



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: 08/2021

Revisión: 12/2022

Autor: C. Rodríguez.

Firma:

Fecha:

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

Firma:

Fecha:

Aprobado por: Fabrice Álvarez

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

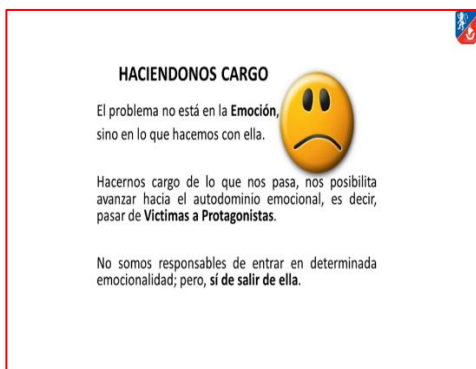
Este se dividirá en 2 tipos de intervención:

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.

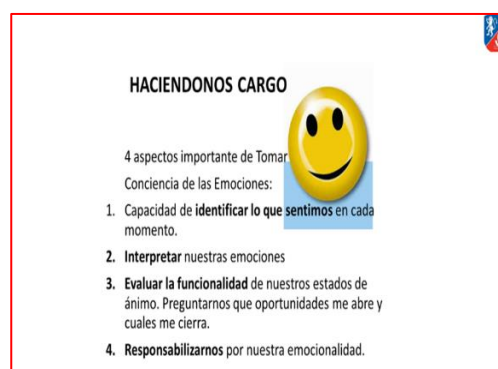


HACIENDONOS CARGO

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.