

Promoción y prevención del bienestar psicológico por medios
virtuales: una aproximación a las representaciones sociales
desde los relatos de practicantes de la Fundación Universitaria
del Área Andina

Laura Gabriela Blanco Parra

Laura Yolima Buitrago Quiroga

Fundación Universitaria del Área Andina

Facultad de Ciencias Sociales y Humanas

Programa de Psicología

Bogotá, DC.

2021

TABLA DE CONTENIDO

PORTADA	1
RESUMEN	6
PALABRAS CLAVE	6
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	7
JUSTIFICACIÓN	11
VIABILIDAD DE LA INVESTIGACIÓN	12
Formulación de la pregunta-problema	12
Objetivos	13
MARCO CONTEXTUAL	14
ANTECEDENTES	16
MARCO TEÓRICO	19
Modalidad virtual	22
Encuentro sincrónico/remoto	23
Trabajo remoto	24
Prevención del bienestar psicológico	30
Promoción del bienestar psicológico	32
METODOLOGÍA	40
Tipo de estudio	40
Teoría fundamentada	41
CONSIDERACIONES ÉTICAS	47
RESULTADOS	48
Análisis de resultados	48
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	66
DISCUSIONES	69
REFERENCIAS	73
ANEXOS	81

LISTA DE TABLAS

Tabla 1. Ordenamiento legal del trabajo remoto	25
Tabla 2. Técnica de recolección de información	42
Tabla 3. Instrumentos de análisis de datos	43
Tabla 4. Técnica de construcción de información para cada objetivo específico y justificación	45
Tabla 5. Descripción de actividades.	46
Tabla 6. Tabla de coocurrencias	64

LISTA DE FIGURAS

Figura 1. Atlas.Ti categorías bienestar psicológico, mediación tecnológica y las redes asociadas	55
--	----

LISTA DE ABREVIATURAS

PRISMA	Programa Integral de Salud Mental Areandino
OMS	Organización Mundial de la Salud
CEPAL	Comisión económica para América Latina y el Caribe
DANE	Departamento Administrativo Nacional
TIC	Tecnologías de las Información y la Comunicación

RESUMEN

La presente investigación busca hacer una comprensión sobre las representaciones sociales de los practicantes de la Fundación Universitaria del Área Andina, con base en los relatos apoyados en la experiencia en torno a la prevención y promoción del bienestar psicológico a través de canales digitales, teniendo en cuenta categorías como representaciones sociales, mediación tecnológica, y bienestar psicológico, mediante la técnica de recolección de datos como entrevistas semiestructuradas.

Para terminar, se realiza un análisis de resultados a partir de la codificación abierta y codificación axial apoyadas en el programa Atlas.ti, posteriormente se desarrollan las discusiones a partir de la teoría, el estado de la cuestión y el análisis de las mismas Finalmente se propone una serie de recomendaciones para los docentes, practicantes y directivos en torno al abordaje de los procesos que realizan con los practicantes que permitan potencializar el manejo del bienestar psicológico desde medios virtuales.

Palabras Claves

Psicología, representaciones sociales, bienestar psicológico, mediación tecnológica, promoción y prevención de bienestar psicológico, practicantes psicología.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El interés que genera esta investigación surgió a partir del ejercicio de la práctica profesional en el área de psicología en el programa PRISMA de la Fundación Universitaria del Área Andina y su implementación mediante los mecanismos tecnológicos actuales desde la aparición del SARS-CoV-2 específicamente el virus Covid-19.

Este apartado se encuentra estructurado en diversos aspectos, en la primera parte se trata la definición del virus Covid-19, sus consecuencias y efectos de la salud mental en los habitantes de Colombia. En la segunda se expone, la contextualización del programa Prisma desarrollado como estrategia de contención mental de la situación vivida por el CoV-2 por parte de la Fundación Universitaria del Área Andina. Para finalizar, el interés de la comprensión de las representaciones sociales del programa en relación a la mediación tecnológica.

Dicho virus es definido por la Organización Mundial de la Salud (OMS) (2020) como una enfermedad infecciosa, se puede desarrollar tanto en animales como en humanos, ocasionan malestares respiratorios y pueden variar desde un resfriado común hasta una patología más grave como el síndrome respiratorio agudo severo (SRAS). Este virus se transmite de una persona a otra en los fluidos que se dispersan cuando la persona infectada tose, estornuda o habla. También se propaga por tocar una superficie con el virus y luego llevarse las manos a la boca, la nariz o los ojos.

Después de la primera aparición del Covid-19 el 31 de diciembre del 2019 en Wuhan (China) la OMS declaró al nuevo coronavirus como una emergencia de salud pública de importancia internacional, que ha desencadenado una crisis sanitaria a nivel mundial con una alta tasa de transmisibilidad del virus y por consecuencia, un aumento

en la cantidad de personas contagiadas en cada continente del mundo; según Statista (2021), el número de personas infectadas en América es de 90.642.164, Europa: 68.691.602, Asia: 67.650.204, África: 8.370.243 y Oceanía: 257.003.

Debido a las cifras dadas anteriormente en países europeos como España e Italia y en países latinoamericanos como Brasil, Argentina y Colombia aumentaron los retos en la salud pública lo cual conlleva a las instituciones la búsqueda de alternativas para garantizar el acceso a la atención prioritaria frente al Covid-19,

Este virus no solo afectó el área de la salud en general, sino que trascendió en diferentes áreas de la vida cotidiana tanto en aspectos económicos, como sociales; el desempleo, la reducción de salarios y los despidos masivos aumentaron significativamente lo cual impacta en la población más vulnerable como mujeres, adultos mayores y jóvenes desempleados en países latinoamericanos como Colombia, Brasil, Argentina y Venezuela según cifras de la Comisión Económica Para América Latina y el Caribe CEPAL (2020).

Con el fin de disminuir los contagios, en Colombia el gobierno dictaminó el Decreto 457 del 2020 por medio del cual se impartió el aislamiento preventivo obligatorio, sin embargo, durante este periodo se registraron alteraciones en la salud mental de los habitantes del país. Esto llevó al Departamento Administrativo Nacional de Estadística (DANE, 2020) a realizar una encuesta sobre el bienestar subjetivo en 23 ciudades de Colombia. Los resultados demostraron que en medio de la situación coyuntural al interior de los domicilios del país, se producen alteraciones en las condiciones de normalidad que venían asumiendo los hogares Colombianos, donde hubo un cambio sustancial en las actividades laborales (el salario se vio reducido, o fueron despedidos) debido que inició el desarrollo de ésta, mediante la modalidad remota.

Aspecto que no fue indiferente para el ámbito educativo donde se presenta la misma situación. Claramente generó un reto para el sistema de salud, el cual se expone a partir de las siguientes cifras.

El DANE encontró que el 30.5% de las personas consideraron *sentir preocupación y tener un estado de salud regular*, 47.0% de las personas manifestaron que la situación económica de sus hogares es *mucho peor* desde la pandemia y reportaron sentir *alto nivel de nerviosismo*, 20.9% ha presentado *sentimientos de tristeza* y 11.2% ha sentido *irritabilidad dentro de sus labores cotidianas*.

Asimismo, el gobierno nacional de la mano del Ministerio de Salud (Ministerio de Salud, 2020), permitió el acceso a la línea telefónica 192, donde se puede encontrar asesoría, consejería e información acerca de las afectaciones en salud mental relacionadas con la propagación del Covid-19 y el aislamiento preventivo. Como consecuencia de esta coyuntura, la atención psicológica incrementó un 41%, las remisiones al sector de la salud 12%, los acompañamientos psicológicos 11% y el acceso a la información sobre el Covid-19 aumentó 8%.

Dado a lo anterior, las consecuencias de mayor impacto que se evidencian a nivel social son: sentimientos de incertidumbre, preocupación, aumento de los sentimientos de desesperanza, ansiedad, estrés, entre otros. Por este motivo, fruto de la pandemia y del amplio periodo de confinamiento de la sociedad colombiana que duró aproximadamente un año y los efectos sobre la salud mental de la población La Fundación Universitaria del Área Andina prioriza el cuidado de la salud mental de sus estudiantes, administrativos, docentes y comunidad en general, a través del Programa Integral de Salud Mental Areandino (PRISMA).

Este programa se encuentra dirigido por la planta docente, estudiantes y

practicantes que se involucran en torno a diferentes perspectivas de abordaje profesional de la salud mental desde líneas de énfasis de la carrera de psicología (clínica, educativa, social y organizacional). Las herramientas para su implementación son: salas de escucha, capacitaciones y talleres a los colaboradores y estudiantes; se ofrece atención a las demandas de la población desde distintos campos multidisciplinarios mientras se propende por el fortalecimiento de la salud mental para el beneficio de la población.

De acuerdo con lo anterior, es de vital importancia la comprensión de los saberes propios de la comunidad estudiantil que realiza sus prácticas profesionales de Psicología dentro del Programa PRISMA, lo cual constituye en una de las tareas esenciales para la comprensión de las representaciones sociales como marco de lectura de la realidad en mediaciones tecnológicas.

JUSTIFICACIÓN

El interés amplio de esta investigación es proporcionar información pertenecientes al programa PRISMA, con respecto al bienestar psicológico a través de la mediación tecnológica; haciendo hincapié en el trabajo realizado por los estudiantes desde el inicio de la pandemia en sus prácticas profesionales, debido a que previo al acontecimiento pandémico, dichos procesos eran reducidos en relación a los llevados a cabo de forma presencial.

Es importante destacar que la relevancia social en esta investigación permite profundizar en los componentes que influyen en cómo conciben la realidad los estudiantes frente a la nueva cotidianidad cuando ejercen sus funciones como practicantes desde el enfoque organizacional, así como ahondar en la relación que se establece entre la mediación tecnológica y el bienestar psicológico desde las construcciones sociales anidadas en la experiencia de los estudiantes del área organizacional durante la pandemia.

En otra instancia, la investigación puede socializar datos relevantes que ayuden a fortalecer los procesos de promoción y prevención de la salud mental desde la mediación tecnológica y dar valor agregado a la forma de trabajo con la población que requiere los servicios que prestan los practicantes de psicología organizacional dentro del programa PRISMA, como también puede ser útil en otros escenarios educativos que requieran implementar o consolidar sus procesos para el mejoramiento de la salud mental de estudiantes y docentes.

Por último, cabe resaltar que por causa de la coyuntura social vivida durante el confinamiento, el presente estudio se muestra como un campo fértil de investigación, debido al impacto social del fenómeno pandémico tuvo relevancia en el área laboral y

educativa.

VIABILIDAD DE LA INVESTIGACIÓN

Se resalta la posibilidad con la que cuenta esta investigación para llevarse a cabo, debido a que evidencia condiciones como: accesibilidad al contexto y a la población con la que se pretende trabajar, lo cual asegura el cumplimiento de sus metas y objetivos; también presenta los recursos necesarios para diseñar y aplicar las entrevistas semiestructuradas y realizar el grupo focal a los practicantes de psicología organizacional de la Fundación Universitaria del Área Andina que pertenecen al programa PRISMA.

FORMULACIÓN DE LA PREGUNTA-PROBLEMA

Teniendo en cuenta lo hasta aquí planteado, es válida la formulación de la siguiente pregunta que orientará la investigación:

¿Cuáles son las representaciones sociales acerca de la promoción y prevención del bienestar psicológico desde la mediación tecnológica que tienen los practicantes del programa PRISMA de la Fundación Universitaria del Área Andina?

OBJETIVOS

Objetivo General

Comprender las representaciones sociales sobre la promoción y prevención del bienestar psicológico desde la mediación tecnológica que tienen los practicantes de psicología organizacional del programa PRISMA de la Fundación Universitaria del Área Andina.

Objetivos específicos

- 1) Conocer los significados acerca del bienestar psicológico y la mediación tecnológica que poseen los estudiantes del programa PRISMA.
- 2) Analizar los significados que tienen los practicantes de psicología del programa PRISMA respecto al bienestar psicológico y la mediación tecnológica con base en su experiencia.
- 3) Describir las metodologías del programa PRISMA para la promoción y la prevención del bienestar psicológico utilizados por los practicantes de psicología.

MARCO CONTEXTUAL

La institución educativa donde se desarrolla el proyecto de investigación según la página oficial de la Fundación Universitaria del Área Andina “tiene 34 años de trayectoria académica, busca excelencia, perseverancia y mejoramiento de la calidad de vida de sus estudiantes, desarrollando competencias educativas y humanas”

Se fundó en 1983 en la ciudad de Bogotá (Cundinamarca) por Pablo Oliveros Marmolejo y Gustavo Eastman Vélez, comenzó sus labores académicas como Institución Tecnológica en la ciudad de Bogotá, en 1994 el Ministerio de Educación Nacional reconoce su carácter universitario; en el 2012 la institución buscó aliados estratégicos como la Red ilumno, conformada por dieciséis instituciones de educación superior en diez países de Latinoamérica, con una comunidad de 270 mil alumnos, 12 mil docentes, colaboradores y líderes administrativos, con el fin de generar una importante transformación social institucional. Así mismo a partir de la alianza, se ha convertido en un modelo exitoso en la gestión de permanencia estudiantil, con el fin de reducir al máximo la deserción de los alumnos.

En el 2015 la Fundación Universitaria del Área Andina realiza una transformación en la imagen de la marca, bajo 4 valores institucionales: liderazgo, responsabilidad, calidez y excelencia. En el año 2016 la institución presentó ante el CNA¹ el documento de condiciones iniciales para la Acreditación Institucional Multicampus. Actualmente la Fundación Universitaria del Área Andina está integrada por 7 facultades que tienen 85 programas académicos en programas técnicos, programas tecnológicos, especializaciones, maestrías, pregrados y posgrados que se proporcionan de forma presencial, virtual y a distancia que comprenden carreras profesionales.

Dentro de esos 85 programas académicos se encuentra el título profesional de psicología en el cual asume “la responsabilidad de formar profesionales que, a partir del análisis crítico de la realidad, desarrollen procesos de psicoterapia e interactúen con profesionales de otras disciplinas en proyectos de fortalecimiento del potencial humano, que impulsen el crecimiento individual y el desarrollo social de las comunidades”

En el año 2020 se crea el programa PRISMA a partir de la aparición del COVID-19, donde según Areandina (2020) “el objetivo principal de esta iniciativa es prevenir y mitigar el impacto de los problemas relacionados con la salud mental que pueden surgir por la contingencia a causa de la pandemia, en los contextos de la comunidad Areandina, así como de las organizaciones sociales priorizadas.”

Este espacio se enfoca en tres funciones y líneas según Areandina (2020) que son; a) la creación de salas de escucha para dialogar y compartir experiencias vividas en el tiempo de cuarentena o confinamiento. b) Psicoeducación, que se realiza durante y después de la cuarentena, se genera una zona de aprendizaje, encaminada al cuidado de la salud mental y física. c) Brindar orientación psicológica a los individuos que requieren atención personalizada, donde podrán contar con profesionales que les darán el apoyo según la necesidad. Por otro lado, también se brinda apoyo a las familias de los miembros vinculados a Areandina, en el que pueden obtener beneficios del programa.

El programa PRISMA es liderado por docentes que pertenecen a la institución, donde los estudiantes de psicología pueden ejercer sus prácticas en los enfoques clínico, social, jurídico, educativo y organizacional.

Específicamente, la población con la que se llevó a cabo esta fueron los estudiantes practicantes del programa de psicología pertenecientes al enfoque

organizacional, durante el año lectivo 2021.

ANTECEDENTES

En el presente apartado, se encuentran las investigaciones realizadas previamente sobre representaciones sociales relacionadas a la profesión de psicología y la salud mental. Estos trabajos son fuentes primordiales para esta investigación, debido a que sus resultados sustentan la validación de las teorías existentes sobre las representaciones sociales.

En primera instancia se encuentra la investigación realizada por Chmil, Gañan, Medrano, Flores, Kanter (2017) quienes indagaron sobre las representaciones sociales de la profesión del psicólogo en ingresantes a la carrera de psicología de Córdoba, Argentina, el estudio se enmarca en un estudio con diseños descriptivos transversales mediante encuestas, donde participaron 218 ingresantes universitarios de la carrera de Psicología entre los 17 y los 54 años de edad. Los autores construyeron un cuestionario con preguntas que solicitaban los datos personales y otra que decía: “¿Cuáles son las palabras o imágenes que vienen a tu mente cuando piensas en la profesión del psicólogo?”, se utilizó la aclaración “palabra o imagen”.

A partir de esto, se encontró que los participantes evocaron 942 palabras, imágenes o expresiones. Asimismo, los resultados evidenciaron semejanzas y diferencias con respecto a la representación social sobre la profesión del psicólogo, donde la palabra “ayuda” se concibe como una representación sobre la psicología vinculada al servicio y guiada a beneficiar a la sociedad. De igual forma la co-ocurrencia de las palabras se destacan por la relación con las palabras ayuda y comprensión.

Para esta investigación se utilizó como base teórica los autores Maru León

Canelón para referirse a las representaciones sociales como sistemas cognitivos que permiten identificar creencias o estereotipos. También se tomó a Denise Jodelet para hablar sobre representaciones sociales como un campo semántico, es decir, donde se expresa la representación social por medio de una estructura de palabras.

Con fundamento en lo anterior, se resalta dentro de las conclusiones la evidencia sobre la relación de una representación social de la profesión de psicología relacionada con el trabajo en salud mental, paciente y sociedad, mediante la escucha y comprensión. Esto se patentó al manifestarse en el núcleo de palabras más repetidas como escuchar, comprensión, sociedad, pacientes, tratamiento, análisis, terapia, entre otras. Adicional a esto, se resalta que la visión de los estudiantes sobre la profesión de psicología se vincula al tratamiento de la enfermedad, pero no se encontró relación del rol de la psicología en la promoción de la salud.

El segundo antecedente sustancial para esta investigación es un artículo titulado; representaciones sociales sobre la salud mental construidas por los miembros de una universidad regional en Ibagué, un abordaje metodológico mixto del año 2020, realizada por Mazorco Julio Eduardo. Como objetivo general se plantea; comprender las representaciones sociales de salud mental construidas por los miembros de una universidad, entre personas en el rol de servicios generales, docentes, administrativos y estudiantes. Teniendo en cuenta los objetivos descritos se plantean dos referentes conceptuales que son utilizados para las representaciones sociales, los cuales son Jodelet (2008) y Moscovici (1984) con el sistema triádico de la relación Sujeto-objeto.

Se realizó un diseño mixto secuencial, mediante el cual se implementó una

encuesta de asociación libre y respuesta corta, a través de la plataforma en línea Survey Monkey. Por otro lado, se realizaron grupos focales diferenciados según el rol desempeñado en la universidad (estudiantes, docentes de tiempo completo, catedráticos, administrativos). Con una muestra de 1074 personas cualitativas de tipo intencional, los participantes fueron seleccionados con tres criterios: el primero referido a la voluntariedad, el segundo a los roles diversos y el tercero relacionado con los criterios más convenientes para los objetivos de la investigación.

Por último, los resultados hacen referencia a prácticas como actividades subjetivo-colectivas que contribuyen a mejorar la salud mental, en tanto lugar físico de trabajo y espacio de vida cotidiana, del mismo modo, se presentan vivencias que afectan o desmejoran la sm, las cuales se insertan en la universidad y se asocian a relaciones y prácticas como el manejo del tiempo en los frenetismos del hacer y el no reconocimiento. Se resalta también la categoría relaciones, que contiene y representa tres subcategorías de relación: con la naturaleza, con los otros y consigo mismo.

MARCO TEÓRICO

Los referentes conceptuales que se plantean en la presente investigación se abordan de la siguiente manera, en la primera parte se realiza una contextualización del virus SARS-CoV-2 en el mundo y en Colombia, el impacto en la economía del país y en la salud mental de los habitantes. En la segunda parte se describe la primera categoría conceptual a tratar en esta investigación, el cual es; uso de herramientas y estrategias para la mediación tecnológica en escenarios laborales y de atención psicológica, así como las categorías vinculadas al mismo como; la modalidad virtual, encuentro sincrónico/remoto y trabajo remoto.

En la tercera parte se detalla la segunda categoría conceptual la cual hace referencia a la atención psicológica en esencia del bienestar psicológico, la promoción y prevención del bienestar. Por último se da un acercamiento a la tercera categoría conceptual de representaciones sociales, en el cual se abordan diferentes autores como Durkheim, Jodelet y Moscovichi.

