



Protocolo de Respuesta frente a desregulación emocional y conductual de estudiantes

2023 - 2024

D

E

DESREGULACIÓN

EMOCIONAL

Juan Andrés Torres Díaz

Director Asuntos Estudiantiles

Javier Acevedo Peredo - Mónica Vergara Pérez

Jefes UTP PG1 a 4° Básico - 5° Básico a IV° Medio

Guillermo Jiménez Segura

Coordinador Convivencia Escolar e Inclusión



I.- INTRODUCCIÓN.

Este documento tiene como objetivo establecer un protocolo para hacer frente a posibles situaciones de Desregulación Emocional y Conductual (DEC) en los estudiantes. El enfoque propuesto aborda tanto la prevención como la intervención directa en casos en los que las estrategias habituales no han logrado una respuesta favorable por parte de estudiantes de edad similar. Estas situaciones de DEC, debido a su intensidad, pueden causar un impacto emocional y/o físico significativo tanto al estudiante como a otros miembros de la comunidad educativa. El abordaje de la DEC, desde la prevención hasta la intervención directa en diferentes niveles de intensidad, debe incluir la participación y considerar la realidad particular de las familias. Se establecen lineamientos claros para abordar las situaciones de DEC en los estudiantes, teniendo en cuenta la legislación educativa chilena, los derechos humanos, la inclusión, las políticas educativas vigentes, nuestro proyecto educativo institucional, y, complementariamente, se deben tener a la vista el manual de convivencia escolar de nuestro establecimiento.

La desregulación emocional puede aparecer en distintos grados y no se considera un diagnóstico en sí, sino una característica que puede subyacer a distintas condiciones en la persona. En la literatura científica, se relaciona principalmente con comportamiento de tipo disruptivo y de menor control de los impulsos. (Cole et al., 1994; Eisenberg et al., 1996; Shields & Cicchetti, 2001) ⁽¹⁾

II.- OBJETIVO.

Orientar para prevenir y atender de manera afectiva respetando la dignidad de cualquier miembro de nuestra comunidad educativa ante situaciones de desregulación emocional y conductual, considerando la diversidad, inclusión. Para lograr lo anterior se debe considerar siempre la participación activa de las familias y nuestro PEI.

III.- FUNDAMENTOS.

Se fundamenta en la legislación educativa chilena, como la Ley General de Educación (2009), que establece que el sistema educativo se basa en los derechos garantizados en la Constitución, tratados internacionales ratificados por Chile y principios descritos en la misma. También se apoya en la Ley de Inclusión Escolar (2015), la Declaración Universal de Derechos Humanos (ONU, 1948), la Declaración de los Derechos del Niño (ONU, 1959), la Convención Internacional sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad (ONU, 2006), la Ley N°20.422 de 2010 que aborda la igualdad de oportunidades e inclusión social de personas con discapacidad, entre otros marcos legales y políticas educativas. Además, se toma en cuenta el Currículum Nacional en todos sus niveles y modalidades, el Decreto 170 del 2009 que aborda la atención a la diversidad de estudiantes, el Decreto 83 del 2015, la Ley de Subvención Escolar Preferencial, SEP (2008), las orientaciones nacionales del Ministerio de Educación (MINEDUC) en materia de inclusión, y la Política de Convivencia Escolar.

(1) Documento recuperado desde <https://psisemadrid.org/disregulacion-emocional>



IV.- DESREGULACIÓN EMOCIONAL Y CONDUCTUAL.

En el marco de este documento, se entenderá por 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 (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).*

V.- DE LAS CARACTERÍSTICAS DE QUIEN INTERVIENE EN UNA DEC.

La intervención en crisis es una estrategia utilizada para ayudar a las personas a superar situaciones de crisis emocional, conductual y racional. Quienes aborden la crisis en nuestra comunidad escolar son profesionales que deben ser capaces de mantener la calma, comunicarse de manera efectiva y conectar con los recursos de apoyo disponibles. Quien interviene al momento de la desregulación emocional debe tener presente:

- a).- Mantener la calma.
- b).- Ajustar su nivel de lenguaje
- c).- Comunicarse de manera clara, precisa, concisa.
- d).- Evitar largos discursos.
- e).- Voz tranquila.
- d).- Colocarse a la altura de la persona desregulada (Relación simétrica)
- e).- Actitud que transmita serenidad (comunicación no verbal)

VI. DE LAS CARACTERÍSTICAS DE LA INTERVENCIÓN.

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 desregulación emocional 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) (2).

