



Lycée Antoine de Saint-Exupéry
Alliance Française

**PROTOCOLO
CONTENCION EMOCIONAL**

aefe

Agence pour
l'enseignement français
à l'étranger

CONTENCION EMOCIONAL

Elaboración: 30/07/2021

Versión: 2

Fecha entrada en vigencia: 08/2020

Revisión: 12/2021

Autor: C. Rodríguez.

Firma:

Fecha:

**Revisado Por: P. Lehmann/ L.
Fuentes**

Firma:

Fecha:

Aprobado por: E. Krop.

Firma:

Fecha:

ESTE DOCUMENTO ES PROPIEDAD EXCLUSIVA DE LA CORPORACION EDUCACIONAL ALIANZA FRANCESA SANTIAGO, QUEDA ESTRICTAMENTE PROHIBIDA SU REPRODUCCION Y RETIRO DEL ESTABLECIMIENTO SIN AUTORIZACION ESCRITA DEL RECTOR.



Lycée Antoine de Saint - Exupéry
Corporación Educacional
Alianza Francesa - Santiago

ÉTABLISSEMENT
CONVENTIONNEL



aefe

Agence pour
l'enseignement français
à l'étranger

1. OBJETIVO

Ofrecer herramientas a las personas y grupos de trabajadores que se encuentren cursando covid-19, para acompañar y ofrecer guía en estos momentos complejos.

2. ALCANCE

El presente documento es aplicable a todos los miembros de la comunidad escolar de la Corporación Educacional Alianza Francesa de Santiago.

3. PROCEDIMIENTO

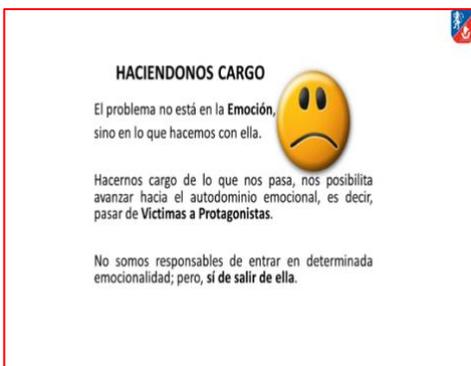
Este se dividirá en 2 tipos de intervención:

Intervención individual: esta consistirá en ofrecer a los trabajadores que sean diagnosticados de covid-19 la posibilidad de un acompañamiento para conversar y aprender herramientas para el manejo del stress y miedos que surgen en cada uno, hay que destacar que estas son sesiones voluntarias y confidenciales, para ayudarlo a afrontar mejor la situación que está viviendo.

Para las intervenciones individuales se realizarán por video conferencia (ZOOM), dadas las condiciones de aislamiento que debe contar la persona afectada.

Sesiones abiertas a todos los trabajadores: estas persiguen el ofrecer un lugar para lidiar con la tensión y las emociones que surgen en el regreso al trabajo presencial y todo lo que implica en una situación de pandemia, es ir más allá de los cuidados y distanciamientos, es ir a conversar que nos pasa y como nos sentimos con lo que está sucediendo y así poder identificarlo para poder lograr el aprendizaje de que me sucede en estos momentos y como estas me están dificultando el avanzar.

Los temas a tratar serán principalmente el manejo de las emociones como el miedo, rabia, pena y como estas se manifiestan en mi diario vivir y en mi trabajo, aprender a reconocerlas y expresarlas desde el equilibrio.

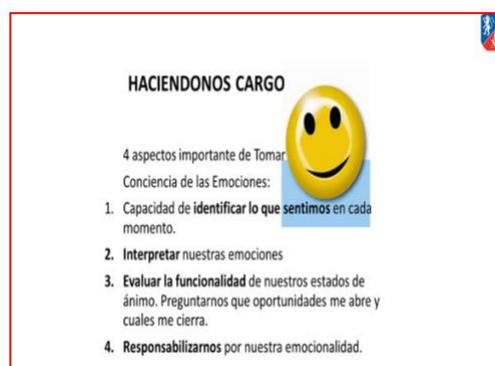


HACIENDONOS CARGO

El problema no está en la Emoción, sino en lo que hacemos con ella.

Hacernos cargo de lo que nos pasa, nos posibilita avanzar hacia el autodomio emocional, es decir, pasar de Víctimas a Protagonistas.

No somos responsables de entrar en determinada emocionalidad; pero, sí de salir de ella.



HACIENDONOS CARGO

4 aspectos importante de Tomar Conciencia de las Emociones:

1. Capacidad de **identificar lo que sentimos** en cada momento.
2. **Interpretar** nuestras emociones
3. **Evaluar la funcionalidad** de nuestros estados de ánimo. Preguntarnos que oportunidades me abre y cuales me cierra.
4. **Responsabilizarnos** por nuestra emocionalidad.



Para las sesiones abierta, esta se ofrecerá a todos los trabajadores, con previa inscripción y un máximo de 10 personas, se realizarán por ZOOM. Estas tendrán una duración de 60 a 120 minutos.

Es muy importante que para el éxito de estas sesiones abiertas contar con el apoyo de los directores y jefes de los grupos, para incentivar la participación de ellos.

Quiero recalcar que esto está pensado para ser una ayuda voluntaria al personal y no constituye una instancia de terapia psicológica.

4. RESPONSABILIDADES

4.1. Rector:

- ✓ Aprobar, aplicar y difundir el presente documento a toda la comunidad escolar.

4.2. DAF:

- ✓ Revisar el presente documento.
- ✓ Proporcionar los medios necesarios para aplicar el presente documento.
- ✓ Conocer y aplicar el presente documento.

4.3. Directores de área y Jefes de área

- ✓ Conocer y aplicar el presente documento.

- ✓ Entregar todas las facilidades al personal que requiera participar en las intervenciones.

Recursos Humanos

- ✓ A través del profesional experto en el área, coordinar y ejecutar las intervenciones al personal.

4.4. Prevención de Riesgos:

- ✓ Conocer y aplicar el presente documento.
- ✓ Informar a los trabajadores afectados por Covid-19.
- ✓ Asesorar a la administración del liceo en las medidas preventivas necesarias para evitar la propagación del COVID-19 al interior del establecimiento.

4.5. Todo el Personal:

- ✓ Conocer y aplicar el presente documento.