

Fortalecimiento del bienestar emocional desde la línea de salud mental de la UNAD
experiencia de pasantía psicosocial

Leidy Viviana Perez Soto

Asesor

Jennifer Castillo Ospina

Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD
Escuela de Ciencias Sociales, Artes y Humanidades ECSAH
Psicología
2025

Resumen

En este informe describe el desarrollo de la pasantía realizada como opción de grado en Psicología en la Universidad Nacional Abierta y a Distancia (UNAD), cumpliendo con las 640 horas requeridas. La pasantía se llevó a cabo en el programa de telepsicología de la Vicerrectoría de Servicios a Aspirantes, Estudiantes y Egresados (VISAE), centrado en la promoción y prevención de la salud mental mediante estrategias psicoeducativas virtuales. A través del servicio "Chat Tu Psicólogo en Línea" se identificaron y atendieron necesidades emocionales y psicosociales desde un basado en la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT). Brindando acompañamiento individual y grupal. Bajo la supervisión profesional, el practicante logró fortalecer habilidades en la creación de materiales psicoeducativos y en la implementación de estrategias de intervención adaptadas a los consultantes. Se logró evidenciar un impacto positivo en el bienestar de los participantes, especialmente en la forma de regular sus emocional, autoestima y afrontamiento. Esta experiencia fortaleció tanto el bienestar integral de los consultantes como las competencias profesionales del practicante, esto permitió confirmar que la telepsicología puede ser una herramienta cercana y valiosa para quienes no pueden acceder fácilmente a un acompañamiento emocional presencial.

Palabras clave: Telepsicología, participantes, salud mental, encuentros, psicoeducación, modelo ACT, atención psicosocial.

Abstract

This report describes the internship process carried out as a graduation requirement for the Psychology program at the Universidad Nacional Abierta y a Distancia (UNAD), fulfilling the required 640 hours. The internship was conducted within the telepsychology program of the Vice-rectorate of Services for Applicants, Students, and Graduates (VISAE), focused on promoting and preventing mental health issues through virtual psychoeducational strategies. Through the "Chat Tu Psicólogo en Línea" service, emotional and psychosocial needs were identified and addressed, based on Acceptance and Commitment Therapy (ACT). Individual and group support was provided. Under professional supervision, the intern strengthened skills in creating psychoeducational materials and implementing intervention strategies adapted to the users. A positive impact on participants' well-being was observed, especially in emotional regulation, self-esteem, and coping skills. This experience strengthened both the comprehensive well-being of the users and the professional competencies of the intern, confirming that telepsychology can be a valuable and accessible tool for those who cannot easily access in-person emotional support.

Keywords: Telepsychology, participants, mental health, sessions, psychoeducation, ACT model, psychosocial support

Tabla de Contenido

Introducción	8
Planteamiento del Problema	9
Justificación	12
Objetivos	14
Marco Institucional	15
Marco Referencial	17
Representación de la Empresa	19
Metodología	21
Resultados	28
Conclusiones	42
Recomendaciones	44
Referencias Bibliográficas	45
Apéndices	48

Lista de Figuras

Figura 1 <i>Principales motivos de consulta reportados</i>	29
Figura 2 <i>Distribución por zona geográfica</i>	30
Figura 3 <i>Distribución por escuela académica</i>	31
Figura 4 <i>Participación en el proceso de acompañamiento psicosocial</i>	32
Figura 5 <i>Resultados de la encuesta de satisfacción aplicada al cierre del proceso</i>	40

Lista de Tablas

Tabla 1 <i>Características Sociodemográficas</i>	28
---------------------------------------------------------------	----

Lista de Apéndices

Apéndice A <i>Plan de Trabajo</i>	48
Apéndice B <i>Consentimiento informado acompañamiento psicosocial</i>	55
Apéndice C <i>Informe: Entrevista inicial acompañamiento psicosocial</i>	57
Apéndice D <i>Informe: seguimiento a encuentros de acompañamiento psicosocial</i>	59
Apéndice E <i>Plan de seguridad prevención a la conducta suicida.</i>	62

Introducción

El equilibrio emocional de los estudiantes universitarios desempeña un papel clave no solo en su rendimiento académico, sino también en su crecimiento personal. Ante esta realidad, la UNAD creó la Línea de Salud Mental desde el Sistema de Bienestar Integral Unadista, un servicio diseñado para ofrecer acompañamiento psicosocial a la comunidad estudiantil, fomentando herramientas de resiliencia y contribuyendo al fortalecimiento emocional de quienes solicitan apoyo.

En el marco de esta iniciativa, el acompañamiento psicosocial a estudiantes que solicitaron apoyo a través del servicio “Chat Tu Psicólogo en Línea” se desarrolló como parte de la pasantía, asumí el rol de coterapeuta, participando activamente en los procesos de orientación y apoyo emocional brindados. Durante los encuentros, fue posible identificar que muchos estudiantes enfrentaban ansiedad, depresión y estrés académico, así como aspectos sociodemográficos y las disciplinas académicas a las que pertenecen.

Esta práctica formativa permitió aplicar lo aprendido en un entorno real, fortalecer habilidades prácticas en el manejo de encuentros psicoeducativos y comprender de manera profunda la importancia de los servicios de salud mental en el ámbito universitario. A partir del análisis realizado, se logró constatar que el acompañamiento oportuno es esencial para quienes enfrentan situaciones de crisis personal, adaptación académica o vulnerabilidad emocional.

El presente documento expone el desarrollo durante la pasantía, los principales hallazgos encontrados, reflexiones críticas y propuestas de mejora, destacando el valor de la Línea de Salud Mental como un recurso accesible y transformador para la comunidad Unadista.

Planteamiento del Problema

La Universidad Nacional Abierta y a Distancia (UNAD), a través de su modelo de educación flexible, facilita oportunidades educativas para estudiantes que enfrentan barreras geográficas y económicas. No obstante, esta modalidad implica retos particulares en el ámbito del bienestar psicosocial. El informe de Gestión 2024 indica que un sector significativo de estudiantes lidia con barreras para acceder a servicios de acompañamiento psicosocial, sobrecarga por conciliar estudios con el trabajo o familia, y condiciones económicas adversas (UNAD, 2024). Estos factores elevan la probabilidad de desarrollar alteraciones relacionadas con ansiedad crónica o estrés, lo que afecta negativamente el desempeño académico como el bienestar en general del estudiante. (OMS, 2018).

Frente a esta realidad el servicio “Chat Tu Psicólogo en Línea” de la línea de Salud Mental se ha posicionado como un recurso de acompañamiento psicosocial accesible para atender las necesidades emocionales de la comunidad estudiantil. De acuerdo con el Informe de Gestión 2024 del sistema de información de Bienestar Universitario (SIVISAE), durante el periodo 2024-I se registraron 71 solicitudes, mientras que en el periodo 2024-II se reportaron 174, para un total de 245 posibles consultantes. A nivel nacional, el servicio reportó 3.408 atenciones, correspondientes a 1.465 participantes en los servicios de orientación y acompañamiento en salud mental (UNAD, 2024).

Geográficamente, las regiones con mayor demanda fueron Centro Bogotá-Cundinamarca (860 encuentros), Centros Sur (549), Caribe (524) y Sur (385), mientras territorios como Amazonas y Orinoquia presentaron (171 encuentros). Además, se desarrollaron procesos de acompañamiento sostenido en lo que participaron 261 beneficiarios, quienes recibieron entre

cinco y siete encuentros de apoyo psicosocial distribuidos principalmente en zonas como Centro Bogotá y Cundinamarca (60 participantes), Caribe (48) y Centro Sur (42).

Los resultados muestran la necesidad de fortalecer estrategias para la regulación emocional, promover la autoestima y el mejorar las habilidades académicas. (UNAD, 2024)

Desde el rol de pasantía en la Línea de Salud Mental de la UNAD, se apoyó el fortalecimiento de las estrategias de acompañamiento a través de diversas acciones. Entre ellas, el acompañamiento a la psicóloga principal en la atención a los participantes, la participación en la planificación y seguimiento de los procesos, y la elaboración de informes que sistematizaron la información obtenida en los encuentros, facilitando el progreso de cada caso.

Adicionalmente, se contribuyó en la creación de materiales psicoeducativos, tales como guiones para podcasts, herramientas prácticas para la gestión emocional, padlets y banners informativos, que sirvieron como apoyo tanto en las sesiones de acompañamiento como en la sensibilización de la comunidad Unadista en torno al autocuidado emocional. Dentro de las actividades desarrolladas también se incluyó el diseño y la ejecución de experiencias significativas orientadas a temas como la gestión de emociones y pensamientos, habilidades intrapersonales, pautas de autocuidado y prevención de la salud mental. También, se brindó apoyo en el diseño e implementación de estrategias para el Nodo Abrazar-Te y el foro de Pupilos de la emoción, buscando fortalecer la participación y el bienestar psicoemocional de los estudiantes.

La participación desde la pasantía en la Línea de Salud Mental del Sistema de Bienestar Integral apoyó el fortalecimiento del servicio “Chat Tu Psicólogo en Línea” promoviendo un entorno educativo más inclusivo y orientado al bienestar emocional de los estudiantes y egresados de la UNAD. En este sentido, el Ministerios de Salud y Protección Social (2018)

señala que los programas que promueven salud mental en contextos educativos contribuyen a prevenir trastornos emocionales, fomentar el autocuidado y generar condiciones para el desarrollo integral.

Justificación

En el marco de la pasantía en la Línea de Salud Mental del Sistema de Bienestar Integral de la UNAD, el acompañamiento psicosocial responde a la necesidad de brindar apoyo emocional a los estudiantes que enfrentan retos propios de la educación a distancia, tales como el aislamiento, las cargas académicas y laborales, y las dificultades en el acceso a servicios de salud mental.

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2018) respalda esta necesidad al señalar la importancia de garantizar servicios de apoyo emocional accesibles para mitigar los efectos de la ansiedad, la depresión y el estrés, especialmente en poblaciones vulnerables.

Teóricamente, las estrategias implementadas se fundamentaron en los modelos de tercera generación de la terapia cognitivo-conductual, particularmente en la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT), la cual promueve la flexibilidad psicológica mediante la aceptación de experiencias internas y el compromiso con valores personales favoreciendo el bienestar emocional ((Hayes, Strosahl & Wilson, 2006)). En este sentido, Dobson y Dozois (2019) destacan que la identificación y resignificación de pensamientos negativos es un componente esencial de dicho modelo, ya que permite modificar pensamientos automáticos que influyen en la experiencia emocional. A través de la psicoeducación, la reestructuración de pensamientos negativos y la aplicación de técnicas como la respiración consciente, el diseño de rutinas de autocuidado y el fortalecimiento de habilidades emocionales, se promovieron cambios en el bienestar de los participantes.

