



UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE LA SANTÍSIMA CONCEPCIÓN
FACULTAD DE INGENIERÍA

CONSTRUCCIÓN DE UNA APLICACIÓN MÓVIL
PARA ESTIMULAR EN EL USUARIO EL
BIENESTAR A TRAVÉS DE EMOCIONES
POSITIVAS RELATIVAS AL FUTURO

Por

FELIPE EDUARDO JELDES RAMÍREZ

INFORME DE PROYECTO DE TÍTULO PARA OPTAR AL
TÍTULO DE
INGENIERO CIVIL INFORMÁTICO

Profesor guía:
PEDRO ROSSEL CID

Profesora co-guía:
ALEJANDRA JEREZ SALINAS

Comisión informante:
PORFESOR COMITÉ

Concepción, Chile
2018

Resumen

La psicología en los últimos años se ha centrado en las emociones negativas y el tratamiento de los síntomas de las alteraciones a la salud mental, teniendo limitaciones a la hora de la prevención de éstas. Es por esto que nace la *Psicología Positiva*, la cual se centra en lo positivo del ser humano con el fin de promover el bienestar en las personas. Aquí se distinguen tres tipos de emociones, las centradas en el pasado, presente y futuro.

El presente proyecto aborda el desarrollo de una aplicación móvil, que tiene el propósito de estimular en el usuario el bienestar a través de emociones positivas relativas al futuro. Para esto se escogieron tres intervenciones principales: el monumento, metas y desafíos, y red social de apoyo. El monumento es la intervención central, este se construye y cambia su paisaje alrededor a medida que la persona cumpla metas y reciba apoyo de los demás usuarios.

A lo largo de este documento se mostrarán distintas etapas del desarrollo, como por ejemplo, definiciones necesarias para entender el problema, el proceso que se lleva a cabo para la construcción de la aplicación y la realización de un estudio sobre un grupo de usuarios que hará uso de ésta, con la finalidad de evaluar su funcionalidad y utilidad.

El término del proyecto se llevó a cabo con un estudio de tipo cuantitativo, con el propósito de validar y evaluar la aplicación construida, obteniéndose resultados positivos. Los participantes se sintieron cómodos y seguros al momento de usar la aplicación, y además valoraron sus funciones positivamente.

Pensando en un futuro no tan lejano y gracias a la opinión de los diversos usuarios, se llegó a la conclusión de que sería útil potenciar las intervenciones, de manera que sean más personalizadas para cada usuario, y por otro lado, poder desarrollarla para otros dispositivos además de teléfonos con sistema operativo *Android*.