



**PROTOCOLO DE RESPUESTA A SITUACIONES DE
DESREGULACIÓN EMOCIONAL Y CONDUCTUAL.**

2025

PROTOCOLO DE RESPUESTA A SITUACIONES DE DESREGULACIÓN EMOCIONAL Y CONDUCTUAL.

I.INTRODUCCIÓN

Nuestro Colegio anexa a su Reglamento Interno este protocolo que permitirá abordar de mejor manera las situaciones desafiantes en lo emocional y conductual que presenten estudiantes y colaboradores al interior del Colegio.

II. CONCEPTUALIZACIONES:

2.1. Desregulación emocional y conductual (DEC):

La reacción motora y emocional a uno o varios estímulos o situaciones desencadenantes, en donde el niño, niña, adolescente o joven (NNAJ), por la intensidad de la misma, no comprende su estado emocional ni logra expresar sus emociones o sensaciones de una manera adaptativa, presentando dificultades más allá de lo esperado para su edad o etapa de desarrollo evolutivo, para autorregularse y volver a un estado de calma y/o, que no desaparecen después de uno o más intentos de intervención docente, utilizados con éxito en otros casos, percibiendo externamente por más de un observador como una situación de “descontrol”. (Construcción colectiva Mesa Regional Autismo, región de Valparaíso, mayo 2019).

2.2. Regulación emocional:

Se entiende como aquella capacidad que nos permite gestionar nuestro propio estado emocional de forma adecuada. Supone tomar conciencia de la relación entre emoción, cognición y comportamiento; tener buenas estrategias de afrontamiento; capacidad para autogenerar emociones positivas, entre otros (Bisquerra, 2003). Es decir, implica entender cómo nos sentimos, entender por qué nos sentimos así, poner en marcha herramientas que nos permitan expresar y gestionar lo que sentimos de forma adaptativa y orientada a nuestros objetivos personales (Gross, J. J., & Thompson, R. A., 2007).

En el proceso de regulación emocional están presentes tanto respuestas fisiológicas y comportamentales como ambientales, que implican equilibrio, integración y madurez emocional, de acuerdo con los objetivos de la persona y con el contexto. Esto es relevante, y nos indica que, en el afrontamiento y prevención de la desregulación emocional y conductual, se debe considerar que sus factores desencadenantes no solo responden a las características o rasgos asociados a una condición particular del estudiante, como podrían ser la condición de Espectro Autista, el Trastorno de Déficit Atencional con Hiperactividad (TDAH), el Trastorno de Ansiedad, la Depresión u otros, originados por diferentes causas, sino que los factores estresantes del entorno físico y social también pueden ser desencadenantes de una DEC en niños, niñas y jóvenes con mayor vulnerabilidad emocional, incluyendo el comportamiento de los adultos.

2.3. Intervención en crisis:

La intervención en crisis es la estrategia que se aplica en el momento de una crisis y su objetivo es que la persona salga del estado de crisis y recupere la funcionalidad para afrontar el evento a nivel emocional, conductual y racional. Es “una ayuda breve e inmediata de apoyo a la persona para restablecer su estabilidad personal a nivel emocional, físico, cognitivo y conductual (social)” (Osorio, 2017, pp.6).

Se pueden señalar tres aspectos que son los que deben orientar la actitud de la persona encargada de entregar asistencia o apoyo (Slaikeu, 2000): **proporcionar ayuda, reducir el riesgo (para la propia persona o para otros), y conectar con los recursos de ayuda cuando se requiere** (Osorio, 2017).

Una vez superado el momento de crisis, deben determinar la necesidad (o no) de derivar a una intervención de segunda instancia por parte de profesionales especializados del área de la salud, como psicólogos, psicoterapeutas o psiquiatras, entre otros posibles.

2.4. Educación Emocional:

Rafael Bizquerra (1993) concibe la educación emocional como un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo integral de la persona, con objeto de capacitarlos para la vida. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social.

