



La ansiedad y el desarrollo de habilidades comunicativas pospandemia

Anxiety and the development of post-pandemic communication skills

A ansiedade e o desenvolvimento de habilidades de comunicação pós-pandemia

ARTÍCULO ORIGINAL



Juan José Saavedra López 
jsaavedral@unfv.edu.pe

Angie Marlene Garvich Ormeño 
agarvich@unfv.edu.pe

Aida Carmen Torres Granados 
atorres@unfv.edu.pe

Universidad Nacional Federico Villarreal. Lima, Perú

Escanea en tu dispositivo móvil
o revisa este artículo en:

<https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v8i35.857>

Artículo recibido 10 de marzo 2023 | Aceptado 17 de abril 2023 | Publicado 21 de octubre 2024

RESUMEN

La pandemia por COVID-19 ha representado una serie de retos para los estudiantes universitarios, especialmente al reincorporarse a la presencialidad, siendo la ansiedad uno de los principales síntomas. Esta condición se ha constituido en un obstáculo para el desarrollo cognitivo de los estudiantes. El objetivo del estudio fue determinar la relación entre la ansiedad y el desarrollo de habilidades comunicativas en estudiantes de pregrado de una Universidad Nacional en Lima durante el año 2022. Se empleó un enfoque cuantitativo y un diseño correlacional no experimental, con una muestra de 137 estudiantes de la Carrera Profesional de Educación. Se utilizaron dos instrumentos: uno para medir el grado de ansiedad y otro para evaluar la percepción sobre las habilidades comunicativas. Los resultados indicaron que existe una correlación significativa entre la ansiedad y las habilidades comunicativas, concluyendo que la ansiedad influye negativamente en el desarrollo de las habilidades comunicativas de los estudiantes universitarios.

Palabras clave: Ansiedad; Habilidades comunicativas; Pregrado; Pandemia por COVID-19

ABSTRACT

The COVID-19 pandemic has posed a series of challenges for university students, especially when returning to the classroom, with anxiety being one of the main symptoms. This condition has become an obstacle to students' cognitive development. The objective of the study was to determine the relationship between anxiety and the development of communication skills in undergraduate students of a National University in Lima during the year 2022. A quantitative approach and a non-experimental correlational design were used, with a sample of 137 students of the Professional Career of Education. Two instruments were used: one to measure the degree of anxiety and the other to evaluate the perception of communication skills. The results indicated that there is a significant correlation between anxiety and communication skills, concluding that anxiety has a negative influence on the development of communication skills in university students.

Key words: Anxiety; Communication skills; Undergraduate; COVID-19 pandemic

RESUMO

A pandemia da COVID-19 tem representado uma série de desafios para os estudantes universitários, especialmente quando retornam à sala de aula, sendo a ansiedade um dos principais sintomas. Essa condição se tornou um obstáculo para o desenvolvimento cognitivo dos alunos. O objetivo do estudo foi determinar a relação entre a ansiedade e o desenvolvimento de habilidades de comunicação em alunos de graduação de uma Universidade Nacional de Lima durante o ano de 2022. Foi utilizado uma abordagem quantitativa e um projeto correlacional não experimental, com uma amostra de 137 alunos da Carreira Profissional de Educação. Foram utilizados dois instrumentos: um para medir o grau de ansiedade e o outro para avaliar a percepção das habilidades de comunicação. Os resultados indicaram que há uma correlação significativa entre ansiedade e habilidades de comunicação, concluindo que a ansiedade tem uma influência negativa no desenvolvimento das habilidades de comunicação em estudantes universitários.

