

PROTOCOLO DE ACTUACIÓN

PROTOCOLO DE ACCIÓN FRENTE A DESREGULACIONES EMOCIONALES EN SENIOR

Versión	Revisado junio 2026
Responsable de coordinación	Dirección / Convivencia Educativa
Aplicación	Todos los ciclos y niveles del establecimiento
Fecha de revisión	Enero 2027

En primer lugar es fundamental comprender a qué nos referimos con Desregulación Emocional.

*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 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”.*

(Construcción colectiva Mesa Regional Autismo, región de Valparaíso, mayo 2019)

En el punto III., se detallará con mayor profundidad las disposiciones teóricas de donde está inspirado este protocolo.

I. OBJETIVOS:

Permitir un desarrollo más fluido de las clases de todas las asignaturas, por medio de la protocolización de situaciones de desregulación emocional en clases.

Definir los pasos a seguir frente a situaciones de desregulación emocional de adolescentes en clases y que permitan un desarrollo más fluido de cada asignatura.

Entregar un marco de funcionamiento, socializado con profesores de infant, junior y senior, padres y estudiantes con historial de DE, de manera que todos los involucrados y afectados sepan qué hacer de manera eficiente y efectiva.

ENFOQUE PREVENTIVO:

1. Conocer a los estudiantes, de modo de identificar a quienes, por sus características y/o circunstancias personales y del contexto, pueden ser más vulnerables a presentar episodios de DEC. Por ejemplo:

Reconocer señales previas y actuar de acuerdo con ellas.

Existen algunas señales iniciales que se podrían presentar previo a un episodio de desregulación. Estas señales pueden variar en cada alumno, es ahí la importancia de conocer y generar un vínculo con cada uno de nuestros estudiantes. En el caso de los alumnos(as) del espectro autista, se suelen evidenciar algunas conductas ritualistas, mayor irritabilidad, inflexibilidad y en algunos casos mayor reacción a estímulos sensoriales que pueden incrementar los niveles de ansiedad, movimientos estereotipados, aumento de la voz, de la respiración y respuesta inadecuada al contexto (por ejemplo decir groserías).

Señales observables	Acciones sugeridas
Cambios emocionales: irritabilidad, ansiedad, frustración, llanto o tensión evidente.	Acercarse discretamente, utilizar un tono de voz tranquilo, validar la emoción y ofrecer apoyo sin exigir explicaciones inmediatas.
Cambios conductuales: inquietud motora, aumento de movimientos repetitivos, levantarse constantemente o dificultad para permanecer en la actividad.	Permitir pausas breves de movimiento, ofrecer alternativas de participación y facilitar estrategias de autorregulación previamente acordadas.
Cambios comunicativos: respuestas breves, silencio inusual, dificultad para expresar necesidades o aumento del volumen de voz.	Utilizar instrucciones breves y concretas, disminuir las preguntas y ofrecer alternativas de comunicación verbal o escrita.
Señales de sobrecarga sensorial: cubrirse los oídos, incomodidad ante ruidos, luces, aglomeraciones o contacto físico.	Reducir estímulos ambientales cuando sea posible, permitir el uso de apoyos sensoriales y facilitar el acceso a un espacio de menor estimulación.
Dificultades frente a cambios o demandas: resistencia ante modificaciones de rutina, evaluaciones, transiciones o instrucciones complejas.	Anticipar cambios, explicar las actividades paso a paso, flexibilizar temporalmente las demandas y ofrecer opciones acotadas.
Conductas de evitación o aislamiento: retraimiento, solicitud reiterada de salir de la sala o negativa a participar.	Indagar discretamente sobre posibles factores de malestar, ofrecer una pausa acompañada cuando corresponda y coordinar apoyo con el adulto de referencia.

2.- Reconocer los elementos del entorno que habitualmente preceden a la desregulación emocional y conductual.

