

# Protocolo de manejo de desregulaciones emocionales y conductuales

## 1. Introducción

El presente documento, contextualiza a nuestro establecimiento educacional CICV las orientaciones entregadas por el Ministerio de Educación en agosto de 2022 para la incorporación de un protocolo de prevención e intervención frente a situaciones de desregulación emocional y conductual; reproduciendo, parafraseando, organizando, complementando y operacionalizando estrategias para su manejo.

## 2. Definiciones

- Desregulación emocional y conductual

“La reacción motora y emocional a uno o varios estímulos o situaciones desencadenantes, en donde el niño, niña, adolescente o joven, 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”. (Mesa Regional Autismo, como se citó en Mineduc, 2022)

La desregulación emocional puede responder a la interacción de diversos elementos, que pueden ser fisiológicos, comportamentales y/o ambientales. (Cf. Mineduc, 2022)

- Regulación Emocional

“Capacidad que nos permite gestionar nuestro propio estado emocional de forma adecuada” (Bisquerra, como se citó en Mineduc, 2022). “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., como se citó en Mineduc, 2022)

- 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 trastorno y recupere la funcionalidad para afrontar el evento a nivel emocional, conductual y racional.” (Mineduc, 2022)

### 3. Coherencia con el Reglamento de Convivencia Escolar

Nuestro Reglamento de Convivencia Escolar CICV considera la existencia de factores agravantes y atenuantes para determinar la aplicación de las medidas que se contemplan en este reglamento complementario al RICE CICV.

En este sentido, las acciones propuestas en el presente protocolo permiten que la conducta de la o el estudiante sea considerada en su contexto, con el objetivo de que las medidas frente a eventuales faltas a la convivencia resulten pertinentes.

### 4. Prevención de situaciones de Desregulación emocional y conductual

Estar preparados:

a. Una vez al año se realizará una capacitación sobre desregulación emocional y conductual, intervención en crisis y estrategias sugeridas para la contención. A esta instancia serán convocados todos(as) los(as) educadores(as) del colegio.

b. En casos de que un(a) estudiante presente desregulaciones emocionales reiteradas, o si los apoderados de éste(a) indican alguna condición particular que requiera un ajuste razonable para evitar desregulaciones emocionales, el o la profesor(a) tutor, Jefe de Formación, Coordinador(a) de Ciclo, o profesionales del Equipo de Psicoeducativo de Convivencia Escolar, solicitarán a los(as)

apoderados(as) la firma de un “ACUERDO DE RESPUESTA A SITUACIONES DE DESREGULACIÓN EMOCIONAL Y CONDUCTUAL”, en el cual el o la apoderado(a): (Anexo I)

- Autoriza a que, en caso de una desregulación, se intervenga con el objetivo de proporcionar ayuda a la o el estudiante, reducir el riesgo para sí mismo(a) y otros(as) y conectarle con recursos de ayuda.
- Consiente a la utilización de la información proporcionada para dichos fines.
- Toma conocimiento de que las intervenciones serán realizadas con gradualidad y proporcionalidad, dependiendo de la etapa de desregulación que se esté viviendo, pudiendo llegar a la contención física en caso de riesgo.
- Se compromete a participar de una entrevista con profesionales del colegio cuando se le cite a propósito de una desregulación emocional, y para determinar la necesidad de derivar a una atención especializada.
- Reconoce a la(s) persona(s) del colegio preferentes para la contención (adulto significativo).
- Identifica a un familiar o persona significativa a la cual recurrir si es necesaria una contención adicional.
- Identifica a los profesionales externos con los cuales autoriza contacto y coordinación.

c. El o la profesor(a) Tutor y el equipo de convivencia escolar del colegio incluirán en la planificación del trabajo anual en aula la enseñanza de estrategias de autorregulación emocional, cognitiva y conductual.

d. El o la profesor(a) Tutor y el Equipo de Convivencia Escolar del colegio, en los primeros meses del año escolar, construirán con cada curso “Acuerdos de aula para sentirnos bien” que incluyan formas de advertir síntomas previos a la desregulación: incomodidad, frustración, angustia, etc. Dentro del plan de trabajo de cada curso.

