

Demandas, Impacto y Afrontamiento de las Prácticas Clínicas de Estudiantes en Psicología Distancia

Linda Tania Pinto Barrantes ID: 766207
María Paula Sánchez Oviedo ID: 809928

Director
José Alirio Parra Guarnizo

Corporación Universitaria Minuto de Dios – UNIMINUTO
Rectoría Bogotá, Facultad de Ciencias Humanas y Sociales
Programa de Psicología modalidad Distancia
Diciembre de 2024

Resumen

El estudio comparó niveles de estrés, ansiedad, depresión, estrategias de afrontamiento, pensamientos negativos repetitivos y satisfacción con la vida entre estudiantes de psicología en modalidad a distancia. Se analizaron dos grupos: aquellos en prácticas clínicas y los que aún no las cursaban. Mediante un diseño no experimental, transversal y comparativo, se aplican instrumentos validados como la DASS-21, E-CEA y SWLS. Los resultados revelaron que los estudiantes en prácticas clínicas experimentaron mayores niveles de sintomatología emocional, estresores académicos y pensamientos negativos repetitivos. Aunque ambos grupos reportaron una alta satisfacción con la vida, el grupo en prácticas mostró valores inferiores levemente. Las estrategias de afrontamiento más frecuentes incluyen la planificación y la búsqueda de apoyo social. El estudio resalta la necesidad de diseñar intervenciones que refuercen habilidades de afrontamiento y promuevan el bienestar emocional, especialmente en el contexto de práctica clínica.

Palabras clave: Estrés Académico, Depresión, Ansiedad, Estrategias Afrontamiento, Satisfacción con la vida, Práctica clínica.

Abstract

The study compared levels of stress, anxiety, depression, coping strategies, repetitive negative thoughts, and life satisfaction among psychology students in a distance learning modality. Two groups were analyzed: those engaged in clinical internships and those who had not yet started them. Using a non-experimental, cross-sectional, and comparative design, validated instruments such as the DASS-21, E-CEA, and SWLS were applied. The results revealed that students in clinical internships experienced higher levels of emotional symptoms, academic stressors, and repetitive negative thoughts. Although both groups reported high life satisfaction, the internship group showed slightly lower scores. The most common coping strategies included planning and seeking social support. The study highlights the need to design interventions that strengthen coping skills and promote emotional well-being, particularly in the context of clinical internships.

Keywords: Academic Stress, Depression, Anxiety, Coping Strategies, Life Satisfaction, Clinical Internship.

Contenido

Resumen 2

Abstract..... 3

Introducción..... 6

Justificación 7

Planteamiento del problema 8

Objetivos 9

 Objetivo General..... 9

 Objetivos Específicos..... 9

Marco teórico y empírico..... 11

 Depresión, Ansiedad y Estrés en Estudiantes Universitarios. 11

 Estrés 11

 Depresión..... 13

 Ansiedad..... 14

 Satisfacción con la Vida 14

 Pensamientos Negativos Repetitivos 15

Hipótesis 16

 Hipótesis de investigación 16

 Hipótesis de trabajo..... 17

Marco Metodológico 17

 Línea de investigación 17

 Diseño 17

 Participantes..... 17

 Instrumentos 18

 Depression, Anxiety, and Stress Scale - 21 Items 18

 Escala de Estresores Académicos () 18

 Satisfaction With Life Scale (SWLS)..... 19

 Perseverative Thinking Questionnaire for Clinical Psychology Trainees (PTQ-CPT) 19

 Escala de Estrategias de Afrontamiento Estrés 19

 Procedimiento..... 20

 Plan de análisis 21

 Consideraciones éticas 21

Resultados..... 22

Discusión 30

Conclusiones	33
Referencias	35
Anexos	38

Lista de tablas

Tabla 1: <i>Resultados Datos Sociodemográficos en el Grupo 1 y 2.</i>	22
Tabla 2: <i>Rango de Edades de los Participantes Grupo 1 y 2</i>	23
Tabla 3: <i>Número de Horas de Trabajo Diario en el Grupo 1 y 2</i>	24
Tabla 4: <i>Resultados SWLS en el Grupo 1 y 2</i>	25
Tabla 5: <i>Resultados del Cuestionario de Pensamientos Perseverativos para Practicantes en Psicología Clínica para el Grupo 1 y 2</i>	25
Tabla 6: <i>Resultados DASS-21 en el Grupo 1 y 2.</i>	26
Tabla 7: <i>Resultados de la Escala de Afrontamiento en Estrés Académico en el Grupo 1 y 2</i>	27
Tabla 8: <i>Resultados de la Escala de Estresores Académicos en el Grupo 1 y 2.</i>	28

Listado de Anexo

Anexo A: DASS-21	38
Anexo B: E-CEA	40
Anexo C: SWLS	43
Anexo D PTQ	44
Anexo E A-CEA	45
Anexo F Consentimiento Informado	47

Introducción

La presente investigación tiene como objetivo analizar la relación entre el estrés académico en dos grupos de estudiantes universitarios de la carrera de Psicología en modalidad a distancia: aquellos que actualmente están cursando su práctica clínica y quienes están próximos a realizarla. Se evaluarán los niveles de estrés que experimentan, su satisfacción con la vida, las rumiaciones relacionadas con la práctica clínica y las estrategias de afrontamiento que utilizan para gestionar las demandas y la carga académica.

A nivel metodológico, se aplicaron instrumentos a ambos grupos de estudiantes. Los datos obtenidos permitieron identificar las principales demandas y desafíos asociados a la realización de la práctica clínica, ofreciendo una perspectiva integral de su impacto en los estudiantes.

Para abordar esta problemática, es fundamental comprender sus causas y contextos. Aunque se sabe que las prácticas clínicas generan altos niveles de estrés y ansiedad en los estudiantes, su actitud y comportamiento frente a estas exigencias son determinantes en el desarrollo de estrategias efectivas para evitar el colapso emocional.

Finalmente, esta investigación buscó identificar variables clave que permitan diseñar intervenciones oportunas dirigidas a estudiantes de cursos anteriores, con el fin de prepararlos para afrontar esta etapa crucial de su formación profesional y reducir el malestar asociado.

Justificación

Los estudiantes de educación superior son vulnerables al estrés y a problemas de salud mental como ansiedad, trastornos del ánimo y consumo de sustancias, observándose una prevalencia del 20% en los síntomas anteriormente nombrados. Esto se debe a la interacción de factores con el entorno universitario, como la carga académica, el respaldo financiero y la interacción social (Zapata-Ospina, et al., 2021)

En la pandemia de COVID-19, las afectaciones reportadas por los estudiantes universitarios aumentaron, sobre todo en trastornos de ansiedad, depresión e ideación suicida. Un 22.4% de los estudiantes indicaron síntomas de estrés severo (Wathelet et al., 2020). Otros estudios señalan que los estudiantes con problemas de salud mental reportan niveles de estrés más elevados que les dificultan responder a las actividades académicas (Von Keyserlingk, 2021).

En Colombia, se ha observado que los estudiantes experimentan estrés académico que se asocia a bajo rendimiento académico y aporta a la intención de abandonar los estudios (Arias et al., 2023). Por otra parte, las carreras profesionales del área de la salud que cuentan con prácticas asistenciales suelen generar mayores síntomas asociados a problemáticas emocionales y afectivas, porque se percibe una mayor sobrecarga, miedo a equivocarse y un aumento en las exigencias de los docentes.

En el caso de los estudiantes de psicología, cuando cursan las prácticas clínicas se observa que presentan síntomas de estrés, ansiedad, depresión por las demandas del contexto y los sentimientos de inseguridad en la ejecución con los pacientes. Además, presentan dificultades para la toma de decisiones y la implementación estrategias de autocuidado como higiene del sueño, alimentación saludable y uso de tiempos de descanso entre actividades (López, 2019).

Teniendo en cuenta este panorama, se hace necesario conocer el estado de la salud mental de los estudiantes de psicología que están en prácticas clínicas, para identificar las necesidades y desarrollar programas de intervención que permitan prevenir el desarrollo de algunas problemáticas de salud mental.

Planteamiento del problema

El inicio de la vida universitaria en el ámbito de la formación en psicología representa un componente esencial para el desarrollo de competencias profesionales. Las prácticas clínicas permiten a los estudiantes integrar conocimientos teóricos con habilidades prácticas, necesarias para la intervención psicológica (Hart et al., 2018). Sin embargo, en modalidades de estudio a distancia, los estudiantes enfrentan desafíos específicos debido a la naturaleza remota de su formación, que puede influir en la percepción de las demandas académicas, el impacto emocional y los recursos de afrontamiento disponibles.

En contraste con los estudiantes de modalidades presenciales, aquellos en programas de educación a distancia suelen carecer de una interacción directa y constante con docentes, supervisores y compañeros, lo que puede generar sentimientos de aislamiento y dificultades en el aprendizaje práctico, además, éstas barreras pueden intensificar las demandas psicológicas asociadas a las prácticas, como la presión por el desempeño, la confrontación con casos clínicos complejos y la falta de retroalimentación inmediata.

Diversos estudios han señalado que éstas demandas pueden provocar altos niveles de estrés, ansiedad y, en algunos casos, desgaste académico en estudiantes de psicología, para (Jenaro et al., 2018), (Nassem & Munaf, 2017) y (Višnjić et al., 2018). Existe una limitada investigación sobre cómo estas dinámicas afectan específicamente a estudiantes que cursan programas a distancia, especialmente, en relación con su capacidad para afrontar las exigencias y desarrollar habilidades clínicas de manera eficaz.

Según el Decreto 780 de 2016, las prácticas clínicas en psicología desarrollan competencias fundamentales para evaluar, diagnosticar e intervenir en problemáticas de salud mental en niveles de atención primaria, secundaria y terciaria. Estas prácticas requieren conocimientos en técnicas psicoterapéuticas, diseño de programas de prevención, uso de pruebas psicológicas y técnicas de intervención, esenciales para atención individual, grupal y comunitaria. El psicólogo en Colombia necesita prácticas clínicas que aseguren competencias mínimas.

Para garantizar calidad, las prácticas en clínica y salud deben realizarse en:

1. **Espacios institucionales**, enfocados en atención integral en salud.