Reconocer señales previas y actuar de acuerdo con ellas. Se recomienda poner atención a la presencia de “indicadores emocionales” (tensión, ansiedad, temor, ira, frustración, entre otros) y reconocer, cuando sea posible, las señales iniciales que manifiestan NNAJ, previas a que se desencadene una desregulación emocional. *(ver guía de apoyo docente: orientaciones para el manejo preventivo de las DEC en el aula)*

Uno de los factores externos al aula comúnmente asociado a desregulación emocional y conductual son los trastornos del sueño, por lo mismo la importancia de la comunicación con la familia para detectarlo, prevenir las conductas no deseadas en aula y planificar los apoyos.

Debido a que cada caso es único, las acciones se definen de manera personalizada, la familia y equipo de especialistas cumplen un rol fundamental en el abordaje de todas las acciones descritas en este protocolo.

II. LINEAMIENTOS, ROLES Y PASOS A SEGUIR:

Frente a situaciones de desregulación por parte de alumnos de senior, se propone lo siguiente:

II. LINEAMIENTOS, ROLES Y PROCEDIMIENTOS DE ACTUACIÓN

A. Procedimiento ante la necesidad de salir de la sala durante una clase sin evaluación

Cuando un estudiante manifieste la necesidad de salir de la sala debido a dificultades en su regulación emocional, o cuando el docente identifique señales que hagan necesario ofrecer un espacio de regulación, se deberá proceder de la siguiente manera:

1. Identificación de la necesidad de apoyo

El docente deberá acoger la solicitud del estudiante, procurando identificar brevemente su necesidad y evaluar si es posible implementar alguna estrategia de regulación dentro del aula.

La intervención debe realizarse de manera discreta, utilizando un tono de voz tranquilo y evitando cuestionamientos, confrontaciones o advertencias que puedan incrementar su malestar.

Cuando el estudiante requiera salir de la sala, se facilitará esta medida, resguardando su bienestar emocional y procurando la continuidad de su proceso educativo.

2. Activación del equipo de apoyo

El/la profesor(a) deberá informar oportunamente al equipo PDE a través del canal de comunicación establecido (WhatsApp institucional), solicitando acompañamiento para el estudiante.

Activación: Profesor/a señala en el grupo:

_____ naranjo sala de música

VERDE: El estudiante presenta señales tempranas de malestar, inquietud, frustración o ansiedad, pero mantiene capacidad para comunicarse y responder a estrategias de regulación.

Actuación: el docente implementa apoyos preventivos dentro del aula, ofrece pausas breves y flexibiliza las demandas cuando corresponda. No necesariamente requiere activar al equipo PDE.

NARANJO: Aumento de la desregulación y necesidad de acompañamiento

El estudiante presenta mayor intensidad emocional, dificultades para responder a las estrategias iniciales o necesidad de retirarse temporalmente del aula.

Actuación: se activa al equipo PDE, que evalúa la necesidad de acompañamiento en un espacio de regulación, implementa estrategias de co-regulación y determina las condiciones para el retorno a clases.

ROJO: Desregulación de alta intensidad o situación de riesgo

El estudiante presenta una desregulación intensa, con dificultades significativas para recuperar la calma y/o conductas que pueden comprometer su seguridad o la de terceros.

Actuación: se activa inmediatamente el equipo PDE y el procedimiento institucional de crisis, priorizando la seguridad, el acompañamiento especializado y la comunicación con la familia según corresponda.

El equipo de apoyo estará conformado por:

- Miss Pilar Lazo, Psicopedagoga.
- Mister Benjamín González, Psicólogo.
- Miss Natalia Roa, Coordinación.
- Miss María José García, Directora.
- Tutora, en aquellos casos que corresponda.

Se coordinará la intervención de uno de los profesionales disponibles, considerando las características del estudiante, sus necesidades de apoyo y los acuerdos establecidos previamente.

Mientras se gestiona el acompañamiento, el docente deberá procurar que el estudiante permanezca en condiciones de tranquilidad y seguridad. Si su estado emocional requiere una intervención inmediata, se priorizará la activación de los apoyos correspondientes, evitando esperas que puedan intensificar la desregulación.