El SARS-CoV-2 según Ruiz y Valera (2020) es un virus de la gran familia de los coronavirus, un tipo de virus que infecta a seres humanos y algunos animales. La infección por el SARS-CoV-2 en las personas se identificó por primera vez en Wuhan (China) el 31 de diciembre de 2019. Este virus se transmite de una persona a otra en los fluidos que se dispersan cuando la persona infectada tose, estornuda o habla, también se transmite por tocar una superficie con el virus y luego llevarse las manos a la boca, la nariz o los ojos, aunque esto es menos frecuente. Se le denomina coronavirus del síndrome respiratorio agudo grave de tipo 2, este virus se mantiene con una tasa de transmisión elevada, que en tan solo unos meses el virus ya estaba en el 90% de los

países del mundo, de esta manera la OMS lo declaró pandemia mundial el 11 de marzo de 2020.

Con la llegada a Colombia del virus Covid-19, se evidenció un aumento en la cantidad de individuos contagiados y la sintomatología grave como fiebre, malestar general, dolor de cabeza, en ocasiones causando la muerte en una significativa parte de la población. A partir del primer caso de covid-19 en Colombia declarado el 6 de marzo de 2020 tan solo 19 días después el 25 de marzo 2020 se registraron 525 casos de personas contagiadas y 6 personas fallecidas, de esa manera el gobierno nacional postuló algunas medidas de cuidado y declaró a los colombianos el inicio de una cuarentena obligatoria con el fin de minimizar el impacto económico, político y social en la población colombiana.

Debido a lo anterior, fue notable el impacto negativo en la economía a nivel internacional, en prácticamente todos los frentes de producción y con un importante impacto en el ámbito laboral y educativo, fenómeno al cual no fue ajeno nuestro país. Por esto, fue necesario adoptar herramientas de mediación tecnológica (virtualidad) con el fin de intentar contrarrestar sus efectos. Según Molano, (et. al, 2015) la mediación tecnológica ha tenido influencia desde el siglo XX, debido a que desde la aparición de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) los procesos culturales, educativos y de la vida social, tuvieron una transformación al usarlos como una herramienta relevante para la práctica educativa dentro de las instituciones, donde Molano, Quiroga, Romero y Pinilla (2015) destacan que las herramientas utilizadas en la mediación tecnológica son los blogs, correos, bibliotecas virtuales y plataformas que permitan encuentros remotos con el docente.

De esta forma, Molano et. al. (2015) afirman que la mediación tecnológica no solo es un instrumento que complementa el aprendizaje por medio de la práctica, sino que modifica los comportamientos de la vida cotidiana, es decir, que facilita establecer nuevos procesos con base en experiencias y percepciones diferentes al permitirle al estudiante reflexionar y construir conocimientos novedosos por medio de encuentros sincrónicos con sus pares y docentes.

Se puede decir que a través de la mediación tecnológica, las prácticas sociales de los estudiantes de las instituciones educativas han cambiado, ya que se han evidenciado nuevas formas de acercamiento e interacción con otros, lo cual les permite construir experiencias nuevas y así mismo le dan un sentido diferente a las vivencias que tienen a través de las TIC, por ser un factor que ha modificado la cotidianidad tanto de las prácticas profesionales como del aprendizaje (Avogadro & Quiroga, 2015).

Por este motivo, es importante resaltar que la comunicación a partir del fenómeno pandémico entre docentes y estudiantes tuvo un cambio abrupto que impactó en la forma de interactuar en los procesos educativos, de esta manera es relevante mencionar que la *interacción* es definida por (Rizo, 2006) como “la comunicación con otro distinto a uno mismo, y es mediante este proceso que los sujetos sociales adquieren capacidad reflexiva para verse a sí mismos ... para instituir o dar forma y sentido a la realidad social que los rodea” tiene relevancia en la mediación tecnológica, debido a que ayuda a que los individuos puedan dar un sentido a su realidad actual dentro de un nuevo contexto virtual, mediante la expresión y verbalización de ideas que ayudan a comprender desde la interacción los fenómenos o situaciones anidadas en las experiencias personales y que además ayudan a construir pensamientos, valores y estereotipos distintos sobre la

realidad actual, teniendo en cuenta situaciones que modifican las acciones del ser humano.

Dentro de la mediación tecnológica se identifican categorías como la modalidad virtual, encuentros sincrónicos y trabajo remoto.

Modalidad Virtual

Actualmente se potencializa el uso de esta modalidad debido al acontecimiento pandémico Covid-19, modificando las técnicas, formas de aprendizaje a nivel educativo y la manera de impartir conocimiento. Acosta y Villegas (2013) definen la enseñanza virtual como una forma interactiva que se utiliza en el ámbito pedagógico y se utiliza como un medio de comunicación entre docente y estudiante, se caracteriza por no requerir la presencialidad ni un encuentro sincrónico de forma obligatoria entre dos o más personas; de esta forma el profesor establece ambientes favorables con el fin de que el estudiante haga uso de las tecnologías para complementar su proceso de aprendizaje individual, con los materiales brindados por el docente.

Así mismo García & Lorenzo (2017) mencionan que esta modalidad cuenta con ventajas para las instituciones educativas, ya que favorece el alcance del conocimiento en diferentes espacios geográficos que pueden llegar a tener las Universidades al no tener limitaciones como los espacios físicos donde se realizan las clases, no requerir la asistencia de los estudiantes y favorece la rapidez con la que se comparte la información relacionada al proceso formativo; además de ser una modalidad que promueve el aprendizaje autónomo, debido a que el estudiante es el responsable del manejo de su tiempo para hacer uso de los recursos tecnológicos.

Encuentros Sincrónicos / Remoto

El encuentro sincrónico es una modalidad de aprendizaje para estudiantes de diversos niveles educativos, cuya utilización aumentó a partir de la pandemia del Covid-19, según González (2012) el encuentro sincrónico es una herramienta tecnológica que facilita la interacción e instrucción de los docentes para el aprendizaje guiado en tiempo real. Además, involucra el uso del internet o intranet para brindar a los estudiantes la posibilidad de comunicarse de forma simultánea, puede ser el uso del chat o la mensajería instantánea o el uso de software de conferencia virtual con el fin de construir conocimiento cuando la presencialidad no es posible, priorizando el aprendizaje colaborativo.

Dentro de esta modalidad se identifican características relevantes como: a) Se puede realizar en tiempo real b) Es una actividad usualmente programada y también puede darse improvisadamente c) Se realiza de forma colectiva y usualmente colaborativa, d) Cuenta con la presencia virtual simultánea ya sea de otros estudiantes, facilitadores o instructores y e) facilita la experiencia de aprendizaje simultánea con otros.

Para finalizar es relevante mencionar que la atención psicológica en época de pandemia del covid-19 se comenzó a brindar a través de la modalidad sincrónica según Martí y Cebrián (2018) El psicólogo debe manejar con facilidad con las tecnologías y conocer el impacto que puede causar en los individuos, en cuanto la comunicación el psicólogo debe tener conocimiento y saber implementar nuevas estrategias para asegurarse que la información es recibida y entendida correctamente, también es

importante que asista a cursos, reuniones de grupo y talleres organizados que abordan la práctica de la psicoterapia online, asimismo participar en sesiones con compañeros psicólogos para compartir experiencias de sesiones online, debatir, hacer role-playing, escuchar recomendaciones y consejos, por ello Molano, Quiroga, Romero y Pinilla (2015) destacan que las herramientas utilizadas en la mediación tecnológica son los blogs, correos, bibliotecas virtuales

Trabajo remoto

Antes de la llegada del virus y de la implementación de esta modalidad de trabajo, el término era nuevo para la población colombiana. Procolombia (2017), en uno de sus artículos define el trabajo remoto antes de la pandemia, como la realización de las funciones laborales en torno a la ubicación física del trabajador, más no en el nivel de sus responsabilidades, obligaciones o funciones, donde es necesario contar con los medios tecnológicos para la realización de las mismas. Por otro lado, en una investigación realizada por Álvarez y Lopera (2021) después de la llegada del virus, menciona que el trabajo remoto es una medida para darle continuidad a diferentes sectores de trabajo, de tal modo que se pueda evitar la propagación del virus conservando los empleos existentes.

En secuencia de lo anterior, es importante describir las cifras de los individuos que ejercen trabajo remoto antes y después de la crisis del COVID - 19. Sarmiento y Pérez (2020) mencionan que en Colombia solo el 5% de los individuos laboraban en un entorno remoto, después de la crisis en menos de 1 mes, ese volumen aumentó al 90%,

de esa forma el trabajo en casa se adoptó de forma inesperada. De esta forma, cabe mencionar que el término de trabajo remoto se desarrolla fuera de las instalaciones de la empresa, debido a una situación temporal, donde se puede hacer el uso de las TICs para soportar y apoyar la labor de los colaboradores como correos electrónicos y plataformas que faciliten el encuentro en tiempo real con otra persona.

Por último, es importante aclarar que el trabajo remoto no exige la normatividad legal colombiana como en el teletrabajo, pero sí se enmarca en el ordenamiento legal declarado a continuación.

Tabla 1

Ordenamiento legal del trabajo remoto en Colombia

Ordenamiento legal	Definición
Circular 021 - marzo de 2020	Establece el trabajo en casa como una medida ocasional y temporal en la cual el trabajador puede desarrollar sus labores
Circular 0041 del 2020	Se mencionan los lineamientos básicos que se deben cumplir para el adecuado desarrollo de esta modalidad, se divide en relaciones laborales, jornada de trabajo, armonización de la vida laboral con la vida familiar y personal y riesgos laborales

Proyecto de ley No. 262 de 2020	Por medio de la cual se regula el trabajo en casa y se dictan otras disposiciones
Proyecto de Ley No. 249 de 2020	Por medio de la cual se regula el trabajo en casa y se dictan otras disposiciones
Directiva Presidencial N°.02 del 12 de marzo de 2020	Medidas para atender la contingencia por COVID - 19, a partir del uso de las TIC

En medio de la adaptación de la mediación tecnológica en las universidades, la salud mental de muchos estudiantes, familias, planta docente y administrativos se vieron afectados por la pandemia, de esta manera los practicantes de psicología y profesionales han intervenido a esta población con el fin de mejorar su calidad de vida dentro de las instituciones educativas, dado que es un lugar cuya finalidad es la realización de actividades académicas y laborales donde se invierte gran parte del tiempo; por ende es uno de los ambientes en el que se resalta la importancia de promover y prevenir el bienestar psicológico de las personas pertenecientes a la misma.

Por esta razón, la segunda categoría conceptual que se pretende trabajar es la atención psicológica en relación y esencia de la promoción y prevención del bienestar psicológico. Este es definido por Beristain (2008) como un acompañamiento que tiene como objetivo minimizar el impacto negativo de los objetos o situaciones que afectan a una comunidad y por ende la salud mental de los mismos. De igual forma, se enfoca en incrementar las redes de apoyo y fomentar la unanimidad de grupos que estén afectados por dicho fenómeno social al brindar herramientas y recursos que les permitan afrontar

situaciones complejas ocasionadas por este.

Adicionalmente, Raffo (2004) resalta que mediante la atención o acompañamiento psicológico se destaca la importancia de los espacios grupales donde se imparten talleres o dinámicas grupales, puesto que son encuentros que permiten a las personas afectadas por un fenómeno en común expresar, compartir e intercambiar las vivencias sobre su realidad, de esta forma el contexto mencionado facilita potencializar dentro de un entorno grupal la socialización y el soporte emocional que promueven la calidad de vida y la salud mental de los individuos.

Siguiendo con lo anterior, el mejoramiento de la salud mental de los individuos se relaciona con el incremento del bienestar psicológico, el cual es definido por Vielma y Leonor (2010) como un concepto que surge aproximadamente en el siglo XX, pero es precedido por los pensamientos filosóficos de la antigüedad sobre “sentirse bien” o “vivir bien” presentes en los legados de Platón, Aristóteles, Confucio, entre otros, también todas aquellas culturas y tradiciones espirituales de Oriente y Occidente: el cristianismo, el budismo, el hinduismo, los cuales parecen contribuir de diferentes maneras a la felicidad y al bienestar total de una persona.

El referente teórico para abordar el concepto de bienestar psicológico es la doctora Carol Rife, psicóloga estadounidense, la cual ha realizado estudios sobre, bienestar psicológico y resiliencia psicológica. En sus investigaciones comenzó estudiando el concepto de bienestar psicológico, y se percató de la falta de articulación de un constructo que recoja la idea original de *eudaimonia* (es un término griego

traducido como, felicidad, bienestar y prosperidad) que incluye nociones como: autorrealización, el desarrollo humano y la búsqueda de potenciar las capacidades.

Dado lo anterior, (Ryff y Keyes (1995) citados en Alicia, Robert y García, 2007) define el bienestar psicológico como “todos aquellos comportamientos que llevan a una persona a funcionar de manera positiva, como la determinación del esfuerzo individual por la realización y superación del propio potencial, de esa manera el bienestar psicológico, se relaciona con la realización o la concreción de un propósito en la vida, en el que se realiza un esfuerzo en el estilo y manera de afrontar los retos vitales”.

También es importante que la vida adquiera significado para sí mismo, con metas, desafíos y con un cierto esfuerzo para superarlos y conseguir metas valiosas. El bienestar psicológico, según (Ryff (1889) citada en Muratori, et. Al (2015) se enfoca en el desarrollo personal de los individuos y en sus comportamientos, que llevan a las personas a funcionar de un modo positivo, se caracteriza por la manera de afrontar los retos vitales y en el esfuerzo por idear modos de manejarlos, aprender de ellos y conseguir sus metas. Ryff fue la primera que propuso un modelo multidimensional a modo de escala medidora, donde cada dimensión es un índice de bienestar en sí mismo. A continuación, se presenta una definición de cada dimensión:

a) Auto-aceptación. Implica ser consciente y aceptar los distintos aspectos intraindividuales, sean buenos o malos. Poseer una actitud positiva hacia uno mismo y hacia la propia vida pasada.

b) Relaciones positivas con los otros. Se refiere a la posibilidad de transmitir

confianza a otros individuos, tener la capacidad de sentir empatía, afecto e intimidad, a fin de identificarse, y mantener relaciones profundas con otro.

c) Autonomía. Hace referencia a la necesidad de independencia y autorregulación del comportamiento y la capacidad de tolerar la presión social y analizar su conducta.

d) Dominio del entorno. Es la habilidad de la persona en la cual se permite la sensación de control e influencia sobre la elección o creación de contextos favorables con el fin de satisfacer sus necesidades y valores propios, a través de actividades físicas y mentales.

e) Propósito en la vida. Se relaciona con que el sujeto sea capaz de direccionar y otorgar sentido a sus experiencias, de disponer sus metas y comprender el propósito de su vida.

f) Crecimiento personal. Hace referencia a comprender su propio potencial y usar al máximo las diferentes capacidades, con el fin de crecer como persona y observar sus mejoras.

De esta manera, se entiende el *bienestar psicológico* como un constructo multidimensional cuyos ejes y dimensiones principalmente abarcan estructuras individuales y sociales. A partir de que el sujeto realiza la conformación de su personalidad, edad, género, cultura y ambiente, genera una valoración de sus círculos sociales que influyen en la apreciación de su realidad, la cual proporciona desafíos y nuevos retos en función de la autonomía y dominio del entorno que tenga, confrontando

sus pensamientos y experiencias con el fin de generar estrategias de afrontamiento con un buen soporte a nivel de apoyo social, de esta manera se realizará un efectivo bienestar psicológico apoyado de un funcionamiento pleno a nivel físico y social.

Prevención Del Bienestar Psicológico

Con el fin de minimizar y disipar dentro de la población enfermedades graves que traen consigo consecuencias perjudiciales para la salud, como dolores crónicos o la muerte, es de importancia entender la función de la prevención dentro de los procesos de salud.

Según (Vacarezza, et.al, 2011) la prevención se refiere al control de las enfermedades haciendo énfasis en los factores y poblaciones de riesgo, con referencia a esto, otra definición relacionada menciona que son “medidas destinadas no solamente a prevenir la aparición de la enfermedad, tales como la reducción de factores de riesgo, sino también detener su avance y atenuar sus consecuencias una vez establecida”(OMS, 2008), es decir que la prevención implica trabajar en la modificación de hábitos o conductas que contribuyen a la reducción de elementos que signifiquen un riesgo para la persona y que afecte de forma negativa la salud a nivel físico, mental y emocional.

Por esto es importante implementar planes de prevención en contextos educativos y laborales con el fin de reducir la posibilidad de sufrir daño, de esta manera (Vacarezza, et. al, 2011) establecen 3 niveles en los que se clasifican las actividades preventivas, el primero se refiere a la prevención primaria, su objetivo es disminuir la incidencia de la enfermedad, es decir evitar la aparición de una enfermedad o problema de salud mediante el control de los factores causales y predisponentes, por ejemplo: el uso de condones para prevenir el VIH. La prevención secundaria, determina un diagnóstico

temprano y una captación oportuna de la enfermedad con el fin de brindar un tratamiento adecuado para el debido control y monitoreo periódico de la evolución de la enfermedad para evitar posibles secuelas.

Por último, la prevención terciaria hace referencia a las acciones posteriores, en cuanto a la recuperación de la enfermedad, se establece un control y seguimiento del tratamiento en cuanto a la rehabilitación física, psicológica y social, con el fin de minimizar el sufrimiento a partir de la enfermedad y facilitar la adaptación de los pacientes a enfermedades incurables, por ejemplo, realizar fisioterapia a una fractura después de retirar el yeso.

En cuanto a la prevención del bienestar psicológico (Contini, et.al, 2003) postulan algunas estrategias de afrontamiento, conductuales y cognitivas, donde se evidencian factores protectores de la salud que actúan directamente evitando factores estresantes que afectan el bienestar psicológico. El estrés se ha catalogado como un detonante al deterioro del bienestar modificando la apreciación que le damos a situaciones cotidianas, positiva o negativamente, de esa manera se reducen los vínculos afectivos y las adaptaciones.

En secuencia de lo anterior, (Contini, et.al, 2003) identificaron estrategias de afrontamiento para cualquier situación problemática, las cuales son: buscar apoyo social, concentrarse en resolver el problema, esforzarse y tener éxito, invertir en amigos íntimos, proponerse metas, reducción de la tensión, acciones sociales, autoinculparse, reservarlo para sí, buscar apoyo espiritual, fijarse en lo positivo, buscar ayuda profesional, buscar diversiones relajantes y distracción física.

Relacionado a la prevención psicológica, los individuos con alto nivel de bienestar pueden emplear estrategias de afrontamiento como enfocarse en resolver el

problema, buscar apoyo social y fijarse en lo positivo, permitiendo así que las personas presenten flexibilidad cognitiva, capacidad de trabajo y habilidad para diferenciar los aspectos positivos de los negativos.

Promoción Del Bienestar Psicológico

Se evidencia la importancia de establecer la promoción del bienestar psicológico de forma que contribuye al establecimiento de entornos saludables, es decir, ambientes que favorecen al bienestar como la vivienda, lugar de trabajo o instituciones educativas donde se desarrolla el ser humano. Dentro de estos contextos los individuos pasan por situaciones que generan malestar, de esta forma Sánchez (2004) menciona que la promoción tiene un papel importante, debido a que permite que los individuos desarrollen capacidades para abordar de forma eficaz las problemáticas que se presentan en el diario vivir.

Por su parte, la Organización Mundial de la Salud (OMS, s.f.) define la promoción de la salud como "el proceso que permite a las personas incrementar el control sobre su salud" por medio de planes donde los individuos cambian de entorno y aumentan la participación para cuidar de sí mismos al tener acceso a lugares gratuitos, por ejemplo, espacios libres como parques para enfocarse en el aumento de la salud física.

Además de esto, la Organización Mundial de la Salud (OMS, s.f.) menciona que la salud mental se evidencia cuando las personas laboran de forma eficiente o aportan a la comunidad, debido a que es un estado de bienestar que contribuye a que el ser humano adquiera resiliencia, es decir, que el individuo tenga según Oriol (2012) mayor capacidad de afrontar adversidades a nivel social, económico, físico o cultural, teniendo en cuenta que la resiliencia permite tener mejor planificación para actuar con autocontrol en

situaciones que representan un grado alto de dificultad, por ejemplo adaptarse a una nueva cotidianidad como trabajar y/o estudiar por medios virtuales debido a la pandemia por Covid-19.

Desde el punto de vista de la psicología positiva la promoción del bienestar psicológico estudia y fomenta las emociones positivas que permiten obtener un funcionamiento óptimo, para esto es importante centrarse en las emociones que están en el presente, pasado o futuro (Seligman, 1999)

Por lo anterior, cuando una persona se concentra en el futuro puede hallar optimismo, confianza, esperanza y fe, las emociones centradas en el presente representan el placer, la alegría y la tranquilidad. En el pasado se encuentra el orgullo, la complacencia y la serenidad. Por esto se destaca que las emociones positivas sirven como un factor protector en los seres humanos que mantiene el bienestar psicológico. (Seligman, 1999)

Cabe resaltar que las emociones positivas se relacionan con la noción de felicidad en los seres humanos y así mismo es importante interpretarla, ya que la psicología positiva promueve la idea de que las personas que son “felices” tienen mayor confianza y seguridad sobre sus capacidades, lo cual promueve su bienestar psicológico porque permite aumentar el rendimiento de las personas a nivel académico, deportivo, social, familiar o laboral e incrementan la posibilidad de recuperación ante un evento o hecho que genere malestar significativo al potenciar la motivación en el ser humano (Contreras, et.al, 2006), de esta forma se mantiene un estado óptimo.

