



COLEGIO AMANECER
SAN CARLOS

San Pedro de la Paz

PROTOCOLO DE RESPUESTA A SITUACIONES DE DESREGULACIÓN EMOCIONAL Y CONDUCTUAL DE ESTUDIANTES 2025



TODOS SOMOS COMUNIDAD

**Colegio Amanecer San Carlos
Corporación Educacional Amanecer**

ANEXO N°22.1: PROTOCOLO DE RESPUESTA A SITUACIONES DE DESREGULACIÓN EMOCIONAL Y CONDUCTUAL DE ESTUDIANTES.

GENERALIDADES
1. Se considerará por Desregulación Emocional y Conductual, a la reacción motora y emocional a uno o varios estímulos o situaciones desencadenantes, en donde el niño, niña, adolescente o joven, 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” 2. La intervención en crisis tiene como objetivo que la persona salga del estado de trastorno y recupere la funcionalidad para afrontar el evento a nivel emocional, conductual y racional.
I. PREVENCIÓN DE UNA DESREGULACIÓN EMOCIONAL Y CONDUCTUAL
1) Conocer a los y las estudiantes, de modo de identificar quienes por sus características y/o circunstancias personales y del contexto son más vulnerables a presentar episodios de DEC. a) Estudiantes con condición del espectro autista, suelen ser ritualistas y tendientes a la inflexibilidad e invarianza, propensos a presentar hipersensibilidad a nivel sensorial, acompañado de estados de ansiedad. También presentan deficiencias persistentes en la comunicación social y la interacción social en diversos contextos. Estos elementos, principalmente la tendencia a la ansiedad, por lo general, son los que están a la base de una desregulación o su intensificación frente a determinados contextos y situaciones. Es posible observar, previo a una desregulación, el aumento de conductas como movimientos estereotipados, expresiones de incomodidad o disgusto, agitación de la respiración, aumento en el tono de voz o lenguaje grosero. b) NNAJ severamente maltratados y/o vulnerados en sus derechos, podrían mostrar dificultad en el contacto visual, tendencia a aislarse, entre otras manifestaciones, generando la posibilidad de desregulación a partir de la cercanía física, sonidos, olores, imágenes que evoquen recuerdos de las situaciones traumáticas y que le generen gran malestar emocional. c) Estudiantes con abstinencia al alcohol, luego de un consumo intenso y prolongado, podrían presentar inicialmente ansiedad, sudoración, sensación de sueño. d) Estudiantes que presentan trastornos destructivos del control de impulsos y la conducta. e) Estudiantes con trastornos de déficit atencional con hiperactividad/impulsividad, pueden tender a sentirse frustrados con mayor facilidad, ser emocionalmente explosivos y demostrar menor atención a las claves visuales. Así también, ser propensos a una menor regulación emocional, mayor expresión de las emociones, especialmente en el caso de la ira y la agresividad, dificultades para enfrentar la frustración, menos empatía y menor activación ante la estimulación. 2) Reconocer señales previas y actuar de acuerdo con ellas. Poner atención a la presencia de “indicadores emocionales” como tensión, ansiedad, temor, ira, frustración, entre otros. Reconocer, cuando sea posible, las señales iniciales que manifiestan NNAJ, previas a que se desencadene una desregulación emocional. Poner especial atención si muestra una mayor inquietud, signos de irritabilidad, ansiedad o desatención que lo habitual; se aísla o retrae; observar el lenguaje corporal. Los signos y señales específicas de alarma que preceden una eventual DEC pueden variar de una persona a otra, y en función de cada entorno escolar. 3) Reconocer los elementos del entorno que habitualmente preceden a la desregulación emocional y conductual. a) Entorno físico - Entornos con sobrecarga de estímulos (luces intensas, ruidos fuertes, colores fuertes e intensos, exceso de materiales o decoraciones). Si no se pueden controlar, permitir usar elementos que minimicen los estímulos como tapones, auriculares, gafas, entre otros. - Reducir incertidumbre anticipando la actividad y lo que se espera que la persona pueda hacer en esa actividad; si existen cambios, infórmeles. - Ajustar el nivel de exigencias considerando no solo el nivel de competencias del estudiante en la tarea, sino también el estado de regulación emocional, tanto negativo como positivo en el que se encuentra en el momento. - Equilibrar diariamente tareas más demandantes con otras menos exigentes. Los estudiantes con TEA, ya tienen una demanda respecto al entorno inherente a su condición, que les resulta estresante. - Programar previamente momentos de relajación y descanso. - Favorecer la práctica de ejercicio físico. b) Entorno social - Ajustar el lenguaje. Aprender a estar en silencio y en calma en momentos en que el NNAJ presenta

