Always Innovating

South Texas ISD

RIO GRANDE VALLEY | GRADES 6-12



Mental Health Matters:

Supporting Your Teen with School-Based Wellness Services

Presented by: South Texas ISD District Student Wellness Specialists

September 17, 2025

Welcome to Our School Mental Health Session!

We are so glad you are here!
Today you will:

- *Meet the South Texas ISD Student Wellness Team*
- *Learn about Mental Health and Wellness services at STISD & how we collaborate to support your child's wellbeing*

This presentation provides general information on student mental health services.
For questions specific to your child, please contact their school counselor or wellness specialist directly.

Meet Your Mental Health Team



Aileen Carrillo, LPC
Rising Scholars Academy
Medical Professions



Nancy Talavera, LMSW
Preparatory Academy
Virtual Academy



Maricela Hinojosa, LPC-S
World Scholars
Health Professions



Marcela Fernandez, LPC-S
Science Academy



Mental Health Matters

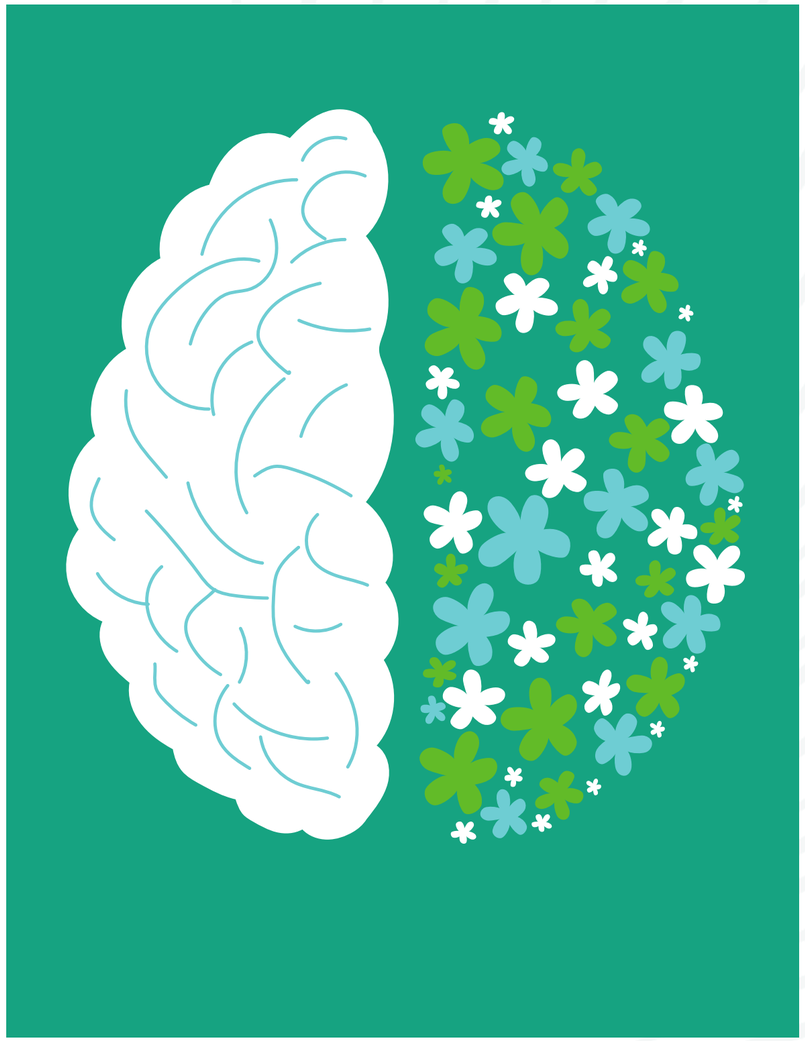
What are School Mental Health Services?

