

GUÍA ILUSTRADA PARA EL DESARROLLO PERSONAL DE ADULTOS EMERGENTES DE 18 A 25 AÑOS DE ESPOL

PROBLEMÁTICA

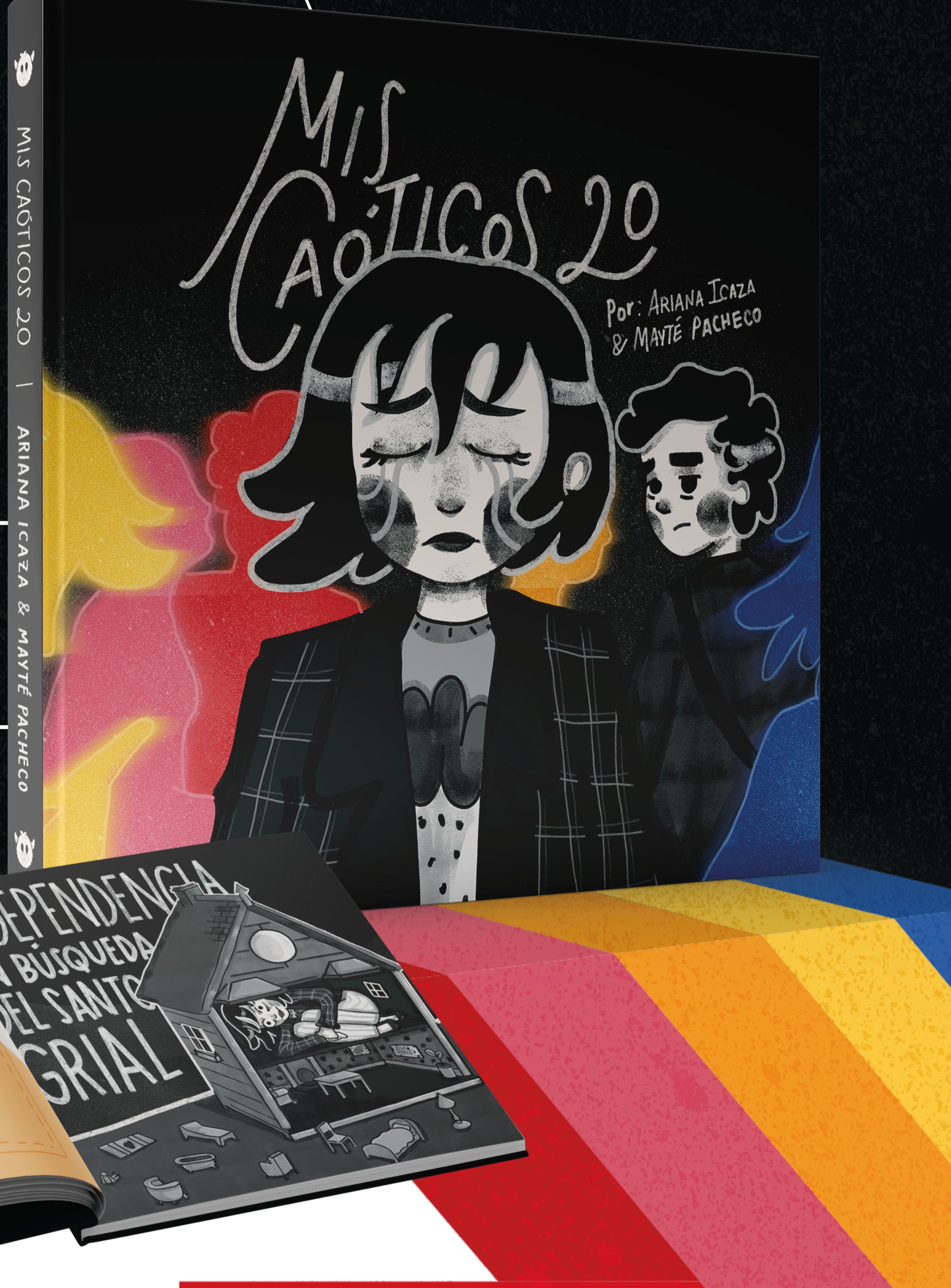
En Ecuador, el trastorno neurótico provocado por estrés es uno de los diagnósticos más frecuentes en jóvenes adultos, según el Diario El Universo. Esto se debe a que este grupo vive en un contexto de cambios sociales, económicos y políticos que generan: **incertidumbre, frustración, ansiedad; dificultando así su transición a la adultez.**

OBJETIVO GENERAL

Fomentar **al autoconocimiento y el crecimiento personal** de los jóvenes de la ESPOL que atraviesan la etapa de adultez emergente, mediante recursos visuales basados en investigación cualitativa.

PROPIUESTA DE VALOR

La guía de desarrollo personal es una herramienta que ayuda a los adultos emergentes de ESPOL a **gestionar sus emociones y conectar consigo mismos**, especialmente el miedo, mediante experiencias reales y actividades prácticas, **desde una perspectiva integral y lúdica.**



RESULTADOS

Para la validación se consultó a **4 expertos en ilustración**, 1 psicóloga; además se realizó un test de usuario y una encuesta de experiencia a **18 estudiantes de ESPOL** con la que se midió la estética, el contenido, interactividad y si se sintió identificado con lo que ofrece la guía.

CONCLUSIONES

Esta guía, a través de su lenguaje sencillo y cercano, **logra que los usuarios se sientan identificados y acompañados**; además, las herramientas los ayudaron a reflexionar y vivir el presente plenamente frente al contexto de cambios y desafíos en el que se desarrollan.

96,16%

Comprendió el **contenido**

100%

Disfrutó la **estética**

100%

Gustó de la **interactividad**

96,16%

Se sintió **identificado**

100%

Recomendaría o **compraría** la guía