

## **PROTOCOLO DE ACTUACIÓN FRENTE A SITUACIONES DE DESREGULACIÓN EMOCIONAL Y CONDUCTUAL** **(Contención y Regulación Emocional)**

El siguiente protocolo tiene por objetivo contar con lineamientos para el abordaje de contención emocional frente a situaciones de desregulación emocional y conductual de alumnos/as, del Colegio Claudio Gay.

Se recuerda que cada NNA es único, diferentes y se encuentran en distintas etapas del ciclo vital, por lo que será necesario evaluar cada situación, de manera particular y adaptar el protocolo según la necesidad.

**Con la finalidad de abordar directamente una situación de desregulación emocional conductual entenderemos por:**

1. **Regulación emocional** incluye la capacidad para modular la respuesta fisiológica relacionada con la emoción, la implementación de ciertas estrategias para dar una respuesta ajustada al contexto y la organización de estas estrategias para lograr metas a nivel social (Thompson, 1994).
2. **Desregulación emocional y conductual**, reacción motora y emocional a uno o varios estímulos o situaciones desencadenantes, en donde el niño/a, adolescente o joven (NNAJ) no logrará comprender su estado emocional ni logrará expresar sus emociones o sensaciones, presentando dificultades más allá de lo esperado a su edad o desarrollo evolutivo para autorregularse y volver a un estado de calma y/o no logran desaparecer después de un intento de intervención del educador/a utilizado con éxito en otros casos; percibiendo externamente por más de un observador como una situación de “descontrol” (Construcción colectiva mesa regional Autismo, mayo 2019).

Sigla	Significado
NNA	Niñas, Niños, Adolescentes
NNAJ	Niñas, Niños, Adolescentes, Jóvenes
DEC	Desregulación Emocional y Conductual

Es importante considerar que la desregulación emocional y conductual, es una reacción motora y emocional por parte del estudiante, frente a uno o más estímulos, donde no logra comprender su estado emocional, ni logra expresar sus emociones o sensaciones, dificultando sus respuestas para autorregularse.

Esta desregulación puede presentarse de diferentes maneras, desde un estado de angustia difícil de contener, hasta agresiones físicas a sí mismo u otros miembros de la comunidad educativa.

### **Estrategia para el abordaje de las situaciones de desajuste emocional y/o conductual**

**La contención emocional** es la primera y fundamental estrategia para abordar las situaciones de desajuste emocional y/o conductual independiente de su intensidad. Su aplicación debe realizarse durante todo el tiempo en que el desajuste esté presente.

Una vez generada la acogida y el acompañamiento inicial, se procede a la regulación emocional; **estrategia que busca modular, controlar o canalizar las emociones para lograr una conducta adaptativa al ambiente.**

Mediante este procedimiento, consistente en brindar soporte afectivo y desarrollar estrategias de regulación (ej.: respiración, re significación, búsqueda de soluciones, etc.), se busca otorgar calma y facilitar la regulación del NNA, mediante una comunicación verbal y no verbal basada en el buen trato, y que module la intensidad del desajuste emocional y/o conductual.

#### **Se abordará:**

##### **a) Preventivo**

- Reconocer señales previas y actuar de acuerdo a ellas, para esto es importante identificar características personales, contexto actual y condición de cada uno/a de los alumnos/as. Dicha condición o individualidad podría llevar a presentar episodios de desregulación emocional y conductual.

- Reconocer los elementos del entorno que habitualmente preceden a la desregulación emocional y conductual.
- Redirigir momentáneamente al alumno/a hacia otro foco de atención con alguna actividad posible.
- Facilitar la comunicación, ayudando a que se exprese de una manera diferente preguntando directamente, por ejemplo: ¿Hay algo que te está molestando?, ¿Hay algo que quieras hacer ahora?, si me lo cuentas, juntos/as podemos buscar que te sientas mejor. Las preguntas y la forma de hacerlas deben ser adaptadas a la edad y condición del estudiante.
- Se aconseja interpretar la conducta de desregulación emocional y conductual como una forma de buscar comunicar algo, ya sea un mensaje de un fin que se quiere lograr o la funcionalidad que pueda contener para el individuo y/o su contexto.

