ESCUELAS Y DOCENTES
Schools and Teachers

LOGROS®
CENTRO TERAPÉUTICO INTEGRAL

Desregulación emocional y conductual en la escuela

Emotional and Behavioral Dysregulation at School

Cómo prevenir, responder y volver al aprendizaje sin convertir la crisis en una lucha de poder

How to prevent, respond, and return to learning without turning the crisis into a power struggle

Una guía práctica para apoyar la participación, el aprendizaje y el bienestar del estudiante mediante un enfoque individualizado, respetuoso y colaborativo.

A practical guide to support student participation, learning, and well-being through an individualized, respectful, and collaborative approach.

1. La conducta es información

1. Behavior is information

Una conducta intensa puede aparecer cuando las demandas superan temporalmente los recursos del estudiante para comunicarse, esperar, ser flexible, tolerar la frustración, organizarse, procesar estímulos o regular su nivel de activación. Comprender la función de la conducta no significa permitir conductas inseguras; significa responder de maneras que aumenten la seguridad y el aprendizaje.

Intense behavior may occur when demands temporarily exceed the student's resources to communicate, wait, be flexible, tolerate frustration, organize, process stimuli, or regulate their level of activation. Understanding the function of behavior does not mean allowing unsafe behavior; it means responding in ways that increase safety and learning.

Antes de pensar "no quiere", considera también: ¿todavía no puede hacerlo?, ¿no comprendió?, ¿está sobrecargado?, ¿necesita ayuda para comunicarse?, ¿o la demanda llegó en un momento de baja regulación?

Before thinking "they don't want to," also consider: can't they do it yet, did they not understand, are they overwhelmed, do they need help communicating, or did the demand come at a time of low regulation?

2. Señales tempranas que conviene aprender areconocer

2. Early signs worth learning to recognize

- **Aumento del movimiento, rigidez corporal o inquietud inusual.**

Increased movement, body stiffness, or unusual restlessness.

- **Preguntas, frases o conductas repetidas; dificultad para cambiar de actividad.**

Repeated questions, phrases, or behaviors; difficulty switching activities.

- **Mayor sensibilidad al ruido, al tacto, a los errores o a los comentarios.**

Increased sensitivity to noise, touch, mistakes, or comments.

- **Evitación, silencio, respuestas muy breves o aparente desconexión.**

Avoidance, silence, very brief responses, or apparent disengagement.

- **Aumento de la negociación, escapes frecuentes, llanto, irritabilidad o cambiosrepentinos de ánimo.**

Increasing negotiation, frequent escape, crying, irritability, or sudden mood changes.

3. Un modelo sencillo: prevenir - apoyar - recuperar aprender

3. A simple model: prevent - support - recover - learn

Etapa Stage	Qué hacer What to do	Qué evitar What to avoid
Prevenir Prevent	Anticipar cambios, ajustar demandas, enseñar formas de pedir una pausa o ayuda y planificar apoyos sensoriales y visuales. Anticipate changes, adjust demands, teach ways to ask for a break or help, and plan sensory and visual supports.	Esperar a que la conducta escale antes de ofrecer apoyo. Waiting until the behavior escalates before offering support.
Apoyar Support	Usar menos lenguaje, reducir estímulos, mantener un tono neutral, ofrecer dos opciones seguras y permitir espacio y tiempo. Use less language, reduce stimuli, keep a neutral tone, offer two safe options, and allow space and time.	Sermones, amenazas, conversaciones largas o varios adultos hablando. Lectures, threats, long discussions, multiple adults talking.
Recuperar Recover	Permitir un regreso gradual, revisar necesidades básicas, restablecer la conexión y ofrecer una tarea accesible. Allow a gradual return, check basic needs, reestablish connection, and offer an accessible task.	Exigir una explicación inmediata o una disculpa extensa durante la recuperación. Demanding an immediate explanation or an extensive apology during recovery.
Aprender Learn	Analizar antecedente-conducta-consecuencia, enseñar una alternativa y ajustar el plan. Analyze antecedent-behavior-consequence, teach an alternative, and adjust the plan.	Usar etiquetas generales como “manipulador”, “perezoso” o “problemático”. Using broad labels such as “manipulative,” “lazy,” or “problematic.”

4. Qué decir durante la escalada

4. What to say during escalation

En lugar de Instead of	Intenta Try
“¡Cálmate ahora!” “Calm down now!”	“Estoy aquí. Reduzcamos la demanda y avancemos un paso a la vez.” “I’m here. Let’s reduce the demand and work through one step at a time.”
“Si no terminas, pierdes…” “If you don’t finish, you lose…”	“Primero hacemos este paso; luego veremos qué necesitas para continuar.” “First we do this step; then we’ll see what you need to continue.”
“¿Por qué estás haciendo esto?” “Why are you doing this?”	“Veo que esto se volvió difícil. Puedes señalar: ayuda, pausa o terminar después.” “I see this became difficult. You can point to: help, break, or finish later.”
“No tienes razón para estar así.” “You have no reason to be like this.”	“Veo que esto es difícil para ti. Busquemos una manera segura de manejarlo.” “I see this is difficult for you. Let’s find a safe way to handle it.”

5. Después del episodio: documentar sin juzgar

5. After the episode: document without judgment

Un registro breve ayuda a identificar patrones y coordinar apoyos. Describe hechos observables, no interpretaciones.

A brief record helps identify patterns and coordinate supports. Describe observable facts, not interpretations.

- **Antecedente: qué ocurrió inmediatamente antes, qué tarea se asignó, quién estabapresente y qué cambios o estímulos relevantes había.**

Antecedent: what happened immediately before, what task was assigned, who was present, and relevant changes or stimuli.

- **Conducta observable: exactamente qué hizo o dijo, duración aproximada e intensidad.**

Observable behavior: exactly what they did or said, approximate duration and intensity.

- **Respuesta del entorno: qué hicieron los adultos y los compañeros.**

Environmental response: what adults and peers did.

- **Resultado: qué cambió después de la conducta; por ejemplo, se redujo una demanda,recibió ayuda, cambió de espacio o tuvo acceso a algo.**

Outcome: what changed after the behavior; for example, a demand was reduced, they received help, changed spaces, or gained access to something.

- **Recuperación: cuánto tardó en volver a involucrarse y qué apoyo pareció funcionar.**

Recovery: how long it took to re-engage and what support seemed to work.

Si existe riesgo de lesión, agresión grave, fuga o una crisis que excede los recursos habituales del aula, sigue el protocolo de seguridad de la institución e involucra a personal capacitado. La seguridad física tiene prioridad.

If there is a risk of injury, serious aggression, elopement, or a crisis that exceeds the classroom's usual resources, follow the institution's safety protocol and involve trained personnel. Physical safety takes priority.

6. El objetivo a largo plazo

6. The long-term goal

El objetivo no es que el estudiante "deje de sentir" ni que obedezca a cualquier costo. Es ampliar gradualmente sus habilidades de comunicación, flexibilidad, tolerancia, autorregulación, resolución de problemas y participación, con apoyos consistentes entre la escuela, la familia y el tratamiento.

The goal is not for the student to "stop feeling" or to obey at any cost. It is to gradually expand communication, flexibility, tolerance, self-regulation, problem-solving, and participation skills, with consistent support across school, family, and treatment.

