19 de 27 de agosto de 2020*. Recuperado 24 de abril de 2022, de <https://www.who.int/es/director-general/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19-27-august-2020>

- Organización Mundial de la Salud. (2022). *COVID-19 pandemic triggers 25% increase in prevalence of anxiety and depression worldwide*. Recuperado 25 de junio de 2022, de <https://www.who.int/news/item/02-03-2022-covid-19-pandemic-triggers-25-increase-in-prevalence-of-anxiety-and-depression-worldwide>
- Organización Panamericana de Salud. (2022). *Curso de vida saludable*. Recuperado el 20 de junio de 2022, de <https://www.paho.org/es/temas/curso-vida-saludable>
- Parlamento Andino. (2021). *Salud mental: indispensable para los ciudadanos*. Recuperado el 27 de junio de 2022, de <https://www.parlamentoandino.org/index.php/actualidad/noticias/396-salud-mental-indispensable-para-el-bienestar-de-los-ciudadanos>
- Peterson, C. y Seligman, eurodiputados (2004). *Fortalezas y virtudes del carácter: un manual y clasificación*. Asociación Americana de Psicología; Prensa de la Universidad de Oxford.
- Pérez, G., Estrada, S. y Catzin, E. (2021). Confinamiento y ansiedad en estudiantes universitarios del sureste mexicano durante la epidemia de covid-19. *Comunidad y Salud*, 19(1), 25-32. ISSN: 1690-3293 / e-ISSN: 2665-024x. <http://servicio.bc.uc.edu.ve/fcs/cysv19n1/art04.pdf>
- Ponce-Alencastro, J. A., Arredondo-Aldana, K., & Mera-Posligua, M. J. (2021). Ansiedad social: Intervención desde la terapia de aceptación y compromiso a propósito de un caso. *Revista Científica Arbitrada En Investigaciones De La Salud Gestar*. ISSN: 2737-6273., 4(8 Ed. esp.), 104-129. <https://doi.org/10.46296/gt.v4i8edesp.0035>
- Porto Noronha, A. P., Nogueira Silva, E., & Rueda, F. J. M. (2018). Relaciones entre fortalezas del carácter y percepción de apoyo social. *Ciencias Psicológicas*, 12(2), 187–193. <https://doi.org/10.22235/cp.v12i2.1681>
- Reta, Y., Ayalew, M., Yeneabat, T. y Bedaso, A. (2020). Social Anxiety Disorder Among Undergraduate Students of Hawassa University, College of Medicine and Health Sciences, Ethiopia. *Neuropsychiatr Dis Treat*, 2020(16), 571-577. <https://doi.org/10.2147/NDT.S235416>

- Ruíz, A., Bono, R. y Magallón, E. (2019). Ciberacoso y Ansiedad Social en Adolescentes: una revisión sistemática. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 6(1), 9-15. Doi.10.21134. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6749051>
- Saravia, M., Cazorla, P. y Cedillo, L. (2020). Nivel de ansiedad de estudiantes de medicina de primer año de una universidad privada de Perú en tiempos de Covid-19. *Revista de la Facultad de Medicina Humana*, 20(4), 568-573. DOI10.25176/RFMH.v20i4.3198. <http://www.scielo.org.pe/pdf/rfmh/v20n4/2308-0531-rfmh-20-04-568.pdf>
- Sigüeza, W. y Vílchez, J. (2021). Aumento de los niveles de ansiedad en estudiantes universitarios durante la época de pandemia de la COVID-19. *Revista Cubana de Medicina Militar*, 50(1), e931. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0138-65572021000100012&lng=es&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0138-65572021000100012&lng=es&tlng=es)
- The National Institute of Mental Health. (s. f.). *Social Anxiety Disorder*. National Institute of Mental Health (NIMH). Recuperado 24 de abril de 2022, de <https://www.nimh.nih.gov/health/statistics/social-anxiety-disorder>
- The National Institute of Mental Health. (2017, enero). *Trastorno de ansiedad social: Más allá de la simple timidez*. Recuperado 24 de abril de 2022, de <https://www.nimh.nih.gov/sites/default/files/documents/health/publications/espanol/trastorno-de-ansiedad-social-mas-alla-de-la-simple-timidez/sqf-16-4678.pdf>
- Vivanco, A., Saroli, D., Caycho, T., Carvajal, C. y Noé, M. (2020). Ansiedad por Covid-19 y salud mental en estudiantes universitarios. *Revista de Investigación en Psicología*, 23(2), 197-215. DOI: <http://dx.doi.org/10.15381/rinvp.v23i2.19241>
- Waigel, N. C., & Lemos, V. N. (2020). Evaluación de las fortalezas del carácter en adolescentes argentinos: validación de una versión breve del VIA-Youth. *Psicodébate*, 20(2), 20–39. <https://doi.org/10.18682/pd.v20i2.2357>
- World Health Organization. (2000). *Guía de bolsillo de la clasificación CIE-10: Clasificación de los trastornos mentales y del comportamiento*. Editorial Médica Panamericana. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/42326>

