



Protocolo De Actuación

Frente a situaciones de desregulación emocional y conductual de
estudiantes

Colegio San Francisco Javier



Colegio San Francisco Javier
Coquimbo

I. Consideraciones generales

1. Desregulación emocional y conductual

En el marco de este documento, se entenderá por 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)

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; Shield

Por su parte, la regulación emocional es aquella capacidad que nos permite gestionar nuestro propio estado emocional de forma adecuada. Supone tomar conciencia de la relación entre emoción, cognición y comportamiento; tener buenas estrategias de enfrentamiento; capacidad para autogenerarse emociones positivas, entre otros (Bisquerra, 2003)². Es decir, implica entender cómo nos sentimos, entender por qué nos sentimos así, poner en marcha herramientas que nos permitan expresar y gestionar lo que sentimos de forma adaptativa y orientada a nuestros objetivos personales (Gross, J. J., & Thompson, R. A., 2007)³. Estar bien regulado emocionalmente es un indicador de buen pronóstico, además de ser protector de una serie de alteraciones. La regulación emocional predispone a la persona a aprender, esforzarse y a participar (Llorente, 2018)

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

2. Características profesionales de quienes liderarán el manejo de la desregulación emocional y conductual.

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. 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)



Colegio San Francisco Javier
Coquimbo

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), y
3. **Conectar con los recursos de ayuda cuando se requiere** (Osorio, 2017)

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 primordial que los adultos responsables de cumplir con la tarea de apoyar y acompañar este episodio sean personas preparadas, que posean las competencias y la formación suficiente para abordar el apoyo a estudiantes en situación de crisis; esto es, **que sepan mantener la calma, ajustar su nivel de lenguaje y comunicarse de manera clara, precisa, concisa, sin largos discursos; con voz tranquila, una actitud que transmita serenidad** (comunicación no verbal), ya que, de lo contrario, existe el riesgo de que la intervención pueda agravar los hechos o consecuencias para el propio estudiante y para su entorno inmediato.

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 del equipo del Programa de Integración Escolar (PIE) o de la dupla psicosocial SEP, 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. El manejo y uso de esta información por parte de los encargados en el establecimiento educacional siempre debe contar con el acuerdo (consentimiento) previo de la familia, asegurando la confidencialidad que amerita cada caso. Asimismo, es fundamental que, con antelación, se haya establecido, y registrado donde corresponda, al adulto responsable de la familia, tutor legal o persona significativa con quien comunicarse ante dicha situación.

El equipo directivo y de gestión del establecimiento educacional coordinará instancias de capacitación y/o de apoyos internos y/o externos de autocuidado y, mejor afrontamiento de las DEC, dirigido principalmente a quienes estén a cargo de esta tarea. Pero también, que promueva el desarrollo de habilidades socioemocionales que fortalezcan la convivencia escolar y el bienestar de todas las personas, a través de estrategias e instancias formativas y/o de acompañamiento que involucren a la comunidad educativa.

II. De la Prevención de situaciones de desregulación emocional y conductual

Para prevenir situaciones de desregulación emocional nuestro establecimiento implementa diversas estrategias, como las siguientes:

1. **Conocer a las y los estudiantes**, de modo de identificar aquellos que por sus características y/o circunstancias personales y del contexto, pueden ser más vulnerables a presentar episodios de DEC, por ejemplo:
 - a) estudiantes en condición del espectro autista
 - b) NNAJ severamente maltratados y/o vulnerados en sus derechos
 - c) Estudiantes con abstinencia al alcohol, luego de un consumo intenso y prolongado



Colegio San Francisco Javier
Coquimbo

- d) Estudiantes que presentan trastornos destructivos del control de impulsos y la conducta
- e) Estudiantes con trastorno de déficit atencional

2. Reconocer la presencia de indicadores emocionales o señales previas y actuar de acuerdo a ellas.

Los profesionales docentes y asistentes de la educación deben prestar especial atención si alguno de los estudiantes muestra mayor inquietud, signos de irritabilidad, ansiedad o desatención que lo habitual; se aísla y se retrae; observar el lenguaje corporal; obtener información de diversas fuentes como la familia, persona del transporte escolar u otros, que permitan identificar los detonantes en situaciones domésticas y tener pistas para evitar que suceda en el contexto escolar.

