Protocolo de respuesta situaciones de desregulación emocional y conductual de estudiantes en establecimientos educacionales

Este protocolo se basa en las orientaciones emanadas de la Ley General de Educación (2009), especialmente en lo señalado al respecto que el sistema educativo chileno se construye sobre la base de los derechos garantizados en la Constitución, tratados internacionales ratificados por Chile, y principios descritos en la misma que deben inspirar el sistema educativo; en la Ley de Inclusión Escolar (2015); la Declaración Universal de Derechos Humanos (ONU, 1948); la Declaración de los Derechos del Niño (ONU, 1959, ratificada por Chile en 1990); la Convención Internacional sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad (ONU, 2006; ratificado por Chile en 2008), la Ley N°20.422 de 2010, que establece normas sobre Igualdad de Oportunidades e Inclusión Social de Personas con Discapacidad; lo estipulado en el Currículum Nacional en todos sus niveles y modalidades, en especial a lo referido a los Objetivos de Aprendizajes Transversales y los principios pedagógicos; en todo lo referido a la atención a la diversidad de estudiantes en el sistema educativo contenidas en el Decreto 170 del 2009; el Decreto 83 del 2015; la Ley de Subvención Escolar Preferencial, SEP (2008); las orientaciones nacionales del Ministerio de Educación (MINEDUC) para el sistema educativo en materias de inclusión; y la Política de Convivencia Escolar

En el marco de este documento, se entenderá por **Desregulación Emocional y Conductual (DEC)**: 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 su estado emocional ni logra expresar sus emociones o sensaciones de una manera adaptativa, presentando dificultades más allá de lo esperado para su edad o etapa de desarrollo evolutivo, para autorregularse y volver a un estado de calma y/o que no desaparecen después de uno o más intentos de intervención docente, utilizados con éxito en otros casos, percibiéndose externamente por más de un observador como una situación de "descontrol". (Construcción colectiva Mesa Regional Autismo, región de Valparaíso, mayo 2019) La desregulación emocional puede aparecer en distintos grados y no se considera un diagnóstico en sí, sino una característica que puede subyacer a distintas condiciones en la persona. En la literatura científica, se relaciona principalmente con comportamiento de tipo disruptivo y de menor control de los impulsos (Cole et al., 1994; Eisenberg et al., 1996; Shields & Cicchetti, 2001)

I. *Consideraciones para la prevención de un episodio de DEC*

1. Conocer a los estudiantes, de modo de 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, suelen ser ritualistas y tendientes a la inflexibilidad e invarianza, propensos a presentar hipersensibilidades a nivel sensorial, acompañado de estados de ansiedad frecuentes (Moskovitz et al., 2017). Les cuesta tolerar y adaptarse a los cambios, gestionar los imprevistos, relacionarse les produce estrés; viven la ansiedad de manera intensa y permanente, con dificultad para reconocer sus propias emociones o identificar los niveles

iniciales de ansiedad, sino hasta que son "inundados" por esta (Llorente, 2018). Es posible observar conductas como el aumento de movimientos estereotipados, expresiones de incomodidad o disgusto, agitación de la respiración, aumento de volumen en voz o lenguaje grosero.

b. NNAJ severamente maltratados y/o vulnerados en sus derechos, podrían mostrar dificultad en el contacto visual, tendencia a aislarse, entre otras manifestaciones, generando la posibilidad de desregulación a partir de la cercanía física, sonidos, olores, imágenes que evoquen recuerdos de las situaciones traumáticas y que les generan gran malestar emocional.

c. Estudiantes que presentan trastornos destructivos del control de impulsos y la conducta, algunos de ellos significativamente prevalentes en población infantojuvenil nacional; por ejemplo, en el trastorno negativista desafiante, donde el patrón de irritabilidad tiende a presentarse con frecuencia; su rápida identificación, junto a la de los factores contextuales asociados a su aparición, pueden ayudar a planificar las acciones preventivas.

e. Estudiantes con trastorno de déficit atencional con hiperactividad/impulsividad, pueden tender a sentirse frustrados con mayor facilidad, ser emocionalmente explosivos y demostrar menor atención a las claves sociales. Así también, ser propensos a una menor regulación emocional, mayor expresión de las emociones, especialmente en el caso de la ira y la agresividad, dificultades para enfrentar la frustración, menos empatía y menor activación ante la estimulación.

