



**PROTOCOLO DE ACCIÓN ANTE DESAJUSTE  
EMOCIONAL DE LOS ESTUDIANTES DE LA  
ESCUELA METODISTA DE COQUIMBO.**

### *Objetivo general*

- Entregar atención y contención emocional, para acoger sus requerimientos emocionales y/o conductuales, para reconocer e identificar el desarrollo de emociones en tiempos de pandemia.

### *Objetivos específicos*

1. Acoger necesidades emocionales de los estudiantes para generar estrategias de autocuidado.
2. Potenciar habilidades socioemocionales en la comunidad educativa.
3. Profundizar en acciones de autocuidado personal.
4. Contribuir en la identificación y expresión saludable de emociones en los estudiantes y miembros de la comunidad educativa.

### *Fundamentación*

Desde marzo del presente año, nos hemos visto obligados como país a enfrentarnos ante el COVID-19, lo cual nos ha llevado a tomar medidas drásticas como el distanciamiento social, uso extremo de hábitos de higiene, estancias prolongadas sin salir de casa, entre otros. Todas estas acciones han generado diversas consecuencias negativas, tanto a nivel social, laboral, emocional, educativo y económico. Es decir, nos encontramos en tiempos de pandemia, desarrollando en las personas diversas emociones como miedo, inquietud, ansiedad o angustia. De acuerdo con esto, es que surge la necesidad urgente de mantener y potenciar la relación con cada uno de nuestros estudiantes y de sus familias, que están siendo golpeados en tiempos de pandemia, más aún, teniendo en cuenta el contexto sociocultural en el que se encuentra nuestra escuela.

## *Conceptualización*

- a) **Contención Emocional:** Consiste en brindar apoyo a las personas que requieran ser asistidos como consecuencia de estar atravesando una crisis emocional, utilizando siempre una actitud empática, realizando escucha activa y nunca juzgando a la persona. Tiene como objetivo tranquilizar y estimular la confianza, en este caso de los estudiantes que se encuentren atravesando por una crisis emocional, ayudando a “sostener” las emociones mediante el acompañamiento.
- b) **Autorregulación:** Se entiende por autorregulación, al control que ejerce una persona sobre sus emociones, acciones y pensamientos que se lleva a cabo con el fin de gestionarnos con éxito sobre nosotros mismos. Esta capacidad permite que analicemos el entorno y respondamos en consecuencia, pudiendo cambiar nuestra actuación o perspectiva en caso de necesitarlo. Hace que podamos dirigir nuestros pensamientos, emociones y conducta hacia la correcta adaptación en el medio y el cumplimiento de nuestros deseos y expectativas en base a las circunstancias contextuales. Se trata de una habilidad que no es completamente innata, sino que se va desarrollando y fortaleciendo en base a nuestro aprendizaje, las circunstancias y estímulos que forman parte de nuestras vidas.
- c) **Autocuidado:** se define como el conjunto de actitudes y aptitudes que se realizan de forma voluntaria y sistemática dirigidas a controlar los factores internos y externos que pueden comprometer su vida y desarrollo de esta, en beneficio de la propia salud. En palabras más simples, son ciertos hábitos saludables que se deberían realizar por iniciativa propia, como un conjunto de pautas orientadas al bienestar físico y psicológico de una persona.

### *Procedimientos y acciones de detección de síntomas*

**I.** A los apoderados, se solicita prestar atención a los cambios emocionales y conductuales de los estudiantes. Entre ellos, están:

- Dificultades para conciliar el sueño (insomnio, somnolencia, pesadillas, terror nocturno).
- Cambios en la alimentación (aumento o disminución de alimentación).
- Irritabilidad.
- Dificultades de atención y concentración.
- Disminución en la tolerancia a la frustración y desánimo.
- Descuido de los hábitos de higiene en el estudiante.
- Cambios drásticos en el estado de ánimo del estudiante.
- Dificultades de comunicación hacia los integrantes de la familia.
- Pérdida de interés y satisfacción en actividades que comúnmente solía realizar.
- Disminución de la motivación escolar, visualizada en acciones relacionadas con: evadir el ingreso a clases en vivo; actitud negativa hacia la realización de tareas escolares.

