

Estudio del bienestar en doctorandos universitarios

Vicerectorat de Doctorat i Personal Investigador en Formació

J. A. Amador Campos^{1,4}, M. Però Cebollero^{2,4}, A. J. Jarne Esparcia¹, A. Pérez González^{1,5}, J. Guàrdia Olmos^{2,4}, X. M. Triadó Ivern^{3,4} y Maria Feliu Torruella⁶

1. Departament de Psicologia Clínica i Psicobiologia, UB.
2. Departament de Psicologia Social i Psicologia Quantitativa, UB.
3. Departament d'Empresa, UB.
4. Institut de Desenvolupament Professional, IDP-ICE.
5. Estudis de Psicologia i Ciències de l'Educació, UOC
6. Departament de Didàctiques Aplicades

Aquest document està subjecte a la llicència de Reconeixement- de Creative Commons, el text de la qual està disponible a: <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>.



<http://hdl.handle.net/2445/191979>

Estudio del bienestar en doctorandos universitarios

El bienestar emocional y la salud mental de los doctorandos universitarios han sido objeto de interés creciente, en los últimos años, por parte de universidades, investigadores y revistas científicas (Guthrie, Lichten, van Belle, Ball, Knack & Hofman, 2017; Nature: 20 April, 2017, Nature, 29 March, 2018; Nature, 06 May, 2019; Schmidt & Hansson, 2018; Walker, 2015; Woolston, 2017). El trabajo de los doctorandos es una fuente de desarrollo científico, tecnológico y económico. Si sufren problemas emocionales o de salud mental, que interfieran con su bienestar personal y familiar, y con su trabajo, su investigación y el funcionamiento del equipo de investigación se pueden resentir.

Los estudiantes de doctorado se ven envueltos en una dinámica caracterizada por una alta carga de trabajo, evaluaciones frecuentes, presión para publicar en revistas competitivas, participación activa en el mundo académico, dificultades financieras, falta de empleo permanente, y un futuro incierto. A esto hay que añadir las relaciones con sus supervisores de tesis (Evans, Bira, Gastelum, Weiss, & Vanderford, 2018; Lovitts, 2001; Woolston, 2017) y los diferentes roles que se espera que el estudiante de doctorado asuma, por ejemplo, como estudiante, empleado, padre o investigador (Martinez, Ordu, Della Sala, & McFarlane, 2013; Schmidt & Umans, 2014).

Diferentes universidades han estudiado el bienestar y la salud mental de sus doctorandos a través de encuestas (University of California, Berkeley, 2014; University of California, San Diego, 2016; University of California, 2017; University of Missouri, 2017). Por ejemplo, la universidad de California ha recogido datos de estudiantes de postgrado y doctorado en diferentes campus. En Berkeley se recogieron datos de 790 estudiantes graduados y se encontró que el 45% informaban de síntomas relacionados con estrés, ansiedad y depresión en el año anterior. Las mujeres presentaban el doble de síntomas que los hombres. En el campus de San Diego se recogieron datos de 750 estudiantes graduados y se encontró que aproximadamente un tercio de los encuestados informaban de síntomas de depresión clínicamente significativos; el porcentaje de los estudiantes de doctorado que presentaban estos síntomas (39%) era significativamente superior al de los estudiantes de postgrado. En el año 2017, la Universidad de California realizó una encuesta a 13.400 graduados, pertenecientes a 10 campus. Contestaron la encuesta 5.356

graduados (40%). Se encontró que entre un 33% y un 47% de los estudiantes de doctorado de primer año, y entre un 34% y un 38% de los de segundo año, presentaba sintomatología depresiva entre moderada y grave. Los porcentajes variaban ligeramente según áreas de conocimiento: 35% de los doctorandos en Ciencias, Tecnología, Ingenierías, y 41,7% de los doctorandos de Humanidades y Ciencias Sociales.

Un estudio realizado con una muestra de 3.659 doctorandos de diferentes disciplinas (ciencias, ciencias biomédicas, ciencias aplicadas, ciencias sociales y humanidades) de universidades de Flandes (Levecque, Anseela, De Beuckelaerd, Van der Heydenf y Gislefa, 2017) encontró que, aproximadamente la mitad de los doctorandos presentaba al menos dos síntomas asociados con problemas de salud mental y un tercio presentaba al menos cuatro. Los síntomas más prevalentes eran: Sentirse bajo presión/estrés constante (41%), Sentirse infeliz/deprimido (30%), Dificultades para dormir, preocupaciones excesivas (26%), No poder superar las dificultades (26%), No disfrutar con las actividades de la vida diaria (25%) y Pérdida de la confianza en sí mismo (25%). Los mejores predictores de psicopatología eran: 1) Conflictos entre demandas del trabajo y la familia; 2) Demandas de trabajo del programa de doctorado y 3) El estilo directivo del supervisor de tesis.

