

## Capítulo 3

# Fortalecimiento de la salud mental desde el abordaje individual en los y las estudiantes de la residencia universitaria

---

Johanna Cristina Luzuriaga Mera  
Universidad Politécnica Salesiana  
Miembro grupo investigación GIPS  
jluzuriaga@ups.edu.ec  
<https://orcid.org/0000-0001-8544-2964>

Jennifer Alexandra Cifuentes Nogales  
Universidad Politécnica Salesiana  
jcifuentesn@est.ups.edu.ec  
<https://orcid.org/0009-0008-2408-046X>

## Introducción

La salud mental, según la Organización Mundial de la Salud, es un estado de bienestar mental que permite a las personas afrontar el estrés de la vida cotidiana, desarrollar sus capacidades, aprender y trabajar para contribuir a la comunidad. Es un componente integral de la salud que permite tomar decisiones, construir relaciones y dar forma al mundo en el que vivimos, además la salud mental es un derecho humano básico y es indispensable para el desarrollo personal, comunitario y socioeconómico (OMS, 2020).

Las alteraciones de la salud mental incluyen trastornos mentales y discapacidades psicosociales, así como una angustia significativa,

deterioro del funcionamiento o riesgo de autolesión. Las personas con trastornos de salud mental tienen más probabilidades de experimentar niveles más bajos de bienestar psicológico, pero este no es siempre ni necesariamente el caso.

Para la OMS (2020) cada persona puede estar expuesta a factores de riesgo, de carácter psicológico y biológico, como la inadecuada gestión emocional, el consumo de sustancias y la predisposición genética, pueden hacer que las personas sean más vulnerables a los problemas de salud mental. La exposición a circunstancias sociales, económicas, geopolíticas y ambientales desfavorables, incluida la pobreza, la violencia, la desigualdad, el desarraigo, la inseguridad, también aumenta el riesgo de que las personas sufran problemas de salud mental.

Los factores protectores en cambio sirven para fortalecer la resiliencia, incluyen las habilidades, destrezas en un sentido físico, emocional, espiritual, así como lo son las interacciones sociales positivas, educación de calidad, trabajo digno, entorno y cohesión comunitaria, entre otros.

En virtud de lo cual, los riesgos para la salud mental y los factores de protección pueden generar diferentes impactos dependiendo del alcance que tengan, siendo que las amenazas locales incrementan el riesgo para las personas, las familias y las comunidades mientras que las amenazas globales hacen más vulnerables a poblaciones enteras e incluyen crisis económicas, brotes de enfermedades, emergencias humanitarias y desplazamientos forzados y la creciente crisis climática.

Cada factor de riesgo y de protección tiene una capacidad predictiva limitada. La mayoría de las personas no desarrollan una enfermedad mental a pesar de la exposición a un factor de riesgo y muchas personas sin ningún factor de riesgo conocido desarrollan una enfermedad mental. No obstante, investigar sobre los determinantes interactuantes de la salud mental en las personas sirve para mejorarla o debilitarla.

En el Informe sobre la salud mental en el mundo: transformar la salud mental para todos, la OMS (2022) insta a todos los países a acelerar la aplicación del plan de acción enfocándose en tres “caminos hacia la transformación”:

- Profundizar el valor que los individuos otorgan a la salud mental.
- Reestructurar las características físicas, sociales y económicas de los entornos para proteger mejor la salud mental y prevenir afecciones de salud mental.
- Fortalecer la atención de salud mental para que se cubra todo el espectro de necesidades de salud mental a través de una red comunitaria de servicios y apoyos accesibles, asequibles y de calidad.

Es por ello que, de acuerdo con lo citado, se considera necesario tener una visión del bienestar psicológico de los estudiantes de la residencia universitaria y brindar un abordaje individual que permita mediante el asesoramiento o consejería conceptualizado como “una relación en la que un especialista ayuda a otra persona a comprender y resolver sus problemas de adaptación empleando recursos psicológicos” (Balarezo, 2014, p. 140) mientras que para Shertzer y Stone, 1972 (como se citó en Balarezo, 2019) es un proceso de interacción que facilita una comprensión significativa del yo, el medio y da como resultado el establecimiento y/o esclarecimiento de las metas y los valores con miras a la conducta futura.

Las condiciones necesarias para llevar a cabo este abordaje es: una persona en condición de asesorado, quien ha presentado algún conflicto en su comportamiento o conducta y recibe ayuda; una persona en condición de asesor, quien está respaldado por su formación académica específica; la recolección de información, que implica realizar una ficha psicológica, aplicación de reactivos y el establecimiento de una relación positiva, la cual hace referencia a generar un ambiente de comodidad, empatía y respeto.

Es por ello que, los estudiantes que realizan sus prácticas con la debida supervisión pudieron llevar a cabo el abordaje individual, para lo cual fueron seleccionados los estudiantes del último nivel de formación

en la carrera de psicología quienes cursaban la asignatura de Prácticas preprofesionales y mantuvieron una reunión previa de inducción, luego en los espacios de supervisión semanal se realizaba el seguimiento respectivo tanto para la aplicación de reactivos, entrevista y posterior acompañamiento individual.

