



COLEGIO
SEMINARIO PONTIFICIO MENOR

Protocolos

**DESREGULACIÓN EMOCIONAL
y/o CONDUCTUAL**

2025



COLEGIO
SEMINARIO PONTIFICIO MENOR

PROTOCOLO DE DESREGULACIÓN EMOCIONAL y/o CONDUCTUAL

INTRODUCCIÓN

Este protocolo es una guía sobre cómo abordar las situaciones de desregulación emocional y/o conductual (DEC) de los y las estudiantes en contexto escolar. Cada caso es único y debe ser mirado en su particularidad.

ARTÍCULOS 1.- CONCEPTOS RECTORES

Regulación Emocional:

“Capacidad que nos permite gestionar nuestro propio estado emocional de forma adecuada” (Bisquerra, como se citó en Mineduc, 2022)

“Implica entender cómo nos sentimos, entender por qué nos sentimos así, poner en marcha herramientas que nos permitan expresar y gestionar lo que sentimos de forma adaptativa y orientada a nuestros objetivos personales” (Gross, J. J., & Thompson, R. A., como se citó en Mineduc, 2022)

Desregulación Emocional y Conductual:

Es “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”. (Mesa Regional Autismo, como se citó en Mineduc, 2022)

La desregulación emocional puede responder a la interacción de diversos elementos, que pueden ser fisiológicos, comportamentales y/o ambientales. (Cf. Mineduc, 2022)

Intervención en Crisis:

“La intervención en crisis es la estrategia que se aplica en el momento de una crisis y su objetivo es que la persona salga del estado de desregulación y recupere la funcionalidad para afrontar el evento a nivel emocional, conductual y racional.” (Mineduc, 2022)

ARTÍCULOS 2.- ELEMENTOS PREVENTIVOS

A.- Actualización de Registro de estudiantes y las situaciones socioemocionales

El Equipo de Psicólogas mantendrá actualizado el “registro de estudiantes con acompañamiento y/o seguimiento psicológico” (REAP) que se construye con los datos aportados de años anteriores y aquellos aportados por las familias nuevas a la comunidad educativa

Los apoderados deberán informar de posibles riesgos y/o condiciones psicológicas que avizora una eventual desregulación emocional en su hijo(a) Para ello se propiciará que en las primeras entrevistas realizadas por los Profesores Jefes se intencione conocer de posibles situaciones socioemocionales desconocidas para el colegio y sus especialistas y/o se actualice, a través de un informe, el acompañamiento de especialistas externos. Se considerará falta gravísima de parte de los apoderados, mantener desactualizada la información que permita la aplicación del presente protocolo.

B.- Reconocer señales previas a una DEC:

Los(as) profesores deberán considerar la información que se pueda compartir sobre la realidad de cada curso y ha de considerar los siguientes “indicadores emocionales”, que se dan con mayor intensidad de lo habitual, que permiten prever a una posible desregulación:

- Mayor inquietud, irritabilidad, ansiedad o desatención de lo habitual.
- Aislamiento o retraimiento.
- Factores personales y/o detonantes previamente informados. (a modo de ejemplo: Cambio de rutina familiar, duelo, conflictos en general, etc).
- Verbalización de no querer estar en la sala o en el colegio.
- No seguir las instrucciones dadas por el profesor reiteradamente.
- Actitud de oposición y desafío ante el profesor o personal del colegio.
- Malestar emocional subjetivo (solicitud expresa) que sea descrito por el /la estudiante que se encuentre en acompañamiento socioemocional.

C.- Señales externas a la jornada escolar:

Los(as) apoderados(as) deben informar todo evento que signifique un factor del ámbito personal o familiar del o la estudiante, que puedan predisponer a la desregulación, entre ellos podemos considerar:

- Alteraciones del sueño y/o la alimentación.
- Episodios de enfermedad del o la estudiante o personas cercanas.
- Cambios importantes en la estructura y/o rutina familiar.
- Desregulaciones antes de llegar al colegio.
- Inicio, cambio, suspensión y término de tratamiento farmacológico.
- Problemas psicosociales y ambientales que hayan estado presentes y que hayan afectado a la estabilidad emocional del estudiante y/o su familia.

D.- Señales internas a la jornada escolar que permitan evitar una desregulación

Los profesores jefes y equipos de apoyo conociendo el REAP y la planificación de actividades escolares, deberán enviar a las familias de los y las estudiantes que puedan desregularse, una comunicación por el medio más adecuado (correo electrónico o agenda escolar) solicitando la anticipación de las actividades que en un día específico pueda tener elementos que propician una desregulación. Para considerar la presente medida se considerarán como estímulos que pudieren gatillar desregulación emocional, los siguientes:

- Estímulos ambientales intensos y/o sostenidos.
- Cambios importantes de rutina escolar.

