



## PROTOCOLO DESREGULACIÓN EMOCIONAL Y CONDUCTUAL

### 1. Fundamentos

El presente protocolo constituye una guía de abordaje frente a situaciones de desregulación conductual y/o emocional (DEC) de estudiantes en el contexto escolar.

La desregulación emocional se define como una falta de control sobre la propia conducta, caracterizada por una **hiperreactividad emocional** (experimentar emociones intensas que surgen con facilidad) y dificultad para regresar a un estado de calma.

Este protocolo considera que cada situación de DEC será abordada bajo las fases de:

- Prevención
- Intervención
- Reparación

La regulación emocional implica la capacidad para modular la respuesta fisiológica, implementar estrategias ajustadas al contexto y organizarlas para lograr metas sociales (Thompson, 1994).

La desregulación emocional y conductual puede presentarse como una reacción motora y emocional frente a estímulos, con dificultad para comprender y expresar emociones, desencadenando angustia intensa, agresiones físicas, inconsciencia o descontrol generalizado.

Si la DEC transgrede lineamientos del Reglamento Interno o del Protocolo de Convivencia Escolar, se aplicarán medidas adicionales de acuerdo con dichos marcos normativos.



## 2. Principios rectores

Salvaguardar la integridad física, psicológica y emocional del estudiante y la comunidad educativa.

Actuar desde el interés superior del niño, resguardando su dignidad.

Reconocer que la regulación emocional es un proceso que requiere acompañamiento y corresponsabilidad entre escuela y familia.

Respetar las distintas realidades culturales, religiosas y sociales de la comunidad educativa, evitando toda forma de discriminación arbitraria.

Promover la equidad de género y la igualdad de oportunidades.

Cumplir con las obligaciones contenidas en los tratados internacionales ratificados por Chile en materia de derechos humanos, infancia y no discriminación.

## 3. Definiciones

**Desregulación emocional:** incapacidad para autorregular emociones y conductas frente a estímulos internos o externos.

**Contención emocional:** acciones verbales o físicas (cuando exista riesgo) que buscan resguardar al estudiante y a terceros.

**Fase de reparación:** instancia posterior a la crisis, orientada a restablecer la calma, reflexionar sobre lo ocurrido y prevenir reiteraciones.

**Reiteración de desregulación emocional:** ocurrencia de crisis en más de una ocasión dentro de una semana.



#### 4. Procedimientos de actuación

##### **Características de los/as profesionales que liderarán el manejo de la desregulación emocional y conductual en el establecimiento Educativo Adonay. Curicó:**

Es importante que quienes estén a cargo, sean agentes que cumplan con la motivación y las competencias básicas para el apoyo de estudiantes en situación de crisis; preparados para la intervención en situaciones complejas. De lo contrario, existe el riesgo de profundizar los síntomas y consecuencias para el propio NNA, y su entorno inmediato.

Para estudiantes que se encuentren en tratamientos con especialistas externos, por diagnósticos trastornos generalizados del desarrollo, trastornos genéticos, trastornos psicológicos, trastornos de adaptación y/o trastornos por consumo de sustancias. Será el equipo del Programa de Integración Escolar (PIE) o dupla psicosocial SEP determinada por el establecimiento educativo Adonay, quien junto a la familia, mantendrá la información del médico y/o otros profesionales tratantes. En caso se requiera trasladado a un servicio de urgencia, brindará la información del estudiante

##### **Fase de contención emocional**

El adulto más cercano, debe invitar al/a la estudiante a algún lugar contenedor (prefiriendo espacios abiertos y seguros tales como patios). Asegurarse de que otros estudiantes que estén cercanos/as, se encuentren resguardados/as y tranquilos/as. Hay que recordar que el primer objetivo es salvaguardar la integridad del estudiante

Mientras el adulto contiene al estudiante (verbalmente), solicita ayuda a algún otro adulto cercano para que informe en primera instancia a Psicólogo/a, o en su defecto a Orientador/ao Encargado/a de Convivencia Escolar. Sin dejar de asistir al niño (a) o adolescente (NNA) a controlar la respiración, y contener su malestar. Es importante no dialogar o cuestionar la situación/emoción/pensamiento que origina la conducta y/o crisis