El proceso de intervención se realizó en dos momentos, el primero donde se intervino con los 29 de los 30 residentes en equipos de dos estudiantes conformado por quienes realizaban el acompañamiento individual y grupal para optimizar la información proporcionada que aportaba a ambos abordajes mediante el psicodiagnóstico y la posterior intervención realizada con 26 residentes, mismo que tuvo una duración de 16 semanas.

Y el segundo donde se realizó la invitación a todos los residentes y solo se intervino con quienes de manera voluntaria aceptaron continuar con el proceso de acompañamiento individual, que para el caso fueron 12 residentes y se realizó durante 16 semanas.

### **Situación de partida y objetivos**

Los y las estudiantes que provienen de diversos pueblos y nacionalidades, al trasladarse desde sus lugares de origen a la ciudad donde se ubica la universidad, enfrentan crisis, duelos y desafíos complejos, al igual que sus familias, el grupo y la institución.

La salud mental de los estudiantes de la residencia universitaria se refiere al estado de bienestar emocional, psicológico y social. Involucra la capacidad de manejar el estrés, de relacionarse positivamente con los demás, de tomar decisiones acertadas y de enfrentar los desafíos de la vida que no se limita a la ausencia de trastornos mentales, sino que abarca un espectro más amplio que incluye el equilibrio emocional, el autoconocimiento, la autoestima y la capacidad de adaptación de cada una de las personas.

Es importante destacar que la salud mental es un componente fundamental de la salud en general, y su promoción y cuidado son aspectos esenciales para lograr una vida plena y satisfactoria es por ello por lo que resulta importante por las características de los residentes evaluarlos de manera integral.

### *La salud mental y la diversidad cultural*

La sensibilidad cultural desempeña un papel crucial en la promoción de la salud mental de los estudiantes residentes. Esta importancia radica en la necesidad de comprender y abordar las diversas dimensiones culturales que influyen en la salud mental, garantizando que las intervenciones sean efectivas, respetuosas y culturalmente competentes.

- La adaptación a un nuevo entorno
- El impacto de la separación de familia y amigos
- La discriminación

En el caso de los residentes que habitan en entornos rurales, se ven confrontados con una serie de estigmas y estereotipos perpetuados por individuos provenientes de zonas urbanas o incluso por sus propios progenitores. Estas creencias infundadas sugieren una sensación de inferioridad o falta de refinamiento, con afirmaciones que insinúan que su valía radica exclusivamente en su capacidad de asimilar conocimientos y adquirir saberes nuevos. En otras palabras, se les insta a cimentar su valía en la habilidad de aprender, dando a entender que su valía intrínseca no es suficiente para ser evaluada de manera positiva.

### *La salud mental y el rendimiento académico*

Debido al desconocimiento o tabú que existe sobre la salud mental, muchos de los estudiantes no cuentan con una adecuada gestión de sus emociones o adecuado manejo del estrés, y esto se vio influenciado en el rendimiento académico, sobre todo en aquellos que habían cursado algunos semestres, se sospechaba que algo estaba ocurriendo, pues en semana de exámenes se veía reflejado a través de sus calificaciones. En

el caso de los estudiantes que cursaban el primer semestre, este aspecto no se vio tan afectado, ya que el acompañamiento fue brindado desde el inicio del período académico.

Otro factor importante que disminuyó el rendimiento académico de los estudiantes fue la autoestima. Diversos factores influyen en este aspecto, como las experiencias de la infancia, ya que la calidad de las relaciones con los cuidadores en esta etapa influye en cómo una persona se percibe a sí misma.

### *Pérdida de las redes de apoyo*

Para empezar, se debe considerar que las redes de apoyo son sistemas formados por personas o grupos que brindan ayuda emocional, práctica o social a otros. Estas redes se componen de relaciones interpersonales sostenidas en la confianza, apoyo mutuo y reciprocidad (MSEd, 2023).

Por lo que la separación de la familia y amigos de origen puede resultar en una pérdida significativa, generando un fuerte impacto de esta pérdida en la salud mental de los estudiantes y la necesidad de construir nuevas conexiones en el entorno universitario.

Una vez analizada las características particulares de la población se plantea como objetivo general para la intervención individual:

- Brindar alternativas de fortalecimiento de relaciones interpersonales a los habitantes de la residencia universitaria, para fomentar una mejor convivencia y desarrollo integra.

Mientras que los objetivos específicos que permiten operativizar el objetivo descrito son:

- Realizar diagnósticos participativos en el nivel individual.
- Ejecutar un plan de fortalecimiento de las relaciones en el nivel individual.

- Implementar un proceso de evaluación sobre el mejoramiento de relaciones interpersonales.

## **Enfoque y metodología**

La intervención individual realizada por los estudiantes como parte de sus prácticas preprofesionales se llevó a cabo en dos momentos, los cuales se describen a continuación para diferenciar la metodología utilizada.

### **Primer momento: psicodiagnóstico**

Este abordaje se llevó a cabo en el periodo académico 61 que corresponde a octubre 2022 hasta enero 2023 con seis estudiantes de noveno nivel de la malla de rediseño que se encontraban realizando sus prácticas preprofesionales.

