



## **Protocolo de acción frente a situaciones de Desregulación Emocional y Conductual de los estudiantes**

Es importante tener en cuenta que, en el contexto escolar, cualquier estudiante a lo largo de su trayectoria educativa puede vivir alguna situación de crisis y requerir apoyo para afrontar dicho evento e integrarlo de manera funcional a su vida, por lo que es importante contar en el establecimiento educacional con personas que tengan herramientas concretas para brindar esta ayuda cuando surge la necesidad. (Ministerio de Educación, 2022)

Ahora bien, se entenderá 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, percibiéndose externamente por más de un observador como una situación de “descontrol”

(Construcción colectiva Mesa Regional Autismo, región de Valparaíso, mayo 2019)

Es importante tener en cuenta la desregulación emocional puede aparecer en distintos grados y no se considera un diagnóstico en sí. Ahora bien, la regulación emocional se entiende como “aquella capacidad que nos permite gestionar nuestro propio estado emocional de forma adecuada”. Entonces, en el proceso de regulación emocional están presentes tanto respuestas fisiológicas y comportamentales<sup>5</sup> como ambientales<sup>6</sup>, 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. (Ministerio de Educación, 2022)

Por lo anterior es importante comprender algunos conceptos relacionados:

- **Contención Emocional:** Calmar y estimular la confianza de la persona que se encuentra en alguna fuerte crisis emocional. Principalmente esta práctica está vinculada a la actitud empática y la escucha activa. Desde un enfoque psicológico, la contención emocional consiste en brindar apoyo a quién requiere ser asistido consecuencia de haber perdido el equilibrio o no encontrarse en una situación habitual.
- **Contención Física:** Es un recurso terapéutico que se utiliza en situaciones extremas para mantener bajo control conductas que implican un peligro elevado para el propio paciente, para otros, o para profesionales que estén trabajando en la zona.

Las principales medidas en una contención física para la prevención de daños físicos en los individuos que presentan una desregulación emocional son:

- a. Alejar objetos que puedan ser peligrosos (gafas, bolígrafos, relojes, anillos, portátiles, tijeras, etc.)
- b. Reducir estímulos que provoquen inquietud (luz, ruidos, actividades).
- c. Tener un espacio de referencia donde poderse tranquilizar, aislarlo o contenerlo (tanto físico como verbalmente).
- d. Disponer de mecanismos para avisar a otros en el caso de necesitar ayuda.
- e. Evitar usar el cuerpo como escudo propio.
- f. Mantenerse alerta, no relajarse, aunque la situación parezca más controlada.
- g. No dar por finalizada una crisis hasta que no estemos del todo seguros.
- h. Acercarse siempre por delante del individuo.



## **Intervención según nivel de intensidad**

1. Etapa inicial: previamente 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 pueden usarse rincones con casas de juego en donde permanezcan al detectarse la fase inicial de la desregulación y antes de su amplificación en intensidad, y donde pueda recibir atención y monitoreo de un adulto hasta que se reestablezca a su estado inicial; permitirle llevar objetos de apego, si los tiene.

-Utilizar el conocimiento sobre sus intereses, cosas favoritas, hobbies, objeto de apego en la estrategia de apoyo inicial a la autorregulación.

-Si se requiere, permitirle salir un tiempo corto y determinado a un lugar acordado anticipadamente en contratos de contingencia, que le faciliten el manejo de la ansiedad y autorregularse emocionalmente

-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, esto es, intentar mediar verbalmente en un tono que evidencie tranquilidad, haciéndole saber al estudiante que está ahí para ayudarlo y que puede, si lo desea, relatar lo que le sucede, dibujar, mantenerse en silencio o practicar algún ejercicio.

2. Etapa de aumento de la desregulación emocional y conductual, con ausencia de autocontroles inhibitorios cognitivos y riesgo para sí mismo/a o terceros.

-No responde a comunicación verbal ni a mirada o intervenciones de terceros, al tiempo que aumenta la agitación motora sin lograr conectar con su entorno de manera adecuada. Se sugiere “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 el NNAJ no está logrando conectar con su entorno de manera esperable.

a) Algunos ejemplos de acciones generales adaptables conforme a edad y características del estudiante, para esta etapa podrían ser:

- Permitirle ir a un lugar que le ofrezca calma o regulación sensorio motriz (por ejemplo, una sala previamente acordada que tenga algunos implementos que le faciliten volver a la calma).
- 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.

b) Características requeridas del ambiente en etapa 2 de desregulación emocional y conductual:

- Llevar al estudiante a un lugar seguro y resguardado, idealmente en un primer piso. Por ejemplo: sala de recursos, sala sensorial, sala acondicionada
- Evitar trasladarlo a lugares con ventanales en techos o ventanas sin cortinaje, o con estímulos similares a los desencadenantes de la crisis de desregulación (por ejemplo, imágenes, olores, que lo miren a los ojos preguntándole por su estado).
- Retirar elementos peligrosos que estén al alcance del estudiante: tijeras, cuchillos cartoneros, piedras, palos, otros.
- Reducir los estímulos que provoquen inquietud, como luz, ruidos.
- Evitar aglomeraciones de personas que observan.

c) Características requeridas del personal a cargo en etapa 2 y 3 de DEC:

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.

