



Colegio
Nuestra Señora del Camino
En todo Amar y Servir

DOCUMENTO INSTITUCIONAL

A11

**Protocolo ante
situaciones de
Desregulación
Emocional o Conductual**

ANEXO 11 · PROTOCOLO ANTE SITUACIONES DE DESREGULACIÓN EMOCIONAL O CONDUCTUAL

1. Introducción

La desregulación emocional es, por lo general, una respuesta emocional o conductual ante un estímulo que es difícil de gestionar por quien la experimenta y que produce una interrupción en la jornada escolar afectando al estudiante, a la clase, al Profesor o al Colegio. La desregulación emocional se manifiesta de diferentes maneras y grados (desde gritos, llantos, hasta posibles agresiones a sí mismo o a otros) y se corresponde con un bajo control de los impulsos de quien la experimenta. Este protocolo establece pasos y etapas con el fin de ayudar a superar la desregulación a estudiantes para restablecer su estabilidad emocional, conductual, física y psíquica, y además gestionar las situaciones de posible riesgo (para el propio estudiante y para otros), propendiendo a eliminarlo o reducirlo.

2. Definiciones

A. La regulación emocional es una habilidad que se construye a lo largo de la infancia y adolescencia y que permite a los niños, niñas y adolescentes ser conscientes de la relación que existe entre la emoción, cognición y comportamiento y permite expresar y gestionar lo que sienten de forma adaptativa.

B. Desregulación emocional y conductual: Es la reacción motora y emocional a uno o varios estímulos o situaciones desencadenantes, en la cual el estudiante, debido a la intensidad de la misma, no comprende su estado emocional ni logra expresar sus emociones o sensaciones de manera adaptativa. En ella, al o la estudiante le es dificultoso regular y estabilizar sus emociones y estado conductual, aun cuando el o la docente, o un adulto cercano o a cargo intenta técnicas y estrategias para calmarlo.

C. Regulación emocional (RE): es el proceso a través del cual los estudiantes manejan sus emociones y modifican su comportamiento para alcanzar metas, adaptarse al contexto o promover el bienestar tanto individual como social.

D. Trastorno del Espectro Autista (TEA): Son aquellos que presentan una diferencia o diversidad en el neurodesarrollo típico, el cual se manifiesta en dificultades significativas en la iniciación, reciprocidad y mantención de la interacción y comunicación social, al interactuar con los diferentes entornos. Así como, también en conductas o intereses restrictivos o repetitivos.

E. Trastorno de Déficit Atencional con Hiperactividad (TDAH): Es un trastorno del desarrollo asociado con un patrón continuo de falta de atención, de hiperactividad o de impulsividad. Ocasionalmente se relaciona con conductas como facilidad de frustración; eventuales descontroles emocionales (eventual propensión a la ira y agresividad como manejo de frustración); poca atención a normas sociales, ser emocionalmente explosivos y demostrar menor atención a las normas sociales

F. Trastorno de Ansiedad: Trastorno emocional-mental que se caracteriza por producir sensaciones de preocupación, ansiedad o miedo, tan fuertes que interfieren con las actividades diarias de quien las padece. En ocasiones se manifiesta a través de ataques de pánico; trastornos obsesivos compulsivos y cuadros de estrés.

G. Señales: Pueden ser indicativos de depresión y por tanto de propensión a desregulaciones de los notorios o notables sentimiento de tristeza constante; tendencia a aislarse; baja intempestiva de notas; falta de interés en realizar actividades que antes generaban gozo, o actividades en general; poca o falta de contacto visual; conductas de evitación física; consumo de drogas y alcohol.

3. Deber de los padres, madres o apoderados y las familias en general.

Para prevenir y tratar situaciones de desregulación es deber de los padres, madres o apoderados informar al Colegio y en su caso, solicitar su colaboración con los antecedentes que podrían producir situaciones de desregulación en los estudiantes.

De esta forma, es deber de los padres:

- Comunicar al Colegio si su hijo, hija o pupilo presenta “indicadores emocionales” (tensión, ansiedad, temor, ira, frustración, entre otros) que puedan desencadenar episodios de desregulación.
- Comunicar la ocurrencia de episodios de desregulación anteriores y sus contextos, así como elementos del entorno que habitualmente preceden a la desregulación emocional y conductual.
- Instar a diseñar con el Colegio un Plan de Intervención en los términos descritos en Capítulo N°8 “Procedimiento breve”.

4. Fase Preventiva de desregulación

Como forma de prevenir episodios de desregulación el Colegio deberá propender a:

- Facilitar la comunicación del estudiante, ayudando a que se exprese de una manera diferente a la utilizada durante la desregulación emocional y conductual.