Para el acompañamiento individual se utilizó el método clínico, que se compone de observación, entrevista psicológica y aplicación de reactivos. La observación clínica se convierte en un insumo del proceso psicodiagnóstico porque permite atender al lenguaje verbal y paraverbal para encontrar consistencias o no en el relato de los residentes. En la entrevista psicológica se recogen aspectos de transversales y longitudinales de la historia de vida de cada residente enmarcadas en la norma ética y técnica para cumplir dicho fin. En cuanto a la aplicación de reactivos se utilizó en el primero momento la Escala de bienestar psicológico de Ryff, Escala de habilidades sociales y Test de Sacks adultos durante tres sesiones.

#### *Entrevista inicial*

La entrevista inicial es una herramienta fundamental del asesor/a, ya que es la forma de obtener información sobre la vida emocional de quien consulta. Las entrevistas iniciales se llevan a cabo con varios propósitos, entre ellos, conocer a la persona y las dificultades que le aquejan, identificar la manera en que funciona su mente y se relaciona con otras personas, así como las angustias que le asedian y los funcionamientos

defensivos que utiliza. Es decir, es una mirada en su vida interna para poder definir si las medidas tomadas durante la intervención resultan una indicación adecuada. Para Montseny (2023) como se citó en (Balarezo, 2019), la primera entrevista psicológica es un momento clave para establecer un conocimiento recíproco entre el entrevistador y el entrevistado donde es indispensable contar con habilidades básicas que influyen en la efectividad de la entrevista, como la empatía y la escucha activa. Para lo cual se utilizan las estrategias de primera entrevista que se relacionan con:

#### *Establecimiento del rapport*

Whitford Delgado (1983) como se citó en (Balarezo, 2019), se refiere en términos de la creación y estimulación del ambiente propicio, agregando que se debe garantizar una relación dentro de los marcos de una confiabilidad, dando muestras de honestidad y que el entrevistado así lo sienta; tratarlo como un ser humano al cual debe respetarse; darle la importancia que le confiere a los hechos por él consultados.

Algunas de las tácticas que se utilizan al inicio de la relación constituyen, entre otros, la conversación sobre temas diferentes, la recolección de datos informativos que suelen ser fáciles en sus respuestas, la cordialidad, evitar las esperas largas y el tono de voz amable.

#### *Aproximación diagnóstica*

La recolección de información tiene como objetivo identificar las características particulares de la personalidad y la historia vital del individuo. Se busca investigar aquello que el individuo no sabe de sí mismo, lo que no percibe pero que influye en sus decisiones, emociones y vínculos. Es decir, se pretende realizar una identificación del entrevistado, su familia, estructura socioeconómica, salud y antecedentes familiares.

La recolección de información tiene como objetivo identificar las características particulares de la personalidad y la historia vital del individuo. Se busca investigar aquello que el individuo no sabe de sí mismo, lo que no percibe pero que influye en sus decisiones, emociones y vínculos.

En este sentido, se pretende realizar una identificación del entrevistado, su familia, estructura socioeconómica, salud y antecedentes familiares.

Para ello, se desarrolló, junto con los estudiantes y las tutoras de la práctica, un formato de entrevista semiestructurada que abarca información sobre afiliación, estructura familiar, situación socioeconómica, salud, antecedentes familiares y personales, así como aspectos sociales, afectivos, la perspectiva pasada, características de personalidad, actividades recreativas y proyección futura.

Adicionalmente, se aplicaron diversos instrumentos de evaluación proyectivos y psicométricos con el fin de realizar una aproximación diagnóstica al problema o conflicto, rasgos de personalidad y el entorno familiar y social

#### *TEST DE FRASES INCOMPLETAS DE SACKS*

Es una prueba psicológica que entra en la categoría de las técnicas proyectivas. Se trata de un instrumento que permite al evaluador analizar aspectos inconscientes de la personalidad del individuo, “presenta la indudable ventaja de dar plena libertad a la respuesta, en vez de limitarla a un “SÍ” o un “NO”, el sujeto puede responder al estímulo como mejor le parezca” (Martínez y Ponce, 2013). De esta manera, es posible tener una idea más clara de lo que ocurre en el mundo interno de la persona y obtener un mejor diagnóstico. Esta técnica es una prueba que se utiliza en una amplia variedad de casos. A través de una serie de oraciones, es probable conocer más sobre cómo alguien percibe a su área familiar, sentimental, relaciones interpersonales y concepto.

#### *ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO*

En este cuestionario hay que tomar en cuenta ciertas dimensiones subjetivas, sociales y psicológicas, así como de salud. Es un instrumento de evaluación que nos permite medir múltiples aspectos del bienestar psicológico propuesto por Carol Ryff.

El objetivo de este cuestionario es medir los aspectos positivos de la salud mental y emocional. Puede lidiar con problemas como la aceptación de sí mismo, la autonomía, las relaciones positivas, el sentido de propósito, la autorrealización y la capacidad de afrontar desafíos.

En la versión propuesta de Van Dierendonck (2004) la cual consta de 39 ítems y que fue adaptada a la versión española en un análisis (Díaz *et al.*, 2006) en un formato de respuesta Likert entre uno (totalmente en desacuerdo) y seis (totalmente de acuerdo). El cuestionario mide el BP desde seis componentes: a) Auto-aceptación ( $\alpha=.84$ ); b) Relaciones 43 positivas ( $\alpha=.71$ ); c) Autonomía ( $\alpha=.70$ ); d) Dominio del entorno ( $\alpha=.82$ ); e) Propósito de la vida ( $\alpha=.70$ ) y f) Crecimiento personal ( $\alpha=.71$ ) (Páez D., 2008). En esta investigación se utilizó la versión de 39 ítems, en la que, de la seis sub-escalas del formato original del test se detalla en: a) Crecimiento Personal que posee siete ítems; b) Auto-aceptación poseen seis ítems; c) Relaciones Positivas, Dominio del Entorno seis ítems d) Propósito en la vida cuentan con seis ítems; y e) Autonomía están dispuestos ocho ítems (Yáñez, 2018).

