



COLEGIO SAN DIEGO
COLEGIO SAN DIEGO

**PROTOCOLO DE DESREGULACIÓN EMOCIONAL Y
CONDUCTUAL
(DEC)**

CONCEPTUALIZACIÓN

¿Qué es la desregulación emocional y conductual (DEC)?

Es la reacción motora y emocional a uno o varios estímulos o situaciones desencadenantes donde el estudiante, por la intensidad de la reacción no comprende su estado emocional ni logra expresar sus emociones o sensaciones de una manera adaptativa, esta dificultad están por sobre lo esperado para su ciclo evolutivo, donde los niños, niñas y adolescentes (NNA) no son capaces de autorregularse, ni el docente logra realizar una contención adecuada, por el nivel de “descontrol”.

PREVENCIÓN.

1. **Conocer a los estudiantes:** Identificar a quienes por sus características y/o circunstancias personales y del contexto, pueden ser más vulnerables a presentar episodios de DEC.
 - a. Niños con trastorno del espectro autista (TEA).
 - b. NNA Vulnerados en sus derechos.
 - c. Niños que presenten trastornos en la línea de negativista desafiante, esto se refiere a niños que presentan conductas desafiantes y desobedientes frente a las figuras de autoridad
 - d. Niños con TDA o TDAH: Trastorno de déficit de atención con o sin hiperactividad
2. Reconocer señales previas y actuar de acuerdo a ellas: Estar atentos a indicadores emocionales (tensión, ansiedad, temor, ira, frustración, entre otros). poner especial atención si alguno de sus estudiantes muestra mayor inquietud, signos de irritabilidad, ansiedad o desatención que lo habitual; se aísla y se retrae; observar el lenguaje corporal y solicite información a las personas que interactúen con el estudiante, por ejemplo apoderados, transportista escolar, inspectoras, etc.
 - a. Fundamental conocer a los estudiantes y crear un vínculo seguro y clima de aula adecuado, para evitar desregulaciones durante las clases. Generar un vínculo seguro con los estudiantes favorece la contención en momentos de desbordes emocionales.
 - b. 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.
 - c. Favorecer el uso de audífonos que cancelen el ruido (audífonos que niños con trastorno del espectro autista suelen utilizar por sensibilidad al ruido) cuando un estudiante lo requiera, cuando estos este solicitados como sugerencias por especialistas.

3. **Reconocer los elementos del entorno que habitualmente preceden a la desregulación emocional y conductual.**
 - a. Entorno físico
 - i. Entornos sobrecargados de estímulos.
 - ii. Anticipación al cambio de actividades.
 - iii. Ajustar el nivel de exigencia, no solo por las capacidades del estudiante, sino que también según su estado de regulación emocional.
 - iv. Equilibrar las tareas más demandantes con algunas menos exigentes.
 - v. Pausas activas y de relajación.
 - vi. Dar espacio necesario para regular el cambio en el foco de atención.
 - vii. Favorecer ejercicios físicos
 - b. Entorno social
 - i. Ajustar el lenguaje y favorecer el silencio cuando un estudiante presente altos niveles de ansiedad.
 - ii. Reconocer los momentos donde es propicio enseñar, ya que un niño desregulado no logrará adquirir los conocimientos esperados.
 - iii. Mantener una actitud tranquila.
 - iv. No juzgar o atribuir malas intenciones.
 - v. Dar tiempo al estudiante para que dé a conocer lo que le pasa.
 - vi. Validar sus emociones.
 - vii. Respetar si el estudiante prefiere estar solo y eso lo ayuda a relajarse.
4. **Redirigir momentáneamente el foco de atención del estudiante:** posibilitando que realice otra actividad que sea motivadora para él.
5. **Facilitarles la comunicación:** ayuda a 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?”
6. **Otorgar a algunos estudiantes para los cuales existe información previa de riesgo de desregulación emocional y conductual -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 NNA 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 desregulación emocional y conductual
8. **Realizar ejercicios de respiración.**
9. **Reglas de aula cuando:** un estudiante se sienta incomodo o presente desregulaciones.

Protocolo de actuación.