- altos niveles de ansiedad.
- Mantener una actitud tranquila
 - Reconocer momentos en que el NNAJ está preparado para aprender. No se puede enseñar en momentos de desregulación.
 - No juzgar ni atribuir automáticamente mala intención.
 - Dar tiempo al NNAJ para que dé a conocer lo que le pasa. En los momentos de mayor estrés lo primero que se pierde es la capacidad para expresarse. Es preferible que no haya demandas lingüísticas en ese momento y se deje para más tarde.
 - Aceptar y reconocer sus sentimientos. No hay sentimientos malos, lo que puede estar mal son las conductas asociadas. No negar lo que sienten.
 - Respetar los momentos de soledad, porque les ayudan a relajarse. Tratar de asegurar ambientes amigables (sin elementos que puedan dañar su integridad)
- 4) **Redirigir automáticamente al estudiante hacia otro foco de atención.** Enfocar al estudiante en otras actividades que sean de fácil acceso en el momento. Ejemplo: que reparta los libros, distribuir materiales, monitorear alguna actividad, con el computador u otros apoyos tecnológicos.
 - 5) **Facilitarles la comunicación, ayudando a que se exprese de una manera diferente a la utilizada durante la desregulación emocional y conductual.** Dirigir las preguntas “¿Hay algo que te esté molestando? ¿hay algo que quieras hacer ahora? Si me lo cuentas, en conjunto podemos buscar la manera en que te sientas mejor” Las preguntas y la forma en cómo hacerlas deben estar adaptadas a la edad y condición del estudiante, sin presionarlo. Interpretar la conducta de desregulación como una forma de comunicarse y/o de adaptación.
 - 6) **Otorgar a los estudiantes con riesgo de desregulación (cuando sea pertinente) tiempos de descanso.** Intencionar que puedan ir al baño o fuera del aula. Estas pausas, tras las cuales debe volver a finalizar la actividad, deben estar previamente establecidas y acordadas con cada NNAJ y su familia.
 - 7) **Utilizar refuerzo conductual positivo frente a conductas aprendidas con apoyos iniciales, que son adaptativas y alternativas a la desregulación emocional y conductual.** Para definir el refuerzo, se deben considerar los intereses, cosas favoritas, hobbies, objetos de apego. Es necesario reforzar inmediatamente después de ocurrida la conducta, de lo contrario podría estarse reforzando otra.
 - 8) **Enseñar estrategias de autorregulación.** Enseñar a identificar los primeros signos de ansiedad u otros estados emocionales y cómo abordarlos mediante objetos o situaciones que les agraden o relajen (no que lo excite y/o divierta) mediante ejercicios de relajación, respiración o estrategias sensoriomotor (pintar, escuchar música, saltar, pasear). Cuando es el pensamiento el que genera ansiedad, se puede enseñar a modificar el pensamiento negativo a través de imágenes de momentos en que se ha sentido feliz.
 - 9) **Diseñar con anterioridad reglas del aula.** Incluir formas de actuar en momentos de incomodidad, frustración y/o angustia, utilizando, si se requiere, apoyos visuales u otros pertinentes. Estipular previamente cómo el NNAJ hará saber de esto a su docente, ejemplo, tarjetas de alerta.