#### ESCALA DE HABILIDADES SOCIALES

Las habilidades sociales son el conjunto de estrategias de conducta y las capacidades para aplicar dichas conductas que nos ayudan a resolver una situación social de manera efectiva, es decir, aceptable para el propio sujeto y para el contexto social en el que está.

Permiten expresar los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de modo adecuado a la situación en la cual el individuo se encuentra mientras respeta las conductas de los otros. Así, nos hacen mejorar nuestras relaciones interpersonales, sentirnos bien, obtener lo que queremos y conseguir que los demás no nos impidan lograr nuestros objetivos.

Cuando hablamos de habilidades sociales debemos tomar en cuenta las siguientes acciones: escuchar, iniciar una conversación, formular una pregunta, dar las gracias, presentarse, presentar a otras personas y realizar

un cumplido. Por otro lado, también existen lo que se denominan habilidades sociales complejas las cuales hacen referencia a empatía, inteligencia emocional, asertividad, capacidad de escucha, capacidad de comunicar sentimientos y emociones, capacidad de definir un problema y evaluar soluciones, negociación, modulación de la expresión emocional, capacidad de disculparse, capacidad de ser conscientes de los errores cometidos y reconocerlos, reconocimiento y defensa de los derechos propios y de los demás.

Asimismo, la prueba “se encarga de evaluar la conducta asertiva y habilidades sociales mediante un instrumento rápido capaz de medir ciertos aspectos” (Gismero, 2022), como autoexpresión en situaciones sociales, defensa de los propios derechos del consumidor, expresión de enfado o disconformidad, decir no y cortar interacciones, hacer peticiones y realizar interacciones activas con personas que nos parecen atractivas.

#### *Desinhibición emocional*

El objetivo es facilitar el relato libre para eliminar la tensión en la persona y buscar el alivio de la ansiedad inicial. La posición no directiva y ausente de crítica y asombro es la mejor recomendación al respecto. Igualmente, las manifestaciones empáticas tienden a la permisión actuando como facilitadoras de esta condición.

#### *Estrategias estimulativas*

Se deben utilizar frases de apoyo o reafirmación para generar confianza, optimismo y tranquilidad, mediante intervenciones dirigidas a persuadir o sugerir a los y las residentes sobre la factibilidad de realizar un acompañamiento individual. Para ello, se realizó una sesión de devolución de información sobre lo evidenciado en la evaluación, así como para escuchar y conciliar las expectativas que pudieran existir respecto al abordaje. Se reconoció que, en caso de presunción de algún trastorno, el residente sería derivado al Centro Psicológico Salesiano “Emilio Gambirasio” para recibir atención psicológica profesional y especializada.

### *ESTRUCTURACIÓN Y AFIANZAMIENTO DE LA RELACIÓN*

Para cumplir esta estrategia se somete al criterio complementario o simétrico, de acuerdo con las condiciones de la intervención (Harper, 1966). Por lo tanto, se exponen o se discuten los aspectos señalados, y el momento de hacerlo puede variar de acuerdo con la experiencia de los estudiantes que brindaban el acompañamiento individual, supervisados en los espacios de tutoría de sus prácticas preprofesionales. Para quienes aceptaban el acompañamiento, se fijaban horarios, tiempos y modalidad de la atención, que podría variar en formato presencial o virtual. Esto último favorecía que tanto el entrevistado/a como el entrevistador/a pudieran acomodar sus horarios para llevar a cabo las sesiones.

Una vez que concluye la fase psicodiagnóstica y de devolución se procede con realizar una planificación del asesoramiento, que para Balarezo (2022) supone un proceso donde el asesor/a asume una postura relativamente directiva para plantear objetivos y técnicas individualizadas con las que podría intervenir en la problemática detectada en los residentes. Las técnicas se relacionan con los objetivos plantados, que están relacionados con el asesoramiento, es por ello que se privilegió el uso de técnicas de modificación de actitudes, resolución de conflictos, programas de crecimiento personal relacionado con autoestima, asertividad y resiliencia ya que lo vinculado con habilidades sociales y resolución de conflictos familiares lo abordaron con los otros equipos de intervención del proyecto.

Y por último, el acompañamiento psicológico consistía en asesorar en conflictos intrapersonales, que se relacionan con el manejo de la frustración donde se aprecia una sensación de malestar menor frente a la insatisfacción de una motivación o necesidad de tipo fisiológico o social por la presencia de un obstáculo que no se puede enfrentar por carencias derivadas de su propia estructura y conflictos interpersonales, que se producen en la persona cuando las motivaciones, actitudes e intereses a los que se expone tiene valores incompatibles, excluyentes o ambivalentes (Balarezo, 2022).

**Figura 1***Actividades desarrolladas durante el abordaje individual*

*Nota.* Primer momento desarrollado con los estudiantes de la residencia.  
Elaborado por Luzuriaga (2023).