Se pueden señalar tres aspectos que son los que deben orientar la actitud de la persona encargada de entregar asistencia o apoyo (Slaikeu, 2000):

- 1).- Proporcionar ayuda.
- 2).- Reducir el riesgo (para la propia persona o para otros).
- 3).- Conectar con los recursos de ayuda cuando se requiere (Osorio, 2017).



VII. DE LAS ACCIONES POSTERIOR A LA INTERVENCIÓN EN CRISIS.

Declaramos 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. En consecuencia, una vez superado el momento de crisis, se debe informar a la familia y consignar en la bitácora de desregulación emocional y conductual el episodio vivido por el estudiante (anexo1)

En cuanto a la intensidad y frecuencia se deben determinar en conjunto con la familia la necesidad (o no) de derivar a una intervención de segunda instancia por parte de profesionales especializados del área de la salud, tales como terapeutas ocupacional, psicólogos, psicoterapeutas o psiquiatras, entre otros.

En el caso de estudiantes que se encuentren en tratamiento anterior con especialistas externos al establecimiento educacional (tratamiento psicoterapéutico y/o con psicofármacos, por ejemplo), es importante que los profesionales encargados de nuestra comunidad escolar, tengan a disposición la información e indicaciones relevantes del médico, u otro profesional tratante, ante la eventualidad de un episodio de DEC y que el/ la estudiante necesite el traslado a un servicio de urgencia y dicha información sea requerida.

VIII. DEL CONSENTIMIENTO.

El adulto responsable de la familia, tutor legal o persona significativa debe indicar con quien comunicarse ante una desregulación emocional y conductual de su hijo/a. En ausencia de ese registro, será el apoderado o sostenedor a quien se le debe comunicar la información. Adicionalmente debe dejar establecido su consentimiento para abordar la desregulación emocional con profesionales de la salud si fuese necesario. Finalmente los antecedentes son tratados con la confidencialidad que amerita cada caso, en virtud del interés superior de todo niño, niña y adolescente.

IX.- COHERENCIA ENTRE EL PROTOCOLO Y REGLAMENTO INTERNO.

Si la desregulación emocional del estudiante, transgrede los lineamientos del protocolo de convivencia escolar o reglamento interno, se tomarán medidas dependiendo de cada caso de acuerdo al protocolo que corresponda. Como comunidad escolar abordaremos cada caso como único en su particularidad, es por esto, que el manejo y adquisición de herramientas es responsabilidad última, de los apoderados y respectivas familias, para poder abordarlo en conjunto.



IX.- PREVENCIÓN.

El siguiente apartado de este protocolo deja expresa constancia que los establecimientos escolares contribuyen al bienestar socioemocional de todo niño, niña y adolescente, sin embargo, no son dispositivos de Salud Menta. Dentro de ese espacio colaborativo nuestra comunidad escolar intenta:

1. Reconocer señales previas y actuar de acuerdo con ellas.
2. Poner atención a la presencia de indicadores emocionales" (tensión, ansiedad, temor, ira, frustración, entre otros)
3. Reconocer, cuando sea posible, las señales previas como mayor inquietud, signos de irritabilidad, ansiedad o desatención que lo habitual; se aísla y se retrae; observar el lenguaje corporal.
4. Evitar dentro de lo posible cambios repentinos en el entorno escolar o en la rutina.
5. Anticipar los cambios cuando sea posible.
6. Estar atentos a conflictos en el aula que podrían desencadenar un cuadro de desregulación.
7. Tratar de minimizar el ruido ambiente, favoreciendo el uso de audífonos que tengan la función de cancelación de ruido de fondo, si es que a algún estudiante le favorece dicho uso.
8. Obtener información de la familia, para que puedan contribuir ayudar a identificar los desencadenantes en situaciones domésticas y brindar luces a fin de evitar que se repitan en el contexto escolar.
9. Estar atento a signos de síntomas depresivos del cuidador/a principal. Nos parece importante tener en cuenta la salud mental y emocional de los cuidadores principales de los estudiantes. Los síntomas depresivos en los cuidadores pueden tener un impacto significativo en el bienestar de los niños y niñas.
10. Tener presente el número de eventos estresantes vividos por el cuidador/a principal; El estrés y los eventos traumáticos experimentados por los cuidadores pueden influir en el desarrollo socioemocional de los estudiantes.

