



UNIVERSIDAD DE GUAYAQUIL

FACULTAD DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

MODALIDAD DE TITULACIÓN:

SISTEMATIZACIÓN DE EXPERIENCIAS PRÁCTICAS DE INVESTIGACIÓN

Y/O INTERVENCIÓN

TÍTULO:

FACTORES QUE DIFICULTARON EL PROCESO DE INTERVENCIÓN DEL PROGRAMA DESARROLLADO AL
MANEJO DEL ESTRÉS EN ÉPOCA DE COVID19 REALIZADAS EN UNA FUNDACIÓN

EN OPCIÓN AL TÍTULO DE PSICÓLOGO



INTEGRANTES:

CANDELL HUACÓN DEYANEIRA CRISTINA

VARELES PEÑARANDA GARY FERNANDO

NOMBRE DEL TUTOR (A):

PS. ANA ISABEL PEÑAFIEL TORAL

GUAYAQUIL, MARZO DEL 2023



ANEXO XIII.- RESUMEN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN (ESPAÑOL)

FACULTAD DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

CARRERA DE PSICOLOGÍA

“FACTORES QUE DIFICULTARON EL PROCESO DE INTERVENCIÓN DEL PROGRAMA DESARROLLADO AL MANEJO DEL ESTRÉS EN ÉPOCA DE COVID REALIZADAS EN UNA FUNDACIÓN”

Autores: Candell Huacón Deyaneira Cristina, Vareles Peñaranda Gary Fernando

Tutora: Ps. Ana Isabel Peñafiel Toral

Resumen

El estudio denominado “Factores Que Dificultaron El Proceso De Intervención Del Programa Desarrollado Al Manejo Del Estrés En Época De COVID19 Realizadas En Una Fundación”, se estableció bajo el eje, ¿Cuáles son los factores que dificultan el desarrollo de la fase de intervención Psicoeducativa en una fundación modalidad online? Su finalidad consistió en analizar los factores tanto contextuales, como tecnológicos e individuales, que dificultaron dicha fase, lográndose a su vez, obtener un análisis adecuado a través de una confirmación de resultados, a fin de contrastar el eje y consolidar nuestra experiencia. Este trabajo fue realizado con una metodología cualitativa, bajo un diseño de sistematización de experiencias. La administración de los instrumentos utilizados, fueron: talleres y encuestas, los cuales permitieron obtener información pertinente que evidenció las dificultades que afectaron a interventores y colaboradores en este programa.

Palabras Claves: Estrés, intervención Psicoeducativa, factores, online, COVID19



ANEXO XIV.- RESUMEN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN (INGLÉS)

FACULTAD DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

CARRERA DE PSICOLOGÍA

“FACTORS THAT HAMPERED THE INTERVENTION PROCESS OF THE PROGRAM DEVELOPED FOR STRESS MANAGEMENT IN THE TIME OF COVID CARRIED OUT IN A FOUNDATION”

Authors: Candell Huacón Deyaneira Cristina, Vareles Peñaranda Gary Fernando

tutor: Ps. Ana Isabel Peñafiel Toral

Abstract

The study entitled "Factors that hindered the intervention process of the stress management program developed in the period of COVID19 conducted in a foundation", was established under the axis "What are the factors that hinder the development of the psychoeducational intervention phase in an online foundation? Its purpose was to analyze several factors such as contextual, technological, individual, among others, that hindered the phase, in turn, the analysis was enriched through a confirmation of results to contrast the axis and effectively understand our experience. This work was carried out with a qualitative methodology under an experience systematization design. The administration of the instruments used were: workshops and surveys, which allowed us to obtain optimal results that evidenced the difficulties that affected the interveners and collaborators.

Keywords: Stress, Psychoeducational intervention, factors, online, COVID19.

Dedicatoria

Está dirigida de manera especial a mis padres, quienes erigieron mis fuerzas para el alcance de esta etapa y cuyo soporte incondicional no mermó durante mi fase como estudiante. A mi hermano, quien con su apoyo y comprensión, ha sido como un peldaño para la construcción de este logro. Así mismo, a mi compañero de tesis, quien con su entrega absoluta logramos culminar este trabajo.

Deyaneira Cristina Candell Huacón

Especial dedicatoria a mis padres Glenn y Sandra, puesto que ellos me brindaron todo el apoyo que una persona necesita para cumplir sus metas y sin los cuales esto no hubiese sido posible. Por otro lado, se lo dedico a mis hermanos Glenn y Erika, profesionales que compartieron su sabiduría conmigo para culminar mis estudios. Así mismo, mi compañera Deyaneira Candell, pues juntos fuimos dedicados con el presente trabajo.

Gary Fernando Vareles Peñaranda

Agradecimiento

Va dirigido en primera instancia a Dios, por ser quien bajo su voluntad me ha permitido alcanzar esta meta, a mi hermano por su incondicional apoyo, y a mis padres por ser mis modelados en cuanto a perseverancia y resiliencia, entre otros valores, que gracias a ello, he permanecido fiel en mi caminar.

Deyaneira Cristina Candell Huacón

Agradecido principalmente con mi familia quienes fueron el motor motivador que me impulsaron a culminar mis estudios y me brindaron el apoyo para la consecución de llegar a donde estoy actualmente. Así mismo, agradezco a mi mejor amiga, Melani Yoza, y mi hermano, Glenn Vareles, quienes de igual manera fueron agentes de motivación a lo largo de toda mi carrera.

Gary Fernando Vareles Peñaranda

Índice

	Pág.
1. Introducción.....	1
2. Revisión de la Literatura	4
2.1 Intervención en Organizaciones Sociales	4
2.1.1 Tipos de Intervenciones.....	4
2.1.2 Intervención Psicoeducativa en Organizaciones.....	5
2.1.3 Intervención Psicoeducativa Organizacional en Modalidad Online.....	6
2.2 Factores Generales que Dificultan el Proceso de Intervención Organizacional en Modalidad Online.....	8
2.2.1 Educación Online en Época de COVID19.....	9
2.2.2 Factores que Dificultan el Proceso de Intervención Psicoeducativa Organizacional en Modalidad Online.....	11
2.3 Estrés	14
2.3.1 Estrés Laboral.....	19
2.3.2 Estrés laboral y COVID19.....	21
3 Metodología.....	23
3.1 Generación de Conocimiento Mediante la Sistematización de Experiencias	23
3.2 Contexto Institucional	24
3.3 Plan de Sistematización.....	26
3.4 Consideraciones Éticas	28

3.5 Fortalezas y Limitaciones..... 29

4 Recuperación del Proceso Vivido..... 32

5 Reflexión Crítica 44

 5.1 Lecciones Aprendidas..... 62

6 Conclusiones 64

7 Recomendaciones..... 65

8 Referencias 67

9 Anexos..... 71

Índice de Figuras

	Pág.
Tabla 1: Elementos básicos de la sistematización.....	26
Tabla 2: Recuperación del proceso vivido.....	32

1. Introducción

En las instituciones educativas, tanto públicas como privadas, exigen como requisito que el estudiante universitario debe sumar una cantidad de horas de prácticas preprofesionales (PPP) para poder graduarse. Las prácticas preprofesionales representan para el estudiante como “su primer empleo” incrementando la posibilidad de que adquieran la práctica y dominio de su quehacer en el campo laboral, que las organizaciones requerirán a futuro.

Así mismo, la Facultad de “Ciencias Psicológicas” de la Universidad de Guayaquil, acogiendo las prácticas preprofesionales como unos de los requisitos para que el estudiante pueda culminar su carrera profesional, decidió intervenir en una Fundación la cual es una entidad sin fines de lucro, ubicada en el sector sur de la ciudad de Guayaquil, para realizar un programa psicoeducativo para el desarrollo de mecanismos de afrontamiento del estrés en época de COVID19 en los trabajadores que pertenecen a la área técnica. Para realizar esta Sistematización de Experiencias Prácticas de Investigación y/o Intervención, se hace uso de la experiencia vivida en las prácticas preprofesionales, inclinándose en una de las fases que sostuvo el programa, siendo esta, la fase de intervención Psicoeducativa. De modo que esta línea de investigación se inclina a la promoción en la calidad de vida laboral en las organizaciones que fortalecen el desarrollo del potencial humano, individual y social.

El tema en desarrollo, se trata de los factores que dificultaron el proceso de intervención del programa mencionado, donde se explicarán áreas, como la revisión de la literatura, conteniendo un enfoque cualitativo que favorece la obtención de datos más descriptivos, reconociendo las características del fenómeno y sus elementos por medio de la interpretación de las personas que tuvieron la experiencia.

Esta metodología, centrada en los sujetos y adoptan el estudio del fenómeno de manera integral o completa, nos permite el análisis de los conocimientos empíricos que se realizó en el programa de las prácticas preprofesionales. Además, el análisis de lo que significa una Intervención Psicoeducativa en organizaciones donde Sánchez (2008), García (2006), y Carrera (2009), mencionan

su importancia y eficacia. Así mismo, los factores que llegaron a dificultar en la intervención hacia una determinada población de la Fundación.

En esta sistematización de experiencias, se realiza el análisis profundo en cada uno de los apartados que corresponde dicho trabajo de titulación, en uno de ellos se detallan los procesos que se vivió en la experiencia obtenida a través de las prácticas preprofesionales, enfocada en la fase de estudio, a su vez, respondiendo a la pregunta de eje: ¿Cuáles son los factores que dificultan el desarrollo de la fase de intervención en las PPP? Teniendo en cuenta que pueden presentarse como contextuales, tecnológicos, individuales, entre otros elementos causantes de llevar a cabo una intervención pobre o en su defecto, no se logre realizar los objetivos planificados, aún más cuando se trata de realizar un programa en modalidad online.

Siendo así, se menciona a la educación en modalidad online, como un recurso instantáneo que adoptaron muchos países en tiempos de pandemia COVID19, como una alternativa para sobrellevar dicha situación y no dejar a un lado, el cumplimiento de uno de los principales derechos humanos: la Educación. No obstante, no todos fueron beneficiados ante la estrategia implementada, la realidad social evidenciaba situaciones como: limitados ingresos económicos para acceder y adaptarse a la nueva modalidad de estudio, entre otros factores relacionados a las interferencias en cuanto al internet, situaciones desfavorables para poder acceder a las intervenciones educativas.

Por lo tanto, es de suma importancia la investigación de tales factores, y es por ello, que en el apartado de recuperación de proceso vivido se mencionan las actividades que se realizaron, además de que se emplea a la misma población que fue objeto de estudio en aquella experiencia, una confirmación de resultados, mediante la aplicación de encuestas, para la obtención de datos que contrasten lo estudiado.

De esta forma, se procede a realizar la reflexión crítica, donde se evidencia la relación que tiene la teoría con los resultados empíricos. Finalmente, se culmina con las conclusiones y

recomendaciones, las cuales se entrelazan en tanto a conceptuales como prácticas que enfatizan propuestas de mejora, útiles para futuras investigaciones. Este trabajo se considera de suma importancia para el estudio de problemáticas similares, de modo que los resultados obtenidos permiten tener una perspectiva más amplia en relación al tema.

Cabe recalcar, además, que el presente tema de investigación es realizado por dos estudiantes pertenecientes a la universidad y facultad antes mencionada, quienes fueron guiados por las docentes tutoras de carácter individual y grupal, siendo parte del programa de Titulación e integración curricular, logrando de esta manera cumplir con uno de los requisitos fundamentales de la formación académica universitaria.

2. Revisión de la Literatura

2.1 Intervención en Organizaciones Sociales

El proceso de intervención dentro de las organizaciones se lo ha planteado como aquel conjunto de acciones estratégicas y metódicas, sustentadas desde un marco teórico de carácter científico, que son elaboradas y ejecutadas por agentes externos a la organización. Su objetivo es el comprender, mediante el estudio de la organización objetivo, la complejidad de la misma, su naturaleza, cultura y rasgos característicos con la finalidad de someterla a un posterior proceso interventor que buscará reestructurar determinados aspectos y potenciar fortalezas específicas. (Pacheco, A. 2010).

En suma, se enfatiza que uno de los pilares del proceso de intervención organizacional, es el reconocer su interdisciplinariedad debida a su propia naturaleza compleja de interacciones propias de las organizaciones y que el estudio de las mismas, estaría sesgado si se abordaran desde una disciplina particular, por lo que sustenta que varias perspectivas científicas contrarrestan el reduccionismo (Uhalde, 2001).

Los dos objetivos claves de la intervención en las organizaciones en el mayor número de los casos son el diagnóstico y la intervención, y es de suma importancia destacar la relación que existe entre estos dos objetivos dado que son dependientes entre sí. Es decir, aquel cambio que se busca por medio de la intervención, dependerá directamente de lo certero que resulte su diagnóstico dado que los aspectos a cambiar o potenciar se reconocen gracias al diagnóstico (Pacheco, A. 2010).

2.1.1 Tipos de Intervenciones

Desde la Psicología, se entiende que todo aquello que se estudiará y posteriormente desarrollará, estará influenciado por la postura en que se plantee el profesional, por ende, las intervenciones en las organizaciones -indiferente a la naturaleza de la intervención- se abarcan desde diferentes disciplinas, incluso dentro de la misma línea de investigación.

La intervención tecnoestructural, es una propuesta que plantea como eje de investigación la identificación de aquellas necesidades a cambiar que tiene la organización por medio del análisis de las dimensiones de la misma, generando así un adecuado diagnóstico empresarial. Paul Lawrence y Jay Lorsch (1967) sostienen en su teoría que las demandas ambientales, integración, manejo de conflictos, entre otras dimensiones, son necesarias estudiar para identificar las necesidades de cambio.

Por otro lado, la intervención para equipos o grupos que propone el modelo de Desarrollo Organizacional (DO), donde para su implementación, la organización tiene distribuidos a los colaboradores en grupos de trabajo coordinados por consultores profesionales que oportunamente incentivarán a su participación. En cooperación de los colaboradores, el consultor para sensibilizarlos sobre la dinámica organizacional que los caracteriza como equipo de trabajo, identificando sus potencialidades y falencias como grupo de colaboradores e intervenir sobre aquello (Warren Bennis, 1970).

La intervención psicoeducativa es la agrupación de actividades y fases secuencialmente ordenadas con la finalidad de potencializar el aprendizaje, la planificación del proceso con el que se proponga intervenir y una valoración posterior al proceso de intervención (Ministerio de Educación, Cultura y Deporte de España, 2016, pág. 28) llevado a cabo por un profesional que optimizará los recursos de los que se dispone para el desarrollo de la misma.

2.1.2 Intervención Psicoeducativa en Organizaciones

El desarrollo de las teorías psicoeducativas se ha compatibilizado con las necesidades del contexto organizacional en dimensiones como la promoción de la calidad de vida laboral, así como la referida al manejo del estrés. En el campo de la intervención organizacional, la intervención psicoeducativa es conceptualizada como aquella institución que coopera con las personas que la componen y que tiene como finalidad orientarlas, por medio de la sensibilización de información, de manera eficaz, con el acompañamiento de un colaborador familiarizado con la dinámica

empresarial o de un profesional en la acción educativa o interventor (García, García, González, 2006).

Desde una perspectiva organizacional, resultan enriquecedoras las intervenciones psicoeducativas, pues son las mismas las que orientan la captación adecuada de información en una modernidad que exige la renovación de conocimientos a un paso cada vez más acelerado, desarrollando en los colaboradores el conocimiento sobre determinados elementos que potenciará su rendimiento laboral, el crecimiento profesional y el manejo de fenómenos cada vez más comunes como el estrés laboral, promoviendo la calidad de vida laboral (Sánchez, Alonso, et. al. 2008).

Se sustenta la importancia de la psicoeducación en las organizaciones desde investigaciones objetivas, tal como evidenciaron Carrera. C y Ruiz. L (2009) en su investigación sobre los efectos contra el síndrome de Burnout que tuvieron trabajadores de una empresa, la cual obtuvo que, por medio de la psicoeducación, se sensibilizó a los colaboradores en temas sobre educación para la salud y la Psicología Social, teniendo resultados favorecedores en aspectos como el autocuidado y la conciencia social. Esto fue logrado, planteando la intervención desde una perspectiva y técnicas participativas donde es fundamental dotar a los colaboradores de la organización de información pertinente y que sean ellos quienes interpreten los temas y eventualmente el conocimiento adquirido se manifieste por medio de habilidades para el control de riesgos.

2.1.3 Intervención Psicoeducativa Organizacional en Modalidad Online

El programa que se desarrolló en modalidad online con dos cuidadores de la Fundación “Huerto de los Olivos”, tuvo como objetivo principal la prevención del estrés en colaboradores por medio de la intervención psicoeducativa, proceso que posteriormente se sometió a un estudio en modalidad sistematización de experiencias, el cual obtuvo dos conclusiones esenciales.

En primera instancia, la intervención psicoeducativa fue muy reduccionista al restringir el programa en tan solo un único taller denominado “Ponle un stop al estrés”, dando como resultado que la valoración inicial del fenómeno estrés sea imprecisa y, consecuentemente, el taller desarrollado

no contestara de manera idónea a las necesidades de los colaboradores, enfatizando la importancia de la fase diagnóstica y la manera en que afecta a las fases posteriores, como la intervención. Así mismo, los autores concluyeron que el desarrollo de las PPP en la modalidad online, mostró resultados adecuados cuando el objetivo es el aprendizaje teórico, pues los colaboradores adquirieron conocimientos conceptuales sobre el estrés, sin embargo, no mostraron un aprendizaje significativo en relación a habilidades para la prevención del estrés (Balcázar. B, Fabara. F, 2021).

Otro estudio en modalidad sistematización de experiencias realizada en un programa desarrollado entre los entes anteriormente mencionados, institución educativa representada por practicantes y la Fundación beneficiaria “Huerto de los Olivos”, reflejó aquellos factores a favor y en contra que presentó su programa de PPP.

Si bien se menciona que, por medio de una retroalimentación por parte de los beneficiarios al culminar el programa, predominaban los aspectos que dificultaron la intervención psicoeducativa. Aspectos como el uso de terminologías muy específicas o lenguaje no pertinente para con adultos mayores, lo que dificultó el entendimiento entre cuidadores y los adultos mayores que asistían. En suma, el factor virtualidad a causa de la pandemia por COVID19 y que aquellas personas involucradas no estaban capacitadas para el uso de los recursos tecnológicos que eran necesarios para el correcto desarrollo del programa se reconoció como otro problema mencionado en el estudio como problemas de interacción por la no presencialidad, causando un efecto en cadena de factores que dificultan el proceso de intervención como los problemas de interacción, la no generación de rapport, afectando a la predisposición a la participación y baja efectividad de la intervención psicoeducativa.

Otro factor que se consideró pilar fundamental que originó dificultades para el correcto desarrollo de la intervención fue la poca rigurosidad en la recogida de datos de la fase diagnóstica del programa dado que no se siguió lo metodológicamente propuesto, la manera de proceder que se estipula en la teoría se vio suplantada por un proceder apresurado y superficial afectando a la veracidad y precisión del diagnóstico, lo que consecuentemente afecta al proceso de intervención

psicoeducativo (ASQUI, M. TUFÍÑO, M. 2021).

2.2 Factores Generales que Dificultan el Proceso de Intervención Organizacional en Modalidad Online

Soto & Franco (2014), mencionan a través de su estudio, las diferencias entre las intervenciones psicoeducativas en modalidad online y presencial, aludiendo que la aplicación de una intervención psicoeducativa en modalidad online la mayoría de veces favorece al quien se la esté aplicando, debido a su accesibilidad y comodidad, sin embargo, no siempre resulta favorable esta modalidad, debido a que, se presentan problemas de usabilidad de plataformas y según los entrevistados, consideran mejor una intervención “cara a cara”.