La educación emocional es un proceso educativo continuo y permanente, puesto que debe estar presente a lo largo de todo el currículum académico y en la formación permanente a lo largo de toda la vida. Es decir, la educación emocional tiene un enfoque del ciclo vital. La educación emocional se propone optimizar el desarrollo humano, a través de la adquisición de competencias que se pueden aplicar a una multiplicidad de situaciones, tales como la prevención del consumo de drogas, prevención del estrés, ansiedad, depresión, violencia, etc. La prevención primaria inespecífica pretende minimizar la vulnerabilidad de la persona a determinadas disfunciones (estrés, depresión, impulsividad, agresividad, etc.) o prevenir su ocurrencia. Para ello se propone el desarrollo de competencias básicas para la vida. Cuando todavía no hay disfunción, la prevención primaria tiende a confluir con la educación para maximizar las tendencias constructivas y minimizar las destructivas.

III. APRECIACIONES GENERALES:

3.1. Capacitaciones:

Capacitar en intervenciones de crisis o primera ayuda psicológica, para desarrollar habilidades blandas del encargado, acompañante interno y acompañamiento externo.

3.2. Identificar a los estudiantes:

Identificar aquellos estudiantes que presentan diagnósticos, se encuentran recibiendo algún tratamiento o algún tipo de vulneración.

3.3. Identificar señales previas:

Observación de estudiante, fuera o dentro de la sala. La convivencia escolar y el clima laboral también afecta a los/as estudiantes, como también su entorno físico y social.

3.4. Entorno físico:

Ruidos fuertes, desorden y otros afectan a estudiante y producen o aumentan el DEC.

En clases de Orientación hablar con el curso a objeto de crear e implementar las reglas al interior del aula, las cuales deben estar en armonía con el Reglamento Interno. Realizar actividades de relajación previa a la clase, ejercicios, pausas activas, otros.

3.5. Entorno social:

El colaborador debe mantener la tranquilidad, no hacer juicios de valor ante una situación, al estudiante con DEC dejarlo expresarse a su propio tiempo, respetar su espacio, entre otros.

3.6. Comunicación con las familias:

Acordar medios de comunicación con el/la apoderado/a a objeto de informar situaciones ocurridas en forma certera y sin hacer juicios de valor. Informar el o los colaboradores que participaron en el proceso completo de estabilización del/la estudiante.

IV. PROTOCOLO DEC y REGLAMENTO INTERNO:

Existe Articulación y coherencia entre Reglamento de Convivencia Escolar (RCE), Reglamento de Evaluación (RE), con el Protocolo sobre Desregulación Emocional y Conductual (DEC)

V.-OBSERVACIONES GENERALES ANTE UNA SITUACIÓN DEC:

5.1. Procurar cambiar el foco del estudiante a objeto de que piense en otra cosa y para ello se puede utilizar juegos a la mano, actividad artística u otra actividad.

5.2. Facilitarles la comunicación, ayudando a que se exprese de una manera diferente a la utilizada durante la desregulación emocional y conductual y para ello se puede utilizar preguntas tales como; “¿hay algo está molestandote?, ¿qué quieres hacer ahora?, si lo cuentas, a lo mejor encontramos la forma que te sientas mejor, otras.”

5.3. Otorgar a algunos/as estudiantes, para los cuales existe información previa de riesgo de desregulación emocional y conductual cuando sea necesario; tiempos de descanso en que puedan, por ejemplo, ir al baño o salir de la sala. Estas pausas, tras las cuales debe volver a finalizar la actividad que corresponda, deben estar previamente establecidas y acordadas con el/la estudiante y su familia.

5.4. Utilizar refuerzo conductual positivo frente a conductas aprendidas con apoyos iniciales, que son adaptativas y alternativas a la desregulación emocional y conductual, para el diseño de este refuerzo positivo se requiere tener conocimiento sobre cuáles son sus intereses, cosas favoritas, hobbies, objeto de apego, otros. Es necesario manejar y/o alimentar permanente de información del/la estudiante.

Es necesario reforzar inmediatamente después de ocurrida la conducta, dicha conducta debe ser reforzada de manera similar por todas las personas adultas (por profesores/as y funcionarios/as), por lo que debe quedar clarificado cuándo y cómo será ese refuerzo positivo (por ejemplo, a través de un abrazo).