Un estudio de Evans et al. (2018) realizado con 2.279 estudiantes (90% de doctorado y 10% de máster) de 26 países y 234 instituciones de enseñanza superior encontró que un 41% de la muestra presentaba síntomas de ansiedad (34% hombres; 43% mujeres y 55% transgénero), y un 39% de depresión (35% hombres; 41% mujeres y 57% transgénero). Como resumen Evans et al. (2018), los estudiantes encuestados tienen una probabilidad seis veces mayor que la población general de experimentar síntomas de depresión y ansiedad. El desequilibrio entre las exigencias de los estudios y las de la vida personal y familiar se correlacionaba significativamente con peores resultados en salud mental.

La mentoría y el proceso supervisión de la tesis tiene una gran influencia en el bienestar de los estudiantes de doctorado. Así, en la encuesta de la Universidad de California (San Diego) se encontró que los estudiantes de doctorado, eran los que presentaba menor satisfacción (24%), comparados con los estudiantes de otros postgrados. Los estudiantes poco satisfechos con la supervisión estaban también menos motivados por el trabajo diario y se mostraban menos persistentes (35%), comparados con los satisfechos (62%).

Una encuesta de Nature (Woolston, 2017) realizada con estudiantes de doctorado de todo el mundo, a la que respondieron 5.700, encontró que la mentoría y supervisión de la tesis contribuía más a la satisfacción general de los encuestados con su programa de doctorado que cualquier otro factor. Específicamente, la orientación y el reconocimiento del trabajo de los doctorados por sus directores de tesis resultó ser el principal determinante de la satisfacción. Evans et al. (2018) encontraron que la relación del supervisor con los estudiantes de postgrado afecta la calidad de su capacitación. Las relaciones de mentoría y supervisión que apoyan el trabajo del doctorado y son positivas entre los estudiantes y sus supervisores, correlacionan significativamente con la presencia de menos síntomas de ansiedad y depresión.

Los problemas de salud mental afectan a un número importante de personas dentro de la academia. El estudio de Guthrie et al. (2017) encontró que más del 40% de investigadores doctorales y postdoctorales presentaban síntomas de depresión o problemas relacionados con niveles altos de estrés. Como se indica en este trabajo, la mayoría de los investigadores encontraba su trabajo estresante y sufría niveles de desgaste mayores que los trabajadores ajenos al ámbito científico. Los problemas emocionales y de salud mental, junto con un proceso de supervisión poco adecuado, pueden dar lugar a abandonos o a la procrastinación del trabajo del doctorando. Algunos informes han encontrado tasas de abandono entre el 30% y el 50%, según disciplinas (Anttila, Lindblom-Ylänne, Lonka, & Pyhältö, 2015).

El objetivo de esta investigación es analizar el bienestar y la salud mental de los estudiantes de doctorado de la UB. Además, se analizará la influencia que la mentoría y el proceso de supervisión de la tesis tiene sobre el rendimiento y el bienestar de los estudiantes de doctorado.

Método

Participantes

Estudiantes de doctorado de la UB que acepten voluntariamente participar y que firmen el consentimiento informado.

Instrumentos que se utilizarán en el estudio

Protocolo de recogida de información que se administrará vía web. Puede ser de carácter anónimo o se puede identificar a los participantes con los 4 últimos números del DNI/pasaporte para poder establecer correspondencias en los análisis, de manera anónima.

Variables analizadas

1. Datos sociodemográficos y académicos. Cuestionario elaborado para este fin que recoge datos sobre la edad, sexo, estado civil, situación familiar, responsabilidades familiares y personales, tipo de doctorado, centro de doctorado, financiación del doctorado y nacionalidad.

2. Datos relacionados con bienestar y posibles fuentes de estrés: diferentes escalas que evalúan los siguientes aspectos:

2. 1. Satisfacción con la vida (Diener, 1984; Diener, Emmons, Larsen & Griffin, 1985; Diener y Larsen, 1993)

2. 2. Acontecimientos vitales. Elaboración propia.

2. 3. Síntomas ansiedad (Escala GAD7, Spitzer, Kroenke, Williams, & Löwe, 2006) y depresión (Center for Epidemiologic Studies Depression Scale CSED-R, Van Dam & Earleywine, 2011). Escalas de libre uso.