Por otra parte, Flores & Durán (2022) a través de una investigación realizadas a estudiantes, mencionan que en cuanto a los factores que intervienen en la interacción, suscitan que existen otros tipos de factores internos, como características personales, y externos, ya sean las características del entorno que pueden incidir en una mayor o menor participación durante dichas intervenciones

A través de un focus group, los estudiantes mencionan en relación con el contexto, en donde realizaban sus actividades académicas, que no poseían un lugar cómodo para cumplir con las intervenciones, y con respecto a la variable del ruido, aluden a que suelen ser interrumpidos por ruidos externos, como los que generan sus vecinos, a través de música con volumen muy alto o discusiones entre ellos. Así mismo factor distractor interno como lo es desde el interior de sus casas y que son emitidos por sus familiares.

En relación con los equipos para conectarse a realizar sus actividades, mencionan que tenían problemas de conexión, debido a que todos en el hogar hacen uso de la misma red de internet, lo que generaba mala conexión, así mismo dificultades en sus herramientas de estudios, como lo es la computadora, laptop o celular, e inclusive algunos no poseían dichas herramientas debido a sus condiciones económicas.

En este sentido, Zeva (2022), también hace mención a la realidad del aprendizaje en

modalidad online, y es que, a pesar de las ventajas que presenta este como el poder tomar las clases o realizar intervenciones desde cualquier lugar, esta modalidad disminuye la atención del estudiante o usuario, debido a las distracciones en las que se enfrentan. Estas distracciones pueden ser generadas por cualquier estímulo, debido a que, ante la situación el estudiante o usuario es más susceptible a perder la concentración ante las clases, ya sea, por la distracción de las redes sociales o ruidos provocados por el entorno del que se rodea, generalmente en estos casos, del hogar. Ante ello, el docente o interventor no puede no puede estar pendiente de sus usuarios de forma directa y a tiempo completo, debido al rol que ejecutan ante el contexto. Dificultad que quizá se podría advertir si las clases o las intervenciones se realizan en modalidad presencial.

2.2.1 Educación Online en Época de COVID19

Según Atarama (2020), tras el evento del COVID19, las instituciones educativas quedaron exentas de impartir clases en la modalidad que ejercían, siendo esta la “presencial” dado que, las aulas de clases se convierten en un elemento que propicia contagios y es por ello que se adoptan medidas de prevención contra la propagación del virus mencionado, como ha sido la suspensión de las clases presenciales a todos los niveles.

En esta misma línea, indica que, en la educación dada en cualquier modalidad, ya sea, presencial o virtual, el docente es quien se encarga de realizar el plan analítico y sobre todo, el acompañamiento del desarrollo de aprendizaje de los alumnos con la finalidad de garantizar que se lleven a cabalidad los objetivos establecidos de la asignatura que imparte.

El docente es quien cuenta con la capacidad y recursos para proveer y apoyar el empleo de los diversos contextos en el que se desarrolla el alumnado, siendo estas las redes sociales o medios de comunicación digitales. La finalidad, es enriquecer con estrategias al estudiante para que pueda aprovechar las plataformas digitales y las actividades generadas de la misma, con fines que favorezcan a la educación.

En relación a las estrategias que acogieron las instituciones para impartir las clases en modalidad online, fue implementar diversos tipos de plataformas virtuales, siendo estas: Zoom, Moodle, Microsoft Teams, etc, que ayudaron a la intervención de las mismas. Sin embargo, al ejecutar estas medidas se debe considerar realizar acciones preventivas pertinentes, donde todos los involucrados -tanto estudiantes como docentes- cuenten con acceso a electricidad, internet y dispositivos electrónicos, sopesando las inequidades digitales existentes de prepandemia. (UTPL, 2021)

Cárdenas et., al (2021), mencionan que un repentino cambio en el sistema que abarca todo el contexto académico, implicaría un gran desafío. Así mismo, no se trata únicamente de tener a disposición los recursos tecnológicos, sino, el poseer las competencias sobre el manejo de las mismas para el alcance de una tutoría eficiente, aunque esto represente más tiempo de lo establecido y mayor dedicación por parte de los implicados.

Por otra parte, Llanga et., al (2021) señalan a través de un estudio, que la enseñanza online puede generar diversos inconvenientes en el proceso de aprendizaje en el alumnado, debido a que, el alumno debe pasar por un proceso de adaptación en cuanto a la nueva modalidad de estudio, e incluso no todos los estudiantes logran dominar con éxito la nueva metodología.

Como se mencionó, el proceso educativo manifiesta diversas alteraciones causantes de generar nuevos recursos académicos de forma online, permitiendo una mayor duración en el proceso de enseñanza y administración en cuanto a las horas de clases sincrónicas y asincrónicas. De tal modo, en cuanto al tiempo de estudio que el alumno debe destinar diariamente, deben significar el alcance óptimo para el aprendizaje.

No obstante, la educación online ofrece un sin número de ventajas, pero así mismo, desventajas tal como la escasa o excesiva cantidad de horas que enfrentan los estudiantes, lo cual produce desbalance en la formación académica, no obstante, se considera un factor que puede ser regulado por la entidad educativa. Otro elemento que incide en las clases online es la exposición de los distractores que presentan los estudiantes al recibir las clases desde el hogar, afectando

generalmente de forma directa a la concentración.

Para el estudiante, la mayoría de las distracciones suelen ser atractivas y generadoras de pérdida de interés al proceso de enseñanza-aprendizaje, ya que, el cerebro muestra una tendencia a realizar las actividades más estimulantes o atractivas que puedan ejecutarse en el mismo contexto, quitando relevancia a las actividades que el sujeto se plantee en primeras instancias. Es decir, existen más probabilidades que los estudiantes desplacen la atención hacia diferentes situaciones en específico, por un determinado tiempo. Según los autores, indican que los “principales distractores que afectan la atención de los estudiantes son: el uso del celular, la televisión, el correo electrónico, redes sociales (Facebook, WhatsApp, Instagram, etc.), cansancio mental, agotamiento” entre otros.

2.2.2 Factores que Dificultan el Proceso de Intervención Psicoeducativa Organizacional en Modalidad Online

Luque & Galora (2020), menciona en un artículo que, la integración de tecnologías modernas ha logrado un cambio significativo en las dinámicas sociales y a su vez, en el aspecto individual. Una de ellas es el internet, siendo la que más se pronuncia como una plataforma de innovación tecnológica en los procesos comunicativos. Cuantificando su uso, indica que es un fenómeno de tendencia siempre ascendente. En Ecuador el 58,3% de la población ha utilizado internet en los últimos 12 meses, aunque el 10,5% de personas entre 15 y 45 años son analfabetas digitales.

En Latinoamérica, posterior a la Segunda Guerra Mundial suscitada entre los años 1950 a 1980, el campo de la ciencia y los avances tecnológicos se vieron exponencialmente desarrollados gracias a la constitución de la Organización de las Naciones Unidas. Así mismo, la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) incentivó a países Latinoamericanos a crear instituciones en sus respectivos estados que se encargaran de la generación y establecimiento de políticas pertinentes e invertir parte de los recursos en el desarrollo de la ciencia en países donde el avance de la misma había quedado a segundo plano.

Relacionado al campo laboral, en las últimas décadas la demanda global sobre las habilidades adyacentes al uso de la tecnología y la formación académica que se exige en las personas que quieran ingresar a la competencia laboral se vio aumentada cada vez más. Ejemplo de esto es Estados Unidos donde se constata que entre el 30 y 40% de las adecuaciones tecnológicas en empresas, hipotéticamente hablando, estas deben de tener un personal capacitado para el adecuado uso de estas herramientas, por lo que las habilidades en el manejo de las tecnologías modernas es un factor cada vez más frecuente y de mayor peso en el proceso de reclutamiento de personal. Este dato reafirmaba hipótesis de personas que sostenían un futuro en donde la tecnología alcance un grado masivo y relativamente rentable para las empresas que la mano de obra ejercida por las personas sería un elemento que quedaría obsoleto en el tiempo, perspectiva la cual John Maynard Keynes en 1930 hizo mención denominando al fenómeno como desempleo tecnológico.

Desde lo planteado es que se evidencia que el sistema educativo actual debe contestar a las necesidades y exigencias contextuales de la modernidad no solo si se toma en consideración la ambigua línea donde convergen el desarrollo académico con el desarrollo en el campo laboral, también por lo que parece un campo laboral donde empresas plantean exigencias enajenadas a las que desarrolla el sistema educativo en las instituciones de formación académica. El avance de la tecnología es considerado por muchos como abrumador y si bien las nuevas generaciones, al desarrollarse en un contexto muy cercano al desarrollo mismo de la tecnología, muestran destrezas para el uso de esta, se debe mencionar que son propensos a desarrollar alteraciones en la dinámica juvenil o con sus pares, de hecho, desde la teoría de la comunicación se evidencia una alteración en las vías de comunicación, en las características del mensaje correspondidos entre emisor y receptor. Informes registran que el 73% de la población compuesta entre niños y adolescentes tienen acceso a más de un televisor donde residen. El acceso a internet desde edades tempranas en las nuevas generaciones se ha globalizado en los últimos diez años y si bien estas tecnologías son un recurso valioso si se usa de manera lúdica, son estas mismas las que suelen mostrarse como distractores en

un proceso educativo.

En conjunto con la modernidad y el avance de la tecnología las ciencias sociales y de la salud han tenido que replantear o proponer definiciones para los fenómenos originados por la tecnología. La adicción a internet es conceptualizada como un conjunto de patrones comportamentales relacionados a la falta de control sobre el uso del mismo. Así, su definición ayudó a identificar conductas características como el retraimiento y descuido de los lazos afectivos y sociales, en el contexto académico se manifiesta por un decrecimiento en el rendimiento escolar y deterioro de la dinámica de interacción social y a su vez desinterés por aspectos de higiene personal y de la salud en general. En Europa, se detectó que un aproximado de 13% de adolescentes padecen y manifiestan conductas que predisponen a la adicción al uso de internet.

Por otra parte, Picado et., al (2015) afirman que la tecnología es una de las causas principales para captar la atención absoluta de quienes están recibiendo una intervención educativa y por consiguiente se torna complejo convencer al usuario las afectaciones que conlleva el uso excesivo de estas.

No obstante, es importante mencionar que no solo la tecnología genera distracciones en el proceso de intervención, ya que, los contextos en que se genera el proceso de aprendizaje no siempre son favorables, como lo fuese en los salones de clases que permiten tener un ambiente propicio para el desarrollo de las diferentes actividades en el proceso de enseñanza aprendizaje, lo cual dan pie para intervención de otros factores, como los estímulos ambientales que también son entes activos en la interrupción de dicho proceso; los ruidos que emergen del hogar, los ruidos externos, música, voces, todo lo que alrededor capte la atención.

Así mismo, el factor económico es un limitante para el estudiante, dado que, no todos cuentan con la posibilidad de poder adquirir recursos tecnológicos para continuar con sus estudios. Constante (2020), en una investigación destaca la aplicación de unas entrevistas a padres de familias ecuatorianas relacionada a la educación online, siendo estas realizadas desde sus hogares, obteniendo como respuesta que un 70% de los estudiantes presentan dificultades para obtener

acceso a dicha educación, debido a que, la gran mayoría carecen de recursos tecnológicos, como lo son los teléfonos inteligentes, servicios de internet, e incluso no cuentan con la posibilidad de al menos recargar uno o dos dólares el celular en caso de contar con ello. Otro caso en particular es el hecho de llegar a un acuerdo con los vecinos para compartir el gasto del internet fijo y de tal manera permitir a sus hijos continuar con sus estudios.

Dicha investigación revela la existencia de algunas familias ecuatorianas, y es que, debido a sus limitados ingresos económicos, buscan optimizarlo para conseguir los equipos tecnológicos sofisticados que requieren sus hijos para una favorable educación. Otros factores que detectó la investigación reflejan problemáticas no solo a los pocos recursos en cuanto a económicos, sino, también interferencias en el internet, jornadas de larga duración durante las clases y el no contar con espacios físicos propicios para recibir las clases. Por lo tanto, se presenciaron algunos factores desfavorables para poder acceder a las intervenciones educativas.

2.3 Estrés

Daneri (2012), en un trabajo práctico menciona que, el estrés es una situación que la mayoría de personas la han padecido y que existen varios autores que le atribuyen una conceptualización, siendo estos; Bruce McEwen (2000), dice que "El estrés puede ser definido como una amenaza real o supuesta a la integridad fisiológica o psicológica de un individuo que resulta en una respuesta fisiológica y/o conductual". Sin embargo, en medicina, se refiere al estrés como una situación en la cual los niveles de glucocorticoides y catecolaminas en circulación se elevan.

Según la definición de Chrousos y Gold (1992) "se puede definir al estrés como un estado de falta de armonía o una amenaza a la homeostasis. La respuesta adaptativa puede ser específica, o generalizada y no específica". La alteración de la homeostasis origina respuestas fisiológicas y comportamentales con la intención de restaurar el balance de la homeostasis a un estado regular.

Siendo así, el estrés se manifiesta cuando los cambios del medio tanto externos o internos son

interpretados por el organismo como una amenaza a su homeostasis. El organismo cuenta con la capacidad de ejecutar la respuesta apropiada a cambios ambientales que sean generadores de estrés y adquiere el correcto reconocimiento del cambio ambiental y la activación de la respuesta de estrés. Del mismo modo, cuenta con la capacidad de eliminar el estresor activamente mediante la relocalización o la evitación, también cuenta con la habilidad para detectar o anticipar los cambios estresantes. Así, la evolución de estas estrategias se realiza en cuanto a los eventos estresantes llegan a ser predecibles, prolongados y frecuentes en relación con los tiempos generacionales de cada sujeto.

En cuanto a la respuesta del estrés, menciona que es debido a la relación que tiene con el sistema nervioso autónomo en el cual parte de este sistema se activa, y también se inhibe, y el área que se da la activación es en el sistema nervioso simpático. Originadas en el cerebro las proyecciones de este sistema irradian desde la médula espinal y contactan casi todos los órganos, vasos sanguíneos y glándulas sudoríparas del cuerpo. Este sistema se activa cuando el cerebro considera una acción como emergencia. La activación incrementa la vigilancia, la motivación y la activación general. Cuando se activa este sistema, el hipotálamo desencadena la activación de las glándulas adrenales en particular de la médula de estas glándulas que liberan catecolaminas: adrenalina y noradrenalina. La otra mitad del sistema nervioso autónomo y el sistema nervioso parasimpático se ven inhibidos y así es como este sistema media las funciones vegetativas que promueven el crecimiento y el almacenamiento de energía.

Por otro lado, menciona la correlación que tiene el estrés y la memoria. Los estresores de corto término o de intensidad moderada intensifican nuestra cognición, mientras que los estresores demasiado intensos, en el tiempo son disruptivos. Cuando se eleva el estrés, el sistema nervioso simpático activa el hipotálamo, facilitando la consolidación de la memoria. Este evento involucra a la amígdala, un componente del sistema límbico relacionado con nuestra percepción de las emociones.

Así mismo, Guzman (2003), en un artículo menciona a teóricos que definen al estrés, siendo estos: Mikhail, Invancevich & Matteson, Hans Selye, Salye, Gordon, y Lee & Achforth.

Mikhail (1981) lo define como un estado psicológico y fisiológico que se manifiesta cuando algunos elementos del ambiente alteran al individuo y le producen un desequilibrio, real o percibido, entre lo que se le pide y la capacidad para ajustarse a ello, situación que deriva de una respuesta indefinida.

Tal como mencionan Invancevich & Matteson (1980) el estrés es aquella contestación adaptativa personalizada ante determinada exigencia, física o fisiológica, que manifieste el individuo, resultado de la convergencia de un agente externo y la interpretación subjetiva mediada por procesos psicológicos del sujeto. Dentro de esta conceptualización se plantean tres dimensiones características del estrés como lo son las demandas ambientales, la respuesta adaptativa y las diferencias individuales.

Por otro lado, el considerado como pionero y gran referente en la conceptualización del estrés Hans Selye (1974), declara que, indiferente si la situación es considerada como positiva o negativa, son propensas a generar una respuesta de tensión igual, la cual puede ser productiva o contraproducente. Así mismo, sustentó ciertas particularidades sobre al conceptualizar el estrés como el evitar ser reduccionistas a una tensión nerviosa, el estrés, como parte del instinto natural de supervivencia, puede tener resultados positivos para quien lo experimenta, pues la ausencia de este fenómeno sería sinónimo de su muerte. Desde estas posturas se sustenta que el estrés es algo inherente de la raza humana y no es dañino para la salud mientras su experimentación no sea desmedida ni crónica.

En suma, Salye (1976) menciona que el estrés es un fenómeno secuencial y progresivo el cual cuenta con distintas fases. En una primera instancia, el individuo entra en estado de alarma al estar en contacto con el estímulo estresor que genera cambios fisiológicos en su cuerpo, para luego cursar una fase de resistencia donde hace uso de sus recursos disponibles y donde su cuerpo ya está predisponente a contestar a las exigencias, y cuando los recursos se han terminado y no fueron suficientes para contestar al estresor, produce una sensación de fatiga que puede manifestarse en la

salud mental por cuadros de ansiedad o en la salud física al somatizar el desgaste en su cuerpo.

Para Gordon (1997), las reacciones fisiológicas y psicológicas ante las situaciones que generan estrés pueden ser causa del desgaste creativo, productivo y satisfactorio del individuo. Debido a que estos comportamientos pueden generar aumento en el nivel de estrés, lo cual conlleva a una minoría en su operatividad.

Por último, Lee & Achforth (1993) señala que, en el ámbito profesional, el agotamiento produce un desgaste físico, emocional interpersonal, de actitud y referido a la conducta. Se ha analizado que este tipo de agotamiento afecta en los comportamientos de los sujetos, debido a que, generalmente se refleja con el poco compromiso profesional y el desánimo de continuar laborando con eficacia en la organización. Es así que, difícilmente el individuo puede evadir situaciones que generen estrés, ya que, constantemente estamos expuestos a estímulos estresores. Por tal razón, las organizaciones deberían adoptar políticas preventivas para reducir el efecto de estímulos estresantes que afectan directamente al personal.

En el estudio realizado por Palencia y Coronel (2019) hacen alusión a uno de los postulados más esenciales de la conceptualización del estrés, hablando sobre que el estrés, desde sus inicios etológicos, se ha considera como una reacción natural que tiene el organismo para adaptar sus características fisiológicas y poder contestar a aquel elemento que la persona considere estresante, sin embargo, el estado de estrés por un tiempo prolongado en el individuo se considera estrés patológico, el cual afecta a la salud de quien lo padece hasta el grado de generarse un cuadro de estrés, presentando comorbilidades y somatizaciones que deben ser atendidas por los centros de salud pública o por el sector privado, pues su incidencia en la población a nivel mundial está creciendo, razón por la cual se transforma en un fenómeno que se debe estudiar sus características, sus síntomas, consecuencias, entre otros. Además, es vital que la investigación enfatice a la población adolescente dado que son los más propensos a experimentar alteraciones de diferentes fuentes.

Según plantea la Organización mundial de la salud (OMS) el estrés es “aquel conjunto de reacciones fisiológicas que prepara al organismo para la acción”. Aquello que salga de la cotidianidad de manera espontánea en la vida de una persona generará cierto grado de estrés, grado que dependerá, en esencia, del estado físico, psicológico y recursos que el individuo tenga para contestar a este cambio.

La American Psychological Association (APA, 2018) sostiene que el estrés puede provenir de varias fuentes, tener diferentes naturalezas, grados y que es dependiente a una gran variedad de factores que delimitarán si la persona experimentará un tipo de estrés adaptativo en contestación a las exigencias del contexto, o si por el contrario el fenómeno sobrepasará los recursos que la persona tiene, generando desgaste e incidiendo en la formación de estrés crónico. Desde lo mencionado se evidencia la relevancia para el campo de la salud el generar un diagnóstico preciso sobre los variados tipos de estrés y discriminar entre el estrés agudo, el estrés agudo episódico y el estrés crónico, pues mencionan que cada uno de estos tienen aspectos particulares que los distingue como sus cualidades, las repercusiones, aspectos de temporalidad y consecuente al diagnóstico, el procedimiento personalizado con el que se deben abarcar los mismos.