Es importante evitar cambios repentinos en el entorno escolar o en la rutina; anticipar los cambios; estar atentos a conflictos en el aula que podrían desencadenar un cuadro de desregulación. También, minimizar el ruido ambiente, por ejemplo, poniendo alfombra en patas de sillas y mesas, 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.

3. Reconocer elementos del entorno que habitualmente preceden a la DEC

La intervención preventiva debe apuntar tanto a las circunstancias que la preceden en el ámbito escolar, como en otros ámbitos de la vida diaria donde ocurren, o desde donde se observan factores que la predisponen. Uno de los factores externos al aula y comúnmente asociado a desregulación emocional y conductual son los trastornos del sueño; por lo mismo es de importancia la comunicación con la familia para detectarlo, prevenir las conductas no deseadas en aula y planificar los apoyos.

Algunos elementos asociados a riesgo de desregulación a considerar, no exclusivos del ambiente escolar, serían: síntomas depresivos del cuidador/a principal, número de eventos estresantes vividos por el cuidador/a principal, enfermedad crónica del estudiante, y escasez de medios materiales de estimulación apropiados para la edad.

Existen además factores desencadenantes asociados al entorno físico y social sobre los cuales es posible intervenir en cierta medida para prevenir o disminuirla posibilidad de que se gatille una DEC:

a) Entorno físico:

- Entornos con 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.
- Reducir incertidumbre anticipando la actividad y lo que se espera que la persona pueda hacer en esa actividad; si surgen cambios, infórmelos.
- Ajustar el nivel de exigencias considerando no solo el nivel de competencias del estudiante en la tarea, sino también el estado de regulación emocional, tanto negativo como positivo en el que se encuentra en el momento.



Colegio San Francisco Javier
Coquimbo

- Equilibrar diariamente tareas más demandantes con otras menos exigentes. Los estudiantes en el espectro autista (y con otras condiciones y o requerimientos de apoyo), ya tienen una demanda respecto al entorno inherente a su condición, que les resulta estresante.
- Programar previamente momentos de relajación y de descanso.
- Dar el tiempo necesario para cambiar el foco de atención, aunque se haya anticipado dicho cambio previamente.
- Favorecer la práctica de ejercicio físico

b) Entorno social:

- Ajustar el lenguaje. Aprender a estar en silencio y en calma en momentos en que el estudiante presenta altos niveles de ansiedad.
 - Mantener una actitud tranquila.
 - Reconocer momentos en que el estudiante está preparado para aprender. No se puede enseñar en momentos de desregulación.
 - No juzgar ni atribuir 'automáticamente' mala intención.
 - Dar tiempo al NNAJ 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.
 - Aceptar y reconocer sus sentimientos. No hay sentimientos malos, lo que puede estar mal son las conductas asociadas. No negar lo que sienten.
 - Respetar los momentos de soledad, porque les ayudan a relajarse. Tratar de asegurar entornos amigables en todos los contextos sociales en que participa el/la estudiante.
 - Informar sobre sus necesidades de apoyo a las personas con las que se relaciona.
- 4. Redirigir momentáneamente al estudiante hacia otro foco de atención** con alguna actividad que esté a mano, por ejemplo, pedirle que ayude a distribuir materiales, con el computador u otros apoyos tecnológicos.
- 5. Facilitar la comunicación, ayudando a que se exprese de una manera diferente a la utilizada durante la DEC** preguntando directamente, por ejemplo: "¿Hay algo que te está molestando? ¿Hay algo que quieras hacer ahora? Si me lo cuentas, en conjunto podemos buscar la manera en que te sientas mejor". Las preguntas y la forma de hacerlas deben ser adaptadas a la edad y condición del estudiante, sin presionarlo. Es aconsejable interpretar la conducta de desregulación emocional y conductual como una forma de comunicar, ya sea un mensaje, un fin que se quiere lograr o la funcionalidad que pueda contener para el individuo y/o su contexto. Algunos ejemplos de funcionalidad podrían ser: obtener atención, comida, estimulación sensorial, expresar malestar o dolor, sueño, cambio de conductor del



Colegio San Francisco Javier
Coquimbo

furgón escolar, problemas previos en el hogar, o que un compañero/a le moleste con el fin de parar la tarea escolar del curso completo a partir de desencadenar su desregulación emocional y conductual.

