



Uso de modelos en vídeo para el entrenamiento en habilidades terapéuticas en estudiantes de Psicología y otras disciplinas sanitarias.

Use of video-modelling for therapeutic skills training with students of Psychology and other healthcare disciplines.

Mónica Hernández López^a, José Antonio Muela Martínez^b, Beatriz Montes Berges^c, María Aranda López^d y Miguel Rodríguez Valverde^e

Departamento de Psicología, Universidad de Jaén. ^a mhlopez@ujaen.es , ^b jmuela@ujaen.es , ^c bmontes@ujaen.es , ^d aranda@ujaen.es  y ^e mrodrigu@ujaen.es .

How to cite: Mónica Hernández López, José Antonio Muela Martínez, Beatriz Montes Berges y Miguel Rodríguez Valverde. 2022. Uso de modelos en vídeo para el entrenamiento en habilidades terapéuticas en estudiantes de Psicología y otras disciplinas sanitarias. En libro de actas: *VIII Congreso de Innovación Educativa y Docencia en Red*. Valencia, 6 - 8 de julio de 2022. <https://doi.org/10.4995/INRED2022.2022.15807>

Abstract

This paper presents an innovative teaching experience carried out as part of a project in the Teaching Innovation Program at the University of Jaén (PIMED-UJA 2019-2023). The main goal of this project was the production of a series of brief training videos that modelled specific skills in assessment and intervention, in order to facilitate the acquisition of procedural skills specific to the degrees in Psychology and Nursing, as well as to the Health Psychology Masters degree. Faculty from different courses of these degrees (all of them registered healthcare psychologists with experience in their respective domains) scripted different therapy interactions that depicted specific therapeutic skills. The different roles (therapist and client) were played by professional actors that prepared the scripts and received specific feedback from the involved faculty, both before and during the recording sessions. The paper presents results regarding the use of these training videos in three different courses: Foundations of Psychological Assessment, Psychosocial Sciences in Healthcare, and Third Wave Behavioral Therapies in Healthcare Contexts. Students exposed to the training videos showed reductions in anticipatory anxiety, as well as increases in self-efficacy and the perceived utility of training for their future development as healthcare professionals.

Keywords: *modelling, therapeutic skills, practical competencies, psychology, health, video.*

Resumen

En este trabajo se presenta una experiencia de innovación docente realizada dentro del Plan de Innovación y Mejora Docente de la Universidad de Jaén (PIMED-UJA 2019-2023). El objetivo fundamental fue generar una serie de vídeos que modelaran habilidades de evaluación e intervención, a fin de facilitar la adquisición de competencias procedimentales específicas de los grados en Psicología, Enfermería y del máster en Psicología General

Sanitaria. Para la elaboración de los vídeos, el profesorado de diferentes asignaturas, psicólogos sanitarios con amplia experiencia, guionizaron situaciones de terapia donde se mostraban habilidades concretas. Los participantes de los vídeos fueron actores profesionales que recibieron los guiones así como feedback tanto antes como durante la grabación. En este trabajo se presentan los resultados de la utilización de estos vídeos en tres asignaturas: Fundamentos de Evaluación Psicológica, Ciencias Psicosociales Aplicadas a los Cuidados de la Salud y Terapias de Tercera Generación en el Ámbito de la Salud. El alumnado expuesto a los vídeos mostró una reducción de la ansiedad para enfrentarse a situaciones de interacción terapéutica, y un incremento de la autoeficacia y de la utilidad percibida de las herramientas utilizadas en su formación como futuros profesionales de la salud.

Palabras clave: *modelado, habilidades terapéuticas, competencias prácticas, psicología, salud, vídeo.*