Algunos ejemplos de funcionalidad podrían ser:

Obtener atención, comida, estimulación sensorial, expresar malestar o dolor, sueño, problemas previos en el hogar, o que un compañero/a le moleste

- Permitir, al alumno/a para los cuales existe información previa de riesgo de desregulación emocional y conductual, tiempos de descanso en el que pueda, por ejemplo, ir al baño o salir de la sala, previamente establecido y acordado con el/la NNAJ y su familia, tras el cual debe volver a finalizar la actividad.
- Utilizar refuerzo conductual positivo frente a conductas aprendidas con apoyos iniciales, que son adaptativas y alternativas a la desregulación emocional y conductual.

La estrategia a utilizar para el abordaje de las situaciones de desajuste emocional y/o conductual independiente de su intensidad será la contención emocional. Su aplicación debe realizarse durante todo el tiempo en que el desajuste esté presente.

Una vez generada la acogida y el acompañamiento inicial, se procede a la regulación emocional; **estrategia que busca modular, controlar o canalizar las emociones para lograr una conducta adaptativa al ambiente.**

Mediante este procedimiento, consistente en brindar soporte afectivo y desarrollar estrategias de regulación (ej.: respiración, re significación, búsqueda de soluciones, etc.), se busca otorgar calma y facilitar la regulación del NNA, mediante una comunicación verbal y no verbal basada en el buen trato, y que module la intensidad del desajuste emocional y/o conductual.

**Su objetivo es:**

1. Co-construir comprensiva y empáticamente con el NNA la situación que lo aqueja.
2. Informar al NNA acerca del carácter transitorio de la crisis que sufre.
3. Negociar soluciones en base a las alternativas propuestas por el NNA.
4. Evitar el escalamiento en la situación de crisis, promoviendo la disminución en la progresión de la hostilidad y agresividad.
5. Recordar al NNA, de forma cercana, respetuosa y contenedora, sobre las acciones que se podrían implementar para su protección, en caso de escalamiento de la situación.
6. Potenciar la autorregulación emocional y el autocontrol.

**Cuando Aplicarla:** Debe ser la primera respuesta a desarrollar, cuando un NNA presenta un desajuste conductual y/o emocional sea moderado o significativo. Los NNA y los adultos a cargo, deben ser informados sobre la posibilidad de contar con este apoyo al inicio de su jornada, de manera de que puedan solicitarla en caso de requerirla, o bien, tengan conocimiento de este soporte, en caso de que sea necesario desarrollarla.

**Quién debe aplicarla:** La contención emocional debe ser realizada, de manera inicial por el docente que observe el desajuste emocional y/o conductual. Luego de aquello, la crisis debe ser contenida por Psicólogas/os o profesionales capacitados del Establecimiento.

El adulto que realice este abordaje debe encontrarse en un estado emocional que le permita abordar la situación sin generar efectos negativos en el desarrollo de ésta. Si no se encuentra preparado para aquello, debe acudir de inmediato a otro adulto quien pueda realizar la contención.

#### **Procedimientos de la técnica:**

1. Observar permanentemente señales sobre el estado emocional del NNA y de quien interviene, como el tono de voz, tensión muscular, agitación motora y su intensidad.
2. Acercarse al NNA de modo calmado y empático (respetuoso y atento a sus necesidades), sin emitir juicios de valor sobre la situación del NNA. Esta actitud se debe mantener durante todo el procedimiento.
3. Se debe mantener una actitud afectuosa y que permita la expresión de las emociones del estudiante, donde la empatía es fundamental, sin juzgar las emociones que siente el estudiante, ni tampoco regañar o aludir a que se opaque la emoción con palabras como “no llores”, “cálmate por favor”, si no, validando la emoción que siente el estudiante y empatizando con aquello; frases que podrían ayudar “está bien que sientas enojo”, “está bien que la pena aparezca de un momento a otro”, etc.

Además de ponerse al nivel del estudiante: si este está en el piso, por ejemplo, agacharse hasta donde se encuentra, procurando que nos vea y sienta que estamos con él o ella.

