

# Revista Electrónica de Psicología Iztacala



Universidad Nacional Autónoma de México

Vol. 28 No. 2

Junio de 2025

<https://doi.org/10.22402/REPI.2025.28.02.13>

## PROGRAMA DE INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA ESTUDIANTIL PARA LAS ESCUELAS DE PSICOLOGÍA

Victoria González Ramírez<sup>1</sup>

Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo  
Michoacán, México

### RESUMEN

El presente trabajo tiene el propósito de describir una propuesta de capacitación para la intervención psicológica básica, de estudiantes de últimos semestres y egresados de la licenciatura en Psicología, a los estudiantes de recién ingreso y primeros semestres.

Tras una capacitación en estrategias de intervención psicológica que incluía habilidades de psicoeducación, evaluación psicológica e intervención cognitivo conductual básica, los estudiantes cursantes atendieron a los estudiantes solicitantes. Se trabajó con 45 estudiantes (cursantes) de último año y recién egresados de la licenciatura en Psicología, quienes atendieron a un total de 82 personas (solicitantes), que reportaron al final del proceso, estar satisfechos con la atención. Este programa, representa una posibilidad de atención psicológica en comunidades estudiantiles. Es un mecanismo sencillo, económico y factible en las escuelas de Psicología de las universidades públicas de nuestro país.

**Palabras clave:** atención psicológica, comunidad estudiantil, acompañamiento, psicológico, cognitivo-conductual.

<sup>1</sup> Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo, Facultad de Psicología. Dirección Postal: Braulio Mercado, 484, Col. Congreso Constituyente de Michoacán, Morelia, Michoacán, México, C. P. 58219. Número celular 4434106912 Correo electrónico: [victoria.gonzalez@umich.mx](mailto:victoria.gonzalez@umich.mx)  
<https://orcid.org/0000-0001-7535-3538>

# STUDENT'S PSYCHOLOGICAL INTERVENTION FOR PSYCHOLOGY SCHOOLS

## ABSTRACT

To describe a basic psychological intervention proposal aimed at the assistance by the last semesters students and psychology graduates to the incoming students and from the first semesters.

After a training in strategies to provide tutoring, psychoeducation, psychological assessment, therapeutic accompaniment and a basic cognitive behavioral intervention, the attendant will assist those students who request the attention.

The program was carried out by 45 students from the last year of the career and recent graduates in Psychology. The attendants assisted a total of 82 people who were reportedly satisfied with the attention.

This program represents a possibility for psychological treatment in student communities. It is a simple, inexpensive and feasible mechanism to implement in the public psychology universities in our country.

**Keywords:** psychological care, student community, accompaniment, cognitive-behavioral.

Los problemas emocionales y la demanda de atención psicológica han aumentado de manera importante en los últimos años. De forma previa a la pandemia por COVID-19, la depresión y la ansiedad ya se consideraban un problema de salud pública; entre los años 2015 y 2019, en nuestro país, más de 50 millones de personas reportaron sentirse preocupados y nerviosos, mientras que más de 28 millones reportaron signos de depresión (Almonte et al., 2019; INEGI, 2024). En muchos casos, la pandemia aumentó los problemas emocionales, encontrándose en la actualidad seis puntos porcentuales por encima de la medición del año 2018 (Teruel et al., 2021).

Los problemas emocionales no sólo han afectado a la población general; se han reportado mayores índices de problemáticas emocionales en jóvenes que cursan los estudios universitarios, independientemente de la carrera profesional de que se trate (Gastelú y Hurtado, 2022; Navarro et al., 2023; Troncoso y García, 2020), aunque en áreas de la salud, la incidencia de problemas emocionales es especialmente elevada (Almonte et al., 2019). En el caso de los estudiantes de Psicología, además de compartir la vulnerabilidad del resto de la población, es conocida la alta prevalencia de rasgos de personalidad sensibles y altas puntuaciones en las escalas de depresión y ansiedad en este grupo profesional

(Ochoa et al., 2021). Es por esto que los psicólogos en formación, representan un grupo vulnerable que requiere de atención psicológica de manera prioritaria, reportándose que, a menor edad, más problemas emocionales; es decir, en general los jóvenes de más reciente ingreso muestran niveles de depresión más altos que sus compañeros de grados superiores (Vallejo et al., 2020).

La depresión y la ansiedad afectan de forma importante la calidad de vida y el desempeño escolar (Almonte et al, 2019; Navarro et al., 2023), lo cual es una condición negativa para los estudiantes en general, pero especialmente para los de Psicología. Dado que eventualmente ellos mismos dedicarán parte de su trabajo precisamente a la atención emocional de la población, es fundamental que se atiendan sus necesidades afectivas. Además, de acuerdo a las competencias esperadas en un profesional de la Psicología, se encuentra la capacidad de *autocuidado* (Facultad de Psicología UMSNH, 2024), por lo que debe promoverse y facilitarse como parte de su formación.

