



PROTOCOLO DE RESPUESTA A SITUACIONES DE DESREGULACIÓN EMOCIONAL Y CONDUCTUAL (DEC)

El presente documento tiene por **objetivo entregar orientaciones y acciones del personal del colegio para responder a posibles situaciones de Desregulación Emocional y Conductual (DEC) en nuestros/as estudiantes**. Esta tarea se aborda tanto desde un enfoque preventivo como de intervención directa para evitar ocasionar daño emocional y/o físico al propio estudiante o entre los y las integrantes de la comunidad educativa. Su abordaje, desde la prevención a la intervención directa incorpora el criterio y la participación de la familia, considerando su particular realidad.

I.- CONSIDERACIONES GENERALES

- 1. Desregulación Emocional y Conductual (DEC):** En el marco de este documento, se entenderá por Desregulación Emocional y Conductual (DEC) como 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 o no sabe expresar su estado emocional o sensaciones de una manera adaptativa, presentando dificultades de autorregulación más allá de lo esperado para su edad o etapa de desarrollo evolutivo y volver a un estado de calma.
- 2. 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). 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). Estar bien regulado emocionalmente es un indicador de buen pronóstico, además de ser protector de una serie de alteraciones ya que la regulación emocional predispone a la persona a aprender, esforzarse y a participar (Llorente, 2018).
- 3. Factores Desencadenantes de DEC:** Son los factores fisiológicos, comportamentales y/o ambientales que producen un desequilibrio entre la persona y el contexto. Los factores desencadenantes no solo responden a las características o rasgos asociados a una condición particular del/de la 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 también hay factores estresantes en el entorno físico y social, incluyendo el comportamiento de una persona adulta. Algunos factores externos al aula y comúnmente asociado a desregulación emocional y conductual que se deben tener en cuenta son:
 - a. Trastornos del sueño.
 - b. Síntomas depresivos o de estrés del/de la cuidador/a principal.
 - c. Enfermedad crónica del/de la estudiante.



4.- Características del personal a cargo de estudiantes con DEC: El personal del colegio a cargo de estudiantes con DEC

debe conocer y comprender que:

- a. Su rol es eminentemente de mediador y acompañamiento durante todo el proceso.
- b. Debe desarrollar vínculo previo de confianza con el/la estudiante identificado/a como posible estudiante con DEC.
- c. Ante un proceso de DEC 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.
- d. El acompañamiento de/de la estudiante con DEC debe ser mayormente en silencio, siempre alerta y de frente al/a la estudiante con una actitud de resguardo y comprensión. Durante y luego del acompañamiento, debe coordinar la información y dar aviso al resto del personal según corresponda.
- e. Al finalizar la intervención debe entregar antecedentes para el registro del desarrollo de la DEC.

5. Información a la familia y/o apoderado/a: Coordinación de Convivencia Escolar cumple el papel de avisar a la familia y apoderado/a durante y posterior a un proceso de DEC y generar previamente con apoderado/a un contrato de contingencia.

6. Contrato de Contingencia: Documento firmado entre apoderado/a, Coordinación de Convivencia y/o Coordinación de PIE. En el se establecen las características de la/del estudiante propenso a una DEC, su diagnóstico y tratamientos externos, acuerdos de intervención por parte del colegio como apoderado/a apoya esta. En este contrato, se solicita a apoderado/a mantener al colegio actualizado sobre tratamiento farmacológico, ya que una DEC 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.

II. PREVENCIÓN

1. Conocer a los y las estudiantes. Hay que identificar a quienes por sus características y/o circunstancias personales y del contexto pueden ser más vulnerables a presentar episodios de DEC. Por ejemplo:

- a. Estudiantes con condición del espectro autista.
- b. NNAJ severamente maltratados/as y/o vulnerados/as en sus derechos.
- c. Estudiantes con abstinencia al alcohol.
- d. Estudiantes que presentan trastornos destructivos del control de impulsos y la conducta.
- e. Estudiantes con trastorno de déficit atencional con hiperactividad/impulsividad.



- f. A estudiantes pequeños hay que permitirle llevar objetos de apego y en estudiantes mayores utilizar el conocimiento sobre sus intereses, cosas favoritas, hobbies y objetos de apego en la estrategia de apoyo inicial a la autorregulación.

