PROCESO DE GESTIÓN DE FORMACIÓN PROFESIONAL INTEGRAL

FORMATO GUÍA DE APRENDIZAJE

IDENTIFICACIÓN DE LA GUIA DE APRENDIZAJE

- Denominación del Programa de Formación: PRIMEROS AUXILIOS PSICOLOGICOS
- Código del Programa de Formación: 33110272
- Nombre del Proyecto: No aplica.
- Fase del Proyecto: No aplica.
- Actividad de Proyecto: No aplica.
- Competencia: Asistir personas de acuerdo con guías de atención y protocolos de primer respondiente
- Resultados de Aprendizaje Alcanzar:
    - 1. Reconocer conceptos y lineamientos básicos requeridos para la aplicación de pap primeros auxilios psicológicos, en el marco del incidente crítico.
    - 2. Cumplir con los aspectos definidos para la aplicación de los primeros auxilios psicológicos según perspectiva de derecho
    - 3. Aplicar los primeros auxilios psicológicos, según metodologías de intervención.
    - 4. Adaptar estrategias de intervención en los primeros auxilios psicológicos teniendo en cuenta las características de poblaciones con alto riesgo de vulnerabilidad.
- Duración de la Guía 48 Horas.

2. PRESENTACIÓN

Estimados aprendices bienvenidos al fabuloso tema relacionado con los primeros auxilios psicológicos, es un mundo interminable, cada persona tiene crisis, y para algunas personas son más evidentes que para otros, todos tenemos dificultades, algunos las manejamos muy bien, mientras otros no, pero, así como, existen momentos de tristeza y zozobra, también existen momentos de alegría. Es importante entender que el ser humano de por si es complejo porque recibe diferentes estímulos que lo hacen comportarse según las normas inculcadas y los valores enseñados, Lo más importantes para tener en cuenta en este curso son la Prudencia y la reserva. Prudencia ante lo que se escucha es no reaccionar frente a lo que otros dicen de

manera inadecuada y reserva es guardarse con sabiduría lo que no se debe divulgar. Bienvenidos a iniciar este curso con la mejor actitud.

3. FORMULACIÓN DE LAS ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

3.1. ACTIVIDAD DE REFLEXIÓN INICIAL.

Durante la primera sesión se les presentará el programa de formación, cada uno de los componentes, nombre el programa, competencia, resultados de aprendizaje, conocimientos de proceso, conocimientos de saber y criterios de evaluación. Es importante aclarar que puede usted lograr con el curso y que no puede usted hacer, un ejemplo claro, es que usted podrá brindar apoyo emocional, equilibrio a una persona en momentos de crisis, Escucharla, pero será el profesional quien se encargará de hacer el seguimiento respectivo o diagnosticar en caso de ser necesario.

Las sesiones de formación no corresponden a una terapia individual o grupal, por lo tanto, no podemos pretender que en 48 horas se adquieran las herramientas necesarias para hacer un proceso de intervención, pero si logrará identificar ciertas señales con algún grado de certeza.

Cada actividad estará conformada por un material de apoyo del cual se extraerán temáticas relacionadas con los primeros auxilios psicológicos (PAP), siéntase en confianza para comunicar sus opiniones, recuerde siempre que la prudencia y la confianza son los pilares de este curso.

Es bien sabido que no puedo dar de lo que no tengo, es así, que inicialmente aplicaremos cada una de las temáticas a cada participante para que cada uno sepa qué puede dar a otros.

Al hablar de los primeros auxilios psicológicos podemos dilucidar las diferentes manifestaciones emocionales que tenemos los seres humanos y la capacidad con la que enfrentamos situaciones , los primeros auxilios psicológicos son una forma o estrategia de intervención en donde se atienden casos y situaciones de forma inmediata, dichos casos y situaciones pueden estar referidas principalmente a la intervención en crisis que surge cuando acontecen eventos con una alta carga emocional, así como un alto grado de estrés, por lo que se hace necesaria una intervención rápida para equilibrar emocionalmente la persona y estabilizarla, ya dependiendo de su reacción sugerirle orientación de tipo psicológico que le brinde las herramientas necesarias para mejorar su vida.