**SEGUNDO MOMENTO: ABORDAJE INDIVIDUAL VOLUNTARIO**

Este abordaje se llevó a cabo en durante marzo 2023 a junio 2023 con dos estudiantes de noveno nivel de la malla de rediseño que se encontraban realizando sus prácticas preprofesionales.

En relación con el trabajo realizado previamente, se estableció contacto telefónico y por correo electrónico con los y las estudiantes de la residencia. De un total de 23 personas, 12 respondieron afirmativamente, expresando su deseo de continuar con el acompañamiento individual.

Es allí donde las estudiantes que están realizando sus prácticas preprofesionales procesan la información recibida por sus compañeros y compañeras que les antecedieron para actualizar la información y ampliar

los datos obtenidos, planificar las intervenciones y realizar un proceso de monitorización de la intervención. Donde se utilizan los siguientes insumos para cumplir con este objetivo:

#### *FICHA INTEGRATIVA DE EVALUACIÓN PSICOLÓGICA*

Este documento presenta una plantilla para registrar la información de una evaluación psicológica de un paciente, resume sus datos personales, la demanda de la consulta, sus antecedentes disfuncionales familiares y personales, los resultados de las pruebas psicológicas aplicadas, el diagnóstico descriptivo del problema y las recomendaciones finales (Balarezo, 2019).

Este nuevo acercamiento parte de la aceptación de un consentimiento informado donde se explica los objetivos de la intervención, la modalidad con la que se llevarán a cabo los encuentros, las normas de confidencialidad, así como también se permitió conocer las expectativas y motivación de los y las residentes para estructurar el trabajo a realizarse.

La ficha permitió volcar y actualizar la información de los y las residentes en torno a la exploración de dos áreas: identificación de rasgos de personalidad y presencia de conflictos intra e interpersonales que deseaban ser abordados en los espacios de intervención. Cabe puntualizar nuevamente que ante la detección explícita o implícita de alguna sintomatología psicopatológica se derivaba a los profesionales especializados del Centro psicológico, ya que las competencias éticas y técnicas de los estudiantes que estaban realizando sus prácticas preprofesionales no permitían el abordaje sintomático.

### **Cuestionario de Personalidad SEAPSI**

La personalidad es un aspecto que todos poseemos, el cual nos diferencia de las demás personas y nos convierte en alguien único. Por lo tanto, tiene un rol de gran importancia en el desarrollo personal de un individuo. Del mismo modo, la personalidad es un factor que se estudia desde hace

muchos años atrás y ha venido evolucionando significativamente estos últimos años, gracias a nuevos aportes e investigaciones científicas. De tal manera, que hoy en día se conocen muchos más aspectos profundos sobre la personalidad y cómo funciona. Es decir, la personalidad es una estructura dinámicamente integrada de factores biológicos, psicológicos y sociales que determinan el modo de ser, sentir y pensar (Balarezo, 2019).

El cuestionario de personalidad SEAPsi-P es una herramienta que tiene la finalidad de identificar rasgos predominantes de personalidad, los cuales se agrupan en cuatro tipos: personalidades cognitivas, afectivas, relacionales y comportamentales. Este instrumento se considera de respuesta selectiva donde existen diez ítems de respuesta. El objetivo de este cuestionario es identificar los rasgos predominantes en cada tipo de personalidad, generar un perfil y orientar ciertas modalidades de intervención.

Este cuestionario se puede aplicar de forma individual o colectiva a cualquier persona a partir de los 15 años, para después ser calificado del 0 al 10 y trasladar los resultados para obtener un perfil de personalidad.

Para poder comprender la importancia de este cuestionario es necesario conocer los tipos de personalidad que conforman sus ítems.

En una primera dimensión se encuentran las personalidades cognitivas, conformada por un perfil anancástico y paranoide, la primera se caracteriza por una preocupación sobre el perfeccionismo y el orden; la segunda se caracteriza por una ausencia de confianza y gran sospecha hacia los otros.

En una segunda dimensión se incluyen las personalidades afectivas, conformadas por un perfil ciclotímico e histriónico. La primera se caracteriza por altibajos notorios en el estado de ánimo; la segunda se caracteriza por una excesiva emocionalidad, necesidad de llamar la atención y personalidades cambiantes.

Una tercera dimensión la componen las personalidades relacionales, conformadas por un perfil evitativo, dependiente y esquizoide. La primera

se caracteriza por eludir situaciones sociales o interacciones; la segunda se caracteriza por una necesidad generalizada y excesiva de ser atendido; y por último se caracteriza por no disfrutar las relaciones cercanas.

Y en la cuarta dimensión se encuentra la personalidad comportamental, conformada por un perfil inestable, esta se caracteriza por la existencia de ciertos patrones prolongados de emociones turbulentas o inestables.

### **Diagnóstico, autoconocimiento y análisis de la personalidad**

Considerando los resultados previos y el perfil de personalidad generado a partir de la implementación del cuestionario, se consideró que, durante este acompañamiento psicológico, una de las fases más importantes, aparte del contacto inicial y la aplicación del cuestionario, era la sesión de devolución de la información, pero con un enfoque desde el autoconocimiento sobre su personalidad. De esta manera, se podrían trabajar otros conflictos intrapersonales mediante técnicas individuales y adaptadas a su perfil de personalidad. Es decir, el autoconocimiento es indispensable en un proceso de acompañamiento. Para Vidal (2018) el autoconocimiento implica tener conciencia de nuestro funcionamiento e interacción con las personas y situaciones a las que nos vemos expuestos, además de reconocer nuestras tendencias para trabajar sobre lo que podemos mejorar en nuestra vida.