2. Reconocer señales previas y actuar de acuerdo con ellas. Se debe poner atención a la presencia de “indicadores emocionales” como:

- a. Tensión, ansiedad, temor, ira y frustración.
- b. Estudiante muestra mayor inquietud, signos de irritabilidad, ansiedad o desatención que lo habitual; se aísla y se retrae; observar el lenguaje corporal.
- c. Identificar detonantes en situaciones domésticas con trabajo colaborativo de diversas fuentes como la familia, persona del transporte escolar u otros, que permitan y tener pistas para evitar que suceda en el contexto escolar.

3. Reconocer los 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.

4.- En el caso de estudiantes con TEA. Son estudiantes que factores del entorno físico y social les puede provocar vulnerabilidad a la ansiedad y fallas en el empleo de estrategias de autorregulación, por lo que les requiere mucha energía y esfuerzo manejar los niveles de ansiedad para no sentirse desbordados constantemente y estar bien regulados emocionalmente. Por ello, la prevención debe considerar del:

a. Entorno Físico:

1. No tener 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.
2. Reducir incertidumbre anticipando la actividad y lo que se espera que la persona pueda hacer en esa actividad.
3. Se debe ajustar el nivel de exigencias considerando no solo el nivel de competencias del/de la estudiante en la tarea, sino también el estado de regulación emocional, tanto negativo como positivo en el que se encuentra en el momento.
4. Equilibrar diariamente tareas más demandantes con otras menos exigentes.
5. Programar previamente momentos de relajación y de descanso.
6. Dar el tiempo necesario para cambiar el foco de atención, aunque se haya anticipado dicho cambio previamente.
7. Favorecer la práctica de ejercicio físico.
8. Minimizar el ruido ambiente o favorecer el uso de audífonos que tengan la función de cancelación de ruido de fondo, si es que especialista recomienda dicho uso.
9. Evitar cambios repentinos del entorno escolar.



b. Entorno Social:

1. Ajustar el lenguaje. Aprender a estar en silencio y en calma en momentos en que el NNAJ presenta altos niveles de ansiedad.
 2. Mantener una actitud tranquila.
 3. Reconocer momentos en que el NNAJ está preparado para aprender. No se puede enseñar en momentos de desregulación.
 4. No juzgar ni atribuir 'automáticamente' mala intención.
 5. 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. No hay que hacer demandas lingüísticas en ese momento, eso se debe dejar para más tarde.
 6. Aceptar y reconocer sus sentimientos. No hay sentimientos malos, lo que puede estar mal son las conductas asociadas. No negar lo que sienten.
 7. Respetar los momentos de soledad, porque les ayudan a relajarse. Tratar de asegurar entornos amigables en todos los contextos sociales en que participa el NNAJ. Informar sobre sus necesidades de apoyo a las personas con las que se relaciona.
 8. Evitar cambios repentinos en la rutina escolar; anticipar los cambios; estar atentos a conflictos en el aula que podrían desencadenar un cuadro de desregulación.
 9. Tener en cuenta que el clima de trabajo y relacional existente en el propio establecimiento educacional puede influir positiva o negativamente en la presentación de episodios de DEC, que no dependen solo de las características del estudiantado.
5. **Facilitarles la comunicación.** Cuando un/a NNAJ con DEC haya terminado su desregulación se le debe permitir que se exprese de una manera diferente a la utilizada durante 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, 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.
6. **Otorgar a estudiantes identificados/a con procesos DEC tiempos de descanso.** Estas pausas, tras las cuales debe volver a finalizar la actividad que corresponda, deben estar previamente establecidas y acordadas con cada NNAJ y su familia, por ejemplo, ir al baño o salir de la sala.
7. **Utilizar refuerzo conductual positivo.** 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 NNAJ 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).** Enseñar a identificar los primeros signos de ansiedad u otros estados emocionales y cómo abordarlos mediante objetos o situaciones que les agraden y relajen es una metodología muy eficaz en el colegio.
9. **Diseñar con anterioridad reglas de aula.** Estipular previamente cómo el NNAJ hará saber primeros signos de DEC a su docente y profesionales de apoyo en aula también es una medida preventiva a considerar.



