

## TÉCNICAS DE APOYO PSICOLÓGICO Y SOCIAL EN SITUACIONES DE CRISIS

**1. Nivel/etapa al que se dirige la actividad:**

Psicólogos, médicos, enfermeros, diplomados sanitarios, auxiliares de enfermería, técnicos especialistas, conductores de ambulancia, etc... Profesionales que deseen formarse en materia de atención al paciente.

**2. Horas de duración:**

100 horas (10 créditos) **(Supervisado por el Centro Universitario Santa Ana, Centro adscrito a la Universidad de Extremadura)** Unidad de competencia de referencia: 0072\_2

**3. Número máximo de participantes y modalidad:**

Indiferente. La parte de teleformación se iniciará cuando el alumno/a finalice los trámites de matriculación. Tras un mes de realización de cuestionarios y actividades y visualización de contenidos, se fijará una fecha para la realización de la parte presencial.

### **OBJETIVOS:**

El objetivo general del curso es el de capacitar a los participantes para que puedan desarrollar una respuesta asistencial eficaz en situaciones de crisis, emergencias y catástrofes, desde el ámbito psicosocial, con el fin de ayudar a afrontar el evento crítico, prevenir el deterioro psicológico y social de las personas afectadas y evitar la adquisición o cronificación en el futuro de estados psicopatológicos consecuentes a la situación traumática.

Los objetivos específicos serán:

- Aplicar técnicas de apoyo psicológico y social en situaciones de crisis.
- Analizar 105 principios básicos de la psicología general ante situaciones de emergencias sanitarias.
- Definir el concepto de personalidad y desarrollar las diferentes teorías sobre el desarrollo de la personalidad y sus etapas.
- Explicar los mecanismos de defensa de la personalidad y su aplicación práctica.
- Analizar las experiencias más comunes asociadas al proceso de enfermar.
- Aprender a comunicarse con los asistidos en una emergencia.
- Aprender a aplicar los primeros auxilios con el objetivo de conocer las reacciones de los asistidos ante una catástrofe y las posibles situaciones de crisis que pueden vivir
- Conocer las reacciones psicológicas de los intervinientes y las técnicas de ayuda psicológica que se pueden aplicar para ayudarles.

## **CONTENIDO:**

### **TEMA 1: PRINCIPIOS DE PSICOLOGÍA GENERAL APLICADA A SITUACIONES DE EMERGENCIAS SANITARIAS**

1. Concepto de personalidad.
2. Desarrollo de la personalidad. Teorías.
3. Etapas evolutivas del ser humano. Características fundamentales.
4. Las necesidades humanas. Mecanismos de defensa de la personalidad.
5. Experiencias más comunes asociadas al proceso de enfermar (ansiedad, desarraigo, desvalorización, entre otras).
6. Principales mecanismos de adaptación psicológicos ante la vivencia de enfermedad.

### **TEMA 2: COMUNICACIÓN Y HABILIDADES SOCIALES EN EL ÁMBITO DE LAS EMERGENCIAS**

1. Elementos que intervienen en la comunicación.
  - Emisor
  - Receptor.
  - Mensaje.
2. Canales comunicativos: auditivo, visual, táctil, olfativo.
3. Tipos de comunicación.
  - Lenguaje verbal.
  - Lenguaje no verbal.
4. Dificultades de la comunicación.
  - Mensajes que dificultan la comunicación.
5. Habilidades básicas que mejoran la comunicación interpersonal. El arte de escuchar.
6. Habilidades Sociales.
  - Escucha activa.
  - Negociación.
  - Asertividad. Principales respuestas asertivas.
  - Técnicas de comunicación y relación grupal.
7. Psicología del trabajo en equipo.
8. Dinámica grupal.
9. El rol del profesional sanitario.
10. El rol del paciente.
  - Comunicación del profesional sanitario con paciente.
  - La relación de ayuda.

### **TEMA 3: PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS EN CATÁSTROFES**

#### 1. Comportamiento de la población ante una catástrofe.

- Reacción conmoción-inhibición-estupor
- Reacción de pánico.
- Éxodos
- Reacciones psicopatológicas de los afectados por una catástrofe. Reacción emocional desajustada.

#### 2. Reacción neuropatológica duradera.

- Reacción psíquica grave.
- Reacciones psicológicas y del comportamiento, según el periodo de la catástrofe: periodo precrítico. Periodo de crisis. Periodo de reacción. Periodo postcrítico.

#### 3. Apoyo psicológico en catástrofes.

- Objetivos.
- Principios de la atención psicológica.
- Factores estresores.
- Control de situaciones de crisis. Medidas de contención.
- Situaciones de duelo.
- Situaciones de tensión.
- Situaciones de agresividad.
- Situaciones de ansiedad y angustia.
- Funciones del equipo psicosocial.

### **TEMA 4: APOYO PSICOLÓGICO A LOS INTERVINIENTES EN UNA SITUACIÓN DE CATÁSTROFE**

#### 1. Reacciones psicológicas de los intervinientes en una situación de catástrofe.

#### 2. Objetivos del apoyo psicológico.

#### 3. Principales factores estresores.

#### 4. Estrés.

#### 5. Síndrome del quemado.

#### 6. Traumatización vicaria.

#### 7. Técnicas de ayuda psicológica para los intervinientes. o

- Técnica de ayuda mutua. (buddy-system).
- Técnicas de ventilación emocional y afrontamiento de situaciones críticas. (defusing o debriefing).
- Técnicas de control de estrés.

