



Dos Norte 770, Viña del Mar
Fono: 32 2977816
www.colegiowillimjames.cl

Manual de acción en caso de desregulación emocional



ÍNDICE

INTRODUCCIÓN.....	3
¿En qué consiste este Manual de autoaprendizaje?	4
Objetivos	4
¿Qué es una desregulación emocional?	4
HABILIDADES REQUERIDAS Y CONCEPTOS CLAVES	4
PSICOPATOLOGÍAS DENTRO DEL CONTEXTO ESCOLAR	6
CONDUCTAS DE RIESGO EN EL CONTEXTO ESCOLAR	8
ESTRATEGIAS DE PREVENCIÓN PARA SITUACIONES DE DESREGULACIÓN EMOCIONAL	9
INTERVENCIÓN SEGÚN NIVEL DE INTENSIDAD	12
1.- ETAPA INICIAL: intento de regulación sin resultado, no se percibe riesgo para sí mismo o terceros.....	12
2.- FASE DE INTENSIFICACIÓN DE LA DESREGULACIÓN EMOCIONAL Y CONDUCTUAL: con falta de autocontrol cognitivo inhibitorio y riesgo para sí mismo o para otros.	12
3.- CUANDO EL DESCONTROL Y LOS RIESGOS PARA EL ESTUDIANTE O TERCEROS REQUIEREN CONTENCIÓN FÍSICA	14
REPARACIÓN DESPUÉS DE UNA CRISIS DE DESREGULACIÓN EMOCIONAL Y CONDUCTUAL EN EL CONTEXTO EDUCATIVO.....	15
ANEXOS	16
ANEXO	16
BITÁCORA DESREGULACIÓN EMOCIONAL Y CONDUCTUAL (DEC)	16

INTRODUCCIÓN

El entorno escolar es un espacio dinámico y multifacético donde los estudiantes no solo adquieren conocimientos académicos, sino también desarrollan habilidades sociales y emocionales cruciales para su vida futura. Sin embargo, debido a la diversidad de experiencias y contextos personales de cada estudiante, es inevitable que surjan situaciones de desregulación emocional y conductual. Estas situaciones pueden afectar no solo al estudiante involucrado, sino también al entorno escolar en su conjunto.

El presente manual está basado en el “Protocolo de respuesta a situaciones de desregulación emocional y conductual de estudiantes en establecimientos educacionales” y diseñado como una guía práctica y comprensiva para la intervención en casos de desregulación emocional en el contexto escolar. Su objetivo principal es proporcionar a docentes, personal de apoyo y administradores escolares las herramientas necesarias para manejar de manera efectiva y ética estos episodios, minimizando su impacto negativo y promoviendo un ambiente seguro y de apoyo para todos los estudiantes.

Este manual se estructura en varias secciones que abordan desde la identificación temprana de signos de desregulación emocional hasta las estrategias de intervención y seguimiento posterior a la crisis. Se enfoca en principios fundamentales como la contención emocional, la regulación de conductas, y la reparación y restauración del bienestar del estudiante afectado y su entorno. Además, se incluye un conjunto de protocolos y procedimientos que han sido elaborados para garantizar una respuesta coherente, coordinada y basada en las mejores prácticas.

Reconocemos la importancia de la formación y el desarrollo profesional continuo en la gestión de la desregulación emocional. Por ello, este manual también ofrece recursos adicionales para la capacitación del personal escolar, asegurando que todos los involucrados estén preparados para enfrentar estas situaciones con confianza y competencia.

Nuestro compromiso es crear un ambiente escolar inclusivo y empático, donde cada estudiante se sienta valorado y apoyado. Este manual es una herramienta esencial para alcanzar este objetivo, promoviendo la comprensión, la intervención efectiva y la resiliencia en nuestra comunidad educativa.

¿En qué consiste este Manual de autoaprendizaje?

Este manual es una herramienta que permite al cuerpo docente y los funcionarios del colegio William James guiarse mediante un protocolo a la hora de tener que lidiar con situaciones de carácter socioemocional dentro del contexto educativo. Consiste en un conjunto de instrucciones, ejemplos, ejercicios y guías para el aprendizaje del lector. Se abordarán las habilidades que la institución considera pertinente dentro del perfil de sus docentes.

Objetivos

1. generar conocimiento sobre sobre diversas psicopatologías que se presentan en el contexto escolar.
2. Desarrollar habilidades para la gestión de situaciones de desregulación emocional.
3. establecer protocolos a seguir para los casos de desregulación emocional.
4. esclarecer los límites en la labor de regulación con los estudiantes.
5. establecer un perfil asociado a las habilidades blandas requeridas en el docente.