5.5. Enseñar estrategias de autorregulación emocional y relajación, ayudarles a identificar los primeros signos de ansiedad u otros estados emocionales y cómo abordarlos mediante objetos o situaciones que les agraden y relajen; mediante ejercicios de relajación, respiración, otros.

También, se le puede solicitar que especifique qué sensaciones ocurren en su cuerpo con cada emoción, o qué pensamientos tiene cuándo se siente así.

5.6. Cuidar el ambiente de la sala de clases. Además, se debe estar atento/a las necesidades de adaptación de las reglas generales del aula que contribuyan a una sana convivencia escolar y publicarlas en los diarios murales de cada curso.

VI. ACTUACIÓN SEGÚN NIVELES DE INTENSIDAD

6.1. Nivel 1: En caso de haber intentado manejo general sin resultados positivos y sin que se visualice riesgo para sí mismo/a o terceros:

- Cambiar la actividad, la forma o los materiales, a través de los que se está llevando a cabo la actividad.
- En los más pequeños utilizar rincones de juego y permitirle llevar objetos de apego, si los tiene.
- Utilizar el conocimiento sobre sus intereses, cosas favoritas, hobbies y objeto de apego.
- Permitir salir un tiempo corto y determinado a un lugar acordado anticipadamente y que reúna ciertas condiciones según su edad y que cuente con material necesario para la regulación. Si durante el tiempo establecido que se mantendrá fuera del aula, por su edad u otras razones, requiere compañía de la persona a cargo, esta puede iniciar contención emocional-verbal.

Las acciones que puede desarrollar la persona a cargo, adaptables conforme a diferentes edades y características del estudiante, podrían ser:

- Motivar a tumbarse en el piso boca arriba: “respira profundo por la nariz y bota el aire por la boca”; “cuenta del 1 al 20 mentalmente descansando y repítelo varias veces”. Si se siente incómodo al cerrar los ojos, no insistir. Indicar algunas alternativas: “Podemos poner un poco de música. ¿Qué música te gusta? ¿Prefieres quedarte en silencio? Si quieres podemos dibujar en la pizarra o en una hoja lo ocurrido... no te preocupes, tenemos un tiempo, y podemos conseguir más si se necesita. ¿Quieres tu muñeco/juguete/foto/? (Procurar tener en el colegio un objeto de apego, cuando es pertinente conforme edad o diagnóstico conocido)

6.2. Nivel II: En caso de aumento de la desregulación emocional y conductual y con riesgo para sí mismo/a o terceros:

- Acompañar sin interferir en su proceso de manera invasiva, con acciones como ofrecer soluciones o pidiéndole que efectúe algún ejercicio, pues durante esta etapa de desregulación del estudiante no está logrando conectar con su entorno.

Características del colaborador para apoyar en los niveles 1 y 2:

(En estas etapas, idealmente, debe haber tres adultos a cargo de la situación de DEC, cada uno con diferentes funciones: encargado, acompañante interno y acompañante externo).

Colaborador/a a cargo de la situación, deseable que tenga un vínculo previo de confianza con el/la estudiante y algún grado de preparación. (Para tal efecto, varias personas deben contar con entrenamiento previo)

Para abordar una situación de DEC en estas etapas, la persona encargada debe comunicarse con un tono de voz tranquilo, pausado y cariñoso. No demostrar enojo, ansiedad o miedo, sino una actitud de calma y serenidad, procurando no alterar más la situación.

Tipos de acompañamientos en los niveles 1 y 2:

- **Acompañante interno:** Adulto que permanecerá en el interior del local junto al/la estudiante y encargado/a, pero a una distancia mayor, sin intervenir directamente en la situación. Permanecerá mayormente en silencio, siempre alerta y de frente al/la estudiante con una actitud de resguardo y comprensión.
- **Acompañante externo:** Adulto que permanecerá fuera de la sala o recinto en donde ocurra la situación de contención; debe coordinar la información y dar aviso al resto del personal según corresponda (llamar por teléfono, informar a directivos u otros). Al finalizar la intervención se debe dejar registro del desarrollo en la Bitácora (Ver anexo 1) para evaluar la evolución en el tiempo de la conducta del estudiante conforme a la intervención planificada, así como el progreso en las capacidades y competencias de la comunidad escolar para abordar este tipo de situaciones. El registro de la bitácora deberá ser completado por el encargado/a y/o el acompañante interno y/o externo luego de ocurrida la situación dentro de las primeras 24 horas.