Palavras-chave: Ansiedade; Habilidades de comunicação; Graduação; Pandemia de COVID-19

INTRODUCCIÓN

La pospandemia ha asumido el reto de reconectar a un poco más de 165 millones de estudiantes en América Latina y el Caribe y tratar de mitigar el efecto del COVID-19 en los jóvenes, quienes han visto limitados sus accesos a la educación y a otras áreas importantes del sector productivo (Banco Mundial, 2022). Si bien es cierto que el confinamiento trajo una serie de desafíos a la educación, también hubo limitantes tanto cognitivos como psicológicos que se evidenciaron en los estudiantes de educación superior. Hay una serie de investigaciones las cuales destacan un impacto psicológico negativo heredado por los jóvenes universitarios a causa de la pandemia, viéndose reflejado en problemas que van desde el nerviosismo y mal humor a otros más complejos como son la ansiedad y la depresión (Romero y Matamoros, 2020); además de otros desórdenes vinculados al estrés post traumático.

La ansiedad es una alerta o predisposición que tiene el estudiante de identificar un peligro eminente y enfrentar la amenaza con recursos propios. Según el grado de ansiedad, el estudiante lleva a cabo tareas y exigencias propias de la vida universitaria, sin embargo, cuando éste sobrepasa la habilidad del estudiante en adaptarse a las nuevas exigencias y requerimientos es cuando ésta se descontrola, convirtiéndose en patológica y afectando negativamente todas las áreas del individuo, desde la conducta hasta las relaciones

interpersonales, tanto dentro como fuera del aula. Estos efectos también interfieren en el desarrollo cognitivo del estudiante universitario, viéndose afectado los procesos psicológicos que son vitales para el desarrollo integral del estudiante, entre los principales están la atención, la percepción, el razonamiento y la memoria (Bojórquez, 2015). El estrés generado en las aulas puede desencadenar una serie de desequilibrios que van desde lo físico a lo cognitivo, afectando directamente las conductas, los pensamientos y las emociones de los estudiantes universitarios. Estos desequilibrios pueden manifestarse en falta de sueño, ansiedad, nerviosismo, fatiga, desmotivación y desconcentración, tanto en su vida cotidiana como en su vida universitaria; todo ello se ve reflejado en el bajo rendimiento académico que trae como consecuencia la ansiedad, la cual limita la capacidad del estudiante de poder enfrentar los desafíos académicos de un mundo globalizado cada vez más exigente y dinámico (Gonzales, 2020).

Este contexto se ve refrendado por la Teoría del Síndrome General de Adaptación formulada por el padre del estrés Hans Selye, quien afirma que la ansiedad es una respuesta natural a diversas situaciones en las que vivimos y que ésta estimula al estudiante a responder en armonía con su entorno, denominándolo un buen estrés. Sin embargo, la falta de adaptación al mismo es la que genera situaciones controvertidas y de respuesta negativa, lo que comúnmente se llama mal estrés (Ruiz, 2019).

En Perú, el 50% de los estudiantes universitarios presentan de tres a más indicadores de ansiedad en una escala que va del 1 a 6, indicando que un 15,7% se ubica en los niveles más altos de la escala, encontrando que no hay diferencias entre sexos en cuanto a la ansiedad (Sánchez et al., 2021).

Por otro lado, la virtualidad ha limitado en los estudiantes universitarios el desarrollo cognitivo de sus habilidades comunicativas. Éstas, entendidas como conocimientos y saberes que se conjugan en una relación interpersonal en el aula, y donde el lenguaje crea el nexo entre el conocimiento, el docente y los estudiantes, permitiendo crear lazos de comunicación asertiva, tanto dentro como fuera del aula (Villate, 2022). Para ello, el docente debe crear oportunidades de interacción donde los estudiantes hagan uso de esos conocimientos y desarrollen sus habilidades orales y escritas.

Partiendo de este contexto, se destaca la importancia de la creación de programas que involucren actividades que consoliden, tanto las habilidades comunicativas como las sociales de los estudiantes, motivándolos a trabajar colaborativa y cooperativamente en la resolución de problemas de forma más asertiva, por ello la intervención educativa debe permitir adecuar la contextualización y los contenidos, ofreciendo a los estudiantes la oportunidad de integrarse y compartir en equipo nuevas conductas y actitudes que consoliden sus aprendizajes (Gonzales, 2020). Por tanto, es importante desarrollar habilidades

