

ANEXO 8 A

PROTOCOLO DE SALUD MENTAL DESREGULACIÓN EMOCIONAL EN NIVELES DE EDUCACIÓN PARVULARIA, ENSEÑANZA BÁSICA Y MEDIA¹.

¹ En la redacción del presente Protocolo se considera como base el documento Protocolo de respuesta a situaciones de desregulación emocional y conductual de estudiantes en establecimientos educacionales, Mineduc Orientaciones Agosto 2022 disponible en <https://especial.mineduc.cl/wp-content/uploads/sites/31/2022/09/PROTOCOLO-DEC-2022.pdf>, lo establecido en la Ley 21.545 y Protocolo de Desregulación Emocional CORMUPA, 2022.

22 327 87 00

www.ism-santiago.cl

Juan Enrique Concha 273

Ñuñoa – Santiago



Búscanos como:
@ISMinforma



1. **Objetivos:**

- Establecer las estrategias, medidas de prevención y el abordaje de episodios de desregulación emocional en los estudiantes de educación parvularia, básica y media.
- Orientar a los Colaboradores del Colegio sobre el manejo de los episodios de desregulación emocional.
- Apoyar a aquellos estudiantes que requieran un plan de acompañamiento profesional para superar los episodios de desregulación conductual.

2. **Alcance del protocolo.**

Este protocolo se aplicará, según el caso concreto, toda vez que un estudiante del Colegio presente una situación de desregulación emocional que requiera de la intervención de un Colaborador del Establecimiento.

3. **Definiciones.**

En el contexto del presente Protocolo se usarán las siguientes definiciones y conceptos.

- a. **Emoción:** reacción psicofisiológica que se produce en la persona frente a ciertos estímulos provocados por un objeto, una persona, un lugar, un suceso o un recuerdo importante.
- b. **Regulación emocional:** Es la capacidad para manejar las emociones de forma apropiada (Bisquerra, 2018). Esto significa aceptar que los sentimientos y emociones a menudo deben ser regulados lo cual incluye: regulación de la impulsividad (ira, violencia, comportamientos de riesgo); tolerancia a la frustración para prevenir estados emocionales negativos (ira, estrés, ansiedad, depresión); perseverar en el logro de los objetivos a pesar de las dificultades; capacidad para diferir recompensas inmediatas a favor de otras más a largo plazo, pero de orden superior, etc.

Cuando el proceso conduce hacia la falta de gobierno de las emociones es que se está en presencia de la desregulación emocional.

- c. **Desregulación emocional escolar:** En el ámbito escolar es toda aquella situación en la que un estudiante presenta descontrol en su conducta que le interfiere o impide realizar sus actividades escolares con normalidad. Se puede manifestar a través de diversas conductas, que pueden ir desde un llanto intenso difícil de contener, hasta conductas de agresión hacia sí mismo y/u otros. En general son situaciones temporales que, a través de un buen abordaje, se logran superar.
- d. **Contención emocional** es un procedimiento que tiene como objetivo tranquilizar y estimular la confianza del niño o joven que se encuentra en la fase inicial de un episodio de desregulación emocional. Dependiendo de la edad, puede ser

realizada por la educadora o co educadora, docente, asistente de la educación, o adulto que se encuentre con el estudiante.

- e. **Contención ambiental:** Es un conjunto de acciones realizadas por profesionales capacitados para atender y proteger a una persona desregulada emocionalmente. Las acciones contemplan espacios adecuados, buena disposición de los adultos, control de estímulos visuales, auditivos y desplazamientos, lo que busca promover confianza y aminorar el episodio de desregulación emocional. La contención ambiental requiere de la activación del Protocolo de actuación frente a episodios de desregulación emocional.

