



COLEGIO
SEMINARIO PONTIFICIO MENOR

PROTOSCOLOS

**DESREGULACIÓN
EMOCIONAL Y/O
CONDUCTUAL**

2026

CONTENCIÓN EMOCIONAL Y CONDUCTUAL (DESREGULACIÓN EMOCIONAL / TEA)

Base legal: Circular N° 482 Supereduc · Decreto N° 83/2015 MINEDUC sobre Diversificación de la Enseñanza · Orientaciones para la inclusión de estudiantes con TEA

1. OBJETIVO

El presente protocolo es una guía sobre cómo abordar situaciones de desregulación emocional y/o conductual de estudiantes, especialmente aquellos/as con Trastorno del Espectro Autista (TEA), crisis conductuales u otras condiciones que requieran apoyo especializado, con el objetivo de garantizar su bienestar, seguridad y continuidad educativa.

2. SEÑALES DE DESREGULACIÓN EMOCIONAL

- Escalada de angustia: llanto intenso, gritos, expresiones de malestar extremo.
- Conductas de autolesión: golpear la cabeza, morderse, arañarse.
- Conductas agresivas hacia otros/as: golpear, empujar, morder.
- Conductas disruptivas intensas: destrozar materiales, salir del aula sin control.
- Bloqueo o mutismo extremo: el/la estudiante no puede comunicarse.
- Mayor inquietud motora.

3. PRINCIPIOS DE ACTUACIÓN

- Mantener la calma del adulto en todo momento.
- No gritar, No amenazar, No castigar en el momento de la crisis.
- Mantener un volumen adecuado al hablar, dando seguridad al estudiante, y evitando frases que aluden a consecuencias disciplinarias futuras.
- Hablar con voz tranquila, frases cortas y claras.
- Respetar el espacio personal del/la estudiante.
- No sujetar físicamente salvo en situaciones de riesgo inminente de daño grave para el estudiante en crisis u otra persona de la comunidad.
- Retirar a los/as demás estudiantes para reducir la estimulación.

Contención emocional inicial

Las orientaciones generales de los Primeros Auxilios Psicológicos (PAP)

Son útiles cuando las y los docentes o asistentes de la educación perciben que un estudiante atraviesa una crisis emocional. Los PAP son un conjunto de estrategias que permiten brindar una respuesta inmediata, segura y estructurada a una persona en tales casos. No buscan resolver el problema de fondo, sino reducir el impacto emocional del momento, garantizar un ambiente seguro y facilitar el acceso a ayuda profesional. A continuación, se presentan principios y acciones clave de los **Primeros Auxilios Psicológicos** que pueden resultar de utilidad como primera respuesta ante un caso de desregulación emocional durante el desarrollo de las actividades.

Principios claves de los primeros auxilios psicológicos (PAP)

1.Seguridad y Estabilidad

- ✓ Asegurar que el niño, niña o adolescente se encuentre en un espacio donde no se sienta expuesto ni en peligro.
- ✓ Evitar que la crisis ocurra en un lugar concurrido o donde otros párvulos o estudiantes puedan agravar la situación.
- ✓ Transmitir calma mediante una actitud serena y una postura corporal abierta y acogedora.

2.Escucha activa y validación emocional

- ✓ No interrumpir ni apresurarle cuando intenta expresar lo que siente.
- ✓ Validar su experiencia con frases como: “Es comprensible que te sientas así, estoy aquí para ayudarte”.
- ✓ No minimizar su emoción ni tratar de “buscar soluciones” de inmediato

3.Regulación emocional inicial

- ✓ Si el estudiante o párvulo está hiperventilando o demasiado agitado, guiarlo en ejercicios de respiración sencilla: “Vamos a respirar juntos. Inhala por la nariz contando hasta tres y exhala por la boca contando hasta tres”.
- ✓ Si no puede hablar, ofrecerle una acción sencilla para regularse, como beber agua o mover los dedos de las manos lentamente para recuperar la sensación de control.