¿Qué es una desregulación emocional?

La respuesta motora y emocional a uno o varios estímulos o situaciones desencadenantes en los niños, niñas, adolescentes o jóvenes (NNA) puede ser tan intensa que no comprenden su estado emocional ni pueden expresar sus sentimientos de manera adecuada. Esto se traduce en dificultades para autorregularse y retornar a un estado de calma, que superan lo esperado para su edad o etapa de desarrollo. Además, estas dificultades persisten incluso después de varios intentos de intervención por parte de los docentes, quienes han tenido éxito con otros casos similares. Esta situación es percibida por varios observadores como una manifestación 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).

HABILIDADES REQUERIDAS Y CONCEPTOS CLAVES

Comunicación efectiva. Esta habilidad habla sobre la capacidad de transmitir información de manera clara, concisa y comprensible, tanto verbal como no verbal, con el objetivo de lograr los objetivos del equipo. Es fundamental para establecer una visión más clara según los objetivos de la organización, motivar e inspirar al equipo de trabajo, aporta en construir relaciones más sólidas con buena comunicación, confianza y honestidad, aporta también en la resolución de conflictos.

Inteligencia emocional. Es la capacidad de identificar, comprender y gestionar las emociones propias y las de los demás. En el contexto del liderazgo, es fundamental porque permite a los líderes un mejor autoconocimiento y control sobre sus emociones y manejo de su comportamiento, promueve y ejerce la empatía con y entre los trabajadores, motiva e inspira al equipo, y, por último, se adapta de mejor manera en situaciones que necesitan flexibilidad

Motivación. Es el impulso que lleva a las personas a actuar para alcanzar un objetivo. En el contexto del liderazgo, la motivación es importante porque permite al líder inspirar y dar energía al equipo de trabajo mediante su propia motivación, fomenta el compromiso y la responsabilidad de los trabajadores, busca mejorar el rendimiento del equipo de trabajo, y promueve la innovación y creatividad para una mejor superación de desafíos.

Resolución de problemas. Es la habilidad de identificar, analizar y solucionar situaciones que obstaculizan el logro de objetivos. Es importante en un líder, ya que permite enfrentar desafíos y tomar mejores decisiones, se adapta a los cambios en el entorno organizacional, aprende de sus errores, promueve la innovación, y crea mejor confianza en el área de trabajo.

Contención: se refiere a todas las acciones destinadas a acoger, apoyar y acompañar a una persona para enfrentar una situación de desequilibrio conductual y/o emocional, con el fin de mitigar su impacto tanto en la persona afectada como en quienes la rodean.

Regulación emocional: es el proceso que permite ajustar, controlar o dirigir una emoción para alcanzar un objetivo o responder de manera adecuada a las demandas del entorno. La desregulación emocional puede manifestarse de diversas maneras, según la etapa de desarrollo del estudiante, y dado que estos están en proceso de formación, se pueden esperar comportamientos correspondientes a su nivel de madurez.

Desajuste emocional y/o conductual: es un episodio de duración variable en el que un niño, niña o adolescente pierde, parcial o totalmente, su capacidad habitual de autocontrol debido al impacto de una situación percibida como crítica. En este estado, pueden verse afectados los ámbitos tanto emocional, conductual como relacional.

Soporte ambiental: es una medida complementaria a la contención y regulación emocional, utilizada cuando es necesario reducir o limitar los estímulos ambientales que pueden intensificar el desajuste emocional y/o conductual del niño, niña o adolescente. En todos los casos, implica seguir pasos previamente conocidos por la comunidad.

Situación crítica: es una circunstancia que afecta el estado emocional de un niño, niña o adolescente, desencadenando un desequilibrio en sus capacidades habituales para enfrentar el estrés, lo que puede generar un desajuste emocional y/o conductual de intensidad variable. Una situación se vuelve crítica para una persona según el significado que ésta le atribuye, de modo que los mismos eventos pueden causar un desajuste en algunas personas y en otras no, dependiendo de sus experiencias de vida y los elementos contextuales presentes.

Sanciones: alumnos que padezcan determinadas patologías no están exentos del castigo como tal.

PSICOPATOLOGÍAS DENTRO DEL CONTEXTO ESCOLAR

Usualmente dentro del contexto escolar nos podemos encontrar con un sin fin de enumeraciones en lo que se refiere a las diversas sintomatologías existentes en la salud mental. Sobre todo, considerando que estas suelen florecer con mayor frecuencia durante la infancia, pubertad y adolescencia.