Si se tratara de una desregulación que requiera contención física (para evitar que el NNA se auto agrede o agrede a otros), ésta debe realizarse con todos los Cuidados correspondientes, y bajo la supervisión de testigos. Hay que recordar que el primer objetivo es salvaguardar la integridad del estudiante

Un miembro del Equipo de Formación y Convivencia escolar delega los siguientes roles, dependiendo de disponibilidad, cercanía y rol en el colegio:



**a) Quién se quedará con el/la estudiante hasta que logre regularse**

**b. Quién avisará a Profesor/a jefe y al profesor que esté a cargo del estudiante en ese momento.**

**c. Quién se contactará con la familia, mediante contacto telefónico, para que acuda al retiro inmediato**

### **Fase de investigación o recopilación de antecedentes**

Psicólogo/a, Orientador/a o Encargado/a de Convivencia escolar debe realizar entrevista con el apoderado (cuando acuda al retiro del estudiante o la brevedad posible), y en conjunto con la familia, evaluar causas tentativas del desencadenante de crisis, definiendo un plan estratégico de acompañamiento.

### **En Caso de Reiteración de Desregulación Emocional.**

Se entenderá por reiteración de desregulación emocional, una situación reiterativa en un período de corto plazo (en más de una ocasión durante una semana) La repetición de estas conductas, deberá ser derivada al Departamento de Convivencia Escolar, por parte del profesor jefe

#### **El procedimiento por seguir es:**

Encargado/a de Convivencia, Psicólogo/a y Orientadora debe realizar entrevista con el apoderado, solicitando evaluación externa por profesional del área de la salud mental (psicólogo, neurólogo y/o psiquiatra)

#### **En el Caso de que el estudiante presente una Desregulación Emocional, y se encuentren tratamiento con especialista externo.**

- Si el estudiante que presenta la desregulación emocional se encuentra con tratamiento y apoyo de un especialista externo, se deben seguir los pasos descritos anteriormente, ajustando el procedimiento a las indicaciones de especialista tratante
- Se solicitará a la familia los datos del especialista externo para coordinar acciones futuras
- Si la situación es reiterada en el corto plazo, el departamento de Convivencia escolar podrá evaluar otras acciones, medidas pedagógicas o disciplinarias contenidas en el Reglamento Interno de Convivencia Escolar
- El colegio no podrá hacerse cargo de aquellos casos en los que los padres no asuman o abandonen los tratamientos necesarios condicionando o alejando al estudiante de la institución. Entendiendo que son los padres, madres, adultos protectores y/o apoderados, los



primeros encargados de proteger a los niños (a) y adolescentes. Si la familia demuestra ser protectora y manifiesta disposición para mantener tratamientos externos, el establecimiento educacional apoyara, acompañara y orientara

### **Intervención según nivel de intensidad**

Para el efectivo diseño y aplicación de un plan de intervención, es deseable partir por describir lo observable de las conductas de desregulación emocional y conductual, evitando inferir o categorizar anticipadamente. Se recopilará información por medio del relato de testigos y observación participante, del contexto en el cual emerge la crisis, buscando identificar estímulos externos o internos (sensaciones, recuerdos, emociones) que podrían desencadenar, incentivar o reducir el malestar

En algunos casos será posible identificar etapas de evolución de la desregulación emocional y conductual, o sólo la aparición de diversos niveles de intensidad. Para efectos de organización de intervinientes, se describen 3 etapas de intensidad de la desregulación, y los tentativos escenarios de apoyo requeridos.

**1.- Etapa inicial:** previo intento de contención, sin resultados positivos y sin riesgo para participantes o terceros

Cambiar actividades, escenario, materiales y/o estímulos generales donde se desarrolla la crisis (por ejemplo, cuando reacciona con frustración en alguna actividad artística con témpera, se le permite utilizar otros materiales para lograr el mismo objetivo).

