

Formación en Contención física y verbal



Área: General
Modalidad: Presencial
Duración: 5 h
Precio: Consultar

[Curso Bonificable](#)
[Contactar](#)
[Recomendar](#)
[Matricularme](#)

OBJETIVOS

Dotar al personal de herramientas verbales y físicas para gestionar situaciones de crisis o agresividad de forma segura y respetuosa.

Promover la prevención de conflictos a través de la comunicación empática y la autorregulación emocional.

Garantizar la seguridad tanto del personal como de los residentes durante incidentes críticos.

Favorecer una intervención ética y basada en los derechos humanos.

CONTENIDOS

1. Introducción al marco teórico

Qué es la contención verbal y física.

Diferencias entre contención, coerción y violencia.

Principios legales y éticos de la intervención (proporcionalidad, legalidad, necesidad).

Psicología del conflicto y la desescalada.

2. Contención verbal (prevención y desescalada)

Escucha activa y comunicación no violenta.

Lenguaje corporal y tono de voz.

Técnicas de desescalada verbal (validación emocional, límites claros, uso del silencio).

Reconocimiento de signos previos a la escalada emocional o agresiva.

Prácticas en role-playing: simulación de conflictos y resolución.

3. Contención física (último recurso)

Normas básicas de seguridad (para el usuario y el profesional).

Técnicas básicas de sujeción sin causar daño.

Procedimientos para intervenir en situaciones de riesgo inminente (autoagresiones, agresiones a otros).

Coordinación en equipo y distribución de roles durante la intervención.

Cuándo intervenir y cuándo retirarse.

4. Cuidado post-intervención

Supervisión y apoyo emocional al profesional.

Registro del incidente (parte escrito).

Acompañamiento emocional a la persona contenida.

Análisis del incidente (revisión de buenas prácticas y aprendizajes).

5. Prácticas y simulaciones



Casos reales adaptados al contexto de la fundación.
Simulaciones grupales con feedback del formador.
Evaluación práctica de la actuación en escenarios críticos.