



FACULTAD DE PSICOLOGÍA y CIENCIAS SOCIALES

# Arteterapia como Fortalecedora de las Habilidades Sociales de los Estudiantes Universitarios de la Ciudad de Neuquén Postpandemia de Covid-19

**Estudiante:** Silva Giusiano, Maira Gabriela

**Legajo:** 24693

**Director/a:** Lic. Selediana Godinho

**Co-directora:** Lic. Araceli Vázquez

Trabajo Final de Integración para acceder al título de Licenciatura en Psicología

2024

---

FORMULARIO DE AUTORIZACIÓN  
PARA LA PUBLICACIÓN DE OBRAS EN EL REPOSITORIO DIGITAL  
INSTITUCIONAL DE LA UFLO UNIVERSIDAD

**RIUFLO** - *Repositorio Institucional de la Universidad de Flores* - fue creado para gestionar y mantener una plataforma digital de acceso libre y abierto para la difusión de la creación intelectual de la Universidad de Flores.

El autor cede a la Universidad de forma gratuita pero no exclusiva, los derechos de reproducción, de distribución y de comunicación pública de su obra, a través del RIUFLO. Por lo tanto, la Universidad adopta para los ítems allí depositados la Licencia Creative Commons atribución - no comercial - compartir igual 4-0 internacional y siempre requerirá que se cite la fuente y se reconozca la autoría. De solicitar otras limitaciones, el autor podrá detallarlas en forma expresa o a través de la elección de otro modelo de Licencia.

**Autorizo la publicación de la obra:**

Desde la fecha [ SI ]

Dentro de los 6 meses posteriores a su aceptación [ ]

Otro plazo mayor detallar/justificar:

Lugar y fecha: Ciudad de Neuquén, 2025

Firma y aclaración del autor: Maira Gabriela, Silva Giusiano



## Índice

Resumen.....	3
Introducción .....	4
Delimitación del Objeto de Estudio.....	4
Planteo del Problema .....	6
Objetivos .....	9
<i>Objetivo General</i> .....	9
<i>Objetivos Específicos</i> .....	10
Supuestos Básicos de la Investigación.....	10
Estado del Arte .....	11
Marco Teórico .....	19
Pandemia de Covid-19.....	19
Cronología de la Pandemia de Covid-19 en Argentina .....	20
Impacto Psicológico del Aislamiento Social y de la Educación Virtual .....	25
<i>Aislamiento social</i> .....	25
<i>Educación virtual</i> .....	26
Habilidades Sociales .....	31
Arteterapia.....	33
Método .....	36
Diseño de Estudio.....	36
Participantes .....	36
Instrumentos .....	36
Procedimiento.....	37
Resultados .....	39

<i>Datos sociodemográficos</i> .....	39
Resultados por Categorías y Subcategorías .....	40
<i>Categoría: Experiencia con la pandemia de Covid-19</i> .....	40
<i>Categoría: Habilidades sociales</i> .....	45
<i>Categoría: Arteterapia</i> .....	48
Discusión.....	54
Conclusión .....	60
Propuesta de Intervención.....	64
Referencias .....	69
Anexos .....	77
Modelo de Consentimiento Informado .....	77
Modelo de Entrevista .....	79

## Resumen

El presente trabajo final integrador tuvo como objetivo explorar la función de la Arteterapia como fortalecedora de las habilidades sociales de los estudiantes universitarios de la ciudad de Neuquén post pandemia de Covid-19. Para ello fue necesario conocer y comprender el impacto psicológico que tuvieron la pandemia de Covid-19, el aislamiento y la educación virtual sobre las habilidades sociales de los estudiantes universitarios. Se realizó una investigación con enfoque cualitativo, no experimental, transversal y exploratorio. Se entrevistaron a 13 estudiantes universitarios de diferentes facultades y áreas de conocimiento de la ciudad de Neuquén, con una edad comprendida entre 24 y 29 años, que cursaron la modalidad de educación virtual entre los años 2020 y 2022. Finalizando el proceso de recolección de datos se prosiguió al análisis de los mismos, para luego concluir con la escritura final de la investigación. Los resultados obtenidos fueron que la Arteterapia contribuye al fortalecimiento de las habilidades sociales, porque permite el autoconocimiento, el reconocimiento de las propias emociones, y también es una herramienta que invita a compartir, a expresarse y a transmitir, por lo que fomenta el desarrollo de las relaciones interpersonales. Por lo tanto, esta investigación permitió adentrarse en la experiencia que tuvieron los estudiantes universitarios con la pandemia de Covid-19, el aislamiento social y la modalidad de educación virtual, y de qué manera esta experiencia afectó sus habilidades sociales. También, permitió identificar que actividades relacionadas a la Arteterapia realizaron los estudiantes universitarios durante la pandemia, y comprender cómo estas contribuyen al fortalecimiento de sus habilidades sociales. Además, se brindan hallazgos para que otros investigadores puedan profundizar más en la temática y que de esta manera se alcance una mayor visibilización.

**Palabras-clave:** Habilidades sociales-educación virtual-Arteterapia-pandemia de Covid-19.

## **Introducción**

### **Delimitación del Objeto de Estudio**

El presente estudio se centró en el periodo que inicio con la pandemia de Covid-19, es decir, año 2020, y se extendió hasta la actualidad (año 2025), teniendo en consideración los efectos a largo plazo de la pandemia de Covid-19, el aislamiento social y la modalidad de educación virtual en los estudiantes universitarios.

El objeto de estudio de esta investigación estuvo focalizado en los estudiantes universitarios que vivenciaron el impacto psicológico de la pandemia de Covid-19. Quedaron incluidos aquellos estudiantes de una edad comprendida entre 24 y 29 años, matriculados en carreras universitarias de diferentes áreas de conocimiento.

Se estudió la variable pandemia de Covid-19, con el propósito de comprender el impacto psicológico que esta tuvo sobre los jóvenes universitarios, es decir, observando y analizando la influencia que tuvieron la pandemia y las medidas dispuestas para evitar la propagación del virus, el aislamiento social y la modalidad de educación virtual, en la aparición de síntomas psicológicos en los estudiantes universitarios como, ansiedad, depresión, estrés, insomnio, miedo, tristeza, entre otros.

Siguiendo esta línea, se investigó cómo se vieron afectadas las habilidades sociales de los estudiantes universitarios a partir de la pandemia de Covid-19, las medidas preventivas (aislamiento social y educación virtual), y las inevitables consecuencias psicológicas.

Por último, se estudió la variable Arteterapia y su estudio estuvo enfocado en el uso de determinadas técnicas como el dibujo, la pintura u otras formas de expresión artística, es decir, en cómo estas prácticas artísticas al favorecer el autoconocimiento, la expresión emocional y espacios de reflexión, desde otra perspectiva, pueden contribuir en el desarrollo y fortalecimiento de las habilidades sociales de los estudiantes universitarios.

La pandemia ocasionada por el virus Covid-19 y las medidas de aislamiento social preventivo y obligatorio, tuvieron gran repercusión en áreas tales como la salud mental, la economía, la educación, las relaciones sociales, entre otras. Específicamente, las habilidades sociales de los jóvenes universitarios se vieron afectadas a partir del cierre de las instituciones educativas y la continuación de sus estudios académicos a través de entornos virtuales. Los jóvenes universitarios debieron adaptarse a un nuevo contexto en el cual las formas de comunicarse cambiaron considerablemente (Álvarez-Delgado et al., 2022).

Por ello, la presente investigación con enfoque cualitativo, no experimental, transversal y exploratoria, ha tenido como objetivo explorar la función del Arteterapia como fortalecedor de las habilidades sociales de los estudiantes universitarios de la ciudad de Neuquén post pandemia de Covid-19, considerando que las habilidades sociales en el ámbito educativo cumplen un rol muy importante, y que la educación es un proceso social (Villacis-Pico et al., 2023). Así mismo, teniendo presente la importancia de indagar más acerca de la capacidad del Arteterapia como herramienta terapéutica para restaurar el desarrollo social y emocional de los jóvenes universitarios que durante el contexto de la pandemia de Covid-19, de aislamiento social y virtualidad se vio estancada. Para recolectar esta información, se realizó una entrevista semiestructurada a estudiantes universitarios de diferentes facultades y áreas de conocimiento de la ciudad de Neuquén, con una edad comprendida entre 24 y 29 años, que cursaron educación virtual entre los años 2020 y 2022.

## **Planteo del Problema**

Teniendo en cuenta los informes presentados por la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022), tras haber finalizado la pandemia de COVID-19 se ha incrementado la prevalencia de síntomas de depresión, ansiedad, estrés, entre otros síntomas en un 25% en todo el mundo. De acuerdo con el Director General de la OMS, la información sobre el impacto de la COVID-19 en la salud mental de todo el mundo que se tiene hasta el momento es solo la punta del iceberg (OMS, 2022).

En Latinoamérica, según la Organización Panamericana de la Salud (OPS, 2021), las personas han tenido que atravesar el aislamiento social resultante de la pandemia de COVID-19, la cual, ha traído consigo una crisis económica sin precedentes, el cierre de instituciones educativas, el teletrabajo, miedo a enfermarse y contagiar, el miedo al sufrimiento o muerte para uno mismo o para sus seres queridos y la incertidumbre respecto al desenlace de este evento. Todas estas condiciones han influido en la población y son factores que contribuyen al desarrollo y prevalencia de problemas de salud mental. Alrededor del 20% al 70% de la población sigue padeciendo ansiedad y depresión; siendo los jóvenes, las mujeres, las personas de bajos ingresos y las personas con problemas de salud mental preexistentes los grupos más afectados por este acontecimiento (OPS, 2021).

Países como Chile, Perú, Brasil y Canadá expusieron que a partir del inicio de la Pandemia de COVID-19, su salud mental había empeorado. En nueve países y territorios de la región un 27% de los jóvenes con una edad comprendida entre 13 y 29 años reportaron haberse sentido ansiosos y el 15% deprimidos durante este periodo. Si bien, es sabido que la mayoría de los países de la región (93%) incluyeron la salud mental y el apoyo psicosocial como parte de sus planes de respuesta al COVID-19, únicamente fueron dos los países que lo financiaron de manera adecuada (OPS, 2021).

Así también, en Argentina, específicamente en Mendoza, Zuin et al. (2021)

encontraron que el 87% de la población universitaria presentaba preocupación por la pandemia de Covid-19, el 41% tenía angustia, el 56% ansiedad (todos en grado moderado a severo). Un 79% de los estudiantes tenía alteraciones del sueño y un 65% en hábitos alimentarios. La preocupación a futuro relacionada con aspectos laborales/económicos fue la más comentada (74%). El 67% refirió sobre información en relación a la situación epidemiológica.

Se observan estudios como de Álvarez Delgado et al. (2022) sobre la interacción social post pandemia en estudiantes universitarios, en el cual se buscó comprender cómo la pandemia de Covid-19 y las medidas de distanciamiento social, cambiaron las formas de relacionarse, lo que inevitablemente ha afectado la interacción social de los estudiantes universitarios. Muchos de los estudiantes presentan timidez al momento de tener una conversación, sea con personas conocidas o con quienes están iniciando un vínculo. La mayoría de las personas se encontraban acostumbradas a tener una buena relación con los demás de manera virtual, porque este modo les parece más sencillo.

También, Navarrete Cueto et al. (2022) analizaron cómo estuvo asociada la salud mental con las habilidades socioemocionales de los estudiantes universitarios durante la pandemia de Covid-19 y encontraron que aquellos estudiantes que presentaban mayor salud mental tendían a desarrollar sus habilidades sociales intrapersonales e interpersonales, tuvieron mayor control del estrés, manejo del estado de ánimo, mayor adaptabilidad; mientras que los estudiantes que presentaron mayor deterioro en su salud mental tuvieron una tendencia a manifestar estrés, ansiedad y bajo estado de ánimo.

Es cierto que resulta importante conocer y comprender más acerca del impacto psicológico que tuvieron la pandemia de Covid-19, el aislamiento social y la educación virtual sobre los estudiantes universitarios, y que influencia tuvo este impacto psicológico sobre las habilidades sociales de los estudiantes. Sin embargo, en el actual contexto post

pandemia existe otra problemática que tiene que ver con lo que plantean Navarrete Cueto et al. (2022) “la variable estado de ánimo se correlaciona de manera negativa con el deterioro de la salud mental y el manejo del estrés, debido a que los estudiantes les faltan desarrollar habilidades intrapersonales e interpersonales, así como la inteligencia emocional” (p. 14). Esto último significa que aunque todo parece ser como antes de la pandemia de Covid-19, nos encontramos frente a una realidad en la que la mayoría de los estudiantes universitarios manifiestan una deficiencia en sus habilidades sociales, que como sostienen Villacis Pico et al. (2023) “se han visto afectadas por las nuevas modalidades de estudio, la falta de interacción personal entre pares y la pandemia en sí ha dificultado el desarrollo de estas” (p. 875).

Pulido Fonseca (2023) sostiene que “las habilidades sociales son un aspecto del ser que hacen parte del diario vivir; la interacción es aquel proceso cognitivo y emocional que permite vínculos evolutivos dentro de uno o varios contextos” (p. 9). El poder desarrollar habilidades intrapersonales e interpersonales y competencias relacionadas con la inteligencia emocional, constituye una parte importante del bienestar psicológico de los estudiantes universitarios. Una deficiencia en la inteligencia emocional puede llevar a la aparición de problemas emocionales. Aquellos individuos que no cuentan con habilidades tales como, la resolución de conflictos, el control de impulsos y la tolerancia al estrés, son quienes presentan mayores dificultades para hacer frente a las demandas de su contexto (Navarrete Cueto et al., 2022).

Se observan estudios como el de Pulido Fonseca (2023), en el cual se hace hincapié en la importancia de que los jóvenes puedan fortalecer sus habilidades sociales y en la influencia que puede tener el arte en el desarrollo y fortalecimiento de estas habilidades. El autor destaca el uso de esta herramienta para lograr un aumento en la capacidad de interactuar con un tercero y la expresión emocional. El arte, según López Romero (2004), posibilita

expresar “sentimientos, emociones y pensamientos aportándonos seguridad y confianza en nosotros mismos y esto es de gran importancia, porque son muchos los desequilibrios afectivos o mentales que están asociados, de alguna manera, a una falta de seguridad en uno mismo” (p. 3).

Por esto mismo, es imperante realizar la siguiente pregunta y conocer más sobre la función de la Arteterapia como fortalecedor de las habilidades sociales de los estudiantes universitarios de la ciudad de Neuquén post pandemia Covid-19: ¿De qué manera la Arteterapia contribuye al fortalecimiento de las habilidades sociales de los estudiantes universitarios de la ciudad de Neuquén tras la pandemia de Covid-19?

Además, se presentan las preguntas secundarias:

- ¿Cómo se vieron afectadas las habilidades sociales de los estudiantes universitarios a raíz de la pandemia de Covid-19, el aislamiento social y la modalidad de educación virtual?
- ¿Qué experiencia han tenido los estudiantes universitarios con respecto a la pandemia de Covid-19, el aislamiento social y la educación virtual?
- ¿Qué actividades relacionadas con la Arteterapia realizaron los estudiantes universitarios en el contexto de la pandemia de Covid-19?
- ¿Qué función cumple la Arteterapia en el fortalecimiento de las habilidades sociales de los estudiantes universitarios?

## **Objetivos**

### ***Objetivo General***

Explorar la contribución de la Arteterapia como fortalecedora de las habilidades sociales de los estudiantes universitarios de la ciudad de Neuquén post pandemia Covid-19

### ***Objetivos Específicos***

- Describir la experiencia que han tenido los estudiantes universitarios con respecto a la pandemia de Covid-19, el aislamiento social y la educación virtual.
- Identificar la forma en que se vieron afectadas las habilidades sociales de los estudiantes universitarios a raíz de la pandemia de Covid-19, el aislamiento social y la modalidad de educación virtual.
- Describir los efectos que tuvo la Arteterapia en el fortalecimiento de las habilidades sociales, las habilidades relacionadas con los sentimientos, de adaptabilidad, de manejo del estrés y estado de ánimo general.
- Identificar las actividades relacionadas con la Arteterapia, que fueron realizadas por los estudiantes universitarios durante la pandemia de Covid-19.
- Examinar la percepción de los estudiantes universitarios sobre la Arteterapia como método de intervención para fortalecer sus habilidades sociales.
- Identificar las barreras percibidas por los estudiantes universitarios en relación con la socialización dentro del ámbito universitario.
- Analizar el uso de la Arteterapia como fortalecedor de las habilidades sociales, las habilidades relacionadas con los sentimientos, de adaptabilidad, de manejo del estrés y estado de ánimo general en los estudiantes universitarios.

