

## 0. Nombre de la experiencia educativa

Primeros auxilios psicológicos

## 1. Modalidad de aprendizaje

Curso-taller

## Modalidad de impartición

En línea

## 2. Valores de la experiencia educativa

2.1 Horas de teoría	2.2 Horas de práctica	2.3 Total de horas	2.4 Valor en créditos
15 horas	15 horas	30 horas	2 créditos

## 3. Fecha

3.1 Elaboración	3.2 Modificación
Noviembre 2024	

## 4. Nombre de los académicos que participaron en la elaboración y/o modificación.

Mtra. Gabriela Tovar Sánchez

## 5. Descripción

La experiencia educativa “Primeros auxilios psicológicos” se concibe como un curso-taller orientado al personal académico, en este espacio se abordan los conocimientos y herramientas que les permitan un mayor conocimiento del apoyo que se puede brindar ante situaciones que puedan presentar los y las estudiantes especialmente en contextos de crisis o situaciones emocionales difíciles. El curso-taller forma parte del Programa de Formación de Académicos (ProFA) y tiene una duración de 30 horas, distribuidas en 15 horas teóricas y 15 prácticas.

El participante conoce los principios básicos de los primeros auxilios psicológicos, referente a las diferentes problemáticas a las que se enfrentan los y las estudiantes dentro de la Universidad a partir de los conocimientos básicos sobre la intervención en crisis, así como brindar atención a los y las estudiantes, con una actitud comprometida, responsable, empática y con ética para promover el bienestar de los y las estudiantes.

Las estrategias metodológicas que se desarrollan corresponden a lluvia de ideas: participación individual y grupal, Análisis y solución de casos, así como discusiones grupales en foros, entre otras. La evaluación se cumple con la entrega de Propuesta de atención de primeros auxilios psicológicos, ejercicios prácticos y mapa conceptual y cuestionario.

## 6. Justificación

Los primeros auxilios psicológicos permiten al académico la adquisición de conocimientos y herramientas que le permitan brindar contención emocional a los y las estudiantes ante situaciones de crisis, así, lo anterior, es una herramienta fundamental para que el estudiante pueda desenvolverse en su ámbito académico.

La UNAM (2024) revela que un número significativo de estudiantes universitarios están experimentando, a raíz de la pandemia, trastornos como ansiedad, depresión, estrés académico y en el peor de los casos, pensamientos suicidas. Dentro de este mismo artículo, se reporta que en México y otros países de América Latina, las

estadísticas indican que hasta el 25% de los estudiantes universitarios pueden estar enfrentando alguna situación que impacte en su salud mental a lo largo de su paso por la universidad.

La intervención temprana puede ser la diferencia para salvar una vida o bien brindarle al estudiante apoyo que le permita desarrollar bienestar que finalmente se verá impactado en su ámbito académico. A través de cursos como este, el académico puede aprender a intervenir en alguna situación de crisis, promover la resiliencia en sus estudiantes, así como el bienestar y se puede crear un ambiente de apoyo psicológico, el cual sería lo más adecuado para que el estudiante aprenda, se sienta satisfecho y se tenga una menor tasa de deserción. El bienestar emocional de los estudiantes influye positivamente en su rendimiento académico y en su adaptación al entorno universitario.

Este curso-taller busca que el académico reconozca signos de alerta, y pueda brindar el apoyo psicológico inicial a fin de enlazar a los y las estudiantes con profesionales de la salud mental o con los espacios que tiene la Universidad Veracruzana para atender dichos casos.

## 7. Unidad de competencia

El académico conoce los principios básicos de los primeros auxilios psicológicos, referente a las diferentes problemáticas a las que se enfrentan los y las estudiantes dentro de la Universidad a partir de los conocimientos básicos sobre la intervención en crisis, así como brindar atención a los y las estudiantes, con una actitud comprometida, responsable, empática y con ética para promover el bienestar de los y las estudiantes.

## 8. Articulación de los ejes

La Experiencia Educativa “Primeros Auxilios Psicológicos”, posee un carácter transversal, con las habilidades y competencias docentes, en virtud de que posibilita la identificación y comprensión de los diferentes problemas que puede enfrentar un estudiante y que impacta en el desempeño académico (eje heurístico). Al mismo tiempo que permite el conocimiento de los principios básicos de los primeros auxilios psicológicos (eje teórico), así como brindar con responsabilidad la contención en situación de crisis en un contexto educativo, promoviendo una visión crítica sobre situaciones emociones, además que el académico pueda ser empático y tolerante ante los acontecimientos que puede vivir un estudiante (eje axiológico).

## 9. Saberes

9.1 Teóricos	9.2 Heurísticos	9.3 Axiológicos
<b>Principios básicos de los primeros auxilios psicológicos</b> Contacto y acercamiento Seguridad y alivio Estabilización Recopilación de información Asistencia práctica Apoyos sociales <b>Intervención en crisis</b> Fases de una crisis Elementos de un estado crítico Tipos de crisis	• Análisis de los diferentes contextos en los que se desenvuelven los estudiantes. • Escucha activa • Canalización de estudiante en condición de riesgo con autoridades competentes para brindar contención emocional (CENDHIU, Unidad de Género, etc). • Manejo de reacciones ante una situación de crisis.	• Equidad ante la diversidad de población que conforma la comunidad estudiantil • Ética • Autonomía ante las diversas circunstancias, permitiendo que el académico pueda brindar acompañamiento sin imposición de soluciones. • Tolerancia ante la diversidad de manifestaciones de crisis.