**II.** Si usted como apoderado ha detectado dos o más de los siguientes síntomas anteriormente descritos, debe informar al profesor jefe para que él/ella pueda iniciar acciones para mediar la situación.

**III.** El profesor jefe al recibir la información, deberá realizar la derivación correspondiente a Orientación. Esta derivación deberá ir acompañada por la mayor cantidad de datos y referencias recolectadas por el docente al hablar con el/la apoderado(a) del estudiante. Por ello, se solicita poder completar el protocolo de derivación de casos, que se encuentra en el ANEXO 1.

**IV.** A partir de la información y documentación entregada a Orientación, la profesional encargada de este departamento deberá recibir y distribuir con el

equipo de psicólogos la información obtenida, para establecer las acciones a seguir con cada uno de los estudiantes que lo requieran.

**V.** Una vez definidos los casos a monitorear, se realizarán las siguientes acciones:

- Se realizará un primer llamado telefónico, el cual tendrá como objetivo obtener la mayor cantidad de información posible respecto al estudiante y su situación emocional actual.
- Posteriormente, se otorgará un tiempo de 7 días para volver a realizar un llamado telefónico, que tendrá como propósito dar seguimiento al caso, actualizando estado emocional del estudiante y situación actual del entorno familiar que lo rodea.
- Atendiendo a la necesidades del caso, causas y consecuencias del mismo, se establecerán las estrategias y lineamientos de intervención que se trabajarán con el/la estudiante y la modalidad de entregar la atención correspondiente (presencial o mediante video llamada).
- De acuerdo a la necesidad de cada caso, se definirá la modalidad de trabajo con el estudiante, la cual puede ser: llamado telefónico semanal, video llamada o citación presencial (esta estará sujeta a la situación actual de la región respecto a la evolución de la pandemia y las decisiones que tomen las autoridades de salud y colegio).

**VI.** Finalmente se realizará un monitoreo de cada caso, según se visualice durante el tiempo de intervención.

### *Etapas y proceso de ingreso de los estudiantes al establecimiento*

Se realizará un taller vía MEET el 30 de julio del presente año, dirigido a docentes del establecimiento, con la finalidad de contextualizar sobre el trabajo a realizar con estudiantes, presentando en primer lugar el “Protocolo de Convivencia Escolar en teleeducación” (Ver **ANEXO 2**). Posteriormente se entregarán herramientas para conocer e identificar conductas esperables, que puedan desarrollar los estudiantes en este tiempo de pandemia durante las clases online y como poder solucionar esos conflictos.

Una vez que estudiantes y funcionarios del establecimiento ingresen al colegio para comenzar a realizar nuevamente clases presenciales, se habrán generado y se realizarán durante este periodo numerosas actividades para fomentar el autocuidado personal y trabajo emocional con los estudiantes, entre las cuales se contempla lo siguiente:

1. Creación y promoción de infografía a la comunidad educativa, con el fin de entregar lineamientos de cómo enfrentar el retorno a clases, además de realizar una campaña sobre el retorno a clases y sus resguardos (poner las infografías en lugares estratégicos).
2. Desarrollar un taller dirigido a los docentes, entregando sugerencias y/o resguardos a seguir una vez retomadas las clases, con el fin de promover un autocuidado propio y de funcionarios, docentes y estudiantes que estarán en el colegio. De igual forma se realizará exposición (protocolo de salud al inicio de las clases a todos los estudiantes, además el docente puede entregar funciones a sus estudiantes)
3. A los apoderados, se desarrollará un taller de sensibilización/contextualización, en donde se entregarán sugerencias y/o resguardos a seguir en este retorno a clases con el fin de promover un autocuidado propio y de los demás.

4. Realizar en conjunto con Orientación taller de sensibilización /contextualización a los estudiantes entregando sugerencias y/o resguardos a seguir en este retorno a clases con el fin de fortalecer el autocuidado propio y de su entorno.
5. Planificar y ejecutar talleres mensuales, dirigidos a los estudiantes de cada nivel, con la finalidad de reforzar la atención y contención emocional.