## 5. Conocer a los estudiantes:

a. Se actualizará recurrentemente el Registro de Estudiantes con DEC, y Estrategias para Trabajar con la Diversidad al cual tienen acceso todos los(as) educadores, incorporando los elementos relevantes informados por los(as) apoderados. Esto se actualiza en reuniones de coordinación donde participa el profesor Tutor, Jefe de Formación y Coordinador de Ciclo.

b. El Equipo de Convivencia, y la psicóloga incorporará en el Registro de Estrategias para Trabajar con la Diversidad información relevante respecto a factores desencadenantes y señales previas comunes observados en el(la) estudiante en particular. También podría incorporar información sobre intereses y pasatiempos del(la) estudiante para el diseño de refuerzos positivos en las Actas de Coordinación y Entrevistas. (Anexo 2)

c. Los(as) docentes revisarán periódicamente el Registro de Estrategias para Trabajar con la diversidad en reuniones de coordinación con Jefe de Formación y Coordinación de ciclo.

d. En reuniones semanales de los profesores Tutores de cada curso con Jefe de formación y Coordinación de Ciclo se realizan las derivaciones a través de una Ficha (Anexo 2) para que las psicólogas CICV atiendan a los alumnos/as derivados y den la contención, mediación para regular conductas, o derivar a especialistas externos.

e. Estudiantes con condición del espectro autista, suelen ser ritualistas y tendientes a la inflexibilidad e invarianza, propensos a presentar hipersensibilidades a nivel sensorial, acompañado de estados de ansiedad frecuentes (Moskovitz et al., 2017). Les cuesta tolerar y adaptarse a los cambios, gestionar los imprevistos, relacionarse les produce estrés; viven la ansiedad de manera intensa y permanente, con dificultad para reconocer sus propias emociones o identificar los niveles iniciales de ansiedad, sino hasta que son “inundados” por ésta (Llorente,2018). También pueden presentar deficiencias persistentes en la comunicación social y la interacción social en diversos contextos. Estos elementos, principalmente la tendencia a la ansiedad, por lo general, son los que están a la base de una desregulación o su intensificación frente a determinados contextos y situaciones. Es posible observar conductas como el aumento de movimientos estereotipados, expresiones de incomodidad o disgusto, agitación de la respiración, aumento de volumen en voz o lenguaje grosero.

f. Estudiantes severamente maltratados y/o vulnerados en sus derechos, podrían mostrar dificultad en el contacto visual, tendencia a aislarse, entre otras manifestaciones, generando la posibilidad de desregulación a partir de la cercanía física, sonidos, olores, imágenes que evoquen recuerdos de las situaciones traumáticas y que les generan gran malestar emocional.

g. Estudiantes con abstinencia al alcohol, luego de un consumo intenso y prolongado, podrían presentar inicialmente ansiedad, sudoración, sensación de sueño.

h. Estudiantes que presentan trastornos destructivos del control de impulsos y la conducta, algunos de ellos significativamente prevalentes en población infantojuvenil nacional; por ejemplo, en el trastorno negativista desafiante, donde el patrón de irritabilidad tiende a presentarse con frecuencia; su rápida identificación, junto a la de los factores contextuales asociados a su aparición, pueden ayudar a planificar las acciones preventivas.

i. Estudiantes con trastorno de déficit atencional con hiperactividad/impulsividad, pueden tender a sentirse frustrados con mayor facilidad, ser emocionalmente explosivos y demostrar menor atención a las claves sociales. Así también, ser propensos a una menor regulación emocional, mayor expresión de las emociones, especialmente en el caso de la ira y la agresividad, dificultades para enfrentar la frustración, menos empatía y menor activación ante la estimulación. (Orientaciones Mineduc 2019)