Dado lo anterior, se destaca que el funcionamiento óptimo permite que los individuos tengan mejor resolución de problemas y tener una percepción diferente sobre la enfermedad ya que cambian la forma de pensar y de actuar, teniendo en cuenta que

estos mecanismos de afrontamiento que permiten desarrollar las emociones positivas, tienen como fin aumentar la calidad de vida del ser humano mediante el mejoramiento del bienestar psicológico.

Para continuar con la tercera y última categoría de análisis se va a revisar una perspectiva contemporánea sobre el término de *representaciones sociales/colectivas*. Emile Durkheim es uno de los primeros autores en hacer referencia a este término, fue un sociólogo y filósofo francés; ha sido considerado el padre de la sociología. Postuló cómo los seres humanos tienen formas o conocimientos construidos socialmente y cómo estas incluyen un significado individual.

Por otro lado, no existe una definición unívoca sobre el término de Durkheim, en las investigaciones sobre las representaciones colectivas, se enfoca en diseñar argumentos para que se acepte la idea de tipos colectivos de representaciones, distintos a los individuales. Un acercamiento a una definición dada por este autor expresa que representar significa que “la idea es un acto del espíritu que representa un objeto; toda idea es una representación”. Salazar y García (2007) interpretan esta definición como: “la actividad está caracterizada por la acción y la inteligencia por la representación, por este motivo se puede decir que la idea es un acto propio de la inteligencia o facultad de conocer, y lo característico de la idea es ser representativa” (Salazar y García, 2007), es decir toda representación dispone de la capacidad de expresar ideas presentes en la memoria, ya que esto es un acto propio de la inteligencia.

En secuencia Durkheim comenzó a investigar por qué los seres humanos organizan de forma coherente todas las sensaciones visuales que llegan al cerebro, de esta manera afirmó, que todos perciben el mundo de la misma forma, aunque con excepciones en la manera de jerarquizar esas sensaciones, ya que esto depende de la

construcción social de las mismas y permite diferenciar una sociedad de otra (Durkheim, 1992). Por esta razón todas las acciones y reacciones intercambiadas entre las conciencias individuales facilitan la producción de las representaciones colectivas, en otras palabras, cuando se comparten ideas entre individuos hay probabilidad de formar un pensamiento común.

Durkheim (1992) asegura que la jerarquización de sensaciones están influidas por la sociedad ya que hacen parte de una representación colectiva, debido que el individuo por sí solo no tiene esa capacidad, así cuando esta jerarquización es aceptada colectivamente y comienza a explicar una lógica de pensamiento dentro de una sociedad, no se puede denominar como *falsa* o *sin sentido*, debido a que se vuelve coercitivo sobre el pensamiento de las personas y son compartidos entre los miembros del grupo.

Siguiendo con esto, el autor también afirma que un individuo no puede ser parte de una sociedad si no comparte las jerarquizaciones impuestas por la misma, debido a que estas le permiten tener un orden lógico de pensamiento y formas determinadas de actuar (Durkheim y Mauss, 1971). Por lo tanto, para que un individuo permanezca dentro de un grupo social, no solo debe compartir dichas jerarquizaciones que conforman una representación, sino que también debe evidenciarse un cambio en la forma de actuar forma de actuar, pensar y verbalizar ideas.

Este concepto de Durkheim, para Jodelet (1986), si expresa la forma del pensamiento social, sin embargo menciona que es necesario establecer un modelo que revele los mecanismos psicológicos sociales y su producción, por esto establece procesos sobre la construcción del pensamiento social, con el fin de aproximarse a la visión que de los individuos sobre la realidad.

Jodelet (1986) realiza un acercamiento a esta perspectiva con el término de

representaciones sociales, menciona que los seres humanos son seres sociales, que aprenden constantemente de los acontecimientos que ocurren en la vida diaria, de las características del medio ambiente y las informaciones que circulan, es decir un conocimiento de sentido común, aquel conocimiento espontáneo, que se va constituyendo a través de las experiencias pero también de los modelos de pensamiento que reciben y transmiten los individuos a través de la educación y la comunicación social, con el fin de comprender y explicar los hechos o las ideas que surgen sobre el universo.

Asimismo, las representaciones sociales se definen a) por contenido, es decir por medio de imágenes, opiniones y actitudes; b) por objeto como un personaje social, o un acontecimiento económico y por último se define la representación social de un individuo c) en relación a otro, de esa manera condensan un conjunto de significados, los cuales permiten interpretar los sucesos diarios y dar significados, Jodelet (1986) menciona que toda representación social es representación de algo y de alguien, es el contenido mental de un acto de pensamiento que simboliza algo.

Por tal motivo se identifican cinco características fundamentales de representación a) siempre es la representación de un objeto; b) tiene carácter de imagen y la propiedad de poder intercambiar lo sensible y la idea, la percepción y el concepto; c) tiene un carácter simbólico y significante; d) tiene un carácter constructivo; e) tiene un carácter autónomo y creativo.

Jodelet (1986) constituye diversas maneras de elaborar la construcción psicológica que es una representación social, denominándolo *ópticas*, como una manera de interpretar y de pensar la realidad. De esa manera la construcción de una representación psicológica social se realiza a partir de ópticas diferentes las cuales se describen a continuación

La primera óptica es la actividad puramente cognitiva, esta se representa a través de dos dimensiones la primera es de contexto, que se ubica dentro de un estímulo social, la segunda es de pertenencia, es la construcción de ideas, valores y modelos pertenecientes a la sociedad. La segunda óptica es el sentido que se le da a la experiencia en el mundo, a través de la interpretación dada por la sociedad, cuando sujetos comparten la misma experiencia social, la representación es intervenida por los deseos o creencias de cada individuo. (Jodelet, 1986)

La tercera óptica es la representación como discurso, se refiere al dominio social de los sujetos que hablan y de la finalidad de su discurso. Una cuarta óptica hace referencia a la práctica social del sujeto en la cual su representación refleja normas institucionales, debido a su rol dentro de la sociedad. La quinta óptica es el juego del desarrollo de las relaciones intergrupales, esta se destaca porque las interacciones entre los grupos modifican las representaciones que los miembros tienen de sí mismos, de su grupo y de los otros grupos; la sexta y última óptica se refiere a la reproducción de esquemas de pensamiento socialmente establecidos por ideologías dominantes. (Jodelet, 1986)

De esa manera se destaca la influencia que el contexto social tiene sobre cada individuo y la forma en la que interviene en la elaboración psicológica de una representación social y asimismo, cómo influye esta construcción psicológica en un contexto social.

Por otra parte, el autor y psicólogo social Moscovici (1979) expone que las representaciones sociales son reflejos externos sobre un objeto, acto o situación presentada en el ambiente que pueden ser individuales o colectivos. Estas tienen como función ayudar a construir la realidad donde interactúa el ser humano y que además son

captados mediante la actividad mental, al que se le da una forma, mirada, reconstrucción distinta, se asocia con otros conceptos y se relaciona con metáforas para luego pasar al plano simbólico. De esa forma, las representaciones sociales se evidencian en la manera de hablar, comunicarse y comportarse de los individuos con otros, debido a que se forman mediante las interacciones sociales y los valores o reglas consolidadas en el contexto.

Para Moscovici (1979), los seres humanos construyen su propia realidad con base en las opiniones y conceptos de otros, por lo tanto menciona que los individuos buscan familiarizar los objetos descritos y definidos por personas diferentes con los que se encuentran en su propio entorno, debido a que el Instituto de Estudios Peruanos (2002) menciona que sus observaciones interfieren las observaciones predeterminadas y sus lenguajes pueden fijar nuestra mirada o dirigir nuestras preguntas, es decir, cada representación se va transformando dependiendo de la actitud y opinión favorable o desfavorable de una sociedad.

En secuencia, la información que se refiere a los conocimientos que se tienen sobre un objeto y el campo de las representaciones se expone en el siguiente ejemplo: una persona escucha por las noticias que últimamente vieron una sirena con forma humana y cola de pescado, automáticamente el individuo tiene una imagen mental del mar y la sirena con cola de pescado tal y como la describieron otras personas. Así se evidencia como las observaciones y conceptos externos influyen en las propias y permiten construir una imagen sobre el objeto, acto o situación descrito.

Relacionado con lo anterior, López (2016) afirma que cada experiencia vivida se transforma en una memorización analógica, es decir en imágenes de los recuerdos adquiridos, por este motivo Moscovici (1979) asegura que las representaciones sociales

son “figuras y expresiones socializadas. Conjuntamente, una representación social es una organización de imágenes y de lenguaje porque recorta y simboliza actos y situaciones que son o se convierten en comunes” (p. 16).

Por otro lado, (Moscovici 1985, citado por García y Puebla, 2018) destaca que existen tres tipos de representaciones sociales fundamentales como las hegemónicas, que se caracterizan por ser estables y consolidadas a nivel grupal, además son vistas como una guía de comportamiento y forma de identificarse dentro de un grupo, tienen un papel importante en las prácticas sociales de los individuos y se relacionan al concepto de representaciones colectivas postuladas por Durkheim.

Las representaciones emancipadas mencionadas según (Moscovici 1985, citadas por García y Puebla, 2018), son contrarias a las hegemónicas, debido a que no son uniformes y se originan en subgrupos con pensamientos actuales, con una visión y criterio diferente del mundo, además se pueden realizar cambios sociales con base en esto y en medio de su evolución en el tiempo, cuando se consolidan y son aceptadas por más grupos pueden llegar a convertirse en representaciones hegemónicas.

Por último, el autor resalta las polémicas que se destacan por surgir en los grupos que atraviesan situaciones conflictivas o controversias sociales con respecto a alguna situación u objeto, donde a partir de esto pueden emerger pensamientos antagónicos a los postulados de forma colectiva y evidenciarse cambios sociales.

Se evidencia de esta forma, que la sociedad influye en las representaciones de los individuos, en virtud de que impacta en las actitudes, pensamientos y verbalizaciones de los mismos para adaptarse a un entorno y contexto con una lógica de pensamiento en común, que se ha construido a partir de experiencias previas y el intercambio de ideas por medio de la interacción.

METODOLOGÍA

El estudio fue presentado como una investigación de corte cualitativo, que se realiza con el fin de entender las representaciones sociales acerca de la promoción y prevención del bienestar psicológico desde la mediación tecnológica. Como instrumento de recolección de datos se realizaron entrevistas semiestructuradas bajo los preceptos de la teoría fundamentada de esta manera se diseña un guión, en torno a las características que componen tanto la mediación tecnológica desde el enfoque organizacional como la prevención y promoción del bienestar psicológico, así como las funciones que han desempeñado en sus prácticas a partir de la apreciación personal de los integrantes.

Tipo De Estudio

Esta investigación se caracteriza por tener un enfoque cualitativo, el cual según Hernández (et.al, 2014), es un enfoque que busca interpretar y entender la manera en que los individuos comprenden el significado de las acciones y de las propias realidades de los seres humanos. Por ello, mediante las experiencias de los participantes se construye progresivamente el conocimiento, teniendo en cuenta que se es parte del fenómeno estudiado, de esa manera se focaliza la investigación en la diversidad de cualidades e ideologías únicas de los individuos.

Siguiendo con lo anterior, la presente investigación se alimenta de la propuesta teoría fundamentada, para efectos explicativos, se realiza un acercamiento a la definición de la misma con el fin de comprender sus postulados y su aplicabilidad a esta propuesta.

Teoría Fundamentada

La teoría fundamentada según Ochoa (2013) es un método de investigación sistémico y flexible en cuanto a la recolección y análisis de datos cualitativos, con el fin de desarrollar una teoría inductiva partir de un proceso sistemático de los datos consiste en un conjunto de categorías, subcategorías, y propiedades relacionadas entre sí, que dan cuenta de un fenómeno determinado, mediante un proceso de descripción, comparación y conceptualización de los datos

El procedimiento que se realiza durante la teoría fundamentada parte del análisis de los datos del método comparativo constante, por medio del cual se codifica y analiza los datos de manera simultánea para el desarrollo progresivo de ideas teóricas, así Ochoa (2013) menciona cuatro etapas para el proceso sistemático: La comparación de incidentes aplicables a cada categoría, la integración de las categorías y sus propiedades, la delimitación de la teoría y la escritura de la teoría

Por otro lado el análisis de los datos se realiza en un dos momentos, el primero descriptivo (codificación abierta) y el segundo relacional (codificación axial) con el fin de realizar la codificación que define los procedimientos y la lógica para pensar los datos, organizarlos, sintetizarlos, conceptualizarlos y relacionarlos.

Para finalizar, es importante mencionar que la teoría del fundamentada se basa de un método inductivo según Sampieri, Collado & Baptista (2013) utiliza un procedimiento sistemático cualitativo para generar una teoría que explique una acción o interacción, se parte de las propuestas teóricas que surgen de los datos obtenidos en la investigación más que en los estudios previos, asimismo la teoría fundamentada de divide en etapas que son; recopilación de datos, codificación de datos, análisis teórico y construcción de

hipótesis.

Tabla 2.

Técnica de recolección de información

Tipo de técnica	Definición
<i>Entrevista semiestructurada</i>	<p>Esta técnica de recolección de datos se caracteriza según Rocha, Mendonça y Santos (2013), por tener un guión de preguntas que son abiertas para ser respondidas por el entrevistado dentro de una conversación informal, mientras tanto el entrevistador tiene el papel de oyente que pretende comprender la cotidianidad social y cultural de un grupo social.</p> <p>Para este tipo de entrevista Bravo (et. al, 2013), mencionan que es importante tener en cuenta la comunicación verbal y corporal del entrevistador para no generar ningún tipo de sesgo, explicar el propósito de la entrevista, anotar los datos más relevantes del entrevistado que puedan ser de utilidad para la investigación, ser hábil para seguir la guía de preguntas estipuladas dejando que el entrevistado tenga la oportunidad de hablar espontáneamente durante la misma, tener cuidado en no interrumpir cuando el entrevistado está expresando un pensamiento y no presionar a la persona para que hable rápido o profundice en aspectos relevantes relacionados a la pregunta. Después de que se realizan se procede a transcribir para realizar su respectivo análisis donde pueden surgir nuevas categorías que complementan la investigación; para esto es importante ordenar las categorías y establecer las posibles relaciones existentes entre ellas. Por este motivo, se puede destacar las ventajas de esta técnica de recolección de datos, donde se destaca la posibilidad de ahondar en los</p>

	<p>significados, opiniones o motivos y no se sujeta a la temporalidad, debido a que los hechos pasados son relevantes para el análisis de posibles situaciones en el futuro.</p> <p>En otra instancia, Vélez (2005) destaca que a la entrevista semiestructurada no solo se le debe atribuir la importancia dentro de una investigación como herramienta de recolección de datos, sino también como generadora de análisis y la comprensión de los sentidos que le dan los sujetos a sus experiencias.</p>
--	--

Tabla 3.

Instrumentos de análisis de datos

Tipo de instrumento	Definición
<i>Codificación abierta</i>	<p>Para (Strauss y Corbin, 2002) mencionan que este proceso es relevante para establecer categorías con base en el discurso, donde los autores resaltan que para desarrollar los conceptos es necesario exponer los pensamientos que, ideas y significados que se encuentran dentro del texto, esto es importante cuando se desglosan los conceptos, ideas o sentidos que los sujetos de dan a un fenómeno, objeto o situación en particular, con el fin de lograr exponer y conceptualizar los significados encontrados.</p> <p>De la misma forma, Palacios (2016) destaca que con base en el contenido del discurso se descomponen, conceptualizan y jerarquizan datos que permiten establecer categorías descriptivas.</p>

Codificación axial

Es el proceso de relacionar las categorías con sus subcategorías, denominadas "axial", porque la codificación ocurre alrededor del eje de una categoría, y enlaza las categorías en cuanto a sus propiedades y dimensiones. El paso siguiente es depurar y diferenciar las categorías derivadas de la codificación abierta. A partir de las categorías que se originaron, se seleccionan las que parecen más prometedoras para una elaboración adicional. Estas categorías axiales se enriquecen por su ajuste con el mayor número de pasajes posibles. Por último, se elaboran las relaciones entre estas y otras categorías. El propósito de la codificación axial es comenzar el proceso de reagrupar los datos que se fracturaron durante la codificación abierta. Es necesario en la codificación axial se requiere la identificación de algunas categorías abiertas. Una subcategoría también es una categoría, sin embargo, en lugar de representar un fenómeno, se refieren a preguntas como: cuándo, dónde, por qué, quién, cómo, etc. Al comienzo, el investigador (a) puede ignorar cuáles conceptos son categorías y cuáles son subcategorías. Esto suele volverse evidente a medida que la codificación avanza. Entonces, según (Strauss, 1987 citado por Salinas & Cárdenas, 2008), la codificación axial implica varias tareas básicas, entre ellas: Acomodar las propiedades de una categoría y sus dimensiones, tarea que comienza durante la codificación abierta, identificar la variedad de condiciones, acciones /interacciones y consecuencias asociadas con un fenómeno, relacionar una categoría con sus subcategorías por medio de oraciones que denotan las relaciones de unas con otras, buscar claves en los que denotan cómo se pueden relacionar las categorías principales entre sí. (Salinas & Cárdenas, 2008)

Tabla 4.

Técnica de construcción de información para cada objetivo específico y justificación.

Objetivo	Técnica	Justificación
Conocer/Caracterizar sobre las conceptualizaciones acerca del bienestar psicológico, la mediación tecnológica y las representaciones sociales.	Revisión documental	Mediante esta técnica se logra definir las ideas principales que serán utilizadas para estructurar la investigación y de esta forma orientar el diseño de la misma.
Describir las metodologías del programa PRISMA para la promoción y la prevención del bienestar psicológico utilizados por los practicantes de psicología.	Entrevista semiestructurada	Por medio de las entrevista semiestructurada se pretende explorar las concepciones que tienen los practicantes de psicología organizacional sobre promover y prevenir el bienestar psicológico desde la mediación tecnológica a partir de las vivencias en esta etapa académica.
Analizar las representaciones sociales que tienen los practicantes de psicología del programa PRISMA con base en su experiencia.	Codificación axial	Desde la codificación axial se puede comprender los significados que se desprenden de las representaciones sociales de los practicantes de las funciones ya especificadas que realizan en su práctica dentro del programa PRISMA.

Tabla 5.

Descripción de actividades.

Objetivo específico	Actividad
<p>Conocer/categorizar sobre las conceptualizaciones acerca del bienestar psicológico, la mediación tecnológica y las representaciones sociales.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Se orienta a la búsqueda de las investigaciones relacionadas a las categorías de investigación. ● Desde la información sistematizada se va a identificar una definición teóricamente apropiada para cada categoría conceptual.
<p>Describir las metodologías del programa PRISMA para la promoción y la prevención del bienestar psicológico utilizados por los practicantes de psicología.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Desde las entrevistas semiestructuradas guiadas se va a encontrar a partir de los relatos las metodologías usadas por los estudiantes para ejercer sus prácticas profesionales.
<p>Analizar las representaciones sociales que tienen los practicantes de psicología del programa PRISMA con base en su experiencia.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Mediante Atlas Ti se sintetiza la información de las entrevistas semiestructuradas para encontrar las categorías, las subcategorías emergentes y las recurrencias de las mismas.

CONSIDERACIONES ÉTICAS

Para la realización de investigación científica con seres humanos se establecen obligaciones éticas según la revista Ávila (2002) con el fin de preservar los derechos humanos de las personas involucradas.

La necesidad de respetar la dignidad humana de las participantes en la investigación, además de protegerlos de cualquier daño físico o psicológico innecesario eso llevó a tener en cuenta tres principios éticos básicos 1) el respeto por la dignidad humana y sus libertades fundamentales, 2) la beneficencia y 3) la justicia.

Antes de comenzar con la investigación se les dio a conocer a los participantes los fines puramente investigativos que tenían las entrevistas, la participación en la investigación de forma voluntaria con la posibilidad de dejar la entrevista en cualquier momento y se implementó el consentimiento informado donde se garantizó la confidencialidad y el anonimato de la información.