En caso de observar señales previas a la desregulación, el profesor o adulto a cargo del curso y/o estudiante, deberá considerar si el estudiante se encuentra en el REAP, caso en el cual podrá enviar al estudiante a una sala “espacio de la calma” contención para ser asistido por una psicóloga.

Si las señales observadas no coinciden con un estudiante incorporado en el REAP, el educador podrá intentar una conversación con el estudiante y evaluar la posible asistencia a una sala de contención

ARTÍCULOS 3.- ESTRATEGIAS GENERALES PARA MANEJAR UNA DESREGULACIÓN EMOCIONAL Y CONDUCTUAL (DEC)

Una DEC siempre desafía y repercute en las personas del entorno inmediato, en dicho contexto se recomienda considerar siempre las siguientes estrategias, que pueden ser útiles a la hora de acompañar a un o una estudiante, en el contexto de ausencia de una Psicóloga.

- Mantener la calma.
- Procurar una comunicación efectiva: Estableciendo contacto visual y escuchando activamente, sin emitir juicios.
- Utilizar una voz tranquila.
- Utilizar un lenguaje claro, preciso, conciso y ajustado a la edad de la persona que está siendo contenida.
- De ser necesario invitarle a salir del lugar donde se encuentra, evitando la exposición frente a su grupo de pares.
- Manejar el lenguaje corporal para transmitir serenidad.
- Dar espacio para que él o la estudiante dé a conocer lo que le pasa.
- Brindar un espacio donde exprese sus emociones y sentimientos
- Motivarlo/a a reconocer los factores que están influyendo en su malestar emocional
- Plantearle al o la estudiante preguntas directas sobre lo que le está molestando o lo que necesita, entendiendo la desregulación como una “forma de comunicar”.
- Permitir momentos de soledad o descanso si lo necesita, sin dejar de supervisar.
- Redirigir la atención hacia alguna actividad que le pueda parecer motivadora.
- Reforzar positivamente, sobre la base de sus intereses, la utilización de formas socialmente positivas de expresar necesidades.

Siempre se debe evitar:

- Amenazar con una sanción.
- Invalidar la emoción que exprese el estudiante, o buscar que la cambie de inmediato.
- Exponer la conducta del o la estudiante frente a otros estudiantes como una mala conducta.
- Intentar dar explicaciones extensas.
- Evitar contener físicamente sin consentimiento.
- Interpretar la desregulación sólo como una mala conducta.

ARTÍCULOS 4.- ACTIVACIÓN DE PROTOCOLO

La activación del protocolo de Desregulación Emocional y Conductual, se centra en proporcionar de manera inmediata ayuda al afectado(a) y la comunidad curso, buscando reducir el riesgo para los integrantes de la comunidad y el/ la estudiante afectada, evitando así la sobre exposición del estudiante que se encuentre en crisis emocional.

Desde la detección de una desregulación emocional y/o conductual, los pasos a seguir son los siguientes:

1. El adulto que se encuentre más cercano al o la estudiante, que puede ser la sala de clases o cualquier espacio de ambiente pedagógico, debe acercarse al o la estudiante con la finalidad de realizar una primera aproximación que permita contener y calmar su estado emocional. Para ello, se sugiere llevar o invitar al o la estudiante a un espacio seguro y tranquilo, resguardar su integridad física y psicológica, aquel espacio puede ser la sala de contención (espacio de la calma) o algún lugar fuera de la sala de clases.
2. En caso de que el o la estudiante se perciba en un estado de desregulación emocional intensa, será importante no desestimar sus emociones y considerar las estrategias contenidas en el artículo por parte del adulto responsable que se encuentra acompañándolo en la primera acogida.
3. Si posterior a la primera acogida no logra la estabilidad emocional, realizar la derivación a la psicóloga del ciclo que corresponda, quién otorgará la contención y profundizará en la situación que esté afectando al estudiante.
4. Luego de la primera contención y/o conversación con el/la psicólogo (a), se evalúa que el riesgo de un episodio similar se vuelva a presentar o si se mantiene muy afectado(a) e interferido(a) emocionalmente transcurridos más de un bloque de clases (45 minutos) o continúa presentando desregulación emocional, la psicóloga deberá solicitar ayuda para tomar contacto con los padres y apoderados del o la estudiante.
5. Los padres y apoderados serán informados de la activación del presente protocolo y tendrán la obligación de presentarse de manera inmediata, procurando que su llegada no exceda de una media hora.
6. Una vez en el colegio los Padres y Apoderados serán informados del episodio de desregulación emocional y/o conductual y se evaluará la necesidad de contactar al especialista externo o derivación considerando antecedentes anteriores que den cuenta de la necesidad de una evaluación profesional.
7. Si el o la estudiante tiene antecedentes anteriores a un mes donde haya presentado episodios de desregulación emocional y/o conductual se solicitará a los padres y apoderados una evaluación de urgencia de los especialistas que atienden al estudiante para que certifique que el estudiante se

encuentra en condiciones de reintegrarse a clases de manera regular y/o se requiere un plan específico de acompañamiento.

