



Fundación Educativa
Santa Luisa de Marillac

PLAN SOCIOEMOCIONAL PARA RETORNO A CLASES PRESENCIALES 2021





PLAN SOCIOEMOCIONAL PARA RETORNO A CLASES PRESENCIALES

Frente a la situación de crisis sanitaria que afecto tanto a nuestro país como al mundo y dado que fue de forma inesperada, provoco cambios significativos en la percepción del mundo que los estudiantes tenían hasta ese momento.

Es por ello, que tras un largo tiempo de ausencia en el colegio y ante un retorno a clases presenciales en nuestro establecimiento, se requiere no sólo de la preparación en cuanto a las medidas sanitarias y de seguridad, sino que también se requiere el acompañamiento socioemocional para asistir a nuestros estudiantes en dicho momento o actuar de forma efectiva ante una desregularización o desajuste emocional.

El siguiente plan de retorno socioemocional está orientado en acompañar en el proceso de retorno a clases presenciales a nuestros estudiantes de la Fundación Educativa Santa Luisa de Marillac con la finalidad de generar espacios de contención y equilibrio socioemocional.

I. OBJETIVO GENERAL

- Generar espacios de acompañamiento para el bienestar socioemocional de los estudiantes de la Fundación educativa Santa Luisa de Marillac a partir de sus necesidades para el progresivo retorno a clases presenciales.

II. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Promover acciones para la contención y el equilibrio socio-emocional.
- Propiciar un sentido de resiliencia que favorezca el retorno seguro a la modalidad presencial.
- Generar los espacios y tiempos adecuados para socializar con los estudiantes.
- Generar acciones preventivas de cuidado de forma segura.

III. ACCIONES PROPUESTAS

OBJETIVOS ESPECÍFICOS	ACTIVIDADES	RESPONSABLE	RESULTADOS ESPERADOS	EVIDENCIA
Promover acciones para la contención y el equilibrio socio-emocional.	1. Se realizará y entregará una tarjeta con la oración y un chocolate de bienvenida de retorno presencial a clases.	- E.C.E - Asistentes de la educación.	100% de la comunidad educativa.	Tarjeta con oración.
	2. Se confeccionarán diarios murales con mensajes positivos propiciando el bienestar emocional.	- Asistentes de la educación	100% de la comunidad educativa.	Fotografías de diarios murales



	3.En la segunda semana de retorno a clases presenciales y 1 vez al mes se entregará tarjeta con mensaje motivador a la comunidad educativa.	-E.C.E -Asistentes de la educación.	100% de la comunidad educativa.	Tarjeta con mensaje motivador.
Propiciar un sentido de resiliencia que favorezca el retorno seguro a la modalidad presencial.	1.Evaluación de necesidades de los cursos.	E.C.E Inspección general	100% de los estudiantes.	Entrevista con profesor jefe para indagar necesidades del curso en aspectos emocionales y/o resilientes.
	2- Aplicar talleres de acuerdo a las necesidades presentadas por los cursos en diferentes temáticas (duelo, técnicas en manejo de la ansiedad, angustia, contención, etc).	Psicólogas	100% de los estudiantes.	Talleres Fotografías
	3- Atención y contención a estudiantes de forma personalizada.	Psicólogas	100% de los estudiantes	Ficha de entrevista y atención de estudiantes.
	4- Protocolo de contención y regulación emocional.	Psicólogas	100% de la comunidad educativa.	Protocolo de contención.
Generar los espacios y tiempos adecuados para socializar con los estudiantes.	1. Se realizará 1 vez a la semana actividades recreativas en los patios del colegio de acuerdo a los protocolos: -Show de títeres. -Obra de teatro. - Show de magia. - Clase de Zumba. -Globoflexia. -Campeonato de fútbol. - Karaoke - Silla musical - Si lo sabe cante. - La mesa pide. - Disfraces.	C.C.E	100% de la comunidad educativa.	Fotografías de las actividades.



	2. Recreos entretenidos durante las semanas. (Mesas pinpong, tacataca, sapito, etc)	Inspector General	100% de estudiantes	Plan de recreos entretenidos
Generar acciones preventivas de cuidado de forma segura.	1. Talleres de medidas preventivas y de autocuidado.	Inspectoría General	100% de la comunidad educativa.	Fotografías de las actividades y hoja de registro de participación.
	2. Entrega de trípticos informativos con medidas de autocuidado.	Inspectoría General	100% de la comunidad educativa.	Trípticos.

IV. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

ACTIVIDADES	MESES	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
	1. Se realizará y entregará una tarjeta con la oración y un chocolate de bienvenida de retorno presencial a clases.						X				
2. Se confeccionarán diarios murales con mensajes positivos propiciando el bienestar emocional.						X	X				
3. En la segunda semana de retorno a clases presenciales y 1 vez al mes se entregará tarjeta con mensaje motivador a la comunidad educativa.							X	X	X	X	X
4. Evaluación de necesidades de los cursos.						X	X	X	X	X	X
5. Aplicar talleres de acuerdo a las necesidades presentadas por los cursos en diferentes temáticas (duelo, técnicas en manejo de la ansiedad, angustia, contención, etc).							X	X	X	X	X
6. Atención y contención a estudiantes de forma personalizada.						X	X	X	X	X	X
7. Protocolo de contención y regulación emocional.						X	X				
8. Se realizará 1 vez a la semana actividades recreativas en los patios del colegio de acuerdo a los protocolos: -Show de títeres. -Obra de teatro. - Show de magia. - Clase de Zumba. -Globoflexia. -Campeonato de fútbol. - Karaoke - Silla musical - Si lo sabe cante. - La mesa pide						X	X	X	X	X	X



-Disfraces										
9. Talleres de medidas preventivas y de autocuidado.					X	X	X	X	X	X
10. Entrega de trípticos informativos con medidas de autocuidado.				X	X					

V. PROTOCOLO DE CONTENCION Y REGULACION EMOCIONAL

El siguiente protocolo tiene por objetivo, contar con lineamientos para el abordaje de contención emocional de niños, niñas, adolescentes (en adelante NNA), de la Fundación Educativa Santa Luisa de Marillac debido a las consecuencias que genero el actual contexto de Pandemia.