4.Transición a un estado de mayor calma

- ✓ Una vez que muestra signos de mayor estabilidad, preguntarle qué necesita en ese momento.
- ✓ No apresurar a volver a sus actividades habituales si no se encuentra con disposición.

5. Facilitar la derivación al equipo psicosocial

- ✓ Comunicarle al niño, niña o adolescente que recibirá apoyo de una persona adulta capacitada para prestarle ayuda.
- ✓ Si se niega a ir solo o sola, ofrecer acompañamiento

4. PROTOCOLO DE ACTUACIÓN — FASES y RUTA DE COMUNICACIÓN

FASE	ACCIONES	Ruta de Comunicación RESPONSABLE
FASE 1 Detección y contención inicial	(a) Identificar las señales de desregulación. (b) Hablar en tono calmado y claro. (c) Reducir estímulos: bajar la voz, reducir actividad en el aula. (d) Si el/la estudiante puede salir del aula, trasladar a un espacio tranquilo designado. e) Intencionar cambiar el foco del estudiante.	a) Prof. a cargo b) Asistente de convivencia c) DAD/ psicoorientación
FASE 2 Escalada	(a) Solicitar apoyo del equipo de convivencia y/o psico-orientador/a de forma discreta. (b) Despejar el espacio para evitar daños a otros/as. (c) No confrontar al/la estudiante. (d) Ofrecer alternativas de regulación: espacio de calma, objeto de regulación sensorial si aplica.	a) convivencia educativa. b) psicoorientación c) DAD
FASE 3 Crisis activa	(a) Priorizar la seguridad de todos. (b) Sujeción física SOLO si hay riesgo inminente de daño grave a sí mismo/a o a otros/as, y solo el personal capacitado. (c) Llamar a los padres/apoderado. (d) Si el riesgo persiste, llamar al SAMU (131).	a) convivencia educativa b) Psico-orientación (llama a apoderados) c) DAD
FASE 4 Desescalada	(a) Espacio tranquilo, sin presionar al/la estudiante a hablar de inmediato. (b) Ofrecer agua u otros recursos de regulación. (c) Contactar al apoderado para informar la situación.	a) Psico-orientación b) DAD c) convivencia

FASE 5 Recuperación y seguimiento	(a) Entrevista con el/la estudiante cuando esté en condiciones. (b) Reunión con apoderado para análisis de la situación y plan de seguimiento. (c) Revisión del plan de apoyo individual si corresponde. (d) Registro en expediente de convivencia.	a)Psico-orientación b) DAD c) Prof. Jefe
--	---	---

¿Cuándo se requiere una derivación directa asistida al equipo psico-orientación?

Esta es necesaria cuando el niño, niña o adolescente requiere intervención profesional y no quiere o no puede asistir por sí mismo. Algunas situaciones incluyen:

- La edad (especialmente en educación parvularia y primer ciclo de enseñanza básica).
- Crisis emocionales intensas (llanto incontrolable, angustia severa, desregulación que no cede con apoyo inmediato).
- Expresión de pensamientos de desesperanza, como “no aguanto más” o “sería mejor si desapareciera”.
- Episodios de ansiedad o pánico con hiperventilación, temblores o sensación de ahogo.
- Conflictos graves entre pares que requieren intervención profesional.
- Situaciones de violencia escolar o vulneración de derechos que deben abordarse con el equipo psicosocial.
- Estados de mutismo o bloqueo emocional que impiden la interacción.

PASOS PARA LA DERIVACIÓN ACOMPAÑADA:

Paso 1: Establecer un primer vínculo de confianza	Antes de sugerir una derivación, es importante que la persona adulta haya generado una conexión inicial con el niño, niña o adolescente. En un momento de crisis, él o ella necesita sentir que no está siendo forzado a hablar, sino que hay un docente o integrante del equipo educativo que le acompaña y comprende. Ejemplo de una frase para generar confianza antes de derivar: <i>“No tienes que resolver esto solo/a. Hay personas en el colegio que pueden ayudarte con esto, y yo te puedo acompañar”.</i> Este paso es fundamental, ya que evita que el estudiante o párvulo perciba la derivación
--	--

	como un castigo o una imposición, sino como un apoyo disponible para su bienestar
Paso 2: Explicar el propósito de la derivación	El estudiante o párvulo debe entender por qué se le está derivando y qué puede esperar de la situación. La transparencia es clave para que no sienta engaño o desorientación. Se puede explicar de la siguiente manera: <i>“Vamos a hablar con el/la psico-orientadora. No es para que te reten ni para que te sientas mal, sino para encontrar en conjunto la mejor manera de ayudarte con esto”</i> . En este punto, es importante: · Evitar discursos impositivos como “Tienes que ir a psico-orientación”. · No minimizar lo que siente el estudiante, sino reconocer que merece apoyo. · Darle opciones cuando sea posible (“Podemos ir ahora o después de un rato, como prefieras”)
Paso 3: Acompañar	La diferencia clave entre una derivación asistida y una derivación tradicional es que el docente, educadora o asistente de la educación acompaña físicamente al niño, niña o adolescente al equipo psico-orientación. Si está en crisis o con angustia, no se le debe dejar solo o sola ni dejar que asista sin acompañamiento de una persona adulta, ya que puede resistirse a ir o sentirse aún con más inseguridad. <i>Ejemplo de intervención: “Voy a caminar contigo hasta la oficina de la psico-orientación. No tienes que hablar si no quieres, solo vamos juntos para que te sientas acompañado/a”</i> . En este punto, es importante: · Evitar que otros estudiantes observen la situación, protegiendo la privacidad del estudiante o párvulo. · Caminar a un ritmo calmado, sin apresurar al estudiante. · Hacerle saber que tiene control sobre la situación, permitiendo que se tome su tiempo
Paso 4: Realizar un traspaso adecuado	Una vez que el niño, niña o adolescente llega al equipo psico-orientación, es importante que la persona adulta haga un traspaso claro y breve de la situación para que el o la profesional pueda tomar la intervención de manera informada. <i>Ejemplo de traspaso adecuado: “Valentina tuvo una crisis emocional después de una discusión en clases. Estaba muy angustiada y dijo que estaba harta de todo. Hemos logrado que se calme un poco, pero sigue afectada y creo que necesita conversar contigo”</i> . Un buen traspaso debe: · Ser claro y objetivo, sin interpretaciones personales. · Respetar la privacidad del estudiante, sin exagerar ni dar información irrelevante. · Facilitar la continuidad de la intervención, sin minimizar lo ocurrido.
Paso 5: Hacer seguimiento	Después de la derivación, el rol de la persona adulta no termina. Es importante hacer un seguimiento del estudiante o párvulo en los días posteriores, sin invadir su privacidad ni obligarlo a hablar sobre lo ocurrido. <i>Ejemplo de una interacción de seguimiento: “Hola Valentina, me alegra verte de nuevo. ¿Cómo te has sentido estos días?”</i> Con este tipo de acercamiento, se logra que el niño, niña o adolescente sienta que el apoyo no fue solo un evento aislado, sino que hay personas adultas en el establecimiento que realmente se preocupan por su bienestar.

5. PLAN DE APOYO INDIVIDUALIZADO

Para estudiantes con diagnóstico de TEA u otras condiciones que generan desregulación conductual recurrente, el establecimiento elabora un Plan Integral Individual (PII) que incluye:

- Identificación de antecedentes que desencadenan la desregulación.
- Estrategias específicas de contención y regulación para ese/a estudiante.
- Espacio de calma designado y materiales de apoyo sensorial.
- Equipo responsable y roles de cada adulto ante una crisis.
- Coordinación con apoderados y especialistas externos (terapeuta ocupacional, fonoaudiólogo, psiquiatra, etc.).

6. 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 tres 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

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 psico-orientadora 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. 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 psico-orientadora del Nivel correspondiente, que deberá prestar los primeros auxilios psicológicos.

- **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.
- **Retiro del estudiante:** Si el estudiante, luego de los 15 minutos de contención, persiste en la desregulación desde el equipo de apoyo se llamará al padre, madre y/o apoderado para su retiro.