4. Acoger y acompañar al NNA en la situación que está vivenciando. La acogida puede darse respetando el silencio del NNA, y siempre considerando su opinión sobre cómo prefiere que se realice.
5. Promover el diálogo como la vía más adecuada para resolver los problemas, escuchando lo que dice el NNA, facilitando que el NNA pueda verbalizar y elaborar lo que le sucede y respetar si no desea conversar.
6. Resguardar el derecho a la intimidad del NNA, cuidando un ambiente social tranquilo donde realizar esta contención, donde no se exponga a pares y haya un ambiente físico seguro.

Por ejemplo, en el caso de que el desajuste ocurra dentro de la sala de clases, es necesario sacar al NNA fuera, para brindar la contención o llevarlo a un lugar donde sienta seguro para poder dialogar o expresar sus emociones, respetando en todos los casos los protocolos sanitarios.

7. Una vez que el estudiante logra calmarse a través de la **contención, la escucha y la empatía**, se debe procurar visualizar lo que gatilló la situación, no indagar o intentar sacarle información si el estudiante no quiere hablar, estar en silencio respetando lo que siente el estudiante, también es contener y acompañar.
8. Quien realice la contención debe evitar ser percibido como amenazante, evitando discutir y emitir juicios de valor.
9. Construir alternativas de acción para superar la situación junto con el NNA, de modo que le hagan sentido para tranquilizarse. (Ej.: llevarlo al baño a tomar agua o dar una vuelta por el patio).
10. Proveer de información y proponer una forma de actuación o resolución de la situación, otorgar recomendaciones, sin dejar de validar sus emociones.
11. Comprobar la efectividad de la contención emocional. De ser necesario pedir ayuda o relevo -sin alterar al NNA- a otro miembro del equipo.
12. Una vez que se logra la contención emocional y el NNA se calma, ayudarlo a integrar la experiencia, sacar conclusiones sobre el actuar, aprender alternativas positivas de acción frente a futuros desajustes emocionales. (Esta acción se debe realizar en un tiempo prudente, el mismo día con un tiempo de latencia posterior a la regulación emocional y conductual, debiendo ser realizada por el funcionario con mayor vínculo).
13. Una vez que logre la calma, se debe intentar ayudarlo a cambiar el foco de atención. Se sugiere proponer al estudiante la posibilidad de realizar otra actividad para distraer su atención, tales como: respirar, ir a tomar agua, ir a dar una vuelta al patio, etc., teniendo la precaución de que regrese a la sala y se mantenga acompañado de un adulto.

14. Una vez que la situación se haya calmado, es importante reflexionar con el alumno/a, intentando que este pueda identificar sus emociones, si es que hubo consecuencias con otros compañeros, y ver qué medidas se tomarán en cuanto a aquello.

15. El/la profesor(a), Psicólogo/a, o algún miembro del Equipo de Convivencia Escolar, debe acompañar a los NNA que presenciaron la situación de uno/a de sus compañeros/as generando acciones de apoyo y/o contención y regulación emocional hacia el grupo para prevenir que se desencadenen nuevas situaciones de crisis, en el caso de que la desregulación del/la estudiante haya provocado desajuste en el bienestar de otros.

16. En todos los casos, los padres y apoderados del/la estudiante en cuestión, deberán ser informados vía telefónica y mediante correo electrónico de la situación una vez atendida. Asimismo, el evento deberá ser registrado en la ficha correspondiente.

17. En caso de no ser factible lograr la contención y regulación emocional necesarias para la reincorporación del/la estudiante a la rutina escolar, se procederá a llamar telefónicamente a los padres y apoderados para solicitarles acudan a buscarlo al Establecimiento educativo.

**Medida a utilizar:**

**El soporte ambiental** en complemento a la contención y regulación emocional, cuando es necesario reducir o limitar los estímulos ambientales que pueden aumentar y/o intensificar la escalada del desajuste emocional y/o conductual del NNA.

**Definición:** El soporte ambiental busca favorecer un ambiente y entorno que inhiba el escalamiento de la conducta presentada. Se deben considerar modificaciones relativas a presencia/ausencia de personas, objetos, situaciones y/o disposición espacial que pudiesen perpetuar o incrementar la situación de desajuste.