El tipo de estrés más cotidiano, el estrés agudo, APA (2018) lo plantea como un fenómeno emocionante mientras no sea desproporcionado, pues de serlo genera fatiga en quien lo vive. Considera que proviene de las diferentes exigencias de una situación transitoria ya vivida y la interpretación premeditada de un futuro próximo. Por otro lado, el estrés agudo episódico se caracteriza por generar en quien lo experimenta comportamientos ansiosos como la tendencia a estar agitadas, tensas y ser irritantes, en ocasiones, este tipo de estrés puede manifestarse por medio de agresiones, influyendo así en sus habilidades sociales. Por último, el estrés crónico se caracteriza principalmente por ser aquel que se manifiesta cuando la persona que lo presenta considera que escasas o nulas son las soluciones que puede proponer para sobrellevar la situación, se manifiesta generalmente cuando el estrés se vive por un lapso de tiempo significativamente largo, donde el sujeto

ya hizo uso de los recursos que tenía a disposición y no bastaron.

Las personas tienden a presentar percepciones dictaminadas por la familiaridad que le generen las cosas, es decir, naturalmente se inclinan hacia lo conocido y lo internalizan. Una persona que padezca estrés crónico es capaz de normalizarlo por factores como la temporalidad del fenómeno y de manera pseudo-adaptativa, se resignan a convivir con este, manifestándose en conductas desadaptativas en sus relaciones sociales como el retraimiento e incluso la hostilidad y en algunos casos el suicidio. Yerkes y Dodson (1908) señalan que si bien los niveles excedentes de estrés afectan a la productividad del sujeto, los niveles insuficientes también lo hacen, pues el estrés es una conducta natural y adaptativa, enfatizando que la mencionada productividad es extrapolable a diferentes contextos de la vida de la persona como el social, familiar, académico, profesional, entre otros.

2.3.1 Estrés Laboral

Moreno & Baez (2010), mencionan en su libro de Factores y Riesgos Psicosociales, que la Comisión Europea alude al estrés laboral como “un patrón de reacciones emocionales, cognitivas, fisiológicas y de comportamiento a ciertos aspectos adversos del contenido del trabajo, organización del trabajo y el medio ambiente de trabajo”. Este estado se caracteriza por la elevación de niveles de excitación de respuesta y la frecuente sensación de no poder hacerle frente.

Un riesgo psicosocial es un estado que es consecuencia del peso y organización de trabajo, cuenta con mucha probabilidad de afectar a la salud del trabajador y cuyas consecuencias suelen ser significativas. Los riesgos psicosociales, a diferencia de los factores psicosociales, no son condiciones organizacionales sino hechos, situaciones o estados del organismo con la capacidad de afectar de forma negativa la salud de los trabajadores y de generar un impacto. De tal manera que, los riesgos psicosociales son contextos laborales que habitualmente dañan la salud en el trabajador, a pesar de que, en cada usuario o trabajador los efectos pueden variar debido a diversos factores.

Al referirse estrés como riesgo psicosocial no significan respuestas propias de las situaciones

de tensión, siendo una respuesta de alerta del organismo, ni tampoco el cúmulo de ellas, al contrario, es un estado de desgaste por parte del organismo que imposibilita de forma importante las respuestas funcionales y adaptativas del organismo y del individuo. Deteriorando el rendimiento del trabajador y consecuentemente en la organización donde pertenecen. Por lo tanto, ha sido considerado como “el lado oscuro del trabajo”.

Así mismo, los autores hacen alusión a que el estrés laboral tiene propuestas legales laborales generales que se refieren a los límites de la carga de trabajo y que la jurisprudencia española en diversas ocasiones ha considerado al estrés como causa de diversos trastornos conductuales y personales. Entonces, al no existir una legislación en concreto, para incluir al estrés como una enfermedad profesional, la jurisprudencia se inclinó por considerarlo accidente laboral, es decir, un daño a la salud causado por el trabajo.

De la misma forma, la OMS (2020), señala que, la relación entre el trabajo y el estrés puede ser causado por una mala organización del trabajo o una inadecuada planificación y gestión, como también la falta de apoyo de colegas y supervisores ante su rol y entorno laboral. Estos indicios de sobrecarga conllevan a presiones laborales que muchas veces no se corresponden con sus conocimientos y habilidades, que incluso desafían su capacidad para hacer frente a las cargas.

Las organizaciones deben considerar este tema para asegurar el buen funcionamiento de la empresa, la eficacia de la contribución por parte de los colaboradores no se debe únicamente al cumplimiento de los perfiles al contratarlos, sino, al brindarle los espacios y recursos necesarios para que puedan desempeñar sus roles, sin trabas ni elementos generadores de estresores, y de tal modo evitar declives en su productividad.

Siendo así, el estrés se presenta en diversas circunstancias laborales, no obstante, existen momentos en el que se agrava, y es cuando los trabajadores perciben que cuentan con poco apoyo por parte de los supervisores y colegas, así como escaso control sobre los procesos de trabajo.

La OIT (2013), indica que, uno de los principales problemas que se refleja en la mayoría de los países es el estrés laboral. El estrés y el trabajo tienen un vínculo que, si no es regulado de forma óptima, puede desencadenar consecuencias negativas. Las formas de manifestarse el estrés pueden variar e incluir enfermedades circulatorias, gastrointestinales y otros tipos de trastornos físicos, psicosomáticos y psicosociales.

Por lo tanto, la OMS y la OIT distinguen la relación que tiene el estrés y el trabajo, en cuanto a la mala gestión y diseño de trabajo y el excedente de carga aun cuando estas sobrepasan las habilidades y características que posee el trabajador para cumplir su rol.

2.3.2 Estrés laboral y COVID19

Según la OIT (2020), un número aproximado de 436 millones de entidades organizacionales de sectores como el comercial, hotelero, inmobiliario, por mencionar algunos ejemplos, se han visto desequilibrada en varios aspectos esenciales para su supervivencia en el mercado como lo son la economía, posicionamiento del mercado, distribución de servicio y, el que más compete a este trabajo, la estabilidad y permanencia del cuerpo laboral. A nivel mundial, “La COVID19 y el mundo del trabajo” menciona que el 68% de los países económicamente más productivos han sufrido una disminución exponencial en su actividad dado al cierre de un gran número de negocios y organizaciones activas a causa de la pandemia por COVID19, siendo de esta manera que las organizaciones se postran ante la necesidad de reestructurar determinadas particularidades, no tan solo con la finalidad de salvaguardar el estilo de vida organizacional de sus colaboradores y a la supervivencia de la organización como, en teoría, ya se hacía, sino a la suma de estos factores más la pandemia por COVID19 y sus afectaciones en las mismas.

Como se mencionó, el estrés laboral proviene desde tiempos remotos y los factores que inciden en ella son varios y por consecuencia aquellas personas que eran propensas a padecerla o se desarrollaban en ambientes predisponentes a desarrollar estrés, han visto potenciados estos factores por elementos objetivos como la peligrosidad de un virus global y potencialmente mortal,

así como elementos subjetivos como el miedo al mencionado virus, generando una reacción en cadena de situaciones interpretadas como desagradables, afectaciones a la salud física y mental y consecuentemente un bajo rendimiento laboral enfatizando la manera en que las exigencias físicas y mentales implícitas en el contexto de pandemia altera los procesos cognitivos como la atención y retención de información, afectando en el cumplimiento de sus labores e incluso en el aprendizaje de información nueva como la impartida en talleres para el manejo del estrés.

En una investigación realizada por Peñafiel (2022), menciona que tanto las empresas como sus colaboradores se han visto afectados por el estrés laboral, debido a la ausencia del incumplimiento salarial, carga laboral, procedimientos de bioseguridad. La disminución del salario viéndose afectada desde la parte económica, y cierre de algunas empresas e industrias dados por los despidos, ocasionando en los trabajadores generar trastornos mentales y de estrés.

Sin embargo, ciertas empresas al tenerlas abiertas o en continuidad en sus labores, ocasionó miedo al contagio y estrés en los trabajadores, ocasionado por la dificultad del desplazamiento, también la inseguridad social y entre otros aspectos.

Por otra parte, algunas personas tuvieron que optar por el teletrabajo ocasionando frustración, dado al poco o nada dominio hacia el uso de tecnologías y sobre todo la distribución del tiempo para lograr equilibrar las obligaciones de su hogar y las laborales. Los trabajadores experimentaron frustración, sobrecarga emocional y horas de trabajo, percibiendo altos niveles de estrés, enfatizando que estos niveles se presentaron con más fuerza en empleados jóvenes de 21 a 40 años, dependiendo de las necesidades del puesto. En Hong Kong la tasa de suicidios en la población que trabaja aumentó un 30% en adultos mayores que presentaban ansiedad.

De acuerdo con un estudio transversal que exploró síntomas y percepciones durante la pandemia del COVID19 en médicos generales colombianos que consiste en determinar la presencia de síntomas de estrés laboral, ansiedad y miedo al COVID19 en médicos generales, Monterrosa-Castro et al. (2020), señalan que más del 70% de las personas evaluadas manifestaron tener miedo a un contagio por COVID19 o en su defecto involucrar en contagios a sus familiares, amistades, ser

asintomáticos e incluso la muerte. En este mismo contexto se encontraron síntomas de ansiedad, manifestaciones psicosomáticas y estrés laboral. Finalmente se menciona que siete de cada diez médicos en esta investigación sufrían de ansiedad o estrés laboral, mientras que cuatro personas presentaban miedo al nuevo virus. Los factores de miedo, ansiedad y estrés con complicación en la salud mental fueron vinculados con el distanciamiento social, el confinamiento inadecuado exigido, carencia de medidas de higiene.

En otro estudio, Noroña Salcedo et al. (2021), evaluaron a una población de 60 trabajadores de una Cooperativa Bancaria, con la metodología de diseño no experimental, descriptivo, correlacional con corte transversal, mencionando que se encontraron 5 afecciones siendo estos síntomas fisiológicos, comportamiento social, intelectual laboral con daños psicosomáticos, ansiedad e insomnio. Las personas con estrés presentaron 10 veces más probabilidad de un daño fisiológico, así, llegando a concluir que los problemas de salud de las personas se dio debido al incremento de exposición causada por la pandemia.

3 Metodología

El presente estudio se desarrolló desde un enfoque cualitativo en la modalidad de sistematización de experiencias, basada fundamentalmente en la narrativa de experiencias anteriormente vividas, estudiando éstas desde una interpretación crítica. Esta metodología acota a la ciencia por medio de la generación de conocimiento desde experiencias ya vividas en determinado contexto, siendo así una mirada prospectiva al cambio.

3.1 Generación de Conocimiento Mediante la Sistematización de Experiencias

Epistemológicamente, la sistematización de experiencias es conceptualizada como el proceso de reconstrucción y reflexión analítica de una experiencia anteriormente vivida con la finalidad de entender algún aspecto que tuvo lugar dentro de la misma y, consecuentemente, obtener información de un hecho objetivo desde la interpretación subjetiva para, posterior al estudio, contrastar los resultados con la teoría preexistente (Expósito, 2017).

De igual manera, aquel elemento que se toma como objeto de estudio en la sistematización de experiencias es la práctica que se desarrolló dentro de la misma, razón por la que no es una metodología que propone generalizar los resultados aun cuando, por su propia naturaleza, pueda acotar a la contrastación o sustentación de teorías científicas. Es en esencia una metodología dialéctica, la cual sostiene que los fenómenos están estrechamente ligados al contexto en el que se suscitan y que estos están compuestos por varios elementos estructurales.

Weick (1995) menciona que aquella información experiencial que contribuirá al estudio se extrae de los fenómenos de un evento vivido, así como sus características. La metodología sistematización de experiencias permite, por medio de la reflexión de un evento vivido, darle sentido y producir conocimientos sobre su funcionalidad.

Así mismo, Blasco y Pérez (2007:25) mencionan que las investigaciones de tipo cualitativas favorecen a la obtención de datos más descriptivos, reconociendo las características del fenómeno y elementos circunstanciales por medio de la interpretación de las personas que tuvieron la experiencia. La metodología cualitativa predispone a la investigación a ser empíricamente fiel a la realidad del fenómeno.

Por lo conceptualizado se sustenta que, la sistematización de experiencias es metodológicamente consistente a la investigación cualitativa por medio de la narrativa de experiencias vividas desde un análisis crítico, enfatizando así que toda experiencia pasada relacionada al desarrollo de un determinado proceso puede ser objeto de sistematización si los autores lo consideran necesario.

3.2 Contexto Institucional

La experiencia se obtuvo a través de la realización del proyecto de las prácticas preprofesionales de la Universidad de Guayaquil de Ciencias Psicológicas en el Ciclo II 2021-2022. La Institución académica tiene como misión:

Generar, difundir y preservar conocimientos científicos, tecnológicos, humanísticos y saberes

culturales de forma crítica, creativa y para la innovación social, a través de las funciones de formación, investigación y vinculación con la sociedad, fortaleciendo profesional y éticamente el talento de la nación y la promoción del desarrollo, en el marco de la sustentabilidad, la justicia y la paz.

Mientras que su visión, es ser una Universidad reconocida nacional e internacionalmente por su calidad académica, de emprendimiento, producción científica y tecnológica, con enfoque de responsabilidad social sustentable.

La institución en la cual se realizaron las prácticas pre-profesionales está ubicada en el sector sur de la ciudad de Guayaquil, y es una entidad sin fines de lucro involucrada al compromiso social en enero de 1997. Tiene como objetivo, un enfoque de desarrollo integral, contribuyendo de manera positiva en el proceso biopsicosocial afectivo de los niños, niñas y familia e impulsando un estilo de vida saludable con la participación activa de la sociedad. La Fundación Huerto de los Olivos atiende, capacita y orienta a las personas (niñas, niños, adolescentes) y comunidad en general, priorizando a las comunidades que se encuentran en una situación de riesgo y vulneración de derechos.

La clasificación general de la actividad económica corresponde al Nivel 1, referente a la atención de la salud humana y asistencia social, y abarca varios servicios de prestación como profesionales de salud en hospitales y otras instalaciones, programas en otras instituciones con un componente importante de bienestar y salud. La Fundación Huerto de los Olivos cuenta con convenios con la Universidad de Guayaquil permitiendo que sus estudiantes participen en prácticas pre profesionales, otorgando oportunidades de aprendizaje y el desarrollo de nuevas habilidades, mediante la aplicación práctica de las mismas.

Por otro lado, en dicha Institución se creó un programa psicoeducativo para el desarrollo de mecanismos de afrontamiento del estrés en época de COVID, a su vez, buscando identificar los aspectos de mayor riesgo relacionados con el estrés en los colaboradores; proporcionar información que favorezca el manejo del estrés, a través de un programa formativo que involucre el ámbito personal, laboral; y evaluar el impacto del programa de Manejo del estrés en los colaboradores.

Dichas prácticas se realizaron bajo el contexto “virtual” razón por la que se hizo uso de

herramientas tecnológicas para su eficaz desarrollo, por ejemplo: Uso de reuniones por zoom, Whatsapp, y la plataforma Teams. También se utilizaron técnicas como ejercicios de trabajo en equipo, entrevistas semiestructuradas, observaciones, informes, investigaciones, talleres de intervención, grupo focal.

Por otro lado, la Universidad encargada de dirigir el proyecto de prácticas preprofesionales, delegó un tutor para conducir el proyecto y está ubicada en el centro de la ciudad de Guayaquil. Una institución pública, en la cual se encuentra la Facultad de Ciencias Psicológicas.

3.3 Plan de Sistematización

En el plan de sistematización mostrado a continuación, se proyecta la experiencia sistematizada en la intervención psicoeducativa, dirigida al manejo del estrés en época de COVID19 con colaboradores de una Fundación, donde gracias a la revisión de las reuniones de las que se tiene registros, así como memoria técnica e informes, se pudo obtener información de la experiencia vivida.

Tabla 1: Elementos básicos de la sistematización

EXPERIENCIA SISTEMATIZADA	Fase de intervención del programa "Manejo del estrés a través de la psicoeducación en época de Covid-19" en una fundación
EJE SISTEMATIZACIÓN	¿Cuáles son los factores que dificultan el desarrollo de la fase de intervención en las PPP?

OBJETIVO Y FINALIDAD Consideramos que es enriquecedor sistematizar nuestras prácticas preprofesionales, las cuales dificultaron el proceso de intervención, generando oportunidad de aprendizaje en la formación académica.

FUENTES DE INFORMACIÓN	Memoria técnica, fotos, videos, plataforma digital, informes, discursos de participantes de la experiencia recogidos post facto.
------------------------	--

Elaborado por: *Deyaneira Cristina Candell Huacón y Gary Fernando Vareles Peñaranda (2023)*

La presente sistematización tiene como objeto el proceso de intervención psicoeducativo, dirigida al manejo del estrés en época de COVID19 con colaboradores de la Fundación Huertos de los Olivos. El proceso de intervención a sistematizar, perteneció al proyecto de prácticas preprofesionales denominado “Manejo del estrés en época de COVID19 a través de la psicoeducación”, el cual fue desarrollado en los meses de enero-abril del 2022-2023. El eje planteado en el estudio fue ¿Cuáles son los factores que dificultan el desarrollo de la fase de intervención en las PPP?, considerando que la intervención fue en modalidad online por el contexto de pandemia, este proceso se vio dificultado por diversos factores, generando que la intervención no se realizará de la manera más idónea y consecuentemente que los beneficiarios de la intervención consideren que el programa no fuese eficaz en su totalidad. Para contestar la pregunta eje de nuestro estudio, se realizó una investigación minuciosa tanto de la naturaleza del proceso de intervención psicoeducativo en organizaciones, como de aquellos factores de diversas fuentes que podrían dificultar el desarrollo de la intervención, considerando también aquellos que pudieren afectar ambas partes del proceso, es decir, el grupo interventor y los colaboradores de la institución objeto de estudio.

El objetivo y finalidad de sistematizar esta experiencia, se planteó considerando la importancia de reconocer aquellos factores que dificultaron el proceso de intervención relacionado al manejo del estrés en colaboradores que se realizó en el programa de PPP propuesto por la institución educativa como un requisito para la obtención del título profesional. Postulando nuestra experiencia vivida en el programa de PPP como objeto de estudio, se puede identificar aquellos factores que dificultaron el

proceso de intervención del mismo, acotando de esta manera información valiosa y de procedencia empírica que pueda ser considerada para futuros proyectos de la institución.

Como autores de este estudio y participantes de la experiencia sistematizada, para la recaudación de información que contribuya a reconstruir la experiencia se utilizó la memoria técnica final resultante de las PPP donde yace información sobre la manera en que se realizaron las reuniones, así como observaciones y resultados de las mismas, con la misma finalidad se revisaron los informes y la plataforma digital donde semanalmente se notificó lo que se desarrollaba, precisando fechas y actividades que se realizaron. Por otro lado, los videos y fotos contribuyeron para evidenciar aquellos factores que influyeron de manera negativa en las reuniones, generando que el proceso de intervención y consecuentemente los resultados de las mismas, no fueran los más óptimos.

3.4 Consideraciones Éticas

Según Apa (2010), El código Ética del Psicólogo tiene como propósito orientar y establecer reglas de conducta profesional que puedan ser aplicadas por la APA y por otras instituciones que decidan adoptarlas, en consecuencia los Psicólogos se comprometen a cumplir con el presente Código de Ética de la APA y con las reglas y procedimientos utilizados para su cumplimiento, a su vez toman medidas para resolver el conflicto de manera responsable, en correspondencia con los principios básicos de los derechos humanos.

