

## Protocolo de Actuación Frente a Situaciones de Contención y co-regulación Emocional



Equipo de Convivencia

Marzo, 2022 |

El presente protocolo, tiene como finalidad establecer un marco orientador de acciones para la contención emocional de los estudiantes de nuestro colegio ante situaciones de crisis y de desregulación emocional y conductual, que permita atender a tiempo sus necesidades emocionales-considerando el contexto, el marco relacional y la etapa del ciclo evolutivo de nuestros estudiantes- desde el soporte afectivo y estrategias de modulación emocional.

#### **Marco Conceptual:**

- **Evento Precipitante:** Podemos definirla como el estímulo, la experiencia y/o evento que es motivo de estrés psicológico y emocional, y que propicia la crisis emocional. Los eventos precipitantes pueden ser identificados tempranamente si dedicamos tiempo a leer las emociones de los niños y observamos sus conductas.
- **Crisis Emocional :**  
Estado de desorganización y desequilibrio, caracterizado por altos niveles de estrés y malestar. Dicha crisis se encuentra mediada por el contexto.
- **Contención Emocional y/o conductual:** Es un proceso que tiene por objetivo restablecer el equilibrio emocional de quienes se encuentran enfrentando una situación de crisis (Céspedes, 2020).
- **Ambiente de contención:** Son las condiciones del ambiente que en sí mismas ofrecen la posibilidad de la autorregulación.
- **Coregulación:** Proceso en compañía de otro, en el cual se despliegan estrategias para ayudar a integrar la experiencia emocional, modulando la identificación y expresión de emociones, pensamientos y comportamientos, a fin de establecer rutas para solucionar problemas, y restituir la sensación de calma y bienestar.

#### **Facilitador de la Contención**

La contención emocional, podrá ser facilitada por cualquier miembro adulto de la comunidad escolar, poniendo como principales actores al equipo de convivencia, cuerpo docente y equipo directivo, quienes deberán actuar de forma inmediata ante la presencia de la desregulación emocional y/o conductual, procurando que el adulto no sea percibido como una figura amenazante, ya que pudiera generar mayor estrés en el estudiante. El adulto disponible, debe realizar la primera acogida, solicitando apoyo directo a la psicóloga del ciclo correspondiente, a fin brindar la posibilidad de seguridad, contención y conexión del estudiante en un tiempo y espacio protegido.

El protocolo de contención y coregulación es activado cuando se identifica en el estudiante la crisis emocional desde la expresión afectiva y conductual.

***La experiencia de ser visto, cuidado y acogido, resonará en el niño, y permitirá el posterior desarrollo de la autoregulación.***

#### **Características de la contención emocional.**

- Trato respetuoso
- Escucha activa sin prejuicios
- Actitud Empática
- Disponibilidad emocional que facilite la expresión emocional.

### **Acciones que perjudican la contención emocional**

- Juzgar, minimizar, o invalidar el estado de vulnerabilidad del estudiante  
*“No llores, no pasa nada” “no es importante” “hay cosas peores por las que preocuparse” “yo te veo bien, no te enojas por tonteras”*
- Condicionar la disponibilidad en la contención  
*“Si no te calmas, te dejaré solo” “Vuelvo cuando te calmes”*
- Avergonzar al estudiante por su reacción  
*“Tus compañeros te están mirando, qué van a decir de ti” “Esto es una pataleta” “Comentar a terceros lo ocurrido frente al estudiante”*
- Aumentar el tono de voz bajo la creencia que pondrá más atención a nuestra presencia o a lo que decimos.
- Realizar promesas que no se van a cumplir.
- Insistir en establecer el diálogo cuando el estudiante manifiesta que no desea hacerlo. (la palabra no es el único medio de expresión)

### **Acciones que facilitan la contención emocional.**

- Equilibrar las emociones propias (adultos) para disponerse emocionalmente hacia el estudiante.  
*¿Puedo hacerme cargo?*
- Sostener la calma: el cerebro del niño se encuentra invadido por las emociones, demandarle que comprenda razones durante la contención, es una exigencia para su cerebro que podría aumentar su nivel de estrés.
- Actitud empática para comprender las necesidades y emociones del estudiante.  
*“A veces yo también me enojo, y no me siento bien”*
- Ofrece compañía, respeta su voluntad, y dedícale tiempo de escucha.  
*“Me gustaría acompañarte, estaré aquí para lo que necesites”*
- Realizar acciones que le permitan sentirse protegido y cuidado.  
Establecer algún tipo de contacto ocular o físico que lo haga sentir cómodo.

