



DENHAM SCHOOL



# 2024/2025

## **PROTOCOLO DE DESREGULACIÓN EMOCIONAL Y CONDUCTUAL**

CONVIVENCIA ESCOLAR

## **13- PROTOCOLO DE ABORDAJE PARA LA DESREGULACIÓN EMOCIONAL EN ESTUDIANTES CON DIAGNÓSTICO TEA Y SITUACIONES EMOCIONALES. (DEC)**

Resulta fundamental tener en consideración que, durante los últimos años, la matrícula de estudiantes con diagnóstico de Trastorno del Espectro Autista, Trastornos Depresivos, Ansiosos o Conductuales han ido creciendo de manera sostenida en las aulas del país.

En cuanto al TEA este diagnóstico, conlleva alteraciones en el neuro desarrollo, comprometiendo la interacción social, la comunicación y flexibilidad. Además, puede presentar patrones restringidos de comportamiento, intereses y alteraciones sensoriales, lo que en ocasiones desencadena formas de desregulación emocional.

En el caso de estudiantes con diagnósticos afectivos, se caracterizan por presentar tristeza de una intensidad o una duración suficiente como para interferir en la funcionalidad y, en ocasiones, por una disminución del interés o del placer despertado por las actividades.

Los niños con trastornos de ansiedad pueden mostrar evitación de situaciones estresantes, preocupación excesiva por eventos futuros, síntomas físicos como dolores de cabeza y dolores de estómago, dificultades para concentrarse, irritabilidad, problemas de sueño, tendencias perfeccionistas y búsqueda constante de seguridad.

El siguiente protocolo se aplica a la población de riesgo independiente si los estudiantes tienen o no diagnóstico.

Los niños con trastornos del comportamiento muestran una serie de características distintivas, que incluyen agresión, desafío a la autoridad, impulsividad, falta de empatía, propensión a mentir y engañar, falta de remordimiento por sus acciones, problemas de atención y comportamientos disruptivos en la escuela. Razón por la cual, ponemos a disposición de todos los colaboradores el “Protocolo de abordaje para la desregulación emocional de estudiantes con Diagnóstico de Trastorno del Espectro Autista y diagnosticados con algún trastorno socio emocional o conductual, para entregar lineamientos pertinentes que promuevan la inclusión efectiva de todos los estudiantes.

En esta misma línea, y entendiendo que la Desregulación Emocional Conductual (DEC) no es atribuible únicamente a estudiantes con diagnósticos, el protocolo puede ser activado en cualquier caso de desregulación emocional.

### **Destinatarios**

La comunidad educativa debe promover la pertenencia y la participación de todos los estudiantes considerando sus características y diversidad. Por tanto, el siguiente protocolo para el manejo de la Desregulación Emocional Conductual (DEC) en estudiantes con TEA, con diagnóstico socioemocional o conductuales. Esta deberá ser de conocimiento general y podrá ser implementada por toda la comunidad escolar.

Sin embargo, para poder realizar un acompañamiento específico, se designará a los profesionales que colaborarán en la intervención directa ante una desregulación emocional en sus diferentes etapas. La descripción del rol del profesional a cargo se detalla a continuación en este documento.

### **Objetivos**

- Promover el desarrollo de una comunidad educativa inclusiva alineada a la normativa vigente, ley 21.545/2023 “Ley TEA”, definiendo procedimientos internos, que consideren la diversidad de sus estudiantes y permitan el abordaje de desregulaciones emocionales y conductuales.

- Entregar lineamientos con un enfoque preventivo y psicoeducativo con el fin de disminuir una Desregulación Emocional Conductual (DEC), en estudiantes con Trastorno de espectro Autista, reconociendo desencadenantes y orientando sobre cómo abordar e intervenir una desregulación emocional en TEA.

También es importante considerar la integración y preocupación por todos los alumnos que puedan presentar factores de riesgo para experimentar una desregulación emocional en el establecimiento, independientemente de si tienen un diagnóstico o no. Esto implica estar atentos a las necesidades individuales de cada estudiante y brindarles el apoyo necesario para prevenir la aparición de desafíos emocionales y conductuales. Al promover un ambiente inclusivo y de apoyo para todos los alumnos, se crea un entorno propicio para el bienestar emocional y el éxito académico de cada estudiante.

### **Definición de desregulación emocional conductual (DEC)**

La desregulación emocional conductual (DEC) se refiere a la respuesta motora y emocional ante uno o varios estímulos o situaciones desencadenantes. En estos casos, el niño/a, adolescente o joven puede tener dificultades para comprender su estado emocional y expresar sus sentimientos. Estas dificultades van más allá de lo esperado para su edad o desarrollo evolutivo, lo que les dificulta autorregularse y volver a un estado de calma. Incluso después de intentos de intervención exitosos utilizados por educadores en otros casos, estas dificultades pueden persistir. Esta situación puede ser percibida externamente por más de un observador como un estado de "descontrol".

La regulación emocional se refiere a la habilidad para gestionar nuestras emociones de manera adecuada. Implica ser consciente de la relación entre emoción, pensamiento y comportamiento, así como contar con estrategias efectivas para hacer frente a situaciones desencadenantes. Además, incluye la capacidad para cultivar emociones positivas por uno mismo.

El presente protocolo define los procesos en materia de prevención e intervención según los niveles de intensidad en que se genere la desregulación emocional y conductual.

- Identificación de los estudiantes propensos a la desregulación emocional conductual (DEC):

En el contexto de la prevención, uno de los primeros pasos es identificar a los estudiantes que, debido a sus características personales y/o contextuales, podrían ser más vulnerables a experimentar episodios de DEC en el entorno educativo. Para esto, se llevará un registro dentro del establecimiento educativo que incluirá:

- Estudiantes con Trastorno del Espectro Autista (TEA): Los estudiantes diagnosticados con TEA a menudo muestran tendencias ritualistas y una marcada inflexibilidad. En algunos casos, experimentan hipersensibilidad sensorial y frecuentes estados de ansiedad. Les resulta difícil adaptarse a los cambios y manejar los imprevistos, lo que puede generar una intensa ansiedad. Además, enfrentan dificultades para reconocer y manejar sus propias emociones, lo que a veces los abruma. Estos factores suelen ser la base de la desregulación emocional o su agravamiento frente a ciertos contextos y situaciones. Esta desregulación puede manifestarse desde movimientos estereotipados hasta expresiones de incomodidad o disgusto, agitación respiratoria, aumento en el volumen de la voz o el uso de un lenguaje grosero.
- Estudiantes con Trastornos Ansiosos: Las manifestaciones de ansiedad varían según la etapa del desarrollo. En niños más pequeños, la ansiedad suele manifestarse como una actividad excesiva, comportamientos llamativos y demandantes de atención, dificultades en la separación o al ir a dormir. En cambio, los adolescentes mayores o jóvenes que pueden expresar sus experiencias subjetivas pueden describirlas utilizando términos como miedo, nerviosismo, tensión o rabia. Además, pueden exhibir comportamientos disruptivos o experimentar crisis de angustia o pánico.
- Estudiantes con Trastornos Depresivos: Las características de la depresión en niños y adolescentes incluyen cambios en el estado de ánimo, pérdida de interés en actividades, alteraciones en el sueño y el apetito, fatiga, dificultades de

- concentración y falta de energía. Estos síntomas pueden afectar significativamente su funcionamiento diario, incluido el rendimiento académico, y es importante prestar atención a estas señales para buscar ayuda profesional y apoyo adecuado.
- Estudiantes con Trastornos o problemas del Comportamiento: Es probable que estos estudiantes se sientan frustrados con facilidad, sean emocionalmente explosivos y muestren una menor atención a las señales sociales. También es posible que tengan dificultades para regular sus emociones, expresen más abiertamente emociones desagradables, especialmente ira y agresividad, enfrenten obstáculos para manejar la frustración, muestren menos empatía y tengan una menor respuesta ante estímulos.

### Prevención de una desregulación emocional conductual

Es recomendable prevenir un episodio de desregulación emocional, por ello es necesario estar atentos a las señales de irritación y frustración, para intervenir cuanto antes y evitar llegar a situaciones de crisis en donde volver a la calma conlleva más tiempo y recursos, para poder actuar preventivamente debemos conocer al estudiante.

#### • Reconocer los elementos del entorno

La intervención preventiva debe abordar tanto las circunstancias escolares como los factores externos que pueden predisponer a la desregulación emocional en la vida diaria del estudiante.

Entre estos factores externos se incluyen trastornos del sueño, problemas de salud y cambios en la dinámica familiar, como horarios laborales de los padres o mudanzas. Es crucial mantener una comunicación constante con la familia para detectar y prevenir conductas no deseadas en el aula y planificar los apoyos necesarios.

Para identificar los desencadenantes de la desregulación emocional, es fundamental conocer al estudiante mediante entrevistas en profundidad y la aplicación de cuestionarios o inventarios adaptados a cada caso.

Con el objetivo de obtener más información sobre el estudiante, los resultados de estas evaluaciones deben ser compartidos con el equipo docente y otros colaboradores que interactúan con el estudiante en la escuela, en una reunión dirigida por el profesional encargado de realizar las evaluaciones. Además, se mantendrá una bitácora por estudiante, registrando cada episodio de desregulación emocional, a cargo de psychologist.

#### • Estrategias para prevenir una desregulación emocional

Para poder actuar preventivamente se sugiere realizar acciones antes de que ocurra la desregulación, para tal efecto se recomiendan las siguientes estrategias, las cuales se deben ajustar acorde a las habilidades y necesidades del estudiante, considerando el nivel de afectación en las áreas de comunicación verbal y no verbal e interacción social.

Historias sociales: Relatos que expliquen al estudiante la necesidad de permanecer en el colegio. Se debe considerar el nivel de comprensión que cada uno tenga y buscar la manera de explicarlo en positivo, informando de todas las cosas que se pueden realizar en el establecimiento: sala, patio, biblioteca entre otros, incluyendo algunas normas preestablecidas y actividades de esparcimiento.

Agendas: Organizar el día a día del estudiante de forma clara y sencilla, buscar entre sus intereses y considerarlos. La rutina apoyada con pictogramas (íconos e imágenes para representar acciones) es fundamental para mantener la percepción de seguridad en el estudiante, al igual que la anticipación constante.

Contratos conductuales: Reflejar de manera clara y concisa lo que esperamos que el estudiante realice. Se debe realizar en positivo, dando siempre la conducta alternativa positiva que se puede realizar. Por ejemplo, un estudiante que cuando se pone nervioso, agrede a su compañero de puesto, indicaremos que agredir no está bien y que si compartir un juego con su compañero. Se recomienda hacerlo con fotografías o pictogramas y colocarlo en algún lugar visible para el estudiante.

Reforzadores: Las consecuencias positivas que siguen a una conducta son los reforzadores. Éstos como su nombre indica nos ayudan a reforzar y fortalecer la conducta. Cuando la conducta va seguida de un premio o una recompensa hará que el comportamiento sea más probable en el futuro.

• **También se sugieren las siguientes acciones:**

- Redirigir momentáneamente al estudiante hacia otro foco de atención con alguna actividad que realmente despierte su atención (música, actividades preferidas, una manualidad que le guste, etc.) por ejemplo, pedirle que ayude a distribuir materiales, que ayude con el computador u otros apoyos tecnológicos. Al intentar desviar la atención, lo que se está intentando es interrumpir su línea de pensamiento, cambiar su foco de atención o interrumpir un modelo.
- Facilitar la comunicación, ayudar 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, podemos buscar que te sientas mejor. Las preguntas y la forma de hacerlas deben ser adaptadas a la edad y condición del estudiante.
- Otorgar cuando sea pertinente tiempos de descanso en el que pueda, por ejemplo, ir al baño o salir de la sala, previamente establecido y acordado con el estudiante y su familia, tras el cual debe volver a finalizar la actividad.
- Utilizar refuerzo conductual positivo frente a conductas aprendidas con apoyos iniciales. Para el diseño de este refuerzo positivo se requiere tener conocimiento sobre cuáles son sus intereses, cosas favoritas, hobbies, objeto de apego. Recordar que siempre se debe reforzar justo después de que ocurra la conducta deseada de lo contrario podría estarse reforzando otra.
- Diseñar con anterioridad normas de aula, articuladas con el Departamento de convivencia escolar sobre cómo actuar en momentos en que el estudiante, durante la clase se sienta especialmente incómodo, frustrado o angustiado adecuando el lenguaje a la edad y utilizando, si se requiere, apoyos visuales u otros pertinentes.
- Estipular con anterioridad una señal de cómo el estudiante hará saber de esto a su docente y profesionales de apoyo en aula. Ejemplo: usar tarjetas de alerta disponibles o una señal previamente consensuada, que el estudiante pueda mostrar al docente, para que se inicie el accionar acordado.

## **ABORDAJE DE UNA DESREGULACIÓN EMOCIONAL CONDUCTUAL**

Si a pesar de haber realizado diferentes estrategias para prevenir una desregulación emocional conductual, se desencadena una crisis, podemos identificar 3 etapas:

### I- ETAPA INICIAL

Previo haber intentado manejo general sin resultados positivos y sin que se visualicen riesgos para sí mismo/a o terceros, se recomienda:

- Mantener la calma: Es crucial mantener la compostura y transmitir tranquilidad al estudiante mediante un tono de voz neutral y una postura corporal relajada, lo que puede servir como ejemplo para imitar.
- Eliminar el estrés sensorial: Dado que las personas con Trastorno del Espectro Autista (TEA) suelen tener dificultades en el procesamiento sensorial, es importante identificar y eliminar o reducir los estímulos sensoriales que puedan estar causando molestias al estudiante, como ruidos, luces o texturas inusuales.
- Cambiar la actividad: Si el estudiante muestra frustración con una actividad específica, se puede cambiar la forma de realizarla o los materiales utilizados para adaptarse a sus necesidades y preferencias.
- Cambiar el foco de interés: Intentar redirigir al estudiante hacia una actividad diferente, preferiblemente una que sea manipulativa y sencilla, como resolver un rompecabezas. Ayudar físicamente al estudiante a comenzar la actividad puede ayudar a desviar su atención de la situación que desencadenó la desregulación emocional.

Además, es importante recopilar información sobre el estado del estudiante antes de la desregulación, como su calidad de sueño o posibles problemas en casa, para que los profesionales puedan abordar la situación de manera más efectiva. Este enfoque proactivo puede ayudar a prevenir futuros episodios de desregulación emocional y fomentar un entorno de aprendizaje más seguro y comprensivo para el estudiante.

## II- ETAPA DE AUMENTO DE LA DESREGULACIÓN EMOCIONAL CONDUCTUAL

Con ausencia de autocontroles inhibitorios cognitivos y riesgo para sí mismo/a o terceros.

Las palabras no ayudan: Dejar a un lado intentar razonar, negociar o dar explicaciones, en ese momento para el estudiante, todo eso será ruido que le puede incomodar aún más, al tiempo que aumenta la agitación motora sin lograr conectar con su entorno de manera adecuada.

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.

Reforzar: Pensar en algo que le guste y dárselo ante cualquier conducta adecuada que muestre. Mejor si es algo que podemos dar poco a poco y no de golpe, para reforzar progresivamente. A medida que la crisis vaya remitiendo, comenzar a alabar su calma, felicitar y sonreír

Espacio sensorial: Es habitual que las personas con TEA presentan conductas autoestimulantes que pueden ser percibidas como movimientos repetitivos, que les permiten regular su propiocepción, en esta circunstancia no se debe interferir en los movimientos o requerimientos sensoriales que el estudiante esté realizando, ya que le facilitan gestionar la información sensorial que percibe.

Se sugiere acompañar al estudiante a un lugar que le ofrezca calma o regulación sensorio motriz (por ejemplo, una sala predefinida que tenga algunos implementos que le faciliten volver a la calma).

Motivar a tirarse al piso boca arriba: “respirar profundo por la nariz y botar por la boca”; “contar del 1 al 20 mentalmente descansando y repetirlo varias veces”. Indicar algunas alternativas: “Podemos poner un poco de música. ¿qué música te gusta?”; “Quieres tu muñeco/juguete/foto/ (procurar tener un objeto de apego del estudiante en el colegio cuando es pertinente conforme a la edad).

El peso aporta un mayor registro interno del cuerpo y por tanto es útil para que el estudiante alcance conciencia corporal que le facilite un estado de calma, regulando su estado de alerta. Se sugiere utilizar materiales como, por ejemplo: Chalecos con peso (que no sobrepasen el 10% del peso corporal de la persona, mochilas cargadas en la espalda o mantas.

Tiempo de descanso: Conceder un tiempo de descanso cuando la desregulación haya cedido. Durante el tiempo establecido que se mantendrá fuera del aula, debe ser acompañado por la persona a cargo, en un lugar seguro, idealmente en un primer piso. Por ejemplo: sala oficina de Psychology. Evitar trasladarlo a lugares con ventanales en techos o ventanas sin cortinas, o con estímulos similares a los desencadenantes de la crisis de desregulación, retirar elementos peligrosos que estén al alcance del estudiante: tijeras, cuchillos cartoneros, piedras, palos, otros. Evitar aglomeraciones de personas que observan, sean estos estudiantes y/ o adultos.

## II- ETAPA DE DESCONTROL

Los riesgos para sí mismo/a o terceros implican la necesidad de contener físicamente al estudiante. En situaciones extremas donde la desregulación emocional presente un riesgo para la integridad física del estudiante o de la comunidad escolar, se podría recurrir a la contención física. Esto sería llevado a cabo por personal capacitado previamente por el colegio, utilizando técnicas apropiadas como la acción de mecedora o el abrazo profundo, siempre y cuando se cuente con la autorización escrita del apoderado y se resguarde la integridad y dignidad del estudiante, así como la del profesional a cargo. En caso de que sea necesario el traslado del estudiante a un centro de salud, el establecimiento debe establecer de manera conjunta con el centro de salud más cercano el procedimiento a seguir, y definir en acuerdo con el apoderado la forma de traslado, garantizando la seguridad y cumpliendo con la normativa correspondiente.

Además de los posibles factores desencadenantes mencionados anteriormente, en algunos casos la desregulación emocional y conductual puede estar asociada a efectos adversos de medicamentos neurológicos o psiquiátricos, lo que resalta la importancia de coordinar con la familia y los centros de salud. Es esencial establecer una comunicación fluida con el equipo médico tratante o derivar al estudiante a un médico psiquiatra para recibir el apoyo adecuado y orientación sobre acciones

futuras conjuntas. Esto es fundamental ya que pueden existir diagnósticos concomitantes que requieran tratamiento médico o la intervención de otros especialistas

### INTERVENCIÓN POSTERIOR A UNA DESREGULACIÓN EMOCIONAL CONDUCTUAL

Posterior a una desregulación emocional, el estudiante necesitará de acciones que le permitan volver a un estado de “normalidad” dando oportunidad para calmarse, recobrar el auto-control y la facultad de pensar. Es importante demostrar afecto y comprensión, hacerle saber al estudiante que todo está tranquilo y que es importante que podamos hablar de lo ocurrido para entender la situación, poder solucionarla y evitar que se repita.

- **Regresar a la normalidad:** Los estudiantes socialmente más conscientes pueden temer el daño que han hecho en su relación con el otro. Por tanto, es bueno intentar introducir al menos cierto grado de normalidad, orden y predictibilidad en la situación tan pronto como sea posible. Encontrar algo que pueda hacer, y por lo cual felicitarle, puede ser una buena práctica.
- **Realizar de nuevo lo solicitado** Si creemos que se utiliza la desregulación emocional para evitar hacer algo que se le pidió, y aunque no deseemos desencadenar otra situación de crisis, no debemos dar a entender que esta conducta funciona. Dependiendo de la situación, puede ser necesario volver a solicitar la actividad. Si se hace esto es necesario esperar hasta que el estudiante se haya calmado y llegar a algún tipo de compromiso, hacérselo más fácil y apoyarlo en nuestro requerimiento.
- **Hablar o representar de forma visual la situación:** En estudiantes con un buen nivel de comunicación puede ser útil hablar sobre lo ocurrido, esto puede proporcionarnos información acerca de cómo lo ha vivido, lo cual puede ayudar a prevenir que se repita en el futuro. Para ello es necesario: intentar evitar culpabilidad o pretender obtener promesas sobre futuras conductas, la conversación debe estar enfocada en los “hechos”, tal y como los vivió, intentando encontrar algo que haya realizado o intentado hacer correctamente, buscar algún detalle que pudiera haber hecho de forma diferente darlo a conocer, de forma de prevenir otras desregulaciones a futuro.
- **Hacerse cargo y responsabilizarse:** Hacer al estudiante consciente, de que todos los compañeros tienen el mismo derecho 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, estas acciones se deben realizar en un momento en que el estudiante haya vuelto totalmente a la calma, lo cual puede ser minutos, horas, o al día siguiente y de acuerdo a lo establecido en los procedimientos contenidos en el reglamento interno.

Se debe incluir en esta etapa, a los compañeros de curso, al profesor o a cualquier persona vinculada con los hechos. No sólo el estudiante que se desreguló emocionalmente necesita apoyo y ayuda, su entorno, quienes se transforman en espectadores silenciosos de estas situaciones, también requiere contención y reparación.

### Profesionales a cargo en el establecimiento

En la prevención de la desregulación emocional, todos los profesionales que interactúan con el estudiante deben estar alerta a las señales de irritación y frustración, interviniendo de manera temprana para evitar crisis. Esta responsabilidad es compartida por todos los involucrados, promoviendo un enfoque colaborativo y favoreciendo un abordaje efectivo. Para ofrecer un acompañamiento específico, se designarán dos personas, ya sea docentes o asistentes de la educación, para intervenir directamente en caso de desregulación emocional en sus diversas etapas. Se recomienda asignar estos roles considerando las características específicas de desarrollo de los estudiantes en diferentes niveles educativos para asegurar un abordaje adecuado.

Los profesionales a cargo frente al abordaje de una desregulación emocional deben cumplir con un rol de mediador y acompañamiento directo del estudiante durante todo el proceso. Idealmente debe tener un vínculo previo de confianza con el estudiante. Para tal efecto, es importante crear instancias para que el estudiante cree vínculos con ellos.

En la etapa inicial son los Head Teacher o los profesores presentes en ese momento quienes deben estar atentos a las señales y aplicar las estrategias mencionadas anteriormente. En caso de que la situación avance a la etapa de aumento, son las prefect quienes deben intervenir en colaboración con el profesional psychologist. Finalmente, en la etapa de descontrol, se debe incluir a un funcionario autorizado por el apoderado para realizar contención física si es necesario. Es fundamental seguir este protocolo escalonado para abordar la desregulación emocional de manera efectiva y segura para todos los involucrados

**División de Prefect:**

**PLAY GROUP a 5 TH Stephany Ordenes**

**6 TH A 8 TH Rosa Palma**

**9 TH A 12 TH Andrea Muñoz**

En la intervención directa frente a una desregulación emocional, se debe procurar que el profesional asignado al estudiante esté en conocimiento absoluto de este protocolo y tenga la capacitación previa que se facilitará desde la institución, para de ser necesario aplicar las estrategias descritas en el caso de una etapa de descontrol. Cuando la situación sea liderada por el profesional a cargo se sugiere reducir la intervención de terceros en medida de lo posible.

Se debe contar con un canal de comunicación expedito entre el estamento docentes, los asistentes de la educación, el equipo directivo y el profesional a cargo, para informar la etapa de desregulación en la que se encuentra el estudiante y si esta puede ser manejada por el establecimiento o deben llamar al apoderado para que asista al estudiante. (por WhatsApp o radios).

Es deseable, al finalizar, dejar registro de la intervención en Bitácora (Anexo 2 propuesta de bitácora) para evaluar la evolución en el tiempo de las estrategias aplicadas, para continuar o realizar cambios en la forma de abordar la desregulación emocional de cada estudiante.

Colaboración con la familia

Se deben generar intervenciones acordes a las necesidades de cada estudiante, por esto es relevante la información que nos entrega el apoderado y profesionales externos, esta información debe estar constantemente actualizada (abril) y en conocimiento de los profesionales a cargo del abordaje de la desregulación emocional en el establecimiento.

El apoderado debe estar informado y ser partícipe del protocolo a seguir, de las acciones, de los responsables del proceso y medios por los que será informado. Será necesario contar con la autorización de éste (Anexo 1).

## Cuadro resumen de abordaje de una desregulación emocional

### Prevención de una desregulación emocional.

- Reconocer señales de alerta del estudiante
- Reconocer señales de alerta del entorno
- Utilizar agendas, contrato conductual, economía de fichas o reforzadores.
- Redirigir a otro foco la atención
- Facilitar la comunicación
- Otorgar tiempo de descansos
- Reforzar en positivo
- Recordar reglas de aula

### Abordaje de una desregulación emocional.

- Mantener la calma
- Las palabras no ayudan
- Eliminar la probable causa
- Cambiar foco de interés
- Trasladar a espacio sensorial
- Otorgar tiempo de descanso

### Intervención posterior a una desregulación emocional.

- Regresar a la "normalidad"
- Realizar nuevamente lo solicitado
- Hablar o representar la situación
- Hacerse responsable de la situación
- Analizar las estrategias utilizadas

## ANEXOS

### 1- Bitácora de DEC:

<https://valparaiso.mineduc.cl/wp-content/uploads/sites/8/2021/01/BITACORA-DESREGULACION-EMOCIONAL-Y-CONDUCTUAL.pdf>

### 2- Cuestionario para padres y/o apoderados para prevenir una desregulación emocional en estudiantes con TEA

Por favor responda las preguntas de este cuestionario basándose en el comportamiento del estudiante en las diferentes situaciones planteadas.

Escribir la frecuencia de la conducta utilizando la siguiente escala:

**NUNCA (N):** la conducta nunca o casi nunca sucede o se observa

**OCASIONALMENTE (O):** la conducta se observa algunas veces

**FRECUENTEMENTE (F):** la conducta se observa la mayoría de las veces

**SIEMPRE (S):** la conducta siempre o casi siempre se observa

### Ámbito social

Juega cooperativamente con sus pares/ amigos/ compañeros	
Comparte sus cosas cuando se le pide	
Participa apropiadamente en actividades con sus amigos, en los juegos, en el parque.	

### Ámbito sensorial visual

Pareciera molestarle la luz, en especial las luces brillantes (pestañea, entrecierra los ojos, se queja, etc.)	
Expresa molestias en ambientes visuales inusuales, como una habitación brillante o colorida, o con luz muy tenue	
Disfruta mirando objetos girar o moverse más que a la mayoría de los niños de su edad	
Le molestan ciertos tipos de iluminación, como el sol de mediodía, luces intermitentes o fluorescentes, etc.	

### Ámbito sensorial táctil

Se aleja tras ser tocado ligeramente.	
Pareciera no percatarse de haber sido tocado.	
Se molesta o irrita tras sentir ropa nueva	
Se molesta cuando alguien lo toca	
Evita tocar o jugar con pintura para dedos, pegamento, arena, greda, barro, u otros materiales que ensucian.	
Tiene una tolerancia al dolor excepcionalmente alta.	
Pareciera disfrutar de sensaciones que deberían ser dolorosas, como caer bruscamente al suelo o chocar su cuerpo contra objetos.	

### Ámbito sensorial olfativo y gustativo

Le gusta degustar o probar elementos no comestibles, como pintura o pegamento.	
Hace arcadas con solo pensar en un alimento poco apetecible, como la espinaca cocida.	
Se perturba con olores que otros niños no notan.	
Le gusta oler elementos no comestibles o personas.	

### Ámbito esquema corporal

Muestra una marcada tendencia a buscar actividades como empujar, tirar, arrastrar, levantar, y saltar.	
Utiliza demasiada fuerza para la tarea, como tender a caminar pesadamente, pegar portazos, o presionar muy fuerte los lápices o crayones.	
Rompe las cosas por presionar o apretarlas muy fuerte.	
Pareciera tenerle miedo excesivo al movimiento, como subir y bajar escaleras, subir a los columpios, resbalines, u otros juegos en el parque.	

### Ámbito de planificación

Su desempeño en tareas diarias es inconsistente.	
No sabe bien cómo guardar materiales y objetos en sus lugares correspondientes.	
No logra completar tareas de múltiples pasos.	
Tiene dificultades para generar nuevas ideas durante el juego.	
Tiende a jugar los mismos juegos una y otra vez, en vez de intentar nuevas actividades cuando se le da la oportunidad.	

## **ANTE UNA CRISIS DE PÁNICO.**

a-En principio, si Ud. Se encuentra ante una persona con ataque de pánico, puede tener una actitud de contención, de seguridad y de tono verbal cálido y afectivo. Trate de serenar a la persona, de llevarle tranquilidad expresando que todo va a pasar, que no se va a morir, ni que tiene un infarto, etc.

b-Indíquelo a la primera persona que este a su alcance, monitores, profesores, estudiantes, auxiliares de aseo, etc. que informen a algún Directivo responsable de ciclo.

c-Intente tener un contacto corporal que sea lo más abarcativo posible y pruebe expresar con mimos las manifestaciones de contención afectiva, lo importante es que el que tiene un ataque de pánico, pueda "leer" adecuadamente y darse cuenta que no está solo, que hay alguien que lo ayuda. Debe salir de esa pésima lectura provocada por su equivocado estado de "alerta roja". Debe entrar en la realidad afectiva de quien lo contiene afectivamente en ese momento.

d-Otra de las actividades de quien ayuda, es intentar que regule la respiración y ofrecerle que respire en una bolsa de papel o algo semejante. Ofrézcale que se relaje con distintas técnicas de relajación muscular; esto lo llevará a serenarse.

e- Habrá que convencer que el pánico o que la crisis que está sufriendo dura un cierto tiempo y que pasará. También hay que acompañar al que sufre una crisis de pánico, en hacer lo que sienta hacer, siempre que no revista un peligro para su vida.

f-Si el ataque de pánico se desencadena estando circunstancialmente solo, no habrá posibilidad de ayuda; sin embargo, muy pocas veces aparece en soledad, como para qué no haya tiempo ni nadie que pueda acudir en su ayuda.

g-Quien elige cuidar a alguien con ataque de pánico, sacará de alrededor cuanta más gente pueda haber, y en especial los menores como asimismo a todos los que digan "COSAS INCORRECTAS" o se ponen a opinar como grandes conocedores de estas crisis de pánico.

h-El intento de quien ayuda es evitar que la persona quede fijada en su mundo aislado, solitario y angustiante y brindarle el cuidado -que no tuvo en otras épocas- necesario de la situación y nunca sobreprotegerlo, por cuanto esa actitud ahoga y es contraproducente.

i-Minimizar el síntoma de angustia pánica "no es" una conducta apropiada; produce el efecto paradójico. Llevar la contra, entrar en un juego verbal de "TU PUEDES", o recriminarle que está "actuando" es contraproducente.

j-Si la persona que ayuda no se siente capaz de hacerlo en la situación de angustia de pánico, es preferible que delegue en otros que puedan hacerlo. Si nada modifica y la persona no entra en serenidad, hay que pedir ayuda.

k-La persona que sufre ataque de pánico, una vez serenado/a, podrá comprender que dicha sintomatología se debe a trastornos biológicos del cerebro que se "disparan" por una excesiva alarma, por conflictos psicológicos relacionados con la falta de cuidado afectivo combinado con la sobreprotección, por la falta de libertad y por la presencia de una dependencia. Los conflictos sociales obligan a los pacientes con ataque de pánico, a perder la seguridad, la estabilidad y a enfrentarlos con un futuro incierto y temible, con la vivencia de pérdida, ya sea de la propia vida, del sentido de su existencia, de los seres queridos, de la actividad laboral, etc.

Al finalizar la crisis, el Director a cargo, según sea la gravedad, determinará avisar a los apoderados de lo ocurrido o solicitar que lo vengán a retirar para que el estudiante pueda recibir mayor contención junto a su familia y descansar aquel día de la crisis.

#### **SITUACIONES NO PREVISTAS**

**Las situaciones no previstas en este Protocolo serán resueltas a la buena voluntad y entendimiento de las partes involucradas en un ambiente de sana convivencia. En caso de no llegar a entendimiento se procederá, salvaguardando la normativa legal vigente.**

#### **CONSIDERACIONES FINALES**

- En todos aquellos aspectos no regulados por el presente protocolo, tratándose de las características del caso, se deberá verificar que orientaciones establece la Superintendencia de Educación al respecto, como medida para resolver de la mejor manera.

- Tratándose de los aspectos evaluativos y de aprendizaje, Head Studies, Head Discipline y Principal, estarán facultados para determinar la manera complementaria, protocolos y procedimientos evaluativos que signifique dar plenas garantías a estudiantes tanto víctimas como victimarios para que desarrollen de la manera más adecuada al caso su proceso de aprendizajes y se garantice además una justa evaluación.

- En el caso de aspectos conductuales, las facultades serán de Head Discipline y su departamento de convivencia escolar.

- Se debe dejar constancia escrita de los acuerdos y procedimientos realizados entre las partes.