Los estudiantes, tutores e involucrados que representaron a la institución, en su práctica con la Fundación, basaron su intervención en los principios de la práctica de la Psicología, donde hubo un convenio entre la institución y la Fundación, llegando a acuerdos preestablecidos entre ambas partes, que posteriormente regirán el accionar de los interventores. Estos acuerdos quedaron registrados en el consentimiento informado elaborado por los estudiantes y socializado con los colaboradores de la Fundación Huerto de los Olivos quienes participaron en el programa.

Así mismo, los estudiantes, en conjunto con los tutores que acompañaron en el proceso, basaron su práctica en el Principio A, de beneficencia y no maleficencia, con procedimientos idóneos,

con base, a los resultados de las investigaciones realizadas, las cuales arrojaron información que se utilizó con completa confidencialidad y todas las herramientas y procedimientos fueron en dependencia a lo que se planteó en beneficio de los trabajadores de la Fundación. Enfatizando que el principio hace referencia a que el Psicólogo siempre procura hacer el bien a todo aquel con quien interactúa, asumiendo la responsabilidad de no causar daño y salvaguardar el bienestar y los derechos.

En la culminación del programa, los líderes a cargo del proceso, realizaron una reunión con los colaboradores de la Fundación Huerto de los Olivos en donde se llevó a cabo la devolución de los resultados que se obtuvo de la intervención, cumpliendo así con lo declarado en el consentimiento informado, tal como lo menciona el Principio E del código de ética del Psicólogo, que hace alusión a la aplicación del respeto de la dignidad, el valor de toda persona y el derecho a la privacidad, confidencialidad y a la autodeterminación de los individuos.

3.5 Fortalezas y Limitaciones

Fortalezas

Se realizó paso a paso cada apartado de la sistematización, lo que permitió obtener clarificado el tema central y así poder plasmarlo en la introducción.

Se contó con bases de información bastante cercanas a la experiencia aquí expuesta dado que anteriormente, estudiantes de la misma institución educativa sistematizaron su experiencia en programas similares con la Fundación Huertos de los Olivos.

Este trabajo se benefició de una metódica guía brindada por la institución, detallando en gran medida los pasos que se deben seguir para la elaboración de los apartados que componen a la sistematización.

Se contó con diversas fuentes de información para la reconstrucción de proceso vivido que no solo soportaron las experiencias detalladas, sino también las fechas en que se realizaron las actividades, brindando un hilo cronológico a la experiencia.

Se pudo hacer una eficiente relación entre teoría y experiencia declarada por la investigación a profundidad, realizada en primeras instancias, y por el uso de los registros donde se recuperó la

experiencia de manera detallada, que en conjunto aportaron al desarrollo de la reflexión crítica.

Mediante una lectura analítica y reflexiva de los apartados anteriores se obtuvieron conclusiones sobre todo lo redactado, generando que se identificarán aquellos aspectos nucleares de la sistematización de la experiencia de los autores.

Las recomendaciones propuestas se vieron beneficiadas por el apartado que le antecede dado que se identificó aquellos aspectos fundamentales del estudio y posteriormente se propuso recomendaciones que contestarán a cada una de las conclusiones declaradas.

Así mismo, también se pudo determinar, limitantes al momento de elaborar el presente trabajo de sistematización de experiencia, como la discrepancia entre el cronograma que se planteó antes del inicio de la intervención de las prácticas pre-profesionales y lo que se presentó en la plataforma de la institución donde se registraban las actividades, denotando que el programa no se llevó a cabo con la precisión debida, convirtiéndose esto en un factor relativamente contraproducente al momento de recoger información para este trabajo, dado que estas discrepancias causan confusión entre lo que se debió hacer y lo que realmente se hizo en algunas de las semanas registradas en la plataforma, fuente de información vital para este trabajo.

Limitaciones

Este trabajo se vio afectado por la tardía contestación del último insumo aplicado en los colaboradores de la Fundación, por lo que, retrasó el desarrollo de la introducción.

La información sobre determinados aspectos teóricos y prácticos esenciales fue obtenida de investigaciones realizadas en la Universidad de Guayaquil en conjunto de la Fundación Huerto de los Olivos, sin embargo, estudios ajenos a estos involucrados son escasos, limitando la objetividad de la investigación.

En la guía para el desarrollo de la sistematización de experiencias brindada por la institución académica en apartados específicos se percibió ambigüedad, no precisando varias particularidades esenciales para un correcto desarrollo del estudio.

La recuperación de la experiencia, se vio afectada por imprecisiones entre los registros que se

obtuvieron de la plataforma donde se registraban las actividades de manera semanal durante la experiencia y los registros que los autores guardaban de manera aislada, provocando incertidumbre y confusión en ocasiones.

Al igual que la introducción, el proceso de reflexión crítica de este estudio se vio afectado por la tardía realización del cuestionario por parte de los colaboradores, el cual tuvo la finalidad de acotar un valor objetivo al mismo.

Se identificó aquellos factores que dificultaron el proceso de intervención en el programa de las PPP, destacándose entre estos la conectividad inestable y los contratiempos climáticos, siendo factores fuera del alcance de las instituciones involucradas, por lo que se dificultó plantear recomendaciones aplicables y viables.

3 Recuperación del Proceso Vivido

A continuación, en la tabla se presentan los acontecimientos ocurridos de manera cronológica, descriptiva y objetiva, en el cual se detallan las actividades que se llevaron a cabo, durante la experiencia.

Tabla 2: Recuperación del proceso vivido

Fecha	Actividad	Participantes	Objetivo	Método	Resultados	Contexto
17/01/ 2022	Revisión bibliográfica	Estudiantes Deyaneira Candell H. Gary Vareles P. Tutora	Establecer bases teóricas para un adecuado proceder	Análisis de documentos	Información pertinente para un adecuado proceder	Ambigüedad en los temas a investigar, cambio de temas, se generó estrés por el tiempo de trabajo no aprovechado

28/01/	Realización de vídeo de	Estudiantes	Presentar el	Informativo/digit	Se sensibilizó el	Al ser grupal, se podía
2022	familiarización del	Deyaneira	programa y sus	al	programa con los	contestar la falta de recursos
	programa	Candell H.	objetivos a		colaboradores	de determinados estudiantes
		Gary Vareles P.	colaboradores			
31/01/	Elaboración de CEP-14	Estudiantes	Dar accesibilidad a	Análisis de	Se pudo evidenciar que	Al estar en contexto de
2022	en formato "Forms"	Deyaneira	los colaboradores	documentos/digi	los colaboradores	pandemia, trasladar el
		Candell H.	para realizar el	tal	presentaban	cuestionario a un formato
		Gary Vareles P.	cuestionario por vía		determinado grado de	digital resulta muy oportuno
		Tutora	online		estrés	
09/02/	Planificación de talleres	Estudiantes	Planificar los	Análisis de	Se propusieron tres	Por la baja calidad de las
2022	para manejo del estrés	Deyaneira	talleres	documentos	talleres para abarcar el	propuestas se tuvieron que
		Candell H.	psicoeducativos		estrés y enseñar técnicas	investigar en repetidas
		Gary Vareles P.	que se utilizaron		para manejar el	ocasiones

	tutora	para la intervención	fenómeno
21/02/ 2022	Aplicación de CEP-14 Colaboradores	Por medio de la aplicación del cuestionario, identificar el grado de estrés	Exploratorio Se identificó que los colaboradores experimentaron un nivel de estrés relevante
25/02/ 2022	Desarrollo de talleres "Capacidad de organización y planificación en el ámbito individual", "imaginación guiada" y "taller solución de problemas". Encuesta de retroalimentación	Estudiantes Brindar a los colaboradores herramientas para manejar el estrés. Evaluar la efectividad de nuestra intervención	Psicoeducativo/participativo/exploratorio Se realizaron los talleres psicoeducativos por medio de reuniones de Zoom en horarios coordinados con colaboradores. Se pudo determinar aspectos que dificultaron la intervención

27/02/	Grupo focal y FODA	Estudiantes	Procedencia y	Exploratorio/PartSe identificó la fuente	Reorganizar los estudiantes
2022		Deyaneira	niveles de estrés en icipativo	principal de estrés que	que tengan recursos más
		Candell H.	los colaboradores.	perciben los	idóneos para la fase
		Gary Vareles P.	Manera en que el	colaboradores. Se evaluó diagnóstica resultó beneficioso	
		colaboradores	colaborador	cómo el colaborador	para el proceso
			relaciona el estrés	relaciona el estrés con su	
			con la Fundación	labor en la fundación	
08/03/	Informe final	Estudiantes	Analizar el inicio,	Analítico/descrip Se declaró todas las	Se dificultó el desarrollo dado
2022		Deyaneira	desarrollo y cierre	tivo fases del programa de	que el formato para la
		Candell H.	del programa de	PPP	elaboración del informe se
		Gary Vareles P.	PPP		entregó tardíamente
25/03/	Memoria técnica	Estudiantes	Detallar el	Analítico/descrip Se detalló a profundidad	Hubo ambigüedad en las
2022		Deyaneira	programa de PPP	tivo todas las fases del	semanas declaradas en la
		Candell H.	en su totalidad	programa de PPP	plataforma, dificultando el
		Gary Vareles P.			detallar las fechas y
					actividades.

25/01/	encuesta de factores	Estudiantes	Sustentar lo	Cualitativo/explo	Se investigó aquellos	Contestación tardía del insumo
2023	que dificultaron el	Deyaneira	declarado en la	ratorio	factores principales que	por parte de los colaboradores
	proceso de	Candell H.	sistematización		los colaboradores	
	intervención del	Gary Vareles P.			consideran	
	programa “manejo del	Colaboradores			contraproducentes en	
	estrés en época de				las reuniones del	
	covid19”				programa de las PPP	

Elaborado por: Deyaneira Cristina Candell Huacón y Gary Fernando Vareles Peñaranda (2023)

Primera actividad: Revisión bibliográfica

En esta actividad se desarrolló una revisión bibliográfica de 20 artículos, revistas y otras fuentes de información científica de un máximo de 5 años de antigüedad donde la temática principal era el estrés, conceptualizaciones básicas y generales a menor medida, pero centrada en la relación que yace entre el estrés y la pandemia ocasionada por el COVID-19, así como las repercusiones que tiene la misma en varios aspectos de la vida de las personas. Esta investigación debía seguir determinadas pautas marcadas por una matriz que en un principio la tutora socializó con los estudiantes, donde constaban apartados obligatorios como: título, año, tipo de artículo, contexto, resumen, conclusiones, comentarios, entre otros.

Posteriormente, se desarrolló un informe en el cual se justificaba de manera detallada la razón por la que habíamos filtrado cada uno de los 20 artículos, sustentando su validez, utilidad, fiabilidad de la información en la investigación, logrando obtener un acercamiento teórico que, con la socialización pertinente, brindaron bases sólidas al momento de intervenir.

Segunda actividad: Realización de vídeo de familiarización del programa

La intención de esta actividad, consistió en la presentación de los estudiantes de 8vo semestre quienes fueron los interventores en dicho programa, ante los colaboradores quienes serían el objeto de estudio.

Dentro de este tiempo la tutora, a través de una reunión, solicitó que cada grupo se organice y coordine con los participantes que representaban a la Fundación, para procurar la obtención de los resultados concernientes al tema práctico. Aquello se realizó por medio de un video introductorio, exponiendo sobre el tema: “Manejo del Estrés en época de COVID, a través de la psicoeducación” y el objetivo de ello, de tal forma los participantes se familiaricen y conozcan la intención del mismo.

Tercera actividad: Elaboración de CEP-14 en formato “Forms”

El virus del COVID19 estaba en todo su auge cuando se llevó a cabo dicho programa. Ante este contexto de pandemia, se decidió trabajar con los colaboradores en modalidad online, debido a que, si se realizaba de manera presencial, se corría el riesgo de no cumplir con todas sus fases. Se creó un

grupo de WhatsApp con la finalidad de hacer más óptima la comunicación e informar oportunamente sobre todas las actividades que se realizan y, sobre todo, en los tiempos preestablecidos. Se les comunicó que se propuso trasladar el instrumento a aplicar, siendo este un cuestionario, a un formato digital lo que resultó más adecuado y beneficioso tanto para el estudiante y colaboradores.

Así mismo, se socializó el CEP-14 en formato Forms, con la finalidad que lo puedan desarrollar y de esta manera, obtener información sobre su estado en relación a la existencia o ausencia de estrés. Los colaboradores accedieron a trabajar bajo dicha modalidad, acotando que consideraban la única forma en la que ellos podían participar, además, en cuanto al manejo del formato, a pesar, de la explicación de su uso, requirieron nuevas retroalimentaciones para su total comprensión. Los estudiantes involucrados repitieron las explicaciones hasta asegurarse de que todos lo entendieron, de tal modo pudieran llenar el formato.

Cuarta actividad: Planificación de talleres para manejo del estrés

Una vez registrada la herramienta con la que se midió el fenómeno que se abarcó (CEP-14) el paso consiguiente fue la planificación de aquellos talleres que se desarrollaron con los colaboradores. En conjunto con la tutora designada, se propuso desarrollar tres talleres que contestaran a diferentes fuentes recurrentes del estrés, siendo estos los aspectos personales, familiares y laborales, esto con la finalidad de, incluso antes de obtener los resultados del cuestionario, brindarles a los colaboradores herramientas para el manejo de situaciones estresantes por medio de talleres psicoeducativos que contestaran a los tres aspectos mencionados.

Al inicio de la actividad, se efectuó una reunión con la tutora para socializar los parámetros que se debieron seguir para la misma, posteriormente se designó a los equipos de trabajo uno de los tres talleres, para gestionar el tiempo y recursos. Cada grupo realizó una exhaustiva investigación sobre talleres que contestaran de manera idónea la necesidad del programa, por lo que, ya filtrada la información se seleccionaría un taller por grupo.

Finalmente, los líderes de cada grupo tuvieron una reunión, vía zoom, para socializar los talleres seleccionados en conjunto a sus equipos, sustentando las bondades y limitaciones de los

mismos para que todos los grupos tengan noción de las propuestas presentadas.

Quinta actividad: Aplicación del CEP-14

El CEP-14, cuestionario que tiene como objetivo identificar el grado y valorar factores que inciden en el padecimiento del estrés, fue trasladado a un formato digital con antelación con la finalidad de optimizar el tiempo y a modo de contestación al contexto pandemia, razón por la cual el programa de PPP se realizó en modalidad online. Se aplicó la encuesta cuando se consideró oportuno, es decir, luego de la comunicación directa con cada una de ellas. Esta actividad fue posible por la comunicación que se tuvo con los colaboradores por medio de un grupo de WhatsApp, vía por donde se socializó las instrucciones y el link para acceder al mencionado cuestionario. La aplicación en la que se realizó digitalmente el cuestionario (Forms) arrojó los resultados de manera automática, por lo que la información sobre el estado de su estrés fue inmediata.

El cuestionario fue bastante claro, conciso e intuitivo, por lo que aquellos colaboradores que accedieron al enlace pudieron desarrollar el cuestionario sin complicaciones. Sin embargo, en esta fase del programa, hubo discrepancias en la comunicación de los colaboradores con la institución educativa, con la Fundación y con los estudiantes, pues ellos no fueron informados de su participación en el programa “MANEJO DEL ESTRÉS EN ÉPOCA DE COVID A TRAVÉS DE LA PSICOEDUCACIÓN”. Esta situación afectó a la predisposición de algunos de los colaboradores, lo que generó que tomaran la decisión de no participar en el mismo, siendo así que inicialmente se entabló comunicación con 7 colaboradores, pero el programa se desarrolló con la participación de solo 2 colaboradores dado que fueron las únicas personas que realizaron el CEP-14.

Luego de que los colaboradores realizaron la encuesta se obtuvieron los resultados, mostrando estos que uno de ellos, obtuvo una puntuación de 32 puntos que, según la descripción de valores del cuestionario, representa un “a menudo estoy estresado”, mientras que el otro participante obtuvo una puntuación de 20 puntos que refiere “de vez en cuando estoy estresado”.

Sexta actividad: Desarrollo de talleres “Capacidad de organización y planificación en el ámbito individual”, “imaginación guiada” y “taller solución de

problemas” / Encuesta de retroalimentación.

La sexta actividad se basó en el desarrollo de los talleres que anteriormente se propusieron, aquellos tres talleres que abarcaban aspectos personales (taller de capacidad de organización y planificación en el ámbito individual), familiares (taller de imaginación guiada) y laborales (taller solución de problemas) respectivamente y se propuso, a través de la psicoeducación, desarrollar estrategias para el afrontamiento del estrés en los colaboradores. El taller “Capacidad de organización y planificación en el ámbito individual” se centró en desarrollar estrategias de afrontamiento para el estrés personal y profesional al impartir información fundamental sobre el estrés, haciendo que tengan una vista más clara del fenómeno, posteriormente se desarrolló la actividad del “escudo personal”, donde los colaboradores tuvieron que identificar factores opuestos relacionados al estrés como aquellos factores que generan agobio y aquellos que generan placer, incluso elementos de autopercepción. Este taller culminó con el ejercicio de “la figura humana”, donde cada parte del cuerpo representaba un sentido y, por cada sentido mencionaban algo que les disgusta ver, oír, oler, etc. Por otro lado, el taller “Imaginación guiada” tuvo como objetivo lograr que el colaborador se relajara haciendo uso de su imaginación, mientras mantenían los ojos cerrados y recreaban escenas agradables que tuvieran con sus familias. Para el desarrollo de este taller, era esencial que todos los participantes estén en un ambiente tranquilo, libre de ruidos y distractores, sin embargo, los colaboradores estaban en la Fundación Huerto de los Olivos y en las grabaciones se evidenció muchas personas transitando en los alrededores, además de los ruidos propios de un contexto laboral, afectando la atención de los mismos. Por último, se desarrolló el taller “solución de problemas”, en el cual los colaboradores plantearon las problemáticas más recurrentes en su ámbito laboral, generando soluciones asertivas y efectivas que brindó una perspectiva más analítica del contexto y consecuentemente desarrollándose estrategias de afrontamiento al estrés por medio de la psicoeducación.

Todos estos talleres se efectuaron de manera consecutiva en el orden aquí redactado, por medio de una reunión vía Zoom acordada con los colaboradores. Las sesiones fueron desarrolladas desde una perspectiva participativa, por lo que estos adquiriendo información sobre las técnicas para

manejar el estrés y de manera simultánea, se obtuvieron datos sobre las fuentes principales de su estrés en el ámbito laboral y extralaboral, pues desde sus discursos declararon que en mucha mayor medida eran factores laborales como los recursos materiales insuficientes brindados por la Fundación Huerto de los Olivos y el contexto en el que se desarrollaban las actividades laborales, aquellos factores que incidían de manera negativa en los colaboradores.

Luego de los talleres se realizó una encuesta de retroalimentación donde se buscó información sobre la factibilidad, comprensión y desenvolvimiento por parte de los estudiantes, entre otros, dando como resultado que los mayores aspectos negativos que encontraron sobre la intervención fueron fallas técnicas inherentes en la modalidad online como el contexto de uno de los estudiantes que, por una fuerte lluvia, vio afectado su audio y conexión a internet, sin embargo, el grupo supo responder a la situación con eficacia y proactividad, delegando la actividad a otro miembro presente en la reunión. Además, los colaboradores mencionaron que el realizar los talleres de manera consecutiva en un lapso de tiempo tan reducido, afectó la experiencia dado que, si bien los talleres fueron de su interés y entendimiento, consideraron que hubiese sido más adecuado el hacerlo en sesiones separadas, pues de la forma en que se realizó, la información fue mucha, los ejercicios apresurados y la atención e interés fue disminuyendo eventualmente.