Atender las necesidades emocionales de los jóvenes estudiantes de las escuelas de Psicología, sobre todo en el caso de escuelas públicas, es todo un reto. Los recursos personales y financieros de las universidades públicas, están lejos de ser suficientes para satisfacer las necesidades de la población. Además, es tal la cantidad de estudiantes con afectaciones y demandantes de servicio, que no hay en nuestro país una clínica que tenga la infraestructura ni el personal suficiente para dar respuesta a esta condición, es conocida la brecha que existe entre la necesidad de servicio y la atención brindada (Cerecero et al., 2020).

Y, sin embargo, la necesidad persiste, es profunda y apremiante. Es por ello que se considera prioritaria la generación de mecanismos diversos, optimando los recursos de la comunidad, en particular a los estudiantes de últimos semestres y egresados dispuestos, para dar contención básica y acompañamiento psicológico a los más jóvenes o de recién ingreso (“solicitantes”) y con ello optimizar la formación como profesionales de la Psicología; en unos atendiendo su necesidad emocional y en otros fortaleciendo la capacitación en habilidades profesionales de intervención en Psicología.

Calero et al., (2018) reportan que un tratamiento psicológico, realizado básicamente por psicólogos inexpertos, puede mejorar la funcionalidad de las personas tratadas; en su estudio, describen la asistencia psicológica desarrollada en una clínica universitaria española, llevada a cabo por psicólogos recién formados (licenciados y estudiantes de recién ingreso al máster). Las autoras reportan que, aun en el caso de que terapeutas con poca experiencia sean quienes desarrollem el proceso clínico, si son supervisados por otros de mayor experiencia, consiguen una buena aplicación de los tratamientos. Destacan los beneficios en cuanto a la formación de los jóvenes psicólogos y los beneficios respecto al servicio que reciben los solicitantes. Tras la revisión de la literatura relevante, no se encontraron registros de programas similares en nuestro país.

El contexto en nuestro país no es muy diferente en cuanto a demanda de atención psicológica se refiere. La Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo en el Estado de Michoacán, es una Universidad pública, con una matrícula superior a los 40 mil alumnos, provenientes de comunidades del propio Estado de Michoacán y de Estados aledaños (Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo, 2024). La Facultad de Psicología de esta Universidad, tiene una matrícula de cerca de 1800 estudiantes (Facultad de Psicología, 2020). Esta institución ha brindado el servicio en el Centro Integral de Intervención Psicológica CIIP, un espacio abierto al público y al estudiantado de la propia institución, donde se desarrollan diversas actividades de intervención clínica. Sin embargo, la oferta es insuficiente.

Ante esta condición, la atención de un sector de esta población demandante, el estudiantado, puede ampliarse si se establecen mecanismos de formación de los estudiantes de semestres avanzados como psicólogos acompañantes o *psicólogos inexpertos* que desarrollem una atención psicológica básica, capaces de brindar psicoeducación, evaluación psicológica, identificación de la necesidad de otro servicio o especialidad y la posibilidad de desarrollar intervenciones cognitivo conductuales básicas.

El entrenamiento propuesto en formato de curso-taller, además de permitir brindar un servicio psicológico básico a los más vulnerables de la comunidad educativa, puede representar algunas ventajas para los estudiantes de semestres avanzados

y egresados interesados en cursarlo (“cursantes”). Puede en primer lugar, dar respuesta a la demanda que comúnmente encuentran, por ejemplo, cuando desarrollan prácticas profesionales o servicio social en instancias sanitarias. En estas instituciones, es común que les pidan “*dar terapia*” o intervenir de una u otra forma clínica con los pacientes, actividades para las cuales en la actualidad los estudiantes y muchos egresados, no se sienten “*capacitados-preparados*” ( impresiones recogidas de comentarios de estudiantes y egresados de la Facultad de Psicología, UMSNH).

Además, el entrenamiento puede ofrecer a los estudiantes cursantes, estrategias que fortalezcan su desarrollo profesional, ayudando en su acceso a un contexto laboral o a la posibilidad de generar de forma autónoma, la práctica clínica. Pueden también desarrollar lo aprendido, aplicándolo a la población de su comunidad de origen. En cuanto a la disposición de los estudiantes a participar en el programa de capacitación clínica, no se anticipan dificultades, pues el interés en el desarrollo de tareas clínicas, es común entre los estudiantes de Psicología.