RESULTADOS

Para la realización del análisis de resultados del proyecto de investigación planteado se propone, recolectar la información a partir de las entrevistas semiestructuradas con las practicantes de psicología; analizar la información con la herramienta ATLAS.ti mediante codificación abierta y axial de la información; identificar las categorías emergentes; realizar la presentación de los códigos asociados a las respuestas; llevar a cabo las redes semánticas teniendo en cuenta las categorías y códigos generados, desarrollar la interpretación ofrecida por el investigador. Por último generar nuevo conocimiento que permita comprender las representaciones sociales de las practicantes de psicología

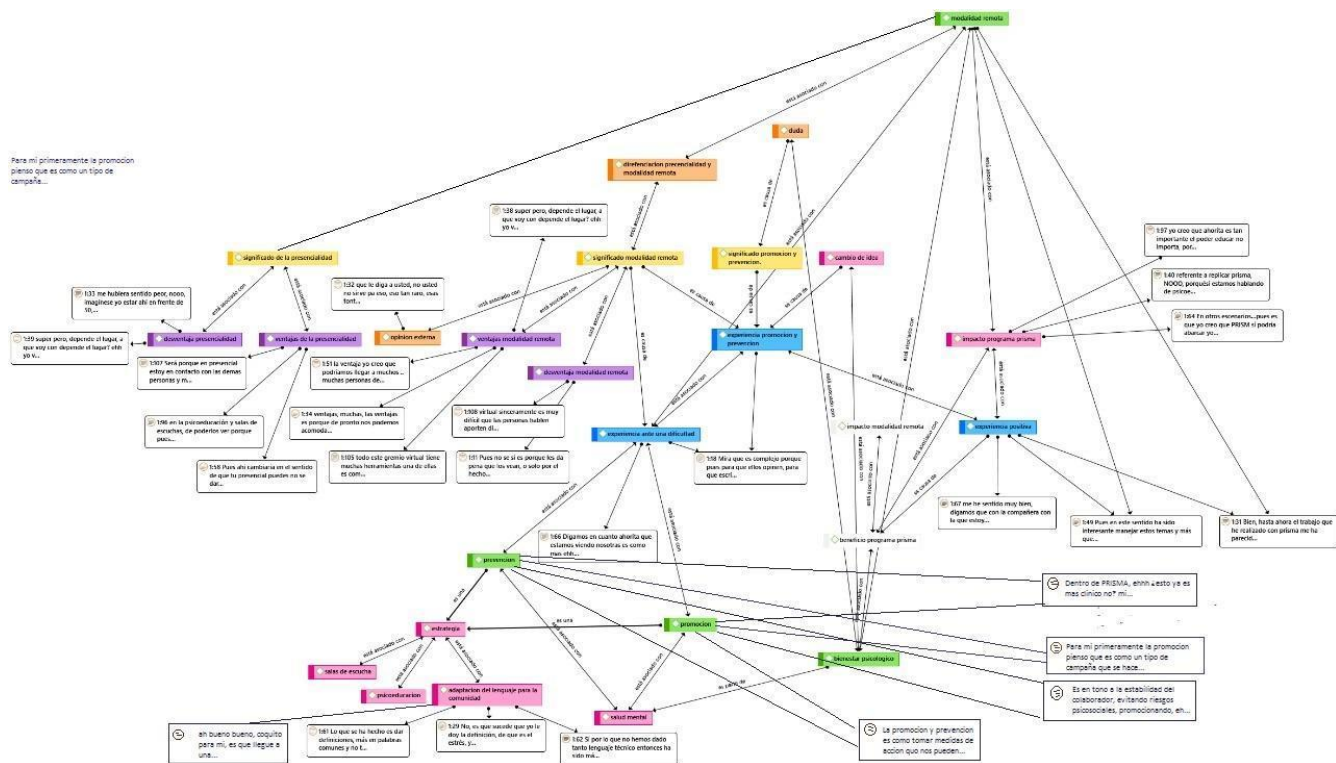
Análisis De Resultados

El análisis de los resultados de las entrevistas semiestructuradas, se acudirá a cuatro elementos primordiales, el primero, una estructura gráfica generada en ATLAS.ti referente a las categorías que son objeto de análisis, las subcategorías y los códigos o palabras claves; en segundo lugar el sustento teórico; el tercero los fragmentos de las entrevistas y cuarto las inferencias realizadas desde la labor investigativa, además se expondrán las coocurrencias encontradas en los relatos.

La presente investigación se encuentra encaminada a comprender las representaciones sociales sobre la promoción y prevención del bienestar psicológico desde la mediación tecnológica que tienen los practicantes de psicología organizacional del programa PRISMA de la Fundación Universitaria del Área Andina. Con el fin de mantener la coherencia propuesta desde los objetivos específicos se da inicio al análisis de las redes semánticas asociadas a las categorías mediación tecnológica y bienestar

psicológico, a partir de los códigos correspondientes como se evidencia en la siguiente gráfica

Figura 1. ATLAS.ti - Categorías de bienestar psicológico y modalidad remota y las redes semánticas asociadas



Fuente: Elaboración propia

En la gráfica anterior se ve reflejado el bienestar psicológico como una categoría donde se desprenden subcategorías como *duda*, que se relaciona con la incertidumbre evidenciada en los estudiantes en el momento de responder preguntas relacionadas con la categoría mencionada; la subcategoría denominada *significado de promoción y prevención* ligado con la experiencia promoción y prevención, donde también se relaciona la experiencia ante una dificultad que expresaban los estudiantes al realizar

funciones de la práctica de la carrera psicología desde la modalidad remota. También se encuentra la subcategoría de salud mental asociado a la promoción y prevención que se ligan a las estrategias propuestas por los practicantes para impactar desde el programa PRISMA a sus beneficiarios.

Partiendo de lo anterior, se presentan los relatos relacionados a la categoría bienestar psicológico desde la subcategoría de la experiencia promoción y prevención y experiencia ante una dificultad:

S1: *“Mira que es complejo porque pues para que ellos opinen, para que escriban para que de pronto abran su cámara es muy difícil, pero como el tiempo que llevo dando esta psicoeducación he notado que me escriben y me preguntan pero ya a mi personal entonces ya estoy como haciendo como hablándoles, como explicándoles, de que no se guarden tan solo para ellos esas preguntas porque a otras personas les puede interesar, entonces ahí vamos como en la cosita, pero que sí me ha funcionado, he notado que ha empezado a soltar ese nervios”*

S3: *“Digamos en cuanto ahorita que estamos viendo nosotras es como mas ehh acompañamiento por parte de los docentes, porque tienen muy poco tiempo a disposición de nosotras entonces ehh en este caso por ejemplo, estamos dando charlas de clima organizacional esta semana que pasó y las personas que estaban conectadas ehh eran de una ips, de la defensa civil y eran personas que sabían más que nosotras, entonces pues estábamos dando una información a gente que sabía más que nosotras pero que aún así lo pudimos manejar, se pudo hacer pero pues estabamos solo las dos estudiantes dando la charla, hubiera sido diferente que hubiera estado un profesor que maneja más este tema, que lo domina mejor nos estuviera acompañando en esas sesiones, porque igual*

somos estudiantes en formación, no nos la sabemos todas y lo ellos la tienen más clara”

Lo anterior se aproxima a la práctica de los psicólogos en formación que da una concepción sobre los retos que se presentan para impactar a la población desde una modalidad no presencial, donde es relevante para ellos la participación de los beneficiarios para llevar a cabo una adecuada sala de escucha o psicoeducación, además de evidencia que la interacción con el otro permite una apertura en cómo recibe la información y se interesa por la misma.

Además, se resalta la importancia del acompañamiento docente a los estudiantes que brindan psicoeducación, debido a que relacionan el seguimiento que estos realizan para la construcción de conocimiento con un efecto relevante de las estrategias dirigidas a la población con alto nivel educativo, debido a que la seguridad que pueden brindar los docentes a los profesionales en formación permiten afianzar y fortalecer las herramientas adquiridas desde la teoría con la que dirigen las capacitaciones.

Por otro lado, se encuentra en la red semántica que relacionado a la categoría de bienestar psicológico se encuentra la subcategoría denominada salud, del que se desprenden los relatos ligados a las estrategias que han implementado los practicantes como salas de escucha, psicoeducación y la adaptación del lenguaje a la población que se exponen a continuación:

S3: “Lo que se ha hecho es dar definiciones, más en palabras comunes y no tan técnicas, como son personas de diferentes niveles económicos y diferentes niveles educativos entonces lo que se hablar en palabras más cotidianas para que la gente lo comprenda”

S2: “No, es que sucede que yo le doy la definición, de qué es el estrés, y ya te doy

el ejemplo, en algunas ocasiones te doy el ejemplo, en otras ocasiones pues ya miramos que es el tema a que va relacionado y lo hablamos”

S1: “Sí por lo que no hemos dado tanto lenguaje técnico entonces ha sido más fácil de comprender, entonces no se ha dado que para muchas personas digamos en el campo de la psicología lo vamos a entender pero en el día a día de las personas pues no lo conocen mucho, entonces ha sido eso”

S2: “...ah bueno bueno, coquito para mi, es que llegue a una... a ver yo les cuento bien, a nosotros nos capacitaban mucho, entonces si en la retroalimentación decimos “no entendimos nada” quedamos en las mismas... ¿usted conoce el libro de coquito? ¡NACHO! que es más común, así tal cual, ¿a usted como le enseñan a leer?, a usted le cogen el libro de nacho, como es la a, se la desglosan entonces a usted le desglosan nacho como uno empieza a leer, por la a, ahí es donde yo digo ¡coquito! con plastilina, usted cuando tiene que hacer un dibujo con plastilina ¿que tiene que hacer? calentar la plastilina, moldear bien para llegar y hacer una figura, entonces a eso es lo que voy, hay veces que la gente da una super psicoeducación, una super charla, pero no tiene la habilidad, la estrategia de explicarlo bien a sus asistentes, entonces todo muy lindo, todo muy bello, pero no supo dar la información, entonces es algo que nos ha funcionado bien porque nosotras hablando lo llevamos las experiencia, y eso es coquito, desglosar bien y hablar con plastilina y estar en ese otro lugar de la otra persona y no dar por entendido que eso es obvio, para mi es obvio pero para usted no, es eso...”

Se puede extraer de los significados relacionados al bienestar psicológico, que existe una asociación en los relatos con los desafíos que conlleva sintetizar la información que tiene lenguaje técnico a los beneficiarios del programa PRISMA, para

que la información se interiorice de forma efectiva y la adaptación de esta información en las personas que reciben la psicoeducación y las salas de escucha pueda ser aplicado en su diario vivir.

Adicional a lo anterior, las representaciones de las practicantes en cuanto al lenguaje que se implementa dentro de su lugar de prácticas es muy de “plastilina” es decir, *“tener la habilidad, la estrategia de explicarlo bien”* esto probablemente se debe a dos experiencias, la primera dada por la vivencia durante el proceso de la práctica profesional ya que a durante ese lapso de tiempo se percataron por sí mismas de la necesidad sobre el tipo de lenguaje que deben establecer para que la población logre adquirir un aprendizaje significativo a partir de las salas de escucha y psicoeducaciones; la segunda se lleva a cabo por medio de la capacitación de sus asesores de práctica, los cuales las instruyen en la manera de referirse a los individuos con el fin de obtener un impacto significativo sobre la población con la que trabajan.

De la misma forma, se resalta que para impartir una charla estructurada es necesario tener ideas previas para desarrollar de forma pertinente las temáticas planteadas por los estudiantes, por lo tanto se evidencia que uno de los desafíos para ellos para promover y prevenir el bienestar psicológico es la formación, comprensión y esquematización previa de la información.

Cabe mencionar que, a partir de las experiencias vividas al promover y prevenir el bienestar psicológico con apoyo de las estrategias mencionadas, se construyen los significados de la categoría modalidad remota, donde se relaciona las ventajas de la misma en los siguientes relatos:

S2: “La ventaja yo creo que podríamos llegar a muchos ... muchas personas de lo

que hemos conocido, aquí hay personas de diferentes sectores acá económicos, salud, hay del sector financiero, de la defensa civil, gente militar, osea la variedad a sido mucha en cuanto a la variedad de los asistentes”

S2: “ventajas, muchas, las ventajas es porque de pronto nos podemos acomodar en los horarios, como dirían soy mi propio jefe, por decirlo así, entonces soy libre a que hora me programa para hacer mis trabajos mis psicoeducaciones”

S2: “...todo este gremio virtual tiene muchas herramientas una de ellas es como hacer diapositivas otra de ellas qué herramientas se utilizan para hacer diapositivas o que otras herramientas hay para que no se vuelva monótono, otra herramienta puede ser con qué actividad iniciar, la psicoeducación o la sala de escucha, si se inicia o no con una actividad...”

En este sentido, es importante retomar que dentro de las concepciones sobre las ventajas y facilidades que brinda la modalidad remota anidadas en los relatos de los practicantes, se resalta la cobertura que tiene la información brindada, debido a que esta modalidad no tiene limitaciones geográficas para poder brindar salas de escucha y la psicoeducación a la población que no está relacionada o vinculada con la universidad.

También se resalta la mención de las herramientas utilizadas en este medio y el tiempo para hacer uso e implemento de las mismas, puesto que se relaciona con la práctica remota y la autonomía del estudiante para realizar sus actividades académicas en esta modalidad, puesto que facilita ajustar sus horarios y causa una percepción de “libertad” o flexibilidad para ejercer sus funciones.

Sin embargo, la subcategoría de diferencias promoción y prevención se relaciona con la subcategoría denominada desventajas de la modalidad remota, de las cuales los

practicantes relatan lo siguiente:

S1: *“Pues no se si es porque les da pena que los vean, o solo por el hecho de prender el micrófono solamente escriben, entonces es por esa parte”*

S2: *“...virtual sinceramente es muy difícil que las personas hablen, aporten, dialoguen, es complicado, de 10 personas hablará 1 si mucho, es eso más que todo, hablar, relacionarnos con las demás personas...”*

En estos relatos se evidencia que la concepción de las desventajas que tienen los estudiantes están ligadas con la interacción que se tiene dentro de las salas de escucha y psicoeducaciones con los asistentes a la misma, debido a que por medio de la comunicación y participación se tiene un amplio construcción del conocimiento y efecto hacia los beneficiarios del programa. Además, se resalta como la relación con el otro por medio de esta modalidad remota es relevante no solo para las personas que acuden a las charlas sino también para el crecimiento profesional de los estudiantes que lo imparten, teniendo en cuenta que es el único medio por el que pueden ejercer sus prácticas actualmente.

Siguiendo con lo anterior, durante el ejercicio de plantear estrategias y formas para incrementar la interacción y promover la participación para que los asistentes pierdan el temor; los estudiantes del programa PRISMA de la misma forma han tenido que trabajar en el miedo a la opinión pública, como se evidencia en el siguiente relato:

S2: *“Que le diga a usted, no usted no sirve pa eso, eso tan raro, esas tonterías que usted dice, esas bobadas, todo eso que a usted le diga, no sé si usted de pronto le tiene miedo a eso a la crítica o a salir en público y que se caiga, ósea en cuestión de eso, que tiene que dar una charla y que usted diga, “ay y si me caigo” o que se equivoque...”*

Cabe resaltar que la subcategoría llamada opinión externa, se denominó de esta forma debido a que se pudo evidenciar una relación estrecha con el miedo a la opinión ajena sobre cómo el estudiante desenvolverá sus funciones como psicólogo en formación por medio de la modalidad remota en época de pandemia, teniendo en cuenta que los estudiantes vienen de una modalidad cien por ciento virtual y la tensión que se generó al iniciar su proceso de práctica está ligado a las representaciones sobre el concepto de bienestar psicológico a través de la mediación tecnológica.

En otra instancia, relacionado a la subcategoría de salud mental se encuentra la promoción y prevención del cual los estudiantes comentaron lo siguiente:

S1: “Para mi primeramente la promoción pienso que es como un tipo de campaña que se hace precisamente para promocionar el tema que se va a dar y pues en prevención es cómo hacer algo para prevenir dicha cosa, para prevenir que suceda de una forma como negativa, es evitar eso”

S1: “Dentro de PRISMA, eh hh ¿esto ya es más clínico no? mi abordaje, mi enfoque es más organizacional, de todas formas yo pienso que desde lo clínico se abordaría con sesiones...”

S2: “Es en torno a la estabilidad del colaborador, evitando riesgos psicosociales, promocionando, eh realizando capacitaciones adecuadas, eh hhhh, inculcarles mucho que la salud mental es fundamental en todo, es lo primero que se debe trabajar, primero qué en la salud, ya que si la salud mental de nosotros no está bien, pues, se nos afecta la salud en sí...”

S3: “La promoción y prevención es como tomar medidas que acción que nos puedan ayudar a disminuir el riesgo, prevenir enfermedades, y pues hacer de que las

cosas dentro de una organización funcionen mejor y pues para cada persona, a nivel general.”

Es preciso resaltar que dentro de las significaciones que tienen los estudiantes sobre promoción y prevención está relacionado el concepto de salud mental como el foco principal para determinar la necesidad de las capacitaciones o charlas. Sin embargo en el relato del sujeto 1 se evidencia que la promoción y prevención está ligado netamente a la psicología con enfoque clínico con una única opción de abordar a las personas que es desde sesiones, es decir que los otros enfoques como el organizacional donde se encuentra el estudiante no tiene relación con las funciones que realiza dentro del programa.

El sujeto 2 y 3 ligan los conceptos mencionados anteriormente con las medidas de acción para trabajar situaciones que colocan en riesgo el bienestar psicológico de la población que requiere de los servicios del programa PRISMA. Sin embargo en las tres verbalizaciones se encuentra la definición de estas categorías predeterminada según el enfoque de psicología del estudiante, donde encuentran una diferenciación según la forma de trabajar con las personas de cada línea.

Continuando con el análisis, desde la categoría denominada modalidad remota, se contempla la subcategoría identificada como “impacto programa Prisma” en la cual las practicantes hacen referencia a la trascendencia del programa sobre la población, como se verá en los siguientes relatos:

“...No yo creo que ahorita es tan importante el poder educar no importa, por lo menos en mis espacios son abiertos para todo público, por ejemplo hay estudiantes, hay de todo entonces me parece super, esto puede llegar a cualquier persona y yo creo que si

se replicara entre mas y mas personas, claro va a tener una acogida mucho mucho más grande...”

“...Referente a replicar prisma, NOOO, porque si estamos hablando de psicoeducación y estamos hablando de un tema y tengo que darlo en x empresa con el nombre de PRISMA en la universidad, se puede dar, esa es la ventaja de PRISMA, yo soy mi propio jefe no hay ningún inconveniente, se puede dar en cualquier lugar no precisamente en la universidad, en cualquier lugar puedo ya hablar con propiedad a hablar de la fundación y en prisma dando una adecuada psicoeducación...”

“...En otros escenarios...pues es que yo creo que PRISMA sí podría abarcar yo creo muchísimos campos por el tema de... no sé si ponen a chicos de derecho y los chicos dan psicoeducación y salas de escucha basados en eso, muy probablemente encontrarán población interesada, ya sea los mismos estudiantes, o ya sea familiares o sectores educativos o laborales...”

En estas experiencias se argumenta el impacto que tiene el programa y la posibilidad de la replicar PRISMA en otros escenarios, ya que las tres practicantes establecieron respuestas similares relacionadas a la posibilidad de llevar a cabo los procesos de PRISMA en otros lugares, tanto de la capital de Colombia, como en otras carreras distintas a psicología.

Por lo tanto, se puede inferir que las representaciones de las practicantes en cuanto al programa hace referencia a la relevancia social y el beneficio dado a un gran número de personas, por lo cual tiene el potencial para poder llegar a más lugares fuera de la universidad. Asimismo, esta subcategoría se asocia directamente con las experiencias positivas que han experimentado las practicantes relacionadas a su práctica

profesional dentro del programa y que se representan en los siguientes relatos:

“... Me he sentido muy bien, digamos que con la compañera con la que estoy hemos sido de gran apoyo las dos, somos totalmente diferentes en muchas cosas entonces nos hemos podido complementar la una a la otra, los estilos de trabajo, hemos aprendido muchísimo en cuanto a hablar en público, hemos aprendido a manejar esto de la virtualidad, que si nos funcione el internet, que nos funcionen las diapositivas, que el video se escuche del otro lado que no solo lo escuche el que lo esté transmitiendo, ehh.. a desarrollarnos, hemos aprendido pues todos los temas que hemos dado, además tenemos que estudiar, buscar información, hacemos unas simulaciones antes de cada charla, entonces como que lo interiorizamos mucho, entonces a parte de aprender sobre herramientas tecnológicas, hemos aprendido sobre todos los temas que hemos aplicado...”

