

UCUENCA

Facultad de Psicología

Carrera de Psicología Clínica

Percepción de estudiantes de la Facultad de Psicología en la Universidad de Cuenca respecto a recibir terapia psicológica durante la formación académica, período 2022

Trabajo de titulación previo a la obtención del título de Psicólogo Clínico

Autoras:

Maritza Nataly Abad Amón

CI:0106147622

Correo electrónico: natyabad.135@gmail.com

Johanna Elizabeth Morales González

CI: 0104188180

Correo electrónico: johanna.mg05@gmail.com

Tutora:

Mgr. Juana Lucía Carrasco Vintimilla

CI: 0103631131

Cuenca, Ecuador

28-septiembre-2022

RESUMEN:

La terapia psicológica durante la formación del psicólogo ha sido estudiada desde los años 90, tanto en el continente europeo como en Estados Unidos y en Latinoamérica, esta resulta fundamental, puesto que el profesional en formación que ha pasado por su propio proceso terapéutico ha demostrado un mayor crecimiento personal y una mejor resolución de sus propios conflictos, de tal manera que se evidenció un impacto positivo en su ejercicio profesional; de ahí que el objetivo general del estudio fue analizar la percepción de los estudiantes de la Facultad de Psicología en la Universidad de Cuenca sobre recibir terapia psicológica durante la formación académica. Por esta razón, se planteó describir las diferentes percepciones de los estudiantes sobre cómo aporta la terapia psicológica a la construcción del perfil del profesional, cómo contribuye en el autocuidado del futuro psicólogo y cómo influye en el mantenimiento de la salud mental. El estudio tuvo un enfoque cualitativo de alcance exploratorio-descriptivo, con un diseño fenomenológico, cuyos participantes fueron doce estudiantes que cursaron el décimo ciclo de la Facultad de Psicología en la Universidad de Cuenca. Como instrumento de investigación se utilizó una entrevista semiestructurada. Dentro de los resultados los participantes del estudio consideran que el recibir terapia psicológica durante la formación académica es importante y necesaria, influye de manera directa en la obtención de la salud mental, en el mantenimiento del autocuidado y la formación del perfil del profesional, dado que permite la adquisición de habilidades terapéuticas y el aprendizaje de técnicas que les servirán en el ejercicio profesional. Se concluye que recibir psicoterapia durante la formación del psicólogo aporta significativamente en el desarrollo de habilidades profesionales, el aprendizaje de técnicas y equilibrar las distintas dimensiones de la vida personal.

Palabras clave: Terapia psicológica personal. Formación del psicólogo. Autocuidado. Perfil del profesional. Salud mental.

ABSTRACT:

Psychological therapy during the training of the psychologist has been studied since the 1990s, both on the European continent and in the United States and Latin America; This is fundamental, since the professional in training, who has gone through his own therapeutic process, has shown greater personal growth and better resolution of his own conflicts, in such a way that a positive impact on his professional practice was evidenced; hence, the general objective of this study was to analyze the perception of the students of the Faculty of Psychology at the University of Cuenca about receiving psychological therapy during their academic training. For this reason, it was proposed to describe the different perceptions of the students about how psychological therapy contributes to the construction of the professional profile, how it contributes to the self-care of the future psychologist and how it influences the maintenance of mental health. This study had a qualitative approach with an exploratory-descriptive scope, with a phenomenological design, whose participants were twelve students who attended the tenth cycle of the Faculty of Psychology at the University of Cuenca; a semi-structured interview was used as a research instrument. Among the results, the study participants consider that receiving psychological therapy during academic training is important and necessary, it directly influences the achievement of mental health, the maintenance of self-care and the formation of the professional profile, since it allows the acquisition of therapeutic skills and the learning of techniques that will serve them in their professional practice. It is concluded that receiving psychotherapy during the training of the psychologist contributes significantly to the development of professional skills, the learning of techniques and balance the different dimensions of personal life.

Keywords: Personal psychological therapy. Psychologist training. Self-care. Professional profile. Mental health.

Índice

Fundamentación Teórica	8
Proceso Metodológico	16
Presentación y Análisis de Resultados.....	20
Conclusiones	28
Recomendaciones.....	29
Anexos.....	34

Índice de tablas

Tabla 1: Caracterización de los participantes.....	20
--	----

Cláusula de licencia y autorización para publicación en el Repositorio Institucional

Johanna Elizabeth Morales González en calidad de autora y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación “Percepción de estudiantes de la Facultad de Psicología en la Universidad de Cuenca respecto a recibir terapia psicológica durante la formación académica, período 2022”, de conformidad con el Art. 114 del CÓDIGO ORGÁNICO DE LA ECONOMÍA SOCIAL DE LOS CONOCIMIENTOS, CREATIVIDAD E INNOVACIÓN reconozco a favor de la Universidad de Cuenca una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos.

Asimismo, autorizo a la Universidad de Cuenca para que realice la publicación de este trabajo de titulación en el repositorio institucional, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Cuenca, 28 de septiembre de 2022



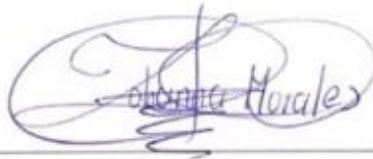
Johanna Elizabeth Morales González

C.I: 0104188180

Cláusula de Propiedad Intelectual

Johanna Elizabeth Morales González, autora del trabajo de titulación “Percepción de estudiantes de la Facultad de Psicología en la Universidad de Cuenca respecto a recibir terapia psicológica durante la formación académica, periodo 2022”, certifico que todas las ideas, opiniones y contenidos expuestos en la presente investigación son de exclusiva responsabilidad de su autora.

Cuenca, 28 de septiembre de 2022



Johanna Elizabeth Morales González

C.I: 0104188180

Cláusula de licencia y autorización para publicación en el Repositorio Institucional

Maritza Nataly Abad Amón en calidad de autora y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación “Percepción de estudiantes de la Facultad de Psicología en la Universidad de Cuenca respecto a recibir terapia psicológica durante la formación académica, período 2022”, de conformidad con el Art. 114 del CÓDIGO ORGÁNICO DE LA ECONOMÍA SOCIAL DE LOS CONOCIMIENTOS, CREATIVIDAD E INNOVACIÓN reconozco a favor de la Universidad de Cuenca una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos.

Asimismo, autorizo a la Universidad de Cuenca para que realice la publicación de este trabajo de titulación en el repositorio institucional, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Cuenca, 28 de septiembre del 2022.

Nataly Abad.

Maritza Nataly Abad Amón

C.I: 0106147622

Cláusula de Propiedad Intelectual

Maritza Nataly Abad Amón, autora del trabajo de titulación “Percepción de estudiantes de la Facultad de Psicología en la Universidad de Cuenca respecto a recibir terapia psicológica durante la formación académica, período 2022”, certifico que todas las ideas, opiniones y contenidos expuestos en la presente investigación son de exclusiva responsabilidad de su autor/a.

Cuenca, 28 de septiembre del 2022.

Nataly Abad.

Maritza Nataly Abad Amón

C.I: 0106147622

FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

Algunas facultades de psicología, escuelas y asociaciones de psicoterapia tanto en el continente europeo, como en Estados Unidos y en Latinoamérica han acogido la premisa según la cual el terapeuta debe llevar a cabo un proceso psicológico como parte fundamental de su formación, puesto que les permite experimentarse a sí mismos como pacientes y desarrollar habilidades terapéuticas como la escucha activa, la empatía, la autenticidad. Estas premisas se basan en varios estudios ejecutados durante los años 90 en Inglaterra que señalan que el terapeuta que ha pasado por su propio proceso terapéutico ha demostrado un mayor crecimiento personal y una mejor capacidad de resolución de conflictos, dando como resultado un impacto positivo en su ejercicio profesional (Macaskill y Macaskill, 1992).

De igual manera, Guzmán (2021) destacó la importancia de la terapia psicológica, al mencionar que aquella será de utilidad para los psicólogos en formación al permitirles ser conscientes de las emociones, comprender los sentimientos de los demás, tolerar las presiones y frustraciones que ocurren y adoptar una actitud empática y social; además de brindarles mayores posibilidades de desarrollo, tanto a nivel intrapersonal como interpersonal que son necesarias para generar relaciones armónicas y sanas con los demás y consigo mismos.

Por ello, tanto el estudiante como el profesional de psicología se encuentran en contacto directo con las personas, ya que es su trabajo ayudar a mejorar la calidad de vida de los sujetos que lo requieren, ante lo cual el psicólogo debe tener claro que requiere de conocimientos, experiencia, competencias y una serie de habilidades y cualidades personales, pues como lo menciona Guy (1995) “lo que es una persona se vuelve más importante que lo que sabe” (p. 68); es decir, que influye de manera significativa el ser del profesional más que los conocimientos adquiridos durante su formación, de tal manera que favorece o limita las intervenciones psicológicas.