2. **Espacios comunitarios**, planificados académica, administrativa e investigativamente entre las partes involucradas.

Estas prácticas se rigen por la Relación Docencia-Servicio, con objetivos de formar talento humano competente, ético y comprometido, además de crear espacios para docencia, investigación y soluciones a problemas de salud.

En la educación a distancia, comprender las experiencias de los estudiantes de psicología es crucial para garantizar calidad formativa y bienestar. Este estudio explorará su salud mental, los factores percibidos como más estresantes, las estrategias de afrontamiento ante la presencialidad obligatoria, y permitirá ofrecer recomendaciones para mejorar programas educativos y estrategias de apoyo.

¿Cuáles son las principales demandas, el impacto psicológico y las estrategias de afrontamiento que enfrentan los estudiantes de psicología a distancia durante sus prácticas profesionales en el área clínica?

Objetivos

Objetivo General

Comparar los estresores percibidos, los niveles de estrés, depresión, ansiedad, las estrategias de afrontamiento, la tendencia de participar en pensamientos negativos repetitivos y la satisfacción con la vida entre los estudiantes de psicología que cursan prácticas profesionales en área clínica y los estudiantes que están cursando el periodo académico previo a estas.

Objetivos Específicos

Identificar los estresores y los síntomas estrés, depresión y ansiedad, en los estudiantes de psicología que están cursando práctica profesional en área clínica o el periodo académico previo a estas.

Describir las estrategias de afrontamiento que emplean los estudiantes de psicología que están cursando práctica profesional en área clínica o el periodo académico previo a estas.

Establecer la tendencia de participar en pensamientos negativos repetitivos de los estudiantes de psicología que están cursando práctica profesional en área clínica o el periodo académico previo a estas.

Explorar el nivel de satisfacción con la vida que tienen los estudiantes de psicología que están cursando práctica profesional en área clínica o el periodo académico previo a estas.

Marco Teórico y Empírico

Depresión, Ansiedad y Estrés en Estudiantes Universitarios

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2015), se estimó que en 2015 la proporción de la población mundial con depresión era del 4,4%. La depresión es más común entre las mujeres (5,1%) que entre los hombres (3,6%). El número total de personas que padecen depresión en el mundo asciende a 322 millones, casi la mitad de las cuales vive en la región del Sudeste Asiático y la región del Pacífico Occidental. Esto refleja las poblaciones relativamente mayores de esas dos regiones, como India y China. En cuanto a la ansiedad, se estimó que en 2015 la proporción de la población mundial con trastornos de ansiedad era del 3,6%. Al igual que ocurre con la depresión, los trastornos de ansiedad son más comunes entre las mujeres (4,6%) que entre los hombres (2,6%) a nivel mundial, en total, hay 264 millones de personas que padecen trastornos de ansiedad, un incremento del 14,9% desde 2005 debido al crecimiento y envejecimiento de la población a nivel global.

Con el tiempo, se ha incluido una gran variedad de trastornos mentales generales, entre los que destacan la ansiedad y la depresión, debido a su alta prevalencia. Muchas personas experimentan ambas afecciones simultáneamente (comorbilidad), lo que puede derivar en cuadros de mayor gravedad por factores sintomáticos asociados al estrés o enfermedades crónicas diagnosticadas.

En el caso de los estudiantes universitarios, estos inician una nueva etapa de vida que implica ajustarse a demandas y retos, lo cual puede generar síntomas de ansiedad, depresión y estrés. A continuación, se analizará la sintomatología de cada uno de estos cuadros de salud mental y su impacto en los estudiantes. Entre los principales estresores que enfrentan los estudiantes se encuentran los relacionados con la práctica clínica, como la dificultad de aplicar la teoría en situaciones reales, los retos para adquirir conocimientos prácticos, la interacción con pacientes y sus familias, y el afrontamiento de las diversas realidades que cada caso conlleva (González-Cabanach et al., 2014).

Estrés Académico

Barraza (2006) dice que el estrés académico es un proceso adaptativo y psicológico, donde las estrategias que los estudiantes despliegan ante las demandas del entorno académico pueden

generar diversos síntomas de desequilibrio. Este autor considera el estrés académico como un proceso psicológico porque depende de la interpretación que hacen los estudiantes sobre la dificultad de afrontar situaciones, incluso sin haberlas enfrentado directamente. Además, aclara que este tipo de estrés se limita a los estudiantes, ya que, en el caso de los docentes, debe analizarse desde la perspectiva del estrés laboral.

Según Barraza (2006), el estrés académico se estructura en tres componentes: (1) las demandas del contexto, es decir, las situaciones evaluadas como estresores; (2) el desequilibrio resultante, es decir, los síntomas; y (3) las estrategias de afrontamiento.

El estrés académico puede manifestarse de diversas maneras. Los síntomas físicos incluyen: Aumento de la frecuencia cardíaca, la tensión muscular, el bruxismo, problemas de sueño, cefaleas, fatiga y trastornos digestivos (Vega-Martínez et al., 2023). En el plano conductual, los estudiantes pueden experimentar bajo rendimiento académico, aislamiento, consumo de alcohol, tabaco u otras sustancias psicoactivas, bajo desempeño académico, dificultades para tomar decisiones, propensión a accidentes y cambios en los hábitos alimenticios y de sueño (Suárez-Montes & Díaz-Subieta, 2015).

Por último, a nivel psicológico, pueden aparecer síntomas de ansiedad y depresión, además de miedo, irritabilidad, baja autoestima, incapacidad para relajarse, fatiga constante, dificultades para concentrarse, tomar decisiones y problemas de memoria (Estrada Araoz et al., 2022; Ruidiaz et al., 2020; Suárez-Montes & Díaz-Subieta, 2015).

El estrés académico influye significativa en la salud mental, el comportamiento y el rendimiento académico de los estudiantes universitarios. La carga académica excesiva, las altas expectativas y las demandas de tiempo contribuyen significativamente a este estrés, dificultando la gestión emocional y el equilibrio general de los estudiantes. Estudios recientes han demostrado que el estrés académico se asocia con síntomas de ansiedad, depresión y agotamiento, lo que a su vez afecta negativamente el rendimiento académico y promueve la adopción de hábitos poco saludables como el consumo de sustancias o la falta de sueño (Lemos Rentería et al., 2024; Espinosa-Castro et al., 2020; Cabanach et al., 2016).

Factores Asociados al Estrés Académico

Los factores que suelen provocar estrés académico en los estudiantes universitarios son: la sobrecarga académica, dificultades de aprendizaje, carga horaria excesiva, exigencias docentes, competitividad entre compañeros, alteraciones en los ciclos de sueño, desajustes en los hábitos de

estudio, percepción de falta de tiempo para cumplir con las tareas asignadas y exposiciones orales (Jurado-Botina et al., 2021; Ruidiaz Gómez et al., 2020). Además, el carácter del docente (Azevedo & Menezes, 2020) y características del estudiante como rasgos de personalidad y autoestima (Silva-Ramos et al., 2020).

Los estudiantes universitarios experimentan un alto nivel de estrés debido a una combinación de factores académicos, sociales y organizacionales. La sobrecarga de trabajo, la presión por los exámenes y las presentaciones en público, junto con las dificultades en las relaciones interpersonales y la gestión del tiempo, contribuyen significativamente a este estrés (Cananach, Souto-Gestal & Franco, 2016). Los estresores pueden provocar un aumento de la ansiedad y afectar el rendimiento académico, además de impactar la salud mental de los estudiantes (Armenta Zazueta et al., 2020). Finalmente, el exceso de actividades y las altas expectativas de rendimiento pueden afectar la calidad del sueño y llevar a un aumento en el consumo de sustancias como forma de enfrentar el estrés (Espinosa-Castro et al., 2020).

Depresión

La depresión es un trastorno mental que se caracteriza por la falta de motivación en el desarrollo de las actividades diarias del individuo, acompañada por sentimientos de tristeza, dificultades en el sueño, cambios de apetito, falta de concentración y constantes sentimiento de inutilidad, culpa y desesperanza. La depresión se puede presentar por largos periodos de tiempo o puede ser recurrente y afecta el funcionamiento de la persona en diferentes áreas de ajuste como trabajo, estudio o en la vida diaria (OMS, 2017).

Los estudiantes universitarios que presentan síntomas relacionados con depresión pueden tener afectación en su bienestar emocional, agotamiento físico, dolores de cabeza y espalda, dificultad para conciliar el sueño, consumo de alcohol y cigarrillo (González Ramírez et al., 2009).

Los factores relacionados con la depresión en estudiantes universitarios incluyen el consumo de bebidas alcohólicas, hábitos de salud deficientes, alimentación inadecuada, problemas familiares y sobrecarga académica, lo que puede favorecer la aparición de trastornos mentales durante los primeros semestres del pregrado. Además, variables sociodemográficas como la edad, el sexo, una situación económica vulnerable y su relación con la espiritualidad también influyen. Estos factores suelen generar un impacto significativo en el ámbito académico, manifestándose en bajo rendimiento y un estado mental deteriorado. Cabe destacar que la depresión tiende a ser más prevalente en mujeres que en hombres (Granda & Marcelo, 2021).

Ansiedad

La ansiedad es una enfermedad mental común en la población, que puede afectar significativamente la vida de una persona en sus diferentes áreas de ajuste. Se manifiesta de manera frecuente como respuesta a situaciones estresantes, generando una reacción emocional intensa en quien la experimenta. Es más frecuente en mujeres que en hombres (Delgado et al., 2021) y, según la OMS (2017), es el segundo trastorno más incapacitante en la Región de las Américas.

Los síntomas de la ansiedad incluyen miedos y preocupaciones excesivas sobre situaciones que en realidad no representan una amenaza para quien la padece. Aunque tiene como función alertar al ser humano y prepararlo para actuar con precaución ante posibles peligros, en muchos casos esta reacción puede resultar desproporcionada. Lobos-Rivera (2023) Menciona que algunos de los factores generadores de estrés y ansiedad en los estudiantes son: la exigencia de los profesores, época de parciales, sobrecarga académica, redacción de trabajos, no contar con el tiempo suficiente para elaborar sus trabajos académicos

Satisfacción con la Vida

La satisfacción con la vida es la valoración global que una persona realiza sobre su calidad de vida según sus propios criterios. Esta tiene un impacto significativo en el bienestar, influyendo en emociones positivas, menor riesgo de trastornos mentales y mejor manejo del estrés (Ruiz et al., 2019). En contraste, la insatisfacción puede relacionarse con depresión, ansiedad y dificultades para enfrentar el entorno.