4. **Estrategias de prevención de episodios de desregulación emocional.**

- a. El Colegio cuenta con un equipo de apoyo conformado por integrantes del área orientación, cuya gestión tiene, entre otros, el objetivo de apoyar el desarrollo socioemocional de los estudiantes, como también, generar planes de acompañamiento individual, en conjunto con el Equipo de Inclusión, a la luz de las necesidades de estudiantes a partir de sugerencias de especialistas externos.
- b. Programa de Orientación del Área.
- c. Trabajo con las familias a través de talleres en reuniones de apoderados, charlas temáticas, entrevistas de apoderados para abordar situaciones de manera preventiva y acordar planes de acción conjuntos.
- d. Plan de capacitación docente y de los asistentes de la educación en relación a la activación de los protocolos de actuación institucionales.
- e. Trabajo coordinado para abordar situaciones en el aula que permitan una buena convivencia y buena regulación de los estudiantes.

5. **Protocolo de actuación en caso de episodios de desregulación emocional.**

a. **Nivel educación parvularia².**

Los estudiantes de este nivel suelen presentar reacciones descontroladas y no planificadas de rabia y frustración que se expresan a través de llantos, gritos, tirarse al suelo, pegar, morder, y golpear/se.

Suelen ser reacciones normales para la edad. Lo que determina una señal de alerta es el frecuente descontrol temperamental, emocional, y la intensidad del descontrol.

² Podrá ser utilizado también en la totalidad de niveles del Ciclo Inicial.

Es importante considerar que en el nivel parvulario pueden aparecer situaciones de desregulación emocional durante la etapa de adaptación al contexto educativo, la cual puede variar en duración dependiendo de cada niño.

Importante señalar que se debe distinguir el origen de la no regulación conductual: descontrol de impulsos, problemas de habilidades parentales (falta de límites), etc. de manera de poder definir adecuadamente las acciones de apoyo.

Se utilizará el siguiente esquema de trabajo.

- **Estrategias anticipatorias.**

Anticipar posibles situaciones que la educadora reconozca como activadoras de episodios de estrés o irritación en el estudiante como el cambio de rutinas para estudiantes muy sensibles (por ejemplo, estudiante con diagnóstico de Trastorno del Espectro Autista), se recomienda avisarles con anticipación de manera de bajar la ansiedad. En el caso de peleas entre compañeros, se recomienda detenerla lo antes posible para evitar violencia.

Responsable: educadora en sala, asistente.

b. **Procedimiento de contención.**

- Contención conductual inicial durante el episodio de descontrol: Práctica de contención emocional cuyo foco es el mensaje de apoyo hacia el estudiante en el sentido de ayudarlo a manejar esta situación estresante.

Pasos:

- Ponerse a la altura visual del estudiante (incluso situarse por debajo del campo visual). Esto entrega un mensaje de ayuda y no de autoridad. Es también una forma de decir: “estoy situado desde tu mundo”.
- Dar un mensaje simple y claro de que “yo estoy aquí para ayudarte, y vamos a ver qué ocurrió y cómo lo resolvemos”.
- Ayudar a verbalizar lo que siente; ¿Qué sientes? ¿Dónde lo sientes?; veo que quizás estás enojado, ¿Por qué? Parafrasear lo que siente es una estrategia útil para que el estudiante vaya aprendiendo a diferenciar y distinguir sus emociones, ya que eso le ayuda a calmarse.
- Se recomienda usar el contacto afectivo prudente, si el estudiante lo permite.
- Acompañarlo hasta que se vaya calmando.

Responsable: Educadora en sala, integrante Equipo de apoyo

Plazo: Inmediato.

- c. **Retiro del estudiante de la sala.** Si las acciones iniciales de contención no están siendo efectivas o el estudiante se siente en un contexto estresante o peligroso, se debe dar aviso al Equipo de Apoyo que corresponda, quien lo acompañará a permanecer en un espacio protegido, permaneciendo con el estudiante hasta que se pueda regular y estar en condiciones de retomar sus actividades.

Si el estudiante no es capaz de retomar las actividades por el compromiso que le ha provocado el episodio, después de pasado 45 minutos, se contactará al apoderado para su retiro.

Responsable: Orientación y Coordinación de Ciclo

Plazo: 45 minutos.

- d. **Contención al resto del curso.**

Si el episodio fue presenciado por el resto de los estudiantes del curso, la educadora deberá realizar acciones de apoyo y/o contención y regulación emocional del grupo para prevenir situaciones de crisis en otros estudiantes.