“...Pues en este sentido ha sido interesante manejar estos temas y más que el aprender a desarrollarnos por este medio, entonces qué hacer presentaciones que sean llamativas que no sean muy cargadas, manejar adecuadamente, que si estamos transmitiendo un vídeo, que el video se escuche que no haga interferencia el sonido, que el público que hacerlo que participe que es lo más difícil que nos ha parecido, hacer que la gente participe, ehh que más, en cuanto aplicaciones aprender a manejar diferentes como powerpoint y cosas así, como diferentes herramientas, ha sido enriquecedor en todo este sentido y pues permitirle a uno desenvolverse en estos medio pues porque hay mucha gente que nunca prende la camara ni nada porque le da miedo o no se pueden expresar, entonces aprender todo esto ha sido chevere...”

“Bien, hasta ahora el trabajo que he realizado con prisma me ha parecido bueno,

productivo, siento que la organización le falta mas organizacion, yo se que es nueva, apenas llevamos 1 año pero esta organización prisma le falta pulirse un poco más, diseñar las estrategias, pero siento que este año he aprendido mucho en mi caso, yo soy una...era era, he cambiado bastante para hablar, yo les digo, osea terrible, osea mi primer psicoeducación me quemó por dentro, yo no soy de las que sudo pero sentí que mis cachetes estaban rojos, horrible, osea super asustada, super nerviosa, si se va a conectar la gente sí, osea muchas muchas, que vana a decir de mi, osea muchas preguntas, ya medida de tanto, pues ya llevamos 6 e 12 y otras 6, 19, ¿si? la matemáticas y yo, entonces la práctica hace al maestro, si yo no hubiera hecho eso, Yuliana tiene que presentar alguna psicoeducación, ¿que? una crisis total, pero sí me ha servido mucho en cuestiones personales, retos porque solo para mi, enviarle la invitación a mi familia, tanto por apellidos, como papa y mama de ese gremio, ush, pero por miedo a crítica, era más que todo eso y a los amigos pues conocidos, osea yo si se lo enviaba pero a los de toda la vida? ¿usted cree? noo a ellos nunca los invitaba y no, y di ese paso y los invite, y ps como dicen, no hay peor diligencia que la que no se hace, si la hizo bien, y si no si la hice malo, pues corrijamos y sigamos, entonces la experiencia ha sido, muy bien ha sido excelente...”

Se puede inferir a partir la revisión y análisis de los relatos anteriores, que las experiencias positivas de las practicantes, se relacionan al aprendizaje empírico adquirido durante el proceso de la práctica, en torno a la elocución con especial atención en la pronunciación, la gramática, el estilo y el tono, y del manejo de los medios virtuales, con el fin de compartir la información que se facilita en las psicoeducaciones, asimismo se evidencia el desarrollo de capacidad de síntesis y abstracción de información.

Para continuar con la categoría de modalidad remota se establecen las siguientes subcategorías; diferencias de la presencialidad y la modalidad remota, significado de la presencialidad, desventajas y ventajas de la presencialidad. Es importante hacer referencia a la representación que tienen las practicantes ante la diferencias que se identifican tanto en la presencialidad como en la modalidad remota, asimismo surge la subcategoría de “significado de la presencialidad” en el que se asocian los relatos en torno a las ventajas y desventajas de realizar los procesos de su práctica de forma presencial.

“...Será porque en presencial estoy en contacto con las demás personas y me pueden hablar más, me pueden decir como se sienten, me pueden preguntar más, en cambio virtual sinceramente es muy difícil que las personas hablen aporten dialoguen, es complicado, de 10 personas hablará 1 si mucho, es eso mas que todo, hablar, relacionarnos con las demas personas y tambien otra seria mas facil brindar la psicoeducación porque yo voy vendo mi producto a las empresas entonces ya se programa 1 dia y hay gente, hay 10 o 20 personas y yo voy, mientras que en esa modalidad toca como recolectar la población, la gente, mirar si si llegaron, si no llegaron, si cumplieron, si no, entonces hay varias diferencias, varias cositas. Ir a las empresas es un reto más grande porque me tengo que preparar mejor debo llevar más conocimiento, hablar con más propiedad y las diapositivas deben ser mínimas porque las personas van a preguntar más entonces el tiempo va corriendo, mientras que virtual, hay que hacer varias diapositivas tener buen argumento, o si la persona es calladita o no tiene bastante argumento es complicado porque toca tener mas diapositivas ya que las personas no participan y hay que mirar si si se conectan las personas si no se concretan

en cambio cuando tiene la lista de empresas ya sabe como se tiene que preparar y va y la da porque ya están las personas...”

“...en la psicoeducación y salas de escuchas, de poderlos ver porque pues al hacerlo presencial no se va a ver tan de cerca, y pues en cuanto a participación a veces es compleja...”

“...Pues ahí cambiaría en el sentido de que tu presencial puedes no se dar folletos, tú puedes dar alguna cartilla alguna publicidad, presencial tu podrias compartir la información virtual pero pues no se sabe que tanto la vayan a revisar después, ehh se podrían presentar de diferentes maneras que sean como más didácticos en diferentes programas que sean como teniendo en cuenta las diferentes capacidades de la gente de aprender...”

De los anteriores relatos, se recalca que a partir de las experiencia de las practicantes sus representaciones sobre llevar los procesos de forma presencial se enfocan en la proximidad o la interacción de manera presencial con los individuos y asimismo la mínima utilización de los recursos tecnológicos, ya que se cuenta con la posibilidad de buscar estrategias en torno a conversaciones más fluidas sobre las psicoeducaciones y salas de escucha. Hacen referencia a una mayor comprensión por parte de los individuos ya que es posible prestar más atención cuando la información se comparte presencialmente.

En segunda instancia, a partir de la subcategoría “significado de la presencialidad” se asocian los relatos en torno a las desventajas de realizar los procesos de su práctica de forma presencial.

“...me hubiera sentido peor, nooo, imagínese yo estar ahí en frente de 50, 30

bueno 10, nooo, yo creo que si, la cantidad, no, estar entre 30 estudiantes universitarios, Dios mío de eso 50 prestan atención 10 porque los otros están en otro cuento y noooo no se que hubiera hecho, si hubiera sido capaz o no, yo creo que hubiera sido más terrible...”

“...super pero, depende el lugar, a que voy con depende el lugar? ehh yo vivo en pereira por ejemplo a mi “utilizarse” entre comillas, digo utilizamos para ir a la u ya que me queda cerca, las personas de bogotá claro que vayan a la sede, en valledupar también, pero ya si son de otro punto a nivel nacional si queda muy difícil, entonces depende de donde esté la persona o ser exclusivos y decir que solo reciben personas que estén cerca a las sedes principales, entonces residen por aca en el eje cafetero, personas de armenia, caldas, de quindío, del valle del cauca, puede ser porque cartago queda cerca, que les quede fácil llegar a la sede principal, puede ser una buena estrategia, puede ser una buena estrategia 50 50 o presencial 100, en Bogotá que queden cerquita porque he visto que dicen Bogotá, pero hay veces que se demora 5 horas para llegar al lugar, entonces que estén entre comillas, cerquita, lo mismo en Valledupar, trabajar en torno a las sedes principales, sería buena estrategia, y si son personas como yo, aprenderían mucho más, porque osea yo no sé, siento que estaría en un 50/50 si me dicen Lorena vaya y haga una psicoeducación presencial, no se como reaccionaria ...”

Para finalizar, los relatos en cuanto a las desventajas, hacen referencia a dos aspectos principales, es primero es el miedo a hablar en público, (aspecto que no es indiferente para el inicio de su práctica remota), ya que se dogmatiza no ser “capaces” de solucionar las dificultades que existan en el entorno como por ejemplo las personas que se encuentren hablando en el mismo momento en el que se realiza la psicoeducación.

En el segundo aspecto mencionan la importancia del desplazamiento, tanto de las practicantes como de la población con la que trabajan, ya que se desconoce la posibilidad de los individuos de transportarse hacia el lugar que se dará la psicoeducación. Enfatiza en las personas que viven en “*Armenia, Caldas, Quindío y Valle del Cauca*” ya que no hay sedes del Área Andina cerca. No obstante menciona la probabilidad de llevar a cabo los procesos de virtualidad y de presencialidad, teniendo en cuenta posibilidad de desplazamiento de los individuos ya que el proceso de aprendizaje sería más significativo.

En otro orden de ideas, se realizó el cruce de la información hallada en las entrevistas semiestructuradas para realizar la tabla de recurrencias de las categorías y subcategorías que se expone a continuación:

Tabla 6.

Tabla de coocurrencias

	o experiencia promocion y prevencion Gr=6	o impacto modalidad remota Gr=8	o impacto programa prisma Gr=10	o modalidad remota Gr=12	o prevencion Gr=14	o promocion Gr=33	o psicoeducacion Gr=14	o salas de escucha Gr=4	o salud mental Gr=3	o significado promocion y prevencion Gr=5	o ventajas modalidad remota Gr=8
o modalidad remota Gr=12	2	1	1	0	2	2	2	0	0	0	3
o opinion externa Gr=0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
o prevencion Gr=14	2	0	0	2	0	11	1	0	2	4	0
o promocion Gr=33	2	0	0	2	11	0	1	0	1	3	0
o psicoeducacion Gr=14	1	4	6	2	1	1	0	3	0	0	3
o salas de escucha Gr=4	0	1	2	0	0	0	3	0	0	0	0
o salud mental Gr=3	1	0	0	0	2	1	0	0	0	1	0
o significado promocion y prevencion Gr=5	0	0	0	0	4	3	0	0	1	0	0
o ventajas modalidad remota Gr=8	1	2	3	3	0	0	3	0	0	0	0

Se puede extraer de las tablas de concurrencias, que los conceptos que coocurren

son experiencia promoción y prevención dos veces con modalidad remota, esto quiere decir que la implementación del programa PRISMA por la mediación tecnológica tiene relación con las estrategias para mantener un adecuado bienestar psicológico, y también por este motivo promoción y prevención también tienen dos coocurrencias con la experiencia de las mismas.

En este sentido la modalidad remota presenta tres coocurrencias con las ventajas de la modalidad remota, ya que los estudiantes que se encuentran haciendo sus prácticas en el programa refirieron encontrar facilidad y flexibilidad horaria así como un impacto sin limitaciones geográficas dentro de esta modalidad.

En secuencia de lo anterior, prevención tiene dos coocurrencias con salud mental, puesto que dentro de los significados que se encontraron en los relatos, los practicantes refirieron que la prevención tenía como fin disminuir los factores que perjudican al individuo y lo relacionaron con salud mental, esto explica a su vez, la concurrencia hallada cuatro veces entre la prevención y el significado promoción y prevención.

Por otra parte, la psicoeducación coocurre seis veces con el impacto del programa PRISMA, se puede inferir que a partir de esta estrategia y metodología para promover el bienestar de los beneficiarios de PRISMA, se puede determinar el efecto y cumplimiento de que tiene el programa gracias a esta modalidad. En este sentido también es importante mencionar la coocurrencia que tiene las ventajas de la modalidad remota con el impacto del programa PRISMA, que se puede vincular con el apoyo que brinda esta modalidad para facilitar procesos de promoción y prevención a todo tipo de público que desee o necesite entrar a las salas de escucha o las psicoeducaciones que realizan los estudiantes.

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Este proyecto de investigación permitió sistematizar, analizar y reconstruir los relatos de las practicantes en torno a la implementación de los procesos de promoción y prevención a través de la mediación tecnológica, se logró determinar y comprender las representaciones que constituyen el esquema de pensamiento de las practicantes de psicología. En un primer momento se identifica el significado de las categorías principales “bienestar psicológico” “promoción y prevención” y “modalidad remota” las cuales indican rasgos generales que las practicantes tienen los significados de estas categorías en su mente, pero se les dificulta el proceso de transmisión de las mismas, se puede evidenciar en las muletillas que expresan y el tiempo que disponen para organizar sus ideas con respecto al tema tratado y mencionar un significado fluido y organizado

En segundo lugar, esta investigación posibilitó el análisis de las experiencias de las practicantes al implementar los procesos de promoción y prevención a través de la mediación tecnológica, por lo cual se identificó que el proceso de aprendizaje fue significativo en cuanto a la adquisición y complementación de los conocimientos y la capacidad de análisis. A pesar de las dificultades que experimentaron durante este proceso como sentimientos de angustia, que se catalogan como; “no estar lo suficiente preparadas para realizar sus funciones” consiguieron finalizar los objetivos propuestos con ayuda de sus tutores de práctica y de sus compañeras.

En un tercer momento, se abarca de manera general la comprensión de las representaciones de las practicantes en torno a la mediación tecnológica y la manera en

que se llevan a cabo los procesos de promoción y prevención del bienestar psicológico dentro de PRISMA. Se puede evidenciar a partir de los resultados que estos procesos generan un beneficio en cuanto a transmisión de información, a la comodidad y facilidad de la conexión a las psicoeducaciones y salas de escucha ya que se generan a través de videollamadas. No obstante se resaltan las opiniones con respecto a las dificultades que evidencian las practicantes tales como: “No saber si están prestando atención a la información que transmiten” y la dificultad de interacción de los beneficiarios del programa con ellos, ya que como lo mencionan los practicantes “casi no prenden el audio y la cámara y es difícil saber qué opinan acerca de...”

Para finalizar, se logró identificar y comprender que las practicantes disponen de habilidades para cuestionar y opinar sobre los procesos que se llevan a cabo en torno a la promoción y prevención del bienestar psicológico a través de la mediación tecnológica en PRISMA, de ese modo tener una posición positiva o negativa ante ello utilizando el conocimiento adquirido. Para concluir, se deben establecer estrategias que permitan fortalecer las oportunidades de mejora que se evidenciaron en el proceso de práctica manifestado por los practicantes pertenecientes al programa PRISMA, relacionado a las representaciones de las mismas teniendo en cuenta las siguientes recomendaciones:

Recomendaciones

Inducción

Con el fin de ayudar a los colaboradores a integrarse al medio de trabajo y tener un comienzo productivo, se recomienda implementar una inducción con herramientas diferentes a la cartilla de presentación, donde la información inicial sobre el programa brindado a los estudiantes se pueda ahondar por medio de vídeos sobre la historia de

PRISMA, su objetivo e impacto a la población, que sintetice de forma dinámica los datos relevantes del mismo, además desarrollar un modelo de preguntas básicas con el fin de reforzar el conocimiento sobre este programa y escenario de prácticas.

Por otra parte, se recomienda fomentar el trabajo en equipo dentro de los colaboradores del programa, facilitando en los primeros días una integración con todos los docentes de PRISMA y los practicantes del mismo, que favorezca el proceso formativo y la comunicación entre los miembros, para que de esta manera se aclare sus funciones, oportunidades de acción y tengan conocimiento de las necesidades del programa y así generar propuestas orientadas al crecimiento del programa en la comunidad Universitaria.

Capacitaciones

Las capacitaciones son herramientas que buscan mejorar la actitud, conocimiento y habilidades de los colaboradores con el fin de mantener un progreso óptimo dentro de la organización por esta razón se recomienda realizar capacitaciones enfocadas a juegos de roles con el fin de desarrollar competencias en cuanto a la manera de hablar en público, con estrategias que permiten fomentar la confianza, reforzar los conceptos de promoción y prevención del bienestar psicológico.

Para finalizar las practicantes mencionan la necesidad de realizar más acompañamiento por parte de los docentes de prácticas en dos situaciones, la primera hace referencia a la capacitación de los temas a tratar en las salas de escucha y psicoeducaciones que no les queda claro a las practicantes, puesto que manifiestan que sería de gran ayuda que los profesionales refuercen estos temas con ellas en un tiempo mayor a la hora semanal que tienen de tutoría. La segunda se refiere al acompañamiento

durante las salas de escucha y psicoeducaciones, ya que se sienten solas al momento de realizar estos procesos y perciben que sería mejor si el instructor estuviera con ellas.

DISCUSIÓN

En este apartado, es de interés mencionar que la codificación axial permitió dar respuesta al abordaje del problema central del presente estudio, resaltando las representaciones sociales al promover y prevenir el bienestar psicológico desde la mediación tecnológica, pues las principales características develadas por los relatos de los estudiantes fueron procesos reflexivos, así como la relevancia de la interacción estudiante-docente y estudiante-asistente a la psicoeducación, que está predeterminado por la comunicación, diálogo e interacción para obtener un proceso educativo favorable, esto se relaciona con González (2012) quien define el encuentro sincrónico como una herramienta tecnológica que permite la interacción entre docente y estudiante en tiempo real y a su vez permite construir un conocimiento para reforzar el aprendizaje de forma colaborativa, donde la interacción entre las personas involucradas en el proceso educativo es fundamental.

De la misma forma, entre las subcategorías halladas dentro del bienestar psicológico se encuentra la estrategia denominada adaptación del lenguaje a la población, como una acción intencional que está orientada a construir saber por parte de los estudiantes a los asistentes por medio de la interacción y participación que esperan en las salas de escucha y la psicoeducación, esto se relaciona con Rizo (2006), quien menciona que la interacción es la comunicación con otro individuo, que facilita el intercambio de vivencias e ideas para dar sentido a la realidad y sociedad que los rodea; por este motivo se recalca el propósito de la operacionalización que realizan los estudiantes con las

palabras técnicas, ya que esto hace parte del impacto que desean tener dentro del programa PRISMA.

Una subcategoría relevante dentro de los relatos es la opinión externa, debido a que se evidenció la importancia que le dan los estudiantes a los criterios de otros relacionados a sus funciones como practicantes dentro del programa PRISMA. Esto se relaciona con la definición que Moscovici (1979) le da a las representaciones sociales al afirmar que están sujetas a transformaciones, puesto que los conceptos y opiniones ajenas influyen en la construcción de la realidad, debido a que sus observaciones se cruzan con las que están establecidas e impactan en el pensamiento y comportamiento relacionado a un objeto, fenómeno o situación.

Por otro lado, los significados relacionados a las ventajas de la modalidad remota, se relacionan a la mediación tecnológica y está ligado con la concepción de flexibilidad del tiempo, ya que los estudiantes no están sujetos a un horario específico para poder cumplir con los objetivos que tienen en la prácticas y esto se enlaza con la definición que dan García & Lorenzo (2017) al mencionar que el aprendizaje que se da por medio de plataformas virtuales promueve la autonomía del estudiante para cumplir con las tareas asignadas por la institución educativa, además el alcance que tiene la información que se transmite es ilimitada, debido a que no existen restricciones por espacios geográficos para brindar y construir conocimiento nuevo.

Relacionado a las subcategorías impacto programa PRISMA desde la mediación tecnológica, se infiere que los efectos en una población desde la promoción y prevención son relevantes no solo en un ámbito educativo sino también para personas que no están relacionados a la misma, puesto que en tiempos de pandemia se incrementó la necesidad

de apoyar a las personas que requerían de salas de escucha o psicoeducación.

Asimismo, los significados sobre la promoción y prevención que se anidan en los estudiantes, están ligados con las acciones que creen que definen estos conceptos como las capacitaciones o las psicoeducaciones que mencionan en los relatos. De esta forma se relaciona la definición de Sánchez (2004) quien recalca que la promoción es el establecimiento de entornos saludables, es decir, ambientes que favorezcan al bienestar con el objetivo de desarrollar capacidades en otros individuos para afrontar de forma eficaz las problemáticas presentadas en el ambiente, así mismo se liga con (Vacarezza, et.al, 2011) quien define la prevención como la reducción de factores de riesgo y la disminución en el avance de los mismos.

Sin embargo, en cuanto al análisis sobre el relato del sujeto 1 que menciona la promoción y prevención como algo perteneciente al enfoque clínico, se puede decir que con las definiciones de Sánchez (2004) y (Vacarezza, et.al, 2011) existe una brecha, puesto que estos autores no enfatizan en que estos procedimientos para mantener un adecuado bienestar psicológico depende del enfoque que tenga el profesional ni tampoco mencionan una convergencia entre estas.

En otra instancia, la percepción que tienen los estudiantes sobre la necesidad de un acompañamiento constante por parte de los docentes se puede relacionar con la segunda óptica de Jodelet (1986), donde resalta que el sentido dado a la experiencia a través de la interpretación que surge por vivencias compartidas o en común, definen en los individuos creencias o deseos sobre alguna situación, que en este caso sería tener una orientación con una duración de tiempo mayor a la hora semanal por parte de los profesores de la universidad para afianzar los conocimientos de las psicoeducaciones o

salas de escucha que imparten a la población que llega como asistente y que además es diversa.

Lo anterior, también se puede relacionar con la definición que da Moscovici (1979) a las representaciones sociales, donde enfatiza que son organizaciones de imágenes y verbalizaciones que simbolizan situaciones que se convierten en comunes, en este caso se relaciona a la situación coincidental que experimentan los practicantes de psicología PRISMA en cuanto al deseo de tener más tiempo con el docente para aclarar dudas, también se vincula a la situación que viven en común dentro de las salas de escucha y la psicoeducación, donde se les presenta el reto de promover la participación de los asistentes.