A nivel comunitario, el acompañamiento psicosocial ayudó a fortalecer el tejido social de la comunidad Unadista, impulsando la creación de redes de apoyo emocional, la promoción de la corresponsabilidad en el autocuidado y el fomento de la resiliencia colectiva, los cuales son

considerados pilares fundamentales. En el contexto de una universidad virtual como la UNAD, este tipo de acciones resultan fundamentales para reducir el aislamiento físico y mitigar el riesgo psicosocial derivado del contexto de educación a distancia. (Ministerio de Salud y Protección Social, 2018).

Objetivos

Objetivo General

Brindar acompañamiento y orientación psicosocial a los estudiantes y egresados Unadistas a través de los servicios y estrategias desde la Línea de Salud Mental del Sistema de Bienestar Integral Unadista, con el fin de contribuir a su bienestar emocional, académico y social.

Objetivos Específicos

Desarrollar, recursos psicoeducativos orientados a la regulación emocional, el fortalecimiento de la autoestima, el manejo de la ansiedad, el afrontamiento del duelo y el acompañamiento en dificultades académicas, de acuerdo con los principales motivos de consulta identificados.

Promover la difusión y socialización de los servicios de salud mental mediante la creación de materiales informativos, (como podcasts, padlest y banners informativos) y la participación en experiencias de sensibilización favoreciendo el acceso de los estudiantes a los recursos de apoyo disponibles.

Apoyar, el acompañamiento psicosocial a estudiantes mediante la atención de consultas en el “Chat Tu Psicólogo en Línea”, la participación en el Nodo Abrazar-Te y la respuesta a mensajes en Foro de Pupilos de la emoción, fortaleciendo así las estrategias de apoyo emocional de la comunidad Unadista.

Marco Institucional

La Universidad Nacional Abierta y a Distancia (UNAD) implementó en 2015 el servicio “Chat Tu Psicólogo en Línea” como parte de la Línea de Crecimiento Personal del Sistema de Bienestar Unadista (SIBI). Este servicio fue creado para ofrecer apoyo emocional accesible centrado en aspectos como la regulación emocional, en manejo de la ansiedad, y el fortalecimiento de la autoestima. Con el tiempo, el servicio experimentó un notable crecimiento sostenido en la demanda. En 2017 se registraron 478 atenciones, sin embargo, en 2020, durante la pandemia por COVID 19 las consultas aumentaron significativamente a 2.980, lo cual demostró el valor del acompañamiento psicosocial en contextos de crisis colectiva (Organización Mundial de la Salud, 2022). En 2023, la Línea de Salud Mental se consolidó como una estrategia independiente, alcanzando 3.207 atenciones ese año. Finalmente, en 2024, el servicio reportó a 1.465 participantes, consolidando aún más su rol en la promoción del bienestar emocional de la comunidad Unadista (SIVISAE, 2024).

En la actualidad, se implementan diversas acciones desde la línea de Salud Mental para apoyar el bienestar de la comunidad educativa, entre ellas se destaca el acompañamiento psicosocial ofrecido a través del servicio Chat Tu Psicólogo en Línea, así como estrategias que facilitan el acceso regionalizado y la atención diferenciada según el nivel de complejidad de los motivos de consulta reportados por los participantes. Estas acciones buscan garantizar una atención oportuna, cercana y adaptada a las características de la comunidad Unadista. Desde su puesta en marcha, el servicio ha registrado un crecimiento sostenido, consolidándose como una herramienta esencial para el bienestar emocional de la comunidad educativa. Su evolución ha permitido ofrecer procesos de acompañamiento, contribuyendo a un entorno universitario más saludable y resiliente. La modalidad virtual de la UNAD permite superar barreras geográficas y

brindar servicios de salud mental en todo el territorio nacional, lo cual resulta coherente con los planteamientos de Cabero Almenara (2008) citado por Kraus (2013), quien sostiene que la sociedad del conocimiento exige modelos educativos flexibles, capaces de proporcionar acceso y gestión de la información desde cualquier lugar, en cualquier momento y de forma significativa para el desarrollo de las personas.

En conclusión, la Línea de Salud Mental dentro del (SIBI) ha demostrado ser una estrategia efectiva para responder esas necesidades psicosociales de estudiantes, docentes y egresados, promoviendo el bienestar integral y adaptándose a los desafíos cambiantes de la comunidad Unadista.

Marco Referencial

La telepsicología ha ampliado las posibilidades en que se brinda acompañamiento psicosocial en entornos educativos, facilitando un acceso más amplio y equitativo a servicios de apoyo emocional. En la Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD, esta modalidad se ha consolidado como una estrategia fundamental para brindar acompañamiento a participantes de diversas regiones del país, específicamente en aquellas con limitaciones geográficas y tecnológicas que dificultan el acceso a servicios principales.

El “Chat Tu Psicólogo en Línea” se consolida como la herramienta principal de este modelo, brindando un espacio confidencial y accesible para encuentros breves de acompañamiento psicosocial. Este servicio ha contribuido significativamente a mejorar la regulación emocional, el manejo de la ansiedad y la autoestima de los participantes, quienes han encontrado soluciones prácticas y personalizadas a sus necesidades psicosociales.

El modelo de teleacompañamiento de la UNAD, articula la labor entre profesionales en psicología y coterapeutas en formación, ha demostrado su eficacia para responder a necesidades emocionales en poblaciones dispersas geográficamente. Al combinar el rigor técnico con accesibilidad tecnológica, este sistema garantiza procesos de acompañamiento oportunos, respetando los estándares éticos y las particularidades de la educación a distancia (Organización Mundial de la Salud, 2022). Más que un protocolo de atención representa un paradigma innovador que reafirma el liderazgo institucional en la construcción de redes de apoyo psicoemocional para comunidades educativas en modalidad virtual. La práctica de la telepsicología ha sido respaldada por lineamientos éticos que garantizan su implementación segura y eficaz. La American Psychological Association (2013) establece directrices claras para la atención psicológica en entornos virtuales subrayando la importancia de la confidencialidad, la

competencia profesional y la adaptabilidad tecnológica en este tipo de servicios. La figura del coterapeuta se ha consolidado como un rol dinamizador dentro del modelo de acompañamiento psicosocial, facilitando una conexión empática entre el profesional de psicología y los participantes. Además de brindar apoyo operativo su función también incluye un rol activo durante los encuentros, contribuyendo activamente en la identificación de necesidades, el diseño de rutas de acción y la documentación de hitos en el proceso de acompañamiento. Esta doble función operativa y formativa mejora la capacidad de atención del servicio y permite a los pasantes adquirir una experiencia práctica en un entorno formativo. Vergara (2019) sostiene que las pasantías representan un escenario clave para la adquisición de habilidades profesionales, ya que permiten integrar conocimientos teóricos, éticos y reflexivos para la intervención en salud mental.

Representación de la Empresa

Razón Social

Universidad Nacional Abierta y a Distancia (UNAD) – Institución de Educación Superior Pública, con personería jurídica, patrimonio propio y autonomía administrativa.

Reseña Histórica

La UNAD fue fundada en 1981, como una respuesta a la necesidad de ampliar el acceso a la educación superior en Colombia, especialmente en las zonas rurales y alejadas del país. Desde sus inicios, la UNAD se ha consolidado como una institución pionera en educación a distancia, permitiendo que miles de estudiantes puedan formarse profesionalmente sin barreras de tiempo ni espacio. Con el paso de los años, ha implementado tecnologías innovadoras en su modelo pedagógico, contribuyendo al desarrollo social, cultural y económico de las regiones donde opera.

Misión

La UNAD busca ofrecer educación de calidad, inclusiva y accesible utilizando metodologías innovadoras que combinan tecnologías de información y comunicación. Su propósito es formar ciudadanos competentes, capaces de contribuir al desarrollo sostenible y a la transformación social en sus comunidades, promoviendo valores como la responsabilidad, la solidaridad y el compromiso con el bienestar común.

Visión

La UNAD aspira a ser una institución de referencia en educación a distancia, reconocida a nivel nacional e internacional por su excelencia académica, innovación y contribución al desarrollo social. Se proyecta como una universidad líder en la formación integral de

profesionales, comprometida con la investigación, la inclusión y la construcción de una sociedad más justa y equitativa.

Organigrama

La estructura organizativa de la UNAD se basa en el Metasistema 5.0, organizado en plataformas de gestión y sistemas operacionales. Las áreas más relevantes son:

Consejo Superior Universitario y Consejo Académico

Máximos órganos de dirección y gestión académica.

Rectoría

Lidera la ejecución de políticas institucionales.

Plataformas

Plataforma Humana (gestión del talento humano).

Plataforma Tecnológica y Financiera.

Plataforma Curricular y de Gestión Académica.

Sistemas Misionales

Encargados del desarrollo académico y del bienestar de los estudiantes (VISAE, VIDECA, VIACI, etc.).

Escuelas Académicas y Zonas Regionales

Coordinan los programas educativos en todo el país.

Metodología

Tipo de Estudio

La pasantía se desarrolló con una metodología mixta, con enfoques cualitativos y cuantitativos. Desde la perspectiva cualitativa, se exploraron las dinámicas de acompañamiento psicosocial y las necesidades emocionales expresadas por los participantes; y desde la perspectiva cuantitativa, se realizó la sistematización de datos sociodemográficos y motivos de consulta. Este tipo de diseño permite comprender la complejidad del fenómeno desde múltiples dimensiones y es especialmente útil en estudios aplicados con poblaciones específicas (Hernández Sampieri, Fernández & Baptista, 2014).

Modelo Teórico

El acompañamiento psicosocial brindado a los participantes se fundamentó en la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT), un modelo de tercera generación dentro del enfoque cognitivo-conductual. Este modelo promueve el desarrollo de flexibilidad psicológica mediante la aceptación de experiencias internas, la clarificación de valores personales y la acción comprometida (Hayes, Strosahl y Wilson, 2006). A través de técnicas de psicoeducación, ejercicios de autorreflexión y estrategias orientadas al fortalecimiento del vínculo con los propios valores, se buscó promover cambios positivos en el bienestar emocional y en la capacidad de afrontamiento de los participantes.

Contexto de la Pasantía

La pasantía se llevó a cabo en la línea de salud mental del sistema de bienestar integral Unadista VISAE, mediante el servicio de Telepsicología “Chat Tu Psicólogo en Línea”. Este servicio ofrece procesos de acompañamiento psicosocial de carácter breve y accesible a estudiantes, docentes, y egresados de la Universidad Nacional Abierta y a Distancia (UNAD), lo

que contribuye al fortalecimiento de la regulación emocional, enfrentar dificultades personales y el desarrollo de habilidades socioemocionales.

El ingreso al servicio se realiza mediante un protocolo establecido. Al participante se le brinda una bienvenida inicial, seguida de la solicitud de datos básicos como número de cédula, nombre completo, lugar de residencia, afiliación al sistema de salud y número de contacto de emergencia de una persona adulta. Esta información es registrada en la base de datos institucional, permitiendo realizar el seguimiento correspondiente a cada caso. La asignación de los participantes no responde a un muestreo aleatorio, sino a criterios de necesidad y disponibilidad.

