

INTRODUCCIÓN

Entendemos la regulación emocional como el proceso que permite modular, controlar o extinguir una emoción para alcanzar un objetivo o responder en forma adaptativa a las exigencias del ambiente. Cuando un niño, niña o adolescente no logra regular sus emociones en forma adecuada, las emociones interfieren en el logro de metas, en las relaciones con sus pares y en su adaptación al contexto (Cardemil, 2015).

La desregulación emocional se puede reflejar en un amplio espectro de conductas, dependiendo de la etapa del ciclo vital, que pueden ir desde un llanto intenso difícil de contener, hasta conductas de agresión hacia sí mismo y/u otros. En este espectro pueden encontrarse manifestaciones como: correr por la sala mientras otros trabajan, esconderse en algún lugar de la sala, salir de la sala sin autorización, gritos sin estímulo provocador aparente, apegarse físicamente a un adulto en un contexto que no corresponde, aislarse de los otros, llanto descontrolado, agredir física o verbalmente a sus pares o adultos, o diagnóstico de Trastorno de pánico o crisis de angustia (según DSM -V o CIE-10) entre otros. Entendiendo que las distintas expresiones pueden indicar diferencias en la gravedad y riesgos a la que se enfrenta el o la estudiante.

El presente protocolo aplica también la atención a estudiantes con Necesidades Educativas Especiales e incluye las necesidades tanto de carácter transitorio como permanentes.

OBJETIVO

Proporcionar guías detalladas a la comunidad educativa, centradas tanto en la prevención como en la intervención directa, ante episodios de desregulación emocional y conductual (DEC) en estudiantes o cualquier otro integrante del entorno escolar. Este enfoque busca prevenir posibles daños físicos o emocionales que estas situaciones puedan causar tanto a la persona afectada como a otros miembros de la comunidad educativa. En cada instancia de este proceso, se enfatizará la importancia de incluir a la familia y adaptar las estrategias al contexto específico y las necesidades individuales de cada caso, garantizando así un abordaje comprensivo y eficaz.

CONSIDERACIONES GENERALES

Espectro Autista Las personas diagnosticadas con Trastorno del Espectro Autista (TEA) se caracterizan por exhibir variaciones o divergencias respecto al neurodesarrollo convencional, evidenciándose principalmente en retos considerables relacionados con el inicio, la reciprocidad y el sostenimiento de interacciones y comunicaciones sociales en distintos contextos. Además, pueden presentar comportamientos, actividades e intereses que son restrictivos, repetitivos o singulares. La amplitud y severidad de estas dificultades en comunicación social y patrones de comportamiento son heterogéneas y específicas a cada individuo. Cuando estas particularidades conducen a un impacto funcional significativo en ámbitos vitales como el familiar, social, educativo, laboral, entre otros, y se ven exacerbadas por barreras ambientales, se consideran como una discapacidad. Esto se debe a que limitan o impiden la participación plena y efectiva de la persona en la sociedad, en pie de igualdad con otras personas sin TEA. Reconocer y abordar estas barreras, así como adaptar el entorno para facilitar la inclusión y participación activa de las personas con TEA, es fundamental para asegurar su bienestar y desarrollo integral.

Desregulación Emocional y Conductual (DEC): 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 lo esperado 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).

Características de la desregulación emocional y conductual: La desregulación emocional y conductual se refiere a dificultades en la gestión de emociones y comportamientos que no constituyen un diagnóstico clínico propio, pero pueden manifestarse en diversos niveles de intensidad. Esta condición puede estar asociada o presentarse concurrentemente con una variedad de trastornos, tales como el Trastorno del Espectro Autista, Trastornos de Ansiedad, o el Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad, entre otros. Frecuentemente, la desregulación emocional y conductual es desencadenada por estímulos estresantes tanto del entorno físico como social, afectando en mayor medida a niños, niñas y jóvenes que poseen una sensibilidad emocional aumentada. Esto incluye cómo el comportamiento y las reacciones de los adultos pueden influir en ellos. Los síntomas predominantes suelen incluir comportamientos disruptivos y una regulación

deficiente de los impulsos, lo que implica una respuesta excesiva o inadecuada ante situaciones que requieren un manejo emocional equilibrado.

Intervención en crisis (IC): Representa un enfoque primordial de asistencia, diseñado para actuar como primeros auxilios tanto emocionales como físicos en situaciones críticas. El objetivo principal de la IC es ayudar al niño/a a superar un estado de perturbación emocional o conductual, permitiéndole recuperar su capacidad para gestionar la situación de manera efectiva a nivel emocional, conductual y cognitivo. Por lo tanto, esta intervención busca ofrecer un soporte inmediato y temporal, con el fin de restablecer la estabilidad personal del niño/a afectada en múltiples dimensiones: emocional, física, cognitiva y social. La IC incluye estrategias para proporcionar apoyo, minimizar riesgos tanto para la persona afectada como para otros, y facilitar la conexión con recursos de ayuda adicionales según sea necesario. Una vez que se ha superado la fase aguda de la crisis, es crucial evaluar la necesidad de una derivación a servicios de salud especializados para una atención más profunda, implicando posiblemente a psicólogos, neurólogos, psiquiatras u otros profesionales especializados. Además, se debe informar de manera oportuna a la familia del afectado sobre el episodio y las medidas tomadas. En el contexto educativo, es esencial que los equipos docentes y tutores estén al tanto de cualquier tratamiento previo que el estudiante pueda estar recibiendo, como psicoterapia o medicación, y dispongan de las indicaciones pertinentes del médico o profesional encargado para actuar correctamente en caso de emergencia. La responsabilidad de proporcionar esta información recae en la familia, y el manejo de estos datos por parte del personal educativo debe ser siempre consensuado con ellos, garantizando la confidencialidad adecuada. Es igualmente vital contar previamente con la identificación y registro del adulto responsable o tutor legal de la familia, o una persona significativa para contactar en caso de emergencia, asegurando una comunicación efectiva y responsable en momentos críticos.

PREVENCIÓN

Es fundamental desarrollar un entendimiento profundo de las características individuales y las circunstancias personales y contextuales de los estudiantes para identificar a aquellos que puedan estar en mayor riesgo de experimentar DEC. Algunos grupos que requieren atención especial incluyen:

- 1. Estudiantes dentro del Espectro Autista:** Reconocer y adaptarse a sus necesidades específicas de aprendizaje y comunicación.
- 2. Niños, Niñas, y Adolescentes gravemente maltratados o cuyos derechos han sido vulnerados:** Proporcionar un entorno seguro y apoyo emocional que fomente la resiliencia.
- 3. Estudiantes con comportamientos autolesivos, destructivos, o con trastornos de descontrol de impulsos y conducta, incluyendo aquellos con trastornos negativistas desafiantes:** Crear estrategias personalizadas para manejar sus impulsos y fomentar habilidades de autocontrol.
- 4. Estudiantes con Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad/Impulsividad (TDAH):** Implementar técnicas de enseñanza adaptativas que mejoren su concentración y participación. Este enfoque holístico y personalizado es esencial para crear un ambiente educativo inclusivo y de apoyo que promueva el bienestar y el éxito académico de todos los estudiantes, especialmente de aquellos en situaciones de vulnerabilidad.

RECONOCER SEÑALES PREVIAS Y ACTUAR DE ACUERDO CON ELLAS

Identificación Proactiva y Respuesta a Señales de Alerta Emocionales y Conductuales: Es crucial estar atentos a las señales tempranas que puedan indicar malestar emocional o cambios conductuales en los estudiantes. Estos indicadores pueden incluir un aumento en la inquietud motora, signos evidentes de irritabilidad, niveles de desatención superiores a lo habitual, aislamiento social, manifestaciones de tensión, ansiedad, miedo, ira, frustración o euforia, alteraciones en el lenguaje corporal, y uso de lenguaje ofensivo o inapropiado. Para una identificación efectiva y contextualizada de estas señales, es vital integrar información de múltiples fuentes, incluidas las familias y otros miembros de la comunidad educativa, que puedan ofrecer perspectivas sobre los factores desencadenantes en el entorno doméstico. Esto proporciona claves valiosas para prevenir la manifestación de estos comportamientos en el ámbito escolar. Para fomentar un entorno seguro y predecible, es recomendable evitar alteraciones bruscas en el ambiente escolar o en las rutinas diarias de los estudiantes. Es aconsejable anticipar y comunicar de manera efectiva cualquier cambio que deba ocurrir, promover el uso de estrategias de afrontamiento como el uso de audífonos para reducir el impacto del ruido ambiente, y estar vigilantes frente a posibles conflictos tanto dentro del aula como en otros espacios del entorno escolar. Estas prácticas contribuyen a crear un entorno educativo estable y seguro, donde los estudiantes pueden desarrollarse plenamente tanto a nivel académico como personal.

EN EL ESPECTRO AUTISTA

Las personas en el Espectro Autista pueden enfrentar mayores desafíos en el empleo de estrategias de autorregulación emocional y conductual, lo cual implica un esfuerzo considerable y un gasto energético significativo para manejar los niveles de ansiedad y evitar episodios frecuentes de sobrecarga emocional. Dado este contexto, es crucial reconocer y abordar de manera proactiva los factores desencadenantes adicionales relacionados con el entorno físico y social que pueden influir en su bienestar:

1. **Ambiente Físico:** Crear espacios tranquilos y predecibles, minimizando estímulos sensoriales abrumadores como luces intensas, ruidos fuertes o multitudes, que pueden ser especialmente desafiantes para ellos.
2. **Rutinas y Estructura:** Establecer rutinas claras y consistentes que proporcionen una sensación de seguridad y previsibilidad, ayudando a minimizar la ansiedad ante lo desconocido.
3. **Interacciones Sociales:** Facilitar la comprensión y navegación de las interacciones sociales mediante el uso de herramientas visuales, prácticas o la enseñanza explícita de habilidades sociales, adaptando estas estrategias a las necesidades individuales.
4. **Comunicación:** Adaptar los métodos de comunicación para ajustarse a sus preferencias y necesidades, empleando, por ejemplo, sistemas de comunicación aumentativa y alternativa cuando sea apropiado.

5. Educación Inclusiva: Promover un entorno inclusivo que valore y respete las diferencias, fomentando una cultura de empatía y apoyo entre compañeros y personal educativo. Al intervenir de manera preventiva en estos aspectos, se contribuye significativamente a mejorar la calidad de vida de las personas en el Espectro Autista, facilitando su adaptación y participación en diversos contextos sociales y educativos.

FORMAS DE ACTUAR FRENTE A SITUACIONES DE DEC

Implementación de Desvíos de Atención Rápidos y Efectivos:

Para gestionar situaciones que requieran un cambio de foco inmediato y prevenir posibles episodios de dificultades emocionales y conductuales (DEC), es esencial tener estrategias ágiles y recursos preparados previamente.

Este enfoque implica:

a. Preparación de Materiales Específicos: Tener a disposición y fácilmente accesibles diversos materiales o elementos que sean de interés o significativos para el individuo. Esto puede incluir juegos, objetos sensoriales, libros, o herramientas educativas que capturan su atención y facilitan el desvío del foco de manera positiva.

b. Ubicación Estratégica: Distribuir estos materiales en lugares estratégicos dentro del entorno, asegurando que estén rápidamente disponibles en momentos críticos sin interrumpir significativamente el flujo de las actividades cotidianas.

c. Acciones Rápidas y Discretas: Diseñar e implementar acciones que permitan el cambio de foco de forma sutil y eficaz. Por ejemplo, solicitar la ayuda del niño/a para distribuir cierto material a sus compañeros o encargarle la responsabilidad de trasladar un objeto especial.

d. Facilitar la comunicación: Es necesario preguntar directamente, ¿hay algo que te está molestando?, ¿hay algo que quieras hacer ahora?, dímelo y así juntos/as podemos buscar que te sientas mejor. Es importante comprender que la desregulación emocional y conductual es una forma de comunicar.

e. Tiempos de descanso previamente consensuados con la familia: En el caso de niños/as que exista información de desregulación emocional y conductual, permitir ir al baño, dar un pequeño paseo por el patio, para luego retornar y terminar la actividad.

f. Diseño de reglas de aula: Estas deben estar orientadas al actuar niño/a dentro de la sala de clase en los momentos de frustración, incomodes o angustia, adecuando el lenguaje o la forma a su edad, utilizando si se requiere, apoyos visuales u otros. Se debe estipular como el niño/a hará saber esto a su educadora o asistente, por ejemplo, usar tarjetas de alerta disponibles o una señal previamente consensuada, la cual el niño/a pueda mostrar a la educadora o asistente para que estas puedan actuar conforme a su necesidad.

INTERVENCIÓN SEGÚN NIVEL DE INTENSIDAD

Para un correcto accionar se hace necesario identificar las etapas de la evolución de la desregulación en los niño/as. Es importante observar lo que hacen las personas que lo rodean antes y después de la aparición de la desregulación, nos ayudaría a saber que estímulos, tanto externos como internos pueden desencadenar ciertos eventos. Para efectos de organización de los apoyos, se describen 3 etapas de intensidad de la desregulación y complejidad de los apoyos requeridos.

Etapas 1, inicial: previamente haber intentado manejo general sin resultados positivos y sin que se visualice riesgo para sí mismo/a o terceros. Al detectarse la fase inicial de la desregulación y antes de su amplificación en intensidad, se sugiere solo si es posible, el uso de algunas de las siguientes estrategias:

a) Cambio de Material o Actividad: Si la actividad planteada se utiliza un material en especiales, se podría optar por permitirle algún otro que cumpla el objetivo deseado.

b) Uso de Elementos de Interés o de Apego: Si un niño tiene un interés particular, por ejemplo, en los dinosaurios, se podrían incorporar figuras de dinosaurios en las lecciones de matemáticas para contar o clasificar. Si tienen un objeto de apego, como un pequeño juguete sensorial, permitir que lo tengan en su escritorio puede ayudar a que se sientan más seguros y concentrados.

c) Contención Emocional-verbal: Durante momentos de estrés, hablar con el niño con un tono de voz suave y tranquilizadora, utilizando frases cortas y claras puede ayudar a calmarlo. Por ejemplo, en lugar de decir "Necesitas calmarte ahora", se podría decir "Estoy aquí contigo, tomemos respiraciones profundas juntos".

d) Explicación de la Actividad: Asegurarse de que el niño comprenda lo que se espera de él a través de explicaciones claras. Esto puede incluir el uso de pictogramas para ilustrar los pasos de una actividad o un horario visual que muestre la estructura del día. Esto les ayuda a entender y anticipar lo que viene a continuación, reduciendo la ansiedad.

e) Ejercicios de Relajación o Pausas Activas: Integrar momentos cortos ejercicios de respiración profunda entre actividades. También, se pueden realizar pequeñas pausas activas donde el niño pueda moverse libremente por un espacio designado, esto ayuda a regular su energía y concentración.

f) Reducción de Estímulos Sensoriales: Usar luces suaves o tenues, reducir el volumen de los dispositivos tecnológicos y crear un "rincón tranquilo" en el aula donde los niños puedan retirarse si se sienten abrumados por el ruido o la actividad.

g) Uso de Elementos Sensoriales: Permitir al niño utilizar auriculares con cancelación de ruido si los sonidos son demasiado abrumadores, o tener objetos como fidget spinners, slime o bandas elásticas en la silla para manipular, lo que puede ayudar a mejorar su enfoque y regulación sensorial.

h) Salidas Breves del Aula: Acordar un pequeño espacio seguro fuera del aula donde el niño pueda ir con un adulto cuando necesite un momento para autorregularse. Este espacio podría estar

equipado con elementos sensoriales tranquilizantes y ser un lugar donde el niño se sienta seguro para expresar y gestionar sus emociones. Estas adaptaciones buscan crear un ambiente de aprendizaje más inclusivo y receptivo a las necesidades individuales de los niños, promoviendo su bienestar emocional y facilitando su participación y aprendizaje.

Etapas 2, Aumento:

Eleva su nivel de DEC La persona no responde a intentos de comunicación verbal, ni a estímulos visuales como el contacto visual, ni a intervenciones realizadas por otros individuos. Paralelamente, se observa un incremento en la agitación motora, lo que indica una desconexión con su entorno inmediato. A pesar de esta desconexión y agitación, no se evidencia ninguna conducta que sugiera un riesgo inminente de daño hacia sí mismo o hacia otros. Al detectarse la fase de aumento, se sugiere sólo si es posible, el uso de algunas de las siguientes estrategias:

a) Brindar Acompañamiento Respetuoso: Es crucial ofrecer presencia y apoyo sin intervenir de manera que se perciba como intrusiva. Evite proponer soluciones directas durante los momentos de desregulación, ya que el niño/a puede tener dificultades para conectar con su entorno de manera efectiva.

b) Proporcionar un Espacio de Calma: Facilitar el acceso a un área tranquila que le ayude a lograr una regulación sensoriomotriz, un lugar donde se sienta seguro y pueda gestionar mejor sus sensaciones y emociones.

c) Fomentar la Expresión Emocional Gradual: A medida que disminuye la intensidad de la desregulación, anime al niño/a a expresar sus sentimientos o experiencias con alguien de confianza, ya sea verbalmente, a través de dibujos o cualquier otra actividad con la que se sienta cómodo. Este proceso debe ocurrir fuera del entorno del aula convencional, en un espacio más íntimo y seguro.

d) Permitir el Descanso Posterior: Una vez que la desregulación se haya calmado, es importante conceder un período de descanso para recuperarse completamente del episodio.

e) Guiar al Estudiante a un Lugar Seguro: Mover al estudiante a un espacio seguro y protegido, preferiblemente ubicado en el primer piso para facilitar el acceso y la movilidad.

f) Evitar Lugares y Estímulos Desencadenantes: Abstenerse de llevar al estudiante a áreas con características potencialmente desencadenantes, como ventanales en los techos o espacios que presenten estímulos similares a los que provocaron la crisis.

g) Eliminar Objetos Potencialmente Peligrosos: Asegúrese de que cualquier objeto que pueda representar un peligro, como tijeras, piedras, o sillas, esté fuera del alcance del estudiante.

h) Minimizar Estímulos Perturbadores: Trabajar en la reducción de elementos del entorno que puedan aumentar la inquietud del niño, como luces intensas y ruidos fuertes.

i) Prevenir la Formación de Multitudes: Evitar que se formen grupos de personas alrededor del estudiante durante un episodio de desregulación, ya que esto puede aumentar su ansiedad o incomodidad.

j) Documentar la Experiencia: Es esencial registrar detalladamente el incidente en la Bitácora DEC, correspondiente después de la intervención. Esto permitirá un seguimiento efectivo y ayudará a evaluar la evolución del comportamiento del niño/a a lo largo del tiempo. Estas pautas buscan proporcionar un enfoque integral y respetuoso para apoyar a los estudiantes en momentos de desregulación, asegurando el bienestar propio y de los demás, promoviendo un entorno de aprendizaje seguro.

Etapas 3, Intervención DEC y reparación:

Posterior a una crisis de desregulación emocional y conductual en el ámbito educativo. Tras implementar las recomendaciones previas sin lograr el efecto deseado, lo cual conduce a una situación de Desregulación Emocional y Conductual (DEC) sin control, se opta por recurrir a la contención física. Esta medida, que incluye técnicas como el abrazo profundo y la postura mecedora, se emplea con el fin de prevenir situaciones que podrían comprometer la seguridad física tanto del niño como de quienes le rodean. Constituye un método terapéutico de último recurso, destinado a manejar comportamientos altamente peligrosos para el niño, para terceros o para los profesionales presentes. La finalidad principal es evitar lesiones físicas autoinfligidas o a terceros, así como prevenir daños materiales en el entorno inmediato del menor. Este enfoque busca, sobre todo, salvaguardar el bienestar físico del niño y garantizar un entorno seguro para todos. Tras un episodio de DEC, es importante demostrar afecto y comprensión, hacerle saber al estudiante que todo está tranquilo y que es importante hablar de lo ocurrido para entender la situación y solucionarla, así como evitar que se repita. Se deben tomar acuerdos conjuntos para prevenir en el futuro inmediato situaciones que pudiesen desencadenar en una desregulación. Hay que señalar que siempre el objetivo será evitar que esto vuelva a ocurrir, pues se comprende que para él es una situación que no desea repetir. No solo quien se desregula necesita apoyo y ayuda; su entorno, que se transforma en espectador silencioso de estas situaciones, también requiere contención y reparación.

Información a la familia y/o apoderada/o (etapa 2 y 3):

Cuando las probabilidades de desregulación emocional y conductual se encuentran dentro de un cuadro clínico o de características definidas, como por ejemplo, síndrome de abstinencia o del espectro autista, entre otros, los procedimientos de aviso a apoderados y si este podrá o no hacerse presente, deben estar establecidas con anterioridad por escrito a través de un Contrato de Contingencia, donde se especifiquen las acciones, medios por los que se informará al apoderado/a y la autorización de este/a para los mismos; dicha información debe estar en conocimiento del personal a cargo del manejo de la crisis de desregulación. En todos los casos, el equipo psicoeducativo en conocimiento del particular contexto familiar y la condición laboral y/o emocional del apoderado, orientará sobre la responsabilidad que debiera asumir en estos apoyos, estableciendo siempre medios para mantenerle informado en el caso de DEC y del manejo que en el establecimiento se está desarrollando, a la vez de considerar siempre la información y opinión del apoderado/a en los aspectos que faciliten la mejor intervención y el trabajo colaborativo.

Consideraciones Importantes:

a) Intervención ante Reiteradas Desregulaciones: En situaciones donde un estudiante experimente más de una desregulación emocional en el mismo día, se contactará a su tutor o apoderado para evaluar la situación. Con su consentimiento, se podría considerar el retiro del estudiante por el resto de la jornada escolar, siempre priorizando su bienestar emocional y físico.

b) Creación de un Protocolo Personalizado: Frente a desregulaciones emocionales recurrentes, se recomienda diseñar un Protocolo de Contención personalizado. Este protocolo deberá ser desarrollado colaborativamente por el equipo educativo y el apoderado del estudiante, estableciendo estrategias específicas que respeten su dignidad y necesidades individuales. Es fundamental acompañar este protocolo con una bitácora para documentar la evolución del comportamiento del estudiante y la efectividad de las intervenciones.

c) Colaboración con Especialistas Externos: Para estudiantes que reciben tratamiento psicológico o psiquiátrico externo, es crucial que el equipo de integración escolar o de apoyo tenga acceso a información relevante y recomendaciones del profesional tratante, para manejar adecuadamente posibles episodios de desregulación. **d) Medidas en Circunstancias Extremas:** En casos extremos, se puede considerar el traslado del estudiante a un centro de salud cercano, activando el seguro escolar para garantizar su atención inmediata.

e) Atención a los Efectos de Medicación: Es importante estar atentos a posibles desregulaciones emocionales y conductuales que puedan estar relacionadas con efectos adversos de medicamentos. La coordinación con la familia y profesionales de salud es fundamental para abordar estas situaciones adecuadamente.

f) Enfoque durante la Contención: Al brindar apoyo durante un episodio de desregulación, es esencial evitar reprimendas, amenazas de sanciones, o exigencias de controlar el enojo. Tampoco es momento para razonar sobre su conducta. La prioridad es ofrecer un ambiente calmado y seguro.

g) Comunicación Efectiva en Crisis: Al asistir a un estudiante en crisis, es vital mantener la calma, ajustar el lenguaje a su nivel de comprensión, y comunicarse de manera clara y tranquila. Una actitud serena por parte del adulto es clave para no exacerbar la situación.

h) Fomento de la Responsabilidad y Empatía: Es importante promover la conciencia de que todos los estudiantes tienen derechos y responsabilidades. En caso de daños materiales o emocionales causados durante una desregulación, se debe alentar al estudiante a asumir la responsabilidad de sus acciones, ofreciendo disculpas y reparando el daño en la medida de lo posible, de acuerdo con las normas de convivencia escolar.

PROTOCOLO DEC

ESCUELA DE LENGUAJE CARACOLA

Este protocolo se activa cuando un docente y/o asistente de la educación presencia una situación de desregulación emocional como las descritas anteriormente.

Queda estipulado que para concepto de este protocolo como responsables serán:

Encargado/a: Docente a cargo del nivel de enseñanza.

Acompañante interno: Asistente de aula según nivel de enseñanza.

Acompañante externo: Directora del establecimiento y/o encargada de convivencia.

Etapas 1, inicial: Fase de Contención emocional (Utilizar una o más estrategias nombradas en esta etapa)

- Cambio de material o actividad.
- Uso de elementos de interés o apego.
- Contención emocional – verbal.
- Explicación de la actividad.
- Ejercicios de relajación o pausas activas.
- Reducción de estímulos sensoriales.
- Uso de elementos sensoriales.
- Salidas breves del aula.

(Entre estas etapas se debe informar a las familias y/o apoderado a cargo del o la estudiante)

Etapas 2, Aumento: Si es posible utilizar alguna de las siguientes estrategias.

- Brindar acompañamiento respetuoso.
- Proporcionar un espacio de calma.
- Fomentar la expresión emocional gradual.
- Permitir el descanso posterior.
- Guiar al estudiante a un lugar seguro.
- Evitar lugares y estímulos desencadenantes.
- Eliminar objetos potencialmente peligrosos.
- Minimizar estímulos perturbadores.
- Prevenir la formación de multitudes.
- Documentar la experiencia.

Etapas 3, En esta etapa se busca salvaguardar el bienestar físico del niño/a y garantizar un entorno seguro para todos.

- No sólo quien se desregula necesita apoyo y ayuda; su entorno, que se transforma en espectador silencioso de estas situaciones también requiere reparación y contención.

En esta etapa se pueden utilizar las siguientes estrategias:

- Contención física: técnica del abrazo profundo y postura mecedora.
- Traslado a centro de salud (Cuando la desregulación es extrema, con acuerdo de los apoderados)