### **Procedimientos ante episodio de desborde emocional y/o conductual**

#### **Inicio de Contención:**

1. Observa las señales: conducta agitada/ inhibición, intensidad emocional, tensión corporal, pérdida de vitalidad, prolongación del malestar, entre otros.
2. Resguarda la integridad física del estudiante que esté presentando el desajuste emocional y/o conductual, y la de otros miembros de la comunidad escolar, retirarlo de estímulos

asociados a la crisis y de elementos que puedan implicar el riesgo de daño físico. Si el estudiante se autoagrede, contener físicamente de forma sensible y respetuosa sin utilización de la fuerza (comunicar al estudiante que hará la contención física: abrazarlo desde la espalda, cruzar brazos y entrelazar dedos. Regular la presión para que esta sea percibida como segura y no violenta). Si se observan conductas autolesivas y/o lesiones evaluar la complejidad para solicitar apoyo de enfermería y/o apoyo asistencial a servicios de urgencia.

### **Criterios para traslado al servicio de urgencias**

Se entenderá por servicio de urgencia, aquella dependencia pública y/o privada que preste atención inmediata y especializada ante una condición física y/o psíquica que implique un riesgo grave y/o vital para la integridad del estudiante.

- Autolisis
- Panificación e intento suicida identificable
- Intoxicación con fármacos
- Intoxicación por drogas y/o alcohol
- Pensamiento, lenguaje y comportamiento desorganizado y sin sentido
- Alucinaciones e ideas delirantes
- Conductas agresivas de enajenación mental, que pudieran ser manifestación de patología de salud mental.
- Crisis de pánico si excede el nivel de resolución
- Estupor e Inhibición Psicomotora. Paciente vigil, inmóvil o con escasos movimientos

### **Inicio de Coregulación:**

3. Dar la posibilidad de trasladar y acompañar al estudiante a un ambiente diferente al aula, que brinde la posibilidad de contención y tranquilidad, solicitando el apoyo directo a la psicóloga del ciclo correspondiente. Si el estudiante se niega a desplazarse del lugar en el que se encuentra, respetar su decisión, y reiterar posteriormente la posibilidad.
4. Estrategias de contención:

Ciclo Inicial y Primer ciclo	E. Media
<ul style="list-style-type: none"> <li>-Establece contacto visual.</li> <li>-Atender a sus necesidades y retirarlo de los estímulos que gatillaron el desborde.</li> <li>-Permitir la descarga física, asegurando su integridad física (ofrece algún movimiento físico).</li> <li>-Facilitar la consciencia del cuerpo (experiencia sensorial)</li> <li>-Propone Ejercicios de respiración y relajación.</li> <li>-Reflejar sus las emociones.</li> <li>-Ofrecer otros focos de atención y de acción.</li> <li>-Evalúa el inicio del diálogo comprensivo.</li> <li>-Indagar sobre el motivo que lo aqueja.</li> <li>-Intencionar la reflexión.</li> <li>-Buscar alternativas de resolución que le entreguen la sensación de seguridad.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Establece contacto visual.</li> <li>-Retirarlo de estímulos asociados a la crisis y/o riesgos.</li> <li>-Resguardar el espacio de intimidad para la contención del estudiante.</li> <li>-Ofrecer un espacio relacional de confianza, seguridad y tranquilidad.</li> <li>-Validar y comprender lo que están sintiendo desde la comunicación empática.</li> <li>-Aplicar estrategias para disminuir el malestar: ejercicios de respiración, movimiento, expresión y conversación.</li> <li>-Resignificar la experiencia vivida.</li> <li>-Co-construir alternativas de resolución y sostén que le permitan sentirse protegidos.</li> <li>-Instalar la esperanza</li> </ul>

5. Cuando se logre un estado de calma sostenido, Invitar a retomar las actividades para continuar con la jornada, siempre respetando el ritmo de sus necesidades.
6. Si existe un escalamiento de la intensidad del desborde, evaluar la posibilidad de anticipar el término de la jornada, el que deberá ser coordinado con equipo de convivencia escolar, directora de ciclo, y profesora jefe, para posteriormente solicitar al apoderado el retiro del estudiante.
7. Dejar registro de la contención realizada en la carpeta del estudiante, en dónde se debe señalar en detalle las estrategias utilizadas, las personas que participaron en el proceso de contención y coregulación, los espacios y tiempos utilizados, la coordinación con otras áreas y/o miembros del colegio. Dicho registro debe quedar archivado en la carpeta del estudiante.
8. Reporte al apoderado: Los padres, apoderados y/o cuidadores, deben ser informados sobre el episodio de desregulación, en un espacio privado y diferenciado del estudiante, resguardando siempre la confidencialidad y dignidad del estudiante. Se podrá acudir a los medios de comunicación formales establecidos por el colegio como agenda, espacio de entrevista, correo electrónico y/o contacto telefónico.

\*Es importante extinguir la práctica de reporte en puerta, para fomentar la sensación de respeto y seguridad en el estudiante

9. Seguimiento a cargo de psicóloga del ciclo, que de acuerdo a las necesidades evidenciadas podrá iniciar un proceso de acompañamiento escolar, con estrategias de apoyo a la familiar y al aula, e incluir la posibilidad de derivación a especialista su fuera necesario.
10. De continuar dichos episodios de desborde de forma progresiva en el tiempo y con aumento de la intensidad, evaluar nuevas medidas que propicien el bienestar y la protección socioemocional del estudiante, articuladas con la dirección de ciclo, la familia, el estudiante, otros profesionales intervinientes (PIE) y profesora jefe. Dichas medidas podrán ser el ajuste de jornada, pausas durante la jornada escolar, solicitud formal para adherencia a tratamiento de salud mental, y condiciones y compromisos excepcionales para la asistencia en aula.
11. De incurrir en faltas en la esfera relacional que impacten negativamente en la convivencia o que incurran en la trasgresión de las normas descritas en el manual de convivencia, evaluar la aplicación de este desde su función formativa.