Séptima actividad: Grupo focal y FODA

De la misma manera en que se coordinó la reunión anterior, se acordó con los colaboradores horarios en los que tengan disposición de tiempo y de lugar. La actividad del grupo focal se desarrolló de manera óptima y como resultado se validaron conjeturas anteriores, las cuales sostenían que el área que presentaba mayor incidencia de estrés era el área laboral en conjunto a determinados componentes que constituían a la misma. En esta actividad, se pudo evidenciar que, a pesar de ser el contexto laboral el factor estresor predominante para los colaboradores, declararon que el ambiente laboral en la Fundación Huerto de los Olivos es adecuado, por lo que se descartó el ambiente como estresor específico, sin embargo, la falta de recursos que generalmente presentan dentro de sus obligaciones suele ser una limitante para desarrollar su rol efectivamente, afectando a su desempeño.

Así mismo, en la misma reunión, se ejecutó la herramienta FODA que se desarrolló con la intención de investigar aquellos aspectos positivos y negativos, internos y externos que relacionan al individuo con la empresa, la manera en la que el colaborador experimentó su ambiente o rol y, por consecuencia, su desempeño dentro de la Fundación, resultando de este, un énfasis de los recursos que esta les ofrecía.

Es oportuno mencionar que en esta actividad se reorganizó a los estudiantes que participaron en la primera reunión con los colaboradores, dadas las dificultades que se presentaron en la misma, por lo que en esta actividad no se presentaron inconvenientes relacionados a los recursos materiales por parte de quienes encabezaron la reunión, sin embargo, los aspectos contextuales en los colaboradores persistían, siendo que se encontraban en la Fundación Huerto de los Olivos y elementos distractores como los compañeros de trabajo y los ruidos del contexto, dificultaron su atención. A este aspecto se le suma que, a diferencia de la primera reunión, durante esta actividad uno de los colaboradores presentó problemas de conexión, generando contratiempos, como el repetir las consignas de manera reiterada, afectando así su predisposición para participar, pues su interacción desde ese punto se limitaba a respuestas monosilábicas, no obstante, dicho problema se presentó en los últimos minutos de la reunión, por lo que se considera que la información no se ve comprometida en su totalidad por este aspecto.

Octava Actividad: Informe final

En este apartado, inicialmente se dificultó el desarrollo de la ficha técnica en donde evidenciaba, el inicio desarrollo y cierre del programa de las prácticas pre profesionales, dado que el formato para la elaboración del informe se entregó tardíamente.

Sin embargo, días después se pudo plantear el desarrollo del informe final, documento utilizado como herramienta para desde una óptica objetiva, analizar el programa que los estudiantes de séptimo semestre plantearon a los participantes de la Fundación Huerto de los Olivos desde el inicio del programa (como el planteamiento del programa que posteriormente formarán parte), así

como el desarrollo y cierre del mismo (la socialización de resultados con la participantes), además de las herramientas y otros recursos que se hayan utilizado para el desarrollo del programa.

Novena actividad: Memoria técnica

En esta ocasión, los dos últimos días de las prácticas pre-profesionales fueron destinados al desarrollo individual de la memoria técnica, documento en el cual se explica a detalle todo el trabajo que ha conllevado el programa, desde las primeras etapas de inducción, en conjunto con la tutora, hasta el desarrollo de los talleres y aplicación de herramientas con los participantes.

Siendo algunos de ellos, la elaboración de encuesta de retroalimentación para la población de la Fundación Huerto de los Olivos sobre el programa manejo del estrés en época de covid a través de la psicoeducación, lográndose así comprobar o descartar los resultados obtenidos de la técnica utilizada y compararlo con los resultados del reactivo aplicado anteriormente por la institución.

También se realizó el formato de presentación de resultados obtenidos por medio del desarrollo de talleres para el manejo del estrés en época de covid a través de la psicoeducación a los participantes de la Fundación Huertos de Olivos. Además de la realización del Taller de resolución de problemas, entre otros, donde tuvo como objetivo analizar situaciones de problemáticas y aprender un esquema para generar soluciones efectivas, con el fin de reducir o prevenir los niveles de estrés. También el análisis FODA referente al desarrollo de talleres para el manejo del estrés en época de covid a través de la psicoeducación.

Décima actividad: Encuesta de factores que dificultaron el proceso de intervención del programa “manejo del estrés en época de covid19”

Finalmente, con el objetivo de indagar de manera precisa en aquellos factores que dificultaron las reuniones modalidad online donde se desarrollaron los talleres del proceso de intervención, para dotar a este estudio de una base objetiva de información, se realizó una encuesta semiestructurada denominada: Encuesta Sobre Factores Que Dificultaron El Proceso de Intervención del Programa “manejo del estrés en época de covid19” aplicada a los colaboradores de la Fundación quienes participaron en el programa de las PPP.

La encuesta fue realizada de manera digital, utilizando la plataforma Forms y posteriormente socializada a los colaboradores por medio de correo electrónico y WhatsApp, ambos medios de comunicación, mencionándose el objetivo de la misma. No obstante, la realización de este insumo se vio atrasada por problemas de comunicación entre autores y los colaboradores de la Fundación, siendo que la encuesta registró las respuestas necesarias tres semanas, luego de socializar con ellos la encuesta y directrices generales.

4 Reflexión Crítica

Nuestra sistematización de experiencia tiene como eje el planteamiento ¿Cuáles son los factores que dificultan el desarrollo de la fase de intervención en las PPP?, pregunta la cual se pudo contestar por medio de la integración lógica y analítica de la experiencia vivencial en conjunto de aquello que la teoría propone en el campo del conocimiento científico. Así mismo, este trabajo se sirvió de la recopilación de registros almacenados de la experiencia estudiada con la que se pudo evidenciar diversos factores que dificultaron la fase de intervención, así como una encuesta que tuvo la finalidad de corroborar, desde la perspectiva de los colaboradores, aquellos aspectos, y de esta manera solventar una eficiente reflexión desde una perspectiva crítica de la experiencia.

Durante el desarrollo de este estudio, basado en el programa propuesto para las PPP, de manera retrospectiva pudimos denotar que la efectividad del mismo no fue el esperado, la intervención psicoeducativa que se realizó con los colaboradores de la Fundación “Huerto de los Olivos” se vio dificultada por varios aspectos dado que, tal como lo expone el nombre del programa “Manejo del estrés en época de COVID19 a través de la psicoeducación”, por el contexto pandemia, este programa se realizó de manera virtual por medio de reuniones vía Zoom, modalidad que si bien contesta a la necesidad de cumplir con las horas de PPP requeridas en contexto pandemia, no es sinónimo de que se estuviese exento de complicaciones propias de la modalidad. En este trabajo, si bien nos centramos en aquellos aspectos que dificultaron específicamente el proceso de intervención del programa, se mencionan también determinados contratiempos que presentaron otras fases con la finalidad de crear un hilo conductor que establezca coherencia con los hechos vividos aquí

redactados.

Como actividad que dio inicio al desarrollo del programa de las PPP, la revisión bibliográfica se hizo con la finalidad de profundizar en aspectos esenciales del estrés -tanto generalidades como especificidades- las cuales brindarían a los estudiantes una perspectiva más clara del fenómeno que fue objeto de estudio e intervención en el programa, actividad direccionada por una matriz que requería información específica. Este proceso se vio afectado por inconsistencias dado que, en un inicio el tema central fue la COVID19, y posteriormente se hizo cambio imprevisto de tema al estrés, lo que generó contratiempos en el trabajo de los estudiantes. Por otro lado, las actividades con las que se finalizó el programa, como el informe final, se vio afectada dado que el formato que se debió entregar a los estudiantes para el correcto proceder se vio retrasado, así como la memoria técnica que se vio afectada por ambigüedad de las actividades declaradas en la plataforma otorgada por la institución, lo cual dificultó a su elaboración al precisar las actividades y las fechas en que se desarrollaron.

La intervención psicoeducativa que se desarrolló en el programa de las PPP, si bien se mostró en primeras instancias como algo estratégicamente estructurado, no cumplió con su cometido transformador dado que, desde el discurso de los colaboradores, la intervención no fue efectiva a un nivel significativo, por la coordinación de los talleres impartidos, considerando que los tres talleres fueron desarrollados en una sola sesión. Los talleres pertenecientes al proceso de intervención se realizaron de manera consecutiva, sin intervalos, porque hubo poca predisposición por parte los colaboradores, representando un contratiempo para el programa, puesto que se debían cumplir con las fechas establecidas para la realización de la intervención, afectando a los objetivos fijados.

Así mismo, en la encuesta realizada los colaboradores mencionan que en una escala del 1 al 10, la relevancia de nuestra intervención la calificaron con un 5.5/10, reflejando lo declarado por los colaboradores en la entrevista de retroalimentación posterior a los talleres donde mencionan que, si bien la información fue interesante, el programa no fue de gran relevancia. Los programas de intervención psicoeducativa, deben ser direccionados de manera estratégica, desde un criterio

científico, y este debe de tener como objetivo reestructurar y potencializar aspectos característicos de la entidad intervenida por terceros en dependencia a sus necesidades organizacionales (Pacheco, A. 2010).

Cabe mencionar que el proceso de intervención psicoeducativa y su efectividad tienen una muy estrecha relación con el proceso de diagnóstico dado que, si el diagnóstico es correcto, la intervención será metodológicamente mejor planteada. Desde este postulado, se evidencia que el programa tuvo falencias en el proceso de diagnóstico, pues los talleres de intervención se planificaron incluso antes de que los colaboradores respondieran el instrumento CEP-14 que tiene precisamente el objetivo de identificar el nivel de padecimiento del estrés, similar al grupo focal y herramienta FODA que identificaron la procedencia y características del fenómeno. Por ende, los estudiantes que participamos en las reuniones de intervención coincidimos que, si bien los talleres brindaron información sobre la procedencia del estrés, de saber esta información antes de la intervención, se hubiese propuesto talleres más específicos que hicieran énfasis en los aspectos generadores de estrés.

Esta falencia se contrasta con la propuesta de Paul Lawrence y Jay Lorsch (1967) donde se menciona lo indispensable que es el estudio de aquellas dimensiones propensas a flagelar, identificando aquellos aspectos que se deben intervenir, contradictorio con los hechos suscitados en el programa, donde no se identificó los aspectos con potencial a mejora después de la intervención y comprometiendo a la efectividad del mismo.

La experiencia aquí sistematizada tuvo como objetivo desarrollar en los colaboradores, por medio de la psicoeducación, habilidades para el manejo del estrés, donde se enfatiza que su planteamiento fue impreciso. Esto pudo evidenciarse en el programa de las PPP dado que las fases no tuvieron una secuencia ordenada; el proceso de recogida de datos, diagnóstico e intervención se hicieron de manera simultánea, como se declaró anteriormente y en la reconstrucción del proceso vivido, realizando primero el CEP-14 para el diagnóstico, los talleres partes del proceso de intervención y finalizando con el grupo focal y FODA, que identificaron el contexto principal fuente de estrés, generando mucha incertidumbre en el planteamiento de talleres y desarrollo de los mismos en la fase

de intervención, así como el afectar a los resultados.

La psicoeducación se caracteriza por ser un proceso ordenado y por su propia naturaleza se entiende que está compuesta por varias fases secuencialmente interconectadas entre sí, y si una de estas se ve comprometida, generará una reacción en cadena que afectará al resto de fases (Ministerio de Educación, Cultura y Deporte de España, 2016, pág. 28).

Desde la misma premisa, la herramienta FODA se utilizó con la intención de evaluar la manera en que el colaborador percibía a la Fundación Huerto de los Olivos como fuente de estrés, sustentando lo que en los talleres pudo evidenciarse, su contexto laboral es el más predisponente para experimentar estrés. Tal como lo menciona Warren Bennis (1970), el trabajo cooperativo entre colaboradores y consultores, rol ejercido por los estudiantes, es fundamental para sensibilizar a los colaboradores sobre su contexto laboral con la finalidad de ser conscientes sobre aquellos aspectos que generan estrés en ellos, factor esencial para identificar las potencialidades y necesidades y proponer talleres idóneos basados en la información obtenida.

El programa que se realizó con los colaboradores, tuvo un proceder poco eficiente, tal como se mencionó. Los talleres psicoeducativos se propusieron incluso antes de analizar los resultados del CEP-14, viéndose de esta manera el proceso diagnóstico y el proceso de intervención sobrepuestos, desarrollándose de manera simultánea, por lo que los talleres pudieron ser más oportunos y estratégicamente mejor planteados si se hubiese tenido los resultados del proceso diagnóstico antes de iniciar con la fase de intervención.

Esto ocurrió de esta manera, dado que el programa estaba estrictamente regido por un cronograma afectado por contratiempos que presentó, como el incumplimiento por parte los colaboradores en las consignas y fechas establecidas que enfatizó el cumplimiento del mismo en lugar de la calidad de la intervención, pues así se declaraba semana a semana por las autoridades. No obstante, si bien los talleres no se hicieron de manera premeditada, estos se sugirieron en primera instancia que contesten a aspectos generales, es decir, los aspectos más recurrentes en la generación de estrés sugeridos por la tutora, siendo así que los talleres propuestos para desarrollar habilidades

para el control del estrés, desde las vertientes personales y laborales, fueron de relativo interés para los colaboradores a pesar de verse dificultados por aspectos propios de la virtualidad.

Los contratiempos mencionados anteriormente generaron no tan solo un cambio en los procesos, también en el planteamiento y objetivos de los insumos, evidenciado así en la aplicación de la herramienta FODA la cual, según lo declarado en el cronograma, inicialmente pertenecería a la fase de evaluación y devolución con el objetivo de generar pautas para un plan de acción por parte de la Fundación Huerto de los Olivos, sin embargo, por motivos de adaptación al retraso que presentó el programa, esta herramienta fue propuesta para la fase diagnóstica con el objetivo de evaluar la manera en que el colaborador relaciona el estrés con su labor en la Fundación Huerto de los Olivos y si este contexto es generador de estrés.

El programa psicoeducativo realizado en conjunto con la Fundación, fue de vital importancia, por lo que el buen desarrollo del mismo era fundamental dado que es por medio de este tipo de intervenciones que los colaboradores desarrollan habilidades para gestionar el estrés. (Sánchez, Alonso, et. al. 2008). Como se mencionó, la intervención realizada en la Fundación “Huertos de los Olivos” se desarrolló en modalidad online en contestación al contexto de pandemia provocado por la COVID19, mismo contexto el cual, sumado a particularidades laborales, generaba estrés en los colaboradores de la Fundación que así lo declararon en el desarrollo del grupo focal, por ello se enfatiza la necesidad de nuestra intervención. En relación, la encuesta realizada para este trabajo de titulación muestra que, a criterio de los colaboradores, no hubo mayor apoyo por parte de la Fundación, así como declaran no haber recibido un lugar propicio, ni implementos para su participación en las reuniones del programa, a pesar de recibir un determinado tiempo en su horario laboral destinado a las mismas.

Así mismo, se reconoce que las instituciones empleadoras deben ser responsables de salvaguardar la integridad física y psicológica de sus colaboradores y, relacionado a la intervención psicoeducativa, ser la institución quien trabaje en conjunto con los interventores, internos o externos, brindando información y recursos que aporten tanto al desarrollo de las actividades laborales como a

su salud en todas sus vertientes (García, García, Gonzales, 2006).

El grupo focal y la entrevista de retroalimentación realizada luego de los talleres la cual, según el cronograma debió realizarse al finalizar el programa, fueron fases pertenecientes al proceso diagnóstico y al proceso de intervención de manera respectiva, ambos realizados en modalidad online por reuniones vía Zoom con los colaboradores, pero en diferentes momentos, en estos se pudo observar, e incluso constatar, factores que dificultaron los respectivos procesos. En la primera reunión, donde se realizaron los tres talleres referidos al proceso de intervención, si bien los colaboradores accedieron a participar no mostraron total concentración, pues el contexto físico que la Fundación Huerto de los Olivos les otorgó no era idóneo debido al tránsito de otros colaboradores que interactuaron con los participantes durante el desarrollo de las mismas, además, en últimas instancias de la intervención los colaboradores se mostraron bastante apresurados, contestando a las preguntas del grupo focal de manera monosilábica.

En la segunda reunión donde se desarrolló el grupo focal, de manera oportuna durante su desarrollo los colaboradores hicieron mención a su necesidad de acabar con la reunión lo más pronto posible debido a que, según declararon, el tiempo que la Fundación Huerto de los Olivos destinó para las reuniones con los estudiantes y el programa en general, era bastante corto y, a pesar de tener predisposición de seguir en la reunión, las responsabilidades laborales no se los permitía. Son estos dos aspectos, tanto el espacio y el tiempo destinado a las reuniones que la Fundación Huerto de los Olivos ofreció a los colaboradores, factores que dificultaron el proceso de intervención a criterio de los colaboradores que así lo declararon en la entrevista de retroalimentación después de los talleres.

En los primeros momentos del desarrollo de los talleres, los colaboradores se mostraron atentos, predispuestos e interesados en los mismos, tanto por la información impartida y por lo participativo de los mismos, a pesar de los factores contextuales y organizacionales contraproducentes anteriormente mencionados. Durante la entrevista de retroalimentación luego de finalizar los tres talleres psicoeducativos, los colaboradores mencionaron haberse sentido atraídos por la información, así como por la dinámica participativa con la que se desarrollaron, pues no fueron una exposición

unilateral, si no que su participación fue fundamental para el desarrollo de los mismos, contrarrestando parcialmente de esta manera los elementos distractores del contexto. Similar a los resultados de la investigación de Carrera, C. Y Ruiz, L. (2009) donde se estudió los efectos relacionados al síndrome de Burnout que presentaron los trabajadores de una determinada empresa y donde se intervino desde la psicoeducación, en la misma, se obtuvieron resultados positivos en aspectos como el autocuidado y la conciencia social, pues la sensibilización de la información impartida en la intervención se desarrolló de manera participativa, con la finalidad de brindar información y que sean los mismos quienes la interpreten y posteriormente apliquen, desarrollando así estrategias personales para afrontar el síndrome de Burnout.

El programa “Manejo del estrés a través de la psicoeducación en época de Covid-19” estuvo constituido por varias fases en diferentes instancias, reconociendo así que cada proceso debió desarrollarse de manera adecuada con la finalidad de que las fases posteriores no se afecten, razón por la que se hace mención de fases anteriores al proceso de intervención que dificultaron el mismo, como el proceso diagnóstico, el cual no se desarrolló de manera adecuada, específicamente en el orden sugerido planteado en el programa, pues el proceso diagnóstico tenía el objetivo de recabar información la cual permita personalizar los talleres realizados en el proceso de intervención en contestación a las necesidades de los colaboradores, sin embargo, la falta de motivación y consecuentemente de predisposición por parte de los usuarios, fue contraproducente para el cumplimiento del cronograma, representando así un retraso y reprogramación de las actividades, razón por la cual se desarrolló el proceso de intervención y el proceso diagnóstico de manera simultánea.

Como se explicó anteriormente, en primera instancia, se procedió con los talleres psicoeducativos y después, con el grupo focal y FODA, lo cual generó que los talleres creados y propuestos por los estudiantes no estén de acuerdo con los resultados del diagnóstico, pues esa información no se poseía al momento de la planificación de los talleres. Otros autores que realizaron programas similares en la misma Fundación, mencionan en su estudio, determinados elementos que

consideraron esenciales aclarar, dado lo contraproducente que fueron al momento de desarrollar el programa de PPP, uno de ellos estuvo relacionado a la valoración inicial del fenómeno, pues sostienen que proponer un único insumo para recabar información fue muy reduccionista, generando que la información extraída del mismo sea imprecisa y que los procesos posteriores, personalizados con base a la información sobre el estado del estrés, no cubran las necesidades reales de los colaboradores (Balcázar. B, Fabara. F, 2021).