1. Introducción

Los y las profesionales de la Psicología y otras ciencias de la salud, tienen que enfrentarse a diario con situaciones que requieren establecer una relación efectiva con otras personas (clientes, pacientes, estudiantes, usuarios, etc.) y promover el cambio conductual mediante dicha relación (Norcross y Lambert, 2018). A menudo, en la formación de futuros profesionales se prima el enseñar conocimientos sobre lo que se debe hacer en estas situaciones. En el mejor de los casos, se incluyen actividades prácticas en las que el alumnado debe mostrar su competencia para utilizar una técnica de evaluación concreta o aplicar una determinada estrategia de intervención. Sin embargo, a menudo, estas prácticas suelen resultar excesivamente formales, poco naturales y descontextualizadas del proceso global de evaluación e intervención. Esto hace que los y las estudiantes muestren altos niveles de ansiedad cuando deben afrontar sus prácticas curriculares y cuando se incorporan al mundo laboral (Antolín Rodríguez et al., 2007; Ross et al., 1999). Además, la pandemia de COVID-19 ha tenido un serio impacto sobre la docencia universitaria, que durante meses se ha tenido que adaptar a formatos no presenciales o mixtos. La docencia práctica es la que se ha visto más seriamente afectada y el profesorado ha tenido que buscar nuevos métodos que acercaran la práctica profesional al alumnado y promovieran la adecuada adquisición de las competencias procedimentales.

Este trabajo presenta una experiencia de innovación docente realizada en el marco del proyecto de Buenas Prácticas Docentes “*Utilizando modelos en vídeo para entrenar habilidades en estudiantes de Psicología y otras disciplinas sanitarias*” (PIMED62_201921), financiado por el Plan de Innovación y Mejora Docente de la Universidad de Jaén (Plan PIMED-UJA 2019-2023). Específicamente, este proyecto tenía como objetivo facilitar la adquisición de una serie de competencias específicas de fundamental importancia para los futuros profesionales de la Psicología y de otras disciplinas de Ciencias de la Salud en las que el componente psicológico es especialmente relevante. Estas competencias se refieren a aspectos prácticos del trabajo terapéutico y estaban centradas en el desarrollo de las habilidades y destrezas necesarias para llevar a cabo un trabajo terapéutico eficaz y consistente con las actitudes y valores que deben mostrar terapeutas y profesionales del ámbito sanitario en su ejercicio profesional. A modo de ejemplo, se listan algunas de las competencias recogidas en las distintas memorias de titulación y que se han abordado en este proyecto:

- Ser capaz de seleccionar y administrar técnicas e instrumentos propios y específicos de la Psicología y ser capaz de evaluar la propia intervención (Grado en Psicología).
- Identificar las respuestas psicosociales de las personas ante las diferentes situaciones de salud (en particular, la enfermedad y el sufrimiento), seleccionando las acciones adecuadas para proporcionar ayuda en las mismas. Establecer una relación empática y respetuosa con el paciente y familia, acorde con la situación de la persona, problema de salud y etapa de desarrollo. Utilizar estrategias y habilidades que permitan una comunicación efectiva con los pacientes, familias y grupos sociales, así como la expresión de sus preocupaciones e intereses (Grado en Enfermería).
- Mostrar habilidades de comunicación interpersonal y de manejo de las emociones adecuadas para una interacción efectiva con los pacientes, familiares y cuidadores en los procesos de identificación del problema, evaluación, comunicación del diagnóstico e intervención y seguimiento psicológicos (Máster en Psicología General Sanitaria).

Estas competencias, fundamentales para la adecuada formación del estudiantado de las mencionadas titulaciones, no pueden instruirse meramente a través de clases expositivas o ejercicios prácticos abstractos. Se trata de habilidades terapéuticas que deben ser entrenadas mediante la práctica supervisada en un contexto lo más fiel posible a aquél en que se desempeñarán en la práctica profesional. Sin embargo, antes de iniciar la práctica in situ de las distintas habilidades y métodos clínicos y de recibir feedback sobre la propia actuación, es conveniente que el estudiantado sea expuesto a modelos adecuados de habilidades terapéuticas en distintas situaciones. El modelado o modelamiento (modelling) es, junto con la realización de role-playing y el feedback experto, una de las estrategias básicas en el entrenamiento eficaz de terapeutas noveles (Beidas y Kendall, 2010). El modelado en vídeo se ha venido utilizando en el entrenamiento de terapeutas, educadores, y profesiones relacionadas con la comunicación desde los años 60 del siglo XX (Fukkink et al., 2011), tanto para entrenar habilidades terapéuticas generales, como para ilustrar la adecuada aplicación de técnicas concretas de evaluación e intervención. La utilización del modelado en vídeo no sustituye la necesaria práctica mediante role-playing, pero facilita considerablemente el aprendizaje de habilidades prácticas por parte de los estudiantes, evitando que se convierta en una suerte de aprendizaje por ensayo y error que podría enlentecer todo el proceso formativo mediante el encadenamiento de ejecuciones inadecuadas. Si bien existen en el mercado algunos buenos materiales en vídeo para su uso docente, lo cierto es que en muchos casos los recursos disponibles en lengua castellana son antiguos, muestran ejecuciones excesivamente rígidas y poco naturales, o tienen una duración excesiva para poder ser analizados y discutidos en clases habituales (de 45-50 minutos) y más aún para poder integrarse en una clase impartida en modalidad no presencial. Algunos de los mejores materiales disponibles en el mercado están exclusivamente en inglés y se comercializan a un precio elevado. Además, los materiales disponibles comercialmente están necesariamente limitados en el rango de técnicas y estrategias que cubren, de tal forma que algunos de los avances más recientes, como las terapias contextuales de tercera generación (Pérez Álvarez, 2014) y en especial la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) (Hayes et al., 2012) no cuentan aún con materiales docentes apropiados en castellano.