### **Supuestos Básicos de la Investigación**

Esta investigación parte del supuesto que los estudiantes universitarios que realizaron actividades de Arteterapia durante la pandemia de Covid-19, demostraron más habilidades sociales que los que no hicieron en la post pandemia.

## Estado del Arte

En el presente trabajo, para el desarrollo del estado del arte se utilizaron documentos sobre investigaciones que abordan el impacto psicológico en los estudiantes universitarios de la pandemia de Covid-19, el aislamiento social y la educación virtual. Cabe mencionar que hace referencia, en mayor medida, a investigaciones realizadas en Colombia, Ecuador, México, Chile y Perú ya que en la Argentina no se han encontrado antecedentes actuales vinculados a la temática.

En Colombia, Cante Manzano et al. (2020), estudiaron “Fortalecimiento de habilidades sociales por medio de redes sociales en estudiantes universitarios pertenecientes a la Institución Politécnico Grancolombiano en época de pandemia de la ciudad de Bogotá D.C.”, donde el objetivo fue describir si existe un fortalecimiento de habilidades sociales por medio de las redes sociales en estudiantes universitarios pertenecientes a la Institución Politécnico Grancolombiano en época de pandemia de la ciudad de Bogotá D.C. Es una investigación de tipo correlacional, con una muestra no probabilística por conveniencia de dos estudiantes un hombre y una mujer, ambos estudiantes de la Institución Politécnico Grancolombiano, del programa de psicología de la sede Bogotá de la modalidad presencial y de la jornada nocturna, quienes se encuentran en un rango de edad de 18 a 25 años. Para la recolección de datos se utilizó la entrevista dirigida planteada por Vicente Caballo para las habilidades, que consta de 69 preguntas de respuestas abiertas divididas en 15 módulos ligados a las habilidades sociales. De acuerdo a los resultados obtenidos a partir de la entrevista, se logró evidenciar que en el contexto de la pandemia de Covid-19, con el uso de las redes sociales, no existe un fortalecimiento de las habilidades sociales, los participantes indican que estas no permiten un acercamiento real con personas. Asimismo, se evidenció que al preferir las relaciones online que con familiares y amigos cercanos no se ponen en práctica las habilidades o competencias sociales, por lo que al contrario irán disminuyendo y

en consecuencia no permitirá un buen desenvolvimiento a futuro. A partir de los resultados se pudo inferir que aunque las redes sociales permiten conocer distintas formas de comunicación e interacción con las demás personas, no permiten una interacción real y sincera que pueda aportar a las habilidades sociales.

En Perú, Mamani et al. (2022) investigaron “Habilidades sociales y ansiedad social debido al confinamiento por Covid-19 en universitarios, Arequipa, 2021”, cuyo objetivo fue determinar si existe relación entre el nivel de habilidades sociales y el grado de ansiedad social en universitarios durante las clases virtuales del periodo 2021-II, debido al confinamiento por Covid-19. La investigación cuenta con un enfoque cuantitativo, diseño no experimental, de tipo transversal y con alcance correlacional; en una muestra probabilística aleatorio simple. Los instrumentos utilizados para la recolección de datos fueron, la Escala de Habilidades Sociales – EHS de Gismero (2000), adaptada por Ruiz (2006) y estandarizada por Ruiz y Quiroz en Trujillo (2013), y la Escala de Ansiedad Social de Liebowitz – EASL (Liebowitz Social Anxiety Scale) creada por Liebowitz en 1992, validada y adaptada por Franco-Jimenez y Pérez (2018) en Lima. La muestra estuvo constituida por estudiantes mayores de 18 años de la escuela profesional de psicología. Los resultados hallados en los estudiantes universitarios fueron: un 70.9% de nivel bajo de habilidades sociales, y un 53.7% de grado moderado de ansiedad social, encontrándose una correlación estadísticamente significativa e inversa entre ambas variables ( $Rho$  calculado=  $-0.524$ ;  $p$ -valor=  $.000$ ); lo que lleva a inferir que a menor nivel de habilidades sociales presentes en el estudiante, existirá mayor grado de ansiedad social y viceversa.

En Colombia, Álvarez Delgado et al. (2022) estudiaron “Interacción social post pandemia en estudiantes de psicología de la Universidad Simón Bolívar sede Barranquilla”. A partir de la llegada del Covid-19 y las medidas de distanciamiento social, cambiaron las

formas de relacionarse significativamente, por lo que el objetivo de la investigación fue comprender cómo estos cambios han afectado la interacción social de los estudiantes de Psicología, considerando su formación académica y su campo de estudio. El estudio estuvo orientado bajo el paradigma histórico hermenéutico y un enfoque fenomenológico. La muestra estuvo conformada por estudiantes del programa de Psicología de la Universidad de Simón Bolívar, sede Barranquilla, cuya edad estuvo comprendida entre los 18 a 23 años. Se realizó una encuesta virtual a cada uno de los estudiantes para obtener diferentes respuestas. Como resultado se encontró que en cada una de las personas la interacción se ve más que todo en la forma en la que ellos abordan este tipo de relación con los demás, muchos de los estudiantes entrevistados presentan timidez al momento de lograr obtener una conversación ya sea con personas conocidas o con las que están creando un vínculo. La mayoría de las personas se encontraban acostumbradas a tener una buena relación con las demás personas de forma virtual, con quienes actualmente tienen una gran amistad y que además de este modo es mucho más fácil.

En México, Navarrete Cueto et al. (2022) publicaron “Salud mental y el desarrollo de habilidades socioemocionales en tiempos de pandemia de la COVID-19 en estudiantes de Nivel Medio Superior y Superior”, cuyo objetivo es analizar cómo se asocia la salud mental con las habilidades socioemocionales en estudiantes de bachillerato y universitarios, producto de la pandemia de COVID-19. Se realizó una investigación cuantitativa, de diseño no experimental, descriptivo, transversal, correlacional. La muestra estuvo conformada por 408 estudiantes de bachillerato y 152 estudiantes universitarios. El muestreo fue estratificado por conglomerado, se analizaron las siguientes habilidades socioemocionales: control del estrés, estado de ánimo, adaptabilidad, habilidades intrapersonales e interpersonales. Según los resultados los estudiantes con alta salud tienden a desarrollar dichas habilidades, mientras que

los estudiantes que presentan deterioro en la salud mental tienden a manifestar ansiedad, estrés y bajo estado de ánimo.

En Ecuador, Cordova Cruz et al. (2022) investigaron “Factores conexos al desarrollo de habilidades sociales en estudiantes de bachillerato”, con el objetivo de analizar los factores que se encuentran asociados al desarrollo de las habilidades sociales en los adolescentes ante posibles repercusiones post confinamiento por el Covid-19 en el contexto social, cuyo aislamiento generó limitantes que obstaculizan las capacidades de relacionarse con las demás personas. Se trata de un estudio no probabilístico que cuenta con un tipo de investigación cuantitativa, no experimental; además, presenta un diseño analítico de cohorte transversal. Para la recolección de los datos se aplicó una encuesta analítica y el test de Arnold Goldstein para poder valorar las habilidades sociales de la población, que estuvo conformada por 178 estudiantes del bachillerato unificado de la Unidad Educativa “28 de septiembre” de la ciudad de Ibarra, Ecuador. Los resultados muestran que la mayoría de los estudiantes analizados (el 87,1%) muestran niveles de habilidades sociales deficientes, donde los más afectados por esta situación son los menores de 17 años, del sexo masculino, por la presencia de factores de riesgo en los adolescentes, como baja autoestima y falta de comunicación asertiva. Este estudio permite concluir que el insuficiente rendimiento académico, la excesiva dependencia de la tecnología y un deficiente desarrollo personal son las principales consecuencias de una inadecuada habilidad social. Asimismo, se comprueba la asociación significativa que existe entre los tipos de habilidades sociales eficientes y deficientes con la comunicación asertiva positiva y nula.

En Ecuador, Villacis Pico et al. (2023) llevaron a cabo la investigación “Habilidades sociales y la educación virtual de estudiantes universitarios”, la cual presenta como objetivo identificar la influencia de la educación virtual en las habilidades sociales de los estudiantes

universitarios de la Universidad Técnica de Ambato. Se realizó una investigación de tipo descriptiva con enfoque mixto. La muestra estuvo conformada por 105 estudiantes de la Universidad Técnica de Ambato, quienes debieron responder al test sobre las habilidades sociales “En busca de mi crecimiento personal”, conformado por 18 preguntas de 5 opciones de respuesta en escala de Likert (“totalmente en desacuerdo”, “en desacuerdo”, “ni de acuerdo ni en desacuerdo”, “de acuerdo” y “totalmente de acuerdo”). Posteriormente, debieron responder a una encuesta sobre la educación virtual previamente validada por alfa de Cronbach. A partir de los resultados, se observa que los estudiantes se encuentran de acuerdo en que ha existido un desequilibrio en sus habilidades sociales, influenciado por la pandemia de Covid-19 y por la virtualización de las clases que no permitió una relación fluida, como la que se daba en la presencialidad. Además, la mayoría de los estudiantes ha presentado dificultades en la adaptación a la educación virtual al comienzo de la pandemia, por problemas de conectividad, falta de recursos tecnológicos, y la adaptación a una educación virtual de forma repentina, lo que dificultó el trato con sus pares.

En Colombia, Cáliz Muñoz y Conde Alvarado (2023) estudiaron “Desarrollo de las competencias sociales para la vida después del confinamiento del COVID-19 en jóvenes de la Universidad Cooperativa de Colombia de la ciudad de Bucaramanga”. Tiene como objetivo establecer el grado de desarrollo de las competencias sociales para la vida después del confinamiento por el COVID-19 en jóvenes de la Universidad Cooperativa de Colombia campus Bucaramanga. La investigación se encuentra realizada dentro de un enfoque cuantitativo, de diseño no experimental y tipo transversal. La muestra está constituida por 200 jóvenes de 18 a 26 años pertenecientes a la Universidad Cooperativa de Colombia sede Bucaramanga. A partir de los resultados se visualizó que el 70% de evaluados se encuentran dentro del rango de un buen nivel en cuanto al desarrollo de habilidades sociales. No se

hallaron casos con un nivel inferior al normal, lo que indica que los jóvenes no tuvieron gran afectación en sus habilidades sociales durante la pandemia de Covid-19.

En Chile, Hernández Arpe y Carrasco Caro (2023), con el objetivo de describir e interpretar la percepción de estudiantes y docentes respecto a la incidencia de la pandemia COVID-19 sobre las habilidades sociales en el contexto de la formación profesional, realizaron la investigación “Incidencia de la pandemia COVID-19 sobre las habilidades sociales en la formación profesional”. Se realizó una investigación de enfoque cualitativo. El diseño de este estudio fue realizado bajo las premisas de la teoría fundamentada, y también de tipo descriptivo. La muestra estuvo conformada por estudiantes (de entre 20 y 30 años) y docentes, ambos de tercer y cuarto año de la carrera Terapia Ocupacional en una universidad chilena. Para la recolección de los datos, se aplicó una entrevista semiestructurada, la cual permitió recabar antecedentes que al ser analizados fueron triangulados a través de una matriz de codificación abierta. A partir de los resultados se llegó a la siguiente conclusión: tanto estudiantes como docentes percibieron una disminución en el desarrollo y uso de las habilidades sociales durante el periodo de confinamiento por la pandemia de Covid-19. Si bien, las metodologías implementadas, de enseñanza y aprendizaje, en la educación virtual permitieron la transmisión de conocimientos disciplinares, no se logró un buen abordaje de aspectos relacionados a las habilidades sociales.

En Colombia, Pulido Fonseca (2023) estudió “El arte como herramienta para el fortalecimiento de habilidades sociales de niños, niñas, adolescentes post pandemia del año 2020”. El objetivo es analizar artículos científicos que exponen la función del arte en el fortalecimiento de las habilidades sociales del adolescente post pandémico año 2022. La construcción de este estudio estuvo basada en la revisión sistemática de la literatura analizando 52 artículos de revistas latinoamericanas y europeas (Argentina, Perú, Colombia,

México, Ecuador, Chile, Portugal, Venezuela, Francia y España). A partir de los resultados se reafirma la importancia de las habilidades sociales en el desarrollo individual dentro de los diversos contextos culturales, a su vez, cabe destacar que estas mismas habilidades sociales se encuentran influenciadas por la historia, el aprendizaje y la comunicación. Asimismo, se hace énfasis en el papel del lenguaje como herramienta imprescindible en la construcción del conocimiento y en las relaciones sociales. En relación a la adolescencia, aclara que aunque es una etapa en la cual el individuo debe enfrentarse a varios desafíos, esta es necesaria para el crecimiento, por lo que no debe ser vista desde una perspectiva negativa, sino más bien como un periodo de aprendizaje y adaptación. Por último, se reconoce al arte como forma de expresión emocional, espiritual y racional, así también, es considerado como una herramienta de socialización y aprendizaje.

En Perú, Alata Campos y Samaniego Thais (2024), publicaron “Habilidades sociales en alumnos de primer y segundo año de estudios en el contexto de la pandemia COVID19 de una universidad de Lima”. El objetivo fue comparar el nivel de habilidades sociales entre los alumnos del primer y segundo año de estudios en el contexto de la pandemia por Covid-19 de una Universidad Privada de Lima. La muestra estuvo conformada por 145 estudiantes universitarios, con una edad comprendida entre los 16 y 21 años, que estén cursando el primer y segundo año de educación universitaria en una universidad privada de Lima y que cursaron educación virtual entre los años 2020 y 2022, ya sea de educación regular básica regular o educación universitaria. El muestreo empleado fue el de tipo intencional. El tipo de investigación seleccionado en este trabajo es la investigación básica o sustantiva, y el diseño es descriptivo comparativo. Para la recolección de datos, se utilizó la lista de chequeo de habilidades sociales elaborada por el Dr. Arnold Goldstein col. en el año 1978, para obtener las mediciones de los niveles de habilidades sociales. Los resultados mostraron que los alumnos de segundo año presentan un nivel normal de habilidades sociales en mayor

frecuencia que los educandos de primer año en las áreas de habilidades sociales avanzadas, en capacidades asociadas con los sentimientos, capacidades alternativas a la agresión, capacidades para enfrentar el estrés, capacidades de planificación. Para finalizar, es necesario resaltar que se evidencia la presencia de importantes diferencias en los niveles de habilidades sociales tanto en los estudiantes de 1er y 2do año de estudios generales.

## **Marco Teórico**

### **Pandemia de Covid-19**

La Covid-19, también llamada enfermedad por coronavirus es una enfermedad infecciosa causada por un virus. El virus se llama coronavirus del síndrome respiratorio agudo grave de tipo 2, más comúnmente conocido como SARS-CoV-2 (Organización Mundial de la Salud - OMS, 2023).

Este virus, causante de la enfermedad por coronavirus, se propaga desde la boca o nariz de una persona infectada por pequeñas gotas de líquido que se trasladan a través del aire (cuando tose, habla, canta o respira), entre personas que se encuentran en contacto estrecho. El coronavirus se transmite de persona a persona, incluso en aquellos casos en que alguien está infectado pero no presenta síntomas (OMS, 2023).

Cualquier persona puede contraer Covid-19 y no presentar síntomas, mientras que otras personas podrían experimentar síntomas graves y requerir atención médica. El riesgo de presentar síntomas graves al contraer el virus, aumenta en personas mayores de 60 años; personas que presenten ciertas afecciones médicas (enfermedades cardiovasculares, diabetes, enfermedades respiratorias crónicas, cáncer, entre otras), y en mujeres que se encuentren cursando un embarazo (OMS, 2023).