Para el caso de los más pequeños, alumnos con diagnósticos de trastornos generalizados del desarrollo, trastornos genéticos o trastornos de adaptación, se utilizarán rincones lúdicos o zonas seguras, que incluirán juegos, material estimulante, entorno c ldido, colorido y de preferencia con luz natural. Aquí se intentar  brindar un espacio de contención al estudiante, en fase inicial de la desregulación; previa amplificación e intensidad. El adulto interviniente, atenderá y monitorear  el desarrollo del estudiante, hasta restablecer la calma. Podrán hacer uso de objetos de apego, según particularidad del estudiante

Utilizar el conocimiento sobre intereses, preferencias, hobbies y objetos de apego, como estrategia de apoyo inicial ante la crisis emergente.

Se sugiere permitir el desplazamiento por tiempo determinado a un lugar acordado en contratos de contingencia, que faciliten el manejo del condicionante, y la búsqueda de autorregularse emocionalmente; ejemplo Biblioteca CRA; en este caso el contrato debe contemplar al encargado de la Biblioteca CRA y su marco de actuación. Considerar la edad del /la estudiante, situaciones de discapacidad física y/o intelectual, trastornos de salud mental, en los apoyos que pueda requerir durante el tiempo fuera del aula.



Durante el tiempo establecido que se mantendrá fuera del aula, el asistente debe acompañar (según particularidad e intensidad del caso), iniciando con contención emocional- verbal; mediando verbalmente, por medio de un tono que evidencie tranquilidad, cercanía, apoyo

**Algunos otros ejemplos de acciones que puede desarrollar la persona a cargo, adaptables conforme edades y características del estudiante, podrían ser:**

Motivarlo a Tirarse al piso boca arriba: “respira profundo por la nariz y bota por la boca”; “cuenta del 1 al 20 mentalmente descansando y repetirlo varias veces”, si el NNAJ se siente incómodo de cerrar los ojos, no insistir.

Indicarle algunas alternativas: “Podemos poner un poco de música. ¿qué música te gusta?”; “Si quiere podemos dibujar en la pizarra o en una hoja lo ocurrido... no te preocupes tenemos un tiempo, y podemos conseguir más si se necesita; “Quieres tu muñeco/juguete/foto/ (procurar tener un objeto de apego del estudiante en el colegio cuando es pertinente conforme edad o diagnóstico conocido)

En todos los casos, intentar ofrecer más de una alternativa para que la/el estudiante pueda elegir como autorregularse

Paralelamente, analizar información que exista o 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, que aporten al manejo por parte de las/os profesionales.

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

Si el estudiante no responde a comandos de voz, a contacto visual o intervenciones de terceros, al tiempo que aumenta la agitación motora sin lograr conectar con su entorno de manera adecuada. Se sugiere “acompañar” y no interferir en su proceso de manera invasiva, con acciones resolutivas, o pidiendo efectuar algún ejercicio, debido que durante esta etapa de desregulación el/la NNAJ no está logrando conectar con su entorno de manera esperable. Algunos ejemplos de acciones adaptables conforme a particularidad del estudiante son:

Permitir al estudiante ir a un lugar que le ofrezca calma o regulación sensorio motriz (por ejemplo, una sala pre- acordada que tenga algunos implementos que le faciliten volver a la calma). 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 para el/la NNAJ sea cómoda

Conceder un tiempo de descanso cuando la desregulación haya cedido.



### **Características requeridas del ambiente en esta etapa de desregulación emocional y conductual:**

Resguardar el traslado del estudiante a un lugar seguro, idealmente en un primer piso. Por ejemplo: sala de recursos, sala sensorial, sala acondicionada. Evitar traslados 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).

Retirar elementos peligrosos que estén al alcance del estudiante: tijeras, cuchillos cartoneros, piedras, palos, otros.

Reducir estímulos que provoquen inquietud, por ejemplo: luz, ruidos.

Evitar aglomeraciones de personas que observan, sean estos niños/as o adultos. En cualquier caso, de desregulación emocional y conductual, a través de Inspectoría General se entregará al apoderado el seguro escolar.