- 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 NNAJ y algún grado de preparación. Para tal efecto, varias



personas deben contar con entrenamiento previo. Para abordar una situación de DEC en esta etapa, 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. Si no logra afrontar apropiadamente la situación desde el ámbito personal, es importante pensar en hacer un cambio de encargado/a, lo cual puede ser temporal, mientras se le capacita, o definitivo.

- Acompañante interno: adulto que permanecerá en el interior del recinto junto al estudiante y encargado, pero a una distancia mayor, sin intervenir directamente en la situación. Permanecerá mayormente en silencio, siempre alerta y de frente al 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 es deseable dejar registro del desarrollo en la Bitácora (Anexo propuesta de bitácora) 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

d) Información a la familia y/o apoderada/o (etapa 2 y 3): La persona que cumple el papel de acompañante externo es la encargada de avisar a la familia y apoderado/a. Con la llegada de este, en el caso que pueda hacerse presente en el lugar, se efectúa la salida del acompañante interno, quedando encargado y apoderado/a en la tarea de “acompañar” al estudiante.

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 NNAJ para evitar que se produzca daño a sí mismo o a terceros, por lo que se recomienda realizarla solo en caso de



extremo riesgo para un/a estudiante o para otras personas de la comunidad educativa. Su realización debe ser efectuada por un/a 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 estudiante dé indicios de aceptarla, ya que puede tener repercusiones negativas en el momento o a futuro

### **Medidas a tomar en Episodios de Desregulación emocional y conductual**

1. Profesor o profesora deberá interrumpir la clase para contener al estudiante en episodio de desregulación emocional y conductual por medio de táctica emocional o física según requiera el caso. Abrazar y/o retener sólo si es estrictamente necesario en caso de una descompensación física y violenta con el fin de evitar que el o la estudiante agrede a sus compañeros, algún funcionario o a sí mismo.
2. En caso de que la descompensación interfiera con el clima de la clase a través de gritos, golpes y/o llantos, el profesor en cuestión debe solicitar apoyo inmediato de otro funcionario que cuide a los demás compañeros, los saque del lugar y explique lo que está ocurriendo con el objetivo de bajar los niveles de estrés colectivo y el prevenir episodios de violencia o de agresión. De preferencia, el otro profesional de apoyo debe ser coordinadora PIE y/o Psicólogo.
3. El o la estudiante deberá ser retirada inmediatamente de la sala de clases de ser posible y ser llevada a la sala del PIE o del Psicólogo por un periodo aproximado de 20 o 30 minutos (esto puede variar según el caso).
4. Se deberá informar inmediatamente al apoderado o apoderada por medio de llamada telefónica. Luego, coordinar una entrevista para conversar sobre la situación ocurrida y qué medidas se adoptarán.
5. Si existiera una mala interpretación por parte del estudiante descompensado sobre el accionar del profesor (acusaciones de agresión o de otro tipo), el profesional en cuestión debe, de manera inmediata, aclarar que actuó bajo las normas del protocolo



de acción en casos de descompensación en estudiantes. Esto por medio de testigos que presenciaron los hechos (Otro funcionario y/o compañeros del estudiante).

6. En el caso que el clima del curso se viera demasiado afectado, el Psicólogo del colegio deberá entregar una contención grupal con el objetivo de bajar los niveles de preocupación en los demás compañeros y compañeras.
7. Si el episodio de descompensación es de carácter grave, se solicitará al apoderado o apoderada que, por medio de un profesional de la salud especializado, acredite que el estudiante puede reincorporarse con normalidad a las clases y qué tipo de medidas se deberán tomar para su caso particular.
8. Para el caso que el episodio sea imposible de contener por los funcionarios de establecimiento, se procederá a llamar a SAMU.

### **Medidas Preventivas**

1. Conocer a los estudiantes: de modo de identificar a quienes por sus características y/o circunstancias personales y del contexto, pueden ser más vulnerables a presentar episodios de DEC.
2. Reconocer señales previas y actuar de acuerdo con ellas: se recomienda poner atención a la presencia de “indicadores emocionales” (tensión, ansiedad, temor, ira, frustración, entre otros) y reconocer, cuando sea posible, las señales iniciales que manifiestan NNAJ, previas a que se desencadene una desregulación emocional.
3. Reconocer los elementos del entorno que habitualmente preceden a la desregulación emocional y conductual
4. Redirigir momentáneamente al estudiante hacia otro foco de atención
5. Facilitar la comunicación, ayudante a que se exprese de una manera diferente a la utilizada durante la desregulación emocional y conductual
6. Otorgar a algunos estudiantes para los cuales existe información previa de riesgo de desregulación emocional y conductual -cuando sea pertinente- tiempos de descanso.
7. Utilizar refuerzo conductual positivo frente a conductas aprendidas con apoyos iniciales, que son adaptativas y alternativas a la desregulación emocional y conductual.



8. Enseñar estrategias de autorregulación.
9. Diseñar con anterioridad reglas del aula.

**Cada funcionario del establecimiento debe estar al tanto de lo ocurrido y cumplir el rol de observador discreto de él o la estudiante a modo de seguimiento luego del episodio en cuestión.**

**En caso de percatarse de algo, dar aviso al profesor jefe y psicóloga del colegio.**