Acciones generales adaptables conforme a edad y características de él/la estudiante, para estos niveles:

- Permitirle ir a un lugar que le ofrezca calma o regulación sensorio-motriz.
- Permitir, cuando la intensidad vaya cediendo, la expresión de lo que le sucede o de cómo se siente, con una persona que represente algún vínculo para él/ella, en un espacio diferente al aula común, a través de conversación, dibujos u otra actividad que le sea cómoda.
- Conceder un tiempo de descanso cuando la desregulación haya cedido.

Características requeridas del ambiente en estos niveles:

- Llevar al/la estudiante a un lugar seguro y resguardado.
- Retirar elementos peligrosos que estén al alcance del/la estudiante: tijeras, cuchillos cartoneros, piedras, palos, entre otros.
- Reducir los estímulos que provoquen inquietud, como luz, ruidos, otros.
- Evitar aglomeraciones de personas que observan.

Responsables:

Profesor/a jefe, profesor/a de asignatura, asistente de la educación, asistentes de convivencia, y/o Coordinadora de Convivencia educativa.

Información a la familia y/o apoderada/o en estos niveles:

El Equipo de Convivencia, en conocimiento del particular contexto familiar y la condición laboral y/o emocional del/la apoderado/a, orientará sobre la responsabilidad que debiera asumir en estos apoyos.

6.3. Nivel 3: Cuando el descontrol y los riesgos para sí o terceros implican la necesidad de contener físicamente al estudiante:

Esta contención tiene el objetivo de inmovilizar al/la estudiante para evitar que se produzca daño a sí mismo/a o a terceros, por lo que se recomienda realizarla sólo en caso de RIESGO EXTREMO. Su realización debe ser efectuada por un profesional capacitado que maneje las técnicas apropiadas: (acción de mecedora, abrazo profundo). Para efectuar este tipo de contención debe existir autorización escrita por parte de la familia para llevarla a cabo, y solamente cuando el/la estudiante dé indicios de aceptarla, ya que puede tener repercusiones negativas en el momento o a futuro.

Características del/la colaborador/a para apoyar en el nivel 3:

(En este nivel, debe haber tres adultos a cargo de la situación, cada uno con diferentes funciones: encargado/a, acompañante interno y acompañante externo):

- Encargado/a: Persona a cargo de la situación, con rol mediador y acompañante directo durante todo el proceso. Es deseable que tenga un vínculo previo de confianza con el/la estudiante y algún grado de preparación.

Debe comunicarse con un tono de voz tranquilo, pausado y cariñoso. No demostrar enojo, ansiedad o miedo, sino una actitud de calma y serenidad, procurando no alterar más la situación.

- Acompañante interno: Adulto que permanecerá en el interior del recinto junto al/la estudiante y encargado/a, pero a una distancia mayor, sin intervenir directamente en la situación.

Permanecerá mayormente en silencio, siempre alerta y de frente al/la estudiante con una actitud de resguardo y comprensión.

- Acompañante externo: Adulto que permanecerá fuera de la sala o recinto en donde ocurra la situación de contención; debe coordinar la información y dar aviso al resto del personal según corresponda (llamar por teléfono, informar a directivos u otros).

Al finalizar la intervención se debe dejar registro del desarrollo en la Bitácora (Ver anexo 1) para evaluar la evolución en el tiempo de la conducta del/la estudiante conforme a la intervención planificada, así como el progreso en las capacidades y competencias de la comunidad escolar para abordar este tipo de situaciones.

-Acción de abrazo de contención:

El abrazo de contención es lo que su nombre indica: Contiene al/la estudiante dentro de límites aseguradores, dentro de los cuales el/la NNAJ podrá expresar cuanto tenga para expresar, positivo y negativo, aún en relación con quien lo abraza.