1. Etapas:

En primer momento intentar contener al estudiante, con técnicas de respiración y relajación, además de utilizar un lenguaje simple y no realizar un monologo, dar espacio para que el estudiante se exprese. Es importante que durante todo este proceso se validen las emociones que esta presentado el estudiante.

Posterior a esto se pueden implementar las siguientes acciones.

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

- a. Cambiar la actividad, la forma o los materiales, a través de los que se está llevando a cabo la actividad, dándole la posibilidad al estudiante que realice la actividad de una forma más cómoda para él, pero logrando el mismo objetivo.
- b. En los más pequeños y que presenten diagnostico TEA pueden enviar a psicoeducativo y permanezcan ahí, al detectarse la fase inicial de la desregulación y antes de su amplificación en intensidad.
- c. Utilizar el conocimiento sobre sus intereses, cosas favoritas, hobbies, objeto de apego en la estrategia de apoyo inicial a la autorregulación.
- d. Si se requiere, permitirle salir un tiempo corto y determinado a un lugar acordado anticipadamente, previamente acordado con el apoderado, que le faciliten el manejo de la ansiedad y autorregularse emocionalmente
 - i. 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 persona también debe acordar realizar esta acción.

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

Cognitivos y riesgo para sí mismo/a o terceros 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, con acciones como ofrecer soluciones o pidiéndole que efectúe algún ejercicio, pues durante esta etapa de desregulación el NNAJ no está logrando conectar con su entorno de manera esperable.

a. Algunos ejemplos de acciones generales adaptables conforme a edad y características del estudiante, para esta etapa podrían ser

- i. Permitirle ir a un lugar que le ofrezca calma o regulación sensorio motriz
- ii. 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.
- iii. Conceder un tiempo de descanso cuando la desregulación haya cedido

b. Características requeridas del ambiente en etapa 2 de desregulación emocional y conductual:

- i. Llevar al estudiante a un lugar seguro y resguardado, idealmente en un primer piso.
- ii. Evitar trasladarlo a lugares con ventanales en techos o ventanas sin cortinaje, o con estímulos similares a los desencadenantes de la crisis de desregulación.
- iii. Retirar elementos peligrosos que estén al alcance del estudiante.
- iv. Reducir los estímulos que provoquen inquietud, como luz, ruidos.
- v. Evitar aglomeraciones de personas que observan.

c. Características requeridas del personal a cargo en etapa 2 y 3 de DEC:

- i. 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 NNAJ y algún grado de preparación.
- ii. 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, pero atento a cualquier situación de riesgo del estudiante.
- iii. 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 apoderado y al personal que corresponda.

d. Información a la familia y/o apoderada/o:

- i. Cuando las probabilidades de desregulación emocional y conductual se encuentran dentro de un cuadro clínico o de características definidas, como por ejemplo, del espectro autista, entre otros, los procedimientos de aviso a apoderados y si este podrá o no hacerse presente, están establecidos en nuestro RICE. Las personas idóneas y que están a cargo de responder frente a estas situaciones son convivencia escolar y departamento psicoeducativo. Los canales de información al apoderado y las situaciones por las que puede retirar al menor, están establecidas en el RICE

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

- a. Esta contención tiene el objetivo de inmovilizar al 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. Su realización debe ser efectuada por un/a profesional capacitado y estar autorizada por el apoderado.
 - i. Psicólogo
 - ii. Coordinadora de convivencia escolar
 - iii. Psicoeducativo.
- b. En circunstancias extremas puede requerirse trasladar al estudiante a centros de salud, para lo cual es relevante que los responsables en el establecimiento puedan previamente 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.

Intervención posterior a la desregulación.

1. La reparación debe ser efectuada por los especialistas del establecimiento. (Psicólogos, educadora diferencial, psicopedagoga).
2. **Forma de actuar en esta etapa.**
 - a) Importante demostrar afecto y comprensión, es importante hablar de lo ocurrido para entender la situación y solucionarla, así como evitar que se repita.
 - b) 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.
 - c) Es importante trabajar la empatía y teoría mental en este proceso, la causa-consecuencia de nuestras acciones y el reconocimiento y expresión de emociones.
 - d) Específicamente en lo referido a la reparación hacia terceros, 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. Sin embargo, SIEMPRE debe considerarse dentro del protocolo de acción