

**Presentes**  
*contra la*  
**violencia**

**ORIENTACIONES ANTE  
DESREGULACIÓN EMOCIONAL  
DE PÁRVULOS Y ESTUDIANTES**



# ORIENTACIONES ANTE DESREGULACIÓN EMOCIONAL DE PÁRVULOS Y ESTUDIANTES

El presente documento tiene por objetivo brindar orientaciones a jardines, escuelas y liceos en el abordaje de situaciones de desregulación emocional que se puedan presentar, por parte de párvulos y estudiantes, durante la realización de la jornada de reflexión nacional "Presentes contra la violencia".

Resulta clave indicar que podrían presentarse reacciones emocionales que requieran la intervención de una persona adulta para su contención inicial y/o derivación a un profesional del área psicosocial del establecimiento educativo o de la red de salud, siempre respetando el conducto de acción indicado en los protocolos existentes al interior de los establecimientos para garantizar una ayuda adecuada y pertinente. Para esto, se describen orientaciones basadas en los Primeros Auxilios Psicológicos, así como también para una Derivación Acompañada.

## a. Contención emocional inicial

Las orientaciones generales de los **Primeros Auxilios Psicológicos (PAP)** son útiles cuando las y los docentes o asistentes de la educación perciben que un estudiante atraviesa una crisis emocional.

Los PAP son un conjunto de estrategias que permiten brindar una respuesta inmediata, segura y estructurada a una persona en tales casos. No buscan resolver el problema de fondo, sino **reducir el impacto emocional del momento, garantizar un ambiente seguro y facilitar el acceso a ayuda profesional.**

A continuación, se presentan principios y acciones clave de los Primeros Auxilios Psicológicos que pueden resultar de utilidad como primera respuesta ante un caso de desregulación emocional durante el desarrollo de las actividades.

### Principios claves de los primeros auxilios psicológicos<sup>1</sup>

#### 1. Seguridad y estabilidad

- Asegurar que el niño, niña o adolescente se encuentre en un espacio donde no se sienta expuesto ni en peligro.
- Evitar que la crisis ocurra en un lugar concurrido o donde otros párvulos o estudiantes puedan agravar la situación.
- Transmitir calma mediante una actitud serena y una postura corporal abierta y acogedora.

#### 2. Escucha activa y validación emocional

- No interrumpir ni apresurarle cuando intenta expresar lo que siente.
- Validar su experiencia con frases como: "Es comprensible que te sientas así, estoy aquí para ayudarte".
- No minimizar su emoción ni tratar de "buscar soluciones" de inmediato.

<sup>1</sup> Referencia: MINEDUC – Fundación Chile (2025). [Bienestar y salud mental en la escuela. Asistentes de la educación como actorías clave.](#)

### 3. Regulación emocional inicial

- Si el estudiante o párvulo está hiperventilando o demasiado agitado, guiarlo en ejercicios de respiración sencilla: “Vamos a respirar juntos. Inhala por la nariz contando hasta tres y exhala por la boca contando hasta tres”.
- Si no puede hablar, ofrecerle una acción sencilla para regularse, como beber agua o mover los dedos de las manos lentamente para recuperar la sensación de control.

### 4. Transición a un estado de mayor calma

- Una vez que muestra signos de mayor estabilidad, preguntarle qué necesita en ese momento.
- No apresurar a volver a sus actividades habituales si no se encuentra con disposición.

### 5. Facilitar la derivación al equipo psicosocial

- Comunicarle al niño, niña o adolescente que recibirá apoyo de una persona adulta capacitada para prestarle ayuda.
- Si se niega a ir solo o sola, ofrecer acompañamiento.

## b. Derivación acompañada a profesional del área psicosocial

Una vez que la contención inicial se ha realizado y el estudiante o párvulo está en calma, es necesario realizar una intervención mediante estrategias específicas. La derivación asistida es una estrategia clave que permite que niños, niñas y adolescentes en crisis emocionales o con dificultades psicosociales intensas reciban apoyo adecuado de equipos especializados. Resulta primordial **asegurar que, acompañado por una persona adulta de confianza, llegue a un espacio seguro** donde continuará con el apoyo de una o un profesional preparado.

En muchas ocasiones, es posible que un estudiante o párvulo puede negarse a buscar ayuda o rechazar el apoyo. Aquí la derivación asistida es fundamental, pues **la persona adulta que detectó la situación y realizó una primera contención, actúa como puente entre estudiante y equipo psicosocial**, acompañándole para facilitar el acceso a ayuda profesional de manera empática y respetuosa.

#### ¿Cuándo se requiere una derivación asistida al equipo psicosocial?

Esta es necesaria cuando el niño, niña o adolescente requiere intervención profesional y no quiere o no puede asistir por sí mismo. Algunas situaciones incluyen:

- La edad (especialmente en educación parvularia y primer ciclo de enseñanza básica).
- Crisis emocionales intensas (llanto incontrolable, angustia severa, desregulación que no cede con apoyo inmediato).
- Expresión de pensamientos de desesperanza, como “no aguanto más” o “sería mejor si desapareciera”.
- Episodios de ansiedad o pánico con hiperventilación, temblores o sensación de ahogo.
- Conflictos graves entre pares que requieren intervención profesional.
- Situaciones de violencia escolar o vulneración de derechos que deben abordarse con el equipo psicosocial.
- Estados de mutismo o bloqueo emocional que impiden la interacción.