El lugar destacado que se concede a la autoconciencia y a la exploración de los procesos internos, obliga al terapeuta en formación a salir al encuentro de la propia vulnerabilidad, las propias debilidades y el dolor personal, implicando algo más que cierto grado de socialización y aprendizaje conceptual, sensibiliza al estudiante ante los conflictos, los traumas y las obsesiones sin resolver, aunque estos no se resuelvan nunca totalmente, deben incorporarse o integrarse con comodidad en la personalidad del

psicoterapeuta, con el fin de facilitar las relaciones interpersonales y el proceso terapéutico en vez de entorpecerlos. (Guy, 1995, pp 67-68)

Siguiendo la misma línea, en un estudio ejecutado por Holzman, Searight y Hughes (1996), se llevó a cabo una encuesta a estudiantes graduados en programas de psicología clínica certificados por la Asociación Americana de Psicología sobre la experiencia de la terapia personal, de igual manera se encuestó a estudiantes que nunca habían estado en terapia sobre sus puntos de vista sobre la terapia personal. Se obtuvo como resultados que 50 % de los encuestados que respondieron el 75 % indicó que había estado en terapia personal; dada la tasa de respuesta, la prevalencia estimada de la terapia entre los estudiantes de posgrado en psicología clínica está entre el 38 % y el 75 %. El crecimiento personal fue la razón más citada para buscar terapia y, en cuanto a los estudiantes que no habían estado en terapia informaron que la falta de necesidad y de finanzas eran razones para no buscar tratamiento.

La importancia de los procesos psicoterapéuticos personales se basa en el psicoanálisis didáctico de Sigmund Freud, en el cual destaca que “todo aquel que quiera ejercer en otros el análisis se someta, él mismo, a un análisis” (Freud, 1996, p. 186). Así mismo, Rey (2016) manifestó que el analista debe pasar por su propio proceso terapéutico, debido que además de la responsabilidad que tiene consigo mismo, está la responsabilidad con sus pacientes, quienes acuden a terapia con la intención de aliviar su malestar y es el profesional quien debe escuchar y sostener. Por tanto, es importante mencionar que el análisis personal forma parte de los tres pilares básicos del psicoanálisis, junto con la supervisión y la formación teórica, de este modo se entiende que tanto los aspectos académicos como los aspectos internos durante la formación del psicólogo, resultan fundamentales incluso en el ejercicio profesional, lo cual contribuye a mantenerse en un constante autocuidado.

Desde la visión del enfoque humanista, Rogers (2000) manifestó que la verdadera psicoterapia del psicólogo parte del conocimiento propio y de la aceptación de sus defectos en pro de su desarrollo personal, lo cual ayudará al psicólogo en formación o en ejercicio de su labor a adquirir la capacidad ética e idónea de entender a quienes asisten a psicoterapia, para que de esta manera puedan comprender los sentimientos o problemas con los que llegan los consultantes y así desarrollar una labor psicoterapéutica clínica más eficaz. Por lo tanto, el proceso psicoterapéutico permitirá al psicólogo en formación un mayor autoconocimiento y

una correcta identificación de las vivencias emocionales de las otras personas, con el fin de generar a los consultantes un mayor bienestar psicológico (Oberst y Lizeretti, 2004).

Por otro lado, se debe tener en cuenta que el autocuidado y la salud mental es responsabilidad del psicólogo en formación, ya que influirá en su vida tanto personal como profesional, como lo señala Harrsh (2005) en su texto:

Para el desarrollo del Yo como psicólogo, el individuo en la búsqueda de identidad profesional, en un constante esfuerzo por definirse, sobredefinirse y redefinirse a sí mismo, debe abocarse al análisis de su personalidad como parte de su formación, para evitar proyectar su propia patología en el ejercicio profesional. (p. 255)

Acuña (2017), desarrolló en Colombia una investigación sobre la importancia de la psicoterapia en la formación de los psicólogos, en donde destaca que la verdadera psicoterapia parte de “conocernos desde el fuero intrapsíquico para aceptar nuestras neurosis, sin ser un trastorno neurótico propiamente dicho” (p. 231), de modo que, al avanzar en nuestro proceso personal podremos estar en la capacidad idónea y ética de comprender a los pacientes y desarrollar una labor mucho más efectiva en la psicoterapia y en el ámbito de la profesión de psicólogos clínicos.

Garzón y Vásquez (2019), en Ecuador, destacaron que a pesar de no ser obligatorio, el proceso psicoterapéutico vivido desde su propio ser ha mostrado un impacto positivo en el ámbito de formación del psicólogo ecuatoriano y en la labor profesional, por lo que recalca ventajas como el reconocerse a sí mismos, trabajar con sus propios conflictos emocionales, fortalecimiento de la toma de decisiones, una mejor comprensión de la labor psicoterapéutica y el uso apropiado de recursos y técnicas dentro de la terapia. Por ello, llevar a cabo dicho proceso permitirá tanto al psicólogo en formación como al profesional de la salud mental, adquirir un nivel considerable de conciencia para discernir entre los aspectos personales y privados, y así evitar caer en un ejercicio práctico alejado de la ética profesional.

De esta manera, a partir del año 2000, la Asociación Británica de Consejería y Psicoterapia y la Sociedad Británica Psicológica, proponen a los psicoterapeutas como requisito de acreditación para la práctica profesional un proceso de 40 horas de terapia personal. Asimismo, en un estudio realizado en Irlanda se evidenció que 88 profesionales en psicología de 170 psicólogos clínicos encuestados enfatizaron en los peligros de ejercer su profesión sin haber pasado por una experiencia de terapia personal, motivo por el que se considera como

parte esencial de la ética asistir a terapia personal obligatoria durante su formación como profesional (McMahon, 2018).

En este sentido, también se plantean estudios previos en Ecuador, los cuales proponen que en varias universidades de Quito y Guayaquil se efectúe un proceso psicoterapéutico obligatorio tanto a nivel de pregrado como de posgrado, pues complementa la formación del psicólogo, ya que le permite estar en el lugar del paciente, así como observar al profesional de psicología en acción. Sin embargo, el llevar a cabo procesos psicoterapéuticos en estudiantes de psicología no se constituye aún como parte de las mallas curriculares, es por ello que el valor de la psicoterapia personal y sus beneficios en general continúan siendo un punto que debe ser dado a conocer de forma más amplia y estudiado a profundidad, ya que dentro del contexto sociocultural de nuestro país, “la relación a la palabra, a la reflexión de sí mismo, a la sensibilidad propia no se establece como un estatuto, sino que generalmente es desalentada” (Pazmiño et al., 2020, p. 93).

Por otra parte, entre los aspectos a tratarse en el estudio se encuentra en primer lugar el *estilo y rol del terapeuta*, el cual abarca la construcción de sí mismo a partir de sus propias experiencias y su formación teórica, ante lo cual Barraca (2009) menciona que, como parte de este, se requiere desarrollar varias habilidades terapéuticas durante su formación académica, tales como: la empatía, la aceptación, la incondicionalidad, autenticidad, respeto, habilidades de escucha y verbales, conocimientos teóricos, uso adecuado de técnicas, entre otras. Sobre las habilidades mencionadas, Beck (2015) invitó al psicoterapeuta en formación a su adquisición, mediante la vivencia de su proceso personal. De igual manera, dicho proceso aporta en la construcción de la identidad del futuro profesional de la psicología, debido a que involucra la “introspección y reconocimiento del terapeuta que además contribuye a una mejor comprensión del ejercicio profesional” (Garzón y Vásquez, 2019, p. 8).

De este modo, Defries (1983) sostuvo que en la mayoría de las relaciones que se establecen durante el tratamiento, el terapeuta debe demostrar una estabilidad razonable y equilibrada que le permita solventar con menos dificultad los problemas que se presentan a lo largo de la vida. Por tanto, el terapeuta debe preocuparse por organizar de manera adecuada su mundo interior, su historia y contexto, para que dichos problemas se transformen en recursos que contribuyan al proceso terapéutico en lugar de intervenciones dañinas.

Así, el llevar a cabo un proceso psicoterapéutico personal contribuiría a la formación del ser del terapeuta, pues ayudará a disminuir los defectos, carencias, fallas y debilidades de este, que podrían llegar a generar efectos no deseables en su desempeño, a su manera de establecer relaciones con los otros y cómo será percibido por sus pacientes. Por ello, “la terapia personal puede ayudar a reducir los puntos ciegos que pudieran potencialmente llevar al terapeuta a una práctica que no estuviera guiada por principios éticos” (Garzón y Vásquez, 2019, p. 2), pues como refirió Kohut (1999) solo dentro del análisis propio, el terapeuta es capaz de admitir los errores y reconocer sus potencialidades; en esencia es ahí donde puede ver sus limitaciones inherentes al hecho de ser humano.

En segundo lugar, otro aspecto a tratar es el *autocuidado* de los estudiantes de psicología, ya que estos conocen problemáticas psicosociales a través de sus intervenciones, por ello brindan a sus beneficiarios apoyo social de tipo instrumental, informativo, y emocional. Es decir, en su actuar práctico, se dedican a escuchar activamente al otro, y expresar asertivamente que no están solos y que pueden contar con su experticia profesional. Por esta razón, es necesario que se implemente una cultura de autocuidado, diseñado como un requisito de las competencias y habilidades que los psicólogos en formación deben desarrollar o reforzar, ya que el rol profesional nos exige capacidad de empatía, respeto y compromiso por el quehacer profesional (González et al., 2014). Por ello, resulta de gran importancia el autocuidado como una herramienta para promover, proteger y mantener la vida y la salud para lograr una buena calidad de vida (López, 2010).