A continuación, se enumeran las psicopatologías más frecuentes en el contexto escolar

- **Ansiedad:** Sentir ansiedad ocasionalmente es normal, pero las personas con trastornos de ansiedad tienen preocupaciones y miedos intensos, excesivos y persistentes sobre situaciones cotidianas, junto con episodios de pánico que alcanzan su punto máximo en minutos. Esta ansiedad interfiere con la vida diaria, es difícil de controlar y desproporcionada en comparación con el peligro real, a menudo comenzando en la infancia o adolescencia y continuando en la adultez. Los trastornos de ansiedad incluyen el trastorno de ansiedad generalizada, el trastorno de ansiedad social, fobias específicas y el trastorno de ansiedad por separación, y a veces la ansiedad está relacionada con una enfermedad que requiere tratamiento.
- **Trastorno depresivo:** El trastorno depresivo en niños y adolescentes presenta síntomas que varían según la edad: en menores de 7 años se manifiesta con ansiedad, irritabilidad, llanto sin motivo, quejas de dolores, pérdida de interés en juegos, cansancio o mucha energía, y problemas para ganar peso; en niños de 7 años a la pubertad incluye irritabilidad, agresividad, tristeza, baja autoestima, falta de concentración, bajo rendimiento escolar, problemas de conducta, dolores de cabeza y estómago, problemas para dormir y cambios en el apetito; y en adolescentes se caracteriza por conductas rebeldes, abuso de sustancias, irritabilidad, aislamiento, descuido personal, tristeza, pérdida de interés en actividades y pensamientos suicidas, y puede estar acompañado de ansiedad, problemas de conducta y abuso de sustancias.



- **trastorno por déficit de atención e hiperactividad:** El trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH) es una condición del desarrollo del cerebro, cuyos síntomas principales son dificultad para prestar atención, hiperactividad y actuar sin pensar. En el TDAH, las funciones del cerebro que ayudan a planificar, organizar y pensar antes de actuar están afectadas, lo que hace difícil responder adecuadamente a ciertas situaciones, planificar y organizar tareas, y controlar impulsos para sustituir una reacción inicial por una más adecuada.
- **Autolesión:** La autolesión no suicida, o simplemente autolesión, es cuando una persona se lastima intencionalmente, por ejemplo, haciéndose cortes o quemaduras. Aunque no busca causar la muerte, es una forma dañina de lidiar con el dolor emocional, la tristeza, la ira y el estrés. Puede proporcionar un alivio temporal, pero a menudo deja sentimientos de culpa y vergüenza, y el dolor emocional regresa. Aunque las lesiones no suelen ser mortales, pueden llegar a ser graves y poner en riesgo la vida.
- **Trastorno del espectro autista:** El trastorno del espectro autista es una condición del desarrollo cerebral que afecta cómo una persona percibe y socializa con otros, causando problemas en la interacción social, la comunicación y comportamientos repetitivos y restringidos. El término "espectro" refleja la amplia variedad de síntomas y su gravedad, abarcando condiciones antes consideradas separadas, como el autismo y el síndrome de Asperger, que ahora se entiende como una forma leve de este trastorno.
- **trastorno limítrofe de la personalidad:** El trastorno límite de la personalidad es una condición de salud mental que afecta cómo las personas se ven a sí mismas y a los demás, dificultando su vida diaria. Se caracteriza por relaciones intensas e inestables, impulsividad y una autoimagen negativa. Las personas con este trastorno experimentan emociones extremas y actúan sin pensar. Tienen un fuerte miedo al abandono y, aunque desean relaciones amorosas y duraderas, su temor a ser abandonadas provoca cambios de ánimo, ira, impulsividad y autolesiones, lo que a menudo aleja a los demás.
- **Suicidio:** Es el acto de quitarse deliberadamente la propia vida. El comportamiento suicida es cualquier acción que pudiera llevar a una persona a morir, como tomar una sobredosis de medicamentos o estrellar un automóvil a propósito.
- **Trastornos de la conducta alimentaria:** Los trastornos alimentarios son enfermedades graves que afectan la salud física y mental, caracterizadas por pensamientos y comportamientos disfuncionales sobre la comida, el peso y la figura. Incluyen la anorexia, la bulimia y el trastorno alimentario compulsivo, y pueden causar daños severos al cuerpo y estar asociados con problemas como la depresión y la ansiedad. Sin tratamiento, pueden volverse crónicos y mortales, pero con el tratamiento adecuado, es posible desarrollar hábitos alimentarios saludables y mejorar la relación con la comida y el cuerpo.
- **Psicosis:** La psicosis es una psicopatología en la que una persona pierde contacto con la realidad, presentando delirios (falsas creencias sobre lo que está sucediendo o sobre



quién es) y alucinaciones (ver o escuchar cosas que no existen). Las causas de la psicosis pueden incluir el consumo de alcohol y drogas, enfermedades cerebrales como el mal de Parkinson y la enfermedad de Huntington, tumores cerebrales, demencia, infecciones como el VIH, ciertos medicamentos, tipos de epilepsia y accidentes cerebrovasculares. La psicosis también es común en personas con esquizofrenia, algunas personas con trastorno bipolar o depresión grave, y ciertos trastornos de la personalidad.