**Cuando aplicarla:** Estas medidas deben ser aplicadas en todas aquellas situaciones donde interfieren factores ambientales que mantienen o intensifican el desajuste y generan un riesgo de daño para los NNA y/o para quienes se encuentran presentes en dicha situación. En estos casos, el soporte ambiental complementa las acciones de



43 AÑOS EDUCANDO

contención emocional, al darse cuenta que la situación de desajuste no ha sido controlada y/o puede seguir escalando, requiriéndose reforzar las acciones con modificaciones ambientales.

**Quién debe aplicarla:**

Además del adulto referente que está conteniendo emocionalmente, puede sumarse un segundo miembro del Equipo de Convivencia Escolar (de preferencia Psicólogo/a) o bien ser este último, quien aborde la situación en su totalidad, para realizar las acciones ambientales que eviten que el mismo NNA u otras personas pudieran resultar dañados física o emocionalmente.

**Procedimientos de la técnica:** Conjuntamente con el soporte emocional, las medidas ambientales hacen alusión a generar cambio espacial, de modo de reducir los estímulos perturbadores, infundir confianza y promover la realización de actividades alternativas que tienen como objetivo aplacar la situación de crisis.

**La contención ambiental puede ser realizada de dos formas:**

1. Soporte ambiental en mismo lugar de contención emocional: La persona del equipo que se suma, tiene la tarea de realizar las modificaciones ambientales necesarias donde se está realizando la contención.

**Esto implica:**

**Retirar los estímulos que se asocian con la crisis, tales como:** persona - compañero/a - miembro del equipo – juguete – ruidos excesivos u otros.

**Retirar elementos que pueden implicar riesgo físico de daño para el NNA o quien acompaña.** Por ejemplo, retirar objetos corto punzantes, elementos que pudiesen usarse como proyectiles u otros que pueden causar daños a sí mismo y/o a terceros.

2. Soporte ambiental en otro lugar, se debe evaluar trasladar al NNA a un ambiente diferente, cuando mantener al NNA en el mismo espacio ya no es favorable para la superación de la crisis.





**Para trasladar al NNA a un ambiente diferente debe:**

- Asegurarse que el espacio al que será trasladado posibilite brindar un espacio de acogida y contención, al mismo tiempo que cumpla con las medidas sanitarias exigidas por el contexto de Pandemia
- El paso de un ambiente a otro debe ser informado al NNA como una alternativa mejor para superar la crisis y/o continuar la contención emocional. Nunca el traslado de un lugar a otro debe ser presentado o vivenciado como un castigo ni realizado con uso de fuerza física.
- El traslado debe ser acompañado por la persona encargada de la contención.
- En el nuevo espacio, se continúa con las acciones para promover el término de la situación crítica, consensuando alternativas de solución. Se puede posibilitar también la realización de actividades con sentido para el NNA, que sean relajantes y disminuyan la respuesta desajustada.



43 AÑOS EDUCANDO

## Pasos a seguir en caso de desregulación Emocional y Física



## ANEXO

### BITÁCORA DESREGULACIÓN EMOCIONAL Y CONDUCTUAL (DEC)

PARA UTILIZAR EN ETAPAS 2 Y 3 DEL DOCUMENTO ORIENTACIONES PARA ELABORACIÓN PROTOCOLO DE ACTUACIÓN EN DESREGULACIÓN CONDUCTUAL Y EMOCIONAL DE ESTUDIANTES.

#### 1.- Contexto inmediato

Fecha: \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_ Duración: Hora de inicio...../Hora de fin..... Dónde estaba el/la estudiante cuando se produce la DEC: .....

La actividad que estaba realizando el/la estudiante fue:

Conocida  Desconocida  Programada  Improvisada El ambiente era:

Tranquilo  Ruidoso Nº aproximado de personas en el lugar: .....

#### 2.- Identificación del niño/a, adolescente o joven:

Nombre:		
Edad:	Curso:	Prof. jefe:

#### 3.- Identificación profesionales y técnicos del establecimiento designados para intervención:

Nombre	Rol que ocupa en la intervención
1.-	Encargado
2.-	Acompañante Interno
3.-	Acompañante externo

**4.- Identificación apoderado y forma de contacto:**

Nombre:	
Celular:	Otro teléfono:
Forma en que se informó oportunamente a apoderados (conforme acuerdos previos y/o protocolo reglamento interno): ..... ..... .....	