2.4. Salud en el último curso Elaboración propia.

2.5. Bienestar físico y mental. Elaboración propia.

3. Rendimiento académico y trabajo de tesis. Elaboración propia.

4. Mentoría y proceso de supervisión de la tesis. Elaboración propia.

Diseño

Estudio longitudinal de cuatro, cinco o seis cursos académicos de duración. Diseño de panel (Kenny, 1998)

Año estudio*	Recogida datos			
1	1 A			
2	1 B	2 A		
3	1 C	2 B	3 A	
4		2 C	3 B	4 A
5			3 C	4 B
6				4C

1 A, 2 A, etc., cohorte A y año doctorado, 1B, 2B, cohorte B, y así sucesivamente.

* Se puede reducir a 4 años si se recoge solo una cohorte; cinco si se recogen dos cohortes

Procedimiento

El protocolo de recogida de información se enviará a los doctorandos durante el último trimestre de cada curso académico, a través de correo electrónico, junto con una carta de presentación. Antes de responder, los doctorandos han de dar su consentimiento informado a la recogida de datos y a su utilización de forma agregada. Toda la información que se pide en el protocolo se podrá contestar en una única sesión, o en más de una, por lo que cada estudiante tendrá un acceso para poder completarla, si no la ha acabado. Se recomendará responder a la información demandada en el plazo máximo de una semana.

Pasados 15 días del primer correo con la presentación del protocolo de recogida de información, se enviará a los estudiantes de doctorado un recordatorio para que lo completen, si no lo han hecho. Al cumplirse un mes del primer envío, se cerrará la recogida de información.

Análisis de los datos

El análisis de los datos se organizará en cuatro apartados. El primero comprende el análisis descriptivo de todas las variables recogidas, con el fin de conocer el comportamiento de cada una de ellas y valorar su adecuación para el análisis que se propone en este proyecto. Un segundo apartado corresponde al análisis de las variables sociodemográficas y académicas para caracterizar la muestra. El tercer apartado corresponde a análisis descriptivos y correlacionales de las variables relacionadas con el bienestar psicológico y posibles fuentes de estrés, con el rendimiento académico y trabajo en la tesis y con la mentoría y el proceso de supervisión de la tesis. También se analizará si existen diferencias en estas variables atendiendo a variables sociodemográficas y académicas. Finalmente, a partir de segundo año del proyecto, se realizarán análisis longitudinales para comprobar la equivalencia de las medidas, su estabilidad temporal y su comportamiento atendiendo a variables sociodemográficas y académicas.

Aspectos éticos, información a los participantes y consentimiento informado

El estudio se realizará de acuerdo con un protocolo aprobado por el Comité de bioética de la Universidad de Barcelona. Dado que parte de la información tiene relaciones con aspectos de la salud mental, se respetarán y cumplirán las reglas de buenas prácticas clínicas, como se recoge en la Declaración de Helsinki. Se obtendrá el consentimiento informado de los participantes. No se incluirá en el estudio ningún participante que no haya firmado el consentimiento informado. Todos los datos serán tratados confidencialmente, estarán protegidos y manipulados de acuerdo con la Ley de protección de datos (Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, de Protección de Datos Personales y garantía de los derechos digitales y el Reglamento (UE) 2016/679 relativo a la protección de las personas físicas en relación al tratamiento de datos de carácter personal “RGPD”).

Proyección social de los resultados de la investigación

Para dar a conocer el proyecto se llevará a cabo las siguientes acciones:

- Presentación del proyecto a las Facultades de la UB y a los directores de programas de doctorado. Se presentarán los objetivos del estudio y sus repercusiones sobre la salud mental y el bienestar de los estudiantes de doctorado.
- Presentación del proyecto al Claustro de doctores de la UB. Se presentarán los objetivos del estudio y sus repercusiones sobre la salud mental y el bienestar de los estudiantes de doctorado.
- Cada curso se realizará una jornada, si es posible auspiciada por la escuela de doctorado de la UB, en la que se presentarán los resultados de seguimiento del estudio a doctorandos y directores de tesis interesados.
- Al finalizar el proyecto se realizará una jornada en la que se presentarán todos los resultados y las posibles repercusiones del proyecto.
- Elaboración de materiales útiles para el seguimiento y la tutorización de la tesis doctoral, a partir de los resultados del proyecto.
- Sesiones formativas a doctorandos y directores de tesis, vehiculadas a través del programa de Recerca Jove del IDP-ICE y de las píldoras formativas de la Escuela de doctorado de la UB.
- A partir del segundo año de seguimiento, sería necesario crear una unidad o servicio de atención telefónica, *online* o presencial, algún día a la semana, para atender a los estudiantes de doctorado o directores de tesis que lo necesiten, en

temas relacionados con el bienestar físico y mental. Esta unidad debería contar con el auspicio del Claustro de doctores o de la Escuela de doctorado de la UB.