2. 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 NNAJ, previas a que se desencadene una desregulación emocional. Por ejemplo: 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; obtener información de diversas fuentes como la familia, persona del transporte escolar u otros, que permitan identificar los detonantes en situaciones domésticas y tener pistas para evitar que suceda en el contexto escolar

3. Reconocer los elementos del entorno que habitualmente preceden a la desregulación emocional y conductual. 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. Uno de los factores externos al aula y comúnmente asociado a desregulación emocional y conductual son los trastornos del sueño; por lo mismo es de importancia la comunicación con la familia para detectarlo, prevenir las conductas no deseadas en aula y planificar los apoyos. Es importante reiterar que hay factores que pueden desencadenar la ansiedad que corresponden a rasgos distintivos del estudiante y sus circunstancias, por ejemplo, estudiantes en el espectro autista son más vulnerables a la ansiedad y fallan 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. Pero, además existen otros factores desencadenantes relacionados con el entorno físico y social (Llorente, 2018), sobre los cuales también es posible intervenir en cierta medida para prevenir o disminuir la posibilidad de que se gatille una DEC

4. Redirigir momentáneamente al estudiante hacia otro foco de atención con alguna actividad que esté a mano, por ejemplo, pedirle que ayude a distribuir materiales, con el computador u otros apoyos tecnológicos.

5. Facilitarles la comunicación, ayudando 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? 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. Es aconsejable interpretar la

conducta de desregulación emocional y conductual 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.

6. Otorgar 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 NNAJ 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. 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.

8. 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. Cuando es el pensamiento el que genera ansiedad, se puede enseñar a modificar el pensamiento negativo a través de imágenes de momentos en que se ha sentido bien o feliz; o favoreciendo su autorregulación conductual, apoyando el control de los impulsos y la demora de la gratificación, entre otras posibilidades.

9. Diseñar con anterioridad reglas de aula, sobre cómo actuar en momentos en que cualquier NNAJ durante la clase 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

10. Realizar ajustes en su entorno para minimizar el riesgo de una DEC:

a. Entorno físico

• Entornos con 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.

• Reducir incertidumbre anticipando la actividad y lo que se espera que la persona pueda hacer en esa actividad; si surgen cambios, infórmelos.

• Ajustar el nivel de exigencias considerando no solo el nivel de competencias del estudiante en la tarea, sino también el estado de regulación emocional, tanto negativo como positivo en el que se encuentra en el momento.

• Equilibrar diariamente tareas más demandantes con otras menos exigentes. Los estudiantes en el espectro autista (y con otras condiciones y o requerimientos de apoyo), ya tienen una demanda respecto al entorno inherente a su condición, que les resulta estresante.

• Programar previamente momentos de relajación y de descanso.

• Dar el tiempo necesario para cambiar el foco de atención, aunque se haya anticipado dicho cambio previamente.

• Favorecer la práctica de ejercicio físico.

b. Entorno social

• Ajustar el lenguaje. Aprender a estar en silencio y en calma en momentos en que el NNAJ presenta altos niveles de ansiedad

• Mantener una actitud tranquila.

• Reconocer momentos en que el NNAJ está preparado para aprender. No se puede enseñar en momentos de desregulación.

• No juzgar ni atribuir 'automáticamente' mala intención.

• 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. Es preferible que no haya demandas lingüísticas en ese momento y se deje para más tarde.

• Aceptar y reconocer sus sentimientos. No hay sentimientos malos, lo que puede estar mal son las conductas asociadas. No negar lo que sienten.

• 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.

Procedimiento en caso de una desregulación emocional conductual

Es posible diferenciar etapas de la desregulación, es importante entender que como cada etapa tiene sus características se debe actuar acorde a estas:

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

- ✓ *Cambiar la actividad*, la forma o los materiales, a través de los que se está llevando a cabo la actividad; por ejemplo, cuando reacciona con frustración en alguna actividad artística con témpera, permitir que utilice otros materiales para lograr el mismo objetivo.
- ✓ *Utilizar el conocimiento sobre sus intereses*, cosas favoritas, hobbies, objeto de apego en la estrategia de apoyo inicial a la autorregulación.
- ✓ Si se requiere, *permitirle salir un tiempo corto y determinado a un lugar acordado anticipadamente* en contratos de contingencia, que le faciliten el manejo de la ansiedad y autorregularse emocionalmente, por ejemplo, la oficina del inspector de piso o la oficina de la psicóloga.

En todos los casos, intentar dar más de una alternativa, de modo que la persona pueda elegir, como un primer paso hacia el autocontrol. Paralelamente, analizar información existente o que 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, algún evento "gatillador" en el aula, que aporten al manejo profesional. En estos casos debe intervenir el docente, sin embargo, este puede pedir orientación u ayuda en el caso de no conocer a los estudiantes desregulados.

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

El estudiante 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.