Por último, es relevante mencionar que, los docentes y asistentes de educación deben prestar atención a posibles cambios emocionales y conductuales que puedan presentar los estudiantes, entre los cuales pueden estar:

- Dificultades en el sueño (tendencia a dormir durante clases).
- Cambios drásticos en la alimentación (aumento o disminución)
- Irritabilidad
- Dificultades en la atención y concentración
- Desanimo
- Problemas en tolerar la frustración
- Descuido de la higiene personal.
- Cambios drásticos en el estado de ánimo.
- Perdida del interés en actividades que cotidianamente le eran de agrado.
- Desmotivación escolar, por ejemplo: resistencia al ingreso a clases presenciales, disposición negativa para realizar tareas en aula, entre otros.

Ante la presencia de alguna de estas conductas, mencionar toda la información y observaciones realizadas del estudiante a **Orientación**, con el propósito de que este departamento pueda comunicar a los profesionales psicólogos de lo sucedido con él/la estudiante, reflexionar respecto a la emergencia del caso y, según la necesidad y emergencia de este, determinar las acciones a seguir al respecto con él/la estudiante afectado(a).

Anexos

**Anexo 1**

**FICHA DE DERIVACIÓN N° \_\_\_\_\_**  
**( \_\_\_ / \_\_\_ / 2020)**

Nombre del estudiante:	Curso:
Profesor jefe:	Enfoque: <input type="checkbox"/> Conductual <input type="checkbox"/> Biopsicosocial <input type="checkbox"/> Emergente
Motivo de la derivación:	
Acciones previas:	
<hr/> <p>Firma de recepción</p> <hr/> <p>Nombre y firma del emisor</p>	



## **Anexo 2**

### **PROTOCOLO DE SANA CONVIVENCIA EN CLASES ONLINE**

#### **Fundamentación:**

En función del contexto actual asociado a Pandemia Mundial COVID-19, nuestra institución ha incorporado a sus procesos pedagógicos la realización de clases online, con el objetivo de desarrollar objetivos de aprendizajes propuestos por el Ministerio de Educación, respetando las condiciones sanitarias vigentes.

Motivo de lo anterior es que a continuación se describen aspectos a considerar por docentes, apoderados y estudiantes antes, durante y después de las clases online.

Este Protocolo es un anexo al Reglamento Interno y de Convivencia Escolar, por lo que el incumplimiento de lo mencionado más adelante puede ser constitutivo de falta, según gradualidad.

#### **I. Antes de las clases virtuales**

- a) El docente debe coordinar los horarios y diseño de clase, en función de los lineamientos entregado por la Unidad Técnico- Pedagógica.
- b) Es responsabilidad del apoderado, mantenerse informado, a través de los mecanismos de comunicación de la institución del horario de las clases virtuales.
- c) En caso de existir dificultades técnicas o personales para conectarse, el apoderado debe informar al profesor jefe los motivos de la problemática, a fin de que éste informe y junto al Equipo Directivo visualicen alternativas.

#### **II. Durante las clases virtuales**

El estudiante debe:

- a) Conectarse puntualmente y permanecer conectado durante todo el desarrollo de la clase.
- b) Prestar atención a la clase y realizar preguntas en caso de que existan dudas.
- c) Utilizar un lenguaje formal y adecuado al contexto de la clase, al momento de intervenir.
- d) Respetar las intervenciones de todos los participantes de la clase, sin emitir juicios de valor de ellos.
- e) Disponer los materiales necesarios y tomar apuntes si corresponde.
- f) Intervenir solo con aspectos asociados a la clase.

El docente debe:

- a) Ejecutar la clase, según lo planificado: Diseño, horario u otro elemento propio de la clase.
- b) Mantener un lenguaje y escritura formal.
- c) Favorecer un clima de respeto y amabilidad entre todos los que participan de la clase.
- d) Fomentar el uso del chat solo para aclarar dudas asociadas a la clase.
- e) Aclarar dudas en caso de que se presenten.

### **III. Después de las clases virtuales**

- a) El estudiante debe realizar actividades solicitadas, si corresponde: Guías, formularios, reflexiones, envío de evidencias u otro solicitado por el docente.
- b) El apoderado debe ingresar a aula virtual PAPINOTAS y revisar los recursos de la clase.
- c) El docente debe revisar evidencias solicitadas en clase, en caso de que corresponda.