## **6.Reconocer señales previas:**

a. Los(as) apoderados deberán informar oportunamente al colegio de las condiciones y tratamientos que pudiesen representar una mayor probabilidad de desregulación emocional y conductual, así como de eventos desencadenantes y señales previas comunes en él o la estudiante. Estas condiciones incluyen la condición del espectro autista y trastornos ansiosos o depresivos, entre otras. Se deja registro escrito en Acta de Entrevista adjuntando informe especialista en caso que lo haya, sino se debe solicitar. (anexo I)

b. Los(as) educadores(as) tendrán presente “indicadores emocionales” que anteceden a una posible desregulación:

- Mayor inquietud, irritabilidad, ansiedad o desatención de la habitual.
- Aislamiento o retraimiento.
- Factores personales y/o detonantes previamente informados. (Cambio de rutina familiar, duelo, conflictos en general, etc)

c. En caso de observar señales previas a la desregulación, el educador presente tendrá en consideración o solicitará la información contenida en el registro de estrategias y en la ficha de respuesta DEC del(la) estudiante para una implementar estrategias de prevención.

## **7. Reconocer elementos del entorno:**

a. Los(as) apoderados(as) informarán si existen factores del ámbito personal o familiar que puedan predisponer a la desregulación al profesor Tutor quien se mantendrá atento para hacer seguimiento:

- Alteraciones del sueño.
- Episodios de enfermedad del(la) estudiante o personas cercanas.
- Cambios importantes en la estructura y/o rutina familiar.

- Desregulaciones antes de llegar al colegio.
- b. Los(as) educadores considerarán en su planificación los estímulos que pudieren gatillar desregulación emocional, para anticipar o realizar ajustes razonables, de acuerdo con la información de que disponga respecto a:
- Estímulos intensos y/o sostenidos
  - Cambios importantes de rutina
  - Nivel de exigencia
- c. Los(as) educadores considerarán en su planificación momentos de relajación, descanso o pausa activa.

## 8. Intervención en situaciones de DEC

### Objetivos de la intervención en crisis

- Proporcionar ayuda
- Reducir el riesgo
- Conectar con los recursos de apoyo

Identificación de la etapa de desregulación

**Etapa inicial:** Cuando hemos intentado un manejo general sin resultado positivo, pero no se ve un riesgo para el(la) estudiante o terceros(as).

**Etapa de aumento:** Cuando hay ausencia de controles inhibitorios cognitivos y se ve un riesgo para el(la) estudiante o terceros(as)

**Etapa de riesgo:** Cuando se observa un descontrol y un riesgo inminente para el(la) estudiante o terceros(as).

## 9. Estrategias generales de manejo de la DEC

- Mantener la calma.
- Utilizar una voz tranquila.
- Llevar al estudiante a un sitio seguro, para evitar exponerlo(a) frente a sus compañeros(as) de curso".
- Utilizar un lenguaje claro, preciso, conciso y ajustado al interlocutor.
- Manejar el lenguaje corporal para transmitir serenidad.
- No atribuir mala intención.
- Dar espacio para que el o la estudiante dé a conocer lo que le pasa.
- Aceptar y reconocer los sentimientos.
- Plantearle al(la) estudiante preguntas directas sobre lo que le está molestando o lo que necesita, entendiendo la desregulación como una "forma de comunicar".
- Permitir momentos de soledad o descanso si lo necesita, sin dejar de supervisar.
- Redirigir la atención hacia alguna actividad que le pueda parecer motivadora.

- Reforzar positivamente, sobre la base de sus intereses, la utilización de formas socialmente positivas de expresar necesidades.

## 10. Conductas desaconsejadas frente a una DEC

- Elevar el volumen de voz.
- Rechazar la emoción que exprese el estudiante, o buscar que la cambie de inmediato.
- Exponer la conducta del(la) estudiante frente a otros(as) estudiantes como una mala conducta.
- Intentar dar explicaciones extensas.
- Interpretar la desregulación sólo como una mala conducta.

