



**PROTOCOLO DE RESPUESTA A
SITUACIONES DE
DESREGULACIÓN EMOCIONAL DE
ESTUDIANTES.**

COLEGIO LA FONTAINE



Control de Documento

Registro de cambios

Fecha	Autor	Cargo	Versión	Referencia
31.08.2023	Carolina Araya	Encargada de Conv Escolar	V.1	Creación

Revisado y aprobado por

Versión	Nombre	Cargo	Firma	Fecha
V1	Manuel Santander	Rector		
V1	Carolina Araya	Coordinadora de Ciclo		
V1	Liliana Moraga	Coordinadora de Ciclo		
V1	Dolores Escalante	Coordinadora de Ciclo		
V1	Marcelo Daroch	Coordinador Académico		

Preparado por: Carolina Araya

Aprobado por:
Equipo de Convivencia Escolar

Fecha última actualización:
31/08/2023



Contenido

Control de Documento	2
1. Introducción.....	4
2. Definiciones conceptuales.	4
3. La importancia de la labor preventiva.	5
4. Descripción de pasos y responsables	6
4.1. Etapa inicial: Tras haber intentado manejo general sin resultados y sin que se visualice riesgo para sí mismo/a o terceros.	6
4.2. Etapa de aumento de la desregulación emocional y conductual, con ausencia de autocontroles inhibitorios cognitivos y riesgo para sí mismo/a o terceros	7
4.3. Etapa en la que la desregulación y los riesgos para sí o terceros implican la necesidad de contener físicamente a él o la estudiante:.....	8



1. Introducción.

La labor de los y las integrantes que conforman la comunidad educativa del Colegio La Fontaine se basa en una relación de respeto y comprensión con los y las estudiantes, seres en proceso de formación y desarrollo. Bajo este prisma, se han elaborado planes de trabajo y abordaje para diferentes situaciones, a través de su Reglamento Interno de Convivencia Escolar y los protocolos de acción que lo complementan. El presente documento es uno de ellos. Se ha elaborado conforme a un enfoque preventivo, así como también de intervención directa, en aquellas situaciones donde no se observa respuesta favorable a los manejos que los adultos/as usualmente realizan con estudiantes de similar edad, y en las que, por la intensidad de la desregulación, podría llegar a ocasionar un significativo daño emocional y/o físico al propio/a estudiante o a otros miembros de la comunidad. Todas estas intervenciones deben incorporar el criterio y la participación de la familia, considerando sus particularidades.

2. Definiciones conceptuales.

Para efectos de este protocolo comprenderemos la Desregulación Emocional describiéndola a partir de su contraparte: la regulación emocional. Shaw et al. (2014)¹ la define como la habilidad de un individuo para modificar una emoción y lograr un comportamiento más adaptativo que se oriente a objetivos; requiere que el individuo seleccione, atienda, evalúe y sea flexible ante los estímulos que le generan una reacción emocional; por lo tanto, la desregulación se da cuando estos procesos adaptativos sufren un deterioro.

La desregulación emocional se puede reflejar en un amplio espectro de conductas, dependiendo de la etapa del ciclo vital, que puede ir desde un llanto intenso difícil de contener, correr por la sala mientras otros/as trabajan, salir del aula sin autorización, gritar sin estímulo provocador aparente, apegarse físicamente a un adulto/a en un contexto que no corresponde, aislarse de los otros/as, llanto descontrolado, agredir física o verbalmente a compañeros o adultos, crisis de pánico, hasta conductas de agresión hacia sí mismo y/u otros. Cuando un niño/a, adolescente o joven no logra regular sus emociones en forma adecuada, éstas interfieren en el logro de metas, en las relaciones con sus pares y en su adaptación al contexto (Cardemil, 2015).

¹ Shaw, P., Stringaris, A., Nigg, J., & Leibenluft, E. (2014). Emotion Dysregulation in Attention Deficit Hyperactivity Disorder. *Reviews and Overviews. Mechanisms of Psychiatric Illness*, 171(3), 276-293.