3. Acompañamiento en un espacio de regulación

El estudiante será acompañado a un espacio previamente definido, como la oficina de Senior, la oficina de Dirección u otro lugar que reúna condiciones adecuadas de tranquilidad, privacidad y baja estimulación.

Durante los primeros minutos, se favorecerá un ambiente que facilite la recuperación de la calma, evitando preguntas reiteradas o exigencias de verbalización.

El adulto responsable deberá mantener una actitud de acompañamiento y supervisión, respetando las necesidades individuales del estudiante y ofreciendo las estrategias de regulación que resulten pertinentes.

Como referencia, se podrá considerar un período inicial de 5 a 10 minutos, ajustable según la evolución y las necesidades del estudiante.

4. Contención emocional y evaluación de necesidades

Una vez que el estudiante presente mayor disposición para comunicarse, el profesional responsable podrá establecer un diálogo breve, orientado a:

- Identificar los factores que pudieron generar o incrementar el malestar.
- Reconocer las necesidades de apoyo del estudiante.
- Evaluar las estrategias de regulación utilizadas y su efectividad.
- Determinar las condiciones necesarias para favorecer su reincorporación a las actividades escolares.

Este espacio de conversación deberá desarrollarse respetando el estado emocional y la disposición del estudiante, evitando insistir en explicaciones cuando aún no se encuentre en condiciones de entregarlas.

La duración del acompañamiento será flexible y dependerá de la evolución del estudiante, procurando favorecer su reincorporación a la jornada escolar tan pronto como existan condiciones adecuadas para ello.

5. Evaluación de la reincorporación a clases

Finalizada la intervención inicial, el profesional responsable evaluará las condiciones del estudiante para retomar sus actividades académicas, considerando los siguientes escenarios:

a) El estudiante logra regularse y se encuentra en condiciones de regresar a clases.

Se favorecerá su reincorporación al aula, procurando que esta se realice de manera tranquila y sin exposición frente a sus compañeros.

Cuando corresponda, el profesional que realizó el acompañamiento podrá coordinar con el docente las condiciones de retorno, considerando ajustes transitorios en las actividades o exigencias académicas.

b) El estudiante presenta una disminución del malestar, pero requiere mayor tiempo o acompañamiento antes de regresar.

Se evaluará la necesidad de extender el espacio de regulación, implementar estrategias adicionales o establecer una reincorporación gradual a las actividades escolares.

En estos casos, se podrá coordinar el apoyo de su profesor jefe, psicólogo, psicopedagoga u otro adulto significativo, según las necesidades identificadas.

La permanencia fuera del aula deberá responder a una necesidad de apoyo debidamente evaluada y no constituir una medida de exclusión de las actividades escolares.

c) El estudiante mantiene dificultades significativas de regulación y no se encuentra en condiciones de reincorporarse.

Se deberá mantener el acompañamiento y evaluar la necesidad de activar medidas adicionales, de acuerdo con la intensidad de la desregulación y los lineamientos establecidos en el protocolo institucional.

El equipo responsable determinará las acciones pertinentes, considerando:

- La seguridad y bienestar del estudiante y de quienes lo rodean.
- La necesidad de intervención de otros profesionales del establecimiento.
- La comunicación con sus apoderados.
- La pertinencia de coordinar apoyos externos, cuando corresponda.
- Excepcionalmente, la posibilidad de un retiro anticipado, cuando existan razones fundadas relacionadas con el bienestar o la seguridad del estudiante y se hayan evaluado las alternativas de apoyo disponibles.

En caso de que existan evaluaciones programadas durante la jornada, se deberá informar a Coordinación Académica y al equipo de Inclusión, cuando corresponda, para determinar las medidas de flexibilización o reprogramación pertinentes, de acuerdo con el Reglamento de Evaluación y las necesidades del estudiante.

6. Registro y comunicación de la situación

Una vez finalizada la intervención, el profesional responsable deberá informar al equipo PDE el cierre de la situación y las medidas adoptadas, utilizando los canales institucionales establecidos.