8. Si el o la estudiante no tiene antecedentes previos de desregulación emocional y/o conductual, a los padres y apoderados se les sugerirá una evaluación con el especialista idóneo que permita abordar y pesquisar el porqué del episodio vivido. Frente a esta situación y mientras se espera el certificado, informe o reporte correspondiente se considerarán las siguientes situaciones.
 - a.- Si el episodio se repite dentro de dos semanas lectivas se procederá, hasta contar con mencionado reporte o informe, con la aplicación de escuela domiciliaria para el o la estudiante, con el objetivo de mantenerse en espacio seguro y de contención familiar.
 - b.- Si el episodio no se repite dentro de un mes calendario lectivo, se entenderá que el episodio de desregulación emocional y/o conductual es aislado, pero igual se mantendrá la sugerencia de la evaluación de un especialista externo.
 - c.- La sugerencia de especialista externo será considerada pertinente y necesaria cuando el episodio de desregulación emocional y/o conductual, es aislado, pero se repite dentro de dos meses calendario lectivos. El no cumplimiento de la presente norma será considerada falta gravísima en la labor del apoderado
9. En caso de develar situaciones tipificadas en nuestro reglamento, el adulto tendrá la responsabilidad de activar el protocolo correspondiente a:
 - a) Protocolo de casos de abuso sexual infantil
 - b) Protocolo de actuación frente a situaciones de maltrato
 - c) Protocolo de ideación, planificación e intento suicida
 - d) Protocolo de actuación frente a situaciones de vulneración de derecho
 - e) Protocolo de prevención y actuación para abordar situaciones relacionadas al consumo y/o porte de drogas, alcohol y sustancias psicoactivas.

ARTÍCULOS 5.- ESPACIO DE LA CALMA

Objetivo: El espacio de la calma tiene como objetivo proporcionar a los estudiantes un lugar tranquilo y seguro donde puedan gestionar sus emociones, relajarse y recuperarse antes de regresar al aula, promoviendo un entorno escolar positivo y saludable.

El uso del espacio de la calma en el colegio es fundamental para garantizar que este recurso se utilice de manera efectiva y beneficiosa para los y las estudiantes. El espacio de la calma puede ayudar a establecer un ambiente escolar más comprensivo y apoyar a los estudiantes en el manejo de sus emociones.

En virtud de lo anterior se dispondrá de 3 Espacios de la Calma en las instalaciones del Colegio uno de ellos se encontrará en el Ciclo Inicial y los otros aledaños a la oficina de los equipos de Asistentes de Convivencia y Bienestar Socioemocional

ARTÍCULOS 6.- USO DEL ESPACIO DE LA CALMA

Cuando un estudiante permanece en uno de los Espacios de la Calma, deberá estar presente y atento a él uno de los siguientes adultos: asistentes, profesores jefes o de asignatura u otro miembro del equipo de apoyo; los anteriores en subrogación de la Psicóloga del Nivel correspondiente, que deberá prestar los primeros auxilios psicológicos.

- **Acceso al Espacio de la Calma:**
 - Los estudiantes pueden acceder al espacio de la calma con el permiso y supervisión de un adulto responsable (profesor, coordinador, director, etc.).
 - El acceso se concede cuando un estudiante está experimentando emociones intensas que interfieren con su capacidad para aprender o comportarse de manera adecuada.
 - Se podrá utilizar este espacio para procesos de conciliación siempre y cuando haya un adulto responsable que pueda mediar dicha situación.
- **Uso Respetuoso:**
 - Los estudiantes deben usar el espacio de la calma de manera respetuosa y tranquila.
 - Se les recuerda a los estudiantes que este espacio es para su bienestar y el de los demás, y no para actividades recreativas.
- **Duración del Uso:**
 - El tiempo que un estudiante puede pasar en el espacio de la calma será determinado por el adulto a cargo, pero generalmente se recomienda un período de 10 a 15 minutos.
- **Recursos Disponibles:**
 - Se pueden proporcionar recursos, como material para escribir, libros, o actividades de relajación, para ayudar a los estudiantes a gestionar sus emociones.
- **Cierre del Espacio de la Calma:**
 - Al finalizar su tiempo en el espacio de la calma, se motiva a los estudiantes a conversar con el adulto a cargo sobre cómo se sienten y cualquier necesidad adicional de apoyo que considere.