- Otorgar tiempos de descanso cuando existe información previa de riesgo de desregulación emocional y conductual.
- Utilizar refuerzo conductual positivo frente a conductas aprendidas con apoyos iniciales, que son adaptativas y alternativas a la desregulación emocional y conductual.
- Enseñar estrategias de autorregulación emocional, cognitiva, conductual acordadas con especialistas externos, en caso de que se requiera por el Colegio o por los padres.
- Permitir al estudiante llevar objetos de apego, si los tiene.
- Diseñar con anterioridad normas de sana convivencia escolar en el aula, con el fin de preparar al curso acorde a las necesidades específicas del estudiante.
- Diseñar un Plan de Intervención: idealmente con la participación familiar y en el que se describan las conductas anteriores de desregulación; la forma que tiene la familia de intervenirlas; los estímulos externos o internos (sensaciones, recuerdos, emociones) que podrían provocar, aumentar o disminuir un episodio.

5. Acciones

5.1. Contención emocional: En toda situación de desregulación deberá intentarse dentro de las primeras acciones, la contención emocional.

Contención emocional verbal: intentar mediar verbalmente en un tono que evidencie tranquilidad, haciendo saber al estudiante que se está ahí para ayudarlo.

Se puede pedir que el estudiante relate o dibuje lo que siente o preguntar si es que prefiere mantenerse en silencio o practicar alguna otra actividad física.

Del mismo modo se puede incentivar que el estudiante se mantenga en calma, acostado para que realice ejercicios de respiración que se hayan pre acordado como útiles para restablecer el estado emocional, o bien ofrecer escuchar música que tienda a calmar dicho estado.

En todos los casos, intentar dar más de una alternativa, desde la cual la/el estudiante pueda elegir, como primer paso hacia el autocontrol, sin abrumarlo.

Indagar sobre aspectos inmediatos del entorno del estudiante que pudieran relacionarse con la desregulación (por ejemplo, si es que en casa tuvo algún problema, si comió antes de venir al Colegio,

si durmió bien, si se demoró mucho en llegar al Colegio, etc.) intentando que sea el estudiante quien por medio del relato o la entrega de información pueda comprender incidencias contextuales en su estado actual.

5.2. Etapa inicial: Ante episodios de desregulación emocional o conductual de intensidad leve o mediana, y siempre que las acciones a seguirse o el comportamiento del estudiante no suponga un riesgo para sí o terceros se sugiere:

- Cambiar la actividad, la forma o los materiales en la que se está llevando a cabo la actividad (por ejemplo, cuando reacciona con frustración en alguna actividad artística cambiar los materiales).
- Invitar a realizar la actividad en espacios “seguros” (por ejemplo rincones de la sala pre definidos por el estudiante o el curso entero, o espacios de juego dentro de la sala). En este caso deberá siempre monitorearse el desarrollo de la actividad por un adulto (profesor o asistente de la educación).
- Guiar la conversación hacia intereses, hobbies, objetos preferidos, comida preferida, películas, etc.
- Permitir que la actividad se haga con el objeto de apego.
- Permitir que el estudiante salga por un breve lapso de la sala a lugares pre acordados que coadyuven a tranquilizarlo o que se identifiquen previamente como lugares de calma y específicamente indicados para cuando ocurran los episodios (por ejemplo, canchas, enfermería, biblioteca).

5.3. Desregulación intermedia: Se caracteriza por ausencia de autocontroles inhibitorios cognitivos y riesgo para sí mismo o terceros. No responde a comandos de voz, 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” y no interferir en su proceso de manera invasiva, con acciones como ofrecer soluciones, o pidiéndole que efectúe algún ejercicio, pues durante esta etapa de una desregulación el estudiante no está logrando conectar con su entorno de manera esperable.

Algunos ejemplos de acciones adaptables pueden ser:

- 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, la “sala de calma”; sala sensorial si existiere; biblioteca; canchas; salas de Coordinación de Ciclo; Salas de Coordinación de Convivencia, etc). Este espacio es acordado con la familia en colaboración con la respectiva Jefatura de Curso y de Ciclo.

- Permitir, cuando la intensidad vaya cediendo, la expresión de lo que le sucede o de cómo se siente, con una “persona de contención” que represente algún vínculo para el estudiante (Profesor, compañero, hermano/a), en un espacio que no sea aquel en el que se inició el episodio y que se conciba como “seguro” por el estudiante.
- Conceder un tiempo de descanso cuando la desregulación haya cedido, en un lugar seguro, idealmente en un primer piso.
- 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, etc).
- Igualmente evitar que el estudiante esté en contacto con estímulos que puedan provocar malestar o acrecentar la desregulación (ruidos; aglomeraciones; luz; música).
- Retirar del alcance del estudiante elementos peligrosos: vidrios, tijeras, rocas, palos, fierros, etc.
- Evitar aglomeraciones de personas que observan, sean estos niños/as o adultos. En caso de que el estudiante desregulado no salga de sala, se deberá sacar a los demás estudiantes del aula o del lugar en el que se encuentren.