Habiendo tal necesidad de atención psicológica al interior de buena parte de las comunidades académicas de universidades públicas de nuestro país, los participantes que se formen en el curso-taller, pueden ofrecer el apoyo a sus compañeros de semestres inferiores, aportando mecanismos de cuidado emocional de la comunidad, atendiendo al grupo más vulnerable de la comunidad.

El desarrollo del programa (que implica el curso taller y la atención a la población), es factible en las escuelas públicas y es congruente con el perfil de egreso de muchas de ellas. En particular el perfil de egreso de la licenciatura en Psicología de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo, menciona acerca del egresado de la licenciatura está capacitado para elaborar diagnósticos, proyectar intervenciones para la prevención y atención, así como coadyuvar a la solución de algunas problemáticas psicológicas que aquejan a la sociedad, gestionando e implementando programas de intervención psicológica para ello (Facultad de Psicología UMSNH, 2024).

Por lo anterior, se considera que la institución pública, a pesar de no contar con recursos financieros que faciliten el mecanismo de atención, sí cuenta con los

recursos personales (docentes que pueden fungir como capacitadores y supervisores por un lado y estudiantes avanzados y egresados interesados en la clínica psicológica, por otro) que posibilitan la implementación del programa para atender a las personas de la comunidad universitaria que demandan servicio psicológico y a quienes va dirigido el programa: los estudiantes de recién ingreso y semestres iniciales. Al ser los más jóvenes, muchas veces con carencias económicas y reciente desplazamiento a la ciudad para estudiar, dejando su casa y a su familia, se convierten en un grupo altamente vulnerable, por lo que es fundamental permitirles ser escuchados y atender sus necesidades emocionales o de servicio psicológico.

#### Objetivo general

Describir una propuesta de capacitación para la intervención psicológica básica, dirigida a la atención por parte de estudiantes de últimos semestres y egresados de la licenciatura en Psicología, a los estudiantes de recién ingreso y primeros semestres.

#### Objetivo del programa de intervención

Capacitar a estudiantes de los últimos semestres (8° y 9°) y egresados de la licenciatura en Psicología, en habilidades de intervención psicológica para la atención de los estudiantes más jóvenes de la comunidad estudiantil (y otros que así lo demanden y lo consentan) a través de un curso taller de capacitación para la intervención psicológica, que incluye habilidades de psicoeducación, evaluación psicológica e intervención psicológica cognitivo conductual básica, así como la identificación de necesidades y la referencia a otros servicios o especialidad.

### MÉTODO

#### Participantes

Se trabajó con 45 estudiantes (cursantes), de una Universidad pública de México (Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo), a quienes se les impartió el curso taller para la intervención psicológica básica.

Los criterios de inclusión para pertenecer al grupo de cursantes, fueron:

1. Ser estudiante regular de los últimos semestres (8° y 9°) de la licenciatura en Psicología de la UMSNH o recién egresado de la misma (no más de dos años de haber obtenido el título de licenciatura).
2. Mostrar interés en la formación en psicología clínica.
3. Mostrar disposición hacia el servicio comunitario.
4. Capacidad de trabajo en equipo.
5. Firma de consentimiento informado y carta compromiso.

#### Procedimiento

Para el reclutamiento de estudiantes cursantes: Para integrar el grupo de estudiantes de último año de la licenciatura y Psicólogos recién egresados interesados en la formación en psicología clínica, se comentó a un grupo de estudiantes con estas características la apertura del programa y en forma de bola de nieve, se conformó un grupo inicial de 53 interesados. Se tuvo una primera reunión con ellos, identificando su pertenencia a la comunidad de la Facultad mencionada. Se les explicaron los propósitos del programa y las condiciones en que se desarrollaría, las cuales se enlistan a continuación:

- El presente es un programa piloto.
- Se requiere de un encuentro semanal de dos horas para recuperación de saberes y capacitación en estrategias clínicas y de evaluación.
- Se requiere el desarrollo constante de las tareas y actividades implicadas en el programa.
- Una vez que se asigna un solicitante, se deberán realizar un máximo de 8 sesiones o encuentros gratuitos.
- Se requiere de un encuentro semanal de 1 hora para supervisión grupal de procesos.
- Se requiere la entrega de bitácoras de atención y reporte final del proceso.

### Organización general del programa:

Las sesiones del curso taller para la intervención psicológica básica, que incluye habilidades de psicoeducación, evaluación psicológica e intervención psicológica cognitivo conductual básica, así como la identificación de necesidades y la referencia a otros servicios o especialidad, se realizaron los miércoles, durante aproximadamente dos horas, a lo largo de 20 sesiones.