En relación a los síntomas, estos pueden aparecer entre 2 y 14 días después del contacto con el virus. Algunos de los síntomas típicos de Covid-19 son presentar tos seca, fiebre o escalofríos, fatiga, falta de aire, dolor de garganta, congestión, dolor de cabeza, dolores corporales o musculares, síntomas digestivos como, vómitos o diarrea, malestar estomacal, entre otros (OMS, 2023).

A finales de noviembre de 2019, en Wuhan, provincia de Hubei (China) se describe el primer caso de Neumonía por un nuevo CoV (coronavirus), que en un principio fue

designado 2019-nCoV por un grupo de investigadores en China, pero que fue renombrado en febrero de 2020 como SARS-CoV-2 y la enfermedad fue denominada como Covid-19 (Zapatero Gaviria y Barba Martin, 2023).

La Organización Mundial de la Salud, a partir de la evaluación del brote por coronavirus, la epidemia de Covid-19 fue declarada como una emergencia de salud pública de preocupación internacional el 30 de enero de 2020. Posteriormente, se mostró profundamente preocupada por los niveles de propagación y gravedad del virus, los cuales eran alarmantes, así como también los niveles de inacción. Fue por ello que el 11 de marzo de 2020, la OMS anunció que la enfermedad por coronavirus podría ser caracterizada como una pandemia (OMS, 2020).

### **Cronología de la Pandemia de Covid-19 en Argentina**

El 3 de marzo de 2020, se confirmó en Argentina el primer caso de coronavirus en un viajero que había estado de viaje en Europa. Se trató de un hombre de 43 años de edad, que habría estado durante el mes de febrero en Milán y en otras ciudades de Italia y España. Cuando esta persona regresó al país (1 de marzo), decidió realizar una consulta médica debido a que presentaba algunos síntomas, como dolor de garganta, tos y fiebre. A partir de este hecho, las autoridades remarcaron la importancia de acudir a consulta ante la presencia de síntomas (dolor de garganta, dificultad para respirar, fiebre y tos), si se mantuvo contacto estrecho con algún caso confirmado o si visito lugares donde ya circulaba el virus (Ministerio de Salud, 2020).

El 11 de marzo de 2020, el Director General de la Organización Mundial de la Salud (OMS) definió como pandemia la enfermedad Covid-19. El Director General expresó la profunda preocupación que tenían por los grandes niveles de propagación y gravedad de este virus, así como también por los niveles alarmantes de inacción. “La caracterización ahora de

pandemia significa que la epidemia se ha extendido por varios países, continentes o todo el mundo, y que afecta a un gran número de personas” (OPS, 2020, párr. 6).

A partir del agravamiento de la situación epidemiológica alrededor del mundo y de la declaración de pandemia realizada por la OMS en relación, se ordenó mediante el DNU N°260/20 la ampliación de emergencia sanitaria que había sido establecida por Ley N°27.541 el 23 de Diciembre de 2019, la cual declaraba la “emergencia pública en materia económica, financiera, fiscal, administrativa, previsional, tarifaria, energética, sanitaria y social hasta el 31 de diciembre de 2020”. De esta manera, el 12 de marzo, por el DNU N° 260/20, se amplió la emergencia pública en materia sanitaria por el plazo de 1 año, en virtud de la pandemia declarada por la OMS por la enfermedad de Covid-19 (Poder Ejecutivo Nacional, 2020).

Por su parte, el Ministerio de Educación, conforme las medidas adoptadas y considerando la situación epidemiológica, resolvió, mediante la Resolución 108/2020, la suspensión del dictado de clases presenciales en nivel inicial, nivel primario, nivel secundario así también en institutos de educación superior, por el plazo de 14 días a partir del 16 de marzo de 2020 (Ministerio de Educación, 2020).

El día 20 de marzo de 2020, el Poder Ejecutivo determinó la medida de “aislamiento social, preventivo y obligatorio” hasta el 31 de marzo, mediante el Decreto 297/2020 firmado por el Presidente de la Nación, Alberto Fernández. Esta medida fue adoptada en el marco de la declaración de pandemia emitida por la Organización Mundial de la Salud (OMS). A partir de esta disposición, tanto las personas que habitaban en el país, como aquellas que se encontraban de manera temporal en él, debían permanecer en sus domicilios habituales, es decir, donde se encontraban a las 00:00 horas del día 20 de marzo de 2020. De esta manera, durante la vigencia del aislamiento quedó prohibida la realización de actividades o eventos recreativos, culturales, religiosos, deportivos, entre otros eventos que impliquen la

conurrencia de personas. Así también, quedó suspendida la apertura de locales, centros comerciales, establecimientos mayoristas y minoristas, y todo lugar que requiera la presencia de personas. Solo podían realizarse desplazamientos para aprovisionarse de artículos de limpieza, alimentos y medicamentos. Asimismo, se decretó el cierre de todas las fronteras aéreas, terrestres y marítimas hasta el 31 de Marzo inclusive (Poder Ejecutivo Nacional, 2020).

En Argentina, el desarrollo fue descrito en función de olas, en relación a la distribución de los casos de Covid-19. Se distinguieron cuatro olas de contagios de Covid-19 entre el año 2020 y el año 2022. La primera ola se dio entre agosto y octubre de 2020 (fue de 122 días), con 1.250.733 de casos confirmados (es decir, un 15,6% del total de los contagios) y 35.684 fallecidos (29,8% del total de fallecidos). Cabe mencionar que en esta primera ola, no se contaba aún con vacunas (Burton et al., 2022).

El 27 de febrero de 2021, a pesar del agravamiento de la situación epidemiológica, el gobierno nacional mediante el decreto 125/21 anuncio como nueva medida el “Distanciamiento Social, Preventivo y Obligatorio” para todas aquellas personas que transiten o residan en los aglomerados urbanos, partidos y departamentos de las Provincias Argentinas, siempre y cuando se verificaran de manera positiva determinados parámetros relacionados con la capacidad de respuesta a la demanda por parte del sistema sanitario, el nivel de transmisión del virus en cada aglomerado urbano, partido o departamento, y la cantidad de casos positivos confirmados en las últimas dos semanas previas (Poder Ejecutivo Nacional, 2021).

Los lugares alcanzados por el Distanciamiento Social, Preventivo y Obligatorio, fueron el Área Metropolitana de Buenos Aires (AMBA), los restantes partidos de Buenos Aires, los restantes departamentos de las siguientes provincias: Catamarca, Corrientes, Entre

Ríos, Formosa, La Pampa, Misiones, Jujuy, Chaco, Córdoba, La Rioja, Mendoza, Salta, Tucumán, Chubut, Tierra del Fuego, Santa Cruz, Santa Fe, Santiago del Estero, San Luis, San Juan, Rio Negro y Neuquén (Poder Ejecutivo Nacional, 2021).

Durante el Distanciamiento Social, Preventivo y Obligatorio quedaron prohibidos los cines, clubes, teatros y eventos culturales, recreativos, religiosos, sociales, familiares en los que se reunieran más de 20 personas. También, se prohibieron eventos en espacios públicos al aire libre con fines religiosos, recreativos, sociales o culturales que reunieran más de 100 personas. Asimismo, no estuvo permitido realizar cualquier tipo de deporte en lugares cerrados en los que participaran más de 10 personas o en caso de que la realización de este mismo, no permitiera mantener el distanciamiento (mínimo de 2 metros) entre los participantes. Por su parte, el funcionamiento normal del servicio público de transporte urbano de pasajeros también se vio alterado, dado que solo aquellas personas afectadas a los servicios, actividades y situaciones (art.11) o en aquellos casos en que verdaderamente se viera autorizado su uso, así también para aquellas personas que tuvieran que asistir a la realización de tratamientos médicos (incluidos sus acompañantes). Para todos estos casos, se estableció la obligatoriedad de portar el “Certificado Único Habilitante para Circulación – Emergencia COVID-19”, para quedar habilitadas a circular (Poder Ejecutivo Nacional, 2021).

La segunda ola de contagios ocurrió de marzo a julio de 2021 (fue de 138 días), con 2.751.849 (34,22% del total) y 52.623 fallecidos (44% del total). En este periodo, la población se encontraba en proceso de vacunación. Un total de 25.713.190 de la población contaba con una dosis (56,83%) y 7.340.195 contaba con dos dosis (16,38%) (Burton et al., 2022).

La tercera ola de contagios comprendió el periodo de diciembre de 2021 a enero de 2022 (tuvo una duración de 36 días). Se registraron 2.585.038 contagios (32,15% del total) y 2.582 fallecidos (1,96% del total). En relación al proceso de vacunación de la población, había 39.386.162 con una dosis colocada (86,8%) y 34.579.325 con dos dosis colocadas (76,2%) y 11.393.585 con tres dosis colocadas (25,1%) (Burton et al., 2022).

El día 23 de diciembre de 2021, el presidente de la nación argentina, mediante el decreto 867/21, anunció la prórroga de la emergencia sanitaria hasta el día 31 de diciembre de 2022, estableciendo nuevas disposiciones en relación al aislamiento obligatorio. Aquellas personas que revistieran condición de casos confirmados, casos sospechosos, casos de contacto estrecho o bien quienes hayan arribado al país desde el exterior, deberían permanecer aislados por el tiempo determinado por la autoridad sanitaria nacional. Otra de las medidas establecidas fue que las personas tenían la obligación de usar tapabocas en espacios compartidos, tanto cerrados como abiertos, excepto en aquellos casos en que se circule al aire libre a más de dos metros de distancia de otras personas (Poder Ejecutivo Nacional, 2021).

Durante este periodo, aunque se logró un gran avance en el proceso de vacunación de la población argentina y un nivel alto de inmunidad, los casos de contagio seguían aumentando de manera exponencial, lo que significaba que nuevamente se registraba una alta circulación del virus, por lo que el gobierno nacional consideraba que este evento seguía constituyendo una emergencia de salud pública de preocupación internacional. Por esta razón, el día 29 de diciembre anunció nuevamente la ampliación de la emergencia sanitaria hasta el 31 de diciembre de 2023. La ampliación de la emergencia sanitaria también estuvo relacionada con la necesidad de fortalecer los servicios sanitarios en todos sus niveles, lo cual también implicaba la necesidad de desarrollar acciones urgentes en el campo de la salud

mental y de apoyo psicosocial, con el objetivo de poder aliviar las consecuencias psicológicas provocadas por la pandemia (Boletín Oficial de la República Argentina, 2022).

El día 5 de mayo de 2023, el director de la Organización Mundial de la Salud (OMS), declaró el fin de la enfermedad por Covid-19 como emergencia sanitaria internacional. Sin embargo, esta declaración no significó en su momento que el Covid-19 terminara o que dejara de ser una amenaza para la salud de toda la población, sino que ya era momento de que los países pasaran del modo de emergencia al manejo y control del Covid-19 (Organización Panamericana de la Salud [OPS], 2023).

## **Impacto Psicológico del Aislamiento Social y de la Educación Virtual**

### ***Aislamiento social***

La pandemia de Covid-19 fue consolidada como una emergencia a nivel mundial que impactó de manera considerable sobre áreas importantes para el bienestar de la población como, la economía, la salud, las relaciones sociales, la educación, entre otras (Álvarez Delgado et al., 2019).

Tanto la pandemia como el consecuente aislamiento social generaron repercusiones en los estudiantes universitarios. Pues, se determinó que el periodo cursado por la pandemia incidió significativamente sobre la salud de los estudiantes, afectándolos con distintas alteraciones emocionales, así también en su vida social y académica (Lozada Asparria et al., 2022).

En Argentina, encontraron que el 87% de la población universitaria presentaba preocupación por la pandemia de Covid-19, el 41% tenía angustia, el 56% ansiedad (todos en grado moderado a severo). Un 79% de los estudiantes tenía alteraciones del sueño y un 65% en hábitos alimentarios. La preocupación a futuro relacionada con aspectos laborales/económicos fue la más comentada (74%). El 67% refirió sobreinformación en

relación a la situación epidemiológica (Zuin et al., 2021).

Hallazgos como el de Navarrete Cueto et al. (2022) confirman que aquellos estudiantes universitarios que manifiestan deterioro en la salud, presentan menor capacidad y habilidad para el manejo del estado de ánimo, la ansiedad y el estrés. Johnson et al. (Como se citó en Navarrete Cueto et al., 2022) plantea que:

El distanciamiento entre las personas y la ausencia de comunicación interpersonal, el desconocer la duración del aislamiento producto de la pandemia de la COVID-19 y el alto impacto económico, social, y sanitario generan incertidumbre en la población, y aumentan el riesgo de sufrir trastornos depresivos, estrés y ansiedad. (p. 14)

En este sentido, la pandemia causada por el virus Covid-19 y el confinamiento, sumada a las distintas alteraciones en la salud mental ocasionadas por este evento, trajeron en algunos casos cambios o dificultades para los estudiantes universitarios en el manejo de sus habilidades sociales, y también, en sus relaciones sociales. Es decir, hay casos en que la pandemia implicó para algunos universitarios complicaciones en su capacidad de adaptación, y en otros, la posibilidad de lograr nuevas formas de afrontamiento frente a situaciones estresantes. Así también, se observaron situaciones en las que estudiantes manifiestan dificultad para lograr el control y gestión de sus emociones o la falta de conciencia sobre sus emociones, tanto a nivel social como frente al desarrollo de sus clases (Lozada Asparria et al., 2022).

### ***Educación virtual***

A partir de que la OMS (2020) catalogó a la enfermedad provocada por el virus SARS-CoV-2 (o Covid-19) como pandemia, el gobierno de Argentina, al igual que el resto del mundo se vio forzado a implementar varias estrategias con el objetivo de hacer frente a la pandemia de Covid-19. Entre las principales medidas adoptadas se encuentra el aislamiento

social, preventivo y obligatorio, las campañas de información, el cierre de fronteras, el cierre de aeropuertos y cierre de instituciones educativas.

La pandemia de Covid-19 y las medidas adoptadas para su manejo tuvieron gran repercusión en la salud mental de la sociedad. Carreón-Gutiérrez et al. (2024) plantea que “una forma en la cual podemos ver el efecto de las repercusiones tanto del estado de salud mental como de las experiencias vividas durante el periodo de pandemia de COVID-19 en estudiantes es a través del estrés académico” (p. 5). Tal como lo plantean Gutiérrez et al. (2022):

La situación de emergencia desatada por la pandemia ha sido la impulsora de un cambio radical en las modalidades de aprendizaje en todos los niveles educativos, pero especialmente en la educación superior, ya que forzadas por el contexto, debieron recurrir a la educación virtual como alternativa para garantizar la continuidad académica. (p. 79)

De esta manera, los estudiantes frente a este cambio abrupto se vieron forzados a familiarizarse con esta nueva forma de aprendizaje, para lo cual tenían que disponer de dispositivos y buena conectividad, para poder llevar adelante su formación. Fueron varios los casos de universitarios que no contaban con la conectividad adecuada, o no contaban con dispositivos aptos para seguir sus carreras universitarias. Esta situación, desgraciadamente en el peor de los casos, terminó generando el abandono de la carrera por parte del estudiante. Otra condición necesaria para sostener esta modalidad de aprendizaje fue desarrollar la capacidad de poder trabajar de manera autónoma y hábitos de estudio independiente (Gutiérrez et al., 2022).

Para los estudiantes universitarios tener que migrar hacia la educación en línea, tuvo un gran impacto debido a la cantidad de horas que debían pasar frente a la pantalla para

presenciar las clases, para ponerse al día con la lectura del material de lectura, realizar diversas tareas, entre otras actividades. Al respecto, Romero-Rodríguez et al. (como se citó en García-Gonzales et al., 2022) plantea que:

En este contexto los estudiantes manifestaron un aumento de episodios de estrés y ansiedad asociados con el tiempo y dedicación a las actividades digitales, y no tanto relacionados con miedo o preocupación por los contagios de Covid-19; del mismo modo, el aumento del trabajo frente a las pantallas se relacionó con trastornos del sueño. (p. 167)

Asimismo, el uso excesivo de tecnologías tanto para dar cumplimiento con las tareas requeridas por la universidad, como también para el entretenimiento o dispersión, suele provocar en los usuarios una sobrecarga de información. Esta sobrecarga de información puede desencadenar en estas personas lo que se conoce como síndrome de fatiga digital. La fatiga digital, también concebida como burnout digital, es un malestar físico que surge a partir del uso excesivo de dispositivos digitales como computadoras, celulares, tabletas, etc. A su vez, este constructo puede ser comprendido mediante sus subconstructos, a saber: fatiga social, fatiga visual, fatiga emocional y fatiga motivacional. En este sentido, la fatiga digital puede ser pensada como una barrera para los estudiantes universitarios en relación al compromiso que tienen con el aprendizaje eficiente (Romero-Rodríguez et al., 2023).