- Presentaciones en congresos y publicación de artículos en revistas científicas de acceso abierto, indexadas en JCR con factor de impacto elevado, y especializadas en el ámbito de la investigación.

Expectativas transformadoras del proyecto

En los últimos cinco años, un conjunto importante de trabajos ha llamado la atención sobre los problemas de salud mental de los investigadores jóvenes y de los estudiantes de doctorado en todo el mundo. Un sistema en el que un porcentaje importante de personas que trabajan en él presenta problemas de ansiedad y depresión, podría indicar que las condiciones de trabajo no son saludables. Diferentes universidades, especialmente del contexto anglosajón, han emprendido trabajos destinados a conocer el bienestar emocional y la salud mental de sus estudiantes postgraduados y doctorandos. Estas iniciativas recogen una serie de medidas, destinadas a conocer las condiciones de trabajo de los doctorandos y las repercusiones que puedan tener en su bienestar físico y emocional. En nuestro contexto, UB y otras universidades españolas, no contamos con trabajos de este tipo. Lo que este proyecto aporta no es únicamente un estudio del bienestar físico y emocional de los estudiantes de doctorado de la UB, sino que sus resultados han de transferirse a la formación de los doctorandos, de sus directores de tesis y a la planificación del programa de doctorado. Sus resultados podrían servir para identificar tendencias y proponer medidas correctoras, o de ayuda, que anticipen futuros problemas.

También, y como resultado esperable de este proyecto, sería importante la creación de un servicio o unidad de atención telefónica, *online* o presencial a la que puedan recurrir los doctorandos y directores de tesis si lo necesitan.

Referencias

- Anttila, H., Lindblom-Ylänne, S., Lonka, K., & Pyhältö, K. (2015). The added value of PhD in medicine-PhD Students' perceptions of acquired competences. *International Journal of Higher Education*, 4(2), 172-180. doi:10.5430/ijhe.v4n2p172
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Diener, E., Emmons, R., Larsen, R.J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Diener, E., y Larsen, R.J. (1993). The subjective experience of emotional well-being. En M. Lewis y M Haviland (Eds.), *Handbook of emotions* (pp. 405-415). New York: Guildford Press.
- Evans, T. M., Bira, L., Gastelum, J. B, Weiss, L. T., & Vanderford, N. L. (2018). Evidence for a mental health crisis in graduate education. *Nature Biotechnology*, 36 (3), 282-284. doi: 0.1038/nbt.4089
- Guthrie, S., Lichten, C., van Belle, J., Ball, S., Knack, A., & Hofman, J. (2017). *Understanding mental health in the research environment*. Cambridge: RAND Europe.
- Hamilton, M. (1959). The assessment of anxiety states by rating. *British Journal of Medical Psychology*, 32, 50-55.
- Kenny, D. (1998). Causal Modeling in Social Psychology, Recuperado de: www.sp.uconn.edu/~ps349is1
- Levecque, K., Anseela, F., De Beuckelaerd, A., Van der Heydenf, J., & Gisle, L. (2017). Work organization and mental health problems in PhD students. *Research Policy* 46, 868-879. doi:10.1016/j.respol.2017.02.008
- Lovitts, B. E. (2001). *Leaving the ivory tower: The causes and consequences of departure from doctoral study*. Boston, MA: Rowman & Littlefield Publishers, Inc.
- Martinez, E., Ordu, C., Della Sala, M. R., & McFarlane, A. (2013). Striving to obtain a school-work-life balance: The full-time doctoral student. *International Journal of Doctoral Studies*, 8, 39-59. doi:10.28945/1765
- Nature (2017, 20 April). Mental Health. Degrees and depression. *Nature* 544, 383
- Nature (2018, 29 March). Mental Health. Degrees and depression. *Nature* 555, 691
- Nature (2019, 06 May). Mental health in academia is topic of the week at a sold-out UK meeting. Recuperado de <https://www.nature.com/articles/d41586-019-01468-0>