comunicativas que garanticen, no solo el desarrollo cognitivo del estudiante en el aula o fuera de ella, sino que potencien sus habilidades comunicativas, asegurando su inserción en el mercado laboral. Existen varios elementos asociados al desarrollo de las habilidades comunicativas, destacando cuatro competencias básicas: la competencia lingüística encargada del uso formal del lenguaje y que requiere no solo el conocimiento de reglas gramaticales, sino del uso asertivo de ellas; la competencia estratégica referida al manejo de información y la formulación de diferentes objetivos comunicativos como la formulación de hipótesis, la autocorrección entre otras; la competencia discursiva que se evidencia en la capacidad de interactuar con otros interlocutores y comprender el mensaje en el proceso, y la competencia pragmática concebida como la capacidad de adaptación al contexto social (Morales et al., 2022).

Desde esta perspectiva, se llevó a cabo la investigación, con el objetivo de determinar la relación que existe entre la ansiedad y el desarrollo de habilidades comunicativas en los estudiantes de pregrado de una Universidad Nacional de Lima durante el año 2022. La investigación se sustenta en analizar las variables en profundidad, dándole la justificación teórica que ésta requiere. Además, los hallazgos permitirán determinar cómo la ansiedad influye en el desarrollo de las habilidades comunicativas y con ello encaminar todos los esfuerzos en la consolidación de las

competencias lingüísticas que los estudiantes de educación superior requieren para desarrollarse integralmente, proporcionándole soporte práctico al estudio. Cabe precisar que la investigación ha seguido estrictamente el proceso metodológico otorgándole la rigurosidad que la ciencia requiere en este tipo de estudio. Finalmente, remarcar que los resultados servirán de base a otros investigadores que estén interesados en el tema, justificándose metodológicamente.

MÉTODO

El estudio tuvo un enfoque cuantitativo, no experimental, de corte transversal y alcance correlacional. La población estuvo conformada por los estudiantes de la Facultad de Educación de una Universidad Pública en Lima. De esta población se extrajo una muestra no probabilística de 137 estudiantes de dos especialidades de la Escuela Profesional de Educación Secundaria, tal como se presenta en la Tabla 1.

Tabla 1. Composición de la muestra por ciclo académico.

Ciclo	Frecuencia	Porcentaje
IV	57	41,6
VI	9	6,6
VIII	17	12,4
X	54	39,4
Total	137	100,0

Para la recolección de datos, se utilizó la técnica de la encuesta, mediante el diseño de dos instrumentos: uno para medir la variable Ansiedad y otro para evaluar las habilidades comunicativas. El cuestionario para la variable Ansiedad fue dividido en tres dimensiones: cognitiva, fisiológica y conductual. Por su parte, la variable Habilidades Comunicativas se evaluó a través de cuatro dimensiones: competencia lingüística, competencia estratégica, competencia discursiva y competencia pragmática. Ambos cuestionarios fueron contruidos con base en la operacionalización de

las variables, pasando por un proceso riguroso de validación. Se aplicó una primera fase de prueba con una muestra piloto representativa de estudiantes. Los cuestionarios mostraron una alta confiabilidad, reflejada en los coeficientes Alfa de Cronbach de 0,810 y 0,834, respectivamente.

El estudio contó con los permisos pertinentes y la aceptación voluntaria de los participantes. Los datos obtenidos fueron procesados mediante el paquete estadístico SPSS 26, y se analizaron de forma descriptiva e inferencial.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Los resultados obtenidos de la distribución de la variable Habilidades Comunicativas indican que un 21.17% de los estudiantes perciben que han desarrollado su potencial en cuanto a sus habilidades comunicativas, calificándolo de regular el nivel

alcanzado, un 48.18% señalan haber desarrollado un buen nivel en sus habilidades comunicativas. Siendo un 28.47% de encuestados de nivel muy bueno y un 2.18% de excelente en el logro de estas habilidades, como se muestra en la Tabla 2.

Tabla 2. Distribución de datos de la variable habilidades comunicativas.