Por consiguiente, el incremento significativo en la utilización de dispositivos tecnológicos para el desarrollo universitario ha supuesto para los estudiantes la falta de interacción social. Según Vygotsky (citado en Acosta Rodríguez, 2013), “el desarrollo intelectual del individuo no puede entenderse como independiente del medio social en que está inmersa la persona” (p. 111). Siguiendo esta línea, es pertinente considerar que la educación a través de la virtualidad, afecta negativamente el desempeño académico de los

estudiantes; así como también la falta de separación entre el espacio de trabajo y el espacio personal. Estas dos cuestiones pueden contribuir a la sensación de ansiedad y de aislamiento (Romero-Rodríguez et al., 2023).

A partir de la diversidad de estudios que existen al respecto de esta temática, es claro que hay relación entre las variables ansiedad y depresión con la Covid-19 como factor desencadenante de estas. Ha quedado demostrado que aquellos estudiantes universitarios que se vieron forzados a cumplir con las disposiciones impuestas por el ministerio de educación, en relación a las clases virtuales, son quienes tienen mayor predisposición a presentar estos síntomas durante la pandemia, los cuales persisten actualmente (Velasategui-Mendoza et al., 2022).

En este sentido, la salud mental de los estudiantes universitarios no solo estuvo afectada por la pandemia de Covid-19, es decir, por el aumento de los casos positivos, el miedo a enfermarse, por el miedo a perder un ser querido, por el confinamiento dispuesto por el gobierno y la incertidumbre de no saber cuál sería el desenlace final de este evento. Hay que sumar a todo esto el cambio radical que supuso para cada estudiante universitario el tener que adaptarse a una modalidad de aprendizaje totalmente virtual, “donde en situaciones de aislamiento durante el periodo de cuarentena favoreció el desarrollo de desórdenes de estado de ánimo y angustia” (Carreón-Gutiérrez, 2024, p. 4).

Vygotsky (1988) en su obra “El desarrollo de los procesos psicológicos superiores”, hace referencia al modo en que se forman los procesos psicológicos superiores rudimentarios y avanzados. En relación a estos últimos, él sostiene que se adquieren en los procesos de socialización, por lo que propone la escolarización como espacio en el cual surgen las prácticas de socialización. Del mismo modo, podría pensarse a la educación presencial dentro del contexto universitario, como ámbito en el que se dan los procesos de socialización, siendo

estos espacios los que actúan como originadores de procesos psicológicos específicos.

De acuerdo con lo planteado por este autor, hay contextos en los que el desarrollo de las habilidades sociales se ve favorecido, pero también “pueden presentarse situaciones en las que se genere un déficit en la fluidez y frecuencia de las conductas sociales que pueden tener un efecto negativo en las relaciones interpersonales” (Hernández Arpe y Carrasco Caro, 2023, p. 148). Este fue el caso de la modalidad de educación virtual en el contexto de la pandemia de Covid-19.

Se evidenció que las habilidades sociales de los estudiantes universitarios se vieron perjudicadas por la nueva modalidad de educación virtual. Pues se sabe que a partir de la falta de interacción entre estudiantes y la pandemia de Covid-19 dificultaron el desarrollo de estas (Villacis Pico et al., 2023).

Si bien, la modalidad de educación virtual contribuyó al desarrollo de trabajos y actividades que necesariamente implicó que los estudiantes se relacionaran entre sí, esta no fue capaz de potenciar las habilidades sociales en su totalidad. Los estudiantes perciben que la educación virtual como método de enseñanza no fue tan adecuado por todo lo que involucra: la disposición de los estudiantes para participar en las clases, los problemas de conectividad o también las dificultades para mantener una comunicación inmediata con los profesores para consultas, resolución de dudas, entre otras inquietudes (Hernández Arpe y Carrasco Caro, 2023).

Las habilidades sociales en los estudiantes universitarios no solo permiten relacionarse interpersonalmente de manera saludable y dar solución a conflictos tanto interpersonales como emocionales (Goldstein et al., 1989); sino que además, tienen un rol principal dentro del contexto universitario, ya que el desarrollo y la formación de estas habilidades son de gran importancia en el curso de una carrera universitaria, incluso para la transición del ámbito universitario al laboral. Pues, hallazgos como el de Holst et al. (2017)

permiten dar cuenta de casos de estudiantes que finalizaron sus carreras, que no consiguen incorporarse al mercado laboral, debido a que presentan dificultades en relación a sus habilidades sociales.

## **Habilidades Sociales**

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 1994) define a las habilidades para la vida o habilidades sociales como la habilidad de las personas para hacer frente exitosamente a los desafíos y exigencias de la vida cotidiana. Las habilidades sociales se adquieren a lo largo de la vida, a partir de las experiencias propias y de las personas que los rodean.

Las habilidades sociales pueden ser entendidas como un conjunto de capacidades o habilidades específicas que permiten relacionarse interpersonalmente de manera saludable y dar solución a conflictos tanto interpersonales como emocionales (Goldstein et al., 1989). La conducta socialmente habilidosa es Según Caballo (2007):

Ese conjunto de conductas emitidas por un individuo en un contexto interpersonal que expresa los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de ese individuo de un modo adecuado a la situación, respetando esas conductas en los demás, y que generalmente resuelve los problemas inmediatos de la situación mientras minimiza la probabilidad de futuros problemas. (p. 6)

Goldstein (1989) divide en seis grupos estas habilidades según su tipología, incluyendo aquellos comportamientos y capacidades que le permiten a un individuo actuar de forma inteligente en el ámbito social. Estos grupos son: 1. Primeras habilidades sociales; 2. Habilidades sociales avanzadas; 3. Habilidades relacionadas con los sentimientos; 4. Habilidades alternativas a la regresión; 5. Habilidades alternativas para hacer frente al estrés; 6. Habilidades de planificación.

- *Primeras Habilidades sociales:* se encuentran dentro de este grupo la habilidad de escuchar, iniciar y mantener una conversación, el cómo formular

una pregunta, dar las “gracias”, presentarse y presentar a otras personas, y hacer un cumplido.

- *Habilidades sociales avanzadas:* conformado por habilidades tales como, tener facilidad para pedir ayuda, participar, dar y seguir instrucciones, disculparse, y el don de la convicción.
- *Habilidades relacionadas con los sentimientos:* este grupo evalúa la capacidad de conocer los propios sentimientos y saber expresarlos, comprender los sentimientos de los demás, enfrentarse con el enfado del otro, expresar afecto, autorrecompensarse y resolver el miedo.
- *Habilidades alternativas a la agresión:* este grupo incluye ayudar a quien lo necesite, negociar, defender los propios derechos, pedir permiso, compartir, evitar los problemas con los demás, responder a las bromas, emplear el autocontrol y no entrar en problemas.
- *Habilidades para hacer frente al estrés:* lograr hacer frente al fracaso, formular y responder a una queja, defender a un amigo, resolver la vergüenza, demostrar deportividad después de un juego, arreglárselas cuando lo dejan de lado, enfrentarse a los mensajes contradictorios, responder a la persuasión, responder a una acusación, hacer frente a las presiones del grupo y prepararse para una conversación difícil.
- *Habilidades de planificación:* tomar una decisión o decisiones, dar solución a los problemas según su importancia, concentrarse en una tarea, establecer un objetivo, discernir sobre la causa de un problema, recoger información y determinar las propias habilidades.

## **Arteterapia**

El origen de la Arteterapia podría ser ubicado alrededor de la segunda guerra mundial (1939-1945), pues a partir de este momento comenzó a ser considerada como una forma de tratamiento terapéutico. Esto fue a partir de la experiencia de Adrián Hill, un artista que durante su convalecencia en el hospital, recuperándose de una tuberculosis, descubre que a través del proceso creativo puede recuperarse emocionalmente, liberando miedos, angustias, tensiones, culpas, entre otras. Fue entonces que, ante ese descubrimiento, algunos de sus compañeros empiezan a utilizar la expresión artística como medio catártico (Meza Álvarez, 2010). López Romero (2004) sostiene que “a algunos pacientes esto les sirvió para poder comunicar por medio del dibujo y de la pintura los miedos y sufrimientos que habían vivido en el campo de batalla” (p. 1).

A partir de entonces surgieron investigaciones y trabajos sobre este tema, como fue el caso de Edith Kramer, quien fue pionera en sistematizar el arte como terapia. También debe destacarse el aporte de Margaret Naumburg, para ella el arte es “un lenguaje simbólico, le interesa develar su significado, utiliza la interpretación verbal, los procesos transferenciales, sin darle mucho énfasis a la calidad artística, es importante seguir el ritmo del paciente” (Meza Álvarez, 2010, p. 78). Por otra parte, Edith Kramer (como se citó en Meza Álvarez, 2010):

Pone énfasis en las posibilidades curativas que se dan al activar los procesos psíquicos cuando el paciente crea, considera al arte útil para transformar fantasías inconscientes, un camino hacia la sublimación, una forma de integrar sentimientos conflictivos de una manera estética, permita trabajar con emociones regresivas por su capacidad de evocación casi inmediata (p. 79).

Según Vázquez (2023) el Arteterapia “consiste en recursos artísticos que utilizan la psicología como herramienta para la psicoterapia proceden de diferentes fuentes o ramas artísticas como ser el dibujo y la pintura, la escultura, la música, las danzas o el teatro” (p. 43). La Asociación Argentina de Arteterapia, la define como “una profesión de servicios humanos que utiliza materiales de arte (plástico), imágenes, el proceso creativo y las respuestas del paciente/cliente hacia los productos creados, como reflejos de desarrollo individual, habilidades, personalidad, intereses, preocupaciones y conflictos” (Meza Álvarez, 2010, p. 79).

Se utilizan los recursos artísticos como otro lenguaje que evoca aspectos de la experiencia de la persona, su forma de comportarse, los recursos a los cuales apela, movilizándolo una y otra vez su historia, pero en este caso, con la posibilidad de contemplarlo desde una perspectiva diferente (Carabelli, 2013). Para Zinker (2003) “la razón por la cual dibujar o pintar puede resultar terapéutico, reside en que cuando se experimenta tal actividad como proceso, permite al artista conocerse a sí mismo como persona total dentro de un lapso relativamente breve” (p. 185).

López Romero (2004) sostiene que el arte “puede ayudar a explorar los sentimientos de aquellas personas que sufren problemas psicológicos, desequilibrios emocionales originados por experiencias dolorosas que se hallan en el inconsciente” (p. 6). Es decir que, el arte es una herramienta terapéutica capaz de mitigar los problemas psicológicos ocasionados por eventos que podrían resultar potencialmente traumáticos para la población. El poder exteriorizar el conflicto, aunque no suceda de manera consciente, hace que la persona se sienta mejor, y así mismo le ofrece la oportunidad de conocer el conflicto (Carabelli, 2013).

Ahora bien, el arte como proceso terapéutico no solo conlleva a que el sujeto pueda expresarse, que logre autoconciencia y reflexión al respecto, sino que tal como lo plantea

López Romero (2004), “estimula las capacidades propias del individuo, desarrolla su creatividad y expresión individual como medio de lograr satisfacción y mejorar personalmente” (p. 3). Es decir, el arte despierta en el sujeto la creatividad, la cual, resulta ser una necesidad, permite el encuentro con uno mismo. Esto último sucede porque como plantea Carabelli (2013):

Al trabajar con recursos artísticos, los pacientes conectan más con su hemisferio cerebral derecho, que está asociado al pensamiento intuitivo, lo sensible y lo creativo. Cuando, como terapeutas, proponemos procesos de creación artística, posibilitamos en el paciente una vivencia más completa de sus potencialidades como seres humanos: les proponemos manejarse con una mente racional e intuitiva, ser conscientes y responsables de lo que piensan, sienten y hacen; como también integrar sus opuestos: aspectos en luz y en sombra. (p. 220)

El arte, como herramienta terapéutica, responde a “otro tipo de lenguaje, el no verbal, ayuda entonces a encontrar otras formas de comunicación con uno mismo y con los demás” (Meza Álvarez, 2010, p. 80). La expresión artística da la posibilidad al individuo de conectar consigo mismo, por un camino totalmente diferente, desde otro lugar.

## **Método**

### **Diseño de Estudio**

El método utilizado para la presente investigación es de tipo cualitativo, que tal como expresa Hernández Sampieri (2014) utiliza la recolección y el análisis de los datos para afinar las preguntas de investigación o revelar nuevas interrogantes en el proceso de interpretación.

La presente investigación se trata de una investigación no experimental, transversal y exploratoria, en la cual no se manipulan las variables de forma deliberada, sino que se observan y describen los fenómenos en su entorno natural, en un momento dado para posteriormente analizarlos (Hernández Sampieri et al., 2014).

### **Participantes**

La muestra estuvo compuesta por 13 estudiantes universitarios de la ciudad de Neuquén, con una edad comprendida entre los 24 y 29 años. Dentro de este estudio fueron incluidos estudiantes universitarios de género masculino y femenino, de diferentes facultades y áreas de conocimiento, que cursaron educación virtual entre los años 2020 y 2022.

No quedaron incluidos, dentro de este estudio, aquellos estudiantes universitarios alcanzados por algún trastorno psicológico diagnosticado previo al inicio del aislamiento social por la pandemia de Covid-19. También, se excluyeron aquellos y aquellas jóvenes que, tanto en el contexto de la pandemia de Covid-19 como en la actualidad, no se encontraban estudiando una carrera universitaria; y de la misma manera, a quienes son menores de 24 años y no son de la ciudad de Neuquén.

### **Instrumentos**

Para la recolección de datos se utilizó la entrevista semiestructurada, la cual está basada en una guía de preguntas donde el entrevistador tiene la libertad de introducir

preguntas adicionales para precisar conceptos u obtener mayor información (Hernández Sampieri, 2014, p. 403).

### **Procedimiento**

En primera instancia, se contactaron a los participantes de manera aleatoria, no circunstancial y no probabilística, ya que la propuesta para participar en la investigación fue compartida por redes sociales. Con quienes se mostraron interesados/as en participar se realizó contacto a través de la aplicación WhatsApp, mediante la cual se les informó sobre la naturaleza y aspectos éticos de la investigación, como su carácter confidencial y el resguardo de sus datos.

Una vez que los y las participantes se mostraron de acuerdo con la propuesta, se envió el consentimiento. Luego de leer el consentimiento y aceptar su participación en el proyecto, se dio inicio a la entrevista.

Las entrevistas realizadas a los estudiantes tuvieron una duración de entre 30 y 45 minutos. Este tiempo favoreció la obtención de respuestas profundas y detalladas, alentando a los participantes a reflexionar sobre experiencias e ideas de manera plena. La duración de las entrevistas fue suficiente para cubrir los temas previstos. Las entrevistas no fueron prolongadas, lo que contribuyó a mantener la atención de los entrevistados, y a generar un ambiente adecuado para conversar.

El análisis de las entrevistas se realizó en varias fases y manualmente. Primero, se transcribieron las entrevistas de forma literal para conservar las respuestas exactas de los entrevistados. Luego, se llevó a cabo una lectura de todas las transcripciones, con la finalidad de familiarizarse con el contenido general y el contexto de las respuestas. Después, se procedió a la codificación inicial, donde se identificaron fragmentos relevantes del texto que

podían agruparse en categorías relacionadas con los objetivos de la investigación. A continuación, estos códigos se agruparon en temas recurrentes que fueron emergiendo durante la interpretación de las respuestas. Las respuestas fueron sistematizadas mediante el análisis de contenido por medio de categorización, que tal como lo define Aigner (1999), es la técnica que permite investigar el contenido de las “comunicaciones” mediante la clasificación en “categorías” de los elementos o contenidos manifiestos de dicha comunicación o mensaje (Díaz Herrera, 2018, p 128). Este enfoque permitió organizar y sistematizar los datos obtenidos, facilitando el descubrimiento de patrones significativos en las respuestas de los entrevistados y su interpretación.