Es por eso que, en los jóvenes en los que se identificaron conflictos en el área afectiva, se implementaron técnicas de psicoeducación y resolución de problemas, con el objetivo de gestionar de forma adecuada su reacción hacia su entorno social o situaciones que les resultan estresantes, y que a su vez influyen en un cambio emocional repentino y excesivo. Además, se realizaron sesiones de psicoeducación sobre su perfil de personalidad, con el objetivo de generar un mejor autoconocimiento sobre los rasgos más significativos, que tienen aspectos que benefician o dificultan su desenvolvimiento personal.

## **Monitorización del proceso de intervención**

El monitoreo tiene como objetivo valorar de manera cuantitativa las valoraciones subjetivas emitidas por los y las residentes, los y las estudiantes y de ser el caso los familiares o allegados, así como también identificar el resultado que se ha obtenido al aplicar las pruebas o técnicas para considerarlo en el progreso, deserción, cierre o necesidad de derivación.

Se adjuntan también las guías con las cuales se realizó la planificación, en las que se requiere identificar un diagnóstico descriptivo y la formulación dinámica del problema, interrelacionando factores precipitantes, predisponentes, perpetuadores y protectores, así como el diagnóstico descriptivo de la personalidad. Con base en esto, se realiza el planteamiento de objetivos y las técnicas de asesoramiento a utilizar, y la guía de evolución y ejecución técnica, donde se muestra el uso e impacto de cada sesión. Todo esto contribuye a que la intervención sea realizada de manera sistemática y procesual, para tomar consideraciones futuras.

## **Experiencia de los residentes al abordaje individual**

Los residentes, en su mayoría, mostraron apertura al acompañamiento psicológico. Encontraban en los estudiantes apoyo y contención para sobrellevar conflictos inter e intrapersonales.

En un primer momento, el acompañamiento se realizó con 26 de los 30 residentes. En el segundo momento, de los 23 residentes que mostraron apertura para continuar con el acompañamiento, 12 decidieron dar seguimiento al proceso, y ocho finalizaron el acompañamiento. A estos residentes se les aplicaron las guías de monitorización, y la perspectiva que tuvieron sobre la intervención realizada por parte de los estudiantes fue positiva, ya que percibían que conocer sus rasgos de personalidad les permitía entenderse mejor a sí mismos y comprender a las personas de su entorno, lo que favorecía una mayor funcionalidad, incluso para resolver las adversidades cotidianas.

## **Experiencia de los estudiantes que realizan su práctica preprofesional**

Los estudiantes se sintieron motivados y expectantes al tener que llevar a cabo un proceso sistematizado de acompañamiento individual. La experiencia resultó enriquecedora en el ámbito práctico, ya que estuvieron a cargo de todo el proceso de evaluación y acompañamiento psicológico en la primera fase. En la segunda fase, incluso pudieron vivir la experiencia de que los residentes compartieran con ellos el impacto de la intervención realizada. Se pudieron recoger algunas verbalizaciones que coincidían en ser positivas, como: “Esta práctica me hizo dar cuenta de que esto es lo mío” y “Fue emocionante ver que se mostraron interesados en continuar el proceso... pensé que no me responderían ni los mensajes”.

## **Conclusiones**

La satisfacción con los resultados obtenidos de los estudiantes es alta, ya que si bien no se tuvo el alcance de la totalidad de residentes se consiguió hacerlo con quienes mostraron receptividad amparados en el código ético. La satisfacción de los usuarios en su gran mayoría por parte de los residentes es alta, como se recoge en la guía No. 8 de la evaluación final del proceso de acompañamiento donde se evidencia el compromiso para el abordaje realizado.

Los objetivos del proyecto se han logrado ya que se brindó alternativas de fortalecimiento de relaciones interpersonales a los habitantes de la residencia universitaria, para fomentar una mejor convivencia y desarrollo integral mediante la realización de una evaluación diagnóstica en el nivel individual. Así como también se ha ejecutado un plan de fortalecimiento mediante el autoconocimiento de su perfil de personalidad para con base en ello favorecer el desarrollo personal y la resolución de conflictos intra e interpersonales.

Para los estudiantes, esta experiencia permitió el desarrollo de destrezas y habilidades prácticas de acompañamiento psicológico individual,

ya que al plantearse con flexibilidad en cuanto al horario y formato de intervención favoreció a que los residentes puedan adherirse óptimamente al proceso y en la mayoría poder concluirlo según la planificación realizada. Además, los estudiantes al recibir una valoración positiva del trabajo realizado van fortaleciendo su seguridad y autoeficacia.

La monitorización con las guías utilizadas permitió hacer un seguimiento sistematizado del abordaje que en los espacios de supervisión de la práctica se iban retroalimentando.

El desarrollo personal tributa a la salud mental y el alcance obtenido con el proceso de intervención realizado con los residentes mediante el autoconocimiento, favorece el empleo de estrategias individualizadas para el manejo en distintas situaciones y entornos.