IX. A - DE LAS ACCIONES PREVENTIVAS

- a) Redirigir momentáneamente al estudiante hacia otro foco de atención con alguna actividad que esté muy a mano, por ejemplo, pedirle nos ayude a distribuir materiales, que nos ayude a con el computador u otros apoyos tecnológicos.
- b) Facilitarles la comunicación, ayudando a que se exprese de una manera diferente a la desregulación emocional y conductual, preguntando directamente, por ejemplo: ¿Hay algo que te está molestando?, ¿Hay algo que quieras hacer ahora?, si me lo cuentas, juntos/as podemos buscar te sientas mejor.
- c) Las preguntas y la forma de hacerlas deben ser adaptadas a la edad y condición del estudiante.



- d) Otorgarle, cuando sea pertinente, a algunos estudiantes para los cuales existe información previa de riesgo de desregulación emocional y conductual, tiempos de descanso en el que pueda, por ejemplo, ir al baño o salir de la sala, previamente establecido y acordado con el/la NNAJ y su familia, tras el cual debe volver a finalizar la actividad.
- e) Utilizar refuerzo conductual positivo frente a conductas aprendidas con apoyos iniciales, que son adaptativas y alternativas a la desregulación emocional y conductual.
- f) Diseñar con anterioridad reglas de aula, sobre cómo actuar en momentos en que cualquier NNA durante la clase se sienta especialmente incómodo/a, frustrado/a o angustiado/a, adecuando el lenguaje a la edad y utilizando, si se requiere, apoyos visuales u otros pertinentes adaptados a la diversidad del curso.
- g) Estipular cómo el /la estudiante hará saber de esto a su docente y profesionales de apoyo en aula. Ejemplo: usar tarjetas de alerta o una señal previamente consensuada.
- h) Enseñar estrategias de autorregulación, solo a modo de ejemplo, si es el caso hacer uso de estrategias visuales para favorecer la expresión de una emoción, por ejemplo, pictogramas de emociones, panel de emociones, dibujar emociones o situación problemática. (Anexo 2)

IX. B – DE LAS CONSIDERACIONES DE OTROS FACTORES DESENCADENANTES.

Reconocer los elementos del entorno que habitualmente preceden a la desregulación emocional y conductual. Es importante reiterar que hay factores que pueden desencadenar la ansiedad que corresponden a rasgos distintivos del estudiante y sus circunstancias. Pero, además existen otros factores desencadenantes relacionados con el entorno físico y social (Llorente, 2018).

1) Entorno físico.

- En lo posible minimizar la sobrecarga de estímulos (luces intensas, ruidos fuertes, colores fuertes e intensos, exceso de materiales o decoraciones, etc.). Si no se pueden controlar, permitir usar elementos que minimicen los estímulos como tapones, auriculares, gafas, entre otros.



- En lo posible, con recomendación de especialista, se tendrá presente ajustar el nivel de exigencias considerando habilidades motrices, cognitivas y emocionales como por ejemplo, intolerancia a la frustración, dificultades para coordinación motriz al recortar o al pegar, dificultades para tolerar visualmente una actividad muy larga.
- Programar previamente momentos de relajación, descanso y recreos cerebrales.
- Dar el tiempo necesario para cambiar el foco de atención, aunque se haya anticipado dicho cambio previamente. Por ejemplo, pedirle que ayude a distribuir materiales o con algún apoyo pedagógico.
- Favorecer la práctica de ejercicio físico, disminuyendo en la medida de lo posible, la cantidad de ejercicios para que sea menor en comparación al resto del curso y pueda ser tolerable para el estudiante.