- ✓ *En una primera instancia generar un círculo de seguridad tanto para el estudiante en crisis como para sus compañeros, retirando elementos peligrosos del alcance del NNAJ en crisis.*
- ✓ *Comunicar la situación al inspector o auxiliar de aseo del piso para avisar a la psicóloga, otorgando los datos del estudiante, su nombre, curso y ubicación. (En caso de estar en educación física, el profesor debe contactar al adulto mas cercano para informar a la psicóloga)*
- ✓ *La psicóloga realizara la estrategia más adecuada de contención de acuerdo con su conocimiento formal del estudiante, por ejemplo, proporcionar un lugar tranquilo para que el estudiante pueda autorregularse, darle un descanso luego de que pase la crisis, entre otros.*
- ✓ *Una vez que el estudiante vuelva a la calma la psicóloga evaluará su estado emocional, de ser posible NNAJ regresará a sus actividades académicas, sin embargo, si en la evaluación se establece que ell estudiante no se encuentra en condiciones de continuar su jornada, la psicóloga se comunicará con su apoderado para que efectúe el retiro del estudiante.*
- ✓ ***En caso de haber ocasionado algún daño físico o moral la psicóloga en conjunto con la Inspectora General coordinarán una instancia de reparación por parte del estudiante para reconstruir los vínculos sociales que pudieron verse afectados.***
- ✓ *La psicóloga comunicará mediante correo electrónico al apoderado y profesor jefe del estudiante la información sobre la situación abordada y los antecedentes de esta. En caso de ser un estudiante con un diagnóstico conocido se registrará en el libro de intervenciones psicosociales de la psicóloga para tener un registro de la evolución de la conducta del estudiante durante el año. En caso de ser un estudiante sin ningún antecedente se evaluará si la DEC corresponde a alguna situación que deba atenderse, de ser necesario se citará al apoderado para derivar al estudiante a un especialista con un plazo de 15 días hábiles para traer algún comprobante de atención.*
- ✓ *En el caso de las salidas pedagógicas, si el estudiante tiene un diagnóstico o antecedentes de desregulación debe acordarse con el apoderado las medidas propicias para asegurar la integridad del estudiante ante una crisis, como, por ejemplo, que el apoderado o su persona significativa acompañe la salida pedagógica como apoyo al docente.*
- ✓ *En el caso que un estudiante presente una desregulación en alguna salida pedagógica y no tenga ni diagnóstico ni antecedentes, será el docente el encargado de realizar una contención primaria hasta regresar al establecimiento en donde será evaluado por la psicóloga para determinar los pasos a seguir.*

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

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 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. Para efectuar este tipo de contención debe existir autorización escrita por parte de la familia para llevarla a cabo y solamente cuando el estudiante dé indicios de aceptarla, ya que puede tener repercusiones negativas en el momento o a futuro, esto tendrá una única excepción, cuando un estudiante presente una primera crisis con esta intensidad, sin ningún aviso o antecedente previo de alguna DEC y su actuar ponga en peligro

su integridad física o la de algún miembro de la comunidad se podrá hacer una contención física como último recurso disponible.
A los estudiantes que presenten DEC la psicóloga, en conjunto con el profesor jefe y quienes intervengan directamente con el NNAJ elaborarán un Protocolo de contención individual para cada estudiante y en cada situación (sala de clase, recreo, otro), de modo que se identifique su necesidad, con respeto a su dignidad generando criterios consensuados. Este debe estar incluido en el plan de acompañamiento del estudiante, el cual debe contener situación en la que es preciso su uso, personal necesario y sus roles específicos, duración de la contención física, cuándo y dónde dar por finalizado su uso, cómo actuar después con NNAJ.
En circunstancias extremas puede requerirse trasladar al estudiante a centros de salud, para lo cual es relevante que el director o a quién delegue establezca 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. Luego de que pase la crisis se enviará un correo electrónico al apoderado y profesor jefe del estudiante para informar la situación y los antecedentes de ésta. En caso de ser un estudiante con un diagnóstico conocido se registrará en el libro de intervenciones psicosociales de la psicóloga para tener un registro de la evolución de la conducta del estudiante durante el año. En caso de ser un estudiante sin ningún antecedente se evaluará si la DEC corresponde a alguna situación que deba atenderse, de ser necesario se citará al apoderado para derivar al estudiante a un especialista con un plazo de 5 días hábiles para traer algún comprobante de atención.

En ninguna circunstancia se tomarán medidas disciplinarias contra el NNAJ por lo sucedido en su estado de crisis puesto que se reconoce que no se tiene un control suficiente de sus acciones, sin embargo, si se tomarán medidas en caso de que el apoderado, siendo informado oportunamente de la situación y derivado a los especialistas correspondientes, no cumpla con los requerimientos del colegio procurando la atención de salud que requiera su pupilo/a.
Es de vital importancia que los apoderados informen de cualquier situación médica, emocional o cognitiva que pudiera derivar en alguna desregulación o descompensación de los estudiantes, para así poder coordinar las medidas más pertinentes a realizar en cada caso y poder prevenir de manera mas efectiva la ocurrencia de las crisis.

Para su conocimiento y aplicación.

COLEGIO INTERCULTURAL TREWENAN
DIRECTOR

José Luis Villarroel Vera
Director

Maipú, marzo de 2024