

## PROGRAMA TALLER

### I. IDENTIFICACIÓN:

Nombre Taller:	<b>Primeros auxilios psicológicos para enfrentar situaciones complejas</b>
Unidad Responsable:	Centro de Apoyo al Desarrollo del Estudiante (CADE)
Modalidad:	Virtual o presencial.
Duración:	120 minutos.
Relator(a):	Profesional psicosocial CADE.
Destinatarios/as:	Estudiantes de todas las cohortes

### II. DESCRIPCIÓN GENERAL

Taller teórico orientado a la psicoeducación de los(as) estudiantes universitarios respecto de estrategias de contención emocional frente a situaciones de estrés agudo, mediante primeros auxilios psicológicos. Se describen potenciales incidentes críticos donde es aplicable la estrategia, como en caso de muerte de un ser querido, accidentes, desastres naturales, revueltas sociales o la contingencia de pandemia actual. Finalmente, se describe la técnica de contención emocional, junto con sus condiciones e impactos en el bienestar del beneficiario(a) de primeros auxilios.

### III. OBJETIVOS DEL TALLER:

- Comprender qué son los Primeros Auxilios Psicológicos, usos y aplicabilidad.
- Reconocer sus requisitos de aplicación, fases y beneficios.
- Conocer qué es el estrés, sintomatología y manifestaciones.
- Identificar trastornos asociados al estrés que requieren de utilización de Primeros auxilios psicológicos.

### IV. CONTENIDOS:

- Qué son los Primeros Auxilios Psicológicos.
- Definir qué es un evento o incidente crítico.
- Objetivos de los Primeros Auxilios Psicológicos.
- Características y requisitos para su aplicación.
- Definir qué es el estrés, sintomatología, fases y consecuencias.
- Fases de los Primeros Auxilios Psicológicos.

## V. EVALUACIÓN:

Al finalizar la sesión, se evaluará la ejecución del taller a partir de una encuesta de satisfacción diseñada por CADE.