	<p>La contención fuera del lugar debe primero procurar acogida, contención emocional-verbal, esto es, <i>intentar mediar verbalmente en un tono que evidencie tranquilidad, haciéndole saber al/a la 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.</i></p>	<p>Fuera de aula: miembro de la Comunidad que presencie DEC, quién derivará a Equipo Convivencia Escolar o Equipo PIE</p>	
--	---	--	--

ETAPAS	ACCIONES	RESPONSABLE	PLAZO
<p>2. ETAPA DE AUMENTO DEC: Se produce ausencia de autocontrol inhibitorio cognitivo con riesgo para sí mismo/a o terceros.</p>	<p>Esta etapa debe iniciarse cuando el/la estudiante con DEC no responde a contención y va en aumento su DEC con agitación motora sin lograr conectar con su entorno de manera adecuada. Se debe “acompañar” sin interferir en su proceso de manera invasiva, con acciones como:</p> <p>Ofrecer soluciones de ejercicio físico.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Se le dará la contención necesaria, ejemplo: permitir, cuando la intensidad vaya cediendo, la expresión de lo que le sucede o de cómo se siente, con una persona que represente algún vínculo para él/ella, en un espacio diferente al aula común, a través de conversación, dibujos u otra actividad que le sea cómoda. 2. Conceder un tiempo de descanso cuando la desregulación haya cedido. 3. Dependiendo del vínculo que el estudiante tenga con cualquier miembro de nuestra comunidad disponible, este puede también colaborar también con la contención. 	<p>Convivencia Escolar o PIE u otro miembro de la comunidad (dependiendo vínculo con estudiante)</p>	<p>Inmediatamente ocurrida etapa 1 sin éxito</p>



	<p>Características requeridas del ambiente en etapa 2 son:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Retirar elementos peligrosos que estén al alcance del estudiante: tijeras, cuchillos cartoneros, piedras, palos, otros. 2. Reducir los estímulos que provoquen inquietud, como luz, ruidos. 3. No permitir aglomeraciones de personas que observan. <ul style="list-style-type: none"> • Registro en Syscolnet: <ul style="list-style-type: none"> ○ Dentro de la sala de clases: Se deberá dejar registro describiendo la ocurrencia objetiva de los hechos desde lo sucedidos previamente a la DEC hasta el momento en que el estudiante abandone la sala. El relato deberá ser específico. ○ Fuera de la sala: Se deberá dejar registro si participó acompañamiento y/o conteniendo la desregulación describiendo los hechos y su intervención. 		
		Docente de asignatura	
		Equipo PIE/Convivencia escolar, dependiendo de quien acompañe la desregulación	

ETAPAS	ACCIONES	RESPONSABLE	PLAZO
<p>3. ETAPA DE CONTENCIÓN FÍSICA DEL/DE LA ESTUDIANTE: se aplica cuando el descontrol produce riesgos para sí o terceros</p>	<p>Esta contención tiene el objetivo de inmovilizar al NNAJ para evitar que se produzca daño a sí mismo o a terceros, por lo que se recomienda realizarla solo en caso de extremo riesgo para un/a estudiante. Su realización es efectuada por Equipo de Convivencia Escolar, Equipo PIE, Docente o Asistente, con técnicas apropiadas como ejemplo: acción de mecedora, abrazo profundo, afirmar. Estas técnicas están acordadas en contrato de contingencia. En circunstancias extremas puede requerirse trasladar al/a la estudiante a centros de salud.</p>	<p>Equipo de Convivencia Escolar, PIE, Docentes o Asistentes.</p>	<p>Inmediatamente ocurrida etapa 2 sin éxito</p>



	<ul style="list-style-type: none"> ● Registro en Syscolnet: <ul style="list-style-type: none"> ○ Dentro de la sala de clases: Se deberá dejar registro describiendo la ocurrencia objetiva de los hechos desde lo sucedido previamente a la DEC hasta el momento en que el estudiante abandone la sala. El relato deberá ser específico. ○ Fuera de la sala: Se deberá dejar registro si participó acompañamiento y/o conteniendo la desregulación describiendo los hechos y su intervención. 	<p>Docente de asignatura</p>	
		<p>Miembros de la Comunidad que participe y acompañe la DEC</p>	

ETAPAS	ACCIONES	RESPONSABLE	PLAZO
<p>4. ETAPA DE INTERVENCIÓN EN LA REPARACIÓN: es posterior a una crisis de DEC.</p>	<p>Tras un episodio de DEC:</p> <p>a) Es importante 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.</p> <p>b) Tomar acuerdos conjuntos para prevenir en el futuro inmediato situaciones que pudiesen desencadenar en una desregulación.</p> <p>c) Apoyar la toma de conciencia, acerca de que todos y todas tienen los mismos derechos y deberes, y en caso de haber efectuado destrozos u ofensas se debe responsabilizar y hacer cargo según reglamento interno de Normas de Convivencia Escolar.</p> <p>Aplicar la reparación hacia terceros (curso, docente, asistente, etc.) en un momento en que el/la estudiante haya vuelto a la calma.</p>	<p>Equipo de Convivencia Escolar o PIE</p>	<p>Finalizada la DEC</p>