

| PROGRAMA DE LA ASIGNATURA                                                                                                                             |                                                                                                                                                |                             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|
| 1. Primeros Auxilios Psicológicos en Comunidad                                                                                                        |                                                                                                                                                |                             |
| 2. Psychological First Aid in Community                                                                                                               |                                                                                                                                                |                             |
| 3. Unidad Académica: Dirección de Asuntos Estudiantiles y Comunitarios                                                                                |                                                                                                                                                |                             |
| Profesor Coordinador: Dr. Felipe Torres                                                                                                               |                                                                                                                                                |                             |
| Profesores Colaboradores: Ps. Leandro Morales, Ps. Matías Lazcano, Apr. Iván Arias                                                                    |                                                                                                                                                |                             |
| 4. Ámbito: en el contexto de la comunidad donde se desenvuelva el estudiante, prestar apoyo psicológico ante situaciones de crisis que puedan surgir. |                                                                                                                                                |                             |
| Carácter: Curso de Formación General                                                                                                                  |                                                                                                                                                |                             |
| Modalidad: Presencial                                                                                                                                 |                                                                                                                                                |                             |
| 5. Tipo de créditos: SCT<br><br>2                                                                                                                     | 1,5 hrs.<br>presenciales                                                                                                                       | 3,9 hrs. No<br>presenciales |
| 5. Número de créditos SCT – Chile: 2                                                                                                                  |                                                                                                                                                |                             |
| 6. Requisitos                                                                                                                                         | No requiere                                                                                                                                    |                             |
| 7. Propósito general del curso                                                                                                                        | Adquirir herramientas psicológicas para la autogestión emocional y el apoyo a la comunidad ante situaciones de crisis                          |                             |
| 8. Competencias a las que contribuye el curso                                                                                                         | Habilidades Terapéuticas, Desarrollo personal                                                                                                  |                             |
| 9. Subcompetencias                                                                                                                                    | Manejo de la ansiedad, estrés y crisis, autoconocimiento, regulación emocional, habilidades comunicacionales, habilidades sociales, autoestima |                             |
| 10. Resultados de Aprendizaje                                                                                                                         |                                                                                                                                                |                             |

Aprender la aplicación de Primeros Auxilios Psicológicos, conociendo el procedimiento para apoyar ante situaciones de crisis en la comunidad.

Generar autorregulación emocional en base al autoconocimiento para guiar de manera efectiva la resolución de una crisis psicológica.

Fomentar el desarrollo personal y salud mental en base al autoconocimiento y autorregulación emocional, con el fin de fortalecer el autocuidado ante situaciones críticas.

### **11. Saberes / contenidos**

- La crisis psicológica y los Primeros Auxilios Psicológicos
- Conocer la crisis psicológica
- El autoconocimiento y la autorregulación emocional
- La escucha activa
- La contención emocional
- La regulación emocional
- La toma de datos
- La identificación de un curso de acción
- El autocuidado

### **12. Metodología**

Se promueve el aprendizaje en base a 12 clases teóricas y prácticas, donde se insta a:

- la reflexión en el aula
- la revisión y aplicación cotidiana de herramientas psicológicas
- el trabajo personal y grupal
- el estudio de casos
- la realización de actividades escritas, de conversación y revisión de material

### **13. Evaluación**

El curso consta de 3 evaluaciones, las cuales se promediarán al final de la asignatura, dando como resultado la nota final.

1.- Nota por participación y asistencia.

2.- Nota por actividad en clase.

3.- Nota por prueba.

#### **14. Requisitos de aprobación**

Se requiere que la nota final obtenida sea como mínimo un 4,0 para aprobar el ramo.

#### **15. Palabras Clave**

Crisis psicológica; Primeros Auxilios Psicológicos; Perfil CASIC; Autoconocimiento; Autorregulación; Escucha Activa; Contención Emocional; Regulación Emocional; Toma de datos; Curso de acción; Autocuidado

#### **16. Bibliografía**

Espina, Alberto (1999). *Abordaje Ecosistémico de la Crisis*. Centro de Psicoterapia.

<https://centrodepicoterapia.es/pdf/21-abordaje%20ecosistemico%20de%20las%20crisis.pdf>

Slaikau, Karl (2000). *Intervención en Crisis: Manual para práctica e investigación*. Punto Género. <http://puntogenero.inmujeres.gob.mx/docs/manualic.pdf>

The national Child Traumatic Stress Network & National Center for PTSD (2006).

*Primeros Auxilios Psicológicos. Guía de operaciones prácticas*. NCTSN.

[https://www.nctsn.org/sites/default/files/resources/pfa\\_sp.pdf](https://www.nctsn.org/sites/default/files/resources/pfa_sp.pdf)