Si bien no existe evidencia empírica suficiente que justifique la necesidad de recibir terapia psicológica para el futuro psicólogo, varios programas de formación lo recomiendan o exigen por la importancia del autoanálisis. Por esta razón tanto profesionales como practicantes recomiendan como una necesidad básica del psicólogo participar de un proceso psicoterapéutico personal, pues es un espacio de reflexión sobre sí mismo y el trabajo.

Sobre la relación terapeuta-paciente, el terapeuta que no ha realizado un análisis de sí mismo ni ha elaborado algunos aspectos de su propia vida, puede tener escenas temidas no resueltas que le produzcan reacciones contratransferenciales o de contraidentificación proyectiva que dificulten sus funciones. Se presume que estas deben ser resueltas durante el período de su formación, sin embargo, a lo largo de la vida, como todo individuo, el psicoterapeuta se enfrenta con diversas crisis vitales, que

deben elaborarse de una manera adecuada, de lo contrario, puede interferir en el proceso positivo de sus pacientes. (López, 2010, p.7)

Entre las conceptualizaciones de autocuidado se destaca lo propuesto por Escobar y Pico, quienes definen al autocuidado como:

Una construcción sociocultural que ha estado permeada por las concepciones, creencias, convicciones y representaciones sociales y prácticas de las personas en las diferentes sociedades. Desde los griegos se menciona la visión integral del cuidado de sí, tanto desde el cuidado del cuerpo como del alma, concepto asociado a regímenes de salud, ejercicio físico y a evitar excesos en los comportamientos cotidianos, además del cultivo del espíritu mediante prácticas de meditación, exaltación de la contemplación y la importancia del autocontrol. (2013, p. 179)

Por otro lado, Holguín, Arroyave, Ramírez, Echeverry, y Rodríguez (2020) conceptualizan al autocuidado desde la salud mental como una competencia que ayuda al reconocimiento, manejo y expresión de emociones, pues permite identificar, limitar y/o afrontar las situaciones que se presentan, de manera que ayuda en el equilibrio emocional y la capacidad de control, como forma de promover su bienestar integral, que se refleja en la práctica terapéutica, gestionando la carga emotiva que se genere con las diferentes problemáticas personales y la de los consultantes.

Como tercer aspecto a tratar se encuentra la *salud mental* de los estudiantes, pues su equilibrio mental conlleva un papel importante en el momento de alcanzar el éxito, ya que cuando no puede hacer frente a problemas ya sean familiares, de identidad, pérdida de motivación, soledad, etc., llegan a perder su salud mental, por lo que recibir terapia psicológica resulta eficaz pues les ayuda a resolver sus propios conflictos emocionales, personales, sociales e interpersonales (Matliwala, 2017). De acuerdo a la Organización Mundial de la Salud se conceptualiza a la salud mental como “un estado de bienestar en el que la persona realiza sus capacidades y es capaz de hacer frente al estrés normal de la vida, de trabajar de forma productiva y de contribuir a su comunidad” (Organización Mundial de la Salud, 2018).

Según Edwards (2018), iniciar un proceso de terapia psicológica resulta un desafío para algunos estudiantes, sin embargo, al finalizar el proceso pueden lograr un cambio transformador, pues asistir a terapia personal durante su formación académica brinda valiosos aprendizajes y es una forma en que aprendan sobre el uso del yo dentro de la terapia psicológica

y así impactar de manera positiva en la práctica clínica futura. Con la terapia personal, se busca que los estudiantes la usen para desarrollar una comprensión tanto de sus capacidades como de sus limitaciones.

Yamaguchi (1996, como se citó en Mansilha y Tiellet, 2005) desde su punto de vista como estudiante pasante en Psicología Clínica, comentó su experiencia sobre la importancia que ejerció la psicoterapia en su formación académica, en donde argumenta que es necesario desarrollarse personalmente y pensar en su salud mental, pues pasar por un proceso terapéutico personal brinda la oportunidad de examinar sus propias dificultades para poder trabajar con sus futuros pacientes. Además, mencionó que el conocimiento teórico sólo se puede interiorizar y procesar mediante una psicoterapia personal que facilita el conocimiento del mundo interno y la comprensión de los procesos psíquicos.

Finalmente, el estudiante en formación al igual que el psicólogo o cualquier otro ser humano, es una persona con sufrimientos, problemas, vulnerabilidades y miedos que solo mediante terapia psicológica podrá detectarlos, reconocerlos y trabajarlos, puesto que su profesión implica el trato con otras personas a quienes podría causarles daño si no se encuentra en condiciones óptimas para trabajar. Por esta razón, necesita de ciertas habilidades, cualidades, valores y sobre todo salud mental que le permitan estar en condiciones de ayudar a otros en sus procesos de curación, de manera que la tarea de ver o entender al otro va unida con la tarea de verse y comprenderse a sí mismo (López, 2010).

De esta manera, si algunos estudiantes de la Facultad de Psicología en la Universidad de Cuenca no asisten a terapia psicológica, podrían no resolver sus conflictos internos de tal forma que puede surgir una contratransferencia con el paciente y afectar el perfil del profesional en formación, así como al paciente. Por lo tanto, la motivación por el tema propuesto se basó en lo que señala la literatura respecto a la importancia de la terapia psicológica durante la formación de los psicólogos, pues es un proceso que se mantiene a lo largo de la vida profesional, por lo que Acuña (2017) argumentó que el incluir la terapia psicológica en la formación académica del psicólogo resulta fundamental porque ayuda a tener un buen ajuste psicológico general; una amplia experiencia vital, lo cual facilitará la comprensión de las vivencias y sentimientos de los pacientes y una mayor estabilidad personal que aumentará la capacidad del futuro psicoterapeuta para ayudar a sus pacientes.

Es así que, en el presente estudio se plantea recolectar las diferentes percepciones de los estudiantes de la Facultad de Psicología en la Universidad de Cuenca, sobre recibir terapia psicológica durante la formación académica, con el fin de impulsar la iniciativa propia de cada uno de los educandos a iniciar y llevar a cabo procesos psicoterapéuticos personales como parte primordial de su formación integral y; explorar, analizar y describir las diferentes perspectivas que contribuyan a la clarificación de la importancia del proceso psicoterapéutico personal en la población estudiantil de psicología, ya que dicho proceso es un ejercicio de “introspección y reconocimiento del terapeuta que facilita una mejor comprensión del ejercicio profesional” (Álvarez et al., 2021, p. 5).

Para el presente estudio, se han planteado las siguientes preguntas de investigación: ¿cuál es la percepción de los estudiantes respecto a recibir terapia psicológica durante la formación académica?, ¿cuál es la percepción de los estudiantes respecto a cómo influye la terapia psicológica en el mantenimiento de la salud mental, autocuidado y en la construcción del perfil del futuro profesional?, de ellas se deriva el objetivo general que es analizar la percepción de los estudiantes de la Facultad de Psicología en la Universidad de Cuenca sobre recibir terapia psicológica durante la formación del psicólogo; y los objetivos específicos que buscan describir las diferentes percepciones de los estudiantes participantes sobre cómo influye el recibir terapia psicológica en el mantenimiento de la salud mental, describir las percepciones de los estudiantes sobre cómo contribuye la terapia psicológica en el autocuidado del futuro psicólogo y describir las percepciones de los estudiantes sobre cómo la terapia psicológica aporta a la construcción del perfil del profesional.

PROCESO METODOLÓGICO

Enfoque: se trabajó bajo el enfoque cualitativo, que “intenta describir sistemáticamente las características de las variables y fenómenos, con el fin de generar y perfeccionar categorías conceptuales, descubrir y validar asociaciones entre fenómenos” (Quecedo y Castaño, 2002, p.12), se centra en conocer el sentido que tiene el fenómeno a investigarse para los estudiantes participantes de la investigación a través de los pensamientos que rigen sus acciones, brindando riqueza y profundidad de datos (Taylor y Bodgan, 1987).

Diseño y alcance: el tipo de diseño de la investigación fue fenomenológico, dado que “su propósito principal es explorar, describir y comprender las experiencias de las personas con respecto a un fenómeno y descubrir los elementos en común de tales vivencias” (Hernández et al., 2014, p.493). Por tanto, se buscó explorar, conocer y describir la percepción de los participantes sobre la importancia de efectuar terapia psicológica personal durante la formación del psicólogo, para obtener así una mayor comprensión del fenómeno estudiado.

El alcance del estudio fue exploratorio-descriptivo, debido a que se investigó un tema poco estudiado a nivel nacional y, se describió las percepciones de la temática que tienen los estudiantes de acuerdo con sus experiencias de haber o no vivenciado una terapia psicológica personal durante su proceso de formación profesional (Hernández et al., 2014).