- Schmidt, M. & Hansson, M. (2018). Doctoral students' well-being: a literature review. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being*, 13,1 1508171. doi: 10.1080/17482631.2018.1508171
- Schmidt, M., & Umans, T. (2014). Experiences of well-being among female doctoral students in Sweden. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-Being*, 9, (1). doi:10.3402/qhw.v9.23059
- Spitzer, R. L., Kroenke, K., Williams, J. B. W., & Löwe, B. (2006). A brief measure for assessing generalized anxiety disorder: the GAD-7. *Archives of Internal Medicine* 166(10), 1092-1097. doi: 10.1001/archinte.166.10.1092
- University of California, Berkeley (2014). *The Graduate Assembly Graduate Student Happiness & Well-Being Report*. Recuperado de http://ga.berkeley.edu/wp-content/uploads/2015/04/wellbeingreport_2014.pdf
- University of California, San Diego (2016). *Graduate Student Well-Being Survey. General Report*. Recuperado de <https://grad.ucsd.edu/files/reports/2016-graduate-student-well-being-survey.pdf>
- University of California (2017). *The University of California Graduate Student Well-Being Survey Report*. Recuperado de https://www.ucop.edu/institutional-research-academic-planning/files/graduate_wellbeing_survey_report.pdf
- University of Missouri. (2017). *Graduate and Professional Student Happiness and Well-Being Survey*. Recuperado de <https://gpc.missouri.edu/wp-content/uploads/sites/2/2013/07/Graduate-Happiness-and-Well-Being-Survey-Data-Analysis-May-2017-1.pdf>
- Van Dam, N.T., Earleywine, M., (2011). Validation of the Center for Epidemiologic Studies Depression Scale-Revised (CESD-R): pragmatic depression assessment in the general population. *Psychiatry Research* 186 (1), 128-132. doi: 10.1016/j.psychres.2010.08.018
- Walker, J. (2015, Nov. 12) There's an awful cost to getting a PhD that no one talks about. Retrieved from <https://qz.com/547641/theres-an-awful-cost-to-getting-a-phd-that-no-one-talks-about/>
- Woolston, Ch. (2017). Careers. A love-hurt relationship. *Nature*, 550, 549-552. doi: 10.1038/nj7677-549a

Anexo ENCUESTA**UNIVERSITAT DE BARCELONA
VICERRECTORADO DE DOCTORAT**

Apreciada/Apreciado,

Le invitamos a participar en una investigación que estamos desarrollando en la Universidad de Barcelona.

La participación es voluntaria, por lo que puede optar por no realizarla o bien retirarse en el momento que considere oportuno, sin que por ello resulte ningún tipo de consecuencia o efecto para usted en relación a sus derechos y acceso a servicios de la UB a los que pueda tener derecho.

Para que pueda decidir si quiere o no formar parte de este estudio le ofrecemos información respecto a la razón y objetivos del presente estudio, así como lo que implica su participación. Por favor, lea detenidamente la siguiente información.

¿Cuál es el objetivo de este estudio?

Conocer el bienestar físico y psicológico del alumnado de doctorado y el proceso de supervisión de la tesis doctoral.

¿Quién puede participar en este estudio?

Alumnado matriculado en algún programa de doctorado en la UB.

¿Qué implicará su participación?

Consistirá en responder a una serie de preguntas acerca de sus datos demográficos, su situación personal, su salud física y emocional y el proceso de dirección y supervisión de su tesis.

¿Qué uso se va a hacer de las respuestas?

Sus respuestas serán tratadas con la más estricta confidencialidad y sigilo profesional. La información recopilada se utilizará para conocer la situación de los doctorandos/as de la UB, en conjunto, y nunca se le identificará individualmente en ningún resultado. Todos los datos estarán protegidos y serán tratados de acuerdo con la Ley de protección de datos (Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, de Protección de Datos Personales y garantía de los derechos digitales) y el Reglamento (UE) 2016/679 relativo a la protección de las personas físicas en relación al tratamiento de datos de carácter personal “RGPD”.

De acuerdo con la normativa mencionada, la Secretaría General de la Universidad de Barcelona es, en relación con el cumplimiento de esta normativa, la responsable legal del tratamiento de estos datos en el marco del estudio. Ello no implica que pueda tener acceso a la información que proporcione, excepto por obligación legal (por ejemplo, si alguien presenta una reclamación ante la autoridad de control de protección de datos o ante un juez o tribunal).

Los datos de contacto de la Secretaría General son Gran Vía de les Corts Catalanes 585, 08007 Barcelona y secretaria.general@ub.edu, por si en algún momento desea ejercer los derechos que le reconoce la normativa de protección de datos personales (puede acceder a sus datos y solicitar su rectificación, supresión, oposición, portabilidad o limitación). En tal caso, deberá adjuntar una fotocopia del DNI o de otro documento válido que le identifique.