El espacio requerido fue un aula ventilada, con suficientes butacas y con pintarrón. A continuación, se presenta el temario del curso taller para la intervención psicológica básica, del cual se revisó un tema por cada sesión, aproximadamente.

Tabla de contenidos del curso taller para la intervención psicológica básica.

Tema	Contenido	Indicaciones.
<b>Presentación</b>	Presentación del programa y firma de consentimiento informado. Acuerdos.	Condiciones y formato de los encuentros, propósitos del programa y cronograma. Firmar consentimiento informado.
<b>Introducción al Psicodiagnóstico (PDX)</b>	Tipos de Psicodiagnóstico (PDX) Indicaciones, alcances y limitaciones.	Importancia del Psicodiagnóstico: Línea base. Identificación de necesidades y de otros servicios.
<b>Entrevista e Historia clínica</b>	Tipos de Entrevista Historia Clínica y Expediente.  Aciertos y errores de entrevista.	Revisar formato, tipos y rubros de Entrevista. Reflexionar la importancia del expediente e historial clínico y los aspectos éticos relevantes en Psicología.
<b>Personalidad</b>	Temperamento, Carácter y Rasgo.	Revisar los conceptos asociados a la <b>PERSONALIDAD</b>
<b>Trastornos de la Personalidad y su PDX</b>	Clusters A, B y C	Identificar elementos grupales y específicos, reconociendo implicaciones de los rasgos.
<b>Codependencia</b>	Definición y dinámica de la codependencia.	Reflexionar acerca del síndrome de la codependencia, su génesis y mantenimiento.
<b>Análisis e implicación de los rasgos</b>	Los rasgos más allá de la patología.	Identificación de rasgos de personalidad y su posibilidad de anticipación y pronóstico.
<b>Género y personalidad</b>	Implicaciones del género y la crianza en la personalidad.	Identificar rasgos y alteraciones psicológicas asociadas al género.
<b>Violencia</b>	Estructura de la violencia	Identificar tipos y vivencias de la violencia.
<b>Modelo BASIC/ID de Arnold Lazarus</b>	Ánalisis de Caso: Conducta, Afecto, Sensaciones, .Imágenes, Cognición, Interacción, Drogas.	Organizar información obtenida a través de entrevista y evaluación, según el modelo BASIC ID
<b>Evaluación y PDX de la Personalidad</b>	16 PF y MMPI Alcances y limitaciones.	Revisar los reactivos que componen las pruebas e identificación de factores.

Tema	Contenido	Indicaciones.
<b>Clasificación y PDX de los Trastornos de ánimo y ansiedad</b>	Bipolar I y II Ciclotimia, TDM y Distimia. TAG, TEPT, Crisis de angustia, TOC, Agorafobia, Fobia simple y social	Criterios DX según DSM-V (2015): Por OBSERVACIÓN (lista de cotejo) vs ESCALAS Revisar los reactivos y sus criterios de validez y confiabilidad.
<b>Introducción a la TCC.</b>	Formato, alcances, limitaciones y perfil deseable del terapeuta cognitivo conductual.	Reflexionar las características de la terapia y el rol del terapeuta CC.
<b>Fundamentos filosóficos de la terapia CC</b>	Budismo y Escuela Helenística: Estoicismo, Hedonismo, Cinismo, Cristianismo.	Exposición de los principios estoicos y otros, que fundamentan las intervenciones.
<b>Procedimientos básicos TCC</b>	Distorsiones Cognitivas (Beck, A.). Pensamientos irracionales (Ellis, A.). Autorregistro, Proceso ABCDE	Identificar las ideas, debate y argumentación. Análisis de canciones populares, análisis de auto-registros. Desarrollo del proceso ABCDE.
<b>ABC de la TCC de A. Beck y A. Ellis</b>	TC de la Depresión y Ansiedad: Triada cognitiva. Personalidad y distorsiones cognitivas.	Revisar las explicaciones de Beck y Ellis de la conducta alterada o afectada.
<b>Procedimientos coadyuvantes en TCC</b>	Técnicas cognitivas, conductuales y emocionales	Biblioterapia, psico-educación, autobiografía, listados temáticos, línea de vida. Desensibilización sistemática, entrenamiento en Relajación.

**Para invitación de estudiantes solicitantes:** se realizó una visita a los salones de tres grupos de primer semestre de la Facultad de Psicología de la UMSNH. Se les explicó el propósito y mecanismos de operación del programa y finalmente se les hizo la invitación en caso de estar interesados. Se ofreció un número celular donde se pidió enviar un mensaje solicitando el servicio, en caso de requerirlo.