Así mismo, el estudio realizado en modalidad sistematización de experiencias por Asqui y Tufiño (2021) en un contexto similar de PPP con la misma Fundación Huerto de los Olivos mencionan determinadas falencias que presentó el programa en la participaron, siendo uno de ellos, las consecuencias de un diagnóstico impreciso y sus repercusiones en el proceso subsecuente, el proceso de intervención mencionando que desarrollaron mostró poca rigurosidad en su metodología, específicamente en su proceder, debido a que la secuencia lógica propuesta en la teoría no se respetó, afectando una adecuada intervención organizacional, al proceso diagnóstico y consecuentemente al proceso de intervención que los autores realizaron en su experiencia.

La fase de sensibilización tenía como finalidad presentar de manera formal el programa a los colaboradores y que tengan conocimiento general del programa y sus características, así como motivar su participación, pues por medio de un video digital compartido con ellos vía mensaje de texto por WhatsApp, se compartió la información mencionada. Esta fase del programa era esencial para generar una comunicación asertiva, agendamiento de tiempo, importunar espacio propicio, sin embargo, la sensibilización que se hizo fue escasa y muy superficial, pues los objetivos compartidos con los colaboradores como las bases teóricas, metodológicas, actividades y acuerdos de confidencialidad, fueron compartidos de manera muy breve por medio de un video con una duración de 1 minuto y 47 segundos desarrollados en formato exposición, con diapositivas de fondo, por lo que el dinamismo en la socialización fue escasa y no incentivó la participación de los colaboradores, a este factor se suma que estos no fueron previamente informados por parte de la Fundación Huerto de los Olivos de su participación en el programa.

Estos factores, generaron una mala predisposición en los colaboradores, percibiendo el programa como una imposición, una condición contraproducente para nuestra intervención, siendo que un gran número de colaboradores no quisieron participar en el programa, tal como fue declarado por los colaboradores que posteriormente, llegada la quinta actividad, desertaron del programa. En este sentido, dificultades similares se presentaron en el estudio de Asqui y Tufiño (2021) a los cuales se los denominó como problemas de interacción por la no presencialidad, teniendo como características la comunicación no efectiva utilizada dentro de un programa de intervención por, entre otras razones, la gestión de recursos tecnológicos poco eficiente, lo cual no incentivó el rapport inicial necesario para la comunicación entre colaboradores y estudiantes, dando lugar a posturas como la no predisposición de los colaboradores a la participación del programa y disminuyendo la efectividad del proceso de intervención organizacional.

Como se ha mencionado, la intervención psicoeducativa que se propuso a la Fundación Huerto de los Olivos por medio de un programa fue realizada en modalidad online, lo cual resultó favorecedor en sentido de accesibilidad a los instrumentos y reuniones para los colaboradores, así como para los estudiantes, pues en el momento en que se realizó el programa, el retorno a la presencialidad aún no era permitido, por lo que la modalidad online fue favorable para el desarrollo del mismo. Sin embargo, esta modalidad trajo consigo problemas contextuales y tecnológicos, así como distractores propios de la virtualidad, dificultando particularmente las fases del programa como el proceso de intervención, siendo afectado por el contexto, distractores y problemas en la estabilidad de la conexión en las reuniones, así como también en el proceso de sensibilización, viéndose este afectado por el no desarrollo del rapport por problemas de interacción en consecuencia de la no presencialidad.

Así lo mencionan Soto y Franco (2014), en su estudio, enfatizando las diferencias entre las intervenciones psicoeducativas en modalidad presencial y en modalidad online, sosteniendo que efectivamente la virtualidad propicia una mejor accesibilidad para el desarrollo de programas de esta naturaleza en las organizaciones, sin embargo, la modalidad online no es ajena a problemas propios de la virtualidad como los recursos tecnológicos y el dominio sobre los mismos por parte de los

involucrados, así como la preferencia de los participantes de su investigación por la interacción “cara a cara” característica de las intervenciones en modalidad presencial.

Por otro lado, durante el desarrollo del programa, se pudo evidenciar varios factores internos y externos que incidieron en la interacción entre colaboradores y estudiantes, dado que todos aquellos pertenecían a la misma Fundación, evidenciándose su relativa predisposición al brindarles los horarios y recursos para su participación, no obstante, después la mayoría desertó del programa, por lo que de siete personas, sólo permanecieron dos, develándose la falta de motivación hacia el mismo, lo cual no fue controlado por la Fundación, destacándose en este punto la importancia de mantener una comunicación adecuada entre los involucrados.

Así mismo, durante el desarrollo de las reuniones realizadas en conjunto con los colaboradores se evidenciaron factores externos que afectaron la interacción entre los involucrados como el contexto en el que los colaboradores recibieron las reuniones, tanto los talleres psicoeducativos pertenecientes al proceso de intervención, así como el grupo focal y FODA partes del proceso de diagnóstico, pues tal como se mencionó anteriormente, durante el desarrollo de las mismas la presencia de terceros incidió en la distracción de los participantes, además de los ruidos externos de la vía pública y los propios del ambiente laboral; factores tecnológicos como la conectividad inestable al internet; y problemas climáticos, como la presencia de fuertes lluvias que dificultaron la comunicación e interacción con los participantes durante la reunión y consecuentemente, la intervención de los practicantes.

Tal como lo plantearon Flores y Durán (2022), quienes realizaron una investigación con estudiantes donde pudieron evidenciar la existencia de factores internos y externos que afectan la interacción con los mismos, factores internos como características personalógicas o posturas personales, así como factores externos como características contextuales que alteran la predisposición de los estudiantes en un programa. En esta investigación se realizó un grupo focal donde los estudiantes declararon que factores como las interrupciones generadas por los ruidos particulares de su contexto como de sus familias o vecinos, dificultaban que mantengan la concentración durante las reuniones. Por otro lado, los estudiantes presentaron problemas

relacionados a los recursos tecnológicos con los que contaron durante las interacciones y realización de sus actividades como la conexión a internet inestable, debido a la cantidad de personas que hacían uso de la misma red, además de evidenciar casos donde determinados estudiantes, por condiciones económicas, no poseían las herramientas necesarias como laptops, computadoras, u otros dispositivos.

Por otro lado, si bien los colaboradores de la Fundación Huerto de los Olivos estuvieron expuestos a varios factores característicos de las intervenciones online que afectaron su predisposición, atención y motivación con el programa, los estudiantes que cumplían el rol de interventores también vieron afectada su participación por factores similares, pues el contexto en ocasiones no era favorable para desarrollar reuniones online. Esto se evidenció, en primera instancia, durante el desarrollo de los talleres de intervención psicoeducativos, al ser la primera reunión vía Zoom con los colaboradores quienes tuvieron varias dificultades imprevistas de naturaleza interna y externa.

Entre los factores internos que afectan a la interacción desde la postura de los estudiantes se hace mención a que, según lo coordinado entre los líderes de grupo, en la primera reunión estarían presentes dos personas en representación de cada grupo, quienes ejecutarían los talleres correspondientes, sin embargo, llegado el día de la reunión, un integrante de uno de los grupos vio afectada su salud, por lo que de imprevisto se tuvo que integrar un sustituto para cubrir su ausencia, dando como resultado que ese taller en particular fuera desarrollado por una sola persona, pues el sustituto no tenía la preparación suficiente sobre la dinámica del mismo, generando desorganización en el mismo. Referido a los factores externos, durante los talleres se presentaron problemas relacionados con los recursos tecnológicos debido a que uno de los estudiantes encargados de desarrollar uno de los talleres estuvo en un contexto poco favorable para el desarrollo del mismo dado que el clima fue de lluvia intensa, dificultando en mayor medida a la comprensión de su diálogo considerando que el ruido no permitió que se escuche con nitidez, siendo un factor que alteró la efectividad de la intervención psicoeducativa.

Por su lado, Zeva (2022) sostiene que la modalidad online si bien posee cualidades beneficiosas para realizar intervenciones como la versatilidad al poder realizarse desde cualquier lugar, también dispone de una particularidad como los estímulos distractores que se manifiestan por el contexto no tan solo de los usuarios intervenidos, sino también de los interventores, mencionando así que los involucrados son más susceptibles a distraerse por ruidos propios del contexto, considerando ese factor como una dificultad que no se presenta con tanto énfasis en la modalidad clásica o presencial.

Atarama (2020) también enfatiza la importancia de la planificación cuando se propone un programa psicoeducativo, pues menciona que, indiferente a si la modalidad es presencial u online, son aquellos agentes interventores los encargados de planificar el programa y los procesos o fases que lo componen, con la finalidad que sean los mismos que tienen dominio del tema los que ayuden a los colaboradores a la consecución de los objetivos por medio de información impartida y herramientas utilizadas.

Siendo que el contexto se realizó en modalidad online, no permitía asistir con seguridad a la Fundación, y si bien esta modalidad brinda accesibilidad para hacer una intervención psicoeducativa en una fundación incluso durante la pandemia por las bondades tecnológicas mencionadas, son estas mismas las determinan situaciones que pueden ser ineficientes. Desde este postulado, se reconoce la relación directa que existe entre recursos tecnológicos y programas de intervención psicoeducativos en modalidad online, siendo que la primera mencionada afecta al desarrollo de la intervención siendo que se debe considerar no solo los recursos de los interventores, también los recursos de los colaboradores (UTPL, 2021).

Aspecto positivo que se considera necesario hacer mención es que, el programa fue realizado por un grupo de estudiantes quienes en coordinación se dividieron en subgrupos representados por uno de los integrantes. Esto se considera un factor beneficioso para el programa, dado que algunos estudiantes carecían no tan solo de recursos tecnológicos, sino también de un contexto apropiado para reuniones, salud, entre otros elementos que dificultaron su participación, no obstante, al realizar

el programa en grupos se pudo considerar este aspecto al coordinar las personas que participarán en las reuniones, siendo así que se distribuía los roles y labores en dependencia a los sus recursos.

Cárdenas et., al (2021) menciona por su lado algo similar, pues sostiene que dado el contexto de pandemia y la manera en que las instituciones de diferente naturaleza se adaptaron al mismo, se alteró toda la dinámica de procesos como las intervenciones psicoeducativas, lo que supone un reto para las instituciones y para aquellos que proponen los programas interventores. También menciona que es fundamental que los participantes cuenten no tan solo con los recursos tecnológicos, además deben tener las capacidades y dominio para hacer uso de las mismas y aprovechar de manera idónea de las facilidades que otorga la modalidad online.

Como se mencionó anteriormente, aquellos factores que dificultaron el desarrollo y efectividad del programa, específicamente el proceso de intervención, fueron la cantidad de tiempo que representaron las reuniones de los talleres psicoeducativos y los elementos distractores propios del contexto. Debido a que el programa mostraba un marcado retraso en relación al cronograma, el tiempo era un factor con el que no se contó, por lo cual los talleres psicoeducativos se tuvieron que realizar de manera consecutiva y sin intervalos, siendo desarrollados en una reunión con duración de una hora y diez minutos, evidenciando en la reunión la paulatina pérdida de atención e interés por parte de los colaboradores, factor contraproducente declarado por los mismos en la entrevista de retroalimentación realizado después de los talleres. Considerando otro factor los elementos distractores propios del contexto, se pudo evidenciar en las reuniones aquellos agentes que les dificultó mantener la atención a los colaboradores, como el tránsito de terceros que llamaban su atención y los ruidos propios de un contexto laboral como en el que se encontraban, siendo así que estos dos factores afectaron a la atención y concentración de los colaboradores durante las reuniones.

Relacionado a lo tratado, Llanga et., al (2021) menciona que, si bien la modalidad online presenta varias ventajas, también se pueden presentar desventajas, mediante un estudio evidenció que factores que afectan al proceso de aprendizaje en los estudiantes, siendo uno de ellos la excesiva cantidad de horas y la manera en que esto representa agotador para ellos, lo que eventualmente

afectará el aprendizaje. Por otra parte, menciona también que, en la modalidad online, los estudiantes frecuentan muchos más elementos distractores en comparación a la modalidad presencial, pues a diferencia de un aula de clases, los hogares no siempre cuentan con las adecuaciones necesarias para un correcto proceso de aprendizaje.

Las PPP, al ser realizadas de manera virtual, evidenciaron un cambio en la dinámica social/académica, pues el trabajo colaborativo fue esencial para sobrellevar aquellos factores internos y externos, enfatizando la situación económica de varios de los estudiantes quienes mostraron insuficiencias respecto a los recursos tecnológicos, por lo cual el trabajo colaborativo, una comunicación adecuada y un ambiente académico saludable que, si bien suscitaron discrepancias, fue fundamental para el correcto desarrollo del programa, pues fue gracias a estos factores que el alumnado en conjunto de los tutores, se pudieron adaptar a las exigencias y contingencias que representaba el contexto de pandemia, lo cual generó de algún modo la no observación del programa acorde a las etapas correspondientes.

Cabe mencionar aspectos positivos del programa, pues en todo este proceso se tuvo que realizar adecuaciones necesarias para trasladarlo a la virtualidad, haciendo uso de nuevas herramientas tecnológicas como adaptar el CEP-14 a un formato digital, la sensibilización del programa por medio de un producto multimedia, así como la coordinación entre los líderes de grupo y entre colaboradores para la planificación de todas las reuniones vía Zoom, siendo así beneficioso para los estudiantes por el desarrollo de habilidades tecnológicas que en la actualidad el campo laboral exige.

De manera similar mencionan Luque & Galora (2020) declarando en un artículo que el uso de herramientas tecnológicas cambia significativamente la dinámica social y grupal de trabajo, siendo estas potenciadas o mermadas en dependencia del uso eficaz de los recursos. Menciona, además que, en la actualidad, es cada vez más evidente que las empresas encuentren atractivo el conocimiento sobre el uso de herramientas digitales al momento de reclutar nuevo personal, considerando también la constante capacitación en temas relativos a la tecnología de aquellas personas que ya pertenecen

a una institución, siendo el desarrollo de las habilidades tecnológicas fundamental para el campo laboral actual.

En relación a los estudiantes que desarrollaron el programa, estos se vieron afectados al momento de cumplir su rol por varios factores, uno de ellos los ya declarados aspectos internos y externos como el contexto no adecuado o la falta de recursos tecnológicos, sin embargo, otro factor que dificultó tanto el trabajo de planificación como las intervenciones que tuvieron fue el estrés generado por el incumplimiento del cronograma el cual se exigió a pesar de diferentes contratiempos, lo cual ocasionó desorganización, discrepancias y trabajo precipitado, produciendo estrés por las consecuencias de no cumplir los plazos establecidos y consecuentemente la calidad de los productos que se entregaban semanalmente disminuyera a criterio de la tutora, lo cual afectó al proceso de intervención de manera colateral. Así lo evidenciaron los autores de este trabajo, quienes vivenciaron lo declarado. Sustentado así por McEwen (2000) quien define al fenómeno del estrés como una respuesta fisiológica o conductual ocasionada por una amenaza real o percibida que el individuo supone que puede afectar a su integridad física o psicológica.

Siguiendo lo anteriormente planteado, una de las fuentes principales de estrés para los estudiantes durante el desarrollo del programa fue la exigencia de cumplir con un cronograma el cual estaba en destiempo en comparación a lo que se realizaba en ese momento, por lo que los estudiantes ocasionalmente se encontraron bajo la presión de realizar trabajos precipitados con una investigación superficial de trasfondo, pues los estudiantes debían declarar las actividades semanalmente en la plataforma designada debido a que la misma registraba el momento en que se subía la información y hacerlo fuera de tiempo tenía consecuencias internas al equipo interventor como llamados de atención por el incumplimiento, así como consecuencias en el programa, dado que los productos eran para desarrollar los procesos del mismo, y el retraso de estos productos significaba un retraso con el programa en general. Similar mencionan Chrousos y Gold (1992) quienes alegaron que el estrés generalmente es ocasionado por sucesos que amenazan a la armonía de quien lo experimenta.

Como ya se hizo mención, el trabajo colaborativo fue esencial para que el programa, así como

las fases que la componen, se pudieran desarrollar de la manera más adecuada, y si bien la interacción entre los estudiantes se pudo coordinar de manera idónea por medio de acuerdos a los que se llegaba entre los líderes representantes de los grupos y tutora designada, los grupos no se vieron ajenos a discrepancias con miembros internos, pues se constató que varios estudiantes al notar cierto grado de ambigüedad entre las consignas, discrepancia con su representante, sumada a la presión del cronograma bajaban, tuvieran diferencias con los miembros de sus grupos, incluso tomando una postura de indiferencia en los grupos donde se buscaba un consenso. Relacionada a la experiencia, Daneri (2012) sostiene con base a su estudio que el estrés, cuando llega a niveles disruptivos para el organismo del individuo, el cuerpo experimenta alteraciones a diferentes niveles, siendo uno de estos, la percepción de las emociones y de manera congruente su accionar. Mostrando influencia además en la conceptualización que propuso Hans Selye (1974) quien sostiene que el estrés es natural y, en grados moderados es beneficioso para la consecución de objetivos, pero en grados desmedidos tiende a ser disruptivo para la salud de la persona.

Es con base a todo lo anteriormente expuesto que se enfatiza cómo la exigencia del cumplimiento de un cronograma en el cual se estaba a destiempo, afectó no tan solo a los estudiantes interventores de manera particular, sino también la manera en que el proceso de intervención y consiguientemente el resto del programa se vio afectado por el mismo debido a que el rendimiento de los estudiantes bajó, así como la calidad de los productos que posterior a eso propusieron para el desarrollo de las fases como el proceso de intervención, siendo esto un daño colateral. Mikhail (1981) menciona que las situaciones estresantes tienen lugar cuando las exigencias del contexto discrepan con los recursos que posee el individuo, lo que produce una reacción particular ante el estrés. Siendo así que también se evidencian las dimensiones en las que converge el estrés según Invancevich y Matteson (1980) siendo éstas las demandas del ambiente o contexto, las diferencias individuales y las respuestas que pueden ser adaptativas o no adaptativas.

El rendimiento de los estudiantes se vio afectado por la situación a la que estaban expuestos, así lo evidenciaron los líderes de grupos quienes declararon que varios de sus integrantes

eventualmente mostraban menos predisposición a participar en las consignas que se designaba para cada grupo, reflejándose en la entrega de trabajos incompletos que no cumplían con los estándares de calidad pertinentes para su uso en el programa, declarado así en consenso de los líderes, sumado al criterio de la tutora quien percibía que los trabajos no tenían la calidad adecuada para el programa, por lo que los estudiantes tuvieron que rehacer varias consignas, significando esto desgaste mental y de tiempo, por lo que las fases del programa como el proceso de intervención se vieron retrasadas. Gordon (1997) al respecto menciona que las reacciones fisiológicas y psicológicas producidas por estrés suelen manifestarse como desgaste mental, creativo y productivo. En suma, Lee & Achforth (1993) mencionan que el agotamiento mental y emocional ocasionado por el estrés se refleja en el compromiso profesional, disminuyendo la eficacia del individuo en sus actividades laborales.

Si bien la situación que cursaron los estudiantes fue de relativo estrés por las exigencias que se presentaron que hicieron contraste con los recursos con los que los mismos contaban, se enfatiza una vez más lo esencial del trabajo colaborativo para los programas de intervención psicoeducativa, pues fue este mismo elemento aquel que contestó a las limitaciones y dificultades que se presentaron de manera particular el estudiante, sobrellevando las situaciones estresantes al considerar las capacidades y recursos disponibles de cada estudiante para designar roles y funciones.

En relación, la OMS en su concepción del estrés menciona que el grado de estrés que experimentará un individuo está estrechamente ligado a los recursos que posea para contestar a las exigencias del ambiente. Por su lado Palencia y Coronel (2019) se refiere al estrés como un proceso natural no necesariamente malo para el organismo, pues es este fenómeno que potencia las capacidades del individuo para la consecución de metas al hacer uso de sus recursos, no obstante, los niveles disruptivos y prolongados generan malestar en quien lo padece. En suma, Yerkes y Dodson (1908) mencionaron que si bien los niveles de estrés altos son dañinos para el organismo, los bajos niveles del mismo también lo son, pues la conducta adaptativa del individuo se vería alterada en todos los aspectos cotidianos de la persona como social, laboral, académica, entre otros.