Además de afectar el bienestar subjetivo, la satisfacción con la vida influye en las relaciones interpersonales, la integración social y el desempeño en contextos laborales y educativos. Personas con altos niveles de satisfacción suelen establecer relaciones saludables, sentirse motivadas y mantener un mayor control sobre sus metas personales y profesionales, lo que contribuye a ambientes más sanos y productivos.

Definida como la evaluación positiva de la vida en general o de aspectos específicos como relaciones, entorno familiar, trabajo y tiempo libre (Salazar Estrada et al., 2018), investigaciones confirman que está relacionada directamente a la salud, la familia y las relaciones interpersonales dependiendo de criterios subjetivos.

En estudiantes universitarios, medir la satisfacción con la vida es importante, ya que atraviesan una etapa de cambios emocionales, académicos y sociales que impactan su desarrollo personal, convirtiéndose en una etapa desafiante (Denegri Coria et al., 2018).

Pensamientos Negativos Repetitivos (PNR)

Los pensamientos repetitivos tienen una importancia significativa, especialmente los negativos (PNR), puesto que representan el desarrollo de los diferentes trastornos emocionales como la ansiedad y depresión. Estos pensamientos negativos, también llamados rumiaciones, se caracterizan por enfocarse en eventos del pasado o del futuro con la dificultad de poder controlarlos. Estos también se caracterizan por tener contenido intrusivo difícil de controlar, dentro del ámbito clínico se ha identificado que este tipo de pensamientos disminuyen la capacidad del individuo para realizar diferentes actividades, ya que la presencia de pensamientos de minusvalía y desesperanza repercute negativamente en su desempeño. Asimismo, diversas investigaciones han mencionado que la intensidad y frecuencia de estos pensamientos negativos se relacionan con somatización y recaídas mucho más frecuentes en pacientes diagnosticados con algún trastorno mental (Dereix-Calonge et al., 2019).

Las prácticas clínicas se caracterizan por la presencia de pensamientos negativos repetitivos (PNR) en situaciones de una importante demanda emocional o incertidumbre. Estos pensamientos que se constituyen de preocupaciones y rumiaciones complejas de resolver pueden generar en los estudiantes bajo desempeño en su práctica profesional, acompañado de un incremento de los niveles de ansiedad. Los PNR también pueden interferir con la atención que el practicante brinda al paciente, ya que con el temor al fracaso y pensamientos de ineficacia que se tienen, pueden afectar su adecuado proceso de formación y competencia profesional (Dereix-Calonge et al., 2019).

Estrategias de afrontamiento

El estrés académico es un proceso adaptativo que surge cuando los estudiantes perciben demandas como estresores que afectan su equilibrio psicológico y físico (Muñoz, 2017; Barraza, 2009). Para enfrentar estas situaciones, los estudiantes utilizan estrategias de afrontamiento que dependen de factores internos, como la autoeficacia, y externos, como el clima psicosocial (Espinoza-Díaz et al., 2015). Sin embargo, el uso de estrategias inadecuadas puede llevar a un afrontamiento negativo ya una incapacidad para reevaluar las circunstancias estresantes (Hirsch et al., 2015).

El modelo de Lazarus y Folkman (1984) describen el afrontamiento como un proceso dinámico que incluye la evaluación cognitiva de las demandas y los recursos disponibles. Estas

estrategias pueden centrarse en la emoción o en el problema, siendo la resolución de problemas, la reestructuración cognitiva y la búsqueda de apoyo social las más utilizadas (Ruano y Serra, 2000). La evitación y el aislamiento social, aunque ofrecen un alivio temporal, perpetúan el estrés (Ojeda, 2017).

El afrontamiento activo y adecuado está relacionado con la reducción del estrés, una mejor adaptación emocional y la disminución de síntomas físicos y psicológicos (González-Cabanach et al., 2018; Freire et al., 2016). Además, la inteligencia emocional y el bienestar subjetivo potencian estrategias más efectivas y adaptativas (Páez et al., 2006).

Aunque la implementación del Espacio Europeo de Educación Superior buscó reducir el estrés académico al fomentar un rol más activo de los estudiantes, muchos de ellos continúan reportando una carga de trabajo excesiva y una percepción de falta de recursos para afrontar las demandas académicas, lo que mantiene altos niveles de estrés (Vidal-Conti et al., 2018; González-Cabanach et al., 2010).

Hipótesis

Hipótesis de investigación

Los estudiantes de psicología en modalidad a distancia que están cursando su práctica profesional en área clínica se enfrentan a mayores demandas que los estudiantes que se encuentran cursando el periodo académico previo, lo cual genera un impacto emocional significativo que implica mayores afectaciones relacionadas con el estrés, la ansiedad, la depresión y pensamientos negativos repetitivos. Asimismo, estos síntomas podrían afectar negativamente la satisfacción con la vida, sin observarse diferencias en el uso de las estrategias de afrontamiento entre los dos grupos.

Entendiendo que las prácticas profesionales en área clínica pueden tener un impacto diferenciado sobre diversos procesos psicológicos de los estudiantes, se plantearon hipótesis específicas para cada tipo de proceso, tal y como se presentan a continuación:

Es fundamental analizar los distintos niveles de ansiedad, depresión y estrés que experimentan los estudiantes universitarios durante el periodo de sus prácticas clínicas. Además, es importante comparar estos niveles con aquellos estudiantes que no están realizando su práctica

clínica, esto para identificar diferencias significativas y comprender cómo esta experiencia influye en su bienestar emocional.

Hipótesis de trabajo

H1: Los estudiantes en práctica profesional en área clínica presentarán niveles más elevados de estresores, estrés, depresión, ansiedad y PNR en comparación con los estudiantes que se encuentran cursando un periodo académico previo.

H2: Los estudiantes en práctica profesional en área clínica presentarán niveles más bajos de satisfacción con la vida en comparación con los estudiantes que se encuentran cursando un periodo académico previo.

H3: Los estudiantes que empleen más estrategias de planificación y apoyo social presentarán menores síntomas a nivel emocional y afectivo y mayor percepción de satisfacción de vida.

Marco Metodológico

Línea de investigación

Este trabajo de grado se enmarca en la línea de investigación de Educación, Transformación Social e Innovación y en la sub-línea de Contexto, Acción y Salud Mental, del programa de psicología distancia de la Corporación Universitaria Minuto de Dios.

Diseño

Para este estudio se utilizó un diseño no experimental transversal comparativo que permite analizar variables tal cual se manifiestan sin llegar a manipularlas, además permite la comparación de grupos o variables en un tiempo determinado. Este diseño permite la identificación de semejanzas o diferencias a partir de la observación y el registro de información luego de que los fenómenos se han presentado (Hernández Sampieri & Mendoza Torres, 2018).

Participantes

La selección de los participantes se llevó a cabo mediante un muestreo no probabilístico y por conveniencia. Participaron 12 estudiantes del programa de psicología distancia de la Corporación Universitaria Minuto de Dios. Los participantes se dividieron en dos grupos:

El grupo 1 quedó conformado por los estudiantes que se encuentran realizando sus prácticas profesionales en el área de psicología clínica. Específicamente, dos mujeres y cuatro hombres con un rango de edad de entre 26 y 49 años. De éstos, cuatro estudiantes están solteros, uno divorciado y uno en unión libre. Asimismo, cuatro estudiantes trabajan y dos no cuentan con empleo.

El grupo 2 quedó conformado por estudiantes que están próximos a ingresar a las prácticas profesionales en psicología clínica. Participaron cinco mujeres y un hombre con un rango de edad entre 20 y 36 años. Los seis son solteros; cinco de ellos trabajan y uno se encuentra desempleado.

Los criterios de inclusión que se establecieron en este estudio fueron: pertenecer al programa de psicología distancia y realizar la firma del consentimiento informado.

Instrumentos

Para el desarrollo de este estudio se utilizaron los siguientes instrumentos:

Depression, Anxiety, and Stress Scale - 21 Items (DASS 21)

Ésta escala es de autorreporte, cuenta con 21 ítems que permite evaluar síntomas relacionadas con estrés ansiedad y depresión. Los ítems son una serie de descripciones que el participante debe evaluar si se presentó en la última semana teniendo en cuenta la siguiente escala Likert que va de 0: No me ha ocurrido; 1: Me ha ocurrido un poco, o durante parte del tiempo; 2: Me ha ocurrido bastante, o durante una buena parte del tiempo; 3: Me ha ocurrido mucho, o la mayor parte del tiempo. Se encontró en Colombia una alta consistencia interna (alfa de Cronbach =0,93) confirmando la estructura en sus tres esferas (ansiedad, estrés y depresión) (Vargas-Olano et al., 2022) (Ver Anexo A).

Escala de Estresores Académicos (E-CEA)

El Cuestionario de Estrés Académico (Cabanach et al., 2008, 2010) incluye una escala de 54 ítems que mide situaciones académicas estresantes. Esta escala, con una fiabilidad alfa de Cronbach entre 0.79 y 0.96, evalúa 9 factores relacionados con el contexto académico percibido como amenazante. La respuesta se realiza en una escala de Likert de 5 puntos. (Cabanach et al., 2007) (Ver Anexo B).

Escala de satisfacción con la vida (SWLS, del inglés Satisfaction With Life Scale)

Escala diseñada para evaluar el nivel general de satisfacción que una persona tiene con su vida, así como su bienestar y calidad de vida. Cuenta con una versión en español y ha sido validada para su uso en Colombia y otras poblaciones. Se llevaron a cabo análisis factoriales exploratorios y confirmatorios, así como análisis de confiabilidad y consistencia interna. Los resultados indican que la escalada presenta una estructura unifactorial que explica el 57.67 % de la varianza total, con un modelo unifactorial confirmado y un alfa de Cronbach. de 0.814. Además, se observaron correlaciones positivas entre todos los reactivos y entre los ítems y el puntaje total de la escala Satisfacción con la Vida, mostrando índices adecuados de validez y confiabilidad para su uso en escuelas de Cundinamarca (Hernández Mateus et al., 2018).