## ANEXOS

### Cuestionario VIA

Por favor, elija una opción marcando con una X en respuesta a cada declaración.

Todas las preguntas reflejan las declaraciones que mucha gente encuentra conveniente, pero queremos que conteste sólo en términos de si la declaración describe cómo eres.

¡Por favor, ser honesto y preciso!

	Muy parecido a mi	Algo parecido a mi	Neutro	Algo diferente a mi	Muy diferente a mi
1. Uno de mis puntos fuertes es concebir nuevas ideas.					
2. Enfrento situaciones de oposición tomando postura.					
3. Nunca dejo una tarea antes de terminarla.					
4. Siempre cumplo mis promesas.					
5. Siempre miro el lado bueno de las cosas					
6. Soy humilde con respecto a las cosas buenas que me han pasado.					
7. Me gusta aprender cosas nuevas.					
8. Siempre examino las dos caras de una cuestión.					
9. Se cómo manejarme en situaciones sociales muy distintas.					
10. Siempre acabo lo que empiezo.					
11. Realmente disfruto haciendo pequeños favores a los amigos.					

12. Hay gente en mi vida que se preocupa de mis sentimientos y bienestar tanto como de los suyos propios.					
13. Realmente disfruto siendo parte de un grupo.					
14. Como líder trato a todos igual independientemente de su experiencia.					
15. Aunque tenga pasteles o galletas al alcance de la mano, nunca me doy un atracón.					
16. Mejor seguro que arrepentido es uno de mis refranes favoritos.					
17. Soy religioso practicante.					
18. Mucha gente cree que es divertido estar conmigo.					
19. Raramente guardo rencor.					
20. Siempre estoy ocupado con algo interesante.					
21. Me entusiasmo cuando aprendo cosas nuevas.					
22. Me gusta pensar en nuevas formas de hacer las cosas.					
23. No importa cual sea la situación, soy capaz de hacerme con ella.					
24. Nunca he vacilado en expresar públicamente una opinión impopular.					
25. Voy donde haga falta para animar a alguien que está mal.					
26. Uno de mis puntos fuertes es ayudar a trabajar a un grupo de gente con eficacia y armonía, aunque tengan sus diferencias.					
27. Soy una persona muy disciplinada.					
28. Siempre pienso antes de hablar.					

29. Siento emociones profundas cuando veo cosas hermosas.					
30. A pesar de los desafíos, siempre tengo esperanza en el futuro.					
31. Mi fe nunca me abandona durante los momentos difíciles. Mi fe nunca me abandona en los tiempos difíciles.					
32. No actúo como si fuera una persona especial.					
33. Espero la oportunidad de alegrarle el día a alguien con una sonrisa.					
34. Nunca hago las cosas a medias.					
35. Nunca busco venganza.					
36. Siento curiosidad por las cosas del mundo.					
37. Acabo las cosas a pesar de los obstáculos en el camino.					
38. Me gusta hacer felices a los demás.					
39. Soy la persona más importante en la vida de alguien.					
40. Los derechos de cada uno, sin distinción, son importantes para mí.					
41. Yo veo la belleza donde otras personas pasan sin darse cuenta.					
42. Nunca presumo de mi talento.					
43. Siempre estoy dispuesto a dar la oportunidad a alguien de enmendar sus errores.					
44. Me entusiasmo con muchas actividades diferentes.					
45. Siempre doy con formas nuevas de hacer las cosas.					
46. Soy bueno dándome cuenta de lo que otro está sintiendo.					