Para el proceso de categorización, que se desarrolló manualmente, se agruparon las respuestas bajo categorías preexistentes, elaboradas a partir de los objetivos de la investigación y de la teoría, y categorías emergentes, que surgieron durante el proceso de análisis de los datos obtenidos a partir de las entrevistas realizadas (Bardin, 2011). De esta manera se identificaron patrones que no solo eran representativos de las respuestas individuales, sino que también reflejaban las preocupaciones comunes entre los participantes.

Finalmente, se revisaron las categorías formadas, se agruparon las respuestas similares bajo cada categoría, lo que facilitó la comparación y el análisis de los datos. Los hallazgos obtenidos a partir del proceso de análisis de las entrevistas fueron interpretados a partir del marco teórico y los objetivos planteados en la investigación.

## Resultados

A continuación, se presentarán los resultados obtenidos en la presente investigación, cuyo objetivo es explorar la función de la Arteterapia como fortalecedora de las habilidades sociales de los estudiantes universitarios de la ciudad de Neuquén post pandemia Covid-19. Teniendo en cuenta los criterios de inclusión y exclusión, las características socio demográficas de la muestra conformada por 13 estudiantes, se podrán observar en la Tabla 1.

**Tabla 1**

### *Datos sociodemográficos*

<i>Denominación</i>	<i>Edad</i>	<i>Carrera que estudia</i>	<i>Año</i>	<i>Donde estudia</i>	<i>Formación</i>
Estudiante 1	28	Profesorado de música	3er año	Escuela Superior de Música Neuquén	Estudiante profesional
Estudiante 2	25	Técnica Superior en Gestión del Turismo	Recibida	Universidad Nacional del Comahue	Estudiante profesional
Estudiante 3	29	Licenciatura en Psicología	Elaborand o Tesis	Universidad de Flores	Estudiante
Estudiante 4	28	Tecnicatura Universitaria en Desarrollo Web	Recibido	Universidad Nacional del Comahue	Estudiante Profesional
Estudiante 5	24	Diseño Gráfico	2do año	Escuela de Diseño del Hábitat Universidad Tecnológica Nacional de Neuquén	Estudiante
Estudiante 6	28	Ingeniería Electrónica	5to año	Universidad Nacional del Comahue	Estudiante profesional
Estudiante 7	28	Ingeniería Civil	Recibido	Universidad Nacional del Comahue	Estudiante profesional
Estudiante 8	26	Licenciatura en Administración	Elaborand o Tesis	Universidad Nacional del Comahue	Estudiante
Estudiante 9	24	Medicina	3er año	Universidad Nacional del Comahue	Estudiante
Estudiante 10	24	Licenciatura en Artes Audiovisuales	4to año	Instituto Universitario	Estudiante

Estudiante 11	28	Licenciatura en Psicología	Elaborando Tesis	Patagónico de las Artes Universidad de Flores	Estudiante
Estudiante 12	24	Profesorado de Educación Inicial	3er año	Instituto Superior de Formación Docente N°6 de Neuquén	Estudiante
Estudiante 13	24	Licenciatura en Administración	3er año	Universidad Nacional del Comahue	Estudiante

Nota: Elaboración a partir de los datos recolectados en las entrevistas.

### **Resultados por Categorías y Subcategorías**

A partir de las entrevistas realizadas a 13 estudiantes universitarios, se plantea el siguiente análisis, respetando el orden y los aspectos que en ella se tuvieron en cuenta.

#### ***Categoría: Experiencia con la pandemia de Covid-19***

Con el objetivo de explorar la experiencia que han tenido los estudiantes universitarios con respecto a la pandemia de Covid-19, se indagaron las siguientes subcategorías: *experiencia general con la pandemia, aislamiento social, modalidad de educación virtual y experiencia académica.*

Con relación a la subcategoría *experiencia general con la pandemia*, la mayoría de los estudiantes coinciden en que su experiencia con la pandemia en general fue bastante mala, porque fue un momento de mucho estrés e incertidumbre y que emocionalmente les costó mucho, porque fue bastante difícil seguir con la carrera y porque fue una etapa intensa en donde surgieron muchos miedos (miedo al virus, al contagio, a la pérdida, etc.). Los estudiantes también mencionaron que fue raro, porque sienten que ese tiempo se perdió o que no se vivió.

Describen los estudiantes:

*Emocionalmente me costó un poco afrontar la pandemia, tuve que ir a un psiquiatra y hasta el día de hoy sigo con antidepresivos, y bueno, estoy ahí peleándola (Estudiante 1).*

*La pandemia me afecto tanto al inicio al punto que tomaba mucho, fumaba mucho, que tenía ataques de ansiedad, que en un punto de la pandemia me di cuenta de que no iba a terminar ya y que podíamos llegar a estar un año o dos así (Estudiante 3).*

*Hubo un primer tiempo de la pandemia más estricta en cuanto a las medidas de aislamiento donde no la pase mal, pero después de haberme contagiado de Covid-19 en el 2021, ahí sí que no la pase tan bien en el sentido psicológico, me quede con muchos miedos (Estudiante 11).*

En cuanto a la subcategoría *aislamiento social* la mayoría de los entrevistados coinciden en que fue una mala experiencia por el hecho de estar encerrado, no poder salir y ver a otras personas, la incertidumbre que generaba el hecho de no saber qué curso tomaría la pandemia, el no saber qué iba a pasar. A todo esto del encierro y la incertidumbre, se suma la continuidad de las clases a través de entornos virtuales, que en la mayoría de los estudiantes provocó una desorganización en sus horarios y la pérdida de su rutina habitual, lo que desencadenó la aparición de síntomas de estrés, ansiedad y depresión, con los cuales se les dificultó relacionarse.

Describen los estudiantes:

*Estaba también esta cuestión de que el encierro te genera cierta ansiedad o también cierta depresión, por estar todo el tiempo pendiente a que “si salís te puedes contagiar y que si eso pasa vas a contagiar a las personas con las que estás viviendo” [...] Me*

*la pasaba sobre pensando y sobre analizando situaciones, hasta que llego un punto en el que llegue a colapsar feo de ansiedad (Estudiante 2).*

*Cuando me prohibieron salir de mi casa, me empezaron a dar como picos de estrés, de necesitar o querer salir a caminar [...] tomaba mucho alcohol, compraba por aca cerca y bueno también fumaba mucho, porque sentía que era lo único que podía hacer para matar el tiempo (Estudiante 3).*

*Era vivir el mismo día todos los días, me levantaba a cualquier hora, trataba de mantener los horarios pero lo único que con suerte mantenía era el horario del almuerzo, pero lo demás era totalmente desorganizado, me daban como ataques de ansiedad o de pánico por estar tanto tiempo encerrada (Estudiante 5).*

Por otra parte, cuatro estudiantes refieren que su experiencia con el aislamiento fue mala porque la convivencia familiar no era buena y solían presenciar conflictos constantemente.

Describen los estudiantes:

*Yo vivía en la casa de mis padres en ese momento y la verdad que no nos llevábamos muy bien, por esta cuestión de que estábamos todo el tiempo juntos, habían cosas que me molestaban de ellos, también habían cosas mías que a ellos les molestaba (Estudiante 2).*

*Yo creo que algo que algo que repercutió en mi experiencia no fuera buena es el hecho de que estaba viviendo con mi familia, por el encierro y estar todo el día conviviendo, surgían muchos conflictos y eso también me hacía entrar en conflicto a mi (Estudiante 5).*

*Mi experiencia con el aislamiento es bastante estresante porque estaba encerrado con mi familia y literal que hubiera preferido estar encerrado solo, porque la convivencia se puso muy difícil (Estudiante 13).*

Sin embargo, otros tres estudiantes que durante la pandemia vivían solos, manifestaron que justamente el estar solos y encerrados todos los días, fue lo que determinó que su experiencia fuera mala.

Describen los estudiantes:

*Yo vivía solo, entonces, era como que el estrés que te generaba todo el ámbito y también todo esto de no saber cuándo se iba a terminar esto (Estudiante 1).*

*Yo vivía sola en mi departamento, mi familia estaba en Plottier, hacíamos zoom para poder vernos y bueno yo soy una persona súper familiar, yo antes a mi familia la veía todos los fines, siempre fue así desde que yo me mudé y el no poder tener eso me afectó mucho (Estudiante 3)*

*El no poder salir sumado al tema de que vivía solo empezó a afectarme con el tiempo (Estudiante 4).*

Con respecto a la subcategoría *modalidad de educación virtual* la mayoría de los estudiantes abordaron que fue bastante difícil y estresante tener que cursar con esta modalidad virtual por problemas de conexión a internet, por el agotamiento que generaba estar tantas horas en la computadora por tener que hacer todo ahí, por la falta de organización y adaptación a los métodos de enseñanza virtuales por parte de los profesores.

Describen los estudiantes:

*Era mucho trabajo practico, materias que son netamente presenciales que tuvieron que hacer una ecuación bastante zarpada para poder adaptarlas, donde es casi imposible hacer un trabajo practico, ponele, en “Expresión corporal”, ¿ vos como haces un trabajo de expresión corporal? o sea, eso es algo que se hace con el cuerpo (Estudiante 1).*

*A medida que fue pasando el año y que nos daban clases grabadas y que ya no podías salir a imprimir las cosas porque, o tenías que ir con barbijo o después salió esto de los números de DNI y demás, es como que no podías salir mucho, entonces yo empecé a usar mucho la computadora, entre que estaba en clase 4 o 5 horas cursando y después me ponía a hacer otras cosas, también en la compu, y estaba sentada todo el día (Estudiante 3).*

*Pero era raro estar todo el día en la compu, todo el día, fue difícil al principio, pero me adapte, a causa de eso tuve que empezar a usar anteojos, yo nunca en mi vida use anteojos (Estudiante 7).*

*Todo este proceso de cursado virtual durante la pandemia, deterioro bastante mi salud mental (Estudiante 12).*

En relación a la subcategoría *experiencia académica* la mayoría de los entrevistados mencionaron que su aprendizaje si se vio afectado a partir de las dificultades planteadas por la modalidad de educación virtual como pueden ser, la desorganización, la perdida de inmediatez y la dificultad para consultar dudas con los profesores, lo que genero atrasos en la carrera o el sentir que no generaron aprendizajes durante ese tiempo.

Describen los estudiantes:

*Siento que no aprendí mucho, no me quedo mucho grabado lo que aprendí durante la pandemia, siento que no aprendí nada (Estudiante 3).*

*Si, más que nada por la falta de comunicación entre alumnos y profesores, la falta de información, la dificultad que surge en el momento de poder aclarar dudas o realizar consultas, es más complejo que en el ámbito presencial (Estudiante 5).*

*Fue bastante difícil estudiar en la pandemia, de hecho me atrase bastante con la carrera (Estudiante 9).*

### ***Categoría: Habilidades sociales***

Con el fin de describir cómo se vieron afectadas las habilidades sociales de los estudiantes universitarios a raíz de la pandemia de Covid-19, el aislamiento social y la modalidad de educación virtual, surgen tres subcategorías: *concepto de habilidades sociales, cambios en la manera de relacionarse con otras personas, y de qué manera se vieron afectadas las habilidades sociales.*

Con respecto al *concepto de habilidades sociales*, gran parte de los entrevistados coinciden en que las habilidades sociales son habilidades o herramientas que tenemos las personas para poder comunicarse, expresarse y relacionarse con otras personas.

Describen los estudiantes:

*Herramientas que podemos tener nosotros para entablar un vínculo con otra persona ya sea la empatía o el lenguaje, la emocionalidad, distintas herramientas que tenemos para poder expresarnos (Estudiante 3).*

*Para mí es la habilidad de poder comunicarte con el otro, de poder relacionarte, de hacer amigos, de poder no sé, generar una charla tranquilamente e intercambiar ideas (Estudiante 6).*

*Son los comportamientos que nos ayudan a relacionarnos con otras personas, poder desenvolvernos bien. Tener buenas habilidades sociales puede ser importante, por ejemplo, dentro de la facultad para poder trabajar bien con otros estudiantes, o también para las amistades, para conocer una persona, para poder dar una entrevista de trabajo (Estudiante 11).*

En relación a la subcategoría *cambios en la manera de relacionarse con otras personas*, la mayoría menciono que notaron cambios en su forma de relacionarse con otras personas desde que empezó la pandemia, se sienten más introvertidos, dificultades para hablar o interactuar con las personas.

Describen los estudiantes:

*Si, a mí me cuesta muchísimo después de esa situación relacionarme con la gente, no soy una persona muy sociable, pero quizás me veo ahora y lo que veo es que soy una persona muchísimo más introvertida (Estudiante 2).*

*Yo creo que sí, hay ciertas en las que me encerré o me cerré, yo antes solía hablar un poco más sobre mis cosas con mis mejores amigos, ahora es como que soy más precavido (Estudiante 6).*

*Yo me di cuenta que después de que pasó la pandemia, yo me había vuelto más introvertida, como que me costaba interactuar con otras personas, me re afectó.*

*Ponele que después de la pandemia habré estado como 6 o 7 meses así al interactuar con otras personas cara a cara, era raro (Estudiante 8).*

*Sí, he notado cambios en la forma en que me relaciono con los demás, cuando terminó la pandemia me sentía como una persona más introvertida, me costaba la parte social, cosa que no me sucedía antes de la pandemia (Estudiante 9).*

Ante la pregunta acerca de cómo se vieron afectadas sus habilidades sociales a partir de la pandemia de Covid-19, los estudiantes refieren que perciben sus habilidades sociales afectadas por la pandemia lo cual se ve reflejado en diferentes situaciones o aspectos de su vida. En su gran mayoría los entrevistados mencionan que presentan dificultades para socializar por la falta de contacto con otras personas durante un tiempo prolongado, lo que generó que se sientan más introvertidos, que se aislaran frente a determinadas situaciones sociales por incomodidad, por tener que forzarse a relacionarse con otras personas, o por el temor al contagio. En lo que respecta al ámbito académico, los estudiantes relatan tener complicaciones para relacionarse a la hora de realizar trabajos grupales y dificultades para rendir exámenes orales, se ponen muy nerviosos, sienten mucha ansiedad, sienten temor a no estar preparados o no contar con las herramientas y conocimientos suficientes. Así como sucede con los exámenes orales o las exposiciones, los estudiantes también expresaron manifestaron tener grandes complicaciones a la hora de dar entrevistas laborales. Por último, los estudiantes también refieren tener mayor dificultad para hacer frente al estrés, para interactuar con otras personas, para reconocer o expresar sus emociones, y que todas estas cuestiones se vieron más afectadas en el periodo post pandemia.

Describen los estudiantes:

*La parte del tener que relacionarme si me afecto, por ejemplo, me acuerdo en una entrevista laboral que tuve post pandemia, bah, tuve varias, y en todas me puse muy mal, me ponía muy nerviosa, me daba ansiedad porque tenía que hablar [...]Esto mismo me paso en la facultad, yo no me podía sentar a rendir un final bien y segura del final que estaba dando, yo me sentaba me ponía nerviosa, me bajaba la presión, me mareaba, me daban ataques de ansiedad, yo sentía que el cuerpo no me iba a responder, y fue todo post pandemia (Estudiante 2).*

*En la facultad me suele pasar que no me gusta tener que trabajar en grupo, directamente no me gusta tener que relacionarme para ese fin, otra cosa que me pasa después de la pandemia es que no me gusta tener que ir a rendir finales, mucho menos si son orales, me pongo re nerviosa, o sea, el cambio está en que antes yo podía ir a rendir un final incluso sin haber estudiado lo suficiente, pero yo iba y a pesar de eso me enfrentaba al examen [...]desde que termino la pandemia, me pasa que me cuesta controlar mi estrés, me saturo fácil por cosas que antes no me llevaban a ese punto quizás, lo que me pasa es que me enojo al punto de sentir que quiero golpear el escritorio o la puerta (Estudiante 5).*

*Me afecto más post pandemia todo esto que te conté de que me cuesta expresar mis emociones...si... yo a veces ponele tengo un problema y no lo comparto, es una debilidad que tengo yo que no comparto lo que siento o algo que me molesta y me lo guardo, en esas cosas ahora soy mucho más reservado (Estudiante 6).*

### **Categoría: Arteterapia**

Con el objetivo de identificar las actividades relacionadas con la Arteterapia que fueron realizadas por los estudiantes universitarios durante la pandemia de Covid-19 y

explorar la función de la Arteterapia como fortalecedora de las habilidades sociales, las habilidades relacionadas con los sentimientos, de adaptabilidad, de manejo del estrés y estado de ánimo general en los estudiantes universitarios, se indagaron sobre las siguientes subcategorías: *actividades artísticas durante la pandemia*, y *Arteterapia como fortalecedora de las habilidades sociales*.

