

PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS (PAP)



Intervención en Crisis de 1er orden o 1ra Ayuda Psicológica

¿QUÉ SON?

“Una ayuda breve e inmediata de apoyo y rescate a la persona para reestablecer su estabilidad emocional”

PRINCIPIOS BÁSICOS EN LOS PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS:

ACTUACIÓN



QUÉ DECIR EN LUGAR DE «NO LLORES»

- Está bien estar triste
- Aquí estoy contigo
- Cuéntame acerca de eso
- Te escucho
- Aquí estoy para ti
- Entiendo si no puedes hablar de esto por el momento, estaré aquí para cuando te sientas listo/a.
- Deja que todo eso salga.

NOTA:

Si la persona que pretende auxiliar, por alguna razón o circunstancia de vida no se siente apta para brindar los PAP es importante reconocerlo y decir -"no puedo hacerlo ahora mismo" , cabe resaltar que es intervención en crisis, no intervención con crisis.