Reacciones de una crisis <b>Recomendaciones básicas para la atención a estudiantes/ personas en estado de crisis emocional</b> Tareas inmediatas Actitud del interventor ¿Qué hacer y qué no hacer en una crisis?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Generación de recomendaciones para la atención emocional del estudiante.</li> <li>• Manejo de información confiable y validada.</li> <li>• Lectura y comprensión lectora, escritura de textos propios y basados en las experiencias personales y en la práctica educativa.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Escucha activa en lo individual y en el trabajo colaborativo.</li> <li>• Respeto a la diversidad de reacciones emocionales de los y las estudiantes.</li> <li>• Empatía ante situaciones de crisis.</li> </ul>
---	--	---

## 10. Estrategias metodológicas

10.1 De aprendizaje:	10.2 De enseñanza:
Lluvia de ideas: participación individual y grupal Análisis y solución de casos Elaboración de diversos productos académicos. Discusiones grupales en foros.	Discusión organizada. Trabajo en equipo. Lectura comentada. Exposición de diapositivas.

## 11. Apoyos educativos

11.1 Recursos	11.2 Materiales
• Espacio educativo adecuado	• Diapositivas
• Internet	• Videos
• Computadora	• Material digitalizado
• Bases de datos	• Ejercicios prácticos
• Eminus 4	• Cuestionarios

## 12. Evaluación del desempeño

12.1 Evidencia(s) de desempeño	12.2 Criterios de desempeño	12.3 Ámbito(s) de aplicación	12.4 Porcentaje
Foro sobre reflexión escrita acerca de las crisis observadas en los y las estudiantes.	Claridad en la expresión Coherencia entre la observación y las crisis que se presentan Pertinencia en la intervención en foro.	Foros en Eminus y Plenaria	15%
Cuestionario sobre los principios básicos de los primeros auxilios psicológicos.	Atinencia en las respuestas. Precisión y claridad en las ideas.	Espacio de sesiones síncronas/ Eminus 4.	15%
Mapa conceptual que identifique las causas que pueden provocar crisis en mis estudiantes.	Coherencia en el listado de causas. Claridad en las ideas. Organización y distribución del contenido.	Extraclase	20%
Ejercicio de una situación vivida con algún	Apego al formato indicado.	Eminus 4	20%

estudiante.	Objetividad en las fases de una crisis. Confidencialidad y manejo de los datos.		
Propuesta de atención de primeros auxilios psicológicos: Análisis de un caso académico	Claridad en la expresión. Confidencialidad y manejo de los datos. Atinencia y correspondencia entre las causas de la crisis con las acciones	Extraclase / Eminus 4	30%
			Total: 100%

### 13. Acreditación

Para acreditar esta EE. el académico deberá haber presentado con suficiencia cada evidencia de desempeño, es decir, que en cada una de ellas haya obtenido cuando menos el 70%.

### 14. Fuentes de información

#### 14.1 Básicas

- Briere, J., & Scott, C. (2019). *Principles of trauma therapy: A guide to symptoms, evaluation, and treatment* (2nd ed.). Sage Publications.
- Galimberti, U. (2002) Diccionario de Psicología. España; Siglo XXI
- García, J. (s/f) Primeros Auxilios Psicológicos para intervenir con personas en Crisis Emocional. Recuperado de <https://www.google.com.mx/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=2&cad=rja&uact=8&ved=0CCUQFjAB&url=http%3A%2F%2Fdigitalnet.unirioja.es%2Fdescarga%2Farticulo%2F3655753.pdf&ei=oN8LVeDJoeXgwSSyYNg&usg=AFQjCNHP0tMucHXvohkrBEcoCez7xpXXg&sig2=6VdJj8qETJUWWS1WvcKq9A&bv m=bv.88 528373,d.eX>
- James, W., & Gilliland, B. E. (2020). *Crisis intervention strategies* (9th ed.). Cengage Learning.
- Mott, J. E., & Picard, M. M. (2021). Psychological first aid: A review of research and application in university settings. *Journal of College Student Psychotherapy*, 35(2), 135-153. <https://doi.org/10.1080/87568225.2021.1873657>
- Reyes, G. A., & Lema, S. J. (2020). *Intervención en crisis y primeros auxilios psicológicos: Estrategias para la atención en situaciones de emergencia*. Editorial Médica Panamericana.

#### 14.2 Complementarias

- American Psychiatric Association. Diagnostic and Statistical manual of mental disorders DSM-5-TR. En APA (5ª ed), Washington: APA; 2022. p. 251-254.
- Macías M, Pérez C, López L, Beltrán L, Morgado C. Trastornos de ansiedad: revisión bibliográfica de la perspectiva actual. *Eneurobiología*. 2019;(10):1-11.
- Pinilla L, López, O, Moreno, D, Sánchez, J. Prevalencia y Factores de riesgo de ansiedad en estudiantes de Medicina de la Fundación Universitaria Juan N. Corpas. Un estudio de corte transversal. *Revista Cuarzo*. 2020;26(1):22-27.
- Vivanco A, Salori D, Caycho T, Carbajal C, Noé M. Ansiedad por COVID-19 y salud mental en estudiantes universitarios. *Revista de Investigación en Psicología*. 2020;23(2):197-215.