Responsable: Educadora de Párvulos y/o Profesor de Asignatura.

Plazo: Dentro de la jornada en que se verifica el episodio.

- e. **Activación del Protocolo de Accidente Escolar.**

Si del episodio hay personas lesionadas, se debe activar Protocolo de Accidente Escolar.

Responsable: Encargada de Primeros Auxilios.

Plazo: De inmediato.

Si el estudiante debe retirarse del Colegio, se deja registro en el Registro de Salida.

f. **Información a las familias.**

La Coordinación de Ciclo o a quien delegue deberá informar a las familias, el mismo día, por mail, y teléfono si procede, acerca del episodio de desregulación y las acciones realizadas pudiendo solicitarse el retiro del estudiante.

Frente a la reiteración de situaciones la Coordinación de Ciclo citará a los apoderados a fin de elaborar un plan de trabajo conjunto con equipo de apoyo cuyo objetivo es fortalecer el autocontrol del párvulo.

Responsable: Coordinación de Ciclo.

Plazo: Dentro de la jornada en que se verifica el episodio.

Durante las primeras horas, en caso de requerirse el retiro del estudiante.

g. **Diálogo formativo post episodio (mismo día o al día siguiente)** (Lecannelier, 2016).

Objetivo: entregar herramientas al estudiante para el manejo emocional en situaciones estresantes, de un modo respetuoso para él y otros. Se asocian a la enseñanza de valores tales como la paciencia, el buen trato, el reconocimiento de las consecuencias de los propios actos, la autorregulación y estrategias de calma.

Luego del episodio de desregulación emocional, se debe conversar con el estudiante cuando esté calmado, siguiendo estos pasos (profesor en la sala):

- Recordar el episodio estresante de un modo simple y concreto, permitiendo que verbalice lo que pasó, cómo se sintió y lo que se hizo para resolver la situación, todo de un modo acorde a la etapa etaria en la cual se encuentra el estudiante.
- Exponer los efectos de su reacción, sin culpabilizar, pero sí con objetividad en cuanto a los resultados: “Le pegaste a tu compañero y eso no está bien. Puedes estar enojado y sentir rabia, pero no corresponde que te hagas daño a ti mismo y/o a los demás. ¿Te parece que busquemos juntos una mejor manera para resolverlo?”
- Llegar a un acuerdo de cambio y a una reparación si procede como solución alternativa para el futuro: se llega a un compromiso sobre qué se puede hacer si vuelve a pasar algo similar, o cómo anticipar el evento. Es importante comprender que, en niños en esta etapa del desarrollo, las soluciones serán muy específicas y concretas.

- Finalmente dar un refuerzo positivo reconociendo (si corresponde) el esfuerzo está haciendo.

Responsable: Educadora de Párvulo

Plazo: mismo día o siguiente al episodio. Si el estudiante permanece algunos días sin asistir al Colegio, tan pronto retome su asistencia.

h. **Registro:**

De todo lo realizado, tanto en el proceso de contención como en relación a los acuerdos con los apoderados, se dejará registro escrito en la carpeta del estudiante y en su hoja de vida.

i. **Seguimiento:**

La educadora realizará, dentro de las semanas siguientes al episodio, el seguimiento del plan de acción y las estrategias en sala.

Si estas acciones no dan el resultado esperado, se podrá sugerir la derivación externa para la solicitud de un diagnóstico u orientaciones de abordaje de las situaciones de desregulación.

Para este efecto la educadora deberá citar al apoderado, en conjunto con la orientadora del curso.

La educadora o profesor jefe citará al apoderado para informarle esta situación.

Responsable: Educadora de párvulos y Orientadora del curso.

Plazo: 1 mes desde la activación del Protocolo.

j. **Cierre del Protocolo.**

Transcurrido el plazo señalado en la letra i y habiendo un cambio positivo en la autorregulación del estudiante, sin nuevos episodios relevantes, la Encargada de Convivencia Escolar cerrará el protocolo.

Se citará a los padres para informarles del cierre.