EA 1: Discusión guiada.

Ambiente de aprendizaje: Espacio con sillas y mesas adaptado para la formación, computadores, internet, plataforma lms.

Materiales de formación: no aplica.

Descripción de la Evidencia: De desempeño: De acuerdo con la clase magistral realizada por la instructora, participe dando su opinión sobre los procesos y los conceptos que se abordarán durante la sesión, la instructora estará formulando unas preguntas orientadoras basándose en los conocimientos de saber y de proceso. Esto le ayudará a ubicar su rol dentro del curso.

IE 1: No aplica.

Material de consulta para tener en cuenta: Programa de formación, diapositivas 1 C-F-004presentacion programa primeros auxilios psicológicos, documentos que se encuentran en el material de apoyo.

3.2. ACTIVIDAD DE CONTEXTUALIZACIÓN.

EXPLORANDO LOS TRASTORNOS MENTALES

A veces, las personas experimentan una importante perturbación en este funcionamiento mental. Puede haber un trastorno mental cuando los patrones o cambios en el pensamiento, los sentimientos o el comportamiento causan angustia o alteran la capacidad de funcionamiento de una persona.

En la clase magistral en la cual la instructora tratará los temas sobre sobre salud mental, ansiedad y estrés, comparta su experiencia donde considere que ha presentado algunas situaciones similares a las cuales la instructora se refirió. Recuerde que el primer paso en los Auxilios Psicológicos es la escucha activa y saber conservar la confidencialidad de los testimonios tratados, es importante además que usted genere confianza evidenciado prudencia y reserva absoluta.

EA 2: Testimonio vivencial.

Ambiente de aprendizaje: Espacio con sillas y mesas adaptado para la formación, computadores, internet, plataforma lms.

Materiales de formación: no aplica.

Descripción de la Evidencia: De desempeño: De acuerdo con la clase magistral realizada por la instructora, participe dando su opinión sobre los procesos y los conceptos que se abordarán durante la sesión, la

instructora estará formulando unas preguntas orientadoras basándose en los conocimientos de saber y de proceso. Esto le ayudará a comprender diferentes situaciones.

IE 2: No aplica.

Material de consulta para tener en cuenta: Diapositivas 1 Salud Mental, 2. Ansiedad, 3 Estrés. Documentos que se encuentran en el material de apoyo.

3.2. ACTIVIDADES DE APROPIACIÓN DEL CONOCIMIENTO.

AFRONTANDO LAS DIFICULTADES.

DESASTRE

Los desastres son perturbaciones graves del funcionamiento de una comunidad que exceden su capacidad para hacer frente con sus propios recursos.

EMERGENCIA.

Desde el punto de vista de la salud, para la OMS, emergencia es aquel caso en que la falta de asistencia conduciría a la muerte en minutos, en el que la aplicación de primeros auxilios por cualquier persona es de importancia vital.

CRISIS

Se trata de un suceso o situación que se presenta de improviso y requiere de una atención inmediata. Son casos de emergencia aquellos asuntos relacionados con: Accidentes / hospitalizaciones. Fallecimientos.

Participe activamente de la clase magistral de la instructora aportando sus testimonios o ejemplos sobre situaciones donde se requiere un alto grado de fortaleza mental y equilibrio emocional.

Observe la película “Lo imposible” presente en el material de apoyo donde se presentan diferentes eventos inesperados para los cuales por lo general las personas no estamos preparados y reaccionamos de manera diferente.

EA 3: CINE FORO.

Ambiente de aprendizaje: Espacio con sillas y mesas adaptado para la formación, computadores, internet, plataforma lms.

Materiales de formación: no aplica.

