



DEC

Desregulación Emocional y Conductual



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.

Por su parte, la regulación emocional es aquella capacidad que nos permite gestionar nuestro propio estado emocional de forma adecuada.

QUE ES LA LEY TEA?

- Esta ley se enfoca en garantizar que las personas con TEA tengan las mismas oportunidades que las demás personas, sin discriminación. La ley también establece medidas para asegurar que las personas con TEA reciban atención integral en su salud, educación y bienestar social a lo largo de su vida.

Reacción motora y emocional a uno o varios estímulos o situaciones desencadenantes, en donde el niño, niña, adolescente o joven (NNAJ) 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.



OBJETIVOS

- ▶ Entregar a la comunidad un Protocolo que sistematice las estrategias, medidas de prevención y el abordaje de episodios de desregulación emocional en estudiantes.
- ▶ Orientar a los(as) funcionarios(as) del liceo sobre el manejo de los episodios de desregulación emocional.
- ▶ Proteger la integridad física y emocional de los estudiantes y de todos los funcionarios.
- ▶ Apoyar a aquellos estudiantes que, por problemas de salud mental, requieren un plan de acompañamiento socioemocional y pedagógico.

Factores que inciden en la desregulación emocional

FACTORES BIOLÓGICOS

como el temperamento, cambios en los niveles hormonales, enfermedades de base (Ejemplo: diabetes), estrés, ansiedad, entre otros.

FACTORES AMBIENTALES

como el entorno familiar, social, el modelamiento de conductas,, entre otros.

FACTORES SOCIALES Y PERSONALES:

como dificultad en las relaciones con los demás, escasa capacidad para adaptarse a los cambios, alta exigencia académica.

CONOCER A LOS ESTUDIANTES: QUIENES SON MAS VULNERABLES AL DEC.

1.- CON CONDICIÓN DEL ESPECTRO AUTISTA

Suelen ser rituales

Inflexibles

Dificultad para conocer sus emociones

Hipersensibilidad sensorial

Les cuesta adaptarse al cambio

Les cuesta establecer relaciones



Viven la ansiedad de manera intensa,

EPISODIO DEC

Aumento de movimientos estereotipados
expresiones de incomodidad o disgusto
agitación de la respiración,
aumento de volumen en voz o lenguaje grosero.

‘nunca estar tranquilos’, excepto cuando están concentrados en sus intereses

Llamar al profesional que tenga mayor vínculo
Llamar al apoderado

#NADADENOSOTROSSINNOSTROS



ALGUNOS AJUSTES RAZONABLES PARA LA EVALUACIÓN DE ESTUDIANTES EN EL ESPECTRO AUTISTA

- Brindar 30 minutos extras en evaluaciones escritas.
- En caso de presentar crisis de ausencia durante la realización de prácticos o talleres, flexibilizar la fecha de entrega de trabajos.
- Durante una exposición permitir que el uso de stimming toys.
- Socializar las rúbricas de evaluación verificando la comprensión de la ejecución.
- Entregar las fechas de evaluación con anticipación, en caso de modificaciones otorgar la justificación del cambio.
- Priorice las preguntas de alternativa, por sobre las de desarrollo las cuales desembocan en mayor tiempo de análisis y reflexión.

#NADADENOSOTROSSINNOSTROS



ALGUNOS AJUSTES RAZONABLES EN INFRAESTRUCTURA PARA ESTUDIANTES EN EL ESPECTRO AUTISTA

- Evitar luces titilantes.
- El entorno de estudio como sala de clases y otros, siempre debe estar ventilado y fresco.
- Evitar el reflejo de ventanas en el pizarrón.
- Evitar que la sala de clases este cerca del gimnasio, la sala de música o el patio, donde exista contaminación auditiva.
- La sala de clases debe ser amplia y organizada evitando la saturación de estudiantes.
- Las patas de las sillas pueden contar con gomas que eviten el ruido al ser levantadas o arrastradas.
- Las puertas y ventanas deben encontrarse en buen estado, evitando ruidos por oxido o falta de aceite.
- Evitar el uso de ventiladores o calefactores con ruido constante.

2.-NNAJ SEVERAMENTE MALTRATADOS Y/O VULNERADOS EN SUS DERECHOS

Tendencia a aislarse

Dificultad en realizar contacto visual

Crisis de angustia



Cercanía física

Situaciones traumáticas generan malestar emocional

olores

Imágenes que evoquen recuerdos

Como se genera DEC?

Sonidos

3.-ESTUDIANTES CON ABSTINENCIA AL ALCOHOL Y DROGA LUEGO DE UN CONSUMO INTENSO Y PROLONGADO.



ansiedad

sudoración

Sensación de
sueño

Vínculo con familia
y con la red de apoyo

4.- Estudiantes que presentan trastornos destructivos del control de impulsos y la conducta Oposicionista desafiante

El patrón de irritabilidad
es mas frecuente

No acata normas, desafía
a la autoridad

Evitar elevar el tono de voz,
mostrarse como agresivo o
autoritario.
Si no regula llamar a un inspector o
profesional para estabilizar.

5.- ESTUDIANTES CON TRASTORNO DE DÉFICIT ATENCIONAL CON HIPERACTIVIDAD/ IMPULSIVIDAD

Expresan mayor
sus emociones
de ira ,
agresividad

Pueden ser
emocionalmen
te explosivos

Menor atención
a las normas
sociales

Se sienten
frustrados con
mayor facilidad



Menor
regulación
emocional

Menos empatía

Puedan utilizar elementos de regulación ,pelotas, , spiner , cubo rubi, Estrategias : mantenerlos ocupados, repartir pruebas, guías, establecer hábitos rutinarios , que puedan dibujar o realizar líneas para regular, asignar un tiempo.

Conocer las características de los estudiantes

RECONOCER SEÑALES PREVIAS Y ACTUAR DE ACUERDO CON ELLAS



tensión

Indicadores emocionales

Frustración

Ansiedad

temor

ira

- Es importante evitar cambios repentinos en el entorno escolar o en la rutina
- Anticipar los cambios
- Estar atentos a conflictos en el aula que podrían desencadenar un cuadro de desregulación.
- Minimizar el ruido ambiente
- Conocer y observar a los estudiantes
- Crear vínculos

ETAPA INICIAL: PREVIAMENTE HABER INTENTADO MANEJO GENERAL SIN RESULTADOS POSITIVOS Y SIN QUE SE VISUALICE RIESGO PARA SÍ MISMO/A O TERCEROS (DOCUMENTO)

- Cambiar la actividad, la forma o los materiales, por ejemplo, cuando reacciona con frustración en alguna actividad artística con témpera, permitir que utilice otros materiales para lograr el mismo objetivo.
- Utilizar el conocimiento sobre sus intereses, cosas favoritas, hobbies, objeto de apego en la estrategia de apoyo inicial a la autorregulación.
- Si se requiere, permitirle salir un tiempo corto y determinado a un lugar acordado anticipadamente **EN CONTRATOS DE CONTINGENCIA**, que le faciliten el manejo de la ansiedad y autorregularse emocionalmente, determinar espacios como biblioteca, sala de enfermería, sala atención PAE , atención de psicólogos u otros. Se deben considerar factores como la edad, situaciones de discapacidad física y/o intelectual, trastornos de salud mental u otros, en los apoyos que pueda requerir durante el tiempo fuera del aula.
- Si durante el tiempo establecido que se mantendrá fuera del aula, por su edad u otras razones, requiere compañía de la persona a cargo, esta puede iniciar contención emocional-verbal, esto es, intentar mediar verbalmente en un tono que evidencie tranquilidad, haciéndole saber al estudiante que está ahí para ayudarlo y que puede, si lo desea, relatar lo que le sucede, dibujar, mantenerse en silencio o practicar algún ejercicio.
- Técnicas de respiración, colocar música, etc.
- Investigar por ejemplo, si durmió mal, si sucedió algún problema en su casa o traslado, algún evento “gatillador” en el aula, que aporten al manejo profesional.

FORMAS EN QUE SE MANIFIESTA LA DESREGULACIÓN EMOCIONAL EN EL LICEO

Crisis de angustias
Ataques de Pánico
Crisis de ansiedad
Llanto intenso difícil de contener
Opresión en el pecho
Sensación de ahogo
Sudoración
Sensación de taquicardia

Equipo de apoyo DEC

Conductas de agresión
hacia sí mismo y/u otros

Salir de la sala sin
autorización
Asociado a una crisis

Informar, dejar registro digital

Inspectores/ Docentes, Equipo PAE
Psicólogo/as, Trabajadora Social, Tens
Enc. Convivencia escolar, Orientación, Inspectoría General
Todos

Coordinar instancias de capacitación y/o de apoyos internos y/o externos de autocuidado y, mejor afrontamiento de las DEC.

ACCIONES A REALIZAR FRENTE A UNA SITUACIÓN DE DESREGULACIÓN DE UN ESTUDIANTE

1.- Alumno que responde a consultas y tiene apertura al apoyo:(Salir al baño, tomar agua, salir a tomar aire etc.)

- a) Se comunica a Funcionarios (Inspector de piso y Auxiliar)
- b) Se deriva a profesional si requiere

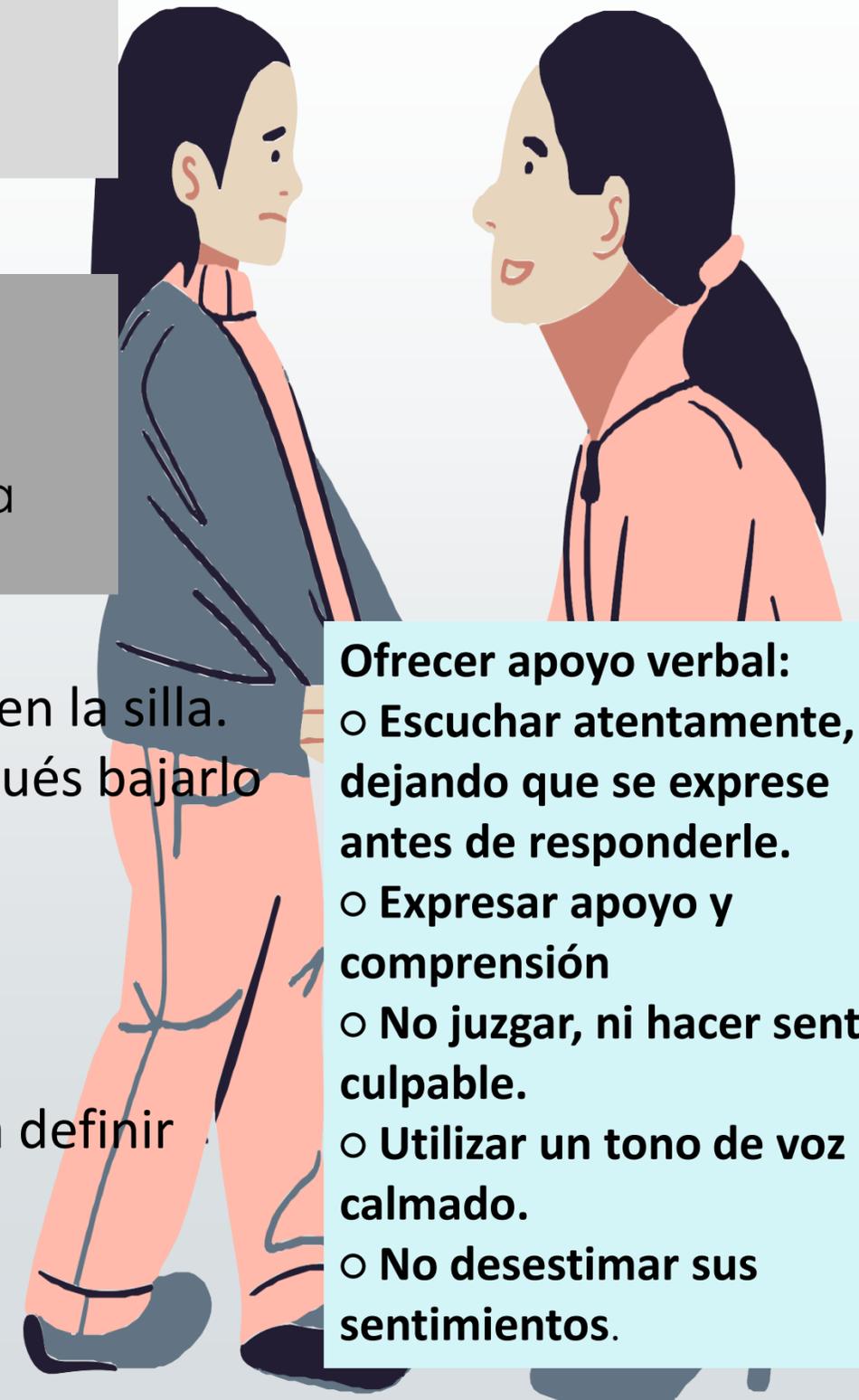
2.- Alumno que se queda bloqueado, no responde a consultas, no se comunica verbalmente, no realiza ninguna acción. Intentar sacarlo de la sala y solicitar apoyo profesional.

3.- Alumno que esta en crisis , llora, agitado, , temblores, le cuesta respirar, no responde a estímulos, buscar profesional

- a) Solicitar silla de rueda y con ayuda de otra persona, se levanta y se acomoda en la silla.
- b) En el 2º piso, sacarlo en silla de ruedas, llevarlo al holl para estabilizarlo y después bajarlo con personas adultas.
- c) Si se estabiliza se puede reincorporar a clases, acompaña un funcionario
- d) Se informa al apoderado lo ocurrido, se cita para recabar información
- e) Se registra en libro digital que se realiza contención a estudiante
- f) Si ocurre durante actividad evaluada , o antes de iniciarla se informa a UTP para definir acciones a seguir (se informa a jefatura).

Ofrecer apoyo verbal:

- 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.



➤ SI EL ESTUDIANTE NO LOGRA REGULARSE

- a) El profesional de apoyo permanece con el estudiante, mientras la inspectora u otro funcionario contacta a la familia informando de la situación y solicita que acudan a retirar al(la) estudiante al liceo , dejando registro en la plataforma digital.(registro en plataforma , en caso de evaluación se informa a UTP, para determinar procesos a seguir y a Profesor)
- b) En caso de que el alumno se haga daño o tenga un accidente en un proceso de desregulación, es necesario que el alumno sea trasladado a la enfermería, se sigue el protocolo de accidente escolar y se cita inmediatamente al apoderado.
- c) Se acordara entrevista con el apoderado/a ,para recabar antecedentes evaluando en conjunto, posibles causas de lo ocurrido y definiendo acciones de acompañamiento y apoyo para el(la) estudiante.
- d)En caso de que el estudiante requiera de atención especializada y no cuente con antecedentes médicos, diagnóstico psiquiátrico o psicológico o indicación farmacológica o terapéutica, se le informara al apoderado que debe ser derivado a apoyo externo (CESFAM) al cual pertenece el estudiante o particular.
- e) Se establecerá un contrato de contingencia, donde se especifiquen las acciones y responsables del proceso, las medidas implementadas de apoyo pedagógico, medidas reparatorias o disciplinarias, Los acuerdos estudiante- familia -liceo deben ser registrados en un acta firmada.
- e) Para aquellos estudiantes que tienen diagnósticos y no logran estabilizarse ,se pueden tomar otras medidas pedagógicas en acuerdo, necesarias para el cuidado socioemocional del alumno tales como; reducción de jornada, retiro anticipado, ingreso tardío a la jornada, entre otras acciones .(UTP y Dirección).

IMPORTANTE



- ❖ Socializar Diagnósticos y sugerencias profesionales
- ❖ Conocer tratamiento psicoterapéutico y/o con psicofármacos, por ejemplo)
- ❖ Tener consentimiento de la familia en el manejo de la confidencialidad
- ❖ Conocer el adulto responsable, tutor o adulto significativo para comunicarse (apoderado suplente)
- ❖ Promover el desarrollo de habilidades socioemocionales.

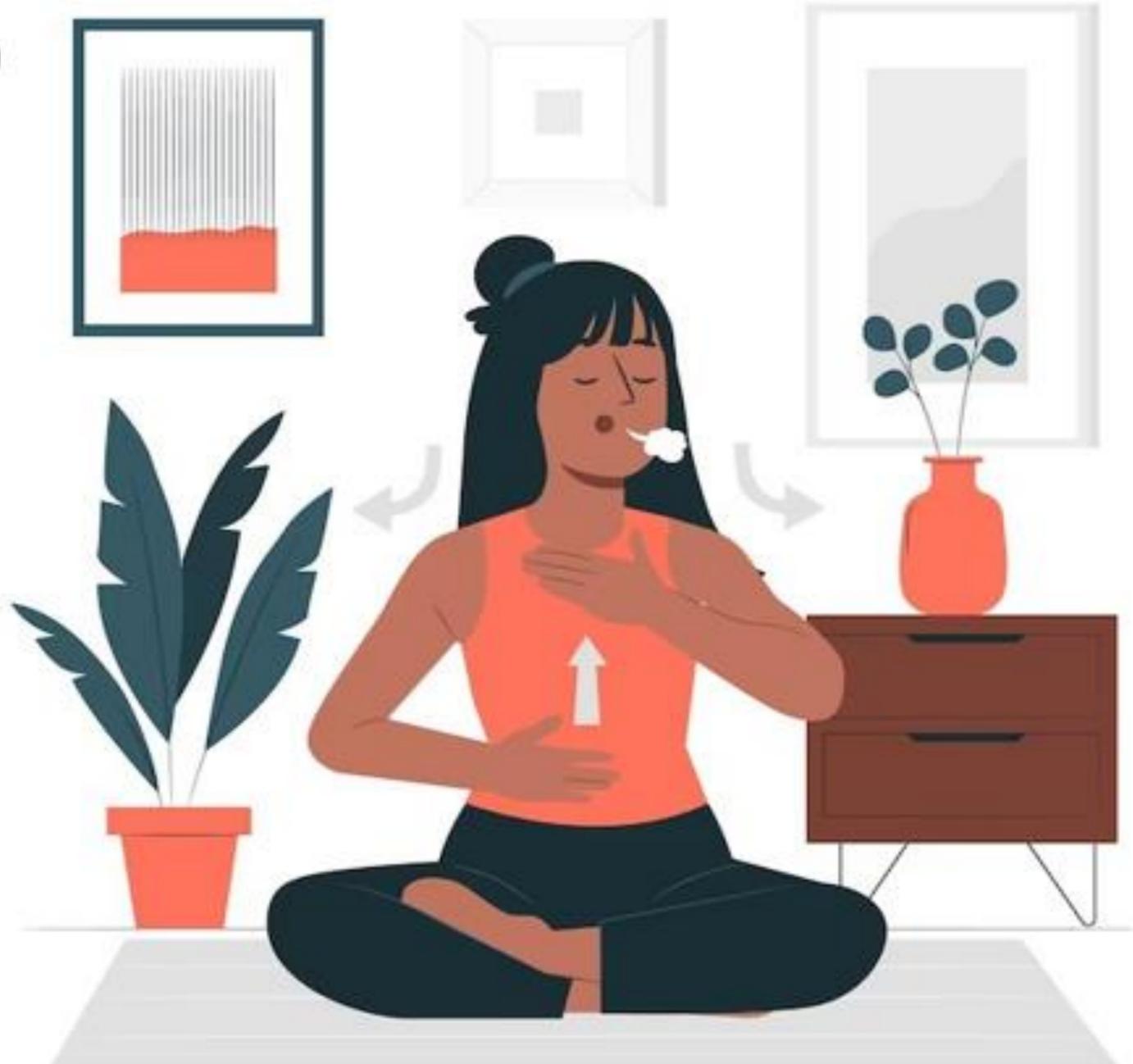
Estrategias de prevención de conductas de desregulación emocional en el liceo .