6. **Otorgar tiempos de descanso, cuando sea pertinente a algunos estudiantes para los cuales existe información previa de riesgo de desregulación** en que puedan, ir al baño o salir de la sala. Estas pausas, tras las cuales debe volver a finalizar la actividad que corresponda, deben estar previamente establecidas y acordadas con cada estudiante y su familia. Es importante que los adultos que participen en cada caso, como profesores de asignatura, inspectores, encargados de convivencia escolar, etc., estén informados de la situación.
7. **Utilizar refuerzo conductual positivo frente a conductas aprendidas con apoyos iniciales, que son adaptativas y alternativas a la DEC**. Para el diseño de este refuerzo positivo se requiere tener conocimiento sobre cuáles son sus intereses, cosas favoritas, hobbies, objeto de apego; para ello es deseable que los profesionales que planifiquen los apoyos y refuerzos también participen con el/la estudiante en espacios distintos a los académicos, donde puedan hacer cosas en conjunto, compartir, entretenerse, conversar, jugar. En el caso de estudiantes sin lenguaje oral, para identificar reforzadores será deseable según el caso, utilizar pictogramas, gestos, lengua de señas chilena, preguntar a personas cercanas de su entorno valoradas positivamente por el/la estudiante, entre otras alternativas.

Es necesario reforzar inmediatamente después de ocurrida la conducta, de lo contrario podría estarse reforzando otra; también, dicha conducta debe ser reforzada de manera similar por todas las personas adultas, ya que no servirá si cada uno aplica el refuerzo como quiere o un día sí y otro no.

8. **Enseñar estrategias de autorregulación** (emocional, cognitiva, conductual) tal como ayudarlos a identificar los primeros signos de ansiedad u otros estados emocionales y cómo abordarlos mediante objetos o situaciones que les agraden y relajen (no que les exciten y/o diviertan), mediante ejercicios de relajación, respiración o estrategias de carácter sensoriomotor como pintar, escuchar música, pasear, saltar etc. Cuando es el pensamiento el que genera ansiedad, se puede enseñar a modificar el pensamiento negativo a través de imágenes de momentos en que se ha sentido bien o feliz; o favoreciendo su autorregulación conductual, apoyando el control de los impulsos y la demora de la gratificación, entre otras posibilidades.

Ante la dificultad para reconocer las propias emociones hasta que son “extremas”, se puede trabajar a través de actividades como llevar con el/la estudiante un registro de «niveles emocionales» que le permitan ir conociéndose y reconociendo qué situaciones le generan malestar, y que vaya siendo consciente del cambio en sus emociones para lograr un mayor autocontrol.

9. **Diseñar con anterioridad reglas de aula** sobre cómo actuar en momentos en que cualquier estudiante durante la clase sienta incomodidad, frustración, angustia, adecuando el lenguaje a la edad y utilizando, si se requiere, apoyos visuales u otros pertinentes adaptados a la diversidad del curso.

Estipular previamente cómo el/la estudiante hará saber de esto a su docente y profesionales de apoyo en aula. Ejemplo: usar tarjetas de alerta disponibles o una señal previamente consensuada, que pueda mostrar a su docente, para que se inicie el accionar conforme a este protocolo en lo que respecta a la etapa inicial.



Colegio San Francisco Javier
Coquimbo

Para casos específicos, por ejemplo, estudiantes en el espectro autista, es deseable, además, establecer con anterioridad contratos de contingencia, en los cuales esté escrito cómo el/la estudiante hará saber esto, a quién y cuál será el marco de actuación de los profesionales del establecimiento y, apegarse en lo posible a dichas indicaciones.

Además, se debe estar atento a necesidades de adaptación de las reglas generales del aula que contribuyan a una sana convivencia escolar, “no se puede tratar un problema de conducta si ocurre en un entorno problemático”. Para ello con ayuda de los estudiantes, se publicará en paneles de la sala, con diseños creativos e inclusivos, reglas generales consideradas por todo el curso como las más relevantes, que permitan ser usadas como recordatorios de los comportamientos esperados.

Todas estas estrategias pueden ser efectivas en prevenir el episodio de desregulación emocional y conductual, y pueden ayudar a que el estudiante recupere el control con una mínima ayuda de un adulto. Si se logra la calma y el estudiante permanece en el aula, el objetivo esta logrado.