Para asignación de cursante-solicitante: Una vez que el curso taller avanzaba hasta su décima sesión, se realizó la asignación de los cursantes a los solicitantes del servicio. Se acordaron fecha y hora para los encuentros y se inició la atención psicológica básica o de primer contacto. Los espacios utilizados para los encuentros, fueron diversos, haciendo uso de los espacios de la institución que permitieran el desarrollo de las sesiones de atención (que permitan discreción y privacidad): cubículos de trabajo en la biblioteca, cubículos de profesores en períodos no utilizados, consultorios desocupados del centro de atención de la institución, etc.

- Los encuentros del terapeuta/cursante con el estudiante/solicitante, se realizaron según acuerdo de ambas partes.
- Se asignó un estudiante “solicitante” a cada “cursante”.
- Se entregó registro y reporte a la coordinación de un resumen de cada sesión o encuentro entre “solicitante” y “cursante”.
- Se entregó un reporte final de cada uno de los procesos de intervención desarrollados después de las ocho sesiones obligatorias, indicando: impresión diagnóstica, estrategias implementadas y conclusiones del caso.

Mecanismo de supervisión grupal: Una hora cada semana, se revisaban los casos, y su plan de intervención. La supervisión se realizó por parte de la coordinadora del curso taller para la intervención psicológica básica, además de implementar grupos de trabajo organizados por temáticas, donde los cursantes reflexionaban y retroalimentaban su trabajo, además de la revisión y discusión de documentos y materiales sugeridos por la coordinadora.

#### Aspectos éticos

De parte de los cursantes, debieron firmar un consentimiento informado donde se especificaron las condiciones del programa y una carta compromiso donde se establecieron las obligaciones, alcances y limitaciones de su participación.

Se respetó el tipo de actividades que el estudiante de últimos semestres y egresados de la licenciatura en Psicología puede desarrollar según el perfil de egreso de la licenciatura de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo y que se explicitan en su página oficial (Facultad de Psicología UMSNH, 2024).

Con respecto a las personas que solicitaron el servicio, todos ellos adultos, se mantuvo la observancia ética en cada procedimiento, solicitando consentimiento informado donde se aclaró el mecanismo completo del programa, las condiciones de implementación, la confidencialidad de la información vertida en los encuentros y la posibilidad de abandonar el proceso en cualquier momento, además de la existencia de un contacto para realizar recomendaciones o quejas de algún aspecto del proceso.

## RESULTADOS

Se trabajó con 45 estudiantes, 20 eran del último año de la licenciatura y 25 psicólogos recién egresados (de no más de dos años de haber obtenido el grado de licenciatura) de la licenciatura en Psicología (cursantes), quienes asistieron al programa de capacitación de 80 horas en su totalidad, de las cuales 40 horas fueron presenciales en sesiones de capacitación teórica y de estrategias, 10 horas de actividades de lectura y otros ejercicios, 10 horas de supervisión grupal y 20 horas invertidas en la atención del “solicitante”, su evaluación y el reporte final del proceso de intervención.

Los 45 cursantes, atendieron a un total de 90 personas, pero fueron 82 personas (62 estudiantes y 20 personas que solicitaron el servicio) las que tuvieron un proceso de 6 a 8 sesiones. Los cursantes dieron muestra de habilidades para brindar psicoeducación, realizar evaluación psicológica de las variables pertinentes y desarrollar intervención cognitivo conductual básica.

Los cursantes realizaron actividades psicoeducativas que demandaba cada caso, requirieron de la revisión de temáticas específicas para dar respuesta a la condición del caso que atendieron. En cada reunión de supervisión grupal, se revisaron materiales específicos que posteriormente compartieron y explicaron a los solicitantes con los que estaban trabajando. Las temáticas más comunes que debieron revisar los cursantes, fueron acerca de la sexualidad, de la diversidad sexual, mecanismos de higiene sexual, tipos de violencia, implicaciones del consumo y dependencia a las drogas.

Los cursantes realizaron también procesos de evaluación psicológica de los solicitantes, de las variables que les parecieron pertinentes, lo cual les permitió conocer las problemáticas más relevantes presentadas por la población atendida, a partir de lo cual identificaron que los problemas más comunes de los solicitantes fueron depresión, ansiedad, consumo de sustancias y violencia en sus diversas formas.

A partir de la valoración de las condiciones de las personas solicitantes del servicio, los cursantes estuvieron en condición de detectar la necesidad de otros servicios o

especialidades. Al respecto, las referencias y canalizaciones principales se realizaron hacia el médico psiquiatra, los servicios ginecológicos, al médico general, al abogado y a otros servicios psicológicos especializados. Para facilitar este mecanismo de referencia a otros servicios, se elaboró a lo largo del curso, un directorio de profesionales confiables y accesibles en diversas especialidades, a quienes canalizar a las personas solicitantes del servicio.