Por todo ello, nos propusimos la elaboración de un banco de vídeos breves que mostrasen de forma sencilla y natural aspectos básicos de la relación terapéutica, así como de algunas de las habilidades necesarias para la ejecución de técnicas de evaluación e intervención psicológica, de forma contextualizada y focalizada y prescindiendo de aspectos irrelevantes que pudieran distraer a los estudiantes. Pretendíamos con ello facilitar el aprendizaje, reduciendo la ansiedad del estudiantado para enfrentarse a situaciones de interacción terapéutica, e incrementando su autoeficacia y mejorando con ello la adquisición de las competencias arriba descritas.

Es relevante mencionar que este proyecto se concedió en 2019 y su periodo de ejecución ha coincidido con la actual pandemia de COVID-19. Durante una parte sustancial del periodo de tiempo en que este proyecto se ha desarrollado, la docencia ha debido realizarse de forma no presencial por las restricciones impuestas a la actividad académica. En este contexto las herramientas aquí desarrolladas han resultado especialmente útiles, ya que han permitido trabajar las habilidades de interacción terapéutica en un momento en el que otras estrategias útiles como los role-playing y otras actividades experienciales estaban considerablemente limitadas. Aunque somos conscientes de que el modelado no es suficiente para un correcto entrenamiento en habilidades y destrezas y que no sustituye a la práctica guiada en el aula, creemos que el uso de vídeos, como los generados en el marco de esta experiencia, representa una herramienta especialmente prometedora en esta época de auge de la formación a distancia.

2. Objetivos

El objetivo general de este proyecto fue generar una serie de vídeos que modelaran habilidades de evaluación e intervención terapéutica, a fin de facilitar la adquisición de competencias procedimentales específicas de los grados en Psicología, Enfermería y del máster en Psicología General Sanitaria.

Como objetivos específicos señalaríamos los siguientes:

- Generar un banco de vídeos para su uso docente (tanto en clase presencial como en clases online) en los que se modelen habilidades básicas del terapeuta, el proceso de evaluación psicológica, y una serie de intervenciones fundamentales.
- Evaluar si la incorporación de estos vídeos a las herramientas docentes de diferentes asignaturas implicadas en el proyecto reduce el grado de ansiedad que presenta el estudiantado a la hora de afrontar las tareas de aprendizaje activo (como la realización de actividades de role-playing en presencia del profesorado y del resto del estudiantado).
- Evaluar si la incorporación de estos vídeos a las herramientas docentes de diferentes asignaturas implicadas en el proyecto incrementa la confianza del estudiantado (autoeficacia) para desempeñar adecuadamente las tareas de aprendizaje activo (como la realización de actividades de role-playing en presencia del profesorado y del resto del estudiantado).
- Evaluar si la incorporación de estos vídeos a las herramientas docentes de diferentes asignaturas implicadas en el proyecto incrementa la utilidad percibida del entrenamiento para afrontar las Prácticas Externas de Grado o Máster, así como la práctica profesional.