Responsable: Encargado de Convivencia Escolar

k. **Monitoreo post protocolo.**

La educadora de párvulos del estudiante monitorea su progreso e informará, si fuese necesario, los cambios al psicólogo o encargado de convivencia escolar.

Plazo: 1-2 meses desde el cierre del Protocolo; según necesidad.

l. **Situaciones especiales de desregulación emocional en el nivel parvulario:**

Episodios frecuentes:

- a. En caso de que los episodios de desregulación emocional sean repetitivos (más de un episodio semanal) o de alto impacto respecto de un estudiante sin diagnóstico previo y que afecten el normal desarrollo de las actividades y su participación, será necesario que las educadoras contacten y citen a los padres y/o apoderados para informar la situación y entregar herramientas para prevenir, intervenir y reforzar el autocontrol desde el hogar, siguiendo las orientaciones de lo que se hace en el Colegio.
- b. En caso de tratarse de un estudiante que esté en tratamiento, se solicitará al apoderado el certificado de evaluación del especialista o se establecerá contacto con el equipo tratante previa autorización del apoderado a fin de conocer las causas o motivos de salud que pueden estar gatillando estos episodios, acordar un plan de trabajo conjunto, según las necesidades específicas del estudiante y mantener la comunicación frecuente sobre los avances del tratamiento.

Episodios de desregulación emocional en educación básica y media.

La desregulación emocional se manifiesta de diferentes maneras. Frente a una situación estresante, algunos estudiantes reaccionan de manera instantánea, fuerte, impulsiva y sin que exista un escalamiento hacia la desregulación emocional. Sin embargo, se ha planteado que la desregulación emocional generalmente ocurre en etapas o fases que pueden tener distinta duración y requieren de distintas intervenciones (OAR, 2005³). Estas etapas son: escalamiento, desregulación emocional y recuperación.

Para abordar las situaciones de desregulación emocional en este ciclo se adoptarán las siguientes acciones:

³ OAR (2005). Un viaje por la vida a través del autismo. Guía del Síndrome de Asperger para educadores.

a. **Contención inicial en el aula.**

Previo a la desregulación emocional el estudiante puede presentar cambios específicos de comportamiento que pueden parecer insignificantes, tales como morderse las uñas, tensar los músculos, u otro modo de mostrar incomodidad. Durante esta etapa es indispensable que un adulto intervenga inmediatamente, conteniendo emocionalmente, sin convertirse en parte del conflicto.

Intervenciones efectivas durante esta etapa incluyen:

- Agacharse a nivel del estudiante
- Utilizar lenguaje simple y claro
- Preguntarle: ¿te pasa algo?, ¿te puedo ayudar?, ¿ha pasado algo con alguien?, ¿Puedo ayudarte a resolver el problema?
- Ofrecerle la realización de una actividad alternativa. A modo de ejemplo, se le puede decir: ¿te parece que para que te distraigas realicemos algo que te ayude a volver a la calma? puede ser, por ejemplo, pintar mándalas, estar solo un rato (con la supervisión de un adulto), escuchar música, conversar caminando, entre otras.
- Controlar la proximidad a los demás.

Todas estas estrategias pueden ser efectivas en prevenir el episodio de desregulación emocional, y pueden ayudar a que el estudiante recupere el control con una mínima ayuda de un adulto. Si se logra la calma y el estudiante permanece en el aula, el objetivo está logrado.

Responsable: profesor en sala.

Activación: tan pronto se presenten los primeros síntomas o actitudes en el estudiante.

- b. **Desregulación.** Tanto si el episodio de desregulación emocional se presenta de modo inesperado, como si la conducta presentada en la fase de contención inicial no se desactiva con la contención emocional en el aula, es posible que el estudiante pierda las inhibiciones y actúe impulsiva, emocional y a veces explosivamente. Estas conductas pueden ser expresadas, por ejemplo, gritando, mordiendo, golpeando, pateando, destruyendo cosas o haciéndose daño.