## 11. Estrategias básicas para la etapa inicial

Ofrecer más de una alternativa como las que siguen, de modo que el(la) estudiante pueda elegir:

- Cambiar la actividad, la forma o los materiales, a través de los que se está llevando a cabo la actividad.
- Usar rincones con elementos de juego en donde permanezcan y donde pueda recibir atención y monitoreo de un adulto hasta que se reestablezca a su estado original.
- Utilizar el conocimiento sobre sus intereses, cosas favoritas, hobbies u objeto de apego.
- Permitir salir un tiempo corto y determinado a un lugar acordado anticipadamente que le facilite el manejo de la ansiedad y autorregularse emocionalmente, y en el cual pueda contar con supervisión.
- 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.
- Procurar tener en el colegio un objeto de apego, cuando es pertinente conforme edad o diagnóstico conocido.
- Guiar ejercicios de relajación y/o respiración consciente.
- Posibilitar la manipulación de objetos que no causen daño o realizar actividades monótonas que le sirvan para regular la ansiedad.

## 12. Estrategias para incorporar en la etapa de aumento y de riesgo.

a. Acompañar al(la) estudiante sin intervenir de manera invasiva.

b. Avisar a Coordinación de Ciclo o Equipo Convivencia para favorecer la disponibilidad de un(a) adulto(a) preferente para la contención de ese(a) estudiante en particular y un(a) acompañante externo(a) que permanezca alejado(a), pero pueda coordinar información. De este modo, idealmente existirán tres adultos(as) a cargo de la situación:

- Encargado(a) de la contención (psicóloga o inspector).
- Educador(a), que actúa como acompañante interno de resguardo (prof. Tutor, profesor de asignatura o Coordinador, quien esté más cerca en el momento).

- Acompañante externo(a), que actúa como coordinador es la jefe de Formación, en caso de no estar disponible, será el Encargado de Convivencia escolar.

c. Ofrecer alternativas como las siguientes:

- Ir acompañado(a) por un adulto a un lugar que ofrezca calma o regulación sensorial.
- Expresar lo que le sucede o cómo se siente, en un espacio diferente al aula común, a través de conversación, dibujos u otra actividad que le sea cómoda (Salita de apoyo).
- Conceder un tiempo de descanso cuando la desregulación haya cedido.
- Procurar que el ambiente al que se desplace el(la) estudiante sea seguro, tranquilo, sin aglomeraciones, y sin estímulos intensos ni similares a los que desencadenaron la DEC.
- En caso de extremo riesgo para el(la) estudiante u otras personas, el(la) encargado(a) de la contención, utilizará técnicas apropiadas para inmovilizar al(la) estudiante, tales como acción de mecedora o abrazo profundo.
- El acompañante externo se comunicará con la familia del(la) estudiante, solicitando que se haga presente en el colegio el(a) adulto(a) de confianza, y se conducirá al estudiante a la oficina del Equipo Convivencia Escolar a la espera de su llegada.
- Si la desregulación se mantiene a la llegada del(la) adulto(a) de confianza, este continuará la intervención junto al encargado interno de la contención.
- La psicóloga que acompaña y el Equipo de Convivencia evaluarán la necesidad de derivación a un centro de salud, siguiendo procedimientos análogos a los establecidos en el Protocolo de Atención de Primeros Auxilios.
- El(la) profesor(a) Tutor y/o la psicóloga que acompaña ofrecerán entrevistas y comunicación directa con profesionales externos(as) para coordinar acciones de apoyo pertinentes.
- El profesor(a) Tutor, Coordinador(a) de Ciclo y/o Encargada de Convivencia Escolar, informará, de existir, las medidas correspondientes al Reglamento de Convivencia Escolar aplicables a la conducta, considerando los factores agravantes y atenuantes que se observen.
- La psicóloga junto con el(la) profesor(a) Tutor completarán los aspectos relevantes de la “Bitácora de Desregulación Emocional y Conductual (DEC)” que será incorporada al archivador correspondiente del Equipo de Convivencia Escolar (Kardex Ficha Alumnos).