Los cursantes realizaron la conceptualización del caso según el modelo de Arnold Lazarus (2000) y desarrollaron un abordaje terapéutico del caso a partir de los principios estoicos en los que se basa la terapia cognitivo conductual, bajo el modelo ABCDE (Beck, 2002). Los cursantes habilitaron por su parte a los solicitantes en los principios filosóficos de la propuesta cognitivo conductual y en la incorporación de mecanismos cognitivos menos distorsionados, en su vida cotidiana. En los casos en los que se requirió del desarrollo de técnicas emocionales y conductuales específicas, los cursantes estuvieron en condiciones de asesorar a los solicitantes cuando fue necesario.

Al finalizar cada uno de los procesos, se aplicó una breve encuesta telefónica (por llamada o mensaje de texto) a los usuarios del servicio ofrecido por los cursantes, para conocer su opinión acerca de la atención recibida, tras lo cual se identificó que de las 82 personas que participaron en más de seis encuentros de los ocho establecidos, 71 manifestaron estar satisfechos con el servicio, ocho solicitaron la continuación del servicio por otro periodo de 8 sesiones, y 3 prefirieron no dar su opinión.

La totalidad de los cursantes, tras la culminación del curso-taller y los procesos clínicos que desarrollaron, se manifestaron satisfechos con la actividad, considerando que el programa les había aportado herramientas útiles para su ejercicio profesional, haciendo especial énfasis en el beneficio de haber recibido “un empujón” hacia su vida laboral.

## DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

El programa de intervención psicológica básica que se plantea en el presente documento representa una posibilidad de atención psicológica en los contextos

públicos de formación de psicólogas y psicólogos. En el caso de los psicólogos en formación, la posibilidad de contar ayuda psicológica cuando se requiera, es una condición muy beneficiosa emocional y profesionalmente, que aporta y fortalece la competencia de autocuidado profesional de los jóvenes psicólogos en formación que se menciona dentro de las aptitudes deseables que debe perseguir el estudiante (Facultad de Psicología UMSNH, 2024).

Durante la implementación del presente programa, los cursantes desarrollaron actividades de evaluación e intervención psicológica básica y al igual que en la experiencia de Calero *et al.*, (2018), esta actividad evidenció beneficios importantes para la comunidad universitaria, principalmente estudiantes atendidos y jóvenes psicólogos capacitados, quienes manifestaron (a través de encuesta telefónica) en su mayoría, estar satisfechos. Por un lado, la atención de las necesidades emocionales de la población más joven, y por otro, la capacitación en servicios psicológicos de los casi o recién egresados.

Se identificó una alta prevalencia de depresión y ansiedad, múltiples casos de violencia y problemas asociados al uso de drogas, confirmando los reportes de diversos autores acerca de las problemáticas en los estudiantes de Psicología (Navarro *et al.*, 2023; Ochoa *et al.*, 2021; Troncoso y García, 2020; Vallejo *et al.*, 2020) y dada la alta demanda del servicio, se confirma la amplia necesidad de atención.

Las estrategias revisadas en las sesiones hicieron posible identificar las problemáticas y abordarlas con estrategias cognitivas que mejoraron la condición emocional de las personas, confirmando lo reportado con frecuencia acerca de la accesibilidad, pertinencia y eficacia de la perspectiva cognitivo conductual.

Con respecto a algunas sugerencias a partir de la experiencia en este programa, en primer lugar, se recomienda ser muy escrupuloso en la selección de los estudiantes cursantes y su posterior asignación con el estudiante solicitante, así como el seguimiento de su desempeño. Además del acuerdo acerca de las condiciones del programa abordadas en la carta compromiso y el consentimiento informado, la valoración del estado emocional y cognitivo del cursante de manera previa al ingreso al programa, es muy importante, así como la posibilidad de recibir atención

psicológica de ser requerida. La asignación del estudiante solicitante estaría supeditada al grado de compromiso, disciplina, honestidad y autocuidado que muestre el cursante durante el programa.

La supervisión de casos, es uno de los elementos esenciales para la eficacia de un tratamiento realizado por psicólogos con poca experiencia (Calero, *et al.*, 2018). Las supervisiones durante este programa fueron útiles, pero insuficientes pues básicamente se desarrollaron de forma grupal y tratando de abordar estrategias y recomendaciones generales, pasando por alto situaciones específicas de los casos, por lo cual, se considera necesario implementar la supervisión individual, requiriendo para lograrlo, la participación de un grupo de docentes que puedan brindar ese apoyo durante el programa.