III. De la Intervención según nivel de intensidad

En algunos casos será posible identificar etapas de evolución de la desregulación emocional y conductual, o solo la aparición en diversos niveles de intensidad. Para efectos de organización de los apoyos, se describen tres etapas por grado de intensidad de la desregulación y complejidad de los apoyos requeridos:

Etapas 1: Etapa inicial previamente haber intentado manejo general sin resultados positivos y sin que se visualice riesgo para sí mismo/a o terceros. Para intervenir en esta etapa se pueden aplicar las siguientes estrategias:

- a) **Cambio de actividad, forma o materiales,** a través de la que se está llevando a cabo la actividad, por ejemplo, cuando reacciona con frustración en alguna actividad artística con ténpera, permitir que utilice otros materiales para lograr el mismo objetivo.
- b) **Rincón de calma:** En los más pequeños pueden usarse rincones con cajas 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.
- c) **Intereses, cosas favoritas, objetos de apego:** Utilizar el conocimiento sobre sus intereses, cosas favoritas, hobbies, objeto de apego en la estrategia de apoyo inicial a la autorregulación.
- d) **Tiempo fuera en un lugar determinado:** 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.
- e) **Acompañamiento durante el tiempo fuera:** 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.
- f) **Ejercicios de respiración/ relajación.**



Colegio San Francisco Javier
Coquimbo

**Cada una de estas estrategias deben ser adaptadas a las diferentes edades y características de cada estudiante. En todos los casos se debe dar más de una alternativa al estudiante, de modo que pueda elegir, como un primer paso hacia el autocontrol. Paralelamente, analizar información existente o que pueda obtenerse, sobre el estado del estudiante antes de la desregulación, por ejemplo, si durmió mal, si sucedió algún problema en su casa o traslado, algún evento “gatillador” en el aula, que aporten al manejo profesional.*

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

En esta etapa, el estudiante, 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,

Tanto si el episodio de desregulación emocional se presenta de modo inesperado, como si la conducta presentada no se desactiva con la contención emocional en el aula realizada en la etapa 1, es posible que el estudiante pierda las inhibiciones y actúe impulsiva, emocional y a veces explosivamente. Estas conductas pueden ser expresadas, por ejemplo, gritando, mordiendo, pegando, pateando, destruyendo cosas o haciéndose daño.

Por lo tanto, si el estudiante se auto agrede, presenta una conducta violenta con otro estudiante, o pone en peligro a cualquier miembro de la Comunidad Educativa y/o la infraestructura del establecimiento educacional, se recomienda llevar a cabo los siguientes pasos:

Procedimiento:

1. Si el docente se encuentra solo y nota que el estudiante no se calma debe solicitar ayuda y recurrir a la persona designada como encargado. Si hay más de dos adultos en aula uno de ellos debe intentar retirar al estudiante de la sala o informar al encargado para la activación del protocolo.
2. Evacuar a los estudiantes que se encuentren en el aula o cercanos al lugar del episodio. Evitando aglomeraciones de personas que observan.
3. Mantener al estudiante lejos de cualquier objeto que ponga en riesgo su integridad física. Retirar elementos peligrosos que estén al alcance del estudiante: tijeras, cuchillos cartoneros, piedras, palos, otros.
4. No dejar al estudiante solo. El encargado debe mantenerse cerca, evitando el contacto físico.
5. El encargado debe aplicar las acciones necesarias adaptadas conforme a la edad del estudiante tales como:
 - 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). Este debe ser 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).
 - **Reducir los estímulos** que provoquen inquietud, como luz, ruidos.



Colegio San Francisco Javier
Coquimbo

- Permitir, cuando la intensidad vaya cediendo, la expresión de lo que le sucede o de cómo se siente, 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.
6. El acompañante externo debe informar a la familia lo sucedido para llevar a cabo los acuerdos establecidos en el plan de contingencia.
 7. Generar reunión con el equipo que afronta la DEC y Dejar registro de lo sucedido en BITACORA.

Etapas 3: Cuando el descontrol y los riesgos para sí mismo/a o terceros implican la necesidad de contener físicamente al estudiante:

Esta contención tiene el objetivo de *inmovilizar* al/la estudiante para evitar que se produzca daño a sí mismo 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.***

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.

Además, se aplicará con previo conocimiento y autorización de dirección o persona a cargo del establecimiento y su realización debe ser efectuada por un/a profesional capacitado que maneje las técnicas apropiadas: acción de mecedora, abrazo profundo.