### **13. Acciones posteriores a la regulación emocional**

a. La psicóloga del nivel realizará al menos un encuentro con el(la) estudiante con el objetivo de:

- Hacerle saber al estudiante que todo está tranquilo y que es importante entender la situación, para solucionarla y evitar que se repita. Tras el episodio, es importante demostrar afecto y comprensión, hacerle saber al estudiante que todo está tranquilo y que es importante que podamos hablar de lo ocurrido para entender la situación y poder solucionarla, así como evitar que se repita
- Asegurarse que el(la) estudiante ya está en calma, y que es el momento oportuno para abordar los pasos que siguen. Se deben tomar acuerdos con el/la estudiante, para prevenir en el futuro inmediato situaciones que pudiesen desencadenar en una desregulación, a la vez de informar que dispondrá de profesionales de apoyo para ayudarlo a poner en práctica estos acuerdos, que le permitan expresar lo que le molesta o requiere sin la DEC, o logrando un mayor autocontrol de la situación. Señalando que siempre el objetivo será evitar

que esto vuelva a ocurrir, pues se comprende que para él/ella es una situación que no desea repetir

- Construir acuerdos para prevenir situaciones que puedan desencadenar una DEC, incluyendo la enseñanza de estrategias alternativas básicas en conjunto con el apoderado y especialista externo que atiende al estudiante.
- Informar la disponibilidad de las redes de apoyo en el colegio: profesor(a) Tutor, Coordinación de Ciclo, Equipo convivencia escolar, Encargado de Convivencia Escolar, Jefe de Formación al estudiante y su apoderado dejando escrito en Acta de Entrevista.
- Hacer presente las normas de convivencia de la comunidad educativa, señalando las conductas que las transgreden, y explicando las medidas que se haya resuelto tomar, explicitadas en Acta de Acuerdos. Debemos hacerlo consciente, de que todos los estudiantes tienen los mismo derecho y deberes, y en caso de haber efectuado destrozos u ofensas se debe hacer cargo y responsabilizarse, ofreciendo las disculpas correspondientes, ordenando el espacio o reponiendo los objetos rotos, conforme a las normas de convivencia del aula y establecimiento. Es importante trabajar la empatía y teoría mental en este proceso, la causa-consecuencia y el reconocimiento y expresión de emociones. Para ello, se pueden utilizar apoyos visuales, como dibujos de lo ocurrido o historias sociales, tipo comics, otras adecuadas a cada individuo.
- Acordar acciones de reparación y/o restauración (Acta de acuerdos en entrevista) en caso de que las conductas hayan causado daño a las cosas o las personas.

b. El(la) profesor(a)Tutor con apoyo el Equipo de Convivencia escolar que acompaña, evaluarán el impacto de la DEC en otros(as) estudiantes.

c. El(la) profesor(a) Tutor con el Equipo de Convivencia escolar que acompaña planificarán y ejecutarán una instancia de contención y reparación con el grupo de estudiantes que haya resultado afectado, en caso necesario. Específicamente en lo referido a la reparación hacia terceros, debe realizarse en un momento en que el/la estudiante haya vuelto a la calma, lo cual puede ser minutos, horas, o al día siguiente incluso de la desregulación. Sin embargo, SIEMPRE debe considerarse dentro del protocolo de acción, tiempo y encargado para el apoyo de ésta. No se debe apresurar este proceso. Se debe incluir dentro del ámbito de reparación, a los compañeros de curso, al profesor o a cualquier persona vinculada con los hechos. No sólo el alumno/a que se desregula necesita apoyo y ayuda, su entorno, quienes se transforman en espectadores silenciosos de estas situaciones, también requiere contención y reparación.

d. El(la) profesor(a) Tutor ofrecerá a los(as) apoderados(as) de los(as) estudiantes que hayan resultado particularmente afectados(as), la posibilidad de una entrevista con la psicóloga para evaluar eventuales necesidades de apoyo y el acuerdo de ajustes razonables.

e. En caso de estudiantes que estén sufriendo DEC de manera recurrente, el(la) profesor(a) Tutor y/o psicóloga del Equipo de Convivencia escolar, Jefe de Formación solicitarán a los apoderados(as) constancia de apoyo(s) externo(s) que permitan al colegio confirmar que el(la) estudiante esta recibiendo la atención que necesita, y que están garantizados sus derechos.