Mapeo: la investigación se desarrolló en Cuenca – Ecuador con estudiantes que cursaron el décimo ciclo de la Facultad de Psicología en la Universidad de Cuenca.

Muestreo: se utilizó el muestreo no probabilístico homogéneo, que implica que “las unidades que se van a seleccionar poseen un mismo perfil o características, o bien comparten rasgos similares. Su propósito es centrarse en el tema por investigar o resaltar situaciones” (Hernández et al., 2014, p. 385). Se seleccionaron doce estudiantes que resulten de interés para la investigación, los cuales estuvieron sujetos al criterio de saturación de información, además cumplieron con los criterios de inclusión y exclusión.

Criterios de inclusión

- Estudiantes que cursaron el décimo ciclo de la Facultad de Psicología en la Universidad de Cuenca.
- Estudiantes de ambos sexos.

Criterios de exclusión

- Estudiantes que no firmaron el consentimiento informado.

- Estudiantes en estado étlico o bajo los efectos de sustancias psicotrópicas.

Categorías de análisis: las categorías de análisis en el presente estudio pueden o no variar en el transcurso de la investigación ya que, el diseño de la investigación propuesto establece un proceso inductivo característico de la investigación cualitativa, sin embargo, las categorías planteadas se enfocaron en la terapia psicológica la cual parte de “conocernos desde el fuero intrapsíquico para aceptar nuestras neurosis, de modo que al avanzar en nuestro proceso personal podremos estar en capacidad idónea y ética de comprender a nuestros pacientes y desarrollar una labor mucho más efectiva en la psicoterapia” (Acuña, 2017, p.232). *Salud mental* la cual se define como “un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad” (OMS, 2018). El *autocuidado* que es entendido como “la capacidad que debe desarrollar cada individuo, durante su proceso vital, en aras de promover, proteger y mantener la vida y la salud para lograr una buena calidad de vida, en el cumplimiento de un proyecto de desarrollo humano armónico” (Franco y Duque, 2015, p. 38). Otra de las categorías que se abordó fue la construcción del *estilo y rol del terapeuta* que consiste según Barraca (2009) en que el terapeuta desarrolle varias habilidades terapéuticas durante su formación académica tales como la empatía, la aceptación, la incondicionalidad, autenticidad, respeto, habilidades de escucha, verbales, conocimientos teóricos, uso adecuado de técnicas, entre otras.

Instrumento: la entrevista semiestructurada es una herramienta de investigación eficaz que “presenta un mayor grado de flexibilidad, debido a que parten de preguntas planteadas, que pueden ajustarse a los entrevistados, a su vez que mantienen la suficiente uniformidad para alcanzar interpretaciones acordes con los propósitos del estudio” (Díaz et al., 2013, p. 163). Este instrumento ayudó a explorar la percepción de los estudiantes de la Facultad de Psicología en la Universidad de Cuenca respecto a recibir terapia psicológica durante la formación del psicólogo. La guía de entrevista semiestructurada (Anexo 2) constó de cinco preguntas que fueron estructuradas de acuerdo con las categorías de análisis y los objetivos de la investigación.

Procedimiento analítico y análisis de la información recolectados

En primer lugar, se solicitó en secretaría la lista de los estudiantes que se encontraban cursando décimo ciclo de la Facultad de Psicología en la Universidad de Cuenca, lo que permitió seleccionar a los estudiantes que cumplieron las características necesarias para participar en la investigación, a la vez se realizó el proceso de validación de las preguntas de la guía de entrevista semiestructurada, las cuales fueron revisadas y validadas por expertos, luego se procedió a presentar y recibir el consentimiento informado de cada uno de los participantes del estudio, además, se verificó que cumplan con los criterios de inclusión y exclusión, posteriormente se coordinó una fecha para la realización de la entrevista semiestructurada a través de la plataforma Zoom, una vez acordadas las fechas se llevaron a cabo dichas entrevistas que fueron grabadas de manera individual.

Tras la culminación de cada entrevista se procedió a la transcripción de la información obtenida y su posterior análisis, para ello se tomó en cuenta los principios del análisis temático que son: transcripción, leer y resaltar las ideas generales, codificación de los aspectos relevantes de la información obtenida, recopilación de datos importantes para cada código, recopilación de códigos en posibles temas, verificación de que los temas funcionan en relación a los códigos extraídos, generación de un mapa temático acorde a los objetivos, definición y denominación de temas; finalmente la preparación y redacción del informe final (Seid, 2016). Posteriormente, se redactaron los resultados con base en los temas principales, que resultaron del análisis de la información, de manera que se destacó lo relevante de la entrevista de los estudiantes. Por último, los datos obtenidos se introdujeron en el software ATLAS.ti, que permite analizar información cualitativa procedente de entrevistas y trabajar con textos, con material audiovisual como ficheros de audio, vídeo e imágenes.

Consideraciones éticas

La presente investigación consideró los principios éticos y código de conducta para psicólogos determinados por la Asociación Americana de Psicología (APA, 2017) – Código de Ética –, se procuró que se tome en cuenta que los siguientes principios generales se hayan cumplidos: principio A: beneficencia y no maleficencia en el uso de datos; principio B: fidelidad y responsabilidad para con la investigación; principio C: integridad y honestidad en el proceso; principio D: justicia; principio E: respeto por los derechos y la dignidad de las personas que se presten partícipes del estudio. Lo señalado con anterioridad garantizó la

confidencialidad, voluntariedad y anonimato, para lo cual no se registraron los nombres o cédulas de los participantes durante las entrevistas, las grabaciones fueron nombradas con códigos que no permitieron identificar a los participantes, como se expuso en el consentimiento informado, el cual fue revisado y aprobado por el Consejo Directivo de la Facultad de Psicología de la Universidad de Cuenca. La información fue utilizada con fines académicos y se consideró la responsabilidad social de la investigación, el acceso a esta información recabada lo tendrán los investigadores del estudio y futuros investigadores, esta fue almacenada y protegida en las unidades de USB de los investigadores.

El consentimiento informado fue aplicado tras una socialización virtual con los participantes mediante una reunión de Zoom, una vez concluido el encuentro virtual este se envió a los correos personales de cada uno de los estudiantes, el cual firmaron digitalmente aquellos que desearon y estuvieron de acuerdo en participar, esto lo realizaron en un lapso de 24 horas.

PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS

La investigación se centró en analizar la percepción de los estudiantes de la Facultad de Psicología en la Universidad de Cuenca sobre recibir terapia psicológica durante la formación del psicólogo, a través de una entrevista semiestructurada a estudiantes de las carreras de psicología clínica, psicología educativa y psicología social.

Con la finalidad de ampliar la información sobre la población entrevistada, se realizó la caracterización de los doce participantes que se detalla en la siguiente tabla. Es necesario señalar que, a partir de la recolección de información obtenida de las entrevistas semiestructuradas, se desarrolló la codificación para cada uno de los participantes.

Tabla 1:
Caracterización de los participantes

#	Codificación	Sexo		Carrera		
		Hombre	Mujer	C	E	S
1	E1	X		X		
2	E2		X	X		
3	E3	X		X		
4	E4	X		X		
5	E5		X			X
6	E6		X		X	
7	E7		X	X		
8	E8		X		X	
9	E9		X	X		
10	E10		X			X
11	E11	X			X	
12	E12	X				X

*Codificación: hace referencia al código que se le ha asignado a cada participante, según la información proporcionada por el mismo, las siglas C, E, S: hacen referencia a las carreras de Psicología Clínica, Psicología Educativa y Psicología Social.

Fuente. Elaboración personal: Abad y Morales, 2022, en base a la aplicación de la técnica de la entrevista semiestructurada.

La recolección de información resultante de la aplicación de la entrevista semiestructurada, permitió desarrollar un diagrama de códigos nominales a través de la

herramienta informática ATLAS.ti, conformado por las palabras e información clave, la cual se puede revisar en el Anexo 4. Durante el análisis se establecieron 23 códigos que estuvieron interconectados ya sea como una causa, una parte, una propiedad o asociados a la categoría principal de la psicoterapia, dentro de ésta se registraron las siguientes categorías: descripción de las percepciones de los estudiantes sobre cómo influye el recibir terapia psicológica en el mantenimiento de la *salud mental*, descripción de las percepciones de los estudiantes sobre cómo contribuye la terapia psicológica en el *autocuidado* y descripción de las percepciones de los estudiantes sobre cómo la terapia psicológica aporta a la construcción del *perfil del profesional*.