Para finalizar, es importante resaltar que el programa PRISMA nació a partir de la pandemia para mantener una adecuada salud mental y bienestar psicológico, por este motivo se puede relacionar este hecho, los significados que surgen a partir de ese momento histórico y las experiencias desde la mediación tecnológica de los practicantes de psicología organizacional, con las representaciones sociales polémicas postuladas por (Moscovici 1985, citadas por García y Puebla, 2018), quien las define como representaciones que surgen en grupos que atraviesan situaciones controversiales a nivel social frente a un fenómeno, donde empiezan a manifestarse pensamientos colectivos que conllevan a un cambio social en la dinámica de ese grupo específico para adaptarse a una realidad.

REFERENCIAS

Acosta, Carmary, & Villegas, Breyda (2013). Uso de las aulas virtuales bajo la modalidad de aprendizaje dialógico interactivo. Revista de Teoría y Didáctica de las Ciencias Sociales, (19),121-141.[fecha de Consulta 13 de Octubre de 2021]. ISSN: 1316-9505. Disponible en:

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=65232225008>

Alicia, E. Robert, J. García, A. (2007) BIENESTAR PSICOLÓGICO Y SU USO EN LA PSICOLOGÍA DEL EJERCICIO, LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE. Universidad de Las Palmas de Gran Canaria Las Palmas de Gran Canaria, España.pp. 31-52

Álvarez, D. y Lopera, P. (2021).TELETRABAJO Y TRABAJO EN CASA: DIFERENCIAS Y POSIBILIDADES EN EL MARCO DE LA PANDEMIA POR COVID 19, Universidad Eafit, Colombia.

[https://repository.eafit.edu.co/bitstream/handle/10784/27447/Valentina_Arango Lopera_Daniela_PreciadoAlvarez_2021.pdf?sequence=2&isAllowed=y](https://repository.eafit.edu.co/bitstream/handle/10784/27447/Valentina_Arango_Lopera_Daniela_PreciadoAlvarez_2021.pdf?sequence=2&isAllowed=y)

Areandina lanza Programa integral de salud mental PRISMA. (2020).

areandina.edu.co. Recuperado de:

<https://www.areandina.edu.co/noticias/areandina-lanza-programa-integral-de-salud-mental-prisma>

Avogadro, M. & Quiroga, S. (diciembre de 2015). La mediación tecnológica y las TIC: fenómenos y objetos técnicos. Scielo.

<https://www.redalyc.org/pdf/1995/199543036052.pdf>.

Bravo, L. García, U. Martínez, M. y Varela, M. (2013). La entrevista, recurso flexible y dinámico. *Investigación en educación médica*, 2(7), 162-167.

Recuperado en 07 de septiembre de 2021, de

http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-50572013000300009&lng=es&tlng=es.

Beristain, C. (2008). Diálogo sobre la reparación. Experiencias en el sistema interamericano de derechos humanos. Tomo 2. San José, Costa Rica: Instituto Interamericano de Derechos Humanos.

CEPAL. (2020). América Latina y el Caribe ante la pandemia del COVID-19 Efectos económicos y sociales. Recuperado de:

https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/45337/4/S2000264_es.pdf

Contini N, Coronel P, Levin M y Estévez A (2003), Estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes escolarizados de Tucumán, Universidad Nacional de Tucumán psicólogo en ingresantes a la carrera de psicología de

Córdoba, Argentina. a. *Informes Psicológicos*, 17(1), pp. 143-158

<http://dx.doi.org/10.18566/infpsic.v17n1a08>. Contreras, Françoise, & Esguerra, Gustavo (2006). Psicología positiva: una nueva perspectiva en psicología. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 2(2), 311-319. [fecha de Consulta 18 de Julio de 2021]. ISSN: 1794-9998. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=67920210>

Contreras, F. y Esguerra, G. (2006). Psicología Positiva: una nueva perspectiva en psicología. *Diversitas: perspectivas en psicología*, 2(2), 311-319.

DANE. (2020). Salud mental en Colombia: una aproximación desde las estadísticas oficiales en el contexto de pandemia. Ministerio de la Protección Social. Disponible en: <https://www.dane.gov.co/files/webinar/presentacion-webinar-salud-mental-en-colombia-21-10-2020.pdf>

Durkheim, E. (1992). *Las formas elementales de la vida religiosa. El sistema totémico en Australia*, Akal, Madrid.

Durkheim, E y Mauss, M. (1971). “De ciertas formas primitivas de clasificación. Contribución al estudio de las representaciones colectivas”, en Marcel Mauss, *Obras II. Institución y culto*, Barral, Barcelona.

Fundadores. areandina.edu.co. Recuperado de: <https://www.areandina.edu.co/la-institucion/fundadores>

García, R. y Puebla, B. (2018). Representaciones sociales y comunicación: apuntes teóricos para un diálogo interdisciplinar inconcluso. *Convergencia*, 25(76), 147-167. <https://doi.org/10.29101/crcs.v25i76.4590>

García Aretio, Lorenzo (2017). Educación a distancia y virtual: calidad, disrupción, aprendizajes adaptativo y móvil. RIED. *Revista Iberoamericana de Educación a Distancia*, 20(2),9-25.[fecha de Consulta 13 de Octubre de 2021]. ISSN: 1138-2783. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=331453132001>

González, M. (2012). E-learning sincrónico: aspectos críticos para una planeación efectiva. Universidad militar nueva granada.

Hernández, S.Fernández, C. & Baptista, L. (2014). Metodología de la investigación. 6a. ed. México D.F.: McGraw-Hill.

Jodelet, D. (1986). La representación social: fenómenos, conceptos y teoría. Pensamiento y vida social (pp. 469-494). Barcelona, Páidos.

Instituto de Estudios Peruanos (2002) Taller Interactivo: Prácticas y Representaciones de la Nación, Estado y Ciudadanía en el Perú LA REPRESENTACIÓN SOCIAL: UN CONCEPTO PERDIDO. IEP - http://aprendeonline.udea.edu.co/lms/moodle/pluginfile.php/66011/mod_resource/content/0/representacion_social_un_concepto_perdido_moscovici.pdf.

Línea 192 ya ha atendido 2.100 llamadas para atención en salud mental. Ministerio de salud.

(2020). recuperado de: <https://www.minsalud.gov.co/Paginas/Linea-192-ya-ha-atendido-2.100-llamadas-para-atencion-en-salud-mental.aspx>

Lopez, J. (2016). *Representaciones sociales del agua en un contexto de conflicto socioambiental por exploración minera - corregimiento de Palocabildo Jericó - Antioquia*

Martí y Cebrián (2018). Guía para la intervención telepsicológica. Colegio oficial de psicólogos. Madrid.

- Mazorco J. (2021). Representaciones sociales sobre la salud mental construidas por los miembros de una universidad regional en Ibagué, Colombia: un abordaje metodológico mixto. *Revista Colombiana de Sociología*, 44(2), 95-121.
- Molano, C. Romero, A. & Pinilla, C. (diciembre de 2015). Mediación tecnológica como herramienta de aprendizaje de la lectura y escritura ALTERIDAD. Scielo. <https://www.redalyc.org/pdf/4677/467746222006.pdf>
- Muratori, M. Zubieta, E. Ubillos, S. Gonzales, J. Y Bobowik, M. (2015). Felicidad y Bienestar Psicológico: Estudio comparativo entre Argentina y España. ISSN 0717- 0297. pp 2-4
- Moscovici, S. (1979). El psicoanálisis, su imagen y su público. Buenos Aires. Argentina. Editorial: Huemul S. A.
- ProColombia, (2017). Guía para la implementación de la política de Trabajo Remoto en ProColombia, Colombia.
- Ochoa, A. (2013) La Teoría Fundamentada como metodología para la integración del análisis procesual y estructural en la investigación de las Representaciones Sociales, Universidad CES. Medellín, Colombia
- OMS (2020) Bote de enfermedad por coronavirus (covid 19).
- OMS. (2008) La Atención Primaria de la Salud. Más Necesaria que Nunca. Informe sobre la Salud en el Mundo.

OMS. (s.f.) Promoción de la salud. recuperado de:

<https://www.paho.org/es/temas/promocion-salud>

Oriol, A. (2012). Resiliencia. *Educación Médica*, 15(2), 77-78. Recuperado en 18 de julio de 2021, de

http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1575-18132012000200004&lng=es&tlng=es.

Palacios, G. (2016). La codificación Axial, innovación metodológica Axial codification, methodological innovation. RECIE. Revista Electrónica Científica de Investigación Educativa Vol. 3, núm. 1, enero-diciembre 2016, pp. 497-509. Rcuperado de: <file:///Users/lauragabrielblancoparra/Downloads/244-Texto%20del%20art%C3%ADculo-1141-3-10-20181126.pdf>

Raffo, P. (2004). Acompañamiento Psicológico y Terapia Psicológica. Perú : Instituto Interamericano de Derechos Humanos.

Rizo, M. (2006). La interacción y la comunicación desde los enfoques de la psicología social y la sociología fenomenológica. Breve exploración teórica. México. Editorial: Universidad Autónoma de la Ciudad de México. (pg. 16) Recuperado de <https://ddd.uab.cat/pub/analisi/02112175n33/02112175n33p45.pdf>

Rocha, M. Mendonça, R Lopes, Santos, N. (2013). Entrevista fenomenológica: peculiaridades para la producción científica en enfermería. *Index de Enfermería*, 22(1-2), 107-110.

Ruiz, A. y Valera, M. (2020) SARS-CoV-2 y pandemia de síndrome respiratorio agudo (COVID-19). España

Salazar, M. y García, T. (2007). Representaciones sociales: teoría e investigación. México. Primera Edición.

Sampieri, H. Collado, F. Baptista, P. (2013) Metodología de la investigación. México

Sánchez, A. (2004). Curso de Gestión Local de Salud para Técnicos del Primer Nivel de Atención: Introducción a la Promoción de la Salud. Costa Rica.

Editorial: Universidad de Costa Rica. (pg. 6) Recuperado de

<https://www.binasss.sa.cr/opac>

[ms//media/digitales/Introducci%C3%B3n%20a%20la%20promoci%C3%B3n%20de%20la%20salud.pdf](https://media/digitales/Introducci%C3%B3n%20a%20la%20promoci%C3%B3n%20de%20la%20salud.pdf).

Statista (2021) Business Data Platform. Alemania

<https://dx.doi.org/10.4321/S1132-12962013000100024>.

Sarmiento, M. y Pérez, N. (2020). Guía de buenas prácticas de trabajo remoto para el sector asegurador. Fasecolda. Colombia

Salinas, P., & Cárdenas, M. (2008). *Métodos de investigación social*

(Segunda Edición, Vol. 1). Ediciones Universidad Católica del Norte.

<https://biblio.flacsoandes.edu.ec/libros/digital/55374.pdf>

Strauss, A. y Corbin, J. (2002). *Bases de la investigación cualitativa. Técnicas y*

procedimientos para desarrollar la Teoría Fundamental. Medellín: Universidad de Antioquia.

Seligman, M.E.P. (1999). The presidents address. APA.1998. Annual Report.

American Psychologist, 54, 559-562.

Vacarezza M, Álvarez C y Sosa A, (2011) Niveles de atención, de prevención y atención primaria de la salud, Uruguay.

Vélez Restrepo, O. (2005) Actuación profesional e instrumentalizad de la acción.

En Tonon, G. Las técnicas de actuación profesional del Trabajo Social.

Buenos Aires. Espacio Editorial. pp 17-28

Vielma, R.(2020).Una visión alternativa para el estudio del bienestar psicológico subjetivo durante la formación docente.

ANEXOS

Anexo 1. Guía de entrevista con estudiantes.

FUNDACIÓN UNIVERSITARIA DEL AREA ANDINA
PROYECTO DE GRADO
Guía de entrevista

1. Datos generales

Nombres y apellidos del entrevistador (a):

Fecha de la entrevista: _____

Semestre y curso: _____

2. Etapas de la entrevista

2.1 Etapa social

(Saludo, presentación, generar clima de confianza, explicar motivo de entrevista)

2.2 Etapa de interacción

(Establecer preguntas, formular nuevas preguntas con base en las respuestas obtenidas)

MEDIACIÓN TECNOLÓGICA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO

1. ¿Para usted qué es la promoción y prevención del bienestar psicológico?

2. ¿Cómo se realiza la promoción y prevención del bienestar psicológico en el programa PRISMA?

3. Describa su experiencia desde la práctica profesional en la modalidad remota

4. Mencione algunas ventajas y desventajas de la promoción y prevención el bienestar psicológico desde la modalidad remota

5. ¿Cuál considera la mejor manera de implementar la promoción y prevención desde la modalidad remota?

6. ¿Considera que se debe dar continuidad a los procesos de promoción y prevención del bienestar en modalidad de alternancia?

7. Mencione ¿Qué diferencias cree que existen entre promover y prevenir el bienestar psicológico desde la modalidad presencial y remota?

8. ¿Cuáles considera son los impactos que genera la modalidad remota en la población con la que trabaja?

9. ¿Qué opina usted sobre el impacto que tiene el programa PRISMA en sus beneficiarios y en el contexto social?

Profundizar en:

*Dichos o refranes sobre la mediación tecnológica/modalidad remota

*Comportamientos y actitudes sobre realizar las prácticas en modalidad remota

*La reflexión de la vivencia o experiencia durante el periodo de prácticas profesionales

Anexo 2. Consentimiento informado.

Consentimiento informado

La presente investigación busca hacer una reflexión y comprensión sobre las representaciones sociales con base en las experiencias de los practicantes de psicología organizacional de la Fundación Universitaria del Área Andina pertenecientes al programa PRISMA, en torno a la promoción y prevención del bienestar psicológico a través de la mediación tecnológica. Por esta razón se invita a participar activamente en esta investigación que será conducida por Laura Gabriela Blanco Parra y Laura Yolima Buitrago Quiroga, estudiantes de Psicología de décimo semestre de la facultad de Ciencias Sociales, Jurídicas y Humanísticas de la Fundación Universitaria del Área Andina, donde se realizará una entrevista semiestructurada a través de plataforma de videoconferencia y con la autorización previa de los participantes, se procederá a la grabación de la misma.

La participación en este estudio es completamente voluntaria, siendo así, que el participante tiene la completa libertad de abandonar la investigación en el momento en que él/ella así lo decida. Por otro lado, el participante es consciente que tanto los datos recolectados en esta investigación como los resultados obtenidos serán anónimos, de uso académico y sin repercusiones en el futuro. Dicho esto, la información que se recoja durante esta aplicación, será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de la investigación académica.

Se informa que existen ciertos parámetros para que se revele información confidencial, solo con el consentimiento de la persona o del representante legal, sin embargo, se hará una excepción en aquellas circunstancias en las que no hacerlo, traería un daño evidente para la persona u otros.

Firma del estudiante

Nombre completo

C.C.

Anexo 3. Entrevistas semiestructuradas.

Entrevista sujeto 1

E: Hola buenas noches ¿cómo estás?

S1: Buenas noches, muy bien gracias

E: Ah bueno me alegro mucho, nos presentamos somos las personas que te vamos entrevistar el día de hoy, primero muchas gracias por la participación, esta actividad es con fines netamente académicos

S1: Listo si señora

E: Listo, ¿tienes alguna duda o pregunta sobre el consentimiento informado?

S1: No señora, todo está muy claro

E: Vale, entonces antes de iniciar quiero que te sientas muy cómoda y con libertad de contarnos todo lo que pienses sobre las preguntas que te vamos a realizar.

S1: Listo dale

E: Bueno para comenzar, nosotras tenemos presente que en este momento te encuentras realizando tus prácticas en PRISMA realizando la promoción y el bienestar psicológico, me confirmas esa información por favor

Sujeto 1: Si señora estoy realizando las prácticas en PRISMA

E: Listo, ¿dentro de PRISMA qué funciones realizas?

S1: Dentro de PRISMA... emm todo lo que tiene que ver con bienestar psicológico, prevención y promoción.

E: Ok listo, nos gustaría saber ¿qué es para ti la promoción y prevención del bienestar psicológico?

Sujeto 1: Para mi primeramente la promoción pienso que es como un tipo de campaña que se hace precisamente para promocionar el tema que se va a dar y pues en prevención es como hacer algo para prevenir dicha cosa, para prevenir que suceda de una forma como negativa, es evitar eso.

E: Listo, ¿cómo prevenir qué cosas?

S1: Pues independientemente del tema, tu me estas diciendo que de pronto salud mental abordandolo desde un tema no se de suicidio ehh si una charla, mirarle los puntos de como evitarlo, los aspectos que tenga de pronto que este presentando como sintomas, en eso es lo que se va a centrar en evitar.

E: Listo, teniendo en cuenta entonces las definiciones que nos das, cuéntanos ¿cómo se realiza la promoción y prevención del bienestar psicológico dentro de PRISMA?

S1: Dentro de PRISMA, ehheh ¿esto ya es más clínico no?, mi abordaje, mi enfoque es más organizacional, de todas formas yo pienso que desde lo clínico se abordaría con sesiones.

E: ¿consideras que desde la psicología organizacional no se puede trabajar la promoción y prevención del bienestar?

S1: Bueno como te comentaba yo estoy haciendo mis prácticas, mi enfoque es organizacional y desde ahí estoy haciendo por ejemplo el manejo del estrés, carga laboral, manejo de finanzas que son unos temas que he abordado desde que empezó semestre. Entonces es como enseñarles a las personas, en momentos tengo espacios de psicoeducación y salas de escucha en donde tengo asistentes donde les puedo enseñar, primero educarlos, primero darles unos tips en donde pueden como manejar estos temas

E: Ok listo, ¿las salas de escucha y lo del manejo de las finanzas hace parte de promoción y prevención o lo tienen segmentado?

S1: Pues no, yo creo que segmentado porque no..no si yo creo que es aparte, aunque mira que pensándolo bien , en el manejo de estrés si se podría manejar así, si precisamente en ese tema si se podría abordar

E: Ok listo ¿se abordaría la promoción y la prevención?

S1: Si, si claro porque ahí estamos dando nuestras charlas de psicoeducación que es en el enseñarles y también en el prevenirles, claro, promoción y prevención

E: Listo, bueno teniendo en cuenta lo que me acabas de decir, descríbenos ¿cómo ha sido la experiencia de tu práctica profesional en esta modalidad virtual?

S1: Ok, ehh pues pienso que es una oportunidad que PRISMA me dio, y pues en ella estoy muy contenta pues para mi la virtualidad ha sido de gran ayuda, porque en lo presencial no puedo por ciertas cosas personales entonces es de muy gran ayuda lo virtual y pues no ahorita en PRISMA estoy muy contenta y he podido realizar mis prácticas y pues hasta ahora todo ha salido muy bien, he aprendido mucho.

E: Listo que bien, bueno teniendo en cuenta lo que nos acabas de decir sobre tu experiencia en la práctica en la modalidad remota ¿cuáles serían esas ventajas y desventajas sobre promover y prevenir el bienestar psicológico desde la modalidad remota?

S1: Bueno como ventajas pues ventajas de poder tener las pantallitas y de verlos cuando quieren las personas en la psicoeducación y salas de escuchas, de poderlos ver porque pues al hacerlo presencial no se va a ver tan de cerca, y pues en cuanto a participación a veces es compleja

E: ¿Por qué crees que es compleja?

S1: Pues no se si es porque les da pena que los vean, o solo por el hecho de prender el micrófono solamente escriben, entonces es por esa parte.

E: Ok listo, ¿cuál consideras tú que sería la mejor manera de poder implementar la promoción y prevención del bienestar psicológico desde la modalidad remota?

S1: umm vale en cuanto a esta modalidad yo pienso la mejor forma pues, ehh primeramente ser organizados, yo creo que ser organizados y planificar las sesiones, si pues como te decía y organizando y planificando lo que se vaya a abordar

E: Ok listo, nosotras tenemos presente que ya muy pronto van a iniciar alternancia, no se si ¿en Valledupar también van a iniciar alternancia para los practicantes?

S1: Yo soy virtual pero soy de la sede de Bogotá

E: Ok listo, ¿es decir que todo el tiempo vas a estar virtual?

S1: Virtual si yo soy 100% virtual

E: Teniendo en cuenta que estas 100% virtual, ¿consideras que los procesos que se llevan a cabo de forma remota podrían continuar en alternancia?

S1: Si claro, si se puede hacer

E: Ok listo, cuéntenos ¿por qué?

S1: Pues, esto de la virtualidad es nuevo y pues siempre se ha tomado casi siempre presencial ¿no?, la virtualidad es un medio tecnológico que por motivos de covid se dió si o si y pues para nosotros que por cosas personales no podemos es de gran ayuda, si se puede llevar de las dos formas sin problema

E: Listo, teniendo en cuenta esto ¿qué diferencias cree que existen entre prevenir y promover el bienestar psicológico desde la modalidad presencial y la modalidad remota?