Como se ha hecho mención anteriormente, el proceso de intervención psicoeducativo se

realizó antes de culminar el proceso diagnóstico, pues a modo de resumen, se realizó el CEP-14 para luego realizar los talleres de intervención y terminar con el grupo focal y FODA, denotando así la manera en que estos procesos se vieron sobrepuestos. Este es un factor que dificultó el proceso de intervención del programa dado que los resultados del grupo focal y FODA eran fundamentales para determinar los grados y procedencias del estrés que padecían los colaboradores, información que se utilizaría para proponer una intervención personalizada con base a las necesidades reales de los usuarios. La APA (2018) por su lado menciona la importancia del proceso de evaluación y diagnóstico en el estudio del estrés, pues este fenómeno tiene varios grados, procedencias de diferentes naturalezas y está influenciada por varios aspectos sociales, personales, contextuales, entre otros, por lo que un diagnóstico preciso para la identificación de sus características para un procedimiento personalizado es fundamental.

Enfocado a los colaboradores con los que se realizó el programa, durante el desarrollo del grupo focal y FODA que se realizaron con la finalidad de conocer aspectos específicos de su estrés, se pudo obtener información afín a su contexto laboral, siendo este el aspecto más propenso a generarles estrés dado que, según lo declarado, la nueva modalidad de trabajo vía online les representaba un esfuerzo mental al aprender el uso de diferentes plataformas y herramientas digitales lo cual ocasionó varios problemas en su cotidianidad al verse obligadas a adaptarse. Moreno & Baez (2010) se refieren a este aspecto como un estrés generado por el contexto específicamente laboral que se manifiestan por un patrón de reacciones emocionales, cognitivas y fisiológicas, siendo ahora el estrés bajo este contexto en particular reconocido como un accidente laboral.

Durante las reuniones mencionadas, los colaboradores hicieron acotación de otro aspecto relacionado al contexto laboral que les producía estrés, siendo este la sobrecarga laboral, pues durante el desarrollo del FODA ambos participantes declararon que “online el trabajo se duplicó”, por lo que ejercían sus funciones incluso fuera del horario laboral establecido, siendo este factor, en suma del desgaste mental por el proceso de adaptación a la nueva modalidad, una fuente perenne de estrés. La OMS en colaboración de la OIT (2013) sustentaron la directa relación que tiene el padecimiento de

estrés con el contexto laboral haciendo mención de factores que son predisponentes a generar este fenómeno como la mala gestión o el excedente de carga laboral. En la actualidad, Peñafiel (2022) menciona a su vez que el estrés en contexto de pandemia se vio potenciado por varios factores, entre ellos el aumento de la carga laboral. Además, menciona un aumento en niveles de estrés en empleados entre 21 y 40 años de edad, tanto por la adaptación a la nueva modalidad de trabajo y por el desequilibrio entre obligaciones domésticas y laborales.

El programa "Manejo del estrés a través de la psicoeducación en época de Covid-19" fue precisamente direccionado al manejo del estrés por parte de los colaboradores, siendo que una de las razones de su estrés, según lo declarado en el grupo focal, fue la incertidumbre contextual, pues tenían pensamientos negativos sobre la situación de la pandemia por el temor de que ellos o sus seres amados se vean afectados, debido a que ellos tenían que visitar a los usuarios en sus viviendas, lo cual los sobreexponía al contagio, también haciendo mención de que eventualmente este aspecto iba disminuyendo, sin embargo, al inicio de la pandemia el estrés estuvo muy presente en sus vidas.

Relacionado con el anterior postulado, los colaboradores mencionaron además que una fuente de estrés bastante marcada desde el inicio de la pandemia fue el temor a perder su trabajo, pero que a diferencia del anterior, este persistía con la misma intensidad hasta el momento de desarrollar la herramienta FODA, siendo comentado por ellos durante el desarrollo del mismo dado que la Fundación Huerto de los Olivos realizó cambios en algunos procesos que alertaron a varios de sus colaboradores, llenando a los mismos de una incertidumbre que generó en ellos estrés. Similar a los resultados que obtuvieron Monterrosa et al, (2020), en su estudio, donde se evidenció una tasa bastante elevada de trabajadores médicos que sentían miedo al contagio propio o de seres amados, ocasionando manifestaciones psicósomáticas por estrés laboral.

5.1 Lecciones Aprendidas

Se debe ser autocrítico con los procesos que se realizan y las directrices de los superiores, debido a que los estudiantes no consideraban adecuado iniciar con el proceso de intervención sin culminar la

fase diagnóstica, no obstante, se hizo de tal manera porque así lo estipularon las autoridades.

Los programas de PPP deben respetar la manera en que las actividades están planteadas en el cronograma para lograr la consecución de los objetivos porque de lo contrario las actividades pierden eficacia, afectando al programa.

Se deben establecer vías de comunicación adecuadas entre el alumnado y el tutor designado puesto que comunicar las dificultades que se presenten con la Fundación Huerto de los Olivos o colaboradores de manera instantánea es beneficioso para contrarrestar dificultades de esta naturaleza.

Todos los integrantes de los grupos deben estar preparados para desarrollar las actividades designadas con los colaboradores con la finalidad de que se pueda contestar a las dificultades que presente el estudiante designado, en caso de presentarse el contratiempo.

5 Conclusiones

A través del presente trabajo se propuso analizar la fase de intervención del programa: “Manejo del estrés a través de la psicoeducación en época de Covid-19” en la Fundación Huertos de los Olvidos basado en la información que se obtuvo por medio de la experiencia de las prácticas preprofesionales, en donde se realizó una intervención Psicoeducativa y los diversos registros que se posee sobre la misma, por lo que se evidenció dichos factores los cuales responden al eje, ¿Cuáles son los factores que dificultan el desarrollo de la fase de intervención en las PPP? Así mismo, para contrastar el estudio se optó por realizar una encuesta a los colaboradores que formaron parte del programa, en la cual puedan identificar los factores que presenciaron en aquella intervención.

El orden de las actividades que se llevaron a cabo en el programa no se cumplió como se había establecido en el cronograma, dado que, se inició el proceso de intervención sin concluir el proceso diagnóstico, ocasionando que los talleres realizados en las intervenciones fueran genéricos y no contestaran a las necesidades de los colaboradores.

La poca predisposición -por los bajos niveles de motivación evidenciados por parte de los colaboradores- representó un retraso en las actividades declaradas en el cronograma, debido a que, su participación en las actividades designadas fue tardía, afectando así a la fase de intervención puesto que el cronograma tenía fechas específicas para la realización de las actividades y se tuvo que proceder con los talleres y posponer los insumos para culminar el proceso diagnóstico.

Así mismo, se evidenciaron factores internos y externos que afectaron a las reuniones online como la referida al proceso de intervención psicoeducativa, siendo estos, la falta de motivación presenciada en las reuniones por parte de los colaboradores, así como los distractores contextuales tales como el tránsito de terceros, ruidos del ambiente y conectividad inestable al internet respectivamente, siendo agentes distractores que no permitieron la total atención de los colaboradores, viéndose también afectada por la duración de la intervención.

Con respecto al estrés por parte de los estudiantes, este se evidenció en la ineficiente calidad de los insumos propuestos para el desarrollo de las actividades que se realizaron durante el programa,

los cuales pudieron ser más idóneos. Siendo así, que suscitaron contratiempos al momento de proponer los talleres utilizados para el proceso de intervención.

Por último, como resultado del grupo focal, los colaboradores mencionaron el estrés que les generó el contexto de pandemia, como el temor a contagiarse y perder sus trabajos, lo cual se manifestó en la falta de motivación en sus participaciones durante la realización del programa, específicamente en las reuniones destinadas a la intervención psicoeducativa, generando poca atención e interés en la información impartida.

6 Recomendaciones

Las siguientes recomendaciones son establecidas, con base, a las conclusiones previamente establecidas, la finalidad de estos enunciados pretende brindar ayuda a futuras investigaciones que tengan relación en cuanto al tema de este estudio de Sistematización de experiencia.

Desarrollar las actividades planteadas en el cronograma de la manera en que están estipuladas y no cambiar su estructura ni objetivos, porque altera el desarrollo de las actividades y los resultados, trayendo consigo dificultades en las fases como la de intervención, puesto que, el cronograma se planifica bajo un orden analítico y lógico que aporta a la consecución de los objetivos propuestos en los programas.

Durante el desarrollo de los programas de las PPP, se debe considerar un tiempo de contingencia, en caso que, no se lleguen a realizar las actividades dentro del tiempo que establece la planificación por la presencia de diferentes dificultades inherentes a la modalidad online, y así, se realicen las actividades estipuladas y no sufran alteraciones contraproducentes para la consecución de objetivos.

Los colaboradores que participan en las reuniones online de los programas de las PPP, aun estando en sus trabajos, deben contar con conexión estable de internet y lugares cerrados libres de ruidos externos, incluyendo la presencia de personas ajenas al programa, para evitar distracciones y obtener mejores resultados de la intervención brindada.

Los estudiantes que presenten síntomas de estrés, ante las exigencias de los programas de PPP, se deben de comprometer a destinar un tiempo específico para la aplicación pertinente de técnicas direccionadas a afrontarlo, así como también asistir a terapias psicológicas, si fuera necesario, a fin de procurar el mejor manejo de sus emociones y consecuentemente, incidir positivamente en su rendimiento académico.

Se deben destinar más actividades al proceso de familiarización, con el objetivo de potencializar el rapport y generar la predisposición de los colaboradores, debido a que, los bajos niveles del mismo, afecta a su participación en el programa y la intervención en general.

Se debe procurar realizar un eficaz proceso diagnóstico en los programas de PPP, para obtener información previa de las percepciones que tienen los colaboradores, y operar conforme a los resultados, personalizando de esta manera la intervención psicoeducativa y evitando la deserción y/o poca participación en las reuniones online.

7 Referencias

AMERICAN PSYCHOLOGICAL ASSOCIATION (APA). (2010). *Buenos Aires*.

ASQUI LINO, M. V., & TUFIÑO ECHEVERRÍA, M. E. (2021). *Proceso psicoeducativo dirigido a cuidadores de usuarios con discapacidad asistidos por la fundación huerto de los olivos* (Bachelor's thesis, Universidad de Guayaquil-Facultad de Ciencias Psicológicas).
<http://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/56438>

Atarama, T. (2020, abril 7). *La educación virtual en tiempos de pandemia*. UDEP Hoy.
<https://www.udep.edu.pe/hoy/2020/04/la-educacion-virtual-en-tiempos-de-pandemia/>

Ávila, J. (2014). *El estrés un problema de salud del mundo actual*. *Revista CON-CIENCIA*, 2(1), 117–125.
http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2310-02652014000100013

Balcázar Correa, B. D., & Fabara Loor, F. F. (2021). *Intervención psicoeducativa orientada a la prevención del estrés en cuidadores de personas con discapacidad en la Fundación Huerto de los Olivos* (Bachelor's thesis, Universidad de Guayaquil-Facultad de Ciencias Psicológicas).
<http://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/56841>

Bennis, W. y Mische, M. (1997). *La Organización del Siglo XXI*. Panorama Editorial, México.

Blanco Guzmán, M. (2003). El estrés en el trabajo. *Ciencia y cultura*, 12, 71–78.
http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-33232003000100008

Cabrera Pivaral, C. E., Ruiz Cruz, L. K., González Pérez, G. J., Vega López, M. G., & Valadez Figueroa, I. (2009). Efecto de una intervención psicoeducativa para disminuir el Síndrome Burnout en personal de confianza de la Comisión Federal de Electricidad. *Salud mental*, 32(3), 215-221.
<https://www.scielo.org.mx/pdf/sm/v32n3/v32n3a5.pdf>

Cárdenas Zea, M. P., Carranza Quimi, W. D., Plua Panta, K. A., Solís García, M., & Morales Torres, M.

(2021). La educación virtual en tiempos del covid-19: una experiencia en la maestría de educación. *Revista Universidad y Sociedad*, 13(3), 243–251.

http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2218-36202021000300243

Daneri, D. M. (2012). *Psicobiología del Estrés*.

ENFOQUES CUANTITATIVO, CUALITATIVO Y MIXTO. (s/f). Eumed.net. Recuperado el 28 de enero de

2023, de https://www.eumed.net/tesis-doctorales/2012/mirm/enfoque_cualitativo.html

Factores que intervienen en la interacción de los estudiantes en clases online sincrónicas.

Fernandez, C. Flores, & Riquelme, A. Durán. (2022). Participación activa en clases.

García Vidal, J.; García Ortiz, B.; González Manjón, D. (2006). Bateria psicopedagógica Evalúa3: Manual de la Segunda Edición. Madrid: EOS.

González, A. L., & Herrero García, N. (2019). Impacto de la tecnología en la sociedad: el caso de Ecuador. *Revista Universidad y Sociedad*, 11(5), 176–182.

http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2218-36202019000500176

Internacional del Trabajo, O. (2020). El COVID-19 y el mundo del trabajo (3.ª ed.).

La prevención del estrés en el trabajo: lista de puntos de comprobación: mejoras prácticas para la prevención del estrés en el lugar de trabajo. Ginebra: OIT, 2013. 119 p. ISBN 978-92-2-125637-3

Lawrence, P. y Lorsch, J. (1973). Organización y ambiente, Méxi-co: Ed. Labor.

Llanga, E. Francisco, Vargas, Andrade, C. Eduardo, Cuadrado, Guacho, M. Esthela, Tixi, & Guacho, M. Rocío, Tixi. (2021). Dificultades de aprendizaje en modalidad virtual.

Monterrosa-Castro A, Dávila-Ruiz R, Mejía-Mantilla A, Contreras-Saldarriaga J, Mercado-Lara M, Flores-Monterrosa C. Estrés laboral, ansiedad y miedo al COVID-19 en médicos generales colombianos. *MedUNAB*. 2020;23(2): 195-213. doi: 10.29375/01237047.3890

Moreno, B., y Báez, C. (2010). Factores y riesgos psicosociales, formas, consecuencias, medidas y buenas prácticas. Madrid: Universidad Autónoma de Madrid.

Noroña, D., Quilumba, V., & Vega, V. (2021). Estrés Laboral y Salud General en Trabajadores Administrativos del área Bancaria. *Revista Cientific*, 6(21), 81-100, e-ISSN: 2542-2987. Recuperado de: <https://doi.org/10.29394/Scientific.issn.2542-2987.2021.6.21.4.81-100>

Occupational health: Stress at the workplace. (s/f).

Pacheco Espejel, A. A. (2015). Intervención organizacional, primeras aproximaciones conceptuales. <http://hdl.handle.net/11191/4356>

Palencia Gutierrez, E. M., & Coronel, A. C. (2019). *El estrés crónico coadyuvante de los problemas de salud sexual de los adolescentes en Ecuador.* *Revista Científica UISRAEL*, 6(2), 53–63. <https://doi.org/10.35290/rcui.v6n2.2019.105>

PEÑAFIEL ZABALA, J. S. (2022). ESTRÉS Y COVID19 EN LOS TRABAJADORES DEL MINISTERIO DE AGRICULTURA Y GANADERÍA

Picado, V. P. (2015). Los medios distractores en clases. *revista universidad y ciencia*

Sánchez, C.; Alonso, M.; Calles, A.; Almendra, A.; Jiménez, F.; Macías, J. (2008). Enfoques y experiencias para avanzar en el desarrollo de personas y conseguir mejores resultados. *Mentoring & Coaching. Universidad y Empresa.* (1, págs. 5-10). <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349851784015.pdf>

Soto-Pérez, F., & Franco-Martín, M. (2014). Una alternativa online y comunitaria para la psicoeducación en esquizofrenia

Uhalde, Marc (2001), *L'intervention sociologique en Enterprise*, Paris, France, Ed. Desclée de Brouwer

Vásquez Paucar, M. C., La O León, O., Conforme Cedeño, G. M., & Padilla Orlando, M. Ángel. (2022). Los recursos económicos financieros de las familias para afrontar clases virtuales en tiempos de COVID19. *Revista Publicando*, 9(33), 97-105. <https://doi.org/10.51528/rp.vol9.id2297>

Vista de Impacto de la tecnología en la sociedad: el caso de Ecuador. (s/f). Edu.ec.

Zeva, E. D. (2020, diciembre 14). Clases virtuales: el problema de concentración en los estudiantes y algunos consejos. Chiqaq News. <https://medialab.unmsm.edu.pe/chiqaqnews/clases-virtuales-el-problema-de-concentracion-en-los-estudiantes-y-algunos-consejos/>

8 Anexos

Consentimiento informado para estudio: Directivo de fundación

El propósito de esta ficha de consentimiento es proveer al directivo(a) de la fundación "Huertos de los Olivos", una clara explicación de la naturaleza de nuestro estudio, así como de su rol en ella como autoridad de la institución.

La presente investigación es conducida por Deyaneira Candell H. y Gary Vareles P, estudiantes de la Universidad de Guayaquil. La meta de este estudio es identificar aquellos factores que dificultaron el proceso de intervención durante el desarrollo del programa "MANEJO DEL ESTRÉS EN ÉPOCA DE COVID19" realizado en el ciclo II del 2021-2022 en la modalidad virtual.

Si usted accede a autorizar la realización de este estudio, se procederá a compartir con los colaboradores un enlace que los direccionará a una encuesta virtual para que puedan realizarla. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación.

De antemano le agradecemos su participación.

Yo, Gina Corozo, autorizo la realización de la investigación en la Fundación "Huertos de los Olivos", conducida por Deyaneira Candell H. y Gary Vareles P. He sido informado (a) de que la meta de este estudio es identificar aquellos factores que dificultaron el proceso de intervención durante el desarrollo del programa "MANEJO DEL ESTRÉS EN ÉPOCA DE COVID19" realizado en el ciclo II del 2021-2022 en la modalidad virtual. Esto realizado por medio de una encuesta direccionada al objetivo.

Se reconoce que la información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación.

Entiendo que una copia de esta ficha de consentimiento me será entregada, y que puedo pedir información sobre los resultados de este estudio cuando éste haya concluido.