Dentro de las categorías se registraron las siguientes subcategorías emergentes: importancia y necesidad de la psicoterapia, percepción de la psicoterapia como obligatoria y requisito dentro de la formación del psicólogo, beneficio y funcionalidad de la psicoterapia para la salud mental, funcionalidad de la psicoterapia para la salud mental, estabilidad emocional, establecimiento de límites, herramientas personales, concientización sobre el autocuidado, apoyo al proceso personal, mejora en la calidad de vida, generación de habilidades personales y de valores como profesional, aportación al estilo propio como terapeutas, las cuales permitieron que los entrevistados perciban que la psicoterapia ha servido para establecer límites, cuidar de sí mismos, mejorar su calidad de vida y ser funcionales; todos estos códigos se relacionan y se asocian con sus subcategorías y entre sí. Resaltando los elementos esenciales de la información obtenida, los códigos principales, importancia y necesidad de la psicoterapia, reflejan mayor concurrencia al percibir dieciocho repeticiones en el diálogo, precisando a la psicoterapia como el eje principal en el desarrollo de las entrevistas.

Al analizar las percepciones de los entrevistados con respecto a recibir psicoterapia, los estudiantes de la Facultad de Psicología en la Universidad de Cuenca consideraron que es un proceso necesario e importante durante la formación del psicólogo, los términos más relevantes se refieren a ella como:

“E1: Necesaria..., cómo psicólogo se debe resignificar ciertos aspectos para no cometer negligencias o ser antiéticos en el trabajo terapéutico. E2: Necesario e importante..., o tal vez un requisito..., como profesional es necesario trabajar en uno para ayudar al paciente. E4: De suma importancia... para que podamos nosotros ayudar al resto de personas

tenemos que nosotros recibir cierta ayuda. E5: Es muy importante..., a veces algo no solo se aprende leyendo sino se aprende haciendo. E6: Es importante..., te das cuenta de tu papel como paciente, también el papel que posteriormente vas a cumplir como terapeuta. E7: Es necesaria..., ayudó a no poner las cosas de uno mismo en otras personas, yo siento que te vuelve más humano, te ayuda a ser empático. E8: Es importante, ... me sentía con apoyo de una persona profesional, ... me sentí motivada. E10: Importante, ... es necesario que los estudiantes reciban terapia sobre todo por la salud mental. E11: Es importante..., nos ayuda a fortalecer redes de apoyo. E12: Necesaria..., durante la formación”. Esta concepción, se ha compartido en varios países, pues se ha adoptado la premisa en la que el terapeuta debe realizar un proceso psicológico como parte primordial de su entrenamiento, con consecuencias terapéuticas beneficiosas que pueden ser de utilidad para la práctica profesional o actuación clínica, por lo que se recomienda recibir psicoterapia como requisito de acreditación para la práctica profesional (Pazmiño et al., 2020).

Adicionalmente, los demás participantes consideran que recibir psicoterapia debería estar contemplado como un requerimiento durante la formación académica, por ello mencionan: *E3: No creo que se puede obligar, pero debería ser..., un requerimiento para graduarse. E9: Debería ser un requisito..., no solamente por trabajar problemas personales, sino por la observación de cómo se lleva una terapia.*

Respecto a lo mencionado anteriormente los participantes sostienen que como futuros psicólogos deben haber sanado o resignificado ciertos aspectos de la vida personal para no cometer negligencias o ser antiéticos en el trabajo terapéutico, que el haber pasado por un proceso de psicoterapia propio ayuda a trabajar de mejor manera con los pacientes durante las prácticas preprofesionales ya que permite observar cómo se lleva una terapia psicológica, ayuda a reconocer la propia historia y darse cuenta del papel que se cumple tanto como paciente y posteriormente el rol que se va a ejercer como terapeuta, ayuda a ser empático y a ponerse en la posición de una persona que está dentro de un proceso terapéutico, información que también se encuentra en un estudio realizado en Irlanda, donde se evidenció que 88 profesionales en psicología de 170 psicólogos clínicos encuestados enfatizaron en los peligros de ejercer su profesión sin haber pasado por una experiencia de terapia personal, motivo por el que se considera como parte esencial de la ética asistir a psicoterapia obligatoria durante su

formación como profesional (McMahon, 2018). De igual manera, quienes no han asistido a psicoterapia consideran que antes de llegar a ser profesionales se debe reconocer que el hecho de ser seres humanos, hace enfrentarse a varios defectos que deben ser solucionados y que si bien la sociedad aún no le da la importancia necesaria se puede gestionar desde la Facultad de Psicología el socializar más los espacios de psicoterapia para los estudiantes, ya que la vida estudiantil expone a diversos estresores sean personales o académicos que necesitan de un proceso psicoterapéutico para adquirir pautas de afrontamiento.

Al analizar la información brindada por los entrevistados, respecto a cómo influye el recibir terapia psicológica en el mantenimiento de la salud mental, consideraron que influye de manera positiva y directa, siendo ésta importante durante la formación del futuro profesional para adquirir funcionalidad, estrategias y valores profesionales, sea un medio de aprendizaje, además de contribuir al manejo estresores; por ello entre las apreciaciones más importantes se encuentran: *E1: Directa..., positiva..., los niveles de ansiedad y depresión disminuyen, los pensamientos automáticos se disuelven, hay una reestructuración cognitiva. E2: Positiva..., cuando hay predisposición pienso que es muy fructífero. E3: Sería importante, la psicoterapia sirve para aprender, para que los psicólogos nos enseñen..., para manejar nuestro estrés. E4: Para servir hay que tener cierto grado de funcionalidad, para que nosotros estemos abarcando profesionalmente dentro de la salud mental. E6: Es importante, las personas pasan por diferentes situaciones..., cuando asistes a terapia aprendes y puedes ayudar después a otras personas. E8: Influye de forma positiva..., nos entregan estrategias..., da valores profesionales. E10: Influye de manera directa..., es algo que deberíamos dar más importancia pues nos ayuda a desarrollarnos profesionalmente. E11: Importante..., la psicoterapia es un proceso para llegar a un estado adecuado de Salud Mental que nosotros requerimos.*

Dicha información es corroborada por Matliwala (2017) y Edwards (2018), quienes mencionan que el equilibrio mental conlleva un papel importante en el momento de alcanzar el éxito y que, si iniciar un proceso de terapia psicológica resulta un desafío para algunos estudiantes, al finalizar el proceso pueden lograr un cambio transformador, pues el psicoterapeuta en formación necesita de ciertas habilidades, cualidades, valores y sobre todo salud mental que les permita estar en condiciones de ayudar a otros en sus procesos de curación,

de manera que la tarea de ver o entender al otro va unida con la tarea de verse y comprenderse a sí mismo (López, 2010).

Dentro de la misma categoría, los entrevistados encuentran a la salud mental como un elemento que permite expresar emociones en un espacio confidencial, orientar las preocupaciones hacia una resolución y de esta forma obtener salud mental, destacan las siguientes perspectivas: *E5: Te permite abrirte, sacas tus preocupaciones y las ordenas junto con otra persona..., las ves de forma más clara y te orientas a la resolución. E7: Permite expresar tus emociones..., pueden ser contenidas o descargadas..., es positivo el hecho de ser escuchado en un espacio en el que no te juzgan ni te critican. E9: Como psicólogos somos personas y tenemos que ir a psicoterapia para así poder obtener salud mental. E12: Si uno acude a psicoterapia es porque hay alguna inestabilidad..., la psicoterapia es como un elemento fundamental para tener Salud Mental.* Información corroborada con lo establecido por Yamaguchi (1996, como se citó en Mansilha y Tiellet, 2005), quien comenta sobre la importancia que ejerció la psicoterapia para desarrollarse personalmente, pues pasar por un proceso terapéutico personal brinda la oportunidad de examinar sus propias dificultades, interiorizar y procesar los conocimientos teóricos que facilitan el conocimiento del mundo interno y así poder trabajar con sus futuros pacientes.

Al analizar las respuestas obtenidas de los entrevistados referente a cómo contribuye la terapia psicológica en el autocuidado del futuro psicólogo. Se pudo identificar que la totalidad de participantes consideran que recibir terapia psicológica es una forma de autocuidado y resulta fundamental durante su formación académica y en el ejercicio de sus prácticas preprofesionales, pues les permite conocer sus limitaciones, saber cuándo se están implicando demasiado en algún caso de sus pacientes, establecer en qué momentos pueden ayudarlos y en cuáles no, tomar las mejores decisiones de acuerdo a sus necesidades emocionales, mentales y físicas.

De las opiniones de los entrevistados se obtiene: *E1: Nos brinda un mejor autocuidado ya que podemos tener tanto la mirada de otro profesional para nuestros casos y para el proceso personal. E2: ... ayudar a otros y establecer mi propio cuidado, en qué momentos ayudar y en cuáles no. E3: Cuidarnos de nosotros mismos, tomar las mejores decisiones sobre nuestras propias necesidades tanto emocionales, mentales, físicas, mejorar nuestra calidad de vida,*

desarrollarnos. E5: A mí me ha servido para darme cuenta cuando me estuve implicando con un caso, también para ser una adulta funcional. E9: ..., es parte de esas estrategias en nuestra formación y cuando ejercemos la profesión. E10: Necesitamos esa estabilidad emocional desde el autocuidado y desde ahí ayudar al resto de personas. E11: es importante porque yo no puedo tener estrategias o herramientas de autocuidado adecuadas si no me conozco a mí mismo primero.