S1: No para mi no hay diferencias, me parece que se puede abordar desde lo mismo, no le veo diferencia alguna, yo pienso que este medio tecnológico pues nos permite estar más cerca, el poder vernos, no veo diferencia

E: Ok listo, ¿cuales creería que serían esos impactos que generan la modalidad remota con la población con la trabaja?

S1: El impacto es enseñar, hay muchas personas que de pronto no saben del tema y pues precisamente con ese fin entran a la psicoeducaciones y la salas de escucha, entonces estos son espacios donde nos pueden preguntar pueden opinar pueden contarnos experiencias, entonces es muy ameno el espacio

E: Ok listo, cuéntanos ¿cómo ha sido la experiencia remota con las personas que son más tímidas para participar? ¿cómo puede llegar a impactarlos?

S1: Mira que es complejo porque pues para que ellos opinen, para que escriban par que de pronto abran su cámara es muy difícil, pero como el tiempo que llevo dando esta psicoeducación he notado que me escriben y me preguntan pero ya a mi personal entonces ya estoy como haciendo como hablándoles, como explicándoles, de que no se guarden tan solo para ellos esas preguntas porque a otras personas les puede interesar entonces ahí vamos como en la cosita, pero que sí me ha funcionado, he notado que ha empezado a soltar ese nervios.

E: Listo, teniendo en cuenta esto ¿qué opina sobre el impacto que tiene el programa PRISMA en sus beneficiarios y en el contexto social?

S1: No yo creo que ahorita es tan importante el poder educar no importa, por lo menos en mis espacios son abiertos para todo público, por ejemplo hay estudiantes, hay de todo entonces me parece super, esto puede llegar a cualquier persona y yo creo que si se replicara entre mas y mas personas, claro va a tener una acogida mucho mucho más grande.

E: Listo, entonces para ir culminando ¿qué reflexión te llevas sobre llevar estas prácticas en modalidad remota?

S1: Bueno, yo te digo que estoy super feliz con la oportunidad que PRISMA me ha dado, mi experiencia, bueno mío es netamente investigativo, con esto entonces el de la promoción y prevención con estas personas en cada tema pues me ha gustado mucho, estoy feliz con mis practicas y ha seguir adelante con esto para terminar mis estudios, no tengo problema con hacerlo personalmente pero por ahora si por cosas personales lo hago virtual.

E: Listo, eso sería todo por hoy, muchas gracias por tu tiempo.

S1: Muchas gracias, cualquier cosa que necesiten estoy disponible, hasta luego.

Entrevista Sujeto 2

E: Listo, hola, ¿cómo estás?

S2: Bien

E: Cuéntame como te fue esta semana?

S2: bien bien, con el corre corre, pero bien gracias a Dios

E: Si me imagino, creo que todos estamos igual en este momento

S2: si si eso si

E: ¿tu estas en 10mo verdad?

S2: Si

S2: Ustedes están en presencial

E: Si

E: Bueno así como habías leído en el consentimiento informado, te voy a explicar de nuevo rápidamente, de que trata la investigación, lo que nosotras queremos es realizar una comprensión

sobre las representaciones sociales con base en las experiencias de los estudiantes de psicología en el área organizacional de la FUA en el programa PRISMA, todo se realiza en torno a la promoción y prevención del bienestar psicológico, a través de la mediación tecnológica

E: tienes alguna pregunta

S2: No

E: Esta entrevista dura aprox 45 a 1 hora

E: ¿Te parece si comenzamos? cuéntame ¿Para ti que es la promoción y prevención del bienestar psicológico?

S2: Ehhhhh, la promoción y prevención del bienestar psicológico, ¿hablando de las organizaciones?

E: Si

S2: Es en torno a la estabilidad del colaborador, evitando riesgos psicosociales, promocionando, eh realizando capacitaciones adecuadas, ehhhhh, inculcarles mucho que la salud mental es fundamental en todo, es lo primero que se debe trabajar, primero qué en la salud, ya que si la salud mental de nosotros no está bien, pues, se nos afecta la salud en sí, si tenemos alguna patología y nos estamos quejando todo el tiempo “ag es que me duele la cabeza, es me duele” si todo el tiempo, nos vamos a enfermar más, nos vamos a agravar, entonces que e slo primero que se debe hacer? debemos prevenir y promocionar en todas las organizaciones realizar en PYP que actualmente piensas que el PYP solo es para el hospital, solo vamos a trabajar el PYP en el hospital, pero en mi organización no se ve eso, entonces es inculcar mucho en las organizaciones, la promoción y prevención de todos los colaboradores

E: dime quien te a dicho, lo que me acabas de comentar que solamente se inculca en pyp en hospital

S2: No, yo llegue a una conclusión, de lo que he visto a mi alrededor y usted no le han dicho vamos a hacer promoción y prevención en la prevención en la empresa, a usted de pronto si le dan capacitaciones, la orientan, de pronto, depende el a organizaciones, la vana a orientar le vana dar inducciones, pero ya y algo muy importante es que la salud mental ahora, de 10 organizaciones de pronto te van a trabajar la salud mental 2 y eso que si la jefe de RH tiene conocimiento sobre qué es salud mental, sobre el riesgo psicología, por eso yo llegue a esa conclusión.

E: vale y cómo llegaste a esa conclusión

S1: de las prácticas que he hecho este año de toda la investigación que he realizado, hablando con personas con la cabeza de varias organizaciones, hablando con personas que tienen más conocimiento que yo, entonces todo eso poco a poco me ha ido realimentando porque usted llega a x empresa, una empresa de 100 colaboradores, por ejemplo: amas de. familias de hogar, es decir mujeres costurera de maquina, usted se para y dice, bueno hoy vamos a hablar de pyp, estoy segura que todas vana decir, ¿está loca, pyp? ¿Qué es eso? ¿por qué acá? a nosotros nos han dicho que pyp se habla en el hospital, a usted en cambio si va al médico va a una doctora, va con su uniforme, y llega a la empresa y dice, vamos a hablar de pyp, ¿ellos con que lo asocian? con la salud

E: Sí claro

S2:1 es mucha la diferencia

E: teniendo en cuenta esto, en prisma como se realiza la promocion y prevencion del bienestar psicológico

S2: En prisma nosotras lo hemos venido realizando, psicoeducaciones y salas de escucha, convocando a todas las personas, estamos educando desde niños de 7 hasta adultos de 60 se nos

han conectado, 30, 50, 40, 20 porque nosotras hablamos en un lenguaje de coquito, con plastilina que sea coherente que las personas que estén dentro de nuestra psicoeducación se lleven un mensaje, ósea si se nos conectan 10 personas de esas 10 personas 2 hayan entendido el mensaje, que es, para que es, como se trata y que se debe hacer, para llevarlo a práctica en su día a día, entonces siento que a nosotras nos a funcionado mucho esa estrategia en estas psicoeducación y salas de escucha es eso, que no hablamos técnicamente porque si de pronto yo les hablo técnicamente a ustedes que son del gremio me vana a entender y comprender, pero si llego a otro lugar y hablo técnicamente me vana decir” aja y entonce” van a quedar en las mismas, puede que les haya gustado pero les quedaron huecos, vacíos, entonces yo siento que hablar con plastilina a lo coquito es una muy buena estrategia y eso las personas nos han dicho que les ha gustado, por lo mismo porque los llevamos a las experiencias de ahora, no decimos técnicamente las cosa si no que nosotras procuramos a transformarlas, diciendo que es

E: ¿Alguna vez les has hablado técnicamente y te diste cuenta que no funcionó? o siempre has hablado así

S2: No, es que sucede que yo le doy la definición, de qué es el estrés, y ya te doy el ejemplo, en algunas ocasiones te doy el ejemplo, en otras ocasiones pues ya miramos que es el tema a que va relacionado y lo hablamos, le decimos pues contamos la experiencia entre nosotros por ej la ansiedad, definimos la ansiedad como se da, cuando se da y ahora entonces vamos hablar pue a mi resulta, a mi persona, eh hh ah bueno y hay personas que participan, a mi por ejemplo, yo supe que tenia ansiedad, nos dijo un asistente que le dio un espasmo muscular, pero era porque estaba esperando una noticia, osea, hace 8 dias 15 dias, no dormia, no se alimentaba bien, osea estaba, fuera de eso le dio un espasmo terrible, solamente porque estaba esperando una noticia, que esa noticia era la esposa estaban embarazados, el estaba esperando la noticia de si era niño o niña,

osea era tanto el estrés que tenía este hombre ya era ansiedad, y le dio espasmo y él dijo, para mí fue eso, ya después de que supo la noticia de que si era niño o niña, el hombre siguió normal, entonces son ejemplos que nos ponen entonces las personas del común dicen ahhhh y lo van llevando a su vida diaria, nuestra compañera por ej en el tema de comunicación asertiva, la primera psicoeducación, ella lo habló sino con ejemplos, ella contaba historias y entonces usted ya como persona usted, cuando no está conectada en algo dice, entonces uno esa historia la va conectando con uno en su día a día, dice si me sirvió, no sirvió me ha pasado o no me ha pasado

E: ok listo tienes toda la razón ¿Tu me puedes dar una definición de coquito?, es una palabra muy curiosa.

S2: Ah bueno, coquito para mí, es que llegue a una, a ver yo les cuento bien, amiguito, a nosotros nos capacitaban mucho, entonces en la retroalimentación decimos “ no entendimos nada” quedamos en las mismas, usted conoce el libro de coquito, nacho, que es más común, así tal cual, a usted como le enseñan a leer, a usted le cogen el libro de nacho, como es la a, se la desglosan entonces a usted le desglosan nacho como uno empieza a leer, por la a, entonces ahí es donde yo digo, coquito, con plastilina, usted cuando tiene que hacer un dibujo con plastilina que tiene que hacer, calentar la plastilina, moldear bien para llegar y hacer una figura, entonces a eso es que voy, hay veces que la gente da una super psicoeducación, una super charla, pero no tiene la habilidad, la estrategia de explicarlo bien a sus asistentes, entonces todo muy lindo, todo muy bello, pero no supo dar la información, entonces algo que nos ha funcionado bien porque nosotras hablando lo llevamos las experiencias, y eso es coquito, desglosar bien y hablar con plastilina y estar en ese otro lugar de la otra persona y no dar por entendido que eso es obvio, para mí es obvio pero para usted no, es eso

E: Ah ok, listo gracias, ¿Eres 100% virtual?

S2: si

Teniendo en cuenta que eres 100% virtual ¿como ha sido tu experiencia en esta práctica profesional desde la modalidad remota?

S2: Bien, hasta ahora el trabajo que he realizado con prisma me ha parecido bueno, productivo, siento que la organización le falta mas organización, yo se que es nueva, apenas llevamos 1 año epro esta organización prisma le falta pulirse un poco más, diseñar las estrategias, pero siento que este año he aprendido mucho en mi caso, yo soy una, era, he cambiado bastante, para hablar, yo les digo, ósea terrible, ósea mi primer psicoeducación me quemó por dentro, yo no soy de las que sudo pero sentí que mis cachetes estaban rojos, horrible, ósea super asustada, super nerviosa, si se va a conectar la gente si, osea muchas muchas, que vana a decir de mi, osea muchas preguntas, ya medida de tanto, pues ya llevamos 6 e 12 y otras 6, 19, si? la matemáticas y yo, entonces la práctica hace al maestro, si yo no hubiera hecho eso, Lorena tiene que presentar alguna psicoeducación, ¿que? una crisis total, pero sí me ha servido mucho en cuestiones personales, retos porque solo para mi, enviarle la invitación a mi familia, tanto por apellidos, como papa y mama de ese gremio, ush, pero por miedo a crítica, era más que todo eso y a los amigos pues conocidos, osea yo si se lo enviaba pero a los de toda la vida? ¿usted cree? noo a ellos nunca los invitaba y no, y di ese paso y los invite, y pues como dicen, no hay peor diligencia que la que no se hace, si la hizo bien, y si no si la hice malo, pues corrijamos y sigamos, entonces la experiencia ha sido, muy bien ha sido excelente

E: ¿a qué te refieres cuando dices que “tenias miedo a la crítica”?

S2: que le diga a usted, no usted no sirve pa` eso, eso tan raro, esas tonterías que usted dice, esas bobadas, todo eso que a usted le diga, no sé si usted de pronto le tiene miedo a eso a la crítica o a salir en público y que se caiga, ósea en cuestión de eso, que tiene que dar una charla y que usted

diga, “ay y si me caigo” o que se equivoque, hay veces que me equivoque sinceramente pues miro y busco otra solución y referente a la crítica ya hice el primer paso que fue enviarles la invitación y yo si se conectan bien y si no también, a eso le digo miedo a crítica, a que comparen que no que otra persona es mejor, o esos temas no sirven pa nada o eso es una bobada, varias personas me han dicho que la plática se está perdiendo estudiando psicología, e incluso me dicen psicología, incluso yo les respondo que como lo hemos mirado, nosotros en Colombia no estamos educados para ir al psicólogo y eso es respetable, esa creencia suya es bien, cómo hay personas que dicen que ir al medico es lo peor, así tal cual , como el nutricionista se supone que el perfil de nosotros, para ir a un nutricionista es light natural, flaquito, delgadito y usted ve a un nutricionista gordo y usted dicen pues que bobada, que me va a enseñar? pero no sabemos qué hay detrás de que sea gordo o gorda, una enfermedad o patología, lo que sea, pero eso no le quita lo profesional entonces son todos esos detalles a lo que yo respondía digamoslo así

E: Sí claro, digamos cuando sientes ese miedo en las charlas, tú crees que hubiera sido diferente si fuera presencial

S2: Osea ¿hacer lo mismo presencial?

E: Si

S2: me hubiera sentido peor, nooo, imagínese yo estar ahí en frente de 50, 30 bueno 10, nooo, yo creo que si, la cantidad, no, estar entre 30 estudiantes universitarios, Dios mío de eso 50 prestan atención 10 porque los otros están en otro cuento y noooo no se que hubiera hecho, si hubiera sido capaz o no, yo creo que hubiera sido más terrible

E: Ok, listo, tu habías mencionado algo ahorita sobre prisma, dijiste que algo le hacía falta en organización, teniendo en cuenta esta falta, me puedes decir algunas desventajas y ventajas de la PYP a vez de la modalidad remota

S2: ¿De esa modalidad?

E: Si

S2: ventajas, muchas, las ventajas es porque de pronto nos podemos acomodar en los horarios, como dirían soy mi propio jefe, por decirlo así, entonces soy libre a que hora me programa para hacer mis trabajos mis psicoeducaciones, ya referente a las desventajas es que a PRISMA de falta más acompañamiento, desde el punto de vista organizacional, porque no tengo conocimiento de las demás áreas pero le falta más acompañamiento, más inducción, inducción no es llegar y dar un formato, inducción es ya que estamos trabajando virtual eh, enseñarle al estudiante cómo debe darse una psicoeducación porque queda mal es PRISMA y la fundación, no va a quedar mal Laura o Gabriela o Lorena, ellas ya hicieron el oso y se van pero el día de mañana dicen no eso es una bobada, y los estudiantes pueda que lo tomen muy deportivamente y dicen vámonos para PRISMA es mejor, entonces es eso, es brindarles una buena educación al estudiante a que me refiero con eso que la psicoeducación, y todo este gremio virtual tiene muchas herramientas una de ellas es como hacer diapositivas otra de ellas qué herramientas se utilizan para hacer diapositivas o que otras herramientas hay para que no se vuelva monótono, otra herramienta puede ser con qué actividad iniciar, la psicoeducación o la sala de escucha, si se inicia o no con una actividad, otra de ellas es el vestuario de la estudiante, otra de ellas es de fondo del lugar de la estudiante, entonces don detallitos mínimos que se vuelven grandes y también otras de ellas es el contenido de la información que va a dar la estudiante que también es importante, entonces mira que con muchas cositas, son detallitos que si el estudiante quiere pulirse investigan pregunta e indaga, ¿cierto? pero y si no, yo hago así a mi me gusto y ya no le preste importancia, entonces son detallitos pequeños que son importantes y que queda mal es PRISMA y la fundación no yo, osea uno como estudiante queda mal en el momento pero uno se

va y ya, hay quedado la fama, como de cualquier gremio, como en la policía, nose si ustedes de pronto dirán tienen la mentalidad que los policías no sirven para nada porque les sucedió algo, en el ejercito son lo peor porque tuvo una mala experiencia en la marina, en la defensa civil, esa gente no sirve para nada o solamente están ahí mirándose en una emerica y ya, pero si vamos a ver que la defensa, como funciona, que hace?, hacen miles de cosas y fuera de eso no les pagan, entonces son todas esas cositas que hay que irlos sumando para irse puliendo

E: digamos con lo que me acabas de decirme, tu tienes una visión un poco más amplia ¿como se debería implementar la PYP desde la modalidad remota?, así que tu como lo implementamos, desde tu experiencia

S1: ¿cómo haría la PYP? me repites

E: desde tu experiencia ¿cómo crees que sería la mejor manera de implementar la PYP desde la modalidad remota, como seria la mejor manera de hacerlo?

S1: educando, primero yo, yo capacitándose, yo buscando estrategias, yo aprendiendo eso sí lo he tenido muy en claro, primero yo, porque si yo estoy bien mentalmente, tengo muy bien conocimientos y estrategias, hora eso lo puedo difundir con más propiedad porque si llego yo y se me pregunta un tema X y comienzo a hablar y yo no sé entonces dígame con qué propiedad, osea como le voy a creer esa persona si no sabe nada porque si uno a veces llega a lugares que dice por Dios que hace esa persona ahí, entonces primero me capacito me asesoró, leo y busco, ya teniendo el conocimiento, la propiedad ya voy a lo pongo en práctica con las demás personas, realizando unas adecuadas, teniendo también en cuenta, ehhs cuál es la palabra un formulario, ehhs teniendo un libreto...se me fue, ehhs hacer un cronograma, se realiza un cronograma, yo como gerente de la empresa tiene que tener claro cómo es ese cronograma, ahora ya voy y se lo doy a mis líderes mis líderes tienen que ser con un perfil que yo esté buscando, en ese caso los

líderes para las psicoeducaciones deben tener un perfil porque no todos sirven para eso, ya que a muchos le da miedo, pánico prender solo la cámara, entonces ya educando mis líderes ya dándoles la inducción adecuada, teniendo claro que ellos tienen la información ahora si voy a los colaboradores que vendrían siendo los estudiantes, entonces hoy entrevisto, voy busco los estudiantes y les doy la inducción, pero antes de les digo, les doy un tema, les digo venga y me lo dan, realizamos simulacros e iniciamos a corregir ya pulir pero es porque yo tengo la información, la propiedad, la idoneidad, hay permítenme la palabra, ser idónea en lo que estoy haciendo, algo así

E: Ok, tú ¿quién consideras que la información que debe tener los conocimientos, tu crees que es responsabilidad tuya o del superior, capacitar?

S2: hablando de PRISMA en estos momentos debería ser Ana María que es nuestra jefe, pero no se si antes de Ana Maria hay alguien, porque está Maria y luego está nuestro asesor, los asesores que nos a tocado son excelentes, tienen mucha información, pero no tienen tiempo, osea no hay nada pues yo qué gano con saber, pero no hay tiempo, osea ellos a diferencia de nosotros cuidar su hora y ya que está mal hecho porque no tienen tiempo, yo critico eso de prisma, que son profesionales, uff son personas que Dios en un futuro decir “quiero ser como ellos, tener ese conocimiento” pero no no lo pueden difundir como debería ser o nos nos brindan como herramientas, entonces como empezar desde la cabeza de prisma la jefe inmediato que es Ana Maria, y ellas difundir, capacitar, adecuadamente como es el proceso al asesor, y así el asesor llega el estudiante con todos los parámetros, más que un libreto, leanme esto, es ponerlo en práctica es ensayar antes de, practicar antes de, para que luego tranquilamente no puedo estar me voy, él por ejemplo se fue, que no trabaje un mes y llegue y su empresa siga funcionando excelente

E: sí claro, yo te quería preguntar, ¿PRISMA tiene la posibilidad de hacer alternancia o es 100% virtual?

S2: no es virtual, yo me matricule virtual, siempre he estado virtual, las prácticas iban a hacer presencial, pero a nosotros nos cogió la divertida pandemia, mis compañeros varios están presencial y varios virtual pero PRISMA es 100% virtual, ah pues si, prisma referente a lo mío, porque en Valledupar están presencial, es referente a la mía 10% virtual

E: listo, antes de la pandemia estos procesos se venían dando presencial, ¿consideras que se deberían dar continuidad a estos procesos en prisma en modalidad de alternancia?

