

Colegio "S A N V A L E N T Í N"  
GASTÓN PALMA #2001  
FONO - FAX: 22557 5466 – 22538 4933  
MAIPÚ



## **PROTOCOLO DE ACTUACIÓN FRENTE A UN ESTUDIANTE DESCOMPENSADO EMOCIONALMENTE**

El presente protocolo es un anexo de los Acuerdos de Convivencia que socializa y norma los procedimientos de actuación de los miembros de la comunidad Educativa ante las emergencias psicológicas y emocionales.

Educación de las emociones de la Comunidad Educativa se ha constituido en quehacer fundamental de la escuela porque la complejidad social requiere que este aspecto sea fundamental en el aprendizaje y socialización de los estudiantes.

**Es muy importante que padres y apoderados informen al colegio, a tiempo, de situaciones o crisis emocionales de sus hijos(as) que permitan mejor organizar a los educandos, para que ellos, junto a sus profesores, sean los primeros en alertar y socorrer al miembro de la Comunidad Escolar que lo pudiese necesitar. En este sentido es fundamental el conocimiento que cada docente tiene de sus alumnos.**

Antes de tomar cualquier acción se debe aprender a reconocer la dificultad e intensidad del estado anímico que se está presentando. Será necesario entonces fijarnos en aspectos anímicos, verbales, (para lenguaje) y contra transferencial.

El aspecto anímico tiene que ver con los cambios de ánimo notorios en el actuar habitual de los estudiantes y /o cualquier miembro de la Comunidad Educativa.

- El ámbito verbal se refiere a la fluidez y coherencia del habla. P puede ir desde una conversación fluida con ideas correctamente hiladas a la incapacidad de expresarse verbalmente.
- En cuanto a lo paraverbal podemos tener dos polos, un estudiante que está paralizado a un estudiante con total descontrol de su motricidad, que se desborda hacia sus otros compañeros. Ambos extremos pueden ser preocupantes si se presentan en compañía de alguno de los otros aspectos alterados.
- En cuanto a lo contratransferencial se refiere a lo que provoca en el observador, en este caso al adulto a cargo, por ejemplo: al escuchar a dos estudiantes el mismo discurso y con la misma kinésica nos pueden provocar cosas distintas, en unos casos nos traspasa su angustia y en otro puede no generarnos nada, esto se debe a que como seres humanos somos capaces de interpretar algunas cosas sin procesarlas racionalmente, lo que nos pasa cuando escuchamos a otros es importante de considerar.

En el quehacer diario de la Comunidad podemos enfrentarnos a un continuo de situaciones, desde una situación contenible dentro de la clase, por los compañeros y el profesor, hasta una situación que pueda necesitar la intervención de especialistas.

<b>SITUACIÓN</b>	<b>ACTUACIÓN</b>	<b>VARIANTE DE LA SITUACIÓN</b>
Una de las primeras situaciones que nos podemos encontrar, la más simple, es donde, a primera vista, tenemos un estudiante inquieto en su puesto, no realiza la actividad, pero no presenta llanto sino más bien una actitud irritable o ansiosa.	En este caso es importante que el profesor se acerque para preguntarle y asegurarse de que su inquietud tiene que ver con una desconcentración o falta de comprensión de la clase y no del inicio de alguna crisis de ansiedad o producto de algún estado alterado del ánimo, esto es fácilmente detectable a través de las preguntas básicas como: ¿se siente bien?, ¿le pasa algo?, ¿Por qué no está trabajando? Si la respuesta es concreta y coherente -por ejemplo: es que no entendí que es lo que hay que hacer, es que discutí con mi mamá en la mañana- se debe proceder según el	Sin embargo, si no se logra obtener una respuesta verbal satisfactoria, es importante observar su kinésica corporal; un detalle importante a considerar es la respiración, por cuanto es común en las personas que antes de comenzar, o en medio de una crisis de pánico, tengan dificultad para respirar o respirar muy marcado, además la fluidez de su habla o coherencia de su discurso se ve alterado; a veces afecta la extensión del discurso, respondiendo con monosílabos o a veces tienen dificultad para hilar las ideas y no logran completar oraciones concretas. En estos casos es importante mostrarse