Se recuerda que cada NNA es único, diferente y se encuentran en distintas etapas del ciclo vital, por ende, será necesario evaluar cada caso de manera particular y adaptar el protocolo según la necesidad.

I. 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 del NNA. El buen trato se traduce en establecer relaciones respetuosas, afectivas, empáticas y seguras, que considera un ambiente promotor del desarrollo y bienestar.
- b) **Contención:** refiere a todas las acciones que tienen por objetivo acoger, sostener y acompañara una persona para hacer frente a una situación de desajuste conductual y/o emocional y así mitigar su efecto en la persona afectada y quienes la rodean.
- c) **Regulación emocional:** proceso que permite modular, controlar o canalizar una emoción para alcanzar un objetivo o responder en forma adaptativa a las exigencias del ambiente. Cuando un estudiante no logra regular sus emociones en forma adecuada, estas interfieren en el logro de metas, en las relaciones con sus pares y en su adaptación al contexto (Cardemil, 2015). La desregulación emocional se puede reflejar de variadas formas, dependiendo del ciclo vital en que se encuentre el estudiante y como estos están en proceso de formación y se pueden esperar comportamientos acordes al nivel de madurez.
- 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 las estrategias 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 un NNA, desencadenando un desequilibrio en sus capacidades habituales para hacer frente a situaciones de estrés, pudiendo generar un desajuste emocional y/o conductual de intensidad variable. Una situación se torna crítica para una persona en virtud del significado que ésta le atribuye a lo ocurrido, de manera que los mismos eventos pueden desencadenar un desajuste conductual y/o emocional en algunas personas y en otra no,



acorde con sus experiencias de vida personales y los elementos contextuales presentes.

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

II. Contención y Regulación Emocional

La contención emocional es la estrategia fundamental para el abordaje de las situaciones de 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 acogida y 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.

La contención consistente en brindar soporte afectivo y desarrollar estrategias de regulación (ej.: respiración, resignificación, búsqueda de soluciones, etc.), se busca otorgar calma y facilitar la regulación del NNA, 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 NNA la situación que lo aqueja.
2. Informar al NNA acerca del carácter transitorio de la crisis que sufre.
3. Negociar soluciones en base a las alternativas propuestas por el NNA.
4. Evitar el escalamiento en la situación de crisis, promoviendo la disminución en la progresión de la hostilidad y agresividad.
5. Recordar al NNA, de forma cercana, respetuosa y contenedora, sobre las acciones que se podrían implementar para su protección, en caso de escalamiento de la situación.
6. Potenciar la autoregulación emocional y el autocontrol.

a) Cuando Aplicarla:

Debe ser la primera respuesta a desarrollar, cuando un NNA presenta un desajuste conductual y/o emocional sea moderado o significativo.

Los NNA 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 conocimiento de 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 del ciclo que perciba el desajuste emocional y/o conductual. El adulto que realice este abordaje debe ~~estar~~ estar 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 la encargada de Convivencia Escolar).

*Nunca debe ser realizada por alguna persona con quien el NNA esté en conflicto.

c) Procedimientos de la técnica:

1. Observar permanentemente señales sobre el estado emocional del NNA y de quien



interviene, como el tono de voz, tensión muscular, agitación motora y su intensidad.

2. Acercarse al NNA de modo calmado y empático (respetuoso y atento a sus necesidades), sin emitir juicios de valor sobre la situación del NNA. 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, procurando que nos vea y sienta que estamos con él.

4. Acoger y acompañar al NNA en la situación que está vivenciando. La acogida puede darse respetando el silencio del NNA, y siempre considerando su opinión sobre cómo prefiere que se realice.
5. Promover el diálogo como la vía más adecuada para resolver los problemas, escuchándolo que dice el NNA, facilitando que el NNA pueda verbalizar y elaborar lo que le sucede y respetar si no desea conversar.
6. Resguardar el derecho a la intimidad del NNA, 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 al NNA 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 NNA, 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 al NNA- a otro miembro del equipo.
12. Una vez que se logra la contención emocional y el NNA se calma, ayudarlo 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 cambiar el foco de atención.



Se sugiere proponer al 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, intentando que 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 los NNA 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 de la situación una vez atendida. Asimismo, el evento será ser registrado en la ficha de atención.
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 telefónicamente a 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 al RICE.

III. 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 del NNA. 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 NNA 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 segundomiembro del equipo psicosocial (psicólogo/a, terapeuta ocupacional), o bien ser este último quien aborde de la situación en su totalidad, para realizar las acciones ambientales que eviten que el mismo NNA u otras personas pudieran resultar dañados física o emocionalmente.



*Este procedimiento nunca debe ser realizado por alguna persona con quien el NNA 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:

I. 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 NNA 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.

II. Soporte ambiental en otro lugar

Se debe evaluar trasladar al NNA a un ambiente diferente cuando mantener al NNA 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 del NNA, 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 NNA lo solicita,
- Otros.