La psicóloga responsable asigna los casos según la complejidad del motivo de consulta y la prioridad del caso y en situaciones de alta urgencia como intento suicida o violencia de género los casos son asumidos de forma inmediata por el personal profesional para garantizar la atención oportuna y reducir el riesgo de revictimización. En estos casos, el protocolo institucional establece la activación de un plan de seguridad, que incluye estrategias de contención emocional la elaboración de un plan de acción personalizado y la notificación al contacto de emergencia autorizado por el consultante. Durante la pasantía se presentaron dos casos con antecedentes de intento suicida, en los cuales se ejecutó dicho protocolo bajo la orientación de la psicóloga responsable, asegurando una intervención ética segura y centrada en el bienestar de los participantes. Esta dinámica refleja un proceso de acompañamiento psicoeducativo ajustado a las condiciones reales del servicio.

Participantes

La población beneficiaria del proceso de pasantía estuvo conformada por 15 estudiantes activos de la UNAD, quienes ingresaron de manera voluntaria al servicio “Chat Tu Psicólogo en

Línea” y solicitaron acompañamiento psicosocial ante situaciones que afectaban su bienestar personal y académico.

De los 15 participantes 4 eran hombres y 11 mujeres, con edades comprendidas entre 19 y 52 años. En cuanto al estado civil, 9 eran solteros, 3 casados, 2 en unión libre, y 1 separado. En términos ocupacionales los participantes se encontraban vinculados a diferentes actividades. Académicamente, los participantes estaban inscritos en diversas escuelas de formación, tales como la Escuela de Ciencias Administrativas, Contables, Económicas y de Negocios (ECACEN); Escuela de Ciencias Sociales, Artes y Humanidades (ECSAH); Escuela de Ciencias básicas, Tecnología e ingeniería (ECBTI), Escuela de Ciencias de la Salud (ECISA).

Procedimiento

Fase 1: Diagnostico

Al comenzar el de acompañamiento psicosocial se busca conocer el estado emocional del participante, identificar el motivo de consulta, identificar los factores de riesgo y protección. Esta etapa permite definir el tipo de acompañamiento más adecuado para cada situación. El ingreso al servicio se realiza a través del Nodo de Bienestar, donde los participantes solicitan atención mediante el “Chat Tu Psicólogo en Línea”. Una vez se establece el primer contacto, se realizó una primera valoración, en el que el profesional valora la complejidad del caso y determina la ruta de atención más pertinente. Según el nivel de severidad identificado, se define si el acompañamiento será de orientación breve o si requerirá varios encuentros de seguimiento.

Los casos con afectaciones leves o moderadas suelen abordarse con estrategias psicoeducativas, recomendaciones de autocuidado y técnicas de afrontamiento. Por su parte, los casos de mayor complejidad, como aquellos en los que se detectan señales de riesgo emocional significativo, recibieron atención directa del profesional responsable. En estos casos se activa el

protocolo institucional correspondiente, como el plan de seguridad, que incluye estrategias de contención emocional, contacto con redes de apoyo cercanas y derivación a servicios especializados cuando se requiere.

Durante este primer momento también se socializa el consentimiento informado, asegurando el respeto por la confidencialidad del proceso y los principios éticos del acompañamiento. Asimismo, se aclara que el servicio ofrecido es de carácter psicoeducativo, no reemplaza una atención psicoterapéutica y está enfocado en la promoción del bienestar emocional.

Fase 2: Planeación

Durante esta fase, se diseñaron estrategias de acompañamiento psicosocial alineadas a las necesidades identificadas en el diagnóstico inicial, garantizando un proceso estructurado y pertinente para cada participante. Para ello, se crearon recursos psicoeducativos específicos, como guías temáticas, materiales audiovisuales de reflexión y ejercicios prácticos de regulación emocional, que facilitaron la comprensión de los temas abordados y el fortalecimiento de habilidades socioemocionales. Asimismo, se definieron objetivos psicoeducativos construidos de forma conjunta entre la psicóloga responsable, el coterapeuta y el participante, dirigidos a promover la regulación emocional, el afrontamiento de dificultades el fortalecimiento de la autoestima y la mejora de las habilidades interpersonales. Estos objetivos se ajustaban según la evolución de cada proceso, permitiendo la flexibilidad necesaria para atender las particularidades de cada acompañamiento. Finalmente, como parte de la planeación, se combinó una metodología basada en encuentros sincrónicos y actividades complementarias, asegurando la continuidad y coherencia en el proceso psicoeducativo.

Fase 3: Desarrollo

Los encuentros sincrónicos se desarrollaron mediante videollamadas a través de la plataforma Zoom, con la participación de la psicóloga responsable, el participante y el coterapeuta en formación. El número de encuentros osciló entre cuatro y siete sesiones, de acuerdo con el nivel de complejidad de cada caso y la evolución observada durante el proceso. Cada sesión tuvo una duración aproximada de 45 a 60 minutos y se estructuró en momentos tres momentos claves; encuadre, seguimiento y cierre.

Durante esta fase se mantuvo un acompañamiento constante que permitió monitorear el progreso del participante y ajustar las estrategias utilizadas según sus necesidades particulares. En cada encuentro se definía un propósito específico, el cual orientaba las acciones psicoeducativas a desarrollar, tales como la exploración de emociones el fortalecimiento de habilidades personales y la promoción de hábitos de autocuidado. Se hacía uso de recursos psicoeducativos elaborados previamente, como guías temáticas ejercicios prácticos de reflexión y técnicas de regulación emocional adaptadas a casa situación. En coherencia con lo expuesto por Kazantzis, Wittington y Dattilio (2010), las actividades asignadas entre sesiones, como ejercicios de autocuidado, afirmaciones positivas o rutinas reflexivas, permiten consolidar aprendizajes y extender el proceso psicoeducativo más allá del encuentro sincrónico.

Al finalizar cada encuentro, se registraban los aprendizajes obtenidos, los avances significativos y las situaciones que surgieron durante los encuentros, además, se establecían compromisos o tareas para continuar el trabajo reflexivo entre un encuentro y otro, con el fin de reforzar los contenidos tratados y favorecer la continuidad del acompañamiento.

Una vez alcanzada la etapa final del proceso, se realizó una valoración general de la experiencia. Esta incluía la identificación de fortalezas desarrolladas por el participante, tales

como avances emociones, habilidades trabajadas y capacidades personales que se puso en práctica. También se consideraban las dificultades persistentes o aspectos que requieren mayor trabajo. Finalmente, se analizaba el grado de avance en relación con los objetivos planeados al inicio de acompañamiento, reconcomiendo los logros obtenidos y los cambios percibidos en el bienestar emocional del participante.

Sesión de Encuadre. El primer encuentro tuvo como propósito establecer las bases del proceso de acompañamiento psicosocial. Se inició con la lectura y aceptación del consentimiento informado, en el cual se explicó al participante el alcance del servicio, las garantías de confidencialidad y los principios éticos que orientan la atención, en concordancia con la Ley 1090 de 2006 y el Código de Ética de la American Psychological Association (2010). Posteriormente, se recolectó información sociodemográfica general, se exploró el motivo de consulta y se identificaron los factores asociados al malestar emocional. A partir de esa valoración inicial se elaboró un concepto preliminar sobre la situación del participante, considerando el nivel de severidad y la ruta de acompañamiento más adecuada.

Sesión de Seguimiento. Durante los encuentros de seguimiento se implementaron estrategias psicoeducativas basadas en la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT), ajustadas a las necesidades particulares de cada participante. Se trabajó la comprensión de la relación entre pensamientos, emociones y conductas, facilitando la identificación de creencias limitantes y patrones mentales rígidos. A través de técnicas como las preguntas orientadoras, se promovió la reflexión sobre experiencias internas difíciles y se brindaron herramientas para fomentar una interpretación más flexible y consciente. Como apoyo complementario, se recomendaron ejercicios prácticos de respiración consciente y se compartieron recursos audiovisuales orientados a fortalecer la autorregulación emocional. Además, se promovieron actividades entre

sesiones, como afirmaciones positivas, rutinas de gratitud o prácticas de autocuidado, con el fin de reforzar los aprendizajes y fomentar el trabajo emocional autónomo.

Sesión de Cierre. En encuentro final, se llevó a cabo una evaluación general del proceso de acompañamiento psicosocial, valorando los avances logrados en relación con los objetivos planteados al inicio, se resaltaron las capacidades personales que el participante fortaleció durante el proceso, tales como el manejo de sus emociones, el fortalecimiento de la autoestima o la aplicación de estrategias de afrontamiento en su vida cotidiana. Además, se identificaron áreas de oportunidad para su crecimiento personal continuo. Finalmente, se brindaron orientaciones para el mantenimiento del bienestar emocional a largo plazo, haciendo énfasis en la importancia de la autogestión emocional y el uso de las herramientas aprendidas durante el acompañamiento.

Resultados

En esta sesión se presentan los principales hallazgos del proceso de acompañamiento psicosocial desarrollado con los 15 participantes de la Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD. Los resultados se organizaron en tres apartados: caracterización sociodemográfica, análisis de motivos de consulta y estrategias implementadas durante los encuentros de encuadre, seguimiento y cierre. Esta estructura permite evidenciar tanto las condiciones iniciales como los avances logrados, dentro de un enfoque fundamentado en la psicoeducación, la promoción del bienestar emocional y el acompañamiento orientado a las necesidades de cada participante.

Caracterización Sociodemográfica

A continuación, se presenta la caracterización sociodemográfica de los participantes según edad, sexo y nivel educativo.

Tabla 1

Características Sociodemográficas

Participante	Edad	Sexo	Nivel educativo
P1	52	Femenino	Universitaria
P2	28	Femenino	Universitaria
P3	35	Femenino	Universitaria
P4	39	Masculino	Universitario
P5	41	Masculino	Universitario
P6	25	Femenino	Universitaria
P7	19	Masculino	Universitario
P8	25	Femenino	Universitaria
P9	20	Femenino	Universitaria
P10	40	Masculino	Universitario
P11	26	Femenino	Universitaria
P12	22	Femenino	Universitaria
P13	26	Femenino	Universitaria
P14	24	Femenino	Universitaria
P15	23	Femenino	Universitaria

Nota. Elaboración propia con base en los datos de acompañamiento.