Los datos personales que se recojan únicamente se utilizarán con la finalidad de gestionar y ejecutar el estudio conforme a su consentimiento, el cual puede revocar en cualquier momento sin que tenga efectos retroactivos. Los destinatarios de los datos personales son la propia universidad y, en concreto, el equipo de investigación del estudio y, si los hay, los encargados del tratamiento. No se cederán los datos a terceros, a menos que sea por obligación legal. Los datos personales se conservarán hasta que se hayan alcanzado los objetivos del proyecto y se hayan podido publicar los resultados (aproximadamente, hasta 2 años desde la finalización del proyecto).

Si considera que sus derechos no han sido adecuadamente atendidos, puede comunicarlo al delegado de protección de datos de la UB por correo postal (Gran Vía de les Corts Catalanes, 585, 08007 Barcelona) o por correo electrónico (protecciodedades@ub.edu). También puede presentar una reclamación ante la Autoridad Catalana de Protección de Datos (<https://apdcat.gencat.cat/es/inici/index.html>).

Aunque algunas preguntas son de naturaleza delicada, por favor responda tan sincera y honestamente como pueda. Se tarda alrededor de 15 minutos en completar la encuesta.

Cualquier cuestión puede plantearla a:

Dr. Juan Antonio Amador Campos (jamador@ub.edu) Departament de Psicologia Clínica i Psicobiologia. Secció, Personalitat, Avaluació i Tractament Psicològic. Facultat de Psicologia. Universitat de Barcelona. Institut de Desenvolupament Professional (IDP-ICE). Passeig de la Vall d'Hebron, 171. 08035. Barcelona. Tfno: 933125131

Al pulsar en el botón "Siguiete" está declarando que:

- Ha leído la información proporcionada y que la ha comprendido, incluyendo el carácter voluntario y confidencial de su participación.
- Acepta participar en esta investigación, conociendo su derecho a retirarse cuando lo desee y los derechos que le asisten tal como consta en la información facilitada en el escrito de la presente encuesta.

Haga clic en el enlace siguiente para entrar en la encuesta después de haber consentido el tratamiento de sus datos personales con el marcado de la casilla. Si no puede acabarla, puede regresar y finalizarla en cualquier momento haciendo clic en el enlace que se le envió a su correo electrónico.

Muchas gracias por su colaboración.

Consiento el tratamiento de mis datos personales de acuerdo con lo indicado (9)

1. Datos sociodemográficos y académicos

Edad años
Género	<input type="checkbox"/> Mujer <input type="checkbox"/> Hombre <input type="checkbox"/> Persona no binaria <input type="checkbox"/> Otros..... <input type="checkbox"/> Prefiero no contestar
Estado civil	<input type="checkbox"/> Soltero/a <input type="checkbox"/> Casado/a <input type="checkbox"/> Vive en pareja <input type="checkbox"/> Divorciado/a o separado/a <input type="checkbox"/> Otros
¿Tiene hijos/as?	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No Número:-----
Si usted es madre o padre y tiene responsabilidad en el cuidado de sus hijos, ¿puede equilibrar sus compromisos familiares y el doctorado?	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/> Con dificultad
¿Tiene otras responsabilidades de cuidado (padres a su cargo, personas dependientes, etc.)?	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
Si usted tiene responsabilidad en el cuidado de otras personas, ¿puede equilibrar sus compromisos familiares y de cuidado y el doctorado?	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/> Con dificultad
Doctorado que cursa	Desplegable: Listado de los doctorados de la UB
¿En qué año del doctorado está?	...Desplegable para elegir 1° 2° 3° 4° 5°
Dedicación	1. Tiempo completo 2. Tiempo parcial
Horas por semana que dedica a su investigación de doctorado	-----
Lugar de trabajo principal en el que desarrolla su tesis	Indicar, por ejemplo, laboratorio/centro de investigación, hospital/servicio clínico,

	biblioteca/archivo, universidad, empresa, en casa, otros
Financiación de los estudios de doctorado	<p>Contrato predoctoral a tiempo completo (FPI, FPU, APIF), beca del país de origen, beca de fundación privada, a cargo de un proyecto de investigación</p> <p>Contrato predoctoral a tiempo parcial, beca del país de origen, beca de fundación privada, a cargo de un proyecto de investigación</p> <p>Contrato predoctoral que finalizó y ahora sin financiación</p> <p>Doctorado industrial</p> <p>Sin financiación</p> <p>Otros</p>
¿Tiene un empleo remunerado que no esté relacionado con la realización de su tesis?	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
Indique cuál es su empleo remunerado durante la realización de su tesis.	<p>Empleo en la universidad</p> <p>Empleo fuera de la universidad</p> <p>Dos empleos, uno en el ámbito universitario y otro fuera de la universidad</p> <p>Otros:</p>
¿Aproximadamente cuántas horas por semana trabaja en el empleo remunerado dentro o fuera de la universidad?	Campo de texto horas
¿Es ciudadano/a español/a o residente permanente?	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
Si no tiene nacionalidad española, indique su nacionalidad, por favor

2. Satisfacción con la vida

A continuación encontrará cinco enunciados con los que puede estar de acuerdo o en desacuerdo. Indique, con la mayor sinceridad posible, su acuerdo o desacuerdo, seleccionando la respuesta adecuada en cada elemento.