	<p>criterio del profesor.</p>	<p>calmado y tomarse unos minutos para salir de la sala y tratar de tranquilizar al estudiante, acompañarlo a tomar agua y esperar para que se reintegre a clases.</p>
<p>Estudiante tranquilo en su puesto, con algunas lágrimas en la cara y está realizando la actividad.</p>	<p>En este caso puede deberse a alguna emoción negativa que trae de la casa o alguna situación inmediata en el colegio, por lo que si bien no amerita interrumpir las actividades es conveniente acercarse en algún momento de la clase y preguntar que sucede. Si el estudiante se niega a responder, es importante reforzarle la idea que estamos aquí para ayudarlo y escucharlo. Si aun así no hay respuesta puede mandarse a lavar la cara para que regrese más despejado y continuar trabajando en las mejores condiciones. Esto no debería durar más de 5 minutos.</p>	<p>Si al acercarse a preguntar al estudiante este presenta una respiración dificultosa, no puede verbalizar ninguna palabra o se desborda en llanto por la pregunta debe registrarlo en el libro de clases, informar al profesor jefe y procederse como el caso siguiente.</p>
<p>Estudiante quieto en su puesto, pero con un llanto importante y no está realizando la actividad. A esto se le conoce como conmoción emocional.</p>	<p>En este caso dependiendo de la intensidad del llanto -si es disruptivo para la clase o no- puede acercarse inmediatamente o en un momento de desarrollar la actividad, pedirle al estudiante, acompañado de otro alumno(a), que salga unos minutos a respirar, tomar agua, lavarse la cara y esperar afuera. Dejar al curso con actividades mientras conversa con el estudiante. Es importante intentar contener la situación</p>	<p>Si al momento de sacar al estudiante a conversar, luego de ir a despejarse, éste no logra clamarse, no logra verbalizar lo que le pasa y nos produce una contratransferencia muy fuerte de ansiedad, es adecuado enviarlo o acompañarlo a secretaría para abordar la situación desde otra perspectiva y poder reanudar la clase. Se pide que el estudiante no salga solo de la sala.</p>

	<p>y escuchar al estudiante hasta que se tenga un panorama más o menos completo de lo que le sucede e informar a dirección académica si considera que la situación debe ser abordada en otras instancias. Reincorporar al estudiante a la actividad para reanudar la clase. Esto debería tomar como máximo 10 minutos.</p> <p><b>Revisar anexo 1 para guiar la contención.</b></p>	
<p>Estudiante claramente descompensado, con un llanto incontenible, inquieto en su puesto o desplazándose por la sala.</p>	<p>En estos casos ya no le podemos llamar conmoción emocional, sino más bien un desborde emocional, y debe trasladarse a Secretaría, acompañado por el profesor o inspector de piso, donde se le darán los cuidados y la contención pertinente mientras se contacta a su familia para informar la situación. Se informa a Inspectoría y se registra el hecho en la ficha del alumno(a).</p>	<p>Esta situación debe diferenciarse de un ataque de pánico en donde la persona se siente mal físicamente, es decir, sus síntomas son más bien fisiológicos y no suelen presentarse de manera abrupta. Algunos de los síntomas son: opresión fuerte en el pecho; sensación de no poder respirar; sudoración excesiva; fuerte dolor abdominal, entre otros.</p> <p>La principal característica que debe acompañar a estos síntomas es el estado ansioso del estudiante, quienes suelen describirlo como una sensación inminente de que van a morir.</p> <p>En el caso más extremos en donde el estudiante no reacciona, se debe actuar según señala este protocolo, puesto que en ese caso, aun cuando el inicio de la situación allá sido emocional, involucra un peligro para la salud física del estudiante.</p>