Es importante señalar que el proceso del programa que aquí se describe (organización, impartición de seminarios, supervisión, etc.) fue desarrollado por una sola persona; aunque sería deseable que se integraran más compañeros docentes, es positivo confirmar que este mecanismo o dispositivo de atención puede llevarse a cabo con pocos recursos y poco gasto para las universidades.

Es pertinente gestionar un espacio estable para los encuentros entre los cursantes y solicitantes, pues este rubro representó algunos inconvenientes que, sin embargo, la mayoría de las ocasiones se resolvieron haciendo uso de espacios públicos, como algunos espacios de la institución educativa, cafeterías o espacios de la clínica (en días hábiles, abarrotada de servicios) en fines de semana. La diversificación de los espacios se justifica en la medida de la carencia en infraestructura que presentan las instituciones públicas del país. Contar con un espacio estable para el desarrollo de las sesiones, es una condición que ayuda al desarrollo adecuado de los encuentros entre cursantes y solicitantes.

El mecanismo para implementar el programa, se desarrolló de manera sencilla y amable. Confirmó la existencia de una gran necesidad de atención psicológica, pero también puso de manifiesto la gran disposición al servicio que existe en la comunidad universitaria. A manera de hermano mayor académico, el cursante del taller acompaña al hermano menor en un proceso básico donde se le escucha, atiende y asesora, de forma gratuita y solidaria. El programa es autosustentable, en

la medida en que los estudiantes que en cierto momento están en el papel de solicitantes, podrían convertirse en cursantes, y a su vez, ofrecer su apoyo a compañeros más jóvenes.

El programa se basa en un mecanismo sencillo, económico y factible en las universidades públicas de nuestro país, donde la matrícula es numerosa, hay dificultad de atender de manera institucional esta demanda y la necesidad es apremiante. Se propone un espacio clínico que trasciende el trabajo psicológico en consultorio; nace de la comunidad estudiantil y se pone a su servicio. Los índices de depresión y ansiedad son altos en muchos de los estudiantes (Navarro et al., 2023; Villanueva Javes, 2023). Estas problemáticas, se asocian de forma importante con otros problemas como bajo desempeño académico (Linares et al., 2024) y en algunos casos, conducta suicida, cuyo índice en jóvenes universitarios es alarmante (Crispim, et al, 2021). Frente a las necesidades emocionales en la actualidad, la atención psicológica debe diversificarse y dar posibilidad de atención a quienes más lo necesitan, contribuyendo a gestionar la salud emocional como un derecho, además de permitir que los estudiantes próximos a graduarse tengan posibilidad de fortalecer las competencias profesionales asociadas a la atención clínica en Psicología.

Con el propósito de atender y mejorar la salud emocional de la población general y de nuestros psicólogos en formación en particular, es menester generar intervenciones estandarizadas, eficaces y con elevada rentabilidad temporal y económica (Calero, et al., 2018). La presente propuesta resultó pertinente y adecuada, asequible y económica, que requiere de recursos personales que afortunadamente, toda institución de formación de psicólogos posee dentro de su comunidad y en los cuales se apoya la presente propuesta: psicólogos expertos (docentes), estudiantes de últimos semestres de psicología muy entusiastas y dispuestos a atender y ayudar, y jóvenes estudiantes, de recién ingreso, con necesidades de atención emocional.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Asociación Psiquiátrica Americana (APA) (2015). Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales V (DSM-V). Masson.
- Almonte Becerril, M., Baltazar Pedro, M., y Parra Torres, N. (2019). *HOLOPRAXIS Ciencia, Tecnología e Innovación* 3(1), 140- 155.  
<https://revista.uniandes.edu.ec/ojs/index.php/holopraxis/article/view/3089/pdf>
- Beck A. (2005). Terapia Cognitiva de la Depresión. Desclée de Brouwer.
- Beck, A. (1995). Terapia cognitiva de los trastornos de personalidad. Paidós.
- Beck, J. (2002). Terapia Cognitiva. Gedisa.
- Calero Elvira, A., de la Torre Martí, M., Pardo Cebrián, R. y Santacreu Ivars, M. (2018) Características de la asistencia psicológica en el contexto universitario: la Clínica Universitaria de la UAM. *Análisis y Modificación de Conducta* 44(169-170), 37-50.  
<http://www.uhu.es/publicaciones/ojs/index.php/amc/article/view/3378>
- Cerecer-García, D., Macías-González, F., Arámburo-Muro, T. y Bautista-Arredondo, S. (2020). Síntomas depresivos y cobertura de diagnóstico y tratamiento de depresión en población mexicana. *Salud Pública de México* 62(6), 840-850. <https://www.scielo.org.mx/pdf/spm/v62n6/0036-3634-spm-62-06-840.pdf>
- Crispim, M.O., Santos, C.M.R., Frazão, I.S., Frazão, C.M., Albuquerque. R. & Perrelli J. (2021). Prevalence of suicidal behavior in young university students: A systematic review with meta-analysis. *Revista Latino-Americana Enfermagem* 29(e3495), 1-13. <http://www.eerp.usp.br/rlae>  
<http://dx.doi.org/10.1590/1518-8345.5320.3495>
- Ellis, A. (1981) Manual de terapia racional-emotiva. Desclée de Brouwer.
- Ellis, A. (1989). Práctica de la terapia racional-emotiva. Desclée de Brouwer.
- Facultad de Psicología. UMSNH. (19 de febrero de 2024). *¿Quiénes somos?*  
<http://www.psicologia.umich.mx/>
- Facultad de Psicología, UMSNH (2020). *Manual de Organización*  
<http://www.psicologia.umich.mx/storage/descargas/Manual%20de%20Organizaci%C3%B3n%CC%81n-nov2020.pdf>
- Gastelú Soto, S.J. y Hurtado Deudor, E. (2022). Salud Mental en universitarios: Una revisión de la literatura científica en el tiempo. *Journal of neuroscience*