La intención de la persona abrazante será reducir el pánico, dar pertenencia (un marco, un contexto), aportar vivencialmente estímulos (información) emocionales y corporales, habilitar, apoyar y estimular la expresión de emociones, acompañar, permitir la exploración de la situación.

En circunstancias extremas puede requerirse trasladar al/la estudiante al Hospital de Valdivia o Consultorio cercano, para lo cual los/as responsables previamente deben establecer contacto con el hospital comunal, para definir de manera conjunta la forma de proceder y, en acuerdo con

apoderado/a, la forma de traslado, con apego a la normativa y a la seguridad de todas las partes involucradas.

En algunos casos la desregulación emocional y conductual puede darse asociada a efectos adversos de medicamentos neurológicos o psiquiátricos, de ahí la importancia de la articulación con la familia y los centros de salud, además de mantener al día la información clínica del/la estudiante en su ficha de matrícula, Unidad psicopedagógica o Convivencia educativa.

No llamar la atención al/la estudiante, no amenazar con futuras sanciones y no intentar razonar respecto a su conducta en ese momento.

En situaciones donde existe alto riesgo para el/la estudiante o terceros, es importante salir de la sala con todo el curso, de manera tranquila y relajada, sin que los/as estudiantes perciban que la persona que está a cargo, está asustada o con algún descontrol.

Información a la familia y/o apoderada/o en nivel 3:

La persona que cumple el papel de acompañante externo es la encargada de dar aviso a la familia y apoderado/a. Con la llegada de éste, en el caso que pueda hacerse presente en el lugar, se efectúa la salida del acompañante interno, quedando encargado/a y apoderado/a en la tarea de acompañar al/la estudiante.

El equipo de Convivencia, en conocimiento del particular contexto familiar y la condición laboral y/o emocional del/la apoderado/a, orientará sobre la responsabilidad que debiera asumir en estos apoyos, estableciendo siempre medios para mantenerse informado en el caso de DEC y del manejo que en el establecimiento se está desarrollando, a la vez de considerar siempre la información y opinión del apoderado/a en los aspectos que faciliten la mejor intervención y el trabajo colaborativo.

VII.-INTERVENCIÓN EN LA REPARACIÓN, POSTERIOR A UNA CRISIS DE DESREGULACIÓN EMOCIONAL Y CONDUCTUAL EN EL ÁMBITO EDUCATIVO

- Demostrar afecto y comprensión, hacerle saber al/la estudiante que todo está tranquilo y que es importante hablar de lo ocurrido para entender la situación y solucionarla, así como evitar que se repita.
- Tomar acuerdos conjuntos para prevenir en el futuro inmediato situaciones que pudiesen desencadenar en una desregulación. A la vez, informarle que dispondrá de profesionales de apoyo para ayudarle a poner en práctica estos acuerdos, y que pueda expresar lo que le molesta, lo que requiere o logrando un mayor autocontrol de la situación. Señalar que siempre el objetivo será evitar que esto vuelva a ocurrir.

Apoyar la toma de conciencia, acerca de que todos/as los/as estudiantes tienen los mismos derechos y deberes, y en caso de haber efectuado destrozos u ofensas se debe responsabilizar y hacer cargo, ofreciendo las disculpas correspondientes, ordenando el espacio o reponiendo los objetos rotos, conforme a las normas de convivencia del aula y del Colegio.

- Trabajar la empatía y la causa-consecuencia de nuestras acciones y el reconocimiento y expresión de emociones. Para ello, se pueden utilizar apoyos visuales, como dibujos de lo ocurrido o historias sociales, tipo comics, u otras adecuadas a cada estudiante y a su edad.
- En cuanto a la reparación hacia terceros, debe realizarse en un momento en que el/la estudiante haya vuelto a la calma, lo cual puede suceder en minutos, horas, incluso, al día siguiente de la desregulación.
- Indagar sobre el bienestar personal, la calidad de las relaciones con sus pares, con la familia, las oportunidades de participar en actividades atractivas y significativas y lo que le gustaría hacer en comparación con lo que cotidianamente hace.