47. La gente me describe como sabio para la edad que tengo.					
48. Siempre cumplo mis promesas.					
49. Doy a cada cual su oportunidad.					
50. Trato a todo el mundo igual sea quien sea.					
51. Soy una persona muy agradecida.					
52. Trato de poner algo de humor en todo lo que hago.					
53. Miro adelante cuando empieza un nuevo día.					
54. Creo que lo mejor es perdonar y olvidar					
55. Mis amigos dicen que tengo cantidad de nuevas y diferentes ideas					
56. Siempre soy capaz de mirar las cosas y hacerme una visión de conjunto.					
57. Siempre defiendo mis ideas.					
58. Soy fiel a mis propios valores.					
59. Siento permanentemente la presencia del amor en mi vida.					
60. Para mi es muy importante mantener la armonía dentro de mi grupo.					
61. Puedo mantener una dieta.					
62. Pienso en las consecuencias antes de actuar.					
63. Siempre soy consciente de la belleza que me rodea					
64. Mi fe me hace ser lo que soy.					
65. Tengo mucha energía.					
66. Encuentro algo interesante en cualquier situación.					

67. Leo todo el tiempo.					
68. Pensar las cosas es parte de lo que soy.					
69. Soy un pensador original.					
70. Soy bueno en la detección de lo que otras personas están sintiendo.					
71. Tengo una visión madura de la vida.					
72. Siempre enfrento mis miedos.					
73. Puedo expresar cariño a alguien con facilidad					
74. Sin excepción, apoyo a los miembros de mi equipo o a mis compañeros.					
75. La gente me dice que soy duro pero justo cuando los dirijo.					
76. Soy capaz siempre de decir "basta y sobra".					
77. Aprecio mucho cualquier forma de arte.					
78. Estoy agradecido por lo que la vida me ha dado.					
79. Sé que tendré éxito con las metas que me proponga.					
80. Raramente llamo la atención sobre mi mismo.					
81. Tengo un gran sentido del humor.					
82. Raras veces trato de vengarme.					
83. Me resulta muy fácil entretenerme sólo.					
84. Siempre pienso los pros y los contras.					
85. Los demás me piden consejo.					
86. Puedo con todo lo que decido hacer.					



87. Antes preferiría morir que ser falso.					
88. Disfruto siendo bueno con los demás.					
89. Puedo aceptar amor de los demás.					
90. Aunque alguien no me guste le trato con justicia.					
91. Cuando dirijo un grupo trato de que todo el mundo se sienta a gusto.					
92. Sin excepción, hago mis tareas de trabajo, de estudio o de casa, cuando hay que hacerlas					
93. Soy una persona muy cuidadosa.					
94. Soy consciente de pequeñas cosas de la vida que muchos dan por Sentado					
95. Cuando repaso mi vida, encuentro muchas cosas para estar agradecido.					
96. Creo en un poder universal, un Dios.					
97. Siempre me han dicho que la modestia es una de mis características más importantes.					
98. Leo una amplia variedad de libros.					
99. Intento tener buenas razones cuando tomo decisiones importantes.					
100. Siempre sé qué decir para que la gente se sienta bien.					
101. Cuando hago planes los convierto en realidad.					
102. Me encanta dejar que otros sean el centro de atención.					
103. Para mi es muy importante respetar las decisiones adoptadas por mi					

grupo.					
104. Creo que todo el mundo tiene algo que decir.					
105. Siempre tomo las decisiones con cuidado.					
106. Siento un profundo sentido de aprecio cada día.					
107. Si estoy con el ánimo bajo, siempre pienso en las cosas que van bien en mi vida.					
108. Mis creencias hacen mi vida importante.					
109. Me despierto con ilusión por las posibilidades que me brinda el día.					
110. Me divierte leer libros que no sean de ficción.					
111. Mis amigos valoran mi buen juicio					
112. Hay quien me considera una persona sabia.					
113. Soy una persona valiente.					
114. Los demás confían en mi para contarme sus secretos					
115. Con mucho gusto sacrifico mi interés personal en beneficio del grupo en el que estoy.					
116. Creo que vale la pena escuchar las opiniones de todo el mundo.					
117. La vida me ha colmado de bendiciones.					
118. Yo espero lo mejor.					
119. Se me conoce por mi buen sentido del humor					
120. La gente dice que estoy lleno de energía.					

