Grupo de investigación sobre aplicaciones de la realidad virtual en Psicología clínica
Universidad de Barcelona

Ivan Alsina. Psicólogo
Cristina Carvallo. Psicóloga
Patricia Edipo. Psicóloga
Laura Fernández. Diplomada en diseño gráfico
Marta Ferrer. Psicóloga
José Gutiérrez Maldonado. Psicólogo
Ernesto Hernández. Psicólogo. Ingeniero de sistemas
Álex Letosa. Psicólogo
Rut Salat Alonso. Psicóloga
Álex Roig. Diplomado en diseño multimedia

http://www.ub.es/personal/rv/rv4.htm

Grupo de investigación sobre aplicaciones de la realidad virtual en Psicología clínica. Univers - Microsoft Internet Explorer
Archivo Edición Ver Favoritos Herramientas Ayuda Atrás Búsqueda Favoritos Multimedia
Dirección http://www.ub.es/personal/rv/rv4.htm Ir Vínculos

Grupo de investigación sobre aplicaciones de la realidad virtual en Psicología clínica. Universidad de Barcelona

Entrevistas simuladas para el entrenamiento de las habilidades de exploración psicopatológica

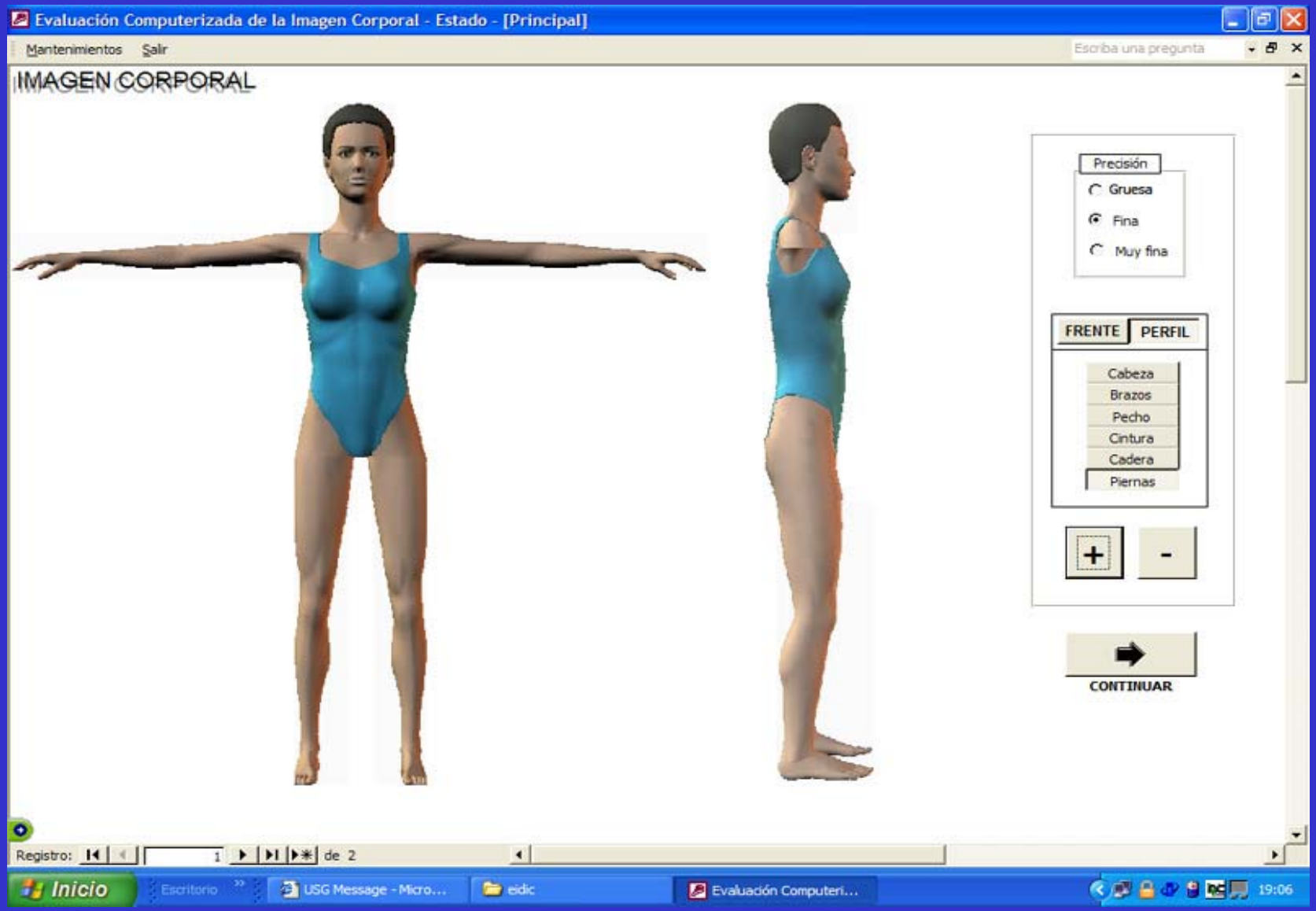
Evaluación del esquema corporal en pacientes con trastornos alimentarios