Procedimiento:

1. Informar y solicitar autorización a dirección
2. La persona encargada debe generar la contención física
3. La Contención se dará por finalizada cuando el estudiante disminuya la intensidad de su DEC, es decir cuando retome el autocontrol, se calme y se encuentre dispuesto a escuchar o hablar.
4. Si es pertinente derivar a convivencia escolar, centro de salud o especialistas competentes para tomar las medidas pertinentes (de reparación, medidas formativas u otras)

Es de utilidad **elaborar el Protocolo de contención o plan de acompañamiento** para cada estudiante (anexo 1) y en cada situación (sala de clase, recreo, otro), de modo que se identifique su necesidad, con respeto a su dignidad. Dicho protocolo debe ser elaborado en conjunto por quienes intervengan con el/la estudiante, generando criterios consensuados, acompañado por una **bitácora** (ver Anexo 2) para mantener un registro de la evolución de la conducta en el tiempo conforme a la intervención planificada. Algunos aspectos claves que debe incluir el Protocolo son: situación en la que es preciso su uso, personal necesario y sus roles específicos, duración de la contención física, cuándo y dónde dar por finalizado su uso, cómo actuar después con estudiantes.

En circunstancias extremas puede requerirse trasladar al estudiante a centros de salud, para lo cual los responsables en el establecimiento previamente deberán establecer contacto con el centro de salud más cercano, para definir de manera conjunta la forma de proceder y, en acuerdo con apoderado, la forma de traslado, con apego a la normativa y a la seguridad de todas las partes involucradas.



Colegio San Francisco Javier
Coquimbo

***IMPORTANTE EN TODAS LAS ETAPAS DESCRITAS: NO REGAÑAR AL ESTUDIANTE, NO GRITAR, NO AMENAZAR CON FUTURAS SANCIONES O PEDIR QUE “NO SE ENOJE” O QUE “SE CALME”, NO INTENTAR RAZONAR RESPECTO A SU CONDUCTA EN ESE MOMENTO.**

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

En estas etapas, idealmente, se deberá definir quién será el/los responsables de la activación del protocolo. Para ello 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/la estudiante y algún grado de preparación. Para tal efecto, varias personas deben contar con entrenamiento previo: Encargado de Convivencia Escolar, Orientador, Psicólogo, Trabajador Social, u otro.

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 **se debe dejar registro del desarrollo en la Bitácora** (*Anexo 3 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.

Además, el establecimiento puede aplicar un plan de autocuidado para profesionales que trabajan con estudiantes de mayor desregulación emocional y conductual.

B) Información a la familia y/o apoderado/a (etapa 2 y 3):

La persona que cumple el papel de acompañante externo es la encargada de dar aviso a la familia y apoderado/a. Con la llegada de 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.

Cuando las probabilidades de desregulación emocional y conductual se encuentran dentro de un cuadro clínico o de características definidas, como por ejemplo, síndrome de abstinencia o del espectro autista, entre otros, los procedimientos de aviso a apoderados y si este podrá o no hacerse presente, deben estar establecidas con anterioridad en **contratos de contingencia**,



Colegio San Francisco Javier
Coquimbo

donde se especifiquen las acciones y responsables del proceso, medios por los que se informará al apoderado/a y la autorización de este/a para los mismos; dicha información debe estar en conocimiento del personal a cargo del manejo de la crisis de desregulación. (Anexo Contrato de contingencia)

En todos los casos, el equipo de la dupla psicosocial SEP o del Programa de Integración Escolar, PIE en conocimiento del particular contexto familiar y la condición laboral y/o emocional del apoderado, orientará sobre la responsabilidad que debiera asumir en estos apoyos, estableciendo siempre medios para mantenerle informado en el caso de DEC y del manejo que en el establecimiento se está desarrollando, a la vez de considerar siempre la información y opinión del apoderado/a en los aspectos que faciliten la mejor intervención y el trabajo colaborativo.