3. Desarrollo de la innovación

3.1. Creación del banco de vídeos

Este proyecto se desarrolló para su aplicación en diferentes titulaciones sanitarias. Se trató de seleccionar una serie de asignaturas en las que el componente práctico y la adquisición de habilidades fueran fundamentales y que resultaran bastante diferentes entre sí. Finalmente para la aplicación del programa se eligieron dos asignaturas del Grado en Psicología (Fundamentos de Evaluación Psicológica y Psicología Clínica Infantil), una asignatura del Grado en Enfermería (Ciencias Psicosociales Aplicadas a los Cuidados

de la Salud) y dos asignaturas del Máster en Psicología General Sanitaria (Intervención Psicológica en Enfermedades Crónicas y Terapias de Tercera Generación en el Ámbito de la Salud).

El profesorado implicado en las distintas asignaturas listó una serie de habilidades básicas de cada una de ellas que resultaban imprescindibles para alcanzar las competencias requeridas en la titulación. Posteriormente todo el equipo del proyecto analizó las habilidades propuestas, eliminó aquellas que se repetían entre las distintas asignaturas y seleccionó aquellas que se consideraron fundamentales y que podrían ser más fácilmente mostradas en un vídeo corto. En concreto, las temáticas propuestas para la elaboración de los vídeos fueron: cómo llevar a cabo una entrevista inicial como parte del proceso de evaluación clínica de un paciente, cómo implicar a un adolescente en el proceso de evaluación-intervención, cómo llevar a cabo la comunicación de malas noticias, cómo abordar el trabajo con una enferma de Parkinson, y cómo desarrollar algunos de los componentes fundamentales de la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) en el tratamiento de un adolescente con dolor crónico (establecer un contexto para la terapia, trabajar las habilidades de defusión desde el yo-contexto, y abordar el trabajo en valores).

Una vez seleccionados los temas, los profesores implicados en cada una de las asignaturas, todos ellos psicólogos sanitarios con amplia experiencia clínica, elaboraron guiones para ejemplificar las habilidades a trabajar siguiendo una serie de criterios (los diálogos debían tener una duración no superior a 15 minutos, debían mostrar de manera realista una interacción entre el terapeuta/profesional sanitario y el paciente y debían ser lo suficientemente claros para permitir al alumnado detectar los elementos clave en la interacción).

Los profesionales del Departamento de Audiovisuales del Servicio de Informática de la Universidad de Jaén se encargaron de la grabación y posterior edición de los vídeos. En los días previos a la grabación se realizaron pruebas de imagen y sonido en diferentes dependencias de la universidad y finalmente se eligió un laboratorio docente del Departamento de Psicología que fue decorado convenientemente para que pareciera un gabinete psicológico para el trabajo con adultos, una sala para el trabajo con niños y adolescentes y una dependencia hospitalaria.

Se contrató a un grupo de teatro profesional que se encargó de seleccionar a los actores adecuados para los distintos roles propuestos en los vídeos. Los actores seleccionados recibieron los guiones y tuvieron oportunidad de discutir el enfoque y los detalles específicos de los diálogos con los profesores que habían elaborado los guiones. Al menos un profesor responsable de cada una de las asignaturas estuvo presente en los días de grabación a fin de ofrecer un feedback adecuado a los actores y que la situación que representaban se asemejara lo más posible a una interacción real.

3.2. Evaluación preliminar del efecto de la exposición a los vídeos

En este trabajo se presentan los resultados preliminares acerca del análisis de la utilidad de la aplicación de los vídeos en solo tres de las asignaturas (una por cada titulación). En concreto se evaluó el cumplimiento de los objetivos específicos 2, 3 y 4 con un pequeño grupo de estudiantes de la asignatura *Fundamentos de Evaluación Psicológica* (n= 26) de segundo curso del Grado en Psicología, un grupo de estudiantes de la asignatura *Ciencias Psicosociales Aplicadas a los Cuidados de la Salud* (n= 39) de primer curso del Grado en Enfermería y un grupo de estudiantes de *Terapias de Tercera Generación en el Ámbito de la Salud* (n= 27) del Máster en Psicología General Sanitaria. Para cada asignatura se diseñó un cuestionario que compartía elementos comunes a través de las tres asignaturas, y que además incluía cuestiones específicas de la asignatura en particular. Los vídeos fueron administrados en las tres asignaturas de forma online, en

un periodo en el que la docencia era impartida en modalidad no presencial o mixta. Los cuestionarios se administraron a través de la herramienta Google Form tras la clase previa al visionado del vídeo y tras la clase en la que tuvo lugar su visualización. La única diferencia entre ambas mediciones fue que en el cuestionario posterior se incluyó la instrucción “Después de haber visto el vídeo”. Todo lo demás se mantuvo igual.

