PROTOCOLO DE CONTENCIÓN EMOCIONAL

Durante la pandemia, algunos hogares de nuestros estudiantes se vieron enfrentados a cuadros de desregulación emocional relacionados con la incertidumbre que produjo la emergencia sanitaria. La ansiedad y el estrés afectaron de diversas maneras a toda la comunidad educativa y sus familias incluyendo a niños y niñas. Por lo expuesto anteriormente se hace necesario implementar estrategias de atención que permita proporcionar a la comunidad educativa, contención emocional individual y directa a los estudiantes del Colegio Siglo XXI y a los funcionarios de nuestro establecimiento.

Este protocolo tiene como fin ejecutar atención personalizada en este retorno presencial y en caso de volver al confinamiento ejecutar atención remota para ofrecer apoyo emocional continuo, que funcione durante la semana, de fácil acceso y ejecutado por personal profesional. Esto podrá garantizar una atención de calidad, confiable y de carácter confidencial, que además se efectuará por intermedio de plataformas tecnológicas virtuales para cumplir con el distanciamiento social.

El establecimiento cuenta con un Departamento de Convivencia Escolar compuesto por un equipo de profesionales que estarán a cargo de realizar esta labor.

- Sr. Juan Claudio Cuenca Contreras, Encargado de Convivencia Escolar.
- Sra. Mónica Pérez Larrondo, Psicóloga de Convivencia Escolar.
- Sra. María Paz Barroso Sanzana, Asistente Social de Convivencia Escolar.

Definiciones Conceptuales

a) *Buen trato*: corresponde a toda forma de relación basada en una profunda convicción de respeto y valoración hacia la dignidad del otro u otra. Se pone al centro la promoción del bienestar físico, emocional y psicológico, la satisfacción de las necesidades y desarrollo de potencialidades de los y las estudiantes. El buen trato se traduce en establecer relaciones respetuosas, afectivas, empáticas y seguras, que considera un ambiente promotor del desarrollo y bienestar.

b) Contención emocional: La contención emocional se entiende como, el sostener las emociones de los niños y jóvenes a través del acompañamiento, ofreciendo vías adecuadas para la expresión de los sentimientos, dependiendo del contexto y la aceptación del alumno en el momento dado.

c) Regulación emocional: “Es la capacidad para manejar las emociones de forma apropiada. Supone tomar conciencia de la relación entre emoción, cognición y comportamiento; tener buenas estrategias de afrontamientos; capacidad para autogenerar emociones positivas”. (Bisquerra, R.)

d) Crisis: Se define como el momento en el cual una persona experimenta una gran desorganización emocional (o desequilibrio), acompañada de perturbación y trastorno en lasestrategias de enfrentamiento y resolución de problemas. Este estado está limitado en el tiempo y en la mayoría de los casos se manifiesta por un suceso que lo precipita (Slaikeu, 1984).

e) *Situación crítica*: circunstancia que afecta el estado emocional de el/la estudiante, desencadenando un desequilibro en sus capacidades habituales para hacer frente a situaciones de estrés, pudiendo generar un desajuste emocional y/o conductual de intensidad variable. Una situaciónse torna crítica para una persona en virtud del significado que ésta le atribuye a lo ocurrido, demanera que los mismos eventos pueden desencadenar un desajuste conductual y/o emocionalen algunas personas y en otra no, acorde con sus experiencias de vida personales y los elementos contextuales presentes.

e) *Desajuste emocional y/o conductual:* es un episodio de duración variable en que el/la estudiante pierde, en forma total o parcial, su capacidad habitual de control sobre sí mismo, producto del que genera una situación vivenciada como crítica. En este estado se puede ver afectado el ámbito emocional, ideacional, conductual y/o relacional.

f) *Agitación psicomotora*: es un estado de marcada excitación mental acompañado de un aumento inadecuado de la actividad motora, en grado variable, desde una mínima inquietud hasta movimientos descoordinados sin un fin determinado que presenta una persona con o sin enfermedad mental.

PROTOCOLO DE CONTENCIÓN Y REGULACIÓN EMOCIONAL PRESENCIAL

I. Contención y Regulación Emocional

La contención emocional es la primera y fundamental estrategia para el abordaje de las situacionesde desajuste emocional y/o conductual independiente de su intensidad. Su aplicación debe realizarse durante todo el tiempo en que el desajuste esté presente. Una vez generada la acogiday el acompañamiento inicial, se procede a la regulación emocional; estrategia que busca modular,controlar o canalizar las emociones para lograr una conducta adaptativa al ambiente.