5.4. Contención física: El docente, asistente de la educación o adulto a cargo del estudiante desregulado podrá contener físicamente solo en caso de riesgo de la integridad física o emocional del estudiante o de los demás integrantes de la comunidad escolar. El Colegio, deberá definir al menos una vez al año las ocasiones en que se estime que el estudiante o terceras personas puedan ponerse en riesgo ante una situación de desregulación.

Esta contención tendrá el objetivo de inmovilizar al estudiante para evitar que se produzca daño a él o a terceros, por lo que se recomienda realizarla SÓLO en casos de extremo riesgo para éste o para otras personas de la comunidad educativa y siempre que el estudiante de indicios de aceptarla.

El Colegio deberá contar con personal capacitado que maneje las técnicas apropiadas de contención, entre las que se contará:

- Apoyo físico suave, que consiste en un apoyo físico ligero (como una mano en la espalda), siempre respetando la iniciativa de la persona y preguntando si acomoda al estudiante.
- Acción de mecedora.

- Abrazo profundo, que consiste en sentar a la persona mirando al frente e inmovilizar sus brazos y piernas suavemente para evitar que se autolesione o golpee.

- Adopción de Técnica de Reflejo que consiste en adoptar una postura física similar a la persona desregulada para mostrar sintonía afectiva y disminuir la ansiedad, manteniendo una postura abierta y acogedora.

Es importante que todas las acciones se lleven a cabo sin reprender al estudiante; ni amenazar con futuras sanciones o pedirle que “no se enoje”; ni, por último, intentar razonar con él respecto a su conducta en ese momento.

6. Procedimiento Breve

1. Los Profesores, Asistentes de la Educación o adultos a cargo de una actividad escolar o extra programática ante los cuales se produzca un episodio, deberán propender a contener al estudiante de acuerdo a lo establecido precedentemente.

2. Estas personas deberán informar a la brevedad del episodio al profesor jefe, y al Coordinador de Ciclo vía correo electrónico, sin perjuicio de comunicar si así se requiriera a la “persona de contención” del número anterior.

3. El profesor jefe deberá comunicar el episodio a los apoderados del estudiante a través de correo electrónico, y registrar lo ocurrido en el libro de clases. Apenas tenga conocimiento detallado de la desregulación.

4. Así mismo, el Coordinador de Ciclo deberá informar al equipo de psicología del Ciclo, al Encargado de Convivencia, y si corresponde al/la Educador/a Diferencial mediante correo electrónico, con el fin de realizar seguimiento al estado emocional del estudiante.

5. Acompañante interno: El psicólogo será el acompañante interno del estudiante en desregulación, que permanecerá en el interior del recinto junto al estudiante en todo momento.

6. Cuando el episodio haya cedido, se dejará registro de éste en detalle y de las acciones adoptadas en la hoja de vida del estudiante, el Libro de Clases o en Acta especialmente levantada para ello, la que se agregará al expediente o antecedentes del estudiante. Este registro deberá ser elaborado por el profesor Jefe en colaboración con quien haya gestionado primeramente el episodio.

7. En la comunicación con los apoderados, cuando el episodio sea de mediana o mayor intensidad, se solicitará, que el padre, madre o apoderado se presente en el Colegio.
8. Con la entrega del estudiante a su apoderado el procedimiento breve se dará por terminado, debiendo dejarse constancia de la hora de entrega y de quién recibe al estudiante en la respectiva acta.
9. Cuando las probabilidades de desregulación emocional y conductual se encuentran dentro de un cuadro clínico, como por ejemplo, trastorno del espectro autista, las formas de aviso a apoderados, distintas a la comunicación por correo electrónico y la necesidad de que estos concurren al Colegio ante casos de desregulación de mediana o gran intensidad que así lo requiera, deberán constar en el Plan de Intervención respectivo. En este Plan se especificarán las acciones y responsables de la atención a la desregulación, si tuvieran que ser diferentes a los establecidos en este Protocolo, y la autorización del apoderado para su intervención. El Plan deberá ser informado, en todo caso al Profesor Jefe, al Coordinador de Ciclo, al equipo de Psicología del Ciclo; al/la educador/a diferencial si fuere el caso, y si fuera posible a los profesores de asignatura. El Plan establecerá, además, en concordancia con las definiciones del Colegio, pero siempre con acuerdo por escrito del apoderado, los aspectos que faciliten la mejor intervención y el trabajo colaborativo y las situaciones en las que el descontrol y los riesgos para sí mismo o terceros impliquen la necesidad de contener físicamente al estudiante. Este Plan deberá ser elaborado en conjunto por quienes intervengan con el estudiante generando criterios consensuados (por ejemplo, profesionales externos). Algunos aspectos claves que debiera incluir el Plan son: situación en la que es preciso su uso, personal necesario y roles de cada uno, duración de la contención física, cuándo y dónde dar por finalizado su uso, cómo actuar con el estudiante después. En casos extremos puede requerirse traslado a centros de salud, para lo cual es relevante que el establecimiento pueda previamente establecer, de manera conjunta con el centro de salud más cercano, la forma de proceder, y definir en acuerdo con el apoderado la forma de traslado, en apego a la normativa y la seguridad de todas las partes. En casos de situaciones de alto riesgo para sí mismo o terceros, es importante coordinarse con el equipo médico tratante o efectuar derivación a médico psiquiatra, con el fin de recibir el apoyo pertinente, y orientaciones de acciones futuras conjuntas, ya que pueden existir diagnósticos concomitantes que requieran de tratamiento médico o de otros especialistas.