Dentro de la categoría del autocuidado se encontraron subcategorías emergentes relacionadas con el desarrollo de su autoestima, de personalidad y conocimiento de sí mismos, lo cual implica enfrentar aspectos de sus vidas que todavía resultan difíciles de afrontarlos de manera unipersonal, en este aspecto la psicoterapia les brindará recursos y herramientas que les permita tener un autocuidado adecuado. Del mismo modo, los participantes consideran que recibir terapia psicológica contribuye a su autocuidado al tener la atención de un profesional que escuche por lo que están pasando y tener una orientación de su parte, les ha ayudado a mejorar su calidad de vida, su bienestar psicológico y emocional. Información expresada a través de las posturas de los siguientes participantes:

E2: Me ha ayudado para saber qué límites tengo. E4: Me parece importante que vayamos mejorando como personas, que vayamos desarrollándonos como personas. E5: ...me ha servido para ser una adulta funcional. E6: te va a ayudar mucho a mejorar tu calidad de vida, tu bienestar psicológico, tu bienestar emocional. E7: Te hace consciente del autocuidado, te introduce al hecho de buscar tu bienestar y ser consciente de las necesidades que tú tienes. E8: Ayuda a conocerme más y de esta forma llegar a tener autocuidado, a estar bien conmigo misma, alcanzar bienestar psicológico. E9: Es una forma de autocuidado, porque son prácticas, conductas, comportamientos en pro del bienestar emocional, físico y emocional. E12: he aprendido a exteriorizar..., eso me da paz y es parte del autocuidado.

Analizando dichas respuestas, para los entrevistados la psicoterapia les ha ayudado a ser conscientes de cuáles son sus necesidades, aquello que su cuerpo y mente necesitan y en función de ello darse un espacio para solventarlas. Información que es apoyada por Franco y Duque (2015), quienes ven el autocuidado como “la capacidad que debe desarrollar cada individuo, durante su proceso vital, en aras de promover, proteger y mantener la vida y la salud

para lograr una buena calidad de vida, en el cumplimiento de un proyecto de desarrollo humano armónico” (p. 38).

Finalmente, al realizar el análisis correspondiente a la categoría de cómo la terapia psicológica aporta a la construcción del perfil del profesional, se logró identificar que la totalidad de participantes consideran que la terapia psicológica aporta significativamente en la formación del perfil del profesional o futuro psicólogo, apoyando de manera directa al estilo y rol del terapeuta a través de las técnicas vivenciadas o recibidas de los profesionales que los atienden, generando en los participantes, habilidades como: escucha activa, valores, ética, orientación a estilo propio. Información encontrada en las siguientes respuestas:

E1: Las habilidades que yo he recibido... han sido varias, conocer nuevas técnicas que el terapeuta realiza, entonces he podido aplicar estas técnicas con los consultantes. E2: Contribuye para aportar a tu paciente, saber qué áreas si puedes trabajar con tus pacientes y qué áreas quizás no puedes. Me ha ayudado a ser más empática, a no criticar, a no ser prejuiciosa y no mezclar mi historia personal con la de mis pacientes. E3: uno aprende más de lo que ve que de lo que estudiamos. Yo lo tomé como una enseñanza para mi formación y que puedo llevarlo a terapia ya cuando seamos profesionales, tenemos algunas técnicas. E4: Abarca aspectos cognitivos, conductuales, comportamentales, incluso a nivel emocional, esto nos puede ayudar a partir de ahí porque ya sé cómo manejarlo. E5: Ves lo que tú deberías realizar, te vas formando cómo te gustaría ser y vas a tener ideas de qué es lo que no quieres hacer cuando hagas psicoterapia. E6: aprendes a manejar tus emociones, a tener habilidades, a formarte. E7: Puede ayudar a saber qué enfoque seguir, a sensibilizarte a lo ético. E8: ayuda a adoptar ciertos valores que nos transmiten. E9: aporta directamente a la formación del perfil del profesional porque nunca se puede llevar a una persona donde nunca se ha ido uno. E10: Va sumando a la vida como profesionales. E11: permite entender por lo que está pasando su paciente y de acuerdo a esto se plantean estrategias de intervención. E12: Me ha enseñado formas de acercarme, de escucha activa y de incentivar la participación.

Por lo expuesto, se puede resaltar que los aportes percibidos han sido: adquisición de habilidades recibidas en psicoterapia como el aprendizaje de técnicas que el terapeuta realiza que les servirá para aplicarlas con sus propios pacientes, les ha ayudado a desarrollar la escucha activa, a ser más empáticos, a no criticar, dejar de lado los prejuicios, a ser más objetivos, a no

mezclar su historia personal con la de sus pacientes, a manejar sus emociones, conocer sus límites, a tener una visión más clara de sí mismos.

Por otra parte, la psicoterapia ha aportado a su perfil profesional de una manera práctica, pues al vivenciar un proceso psicoterapéutico les permite aprender de lo que observan, lo describen como un espejo en el que pueden ver lo que deberían realizar en algún momento o cómo les gustaría ser cuando realicen psicoterapia con sus pacientes, pues trabajar en terapia sus propios problemas, que los reconozcan, los resuelvan, les ayudará a no cometer iatrogenia con sus pacientes. Así también, la psicoterapia les ha permitido conocer qué enfoque quieren seguir al ejercer su profesión, formarse como profesionales éticos, desarrollar su propia identidad como terapeuta que les diferencie del resto de profesionales y aprender desde su propia experiencia. Esta información es compartida por Garzón y Vásquez (2019), quienes mencionan que la “introspección y reconocimiento del terapeuta... contribuye a una mejor comprensión del ejercicio profesional” (p. 8) y por Beck (2015) quien invita al psicoterapeuta en formación a su adquisición de habilidades y destrezas, mediante la vivencia de su proceso personal.

CONCLUSIONES

Fundamentados en los objetivos que fueron planteados en este trabajo de investigación y plasmados en los resultados generales, los estudiantes de las carreras de Psicología clínica, educativa y social de la Facultad de Psicología de la Universidad de Cuenca, consideran que el recibir psicoterapia durante la formación del psicólogo es muy importante, necesaria y que debería ser un requisito de aprobación contemplado en la malla curricular.

En cuanto a la percepción de recibir terapia psicológica en el mantenimiento de la salud mental, se pudo encontrar que los estudiantes de psicología perciben la necesidad de atravesar un proceso de psicoterapia propio que permita obtener salud mental y equilibrar las distintas dimensiones de la vida personal, debido a múltiples causales expuestas en la discusión.

En relación a las percepciones de los estudiantes sobre cómo contribuye la terapia psicológica en el autocuidado del futuro psicólogo, se concluye que recibir terapia psicológica es una forma de autocuidado, pues permite al educando tomar las mejores decisiones de acuerdo a sus necesidades emocionales, mentales y físicas, y ha contribuido en el desarrollo de recursos personales.

Con respecto a las percepciones de los estudiantes sobre cómo la terapia psicológica aporta a la construcción del perfil del profesional, se encontró que la terapia psicológica aporta significativamente en el desarrollo de habilidades profesionales como el aprendizaje de técnicas que el terapeuta realiza, la escucha activa, mayor empatía, objetividad, dejar de lado los prejuicios, conocer sus límites, a tener una visión más clara de sí mismos, pues al vivenciar un proceso psicoterapéutico les permite aprender de lo que observan.

RECOMENDACIONES

Luego del proceso investigativo de la percepción de estudiantes de la Facultad de Psicología en la Universidad de Cuenca respecto a recibir terapia psicológica durante la formación académica, y en base a la información obtenida se encontró que una de las limitaciones de la investigación fue que el tema abordado ha sido escasamente investigado a nivel nacional, local e institucional en estudiantes de psicología a lo largo de su proceso de formación. Por tanto, se recomienda que este estudio pueda ser considerado como un punto de partida para fortalecer futuros trabajos de investigación, sobre la importancia de la psicoterapia durante la formación del futuro profesional.

Otra limitación encontrada fue que los resultados obtenidos en la presente investigación no son estadísticamente representativos, lo cual no hace posible su generalización. Sin embargo, la información obtenida de los doce participantes aportó con datos relevantes para este estudio. Por tal motivo, se recomienda realizar investigaciones sobre esta temática desde un enfoque cuantitativo, de manera que permita englobar a una mayor población.

Por otro lado, se podría recomendar que el proceso de terapia individual sea considerado como un requisito de aprobación y contemplado en la malla curricular, ya que no solo permite el mantenimiento de la salud mental sino la construcción del perfil profesional a través de la vivencia propia de un proceso psicoterapéutico, aquello permitirá generar espacios de concientización sobre la importancia de realizar un proceso psicoterapéutico propio y contribuirá a desarrollar procesos de sensibilización a estudiantes y docentes en las que se dé el valor de la terapia no solamente durante el proceso de formación, sino también como parte del desarrollo profesional, encaminado a fortalecer el conocimiento que se ha adquirido durante la etapa de pregrado.

Finalmente, se alienta a reflexionar los resultados de la presente investigación realizados con los estudiantes de la facultad de psicología, para iniciar la orientación y el fortalecimiento del proceso de terapia psicológica como una necesidad no solo profesional sino social que permita educar tanto al área académica como a la sociedad en general a través de proyectos de vinculación.