Nivel	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje Acumulado
Malo	0	0.00	0.00
Regular	29	21.17	21.17
Bueno	66	48.18	69.35
Muy bueno	39	28.47	97.82
Excelente	3	2.18	100.00%
Total	137	100.00%	

Los resultados obtenidos en relación a la variable Ansiedad, indican que el 16.06% de los encuestados perciben tener problemas de ansiedad severa, el 59.12% señalan presentar un nivel moderado de ansiedad, mientras que el 21.17%

percibe algunos síntomas de ansiedad que se pueden catalogar como leves. El 3.65% indica que sus niveles de ansiedad son normales, como se evidencia en la Tabla 3.

Tabla 3. Distribución de datos de la variable ansiedad.

Nivel	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje Acumulado
Extremo	0	0.00	0.00
Severo	22	16.06	16.06
Moderado	81	59.12	75.18
Leve	29	21.17	96.35
Normal	5	3.65	100.00%
Total	137	100.00%	

Por otro lado, la prueba de contrastación de las hipótesis se hizo con la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov debido a que la muestra sobrepasa el límite de 50 participantes. El resultado del Sig. de 0,02 menor a 0,05 indica que

la distribución no es paramétrica, por tanto, las pruebas de correlación de las hipótesis se hicieron con la Rho de Spearman, como se indica en la Tabla 4.

Tabla 4. Prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov.

	Kolmogorov-Smirnova			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
D1V1: Competencia Lingüística	,160	137	,000	,936	137	,000
D2V1: Competencia Estratégica	,114	137	,000	,958	137	,000
D3V1: Competencia Discursiva	,109	137	,000	,964	137	,001
D4V1: Competencia Pragmática	,158	137	,000	,938	137	,000
V1: Habilidades Comunicativas	,107	137	,001	,960	137	,001
V2: Ansiedad	,116	137	,000	,967	137	,002

a. Corrección de significación de Lilliefors.

El resultado obtenido del coeficiente de correlación Rho de Spearman ($r = 0,378$) evidencia una correlación positiva moderada. Por otro lado, el p valor = 0,00 es menor al valor de $\alpha = 0,05$, indicando que hay relación significativa entre la dimensión

Competencia Lingüística y la Ansiedad; por lo que la decisión conlleva a rechazar la hipótesis nula (H_0) y aceptar la alterna (H_a), como se evidencia en la Tabla 5.

Tabla 5. Correlación entre la dimensión competencia lingüística y la variable ansiedad.

		Competencia Lingüística	Ansiedad
Rho de Spearman	Competencia Lingüística	Coefficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	.
		N	137
	Ansiedad	Coefficiente de correlación	,378*
		Sig. (bilateral)	,000
		N	137

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

En cuanto a la dimensión Competencia Estratégica, la Tabla 6 muestra que los resultados del coeficiente de correlación Rho de Spearman

es de 0,340, evidenciando una correlación positiva media. Además, ha alcanzado un p valor=0,000 haciéndola significativa con la variable Ansiedad.

Tabla 6. Correlación entre la dimensión competencia estratégica y la variable ansiedad.

		Ansiedad	Competencia Estratégica
Rho de Spearman	Ansiedad	Coefficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	.
		N	137
	Competencia estratégica	Coefficiente de correlación	,340*
		Sig. (bilateral)	,000
		N	137

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

En la Tabla 7 se aprecia que la correlación Rho de Spearman ha alcanzado un resultado de 0,277 lo que indica que hay una relación positiva baja,

pero significativa entre la dimensión Competencia Discursiva y la variable Ansiedad.

Tabla 7. Correlación entre la dimensión competencia discursiva y la variable ansiedad.

			Ansiedad	Competencia Discursiva
Rho de Spearman	Ansiedad	Coeficiente de correlación	1,000	,277*
		Sig. (bilateral)	.	,001
		N	137	137
	Competencia discursiva	Coeficiente de correlación	,277*	1,000
		Sig. (bilateral)	,001	.
		N	137	137

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

Finalmente, la Tabla 8 muestra que la correlación Rho de Spearman de 0,093 indica que hay una relación positiva muy baja entre la

dimensión Competencia Pragmática y la variable Ansiedad. Sin embargo, el p valor de 0,281 obtenido en el Sig. no la hace significativa.