Compuesta por 5 ítems mediante la escala de calificación tipo Likert donde 1 es totalmente en desacuerdo, 4 ni de acuerdo ni en desacuerdo, y 7 totalmente en desacuerdo, se conforma por respuestas: extremadamente insatisfecho, insatisfecho, ligeramente por debajo del promedio en satisfacción, puntuación promedio en satisfacción y puntuación alta en satisfacción; su calificación se da mediante la sumatoria del número de respuestas obtenido por cada ítem. (Ver Anexo C).

Cuestionario de pensamientos perseverativos para practicantes en psicología clínica (PTQ-CPT, del inglés Perseverative Thinking Questionnaire for Clinical Psychology Trainees)

Este instrumento que evalúa los pensamientos recurrentes y el bienestar emocional en los estudiantes que cursan práctica clínica; desarrollo y validación por el equipo del Klinik Lab, su validación en Colombia fue por Dereix-Calonge, I., Ruiz, F. J., Suárez-Falcón, J. C., & Flórez, y se compone por 9 ítems mediante la escala de calificación tipo Likert donde 0 es nada, 1 raramente, 2 a veces, 3 frecuentemente y 4 casi siempre. Su interpretación se da a la mayor puntuación obtenida, y la frecuencia en tener pensamientos negativos y constantes. Validación de $M = 14.29$, $SD = 8.16$ (Ver Anexo D).

Escala de Afrontamiento del estrés académico (A-CEA)

Se encuentra validado internacionalmente en muchos idiomas, incluido el español, y ha sido aplicado en diferentes áreas educativas de ciencias de la salud. El cuestionario consta de 23 ítems distribuidos en 8 dimensiones: (1) Afrontamiento confrontativo, (2) Distanciamiento, (3) Autocontrol, (4) Búsqueda de apoyo social, (5) Aceptación de la responsabilidad, (6) Escape-avoidance, (7) Solución del problema planteado y (8) Reevaluación positiva.

Este instrumento identifica las estrategias de afrontamiento del estrés utilizadas por los estudiantes en el ámbito universitario, donde se aborda la medición en 3 factores:

- Un primer factor estaría constituido por 9 ítems referidos a una forma de afrontamiento activo dirigida a crear un nuevo significado de la situación del problema, tratando de resaltar los aspectos positivos o activando expectativas positivas.

- Un segundo factor, constituido 7 ítems, agruparía tanto los intentos de búsqueda de consejo e información sobre cómo resolver el problema como de apoyo y comprensión para la situación emocional causada por el problema. (Búsqueda de apoyo)

- El tercer factor estaría integrado por otros siete ítems, referidos a estrategias de afrontamiento directamente dirigidas a modificar o controlar instrumentalmente la situación, implicando una aproximación analítica y racional del problema. En este caso, el afrontamiento se dirige al análisis de la dificultad y al subsiguiente desarrollo y supervisión de un plan de acción para su resolución, se denomina como la (Planificación) (Ver Anexo E).

Procedimiento

Fase 1: Revisión bibliográfica: Se realizó una revisión exhaustiva de estudios sobre el estrés académico en estudiantes universitarios y las variables asociadas a la ansiedad y la depresión. Este análisis permitió identificar los factores que afectan la salud mental de los estudiantes y definir las variables de interés del estudio.

Fase 2: Selección de instrumentos y diseño del cuestionario: Se llevó a cabo la búsqueda y selección de instrumentos psicológicos validados en la población colombiana o latinoamericana para medir las variables del estudio. Adicionalmente, se diseñaron preguntas para recopilar información sociodemográfica relevante de los participantes.

Fase 3: Elaboración de consentimiento informado y formulario: Se redactó el consentimiento informado (Anexo F) cumpliendo con los lineamientos éticos establecidos para la participación en estudios de investigación. También se diseñó el formulario para la recopilación de datos, que incluía tanto los instrumentos psicológicos seleccionados como las preguntas sociodemográficas.

Fase 4: Convocatoria de participantes: Se realizó la convocatoria para invitar a los estudiantes universitarios a participar en el estudio. Esta convocatoria se llevó a cabo mediante invitaciones verbales y se concertaron citas individuales para la aplicación de los instrumentos.

Fase 5: Aplicación de instrumentos: La aplicación de los instrumentos se realizó en un espacio que garantizara la privacidad y confidencialidad de los participantes. En cada sesión, se explicó a los participantes los objetivos del estudio y se presentó el consentimiento informado, que fue firmado antes de iniciar y se realizó la respectiva firma. Posteriormente, se procedió con la aplicación de los instrumentos.

Fase 6: Calificación de instrumentos y creación de la base de datos: Se calificaron los instrumentos aplicados y se construyó una base de datos para organizar y procesar la información recopilada. Los datos fueron clasificados por grupos de aplicación.

Fase 7: Análisis preliminar de datos: Se realizó un análisis preliminar de los datos mediante el diseño de tablas descriptivas para cada grupo de aplicación. Asimismo, se analizaron los resultados obtenidos en cada instrumento de evaluación psicológica.

Fase 8: Organización y descripción de resultados: Se organizaron las tablas con los resultados obtenidos, incluyendo su descripción detallada. Este paso permitió estructurar los hallazgos de manera clara y comprensible.

Fase 9: Discusión y conclusiones: Con base en los resultados obtenidos, se realizó una discusión para destacar los factores relevantes identificados en las muestras analizadas. Finalmente, se elaboraron las conclusiones y se plantearon implicaciones prácticas y futuras líneas de investigación.

Plan de análisis

En este estudio se utilizaron análisis descriptivos para examinar las características sociodemográficas, los niveles de estrés, ansiedad, depresión, pensamientos negativos repetitivos, satisfacción con la vida y las estrategias de afrontamiento en dos grupos de estudiantes de psicología. Los análisis descriptivos incluyeron medidas de frecuencia, porcentajes.

Consideraciones éticas

La investigación se realizó considerando las normas éticas de acuerdo como lo promueve y contempla en salud la ley 1090 del 2006 sobre las normas científicas, técnicas y administrativas

para la investigación. Antes de la aplicación de los instrumentos a cada uno de los participantes se le dio a conocer los objetivos y justificación de la investigación, en donde se explica el mínimo riesgo en participar y la libertad que tienen desde un inicio en desistir de la investigación en el momento que lo decidiesen sin consecuencia alguna. Como resultado esta investigación se ajusta a las normas considerando el criterio de respeto hacia la dignidad, protección de derechos y bienestar de los participantes, se cumple de manera estricta con los principios éticos y científicos que lo respaldan. Los riesgos al participar en la investigación fueron explicados con claridad asegurando que los procedimientos fueron realizados por especialistas con la capacitación y experiencia adecuada.

Resultados

A partir de los instrumentos aplicados en este estudio se observó que participaron en total 12 estudiantes universitarios que se dividieron en dos grupos, el grupo 1 hace referencia a los estudiantes que se encuentran realizando sus prácticas en psicología clínica y el grupo 2 está conformado por los estudiantes que están próximos a ingresar a las prácticas profesionales en psicología clínica.

Tabla 1

Resultados Datos Sociodemográficos en el Grupo 1 y 2.

Variable	Grupo 1 (%)	Grupo 2 (%)
Sexo		
Femenino	33,3%	83,3%
Masculino	66,6%	16,6%
Estado civil		
Soltero	66,6%	100%
Casado	16,6%	0%
Unión Libre	16,6%	0%
Estrato		
2	33,3%	33,3%
3	66,6%	66,6%
Nivel Educativo		
Bachiller	16,6%	33,3%
Técnico	50%	50%
Tecnólogo	16,6%	0%
Pregrado	16,6%	16,6%
Hijos		
SI	16,6%	16,6%
NO	83,0%	83,0%
Trabaja		
SI	66,6%	83,3%
NO	33,3%	16,6%

Para la muestra del grupo 1 la mayoría de los integrantes son hombres con un 66,6%, los participantes del grupo el 66,6% son solteros y el 66,6% de los participantes del grupo 1 pertenecen al estrato socioeconómico 3 y el 33,3% está en el estrato socioeconómico 2. Con relación al nivel educativo el 50% de los participantes de este grupo son técnicos. El 83,0% de los participantes no tienen hijos y el 66,6% de los participantes se encuentran trabajando (Tabla 1).

En el grupo 2 el 83,3% son mujeres, el 100% de los participantes están solteros y el 66,6% de los participantes pertenecen al estrato socioeconómico 3, con un 33,3%. Para este grupo el 50%

de los participantes tienen estudios de nivel técnico. Además, se observó que el 83,3% no tiene hijos y el 83,3% de los participantes se encuentran laborando.

Tabla 2

Rango de Edades de los Participantes Grupo 1 y 2.

Rango	Grupo 1 %	Grupo 2 %
20-27	33,3	66,6
28-35	33,3	16,6
36-49	33,3	16,6

En la tabla dos se presentan los rangos de edad de cada uno de los grupos, donde se observa que para el grupo 2 el 66.6% de la población se encuentra entre 20 a 27 años, mientras que en el grupo 1 los participantes se distribuyen de manera equitativa en los diferentes rangos de edad.

Tabla 3

Número de Horas de Trabajo Diario en el Grupo 1 y 2

Horas	Grupo 1 %	Grupo 2 %
0	33,3%	16,6
1-6	0%	16,6
7-8	16,6%	0
9-12	50	66,6

Para el grupo 1 el 50% de los participantes trabajan entre 9 a 12 horas. En el grupo 2 el 66,6% trabaja entre 9 y 12 horas.

Tabla 4

Resultados SWLS en el Grupo 1 y 2

SWL	Grupo 1 %	Grupo 2 %
Promedio en satisfacción	16,60%	33,33%
Alta en satisfacción	83,30%	66,66%

En la Tabla 4 se exponen los resultados que obtuvieron los participantes en la prueba Escala de Satisfacción con la Vida, en los dos grupos se observa que presentan alta satisfacción con la vida, en el grupo 1 el 83% presenta y en el grupo 2 el 66.6%.