### **Estrategias de abordaje para el grupo curso**

1. Si el desborde emocional del estudiante implica la posibilidad de daño físico (arrojar objetos, golpear mobiliario, Intencionar golpes a compañeros), solicitar desde una interacción positiva y calma a los estudiantes que tomen distancia física.
2. Solicitar apoyo de equipo de convivencia para abordaje inmediato en aula, que permita restablecer el clima de calma, y generar acciones de apoyo posteriores en Consejo de curso
3. Si el desborde irrumpe en el curso de una actividad en aula de manera explosiva -luego del traslado del estudiante afectado- explicar a los estudiantes el episodio con lectura desde la emoción sentida de forma colectiva, evitando emitir juicios que afecten la imagen del estudiante desde la estigmatización de su conducta, y que permitan significar la experiencia desde la empatía.

### **Estrategias de cuidado y fortalecimiento vincular**

Ante un episodio de crisis, es importante el cuidado del vínculo y restituir la seguridad del estudiante, por lo que generar condiciones en las que perciba un ambiente estable y un vínculo emocionalmente seguro de su figura de apego escolar, es esencial para que lo signifique como una experiencia positiva que responde a sus necesidades, y que le permita ampliar su ventana de tolerancia.

El trabajo sobre el vínculo se hará desde el goce y el juego, en ningún caso sobre la corrección, a fin de promover la conexión entre el estudiante y el educador. La experiencia vincular trae como beneficio un aula resiliente.

#### **Diada:**

Se sugiere un pool de actividades vinculares, que permitan el desarrollo de la sincronía afectiva, el reconocimiento y la experiencia de éxito. Estas serán planificadas de acuerdo a las necesidades del estudiante y el docente, y serán realizadas fuera del aula en compañía de la psicóloga del ciclo con previa autorización del apoderado.

#### **Aula:**

Se planificará una intervención en aula –sesiones a definir de acuerdo a las necesidades- que propicie la sensación de seguridad entre compañeros y educadores, y que permita promover el sentido colectivo de cooperación, empatía, pertenencia y co-regulación.

### **Consideraciones especiales**

- **Niños pertenecientes al equipo de inclusión:**
  - Cuando la crisis supera el manejo del/la profesor/a o quien esté haciendo la contención, se tomará contacto con el tratante vincular del equipo PIE, a fin de que este puede contribuir a la coregulación desde la características del estudiante.
  - Intencionar el contacto ocular y considerar tiempo de espera para que el estudiante pueda percibir una zona vincular segura, y así mismo reconocer a su tratante vincular.
  - Intencionar acciones de disminución de estrés:
    - Cambiar el foco de atención para disminuir su ansiedad
    - Retirarse del espacio donde se presentó el factor precipitante
    - Intencionar ejercicio de respiración
    - Proveer de estímulos sensoriales según el perfil sensorial del estudiante, que le permita modular o regular corporalmente diferentes estados y emociones. (balanceo, uso de objetos y texturas, aromas, sonidos, etc.)
    - Ofrecer espacios de gozo respecto de los intereses del estudiante

- Una vez exitosa la correulación Intencionar un diálogo sensible y formativo
- Si el estudiante no responde al vínculo, dar espacio siempre bajo acompañamiento para evitar conductas de riesgo.

○ **Hermanos/as en función contenedora dentro del contexto escolar:**

Sólo si el estudiante lo solicita explícitamente, y bajo la evaluación y coordinación con el encargado de convivencia, se podrá acudir a los hermanos como figuras contenedoras bajo las siguientes condiciones:

- No hay respuesta y co-regulación con los adultos vinculares ni con psicóloga de ciclo
- Reitera la necesidad de estar con hermana/o de forma persistente
- El hermano/a accede voluntariamente a contener al estudiante
- El retiro del aula no interfiere significativamente en la esfera del aprendizaje, su estado emocional y social.
- Se establece un tiempo de contención limitado, el que debe ser explicitado.
- El retorno al aula del hermano en función contenedora debe ser acompañado.
- Agradecer y valorar su acción.

○ **Contención de profesores:**

Si la contención realizada desregula emocional y psíquicamente mente al educador, con dificultades para volver a un estado de calma, interfiriendo en el retorno adecuado a sus funciones se sugiere:

- Establecer un tiempo fuera en coordinación con directora de ciclo
- Acompañar en la elaboración emocional
- Preparar el clima del aula apoyado desde convivencia para el retorno de funciones.
- Seguimiento

Equipo de Convivencia Escolar.