**5.- Tipo de incidente de desregulación observado, marque con X lo que corresponda:**

- Autoagresión  Agresión a otros/as estudiantes  Agresión hacia docentes  Agresión hacia asistentes de la educación  Destrucción de objetos/ropa  Gritos/agresión verbal
- Fuga  Otro.....

**6.- Nivel de intensidad observado:**

- Etapa 2, de aumento de la DEC, con ausencia de autocontroles inhibitorios cognitivos y riesgo para sí mismo/a o terceros.
- Etapa 3, cuando el descontrol y los riesgos para sí mismo/a o terceros implican la necesidad de contener físicamente.

**7.- Descripción situaciones desencadenantes:**

**a) Descripción de secuencias de hechos que anteceden al evento de DEC:**

---



---



---

**b) Identificación de “gatilladores” en el establecimiento (si existen):**

---



---

**c) Descripción de antecedentes “gatilladores” previos al ingreso al establecimiento (si existen):**  Enfermedad

¿Cuál?.....  Dolor

¿Dónde?.....

Insomnio  Hambre

Otros.....

**8.- Probable funcionabilidad de la DEC:**

Demanda de atención  Como sistema de comunicar malestar o deseo

Demanda de objetos  Frustración  Rechazo al cambio

Intolerancia a la espera  Incomprensión de la situación

Otra: .....

**9.- Si existe un diagnóstico clínico previo, identificación de profesionales fuera del establecimiento que intervienen:**

Nombre	Profesión	Teléfono centro de atención donde ubicarlo.

**Señalar si:**

• Se contactó a alguno/a de ellos/as. Propósito: .....

• Se les envía copia de bitácora previo acuerdo con apoderado/a.  
 ¿A qué profesional/es se les envía?  
 .....

**10.- Acciones de intervención desplegadas y las razones por las cuales se decidieron:**

---

---

---

---

**11.- Evaluación de las acciones de intervención desarrolladas; especificar si hay algo que se puede mejorar y/o algo que fue muy efectivo:**

---

---

---

---

**12.- Estrategia de reparación desarrollada y razones por las que se decide (solo si se requiere):**

---

---

---

---

**13.- Evaluación de las estrategias preventivas desarrolladas, especificar si hay algo que se puede mejorar para prevenir futuros eventos de DEC:**

---

---

---

---

## **Autorización protocolo de acción en caso de desregulación conductual y emocional**

Yo \_\_\_\_\_, Rut: \_\_\_\_\_  
apoderado (a) de \_\_\_\_\_ estudiante de \_\_\_\_\_ (curso).

Estoy al tanto del protocolo de actuación frente a desregulaciones emocionales y conductuales, del objeto de este protocolo, el cual es evitar que se produzcan daños físicos y psicológicos, resguardando la integridad física del propio alumno/a y de la comunidad educativa en general.

Tomo conocimiento que dicho protocolo de contención será aplicado en caso de extrema emergencia, una vez que han fracasado todas las medidas preventivas puestas en marcha acordadas a protocolo de actuación, dispuestos en reglamento interno de Colegio Claudio Gay, minimizando al máximo su necesidad de aplicación.

Por lo cual, autorizo a equipo designado como responsables para llevar a cabo la contención emocional y conductual para que intervenga tanto física como psicológicamente ante las desregulaciones emocionales o conductuales de mi hijo o hija, acordadas en el presente protocolo.

Es de mi responsabilidad informar al establecimiento los antecedentes e profesionales externos al colegio, que hayan tratado y sugerido estrategias para prestar apoyo al momento intervenir y aplicar el DEC, al estudiante.

**Mencione antecedentes de estrategias entregadas por profesional/es tratantes, sugeridas para mejorar el apoyo al estudiante al momento de intervenir y aplicar contención física.**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

\_\_\_\_\_  
**Firma del apoderado**

\_\_\_\_\_  
**Firma Encargada**