Descripción de la Evidencia: De desempeño: Tomando como base los conceptos expresados en las exposiciones y en la película, responda las siguientes preguntas orientadoras ubicadas en el foro que ha destinado la instructora para responderlas en la plataforma LMS.

PREGUNTAS:

¿Como reaccionan María y Henry frente a la desaparición de Lucas?

¿Que tuvo que soportar Maria durante la búsqueda de Lucas y que cual fue la motivación para conservar la fortaleza mental?

Henry trata de rescatar a todos sus hijos del tsunami, pero a uno no logra asegurar, la reacción de Henry frente a la perdida, qué opinión le merece?

¿Compare el momento de desesperanza de Maria y el momento del reencuentro con toda su familia y exprese que inspiró su perseverancia?

IE 3: Rúbrica.

Material de consulta para tener en cuenta: Diapositivas Cris, Emergencia y desastre; Película “Lo imposible”. Documentos que se encuentran en el material de apoyo.

PRINCIPIO ÉTICOS

Durante las clases magistrales se han abordado diferentes estrategias para tratar el tema de PAP, en esta sesión realizaremos una clase magistral donde la instructora proporcionará diferentes materiales, realizará preguntas y propondrá actividades para desarrollar. Los temas que se tratarán son PRIMEROS UXILIOS PSICOLÓGICOS, INTELIGENCIA EMOCIONAL y RESILIENCIA. Las sesiones se desarrollarán de manera práctica, preste mucha atención y participe activamente.

En este caso no se pedirá evidencia, solo se valorará la participación y la forma como usted interiorice cada actividad, esto debido a que las experiencias en este caso son muy personales y vamos a guardar total reserva sobre lo que ocurra. Tenga confianza y reserva. Ese es uno de los principio fundamentales de los PAP.

EA 4: SOCIALIZACION - TALLER.

Ambiente de aprendizaje: Espacio con sillas y mesas adaptado para la formación, computadores, internet, plataforma lms.

Materiales de formación: no aplica.

IE 4: No aplica.

Material de consulta para tener en cuenta: Documentos que se encuentran en el material de apoyo.

AUTOCUIDADO:

El autocuidado emocional afecta directamente a la calidad de vida de una persona y a las relaciones de esta con los/as demás. Así pues, cuando se ignoran las emociones o se reprimen, se corre el riesgo de acumular estrés y ansiedad, algo que puede concluir con problemas de salud mental a largo plazo.

EA 5: TALLER.

Ambiente de aprendizaje: Espacio con sillas y mesas adaptado para la formación, computadores, internet, plataforma lms.

Materiales de formación: no aplica.

Descripción de la Evidencia: De desempeño: En una hoja escrita, realiza la siguiente actividad, "te enfocaras en el autocuidado emocional. Para hoy escribirás cómo te sientes, como te has sentido la última semana y que cosas debes de hacer para mejorar tu bienestar emocional y mental.

Responde las siguientes preguntas: ¿Cómo me siento? qué necesito cambiar para lograr mi bienestar emocional? dónde quiero estar? ¿Cómo me he sentido la última semana? ¿En qué parte de cuerpo siento mis emociones? ¿Qué es lo que me afecta ahora? ¿Qué quiero perdonar y a quién? (Psicosoul, 2023) Realiza toda la actividad con papel y lápiz, toma la foto y sube la evidencia en el espacio denominado "MI AUTOCUIDADO"

IE 5: Rúbrica.

Material de consulta para tener en cuenta: Documentos que se encuentran en el material de apoyo.

VIOLENCIA INTRAFAMILIAR

La violencia intrafamiliar consiste en el maltrato físico, verbal o psicológico que se presenta entre los miembros de una misma familia. Implica toda clase de acciones que afecten el bienestar de la familia y valores tales como: respeto a la vida, armonía psíquica y emocional y la integridad física y moral.

EA 6: CINE FORO.

Ambiente de aprendizaje: Espacio con sillas y mesas adaptado para la formación, computadores, internet, plataforma lms.