CONDUCTAS DE RIESGO EN EL CONTEXTO ESCOLAR

En consideración con los siguientes trastornos podemos dar cuenta de conductas de diversa naturaleza que se manifiestan dentro del contexto escolar las cuales se clasifican dentro de 4 grupos específicos.

- **Conductas violentas:** Una conducta violenta en el contexto escolar se refiere a cualquier comportamiento agresivo o dañino dirigido hacia otros estudiantes, profesores o el entorno escolar. Esto incluye actos físicos como golpear, empujar o lanzar objetos, así como agresiones verbales como insultar, amenazar, difundir rumores o intimidar. Además, puede abarcar la destrucción de propiedad escolar o personal y el acoso, ya sea en persona o a través de medios digitales. Estas conductas junto con causar daño físico y emocional, interrumpen el ambiente educativo y afectan negativamente el bienestar y la seguridad de la comunidad escolar.
- **Conductas deshonestas:** Una conducta deshonestas en el contexto escolar se refiere a cualquier acción que implique engaño, fraude o falta de integridad académica. Esto incluye el plagio, la copia en exámenes o tareas, el uso de fuentes no autorizadas en trabajos académicos, la falsificación de firmas o documentos, y cualquier forma de hacer trampa para obtener ventajas académicas injustas. Además, puede involucrar mentiras, ocultación de información relevante, o la manipulación en el trato con el resto y la convivencia escolar. Estas conductas no sólo violan los principios éticos y las normas académicas, sino que también comprometen la confianza y el valor de la educación y el aprendizaje honesto en el entorno escolar.
- **Conductas de retraimiento:** Una conducta de retraimiento en el contexto escolar se refiere a un comportamiento donde un estudiante muestra una marcada tendencia a aislarse socialmente y evitar interacciones con compañeros y profesores. Esto puede manifestarse en evitar participar en actividades grupales, hablar poco o nada en clase, pasar mucho tiempo solo, evitar el contacto visual o mantener una postura física cerrada. Este tipo de conducta puede estar asociado con sentimientos de ansiedad social, timidez extrema, falta de confianza en sí mismo, o experiencias previas negativas en el entorno escolar. El retraimiento puede afectar negativamente el

rendimiento académico y el bienestar emocional del estudiante, así como dificultar su integración y participación en la vida escolar y social.

- **Conductas de riesgo en las relaciones:** Este tipo de conductas en el contexto escolar se refieren a acciones y actitudes de los estudiantes que muestran falta de sensibilidad hacia las emociones y necesidades de los demás, así como un desinterés en promover un ambiente escolar positivo y solidario. Esto puede incluir falta de empatía hacia compañeros y profesores, comportamientos irrespetuosos o insensibles en las interacciones diarias, ignorar o minimizar las dificultades emocionales de otros, y participar de manera poco constructiva o disruptiva en actividades grupales. Estas conductas pueden contribuir a un clima escolar negativo, donde se descuida el bienestar emocional de los miembros de la comunidad educativa y se dificulta el desarrollo de habilidades sociales y emocionales positivas.

A continuación, se procederá a describir algunos conceptos que se consideran necesarios a la hora de poder regular situaciones de carácter socioemocional

ESTRATEGIAS DE PREVENCIÓN PARA SITUACIONES DE DESREGULACIÓN EMOCIONAL

Es crucial interpretar el comportamiento de desregulación emocional y conductual como una forma de comunicación. Esto puede representar un mensaje sobre un objetivo que se desea alcanzar o sobre la funcionalidad que tiene para el individuo y/o su entorno. Algunos ejemplos de esta funcionalidad incluyen: obtener atención, estimulación sensorial, expresar malestar o dolor, sueño, problemas previos en el hogar, entre otros.