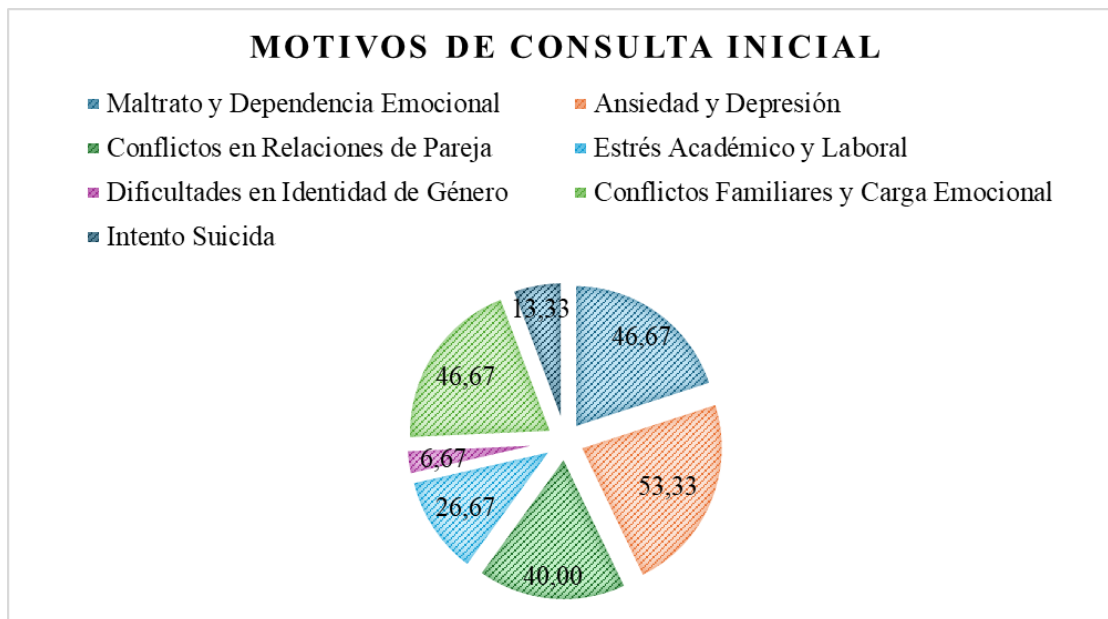
De los 15 participantes que hicieron parte del proceso de acompañamiento psicosocial, 11 eran mujeres (73.3%) y 4 hombres (26.7%) las edades oscilaron entre los 19 y 52 años, reflejando una población diversa en términos de ciclo vital. En cuanto a nivel educativo, la totalidad de los participantes se encontraban cursando formación universitaria, lo cual es consiente con el perfil de estudiantes activos de la UNAD.

Motivos de Consulta

A partir de los informes de seguimiento y del diagnóstico inicial realizado durante el proceso de acompañamiento psicosocial, se identificaron los principales motivos por los cuales los participantes solicitaron apoyo. Entre las situaciones más frecuentes se encuentran síntomas de ansiedad y depresión, seguidos por maltrato emocional, los conflictos de pareja y la dependencia afectiva (Figura 1).

Figura 1

Principales motivos de consulta reportados



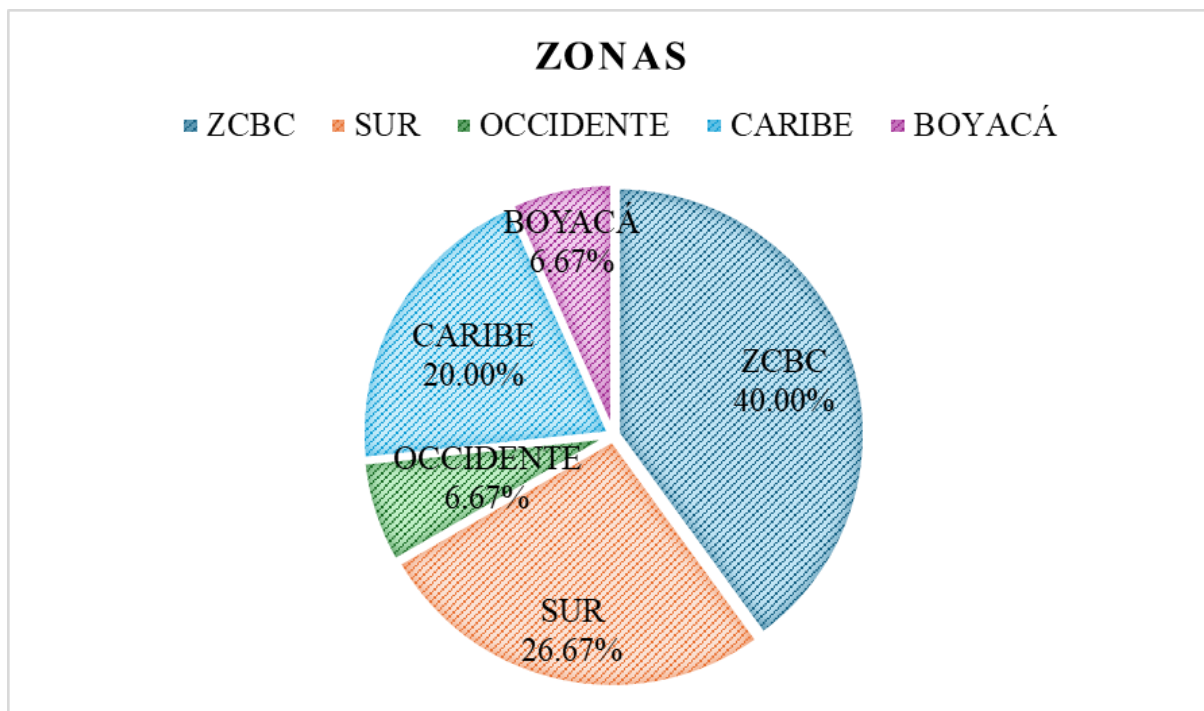
Fuente. Autoría Propia.

Más del 50% de los participantes reportaron sintomatología relacionada con ansiedad y depresión, lo que evidencia un nivel importante de malestar emocional. Asimismo, se destacan otros motivos relevantes como el estrés académico y laboral (26,67%), los conflictos en relaciones de pareja (46,67%) y las situaciones familiares con alta carga emocional (40%). Aunque en menor proporción también se presentan casos relacionados con maltrato y dependencia emocional (13,33%), dificultades en la identidad de género (6,67 %) e intentos de suicidio.

Estos resultados reafirman la importancia de ofrecer espacios psicoeducativos accesibles, que promuevan el autocuidado, la autorregulación emocional y el fortalecimiento del bienestar psicológico dentro de la comunidad estudiantil.

Figura 2

Distribución por zona geográfica

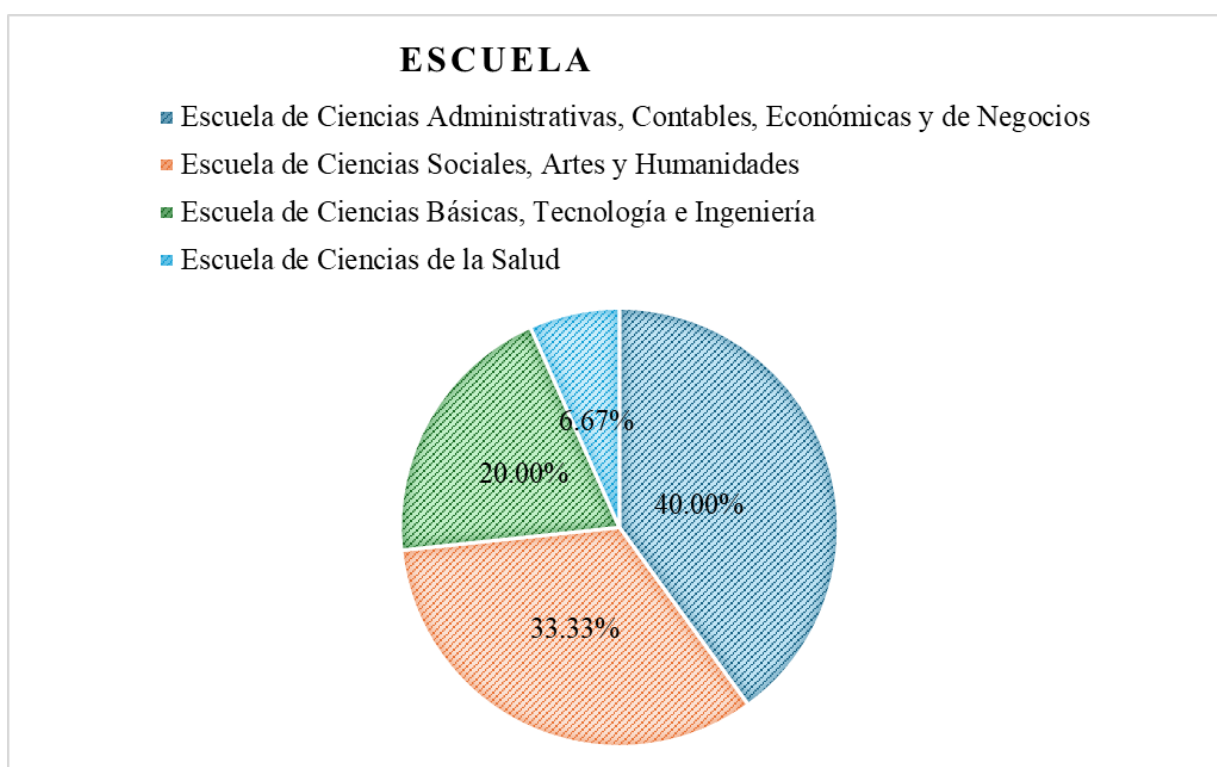


Fuente. Autoría Propia.

Se presenta la distribución geográfica de los participantes según la zona del país desde donde accedieron al servicio (Figura 2). La mayor participación se concentró en la zona ZCBC (40 %), seguida de la zona Sur (26,67 %) y el Caribe (20 %). Esto refleja una alta demanda de acompañamiento en regiones densamente pobladas y con mayor cobertura institucional, lo cual puede orientar estrategias regionales de intervención psicosocial.

Figura 3

Distribución por escuela académica



Fuente. Autoría Propia.

Se presenta la distribución de los participantes según la escuela académica a la que están adscritos dentro de la Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD (Figura 3). Se evidencio una mayor participación de estudiantes pertenecientes a las escuelas de Ciencias Administrativas y Económicas (40%), seguida por Ciencias Sociales y Humanas (33,33%). Esta tendencia puede reflejar un mayor interés de estas poblaciones por el fortalecimiento de su salud

mental y el acceso a espacios de acompañamiento psicosocial. No obstante, también se registraron participantes de otras escuelas como Ingeniería (20%) y Ciencias de la Salud (6,67%), lo que refuerza la necesidad de seguir promoviendo este tipo de servicios en todas las disciplinas académicas.

Se muestra la proporción de participantes que finalizaron el acompañamiento psicosocial frente a quienes lo interrumpieron (Figura 4).

Figura 4

Participación en el proceso de acompañamiento psicosocial



Fuente. Autoría Propia.

En relación con la permanencia en el proceso, 14 de los 15 estudiantes (93.33%) completaron todos los encuentros programados, mientras que solo uno (6.67%) interrumpió su participación antes del cierre. Esta alta tasa de continuidad evidencia una valoración positiva por parte de los participantes hacia el acompañamiento recibido, así como el nivel de compromiso con el proceso y la utilidad percibida de los recursos ofrecidos.

