



MANOS QUE CALMAN: TÉCNICAS DE CONTENCIÓN PARA EL AULA

Impartido por: **Capacitaciones GoCursos Spa**

Modalidad
Presencial/Elearning

Reunión con Relator
Costo 0

Incluye
Diploma y Certificado





Objetivo general

Fortalecer las competencias prácticas y emocionales del equipo educativo para realizar contención física segura, respetuosa y efectiva en situaciones de crisis con estudiantes neurodivergentes, especialmente aquellos con diagnóstico de TEA, disminuyendo el temor a intervenir y promoviendo el trabajo colaborativo y ético.



Objetivos específicos

- Identificar situaciones en que la contención física es necesaria y reconocer los límites éticos y normativos de su uso.
- Aplicar técnicas prácticas de contención física seguras, priorizando la protección del estudiante y del adulto.
- Desarrollar habilidades de autorregulación emocional durante intervenciones en crisis.
- Diseñar protocolos de intervención en crisis adaptados al contexto escolar y coordinados con el equipo educativo.



Modalidad

Presentamos todas las modalidades que ofrecemos a nuestros alumnos.



ONLINE

Clases asincrónicas, entregándote la libertad de estudiar en el momento y lugar que tú decidas.



ONLINE EN VIVO

Clases remotas en vivo, donde profesor y alumnos se conectan e interactúan en tiempo real, en una fecha y horario establecido



PRESENCIAL

Asiste físicamente a las clases, en nuestras salas o en las propias dependencias del cliente.

Temario del curso:

MÓDULO 1: Identificación de Crisis y Activación del Rol de Contención
 Duración: 2 horas
 Contenidos prácticos:
 Criterios para intervenir físicamente: cuándo sí, cuándo no.
 Identificación rápida de escalada conductual y "límites críticos".
 Activación del "modo intervención": cómo prepararse físicamente y emocionalmente para contener.
 Actividades dinámicas:
 Galería de casos: Proyección de breves escenas simuladas (videos o actuaciones) donde los participantes deben decidir en grupo: ¿intervención física sí o no? ¿por qué?
 Línea del tiempo de la crisis: Los participantes, en grupos, ordenan las etapas de una crisis y colocan el punto de intervención física.
 Taller de posturas previas: Ejercicios de preparación corporal: cómo posicionarse, cómo acercarse, cómo no invadir.

MÓDULO 2: Contención Emocional Previa y Durante la Intervención Física
 Duración: 2 horas
 Contenidos prácticos:
 Control del tono de voz, mirada y lenguaje corporal durante una crisis.
 Técnicas de respiración y anclaje para el adulto que interviene.
 Cómo transmitir seguridad y calma antes, durante y después de contener físicamente.
 Actividades dinámicas:
 Ejercicio de "muro emocional": Uno hace de estudiante en crisis, otro debe contener verbal y físicamente, sin romper su estado de calma. Observadores dan retroalimentación.
 Simulaciones de co-regulación: en parejas, se practican frases, posturas y tonos de voz que bajan la intensidad emocional.
 Dinámica de tensión emocional: en círculo, se recrean pequeñas escenas con creciente tensión, y un participante debe intervenir con calma y presencia física no invasiva.

MÓDULO 3: Técnicas de Contención Física Segura
 Duración: 2 horas
 Contenidos prácticos:
 Posiciones de contención seguras para uno y dos adultos.
 Técnicas de sujeción de brazos, espalda, desplazamientos y liberación.
 Qué evitar: posiciones riesgosas, fuerza excesiva, contacto inadecuado.
 Actividades dinámicas:
 Práctica en duplas: Técnica de "barrera humana", sujeción lateral y desde atrás, control de brazos sin dolor.
 Circuito de intervención: en estaciones, los participantes rotan por distintas técnicas bajo supervisión del relator.
 Simulacro de crisis con intervención física: se representan escenas donde se llega a la contención, y el grupo realiza la técnica correspondiente, con feedback técnico inmediato.

Datos del Organismo Capacitador:

Nombre Empresa OTEC:	Capacitaciones GoCursos SPA
Rut:	77919346-2
Giro:	Servicio de Capacitaciones
Dirección	Irrazaval 690 Ñuñoa Santiago de Chile
Cuenta Bancaria	Cuenta Corriente 95466877 Banco Santander
Email:	contacto@gocursos.cl