	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ligeramente en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Ligeramente de acuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
1. En general, mi vida actual está cerca de mi ideal de vida.							
2. Las condiciones de mi vida actualmente son excelentes							
3. Estoy satisfecho con la vida							
4. Hasta ahora he conseguido las cosas importantes que quiero en la vida.							
5. Si tuviera que vivir mi vida otra vez, no cambiaría casi nada.							

Instrucciones: A continuación encontrará una lista de sucesos vitales: no todas las personas experimentan los mismos sucesos y cada una los puede vivir de manera diferente. Lea detenidamente la lista de sucesos y señale **SÍ, si le han ocurrido en el último año** y **NO si no le han ocurrido**. Cuando se encuentre ante sucesos que **SÍ** le han ocurrido durante el último año, indique el grado de estrés que le produjo el suceso en cuestión, teniendo en cuenta que: 1 = Nada/muy poco; 2 = Bastante; 3 = Mucho

Sucesos vitales	¿Ha ocurrido en el último año?		Grado de estrés		
	Sí	No	1	2	3
1. He tenido una enfermedad prolongada que requiere tratamiento o he sufrido lesiones graves	Sí	No	1	2	3
2. Enfermedad prolongada que requiere tratamiento o lesiones graves de un familiar cercano (padres, hijos, pareja)	Sí	No	1	2	3
3. Ha muerto un familiar cercano (padres, hijos, pareja)	Sí	No	1	2	3
4. Ha muerto un amigo/a íntimo o un familiar (abuelos, tíos, primos)	Sí	No	1	2	3
5. Divorcio, separación o ruptura de una relación de pareja	Sí	No	1	2	3
6. He tenido problemas con colegas o compañeros/as de trabajo/estudios	Sí	No	1	2	3
7. He tenido problemas con superiores en el trabajo/estudios	Sí	No	1	2	3
8. He tenido problemas legales, con la policía o comparecencia ante un tribunal de justicia	Sí	No	1	2	3
9. He tenido problemas de relación con familiares, amistades o vecinos/as	Sí	No	1	2	3
10. He tenido problemas económicos graves o una reducción sustancial en los ingresos	Sí	No	1	2	3
11. He sufrido un robo, agresión o pérdida de algo de mucho valor	Sí	No	1	2	3
12. He sufrido una agresión física, psicológica o sexual por parte de un familiar o persona conocida	Sí	No	1	2	3
13. He sufrido una agresión física, psicológica o sexual por parte de una persona desconocida	Sí	No	1	2	3
14. Indicar algún otro suceso importante no señalado					
.....	Sí	No	1	2	3

3. Salud y bienestar

	La semana pasada				Casi todos los días durante 2 semanas
	Nada o menos de 1 día	1 - 2 días	3 - 4 días	5 - 7 días	
A continuación hay una serie de frases que describen comportamientos, emociones o sentimientos. Si los ha experimentado indique su frecuencia. <i>Elija la opción con la que más esté de acuerdo. Por favor, escoja solo una respuesta para cada frase.</i>					
1. Tenía poco apetito.	<input type="checkbox"/>				
2. No podía quitarme de encima la tristeza.	<input type="checkbox"/>				
3. Tuve problemas para mantener la concentración en lo que estaba haciendo.	<input type="checkbox"/>				
4. Me sentí deprimido/a.	<input type="checkbox"/>				
5. Mi sueño era inquieto/a.	<input type="checkbox"/>				
6. Me sentí triste.	<input type="checkbox"/>				
7. No tenía ganas de hacer nada	<input type="checkbox"/>				
8. Nada me hacía feliz	<input type="checkbox"/>				
9. Sentía que era una mala persona.	<input type="checkbox"/>				
10. Perdí interés en mis actividades habituales	<input type="checkbox"/>				
11. Dormía mucho más de lo habitual.	<input type="checkbox"/>				
12. Sentí que me movía muy lentamente.	<input type="checkbox"/>				
13. Me sentí inquieto/a.	<input type="checkbox"/>				
14. Tenía deseos de estar muerto/a.	<input type="checkbox"/>				
15. Quería hacerme daño.	<input type="checkbox"/>				
16. Me sentía cansado/a todo el tiempo.	<input type="checkbox"/>				
17. Estaba a disgusto conmigo mismo/a.	<input type="checkbox"/>				
18. Perdí mucho peso sin hacer nada para adelgazar.	<input type="checkbox"/>				
19. Tuve muchos problemas para conciliar el sueño.	<input type="checkbox"/>				
20. No podía concentrarme en las cosas importantes.	<input type="checkbox"/>				