Tabla 5

Resultados del Cuestionario de Pensamientos Perseverativos para Practicantes en Psicología Clínica para el Grupo 1 y 2

Tendencia PNR	Grupo 1 %	Grupo 2 %
Menor tendencia	50%	66,60%
Mayor tendencia	50%	33,30%

Como se observa en la tabla 5 los resultados del cuestionario PTQ-CPT, se observa que los estudiantes del grupo 1 que están realizando las practicas tienen una mayor tendencia a involucrase con pensamientos negativos repetitivos relacionados con la práctica clínica. Mientras que el grupo 2 solo el 33.3% de los estudiantes presentan una mayor tendencia para involucrase con pensamientos negativos repetitivos.

Tabla 6

Resultados DASS-21 en el Grupo 1 y 2

Sintomatología	Resultado	Grupo 1	Grupo 2
		Porcentaje	Porcentaje
Ansiedad	Sin síntomas	33,33%	50,00%
	Ansiedad leve	0%	0%
	Ansiedad moderada	33,33%	33,33%
	Ansiedad severa	16,60%	0,00%
	Ansiedad extremadamente severa	16,60%	16,60%
Depresión	Sin síntomas	33,30%	83,30%
	Depresión leve	16,60%	0,00%
	Depresión moderada	33,30%	16,60%
	Depresión severa	0,00%	0,00%
	Depresión extremadamente severa	16,60%	0,00%
Estrés	Sin síntomas	33%	67%
	Estrés leve	16,60%	0,00%
	Estrés moderado	0%	17%
	Estrés severo	33,30%	16,60%
	Estrés extremadamente severo	16,60%	0,00%

Con relación a los resultados del DASS 21 presentados en la tabla 6 se observa que los estudiantes del Grupo 1 presentan más síntomas relacionados con depresión, estrés y ansiedad donde el 33% de los estudiantes en práctica no presentaban síntomas de ansiedad, el 33.3% no presentaban síntomas de depresión, el 33% no presentaban síntomas de estrés. Mientras que el grupo 2 se observó que 50% no presentaba síntomas de ansiedad, el 83.30% no presentaba síntomas de depresión y el 67% no presentaban síntomas de estrés.

Llama la atención el 16% de los estudiantes del grupo 1 presentaban síntomas de ansiedad extremadamente severa, depresión extremadamente severa y estrés extremadamente severo. Mientras que en el grupo 2 se observó que solo el 16.6% presentaba ansiedad extremadamente severa.

Tabla 7

Resultados de la Escala de Afrontamiento en Estrés Académico en el Grupo 1 y 2

Factor	Grupo 1			Grupo 2		
	Predominio Bajo	Predominio Medio	Predominio Alto	Predominio Bajo	Predominio Medio	Predominio Alto
Reevaluación Positiva	17%	83%	0%	17%	83%	17%
Búsqueda de apoyo	33%	50%	17%	50%	17%	33%
Planificación	50%	50%	0%	17%	50%	33%

Con relación a los resultados de la escala A-CEA presentados en la tabla 7, se evidencia que para el grupo 1 presenta una reevaluación positiva con un predominio medio con un 83%, mientras que con un predominio bajo con un 17%, no se registra predominio alto. Para la búsqueda de apoyo con un 50% entre el predominio medio, y con un predominio bajo con un 33% y con un 17% predominio alto. Se evidencia que para el factor de planificación con un 50% de predominio medio y con el otro 50% predominio bajo.

Por otra parte, en el grupo 2 se evidencia que para la reevaluación positiva tiene un predominio medio con un 83% mientras que con 17% se encuentra con un predominio bajo y con predominio alto el otro 17%. Para la búsqueda de apoyo el 50% se evidencia con predominio bajo, con un 33% se evidencia un predominio alto en los participantes y por último con un 17% con un predominio medio. En cuanto al factor de planificación se evidencia que el 50% del grupo tiene un predominio medio, con un 33% presentan un predominio alto y con un 17% de los participantes con predominio bajo.

Tabla 8

Resultaos de la Escala de Estresores Académicos en el Grupo 1 y 2.

E-CEA	Grupo 1					Grupo 2				
	1. Nunca	2. Algunas veces	3. Bastantes Veces	4. Casi Siempre	5. Siempre	1. Nunca	2. Algunas veces	3. Bastantes Veces	4. Casi Siempre	5. Siempre
Baja autoestima académica	26,80%	66,80%	6,40%	0,00%	0,00%	29,80	30,00%	6,60%	20,20%	13,40%
Carencia de valor de los contenidos	58,25%	29,00%	12,75%	0,00%	0,00%	16,75	29,00%	33,25%	12,50%	8,50%
Clima social negativo	55,50%	39,00%	5,50%	0,00%	0,00%	58,50	38,83%	2,67%	0,00%	0,00%
Deficiencias metodológicas del profesorado	29,25%	52,75%	15,17%	2,83%	0,00%	18,00	55,67%	10,83%	4,17%	11,33%
Exámenes	37,50	50,00%	12,50%	0,00%	0,00%	25,00	58,25%	16,75%	0,00%	0,00%
Falta de control sobre el propio rendimiento académico	33,20	50,20%	16,60%	0,00%	0,00%	43,20	46,60%	6,80%	3,40%	0,00%
Falta de participación	67,0%	33,00%	0,00%	0,00%	0,00%	50,00	50,00%	0,00%	0,00%	0,00%
Intervenciones en público	29,8%	30,00%	23,20%	0,00%	17,00%	33,40	53,40%	9,80%	3,40%	0,00%
Sobrecarga del estudiante	25,0%	55,10%	19,90%	0,00%	0,00%	10,10	43,30%	21,50%	15,10%	10,00%

Con relación de los resultados de la escala de E-CEA presentados en la tabla 8 se evidencia varias áreas críticas que afectan la experiencia académica de los estudiantes, uno de los hallazgos más relevantes es la percepción generalizada de baja autoestima académica, lo que indica que muchos estudiantes enfrentan dudas sobre su capacidad para afrontar las demandas del entorno académico. Este factor puede estar relacionado con la sensación de falta de control sobre el propio rendimiento académico ya que para el grupo 1 el 50,2% de los participantes manifiestan “algunas

veces” como un factor predisponente, también en el grupo 2 con el 46,6% manifiestan “algunas veces” esto señala una preocupación significativa.

Por otro lado, los resultados muestran una notable insatisfacción con los contenidos y la metodología por parte del docente, ya que por la percepción de carencia de valor en los contenidos y las deficiencias metodológicas del profesorado reflejan un desajuste entre las expectativas de los estudiantes y las estrategias educativas implementadas, esto no solo afecta la motivación, sino también la percepción y relevancia de su formación académica.

La sobrecarga del estudiante es otro tema relevante sugieren que las demandas académicas pueden estar excediendo las capacidades percibidas de los participantes, lo que, sumado a la presión generada por los exámenes, podría incrementar niveles de estrés y reducir el bienestar general. Además, las intervenciones en público para el grupo 1 con un 30% indican que “algunas veces” su interacción en público es menos relevante, mientras que para el grupo 2 con un 53,4% indican que “algunas veces” como un factor predisponente indicando que algunos estudiantes se sienten vulnerables o expuestos en estas situaciones, lo que podría estar asociado con ansiedad social o inseguridad académica.

Discusión

El estrés académico, según Barraza (2006), es un proceso psicológico que involucra demandas del entorno académico y estrategias de afrontamiento, los síntomas pueden incluir problemas de sueño, fatiga, bajo rendimiento académico y trastornos de ansiedad y depresión (Vega-Martínez et al., 2023; Suárez-Montes & Díaz-Subieta, 2015). Para los factores como la sobrecarga académica y las exigencias por parte de los docentes son las más comunes en los estresores para los estudiantes universitarios (Jurado-Botina et al., 2021).

La depresión y la ansiedad afectan también la salud mental de los estudiantes, que pueden influir en agotamiento, problemas de concentración y consumo de sustancias. Los factores asociados a la depresión incluyen hábitos de salud deficientes, problemas familiares y la sobrecarga académica (González Ramírez et al., 2009). La ansiedad, que es más frecuente en mujeres (Delgado et al., 2021), se genera por estresores como la exigencia académica y la falta de tiempo para realizar tareas, afectando también el rendimiento y bienestar general en ellos mismos.

A partir del objetivo planteado, se identificó que los estresores y los síntomas de estrés, ansiedad y depresión en los estudiantes de psicología que están cursando la práctica clínica o el periodo académico previo a estas, se pueden destacar los siguientes hallazgos. En cuanto a los estresores, no se identifica uno o varios factores que generen “siempre” o “casi siempre” preocupación en los estudiantes, sin embargo, se observa que diferentes estresores generan inquietud como la baja autoestima, la sobrecarga académica, las intervenciones en grupo, los exámenes y las deficiencias metodológicas del profesorado, estos resultados llaman la atención, ya que, durante las verbalizaciones de los compañeros al momento de la aplicación del instrumento, reportaron sentirse sobrecargados por factores como la falta de información, la incertidumbre sobre el escenario de práctica, la movilidad hacia este, la desadaptación al lugar de prácticas por no contar con un espacio fijo y seguro para dejar sus pertenencias, y la necesidad de planificar el tiempo de desplazamiento hacia dicho escenario, entre otros. Aunque estas verbalizaciones al calificar los estresores mediante una escala tipo Likert, estos no se evidencian de manera significativa, lo que podría explicar a que el instrumento no es el adecuado para evaluar esta modalidad educativa o a que se requiere una muestra más amplia que permita identificar con mayor

precisión de los estresores que generan mayor tensión y estrés en los estudiantes de psicología en modalidad a distancia.

Por otra parte, en relación con los síntomas de estrés, ansiedad y depresión, se observa que los estudiantes en práctica clínica presentan mayores síntomas en comparación con quienes cursan periodos previos, en ambos grupos, la ansiedad moderada alcanza un 33,3%, mientras que la depresión moderada y el estrés severo se presentan únicamente en el grupo 1, con un 33,3% en cada caso. Sin embargo, para el grupo 2, el 83,3% no presenta síntomas de depresión y el 67% no evidencia síntomas de estrés. Asimismo, los resultados muestran que la experiencia de práctica clínica está asociada con un aumento en la sintomatología relacionada con problemas afectivos y emocionales, como la depresión, la ansiedad y el estrés, lo que genera diversas dificultades.