### **Características requeridas del personal a cargo en etapa 2 y 3 de DEC:**

#### **Idealmente debe haber 3 adultos a cargo de la situación (encargado, acompañante interno, acompañante externo)**

Encargado/a: Persona a cargo de la situación, quién sirva de mediadora y acompañante directo del estudiante durante todo el proceso. Esta persona, idealmente debe tener un vínculo previo de confianza con el/a alumno/a. Para tal efecto, es importante que varias personas cuenten con entrenamiento previo.

El/la encargado/a debe manejar la situación con tono de voz pasivo, cálido y amable. No demostrar enojo, ansiedad o miedo, sino por el contrario, manifestar tranquilidad; procurando no alterar más la situación. Si no logra manejar la situación desde el ámbito personal, es importante pensar en hacer un cambio de encargado/a, atendiendo al contexto y particularidad del estudiante

Acompañante interno: Adulto que permanecerá en el interior del recinto junto al estudiante y el encargado, pero a una distancia mayor, sin intervenir directamente en la situación.

El/la acompañante interno permanecerán mayormente en silencio y 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, esta persona será la encargada de coordinar la información y dar aviso al resto del personal según corresponda (llamar por teléfono, informar a directivos, otros)



**Cuando la desregulación y riesgos para intervinientes/a o terceros implican la necesidad de contener físicamente al estudiante:**

Este tipo de contención tiene el objetivo de inmovilizar al NNAJ para evitar que se produzca daño a él/ella o a terceros, por lo que se recomienda realizarla **SÓLO** en casos de extremo riesgo para éste/a o para otras personas de la comunidad educativa. Su realización debe ser

Efectuada por un/a profesional capacitado que maneje las técnicas apropiadas;

**Acción de mecedora, abrazo profundo.**

En casos extremos puede requerirse traslado a centros de salud, para lo cual es relevante que el establecimiento y centro de salud más cercano, establezcan previamente: protocolo de acción y/o procedimiento, bajo todas las normativas de seguridad vigentes

Importante considerar que, los posibles factores desencadenantes de crisis, en algunos casos 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 caso de situaciones de alto riesgo para intervinientes o terceros, es importante coordinarse con equipo médico tratante o efectuar derivación a médico psiquiatra, con el fin de recibir el apoyo pertinente, con orientaciones de acciones futuras conjuntas, debido a la posible existencia de diagnósticos concomitantes que requieran de tratamiento médico o de otros especialistas.

## **6. Comunicación inmediata**

El adulto que detecta la situación informa de inmediato a:

- Psicólogo/a, orientador/a o encargado/a de convivencia.
- Profesor jefe y docente a cargo.
- Inspectoría General y directivos (en casos graves).
- La familia es informada telefónicamente para acudir al establecimiento.

## **7. Registro formal**

Inspectoría General y Convivencia Escolar levantan un acta con:

- Fecha y hora del evento.



- Lugar y testigos.
- Conducta observada.
- Acciones aplicadas.
- Medidas inmediatas adoptadas.
- En caso de lesiones, se entrega el **seguro escolar** al apoderado.

### **Medidas inmediatas**

Salvaguardar integridad del estudiante y de terceros.

Trasladar a un lugar seguro y retirar objetos de riesgo.

Aplicar contención verbal o física si corresponde.

Informar de inmediato a los responsables y activar protocolos de salud en caso necesario.

### **Derivación y mediación**

**Reiteración de crisis:** se deriva a psicólogo, neurólogo o psiquiatra externo.

**Si existe tratamiento externo:** se siguen indicaciones del especialista; la familia entrega antecedentes para coordinar acciones.

El colegio no puede asumir casos donde los padres no colaboran con tratamientos; se considera responsabilidad principal de la familia.

En situaciones graves, se aplican medidas pedagógicas o disciplinarias contenidas en el Reglamento Interno.

### **Plan de seguimiento**

Equipo de Convivencia y psicólogo/a realizan acompañamiento continuo.

Se establecen acuerdos con la familia y se monitorea evolución.

Profesor jefe apoya en el aula y mantiene comunicación con la familia.

En casos severos, se consideran ajustes pedagógicos o modificaciones de entorno.