En todos los casos se preguntó a los estudiantes por:

- el grado de ansiedad experimentado ante la perspectiva de enfrentarse a un caso hipotético sobre una temática similar a la tratada en el vídeo;
- su expectativa de autoeficacia ante dicha situación (i.e., el grado de confianza en su capacidad para afrontar dicha situación de manera efectiva);
- la utilidad percibida de la docencia impartida para afrontar las prácticas externas de grado o máster y la futura práctica profesional.

Las preguntas concretas incluidas en cada uno de los cuestionarios de las diferentes asignaturas se presentan en las Tablas 1, 2, y 3. Todos los cuestionarios se respondían según una escala tipo Likert de 7 puntos (0-6).

Tabla 1. Ítems del cuestionario utilizado con estudiantes de la asignatura Fundamentos de evaluación psicológica (Grado en Psicología) para la evaluación del vídeo online “La entrevista en la evaluación psicológica”.

Imagina que tuvieras que llevar a cabo una entrevista clínica como parte del proceso de evaluación psicológica de un paciente.

1. ¿Qué grado de ansiedad te generaría hacer una entrevista clínica?
2. ¿Qué grado de confianza tendrías en hacerlo bien?
3. ¿En qué medida crees que lo que se ha visto en clase te ayudaría a conseguir un buen report durante la entrevista?
4. ¿En qué medida crees que lo que se ha visto en clase te ayudaría a evitar comentarios y comportamientos inadecuados durante la entrevista?
5. ¿En qué medida crees que lo que se ha visto en clase te ayudaría a utilizar técnicas directivas y no directivas durante la entrevista?
6. ¿En qué medida crees que lo que se ha visto en clase te ayudaría a aumentar tus habilidades de escucha durante la entrevista?
7. ¿En qué medida crees que lo que se ha visto en clase te ayudaría a percibir mejor el lenguaje no verbal del entrevistado durante la entrevista?
8. ¿En qué medida crees que lo que se ha visto en clase te ayudaría a preparar mejor el lugar donde harías la entrevista?
9. ¿En qué medida crees que la metodología utilizada en clase hasta ahora te va a resultar útil en tus prácticas externas y en tu práctica profesional?

Tabla 2. Ítems del cuestionario utilizado con estudiantes de la asignatura Ciencias psicosociales aplicadas a los cuidados de la salud (Grado en Enfermería) para la evaluación del vídeo online “Comunicación de malas noticias”.

Imagina que tuvieras que comunicar una mala noticia a un paciente (por ejemplo, el diagnóstico de una enfermedad grave).

1. ¿Qué grado de ansiedad te generaría hacerlo?
2. ¿Qué grado de confianza tendrías en hacerlo bien?
3. ¿En qué medida crees que lo que hemos visto en clase hasta ahora te ayudaría a realizar una comunicación de malas noticias?
4. ¿En qué medida crees que lo que hemos visto en clase hasta ahora te ayudaría a que la comunicación realizada previniera una elaboración complicada del duelo en el paciente?
5. ¿En qué medida crees que lo que hemos visto en clase hasta ahora te ayudaría a la prevención de problemas emocionales como profesional que comunica malas noticias?
6. ¿En qué medida crees que la metodología utilizada en clase hasta ahora te va a resultar útil en tus prácticas externas y en tu práctica profesional?

Tabla 3. Ítems del cuestionario utilizado con estudiantes de la asignatura Terapias de tercera generación en el ámbito de la salud (Máster en Psicología General Sanitaria) para la evaluación del vídeo online “ACT en dolor crónico”.

Imagina que esta tarde tuvieses que atender, desde la perspectiva de ACT, a un adolescente con dolor crónico.

1. ¿Qué grado de ansiedad te generaría hacerlo?
2. ¿Qué grado de confianza tendrías en hacerlo bien?
3. ¿En qué medida crees que lo que hemos visto en clase hasta ahora te ayudaría a trabajar el establecimiento del contexto terapéutico en ACT?
4. ¿En qué medida crees que lo que hemos visto en clase hasta ahora te ayudaría a trabajar defusion desde el yo-contexto en ACT?
5. ¿En qué medida crees que lo que hemos visto en clase hasta ahora te ayudaría a trabajar los valores en ACT?
6. ¿En qué medida crees que la metodología utilizada en clase hasta ahora te va a resultar útil en tus prácticas externas y en tu práctica profesional?