7. Acciones posteriores a episodios de desregulación emocional y conductual en el ámbito educativo.

- Tras el episodio, es importante demostrar afecto y comprensión, hacerle saber al estudiante que todo está tranquilo y que es importante que se pueda hablar de lo ocurrido para entender la situación y poder solucionarla, así como evitar que se repita.

- Se deben tomar acuerdos con los apoderados y estudiante cuando es necesario, para prevenir en el futuro inmediato situaciones que pudiesen desencadenar en una desregulación, a la vez de informar que dispondrá de profesionales de apoyo, del Colegio, para ayudar al estudiante a llegar a acuerdos que eviten desregulaciones permitiéndole expresar lo que le molesta o requiere, o para lograr un mayor autocontrol de la situación. Dentro de estos acuerdos se tenderá a que el estudiante se haga consciente de que todos los niños, niñas y adolescentes tienen los mismos derechos y deberes, y en caso de haber efectuado destrozos u ofensas se debe hacer cargo y responsabilizarse, ofreciendo las disculpas correspondientes, ordenando el espacio o reponiendo los objetos rotos, conforme a las normas de convivencia del aula y del establecimiento. Es importante trabajar la empatía en este proceso, la causa-consecuencia y el reconocimiento y expresión de emociones. Para ello, se pueden utilizar apoyos visuales, como dibujos de lo ocurrido o historias sociales, tipo comics, otras adecuadas a cada individuo.

- Específicamente en lo referido a la reparación hacia terceros, debe realizarse en un momento en que el niño, niña o adolescente haya vuelto a la calma, lo cual puede ser minutos, horas, o al día siguiente incluso de la desregulación. Sin embargo, siempre debe considerarse esta acción dentro del Plan en el que además se designará un profesional del Colegio, para liderar el proceso junto a los padres o apoderados y el estudiante. No se debe apresurar este proceso. Se debe incluir dentro del ámbito de reparación, a los compañeros de curso, al profesor o a cualquier persona vinculada con los hechos.

La propia reparación de los sentimientos y emociones evocados en la 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.

En este contexto deberán considerarse: La enseñanza de habilidades alternativas, que cumplan la misma función que la conducta de desregulación emocional y conductual, que no sean difíciles de

realizar, que produzcan efectos inmediatos, que se puedan usar en diferentes entornos (por ejemplo, para que el estudiante comunique que requiere un descanso, puede ser más fácil que inicialmente levante la mano a que lo verbalice). Esta conducta debe ser generalizada a otros contextos en acuerdo con el niño, niña y adolescente y las personas que lo componen. 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.

8. Evaluación

El Plan y en general todo episodio de desregulación deberá contar con una evaluación posterior a ocurrido (semanal, quincenal, mensual o semestral) en la que se consignen avances y/o necesidad de apoyo adicional para el niño, niña o adolescente.

La evaluación será efectuada en reunión del Profesor Jefe, el Coordinador de Ciclo y los apoderados.

Sin perjuicio de lo anterior si uno o varios episodios de desregulación afectan gravemente a la convivencia escolar, podrán aplicarse los Protocolos o normativa del Colegio. No obstante, en caso alguno podrá sancionarse una desregulación con la expulsión o la cancelación de matrícula, salvo en episodios que se reiteren y que, efectuadas las acciones de este Protocolo, no puedan subsanarse con las herramientas propias de este y aquellas externas que se dispongan en conjunto con los apoderados, incluidas las de acompañamiento psicosocial, medidas formativas etc. La existencia de un diagnóstico previo y conocido siempre será considerada una atenuante.