Mediante este procedimiento, consistente en brindar soporte afectivo y desarrollar estrategias deregulación (ej.: respiración, resignificación, búsqueda de soluciones, etc.), se busca otorgar calmay facilitar la regulación del/la estudiante, mediante una comunicación verbal y no verbal basada en el buen trato, y que module la intensidad del desajuste emocional y/o conductual. Su objetivo es:

1. Co-construir comprensiva y empáticamente con el/la estudiante la situación que lo aqueja.
2. Informar a el/la estudiante acerca del carácter transitorio de la crisis que sufre.
3. Negociar soluciones en base a las alternativas propuestas por el/la estudiante.
4. Evitar el escalamiento en la situación de crisis, promoviendo la disminución en la progresiónde la hostilidad y agresividad.
5. Recordar a el/la estudiante, de forma cercana, respetuosa y contenedora, sobre las acciones que sepodrían implementar para su protección, en caso de escalamiento de la situación.
6. Potenciar la autorregulación emocional y el autocontrol.

a) Cuando Aplicarla:

Debe ser la primera respuesta a desarrollar, cuando un/una estudiante presenta un desajuste conductualy/o emocional sea moderado o significativo.

Los/las estudiantes deben ser informados sobre la posibilidad de contar con este apoyo al inicio de su jornada, de manera de que puedan solicitarla en caso de requerirla, o bien, tengan conocimientode este soporte, en caso de que sea necesario desarrollarla.

b) Quién debe aplicarla:

La contención emocional debe ser realizada por el docente o cualquier miembro del equipo de ciclo que perciba el desajuste emocional y/o conductual. El adulto que realice este abordaje debe encontrarse en un estado emocional que le permita abordar la situación sin generar efectos negativos en el desarrollo de ésta. Si no se encuentra preparado para aquello, debe acudir de inmediato a otro adulto quien pueda realizar la contención. (De preferencia la Psicóloga o bien el/la Encargado de Convivencia).

*Nunca debe ser realizada por alguna persona con quien el/la estudiante esté en conflicto.

c) Procedimientos de la técnica:

1. Observar permanentemente señales sobre el estado emocional de el/la estudiante y de quien interviene, como el tono de voz, tensión muscular, agitación motora y su intensidad.

2. Acercarse a el/la estudiante de modo calmado y empático (respetuoso y atento a sus necesidades),sin emitir juicios de valor sobre la situación de el/la estudiante. Esta actitud se debe mantener durante todo el procedimiento.

3. Se debe mantener una actitud afectuosa y que permita la expresión de las emociones del estudiante, donde la empatía es fundamental, sin juzgar las emociones que siente el estudiante, ni tampoco regañar o aludir a que se opaque la emoción con palabras como “nollores”, “cálmate por favor”, si no, validando la emoción que siente el estudiante y empatizando con aquello, frases que podrían ayudar “está bien que sientas enojo”, “está bien que la pena aparezca de un momento a otro”, etc. Además de ponerse al nivel del alumno, si este está el piso por ejemplo, agacharse hasta donde se encuentra, procurandoque nos vea y sienta que estamos con él.

4. Acoger y acompañar a el/la estudiante en la situación que está vivenciando. La acogida puede darse respetando el silencio de el/la estudiante, y siempre considerando su opinión sobre cómo prefiere que se realice.

5. Promover el diálogo como la vía más adecuada para resolver los problemas, escuchando lo que dice el/la estudiante, facilitando que pueda verbalizar y elaborar lo que le sucede y respetar si no desea conversar.

6. Resguardar el derecho a la intimidad de el/la estudiante, cuidando un ambiente social tranquilo donde realizar esta contención, donde no se exponga a pares y haya un ambiente físico seguro. Por ejemplo en el caso de que el desajuste ocurra dentro de la sala de clases, es necesario sacar a el/la estudiante fuera, para brindar la contención o llevarlo a un lugar donde sienta seguro para poder dialogar o expresar sus emociones, respetando en todos los casos los protocolos sanitarios.

7. Una vez que el estudiante logra calmarse a través de la contención, la escucha y la empatía, se debe procurar visualizar lo que gatilló la situación, no indagar o intentar sacarle información si el estudiante no quiere hablar, estar en silencio respetando lo que siente el estudiante, también es contener y acompañar.