ANEXO I:

## **ACUERDO DE RESPUESTA A SITUACIONES DE DESREGULACIÓN EMOCIONAL Y CONDUCTUAL**

(DEC)

Yo, ....., apoderado(a) de estudiante ....., autorizo a que, en caso de una desregulación emocional y conductual, se intervenga con el objetivo de proporcionarle ayuda, reducir el riesgo para sí mismo(a) y otros(as) y conectarle con recursos de ayuda; y consiento a la utilización de la información de este documento para dichos fines.

Estoy informado(a) que estas intervenciones serán realizadas con gradualidad y proporcionalidad, dependiendo de la etapa de desregulación que se esté viviendo, pudiendo llegar a la contención física en caso de riesgo.

También me comprometo a participar de una entrevista con profesionales del colegio cuando se me cite a propósito de una desregulación emocional, traer informes de especialista y poner en contacto especialista externo con especialistas del colegio, para aunar estrategias frente a la desregulación emocional o derivar a una atención mayormente especializada.

### **Personas del colegio preferentes para la contención:**

Nombre

Cargo

### **Familiar o persona significativa a la cual recurrir si es necesaria una contención adicional:**

Relación

Nombre

Teléfono

Correo Electrónico

### **Profesionales con los cuales autorizo contacto y coordinación de ser necesario:**

Profesión

Nombre

Teléfono

Correo Electrónico

Apoderado(a) Profesor(a) Tutor Psicólogo(a) del curso

Coordinador(a) de Ciclo

## **ANEXO 2:**

# **BITÁCORA DESREGULACIÓN EMOCIONAL Y CONDUCTUAL (DEC) PARA UTILIZAR EN ETAPAS DE AUMENTO Y DE RIESGO**

### **Identificación:**

1. ¿Quién está completando esta bitácora? \*

2. Curso de estudiante \*

3. Nombre de estudiante \*

### **Contexto**

4. ¿Cuándo ocurrió la DEC? \*

### **Fecha:**

5. ¿Dónde estaba el(la) estudiante cuando comenzó la DEC? \*

Marca solo un óvalo.

- Cancha
- Su sala
- Otra sala
- Patio
- Baño
- Gimnasio
- Pasillo
- Otro:

6. ¿Qué características tenía la actividad en que estaba? \*

Selecciona todos los que correspondan.

- Conocida
- Desconocida
- Programada
- Anticipada
- Emergente
- Tranquila
- Ruidosa
- Otro:

7. ¿Con qué familiar se tomó contacto? \*

Selecciona todos los que correspondan.

- Madre
- Padre
- Abuelo
- Abuela
- Hermano
- Hermana
- Ninguno

Otro:

8. ¿Qué tipo de incidente se observó? \*

Selecciona todos los que correspondan.

- Autoagresión
- Agresión hacia otros(as) estudiantes
- Agresión hacia docentes
- Agresión hacia asistentes de la educación
- Destrucción de objetos
- Gritos/agresión verbal Fuga
- Otro:

9. ¿Qué nivel de intensidad se observó? \*

Marca solo un óvalo.

- Etapa de aumento (Pérdida de controles inhibitorios)
- Etapa de riesgo (Necesidad de contención física)
- Factores desencadenantes

10. ¿Qué hechos antecedieron a la desregulación? \*

11. ¿De qué situaciones previas al ingreso al colegio estás al tanto?

Selecciona todos los que correspondan.

- Enfermedad
- Dolor
- Insomnio
- Hambre
- Otro:

12: Otras observaciones pertinentes: