



PROTOCOLO DE DESREGULACIÓN EMOCIONAL ¹

El presente protocolo tiene por objeto brindar a la comunidad educativa los lineamientos a seguir para poder acompañar, prevenir y abordar los casos en que ocurra una desregulación emocional por parte de estudiantes en nuestra comunidad educativa.

I) Regulación y desregulación emocional

Según Pérez & Bello (2017) la regulación emocional es un proceso a través del cual los individuos pueden modular su comportamiento para que logren alcanzar metas y adaptarse al contexto, además de promover el bienestar, tanto, individual como social. Asimismo, ha surgido interés en este aspecto, puesto que asociamos al bienestar, la salud, el desarrollo psicológico y el desempeño académico con este proceso. Por otro lado, la desregulación emocional en el contexto escolar puede ser entendida como el conjunto de conductas violentas, agresivas y de desobediencia que interfiere con el desarrollo regular de la clase o actividad que se este ejecutando, viéndose alterado el proceso de enseñanza-aprendizaje (Cf. Latorre & Teruel, 2009; Urbina, Simón, Echeita, 2011; citado por Cañas & Ross, 2019).

En este sentido, en la Construcción Colectiva Mesa Regional Autismo 2019, se define a la desregulación emocional como una reacción motora y emocional frente a uno o varios estímulos o situaciones desencadenante donde el niño o la niña no logra expresar sus emociones o sensaciones, presentando dificultades para autorregularse a si mismo y volver a la calma.

Los estudiantes que son más propensos a sufrir una desregulación emocional pueden ser aquellos que presenten un diagnóstico previo asociado, por ejemplo, Trastorno del Espectro Autista², Trastorno Negativista u Opositor Desafiante, estudiantes con abstinencia de alcohol luego de consumo intenso, estudiantes con presencia de Trastornos Destructivos del control de Impulsos y de la Conducta, niños, niñas y adolescentes maltratados severamente, entre otros.

II) Prevención

Para prevenir desregulaciones emocionales y/o de conducta es importante reconocer aquellos factores que pueden preceder a una desregulación tales como, trastornos del sueño, en este el rol del docente y de los

¹ Para una mayor profundización véase respectivamente Cf. Mineduc.2020

² Para efectos de este documento en adelante cada vez que se refiera al Trastorno del Espectro Autista será nombrado como TEA.



apoderados es fundamental, puesto que, al mantener una buena comunicación con la familia de los estudiantes, podemos prever una situación que pudiese afectar a niños, niñas y adolescentes. Otro factor son los síntomas depresivos de los cuidadores de estudiantes, número de eventos estresantes vividos por el/la cuidador del menor, enfermedades crónicas.

En estudiantes que presenten desregulación emocional, ansiedad, depresión u otro diagnóstico, se observa en el aumento de movimientos estereotipados, expresiones de incomodidad o disgusto, agitación de la respiración, aumento de volumen en voz o lenguaje grosero y/o desafiante, tendencia a aislarse generando la posibilidad de desregulación si hay una cercanía física, sonido, olores, ansiedad, sudoración, sensación de sueño, así como también llanto y muestras de miedo.

Cuando existe una desregulación emocional, se puede manifestar de la siguiente manera, salir de la sala de clases sin la autorización del docente, tirarse al piso en la sala de clase, gritos sin motivo aparente, aislarse, llanto descontrolado, angustia, agresiones físicas a compañeros, adultos o a si mismos.

Los estudiantes que presentan desregulaciones emocionales tienden a mantener relaciones problemáticas con pares y profesores, lo que debilita los vínculos entre familias y la propia comunidad educativa. Por esta razón, es fundamental que el establecimiento sea un lugar de detección temprana de conflictos para poder realizar intervenciones efectivas y prevenir conductas que pudiesen ser riesgosas (Cf. Luengo, 2014, citado por Cañas & Ross, 2019)

III) Intervención

A partir de lo mencionado anteriormente podemos establecer las siguientes etapas de intervención:

Etapas I Inicial:

- Cuando encontramos evidencia de que existen factores de riesgo, es importante redirigir el foco de atención del estudiante a otro tipo de actividades, como, por ejemplo, pedirle ayuda en distribuir o recolectar material, que participe activamente de la clase y que sea ayudante de la actividad a realizar.
- Facilitar la comunicación con preguntas tales como: ¿Hay algo que te moleste?, ¿hay algo que te cause incomodidad?, ¿hay algo que necesites?, de esta forma podremos acompañar al estudiante en su malestar y brindarle el apoyo y seguridad para que su estado cambie y que se sienta mejor.