IV. Intervención en la reparación posterior a una crisis de DEC

Tras la DEC es importante generar y aplicar distintas estrategias de reparación. Esta etapa debe estar a cargo de profesionales integrantes del equipo PIE o convivencia escolar, quienes deben considerar los siguientes puntos:

- **Demostrar afecto y comprensión**, hacerle saber al estudiante que todo está tranquilo y que es importante hablar de lo ocurrido para entender la situación y solucionarla, así como evitar que se repita.
- **Tomar acuerdos conjuntos** para prevenir en el futuro inmediato situaciones que pudiesen desencadenar en una desregulación. A la vez, informarle que dispondrá de profesionales de apoyo para ayudarlo a poner en práctica estos acuerdos, y que pueda expresar lo que le molesta o requiere (sin DEC) o logrando un mayor autocontrol de la situación. Señalar 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**, acerca de que todos los estudiantes tienen los mismos derechos y deberes, y en caso de haber efectuado destrozos u ofensas se debe responsabilizar y hacer cargo, ofreciendo las disculpas correspondientes, ordenando el espacio o reponiendo los objetos rotos, conforme a las normas de convivencia del aula y establecimiento.
- **Trabajar la empatía y teoría mental** en este proceso, la causa-consecuencia de nuestras acciones y el reconocimiento y expresión de emociones. Para ello, se pueden utilizar apoyos visuales, como dibujos de lo ocurrido o historias sociales, tipo comics, u otras adecuadas a cada individuo.
- **Reparación hacia terceros**, esta debe realizarse en un momento en que el estudiante haya vuelto a la calma, lo cual puede suceder en minutos, horas, incluso, al día siguiente de la desregulación. Siendo apoyado en esta fase por un especialista de PIE o Convivencia escolar. No se debe apresurar este proceso. Se debe incluir dentro del ámbito de reparación al curso, docente o a cualquier persona vinculada con los hechos. No solo quien se desregula necesita apoyo y ayuda; su entorno, que se transforma en espectador silencioso de estas situaciones, también requiere contención y reparación.
- **La propia reparación de los sentimientos y emociones evocados**, que incluya el análisis sobre la necesidad de mejora y el desarrollo de habilidades alternativas en dicha desregulación emocional y conductual. Así, en la línea de la propia reparación es relevante considerar:



Colegio San Francisco Javier
Coquimbo

- **La enseñanza de habilidades alternativas**, la que debe incorporar los siguientes criterios: que cumplan la misma función que la conducta de desregulación emocional y conductual, que sea inicialmente fácil, que produzcan efectos inmediatos, que se puedan usar en diferentes entornos. Por ejemplo, para comunicar que requiere un descanso, puede ser más fácil que el/la estudiante inicialmente levante la mano a que lo verbalice. Esta conducta debe ser generalizada a otros contextos, en acuerdo con el/la estudiante y las personas que correspondan en cada caso. Y en la medida que sea efectiva, ir enriqueciéndola en complejidad en base a las potencialidades del estudiante y al consenso establecido en las normas de la clase.

Para el caso particular de estudiantes con deterioro cognitivo muy severo, las intervenciones tanto a corto, mediano como a largo plazo deben centrarse primordialmente en la modificación de los entornos.

- **La intervención sobre la calidad de vida**; una insatisfacción amplia en la vida cotidiana es un factor que puede contribuir a la aparición y mantención de estas conductas. Se requiere indagar sobre bienestar personal, la calidad de las relaciones con sus pares, con la familia, las oportunidades de participar en actividades atractivas y significativas y lo que le gustaría hacer en comparación con lo que cotidianamente hace.

Consideraciones:

- El protocolo o plan de acompañamiento emocional y conductual se debe elaborar entre la persona encargada, en colaboración con los profesionales que intervengan con el estudiante, y de ser posible con el estudiante cuando éste se encuentre tranquilo y regulado emocionalmente.
- Complementar el plan con información proporcionada por los padres y/o apoderados del estudiante.
- Respetar y considerar la perspectiva del estudiante cuando sea posible, durante la elaboración e implementación del plan.
- Es relevante la comunicación continua respecto al plan de acción entre la persona encargada, los profesionales que intervengan con el estudiante, los docentes que interactúan a diario con el estudiante, y los padres y/o apoderados.
- Revisar el plan mensualmente
- Los cambios en el plan deben realizarse cuando sea necesario, según lo determinado por la persona encargada, los profesionales y el estudiante.