Evaluación y entrenamiento de habilidades sociales

Tratamiento de la ansiedad ante los exámenes

Internet
Inicio Escritorio Microsoft PowerPoint ... Grupo de investigació... Datos Nuevo vol (G:) 0:39

Evaluación del esquema corporal



Entrevistas simuladas

Nombre: AAM
Edad: 21años
Estado Civil: Soltera
Profesión: Estudiante de Bellas Artes
Vive con su familia

DESCRIPCIÓN DEL CASO

Es enviada a consulta por el médico de cabecera por presentar delirios y alucinaciones auditivas. Cree que sus vecinos han puesto micrófonos en su casa para espiarla y oye voces que la amenazan. Cree que la policía la está investigando porque su vecino es policía.

Durante los primeros minutos de conversación el entrevistador observa tangencialidad en su expresión verbal, así como un cierto aplanamiento afectivo

- ☐ Padece alguna enfermedad médica actualmente?
- ☐ Es usted consciente de que esas voces que la amenazan son producto de su imaginación?
- ☐ Se da usted cuenta de que su creencia respecto a que alguien haya puesto micrófonos en su casa es absurda?

Entornos para la evaluación del esquema corporal

Estructura de la ansiedad ante los exámenes

Estudios iniciales (Folin et al., 1914; Cannon, 1929)

Ansiedad ante los exámenes = Activación fisiológica

Liebert & Morris (1967)

Preocupación + emoción

Liebert & Morris, Sarason, Wine, Covington, Spielberger, etc:

Preocupación → *Rendimiento*

↑↓

Emoción ⊗→ *Rendimiento*

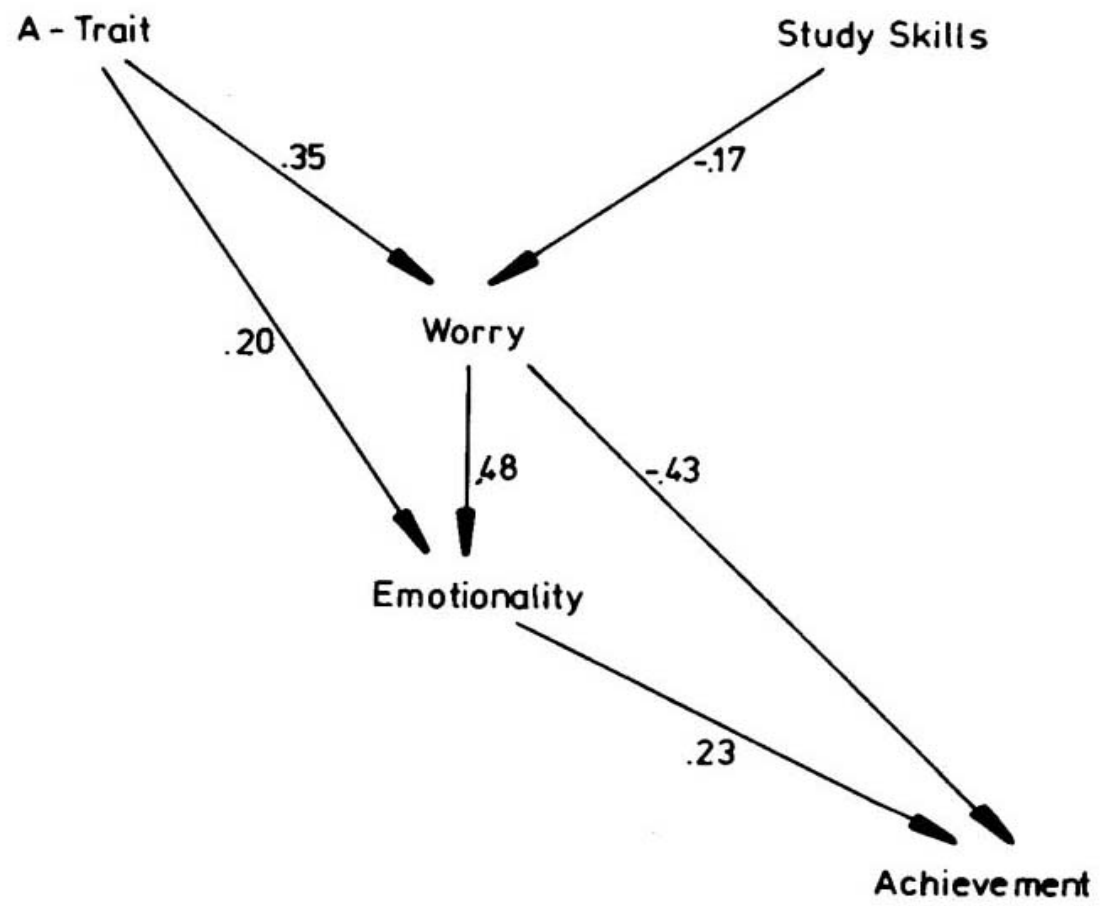
Ansiedad ante los exámenes. Objetivos

1.- Desarrollar un programa de tratamiento para la ansiedad ante los exámenes con los siguientes componentes:

- Exposición mediante entornos virtuales
- Modificación de preocupaciones excesivas y creencias irracionales
- Información sobre estrategias de afrontamiento y hábitos de estudio

2.- Evaluar la eficacia de la exposición virtual mediante comparación con un grupo control en el que se suprime ese componente del programa de tratamiento

Ansiedad y rendimiento



Path diagram for the reanalyzed data of Spielberger et al. (1978). From "Causal inference from non-experimental research on anxiety and educational achievement" by V. Hodapp, in H. W. Krohne & L. Laux (Eds.), *Achievement, stress, and anxiety* (1982, p. 362). Washington, DC: Hemisphere. Reprinted by permission.

Evaluación

Mandler & Sarason (1952)	*TAQ. Test Anxiety Questionnaire*	Preocupaciones y reacciones fisiológicas
Sarason (1958)	*TAS. Test Anxiety Scale*	Modificación y ampliación del TAQ
Liebert & Morris (1967)	*WEQ. Worry-Emotionality Questionnaire*	Reducción del TAQ seleccionando los 10 elementos con mayor validez de contenido
Spielberger (1980)	*TAI. Test Anxiety Inventory*	Preocupaciones y reacciones emocionales
Sarason (1988)	*RTT. Reactions to Tests*	Preocupaciones, pensamientos irrelevantes, tensión y síntomas corporales
Benson et al (1992)	*RTA. Revised Test Anxiety*	Reducción del RTT
Otros tests: *Anxiety Achievement Scale* (AAT; Alpert y Haber, 1960); *Suinn Test Anxiety Behavior* Scale (STABS; Suinn, 1969); *Test-Taking Expectations Scale* (TTES; Alexitch, Blankstein y Flett, 1988); *Ottens-Tucker Academic Anxiety Coping Scale* (OTAACS; Ottens, Tucker y Robbins, 1989)		

Evaluación: escalas en español

Bauermeister, Collazo y Spielberger (1983)	*IDASE. Inventario de Auto-Evaluación Sobre Exámenes*	Versión en español del TAI. Puerto Rico
CINTECO (1989)	*CTEC. Cuestionario de Temores ante los Exámenes y Clases*	Instrumento formado por un cuestionario, una guía de exploración clínica y preguntas abiertas para realizar un análisis funcional
Penzo (1989)	*AAT*	Versión en español del AAT
Escalona y Miguel Tobal (1996)	*TA I*	Versión en español del TAI. España
Valero Aguayo (1999)	*CAEX. Cuestionario de Ansiedad ante Exámenes*	Evaluación de respuestas de evitación, respuestas fisiológicas, preocupaciones y situaciones

TEST ANXIETY INVENTORY –TAI- (Spielberger, 1980)

Nombre ..... Apellidos .....

INSTRUCCIONES: A continuación se presentan una serie de expresiones, que la gente emplea para describirse a sí mismos. Lea atentamente cada frase, y trace un círculo alrededor del número a la derecha de la frase que mejor defina *cómo se siente Vd. generalmente.* No hay contestaciones buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada frase, pero trate de dar la respuesta que mejor describa cómo se siente Vd. generalmente.

