

PROTOCOLO DE LIDERAZGO

Guía de regulación PAUSA

Recupera capacidad de elección sin diagnosticar ni prometer calma.

Cinco movimientos para intervenir bajo presión.

PAUSA protege la operación, observa contexto y conecta una estrategia con evidencia. No sustituye atención clínica, ocupacional ni de emergencia.

P	Percibir Describe precisión, velocidad, tono, tensión, errores, repetición, evitación o bloqueo sin convertirlos en diagnóstico. <i>«¿Qué observo exactamente?»</i>	Señales
A	Asegurar Protege personas y operación: detén si existe riesgo, reduce exposición y fija la prioridad inmediata. <i>«¿Qué debe estar seguro antes de continuar?»</i>	Riesgo
U	Ubicar Mapea demanda, significado, recursos, control, tiempo y recuperación. Pregunta qué cambió y qué está en juego. <i>«¿Qué sostiene la respuesta ahora?»</i>	Contexto
S	Seleccionar Elige simplificar, pausar, orientar, pedir apoyo, cambiar entorno o posponer una decisión no urgente. <i>«¿Qué estrategia encaja con el objetivo?»</i>	Estrategia
A	Actuar y ajustar Ejecuta un paso pequeño; define señal de recuperación, plazo, seguimiento y ruta de ayuda. <i>«¿Qué observaré para mantener o cambiar?»</i>	Evidencia

INTERVENCIÓN EN DOS NIVELES

Ahora: reduce riesgo y simultaneidad; confirma el dato crítico y una acción segura.

Después: revisa carga, recursos, control, claridad, recuperación y frecuencia.

Límite: ante intensidad, persistencia, impacto funcional o peligro, activa la ruta profesional.

Una pausa breve no corrige un sistema que mantiene la misma presión.

Prepara una intervención con PAUSA

Observa, protege y elige antes de reaccionar.

Elige una situación de presión de riesgo bajo o medio. Trabaja con señales observables y decisiones. No incluyas información clínica ni confidencial.

Fecha: _____

01 Situación, demanda y resultado que debe protegerse

02 P · Señales observables sin diagnóstico ni etiqueta

03 A · Riesgo, prioridad y condiciones que aseguraré primero

04 U · Demanda, significado, recursos y control disponibles

05 S · Estrategia elegida y razón contextual

06 A · Próximo paso, responsable y seguimiento

07 Evidencia para mantener, ajustar, detener o derivar

08 Comprobaciones para esta intervención

- ☐ Describo señales sin diagnosticar a la persona.
- ☐ Verifiqué riesgos para personas y operación.
- ☐ Incluí un cambio en condiciones, recursos o prioridades.
- ☐ Existe una ruta de apoyo si el patrón persiste o escala.

REVISIÓN

¿Qué observaré, cuándo revisaré y qué condición me hará detener o pedir ayuda?