Siempre será recomendable dedicar tiempo y emplear estrategias para desarrollar acciones que contribuyan a la prevención de episodios de desregulación. Para ello, se sugiere lo siguiente:

1. **Identificar señales previas:** cuando sea posible, antes de que ocurra una desregulación. Algunos ejemplos podrían ser:

1.1.- En el caso de los estudiantes del espectro autista, a menudo (aunque no siempre) tienden a ser ritualistas y a mostrar inflexibilidad e invarianza, así como a presentar hipersensibilidades sensoriales, frecuentemente acompañadas de estados de ansiedad. Estos factores suelen ser la base de una desregulación o su intensificación en determinados contextos y situaciones, que puede manifestarse en un aumento de movimientos estereotipados, expresiones de incomodidad o disgusto, agitación respiratoria, aumento del volumen de la voz, entre otros.



1.2.- En los estudiantes que presentan trastornos o necesidades en el control de impulsos y de la conducta, como en el caso del trastorno oposicionista desafiante, la irritabilidad tiende a manifestarse con frecuencia al escuchar la palabra "No". Identificar rápidamente este patrón, junto con los factores contextuales asociados, puede ser útil para planificar acciones preventivas.

1.3.- En los estudiantes que han experimentado vulneración de derechos, podríamos observar dificultades en el contacto visual y una tendencia al aislamiento. Esto puede llevar a una desregulación cuando se enfrentan a la cercanía física, sonidos e imágenes que evocan recuerdos de situaciones traumáticas y les causan malestar emocional.

1.4.- Para identificar y manejar el trastorno límite de la personalidad (TLP) en el contexto escolar, es crucial reconocer factores de desregulación emocional como cambios de humor intensos, impulsividad, dificultad para manejar el estrés, reacciones emocionales desproporcionadas, conflictos interpersonales frecuentes, irritabilidad, miedo al abandono y comportamientos autolesivos. Durante una crisis, llevar al estudiante a un lugar tranquilo y mantener una presencia calmada puede ayudar a reducir la sobreestimulación. Técnicas de respiración profunda y mindfulness son útiles para disminuir la ansiedad. Redirigir la atención del estudiante a través de actividades alternativas o encargos prácticos también puede ser efectivo. Es fundamental validar las emociones del estudiante con empatía y sin juzgar, establecer límites claros y comunicar instrucciones sencillas para evitar confusión.

2.- Reconocer los elementos del entorno que suelen preceder a la desregulación emocional y conductual: La intervención preventiva debe enfocarse tanto en las circunstancias que la preceden en el ámbito escolar como en otros aspectos de su vida diaria donde ocurren o se observan factores predisponentes. Uno de los factores externos comúnmente asociados a la desregulación son los trastornos del sueño; por ello, es importante mantener una comunicación con la familia para detectarlos, prevenir conductas no deseadas y planificar los apoyos necesarios.

3.- Tratar de cambiar el foco de atención del estudiante, hacia alguna actividad o incentivo que esté al alcance.

4.- Facilitar la comunicación: "¿Te está molestando algo? ¿Hay algo que te gustaría hacer ahora mismo? Si me lo dices, podemos trabajar juntos para encontrar una manera de que te sientas mejor. Las preguntas y la forma de hacerlas deben adaptarse a la edad y situación del estudiante, sin ejercer presión. Es recomendable ver el comportamiento emocional y conductual desregulado como una forma de comunicación. Este comportamiento puede transmitir un mensaje, un objetivo que se quiere alcanzar o una funcionalidad que puede tener para la persona y su entorno. Algunos ejemplos de esta funcionalidad pueden ser: buscar



atención, comida, estimulación sensorial, expresar malestar o dolor, necesidad de sueño, cambio del conductor del transporte escolar, problemas en el hogar, o ser molestado por un compañero con el fin de evitar una tarea."

5.- Enseñar estrategias de autorregulación: Es fundamental colaborar con los alumnos para identificar los estados emocionales que podrían desencadenar una crisis y aprender a regularlos de manera efectiva. Para lograr esto, es importante trabajar juntos para reconocer los primeros signos de estos estados emocionales y abordarlos de manera proactiva. Algunas actividades que pueden ayudar en este proceso incluyen pintar, caminar, escuchar música, o conversar con un ser querido. Estas actividades pueden proporcionar una salida saludable para las emociones y ayudar a los estudiantes a encontrar tranquilidad y equilibrio. Al ofrecer un conjunto variado de estrategias, se les da a los estudiantes las herramientas necesarias para gestionar sus emociones de manera más efectiva y prevenir posibles crisis.

Para ayudar al estudiante a identificar mejor sus emociones y fomentar el proceso de autorregulación se recomienda rellenar la siguiente tabla.