En relación a la subcategoría *actividades artísticas durante la pandemia*, la mayoría de los estudiantes universitarios realizaron actividades artísticas relacionadas con la Arteterapia durante la pandemia de Covid-19, tales como tocar algún instrumento, pintar, dibujar, escribir. Ante la pregunta acerca de si el realizar ese tipo de actividades los ayudo a sobrellevar el aislamiento social, la mayoría de los entrevistados respondieron que el realizar actividades relacionadas a la expresión artística les ayudo a lidiar con sus emociones, a liberar el estrés, bajar la ansiedad y relajarse, a distraerse de todo lo que estaba pasando en ese momento, a aprender cosas nuevas y entretenerse.

Describen los estudiantes:

*Yo apelaba en esos momentos al dibujo y a la escritura, y era todo miedo a la muerte, miedo a salir, miedo a perder a mi mama que estaba trabajando en el hospital, y siento que poder expresarlo de alguna forma me ayudaba a liberar todo ese miedo que sentía y en algún punto me ayudo cuando empezaron a dar permiso para salir de nuevo, que yo al principio no me animaba (Estudiante 3).*

*Si, dibujaba y pintaba, sentía que el arte me ayudaba bastante a lidiar con las emociones desagradables, [...]También, cuando me sentía muy estresada o saturada, como que en ese momento yo no sabía que me estaba sintiendo específicamente así,*

*pero si sabía que estaba mal y entonces muchas veces no dibujaba nada y solo rayaba todo para descargar (Estudiante 5).*

*Algo que hacía, muy poco pero que me servía era tocar algún tema en la guitarra, en ese momento tocar era una forma terapéutica para poder expresarme, compartir un momento a solas conmigo, me ayudaba a relajarme (Estudiante 6).*

Sin embargo, una parte de los estudiantes entrevistados durante la pandemia no realizaron ninguna actividad relacionada a la expresión artística, y frente a la pregunta sobre que hicieron para sobrellevar el aislamiento social contestaron que jugaron juegos online, vieron series y películas o alguna actividad relacionada al cuidado del hogar. Posteriormente, cuando se les preguntó si el realizar esas actividades los había ayudado a lidiar con sus emociones, respondieron que no los ayudó a lidiar con sus emociones sino que más bien funcionaba como modo de distracción.

Describen los estudiantes:

*Yo para distraerme me la pasaba jugando o mirando series en la compu, y rara vez me ponía a hacer alguna rutina de ejercicios que encontraba en internet [...] no siento que me ayudara a lidiar con mis emociones la verdad, solo me ayudaba a distraerme u ocuparme para no pensar (Estudiante 4).*

*Para sobrellevar el aislamiento y la pandemia jugaba jueguitos [...] No, la verdad que no, solo las tapaba... o sea, fue mucho tapar, la pandemia fue como "fingir demencia" para mí, por eso también perdí total consciencia de lo que estaba pasando con mi salud (Estudiante 8).*

*No realice ninguna actividad relacionada a la expresión artística, no me apoye en el arte. Lo que me ayudó a lidiar con mis emociones durante ese periodo, fue apoyarme en mi familia o en mis amistades. También fue de ayudar retomar la terapia psicológica que había dejado hace algunos años. Por último, yo soy creyente y algo que me daba paz era rezar. Yo sentía que al rezar en momentos difíciles, como cuando me contagie de Covid-19, me aportaba mucha tranquilidad (Estudiante 11).*

Con respecto a la subcategoría *Arteterapia como fortalecedora de las habilidades sociales*, se le pregunto a los entrevistados que saben sobre Arteterapia, a lo que la mayoría respondió que no saben nada sobre Arteterapia o que nunca han participado de una actividad de ese tipo, pero algunos dicen tener una idea de en qué podría consistir la Arteterapia.

Describen los estudiantes:

*No sé sobre Arteterapia, pero tengo profesores que hacen música terapia y sé que a grandes rasgos uno trata con la música terapia de no curar nada, sino más bien de estabilizar o ayudar a la otra persona a expresarse con la música (Estudiante 1).*

*No, he dibujado pero nunca con un fin terapéutico (Estudiante 6).*

*Ni idea que es el Arteterapia (Estudiante 13).*

Por último, ante la pregunta acerca de si creen que el Arteterapia puede contribuir al fortalecimiento de las habilidades sociales, la mayoría de los estudiantes mencionan que el Arteterapia puede contribuir al fortalecimiento de las habilidades sociales de los estudiantes universitarios porque cualquier forma de arte puede ayudar en varias dificultades que presentan los estudiantes universitarios, tanto en el ámbito académico como en otras áreas de su vida. Los estudiantes relatan que el Arteterapia puede ayudar en aquellos casos donde los

estudiantes cargan con dificultades para hacer frente a exámenes orales, donde se ponen muy nerviosos y ansiosos, y tienen complicaciones para expresarse y liberarse para poder decir las cosas. También, comentan que el arte puede contribuir al autoconocimiento, a reconocer las emociones o para liberar el estrés o ciertas tensiones. Además, los entrevistados refieren que el arte invita a compartir, a expresarse, y a transmitir, por lo tanto, fomenta el desarrollo de las relaciones interpersonales. Asimismo, los estudiantes consideran que sería más enriquecedor que se armara un espacio Arteterapia grupal, quizás dentro del ámbito académico, para que los estudiantes en conjunto puedan trabajar en sus dificultades, puedan abrirse a comunicar y compartir desde una propuesta distinta.

Describen los estudiantes:

*El arte es un hacer colectivo y yo creo que cualquier tipo de arte mientras sea colectivo, eso ya es terapéutico, porque una cosa es hacerlo individualmente y otra cosa es de manera colectiva. El arte es para mostrar, o sea, vos estas mostrando algo, estas expresándote, o sea, si vos expresas a la nada, es diferente, no es lo mismo. Entonces, a lo que voy es a que ese tipo de terapia, el Arteterapia, funcionaria si es grupal, cuando hay un ida y vuelta, porque se comparten puntos de vista, cada persona hace algo diferente incluso empleando los mismos instrumentos o materiales, todo depende de la intención, depende de la emoción o los sentimientos que uno le pone (Estudiante 1).*

*Yo creo que sí, hay muchos estudiantes universitarios, sea pre pandemia, durante la pandemia o post pandemia, a los que les quedaron muchas emociones dando vueltas, y esas emociones les han impedido ir a rendir un examen final. Yo siento que la pandemia nos hizo tenerle mucho miedo al estar frente a frente no con un igual solamente, sino que también con un superior, siento que hay muchos alumnos que hoy*

*en día cuando tienen que ir a rendir un final a la facultad, prefieren que sea escrito a que sea oral, porque les cuesta defenderse oralmente a pesar de que saben y a pesar de que entienden, y creo que en ese sentido, ya que hablamos de que la oralidad es parte de las habilidades sociales, yo creo que el Arteterapia te ayudaría para esa situación, lo que es teatro, canto, baile, la terapia a través del teatro les puede ayudar enfrentarse a situaciones como esas, perder el miedo a hablar, a expresarse, perder ese miedo a no poder, o sea, le va a ayudar a la persona liberarse de a poco y a no tenerle miedo a hablar y defenderse (Estudiante 3).*

*Si se armara un espacio de Arteterapia grupal, yo creo eso ayudaría muchísimo a los estudiantes a drenar el estrés, pero también a fortalecer la parte social, ayudaría a trabajar ciertas dificultades que algunos estudiantes universitarios manifiestan, como puede ser la dificultad para socializar con otros estudiantes. Yo creo que este espacio podría ayudar a los estudiantes a abrirse, a compartir o comunicarse con otras personas desde una propuesta diferente, y además sería beneficioso para el desempeño académico porque, en la mayoría de las carreras, encontrar o formar un grupo de estudio es importante e influye positivamente en el aprendizaje de todos (Estudiante 9).*

## Discusión

De acuerdo a los resultados obtenidos en las 13 entrevistas realizadas, se puede confirmar que se logró explorar la función de la Arteterapia como fortalecedora de las habilidades sociales de los estudiantes universitario de la ciudad de Neuquén post pandemia Covid-19. A partir de la experiencia que los estudiantes entrevistados han tenido al realizar actividades relacionadas a la expresión artística, se encontró que la mayoría consideran que el Arteterapia puede contribuir al fortalecimiento de las habilidades sociales porque cualquier forma de arte puede ser de ayuda en dificultades que presentan los estudiantes en la actualidad, tanto en el ámbito académico como en otras áreas de su vida.

La Arteterapia puede ser un medio para lograr autoconocimiento, para el reconocimiento de las emociones y para poder expresarlas, también puede ser un medio para desahogarse o liberar estrés. Además, el arte es una herramienta que invita a compartir, a expresarse y a transmitir, lo cual, fomenta el desarrollo de las relaciones interpersonales. En ese sentido, los estudiantes consideran que es una herramienta que puede ser de gran ayuda para aquellos estudiantes que en la actualidad presentan dificultades para hacer frente a determinadas situaciones sociales dentro del ámbito universitario como pueden ser, ir a rendir un examen oral, realizar trabajos grupales, conocer y establecer nuevos vínculos, etc. Esto coincide con lo planteado por Pulido Fonseca (2023) quien en su estudio reconoce al arte como forma de expresión emocional, espiritual y racional, así también, es considerado como una herramienta de socialización y aprendizaje.

Con respecto al primer objetivo específico acerca de describir la experiencia que han tenido los estudiantes universitarios con respecto a la pandemia de Covid-19, el

aislamiento social y la educación virtual, se encontró que la mayoría de los estudiantes coinciden en que su experiencia con la pandemia en general fue bastante mala, ya que fue un momento de mucho estrés e incertidumbre, y que emocionalmente les costó a los estudiantes, porque fue difícil seguir la carrera y porque fue una etapa intensa en donde surgieron muchos miedos (al virus, a enfermarse, a la pérdida, etc.). Esto es congruente con lo que plantean Navarrete Cueto et al. (2022):

El distanciamiento entre las personas y la ausencia de comunicación interpersonal, el desconocer la duración del aislamiento producto de la pandemia de la COVID-19 y el alto impacto económico, social, y sanitario generan incertidumbre en la población, y aumentan el riesgo a sufrir trastornos depresivos, estrés y ansiedad. (p. 14)

Sobre la experiencia con el aislamiento social, la mayoría de los estudiantes entrevistados coinciden en que fue una mala experiencia debido al encierro, a no poder salir y ver a otras personas, la incertidumbre de no saber cuándo terminaría la pandemia, la continuación de las clases a través de entornos virtuales, lo que trajo como consecuencia desorganización en sus horarios y hábitos, y la aparición de síntomas de estrés, ansiedad y depresión. Lo que se relató anteriormente coincide con la investigación realizada por Lozada Asparria et al. (2022), la cual determinó que el periodo cursado por la pandemia incidió significativamente sobre la salud de los estudiantes, afectándolos con distintas alteraciones emocionales, así también en su vida social y académica.

Por otra parte, en relación a la modalidad de educación virtual, se encontró que la mayoría de los estudiantes tuvieron dificultades para llevar adelante sus estudios a través de la modalidad de educación virtual, que fue estresante debido a los problemas de conexión a internet, por el agotamiento que generaba estar tantas horas con los dispositivos

electrónicos para dar cumplimiento a las tareas, por la falta de organización y adaptación a los métodos de enseñanza virtual por parte de los profesores. Debido a las complicaciones planteadas por la modalidad de educación virtual, tales como la desorganización, la pérdida de inmediatez y la dificultad para consultar dudas con los profesores, la mayoría de los estudiantes universitarios sintieron que su aprendizaje se vio afectado, ya sea porque atrasaron en sus carreras o porque sintieron que no generaron aprendizajes durante ese tiempo. Lo mencionado hasta el momento presenta congruencia con la investigación planteada por Hernández Arpe y Carrasco Caro (2023), en la que los estudiantes perciben que la educación virtual como método de enseñanza no fue tan adecuado por todo lo que involucra: la disposición de los estudiantes para participar en las clases, los problemas de conectividad o también las dificultades para mantener una comunicación inmediata con los profesores para consultas, resolución de dudas, entre otras inquietudes.

En relación al segundo objetivo sobre identificar como se vieron afectadas las habilidades sociales de los estudiantes universitarios a raíz de la pandemia de Covid-19, el aislamiento social y la modalidad de educación virtual, se encontró que la mayoría de los estudiantes notaron cambios en su manera de relacionarse con otras personas a partir de la pandemia de Covid-19, lo que es congruente con el estudio de Villacis Pico et al. (2023) en el cual, a partir de los resultados se observa que los estudiantes se encuentran de acuerdo en que ha existido un desequilibrio en sus habilidades sociales, influenciado por la pandemia de Covid-19 y por la virtualización de las clases que no permitió una relación fluida como la que se daba en la presencialidad. Asimismo, se presentó la convergencia entre los estudiantes entrevistados en cuanto a las dificultades para socializar, hablar o interactuar con otras personas, para rendir exámenes orales o realizar trabajos en grupo, mayor dificultad para hacer frente al estrés, para reconocer y expresar sus emociones. Lo mencionado coincide con la investigación propuesta por Álvarez Delgado et al. (2022) en

cuanto a que muchos de los estudiantes entrevistados presentan timidez al momento de lograr obtener una conversación ya sea con personas conocidas o con las que están creando un vínculo. Además, se destacan las convergencias tales como la dificultad para hacer frente al estrés, para reconocer y expresar las emociones lo que coincide con el estudio de Lozada Asparria et al. (2022), donde se observaron situaciones en las que los estudiantes manifiestan dificultad para lograr el control y gestión de sus emociones o la falta de conciencia sobre sus emociones, tanto a nivel social como frente al desarrollo de sus clases.

En cuanto al tercer objetivo acerca de describir las actividades relacionadas con la Arteterapia que fueron realizadas por los estudiantes universitarios durante la pandemia de Covid-19, la mayoría de los estudiantes universitarios realizaron actividades relacionadas al Arteterapia tales como el dibujo, la pintura, la música y la escritura.

Conforme al cuarto objetivo acerca de examinar la percepción de los estudiantes universitarios sobre la Arteterapia como método de intervención para sus habilidades sociales, la mayoría de los entrevistados consideran que la Arteterapia puede fortalecer las habilidades sociales debido que cualquier forma de arte puede ser de ayuda en dificultades que los estudiantes presentan en la actualidad, dentro del ámbito universitario y también en otras áreas de su vida; entre ellas pueden mencionarse la dificultad de hacer frente a situaciones sociales tales como, realizar trabajos grupales o establecer nuevos vínculos con otros estudiantes, o también, dificultades para hacer frente a exámenes orales debido a los nervios, la ansiedad y la inseguridad que sienten en relación a sus capacidades y conocimientos. La Arteterapia puede contribuir al autoconocimiento, al reconocimiento de las propias emociones, y también, es un espacio que invita a quien lo realiza a compartir, a expresarse y a transmitir, por lo que fomenta el desarrollo de las relaciones interpersonales,

desde una propuesta distinta. Esto coincide con lo que planteado por Meza Álvarez (2010), quien concibe al arte como una herramienta terapéutica, que responde a otro forma de lenguaje, el lenguaje no verbal, que invita a descubrir otros modos de comunicarse tanto con uno mismo, como con los demás.