Estrategias Psicoeducativas Implementadas por Fases

El proceso de acompañamiento psicosocial se estructuró en tres momentos; encuadre, seguimiento y cierre. Durante cada una de estas etapas se implementaron estrategias específicas adaptadas al modelo ACT y a las necesidades particulares de los participantes.

En el encuadre, se recopiló información sociodemográfica, se identificó el motivo de consulta, se valoró el nivel de complejidad emocional y se definieron los objetivos psicoeducativos del proceso. También se socializó el consentimiento informado, se resolvieron dudas sobre el alcance del servicio y se explicó su carácter orientador preventivo, basado en la psicoeducación.

Durante los encuentros de seguimiento, se aplicaron diversas estrategias centradas en la reflexión y la autorregulación emocional. Entre ellas, se incluyó la orientación psicoeducativa sobre la toma de conciencia de pensamientos automáticos, promoviendo la identificación de contenidos mentales asociados a la autocrítica, las comparaciones constantes y los pensamientos intrusivos, en coherencia con los principios de la Terapia de Aceptación y Compromiso (Hayes, Strosahl & Wilson, 2006). Asimismo, se utilizaron ejercicios de atención plena para favorecer el manejo de la ansiedad y del estrés, mediante reflexiones guiadas, prácticas introspectivas y el uso de recursos audiovisuales. También se promovieron actividades de continuidad entre encuentros, tales como afirmaciones conscientes, prácticas de gratitud y ejercicios de autocuidado, orientadas a fortalecer el compromiso con el bienestar personal y fomentar la autonomía emocional.

En los casos de mayor complejidad se brindó acompañamiento bajo las directrices del equipo profesional, priorizando la activación del plan de seguridad, y la activación de redes de apoyo cercanas y la derivación a servicios especializados, conforme a los lineamientos institucionales de atención en crisis (OMS, 2018). En particular, durante la pasantía se

presentaron dos casos con antecedentes de intento suicida. En ambos, se activó el protocolo institucional de seguridad, que incluyó la evaluación del nivel de riesgo, la aplicación de estrategias de contención emocional, la notificación al contacto de emergencia previamente autorizado y la orientación hacia servicios de atención especializada. Estas acciones se realizaron bajo supervisión profesional, asegurando una respuesta ética y oportuna centrada en el bienestar del participante.

Los encuentros de cierre permitieron evaluar el proceso, reforzar las estrategias adquiridas y entregar orientaciones finales para la continuidad del cuidado emocional. Los participantes reportaron avances en la identificación del cuidado de sus emociones, el establecimiento de límites y la construcción de su proyecto de vida. Finalmente, se realizó un análisis cualitativo de las verbalizaciones compartidas durante el cierre, lo cual permitió recoger las percepciones del proceso, los aprendizajes logrados y las recomendaciones para fortalecer futuras intervenciones psicoeducativas.

Análisis de Contenido: Autoevaluación de los Participantes en la Sesión de Cierre

En esta sección se presenta un análisis cualitativo de contenido a partir de las verbalizaciones realizadas por los participantes durante la sesión de cierre del acompañamiento psicosocial. Esta autoevaluación tuvo como objetivo identificar la percepción del proceso vivido, los cambios logrados y las oportunidades de mejora. Se organizaron los hallazgos en cuatro categorías clave.

Es importante aclarar que los motivos de consulta aquí abordados fueron previamente sistematizados en la sección de resultados generales mediante gráficas y síntesis cuantitativa. En este apartado se retoman desde un enfoque cualitativo, recogiendo la voz directa de los

participantes y evidenciando la complejidad emocional que motivó su ingreso al proceso de acompañamiento.

Motivo de Consulta Inicial

En esta categoría se agrupan las verbalizaciones expresadas por los participantes en relación con los motivos que los llevaron acceder al acompañamiento psicosocial. Las expresiones reflejan situaciones como el impacto emocional por conflictos relacionales, episodios de maltrato, sobrecarga de responsabilidades, búsqueda de identidad y afectaciones a la salud mental.

El participante 1 expresó: “Me encuentro afectada y busco apoyo para manejar y superar el impacto emocional de la infidelidad de mi esposo, así como para trabajar en la reconstrucción de la confianza y la estabilidad en mi relación” (Comunicación personal, 26 de agosto de 2024).

Por su parte, el participante 2 señaló: “Busco apoyo debido a síntomas de depresión, ansiedad, baja autoestima y porque me cuesta gestionar mis emociones” (Comunicación personal, 25 de septiembre de 2024).

En palabras del participante 3 “Me siento abrumada por la carga de responsabilidades familiares y laborales, lo que me impide mantener un equilibrio en mi vida” (Comunicación personal, 28 de octubre de 2024).

En cuanto al participante 4, expresó: “Busco apoyo para tratar mi trastorno mixto de ansiedad y depresión, que ha afectado mi bienestar emocional desde la adolescencia” (Comunicación personal, 17 de septiembre de 2024).

Así mismo, el participante 5 comentó: “Solicito apoyo para abordar la dependencia emocional que tengo hacia mi expareja, una relación marcada por maltrato, manipulación, y falta de reciprocidad” (Comunicación personal, 17 de septiembre de 2024).

El participante 6 compartió: “Presento síntomas de depresión y estoy en un proceso de búsqueda de mi identidad de género. Esta situación me ha generado dificultades familiares y me siento emocionalmente afectado” (Comunicación personal, 14 de octubre de 2024).

Finalmente, el participante 7 relató: “Soy víctima de maltrato psicológico por parte de mi padre. Me siento agotada, asumo el rol de madre y cuidadora en casa y todo esto me ha llevado a tener pensamientos de suicidio ” (Comunicación personal, 11 de noviembre de 2024).

Cambios Percibidos en el Proceso

Aquí se presentan los testimonios que muestran transformaciones positivas en el bienestar emocional y relacional de los participantes.

El participante 1 expresó: “A pesar de todas las aflicciones que se me presentan, me siento mucho mejor cada día. Estoy aprendiendo a sanar mi dolor y enfocándome en mi bienestar emocional y físico” (Comunicación personal, 20 de septiembre de 2024).

Por otro lado, el participante 2 mencionó: “Durante el ejercicio de liberación emocional con la almohada pude expresar la frustración que siento. Estoy tratando de perdonar y soltar esta dependencia y encontrar paz conmigo misma” (Comunicación personal, 07 de octubre de 2024).

El participante 3 compartió: “Comprendí que es importante reconocermme como mujer y dedicarme tiempo, ya que suelo entregarme a los demás y olvidarme de mí” (Comunicación personal, 20 de noviembre de 2024).

Según el participante 4: “Mi esposa y mi mascota son mis factores protectores. Me apoyan mucho, pero reconozco que eso también puede generar cierta codependencia. A veces me frustra que otros no sepan expresar lo que sienten, pero yo sigo trabajando en regular mis emociones” (Comunicación personal, 22 de septiembre de 2024).

En relación con el proceso, el participante 5 comentó: Recordé como él no me defendía cuando su familia me faltaba al respeto. Eso me hizo reafirmar que merezco algo distinto. Me dije: soy libre de vivir, me quiero dar mi lugar” (Comunicación personal, 10 de octubre de 2024).

El participante 6 reflexionó: “Asisto a eventos LGBTQ+ y tengo contactos en redes sociales, pero aún no tengo un apoyo emocional constante. Me cuesta confiar por experiencias pasadas de rechazo.” (Comunicación personal, 22 de octubre de 2024).

Finalmente, el participante 7 indicó: “Al pensar en mi hermano me emociona y lloro, pero esto aprendiendo a valorar nuestra relación. La distancia emocional con mi papa me duele mucho. Antes era muy cercana a él, pero todo cambio ” (Comunicación personal, 17 de noviembre de 2024).

Aprendizajes Adquiridos

Esta categoría incluye los conocimientos y estrategias que los participantes lograron incorporar en sus vidas

De acuerdo con el participante 1: “Las estrategias de perdón y sanación han sido herramientas poderosas en este proceso. Me siento agradecida por el apoyo recibido, ha sido clave para progresar en mi relación” (Comunicación personal, 30 de septiembre de 2024).

El participante 2 relató: “Me di cuenta de que prefiero insultarme a mí misma antes que a los demás. Me siento muy mal por aceptar migajas de afecto” (Comunicación personal, 6 de noviembre de 2024).

El participante 3 comentó: “Llegue a la conclusión de que si hoy a hacer algo, lo hare con dedicación y no solo por cumplir. Este proceso me ayudó a expresarme sinceramente y reflexionar” (Comunicación personal, 3 de diciembre de 2024).

El participante 4 señaló: “Entendí que necesito tener una perspectiva más equilibrada de mi relación, son enfocarme solo en la intimidad física. Quiero construir una conexión emocional más profunda y mejorar la comunicación” (Comunicación personal, 6 de octubre de 2024).

El participante 5 afirmó: “He comprendido que mi valor personal es más importante que seguir en una relación en la que no me siento valorada. Ahora quiero enfocarme en mi bienestar emocional y proyecto de vida” (Comunicación personal, 30 octubre de 2024).

En palabras del participante 6: “Reconozco que necesito organizar mi vida en pilares fundamentales. Agradezco el espacio de reflexión y entiendo que mi bienestar no depende de otros, sino de mi propia estabilidad interna” (Comunicación personal, 14 de noviembre de 2024).

Por su parte, el participante 7 expresó: “Este proceso de sanación no es fácil, pero entiendo que también tengo imperfecciones, decido crecer, mejorar y alcanzar, estoy comprometida con mi bienestar” (Comunicación personal, 24 de noviembre de 2024).

Oportunidades de Mejora

Los participantes también expresaron sugerencias para fortalecer futuros acompañamientos.

El participante 1 sugirió: “El proceso fue muy valioso para mí, pero siento que una sesión adicional habría sido útil para profundizar en todo lo trabajado” (Comunicación personal, 30 de septiembre de 2024).

El participante 2 expresó: “Aunque agradezco el acompañamiento, Sería valioso que el servicio incluyera espacios de seguimiento más constantes” (Comunicación personal, 6 de noviembre de 2024).

Para el participante 3: “Fue valioso el acompañamiento, siento que cuando hay tantas cargas acumuladas se necesitan más sesiones para avanzar” (Comunicación personal, 3 de diciembre de 2024).

El participante 4 manifestó simplemente su agradecimiento por el proceso: “Agradezco el acompañamiento” (Comunicación personal, 6 de octubre de 2024).

El participante 5 propuso: “El proceso fue significativo, creo que sería útil poder tener guías con ejercicios o frases para reforzar lo aprendido” (Comunicación personal, 30 de octubre de 2024).

El participante 6 opinó: “valoro el tiempo que me dedicaron. Me gustaría continuar con el acompañamiento profesional para seguir avanzando en mi proceso personal” (Comunicación personal, 14 de noviembre de 2024).