Nivel emocional	Me siento de esta manera cuando...
Me siento bien	
Un poco molesto/a	
Molesto/a	No entiendo la tarea que tengo que hacer
Muy molesto/a	Tengo problemas con algún compañero/a

6.- Diseñar con anterioridad reglas de aula: Es esencial comprender cómo reaccionan los niños, niñas y adolescentes (NNA) ante diferentes estados socioemocionales, como incomodidad, frustración o angustia durante las clases. Es fundamental utilizar recursos adecuados y ajustar nuestra comunicación según la edad del grupo. Para ello, se deben establecer de antemano métodos para que el NNA comunique su malestar, como acordar una señal previa que el docente pueda reconocer para iniciar un protocolo adecuado.

En casos de trastornos específicos como el TDAH o el TLP, es importante establecer previamente contactos de emergencia para que el NNA pueda informar de su estado, determinar a quién se le comunicará y definir cómo reacciona el establecimiento.

Otro aspecto clave es adaptar las reglas del aula a las necesidades específicas del grupo y fomentar la concienciación sobre estas normas.

INTERVENCIÓN SEGÚN NIVEL DE INTENSIDAD

Para una intervención adecuada, es crucial describir las conductas de desregulación emocional observadas en cada caso sin clasificar ni diagnosticar las causas o al estudiante. También es útil anotar cómo reacciona el entorno ante la desregulación emocional, además de identificar estímulos externos o internos (sensaciones, recuerdos, emociones) que puedan desencadenar, aumentar o disminuir la crisis. En algunos casos específicos, es importante observar y registrar cómo escala la intensidad de las crisis, refiriéndose a tres niveles de intensidad.

1.- ETAPA INICIAL: intento de regulación sin resultado, no se percibe riesgo para sí mismo o terceros

- Si el estudiante muestra signos de frustración, ansiedad o malestar que pueden desencadenar un desborde emocional relacionado con la actividad, se recomienda cambiar la metodología, los materiales o los incentivos para ayudar a regular.
- Para los alumnos más pequeños, es aconsejable disponer de espacios lúdicos donde puedan acudir para regularse emocionalmente antes de que la crisis se intensifique.
- Utilizar adecuadamente la información sobre los intereses, gustos, pasatiempos u objetivos del estudiante para apoyar su regulación emocional.
- Si el estudiante no logra autorregularse, se le permitirá salir momentáneamente de la sala a un espacio confortable que favorezca la regulación emocional. También se dispondrá de un funcionario que pueda observar al estudiante y actuar de manera adecuada frente a una desregulación emocional. Es importante considerar las particularidades de cada caso para actuar con la mayor eficacia posible.
- Si durante el tiempo determinado fuera del aula el estudiante no puede autorregularse, es necesaria la intervención de un adulto responsable con las habilidades adecuadas para contener y regular al estudiante.

2.- FASE DE INTENSIFICACIÓN DE LA DESREGULACIÓN EMOCIONAL Y CONDUCTUAL: con falta de autocontrol cognitivo inhibitorio y riesgo para sí mismo o para otros.

En este estado, el estudiante probablemente no podrá interactuar de manera efectiva con otras personas, y es posible que la intensidad de su desregulación aumente, dificultando una conexión armónica con su entorno. Es aconsejable asumir un rol de acompañamiento sin intervenir de manera invasiva en su proceso. Se pueden intentar acciones como ofrecer soluciones o ejercicios que ayuden a estabilizar su estado emocional, ya que el estudiante no es capaz de conectar con su entorno en este momento.



a) **A continuación, algunos ejemplos de acciones generales que pueden adaptarse según la edad y las características del estudiante para esta etapa:**

Permitir que el estudiante se dirija a un lugar que le ofrezca calma o regulación sensorio motriz, como una sala previamente acordada con implementos que le faciliten volver a la calma. Cuando la intensidad de la desregulación empiece a disminuir, permitir la expresión de lo que le sucede o de cómo se siente, ya sea conversando con una persona con la que tenga un vínculo, en un espacio diferente al aula común, o mediante dibujos u otra actividad que le resulte cómoda. Además, conceder un tiempo de descanso una vez que la desregulación haya cedido.

b) **Características necesarias del ambiente en la segunda etapa de desregulación emocional y conductual:**

El estudiante debe ser llevado a un lugar seguro y protegido, preferiblemente en un primer piso, como una sala de recursos, sala sensorial o una sala especialmente acondicionada. Es fundamental evitar trasladarlo a áreas con ventanales en techos o ventanas sin cortinas, o a lugares con estímulos similares a los que desencadenaron la crisis de desregulación, como imágenes, olores o personas que lo miren directamente a los ojos preguntándole sobre su estado. Se deben retirar del alcance del estudiante elementos peligrosos como tijeras, cuchillos cartoneros, piedras o palos, y reducir estímulos que puedan causar inquietud, como luces brillantes y ruidos. Además, es importante evitar la presencia de multitudes observando.