Si esto sucede, se debe asegurar su integridad física y la de sus compañeros con el fin de evitar lesiones por pateaduras, golpes de sillas, mesas, etc. e informar a Coordinación de Ciclo y Encargada de Convivencia para que se active el protocolo.

c. Protocolo frente a un episodio de desregulación emocional en educación básica y media.

1. Reporte de la situación de desregulación.

El adulto que se encuentre a cargo del estudiante que presente un episodio de desregulación emocional, o el adulto que lo presencie, deberá comunicar la situación a Coordinación de Ciclo y Orientación, responsable de la activación del protocolo. Éste, dependiendo el caso, realizará la contención personalmente, en apoyo al profesor en sala, o recurrirá a un adulto significativo para el estudiante para que brinde apoyo, en caso que se necesite, en la sala de clases. Si las acciones de contención no surten efecto o es evidente que se necesita retirarlo de la sala de clases, se procederá a la contención en un lugar seguro.

Responsable: Profesor en sala.

Plazo: de inmediato.

2. Contención fuera de la sala de clases.

En caso que se necesite, se deberá retirar al estudiante de la sala de clases, por el Equipo de apoyo manteniendo siempre el resguardo de la seguridad e integridad del estudiante. Se debe mantener una actitud de calma y trato cercano durante el tiempo que persista la desregulación emocional. La prioridad es su seguridad, los compañeros y los adultos, así como la protección de la infraestructura escolar. Lo importante es ayudar a que el estudiante recupere la calma.

Se llevará al estudiante a un lugar seguro, donde se realizarán algunas de las siguientes intervenciones a fin de lograr la calma en el estudiante.

- Utilizar métodos de persuasión y convencimiento con el fin de lograr tranquilidad y aceptación de la ayuda que se le ofrece.
- Ofrecer apoyo verbal para disminuir la ansiedad, hostilidad e impulsividad. Para ello será conveniente:
 - Escuchar atentamente, dejando que se exprese antes de responderle
 - Expresar apoyo y comprensión
 - No juzgar, ni hacer sentir culpable
 - Utilizar un tono de voz calmado

- No desestimar sus sentimientos

Responsable: Encargada de Convivencia Escolar.

Plazo: de inmediato.

3. En caso de episodios de violencia.

Si el estudiante se auto agrede, presenta una conducta violenta, o pone en peligro a cualquier miembro del Colegio y/o su infraestructura, se seguirá la siguiente secuencia:

- Evacuar a los estudiantes que se encuentren en la sala o cercanos al lugar del episodio.
- Mantener al estudiante lejos de cualquier objeto que ponga en riesgo su integridad física.
- Un adulto debe mantenerse cerca, evitando el contacto físico, a menos que sea necesaria la contención física para resguardarlo de hacerse daño a sí mismo y/o a los demás.
- Evaluar activación de Protocolo de violencia escolar (Anexo 6) o Protocolo frente a un intento de suicidio y, en caso de lesiones (Anexo 8 b), el Protocolo de Accidente Escolar (Anexo 4)⁴.

Responsable: Encargado de Convivencia Escolar.

4. Una vez superado el episodio de desregulación emocional, cuando el estudiante está calmado y dispuesto a escuchar o hablar, se evaluará su permanencia en el Colegio y, en caso de necesidad, se llamará al apoderado para que lo retire.

Si se procede al retiro se debe dejar registro en el Registro de Salida.

La Encargada de Convivencia Escolar manifestará nuevamente su disposición para reflexionar y hacer un plan para evitar nuevos episodios.

En caso que el estudiante se quede en el Colegio, la Encargada de Convivencia Escolar o quien delegue lo ayudarán a reincorporarse a las actividades de su curso, siendo flexible en los tiempos.

Responsable: Encargado de Convivencia Escolar.

⁴ Todos incluidos en este Reglamento como documentos anexos.

5. **Estudiante retorna a la sala de clases (mismo día una vez superado el episodio de desregulación).**

Si el episodio de desregulación emocional fue presenciado por sus compañeros de curso, se recomienda que al momento en que regrese al aula, se realice una breve actividad grupal que permita el restablecimiento general de la rutina. Se recomiendan ejercicios de respiración, relajación muscular, movimientos corporales siguiendo una música suave, etc.