8. Quien realice la contención debe evitar ser percibido como amenazante, evitando discutir y emitir juicios de valor.

9. Construir alternativas de acción para superar la situación junto con el/la estudiante, de modo que le hagan sentido para tranquilizarse. (Ej.: llevarlo al baño a tomar agua o dar una vuelta por el patio).

10. Proveer de información y proponer una forma de actuación o resolución de la situación, persuadir, otorgar recomendaciones, sin dejar de validar sus emociones.

11. Comprobar la efectividad de la contención emocional. De ser necesario pedir ayuda o relevo -sin alterar a el/la estudiante- a otro miembro del equipo.

12. Una vez que se logra la contención emocional y el/la estudiante se calma, ayudarlo/a a integrar la experiencia, sacar conclusiones sobre el actuar, aprender alternativas positivas de acción frente a futuros desajustes emocionales. (Esta acción se debe realizar en un tiempo prudente, el mismo día con un tiempo de latencia posterior a la regulación emocional y conductual, debiendo ser realizada por el funcionario con mayor vínculo).

13. Una vez que logre la calma, se debe intentar ayudarlo/a a cambiar el foco de atención. Se sugiere proponer al/la estudiante la posibilidad de realizar otra actividad para distraer su atención, tales como: respirar, ir a tomar agua, ir a dar una vuelta al patio, etc, teniendo la precaución de que regrese a la sala y se mantenga acompañado de un adulto.

14. Una vez que la situación se haya calmado, es importante reflexionar con el niño, intentandoque este pueda identificar sus emociones, si es que hubo consecuencias con otros compañeros, y ver qué medidas se tomarán en cuanto a aquello.

15. El/la profesor(a) debe acompañar a el/la estudiante que presenciaron la situación de uno/a de sus compañeros/as generando acciones de apoyo y/o contención y regulación emocional hacia el grupo para prevenir que se desencadenen nuevas situaciones de crisis, en el caso de que la desregulación del/la estudiante haya provocado desajuste en el bienestar de otros.

16. En todos los casos, los padres y apoderados del/la estudiante en cuestión, deberán ser informados vía telefónica y mediante correo electrónico de la situación una vez atendida. Asimismo, el evento deberá ser registrado en la ficha correspondiente.

17. En caso de no ser factible lograr la contención y regulación emocional necesarias para la reincorporación del/la estudiante a la rutina escolar, se procederá a llamar telefónicamentea los padres y apoderados para solicitarles acudan a buscarlo al establecimiento educativo.

18. Finalmente, se analizará y evaluará la gravedad de la situación ocurrida para definir los procedimientos formativos y disciplinarios que correspondan, de acuerdo a lo contenido en el manual de convivencia escolar.

19. En caso de no lograr la contención emocional de el/la estudiante, se sugerirá al/la apoderado/a realice un ***acompañamiento responsable*** en el establecimiento asistiendo en un horario pactado con él/ella, en los recreos (no en sala), asumiendo una postura de observación directa para que apoye en el proceso de regulación y así lograr que la adaptación de el/la estudiante se logre.

II. Soporte ambiental

El soporte ambiental es una medida a utilizar en complemento a la contención y regulación emocional, cuando es necesario reducir o limitar los estímulos ambientales que pueden aumentar y/o intensificar la escalada del desajuste emocional y/o conductual de el/la estudiante. En todos los casos, implica los mismos pasos a desarrollar previamente referidos.

a) Definición:

El soporte ambiental busca favorecer un ambiente y entorno que inhiba el escalamiento de la conducta presentada. Se deben considerar modificaciones relativas a presencia/ausencia de personas, objetos, situaciones y/o disposición espacial que pudiesen perpetuar o incrementar la situación de desajuste.

b) Cuándo aplicarla:

Estas medidas deben ser aplicadas en todas aquellas situaciones donde interfieren factores ambientales que mantienen o intensifican el desajuste y generan un riesgo de daño para los/las estudiantes y/o para quienes se encuentran presentes en dicha situación.