c) **Durante estas fases de desregulación emocional y conductual, es ideal contar con tres adultos que asuman roles específicos: encargado, acompañante interno y acompañante externo.**

- **Encargado/a:** Esta persona supervisa la situación, actuando como mediador y acompañante directo durante todo el proceso. Es preferible que tenga un vínculo previo de confianza con el NNA y esté adecuadamente preparado, por lo que es importante que varias personas reciban formación previa. El encargado debe comunicarse con un tono de voz tranquilo y amable, evitando mostrar enojo, ansiedad o miedo, manteniendo una actitud calmada para no empeorar la situación. Si no puede manejar la situación de manera efectiva, es importante considerar un cambio temporal o permanente del encargado, mientras se le capacita.
- **Acompañante interno:** Este adulto permanece dentro del espacio junto al estudiante y el encargado, pero a una mayor distancia, sin intervenir directamente. Su papel es mantenerse en silencio, alerta y de frente al estudiante, con una actitud de protección y comprensión.



- **Acompañante externo:** Este adulto se sitúa fuera del espacio donde ocurre la situación. Su función es coordinar la información y avisar al resto del personal según sea necesario, como llamar por teléfono o informar a los directivos.

d) Información a la familia y/o apoderada/o (etapa 2 y 3):

El acompañante externo es responsable de notificar a la familia y apoderado del estudiante. Si el apoderado puede llegar al lugar, el acompañante interno se retira, dejando al encargado y al apoderado con el estudiante. En casos con características clínicas definidas, como síndrome de abstinencia o espectro autista, los procedimientos y responsabilidades deben establecerse previamente en contratos de contingencia. El equipo psicosocial SEP o del Programa de Integración Escolar (PIE) debe informar y orientar al apoderado sobre su rol, mantenerlo informado durante la crisis y considerar su opinión para una mejor intervención y colaboración.

3.- CUANDO EL DESCONTROL Y LOS RIESGOS PARA EL ESTUDIANTE O TERCEROS REQUIEREN CONTENCIÓN FÍSICA

- Esta contención tiene el propósito de inmovilizar al NNA para prevenir daños a sí mismo o a terceros.
- Se recomienda realizarla sólo en situaciones de extremo riesgo para el estudiante o para otros miembros de la comunidad educativa.
- Debe ser llevada a cabo por un profesional capacitado en técnicas apropiadas como la acción de mecedora o el abrazo profundo.
- Requiere autorización escrita de la familia y solo debe realizarse si el estudiante muestra señales de aceptación, considerando posibles repercusiones negativas.
- Es útil desarrollar un Protocolo de contención específico para cada estudiante y contexto (aula, recreo, etc.), respetando su dignidad.
- Se sugiere elaborar en colaboración con todos los involucrados en el manejo del NNA, estableciendo criterios consensuados.
- Debe ir acompañado de una bitácora para registrar la evolución de la conducta y la intervención planificada. Se requiere determinar el personal necesario y sus funciones específicas, así como establecer la duración precisa de la contención física, el momento y el lugar adecuados para finalizar su aplicación, y el protocolo a seguir con el NNA después del evento.
- Se sugiere incorporar en la elaboración del Protocolo la participación de profesionales externos, como del Ministerio de Salud en el ámbito de la salud mental o supervisores de educación especial del MINEDUC, para revisar las normativas éticas y los derechos de los NNA.

- En circunstancias críticas, podría ser necesario trasladar al estudiante a centros de salud. Es esencial que el establecimiento establezca contacto previo con el centro de salud más cercano para coordinar el procedimiento y el traslado, en colaboración con el apoderado y garantizando el cumplimiento de las normativas y la seguridad de todas las partes involucradas.
- Además de los factores desencadenantes mencionados previamente, en algunos casos la desregulación emocional y conductual puede estar relacionada con efectos adversos de medicamentos neurológicos o psiquiátricos. Por lo tanto, es crucial la cooperación con la familia y los centros de salud.