Este protocolo es una guía sobre cómo abordar las situaciones de desregulación emocional de las y los estudiantes del Colegio la Fontaine. Cabe destacar que cada caso es único y debe ser mirado en su particularidad.

3. La importancia de la labor preventiva.

Siempre será recomendable utilizar más tiempo y recursos del equipo a cargo en acciones para la prevención de episodios de desregulación emocional. Para ello es importante considerar lo siguiente:

- a. Conocer a las y los estudiantes, para poder identificar a quienes por sus características y/o circunstancias personales y del contexto, pueden ser más vulnerables a presentar episodios de desregulación emocional, por ejemplo: estudiantes autistas, vulnerados en sus derechos, o que tienen trastornos de control de impulsos.
- b. Reconocer señales previas y actuar de acuerdo con ellas. Se recomienda poner atención a la presencia de “indicadores emocionales” (tensión, ansiedad, temor, ira, frustración, entre otros) y reconocer, cuando sea posible, las señales iniciales que manifiestan las y los estudiantes, previas a que se desencadene una desregulación emocional. Los signos y señales específicas de alarma que preceden una eventual desregulación pueden variar de una persona a otra, por cuanto es importante recabar información con las familias.
- c. Reconocer los elementos del entorno que habitualmente preceden a una desregulación emocional. Existen factores desencadenantes relacionados con el entorno físico y social. En cuanto al entorno físico, por ejemplo, se pueden evitar aquellos con sobrecarga de estímulos (luces intensas, ruidos fuertes, colores fuertes e intensos, exceso de materiales o decoraciones, etc.), y desde lo social, favorecer los espacios de silencio y calma para evitar subir niveles de ansiedad.
- d. Redirigir momentáneamente a él o la estudiante hacia otro foco de atención con alguna actividad que esté a mano, por ejemplo, pedirle que ayude a distribuir materiales, o cumpliendo algún rol en el aula.
- e. Facilitarles la comunicación, ayudando a que la o el estudiante se exprese de una manera diferente a la utilizada durante la desregulación emocional, 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 forma de que te sientas mejor”. Las preguntas y la forma de hacerlas deben ser adaptadas a la edad y condición de él o la estudiante, sin presionarlo, entendiendo que se debe interpretar la conducta de desregulación emocional 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.

- f. Otorgar a algunos estudiantes para los que existe información previa de riesgo de desregulación emocional -cuando sea pertinente- tiempos de descanso en que puedan, por ejemplo, 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. Toda la comunidad educativa debe estar informada de esta situación.
- g. Utilizar refuerzo conductual positivo frente a conductas aprendidas con apoyos iniciales, que son adaptativas y alternativas a la desregulación emocional. Para el diseño de este refuerzo positivo se requiere tener conocimiento sobre cuáles son sus intereses, cosas favoritas, hobbies, objeto de apego, etc. Es necesario reforzar inmediatamente después de ocurrida la conducta, de lo contrario podría estarse reforzando otra.
- h. 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.
- i. Diseñar con anterioridad reglas de aula, sobre cómo actuar en momentos en que cualquier estudiante 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.

4. Descripción de pasos y responsables

4.1. Etapa inicial: Tras haber intentado manejo general sin resultados y sin que se visualice riesgo para sí mismo/a o terceros.

La primera persona a cargo del abordaje de la situación será el o la profesora jefe o coeducadora de la sala o el/la profesora de asignatura que esté a cargo del curso en esos momentos. Se deben ejecutar las siguientes acciones:

Cambiar la actividad, la forma o los materiales a través de los que se está llevando a cabo una actividad de aula.

En los cursos más pequeños pueden usarse rincones con casas 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 o una adulta; permitirle llevar objetos de apego, si los tiene. Utilizar el conocimiento sobre sus intereses, cosas favoritas, hobbies, objeto de apego en la estrategia tendiente a la regulación.