2) Entorno social.

- Ajustar el lenguaje. Aprender a estar en silencio y en calma en momentos en que el NNAJ presenta altos niveles de ansiedad.
- Utilizar un tono de voz tranquilo, pausado y afectuoso, evitando aumentar el tono de voz.
- No juzgar ni atribuir 'automáticamente' mala intención.
- Dar tiempo al NNA para que dé a conocer lo que le pasa. En los momentos de mayor estrés lo primero que se pierde es la capacidad para expresarse. Es preferible que no haya demandas lingüísticas en ese momento y se deje para más tarde.
- Respetar los momentos de soledad, porque les ayudan a relajarse.
- Tratar de asegurar entornos amigables en todos los contextos sociales en que participa el NNA.
- Informar sobre sus necesidades de apoyo a las personas con las que se relaciona.
- Reconocer los momentos en que el estudiante está más receptivo para aprender. No se puede enseñar eficazmente durante momentos de desregulación emocional.



XI.- DEL DESCONTROL Y LOS RIESGOS PARA SÍ O TERCEROS IMPLICAN LA NECESIDAD DE CONTENER FÍSICAMENTE AL ESTUDIANTE.

Esta contención tiene el objetivo de inmovilizar al NNA 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. Las técnicas puede ser 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. En circunstancias extremas puede requerirse trasladar al estudiante a centros de salud. Debe existir coordinación preventiva previa con la familia del estudiante.

Además, de los posibles factores desencadenantes ya señalados, en algunos casos dicha 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.

*** Importante en todas las etapas descritas: No regañar al estudiante, No amenazar con futuras sanciones o pedirle que "no se enoje", No intentar razonar con él respecto a su conducta en ese momento.**

*En casos de situaciones de alto riesgo para sí mismo/a o terceros, es importante coordinarse con equipo médico tratante o efectuar derivación a médico psiquiatra, con el fin de recibir el apoyo pertinente, y orientaciones de acciones futuras conjuntas, ya que pueden existir diagnósticos concomitantes que requieran de tratamiento médico o de otros especialistas.

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

- 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.
- 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.



- Apoyar la toma de conciencia, de que todos los estudiantes tienen los mismos derechos y deberes, y en caso de haber efectuado destrozo 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 nuestro reglamento interno.
- Es importante trabajar la empatía y teoría mental (1) 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.
- 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 al estudiante que se desregula necesita apoyo y ayuda, su entorno, quienes se transforman en espectadores silenciosos de estas situaciones, también requiere contención y reparación.
- La propia reparación de los sentimientos y emociones evocados en dicha desregulación emocional y conductual deben ser considerados en un diseño de intervención a mediano plazo (más allá de la contención inicial), que incluya un análisis sobre la necesidad de mejora en la calidad de vida general del estudiante y el desarrollo de habilidades alternativas.



XIII. DE LOS ANEXOS.

(Anexo 1)

BITÁCORA DESREGULACIÓN EMOCIONAL Y CONDUCTUAL (DEC)

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:	Tutor/a:

3.-Identificación profesionales y/o asistentes del colegio 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:

- Etapa2, aumento de la DEC, con ausencia de autocontrol e inhibitorios cognitivos y riesgo para sí mismo/a o terceros.
 Etapa3, 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 existieran):



c) Descripción de antecedentes "gatilladores" previos al ingreso al establecimiento (si existieran):

Enfermedad ¿Cuál?.....

Dolor ¿Dónde?.....

Insomnio Hambre Otros.....

8.-Probable funcionabilidad de la DEC:

Demanda de atención Como sistema de comunicar malestar o deseo

Demanda d 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 ó mail

Señalar si:

- Se contactó a alguno/a de ellos/as. Propósito:.....
- Se le envía copia de bitácora previo acuerdo con 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:



(Anexo 2)

Para aquellos estudiantes que tienen dificultades para reconocer sus propias emociones se puede trabajar con un registro de "niveles emocionales" que les permita conocer y reconocer las situaciones que les generan malestar y tomar conciencia de los cambios en sus emociones para lograr un mayor autocontrol.

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	No encuentro mi mochila en la sala