### Valoración de las respuestas

Muy diferente a mi	0
Algo diferente a mi	1
Neutro	2
Algo parecido a mi	3
Muy parecido a mi	4

### Tabla de Resultados

Fortalezas	Ítems
Creatividad	4, 22, 45, 55, 69
Curiosidad	20, 36, 44, 66, 83
Mentalidad abierta	8, 68, 84, 99, 111
Amor por el conocimiento	7, 21, 67, 98, 110
Perspectiva	47, 56, 71, 85, 112
Valentía	2, 24, 57, 72, 113
Persistencia	3, 10, 37, 86, 101
Autenticidad	4, 48, 58, 87, 114
Entusiasmo	34, 53, 65, 109, 120
Amor	12, 39, 59, 73, 89

Amabilidad	11, 25, 38, 88, 102
Inteligencia social	9, 23, 46, 70, 100
Trabajo en equipo	13, 60, 74, 103, 115
Imparcialidad	40, 49, 90, 104, 116
Liderazgo	14, 26, 50, 75, 91
Perdón	19, 35, 43, 54, 82
Modestia	6, 32, 42, 80, 97
Prudencia	16, 28, 62, 93, 105
Autorregulación	15, 27, 61, 76, 92
Apreciación de la belleza	29, 41, 63, 77, 94
Gratitud	51, 78, 95, 106, 117
Esperanza	5, 30, 79, 107, 118
Humor	18, 33, 52, 81, 119
Espiritualidad	17, 31, 64, 96, 108

## Escala de Liebowitz

<b>Miedo o ansiedad</b>	<b>Evitación</b>
Nada de miedo o ansiedad	0. Nunca lo evito (0 %)
Un poco de miedo o ansiedad	1. En ocasiones lo evito (1-33 %)
Bastante miedo o ansiedad	2. Frecuentemente lo evito (33-67 %)
Mucho miedo o ansiedad	3. Habitualmente lo evito (67-100 %)
<i>Miedo/ansiedad Evitación</i>	
1. Llamar por teléfono en presencia de otras personas	
2. Participar en grupos pequeños	
3. Comer en lugares públicos	
4. Beber con otras personas en lugares públicos	
5. Hablar con personas que tienen autoridad	
6. Actuar, hacer una representación o dar una charla ante un público	
7. Ir a una fiesta	
8. Trabajar mientras le están observando	
9. Escribir mientras le están observando	
10. Llamar por teléfono a alguien que usted no conoce demasiado	
11. Hablar con personas que usted no conoce demasiado	
12. Conocer a gente nueva	
13. Orinar en servicios públicos	
14. Entrar en una sala cuando el resto de la gente ya está sentada	
15. Ser el centro de atención	
16. Intervenir en una reunión	

17. Hacer un examen, test o prueba	
18. Expresar desacuerdo o desaprobación a personas que usted no conoce demasiado	
19. Mirar a los ojos a alguien que usted no conoce demasiado	
20. Exponer un informe a un grupo	
21. Intentar «ligarse» a alguien	
22. Devolver una compra a una tienda	
23. Dar una fiesta	
24. Resistir a la presión de un vendedor muy insistente	

**Miedo/Ansiedad**

**Evitación**

*TOTAL*

**Baremo de Calificación**

<b>&lt; 55</b>	No se aprecia ansiedad social
<b>55-65</b>	Ansiedad social moderada
<b>65-80</b>	Ansiedad social significativa
<b>80-95</b>	Ansiedad social severa
<b>&gt; 95</b>	Ansiedad social muy severa