En relación al quinto objetivo, sobre identificar las barreras percibidas por los estudiantes universitarios en relación a la socialización dentro del ámbito universitario, se encontraron convergencias entre los entrevistados en cuanto a los cambios percibidos en su manera de relacionarse con las otras personas dentro del ámbito universitario post pandemia, la mayoría de los estudiantes al volver a la presencialidad se sentían más introvertidos, con dificultades para hablar o interactuar con otras personas o también con la necesidad de aislarse para no hacer frente a determinadas situaciones sociales. Además, la mayoría coinciden en que les es complicado ir a rendir exámenes orales, porque se ponen muy nerviosos, sienten mucha ansiedad, temor a no estar preparados o contar con los conocimientos suficientes. También, se mencionó la dificultad para realizar trabajos grupales, ya que aparece nuevamente esta complicación para relacionarse con otros, para compartir puntos de vista y llegar a acuerdos. Los estudiantes señalan que después de la pandemia, los vínculos no fueron lo mismo y que todas estas dificultades aparecieron después de la pandemia. En este sentido, puede inferirse que, si bien la modalidad de educación virtual en el contexto de aislamiento social por la pandemia de Covid-19 contribuyó al desarrollo de trabajos que implicaron que los estudiantes se relacionaran entre sí, esta no fue capaz de potenciar las habilidades sociales en su totalidad. Todo lo relatado hasta el momento coincide con el estudio de Hernández Arpe y Carrasco Caro (2023), donde se plantea que pueden darse situaciones en las que se genere un déficit en la fluidez y frecuencia de las conductas sociales que pueden tener efecto negativo en las relaciones interpersonales (p. 148).

Por último, respecto al último objetivo sobre analizar el uso de Arteterapia como fortalecedor de las habilidades sociales, las habilidades relacionadas con los sentimientos, de adaptabilidad, de manejo del estrés y estado de ánimo general en los estudiantes universitarios, se encontraron coincidencias entre los estudiantes en cuanto al uso del arte con fines terapéuticos. Se evidenció que los estudiantes utilizaron el arte como forma de lidiar con las emociones desagradables que surgieron en el contexto de la pandemia. La mayoría utilizó el arte para canalizar ciertas emociones, para el manejo del estrés, para liberar miedos, preocupaciones y emociones que los abrumaban, para encontrar calma, un espacio para relajarse y expresarse. Esto es congruente con lo planteado Carabelli (2013), el poder exteriorizar el conflicto, aunque no suceda de manera consciente, hace que la persona se sienta mejor, y así mismo le ofrece la oportunidad de conocer el conflicto. A partir de lo mencionado hasta el momento, se puede inferir que el arte para los estudiantes universitarios funcionó como herramienta para fortalecer sus habilidades sociales, sino también para mitigar los problemas psicológicos ocasionados por la pandemia de Covid-19.

Para finalizar, cabe mencionar que se cumplieron los objetivos presentados y se logró responder a las preguntas de investigación. Asimismo, los resultados de esta investigación permitieron un acercamiento al supuesto de que los estudiantes universitarios que realizaron actividades de Arteterapia durante la pandemia de Covid-19, demostraron más habilidades sociales que los que no hicieron; ya que se encontró que aquellos estudiantes que habían realizado actividades relacionadas a la expresión artística durante la pandemia, lograron lidiar con sus emociones, reconocerlas y expresarlas, mientras que quienes realizaron otro tipo de actividades, consiguieron distraerse o entretenerse, pero dejando de lado las emociones o conflictos que este evento pudo generarles.

## **Conclusión**

La presente investigación ha demostrado que la Arteterapia desempeña un papel crucial en el fortalecimiento de las habilidades sociales de los estudiantes universitarios de la ciudad de Neuquén en el contexto post-pandemia. A partir de las entrevistas realizadas, se pudo evidenciar que las actividades artísticas, como el dibujo, la pintura, la música y la escritura, contribuyeron al autoconocimiento, al reconocimiento y manejo de las emociones, y al fomento de la expresión interpersonal. Los estudiantes entrevistados identificaron que estas prácticas artísticas les ayudaron a enfrentar situaciones de estrés, ansiedad y dificultades para socializar, lo cual coincide con los hallazgos de estudios previos que reconocen al arte como una herramienta terapéutica eficaz en la mejora del bienestar emocional y social.

Así mismo, se constató que la pandemia y el aislamiento social afectaron negativamente las habilidades sociales de los estudiantes, provocando sentimientos de incertidumbre, estrés y dificultades en la interacción social, especialmente en el contexto de la educación virtual. Sin embargo, aquellos que participaron en actividades relacionadas con la Arteterapia reportaron un mayor nivel de adaptación y habilidades para establecer vínculos sociales, en comparación con aquellos que no realizaron estas actividades. Esto sugiere que la Arteterapia no solo funcionó como una vía de expresión y desahogo emocional, sino también como un medio para fortalecer la capacidad de los estudiantes para interactuar y comunicarse de manera efectiva en el ámbito universitario.

## **Aportes y Contribuciones de la Investigación**

La presente investigación aporta información a la comunidad sobre los efectos que tuvo sobre los estudiantes universitarios realizar actividades relacionadas al Arteterapia durante el aislamiento social cursado por la pandemia de covid-19 y de la percepción que tienen sobre el Arteterapia como método de intervención para fortalecer las habilidades sociales post pandemia.

Por lo cual esta investigación sirve para vislumbrar información como así también adentrarse sobre cómo se vieron afectadas las habilidades sociales de los estudiantes universitarios a partir de su experiencia con la pandemia de Covid-19, con el aislamiento social y con la modalidad de educación virtual, lo que repercute tanto en su desempeño académico como en otras áreas importantes de su vida. Además, puede ser utilizada como una línea de investigación para profesionales o estudiantes de la salud.

Por lo tanto, este estudio no solo contribuye al entendimiento de la relación entre el arte y el bienestar emocional de los estudiantes, sino que también destaca la importancia de promover enfoques terapéuticos alternativos para apoyar la salud mental y el desarrollo interpersonal.

## **Limitaciones de la Investigación**

En cuanto a las limitaciones que se encontraron en el presente trabajo, puede mencionarse que pocos fueron los estudiantes que estuvieron dispuestos a participar de la entrevista.

También, la realización de entrevistas a los estudiantes se vio afectada por la limitación de realizarlas dentro de horarios libres entre una cursada y otra, o que no estuvieran dentro de horario laboral, lo que condicionó el tiempo disponible.

Otra limitación es la poca bibliografía que se ha encontrado específicamente sobre la función del Arteterapia en estudiantes universitarios.

## **Líneas de Investigación Futuras**

Por otro lado, se sugieren nuevas líneas de investigación en cuanto a profundizar sobre el impacto de la modalidad de educación virtual sobre las habilidades sociales de los estudiantes universitarios. También, sería interesante investigar sobre qué estrategias pueden implementarse dentro de la modalidad de educación virtual para contribuir al desarrollo de las habilidades sociales, ya que actualmente se sigue implementando esta modalidad de cursado en algunas carreras o incluso en otros entornos relacionados a la formación educativa.

Otra línea de investigación que resulta importante seguir investigando es la relación que existe entre la salud mental de los estudiantes universitarios y su capacidad para desarrollar habilidades sociales post pandemia.

Considero que resulta importante seguir indagando sobre si existen variaciones en el desarrollo de las habilidades sociales entre estudiantes de diferentes disciplinas académicas, para comprender cómo las características de cada disciplina influyen en la formación de habilidades interpersonales.

Por último, resulta significativo investigar la efectividad que puede tener para los estudiantes universitarios participar de talleres de Arteterapia enfocados en el fortalecimiento de sus habilidades sociales, porque el desarrollo y formación de estas habilidades son de gran importancia en el curso de una carrera universitaria, incluso para la transición del ámbito universitario al laboral.

## **Propuesta de Intervención**

### **Introducción**

En el actual contexto post pandemia, muchos estudiantes universitarios presentan dificultades significativas en sus habilidades sociales, debido a cómo estas se vieron afectadas por el aislamiento social y por la modalidad de educación virtual. La Arteterapia se plantea como una herramienta efectiva para poder abordar estas dificultades, fomentando el autoconocimiento, la expresión emocional y el desarrollo de las relaciones interpersonales.

Las habilidades sociales en los estudiantes universitarios no solo permiten relacionarse interpersonalmente de manera saludable y dar solución a conflictos tanto interpersonales como emocionales (Goldstein et al., 1989), además, tienen un rol fundamental dentro del contexto universitario, dado que el desarrollo y la formación de estas habilidades son de gran importancia en el curso de una carrera universitaria, incluso para la transición del ámbito universitario al laboral.

El arte como proceso terapéutico no solo conlleva a que el sujeto pueda expresarse, que logre autoconciencia y reflexión al respecto, también estimula las capacidades propias del individuo, desarrolla su creatividad y expresión individual como medio de lograr satisfacción y mejorar personalmente (López Romero, 2004, p. 3). Tal como lo expresa Carabelli (2013):

Cuando, como terapeutas, proponemos procesos de creación artística, posibilitamos en el paciente una vivencia más completa de sus potencialidades como seres humanos: les proponemos manejarse con una mente racional e intuitiva, ser conscientes y responsables de lo que piensan, sienten y hacen; como también integrar sus opuestos: aspectos en luz y en sombra. (p. 220)

En este sentido, la Arteterapia no solo contribuye en el desarrollo de la creatividad, también puede contribuir para que los estudiantes universitarios logren: fortalecer las habilidades sociales, las habilidades relacionadas con los sentimientos, de adaptabilidad, de manejo del estrés y estado de ánimo general en los estudiantes universitarios. Asimismo, les permitirá encontrar un espacio seguro para explorar sus emociones y sus experiencias, facilitar la interacción entre los estudiantes universitarios a partir de actividades grupales, reconocer y afrontar las diferentes emociones, y desarrollar la creatividad, la autoestima, la autopercepción y medios de expresión.

A partir del análisis de las investigaciones de este trabajo final integrador, se propone la propuesta de intervención “Arteterapia como fortalecedora de las habilidades sociales de los estudiantes universitarios post pandemia”, dirigido a aquellos estudiantes universitarios que desde que han vuelto a la presencialidad dentro el ámbito académico, perciben que sus habilidades sociales se han visto afectadas, que ha cambiado su manera de relacionarse con las demás personas, que tienen ciertas dificultades a la hora de reconocer y expresar lo que sienten, de hacer frente a instancias evaluativas de carácter oral porque se auto perciben no preparados o sin las herramientas necesarias para rendir. Esta intervención busca utilizar la Arteterapia para fortalecer las habilidades sociales de los estudiantes universitarios, específicamente en cuanto a su capacidad para comunicarse, interactuar y manejar emociones en un contexto post pandemia.

### **Objetivos de la Intervención**

- Fortalecer las habilidades sociales de los estudiantes universitarios, promoviendo la comunicación efectiva, la empatía, y la adaptación social.
- Mejorar el manejo del estrés, la ansiedad y el estado de ánimo general de los estudiantes, facilitando la expresión emocional a través del arte.

- Facilitar la integración de los estudiantes a un entorno social y académico más saludable y colaborativo
- Fomentar la autoconfianza en los estudiantes, ayudándoles a superar las barreras sociales y emocionales que han surgido debido a la pandemia y la modalidad de educación virtual.

### **Población Objetivo**

Esta intervención estará dirigida a estudiantes universitarios de la ciudad de Neuquén, con un enfoque particular en aquellos que han experimentado dificultades para adaptarse a la modalidad de educación virtual y el aislamiento social durante la pandemia. Se priorizarán estudiantes de carreras con una alta carga de interacción grupal y práctica (como ciencias sociales, salud y educación).

### **Metodología**

La intervención se llevará a cabo a través de una serie de sesiones de Arteterapia diseñadas para promover la reflexión, el autoconocimiento y el fortalecimiento de las habilidades sociales. Las actividades serán dirigidas por un arteterapeuta especializado y estarán estructuradas de la siguiente manera:

- **Introducción y establecimiento de objetivos grupales:** en esta primera sesión, se presentará el concepto de Arteterapia y se explicarán los objetivos de la intervención. Los estudiantes compartirán sus expectativas y experiencias previas relacionadas con el arte y la socialización.
- **Técnicas de expresión emocional a través del arte:** a través de diferentes actividades artísticas (dibujo, pintura, collage, modelado, etc.), los estudiantes tendrán la oportunidad de expresar sus emociones, experiencias y preocupaciones

relacionadas con la pandemia. Estas actividades no tendrán un enfoque artístico perfeccionista, sino que se centraran en la expresión libre y la reflexión personal.

- **Relajación y mindfulness a través del arte:** para abordar el manejo del estrés y la ansiedad, se incorporarán técnicas de relajación que se combinarán con la práctica artística. Los estudiantes aprenderán a usar el arte como una herramienta para calmar la mente y centrar la atención en el presente.
- **Reflexión grupal y retroalimentación:** al final de cada sesión, se fomentará un espacio de diálogo en el que los estudiantes puedan compartir sus experiencias y aprendizajes. Se promoverá la empatía y el apoyo mutuo entre los participantes, consolidando el sentido de comunidad.

### **Evaluación de la Intervención**

Para medir el impacto de la Arteterapia en las habilidades sociales y el bienestar de los estudiantes, se utilizarán herramientas de evaluación, tanto cualitativas como cuantitativas:

- **Encuestas y cuestionarios pre y post intervención:** se aplicarán instrumentos que evalúen las habilidades sociales, el manejo del estrés y el estado de ánimo de los estudiantes antes y después de la intervención. Estas mediciones permitirán obtener datos cuantitativos sobre los cambios en las habilidades sociales y emocionales de los estudiantes.
- **Entrevistas y grupos focales:** Se realizarán entrevistas individuales y grupos focales con algunos de los participantes para obtener retroalimentación cualitativa sobre su experiencia en la intervención, sus percepciones sobre el impacto de la Arteterapia y cualquier barrera que hayan encontrado en el proceso.

- **Observación directa:** El arteterapeuta también llevará a cabo observaciones directas durante las sesiones, enfocándose en las interacciones entre los estudiantes, el nivel de participación en las actividades grupales y la expresión emocional a través del arte.

### **Resultados Esperados**

Se espera que la intervención contribuya al fortalecimiento de las habilidades sociales de los estudiantes universitarios, mejorando su capacidad para interactuar de manera efectiva en contextos sociales y académicos.

Asimismo, se anticipa que la Arteterapia tendrá un efecto positivo en el manejo del estrés, la ansiedad, y el estado de ánimo general de los participantes, ayudándoles a integrar mejor sus experiencias emocionales relacionadas con la pandemia y la modalidad educativa virtual.

### **Consideraciones finales**

Esta propuesta de intervención tiene el potencial de generar un impacto significativo en la reintegración de los estudiantes a la vida universitaria post pandemia, promoviendo una mejor adaptación social y emocional. A través de la Arteterapia, los estudiantes no solo podrán fortalecer sus habilidades sociales, sino también recuperar la confianza en sí mismos y en sus capacidades para interactuar en un entorno colaborativo.

## Referencias

- Acosta Rodríguez, M. (2013). La perspectiva vygotskiana y el aprendizaje: una reflexión necesaria en la práctica educativa. *Revista científica “teorías, enfoques y aplicaciones en las ciencias sociales”*, 11(12), 109-117.  
<https://biblat.unam.mx/hevila/Revistacientificateoriasenfoquesyaplicacionesenlacienciasociales/2013/no12/7.pdf>
- Alata Campos, A. y Samaniego Thais, J. R. (2024). *Habilidades sociales en alumnos de primer y segundo año de estudios en el contexto de la pandemia COVID19 de una universidad de Lima* [Tesis de Pregrado, Universidad Ricardo Palma]. Archivo digital.  
<https://hdl.handle.net/20.500.14138/7740>
- Álvarez Delgado, G., Charris Mejía, M. C., Manjarrez Valdez, E. S., y Sandoval Suarez, A. R. (2023). *Interacción social postpandemia en estudiantes de psicología de la Universidad Simón Bolívar sede Barranquilla* [Tesis de pregrado, Universidad Simón Bolívar]. Archivo digital. <https://hdl.handle.net/20.500.12442/12628>
- Baquero, R. (2012). Vigotsky: sujeto y situación, claves de un programa psicológico. Capítulo 2. (pp. 59-82) Recuperado en: <https://apunty.com/doc/baquero-cap-2-psico1-pdf-psicologia-i>
- Bardin, L. (2011). *Análisis de contenido* (2.ª ed.). Ediciones Akal.
- Boletín Oficial de la República Argentina. (2022). *Emergencia pública en materia sanitaria. Decreto 863/2022*.  
<https://www.boletinoficial.gob.ar/detalleAviso/primera/278683/20221230>

Burton, B., Lugones, M., Barrios García, G., Murriello, S. y Bengtsson, A. (2023). La pandemia por COVID-19 en Argentina.