- and public health* 2(3), 253-263.  
<https://revista.uct.edu.pe/index.php/neuroscience/article/view/294/370>
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI). (19 de febrero de 2024).  
<https://www.inegi.org.mx/temas/salud/>
- Lazarus, A. (2000). Un enfoque multimodal. Desclée de Brower.
- Linares, S., Vásquez, A. Morales, M., y González, D. (2024). Indicadores de depresión y conexión académica en estudiantes de la universidad pública de Guatemala. *Psicología y Salud*, 34(2), 317-325.  
<https://doi.org/10.25009/pys.v34i2.2912>
- Navarro-Calvillo, M. E., Flores-Lázaro, J. C., Medrano, E., Bustos-Rojas, N. D., y Zapata-Enríquez, L. R. (2023). Síntomas de déficit de atención, ansiedad y depresión en estudiantes universitarios. *Psicología y Salud*, 33(2), 455-465.  
<https://psicologiaysalud.uv.mx/index.php/psicysalud/article/view/2827>
- Ochoa Martínez, R.E., Castro Torres, R., Vázquez Orozco, N., Carrillo Toledo, M.G., Capetillo Hernández, G.R., Lecourtois Amézquita, M. y Tiburcio Morteo, L. (2021). Ansiedad y depresión en estudiantes del área de la salud de la Universidad Veracruzana. *Ciencia en la frontera: revista de ciencia y tecnología de la UACJ* (1), 193-197.  
<https://erevistas.uacj.mx/ojs/index.php/cienciafrontera/article/view/3611>
- Sociedad Mexicana de Psicología (2015). Código ético del Psicólogo, México, Trillas,
- Troncoso, V y, García, H. (2020). Patrón de consumo de alcohol y depresión en estudiantes de licenciatura de dos áreas del conocimiento, Universidad Autónoma de Zacatecas. *Revista electrónica semestral de Ciencias de la Salud* 11(1), 1-17.  
<http://148.217.50.37/index.php/ibnsina/article/view/755/706>
- Teruel Belismelis, G., Gaitán Rossi, O., Leyva Parra, G. y Pérez Hernández, V.H. (2021). Depresión en México en tiempos de pandemia. *Coyuntura demográfica* (19), 63-69. <https://cieg.unam.mx/covid-genero/pdf/reflexiones/academia/62-depresion-en-mexico-tiempos-de-pandemia.pdf>
- Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo (19 de febrero de 2024). En Wikipedia.  
[https://es.wikipedia.org/wiki/Universidad\\_Michoacana\\_de\\_San\\_Nicol%C3%A1s\\_de\\_Hidalgo#](https://es.wikipedia.org/wiki/Universidad_Michoacana_de_San_Nicol%C3%A1s_de_Hidalgo#)
- Vallejo Casarín, A.G., Saldaña Gutiérrez, A.Y., Rodríguez Hernández, A.G., Medina Rojas, C.M., Mastachi Pérez, S.M. y García Núñez, E.A. (2020).

Sintomatología depresiva en estudiantes de psicología de nuevo ingreso: comparación entre tres generaciones. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala* 23(3), 1050-1071.

<https://www.medicgraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2020/epi203j.pdf>

Villanueva Javes, J.A. (2023). Depresión de los estudiantes universitarios durante la pandemia COVID-19: Revisión de literatura científica 2020 - 2022.

*Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinaria* 6(6), 13042-13059.

[https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v6i6.4311](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i6.4311)