4. Resultados

A continuación se presentan los resultados obtenidos tras la evaluación preliminar (pre-post visualización de los vídeos online) respecto a la posibilidad de llevar a cabo una actividad terapéutica similar a la representada en cada vídeo docente. Para cada uno de los tres grupos se llevaron a cabo pruebas *T* de Student para muestras relacionadas con objeto de determinar si las variaciones pre-post en cada una de las medidas evaluadas eran estadísticamente significativas. Se presenta una figura para cada una de las tres cuestiones comunes a través de los cuestionarios (referidas a los objetivos específicos 2, 3 y 4). La Figura 1 incluye los datos respecto a la ansiedad experimentada ante la perspectiva de llevar a cabo una actividad similar a

Uso de modelos en vídeo para el entrenamiento en habilidades terapéuticas en estudiantes de Psicología y otras disciplinas sanitarias.

la representada en el vídeo. Como puede observarse, en los tres grupos hubo una menor puntuación en ansiedad tras la visualización del vídeo. Esta reducción, no obstante, sólo fue estadísticamente significativa en los grupos de Fundamentos de Evaluación Psicológica (FEP: $t_{(25)}= 10,825$; $p< 0,001$) y de Terapias de Tercera Generación (T3G: $t_{(26)}= 3,362$; $p= 0,003$).

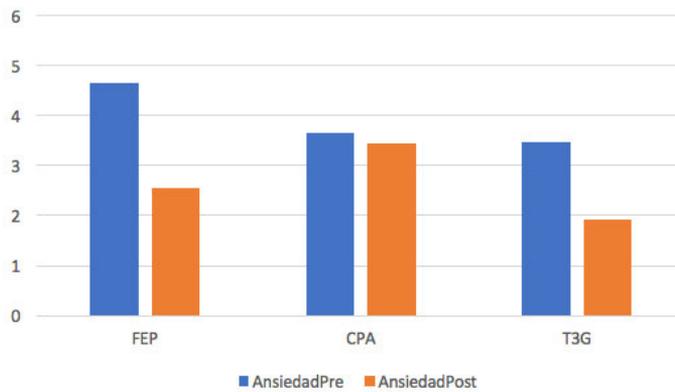


Figura 1. Ansiedad ante la realización de una actividad similar a la representada en el vídeo docente. FEP: Fundamentos de Evaluación Psicológica; CPA: Ciencias Psicosociales Aplicadas; T3G: Terapias de Tercera Generación.

La Figura 2 recoge los datos de autoeficacia ante la tarea. En este caso, se observó para los tres grupos un aumento estadísticamente significativo del grado de confianza de los estudiantes respecto a su capacidad para llevar a cabo la tarea de forma correcta tras el visionado del correspondiente vídeo (FEP: $t_{(25)}= -6,069$, $p< 0,001$; CPA: $t_{(38)}= -6,180$, $p< 0,001$; T3G: $t_{(26)}= -3,984$, $p= 0,001$).

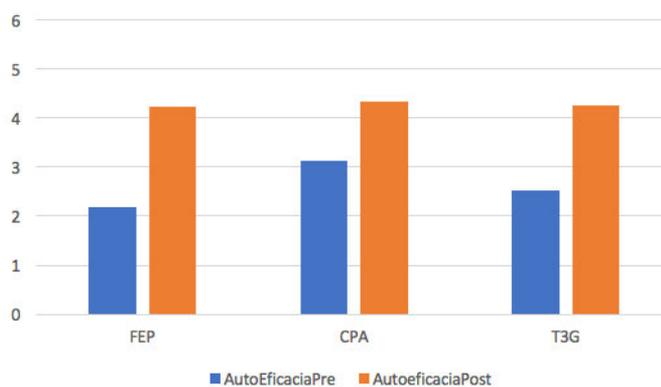


Figura 2. Autoeficacia ante la realización de una actividad similar a la representada en el vídeo docente. FEP: Fundamentos de Evaluación Psicológica; CPA: Ciencias Psicosociales Aplicadas; T3G: Terapias de Tercera Generación.