Asimismo, deberá registrar en Kimche los antecedentes relevantes, considerando:

- Contexto en que se presentó la situación.
- Señales observadas y posibles factores desencadenantes.
- Estrategias de apoyo implementadas.
- Respuesta del estudiante a la intervención.
- Medidas adoptadas y acuerdos de seguimiento, cuando corresponda.

El registro deberá realizarse utilizando un lenguaje descriptivo, objetivo y respetuoso, resguardando la confidencialidad de la información personal y sensible del estudiante.

7. Seguimiento y articulación con la familia

Cuando la situación lo amerite, el equipo PDE coordinará acciones de seguimiento con el profesor jefe, la familia y los profesionales correspondientes, con el propósito de revisar las estrategias implementadas y fortalecer las medidas preventivas.

Las disposiciones de este procedimiento deberán ser conocidas por el equipo docente de Senior y comunicadas a los estudiantes y sus apoderados, según corresponda.

B. Procedimiento ante la necesidad de salir de la sala durante una evaluación

Cuando un estudiante manifieste dificultades de regulación emocional durante una evaluación, o presente señales que puedan interferir significativamente en su bienestar y desempeño, se deberá priorizar la contención y el acompañamiento, evitando que la continuidad de la evaluación incremente su malestar.

1. Identificación y activación de apoyos

El docente deberá evaluar inicialmente la situación y, cuando corresponda, solicitar apoyo al equipo PDE, siguiendo el procedimiento descrito en el apartado A.

La necesidad de regulación emocional deberá ser atendida independientemente de que el estudiante cuente o no con un plan de adecuaciones curriculares o pertenezca al programa de Inclusión.

2. Evaluación de alternativas para la continuidad de la evaluación

Una vez que el estudiante se encuentre en condiciones de retomar sus actividades, se evaluarán las alternativas disponibles, considerando sus necesidades individuales, los apoyos previamente establecidos y las disposiciones del Reglamento de Evaluación.

Entre las medidas posibles se podrán considerar:

- Continuar la evaluación en la sala, incorporando los apoyos necesarios.
- Realizar una pausa y retomar la evaluación posteriormente.
- Continuar la evaluación en un espacio alternativo, previamente coordinado.
- Reprogramar la evaluación cuando las condiciones emocionales del estudiante no permitan su realización.

Estas medidas deberán ser coordinadas con el docente de asignatura y Coordinación Académica, considerando la participación del equipo de Inclusión cuando corresponda.

3. Estudiantes con adecuaciones previamente establecidas

En el caso de estudiantes que cuenten con adecuaciones de acceso, evaluaciones en espacios alternativos u otras medidas individualizadas, se deberán considerar los acuerdos establecidos en sus respectivos planes de acompañamiento.

Cuando se requiera realizar una evaluación en el Aula de Recursos, la medida deberá ser coordinada previamente con Miss Pilar Lazo, encargada de Inclusión, quien informará al docente y a los profesionales correspondientes.

Los estudiantes con adecuaciones se registrarán, como criterio general, por el calendario de evaluaciones de su curso, sin perjuicio de las flexibilizaciones o reprogramaciones que resulten necesarias y se encuentren debidamente fundamentadas.

4. Registro y seguimiento

Cuando la situación implique una modificación en las condiciones de aplicación de la evaluación, se deberá dejar registro de la medida adoptada y comunicarla a los profesionales correspondientes.

En caso de episodios recurrentes, el equipo PDE, junto con Coordinación Académica, evaluará la necesidad de establecer o ajustar medidas preventivas y apoyos individualizados.

III. MARCO TEÓRICO.

Autorregulación ¿Que es y como se logra?

La autorregulación emocional es considerada un proceso complejo que se encuentra enmarcado dentro de la inteligencia emocional (IE), y es la capacidad de las personas de procesar la información emocional ligada a eventos estresantes de forma funcional y positiva a través de habilidades de percepción, comprensión y regulación de estas emociones (Rey et ál., 2018). Se intenta minimizar la intensidad, duración y/o frecuencia de reacciones físicas o pensamientos que se pueden desencadenar por sus emociones (Miguel de Priego, 2014).

