



## **PROTOCOLO DE DESREGULACIÓN EMOCIONAL y/o CONDUCTUAL**

VERSION 2024

### **INTRODUCCIÓN**

El siguiente protocolo tiene por objetivo contar con lineamientos para abordar situaciones de Contención Emocional de Alumnos en situaciones de desregulación emocional y/ o conductual en el GREENHILL COLLEGE de Punta Arenas. Se recuerda que cada niño, niña y adolescente es único, diferente, por ende será necesario evaluar cada situación de manera particular y adaptar el siguiente protocolo según su propia necesidad.

### **ARTÍCULO 1.- CONCEPTOS RECTORES**

#### **Regulación Emocional:**

La regulación emocional es el proceso mediante el cual las personas gestionan, modulan, y controlan sus emociones, con el fin de adaptarse a las demandas del día a día, cumplir metas y mantener un bienestar emocional. Implica controlar y gestionar cuando sentimos una emoción en un momento dado. Contempla la regulación de emociones tanto positivas como negativas. Por ejemplo, si nos sentimos extremadamente enojados, la regulación emocional permite reducir la intensidad de la rabia para evitar reacciones excesivas o desproporcionadas.

“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., 2007)

#### **Desregulación Conductual y Emocional:**

Reacción motora y emocional a uno o varios estímulos o situaciones desencadenantes, en donde el niño/a, adolescente o joven no logrará comprender su estado emocional ni logrará expresar sus emociones o sensaciones, presentando dificultades más allá de las esperadas 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; percibiéndose externamente por más de un observador como una situación de “descontrol” (Construcción colectiva mesa regional Autismo, mayo 2019).

## **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)

## **ARTÍCULO 2.- ELEMENTOS PREVENTIVOS**

### **A.- Actualización de Registro de alumnos y las situaciones socioemocionales**

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 informen de posibles situaciones socioemocionales desconocidas para el Colegio, los especialistas tratantes, el tratamiento y su evolución a través informes periódicos. 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 profesores deberán estar atentos a la información que puedan recoger en cada uno de los cursos, colocando especial atención en aquellos “indicadores emocionales” que perciban se están dando con mayor intensidad de lo habitual, y que permiten prever una posible desregulación en el alumno:

- 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.

### **C.- Señales externas a la jornada escolar:**

Los apoderados deben informar al Profesor Jefe correspondiente todo evento que signifique un factor del ámbito personal o familiar del alumno que puedan predisponerlo a la desregulación.

Entre ellos podemos considerar:

- Alteraciones del sueño y/o la alimentación.
- Episodios de enfermedad del o la estudiante o de personas cercanas a él o ella.
- 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.**

Si los profesores consideran que actividades o eventos específicos insertos en la jornada escolar pudiesen tener elementos que propiciaran una desregulación en el alumno, deberán requerir de los familiares de éstos, y por el medio más adecuado y expedito (correo electrónico, Whatsapp, etc) la información pertinente a fin de determinar y precaver un posible riesgo. 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 podrá enviar al estudiante a una “espacio de la calma o 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:

- 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 del alumno que está siendo contenido.
- 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 el alumno exprese sus emociones y sentimientos
- Motivar al alumno a reconocer los factores que están influyendo en su malestar emocional
- Plantearle al alumno 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 parecerle motivadora.
- Reforzar positivamente, sobre la base de sus intereses, la utilización de formas socialmente positivas de expresar necesidades.

Siempre se deberá evitar:

- Amenazar con una sanción.
- Invalidar la emoción que exprese el estudiante, o buscar que la cambie de inmediato.
- Exponer la conducta del alumno 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 DEL PROTOCOLO**

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

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

a.- El adulto que se encuentre más cercano al o la estudiante, que puede ser en la sala de clases o en cualquier espacio de ambiente pedagógico, debe acercarse al alumno con la finalidad de realizar una primera aproximación que permita contener y calmar su estado emocional. Para ello, se sugiere llevar al alumno a un espacio seguro y tranquilo para resguardar su integridad física y psicológica fuera de la sala de clases.

b.- En caso que el alumno este en un estado de desregulación emocional intensa, será importante no desestimar sus emociones y considerar las estrategias contenidas en el artículo anterior por parte del adulto responsable que se encuentre acompañándolo en la primera

acogida.

c.- Si posterior a la primera acogida no se logra la estabilidad emocional, derivar al estudiante a la Coordinación del ciclo que corresponda, quién otorgará la contención y profundizará en la situación que esté afectando al estudiante.

d.- Si luego de la primera contención y/o conversación se evalúa que el riesgo de un episodio similar se puede volver a presentar, o si se mantiene muy afectado(a) emocionalmente transcurrido ya más de un bloque de clases (45 minutos), o continúa presentando desregulación emocional, se deberá llamar a los padres y apoderados del alumno.

e.- 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.

f.- 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 a un especialista externo considerando antecedentes anteriores que den cuenta de la necesidad de una evaluación profesional. Lo anterior debido a que el GreenHill College no cuenta con PIE, como se les informo a los padres y apoderados al momento de matricular a sus respectivos alumnos.

g.- Si el alumno tiene antecedentes anteriores a un mes donde haya presentado episodios de desregulación emocional y/o conductual, se solicitará y/o sugerirá 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 o si requiere de un plan específico de acompañamiento.

h.- Si el alumno no tiene antecedentes previos de desregulación emocional y/o conductual, a los padres y apoderados se les podrá sugerir 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:

I.- Si el episodio se repite dentro de dos semanas lectivas se procederá, a exigir al apoderado que el alumno permanezca en casa con el objeto de mantenerlo en un espacio seguro y de contención familiar, hasta contar con el reporte de los especialistas.

II.- 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.

III.- 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.

#### **ARTÍCULOS 5.- ESPACIO DE LA CALMA O DE CONTENCIÓN**

El espacio de la calma o de contención 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.

Para el Colegio es fundamental garantizar que este recurso se utilice de manera efectiva y beneficiosa para los y las estudiantes. El espacio puede ayudar a establecer un ambiente escolar más comprensivo y apoyar a los alumnos en el manejo de sus emociones. En virtud de lo anterior se dispondrá de un Espacios de la Calma o de Contención en cada una de las sedes del Colegio.

#### **ARTÍCULOS 6.- USO DEL ESPACIO DE LA CALMA O CONTENCIÓN.**

Cuando un alumno permanece en el Espacio de la Calma o Contención, 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.

##### **Acceso al Espacio de la Calma:**

Los alumnos pueden acceder al espacio de la calma con el permiso y supervisión de un adulto responsable (profesor, coordinador académico)

El acceso se concede cuando un alumno está experimentando emociones intensas que interfieren con su capacidad cognitiva o con el 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 alumnos deben usar el Espacio de la Calma de manera respetuosa y tranquila. Se les recuerda a los alumnos que este espacio es para su propio bienestar y el de los demás, y no para actividades recreativas.

**Duración del Uso:**

El tiempo que un alumno 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 que ayuden a los alumnos a regular sus emociones.

**Cierre del Espacio de la Calma:**

Al finalizar su tiempo en el Espacio de la Calma, se motivará a los alumnos a conversar con el adulto a cargo sobre cómo se sienten y si requieren cualquier apoyo adicional.