Tabla 8. Correlación entre la dimensión competencia pragmática y la variable ansiedad.

			Ansiedad	Competencia Pragmática
Rho de Spearman	Ansiedad	Coeficiente de correlación	1,000	,093
		Sig. (bilateral)	.	,281
		N	137	137
	Competencia pragmática	Coeficiente de correlación	,093	1,000
		Sig. (bilateral)	,281	.
		N	137	137

Discusión

Los resultados indican que los estudiantes de la Facultad de Educación han sabido adaptarse a los cambios que la pandemia ha generado y eso se evidencia en los resultados obtenidos. Los resultados se ajustan a la Teoría del Síndrome General de Adaptación formulada por Hans Selye

(Ruiz, 2019) donde se evidencia la capacidad de adaptación de los estudiantes a entornos virtuales, como a entornos que ya conocían y que se vieron alejados por la pandemia, pero al que paulatinamente van regresando. Para Saldaña (2022), los estudiantes tienen una habilidad innata que les permite ajustarse a diversos escenarios

en el que se ven inmersos. Esto les da bienestar y estabilidad emocional y personal. Un claro ejemplo de esta adaptación se evidencia en lo afirmado por Tejedor et al., (2020) quienes afirman que la urgente transformación que sufrieron los sistemas educativos de los estudiantes hacia la virtualidad tras la pandemia por el COVID-19, los orilló a ajustarse a la transformación digital, aunque no todos los estudiantes se adaptaron con tanta facilidad. Para Aguilar y Bayas (2020) esto se puede deber a factores externos o predisposiciones que tienen los estudiantes y que se relacionan directamente con sus estilos de personalidad. Para ello, tanto la universidad como los tutores deben trabajar conjuntamente para identificarlos oportunamente y que éste no desencadene en consecuencias graves para la salud, tales como falta de: atención, concentración, memoria, razonamiento, juicio y de consolidación de aprendizajes. Estas condiciones a futuro pueden causar una disminución del rendimiento académico, conflictos en sus relaciones sociales y como resultado un efecto negativo en su desarrollo integral.

En lo que respecta a la primera hipótesis, el resultado obtenido entre la variable Ansiedad y la dimensión Competencia Lingüística indica que hay una relación significativa entre ellas. Las habilidades comunicativas dentro de un escenario educativo se ven influenciadas por lo que Laurane (2016) denomina la ansiedad lingüística. Del mismo modo, se señala que la ansiedad es un

factor a considerar en el área educativa, debido a que estudiantes ansiosos evitan participar activamente en las actividades comunicativas en el aula. Santos (2014) resalta la importancia de diseñar actividades comunicativas que se adapten al perfil del estudiante. Esto complementado con el uso de estrategias y técnicas que favorezcan la participación del estudiante en el aula, garantizan un manejo adecuado de la ansiedad. También es importante un ambiente agradable y de confianza que favorezca la interacción y por ende la reducción de la ansiedad en los estudiantes, para ello el docente debe conocer las necesidades y expectativas de sus estudiantes, sus estilos de aprendizaje y sus motivaciones.

En cuanto a la segunda hipótesis, se afirma que existe una relación significativa entre la variable Ansiedad y la dimensión Competencia Estratégica, siendo de vital importancia la correlación de ambas al hacer uso eficiente de los recursos lingüísticos. Muschietti (2019) explica como las competencias estratégicas, dentro del proceso comunicativo, permite al estudiante estructurar de forma sistematizada consciente o inconscientemente el manejo de la información y el uso de ciertas técnicas y recursos con la finalidad de alcanzar el objetivo comunicativo. Es aquí donde la ansiedad debe dar paso a la confianza en el trabajo estratégico que los estudiantes y el docente empleen en el aula, para ello el estudiante debe saber el qué, cómo y por qué de la importancia y los beneficios potenciales

para toda la vida. Esto facilitará el proceso de enseñanza y aprendizaje creando un ambiente que promueva el aprendizaje significativo, sin dejar de lado el reto que implica todo proceso comunicativo de pensamiento crítico y creativo. A esto se une lo manifestado por Rodríguez (2016) quien señala que la competencia estratégica va más allá del lenguaje oral y el uso de técnicas, complementándose con un lenguaje no verbal que sirve de soporte para resolver algunas dificultades comunicativas.