Referencias Citadas

- Acuña, E. (2017). La psicoterapia: un momento oportuno para los psicólogos clínicos. *Psicología desde el caribe*, 34(3), 230-241. <https://doi.org/10.14482/psdc.34.3.11143>
- Álvarez, D., Charvet J., M., Espinosa F., J. y Heredia V., D. (2021). Formación del psicólogo: Perspectivas en el contexto ecuatoriano. *Desarrollo y transformación social*, 3(1), 1-11. <https://repositorio.uisek.edu.ec/bitstream/123456789/4187/1/%C3%81lvarez%20Guti%C3%A9rrez%20Diana%20Marcela.pdf>
- American Psychological Association. (2017). Ethical Principles of Psychologists and Code of Conduct. *American Psychologist*, 57 (12), 1-20.
- Barraca, J. (2009). Habilidades Clínicas en la Terapia Conductual Tercera Generación. *Clínica y Salud*, 20(2), 109-117. <https://scielo.isciii.es/pdf/clinsa/v20n2/v20n2a01.pdf>
- Beck, J. (2015). *Terapia cognitiva: Conceptos básicos y profundización*. GEDISA.
- Defries, Z. (1983). Crisis and Special Problems in Psychoanalysis and Psychotherapy: Leopold Bellak, M.D. with Peri Faithorn, Brunner/Mazel, New York, 1981, 249 pp. *Journal of the American Academy of Psychoanalysis* 11(2), 317-319. <https://pep-web.org/browse/document/JAA.011.0317A>
- Díaz, L., Torruco, U., Martínez, M., y Varela, M. (2013). La entrevista, recurso flexible y dinámico. *Investigación en educación médica*, 2(7), 162-167. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2007-50572013000300009&script=sci_arttext
- Edwards J. (2018). Counseling and Psychology Student Experiences of Personal Therapy: A Critical Interpretive Synthesis. *Frontiers in psychology* 9, 1732. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01732>

- Escobar, M., y Pico, M. (2013). Autocuidado de la salud en jóvenes universitarios, Manizales, 2010-2011. *Revista Facultad Nacional de Salud Pública*, 31(2),178-186. <https://www.redalyc.org/pdf/120/12028113003.pdf>
- Franco, Z., y Duque, J. (2015). La bioética y el autocuidado de la salud: imperativos para la formación integral en la Universidad. *Acta Bioethica*, 21(1),37-44. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=55439315005>
- Freud, S. (1996). *Presentación autobiográfica; Inhibición, síntoma y angustia; ¿Pueden los legos ejercer el análisis? Y otras obras: (1925-26)*. Amarrortu Editores. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=318031>
- Garzón, E. y Vásquez, J. (2019). Proceso psicoterapéutico personal en el ejercicio profesional del psicólogo. *Desarrollo y transformación social*, 1-10. <http://localhost:8080/xmlui/handle/123456789/3503>
- González, K., Gaspar, P., Luengo S., y Amigo, Y. (2014). Salud mental en estudiantes de la carrera de psicología, implicancias para la formación en autocuidado de los psicólogos en formación. *Integración Académica en Psicología* 2(6). <https://www.integracion-academica.org/attachments/article/70/Salud%20mental%20en%20estudiantes%20de%20la%20carrera%20de%20Psicolog%C3%ADa.pdf>
- Guy, J. (1995). *La vida personal de psicoterapeuta*. Paidós
- Guzmán, M. G. (2021). *Análisis académico respecto a la inteligencia emocional en la formación del psicólogo en la Universidad de Cuenca en el período 2019-2020*. (Tesis de pregrado Universidad de Cuenca). <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/36421>
- Harrsch, C. (2005). *La identidad del psicólogo*. Pearson Educación.
- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, R. (2014). *Metodología de la investigación*. 6ta ed. McGraw Hill education.

- Holguín, Arroyave, Ramírez, Echeverry, y Rodríguez. (2020). El autocuidado como un componente de la salud mental del psicólogo desde una perspectiva biopsicosocial. *Poiésis*, (39), pp. 149-167. DOI: <https://doi.org/10.21501/16920945.3760>.
file:///C:/Users/USUARIO/Downloads/journalsauthors,+El+autocuidado+como+un+c
omponente.pdf
- Holzman, A., Searight, R. y Hughes, M. (1996). Estudiantes graduados en psicología clínica y psicoterapia personal: resultados de una encuesta exploratoria. *Psicología profesional: investigación y práctica*, 27 (1), 98–101. <https://doi.org/10.1037/0735-7028.27.1.98>
- Kohut, H. (1999). *Kohut, Heinz (1999). La Restauración Del Sí-Mismo*. Paidós.
https://kupdf.net/download/kohut-heinz-1999-la-restauraci-oacute-n-del-s-iacute-mismo-ed-paid-oacute-s_58e690b3dc0d600e1bda980c_pdf
- López, L. (2010). La otra cara de la terapia: la vida personal del psicoterapeuta. *Revista Electrónica de Psicología Social POIÉSIS* 1(19), 2-9.
<https://www.funlam.edu.co/revistas/index.php/poiesis/article/view/105/79>
- Macaskill, N. & Macaskill, A. (1992). Psychotherapists-In- Training Evaluate Their Personal Therapy: Results of a UK Survey. *British Journal of Psychotherapy*, 9 (2), 133-138.
<https://doi.org/10.1111/j.1752-0118.1992.tb01211.x>
- Mansilha C., y Tiellet, M. (2005). Psicología clínica, psicoterapia e o estudante de psicologia. *Paidéia*, 15(32),339-343. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=305423748003>
- Matliwala, K. (2017). The Effect of Phychological Couseling on Mental Health. *Journal of Psychology & Clinical Psychiatry* 7(3): 00436. DOI: 10.15406/jpcpy.2017.07.00436
- McMahon, A. (2018). Irish clinical and counselling psychologists' experiences and views of mandatory personal therapy during training: a polarisation of ethical concerns. *Clin. Psychol. Psychother* 25(3), 415–426. doi: 10.1002/cpp.2176

- Oberst, U., y Lizeretti, N. (2004). Inteligencia emocional en psicología clínica y en psicoterapia. *Revista de Psicoterapia*, 15(60), 5-22. <https://doi.org/10.33898/rdp.v15i60.740>
- Organización Mundial de la Salud. (2018). Salud Mental: fortalecer nuestra respuesta. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- Organización Mundial de la Salud. (2018). Salud mental. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response#:~:text=La%20salud%20mental%20es%20un%20estado%20de%20bienestar%20en%20el,de%20contribuir%20a%20su%20comunidad.>
- Pazmiño, G., Vásquez, J., y Garzón, É. (2020). Sobre la obligatoriedad del proceso psicoterapéutico personal del psicólogo en el Ecuador. *Colloquia Revista de Pensamiento y Cultura* 7(1), 85-96. <https://colloquia.uhemisferios.edu.ec/index.php/colloquia/article/view/87/80>
- Quecedo, R., y Castaño, C. (2002). Introducción a la metodología de investigación cualitativa. *Revista de Psicodidáctica*, (14),5-39. <https://www.redalyc.org/pdf/175/17501402.pdf>
- Rey, M. C. (2016). La psicoterapia personal del psicoterapeuta: Un pilar de la identidad profesional. *Revista de psicoterapia psicoanalítica*, 9(3), 31-40. <http://www.bivipsi.org/wp-content/uploads/REY.pdf>
- Rogers, C. R. (2000). *El proceso de convertirse en persona: Mi técnica terapéutica*. Paidós Ibérica. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=220095>
- Seid, G. (2016). Procedimientos para el análisis cualitativo de entrevistas. Una propuesta didáctica. *FCPYS-UNCUYO* 1, 1-24. ISSN 2408-3976. <http://elmece.fahce.unlp.edu.ar/v-elmece/actas-2016/Seid.pdf>
- Taylor, S., y Bodgan, R. (1987). *Introducción a los métodos cualitativos de la investigación*. Paidós.

ANEXOS

Anexo 1

CRONOGRAMA DE TRABAJO POR OBJETIVOS

Meses	3				4				5				6			
	(Mayo)				(Junio)				(Julio)				(Agosto)			
Semanas	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
Objetivo general: Analizar la percepción de los estudiantes de la Facultad de Psicología en la Universidad de Cuenca sobre recibir terapia psicológica durante la formación del psicólogo.																
Objetivo 1: Describir las diferentes percepciones de los estudiantes participantes sobre cómo influye el recibir terapia psicológica en el mantenimiento de la salud mental.																
Actividad 1.1: Reajuste del cronograma con el tutor																
Actividad 1.2: Revisión bibliográfica																
Actividad 1.3:																

Desarrollo del marco teórico																		
Actividad 1.4: Revisión del marco teórico y modificaciones																		
Actividad 1.5: Organización del trabajo de campo (coordinar fecha para aplicación de consentimiento y entrevistas)																		
Actividad 1.6: Pedir autorización y selección de los participantes																		
Objetivo 2: Describir las percepciones de los estudiantes sobre como contribuye la terapia psicológica en el autocuidado del futuro psicólogo																		
Actividad 2.1: Efectuar la aplicación del consentimiento y entrevista semiestructurada																		
Actividad 2.2: Transcripción de las entrevistas																		
Actividad 2.3: Elaboración y presentación de la base de datos con toda la información de las entrevistas																		
Actividad 2.4:																		

Anexo 2

Guía de entrevista semiestructurada

Esta entrevista tiene como objetivo analizar la percepción de los estudiantes de la Facultad de Psicología en la Universidad de Cuenca respecto a recibir terapia psicológica durante la formación del psicólogo. La información brindada por el entrevistado será empleada con fines académicos, y se garantiza respetar la identidad del sujeto mediante el anonimato.