Finalmente, el participante 7 señaló: “Agradezco profundamente este acompañamiento. Me sentí escuchada y comprendida. Me ayudó a entender lo importante que es cuidar de mí misma” (Comunicación personal, 05 de diciembre de 2024).

Los testimonios recopilados reflejan avances significativos y también sugerencias valiosas para mejorar la continuidad y el acompañamiento a lo largo del proceso. Estas voces reafirman la importancia de contar con espacios de orientación emocional accesibles, estructurados y con seguimiento continuo dentro del entorno universitario.

Encuesta de Satisfacción

Con el fin de evaluar la percepción de los participantes frente al proceso de acompañamiento psicosocial, se aplicó una encuesta de satisfacción al finalizar el ciclo de encuentros. Esta encuesta incluyó aspectos relacionados con la aplicabilidad de los aprendizajes en la vida cotidiana, la efectividad de las estrategias orientadas, la calidad metodológica de la

atención y un espacio abierto para comentarios y sugerencias. Marchena consejero et al. (2011) destacan que, los cuestionarios de satisfacción permiten recoger la percepción de los participantes sobre la utilidad del servicio, la calidad metodológica y la aplicabilidad de los aprendizajes, aportando información clave para mejorar los procesos de acompañamiento.

Los resultados obtenidos reflejaron una alta satisfacción por parte de los participantes, quienes destacaron la empatía del equipo, la utilidad de herramientas ofrecidas y el impacto positivo en su bienestar emocional. Estas valoraciones permiten retroalimentar el servicio y ajustar las estrategias de intervención para fortalecer la atención futura.

Se presentan los resultados obtenidos a partir de la encuesta de satisfacción diligenciada por los participantes.

Figura 5

Resultados de la encuesta de satisfacción aplicada al cierre del proceso



Nota. Autoría Propia

Los resultados reflejan una percepción altamente positiva sobre la calidad del servicio. Los participantes calificaron con un puntaje alto 5/5 los tres ítems evaluados, lo cual indica que consideran que los aprendizajes fueron aplicables, las estrategias útiles y la atención recibida cumplió con sus expectativas. Los comentarios adicionales apuntan a la necesidad de ampliar el tiempo de atención, lo que puede orientar mejoras en futuras implementaciones del servicio.

En conjunto los resultados obtenidos evidencian que el acompañamiento psicosocial implementado no solo respondió a las necesidades emocionales identificadas, sino que también favoreció el fortalecimiento personal y el bienestar de los participantes. La integración entre las estrategias basadas en el modelo ACT, el análisis cualitativo de percepciones y la evaluación de satisfacción brindan soporte a la calidad y pertinencia del proceso desarrollado, así como insumos relevantes para fortalecer futuras acciones de acompañamiento dentro del sistema de Bienestar Integral Unadista.

Conclusiones

El acompañamiento psicosocial desarrollado a través del servicio Chat Tu Psicólogo en Línea de la UNAD evidenció la pertinencia y efectividad de las intervenciones breves basadas en la Terapia de Aceptación y Compromiso, orientadas a promover el bienestar emocional en la población estudiantil. A través de estrategias como la conciencia plena, la identificación de valores personales y el compromiso con acciones coherentes, se abordaron de manera efectiva problemáticas comunes como la ansiedad, la depresión, el estrés académico y las dificultades relacionales. Estas intervenciones facilitaron el fortalecimiento del afrontamiento flexible, la autoestima y la autoconciencia emocional, logrando una participación sostenida del 93 % de los estudiantes atendidos.

Esta experiencia valida el valor de la telepsicología como un recurso de apoyo emocional accesible y eficaz en contextos de educación a distancia, y al mismo tiempo resalta la importancia de consolidar espacios permanentes, inclusivos y sensibles a las necesidades de la comunidad educativa.

En ese sentido, se plantea que el modelo de acompañamiento psicosocial debe proyectarse hacia un enfoque más amplio, integrando principios de la psicología comunitaria. La psicología comunitaria, según Montero (2004), enfatiza la necesidad de empoderar a las comunidades para que sean agentes de su propio bienestar, un principio que podría enriquecer los servicios de salud mental en la UNAD.

Finalmente, los hallazgos de este proceso reiteran la importancia de contar con servicios psicosociales que respondan de forma oportuna y humanizada a las situaciones de vulnerabilidad emocional, académica y personal. La diversidad de problemáticas abordadas, la participación interregional, la continuidad en el proceso de intervención y los resultados positivos reportados

en la encuesta de satisfacción respaldan la necesidad de fortalecer estos espacios dentro del sistema de bienestar universitario. Esto se alinea con lo expuesto por Torres Montesinos (2015), quien subraya la relevancia de intervenir de manera integral sobre los factores de riesgo que afectan la salud mental en el entorno universitario, articulando la contención emocional con el acompañamiento educativo y el fortalecimiento de redes de apoyo.

Recomendaciones

Continuar promoviendo espacios de pasantía desde los nodos de bienestar universitario:

Se sugiere seguir impulsando espacios de práctica profesional en la Línea de Salud Mental, como estrategia formativa para estudiantes en formación y herramienta de apoyo emocional para la comunidad. Estos escenarios permiten fortalecer competencias como el análisis de casos, el acompañamiento psicoeducativo y la elaboración de recursos orientadores, a la vez que fortalecen la red de atención institucional.

Fomentar la participación en la encuesta de satisfacción: Es fundamental incentivar a los participantes a diligenciar la encuesta de cierre, ya que esta herramienta permite recoger percepciones clave sobre la calidad del servicio y detectar oportunidades de mejora. Una mayor participación aportaría a la consolidación de indicadores de calidad y retroalimentación institucional.

Utilizar la sistematización como insumo para acciones de prevención y formación: Además de su función de seguimiento, la sistematización de casos puede servir como base para generar experiencias significativas, guías temáticas, materiales psicoeducativos, boletines o infografías dirigidas a toda la comunidad académica. Esto amplía el alcance del servicio más allá del acompañamiento individual, promoviendo acciones preventivas y formativas alineadas con las necesidades emocionales detectadas. La Organización Mundial de la Salud (2022) resalta que la salud mental debe abordarse desde un enfoque preventivo comunitario especialmente en contexto educativo donde se requiere accesibilidad e innovación en la atención.

Referencias Bibliográficas

- American Psychological Association. (2010). *Ethical principles of psychologists and code of psychologists and code of conduct* (2002, amended June 1, 2010).
<https://www.apa.org/ethics/code>
- American Psychological Association. (2013). Guidelines for the practice of telepsychology. *American Psychologist*, 68(9), 791–800. <https://doi.org/10.1037/a0035001>
- Congreso de la República de Colombia. (2006). *Ley 1090 de 2006: Código deontológico y bioético de psicología en Colombia*. Diario Oficial, No. 46.482.
<https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=66205>
- Congreso de la República de Colombia. (2013). *Ley 1616 de 2013: Salud mental*. Diario Oficial, No. 48.731. <https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=51292>
- Dobson, K. S., & Dozois, D. J. A. (2019). *Manual de terapias cognitivo-conductuales*. Guilford Press.
- Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (2006). *Terapia de aceptación y compromiso: Un enfoque de proceso y práctica de cambio consciente*. Ediciones Pirámide.
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6.^a ed.). McGraw-Hill Education.
- Kazantzis, N., Whittington, C., & Dattilio, F. M. (2010). Meta-análisis de los efectos de las tareas en la terapia cognitivo-conductual: Una réplica y extensión. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 17(2), 144–156. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2850.2010.01204.x>
- Kraus, G. (2013). *La educación a distancia en las universidades argentinas* [Tesis doctoral, Universidad de Sevilla]. Universidad de Sevilla. <https://idus.us.es/handle/11441/64694>

Marchena, E., Araujo, A. M., Romero, C., Menacho, I., Hervías, F., & López, M. del M. (2011).

Participación del Servicio de Atención Psicológica en los espacios de aprendizaje.

INFAD Revista de Psicología, 1(1), 585–602.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5134802>

Ministerio de Salud y Protección Social. (2018). *Política Nacional de Salud Mental* (Resolución 4886 de 2018).

<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/politica-nacional-salud-mental.pdf>

Ministerio de Salud y Protección Social. (2019). *Resolución 2654 del 2019*.

<https://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Normal.jsp?i=87008>

Montero, M. (2004). *Introducción a la psicología comunitaria: Desarrollo, conceptos y procesos*. Paidós.

Organización Mundial de la Salud. (2018). Salud mental: Fortaleciendo nuestra respuesta.

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

Organización Mundial de la Salud. (2022). Consideraciones sobre la salud mental durante la pandemia de COVID-19. [https://www.who.int/es/news/item/02-03-2022-mental-health-](https://www.who.int/es/news/item/02-03-2022-mental-health-and-covid-19)

[and-covid-19](https://www.who.int/es/news/item/02-03-2022-mental-health-and-covid-19)

Torres Montesinos, C. (2015). Salud mental en estudiantes universitarios ecuatorianos [Tesis doctoral, Universidad de Santiago de Compostela].

<https://minerva.usc.es/xmlui/handle/10347/1154>

Universidad Nacional Abierta y a Distancia [UNAD]. (2024). Informe de gestión UNAD 2024.

UNAD. Documento no publicado.

Universidad Nacional Abierta y a Distancia [UNAD]. (2024). Protocolo para la atención y acompañamiento psicosocial. UNAD. Documento no publicado.

Vergara Medina, C. E. (2019). La práctica profesional en psicología. Un abordaje reflexivo. *Poiésis*, (37), 167–176. <https://doi.org/10.21501/16920945.3330>

Apéndices

Apéndice A

Plan de Trabajo

1. INFORMACIÓN GENERAL DEL PLAN DE TRABAJO									
Fecha:	03 06 2024								
Nombre del estudiante:	Leidy Viviana Perez Soto								
Identificación	C.C.	X	C.E		Otro		Número:		
Programa Académico	Psicología						No. de Créditos Aprobados:	157	
							% de créditos aprobados	100%	
							Promedio acumulado	4.7	
Correo electrónico	Lei.perez12@hotmail.com			Teléfono / Celular		367 990 6323			
Dirección residencia:	9145 rue ST-Charles			Municipio / Departamento		Canadá			
ENTRO:	Palmira			ZONA:		ZCSUR			
Nombre de la Organización:	Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD								
Departamento:	Cundinamarca			Municipio o ciudad:		Bogotá			
Sitio Web:	www.unad.edu.co			Teléfonos:		601-375 9500 ext.			
Dirección de la organización:	Calle 53 # 14 -23 Chapinero piso 4			Dependencia o Unidad:		ECSAH			
Nombre del coordinador de plan de trabajo: María del Cardona Sánchez	Correo electrónico:			maria.cardona@unad.edu.co					
	Teléfono / Celular			+19087080892					
Lugar y fecha de suscripción del convenio o acuerdo suscrito entre la UNAD y la organización o institución:									

2. DATOS ESPECIFICOS DEL PLAN DE TRABAJO (La pasantía debe tener una dedicación mínima de 640 horas)	
Intensidad horaria semanal	30 horas
Número de semanas	31semanas
Horario	1pm 7pm

3. DESCRIPCION DETALLADA DEL PLAN DE TRABAJO

La Universidad Nacional Abierta y a Distancia (UNAD) de Colombia desarrolló su línea de salud mental como una respuesta a las crecientes necesidades de apoyo psicológico dentro de su comunidad académica.