Materiales de formación: no aplica.

Descripción de la Evidencia: De desempeño: Tomando como base los conceptos expresados en las exposiciones y en la película NUNCA MAS, participe de la discusión guiada por la instructora. Constuya un

párrafo y exponga su opinión sobre el aspecto más relevante de la película. Suba el escrito en la plataforma LMS.

IE 6: Rúbrica.

Material de consulta para tener en cuenta: Documentos que se encuentran en el material de apoyo. Película NUNCA MAS.

RIESGO PSICOSOCIAL

Los riesgos psicosociales se derivan de las deficiencias en el diseño, la organización y la gestión del trabajo, así como de un escaso contexto social del trabajo, y pueden producir resultados psicológicos, físicos y sociales negativos, como el estrés laboral, el agotamiento o la depresión.

EA 7: RETOS

Ambiente de aprendizaje: Espacio con sillas y mesas adaptado para la formación, computadores, internet, plataforma lms.

Materiales de formación: no aplica.

Descripción de la Evidencia: De desempeño: La instructora llevará diferentes juegos de exigencia, debe de resolver cada reto lo mas rápido posible. Siga las orientaciones de la instructora y comparta su experiencia.

IE 7: Rúbrica.

Material de consulta para tener en cuenta: Juegos varios

4. ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

Evidencias de Aprendizaje	Criterios de Evaluación	Técnicas e Instrumentos de Evaluación
Evidencias de Desempeño: **EA 3:** CINE FORO. **EA 5:** TALLER. **EA 6:** CINE FORO. **EA 7:** RETOS	Comprende la importancia de los primeros auxilios psicológicos como un mecanismo de Intervención y prevención en salud mental. Identifica las situaciones y condiciones que pueden desencadenar crisis en las personas	**IE 2: Rúbrica** **IE 5: Rúbrica** **IE 6: Rúbrica** **IE 7: Rúbrica**

	Según el contexto. Identifica las reacciones más comunes en las personas según situación de crisis. Identifica las claves para aplicar pap teniendo en cuenta la perspectiva de derechos.	

5. GLOSARIO DE TÉRMINOS

Resiliencia: En psicología, capacidad que tiene una persona para superar circunstancias traumáticas como la muerte de un ser querido, un accidente.

Síndrome de burnout: Cuando una persona presenta el síndrome de desgaste profesional, puede sentirse agotada todos los días, tener una actitud cínica, sentirse desmotivado e insatisfecho con su trabajo. El síndrome de desgaste puede estar acompañado por síntomas físicos tales como dolores de cabeza, náuseas y dificultades para dormir.

Intervención psicológica: La intervención en Psicología hace referencia a la aplicación de principios y técnicas psicológicas de un profesional de la salud con la intención de asistir a las personas y ayudarlas a comprender sus problemas, reducirlos o superarlos y/o a mejorar las capacidades individuales o las relaciones con el entorno.

6. REFERENTES BIBLIOGRÁFICOS

Psicosoul. (29 de Noviembre de 2023). *8 DÍAS DE AUTOCUIDADO: ACTIVIDADES PARA PONER EN PRÁCTICA*. Obtenido de jenncorrea.com: https://jenncorrea.com/8-dias-de-autocuidado-actividades-para-poner-en-practica/

7. CONTROL DEL DOCUMENTO

	Nombre	Cargo	Dependencia	Fecha
Autor (es)	**Biviana Cardenas**	**Instructora**	**Centro de Comercio y Servicios Regional Risaralda**	**30/11/2023**
	Cesar Augusto Cano Echeverry	**Profesional de diseño y producción curricular**	**Centro de comercio y servicios Regional Risaralda**	**30/11/2023**

8. CONTROL DE CAMBIOS (diligenciar únicamente si realiza ajustes a la guía)

	Nombre	Cargo	Dependencia	Fecha	Razón del Cambio
Autor (es)					