Los estudiantes también presentan una mayor tendencia a participar en pensamientos negativos y repetitivos. Esto se relaciona con la falta de estrategias de afrontamiento adecuadas. En el grupo 1 predominan niveles medios de reevaluación positiva y de planificación, lo que evidencia que la ausencia de estrategias de afrontamiento efectivas puede dificultar la percepción de control frente a situaciones estresantes, incrementando así la probabilidad de desarrollar síntomas de ansiedad y depresión. Diversos estudios señalan que no contar con estrategias claras para afrontar estas situaciones puede llevar del desarrollo de un estrés académico crónico.

En este contexto, el 50% de los estudiantes que cursan práctica clínica reportan pensamientos negativos repetitivos asociados a su experiencia, lo cual aumenta la probabilidad de presentar sintomatología emocional y afectiva, especialmente en relación con el estrés, la depresión y la ansiedad.

En cuanto a los niveles de satisfacción con la vida, se observa que ambos grupos muestran niveles altos, lo cual es favorable y puede actuar como un factor protector, sin embargo, se considera necesario explorar otras variables relacionadas con el bienestar psicológico que puedan brindar información adicional. Los estudiantes en modalidad a distancia que cursan prácticas clínicas presentan niveles más elevados de estresores, ansiedad, depresión y pensamientos negativos repetitivos en comparación con aquellos que cursan periodos previos, si bien, la hipótesis de mayores niveles de sintomatología se cumple parcialmente, no se encontraron diferencias significativas en la evaluación de los estresores.

Se identifica también que los estudiantes en práctica clínica presentan niveles más bajos de satisfacción con la vida en comparación con quienes cursan periodos académicos previos. No obstante, ambos grupos mantienen niveles altos de satisfacción en general. Los estudiantes que emplean estrategias de afrontamiento como la planificación y el apoyo social tienden a reportar menores síntomas emocionales y una mayor percepción de satisfacción con la vida. Es fundamental desarrollar estrategias de autocuidado que promuevan la salud mental en los escenarios de práctica, además, se sugiere que las instituciones educativas establezcan espacios para fortalecer habilidades sociales, cognitivas y emocionales, así como la autoeficacia y la seguridad de los estudiantes.

Dado que este estudio se realizó con una muestra reducida, se recomienda realizar un perfil más amplio de la salud mental de los estudiantes de psicología a distancia en todos los periodos académicos, para identificar las herramientas necesarias en cada etapa. Algunas investigaciones reportan que los primeros y últimos semestres académicos son los más propensos a presentar síntomas como estrés, ansiedad, depresión, ideación suicida, insomnio y consumo de sustancias psicoactivas, entre otros. Por ello, es crucial identificar esta sintomatología desde los primeros periodos y generar estrategias de acompañamiento que contribuyan a la salud mental y a la retención académica de los estudiantes.

Las prácticas clínicas exponen a los estudiantes de psicología a situaciones reales que generan preocupación sobre posibles errores o la falta de estrategias para regular sus emociones. Esto puede dificultar el desarrollo de habilidades clínicas. Algunas investigaciones han mostrado que intervenciones como la terapia de aceptación y compromiso (ACT) no solo ayudan a afrontar mejor las prácticas y a reducir la sintomatología emocional, sino que también facilitan el desarrollo de habilidades clínicas esenciales.

Conclusiones

El estrés académico, la depresión y la ansiedad son problemas comunes entre los estudiantes universitarios que se desarrollan e intensifican por la sobrecarga de trabajo y las exigencias académicas. Esta problemática puede manifestarse en síntomas físicos y psicológicos, con problemas de concentración y trastornos emocionales, lo que afecta de forma negativa su rendimiento y bienestar general. Factores como los hábitos de salud inadecuados, las dificultades familiares y la presión académica contribuyen a la aparición y el empeoramiento de estos problemas, especialmente en mujeres, es importante abordar estos factores para mejorar la salud mental y el desempeño académico de los estudiantes.

Para los estudiantes que realizan prácticas clínicas en modalidad a distancia enfrentan diferentes particulares, lo que puede genera una sensación de desconexión directa con sus profesores y compañeros reflejando una dificultad en el aprendizaje practico y en su interacción social, la ausencia del contacto constante puede aumentar el estrés y la presión emocional al no contar con una retroalimentación o apoyo inmediato. Además, la complejidad de los casos clínicos que enfrentan y la necesidad de gestionar de manera autónoma su desempeño, intensifican las demandas psicológicas, lo que resalta la necesidad de contar con recursos y estrategias de apoyo adecuadas para este tipo de formación, por ello se determina el impacto que genera la práctica clínica en los estudiantes de psicología a distancia

Durante la investigación se evidencio que, aunque ambos grupos comparten características demográficas y socioeconómicas, las diferencias en sus estrategias de afrontamiento, niveles de satisfacción con la vida y percepciones de estresores pueden influir en sus niveles de bienestar emocional. Es necesario priorizar intervenciones que fortalezcan las estrategias de afrontamiento, particularmente en el grupo 1, e implementar medidas de apoyo académico que reduzcan los estresores asociados con la carga y la percepción de utilidad de los contenidos educativos.

En conclusión, el escenario de práctica clínica resulta fundamental y obligatorio para la formación de los futuros psicólogos en Colombia. Sin embargo, debido a las altas demandas y el estrés que conlleva a los estudiantes la práctica clínica, se hace indispensable implementar estrategias desde un inicio, ofreciendo apoyo integral que incluyan no solo aspectos académicos y administrativos, sino también un acompañamiento emocional, con el fin de prevenir el desgaste psicológico en los estudiantes.



Referencias

- Armenta Zazueta, L., Quiroz Campas, C. Y., Abundis de León, F., & Zea Verdin, A. (2020). Influencia del estrés en el rendimiento académico de estudiantes universitarios. *Revista Espacios*, 41(48), Art.
- Cabanach, R. G., Fariña, F., Freire, C., González, P., & del Mar Ferradás, M. (2013). Diferencias en el afrontamiento del estrés en estudiantes universitarios hombres y mujeres. *European Journal of Education and Psychology*, 6(1), 19-32. <https://doi.org/10.30552/ejep.v6i1.89>
- Cabanach, R. G., Souto-Gestal, A., & Franco, V. (2016). Escala de Estresores Académicos para la evaluación de los estresores académicos en estudiantes universitarios. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 7, 41-50. <https://doi.org/10.1016/j.rips.2016.05.001>
- Dereix-Calonge, I., Ruiz, F. J., & Suárez-Falcón, J. C. (2019). Adaptación del cuestionario de pensamientos perseverantes para medir el pensamiento negativo repetitivo en estudiantes de psicología clínica. *Training and Education in Professional Psychology*, 13(2), 145-152. <http://dx.doi.org/10.1037/tep0000229>.
- Dereix-Calonge, I., Ruiz, F. J., Suárez-Falcón, J. C., & Flórez, C. L. (2019). *Adapting the Perseverative Thinking Questionnaire for measuring repetitive negative thinking in clinical psychology trainees. Training and Education in Professional Psychology*, 13(2), 145-152. <https://doi.org/10.1037/tep0000229>
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71- https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13
- Espinosa-Castro, J.-F., Hernández-Lalinde, J., Rodríguez, J. E., Chacín, M., & Bermúdez-Pirela, V. (2020). Influencia del estrés sobre el rendimiento académico. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 39(1). <https://doi.org/10.5281/zenodo.4065032>
- Gómez, C. M. V., & Gundín, O. A. (2016). Estresores académicos percibidos por estudiantes universitarios y su relación con el burnout y el rendimiento académicos. *Anuario de Psicología*, 46(2), 90- 97. <https://doi.org/10.1016/j.anpsic.2016.07.006>
- González Cabanach, R., Fernández Cervantes, R., & González Doniz, L. (2014). El estrés académico en estudiantes de ciencias de la salud. *Fisioterapia (Madrid. Ed. impresa)*, 36(3), 101-102. <https://doi.org/10.1016/j.ft.2014.03.002>

- González Ramírez, M. T., Landero Hernández, R., & García-Campayo, J. (2009). Relación entre la depresión, la ansiedad y los síntomas psicósomáticos en una muestra de estudiantes universitarios del norte de México. *Revista Panamericana de Salud Pública [Pan American Journal of Public Health]*, 25(2). <https://doi.org/10.1590/s1020-49892009000200007>
- Gutierrez-Rodas, J. A., Montoya-Vélez, L. P., Toro-Isaza, B. E., Briñón-Zapata, M. A., Rosas-Restrepo, E., & Salazar-Quintero, L. E. (2010). Depresión en estudiantes universitarios y su asociación con el estrés académico. *Ces Medicina*, 24(1), 7-17.
- Guzmán-Castillo, A., Bustos, C., Zavala, W., & Castillo-Navarrete, J. L. (2022). Inventario SISCO del estrés académico: revisión de sus propiedades psicométricas en estudiantes universitarios. *Terapia Psicológica*, 40(2), 197-211. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082022000200197>
- Hart, B., Lusk, P., Hovermale, R., & Melnkv, B. (2018). Decreasing depression and anxiety in college youth using the creating opportunities for personal empowerment program (COPE). *Journal Psychiatry Nurses Association*, 25(2), 89-98. <https://doi.org/10.1177/1078390318779205>
<https://doi.org/10.48082/espacios-a20v41n48p30>
- Jenaro, C., Flores, N., & Frías, C. P. (2018). Systematic review of empirical studies on cyberbullying in adults: What we know and what we should investigate. *Agression and Violent Behavior*, 38, 113-122. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2017.12.003>
- Lemos Rentería, M. I., Zapata Rueda, C. M., & Delgado Arroyo, L. (2024). Evaluación del estrés académico y sus efectos sobre el rendimiento en estudiantes universitarios. *Psicogente*, 27(51), 1-21. <https://doi.org/10.17081/psico.27.51.6464>
- Lobos-Rivera, M., Chacón-Andrade, E., Gómez-Gómez, N., & Calito-Palacios, R. (2023). Síntomas de depresión, ansiedad y estrés en una muestra de estudiantes universitarios de nuevo ingreso. *Veritas & Research*, 5(1), 28-37.
- López Valdivieso, D. A. (2019). *Estrategias de autocuidado y estrés percibido en practicantes de Psicología Clínica y de la Salud "Tesis de licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Perú"*. <http://hdl.handle.net/20.500.12404/17469>
- Nájera-Mazariegos, B. F. (2020). *Práctica supervisada y la salud mental de los estudiantes de psicología clínica*. *Revista Guatemalteca de Educación Superior*, 3(2), 24-36. <https://doi.org/10.46954/revistages.v3i2.29>