Se hace referencia desde la autorregulación a la inteligencia emocional en los procesos y habilidades implicados en el autoconocimiento, es decir, en el reconocimiento, comprensión y control de estados emocionales, pensamientos y rasgos personales, así como de la propia identidad con las que cuentan los individuos, y de la comprensión de las emociones de otros. Asimismo, **es una habilidad que permite que el individuo se desarrolle en diversos ámbitos a lo largo de su vida, siendo un predictor del éxito social y de la adaptación social, así como del éxito académico y profesional, la cual se adquiere a través del aprendizaje y la práctica.** (Sarani et ál., 2020).

En la autorregulación emocional se ven involucradas diversas estrategias y habilidades para la gestión de las emociones, las expresiones y las experiencias, de manera que sean lo suficientemente flexibles y tolerables, entre estas se encuentran la conciencia, la aceptación emocional, la capacidad para controlar comportamientos impulsivos y el control de las emociones. Por otro lado, en cuanto a los individuos que poseen una mayor desregulación emocional, es más probable que presenten conductas agresivas e impulsivas y conductas de riesgo (Sani et ál., 2017) y, por ende, mayores dificultades para aceptar las respuestas emocionales, para mantener comportamientos dirigidos a una meta y en el control emocional, así como una falta de conciencia y claridad emocional (Guzmán-González et ál., 2014).

La autorregulación emocional presenta procesos automáticos, a través de los cuales las personas pueden intensificar, modificar o controlar sus respuestas emocionales para de esta forma lograr un objetivo deseado. Gross y Thompson (2007) en su modelo de proceso de regulación emocional, mencionan que las personas pueden regular sus emociones antes o después de la respuesta

emocional, en las que cada respuesta tendrá su propia consecuencia. En cuanto a lo anterior, se plantean dos formas de respuestas emocionales, la primera es la reevaluación cognitiva, la cual es una respuesta centrada en los antecedentes, implicando la reinterpretación cognitiva de las situaciones, permitiendo alterar o reducir el impacto que tendrá dicha respuesta. La segunda respuesta corresponde a la supresión expresiva, orientada a modular las respuestas emocionales después de que ocurra una primera respuesta, las cuales en ocasiones permiten modular o inhibir comportamientos agresivos (Gross, 2015). Asimismo, Lazarus (1991) hace mención de la existencia de dos tipos de respuesta emocional, la respuesta emocional primaria y la respuesta emocional secundaria. La respuesta emocional primaria corresponde a la respuesta inmediata y no regulada de las personas ante eventos emocionalmente importantes. La respuesta emocional secundaria corresponde a la capacidad de regulación de las personas de la respuesta primaria, es decir, a la respuesta primaria le sigue una respuesta secundaria en la cual influye la regulación de las emociones. Lo que buscan las personas a través de la regulación de las emociones es reorientar sus respuestas emocionales espontáneas, ya que estas pueden ser tanto adaptativas como desadaptativas.

La autorregulación emocional comienza a desarrollarse a una edad temprana y va evolucionando a través del desarrollo de la persona. Es así como en diversas etapas del ciclo vital se pueden tener diferentes formas de modular las emociones. Asimismo, se ha considerado que el periodo en donde se producen grandes cambios es entre los 12 y 18 años, debido a que es un periodo del desarrollo en el que se experimentan una gran diversidad de emociones producto de que en esta etapa se da la búsqueda de la propia identidad. Este proceso se ve influenciado por la motivación, las emociones, factores socioculturales o del contexto social en el cual se encuentre inmerso el adolescente. Es así como en este periodo, aunque las emociones sociales ya estén presentes, su frecuencia e intensidad aumentan debido a la elevada importancia que se le da a la opinión de otros hacia la propia imagen (Figueroa, 2009). Es aquí en donde entra en juego la autorregulación emocional, la cual le permite a los adolescentes responder de manera adaptativa ante diversas situaciones.