6. **Información al Apoderado.** La Encargada de Convivencia Escolar o miembro del Equipo se contactará telefónicamente al apoderado a quien se citará para entregar los antecedentes de la situación, hacer el retiro del estudiante y/o dar a conocer las medidas disciplinarias y/o medidas pedagógicas, disciplinarias y/o de apoyo.

La Encargada de Convivencia Escolar o miembro del Equipo deberá evacuar un informe de atención que será archivado en la carpeta del estudiante.

Plazo: dentro del mismo día o 24 horas del episodio.

Responsable: Docente en Sala o Equipo de Apoyo.

7. **Seguimiento, derivación y plan de acompañamiento.**

a. **El seguimiento** estará a cargo de Coordinación de Ciclo quien realizará inicialmente la derivación interna del estudiante y la activación de un plan de acompañamiento psicoeducativo.

b. **De la derivación:** Se sugiere revisar los antecedentes médicos con los que cuenta el Colegio en relación a la salud mental del estudiante. Esta revisión debiera ser realizada por Orientador a fin de determinar si existe la necesidad de realizar derivación a la red local.

Si el estudiante tiene antecedentes médicos, diagnóstico psiquiátrico o psicológico e indicación farmacológica o terapéutica, y ha suspendido su tratamiento, se recomienda solicitar al apoderado que, al momento de reincorporar al estudiante al Colegio, cuente con las atenciones regularizadas, propiciando su estabilidad emocional. En caso de no ser así, se recomienda que el equipo de convivencia y/o de Formación acompañe el proceso de atención.

c. **Plan de Acompañamiento.** Una estrategia complementaria a la atención externa de Salud Mental, es la elaboración de un plan psicoeducativo de

apoyo al estudiante cuyo objetivo sea brindar el apoyo académico y emocional para el logro del autocontrol emocional.

El plan debe ser elaborado en conjunto con Equipo de Apoyo de Ciclo y la familia.

Plazo: dentro de los 5 días hábiles siguientes al episodio.

Responsable: Equipo de Apoyo de Ciclo.

- d. **Información a la comunidad.** Dependiendo del impacto del suceso en la comunidad escolar se sugiere informar a los docentes, asistentes de la educación, estudiantes y/o padres y apoderados del curso al cual pertenece el estudiante, respecto a lo acontecido y medidas adoptadas. En la medida de lo posible, se debe resguardar la identidad del estudiante.

En caso de que el estudiante cuente con un diagnóstico clínico (por ejemplo, trastorno psicológico o del neurodesarrollo), se recomienda realizar una breve charla informativa respecto a éste, y cómo se asocia al episodio de desregulación emocional ocurrido con la finalidad de evitar prejuicios en la comunidad educativa y generar empatía.

Para lo anterior, se recomienda solicitar autorización de la familia del estudiante y utilizar el espacio que brindan los Consejos de Profesores, Reuniones de Apoderados, etc.

- e. **Informe de cierre.** Una vez finalizado el protocolo de desregulación emocional y una vez que se ha activado el Plan de Acompañamiento, la Encargada de Convivencia Escolar emitirá un informe sobre las acciones realizadas y se entregará a la Dirección. Para lo anterior, es relevante que se mantenga registro de todos los pasos seguidos desde que se reporta un caso de desregulación emocional, o se toma conocimiento de éste, y las medidas adoptadas.

Se citará a los padres para informarles del cierre.

Plazo: 1 mes desde que ocurre el episodio.

Responsable: Encargado de Convivencia Escolar.

- f. **Monitoreo post protocolo.** El Profesor Jefe del estudiante monitoreará su progreso e informará, los cambios al Encargado de Convivencia Escolar.

Plazo: 1-2 meses desde el cierre del Protocolo

- g. **Registro.** De las actuaciones que se realicen en el presente Protocolo se dejará registro escrito en hoja de entrevistas y en la hoja de vida del estudiante.

En las entrevistas que se lleven a cabo con las familias se deberá registrar día, motivo de la citación, acuerdos, y firma de los participantes.