Es necesario identificar algunas situaciones que resultaron ser barreras. A pesar de que los estudiantes hicieron un encuadre claro de la intervención en cuanto a horarios y objetivos, se encontraron con que los residentes no cumplían con los acuerdos previos: no notificaban con antelación su inasistencia o dejaban de responder mensajes o llamadas. Algunas razones que podrían explicar esta situación están relacionadas con la condición de los residentes como estudiantes, quienes en ocasiones enfrentaban imprevistos debido a tareas o exámenes, los cuales eran prioritarios frente al encuentro pactado con los estudiantes. Además, la falta de una demanda espontánea inicial y la gratuidad de la intervención podrían haber afectado la adherencia, considerándose, en algunos casos, como un beneficio unidireccional para los estudiantes que realizaban el acompañamiento.

También se podría considerar como un esfuerzo mal aprovechado, la condición de disposición de los estudiantes para llevar a cabo la intervención individual con todos los residentes. Sin embargo, solo algunos mostraron el interés y receptividad de darle continuidad en el segundo momento.

En relación con la detección de problemas se encontraron estrategias para procurar que los abordajes se lleven a cabo de manera semanal en el mismo horario para mejorar la adherencia al proceso. Esto dio un mejor resultado que hacerlo de manera indistinta, también el empleo de un formato virtual favoreció a la continuidad del proceso, puesto que brindaba mayor posibilidad al hacerlo por la noche o incluso en fines de semana.

Por último, la necesidades detectadas y recomendaciones se dan en torno a ofrecer los espacios de acompañamiento individual por parte de los estudiantes para abordar el desarrollo personal permitió en algunos residentes mostrarse más abiertos a la intervención psicológica por la corta brecha intergeneracional que disminuía la resistencia. Sin embargo, es importante que este acompañamiento se realice de manera supervisada para detectar aquellos casos que requieren un abordaje terapéutico profesional por las características o demandas que no podrían ser resueltas ni ética ni técnicamente por los estudiantes en formación, sino que ameritan una derivación al Centro Psicológico.

## Anexos

### *Ficha de entrevista psicológica semiestructurada*

Nombre del entrevistador/a:	
Nivel:	Asignatura:
Fecha de aplicación:	

### *Identificación de/la entrevistado/a*

Apellidos:	Nombres:	Edad:
Lugar y fecha de nacimiento:	Género:	Etnia:
Procedencia:	Religión:	Estado civil:
Carrera:	Nivel:	Ocupación:

### *Estructura familiar*

Padre:			
Edad:	Instrucción:	Profesión:	Ocupación:
Madre:			
Edad:	Instrucción:	Profesión:	Ocupación:

### *Estructura socio económica*

Vivienda					
Casa		Departamento		Otros	
Propia	Arrendada	Compartida	Vivienda fiscal	Prestada	Otros
Servicios básicos					
Luz	Agua	Teléfono	Internet	TV cable	Auto

## Salud

¿Existe alguna dificultad de salud actualmente?		Si	No
Padece o ha padecido algún tipo de enfermedad:			
Infecciosa	Sensorial	Broncopulmonar	
Cardíaca	Alérgica	Renal	
Neurológica	Psiquiátrica	Otra	
¿Toma algún tipo de medicación de manera constante?		Si	No

## Antecedentes familiares

¿Su familia ha tenido alguna enfermedad significativa?		
Diabetes	Presión arterial	Enfermedad crónica
Epilepsia	Retardo mental	Trastorno de lenguaje
Alcoholismo	Drogadicción	Trastorno psicopatológico
Enfermedad neurológica	Enfermedad psiquiátrica	Otra

## Antecedentes personales actuales

1. ¿Cómo describiría su experiencia viviendo en la residencia?
2. Actualmente, ¿cómo describiría su estado emocional?
3. ¿Cómo fue su proceso de acceder a una beca estudiantil?
4. ¿Cómo fue la transición de mudarte de tu lugar de origen a la ciudad?

## Antecedentes sociales y afectivos

5. ¿Cómo fue/es tu primer semestre?
6. Desde el tiempo que has estado aquí, ¿Has podido desarrollar alguna relación significativa?
7. ¿Cómo describirías la convivencia con tus compañeros?
8. ¿Tienes alguna relación afectiva? ¿Cómo ha sido tu experiencia manejando las relaciones familiares a distancia?

***Perspectiva pasada***

9. ¿Qué recuerdos tienes de tu niñez y adolescencia?
10. ¿Qué percepción tienes de tus padres?
11. ¿Qué añora o rechaza del pasado?

***Afrontamiento***

12. ¿Has notado algún cambio en tu conducta desde que empezaste a ser residente en la ciudad?
13. ¿Cómo ha sido tu experiencia adaptándote a un nuevo ambiente?
14. Cuando tienes alguna dificultad o problema ¿Qué haces, a quién acudes?

***Personalidad***

15. ¿Cómo te describirías a ti mismo/a?
16. ¿Cómo crees que te perciben tus compañeros residentes?
17. ¿Qué dice tu familia que te caracteriza?
18. ¿Qué cualidades te agradan?
19. ¿Hay algo que te gustaría cambiar de tu manera de ser?

***Actividad recreativa***

20. ¿Qué actividades te gusta realizar en tu tiempo libre?
21. ¿Qué actividades te llaman la atención y no has tenido la oportunidad de realizar?