- Nassem, S., & Munaf, S. (2017). Suicidal ideation, depression, anxiety, stress, and life satisfaction of medical, engineering, and social sciences students. *Journal of Ayub Medical College Abbottabad*, 29(3), 422-427. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29076675>
- Ocampo, R. F., Escobar, S. D. J., Pérez, S., Hernández, P. B. R. S., & Valero, C. Z. V. (2007). Depresión y ansiedad en estudiantes universitarios. *Revista Electronica de Psicología Iztacáala*, 10(2), 94-105.
- Ruiz, F. J., García-Martín, M. B., Suárez-Falcón, J. C., & Odriozola- González, P. (2017). The hierarchical factor structure of the Spanish version of *Depression Anxiety and Stress Scale - 21*. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 17, 97-105.
- Sampieri, R. H (2018). *METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN: LAS RUTAS CUANTITATIVA, CUALITATIVA Y MIXTA* . McGraw-Hill.
- Suárez-Montes, N., & Díaz-Subieta, L. B. (2015). Estrés académico, deserción y estrategias de retención de estudiantes en la educación superior. *Revista de Salud Pública*, 17, 300-313. <http://dx.doi.org/10.15446/rsap.v17n2.52891>
- Višnjić, A., Veličković, V., Sokolović, D., Stanković, M., Mijatović, K., Stojanović, M., Milošević, Z., & Radulović, O. (2018). Relationship between the manner of mobile phone use and depression, anxiety and stress in university students. *International Journal Environment Research Public Health*, 15(4), E697. <https://doi.org/10.3390/ijerph15040697>
- Vista de Un recurso para atención primaria de la salud mental. DASS-21, propiedades psicométricas. (s. f.). Edu.pe. Recuperado 31 de octubre de 2024, de <https://revistas.unheval.edu.pe/index.php/repis/article/view/1481/1430>
- World Health Organization. (2017). Depression and other common mental disorders: Global health estimates. Geneva: World Health Organization. <https://www.who.int/publications/i/item/depression-global-health-estimates>
- Zapata-Ospina, Patino-Lugo, Vélez, Campos-Ortiz, Madrid-Martínez, Pablo, Pemberthy-Quintero, Sebastián, Pérez-Gutiérrez, Ana María, Ramírez-Pérez, Paola Andrea, & Vélez-Marín, Viviana María. (2021). Intervenciones para la salud mental de estudiantes universitarios durante la pandemia por COVID-19: una síntesis crítica de la literatura. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 50(3), <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2021.04.007>

Anexos

Anexo A. DASS-21

Por favor lea las siguientes afirmaciones y coloque un círculo alrededor de un número (0, 1, 2, 3) que indica en qué grado le ha ocurrido a usted esta afirmación durante la semana pasada. La escala de calificación es la siguiente:
0: No me ha ocurrido; 1: Me ha ocurrido un poco, o durante parte del tiempo; 2: Me ha ocurrido bastante, o durante una buena parte del tiempo; 3: Me ha ocurrido mucho, o la mayor parte del tiempo.

1,	Me ha costado mucho descargar la tensión	0	1	2	3
2,	Me di cuenta de que tenía la boca seca	0	1	2	3
3,	No podía sentir ningún sentimiento positivo	0	1	2	3
4,	Se me hizo difícil respirar	0	1	2	3
5,	Se me hizo difícil tomar la iniciativa para hacer cosas	0	1	2	3
6,	Reaccioné exageradamente en ciertas situaciones	0	1	2	3
7,	Sentí que mis manos temblaban	0	1	2	3
8,	He sentido que estaba gastando una gran cantidad de energía	0	1	2	3
9,	Estaba preocupado por situaciones en las cuales podía tener pánico o en las que podría hacer el ridículo	0	1	2	3
10,	He sentido que no había nada que me ilusionara	0	1	2	3
11,	Me he sentido inquieto	0	1	2	3
12,	Se me hizo difícil relajarme	0	1	2	3
13,	Me sentí triste y deprimido	0	1	2	3
14,	No toleré nada que no me permitiera continuar con lo que estaba haciendo....	0	1	2	3
15,	Sentí que estaba al punto de pánico	0	1	2	3
16,	No me pude entusiasmar por nada.....	0	1	2	3
17,	Sentí que valía muy poco como persona	0	1	2	3
18,	He tendido a sentirme enfadado con facilidad	0	1	2	3
19,	Sentí los latidos de mi corazón a pesar de no haber hecho ningún esfuerzo físico	0	1	2	3



20,	Tuve miedo sin razón	0	1	2	3
21,	Sentí que la vida no tenía ningún sentido	0	1	2	3

Anexo B **E-CEA**

A continuación, va a encontrar una serie de enunciados relacionados con situaciones, acontecimientos e interpretaciones que pueden provocarnos inquietud o estrés. Indique en qué medida le ponen nervioso o le inquietan a usted.					
Item	1. Nunca	2. Algunas veces	3. Bastantes Veces	4. Casi Siempre	5. Siempre
Cuando me preguntan en clase					
Tengo que hablar en voz alta en clase					
Al salir a la pizarra					
Al hacer una exposición o al hablar en público durante un cierto tiempo					
Al hablar de los exámenes					
Cuando tengo exámenes					
Mientras preparo los exámenes					
Cuando se acercan las fechas de los exámenes					
Si Tengo que exponer en público una opinión					
Cuando el profesor da la clase de una manera determinada y luego nos examina de un modo poco coherente con esa forma de dar la clase					
Cuando los profesores no se ponen de acuerdo entre ellos (manifiestan claras discrepancias entre ellos en temas académicos)					
Cuando no me queda claro cómo he de estudiar una materia					
Cuando no tengo claro qué exigen en las distintas materias					
Cuando los profesores plantean trabajos, actividades o tareas que no tienen mucho que ver entre sí (que son incongruentes)					
Cuando el profesor no plantea de forma clara qué es lo que tenemos que hacer					
Cuando el profesor plantea trabajos, actividades o tareas que son contradictorios entre sí					
Cuando los distintos profesores esperan de nosotros cosas diferentes					
Cuando el profesor espera de nosotros que sepamos cosas que no nos ha enseñado					
Cuando el profesor da por hecho que tenemos conocimientos que en realidad no tenemos					

Cuando el profesor plantea exámenes claramente incongruentes con lo estudiado/enseñado					
Cuando existe una clara falta de coherencia entre los contenidos de las distintas materias					
Las asignaturas que cursamos tienen poco que ver con mis expectativas					
Las asignaturas que cursamos tienen escaso interés					
Lo que estoy estudiando tiene una escasa utilidad futura					
Las clases a las que asisto son poco prácticas.					
Por no saber si mi ritmo de aprendizaje es el adecuado.					
Por el excesivo número de asignaturas que integran el plan de estudios de mi carrera					
Porque los resultados obtenidos en los exámenes no reflejan, en absoluto, mi trabajo anterior de preparación ni el esfuerzo desarrollado					
Por las demandas excesivas y variadas que se me hacen					
Porque rindo claramente por debajo de mis conocimientos					
Por el escaso tiempo de que dispongo para estudiar adecuadamente las distintas materias					
Por el cumplimiento de los plazos o fechas determinadas de las tareas encomendadas					
Por la excesiva cantidad de información que se me proporciona en clase, en que se indique claramente lo fundamental					
Por el excesivo tiempo que debo dedicarle a la realización de las actividades académicas					
Porque no creo que pueda hacer frente a las exigencias de la carrera que estudio					
Porque no dispongo de tiempo para dedicarme a las materias todo lo necesario					
Porque no creo que pueda lograr los objetivos propuestos					
Por la excesiva carga de trabajo que debo atender					
Por el excesivo número de horas de clase diarias que tengo					
Por el ritmo de trabajo o estudio que se nos exige					

Porque desconozco si mi progreso académico es adecuado					
Porque no sé cómo hacer bien las cosas					
Porque no sé qué hacer para que se reconozca mi esfuerzo y mi trabajo					
Porque no tengo claro cómo conseguir que se valore mi dominio de las materias					
Porque no tengo posibilidad alguna o muy escasa de dar mi opinión sobre la metodología de enseñanza de las materias del plan de estudios					
Porque no sé qué hacer para que se reconozca mi valía personal					
Porque las posibilidades de opinar sobre el procedimiento de evaluación de las asignaturas del plan de estudios son muy escasas o nulas					
Porque no está en mi mano plantear los trabajos, tareas o actividades como me gustaría					
Por los conflictos en las relaciones con otras personas (profesores, compañeros)					
Por la excesiva competitividad existente en clase					
Por la falta de apoyo de los profesores					
Por la falta de apoyo de los compañeros					
Por la ausencia de un buen ambiente en clase					
Por la existencia de favoritismos en clase					

Anexo C SWLS

SWLS							
A continuación, se presentan cinco afirmaciones con las que usted puede estar de acuerdo o en desacuerdo. Utilizando la escala de abajo, indique el grado de acuerdo con cada frase rodeando con un círculo el número apropiado. Por favor, sea honesto al responder.							
	1	2	3	4	5	6	7
	Totalmente en desacuerdo			Ni de acuerdo ni en desacuerdo			Totalmente de acuerdo
1. En la mayoría de los aspectos mi vida es como quiero que sea	1	2	3	4	5	6	7
2. Hasta ahora he conseguido de la vida las cosas que considero importantes	1	2	3	4	5	6	7
3. Estoy satisfecho con mi vida	1	2	3	4	5	6	7
4. Si pudiera vivir mi vida otra vez, la repetiría tal y como ha sido	1	2	3	4	5	6	7
5. Las circunstancias de mi vida son buenas	1	2	3	4	5	6	7