*En estos casos, el soporte ambiental complementa las acciones de contención emocional, al darse cuenta que la situación de desajuste no ha sido controlada y/o puede seguir escalando, requiriéndose reforzar las acciones con modificaciones ambientales.

c) Quién debe aplicarla

Además del adulto referente que está conteniendo emocionalmente, puede sumarse un segundo miembro del equipo de ciclo (de preferencia psicólogo/a o encargado de convivencia escolar), o bien ser este último quien aborde de la situación en su totalidad, para realizar las acciones ambientales que eviten que el/la mismo estudiante u otras personas pudieran resultar dañados física o emocionalmente.

*Este procedimiento nunca debe ser realizado por alguna persona con quien el/la estudiante esté en conflicto.

d) Procedimientos de la técnica:

Conjuntamente con el soporte emocional, las medidas ambientales hacen alusión a generar cambio espacial, de modo de reducir los estímulos perturbadores, infundir confianza y promover la realización de actividades alternativas que tienen como objetivo aplacar la situación de crisis.

La contención ambiental puede ser realizada de dos formas:

1. *Soporte ambiental en mismo lugar de contención emocional:*

   La persona del equipo que se suma, tiene la tarea de realizar las modificaciones ambientales necesarias donde se está realizando la contención. Esto implica:

   - Retirar los estímulos que se asocian con la crisis, tales como: persona - compañero/a – miembro del equipo – juguete – ruidos excesivos u otros.

   - Retirar elementos que pueden implicar riesgo físico de daño para el/la estudiante o quien acompaña. Por ejemplo, retirar objetos corto punzantes, elementos que pudiesen usarse como proyectiles u otros que pueden causar daños a sí mismo y/o a terceros.

2. *Soporte ambiental en otro lugar*

   Se debe evaluar trasladar a el/la estudiante a un ambiente diferente cuando mantenerlo/la en el mismo espacio ya no es favorable para la superación de la crisis. En el contexto de Pandemia, este lugar debe ser un lugar abierto (ej.: patio), que posibilite la atención de el/la estudiante, respetando los protocolos sanitarios. El traslado debe realizarse debido a que:

   - El ambiente ya no es seguro,
   - Existe mucha estimulación sensorial (muy ruidoso, con mucha luz, con muchas personas, etc.),
   - El/la estudiante lo solicita,
   - Otros.

Para trasladar el /la estudiante a un ambiente diferente debe:

a) Asegurarse que el espacio al que será trasladado posibilite brindar un espacio de acogida y contención, al mismo tiempo que cumpla con las medidas sanitarias exigidas por el contextode Pandemia
b) El paso de un ambiente a otro debe ser informado a el/la estudiante como una alternativa mejor para superar la crisis y/o continuar la contención emocional. Nunca el traslado de un lugar a otro debe ser presentado o vivenciado como un castigo ni realizado con uso de fuerza física.
c) El traslado debe ser acompañado por el adulto significativo de referencia.
d) En el nuevo espacio, se continúa con las acciones para promover el término de la situación crítica, consensuando alternativas de solución. Se puede posibilitar también la realización de actividades con sentido para el/la estudiante, que sean relajantes y disminuyan la respuesta desajustada.

PROTOCOLO DE CONTENCIÓN Y REGULACIÓN EMOCIONAL ONLINE

- En el caso de que los padres y/o apoderados soliciten apoyo socioemocional para sus hijos debido a problemáticas y sintomatología asociada a secuelas de la Pandemia.

- Cuando algún miembro de la comunidad educativa identifique la necesidad de contención, caso en que éste deberá informar a los padres sobre el apoyo disponible, recomendando que lo soliciten escribiendo al correo: contencion@colegiosiglo21.cl

Etapas

1. Se socializa a la comunidad educativa el correo electrónico para que los padres y/o apoderados soliciten atención remota al departamento de Convivencia Escolar contencion@colegiosiglo21.cl. Este correo lo administra dicho departamento para resguardar la confidencialidad.

2. Luego de recibir el correo electrónico en que la familia manifiesta el interés por recibir apoyo socioemocional, el equipo de convivencia contacta telefónicamente a la persona que está solicitando la atención y se recaban antecedentes generales de la problemática que vivencia el estudiante en su contexto.

3. Se explicita la modalidad de trabajo que podrá ser por correo electrónico, video llamada, llamada telefónica, mensaje de audio u otra, facilitando el contacto a las familias, ello según se acuerde. Una vez establecido el medio de comunicación, se definirá la fecha, horario de atención y con cuál profesional del equipo de convivencia tendrá el contacto.