Colegio San Francisco Javier
Coquimbo

Protocolo de Desregulación emocional y/o conductual
PLAN DE ACOMPAÑAMIENTO EMOCIONAL O CONDUCTUAL
(PAEC)

I. IDENTIFICACIÓN DEL ESTUDIANTE

Nombre del estudiante:	
Curso:	
Diagnóstico	

II. EQUIPO DE APOYO

Encargado	
Acompañante Interno	
Acompañante externo	

III. IDENTIFICACIÓN DE APODERADO O CONTACTO DE EMERGENCIA

Nombre	
Celular	
Correo electrónico	

IV. FORTALEZAS Y DESAFÍOS

Fortalezas del estudiante:	
☐ Curiosidad	☐ Autonomía
☐ Energía y entusiasmo por explorar	☐ Concentración
☐ Creatividad e imaginación	☐ Memoria excepcional
☐ Capacidad de aprender rápidamente	☐ Atención al detalle



Colegio San Francisco Javier
Coquimbo

- ☐ Habilidades sociales y de comunicación ☐ Habilidades motoras y de coordinación
- ☐ Conocimientos específicos en un área de interés
- ☐ Otras.....
-
-

Desafíos: Comportamientos preocupantes que el estudiante presenta, especialmente cuando está estresado

- | | |
|--|---|
| ☐ miedo o ansiedad excesiva | ☐ Agresividad física o verbal |
| ☐ movimientos repetitivos o estereotipados | ☐ Aislamiento |
| ☐ rechazo a seguir instrucciones/reglas | ☐ Llanto e irritabilidad frecuente |
| ☐ distracción o falta de atención frecuente | ☐ comportamiento impulsivo |
| ☐ Negatividad o pesimismo constante | ☐ Pérdida o aumento de apetito |
| ☐ Dificultad para dormir | ☐ distracción o falta de atención |
| ☐ Comportamientos autodestructivos (ej. autolesiones) | |
| ☐ Habla negativa sobre sí mismo o su capacidad | |
| ☐ dibujo o escritura de temas oscuros o violentos | |
| ☐ Evitación de actividades que antes disfrutaba | |
| ☐ Otros: | |
| | |
| | |
| | |

V. GATILLANTES Y ESTRESORES

Gatillantes: Cuando suceden estas cosas, es más probable que se sienta inseguro y molesto

- | | |
|---|--|
| ☐ No ser escuchado | ☐ Sentirse excluido |
| ☐ Sentirse presionado | ☐ Que alguien lo mire fijamente |
| ☐ Que alguien lo toque | ☐ Burlas |



Colegio San Francisco Javier
Coquimbo

- | | |
|--|--|
| ☐ Gente gritando | ☐ No saber qué decir |
| ☐ Sentirse solo | ☐ Una asignatura en particular |
| ☐ Discusiones | ☐ A una hora particular del día |
| ☐ Una palabra en particular | ☐ No entender el trabajo/ tarea |
| ☐ Prohibiciones | ☐ que no lo dejen jugar cuando quiere |
| ☐ Otros: | |
| | |
| | |
| | |

• Señales de advertencia: Cosas que otras personas podrían notar si el estudiante comienza a perder el control.

- | | |
|---|---|
| ☐ Transpiración | ☐ Respirar agitadamente |
| ☐ Cara roja | ☐ Retorcer las manos |
| ☐ Hiperactividad | ☐ Quedarme muy quieto |
| ☐ Agresividad | ☐ Tono alto de voz |
| ☐ Cantar/ tararear | ☐ Piernas agitadas |
| ☐ Llorar | ☐ Apretar los dientes |
| ☐ Balancear | ☐ Dañar objetos |
| ☐ Lastimarse | ☐ Aislarse/ evitar a los demás |
| ☐ Otros: | |
| | |
| | |

VI. INTERESES Y EXPERIENCIAS DE DISFRUTE

Posibles formas de regular las emociones: cosas que pueden ayudar a calmarse cuando se siente molesto, cosas que podrían funcionar:

- | | |
|--|--|
| ☐ Tiempo para el | ☐ Correr, caminar, saltar |
| ☐ Escuchar música | ☐ Lavarme la cara con agua fría |
| ☐ Cantar suavemente | ☐ Escribir |
| ☐ Sentarme cerca del profesor | ☐ Golpear un cojín |
| ☐ Calmarme en privado | ☐ Humor |
| ☐ Flexiones, abdominales | ☐ Hablar con algún profesional del EE |
| ☐ Colorear, | ☐ jugar con plastilina |



Colegio San Francisco Javier
Coquimbo

☐ Hacer rebotar una pelota	☐ Leer un libro Dibujar
☐ Estar cerca de alguna persona	☐ Abrazar un peluche
☐ Jugar a las cartas	☐ Respirar profundamente
☐ Recurrir a la sala PIE	☐ Hablar con un psicólogo(a)
☐ Acostarse	☐ Jugar con una pelota de relajación
☐ Usar el gimnasio	☐ Tensar y relajar los músculos
☐ Recurrir a un espacio seguro	☐ Balancearme o columpiarme
☐ Otros:	
.....	
.....	
.....	