En lo que respecta a la utilidad percibida de la docencia recibida para enfrentarse a las prácticas externas y el ejercicio profesional, la Figura 3 muestra un aumento en los tres grupos tras el visionado del vídeo, si bien esta diferencia sólo fue estadísticamente significativa para el grupo de FEP ($t_{(25)}= -10,366$; $p< 0,001$).

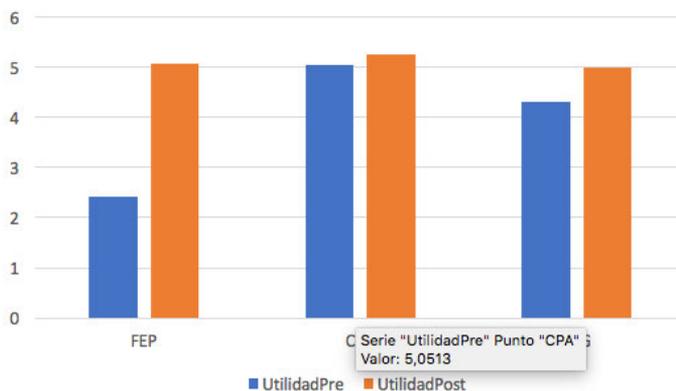


Figura 3. Utilidad percibida de la docencia para el desempeño profesional en situaciones de interacción terapéutica. FEP: Fundamentos de Evaluación Psicológica; CPA: Ciencias Psicosociales Aplicadas; T3G: Terapias de Tercera Generación.

Dado que cada uno de los cuestionarios tenía diferentes ítems específicos, se calculó una puntuación promedio para dichos ítems en cada cuestionario. La Figura 4 presenta los datos referidos al cambio en estos aspectos específicos tras el visionado del vídeo. Como puede observarse, hubo un aumento de la utilidad percibida de la docencia para enfrentarse a los aspectos específicos de cada caso en los tres grupos, si bien esta diferencia fue estadísticamente significativa sólo para los grupos de FEP ($t_{(25)} = -11,780$; $p < 0,001$) y CPA ($t_{(38)} = -8,318$, $p < 0,001$), y no para el grupo de T3G.

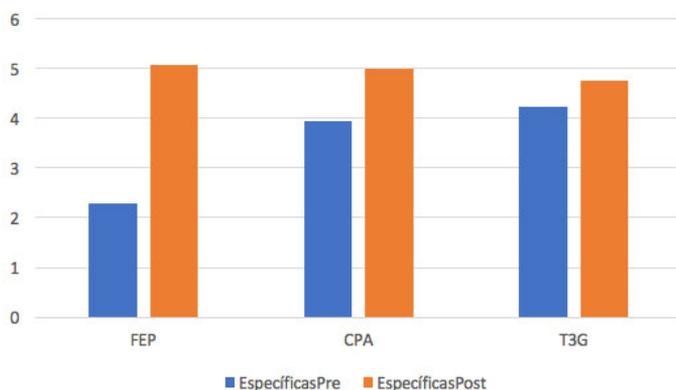


Figura 4. Promedio de utilidad percibida de la docencia para el desempeño en aspectos concretos de cada interacción terapéutica. FEP: Fundamentos de Evaluación Psicológica; CPA: Ciencias Psicosociales Aplicadas; T3G: Terapias de Tercera Generación

5. Conclusiones

Los resultados muestran que los vídeos fueron útiles en general para reducir el nivel de ansiedad del estudiantado de cara a llevar a cabo role-playing en el aula así como para afrontar situaciones similares en la práctica. El alumnado participante en las asignaturas de Fundamentos de Evaluación Psicológica y Terapias de Tercera Generación en el Ámbito de la Salud mostraron una reducción significativa de la ansiedad anticipatoria, no así los y las alumnas de la asignatura Ciencias Psicosociales Aplicadas a los

Cuidados de Salud. Habría que tener en cuenta que esta asignatura se imparte en primero del grado en Enfermería y es el primer acercamiento a la psicología que tienen los alumnos. Dado que la interacción con los pacientes y familiares y en especial la comunicación de malas noticias resulta una importante fuente de estrés para los estudiantes de enfermería (Antolín Rodríguez et al., 2007), este resultado no resulta raro.