### **Intervención en la reparación, posterior a una crisis de desregulación emocional y conductual, en el contexto educativo**

Esta etapa debe estar a cargo de las/os profesionales especialistas capacitados, como por ejemplo Psicólogo/a, Convivencia escolar.

Tras el episodio, es importante demostrar afecto y comprensión, hacerles saber al estudiante que todo está normal y que es importante que podamos hablar de lo sucedido, para atender y entender la situación, a fin de evitar su repetición

Se deben tomar acuerdos con el/la estudiante para prevenir en el futuro inmediato situaciones que pudiesen desencadenar una crisis, además de informar sobre el apoyo de profesionales para poner en práctica estos acuerdos que le permitan expresar su molestar o dolencia. El objetivo es lograr la autogestión y regulación de la situación.

Dejar en claro que, el interés es evitar la reiteración de los hechos, pues se comprende que para él/la estudiante es una situación indeseable

Las disculpas correspondientes, ordenando el espacio o reponiendo los objetos rotos, conforme a las normas de convivencia del aula y establecimiento.

Es importante trabajar la empatía y teoría mental en este proceso, la causa- consecuencia y el reconocimiento y expresión de emociones. Para ello, se pueden utilizar apoyos visuales, como dibujos de lo ocurrido o historias sociales, tipo comics u otros

Referente a la reparación de terceros, generar la instancia para que el/la estudiante, vuelva a la calma (minutos, horas, día. No se debe apresurar este proceso (Seguimiento se realiza por parte de convivencia escolar o psicólogo).

Se debe incluir dentro del ámbito de reparación, a los compañeros de curso, al profesor o a cualquier persona vinculada con los hechos. No sólo el alumno/a que se desregula necesita apoyo y ayuda, su entorno, quienes se transforman en espectadores silenciosos de estas situaciones, también requiere contención y reparación.

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. Así, en la línea de la propia reparación es relevante considerar: (El profesor jefe del curso correspondiente, interviene en la clase siguiente a la DEC al curso.)

### **Comunicación a la comunidad**

El protocolo será **difundido y verbalizado** a toda la comunidad educativa.



Se promoverá conocimiento de las acciones pertinentes y eficaces ante crisis.

Se informará mediante reuniones, consejos de profesores, talleres de apoderados y actividades de formación.

### Responsables

- **Adulto presente:** activar protocolo y medidas iniciales.
- **Psicólogo/a, orientador/a o encargado/a de convivencia:** contención, análisis de causas y seguimiento.
- **Equipo de Formación y Convivencia:** delegación de roles y acompañamiento.
- **Profesor jefe:** comunicación y contención al curso.
- **Inspectoría General:** registro y coordinación administrativa.
- **Directora:** atención a apoderados y resolución de solicitudes (ej. identidad de género).
- **Familia:** compromiso con tratamientos y entrega de antecedentes médicos.

### Acciones preventivas

Capacitación de personal en técnicas de contención emocional y resolución de crisis.

Promoción de habilidades socioemocionales y de autorregulación en estudiantes.

Coordinación con especialistas externos para estudiantes con NEE.

Implementación de **espacios de regulación:** salas sensoriales, rincones lúdicos, zonas seguras.

Inclusión de medidas en el **Plan de Formación Ciudadana** y el **Plan de Afectividad, Sexualidad y Género.**

Respeto a la identidad de género de estudiantes trans:

Derecho a nombre social.

Uso de uniforme y baños según etapa de transición.

Registro en acta con acuerdos entre familia y dirección.

### Principios de no discriminación arbitraria:

- Reconocimiento de la diversidad cultural, religiosa y social.



- Igualdad de género y oportunidades.
- Participación en actividades escolares sin discriminación.
- Respeto a la privacidad y dignidad.

### **Cierre de casos**

El cierre procede una vez constatada la estabilidad en la autorregulación del estudiante.

Se realiza reunión de cierre con familia, profesor jefe y equipo de Convivencia Escolar.

Se registran acuerdos, medidas implementadas y resultados.

Se entrega retroalimentación al curso y comunidad afectada.

En casos graves, se analizan estrategias de mejora de calidad de vida a mediano plazo, fomentando desarrollo de habilidades alternativas y modificación de entornos.