<p>Estudiante con Crisis de Pánico</p>	<p>Ante una Crisis de Pánico de cualquier miembro de la Comunidad Escolar, se aplicará el siguiente protocolo que indica, a los que se hagan cargo del procedimiento, tener presente las siguientes técnicas. Respiración: secuencias largas y profundas, que sólo se concentre en respirar, ayudarlos a que no importa cuánto tiempo se demore, siguiendo su ritmo de respiración y buscando que ésta sea cada vez más calmada y profunda. La respiración es clave para lograr la tranquilidad de la persona en crisis. Concentrada en sí mismo y ocupada en su equilibrio y bienestar. Quienes ayuden a un paciente con Crisis de Pánico iniciarán dinámicas de distracción del cerebro; se les tomará las manos y para que focalice se le dirá..."mírame y escúchame....vamos a salir de esto juntos"..., "vamos a comenzar a respirar juntos...., inspira 1,2,3,4,....retienes 1,2...espiras 1,2,3" (siempre respetando el ritmo y velocidad del paciente, no lo obligue...,cuando lo vea más</p>	<p>Informado de casos de estudiantes que sufren de Crisis de Pánico, el curso podrá organizarse y nombrar encargados, para que asistan a sus compañeros (as), iniciando las actividades de estabilización que señala este protocolo y llevándole a Inspectoría. De inmediato Secretaría se comunicará con sus padres y/o apoderado para informar de lo que está sucediendo.</p> <p>Es importante que siempre se respete sus ritmos, esperar a que se concentre y responda.</p> <p>En este sentido es conveniente encomendar la misión, en una primera instancia, al compañero (a) más cercano en caso de los estudiantes.</p> <p>Recordar que la persona en crisis sólo percibe muerte inminente y no focaliza tan rápidamente. Por eso la paciencia y la atención completa del asistente es clave en el proceso.</p> <p>Tener presente que una crisis de Pánico puede durar entre cinco minutos y una hora o más, por lo cual, las personas que lo asisten deben estar con ellos hasta que la</p>
--	---	--

	<p>focalizado y en su ritmo de respiración se comienza con preguntas directivas:” mira a tu alrededor y distingue ¡qué cosa ves?” (Cuando las nombre, se pasa a la siguiente pregunta)....,” escucha y dime ¡qué sonido oyes?(ídem) “ huele, ¡qué olores distingues(ídem)...., siente tu boca, que sabor tiene? (ídem)...siempre en contacto con el paciente, tocando sus manos y respetando su ritmo de respiración y sus tiempos. A medida que vaya logrando calma, la persona que lo ayuda, podrá dejar de asistirlo</p>	<p>crisis pase y se tenga una respuesta afirmativa de parte del paciente.</p> <p>Importante: Las personas que no quieran ayudar o sólo critiquen, que por favor se retiren y dejen que los que sí quieren, hagan bien su ayuda y cooperación. Mientras menos crítica opiniones, más rápido el paciente saldrá de la crisis.</p>
--	---	---

Estos procedimientos son una guía ante las situaciones descritas o similares. Sin embargo, en ningún caso deben tomarse como un manual estricto de instrucciones, ya que todos los casos, siendo particulares, no se pueden abarcar todas las variables agrupadas de esta forma por la complejidad del fenómeno.

## **ANEXO 1.**

Los profesores deben tener claridad respecto a lo que se debe hacer si se identifica un estudiante con estas características: se les debe prestar atención, escucharlo, dialogar, no juzgarlo, darle alternativas y opciones de ayuda, hacerle seguimiento y remitirlo a un centro de salud si se considera necesario.

Los pasos recomendados en detalle son los siguientes:

- Escuchar con atención a la persona en crisis, facilitando su desahogo.
- Durante el discurso del sujeto en crisis se deben utilizar, en su momento, frases cortas que le hagan sentir que lo comprendemos y lo tomamos en serio. Estas frases pueden ser: "Me imagino", "Entiendo", "Es lógico", "Claro", "No es para menos", etcétera. Se debe validar siempre el discurso del estudiante y mucho menos disminuir sus sensaciones.
- Ayudarle a que encuentre otras alternativas que no sea la autodestrucción, aunque no confíe en aquellas que no pueda realizar inmediatamente. Ejemplo: "Yo voy a irme de la casa" (sin tener otro lugar donde vivir); "Me voy a olvidar de él" (como si la memoria fuera como la pizarra, que se puede borrar en un momento y no quedar huellas de lo escrito); "Tengo que cambiar para que ella vuelva" (a pesar de que ella no desea nada más con él y ya tiene un nuevo amante).
- No dejar sola a la persona en crisis y hacer todos los esfuerzos para que sea atendida por los profesionales de la salud (médico de atención primaria, enfermeras, psicólogos, psiquiatras, etcétera), o a los servicios de salud en cualquiera de sus modalidades (consultorios, policlínicos, hospitales).

Cabe recalcar que el silencio frente a situaciones límites, no está justificado, no se deben ocultar. La literatura en general dice que si un estudiante presenta una duda al respecto, se le debe conversar con toda tranquilidad del tema, aclarando como las situaciones emocionales son parte de la vida y el desarrollo del ser humano.