Primeros auxilios psicológicos y resiliencia en tiempos de crisis

Eka. 27 - Eka. 29 2022

Kod. P01-22

Mod.:
Online zuzenean

Edizioa
2022

Jarduera mota
Uda Ikastaroa

Data
Eka. 27 - Eka. 29 2022

Kokalekua
Online zuzenean (ZOOM)

Hizkuntzak
Gaztelera

Balio akademikoa
30 ordu

Antolakuntza Batzordea

Azalpena

Lehen Laguntza Psikologikoak ebidentzia zientifikoetan oinarritutako teknika multzo bat dira, pertsonen, taldeen eta komunitateen erresilientzia indartzeko xedea dutenak. Helburuak dira gertaera traumatiko batek sortutako estresaren sintomak murriztea eta suspertze osasuntsu bat lortzea, eta gertaera hori izan daiteke hondamendi natural bat, osasun publikoko larrialdi bat edo krisi pertsonal bat. Egoera mota horrek sortzen duen inpaktu emozionala beti ez da zauri fisikoek sortzen duten inpaktua bezain ikusgarria, baina mingarriagoa izan daiteke eta pertsona neurri handiagoan ezgaitu dezake.

Bestetik, erresilientzia da pertsonek eta komunitateek duten ahalmena egoera pontentzialki traumatiko batetik suspertzeko, krisiari aurre egiteko baliabideak areagotuz eta nortasuna bera eta erreakzionatzeko gaitasuna indartuko dituen ikaskuntza baten bidez, ondorioen presentziarik edo ondoezaren kronifikaziorik gabe.

Bi kontzeptu horiek ez dira berriak, nahiz eta orain arte psikologiaren jakintza arlo espezifikoaren barruan egon diren. Hala eta guztiz ere, COVID-19aren pandemiari lotutako krisi sanitario, ekonomiko eta sozialak argitalpen ugariren fokupean jarri ditu egoera korapilatsuei aurre egiteko eta horiek emozionalki kudeatzeko trebetasunak. Alde batetik, dibulgazio hori oso lagungarri gertatzen ari da osasun mental on batek duen garrantziaz ohartarazteko, bultzada emanez auto-ezagutza eta zaintza emozionaleko jarduerei. Bestetik, ordea, azkenaldian zabaldu den informazio guztia ez da behar bezain zehatza eta zorrotza izan, egiazki erabilgarria izan dadin pertsonentzat.

hau pentsatuta dago psikologia, medikuntza, erizaintza edo osasun publikoko oinarrizko ezagutzak dituzten pertsonentzat. Ebidentzian oinarritutako ikuspegi zabal batetik azaldu nahi du nola lagun diezaiokegun geure buruari, inguruko pertsonei eta lankideei gure bizitza pertsonalean edo profesionalean izan daitekeen edozein gertakari kritikori modu egokiago batean aurre egiten. ak, halaber, ikuspegi praktiko batetik aztertzen du zer egin behar den eta zer ez egoera horietan, baita aintzat hartu beharreko arrisku faktoreak eta faktore babesleak ere. Azkenik, auto-zaintza jarduerei ere erreparatzen die, bai alor pertsonalean bai alor profesionalean behar direnei.

Helburuak

Gertakari kritikoek pertsonengan, familietan, taldeetan eta komunitateetan duten inpaktuaren ezaugarriak identifikatzea.

Lehen Laguntza Psikologikoak aplikatzeari buruzko oinarrizko nozioak eskuratzea (nola, non eta noiz aplikatu).

Lehen Laguntza Psikologikoek pertsonen erresilientzia nola indartzen duten ulertzea.

Auto-zaintza praktikak krisiari aurre egiteko moduaren funtsezko zatitzat hartzea.