El servicio de orientación psicosocial, como el chat "Tu psicólogo en línea", funcionaba principalmente bajo esta línea de Crecimiento Personal. A través de este servicio, se brindaba apoyo a los estudiantes mediante intervenciones breves y asesorías que ayudaban a los usuarios a manejar situaciones cotidianas relacionadas con factores personales, académicos, familiares, y laborales. Sin embargo, al estar integrado en una línea con un enfoque más general, el apoyo psicológico no estaba completamente especializado, lo que limitaba su capacidad para abordar de manera profunda y estructurada los problemas de salud mental más complejos.

En el año 2023 se consolida como Línea de Salud Mental: En respuesta a estas necesidades, en 2023, la UNAD decidió consolidar la atención psicosocial en una línea de salud mental independiente dentro del Sistema de Bienestar Integral Unadista (BIU). Esta nueva línea de salud mental permitió un enfoque más especializado y estructurado en la atención a la salud mental de la comunidad unadista, separándose del enfoque general de desarrollo personal, Con la creación de esta línea independiente, se desarrollaron protocolos más específicos para la atención psicosocial, incluyendo la telepsicología como una herramienta clave para ofrecer atención accesible y de calidad a nivel nacional. La independencia de la línea de salud mental también permitió una mayor asignación de recursos y una formación especializada para los profesionales que ofrecen este servicio, asegurando una respuesta más eficaz a las necesidades de salud mental de los estudiantes.

Este proceso de evolución reflejó el compromiso de la UNAD con el bienestar integral de su comunidad, adaptándose a las necesidades emergentes y fortaleciendo los servicios de apoyo psicológico para garantizar una mejor calidad de vida y éxito académico de sus estudiantes.

Por lo anterior, el plan de trabajo que se realizará durante el año 2024 y parte del 2025. será enfocado en el marco del proyecto de Telepsicología de la línea de Salud Mental del Sistema de Bienestar Unadista, de la VISAE, en las siguientes fases:

Fase 1: Acompañamiento de baja complejidad en procesos individuales, en donde se realizarán las subfases:

Evaluación
Acompañamiento
Sistematización

Metodología:

- Entrevista semiestructurada para evaluar las áreas de ajustes
- Informe entrevista inicial
- Informe de seguimiento
- Asentimiento informado

Fase 2: Realización de Caja de herramientas y material psicoeducativo.

Metodología:

- Banners, Diapositivas, Formatos PES,
- Guiones, Podcast, Experiencias Significativas

Fase 3: Acompañamiento en experiencias significativas grupales.

Metodología:

- Acompañamiento en material de experiencias.
- Realización de formatos PES

Fase 4: Impacto a partir del grado de la encuesta de satisfacción sesión por sesión.

Metodología:

- Encuestas de satisfacción
- Realización de comentarios.

El enfoque del plan de trabajo se centra en la promoción y prevención de riesgos psicosociales en la comunidad unadista a través de un modelo integrador que combina el abordaje de la tercera generación ACT con la perspectiva de salud mental comunitaria de tercera generación, utilizando herramientas de teleconsulta. Este enfoque tiene como objetivo ofrecer un acompañamiento psicosocial efectivo, accesible y continuo a los estudiantes de la UNAD.

- **Terapia de Tercera Generación:**

Steven C. Hayes: Uno de los principales desarrolladores de la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT), un enfoque de tercera generación que se centra en la aceptación de pensamientos y emociones en lugar de su modificación directa. La ACT promueve la flexibilidad psicológica, permitiendo a los individuos actuar de manera coherente con sus valores personales, incluso en presencia de experiencias internas negativas.

Aplicación: En el contexto de la teleconsulta, la ACT se utiliza para ayudar a los estudiantes a desarrollar una mayor aceptación de sus pensamientos y emociones, y comprometerse con acciones que estén alineadas con sus valores, mejorando así su bienestar emocional y académico.

Referencia: Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (2006). *Terapia de Aceptación y Compromiso: Un enfoque de proceso y práctica de cambio consciente*. Ediciones Pirámide.

- **Salud Mental Comunitaria de Tercera Generación:**

Isaac Prilleltensky: Destacado en el campo de la psicología comunitaria, Prilleltensky enfatiza la importancia de la justicia social y el bienestar comunitario, integrando enfoques de tercera generación que consideran no solo la salud mental individual, sino también la salud de las comunidades a través de la participación y el empoderamiento.

Aplicación: Mediante teleconsulta, se evalúan no solo los factores individuales, sino también los contextuales y comunitarios, diseñando intervenciones que empoderen a los estudiantes y fomenten su participación en la comunidad universitaria, fortaleciendo así el bienestar colectivo.

Referencia: Prilleltensky, I., & Nelson, G. (2005). *La psicología comunitaria: Enfoques para la liberación y el bienestar*. Ediciones Morata.

4. JUSTIFICACIÓN

La línea de salud mental de la VISAE dentro del sistema de bienestar unadista de la UNAD juega un papel fundamental en el apoyo integral a la comunidad académica, considerando los retos que enfrenta en términos de bienestar psicológico. En un entorno universitario que fomenta la educación a distancia, es crucial implementar estrategias de acompañamiento psicoeducativo que aborden de manera efectiva las problemáticas emocionales y psicológicas que pueden surgir en los estudiantes, docentes y demás miembros de la comunidad.

La intervención en salud mental de la VISAE se fundamenta en los principios de las terapias contextuales de tercera generación, particularmente en la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT). Estos enfoques no solo buscan la reestructuración cognitiva de pensamientos disfuncionales, sino que también promueven la aceptación, la flexibilidad psicológica, y el compromiso con acciones alineadas a los valores personales, lo que resulta especialmente relevante en un contexto educativo donde los estudiantes enfrentan altos niveles de estrés, ansiedad y aislamiento.

La necesidad de ofrecer un acompañamiento en salud mental se justifica en la creciente demanda de intervenciones que promuevan la resiliencia, el bienestar emocional y la prevención de trastornos mentales en un contexto donde los estudiantes, por su modalidad de estudio, pueden experimentar altos niveles de estrés, ansiedad y aislamiento. A través de la ACT de tercera generación, se busca no solo la modificación de patrones de pensamiento negativos, sino también la aceptación de emociones y pensamientos difíciles, fomentando una mayor adaptación y bienestar general.

Desde la perspectiva de bienestar integral, la intervención en salud mental no solo busca la prevención y atención de problemas psicológicos, sino que también aspira a promover el desarrollo personal y académico de los estudiantes, contribuyendo a su éxito educativo y a su formación integral. La VISAE, al implementar estrategias basadas en la ACT de tercera generación, fortalece su misión de acompañar a la comunidad universitaria en su proceso de aprendizaje y crecimiento personal, garantizando un entorno educativo saludable y equilibrado.

Este acompañamiento se realizará a través de intervenciones basadas en evidencia, en las que se evaluarán las necesidades individuales y grupales, se formularán planes de intervención adaptados, y

se proporcionará seguimiento continuo para asegurar la eficacia de las estrategias implementadas. Asimismo, el enfoque en la atención psicoeducativa grupal y el apoyo en la gestión de informes sobre el estado de la salud mental en la comunidad contribuirá al desarrollo de políticas más efectivas y a la creación de un entorno universitario más saludable.

Referencias bibliográficas

- **García, F. J., & López, M. S. (2016).** Intervenciones basadas en la evidencia en salud mental: Un enfoque para la práctica clínica y comunitaria. *Revista de Psicología y Salud*, 26(3), 237-245.
- **Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (2006).** *Terapia de Aceptación y Compromiso: Un enfoque de proceso y práctica de cambio consciente*. Ediciones Pirámide.
- **Organización Mundial de la Salud. (2018).** Salud mental: Fortalecimiento de nuestra respuesta. Recuperado de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- **Universidad Nacional Abierta y a Distancia. (2021).** Lineamientos para la implementación de la telepsicología en la UNAD: Un enfoque de bienestar integral. UNAD.

5. OBJETIVO GENERAL

Brindar acompañamiento y orientación psicosocial a los estudiantes y egresados unadista a través de los servicios y estrategias de la línea de salud mental del sistema de bienestar integral Unadista.

6. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Desarrollar, recursos psicoeducativos orientados a la regulación emocional, el fortalecimiento de la autoestima, el manejo de la ansiedad, el afrontamiento del duelo y el acompañamiento en dificultades académicas, de acuerdo con los principales motivos de consulta identificados.
- Promover la difusión y socialización de los servicios de salud mental mediante la creación de materiales informativos, (como podcasts, padlest y banners informativos) y la participación en experiencias de sensibilización favoreciendo el acceso de los estudiantes a los recursos de apoyo disponibles.
- Apoyar, el acompañamiento psicosocial a estudiantes mediante la atención de consultas en el “Chat Tu Psicólogo en Línea”, la participación en el Nodo Abrazar-Te y la respuesta a mensajes en Foro de Pupilos de la emoción, fortaleciendo así las estrategias de apoyo emocional de la comunidad unadista.

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

7.

<p>ACTIVIDADES</p>	<p>Acompañamiento psicosocial a un mínimo de cuatro participantes, incluyendo sus respectivos seguimientos en múltiples encuentros sincrónicos.</p> <p>*Realización de guiones para podcast en Duelo y cómo Afrontar la pérdida</p>	<p>*Acompañamiento en experiencias significativas grupales PES guiones 1 minuto</p> <p>*Diseño de caja de herramientas de material psicoeducativo</p>	<p>Acompañamiento psicosocial a un mínimo de cuatro participantes, incluyendo sus respectivos seguimientos en múltiples encuentros sincrónicos.</p> <p>*Acompañamiento en experiencias significativas. Cerebros digitales. Reconectando con la esencia</p>	<p>Realización de guion Autoestima + trastornos alimenticios .</p> <p>Diseño de Formatos PES. Podcast Autoestima.</p> <p>Reconocimiento de las fortalezas</p>	<p>Acompañamiento psicosocial a un mínimo de cuatro participantes, incluyendo sus respectivos seguimientos en múltiples encuentros sincrónicos.</p> <p>Podcast Perdón estrategias del perdón, importancia del perdón</p>	<p>Apoyo en NODO PUPILOS</p> <p>*Diseño de caja de herramientas de material psicoeducativo</p> <p>*Guion para la retención y permanencia a estudiantes.</p>	<p>Acompañamiento psicosocial a un mínimo de tres participantes, incluyendo sus respectivos seguimientos en múltiples encuentros sincrónicos.</p> <p>*Participación en respuesta de foros en Salud mental</p>	<p>*Diseño de caja de herramientas de material psicoeducativo.</p> <p>*Experiencias significativas: Botiquín emocional.</p>	<p>*Apoyo en organización de NODOS, Experiencias significativas, encuentros con Pupilos, Entrevistas, Guion sexualidad y diversidad.</p>
---------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Mes 1	x								
Mes 2		x							
Mes 3			x						
Mes 4				x					
Mes 5					x				
Mes 6						x			
Mes 7							x		
Mes 8								x	
Mes 9									x

Nota. Este apéndice representa el plan de trabajo previo al desarrollo de las actividades de la pasantía. *Fuente.* Autoría propia

Apéndice B

Consentimiento informado acompañamiento psicosocial

	SALUD MENTAL	VISAE
	CONSENTIMIENTO INFORMADO ACOMPañAMIENTO PSICOSOCIAL.	VERSIÓN 2024

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Acompañamiento Psicosocial.