- La forma en que uno se comunique con el estudiante, siempre, se debe hacer desde el cariño, comprensión y asertividad, brindando siempre contención emocional y verbal en un tono que evidencia tranquilidad asíéndole saber al alumno que se está ahí para poder ayudarlo.
- Si ya existen antecedentes de desregulación emocional, otorgar tiempos de descanso.
- Realizar refuerzos positivos, teniendo en consideración gustos e intereses del estudiante.

Etapas II “Aumento en la intensidad de la Desregulación Emocional con ausencia de autocontroles inhibitorios cognitivos y riesgo para sí mismo o terceros”:

En caso de que la desregulación emocional aumente en intensidad o sea reiterativa durante un periodo corto, y exista evidencia de que él estudiante no responda a la voz, mirada, ni intervenciones de terceros, haya aumento en la actividad motora, es importante sugerirle un lugar seguro, que le brinde calma y quien inicie la contención en primera instancia, ya sea, profesor(a) jefe, profesor(a) de asignatura, inspectores, asistentes de aula, entre otros, debe buscar apoyo de otro agente que tendrá la responsabilidad de quedar a cargo y determinará los roles para acompañar al alumno/a.

Entre estos roles estará:

- Quién se queda con el estudiante en un lugar distinto donde ha ocurrido el hecho hasta que la situación se regule y el estudiante pueda volver a la calma logrando reintegrarse a la clase en la medida de lo posible. Procurando que quien realice esta acción tenga cierta cercanía con el estudiante afectado.
- Quién de aviso a la familia a través de llamada telefónica o agenda describiendo la situación ocurrida.

En este sentido, tres personas deberán actuar durante la contención: encargado, quien acompañe al estudiante y quien de aviso a la familia.

Etapas III “Descontrol y riesgos para sí mismo o terceros, implica contener físicamente”

- La contención tiene por propósito inmovilizar al estudiante para evitar el daño hacia sí mismo o terceros. Por lo que debe ser ejecutada solo en casos extremos y ser autorizada por la familia.
- Bajo esta misma lógica, debemos continuar con el mismo lineamiento de la etapa II, es decir, tres personas actuarán en la contención.
- No castigar, regañar o amenazar con futuras sanciones en esta etapa ni en ninguna de las anteriores. No intente razonar con el alumno/a en ese momento.



En estas etapas de desregulación se debe dejar registro en la ficha para abordar situación de desregulación emocional del establecimiento, de esta manera se podrá realizar un seguimiento a cada caso, para poder abordar, acompañar, mejorar y prevenir estos hechos.

Etapas IV “Reparación”:

- Posterior al episodio de desregulación, es importante mostrar afecto y comprensión.
- Brindar un espacio de calma donde se le diga al estudiante que todo estará bien y tranquilo.
- Hablar sobre lo ocurrido para entender la situación, evitar se repita y trabajar la empatía en conjunto al estudiante.
- Llegar a un acuerdo con el/la estudiante para que estas situaciones no se repitan en un futuro inmediato.

***Importante:** Si la situación llega al extremo de necesitar de personal médico llamar de manera inmediata al 131.



Referencias bibliográficas:

Cañas, P., & Ross, C. (2019). *Dificultades en el manejo de la desregulación emocional y descontrol conductual en las aulas de kínder y primero básico* (Doctoral dissertation, Universidad del Desarrollo. Facultad de Psicología).

Pérez, O. G., & Bello, N. C. (2017). Regulación emocional: definición, red nomológica y medición. *Revista mexicana de investigación en psicología*, 8(1), 96-117.

MINEDUC (2020): Orientaciones para elaboración de protocolo de acción en casos de desregulación conductual y emocional de estudiantes en el ámbito escolar, Ministerio de Educación, Viña del Mar, Chile.