S2: ¿ehhh, que PRISMA realice estos modelos de alternancia?

E: SI

S2 super pero, depende el lugar, a que voy con depende el lugar? ehh yo vivo en Pereira por ejemplo a mi utilizarse entre comillas, digo utilizamos para ir a la u ya que me queda cerca, las personas de Bogotá claro que vayan a la sede, en Valledupar también, pero ya si son de otro punto a nivel nacional si queda muy difícil, entonces depende de donde esté la persona o ser exclusivos y decir que solo reciben personas que estén cerca a las sedes principales, entonces residen por acá en el eje cafetero, personas de armenia, caldas, de Quindío, del Valle del Cauca, puede ser porque Cartago queda cerca, que les quede fácil llegar a la sede principal, puede ser una buena estrategia, puede ser una buena estrategia 50 50 o presencial 100, en Bogotá que queden cerquita porque he visto que dicen Bogotá, pero hay veces que se demora 5 horas para llegar al lugar, entonces que estén entre comillas, cerquita, lo mismo en Valledupar, trabajar en torno a las sedes principales, sería buena estrategia, y si son personas como yo, aprenderían mucho más, porque osea yo no sé, siento que estaría en un 50/50 si me dicen Lorena vaya y haga una psicoeducación presencial, no se como reaccionaria

E: ¿ok osea para ti, es difícil replicar prisma en diferentes sitios de Bogotá donde no hay sedes del área andina?

S2: referente a replicar prisma, NOOO, porque si estamos hablando de psicoeducación y estamos hablando de un tema y tengo que darlo en x empresa con el nombre de prisma en la universidad, se puede dar, esa es la ventaja de prisma, yo soy mi propio jefe no hay ningún inconveniente, se puede dar en cualquier lugar no precisamente en la universidad, en cualquier lugar puedo ya hablar con propiedad a hablar de la fundación y en prisma dando una adecuada psicoeducación

E: listo, ya que estamos hablando de la modalidad presencial y remota, me puedes decir qué diferencias crees que existen entre promover el bienestar psicológico desde esta modalidad

S2: Será porque en presencial estoy en contacto con las demás personas y me pueden hablar más, me pueden decir como se sienten, me pueden preguntar más, en cambio virtual sinceramente es muy difícil que las personas hablen aporten dialoguen, es complicado, de 10 personas hablará 1 si mucho, es eso mas que todo, hablar, relacionarnos con las demás personas y también otra seria mas fácil brindar la psicoeducación porque yo voy vendo mi producto a las empresas entonces ya se programa 1 día y hay gente, hay 10 o 20 personas y yo voy, mientras que en esa modalidad toca como recolectar la población, la gente, mirar si si llegaron, si no llegaron, si cumplieron, si no, entonces hay varias diferencias, varias cositas. Ir a las empresas es un reto más grande porque me tengo que preparar mejor debo llevar más conocimiento, hablar con más propiedad y las diapositivas deben ser mínimas porque las personas van a preguntar más entonces el tiempo va corriendo, mientras que virtual, hay que hacer varias diapositivas tener buen argumento, o si la persona es calladita o no tiene bastante argumento es complicado porque toca tener mas diapositivas ya que las personas no participan y hay que mirar si si se conectan las personas si no

se concretan en cambio cuando tiene la lista de empresas ya sabe como se tiene que preparar y va y la da porque ya están las personas

E: Ya que hablamos de la población que manejas en la modalidad remota, cuál consideras que son los impactos que genera esta modalidad en la población con la que está trabajando?

S2: la facilidad de conectarse al horario y en la casa, osea usted está en su casa no tiene que correr a una reunión, cuales son las facilidades para la persona? si, porque primero se puede conectar sin importar edad, sexo, raza, eso no tiene nada que ver se puede conectar, también las psicoeducaciones la van a entender desde el más grande hasta el mas pequeño, pro el lenguaje que nosotros manejamos, se conectas desde su casa, también e horario que escogimos es cuando estén en casa entonces, el horario de las psicoeducaciones que están dirigidas a todo tipo de personas, los temas que tenemos son agradables, son temas que de pronto, se dice, como es eso, o si quieren saber más, ehhh ya no sé, que manejamos tiempos adecuados para cada tema de espacio a espacio que no saturamos mucho la información, tratamos pues entre menos es mas, aunque hay veces que los temas son largos y buenos y se nos han sus 25, procuramos hacer 30 diapo que realiza una diapo con 5 o 6 temas entonces hay vamos, incluso ayer aprendimos otra cosita referente a las diapo, que es 10 20 30, 10 diapositivas en 20 minutos y así, cada día vamos preguntando e indago y vamos aprendiendo cositas nuevas

E: ok listo Lorena, qué opinas sobre el impacto que tiene el programa prisma en sus beneficiarios y en el contexto social en el que te encuentras

S2: ¿Qué impacto tiene PRISMA hacia las demás personas?

E: si, a los beneficiarios que tiene prisma

S2: como le digo, si el programa prisma me ha beneficiado y después de mi se benefician todas las personas que se han conectado en las psicoeducaciones, porque si hablo de primas en general

hay si no puedo hablar con propiedad, veo que es un programa amplio, tiene varias actividades, incluso en las universidades de Pereira, Valledupar y Bogotá realizan varias actividades que benefician al usuario, trabajan con varios grupos y varias cositas, pero en cuestión de nosotras yo me he beneficiado mucho solo estar ahí haciendo las practicas ya es mucho para mi, solo realizar la primera psicoeducación, ya , y detrás de mí se benefician todas las personas que se han conectado, se han beneficiado porque ellos nos han dicho detrás de cámaras, porque hay no nos dicen nada, pero después nos realizan retroalimentación como hay compañeras que se conectan y nos dicen no hagan o no digan esto, que es bien, también nos dicen que son personas común y corriente, no son estudiantes, nos dicen que la psicoeducación les sirve mucho que toca ponerlas en práctica, que no sabían del tema y no tenían la información, se beneficia prisma, el estudiante y la persona que ingresa a la psicoeducación.

E: Vale Lorena, eso sería todo, te quería agradecer por ayudarnos con la investigación, tu experiencia es muy valiosa.

S2 a ustedes muchas gracias, hasta luego

Entrevista sujeto 3

E: Hola ¿cómo estás? Bienvenido a la entrevista, quiero que te sientas muy cómodo, tranquilo y en este espacio tienes toda la libertad de dar cualquier opinión y esta entrevista es solo con fines académicos.

S3: Listo gracias

E: listo, tengo entendido que eres practicante de psicología del programa PRISMA, me gustaría que me contaras ¿qué funciones realizas?

S3: ehh pues dentro de prisma estamos realizando sesiones de psicoeducación, sala de escucha por temas que tengan que ver pues en cuanto a la salud mental dentro de las organizaciones

E: ok listo, ¿esa salud mental está relacionada con qué tema en específico?

S3: promoción y prevención y manejamos diferentes temas

E: ok listo, bueno cuéntanos ¿para ti que es la promoción y prevención del bienestar psicológico?

S3: La promoción y prevención es como tomar medidas que acción que nos puedan ayudar a disminuir el riesgo, prevenir enfermedades, y pues hacer de que las cosas dentro de una organización funcione mejor y pues para cada persona, a nivel general.

E: ok listo, dentro de prisma como se realiza esa promoción y prevención del bienestar psicológico

S3: ehh pues nosotras lo que hacemos, pues lo que te digo pues la sesiones que tratamos diferentes temas dependiendo lo que veamos que se puede hacer para prevenir esos riesgos

E: ¿Qué tipo de tema manejan dentro de PRISMA?

S3: hemos manejado estrés laboral, inteligencia emocional, hemos manejado la gestión del tiempo, comunicación asertiva, acoso laboral, hemos manejado, cual mas, clima organizacional, gestiones de riesgo, cual más vamos a manejar ahora, si no se si se me escapa algunas.

E: ok listo ¿cuánto tiempo llevas dentro de PRISMA?

S3: Ehhh el semestre pasado y este, dos semestres

E: Ah listo ya casi terminas

S3: si ya estamos por mitad de este semestre

E: Ya te queda poco, descríbenos durante este periodo de prácticas dentro de prisma ¿como ha sido la experiencia realizando la práctica profesional en la modalidad remota?

S3: Pues en este sentido ha sido interesante manejar estos temas y más que el aprender a desenvolvemos por este medio, entonces que hacer presentaciones que sean llamativas que no sean muy cargadas, manejar adecuadamente, que si estamos transmitiendo un vídeo, que el video se escuche que no haga interferencia el sonido, que el público que hacerlo que participe que es lo más difícil que nos ha parecido, hacer que la gente participe, ehh que más, en cuanto aplicaciones aprender a manejar diferentes como Powerpoint y cosas así, como diferentes herramientas, ha sido enriquecedor en todo este sentido y pues permitirle a uno desenvolverse en estos medio pues porque hay mucha gente que nunca prende la cámara ni nada porque le da miedo o no se pueden expresar, entonces aprender todo esto ha sido chevere.

E: Ok listo, teniendo en cuenta lo que nos estas comentando, ¿cuales son las ventajas y desventajas promover y prevenir el bienestar psicológico a través de esta modalidad remota?

S3: la ventaja yo creo que podríamos llegar a muchos .. muchas personas de lo que hemos conocido, aquí hay personas de diferentes sectores acá económicos, salud, hay del sector financiero, de la defensa civil, gente militar, osea la variedad a sido mucha en cuanto a la variedad de los asistentes y desventajas yo diría que la participación porque a la gente de la pena participar.

E: Teniendo en cuenta lo que nos acabas de comentar sobre esas ventajas y desventajas de promover y prevenir el bienestar psicológico a través de esta modalidad remota, ¿cuál considera que es la mejor manera de promover y prevenir el bienestar psicológico a través de esta modalidad?

S3: La mejor maneja, yo creería que tendría que hacerlo como algo que sea como llamativo, que no sea como monótono, porque por ejemplo lo que nosotras hacemos es utilizar videos, utilizar jueguitos de gimnasia cerebral, hacemos diferentes cosas para atraer la atención de las personas,

como para que se concentren en la charla, porque tu puedes conectarte pero pues estas haciendo otras cosas y pues no vas a prestar nada de atención

E: listo, me comentas que lo harían más llamativo es decir que ¿en este momento lo están manejando de otra manera o están trabajando en hacerlo más llamativo?

S3: Pues lo que te digo, lo que hacemos es utilizar diferentes, como decirlo, alternativas herramientas, por ejemplo utilizar el juego de kahoot, ese lo hemos utilizado en las sesiones que hemos dado, ehh ejercicios de percepción de imágenes, que si ve las diferencias, cositas así, en ese sentido y diferentes aplicaciones, no solo power point sino diferentes herramientas

E: ok listo, ¿a ustedes les han comentado algo de volver a la presencialidad o van a terminar las prácticas de forma remota?

S3: Nosotras solo somos virtual

E: Ok listo teniendo en cuenta que eres estudiante virtual, ¿consideras que esos procesos que se llevan a cabo de promoción y prevención del bienestar psicológico se deberían continuar en modalidad de alternancia?

S3: si seria bueno, porque en los comentarios que hemos recibido, la gente de verdad aprecia que se les hable, no se digamos de inteligencia emocional porque dentro de las empresas no les hablan de eso o no les hablan sobre el estrés, saben que el estrés existe pero realmente no tienen una definición clara o no lo llevan a unas palabras cotidianas sino.. entonces la gente si ha estado como muy agradecida de decir hay gracias esto lo puedo hacer, ehh tips cómo debo salir media hora para relajarme, entonces cositas así, entonces si seria chevere aplicarlo también a la presencialidad

E: listo, si tuvieras la oportunidad de hacer esta promoción y prevención del bienestar psicológico ¿que pensarías?

S3: No, yo creo que me sentiría bien por lo que ya los nervios a mi personalmente me daian cuando no conozco el tema, pero uno ya conociendo el tema pues bien.

E: Ok listo, mencionanos ¿qué diferencias crees que existen entre promover y prevenir el bienestar psicológico desde la modalidad remota y presencial?

S3: ¿Promover y prevenir ?, que te digo yo promover y prevenir desde.. pues es que es más como saberle llegar a las personas ¿no?, en cuanto al manejo de que se le dé al tema, ay no se que mas decirte en cuanto al promover que nos sirva, porque es es que ehhh pues la diferencia seria la manera en la que se transmite la información, porque hay en conclusión seria lo mismo, la misma información que se daría, sino que una se daría presencial y la otra se daría virtual

E: Ok listo, tú nos mencionas el tema de como llegarle a la gente, es decir que ¿en ambas modalidades se llega a la gente de forma diferente?

S3: si yo creo porque captar la atención en los dos públicos de los dos escenarios sería totalmente diferente si yo estoy dando la charla presencial debo mirar qué estrategias utilizo par que la gente participe ahí sentada, de que no sea aburrido, de que no ehhh de que saber manejar el publico y pues ya virtual se pueden utilizar diferentes herramientas, de que se pueda dar la información diferente.

E: Ok listo, ¿crees que la forma de dar la información en ambas modalidades es diferente?

S3: Pues ahí cambiaria en el sentido de que tu presencial puedes no se dar folletos, tú puedes dar alguna cartilla alguna publicidad, presencial tu podrías compartir la información virtual pero pues no se sabe que tanto la vayan a revisar después, eh se podrían presentar de diferentes maneras que sean como más didácticos en diferentes programas que sean como teniendo en cuenta las diferentes capacidades de la gente de aprender.

E: Ok listo, bueno cuéntanos ¿cuales consideras que serían los impactos que genera la modalidad remota en la población con la que trabajas?

S3: los impactos que hemos evidenciado es que bueno nosotras hemos tratado de dar cositas, tips que sean como más sencillos de aplicar a la vida, al día día, y realmente la gente dice como ay si pude aplicar esto o esto me sirvió, o lo voy a hacer así o no sabia que esto que yo tenía era estrés o ansiedad que fue otro de los temas que tratamos, entonces como que esas cositas esos tips, esas recomendaciones que se han dado la gente las ha valorado y la gente nos dice que lo han puesto en práctica

E: Listo ¿cuales creerías que sería el impacto que se daría desde la modalidad presencial?

S3: Desde lo presencial, no pues seria igual pues ya depende de la información que se le transmite y la manera en que se le haga, ehh que la persona entienda qué es lo que se le pretende transmitir

E: Listo ¿Qué haces para que las personas puedan comprender la información sobre la promoción y prevención del bienestar psicológico desde la modalidad remota?

S3: Lo que se ha hecho es dar definiciones, más en palabras comunes y no tan técnicas, como son personas de diferentes niveles económicos y diferentes niveles educativos entonces lo que se hablar en palabras más cotidianas para que la gente lo comprenda.

E: Listo, ¿crees que dar la información con palabras cotidianas ha influido para la promoción y prevención del bienestar psicológico?

S3: Sí por lo que no hemos dado tanto lenguaje técnico entonces ha sido más fácil de comprender, entonces no se ha dado que para muchas personas digamos en el campo de la psicología lo vamos a entender pero en el día a día de las personas pues no lo conocen mucho, entonces ha sido eso.

E: Ok listo, bueno cuéntenos ¿qué opina sobre el impacto que ha tenido PRISMA sobre sus beneficiarios y en el contexto social?

S3: Y sus beneficiarios... buenos yo creo que ha sido algo muy interesante y poner practicantes de diferentes campos de la psicología al servicio de la comunidad en general, que como bien está como para estudiantes, sus familias y todas las personas que conforman la universidad, también se ha podido llegar a mucha más gente por la virtualidad y gente que pues estaba difícil al alcance de la psicología. Nosotras el semestre pasado remitimos a un chico a atención psicológica y a una persona que no tiene cómo pagarse un psicólogo, ni sisben tenía entonces le era difícil llegar a un psicólogo y pues pudo tener unas sesiones de psicología para el , y pues quedo muy agradecido porque se encontraba súper mal en la situación que estaba y pues ha sido algo que se ha dado por medio del programa, por tener como el alcance así como los diferentes profesionales en formación y pues los profesores que nos acompañan y pues los chicos que están de voluntariado y pues dedican el tiempo y pues son de gran ayuda.

E: Listo, Bueno ¿crees que este programa PRISMA se podría replicar en otros escenarios?

S: En otros escenarios...pues es que yo creo que PRISM sí podría abarcar yo creo muchísimos campos por el tema de... no sé si ponen a chicos de derecho y los chicos dan psicoeducación y salas de escucha basados en eso, muy probablemente encontrarán población interesada, ya sea los mismos estudiantes, o ya sea familiares o sectores educativos o laborales.

E: Ok listo, ¿en PRISMA está solamente la psicología o hay otras carreras involucradas?

S3: En el momento creo que solamente es psicología, que surgió a partir de la pandemia como para ayudar en la salud mental debido a la afectación que generó la pandemia.

E: Teniendo en cuenta esto ¿Cuál considera que sería el alcance que podría tener PRISMA en una empresa u otra universidad?

S3: Yo creo que tiene un alcance muy grande porque la diversidad de temas que se pueden manejar, digamos solo en el entorno de la salud mental que está ahorita, la cantidad de temas es variadísimo eh... se puede llegar a muchas personas y... de verdad que beneficiaría a muchos, osea todas las personas que vean y escuchen participar de las salas de escucha, de que pueden contar su situación en particular y que reciban una solución o acompañamiento, entonces sí podría ser de mucho alcance. Además de que es un programa que está empezando pero puede dar para más cosas, se puede seguir estructurando mejor, se puede seguir planteando y se puede mejorar una que otra cosita, pero ... en general como tal la idea de PRISMA me parece que es muy buena.

E: Listo ¿Cuáles serían esas “cositas” que podría mejorar PRISMA?

S3: Digamos en cuanto ahorita que estamos viendo nosotras es como mas eh acompañamiento por parte de los docentes, porque tienen muy poco tiempo a disposición de nosotras entonces eh en este caso por ejemplo estamos dando charlas de clima organizacional esta semana que pasó y las personas que estaban conectadas eh eran de una ips, de la defensa civil y eran personas que sabían más que nosotras, entonces pues estábamos dándole una información a gente que sabia mas que nosotras pero que aun así lo pudimos manejar, se pudo hacer pero pues estabamos solo las dos estudiantes dando la charla, hubiera sido diferente que hubiera estado un profesor que maneja más este tema, que lo domina mejor nos estuviera acompañando en esas sesiones, porque igual somos estudiantes en formación, no nos la sabemos todas y lo ellos la tienen más clara.

E: Ok listo, ¿es decir una oportunidad de mejora en PRISMA se identifica en la comunicación entre el docente y el practicante?

S3: Es que no se que tanto tiempo le den al docente para que esté en PRISMA, sin embargo tenemos tutores de prácticas, el nos da información, el nos ayuda pero pues es solo una reunión

semanal donde exponemos varios temas generales en una hora, es diferente si lo tuviéramos con nosotras 2 sesiones por semana.

E: Listo ¿cuál crees que sería el impacto del acompañamiento que nos comenta?

S3: el impacto pues yo creo que es más como el respaldo de que las personas que están en el otro lado digan pues inicialmente se presten la tarea digan bueno yo soy el profesor o yo soy docente de tal carrera, tendría como más peso decir yo soy estudiante en formación y el respaldo, así sea poco el aporte que él haga pero que este ahí, así uno diga que no son que esté ahí y él haga para solucionar o que a veces nos preguntan cosas que quedamos como que esto como es o como será, si , entonces es para que dé más credibilidad y más acompañamiento ahí con nosotras en caso de dudas o preguntas, porque como te digo, nosotras no nos la sabemos todas en el tema que le estamos hablando, porque a veces son personas que saben más y a veces nos preguntan cosas que nos corchan, entonces si sería bueno ese acompañamiento

E: Listo y ¿de modo general cómo te has sentido en tu práctica?

S3: me he sentido muy bien, digamos que con la compañera con la que estoy hemos sido de gran apoyo las dos, somos totalmente diferentes en muchas cosas entonces nos hemos podido complementar la una a la otra, los estilos de trabajo, hemos aprendido muchísimo en cuanto a hablar en público, hemos aprendido a manejar esto de la virtualidad, que si nos funcione el internet, que nos funcionen las diapositivas, que el video se escuche del otro lado que no solo lo escuche el que lo esté transmitiendo, ehh.. a desenvolvernos, hemos aprendido pues todos los temas que hemos dado, además tenemos que estudiar, buscar información, hacemos unas simulaciones antes de cada charla, entonces como que lo interiorizamos mucho, entonces a parte de aprender sobre herramientas tecnológicas, hemos aprendido sobre todos los temas que hemos aplicado.

E: Ok listo, bueno entonces con esto concluimos, muchas gracias por tu tiempo y disponibilidad para esta entrevista.

S3: Muchas gracias a ustedes que tengan un buen día.