Nombre y Firma de Directivo(a)
de la fundación

Fecha



UNIVERSIDAD DE GUAYAQUIL



**FACULTAD DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
PRACTICAS PRE-PROFESIONALES**

“FUNDACION HUERTOS DE LOS OLIVOS”

Memoria técnica

TEMA

MANEJO DEL ESTRÉS EN ÉPOCA DE COVID A TRAVÉS DE LA PSICOEDUCACIÓN

AUTOR

GARY FERNANDO VARELES PEÑARANDA

SUPERVISORA INSTITUCIONAL:

CANGA IRMA

TUTORA:

SANDRA CRUZ ORDOÑEZ GARCIA

FECHA DE INICIO Y FIN

10/01/2022 – 08/03/2022

GUAYAQUIL – ECUADOR 2022

FASES	ACTIVIDADES	OBJETIVOS	METAS	PRODUCTOS	TAREAS	FECHAS DE CADA ACTIVIDAD	FECHA
FASE DE FAMILIARIZACIÓN (Diagnóstico de necesidades)	Trabajo al interior de la Facultad (capacitación, revisión de los instrumentos, planificación de las actividades)	Ordenar, construir y socialización de los fundamentos teóricos, técnicos y metodológicos.	Ejecución del programa	Iniciar el proceso diagnóstico	Elaborar matriz Bibliográfica con 20 referencias. Elaborar informe bibliográfico	SEMANA 1 Y 2	10 al 14 de enero y del 17 al 21 de enero
	Presentación del plan de trabajo a directivos de la Fundación (video)	Explicar el plan de actividades a usuarios participantes	Motivar a la realización del programa		Elaborar guión del video de presentación del programa.		
	Presentación del consentimiento informado	Conocimiento de la confidencialidad que se manejará en el programa	Poder comenzar con la siguiente fase		Lección modelo de consentimiento informado, Elección de Instrumento Elaboración de entrevista semiestructurada Elaboración de Guía de Entrevista Elaboración de Guía Grupo	SEMANA 3	24 al 28 de enero
FASE DE DIAGNÓSTICA	(video tutorial de la prueba) Aplicación de la prueba estandarizada de manera online	Identificar aspectos de mayor riesgo relacionados al estrés	Conocer que aspectos institucionales están vinculados o no al estrés	Consentimiento informado autorizado	Test seleccionado en One Drive Elaborar guión de Video tutorial del test	SEMANA 3	24 al 28 de enero
	Grupo Focal (encuesta deliberativa)			Elaborar formato de presentación de informe diagnóstico.	Detección de temáticas. Elaboración de modelo de talleres. Elaborar invitaciones de los Talleres.		24 al 28 de enero
	Tabulación del instrumento aplicado y revisión de la técnica aplicada, elaboración de los resultados para ser abordados en la entrevista.			Elaborar un informe general de lo detectado durante la fase diagnóstica.		24 al 28 de enero	
	Entrevista semi-estructurada	Comprobar o descartar los resultados obtenidos de la técnica utilizada y compararlo con los resultados del reactivo aplicado anteriormente por la institución	Desarrollar un proceso psicoeducativo para el manejo del estrés	Talleres de intervención psicoeducativa	Elaborar guión del FODA	SEMANA 4	31 de enero al 04 de febrero
FASE PSICOEDUCATIVA	Talleres de intervención que abarquen los aspectos personal, familiar y laboral (9)	Proporcionar información que favorezca el manejo del estrés dentro de su vida familiar	Sensibilizar e implementar nuevas estrategias para el manejo del estrés				31 de enero al 04 de febrero
	Proporcionar información que favorezca el manejo del estrés dentro del sistema laboral			Elaborar encuesta de retroalimentación	SEMANA 4 Y 5	31 de enero al 04 de febrero	
FASE DE EVALUACIÓN Y DEVOLUCIÓN	Conversatorio aplicación del FODA	Identificar aportes del programa formativo	Pautas para un plan de acción por parte de la Fundación Huerto de los Olivos	Informe final de prácticas pre-profesionales de los resultados obtenidos de la ejecución del programa	Elaborar formato de presentación de resultados	SEMANA 6	07 al 11 de febrero
	Aplicación de encuesta	Identificar el impacto del proceso psicoeducativo sobre el manejo del estrés en los participantes	Conocer el alcance que tuvo cada taller desarrollado en el proceso psicoeducativo.			SEMANA 7	14 al 18 de febrero
	Devolución de resultados individual (video)	Toma de conciencia del impacto del proceso	Manejo del estrés		Revisión de formato para informe final de prácticas preprofesionales.	SEMANA 7	14 al 18 de febrero
	Actividad de cierre de la ejecución del plan de trabajo con usuarios directivos de la	Implementar un proceso de devolución colectiva	Hacer recomendaciones que faciliten el manejo del estrés en toda la institución		Informe final de prácticas		SEMANA 8

ARCHIVOS

INSTALACIONES



¿Buscamos una alternativa? Vuelva a evaluar

Encuesta de retroalimentación...



UNIVERSIDAD DE GUAYAQUIL
FACULTAD DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
PS. SANDHA DÍAZ GARCIA
PLAN DE TRABAJO

Manejo del Estrés en épocas de COVID a través de la psicoeducación

LAS PRÁCTICAS PRE-PROFESIONALES EN LA MODALIDAD VIRTUAL

Manejo del Estrés en épocas de COVID...



Reunión del FODA.mp4



Reunión grupo focal-foda...



Vareles Gary

Reunión tutoría Candell-Vareles Gary...



Capacidad de organización y planificación en el ámbito individual

Talleres manejo del estrés...

Preguntas para el grupo focal

Nombre del entrevistador:

Nombre del entrevistado:

Fecha de entrevista:

Edad:

Sexo/ Género:

Introducción

¿Qué tanto conoce de “estrés”?

¿Se considera una persona susceptible?

¿Podría decirme qué tan preocupado se encuentra con la situación actual de covid-19?

¿Crees que la pandemia ha afectado tu salud mental de alguna manera?

¿Consideras que las personas que te rodeaban durante el confinamiento estaban estresadas?

¿Se considera una persona capaz de controlar sus propias emociones?

¿Durante la pandemia se enfrentó ante hechos que podrían dañar su estabilidad emocional?

¿Evita o se enfrenta ante situaciones que podrían desestabilizar su salud mental?

Desarrollo

¿La pandemia cómo te ha afectado en tu trabajo o estudios?

¿Qué cosas positivas ve tras la pandemia?

¿Qué desafíos psicológicos ha tenido por causas del covid-19?

¿Cuáles fueron las dudas que te surgieron durante el confinamiento?

¿Qué áreas se le dificulta por causa del covid-19 (vivienda, empleo, alimentación, atención médica, etc.)?

¿De quién recibe apoyo?

¿Ha proporcionado apoyo a otras personas durante la pandemia?

¿Ha sufrido alguna pérdida a causa de la pandemia?

Conclusión

¿Considera que su aspecto de salud ha mejorado o empeorado?

	Mucho peor	Algo peor	Casi lo mismo	Algo mejor	Mucho mejor
Salud Física					
Salud Mental					
Salud General					

¿Qué apoyo cree necesitar para manejar su angustia mental?

¿Qué hace para controlar el estrés? (ejemplo: hace ejercicio, lee, medita, etc.)

¿Si nota que su salud mental ha sido afectada, consideraría acudir a un profesional?

¿Se siente apoyado por sus seres queridos?

¿Cree tener las cosas que hace bajo su control?

¿Considera que su salud mental está bien?



CUESTIONARIO DE ESTRÉS PERCIBIDO (CEP-14)

En este cuestionario usted encontrará preguntas sobre sus pensamientos durante el **ULTIMO MES**. En cada caso, se le pedirá que indique con qué frecuencia se sintió o pensó de determinada forma. Aunque algunas de las preguntas son similares, existen diferencias entre ellas y debe tratarlas como cuestiones separadas. Lo más

adecuado es responder bastante deprisa. Esto es, no intente contabilizar el número de veces que pensó de una

manera en particular; es mejor que indique aquella que le parezca la alternativa más adecuada.

Para cada pregunta elija entre las siguientes alternativas:

1. Nunca
2. Casi nunca
3. A veces
4. Bastante a menudo

Sin título

Descripción (opcional)

1. ¿Con qué frecuencia se ha sentido triste por algo que haya sucedido inesperadamente? *

- | | | | |
|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

2. ¿Con qué frecuencia ha sentido que era incapaz de controlar las cosas más importantes de su vida? *

- | | | | |
|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |



Universidad de Guayaquil

Sección 1 de 3

ENCUESTA SOBRE FACTORES QUE DIFICULTARON EL PROCESO DE INTERVENCIÓN DEL PROGRAMA “MANEJO DEL ESTRÉS EN ÉPOCA DE COVID19”



OBJETIVO

El objetivo de la presente encuesta es identificar aquellos factores que dificultaron el proceso de intervención durante el desarrollo del programa “MANEJO DEL ESTRÉS EN ÉPOCA DE COVID19” realizado en el ciclo II del 2021-2022 en la modalidad virtual.

INDICACIONES

La siguiente encuesta se presenta con preguntas de opción múltiple cada una de ellas va seguida de posibles opciones a elegir. Seleccione la respuesta que más represente su situación.

Correo *

Correo válido

Este formulario registra los correos. [Cambiar configuración](#)

Después de la sección 1 Ir a la siguiente sección

ENCUESTA SOBRE FACTORES QUE DIFICULTARON EL PROCESO DE INTERVENCIÓN DEL PROGRAMA “MANEJO DEL ESTRÉS EN ÉPOCA DE COVID19”

¿Ha participado anteriormente en proyectos similares con la Universidad de Guayaquil?

¿La Fundación le otorgó los dispositivos necesarios y en buenas condiciones para recibir las reuniones en modalidad online?

¿El espacio donde se conectó para realizar los encuentros virtuales estuvo libre de ruido y distracciones?

¿Qué tan estable fue su conexión de internet durante las reuniones en modalidad online?

¿Durante las reuniones online hubo algún elemento distractor que le haya generado intranquilidad?

¿Cuáles son esos elementos distractores que intervinieron durante las reuniones online?

¿Considera usted que la información impartida en las reuniones fue captada apropiadamente a pesar de los factores que dificultaron la reunión? Califique del 1 al 10 donde 1 es la calificación más baja y 10 la más alta

¿Qué tan efectiva fueron las reuniones en modalidad online?

Califique del 1 al 10 donde 1 es la calificación más baja y 10 la más alta

¿Estuvo motivado/a a participar en el programa "MANEJO DEL ESTRÉS EN ÉPOCA DE COVID 19"?

Califique del 1 al 10 donde 1 es la calificación más baja y 10 la más alta

¿Durante la realización del programa usted atravesaba alguna situación personal calamitosa?

¿La fundación lo/a apoyó en la participación del programa?

Por último, en una frase breve ¿Qué aspecto usted mejoraría del programa “MANEJO DEL ESTRÉS EN ÉPOCA DE COVID19” del cual formó parte? ¿Por qué?

ANEXO XI.- FICHA DE REGISTRO DE TRABAJO DE TITULACIÓN

REPOSITORIO NACIONAL EN CIENCIA Y TECNOLOGÍA		
FICHA DE REGISTRO DE TRABAJO DE TITULACIÓN		
TÍTULO Y SUBTÍTULO:	Factores que dificultaron el proceso de intervención del programa relacionado al manejo del estrés en época de COVID19 realizadas en una fundación	
AUTOR(ES) (apellidos/nombres):	Deyaneira Cristina Candell Huacón, Gary Fernando Vareles Peñaranda	
REVISOR(ES)/TUTOR(ES) (apellidos/nombres):	Msc. Ana Peñafiel T., Psi. Johanna Reyes L.	
INSTITUCIÓN:	UNIVERSIDAD DE GUAYAQUIL	
UNIDAD/FACULTAD:	CIENCIAS PSICOLÓGICAS	
MAESTRÍA/ESPECIALIDAD:	NO APLICA	
GRADO OBTENIDO:	Licenciado en Psicología	
FECHA DE PUBLICACIÓN:	11/03/2023	No. DE PÁGINAS: 90
ÁREAS TEMÁTICAS:	Intervención psicológica en organizaciones	
PALABRAS CLAVES/ KEYWORDS:	Estrés, intervención Psicoeducativa, factores, online, COVID19	
RESUMEN/ABSTRACT (150-250 palabras):		
<p>El estudio denominado “Factores Que Dificultaron El Proceso De Intervención Del Programa Desarrollado Al Manejo Del Estrés En Época De COVID19 Realizadas En Una Fundación”, se estableció bajo el eje, ¿Cuáles son los factores que dificultan el desarrollo de la fase de intervención Psicoeducativa en una fundación modalidad online? Su finalidad consistió en analizar varios factores como los contextuales, tecnológicos, individuales, entre otros, que dificultaron a la fase, a su vez, se enriqueció el análisis a través de una confirmación de resultados para contrastar el eje y comprender con eficacia nuestra experiencia. Dicho trabajo fue realizado con una metodología cualitativa bajo un diseño de sistematización de experiencias. La administración de los instrumentos usados fueron; talleres y encuestas, los cuales permitieron obtener resultados óptimos que evidenciaron las dificultades por las que se vieron afectados los interventores y colaboradores.</p>		
ADJUNTO PDF:	SI (X)	NO
CONTACTO CON AUTOR/ES:	Teléfono: 0988911209 0963347448	E-mail: deyaneira.candellh@ug.edu.ec gary.varelesp@ug.edu.ec
CONTACTO CON LA INSTITUCIÓN:	Nombre: Facultad de Ciencias Psicológicas	
	Teléfono: 2394315	
	E-mail: facultad.depsicología@ug.edu.ec	

**ANEXO XII.- DECLARACIÓN DE AUTORÍA Y DE AUTORIZACIÓN DE LICENCIA GRATUITA
INTRANSFERIBLE Y NO EXCLUSIVA PARA EL USO NO COMERCIAL DE LA OBRA CON FINES NO
ACADÉMICOS**

FACULTAD DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

CARRERA DE PSICOLOGÍA

LICENCIA GRATUITA INTRANSFERIBLE Y NO COMERCIAL DE LA OBRA CON FINES NO ACADÉMICOS

Nosotros, Deyaneira Cristina Candell Huacón con C.I. 0959098344 y Gary Fernando Vareles Peñaranda con C.I. 0951475359, certificamos que los contenidos desarrollados en este trabajo de titulación, cuyo título es **“FACTORES QUE DIFICULTARON EL PROCESO DE INTERVENCIÓN DEL PROGRAMA RELACIONADO AL MANEJO DEL ESTRÉS EN ÉPOCA DE COVID19 REALIZADAS EN UNA FUNDACIÓN”** son de nuestra absoluta propiedad y responsabilidad, en conformidad al Artículo 114 del CÓDIGO ORGÁNICO DE LA ECONOMÍA SOCIAL DE LOS CONOCIMIENTOS, CREATIVIDAD E INNOVACIÓN*, autorizamos la utilización de una licencia gratuita intransferible, para el uso no comercial de la presente obra a favor de la Universidad de Guayaquil.



Deyaneira Cristina Candell Huacón

Firma Estudiante

CI 0959098344



Gary Fernando Vareles Peñaranda

Firma Estudiante

CI 0951475359

ANEXO VII.- CERTIFICADO PORCENTAJE DE SIMILITUD

Habiendo sido nombrada ANA ISABEL PEÑAFIEL TORAL, tutora del trabajo de titulación certifico que el presente trabajo de titulación ha sido elaborado por CANDELL HUACON DEYANEIRA CRISTINA, VARELES PEÑARANDA GARY FERNANDO con mi respectiva supervisión como requerimiento parcial para la obtención del título de PSICÓLOGA(O)

Se informa que el trabajo de titulación: FACTORES QUE DIFICULTARON EL PROCESO DE INTERVENCIÓN DEL PROGRAMA RELACIONADO AL MANEJO DEL ESTRÉS EN ÉPOCA DE COVID19 REALIZADAS EN UNA FUNDACIÓN ha sido orientado durante todo el periodo de ejecución en el programa **antiplagio TURNITIN** quedando el 4% de coincidencia.

CANDELL VARELES FACTORES QUE DIFICULTARON EL PROCESO DE INTERVENCIÓN DEL PROGRAMA RELACIONADO AL MANEJO DEL ESTRÉS EN ÉPOCA DE COVID19 REALIZADAS EN UNA FUNDACIÓN

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	dspace.unach.edu.ec Fuente de Internet	1 %
2	docplayer.es Fuente de Internet	1 %
3	documentop.com Fuente de Internet	<1 %
4	congresopsicologiacolombia.com Fuente de Internet	<1 %
5	prezi.com Fuente de Internet	<1 %
6	www.scielo.org.bo Fuente de Internet	<1 %
7	Submitted to Universidad Catolica de Oriente Trabajo del estudiante	<1 %
8	ri.ues.edu.sv Fuente de Internet	<1 %

<https://ev.turnitin.com/app/carta/es/?o=2033578564&u=1133713800&lang=es>



ANEXO VII.- CERTIFICADO PORCENTAJE DE SIMILITUD
ANA ISABEL PEÑAFIEL TORAL

ANA ISABEL PEÑAFIEL TORAL
C.I. 0908972870
FECHA: 9 de marzo de 2023

ANEXO VI. - CERTIFICADO DEL DOCENTE-TUTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN**FACULTAD DE CIENCIAS
PSICOLÓGICAS CARRERA DE
PSICOLOGÍA**

Guayaquil, 9 de marzo de

2023 Psic. MSc

Luis Alvarado Sánchez

Decano de la Facultad de Ciencias Psicológicas
FACULTAD DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
UNIVERSIDAD DE GUAYAQUIL
Ciudad. -

De mis consideraciones:

Envío a Ud. el Informe correspondiente a la tutoría realizada al Trabajo de Titulación FACTORES QUE DIFICULTARON EL PROCESO DE INTERVENCIÓN DEL PROGRAMA RELACIONADO AL MANEJO DEL ESTRÉS EN ÉPOCA DE COVID19 REALIZADAS EN UNA FUNDACIÓN de los estudiantes CANDELL HUACON DEYANEIRA CRISTINA, VARELES PEÑARANDA GARY FERNANDO indicando que han cumplido con todos los parámetros establecidos en la normativa vigente:

- El trabajo es el resultado de una investigación.
- El estudiante demuestra conocimiento profesional integral.
- El trabajo presenta una propuesta en el área de conocimiento.
- El nivel de argumentación es coherente con el campo de conocimiento.

Adicionalmente, se adjunta el certificado de porcentaje de similitud y la valoración del trabajo de titulación con la respectiva calificación.

Dando por concluida esta tutoría de trabajo de titulación, **CERTIFICO**, para los fines pertinentes, que los estudiantes están aptos para continuar con el proceso de revisión final.

Atentamente,



ANNA ISABEL PEÑAFIEL
TORAL

ANA ISABEL PEÑAFIEL TORAL

C.I. 0908972870

FECHA: 9 de marzo de 2023



ANEXO VIII.- INFORME DEL DOCENTE REVISOR

Guayaquil, 15 de marzo de 2023

Sr. Phd.
MSc. Luis Alvarado Sánchez
Decano de la Facultad de Ciencias Psicológicas
FACULTAD DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
UNIVERSIDAD DE GUAYAQUIL

Ciudad. –

De mis consideraciones:

Envío a Ud. el informe correspondiente a la REVISIÓN FINAL del Trabajo de Titulación FACTORES QUE DIFICULTARON EL PROCESO DE INTERVENCIÓN DEL PROGRAMA DESARROLLADO AL MANEJO DEL ESTRÉS EN ÉPOCA DE COVID19 REALIZADAS EN UNA FUNDACIÓN del o de los estudiante (s) Candell Huacón Deyaneira Cristina y Vareles Peñaranda Gary Fernando. Las gestiones realizadas me permiten indicar que el trabajo fue revisado considerando todos los parámetros establecidos en las normativas vigentes, en el cumplimiento de los siguientes aspectos:

Cumplimiento de requisitos de forma:

El título tiene un máximo de 22 palabras.

La memoria escrita se ajusta a la estructura establecida.

El documento se ajusta a las normas de escritura científica seleccionadas por la Facultad.

La investigación es pertinente con la línea y sublíneas de investigación de la carrera.

Los soportes teóricos son de máximo cinco años.

La propuesta presentada es pertinente.

Cumplimiento con el Reglamento de Régimen Académico:

El trabajo es el resultado de una investigación.

El estudiante demuestra conocimiento profesional integral.

El trabajo presenta una propuesta en el área de conocimiento.

El nivel de argumentación es coherente con el campo de conocimiento.

Adicionalmente, se indica que fue revisado, el certificado de porcentaje de similitud, la valoración del tutor, así como de las páginas preliminares solicitadas, lo cual indica el que el trabajo de investigación cumple con los requisitos exigidos.

Una vez concluida esta revisión, considero que el estudiante está apto para continuar el proceso de titulación. Particular que comunicamos a usted para los fines pertinentes.

Atentamente,

JOHANNA
SHEILA REYES
LASSO

Firmado digitalmente
por JOHANNA SHEILA
REYES LASSO
Fecha: 2023.03.20
23:55:22 -05'00'

DOCENTE TUTOR REVISOR

C.I. 0914905054

FECHA: 15 de marzo de 2023