4. La duración del proceso de contención emocional y el tiempo de cada sesión dependerá de la edad y problemática. (Se estima entre 1 y 4 sesiones una vez por semana con una duración entre 15 y 45 minutos).

5. El seguimiento y monitoreo se llevará a cabo una vez terminada la contención emocional y se realizará 15 días después de haber realizado el cierre de la último contacto o devolución de resultados. Se efectuará con la persona que solicitó el apoyo socioemocional u otro adulto responsable que forme parte de su grupo familiar.

6. Finalizado cada proceso de seguimiento y monitoreo se enviará un reporte técnico a Dirección.

Si durante la pesquisa se toma conocimiento de alguna situación de vulneración de derechos u otra que revista carácter de delito, se activará el protocolo correspondiente, realizando la denuncia y/o derivación que amerite.

FICHA DE REGISTRO PARA EL ABORDAJE DE SITUACIONES DE CONTENCIÓN Y REGULACIÓN EMOCIONAL

Esta ficha debe ser llenada por el/la profesional que asiste a el/la estudiante conforme al Ciclo correspondiente al estudiante. Debe ser archivada y guardada de manera on-line por el equipo de Convivencia Escolar.

IDENTIFICACIÓN PERSONAL	
Nombre Estudiante	
Edad del Estudiante	
Curso del Estudiante	
Fecha del episodio	
ANTECEDENTES RELEVANTES	
¿El estudiante es primera vez que presenta un episodio como este? Si la respuesta es no, se debe reportar las fechas anteriores que ha presentado estos episodios	
¿Cuál fue el contexto en que surgió la contención? Especifique brevemente asignatura, algún tema en particular que le pudiese haber afectado, etc.	
¿El estudiante presenta algún diagnóstico de salud mental? O algún antecedente médico que refleje alguna patología que pudiese afectar.	
Según su experiencia, al estudiante le costó volver a la calma, si cree que si, explique los motivos.	
Al momento de informar al apoderado, es necesario preguntar si es que existen problemáticas a nivel familiar que pudiesen estar afectando al estudiante y anotar brevemente lo que pudiese estar ocurriendo.	

ATENCIÓN DE FUNCIONARIOS DEL COLEGIO EN CASO DE DESREGULACIÓN EMOCIONAL-CONDUCTUAL.

En el caso de que los adultos puedan presentar grados de desregulación y desajuste emocional significativos que impidan presencialmente el ejercicio de sus funciones, será necesario considerar los siguientes aspectos en el procedimiento:

a) Comunicar anticipadamente a todo adulto funcionario del Colegio que participe del proceso de Retorno al Colegio, que en caso de percibir desajustes conductuales y/o emocionales significativos que incidan directamente en su desempeño e impidan el normal proceso del mismo, deberá señalar de manera inmediata la situación a su jefatura directa para proceder a su atención y reemplazo en caso de ser necesario.

b) Ante la comunicación del hecho por parte del funcionario a su Jefatura, esta última deberá proceder atendiendo a la dificultad y otorgando una pausa al adulto, de manera de que este último pueda realizar un alto en sus labores y en caso de ser necesario, ser reemplazado por otro funcionario.

c) El funcionario que presente el desajuste y/o desregulación, podrá conforme a su estado e intensidad del mismo, contar con el apoyo psicológico correspondiente o con la compañía de otro adulto responsable (cercano y de confianza), de manera de regular su estado emocional y retomar un estado de calma que le permita reestructurar su conducta y estado y en caso de ser posible, sus funciones.

d) El funcionario que presente un desajuste y/o desregulación menor, podrá contar con un espacio y tiempo personal de auto regulación y autogestión emocional, mediante el cual volver a la calma y reestructurar su estado. En caso de que esta acción no permita un ajuste suficiente a su estado inicial, deberá contar con el apoyo de un adulto responsable (cercano y de confianza) o bien por la psicóloga, recibiendo de ésta última las orientaciones necesarias.

e) Si el funcionario ha logrado reestablecer su estado y funcionamiento, entonces puede retomar sus actividades durante la jornada, poniendo en conocimiento de esta situación a su Jefatura directa.

f) En caso de que el funcionario no logre regular su estado anímico y/o ajustar su funcionamiento y conducta, pese a los apoyos solicitados, deberá cesar por ese día sus funciones, retirándose a su domicilio y solicitar ayuda médica.

Creado en Temuco, el 04 de abril de 2022 .