En todos los casos, el visionado de los vídeos resultó útil para incrementar las expectativas de autoeficacia del alumnado. Este resultado se replicó a través de las diferentes asignaturas. A nuestro juicio, este efecto es especialmente interesante ya que la autoeficacia profesional se ha propuesto como un buen predictor de la ejecución, el bienestar y la satisfacción en el trabajo (Bandura, 2009).

En cambio sólo el alumnado de Fundamentos de Evaluación Psicológica consideró que los vídeos les iban a resultar útiles para afrontar las prácticas curriculares y la práctica clínica en general por encima de otras herramientas utilizadas en la asignatura. Habría que tener en cuenta que los alumnos y las alumnas de Enfermería partían ya de un nivel muy alto de utilidad percibida lo que habría dificultado encontrar aumentos significativos. Por otro lado, para la mayoría de los alumnos del máster en Psicología General Sanitaria, las terapias de tercera generación resultan novedosas, ya que presentan un enfoque bastante diferente al de las terapias cognitivo-conductuales clásicas en las que se han formado mayoritariamente en el grado. Además, las habilidades a adquirir son complejas y suponen una implicación personal importante, por lo que durante el entrenamiento con ACT pueden surgir numerosas barreras que el alumnado tendrá que ir afrontando (Luciano et al., 2016). En cualquier caso, también aquí el alumnado partía de un nivel alto de utilidad percibida que ha podido ejercer un efecto techo.

Antes de acabar, habría que señalar una serie de limitaciones del presente trabajo. Dada la situación de pandemia, la muestra a la que finalmente se administraron los cuestionarios de evaluación de los vídeos y para la que se presentan datos es limitada. Debe entenderse, por tanto, este trabajo como un estudio preliminar. Precisamente la situación de pandemia impidió evaluar la adquisición de las habilidades prácticas tal y como estaba prevista en el planteamiento del proyecto original, mediante la evaluación por parte de observadores externos en pruebas de ejecución tipo role-playing. Futuras experiencias deberán abordar esos aspectos y utilizar el modelado dentro de programas más completos que incluyan la práctica a través de role-playing y el videofeedback, especialmente cuando se entrenan habilidades complejas como las requeridas en las asignaturas de un máster profesionalizante como el Máster en Psicología General Sanitaria.

6. Referencias

- Antolin Rodríguez, R., Puialto Duran, M. J., Moure Fernandez, M. L., y Quinteiro Antolin, T. (2007). Situaciones de las prácticas clínicas que provocan estrés en los estudiantes de enfermería. *Enfermería Global*, 10, 1-12.
- Bandura, A. (2009). Cultivate self-efficacy for personal and organizational effectiveness. En E. A. Locke, (Ed.), *Handbook of Principles of Organization Behavior (2nd Edition)* (pp. 179-200). Wiley.
- Beidas, R. S. y Kendall, P. C. (2010). Training therapists in evidence-based practice: A critical review of studies from a systems-contextual perspective. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 17(1), 1-30. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2850.2009.01187.x>
- Fukkink, R. G., Trienekens, N. y Kramer, L. J. C. (2011). Video feedback in education and training: Putting learning in the picture. *Educational Psychology Review*, 23(1), 45-63. <https://doi.org/10.1007/s10648-010-9144-5>
- Hayes, S. C., Strosahl, K. D. y Wilson, K. G. (2012). *Acceptance and commitment therapy: The process and practice of mindful change* (2nd ed.). The Guilford Press.

- Luciano, C., Ruiz, F. J., Gil-Luciano, B. y Ruiz-Sánchez, L. J. (2016). Dificultades y barreras del terapeuta en el aprendizaje de la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) [Difficulties and Therapist's Barriers while Learning ACT]. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 16, 357-373.
- Norcross, J. C. y Lambert, M. J. (2018). Psychotherapy relationships that work III. *Psychotherapy*, 55(4), 303-315. <http://dx.doi.org/10.1037/pst0000193>
- Pérez Álvarez, M. (2014). *Las Terapias de Tercera Generación como Terapias Contextuales*. Síntesis.
- Ross, S. E., Niebling, B. C. y Heckert, T. M. (1999). Sources of stress among college students. *Social Psychology*, 61(5), 841-846.