• Cosas que lo hacen sentir peor: Cosas que NO lo ayudan a calmarse ni a sentirse seguro:

☐ Estar solo	☐ Ser ignorado
☐ Estar rodeado de gente	☐ Ser retirado de la sala
☐ Humor	☐ Hablar con un adulto
☐ No ser escuchado	☐ Que alguien me toque
☐ Bromas de los compañeros	☐ Que alguien le recuerde las reglas
☐ Que alguien me falte el respeto	☐ Tono alto de voz
☐ Otros:	
.....	
.....	
.....	

VII. Medidas preventivas

Medidas	Responsables
☐ Observación atenta: monitorear el comportamiento y emociones del estudiante.	
☐ Comunicación abierta: hablar con el estudiante para entender sus sentimientos y preocupaciones	
☐ Evaluación de necesidades: Identificar posibles necesidades o desafíos que puedan estar contribuyendo a la desregulación	



Colegio San Francisco Javier
Coquimbo

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none">☐ Estrategias de regulación: Enseñar técnicas para manejar emociones y comportamientos, como respiración profunda o relajación.☐ Actividades de reducción de estrés: proporcionar actividades que le ayuden a reducir el estrés como arte o música☐ Revisión de la rutina diaria: Uso de agenda diaria para anticipar los eventos☐ Creación de un ambiente seguro y acogedor que promueva la regulación emocional.☐ Otra:
.....
.....
..... | |
|--|--|

VIII. MANIFESTACIONES DEC

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

IX. RESPUESTA SUGERIDA

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

- | |
|--|
| <ul style="list-style-type: none">☐ Apoyo emocional: Proporcionar apoyo y comprensión para ayudar al estudiante a calmarse☐ Separación temporal: alejar al estudiante de la situación o entorno desencadenante☐ Comunicación con padres/ Tutores☐ Desarrollo de estrategias de regulación: Utilizar técnicas para manejar las emociones y comportamientos, como respiración profunda o relajación☐ Supervisión cercana: Monitorear al estudiante para asegurar su seguridad y bienestar☐ Otro..... |
|--|



Colegio San Francisco Javier
Coquimbo

.....

Anexo 2 CONTRATO DE CONTINGENCIA

Cuando yo note señales de advertencia y desencadenantes, realizaré las siguientes acciones

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

para evitar que se desarrolle una crisis.

Cuando los adultos del establecimiento educacional noten: Me gustaría que ayuden a prevenir una crisis a través de.....

.....
.....

Cuando siga este plan, mi recompensa será:

.....

Otras ideas sobre qué hacer si presento una crisis:

.....
.....

Personas que pueden apoyarme: (preguntar al estudiante)

Incluyen: Persona encargada de activar el protocolo, personal docente, asistentes de la educación, profesionales PIE, entrenador, terapeuta, psiquiatra, familiares y amigos. En caso de considerar un amigo o compañero, éste debe considerarse como un apoyo para la contención, no como único responsable.

Nombre	Teléfono	Correo electrónico
1.		
2.		



Colegio San Francisco Javier
Coquimbo

3.		
----	--	--

Equipo de apoyo	
Encargado	
Acompañante Interno	
Acompañante externo	

En caso de requerir contención física

La/las persona/s encargada/s de realizar la contención física en caso de ser necesario será(n) las señaladas anteriormente, estando el apoderado en conocimiento y de acuerdo con dicho procedimiento, el cual según lo establecido en el protocolo de actuación en situación de DEC se realizará con el fin de *inmovilizar* al/la estudiante para evitar que se produzca daño a sí mismo o a terceros. La cual se dará por finalizada cuando el estudiante disminuya la intensidad de su DEC, es decir cuando retome el autocontrol, se calme y se encuentre dispuesto a escuchar o hablar.

.....

Firma apoderada o tutor responsable