- El liceo cuenta con un equipo de apoyo formado por psicólogos, trabajadora social , Equipo PAE, cuya gestión tiene como objetivo conocer y apoyar el desarrollo socioemocional de los estudiantes.
- Vincular en los planes de Convivencia escolar, afectividad, sexualidad y genero, Plan de formación ciudadana, actividades que favorezcan el desarrollo de habilidades socioemocionales y que promuevan el buen trato, trabajo vinculado con UTP en temáticas transversales a abordar como estrategias.
- Realizar actividades con los apoderados través de charlas temáticas, entrevistas de Apoderados para abordar situaciones de manera preventiva y acordar planes de acción.
- Capacitación docente y de los asistentes de la educación en relación a las temáticas incorporadas en los procedimientos , desregulación, diagnósticos, temas en salud mental, autocuidado entre otros.
- Trabajo coordinado para abordar situaciones en el aula que permitan una buena convivencia y una mejor regulación de los estudiantes.

ACTIVIDAD 1, PARA APOYAR PAP

- RESPIRACIÓN DIAFRAGMÁTICA O ABDOMINAL

1. - RECOSTADO O SENTADO CON LAS PIERNAS SEMIFLEXIONADAS (PUEDES PONER UN COJÍN O ALGO CÓMODO)
2. - COLOQUE LAS MANOS SOBRE EL ABDOMEN PARA NOTAR EL MOVIMIENTO DE ESTE, AL INHALAR Y EXHALAR
3. - TOMAR AIRE POR LA NARIZ (DE FORMA LENTA Y LO MÁXIMO QUE PUEDA) Y BOTARLO LENTAMENTE POR LA BOCA (CON LOS LABIOS FRUNCIDOS)
4. - SE PUEDE REALIZAR EN CUALQUIER MOMENTO, DE PREFERENCIA HAGA 10 O 15 RESPIRACIONES



ACTIVIDAD 2, PARA APOYAR PAP

- MINDFULNESS 5,4,3,2,1 (UTILIZA TODOS TUS SENTIDOS)

5: UBICA 5 COSAS QUE PUEDES VER A TU ALREDEDOR (COLORES, TEXTURAS, OBJETOS)

4: UBICA 4 COSAS QUE PUEDES TOCAR, QUE ESTÉN CERCANOS O A TU ALCANCE

3: CIERRA LOS OJOS, CONCÉNTRATE EN TU OÍDO E IDENTIFICA 3 SONIDOS QUE PUEDES ESCUCHAR

2: DETECTA 2 AROMAS QUE PUEDES PERCIBIR

1: UBICA O PIENSA EN ALGO QUE PUEDES SABOREAR



ACTIVIDAD 3, PARA APOYAR PAP

- RESPIRACIÓN CON LA AYUDA DE TUS MANOS

1. - PON TU MANO FRENTE A TU VISTA
2. - CON TU OTRA MANO, PON EL DEDO ÍNDICE EN EL COMIENZO DE LA MANO INICIAL
3. - MIENTRAS INHALAS LENTAMENTE, RECORRE TU MANO CON EL DEDO
4. - AL SUBIR, INHALAS Y AL BAJAR, EXHALAS
5. - HAZ PEQUEÑAS PAUSAS EN LA PUNTA DEL DEDO