1	CASI NUNCA	3	A MENUDO
2	ALGUNAS VECES	4	CASI SIEMPRE

1. Me siento confiado y relajado mientras realizo exámenes 1 2 3 4
2. Durante la realización de exámenes me siento inquieto e incómodo 1 2 3 4
3. El pensar en las calificaciones, me impide rendir bien en los exámenes 1 2 3 4
4. Me quedo bloqueado en los exámenes importantes 1 2 3 4
5. Durante los exámenes, me pongo a pensar si alguna vez seré capaz de terminar mis estudios 1 2 3 4
6. Cuanto más me esfuerzo en los exámenes, más confuso me siento 1 2 3 4
7. El pensar que lo estoy haciendo mal, me impide concentrarme en los exámenes 1 2 3 4
8. Me pongo nervioso cuando estoy realizando un examen importante 1 2 3 4

Tratamientos e f i c a c e s

Primeras intervenciones: componente fisiológico

Relajación, desensibilización sistemática

Actualmente: paquetes de tratamiento sobre todos los componentes

Relajación, desensibilización sistemática y otros procedimientos de exposición

Terapia cognitiva, terapia racional emotiva

Modelado, aprendizaje hábitos de estudio

Tratamientos e f i c a c e s

-

El aprendizaje de hábitos de estudio influye poco sobre los niveles de ansiedad, aunque mejora el rendimiento

Intervenciones sobre el componente fisiológico son eficaces para reducir los niveles de ansiedad, pero influyen poco sobre el rendimiento

La combinación de intervención sobre el componente fisiológico y aprendizaje de hábitos de estudio disminuye la ansiedad y mejora el rendimiento.

La terapia cognitiva por sí sola también reduce la ansiedad y mejora el rendimiento. Ese efecto es mayor si se combina con técnicas que intervienen sobre el componente fisiológico y/o sobre los hábitos de estudio.

+

Procedimiento

1.- Encuesta para obtener información sobre los elementos a incorporar en los entornos (N = 227)

2.- Desarrollo

3.- Estudio de validez

4.- Modificaciones

5.- Tratamiento

Encuesta para obtener información sobre los elementos a incorporar en los entornos

Sexo:
varones 33%
mujeres 67%

Edad:
media 24
desv tip 4,5

carrera	geologia	8
	biologia	10
	nutrición	2
	medicina	11
	odontologia	9
	farmacia	8
	enfermeria	11
	psicologia	56
	psicopedagogía	1
	relaciones laborales	4
	ciencias del trabajo	5
	biblioteconomia	3
	historia	3
	derecho	8
	economicas	11
	ade	16
	empresariales	13
	trabajo social	5
	magisterio	3
	filología inglesa	4
	pedagogía	3
	podologia	1
	ciencias actuariales y financieras	1
	oposiciones	1
	antropologia social y cultural	1
	investigacion y tecnicas de mercado	1
	arquitectura tecnica	1
	quimica	2
	publicidad y relaciones publicas	1

Encuesta para obtener información sobre los elementos a incorporar en los entornos (N = 227)

Estudiar el día de antes	67
La hora de dormir	63
La mañana del examen	47
Desplazamiento en transp. público	21
Esperar en el pasillo	50
Comentarios de los compañeros	79
Esperar sentado en el aula	40
Reparto de los exámenes	22
Leer las preguntas	22

Otros: Retraso o avería transporte; repasar en el transporte; retraso del profesor; entrar al aula; que el profesor te mire

Encuesta para obtener información sobre los elementos a incorporar en los entornos. Ejemplos

Estudiar el día de antes

-"El día antes del examen (...) me crea mucha ansiedad repasar los apuntes" -"Te quieres repasar todo el temario (...) pero lo único que consigues es ponerte más nervioso"

La hora de dormir

-"Cuando estás en la cama las hojas de los apuntes te vienen a la cabeza, piensas en dónde estaba esto, dónde estaba lo otro..."

La mañana del examen

-"No puedo desayunar, tengo un nudo en la garganta"

Desplazamiento en transp. público

-"A medida que pasan las estaciones me voy poniendo nerviosa"

Comentarios de los compañeros

-"El peor momento es cuando me encuentro con compañeros y comienzan a hacer comentarios sobre lo que han estudiado"

Esperar sentado en el aula

-"Los minutos previos a repartir el examen me pongo muy nerviosa"

Leer las preguntas

-"Si no sé la primera pregunta me pongo todavía más nerviosa, hasta el punto de quedarme en blanco"

Entornos c a s a

Entornos transporte

Entornos p a s i l l o

Entornos aula examen

Estimación de validez

1.- Administración del TAI (N = 237)

2.- Selección de un grupo de estudiantes con puntuaciones bajas y un grupo con puntuaciones altas (centiles 25 y 75)

3.- Exposición a los entornos virtuales y evaluación de:

- ansiedad subjetiva
- ansiedad estado (STAI-E)
- estado de ánimo (CDB)

Estimación de validez

Exposición a los entornos virtuales y evaluación de ansiedad subjetiva, ansiedad estado (STAI-E) y estado de ánimo deprimido (CDB)

TAI alto / TAI bajo

	Casa	Transporte	Examen
Ansiedad subjetiva	En progreso		
Ansiedad estado			
Estado de ánimo deprimido			