Anexo D PTQ

0	1	2	3	4
Nada	Raramente	A veces	Frecuentemente	Casi siempre
1.	Mis dudas sobre la práctica clínica aparecen constantemente en mi mente.			0 1 2 3 4
2.	No puedo dejar de preocuparme por mi práctica clínica.			0 1 2 3 4
3.	No puedo centrarme en mis tareas cuando me pongo a pensar en la práctica clínica.			0 1 2 3 4
4.	Mis pensamientos en torno a la práctica clínica son repetitivos.			0 1 2 3 4
5.	Me quedo atascado en mis preocupaciones acerca de la práctica clínica y no puedo concentrarme en mis estudios.			0 1 2 3 4
6.	Sigo haciéndome las mismas preguntas sobre aspectos de la práctica clínica sin encontrar una respuesta.			0 1 2 3 4
7.	Me mantengo pensando sobre la práctica clínica todo el tiempo, incluso en momentos en los que hacerlo no es útil o adecuado.			0 1 2 3 4
8.	Mis pensamientos repetitivos en torno a la práctica clínica no son de mucha ayuda.			0 1 2 3 4
9.	Mi inseguridad por la práctica clínica absorbe toda mi atención.			0 1 2 3 4

Anexo E A-CEA

	1	2	3	4	5
A continuación, se presentan algunas de las cosas que hacemos y pensamos los individuos cuando nos enfrentamos a una situación problemática que nos provoca ansiedad o estrés.	NUNCA	ALGUNA VEZ	BASTANTES VECES	MUCHAS VECES	SIEMPRE
Lea detenidamente cada afirmación e indique EN QUÉ MEDIDA USTED SE COMPORTA ASÍ CUANDO SE ENFRENTA A UNA SITUACIÓN PROBLEMÁTICA					
1. Cuando me enfrento a una situación problemática, olvido los aspectos desagradables y resalto los positivo					
2. Cuando me enfrento a una situación problemática, expreso mis opiniones y busco apoyo					
3. Cuando me enfrento a una situación problemática, priorizo las tareas y organizo el tiempo					
4. Cuando me enfrento a una situación problemática durante los exámenes, procuro pensar que soy capaz de hacer las cosas bien por mí mismo					
5. Cuando me enfrento a una situación problemática, pido consejo a un familiar o a un amigo a quien aprecio					
6. Cuando me enfrento a una situación problemática mientras estoy preparando los exámenes, planifico detalladamente cómo estudiar el examen					
7. Cuando me enfrento a una dificultad mientras estoy preparando los exámenes, procuro pensar en positivo					
8. Cuando me enfrento a una situación difícil, hablo de los problemas con otros					
9. Cuando me enfrento a una situación problemática, elaboro un plan de acción y lo sigo					

10. Cuando me enfrento a una situación problemática, no permito que el problema me supere; procuro darme un plazo para solucionarlo					
11. Cuando me enfrento a una situación problemática, hablo sobre las situaciones estresantes con mi pareja, mi familia o amigos					
12. Cuando me enfrento a una situación problemática mientras estoy preparando los exámenes, me centro en lo que necesito para obtener los mejores resultados					
13. Cuando me enfrento a una situación problemática, pienso objetivamente sobre la situación e intento tener mis emociones bajo control					
14. Cuando me enfrento a una situación problemática, busco consejo y solicito ayuda a otras personas					
15. Cuando me enfrento a una situación problemática, organizo los recursos personales que tengo para afrontar la situación					
16. Cuando me enfrento a una situación complicada, en general procuro no darle importancia a los problemas					
17. Cuando me enfrento a una situación problemática, manifiesto mis sentimientos y opiniones					
18. Cuando me enfrento a una situación problemática, como en los exámenes, suelo pensar que me saldrán bien					
19. Cuando me enfrento a una situación difícil, hago una lista de las tareas que tengo que hacer, las hago una a una y no paso a la siguiente hasta que no he finalizado la anterior					
20. Cuando me enfrento a una situación problemática la noche antes del examen, trato de pensar que estoy preparado para realizarlo bien					
21.- Cuando me enfrento a una situación problemática, hablo con alguien para saber más de la situación					
22. Cuando me enfrento a un problema, como sentir ansiedad durante el examen, trato de verlo como algo lógico y normal de la situación					
23. Cuando me enfrento a una situación problemática, cambio algunas cosas para obtener buenos resultados.					

Anexo F Consentimiento Informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN LAS ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN A PROFUNDIDAD CORRESPONDIENTES AL PROYECTO “DEMANDAS, IMPACTO Y AFRONTAMIENTO DE LAS PRÁCTICAS CLÍNICAS DE ESTUDIANTES EN PSICOLOGÍA DISTANCIA”

*El presente documento corresponde a un consentimiento informado, en el cual usted declara por escrito su libre voluntad de participar, luego de comprender en qué consiste la investigación **DEMANDAS, IMPACTO Y AFRONTAMIENTO DE LAS PRÁCTICAS CLÍNICAS DE ESTUDIANTES EN PSICOLOGÍA DISTANCIA**, adelantada por estudiantes de psicología a distancia que hacen parte del Semillero de investigación Cognometric liderado por el docente José Alirio Parra Guarnizo, vinculado al programa de Psicología Distancia de la Corporación Universitaria Minuto de Dios, Rectoría Bogotá. Le solicitamos colaborar de la manera más honesta y completa posible.*

A continuación, compartimos información general sobre el estudio.

Objetivo de la Investigación: Comparar los niveles de estrés, depresión, ansiedad, satisfacción con la vida, las estrategias de afrontamiento que usan, los estresores percibidos y la tendencia de participar en pensamientos negativos repetitivos entre los estudiantes de psicología que cursan practica clínicas y los estudiantes que están cursando un periodo anterior.

Justificación de la Investigación: En Colombia se ha observado que los estudiantes universitarios experimentan problema de salud mental que se asocia a bajo rendimiento académico y aporta a la intención de abandonar los estudios y teniendo en cuenta que Colombia el segundo país de América Latina con la tasa de deserción universitaria más alta, cercana al 50%, es fundamental realizar investigaciones que identifiquen factores que puedan contribuir la deserción y fortalezcan las habilidades necesarias para que los estudiantes afronten las demandas del contexto universitario y así puede contribuir a mitigar los riesgos y mejorar su bienestar y salud mental, promoviendo la permanencia hasta alcanzar la graduación. Por otra parte, en los programas del área de la salud que tienen que realizar prácticas asistenciales se observa que los estudiantes pueden experimentar altos niveles de estrés, dificultades comportamentales y cognitivas.

Procedimiento: En la investigación se solicitará responder información correspondiente a datos sociodemográficos como edad, sexo, estado civil, ciudad y departamento de residencia, entre otros y cinco escalas psicometría Escala de Estresores Académicos, Escala de Depresión, Ansiedad y estrés DASS-21, ESCALA DE AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS ACADÉMICO, Perseverative Thinking Questionnaire for Clinical Psychology Trainees y la Escala de Satisfacción de la Vida. Es importante aclarar que los resultados de los instrumentos en esta investigación no tendrán un fin diagnóstico ya que serán empleados con fines académicos, investigativos y de publicación científica y podrían ser empleados en futuros estudios. Toda la información que proporcione estará amparada por los principios de confidencialidad y responsabilidad profesional. En aras de guardar anónimamente su identidad en ningún momento se le pedirá información personal como nombre, número de cédula u otra información que facilite su identificación, solo se solicitará el correo electrónico en caso de que desee la retroalimentación de los resultados. Los datos serán analizados y publicados de manera grupal, y no individual.

Beneficios: La participación en la investigación no tendrá ninguna retribución económica o materia. Sin embargo, este estudio contribuirá significativamente al entendimiento de la salud mental de los estudiantes de psicología, proporcionando información valiosa sobre los desafíos emocionales y psicológicos que enfrentan durante su formación académica. A partir de estos hallazgos, se podrán diseñar y proponer estrategias efectivas de promoción y prevención, orientadas a mejorar el bienestar

emocional y mental de los estudiantes, fomentando su desarrollo integral y fortaleciendo su capacidad para afrontar las exigencias tanto académicas como profesionales en el campo de la psicología.

Factores y riesgos: Este tipo de investigación es considerada de riesgo mínimo, ya que existe una baja probabilidad de activación emocional que se pueda presentar al momento de leer y responder algún ítem de los cuestionarios (Resolución 8430 de 1993).

Garantía de respuesta a inquietudes: Todas las inquietudes sobre el estudio serán resueltas por parte de las estudiantes de psicología Linda Pinto y María Paula Sánchez y el profesor del programa de psicología Jose Alirio Parra. Las cuales las pueden expresar directamente o por correo electrónico.

Garantía de libertad: La participación en el estudio es libre y voluntaria. Los participantes podrán retirarse de la investigación en el momento que lo deseen, sin ningún tipo de consecuencia.

Garantía de información: Es importante aclarar que los resultados de los instrumentos en esta investigación no tendrán un fin diagnóstico ya que serán empleados con fines académicos, investigativos y de publicación científica y podrían ser empleados en futuros estudios. Además, información será almacenada garantizando la confidencialidad de esta y posteriormente eliminada luego de dos años de finalizada la investigación.

Confidencialidad: Los nombres de las personas y toda información que sea proporcionada, serán tratados de manera privada y con estricta confidencialidad, estos se consolidarán en una base de datos como parte del trabajo investigativo, y respetando la normativa vigente de las Leyes de Habeas Data y de Protección de Datos Personales. Solo se divulgará la información global de la investigación, en un informe en el cual se omitirán los nombres propios de las personas de las cuales se obtenga información.

En caso de ser necesario, usted podrá contactar a:

Nombre:	Teléfono:	Email:
Jose Alirio Parra Guarnizo	3172966040	Jose.parra@uniminuto.edu.co
Linda Tania Pinto Barrantes	3016865281	linda.pinto@uniminuto.edu.co
María Paula Sánchez Oviedo	3103018748	Maria.sanchez-ov@uniminuto.edu.co

Certifico que he leído la anterior información, que entiendo su contenido y que estoy de acuerdo en participar de manera libre y voluntaria en la investigación.

Se firma en la ciudad de Bogotá a los ____ días, del mes _____ del año _____.

Nombre del Informado

Cédula:

Firma de Informado

Nombre del Informante

Cédula:

Firma del Informante