[https://rid.unrn.edu.ar/bitstream/20.500.12049/10255/1/Rese%C3%B1as%20COVID\\_Argentina\\_REDCYTED.pdf](https://rid.unrn.edu.ar/bitstream/20.500.12049/10255/1/Rese%C3%B1as%20COVID_Argentina_REDCYTED.pdf)

Caballo, V. E. (2007). *Manual de evaluación y entrenamiento de habilidades sociales*.

España: Siglo XXI. <https://ayudacontextos.wordpress.com/wp-content/uploads/2018/04/manual-de-evaluacion-y-entrenamiento-de-las-habilidades-sociales-vicente-e-caballo.pdf>

Cáliz Muñoz, J. E. y Conde Alvarado, L. F. (2023). *Desarrollo de las competencias sociales para la vida después del confinamiento del COVID-19 en jóvenes de la Universidad Cooperativa de Colombia de la ciudad de Bucaramanga* [Tesis de pregrado, Universidad Cooperativa de Colombia]. Archivo digital.

<https://hdl.handle.net/20.500.12494/51212>

Cante Manzano, M. C., Carrillo Camacho, Y., Lopez Tinjacá, C. A., Rodriguez Tovar, J. C. y Camila, C. M. M., Yessica, C. C., Andrea, L. T. C., Camilo, R. T. J., & Cifuentes, M. N. O. (2020). Fortalecimiento de habilidades sociales por medio de redes sociales en estudiantes universitarios pertenecientes a la Institución Politécnico Grancolombiano en época de pandemia de la ciudad de Bogotá DC.

[https://www.academia.edu/download/65253089/Fortalecimiento\\_de\\_habilidades\\_sociales\\_por\\_medio\\_de\\_redes\\_sociales\\_.pdf](https://www.academia.edu/download/65253089/Fortalecimiento_de_habilidades_sociales_por_medio_de_redes_sociales_.pdf)

Carabelli, E. (2013). *Entrenamiento en Gestalt*. Buenos Aires: Del nuevo Extremo.

<https://www.collegesidekick.com/study-docs/7175853>

Carreón-Gutiérrez, C. A., De los Reyes-Nieto, L. R., Loredó-Lárraga, L. V. y Vázquez-Treviño, M. G. E. (2024). Estrés académico y problemas de salud mental en estudiantes de enfermería durante la pandemia de COVID-19. *Revista Sanus*, 9(20), 1-20.

<https://doi.org/10.36789/revsanus.vi1.399>

Cordova Cruz, J. A., Hidrobo Guzmán, J. F., Morejón Jácome, G. E., Coral Bastidas, D. I., Calvopiña Sarmiento, E. S., Jaramillo Jácome, K. V., Chávez Vaca, A. E., Mina Minda, D. M., Mina Minda, D. M., Díaz Collaguazo, E. E., y Amaya Cuasapaz, D. M. (2022). Factores conexos al desarrollo de habilidades Sociales en estudiantes de bachillerato. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(5), 4561-4580.

[https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v6i5.3417](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i5.3417)

Díaz Herrera C. (2018). Investigación cualitativa y análisis de contenido temático. Orientación intelectual de revista Universum. *Revista General de Información y Documentación*, 28(1), 119-142. <https://doi.org/10.5209/RGID.60813>

Goldstein, A. P., Sprafkin, R. P., Gershaw, N. J., Klein, P. (1989). *Habilidades sociales y autocontrol en la adolescencia*. Barcelona: Martínez Roca, S. A.

[https://www.academia.edu/36322793/Habilidades\\_sociales\\_y\\_autocontrol\\_en\\_la\\_adolescencia\\_Goldstein\\_Sprafkin\\_Gershaw\\_y\\_Klein](https://www.academia.edu/36322793/Habilidades_sociales_y_autocontrol_en_la_adolescencia_Goldstein_Sprafkin_Gershaw_y_Klein)

Gutiérrez, E. A., Martín, J. y Rocchietti, R. (2022). La opinión de estudiantes universitarios en tiempo de pandemia. *Revistas de la Universidad Nacional de Córdoba*, 9(2), 79-84.

<https://revistas.unc.edu.ar/index.php/FCEFYN/article/download/36677/40265/149162>

Hernández Arpe, B. y Carrasco Caro, M. (2023). Incidencia de la pandemia COVID-19 sobre las habilidades sociales en la formación profesional. *Foro educacional*, (40), 145-165.

<https://doi.org/10.29344/07180772.40.3446>

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C. y Baptista Lucio, P. (2014). Metodología a la investigación (6° ed.). México: McGraw Hill Interamericana Editores S.A. de C.V.

[https://apiperiodico.jalisco.gob.mx/api/sites/periodicooficial.jalisco.gob.mx/files/metodologia\\_de\\_la\\_investigacion\\_-\\_roberto\\_hernandez\\_sampieri.pdf](https://apiperiodico.jalisco.gob.mx/api/sites/periodicooficial.jalisco.gob.mx/files/metodologia_de_la_investigacion_-_roberto_hernandez_sampieri.pdf)

Holst, I.; Barreda, Y.; Gomez, G. & Degante, A. (2017) Las habilidades sociales y sus diferencias en estudiantes universitarios. Revista Especializada en Ciencias de la Salud.

Recuperado en: <https://www.revistas.unam.mx/index.php/vertientes/article/view/67164>

López Romero, B. (2004). Arte terapia. Otra forma de curar. *Educación y futuro: revista de investigación aplicada y experiencias educativas*. 11(10), 101-

110. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2044648>

Lozada Asparria, E. M., Buitrón Arellano, A. L. y Hernández Bendejú, J. (2022). Tiempo de pandemia e inteligencia emocional en estudiantes Universidad Nacional Federico

Villareal. *Portal de Revistas Académicas USMP*, 3(2), 48-54.

<https://portalrevistas.aulavirtualusmp.pe/index.php/encuentroeducativo/article/view/2270/2725>

Mamani, O., Nury, Z., Zevallos, P. y Esther, E. (2022). *Habilidades sociales y ansiedad social debido al confinamiento por Covid- 19 en universitarios, Arequipa, 2021* [Tesis de grado, Universidad Católica San Pablo]. Archivo digital.

Archivo digital.

<http://hdl.handle.net/20.500.12590/17198>

Meza Álvarez, M. (2010). El arte, un camino para sanar. *Avances En Psicología*, 18(1), 77-

84. <https://doi.org/10.33539/avpsicol2010.n.18.1921>

Ministerio de Educación. (2020). *Boletín Oficial de la República Argentina*.

<https://www.boletinoficial.gob.ar/detalleAviso/primera/226752/20200316>

Ministerio de Salud de la Nación. (2020). *Salud confirma el primer caso de coronavirus en el país*. <https://www.argentina.gob.ar/noticias/salud-confirma-el-primer-caso-de-coronavirus-en-el-pais>

Navarrete Cueto, C. A., Flores Peña, M. R., Gutiérrez Reyes, P. y Ulloa Cobos, O. (2022). Salud mental y el desarrollo de habilidades socioemocionales en tiempos de Pandemia de la COVID-19 en estudiantes de Nivel Medio Superior y Superior. *Revista Dilemas Contemporáneos*, 3(52), 1-20. <https://doi.org/10.46377/dilemas.v9i3.3223>

Organización Mundial de la Salud. (1994). *Life skills education for children and adolescents in schools*. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/63552>

Organización Mundial de la Salud. (2022). *La pandemia de COVID-19 provoca un aumento del 25% en la prevalencia de ansiedad y depresión en todo el mundo*. <https://www.who.int/es/news/item/02-03-2022-covid-19-pandemic-triggers-25-increase-in-prevalence-of-anxiety-and-depression-worldwide>

Organización Panamericana de la Salud. (2020). *La OMS caracteriza a COVID-19 como una pandemia*. <https://www.paho.org/es/noticias/11-3-2020-oms-caracteriza-covid-19-como-pandemia>

Organización Panamericana de la Salud. (2021). *Impacto de la pandemia COVID-19 en la salud mental de la población*. <https://www.paho.org/es/boletin-desastres-n131-impacto-pandemia-covid-19-salud-mental-poblacion>

Organización Panamericana de la Salud. (2023). *Se acaba la emergencia por la pandemia, pero la COVID-19 continúa*. <https://www.paho.org/es/noticias/6-5-2023-se-acaba-emergencia-por-pandemia-pero-covid-19-continua#:~:text=Por%20lo%20tanto%2C%20declaro%20con,amenaza%20para%20la%20salud%20mundial%E2%80%9D>.

Poder Ejecutivo Nacional. (2020). *Aislamiento social preventivo y obligatorio*. <https://www.argentina.gob.ar/normativa/nacional/decreto-297-2020-335741>

Poder Ejecutivo Nacional. (2020). *Emergencia Sanitaria. Decreto N° 260/20*. <https://www.argentina.gob.ar/normativa/nacional/335423/texto>

Poder Ejecutivo Nacional. (2021). *Distanciamiento social, preventivo y obligatorio y aislamiento social, preventivo y obligatorio*. <https://www.argentina.gob.ar/normativa/nacional/decreto-125-2021-347490>

Poder Ejecutivo Nacional. (2021). *Emergencia Sanitaria. Decreto N° 260/20 – Prorroga y modificación*. <https://www.argentina.gob.ar/normativa/nacional/decreto-867-2021-358638>

Pulido Fonseca, J. (2020). *El arte como herramienta de fortalecimiento de habilidades sociales de niños, niñas y adolescentes post pandemia del año 2020* [Tesis de pregrado, Universidad Cooperativa de Colombia]. Archivo digital. <https://hdl.handle.net/20.500.12494/49152>

Romero Rodríguez, J.M., Hinojo Lucena, F.J., Kopecký, K. y García-González, A. (2023). *Fatiga digital en estudiantes universitarios como consecuencia de la enseñanza online*

durante la pandemia Covid-19. *Educación XXI*, 26(2), 165-184.

<https://doi.org/10.5944/educxx1.34530>

Sistema Argentino de Información Jurídica. (2022). *Amplían la emergencia pública en materia sanitaria hasta el 31 de diciembre de 2023*. <http://www.saij.gob.ar/amplian-emergencia-publica-materia-sanitaria-hasta-31-diciembre-2023-amplian-emergencia-publica-materia-sanitaria-hasta-31-diciembre-2023-nv36761-2022-12-29/123456789-0abc-167-63ti-lpssedadevon?&o=24&f=Total%7CFecha/2022%5B20%2C1%5D%7CEstado%20de%20Vigencia%5B5%2C1%5D%7CTema%5B5%2C1%5D%7COrganismo%5B5%2C1%5D%7CAutor%5B5%2C1%5D%7CJuridicci%F3n%5B5%2C1%5D%7CTribunal%5B5%2C1%5D%7CPublicaci%F3n/Novedad%7CColecci%F3n%20tem%E1tica%5B5%2C1%5D%7CTipo%20de%20Documento&t=3320>

Vázquez, A. (2023). Arte terapia y revalorización profesional en enfermeros/as con ansiedad en contexto hospitalario en pandemia por COVID 19. [Tesis Doctoral, Universidad de Flores]. Archivo digital. <https://hdl.handle.net/20.500.14340/1332>

Velastegui Mendoza, M. A., Touriz Bonifaz, M. A., Cando Caluña, W. W. y Herrera Tutiven, J. D. (2022). Depresión y Ansiedad en Universitarios por Covid-19. *Revista Científico-Académica Multidisciplinaria Polo del Conocimiento*, 7(2), 2324-2344.  
<https://doi.org/10.23857/pc.v7i2>

Vigotsky, L. (1988). El desarrollo de los procesos psicológicos superiores. Barcelona, Crítica.

Villacís Pico, K. D., Mayorga Ases, L. A., Mayorga Ases, M. J., y Sanchez Manobanda, K. P. (2023). Habilidades sociales y la educación virtual de estudiantes universitarios.

*Conciencia Digital*, 6(1.4), 862-879.

<https://doi.org/10.33262/concienciadigital.v6i1.4.2037>

Zapatero Gaviria, A., y Barba Martín, R. (2023). ¿Qué sabemos del origen del COVID-19 tres años después?. *Revista clínica española*, 223(4), 240–243.

<https://doi.org/10.1016/j.rce.2023.02.002>

Zinker, J. (2003). *El proceso creativo en la terapia gestáltica*. Paidós.

[https://www.academia.edu/24465361/Zinker\\_Joseph\\_El\\_Proceso\\_Creativo\\_En\\_La\\_Terapia\\_Gestaltica](https://www.academia.edu/24465361/Zinker_Joseph_El_Proceso_Creativo_En_La_Terapia_Gestaltica)

Zuin, D. R., Zuin, M. P., Peñalver, F., y Tarulla, A. (2021). Pandemia de COVID-19: aspectos psicológicos, alteraciones conductuales y perfil de hábitos. Resultados de una encuesta en el ámbito universitario a un mes del confinamiento total en Mendoza, Argentina. *Neurología Argentina*, 13(4), 228–237.

<https://doi.org/10.1016/j.neuarg.2021.08.005>

## **Anexos**

### **Modelo de Consentimiento Informado**

Me ha sido explicado que los miembros de la Facultad de Psicología de la Universidad de Flores, desean conocer “Arteterapia como fortalecedora de las habilidades sociales de los estudiantes universitarios de la ciudad de Neuquén post pandemia de Covid-19”. Es por esta razón que se está realizando un trabajo de investigación cuya finalidad es conocer la experiencia que los estudiantes universitarios han tenido con la pandemia de Covid-19 y explorar sobre la función que tiene la Arteterapia en el fortalecimiento de las habilidades sociales.

Mi participación en la investigación consiste en responder con sinceridad a la entrevista que se me realizará. La participación en este proyecto es de carácter voluntario, y puedo retirarme cuando lo desee o considere adecuado.

Se me ha dicho que toda la información recolectada será tratada de manera confidencial, y analizada con el marco teórico pertinente al proyecto en desarrollo, resguardando mi privacidad y los resultados no serán ligados a mi información que se coloca al pie del presente consentimiento. Asimismo, se me ha explicado que los resultados globales de la investigación serán presentados en la Facultad de Psicología y que podrán ser expuestos también en congresos y/o publicados en revistas científicas preservándose siempre mi identidad.

Habiendo comprendido lo desarrollado en este documento, acepto participar en este trabajo de investigación.

Firma:

Aclaración:

Fecha:

Protocolo N°

## Modelo de Entrevista

- 1- Si te parece, me gustaría que empecemos hablando un poco sobre vos (edad, carrera universitaria, año que está cursando, o si se graduó a que se dedica actualmente).
- 2- En general, ¿Cómo fue tu experiencia con la pandemia de Covid-19?
- 3- Bien, ahora contame ¿Cómo fue tu experiencia universitaria durante la pandemia? ¿Cómo te fue con la modalidad de educación virtual? ¿Sentís que tu aprendizaje se vio afectado con esta modalidad?
- 4- ¿Cómo fue tu experiencia con el aislamiento social? ¿Has notado cambios en la forma de relacionarte con las demás personas desde que empezó la pandemia?
- 5- Bueno, ahora vamos a conversar sobre habilidades sociales ¿Qué consideras que son las habilidades sociales?
- 6- ¿Cómo crees que la pandemia ha afectado tus habilidades sociales?
- 7- Ahora contame ¿Realizabas alguna actividad relacionada a la expresión artística para sobrellevar el aislamiento? Si es así ¿Cuáles? Si no es así ¿Qué hacías para sobrellevar el aislamiento?
- 8- ¿Sentís que el arte te ayudó a lidiar con emociones difíciles en el contexto de la pandemia? ¿De qué manera? Si no realizaste ¿Qué te ayudó a lidiar con tus emociones durante ese periodo?
- 9- ¿Te parece que el arte como herramienta terapéutica podría contribuir al desarrollo de las habilidades sociales de los estudiantes universitarios? ¿De qué forma?

10- ¿Qué sabes sobre Arteterapia? ¿Has participado en alguna actividad de Arteterapia? Si es así ¿Cómo fue tu experiencia?

11- ¿De qué forma crees que el Arteterapia podría ayudar a los estudiantes universitarios a fortalecer sus habilidades sociales?