Fecha:

Hora:

Lugar:

Entrevistador:

[Código]

Sexo del entrevistado:

Preguntas

¿Ha asistido a psicoterapia personal durante su proceso de formación como psicólogo? ¿Cómo ha sido su experiencia?

¿Cuál es su percepción sobre realizar terapia psicológica durante el proceso de formación como psicólogo?

¿Cómo percibe usted que influye la terapia psicológica en la salud mental?

¿Cómo considera usted que contribuye la terapia psicológica durante la formación del psicólogo al autocuidado?

¿Cómo considera usted que la terapia psicológica aporta a la construcción del perfil del profesional?

Anexo 3

FORMULARIO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Título de la investigación: Percepción de estudiantes de la Facultad de Psicología en la Universidad de Cuenca respecto a recibir terapia psicológica durante la formación académica, período 2022

Datos del equipo de investigación:

	Nombres completos	# de cédula	Institución a la que pertenece
Investigador Principal	Maritza Nataly Abad Amón	0106147622	Universidad de Cuenca
Investigador	Johanna Elizabeth Morales González	0104188180	Universidad de Cuenca

¿De qué se trata este documento?
Usted está invitado(a) a participar en este estudio denominado “Percepción de estudiantes de la Facultad de Psicología en la Universidad de Cuenca respecto a recibir terapia psicológica durante la formación académica, período 2022” que se ejecutará en el presente año con la participación de 12 estudiantes de décimo ciclo de la Facultad de Psicología. En este documento llamado Consentimiento Informado se explica las razones por las que se realiza el estudio, cuál será su participación y si acepta la invitación. También se explican los posibles riesgos, beneficios y sus derechos en caso de que usted decida participar. Después de revisar la información en este Consentimiento y aclarar todas sus dudas, tendrá el conocimiento para tomar una decisión sobre su participación o no en este estudio. No tenga prisa para decidir. Si es necesario, lleve a la casa y lea este documento con sus familiares u otras personas que son de su confianza.
Introducción
Este estudio se llevará a cabo, para conocer la percepción de los estudiantes acerca de recibir terapia psicológica durante la formación del profesional en psicología, pues el incluir a la terapia psicológica dentro de la formación académica resulta relevante para el desarrollo personal y profesional, dado que ayuda a un buen ajuste psicológico general, una amplia experiencia vital, ya que facilitará la comprensión de las vivencias y sentimientos de los pacientes; y una mayor estabilidad personal que aumentará la capacidad del futuro psicoterapeuta para ayudar a sus pacientes. De igual manera, contribuirá en la adquisición de habilidades socioemocionales que les permitirá conocerse, comprenderse emocionalmente y también al otro. Por esta razón, en la investigación a desarrollarse resulta significativo describir la percepción de los estudiantes de décimo ciclo de la Facultad de Psicología en la Universidad de Cuenca sobre el recibir terapia psicológica durante la formación académica, y cómo influye ésta en el mantenimiento de la salud mental, autocuidado y en la construcción del perfil del terapeuta.
Objetivo del estudio
Analizar la percepción de los estudiantes de la Facultad de Psicología en la Universidad de Cuenca sobre recibir terapia psicológica durante la formación del psicólogo.
Descripción de los procedimientos
Se escogerán 12 estudiantes de décimo ciclo de la Facultad de Psicología en la Universidad de Cuenca, posteriormente se planificará la fecha de la entrevista con cada uno de los participantes y, una vez acordada, se llevará a cabo la entrevista semiestructurada a través de la plataforma Zoom grabada con una duración aproximada de 40 minutos. Tras la culminación de cada entrevista, se procederá a la transcripción de la información obtenida para analizarla, por tanto, se tomará en cuenta los principios del análisis temático. Posteriormente, se redactarán los resultados con base en la información relevante que será introducida en una plantilla en el programa Word.
Riesgos y beneficios
Para mantener los posibles riesgos en un nivel mínimo y evitar herir susceptibilidades o generar falsas expectativas, se tomará en cuenta la participación voluntaria y anónima, es decir no se revelarán datos personales ni información del participante en la investigación. En cuanto a los beneficios del estudio es que los resultados

aportarán conocimientos e información nueva, dado que el tema planteado para la investigación está orientado a explorar y describir las diferentes percepciones de los estudiantes. Por tanto, los beneficiarios de esta investigación serán los estudiantes de la Facultad de Psicología en la Universidad de Cuenca que formen parte de este estudio pues se obtendrá información sobre esta temática que ha sido poco estudiada en nuestro contexto, permitiéndoles de esta manera comprender lo que conllevaba el realizar terapia psicológica durante su formación como profesionales.

Se garantizará la confidencialidad, voluntariedad y anonimato, para lo cual no se registrará los nombres o cédulas de los participantes durante las entrevistas, las grabaciones de las entrevistas serán nombradas con códigos que no permitan identificar a los participantes, como lo está expuesto en el consentimiento informado, el cual será revisado y aprobado por el Consejo Directivo de la Facultad de Psicología de la Universidad de Cuenca. La información será utilizada con fines académicos y considerando la responsabilidad social de la investigación, el acceso a esta información recabada tendrán los investigadores del estudio y futuros investigadores, esta será almacenada y protegida en las unidades de USB de los investigadores.

Otras opciones si no participa en el estudio

En el caso de no participar en la investigación, se respetará su decisión, ya que la participación es voluntaria, por lo tanto, está en la libertad de aceptar o no su colaboración en el respectivo estudio.

Derechos de los participantes *(debe leerse todos los derechos a los participantes)*

Usted tiene derecho a:

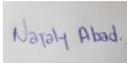
- 1) Recibir la información del estudio de forma clara;
- 2) Tener la oportunidad de aclarar todas sus dudas;
- 3) Tener el tiempo que sea necesario para decidir si quiere o no participar del estudio;
- 4) Ser libre de negarse a participar en el estudio, y esto no traerá ningún problema para usted;
- 5) Ser libre para renunciar y retirarse del estudio en cualquier momento;
- 6) Recibir cuidados necesarios si hay algún daño resultante del estudio, de forma gratuita, siempre que sea necesario;
- 7) Tener acceso a los resultados de las pruebas realizadas durante el estudio, si procede;
- 8) El respeto de su anonimato (confidencialidad);
- 9) Que se respete su intimidad (privacidad);
- 10) Recibir una copia de este documento, firmado y rubricado en cada página por usted y el investigador;
- 11) Tener libertad para no responder preguntas que le molesten;
- 12) Estar libre de retirar su consentimiento para utilizar o mantener el material biológico que se haya obtenido de usted, si procede;
- 13) Contar con la asistencia necesaria para que el problema de salud o afectación de los derechos que sean detectados durante el estudio, sean manejados según normas y protocolos de atención establecidas por las instituciones correspondientes;
- 14) Usted no recibirá ningún pago ni tendrá que pagar absolutamente nada por participar en este estudio.

Información de contacto

Si usted tiene alguna pregunta sobre el estudio por favor llame al siguiente teléfono 0979870177 que pertenece a Nataly Abad o al 0958997207 que pertenece a Johanna Morales o envíe un correo electrónico a nataly.abad@ucuenca.edu.ec o johanna.morales@ucuenca.edu.ec

Consentimiento informado

Comprendo mi participación en este estudio. Me han explicado los riesgos y beneficios de participar en un lenguaje claro y sencillo. Todas mis preguntas fueron contestadas. Me permitieron contar con tiempo suficiente para tomar la decisión de participar y me entregaron una copia de este formulario de consentimiento informado. Acepto voluntariamente participar en esta investigación.

		07/06/2022
Nombres completos del/a participante	Firma del/a participante	Fecha
		07/06/2022
Nombres completos del testigo (si aplica)	Firma del testigo	Fecha
Maritza Nataly Abad Amón		07/06/2022
Nombres completos del/a investigador/a	Firma del/a investigador/a	Fecha
Johanna Elizabeth Morales González		07/06/2022
Nombres completos del/a investigador/a	Firma del/a investigador/a	Fecha

Si usted tiene preguntas sobre este formulario puede contactar al Dr. Vicente Solano P., Presidente del Comité de Bioética de la Universidad de Cuenca, al siguiente correo electrónico:
vicente.solano@ucuenca.edu.ec

Anexo 4

Esquema de categorización en ATLAS. ti