***Proyección futura***

22. ¿Cómo te ves a futuro cuando acabes tu carrera?
23. ¿Tienes algún proyecto que te gustaría realizar en el corto, mediano o largo plazo?

**Guía No. 3**  
**Ficha integrativa de evaluación psicológica**  
**FIEPS**

No. \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

Elaborada por: \_\_\_\_\_

**DATOS INFORMATIVOS**

Nombre			
Edad	Estado Civil	#de hijos	Religión
Lugar y fecha de nacimiento			
Residencia	Dirección		Telf.
Instrucción	Profesión		Ocupación
Grupo étnico	Grupo socio-económico		Género
Padre	Edad	Ocupación	
Madre	Edad	Ocupación	
Hermanos, género y edad de cada uno de ellos			Lugar que ocupa entre sus hermanos
Informante		Parentesco	

**Tipo de atención**

Ambulatorio		Acogida	
Hospitalizado		Consulta Privada	
Otros ¿Cuál?			

**DEMANDA EXPLÍCITA****DEMANDA IMPLÍCITA****ANTECEDENTES DISFUNCIONALES****BIOGRAFÍA PSICOLÓGICA PERSONAL Y FAMILIAR**

Estilos disciplinarios <i>Estructura familiar, estilos de crianza, fases psicosexuales</i>	
Tipo de apego <i>Seguro, ansioso, ambivalente, evitativo, desorganizado</i>	
Sociabilidad <i>Restringida o abierta</i>	
Pérdidas afectivas <i>Separación, muerte, abandono</i>	
Experiencias de aprendizaje <i>Experiencias traumáticas</i>	
Sobreestimulación <i>Sobreestimulación cognitiva, afectiva o comportamental</i>	
Concienciación <i>Valores familiares, religiosos y culturales</i>	

**RESULTADOS DE PRUEBAS PSICOLÓGICAS****CONCLUSIONES DIAGNÓSTICAS**

Diagnóstico descriptivo y formulación dinámica del problema

Diagnóstico descriptivo y formulación dinámica de la personalidad

**CRITERIOS PRONÓSTICOS****RECOMENDACIONES**

## Guía No. 5 Planificación del proceso

### *Diagnóstico descriptivo y formulación dinámica del problema*

Objetivos	Técnicas

### *Diagnóstico descriptivo y formulación dinámica de la personalidad*

Objetivos	Técnicas

**Guía No. 6**  
**Evolución**

***EJECUCIÓN Y APLICACIÓN TÉCNICA***

Fecha	Evolución	Actividad

**Guía No. 8**  
**Evaluación final del proceso psicoterapéutico**

PROCESO DE INTERVENCIÓN			
Asesoramiento			
OBJETIVOS ESTABLECIDOS			
Asesoramiento			De personalidad
CUMPLIMIENTO DE OBJETIVOS			
Nivel de satisfacción			
Residente		Observaciones	
Estudiante practicante		Observaciones	
TÉCNICAS EMPLEADAS Y GRADO DE EFICACIA			
Asesoramiento			
De personalidad			

A = Alto  
M = Medio  
B = Bajo

***Interrogantes al finalizar el acompañamiento psicológico***

		SI	No	¿POR QUÉ?
Finalización del proceso				
Cumplimiento de expectativas	Residente			
	Familiares			
	Instituciones			
	Otros			
	Practicante			
Tratamiento mixto				
Derivación del residente a otro profesional				
Deserción del residente				

## Referencias bibliográficas

- Balarezo, L. (2014). *Apuntes de sistemas contemporáneos de psicología*. Centro de Publicaciones PUCE
- Balarezo, L. (2019). *Psicoterapia integrativa focalizada en la personalidad*. EdiSEAPSI.
- Balarezo, L. (2020). *Bases metodológicas del modelo integrativo focalizado en la personalidad*. EdiSEAPSI
- Cherry, K. (2023). How Social Support Contributes to Psychological Health. *Verywell Mind*. <https://bit.ly/4j3opS1>
- Díaz, D., Rodríguez-Carvajal, R., Blanco, A., Moreno-Jiménez, B., Gallardo, I., Valle, C., & Van Dierendonck, D. (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema*, 18(3), 572-577.
- Etienne, C. F. (2018). Mental health as a component of universal health. *Rev Panam Salud Publica*, 42, e140. <https://doi.org/10.26633/RPSP.2018.140>
- Gismero, E. (2022). *Escala de Habilidades Sociales EHS*. 4ta Edición.
- Martínez, A. y Ponce, J. (2020). *Test de frases incompletas*. Centro de especialidades psicológicas.
- Organización Panamericana de la Salud. (2014=). Plan de acción sobre salud mental 2015-2020. 53 Consejo Directivo, 66 Sesión del Comité Regional de la OMS para las Américas. Washington, DC: OPS. <https://bit.ly/3W7ssTs>
- Vidal, J. (2018). *Personalidad: Comprendiendo los rasgos de personalidad*. Editorial de Área Humana
- World mental health report: transforming mental health for all. (2022). Geneva: World Health Organization; ISBN 978-92-4-004933-8 (electronic version).
- Yáñez, D. (2018). *Bienestar psicológico y su relación en el bienestar laboral del personal de salud del hospital básico san miguel*. Pontificia Universidad Católica del Ecuador. <https://bit.ly/4h12iKb>