La derivación asistida garantiza que los niños, niñas y adolescentes reciban ayuda necesaria, evitando que enfrenten en soledad momentos de crisis. Asegurar que lleguen en un estado más regulado, aumenta la probabilidad de aceptar apoyo especializado y beneficiarse de la intervención.

Además, este acompañamiento fortalece la confianza en personas adultas de la comunidad educativa y refuerza al establecimiento como un espacio protector, al evidenciar de manera concreta que no está solo o sola en su malestar, sino que hay personas dispuestas a ayudarlo. Finalmente, la derivación asistida facilita la transición de la crisis a un entorno de apoyo estructurado, reduciendo su resistencia al apoyo profesional y ofreciendo un puente seguro hacia la intervención especializada.

La siguiente infografía presenta los pasos recomendados para la derivación asistida de estudiantes en crisis a profesionales del equipo psicosocial del establecimiento educativo.

### Pasos para la derivación acompañada<sup>2</sup>

<p><b>Paso 1:</b> <b>Establecer un primer vínculo de confianza</b></p>	<p>Antes de sugerir una derivación, es importante que la persona adulta haya generado una conexión inicial con el niño, niña o adolescente. En un momento de crisis, él o ella necesita sentir que no está siendo forzado a hablar, sino que hay un docente o integrante del equipo educativo que le acompaña y comprende.</p> <p>Ejemplo de una frase para generar confianza antes de derivar: <i>“No tienes que resolver esto solo/a. Hay personas en el establecimiento que pueden ayudarte con esto, y yo te puedo acompañar”.</i></p> <p>Este paso es fundamental, ya que evita que el estudiante o párvulo perciba la derivación como un castigo o una imposición, sino como un apoyo disponible para su bienestar.</p>
<p><b>Paso 2:</b> <b>Explicar el propósito de la derivación</b></p>	<p>El estudiante o párvulo debe entender por qué se le está derivando y qué puede esperar de la situación. La transparencia es clave para que no sienta engaño o desorientación.</p> <p>Se puede explicar de la siguiente manera: <i>“Vamos a hablar con el/la psicóloga/trabajadora social. No es para que te reten ni para que te sientas mal, sino para encontrar en conjunto la mejor manera de ayudarte con esto”.</i></p> <p>En este punto, es importante:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Evitar discursos impositivos como <i>“Tienes que ir a orientación”.</i></li> <li>· No minimizar lo que siente el estudiante, sino reconocer que merece apoyo.</li> <li>· Darle opciones cuando sea posible (<i>“Podemos ir ahora o después de un rato, como prefieras”.</i>).</li> </ul>

<sup>2</sup> Referencia: MINEDUC – Fundación Chile (2025). [Bienestar y salud mental en la escuela. Asistentes de la educación como actorías clave.](#)

<p><b>Paso 3: Acompañar</b></p>	<p>La diferencia clave entre una derivación asistida y una derivación tradicional es que el docente, educadora o asistente de la educación acompaña físicamente al niño, niña o adolescente al equipo psicossocial.</p> <p>Si está en crisis o con angustia, no se le debe dejar solo o sola ni dejar que asista sin acompañamiento de una persona adulta, ya que puede resistirse a ir o sentirse aún con más inseguridad.</p> <p>Ejemplo de intervención:  <i>"Voy a caminar contigo hasta la oficina de la psicóloga. No tienes que hablar si no quieres, solo vamos juntos para que te sientas acompañado/a".</i></p> <p>En este punto, es importante:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Evitar que otros estudiantes observen la situación, protegiendo la privacidad del estudiante o párvulo.</li> <li>· Caminar a un ritmo calmado, sin apresurar al estudiante.</li> <li>· Hacerle saber que tiene control sobre la situación, permitiendo que se tome su tiempo.</li> </ul>
<p><b>Paso 4: Realizar un traspaso adecuado</b></p>	<p>Una vez que el niño, niña o adolescente llega al equipo psicossocial, es importante que la persona adulta haga un traspaso claro y breve de la situación para que el o la profesional pueda tomar la intervención de manera informada.</p> <p>Ejemplo de traspaso adecuado:  <i>"Valentina tuvo una crisis emocional después de una discusión en clases. Estaba muy angustiada y dijo que estaba harta de todo. Hemos logrado que se calme un poco, pero sigue afectada y creo que necesita conversar contigo".</i></p> <p>Un buen traspaso debe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Ser claro y objetivo, sin interpretaciones personales.</li> <li>· Respetar la privacidad del estudiante, sin exagerar ni dar información irrelevante.</li> <li>· Facilitar la continuidad de la intervención, sin minimizar lo ocurrido.</li> </ul>
<p><b>Paso 5: Hacer seguimiento</b></p>	<p>Después de la derivación, el rol de la persona adulta no termina. Es importante hacer un seguimiento del estudiante o párvulo en los días posteriores, sin invadir su privacidad ni obligarlo a hablar sobre lo ocurrido.</p> <p>Ejemplo de una interacción de seguimiento:  <i>"Hola Valentina, me alegra verte de nuevo. ¿Cómo te has sentido estos días?"</i></p> <p>Con este tipo de acercamiento, se logra que el niño, niña o adolescente sienta que el apoyo no fue solo un evento aislado, sino que hay personas adultas en el establecimiento que realmente se preocupan por su bienestar.</p>