

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

### **CONCEPTOS**

En el marco de este documento, se entenderá por Desregulación Emocional y Conductual (DEC): 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 auto regularse 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”. (Construcción colectiva Mesa Regional Autismo, región de Valparaíso, mayo 2019)

La desregulación emocional puede aparecer en distintos grados y no se considera un diagnóstico en sí, sino una característica que puede subyacer a distintas condiciones en la persona. En la literatura científica, se relaciona principalmente con comportamiento de tipo disruptivo y de menor control de los impulsos (Cole et al., 1994; Eisenberg et al., 1996; Shields & Cicchetti, 2001)<sup>1</sup>.

Por su parte, la regulación emocional es aquella capacidad que nos permite gestionar nuestro propio estado emocional de forma adecuada. Supone tomar conciencia de la relación entre emoción, cognición y comportamiento; tener buenas estrategias de enfrentamiento; capacidad para autogenerarse emociones positivas, entre otros (Bisquerra, 2003)<sup>2</sup>. Es decir, 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)<sup>3</sup>. Estar bien regulado emocionalmente es un indicador de buen pronóstico, además de ser protector de una serie de alteraciones. La regulación emocional predispone a la persona a aprender, esforzarse y a participar (Llorente, 2018)<sup>4</sup>.

### **Intervención y contención:**

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 trastorno y recupere la funcionalidad para afrontar el evento a nivel emocional, conductual y racional. Es “una ayuda breve e inmediata de apoyo a la persona para restablecer su estabilidad personal a nivel emocional, físico, cognitivo y conductual (social)” (Osorio, 2017, pp.6)<sup>7</sup>.

La contención emocional es un conjunto de procedimientos básicos que tienen como objetivo tranquilizar y estimular la confianza de una persona que se encuentra afectada por una fuerte crisis emocional. La idea es poder establecer un diálogo que permita disminuir la angustia. Dependiendo de la situación pudiera requerirse una acción física (abrazar, sujetar) en pos de evitar una acción riesgosa para él y los demás.

Es primordial que los adultos responsables de cumplir esta tarea sean personas preparadas, que posean las competencias y la formación suficiente para abordar el apoyo a estudiantes en situación de crisis; esto es, que sepan mantener la calma, ajustar su nivel de lenguaje y comunicarse de manera clara, precisa, concisa, sin largos discursos; con voz tranquila, una actitud que transmita serenidad (comunicación no verbal), ya que, de lo contrario, existe el riesgo de que la intervención pueda agravar los hechos o consecuencias para el propio NNAJ y para su entorno inmediato. En el caso de estudiantes que se encuentren en tratamiento anterior con especialistas externos al establecimiento educacional (tratamiento psicoterapéutico y/o con psicofármacos, por ejemplo), es importante que los profesionales encargados, tengan a disposición la información e indicaciones relevantes del médico, u otro profesional tratante, ante la eventualidad de un episodio de DEC y que el/ la estudiante necesite el traslado a un servicio de urgencia y dicha información sea requerida. Se debe subrayar que el manejo y uso de esta información por parte de los encargados en el establecimiento educacional siempre debe contar con el acuerdo (consentimiento) previo de la familia, asegurando la confidencialidad que amerita cada caso. Asimismo, es fundamental que, con antelación, se haya establecido, y registrado donde corresponda, al adulto responsable de la familia, tutor legal o persona significativa con quien comunicarse ante dicha situación.

En el momento de crisis, se brinda una ayuda breve e inmediata de apoyo y rescate a la persona para restablecer su estabilidad emocional y facilitarle las condiciones de un continuo equilibrio personal.

**Equipo de respuesta para la contención:** Grupo de funcionarios del establecimiento, previamente definido, que mantiene conocimiento del protocolo de intervención en crisis. Los cuales son:

- Dirección
- Encargado convivencia escolar
- Equipo de Apoyo a Convivencia Escolar
- Profesor jefe o docentes

**Pasos frente a una crisis:**

1. El docente o inspector que presencia la situación, dará aviso a Dirección o Encargado de Convivencia Escolar. Si el episodio ocurre en la sala de clases, el docente a cargo deberá avisar a través de un estudiante al adulto que se encuentre más cercano para solicitarle ayuda presencial. Luego entre ambos se debe definir quien se hace cargo del curso y quien puede contener el episodio. Si la situación reviste peligro hacia los demás, se debe solicitar al curso que abandone la sala o el estudiante implicado deberá retirarse del espacio físico.
2. El docente, dirección, Apoyo a C. Escolar o Encargado de Convivencia Escolar intentará detener la situación facilitando un diálogo con el alumno en situación de crisis.
3. Si la intervención es efectiva, se procederá a llevar al estudiante a la oficina general para aplicarle el reglamento y/o protocolos.
4. Si la intervención no es efectiva, se procederá a citar a apoderados para dar constancia de la activación del protocolo de las medidas aplicadas desde el reglamento del establecimiento, lo cual debe quedar registrado en el libro de clases y firmado por el apoderado.
5. Si el desborde ocurre en el patio (recreo, salida al baño, clase de Educación Física) el adulto que esté más cercano deberá avisar con alguien esta situación sin abandonar el lugar, para ayudar a contener al estudiante que se encuentra en crisis.
6. Si la situación se desencadena en alguna actividad fuera del colegio el adulto a cargo deberá tratar de contener la situación, solicitando ayuda a otro par, decidiendo si el estudiante está en condiciones de continuar participando en la actividad o se debe solicitar al apoderado retirarlo del lugar.

**En todas estas situaciones es importante considerar:**

- Contactar al apoderado para informar sobre lo ocurrido y sobre el procedimiento efectuado por el colegio, además de decidir si el estudiante se retirará o no del Establecimiento.
- Registrar y describir lo sucedido por escrito en hoja de entrevista del estudiante y en el libro.
- Luego del episodio, coordinar acciones que ayuden a abordar y evitar que estos hechos se repitan y realizar seguimiento emocional del estudiante.