Señale con qué frecuencia ha sufrido los siguientes problemas en los últimos 15 días:	Nunca	Menos de la mitad de los días	Más de la mitad de los días	Casi todos los días
Me he sentido nervioso/a, ansioso/a o muy alterado/a	0	1	2	3
No he podido dejar de preocuparse	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Me he preocupado excesivamente por diferentes cosas				
He tenido dificultad para relajarme				
Me he sentido tan intranquilo/a que no podía estar quieto/a				
Me he irritado o enfadado con facilidad				

He sentido miedo, como si fuera a suceder algo terrible				
---	--	--	--	--

Señale lo que corresponda.

	Muy mala	Mala	Regular	Buena	Muy buena
¿Cómo ha sido su salud, en general, durante este curso?					
¿Ha sufrido COVID-19 durante este curso?				Si	No
¿Durante este curso ha tenido alguna enfermedad diferente de la COVID-19?					
Describa el tipo de enfermedad, por favor					

Es de interés conocer si tiene algún problema físico, mental o emocional que le cause graves dificultades en sus actividades diarias. Responda sí o no a las siguientes preguntas, por favor.

	SÍ	NO
¿Tiene muchas dificultades para concentrarse, recordar las cosas o tomar decisiones, debido a un problema físico?		
¿Tiene muchas dificultades para concentrarse, recordar las cosas o tomar decisiones, debido a un problema emocional o mental?		

	Sí, en un servicio de la Universidad	Sí, en un servicio fuera de la Universidad	No
¿Ha recibido atención en salud mental de un psicólogo/a o psiquiatra, en los últimos doce meses?			

Si ha respondido NO a la pregunta anterior, (Haber recibido atención en salud mental), ¿cree que la necesitaba? SÍ NO

	Sí, por otro/a alumno/a	Sí, por un miembro del PDI	Sí, por un miembro de la administración o PAS	No	No estoy seguro
En el último año, ¿ha sido objeto de discriminación o acoso por parte de					

alguna persona de su entorno académico?					
---	--	--	--	--	--

4. Rendimiento académico

A continuación encontrará enunciados con los que puede estar de acuerdo o en desacuerdo. Indique, con la mayor sinceridad posible, su acuerdo o desacuerdo, seleccionando la respuesta adecuada en cada elemento.

	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ligeramente en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Ligeramente de acuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
Podré completar mi tesis doctoral en el plazo fijado							
Estoy bien preparado/a para el trabajo que requiere completar mi tesis doctoral							
Me siento optimista sobre mis perspectivas de trabajo tras la finalización de la tesis							
Estoy muy comprometido/a con mi trabajo diario							
Tengo el espacio y los recursos que necesito en la universidad / o el centro para hacer mi tesis doctoral							

5. Mentoría / supervisión

A continuación encontrará enunciados con los que puede estar de acuerdo o en desacuerdo. Indique, con la mayor sinceridad posible, su acuerdo o desacuerdo, seleccionando la respuesta adecuada en cada elemento.

Mi director/a de tesis ...	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ligeramente en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Ligeramente de acuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
Espera que mi trabajo de investigación sea excelente							
Me permite establecer mis propias prioridades							
Se preocupa poco por mi trabajo							
Me proporciona consejos y recursos para apoyar mis objetivos como doctorando							
Hace críticas constructivas a mi trabajo							
Está interesado/a en mi bienestar personal.							
Participa activamente en mi formación académica y científica							
Me dedica tiempo y							

tiene en cuenta el desarrollo de mi carrera profesional							
Me ayuda en la búsqueda de oportunidades en el mundo académico y profesional.							
Es un apoyo para mi carrera y desarrollo profesional.							
Impide el desarrollo de mi carrera como investigador/a							
Comparte conmigo información sobre oportunidades de carrera dentro y fuera de la Universidad							
Estoy satisfecho/a con la tutoría y el asesoramiento que recibo de mi director/a de tesis							