Ikastaroaren laguntzaile espezifikoak

Programa

2022-06-27

09:00 - 09:15	Registro
09:15 - 09:30	Jardueraren zuzendaritzaren aurkezpena **Alicia Alvarez** | UTCCB - Directora Asistencial y de Investigación
09:30 - 10:30	“¿Qué convierte una situación en evento crítico para las personas, las familias, los equipos y las comunidades?“ **Alicia Alvarez** | UTCCB - Directora Asistencial y de Investigación
10:30 - 11:30	“Afrontamiento funcional frente a patrones de respuesta disfuncionales ante los eventos críticos “ **Ingeborg Porcar Becker** | UTCCB - Directora técnica
11:30 - 12:00	Atsedena
12:00 - 13:00	“Objetivos y alcance de los Primeros Auxilios Psicológicos“ **Alicia Alvarez** | UTCCB - Directora Asistencial y de Investigación
13:00 - 13:45	“Condiciones de aplicación de los Primeros Auxilios Psicológicos“ **Ingeborg Porcar Becker** | UTCCB - Directora técnica
13:45 - 14:00	Sintesia

2022-06-28

09:00 - 09:30	Repaso de conceptos más importantes tratados el día anterior y resolución de dudas
09:30 - 10:30	“Factores protectores y de riesgo ante los eventos críticos“ **Ingeborg Porcar Becker** | UTCCB - Directora técnica
10:30 - 11:30	“El seguimiento preventivo como abordaje comunitario de las crisis“ **Ingeborg Porcar Becker** | UTCCB - Directora técnica
11:30 - 12:00	Atsedena
12:00 - 13:00	“La resiliencia, qué es y de qué depende“ **Alicia Alvarez** | UTCCB - Directora Asistencial y de Investigación
13:00 - 13:30	Sintesia

2022-06-29

09:00 - 09:30	Repaso de los conceptos del día anterior y resolución de dudas.
09:30 - 10:30	“Factores potenciadores de la resiliencia individual y colectiva“ **Alicia Alvarez** | UTCCB - Directora Asistencial y de Investigación
10:30 - 11:30	“Los primeros auxilios psicológicos como potenciadores de la resiliencia“ **Ingeborg Porcar Becker** | UTCCB - Directora técnica
11:30 - 12:00	Atsedena
12:00 - 13:00	Exposición de los miniretos elaborados durante el curso
13:00 - 13:30	Itxiera **Alicia Alvarez** | UTCCB - Directora Asistencial y de Investigación

Zuzendaritza

Alicia Alvarez

Unitat de Trauma, Crisis i Conflictes de Barcelona

Doctora en Psicología clínica y especializada en emergencias, catástrofes y urgencias, así como en TEPT y trauma. Cuenta con 11 años de experiencia tanto en la práctica clínica como en la gestión de respuestas a crisis. Actualmente es la directora asistencial y de investigación de la UTCCB de la UAB y compagina este cargo con su labor como profesora en diferentes universidades como la Universitat de Barcelona, la Universitat Politècnica de Barcelona, la Universitat Oberta de Catalunya y la Harvard Medical School de Boston.

Irakasleak

Ingeborg Porcar Becker

UTCCB- Universidad Autónoma de Barcelona, Directora técnica

Doctora en psicología de las organizaciones, acreditada en Psicología Clínica y Gestión de Crisis, Profesora Asociada de la UAB, Fundadora y Directora de la UTCCB, Centro de Trauma, Crisis y Conflictos de la Facultad de Psicología de la UAB.

Matrikula prezioak

ONLINE ZUZENEAN	2022-06-27 ARTE
Orokorra	110,00 EUR
Matrikula murriztua orokorra	94,00 EUR
Matrikula exentzioa	77,00 EUR
Osasuna, pertsonekiko konpromisoa	27,50 EUR
Gipuzkoa / Bizkaia eta Arabako Psikologoen Elkargo Ofiziala	94,00 EUR
OSAKIDETZAKO GONBIDATUAK	0 EUR

Kokalekua

Online zuzenean (ZOOM)

Online zuzenean (ZOOM)