Si se requiere, permitirle salir un tiempo corto y determinado a un lugar acordado anticipadamente en contratos de contingencia, que le faciliten la regulación emocional y el manejo de la ansiedad.

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 a la o el 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.

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

Motivar a tumbarse en el piso boca arriba: “respira profundo por la nariz y bota el aire por la boca”; “cuenta del 1 al 20 mentalmente descansando y repítelo varias veces”. Si se siente incómodo al cerrar los ojos, no insistir. Indicar algunas alternativas: “Podemos poner un poco de música. ¿Qué música te gusta? ¿Prefieres quedarte en silencio? Si quieres 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 en el colegio un objeto de apego, cuando es pertinente conforme edad o diagnóstico conocido). En el caso de quienes presenten trastorno del espectro autista, será necesario posibilitar la manipulación de objetos con los que no pueda hacerse daño o la realización de alguna actividad monótona que utilice para controlar su ansiedad.

En todos los casos, se debe intentar dar más de una alternativa, de modo que la o el estudiante pueda elegir, como un primer paso hacia el autocontrol. Paralelamente, analizar la información existente o que pueda obtenerse, sobre el estado de la o el estudiante antes de la desregulación, por ejemplo, si durmió mal, si sucedió algún problema en su casa o traslado, algún evento detonante en el aula, que aporten al manejo profesional.

4.2. 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 debe participar tanto el o la profesora a cargo, la monitora de ciclo y la psicóloga correspondiente. Si la o el estudiante no responde a la



comunicación verbal ni a la mirada o intervención 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, con acciones como ofrecer soluciones o pidiéndole que efectúe algún ejercicio, pues durante esta etapa de desregulación la o el estudiante no está logrando conectar con su entorno de manera esperable.

Algunos ejemplos de acciones generales adaptables conforme a edad y características de la o el estudiante, para esta etapa podrían ser:

Estar calmado/a y no tomar el comportamiento de la o el estudiante como un ataque personal. Mantener una actitud firme pero afectuosa al mismo tiempo, cuidando el vínculo. Considerar que una persona que se defiende o ataca, es porque se siente vulnerado/a, lo que lo impulsa a reaccionar de esa manera.

Tener en consideración de que el o la estudiante se encuentra alarmado/a y que debe pasar la crisis para poder intervenir y ayudarlo/a a calmarse. No intentar sujetarlo/a, no amenazar ni castigar, solo acompañar para cuidar que no se dañe a sí mismo/a, ni a los demás. Permitirle ir a un lugar que le ofrezca calma o regulación sensorial (por ejemplo, un lugar previamente acordado que tenga algunos implementos que faciliten volver a la calma).

Ofrecer a la o el estudiante palabras que lo ayuden a tranquilizarse, tales como: “Entiendo que hay algo que te hizo enojar, no te preocupes lo podemos solucionar juntos, vamos a sentarnos aquí y haremos unas respiraciones que te van a ayudar”, “Estás enojado/a, pero no se puede tirar las cosas dentro de la sala de clases porque es peligroso”, “Vamos a salir de la sala, yo te voy a acompañar”. “En el colegio tenemos que cuidar a nuestros compañeros, a las profesoras/es, la sala”, etc.

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 una conversación, dibujos u otra actividad que le sea cómoda. Conceder un tiempo de descanso cuando la desregulación haya cedido.

4.3. Etapa en la que la desregulación y los riesgos para sí o terceros implican la necesidad de contener físicamente a él o la estudiante:

Es aconsejable que participen indistintamente la o el profesor a cargo, la monitora de ciclo, psicóloga o algún miembro del equipo psicoeducativo y la coordinadora de ciclo. Se debe dar aviso al apoderado/a. Si puede acudir al colegio, se incluirá en el equipo de personas que atiende la desregulación.

