

PBIS

Prácticas informativas sobre experiencias de Trauma, recuperación y soporte



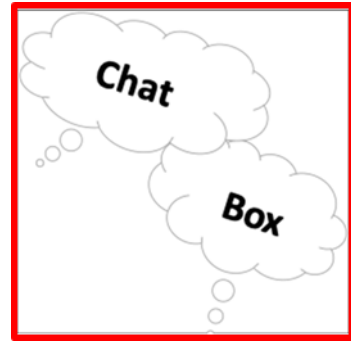
**Los Angeles County
Office of Education**



Documento traducido al idioma español exclusivamente para BUSD por Nuria Lundberg (Abr. 2022) aclaraciones sobre la traducción: nuria.lundberg@burbankusd.org



Revisión de la auto conciencia

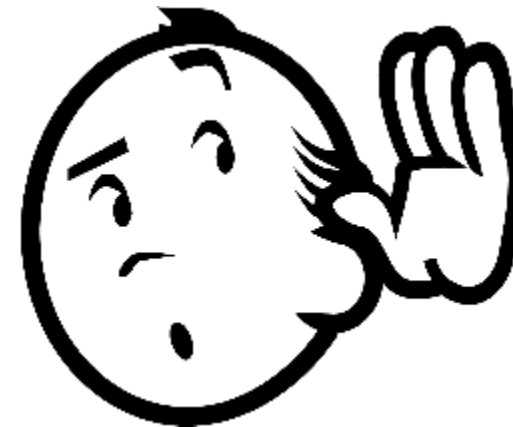


Revisión **con dos palabras:**
¿Qué estas sintiendo?



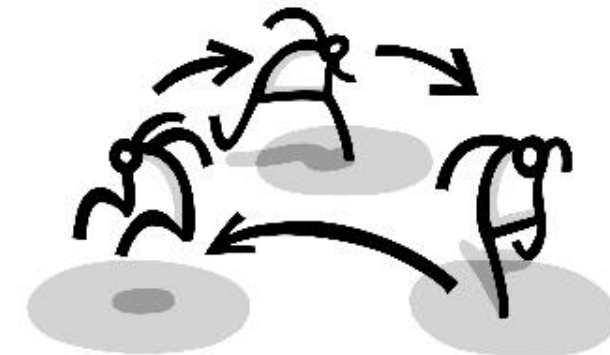
¿Cuándo? ¿Cómo?: momento de silencio; durante alimentos, en las mañanas, o antes de dormir

Escucha



- Escoja un momento en que sea muy probable que sus hijos quieran platicar, como la hora de la cena.
- Pregunte sobre lo que ya sepan, y que preguntas o inquietudes tienen al respecto.
- Todos reaccionamos distinto, pero las preguntas de los niños pueden dirigir la conversación. Permanezca en calma.
- Escuche **PERO CONFIRME** cualquier inquietud e información con el personal escolar.

Una y otra vez..



- Platique frecuentemente con sus hijos “ revise”, para ver como están enfrentando situaciones.
- Brinden actualizaciones a sus hijos con regularidad. Esto es un blanco en movimiento. La cosas están cambiando constantemente.
- Incítenlos a que expresen sus emociones, haciéndoles saber que no pasa nada por sentirse disgustados.
- Incítelos en acudir a usted con cualquier nueva pregunta, esto construye la confianza.

Información



Apps, redes sociales, Facebook, pueden darle información (frecuentemente sobre amigos e “influencers”), pero finalmente siguen siendo apps.

- El centro de control de enfermedades y prevención [Centers for Disease Control and Prevention \(CDC\)](#)
 - NIÑOS: <https://www.cdc.gov/mentalhealth/stress-coping/parental-resources/childhood/index.html>
 - ADOLESCENTES: <https://www.cdc.gov/mentalhealth/stress-coping/parental-resources/adolescence/index.html>
- Organización Mundial de la Salud [World Health Organization \(WHO\)](#)
- Depto. de Salud Pública de Los Ángeles/ Los Angeles Department of Public Health
- http://publichealth.lacounty.gov/media/coronavirus/docs/protocols/Reopening_K12Schools.pdf
- www.burbankusd.org
- www.lacoe.edu/Home/Schools-LA-County-Can-Count-On/Safety

Consulte recomendaciones federales y estatales

Están preparados para conversar con sus hijos y brindarles el apoyo.

Señales y síntomas en el hogar

- **PREOCUPACION EXCESIVA Y/O imposibilidad de parar**
- **Inseguridad o falta de confianza en si mismo**
- **Irritabilidad y depresión**
- **Experimenta con alcohol y drogas**
- **Problemas físicos**
 - **Para dormir**
 - **Dolores de cabeza y estómago**
 - **Regresión (chuparse el dedo, orinar la cama, berrinches, chillar, o refunfuñar)**



Señales y síntomas en la escuela

- **Dificultad para hacer transiciones**
- **Rehúsa a ir al colegio**
- **Evita actividades académicas y con sus compañeros**
- **Autocrítica y baja autoestima**
- **Dificultad para concentrarse**
- **No sigue instrucciones ni termina trabajos o tareas**
- **Declive en calificaciones**



¿Que podemos hacer?

Formas de apoyar y ayudar a los estudiantes en la transición y para regresar a lo “normal”

- Estructura
- Pequeños pasos
- PLANEACION
 - Condición física
 - Limité tiempo en pantalla
 - Cocinar
 - Juegos
 - Trabajo en el jardín
- Busque oportunidades para conectarse, brindar servicios a la comunidad, actividades en el colegio, dar de regreso a la comunidad o algún favor.



Su equipo PBIS LACOE



Dr. Melissa Nea



Dr. Ed Resnick



Kathryn McClendon



Dr. Michael
Chávez



Alvie Asprer



Erin Villaverde



CUANDO RECIBA NUESTRO CORREO ELECTRONICO AUTOMATICO DE RECORDATORIOS, FAVOR DE TOMAR UN MOMENTITO COMPLETAR LA EVALUACION EN LINEA



PBIS LACOE
(562) 922-6789
Email: pbis@lcoe.edu

