

Primeros auxilios psicológicos en las Instituciones de Educación Superior



Tipo de oferta educativa: Taller
Modalidad: En línea

Descripción:

El taller está diseñado para que las personas participantes conozcan estrategias que se emplean para brindar Primeros auxilios psicológicos en ambientes escolares, lo que les permitirá:

- a) Implementar técnicas básicas de primeros auxilios psicológicos para restaurar de manera inmediata el equilibrio emocional de las personas que lo requieran.
- b) Identificar indicadores de trastornos psicopatológicos más comunes (depresión, angustia, ideación suicida, trastorno de estrés postraumático, estrés agudo y brotes psicóticos), para su derivación oportuna a los servicios especializados de salud mental.
- c) Implementar estrategias de autocuidado para evitar el síndrome de burnout.

Contenido temático:

1. Las habilidades socioemocionales de las y los estudiantes de Educación Superior

- ¿Qué son las habilidades socioemocionales?
- Habilidades socioemocionales básicas, avanzadas y de planificación.
- Habilidades relacionadas con los sentimientos, alternativas a la agresión.
- Estrategias de afrontamiento al estrés.
- Influencia de los estados emocionales en el rendimiento escolar.

2. Primeros auxilios psicológicos en las Instituciones de Educación Superior

- Las IES y su corresponsabilidad para la protección del bienestar físico mental y social de sus estudiantes.
- Reacciones normales ante situaciones anormales en los estudiantes.
 - Ansiedad
 - Depresión
 - Estrés postraumático
 - Riesgo suicida
- Diferencia entre los primeros auxilios psicológicos y la intervención en crisis.

3. Estrategias de Intervención

- Primeros auxilios psicológicos y ejercicios fundamentales
 - Estrategias de escucha activa
 - Relajación de Jacobson
 - Respiración diafragmática,
 - Técnicas de distensión corporal
 - Técnicas de reactivación fisiológica

4. Descarga emocional y autocuidado del personal educativo

- *Debriefing* y *defusing*, dos estrategias de contención.

Primeros auxilios psicológicos en las Instituciones de Educación Superior



Tipo de oferta educativa: Taller
Modalidad: En línea

Duración:

El taller tiene una duración 10 horas, distribuidas en cinco sesiones de videoconferencia, con duración de 2 horas cada una.

Las sesiones de trabajo se desarrollan en el sistema de videoconferencias de Zoom o Meet y es indispensable la asistencia.

Requisitos de participación:

- Ser personal académico frente a grupo o tutor en instituciones educativas.
- Disponibilidad para asistir a las sesiones síncronas programadas.
- Manejo básico de las Tecnologías de la Información, Comunicación, Conocimiento y Aprendizaje Digitales.
- Contar con equipo de cómputo con conexión a internet.

Acreditación: para obtener la constancia del taller es indispensable la permanencia en las sesiones y asistir al menos al 80% de ellas, así como la entrega de la evidencia final.

Fechas de impartición:

Fecha de inicio: 26 de mayo de 2025.

Fecha de conclusión: 30 de mayo de 2025.

Cuota de recuperación:

Afiliadas: \$1,040.00 M.N. (importe neto)

No afiliadas: \$1,300.00 M.N. (importe neto)

5 sesiones síncronas

Fechas: 26, 27, 28, 29 y 30 de mayo.
Horario: 9:00 a 11:00 horas (tiempo CDMX).

Las sesiones síncronas son impartidas en tiempo real y no se graban.

Para mayor información:



dcadena@anuies.mx



55-81-84-34-58