REPARACIÓN DESPUÉS DE UNA CRISIS DE DESREGULACIÓN EMOCIONAL Y CONDUCTUAL EN EL CONTEXTO EDUCATIVO

Después de un episodio de desregulación emocional y conductual (DEC), es crucial que profesionales especializados, como los miembros del equipo PIE, lideren esta fase. Debe demostrarse afecto y comprensión hacia el estudiante, asegurando un entorno tranquilo y facilitando la comunicación para comprender y resolver la situación. Es fundamental establecer acuerdos conjuntos para prevenir futuras desregulaciones, proporcionando apoyo profesional para implementar estos acuerdos y promoviendo el desarrollo del autocontrol. Se enfatiza la responsabilidad y reparación por cualquier daño causado, incluyendo disculpas, restitución de objetos y cumplimiento de las normas de convivencia. Además, es esencial trabajar la empatía y la teoría de la mente, utilizando recursos visuales como dibujos o historias sociales para facilitar la comprensión. La reparación hacia terceros debe realizarse cuando el estudiante esté calmado, siguiendo un protocolo que considere el tiempo adecuado y el apoyo necesario. También se debe ofrecer apoyo y reparación para el entorno afectado. A largo plazo, se debe diseñar una intervención que fomente el desarrollo de habilidades alternativas y mejore la calidad de vida del estudiante, adaptándose a sus necesidades individuales y asegurando su aplicabilidad en diversos contextos.

ANEXOS



ANEXO BITÁCORA DESREGULACIÓN EMOCIONAL Y CONDUCTUAL (DEC)

PARA UTILIZAR EN ETAPAS 2 Y 3 DEL DOCUMENTO
ORIENTACIONES PARA ELABORACIÓN PROTOCOLO DE
ACTUACIÓN EN DESREGULACIÓN CONDUCTUAL Y EMOCIONAL
DE ESTUDIANTES.



1.- Contexto inmediato

Fecha: ___/___/___ Duración: Hora de inicio...../Hora de fin..... Dónde estaba el/la estudiante cuando se produce la DEC:

La actividad que estaba realizando el/la estudiante fue:

Conocida Desconocida Programada

Improvisada El ambiente era:

Tranquilo Ruidoso

Nº aproximado de personas en el lugar:

2.- Identificación del niño/a, adolescente o joven:

Nombre:		
Edad:	Curso:	Profesor jefe:

3.- Identificación profesionales y técnicos del establecimiento designados para intervención:

Nombre:	Rol que ocupa en la intervención
1.	Encargado
2.	Acompañante Interno
3.	Acompañante externo



4.- Identificación apoderado y forma de contacto:

Nombre:	
Celular:	Otro teléfono:
Forma en que se informó oportunamente a apoderados (conforme acuerdos previos y/o protocolo reglamento interno):	
.....	
.....	
.....	

5.- Tipo de incidente de desregulación observado, marque con X lo que corresponda:

- Autoagresión
- Agresión a otros/as estudiantes
- Agresión hacia docentes
- Agresión hacia asistentes de la educación
- Destrucción de objetos/ropa
- Gritos/agresión verbal
- Fuga
- Otro.....

6.- Nivel de intensidad observado:

- Etapa 2, de aumento de la DEC, con ausencia de autocontroles inhibitorios cognitivos y riesgo para sí mismo/a o terceros.
- Etapa 3, cuando el descontrol y los riesgos para sí mismo/a o terceros implican la necesidad de contener físicamente.



7.- Descripción situaciones desencadenantes:

a) Descripción de secuencias de hechos que anteceden al evento de DEC:

b) Identificación de “gatilladores” en el establecimiento (si existen):

c) Descripción de antecedentes “gatilladores” previos al ingreso al establecimiento (si existen):

Enfermedad

¿Cuál?.....
.....
.....
.....

Dolor

¿Dónde?.....
.....
.....
.....

Insomnio

Hambre

Otros:



8.- Probable funcionalidad de la DEC:

- Demanda de atención
- Como sistema de comunicar malestar o deseo
- Demanda de objetos
- Frustración
- Rechazo al cambio
- Intolerancia a la espera
- Incomprensión de la situación
- Otra:

.....

.....

.....

.....

9.- Si existe un diagnóstico clínico previo, identificación de profesionales fuera del establecimiento que intervienen:

Nombre	Profesión	Teléfono centro de atención donde ubicarlo.

Señalar si:

· Se contactó a alguno/a de ellos/as. Propósito:

.....

.....

.....



· Se les envía copia de bitácora previo acuerdo con el apoderado/a.

¿A qué profesional/es se les envía?

.....
.....

10.- Acciones de intervención desplegadas y las razones por las cuales se decidieron:

.....
.....
.....
.....
.....

11.- Evaluación de las acciones de intervención desarrolladas; especificar si hay algo que se puede mejorar y/o algo que fue muy efectivo:

.....
.....
.....
.....
.....

12.- Estrategia de reparación desarrollada y razones por las que se decide (solo si se requiere):

.....
.....
.....
.....
.....

13.- Evaluación de las estrategias preventivas desarrolladas, especificar si hay algo que se puede mejorar para prevenir futuros eventos de DEC:

.....
.....
.....
.....
.....