Por otro lado, para la tercera hipótesis se afirma que existe una relación significativa entre la Dimensión Competencia Discursiva y la variable Ansiedad, al alcanzar un coeficiente Rho de Spearman de 0,277. Es la competencia discursiva probablemente la más compleja en el proceso, dado que además de cumplir con la intención comunicativa en contexto, ésta debe responder a la textualidad que va más allá de solo la cohesión y la coherencia. Esto se corrobora por lo afirmado por Barraza (2008) quien señala que la competencia discursiva provoca un desequilibrio en el estudiante y va desde el nerviosismo hasta las cefaleas que, aunados a otros estresores como la presión del docente y las miradas del grupo, provocan un desequilibrio que se manifiesta como ansiedad o estrés. La autora también afirma que, con el paso del tiempo, el estudiante va desarrollando estrategias que le permiten afrontar las situaciones comunicativas o por lo menos mitigar sus efectos orientados hacia la regulación de la ansiedad.

Finalmente, los resultados de la cuarta hipótesis de la correlación Rho de Spearman de 0,093, indica que hay una relación positiva muy baja entre la dimensión Competencia Pragmática y la variable Ansiedad, pero no la hace significativa. Este resultado se ve reflejado en lo expresado por Vaca (2017) quien afirma que la competencia pragmática es una entidad independiente del acto comunicativo, la cual se encarga de analizar la situación en contexto y determinar la formalidad del lenguaje. Sin duda, el aula delimita la formalidad del lenguaje utilizado, algo que no se daría en un contexto diferente donde no se debe evaluar, según el autor, el contexto social del acto comunicativo.

CONCLUSIONES

Este estudio permitió conocer que los altos niveles de ansiedad ocasionados por la pandemia, no afectaron significativamente a los estudiantes de la Facultad de Educación, pues éstos han desarrollado un buen nivel en sus habilidades comunicativas, observando una mejora en cuanto a las competencias lingüísticas. Sin embargo, existen algunos estudiantes que aún perciben síntomas de ansiedad leve y muy pocos perciben tener ansiedad severa.

Debido a ello, existe la necesidad que la universidad y los tutores realicen un trabajo conjunto para identificar oportunamente a los estudiantes a quienes les es difícil adaptarse a la

nueva realidad, a fin de evitar consecuencias para su salud emocional, física o mental. Para ello, la Universidad, a través de sus órganos de apoyo, deberán desarrollar programas sobre el cuidado de la salud mental de sus estudiantes, así como los docentes deberán diseñar estrategias educativas de intervención con la intención de aminorar los problemas de ansiedad y mejorar las habilidades comunicativas.

CONFLICTO DE INTERESES. Los autores declaran que no existe conflicto de intereses para la publicación del presente artículo científico.

REFERENCIAS

- Aguilar, E. y Bayas, J. (2020). *Determinación de ansiedad según estilos de personalidad en estudiantes de ciencias de la salud: Universidad Nacional de Chimborazo 2019*. [Tesis de Licenciatura en Psicología Clínica, Universidad Nacional de Chimborazo]. <https://n9.cl/18ciya>
- Banco Mundial (2022). “¿Cómo reconstruir la educación pos pandemia?”. <http://dx.doi.org/10.18235/0004241>
- Barraza, A. (2008). El estrés académico en alumnos de maestría y sus variables moduladoras: un diseño de diferencia de grupos. *Avances en Psicología Latinoamericana*, vol. 26, núm. 2, julio-diciembre, 2008, pp. 270-289 Universidad del Rosario Bogotá, Colombia. <https://www.redalyc.org/pdf/799/79926212.pdf>
- Bojórquez, J. (2015). *Ansiedad y Rendimiento Académico en estudiantes universitarios*. [Tesis de maestría en Salud Pública, Universidad de San Martín de Porres]. https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/2247/bojorquez_jd.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Gonzales, L. (2020). Estrés Académico en estudiantes universitarios asociados a la pandemia por la Covid-19. *Revista Digital de la Universidad Autónoma de Chiapas*. <https://espacioimasd.unach.mx/index.php/Inicio/article/view/249/782>
- Laurane, J. (2016). *Influencia de la ansiedad lingüística sobre la competencia de expresión oral en la lengua extranjera francés como segunda lengua extranjera y en la modalidad bilingüe en la educación secundaria obligatoria*. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=137668>
- Morales, M., Chiluisa, C., Aveiga, M. y Guerron, S. (2022). *El desarrollo de habilidades comunicativas de estudiantes universitarios en el contexto ecuatoriano*. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442022000100146
- Muschiatti, M. (2019). *La competencia estratégica como factor de influencia en el desarrollo de la competencia comunicativa*. <https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/9584/1/competencia-estrategica-como-factor.pdf>
- Rodríguez, J. (2016). *Estrategias de enseñanza para el desarrollo de la competencia comunicativa en inglés*. [Tesis de Maestría en Educación, Universidad Tecnológico de Monterrey]. <https://repositorio.tec.mx/bitstream/handle/11285/629780/Jaqueline%20Rodr%C3%ADguez%20Agudelo.pdf?sequence=6>
- Romero, T. y Matamoros, C. (2020). Impacto académico, económico, psicológico del Covid 19 en los estudiantes de la Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua. *Revista Educare Vol. 24 N° 3 septiembre-diciembre 2020*. <https://doi.org/10.46498/reduipb.v24i3.1388>
- Ruiz, L. (22 de marzo de 2019). *La teoría del estrés de Selye: qué es y qué explica*. *Psicología y mente*. <https://psicologiymente.com/psicologia/teoria-estres-selye>
- Saldaña, L. (2022). *Adaptación conductual y estrés de pandemia en estudiantes de secundaria que realizan clases virtuales en una Institución Pública de Mazamari*. [Tesis de licenciada en psicología, Universidad San Ignacio de Loyola].
- Sánchez, H., Yarlequé, L., Javier, L., Núñez, E., Arenas, C., Matalinares, M., Gutiérrez, E., Egoavil, I., Solís, J. y Fernández, C. (2021). Indicadores de ansiedad, depresión, somatización y evitación experiencial en estudiantes universitarios del Perú en cuarentena por Covid-19.

- Revista de la Facultad de Medicina Humana vol.21 no.2 Lima abr-jun 2021.* <http://dx.doi.org/10.25176/rfmh.v21i1.3179>
- Santos, E. (2014). *Ansiedad y disposición a comunicarse en el aprendizaje del inglés como segunda lengua: estudio de las influencias del modelo formativo (aicle y enseñanza formal)*. [Tesis Doctoral de Lenguas y Literaturas modernas, Universitat de les Illes Balears].
- Tejedor, S., Cervi, L., Tusa, F. y Parola, A. (2020). Educación en tiempos de pandemia: reflexiones de alumnos y profesores sobre la enseñanza virtual universitaria en España, Italia y Ecuador. *Revista Latina de Comunicación Social*, 78, 1-21.
- Vaca, M. (2017). *Estrategias didácticas para desarrollar la competencia pragmática en alumnos de inglés como lengua extranjera en un nivel previo al B1: estudio realizado en estudiantes de 6to nivel de inglés en la PUCE en el año 2016*. [Tesis de maestría en Ciencias de la Educación, Pontificia Universidad Católica del Ecuador]. <http://repositorio.puce.edu.ec>
- Villate, M. (2022). *Percepciones de estudiantes de educación superior respecto de los efectos del estrés en el logro de competencias comunicativas*. [Tesis de maestría en Docencia Universitaria, Universidad Cesar Vallejo]. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/98305/Villate_EMM-SD.pdf?sequence=4