



Primeros Auxilios Psicológicos y resiliencia en tiempos de crisis (2ª ed)



Lehen Sorospen Psikologikoak (LSP) nola, non eta noiz aplikatu behar diren jakitea.

Abu. 28 - Abu. 30 2023

Kod. P04-23

Mod.:

Online zuzenean

Edizioa

2023

Jarduera mota

Uda Ikastaroa

Data

Abu. 28 - Abu. 30 2023

Kokalekua

Online zuzenean (ZOOM)

Hizkuntzak

Gaztelera

Balio akademikoa

30 ordu

Antolakuntza Batzordea



Azalpena

Lehen Sorospen Psikologikoak (LSP) ebidentzia zientifikoetan oinarritutako teknika-multzo bat dira, pertsonen, taldeen eta komunitateen erresilientzia indartzera bideratuak. Estresaren sintomak murriztea eta gertaera traumatiko baten ondoren sendatze osasungarria lortzen laguntzea dira haren helburuak, hala nola hondamendi naturala, osasun publikoko larrialdi bat edo krisi pertsonal bat. Horrelako egoeren inpaktu emozionala ez da beti zauri fisikoena bezain agerikoa, baina horiek baino mingarriagoa izan daiteke. Erresilientzia, era berean, pertsonen eta komunitateen egoera potentzialki traumatiko batetik errekuiperatzeko duten gaitasuna da, aurre egiteko baliabideak zabalduz, norberaren nortasuna eta erreazio-gaitasuna indartuko dituen ikaskuntza sortuz eta ondoez ondorioz edo kronifikazioz gabe. Bi kontzeptuak ez dira berriak, baina orain arte psikologiaren ezagutza espezifikoaren eremuan mantendu dira. Hala ere, Covid19k eragindako pandemiari lotutako krisi sanitario, ekonomiko eta sozialak kudeaketa emozionalerako eta egoera zailei aurre egiteko trebetasunak argitalpen askoren fokuan jarri ditu. Alde batetik, dibulgazio horrek asko laguntzen du osasun mental on baten garrantziaz sentsibilizatzen, autoezagutzako eta zaintza emozionaleko jardueretarako espazioak irekiz. Baina, bestetik, azken aldian partekatu den informazio guztiak ez du behar adinako zehaztasuna eta zorrotasuna benetan pertsonentzat baliagarri izateko.

Uda ikastaro hau psikologia, medikuntza, erizaintza edo osasun publikoko oinarritzko ezagutzak dituzten pertsonentzat diseinatu da. Ebidentzian oinarritutako ikuspegi zabala eskaini nahi du, gure bizitza pertsonalean eta profesionalean zehar aurre egin behar diogun edozein ekitaldi kritikori hobeto aurre egiten nola lagun diezaiokegun geure buruari, maite ditugun pertsonen eta lan egiten dugun pertsonen. Uda Ikastaroak horrelako egoeretan zer egin eta zer ez egin azaltzen du, eta arrisku-faktoreei eta horietan esku hartzen duten babes-faktoreei buruzko ikuspegi praktikoa eskaintzen du. Azkenik, norberaren zaintzako jardueri buruz sentsibilizatzea, bai arlo pertsonalean beharrezkoak direnei buruz, bai eremu profesionalean beharrezkoak direnei buruz.

Helburuak

Egoera kritikoek pertsonengan, familiengan, taldeetan eta komunitateetan duten eraginaren ezaugarriak ezagutzea.

Lehen Sorospen Psikologikoak nola, non eta noiz aplikatu behar diren jakitea.

Lehen Sorospen Psikologikoak eragindako pertsonen erresilientzia nola indartzen duten ulertzea.

Esku hartzen duten pertsonen auto-zaintzako praktikak krisiari aurre egiteko funtsezko alderdi gisa txertatzea.

Antolakuntza



Lankidetzak



OSASUN SAILA
DEPARTAMENTO DE SALUD



Programa

2023-08-28

09:00 - 09:15	Registro
09:15 - 09:25	Jardueraren zuzendaritzaren aurkezpena Alicia Alvarez UTCCB - Directora Asistencial y de Investigación
09:25 - 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

2023-08-29

09:15 - 09:45	Repaso de conceptos más importantes tratados el día anterior y resolución de dudas
09:45 - 10:45	“Factores protectores y de riesgo ante los eventos críticos” Ingeborg Porcar Becker UTCCB - Directora técnica
10:45 - 11:30	“La resiliencia - ¿qué es y de qué depende?” Ingeborg Porcar Becker UTCCB - Directora técnica
11:30 - 12:00	Atsedena
12:00 - 13:00	“Factores potenciadores de la resiliencia individual y colectiva” Alicia Alvarez UTCCB - Directora Asistencial y de Investigación
13:00 - 13:45	“Los Primeros Auxilios Psicológicos como potenciadores de la resiliencia” Alicia Alvarez UTCCB - Directora Asistencial y de Investigación

13:45 - 14:00 Sintesia

2023-08-30

09:30 - 09:45 Repaso de conceptos más importantes tratados el día anterior y resolución de dudas

09:45 - 10:45 “El seguimiento preventivo como abordaje individual de las crisis”

Ingeborg Porcar Becker | UTCCB - Directora técnica

10:45 - 11:30 “El seguimiento preventivo como abordaje comunitario de las crisis”

Alicia Alvarez | UTCCB - Directora Asistencial y de Investigación

11:30 - 12:00 Atsedena

12:00 - 13:45 Exposición de los mini retos elaborados durante el curso

13:45 - 14:00 Itxiera

Alicia Alvarez | UTCCB - Directora Asistencial y de Investigación

Zuzendaritza



Alicia Alvarez

Unitat de Trauma, Crisis i Conflictes de Barcelona

Doctora en Psicologia 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 Aut3noma de Barcelona, Directora t3cnica

Doctora en psicolog3a de las organizaciones, acreditada en Psicolog3a Cl3nica y Gesti3n de Crisis, Profesora Asociada de la UAB, Fundadora y Directora de la UTCCB, Centro de Trauma, Crisis y Conflictos de la Facultad de Psicolog3a de la UAB.

Matrikula prezioak

ONLINE ZUZENEAN	2023-05-31 ARTE	2023-07-28 ARTE	2023-08-28 ARTE
Gazte tarifa	25,00 EUR	-	81,00 EUR
Gipuzkoa / Bizkaia eta Arabako Psikologoek Elkargo Ofiziala	-	98,00 EUR	-
Orokorra	-	-	116,00 EUR
Matrikula murriztua orokorra	-	-	98,00 EUR
Matrikula exentzioa	-	-	81,00 EUR
Ikastaroak guztiontzat	-	-	98,00 EUR

Kokalekua

Online zuzenean (ZOOM)

Online zuzenean (ZOOM)