La Vicerrectoría de Servicios a Aspirantes Estudiantes y Egresados VISAE desde la línea de Salud Mental del Sistema de Bienestar Integral Unadista, brinda el servicio de atención y acompañamiento psicosocial entorno a la promoción y atención a la salud mental.

El acompañamiento psicosocial será abordado en mutuo acuerdo con el posible beneficiario, inicialmente se programará una entrevista semiestructurada con el fin de recopilar información entorno al malestar que presenta en la actualidad el consultante. Posteriormente, el psicólogo y/o el coterapeuta (practicante de psicología) socializará los objetivos del acompañamiento orientando la programación de un aproximado de 4 a 7 encuentros con duración de 45 minutos una vez por semana o cada quince días, vía online a través de videollamada. Existe la probabilidad de utilizar el motivo de consulta para futuras investigaciones académicas, en dado caso, se hará el análisis de la información de manera anónima, es decir, sin tener en cuenta los datos personales del consultante.

Es importante aclarar que, **este espacio no reemplazará un proceso psicoterapéutico**, de ser necesario este tipo de acompañamiento se orientará al consultante.

Recuerde que la labor del psicólogo es orientar y otorgar estrategias o herramientas con las cuales usted pueda afrontar de manera efectiva y armoniosa su dificultad, sin embargo, esto NO es una ciencia exacta, de tal manera que necesitamos de toda su disposición y colaboración frente a las actividades y requerimientos.

La información recolectada durante los encuentros será netamente confidencial como lo exige la ley 1090 del 2006 (art. 10) de los deberes y obligaciones del psicólogo (a) “Guardar completa reserva sobre la persona y los motivos de consulta, así como la identidad de los consultantes, salvo en los casos contemplados por las disposiciones legales”. Como lo declara el artículo anterior y lo establecido en los principios éticos del psicólogo y código de conducta de la APA (2010), la información será revelada (4.05) sin autorización del cliente/paciente cuando sea requerida la historia clínica por la ley, también en caso tal que se encuentre su vida o la de terceros en peligro. De lo contrario, el profesional será el único quien tenga acceso directo a la información empleada durante el proceso.

La programación de cada encuentro será vía correo electrónico, es obligación del consultante confirmar la asistencia mínimo 4 horas antes del encuentro, se cuenta con la posibilidad de cancelar mínimo un encuentro notificando con antelación la novedad vía correo electrónico, de no dar respuesta a la reprogramación se dará por finalizado el servicio. Recuerde que, la decisión de participar en este proceso de acompañamiento psicosocial es **completamente voluntaria**, puede manifestar su intención de retirarse en cualquier momento

	SALUD MENTAL	VISAE
	CONSENTIMIENTO INFORMADO ACOMPANAMIENTO PSICOSOCIAL.	VERSIÓN 2024

Yo _____, identificado con C.C No. _____ de _____ y como _____ de la UNAD, teniendo pleno uso de mis facultades legales, físicas y mentales, de manera consciente y sin ninguna clase de presión faculto y autorizo el acompañamiento psicosocial dirigido por el psicólogo asignado. Certifico que he sido informado con claridad y veracidad del desarrollo del proceso y han contestado mis preguntas.

Se firma a los _____ días del mes _____ de _____.

Firma Psicólogo
María Cardona

Firma
Consultante

T. P 121344

Firma Psicólogo en formación
Coterapeuta

Nombres y apellidos

C.C:

Anexar copia de la c.c del consultante

Nota. Formato de consentimiento informado para la atención y acompañamiento psicosocial de la VISAE. *Fuente.* UNAD

Apéndice C

Informe: Entrevista inicial acompañamiento psicosocial

	SALUD MENTAL	VISAE
	INFORME: ENTREVISTA INICIAL ACOMPANAMIENTO PSICOSOCIAL.	VERSIÓN 2024

1. DATOS PERSONALES DEL CONSULTANTE:

Identificación: T.I_ C.C _ No.	Nombres y Apellidos:	Fecha de Nacimiento: (D/M/A)
Edad:	N. Celular:	Estado Civil:
Contacto de Emergencia:	Parentesco	Número de contacto:

2. MOTIVO DE CONSULTA (describa de manera literal la principal razón de contacto remitida por el consultante).

--

3. SIGNOS Y SÍNTOMAS (los signos son reacciones fisiológicas observables y los síntomas refiere a los elementos subjetivos o señales percibidas por el consultante)

Signos	Síntomas

4. ÁREAS DE AJUSTE (describir antecedentes, factores de riesgo y protectores en cada área de ajuste que se relacione con el motivo de consulta).

<p><i>Salud (física y mental):</i></p> <p><i>Familiar:</i></p> <p><i>Social</i></p> <p><i>Académica:</i></p> <p><i>Laboral:</i></p> <p><i>Económica:</i></p> <p><i>Sentimental/de pareja:</i></p> <p><i>Intrapersonal (emociones, pensamientos y acciones):</i></p>

	SALUD MENTAL	VISAE
	INFORME: ENTREVISTA INICIAL ACOMPANAMIENTO PSICOSOCIAL.	VERSION 2024

5. CONCEPTO GENERAL DEL PSICÓLOGO (describir el posible grado de afectación del motivo de consulta)

6. OBJETIVOS DEL ACOMPAÑAMIENTO PSICOSOCIAL (Indicar el objetivo general y específicos).

Este informe debe realizarse posterior a la entrevista inicial como parte del proceso de acompañamiento al consultante. Debe ser firmado por el profesional que realice la atención.

Atentamente,

Nombre y apellidos
Firma Psicóloga (o)

T.P

Firma Psicólogo en formación
C.C

Comentado [MRAG1]: Incluir:
 1. Continuidad en el acompañamiento SI_ NO_ Fecha próximo encuentro_

2

Nota. Formato para registro de entrevistas a consultantes en acompañamiento psicosocial.

Fuente. UNAD

Apéndice D

Informe: seguimiento a encuentros de acompañamiento psicosocial

	SALUD MENTAL	VISAE
	INFORME: SEGUIMIENTO A ENCUENTROS DE ACOMPAÑAMIENTO PSICOSOCIAL	VERSIÓN 2024

Documento del Consultante: Nombres y Apellidos:	Telepsicología: <input checked="" type="checkbox"/> X	Presencial: <input type="checkbox"/>
-----------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------	--------------------------------------

N. de encuentro:	Fecha:	Hora de inicio:	Hora de finalización:
Objetivo del encuentro:			
Estrategias orientadas	Aprendizaje logrado por el consultante o novedades en el encuentro.	Compromisos para el próximo encuentro	

N. de encuentro:	Fecha:	Hora de inicio:	Hora de finalización:
Objetivo del encuentro:			
Estrategias orientadas	Aprendizaje logrado por el consultante o novedades en el encuentro.	Compromisos para el próximo encuentro	

N. de encuentro:	Fecha:	Hora de inicio:	Hora de finalización:
Objetivo del encuentro:			
Estrategias orientadas	Aprendizaje logrado por el consultante o novedades en el encuentro.	Compromisos para el próximo encuentro	

	SALUD MENTAL	VISAE
	INFORME: SEGUIMIENTO A ENCUENTROS DE ACOMPAÑAMIENTO PSICOSOCIAL	VERSIÓN 2024

--	--	--

N. de encuentro:	Fecha:	Hora de inicio:	Hora de finalización:
Objetivo del encuentro:			
Estrategias orientadas	Aprendizaje logrado por el consultante o novedades en el encuentro.	Compromisos para el próximo encuentro	

N. de encuentro:	Fecha:	Hora de inicio:	Hora de finalización:
Objetivo del encuentro:			
Estrategias orientadas	Aprendizaje logrado por el consultante o novedades en el encuentro.	Compromisos para el próximo encuentro	

	SALUD MENTAL	VISAE
	INFORME: SEGUIMIENTO A ENCUENTROS DE ACOMPAÑAMIENTO PSICOSOCIAL	VERSIÓN 2024

--	--	--

CIERRE AL PROCESO DE ACOMPAÑAMIENTO

Indicar los factores evidenciados en el/la consultante durante el proceso del acompañamiento.

FORTALEZAS	DEBILIDADES / DIFICULTADES

- **RESULTADOS** - Indicar si se cumplió con los objetivos planteados y como el proceso logró fortalecer al consultante

--

Atentamente,

Nombre y apellidos
Firma Psicóloga (o)

T.P

Nota. Formato para registro de resultados generales del acompañamiento psicosocial llevado a cabo. *Fuente.* UNAD

Apéndice E

Plan de seguridad prevencia a la conducta suicida.

	ACOMPañAMIENTO PSICOSOCIAL	VISAE
	PLAN DE SEGURIDAD PREVENCIÓN A LA CONDUCTA SUICIDA.	VERSIÓN 2024

PLAN DE SEGURIDAD – PREVENCIÓN A LA CONDUCTA SUICIDA

Este plan de seguridad es una estrategia para implementar en aquellos momentos cuando identifica factores de riesgo que inciden en atentar contra su vida. Los siguientes pasos le permitirá reconocer factores protectores para mantenerse a salvo.




A partir de lo explicado por el psicólogo, le invitamos a diligenciar el siguiente esquema hasta complementar los 6 pasos. Recuerde que esta estrategia se puede actualizar de manera constante, según las diferentes situaciones de vida.

Por favor diligenciar los siguientes datos:

Fecha:	Nombres y Apellidos:	N. de identificación:

En caso de que mi plan falle y me encuentre en riesgo inminente debo comunicarme con:
 Línea de emergencias 123
 Línea 106
 Línea Purpura 155
 ICBF 141

	ACOMPANIAMIENTO PSICOSOCIAL	VISAE
	PLAN DE SEGURIDAD PREVENCIÓN A LA CONDUCTA SUICIDA.	VERSIÓN 2024

PLAN DE SEGURIDAD – PREVENCIÓN A LA CONDUCTA SUICIDA



2

Nota. Plan de acción utilizado para la atención a casos con posibles factores de riesgo asociados al suicidio. *Fuente.* UNAD