En el caso de que la desregulación sea de tal magnitud que en pos de la seguridad de la o el estudiante y la comunidad, sea necesario contenerlo/a



físicamente, se debe considerar una autorización escrita anterior de los padres y solamente cuando él o la estudiante dé indicios de aceptarla. Se debe realizar con la acción de mecedora, o un abrazo profundo.

Una vez que la situación de desregulación haya cedido, es importante retomar lo ocurrido en calma para reflexionar con él o la estudiante, intentando que pueda identificar emociones, tanto propias como de los demás, y darse cuenta de las consecuencias de su actuar. Se debe ser enfático/a en transmitirle que su conducta inadecuada no daña su relación con los adultos/as a su cuidado, quien siempre estarán comprometidos con él/ella para ayudarlo/a a transitar los momentos difíciles y a su vez validar las buenas intenciones que tiene para poder avanzar.

Como última acción de este protocolo, se analizará y evaluará la gravedad de la situación ocurrida para definir los procedimientos disciplinarios que correspondan, entre los que se consideran:

En caso de la regulación no haya generado perjuicios a sus compañeros/as, personal del colegio o materiales, y una vez que haya logrado regularse en un tiempo acotado -permitiéndole retomar las actividades académicas con normalidad antes de dar inicio al módulo siguiente de clases-, se buscará el momento indicado para reflexionar junto a la o el estudiante lo sucedido –durante el mismo día-, la forma en que se puede prevenir en una nueva ocasión una situación semejante, intentando establecer un compromiso con él o ella. Se les comunicará a los padres, enviando un correo o una comunicación para informarles lo sucedido, registrando lo ocurrido en Syscolnet.

Si la desregulación constituyó perjuicios, se debe citar a entrevista a los padres. En esta misma línea, si la desregulación incluyó maltrato físico a cualquier integrante del colegio, los padres deberán retirar a la o el estudiante del colegio, reingresando a clases una vez que se entrevisten con la profesora jefe y la coordinadora de Ciclo, al día siguiente. Lo sucedido debe quedar registrado en Syscolnet. Es importante señalar que en ningún caso se debe regañar a él o la estudiante, ni amenazar con futuras sanciones o pedir que “no se enoje”.

Si dados los ajustes de procedimientos, un o una estudiante continuara manifestando desregulaciones emocionales en el tiempo, la Coordinadora de Ciclo solicitará un certificado del especialista tratante con detalles del tratamiento, sugerencias y estrategias de abordaje en conjunto colegio/familia y que avale que él o la estudiante está en condiciones emocionales de asistir y ajustarse a la rutina que le demanda su nivel de escolaridad. Según las necesidades y comportamientos de él o la estudiante y llevando un proceso cercano y en conjunto con la familia y equipo de especialistas, se podrán tomar algunas medidas pedagógicas en acuerdo entre las partes, necesarias para su cuidado socioemocional, tales como; reducción de jornada, retiro anticipado,



PROTOCOLOS DE RESPUESTA A SITUACIONES
DE RESGULACION EMOCIONAL Y
CONDUCTUAL DE ESTUDIANTES

PR-DESEM-001

ingreso tardío a la jornada, entre otros, con el único objetivo de permitir que el o la estudiante vaya transitando de forma segura y resguardada su etapa escolar.

Siendo el deber y compromiso del Colegio la constante búsqueda del bienestar de nuestros/as estudiantes, tenemos una responsabilidad en colaborar en aquellos casos en que los padres, madres o apoderados/as no asuman o abandonen los tratamientos necesarios, debiendo tomar los resguardos necesarios para protegerlo. Este deber se materializará consultando con los organismos dispuestos por el Estado para estos casos, tales como; OPD, Tribunal de Familia, entre otros.

Preparado por: Carolina Araya

Aprobado por:
Equipo de Convivencia Escolar

Fecha última actualización:
31/08/2023