

INTERVENCIÓN EN CRISIS (1° INSTANCIA)  
PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS

METAS	PRINCIPAL
	Restablecer el enfrentamiento inmediato:
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dar pasos hacia el enfrentamiento</li> <li>- Control de los sentimientos</li> <li>- Comenzar el proceso de solución de problemas</li> </ul>
	SUBMETAS
	1. Proporcionar apoyo
	2. Reducir la mortalidad
3. Enlace con fuentes de asistencia	

I. DATOS DE FILIACIÓN

1. Nombres y apellidos:
2. Edad:
3. Grado de instrucción:
4. Ocupación:
5. Fecha de nacimiento:
6. Acompañante (parentesco):
7. Teléfono de contacto:
8. Examinador:

II. CONTACTO PSICOLÓGICO (Escuchar de modo empático)

Objetivos	Acciones
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reducir el dolor de estar solo frente a una crisis</li> <li>- Reorientar la energía a hacer algo sobre la situación</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Invitar al paciente a hablar</li> <li>2. Escuchar de modo empático</li> <li>3. Utilizar lineamientos reflexivos</li> <li>4. Respuesta tranquila y controlada</li> </ol>

Observación: ¿Cómo visualiza la situación y cómo se comunica?

Marcar concomitante afectivo: (Respuesta tranquila y controlada, no quedar atrapado)

ANSIEDAD	CRISIS AMARILLA	
IRA	CRISIS ROJA	
DEPRESIÓN	CRISIS NEGRA	

### III. EXAMINAR DIMENSIONES DEL PROBLEMA

PASADO INMEDIATO	PRESENTE	FUTURO INMEDIATO
Incidente que precipitó la crisis:	Indagación ¿quién, qué, dónde, cuándo, cómo?	Decisiones inminentes: hoy, fin de semana, próximos días
Funcionamiento CASIC : fortalezas/debilidades	Funcionamiento CASIC: fortalezas/debilidades, ¿cómo se siente ahora?	
¿Por qué no pudo enfrentarse a la crisis ahora?	Recursos personales y sociales:	

Jerarquizar:

NECESIDADES INMEDIATAS	
NECESIDADES POSTERIORES	

#### IV. ANÁLISIS DE POSIBLES SOLUCIONES

- ¿Qué es lo que ha intentado hasta ahora?
  
- Analizar qué puede hacer ahora y proponer nuevas alternativas (lluvia de ideas):

Necesidades inmediatas	Soluciones	Obstáculos
1.	1. 2.	
2.	1. 2.	
3.	1. 2.	

TAREAS:

IMPORTANTE: Adiestrar al paciente de que aún existen posibles soluciones, ¿qué pasaría si intentaras esto?

V. EJECUCIÓN DE LA ACCIÓN CONCRETA (marcar)

EVALUAR	PROCEDE	¿QUÉ HACEMOS?
1. Mortalidad baja 2. Es capaz de actuar en su propio beneficio	ACTITUD FACILITADORA “Hablamos”, “tú actúas”	1. Escucha activa 2. Consejos

EVALUAR	PROCEDE	¿QUÉ HACEMOS?
1. Mortalidad alta 2. No es capaz de actuar en su propio beneficio	ACTITUD DIRECTIVA “Hablamos”, “yo puedo actuar en tu beneficio”	1. Movilización de recursos (familia, comunidad) 2. Control de la situación

VI. SEGUIMIENTO

Procedimiento:

\*Si se han resuelto las necesidades inmediatas continuar con la siguiente fase, si no se han resuelto regresar a la examinación de las dimensiones del problema y continuar.