- Supports for students' emotional and psychological well-being
- Provided by trained specialists: counselors, social workers, and school psychologists
- Confidential, safe, and accessible to all students

Support

Accessible

Confidential





Why School Mental Health Services Matter

- Mental health affects learning, behavior, and relationships
- Early support leads to better outcomes
- Developing resilience and coping skills sets the stage for lifelong success

Early Intervention

Skills for Success

Positive Impact

Common Mental Health Concerns for Teens

- Stress, Worry, Fears
- Mood Changes
- Peer Relationship Difficulties
- Grief/Loss
- Trauma



Noticeable changes:

- Mood (sadness, irritability, anger)
- Withdrawal from social activities
- Sleep patterns
- Difficulty concentrating or drop in grades
- Changes in appetite or physical complaints
- Excessive worry or hopelessness
- Risky behavior or talk of self-harm



When to reach out for support:

Frequency

Duration

Impact

Mental Health Services We Offer:

- Collaboration with teachers and families
- Individual and group counseling
- Crisis intervention and emotional support
- Social-emotional awareness activities
- Referrals to community resources







The Referral Process:

- ***Who can make referrals:*** parents, teachers, students
- ***How to refer:*** contact the school counselor
- ***What happens next:*** consultation and planning

Contact us directly to consult or learn more about how we can support your child

Referral Sources:

Parents, Teachers, Students

Counseling Team:

Contact your child's counselor to share your concerns

Consultation and Support:

Together, we will set goals for success.

Supporting Mental Health at Home: Communication

- Encourage open, honest conversations -model healthy communication skills.
- Listen without judgment - this takes practice!
- Validate feelings and experiences - we do not have to agree to show support...

Model

Listen, Listen, Listen

Validate

Supporting Mental Health at Home: Practical Tips

- Maintain routines
- Promote healthy sleep, nutrition, exercise
- Practice stress-reduction techniques together
- Encourage positive social connections

Routines and Structure

Sleep, Nutrition, Exercise

Reduce Stress and Connect with Others

Resources for Mental Wellness

We are here to help you explore the options that are best for your student.



Community Resources

Referral to community mental health providers



STISD Resources

Access licensed professionals for personalized support.

SAVE THE DATE!





Parent Wellness Seminar
Presented by TCHATT
Wednesday, September 24
5:30 p.m.
STISD Medical Professions
Olmito

Stay informed: www.stisd.net

Mental Health Matters

Contact Information

Marcela Fernandez	South Texas ISD Science Academy GRADES 9-12 | MERCEDES	marcela.fernandez@stisd.net
Maricela Hinojosa	South Texas ISD Health Professions GRADES 9-12 | MERCEDES South Texas ISD World Scholars GRADES 9-12 | EDINBURG	maricela.hinojosa@stisd.net
Nancy Talavera	South Texas ISD Preparatory Academy GRADES 6-8 | EDINBURG South Texas ISD Virtual Academy GRADES 6-12	nancy.talavera@stisd.net
Aileen Carrillo	South Texas ISD Rising Scholars Academy GRADES 6-8 | SAN BENITO South Texas ISD Medical Professions GRADES 9-12 | OLMITO	aileen.carrillo@stisd.net

Mental Health Matters



Questions?



Thank you for taking the time
to learn with us today!

This presentation provides general information on student mental health services.
For questions specific to your child, please contact their school counselor or wellness specialist directly.

Stay informed: www.stisd.net

Mental Health Matters

Español

Always Innovating

South Texas ISD

RIO GRANDE VALLEY | GRADES 6-12



La salud mental importa:

Cómo apoyar a su adolescente con servicios de bienestar en la escuela

Presentado por: Especialistas en Bienestar Estudiantil del Distrito

17 de septiembre 2025

Bienvenidos a nuestra sesión de salud mental escolar.

Nos alegra que estén aquí-hoy vamos a:

- ***Presentar a los miembros del equipo del bienestar estudiantil***
- ***Compartir información sobre los servicios de Salud Mental y Bienestar en STISD y cómo colaboramos para apoyar el bienestar de su hijo.***

Esta presentación ofrece información general sobre la salud mental estudiantil.
Si tiene preguntas específicas sobre su hijo(a), comuníquese directamente con su especialista en bienestar.

Conozca a su equipo de salud mental



Aileen Carrillo, LPC
Rising Scholars Academy
Medical Professions



Nancy Talavera, LMSW
Preparatory Academy
Virtual Academy



Maricela Hinojosa, LPC-S
World Scholars
Health Professions



Marcela Fernandez, LPC-S
Science Academy

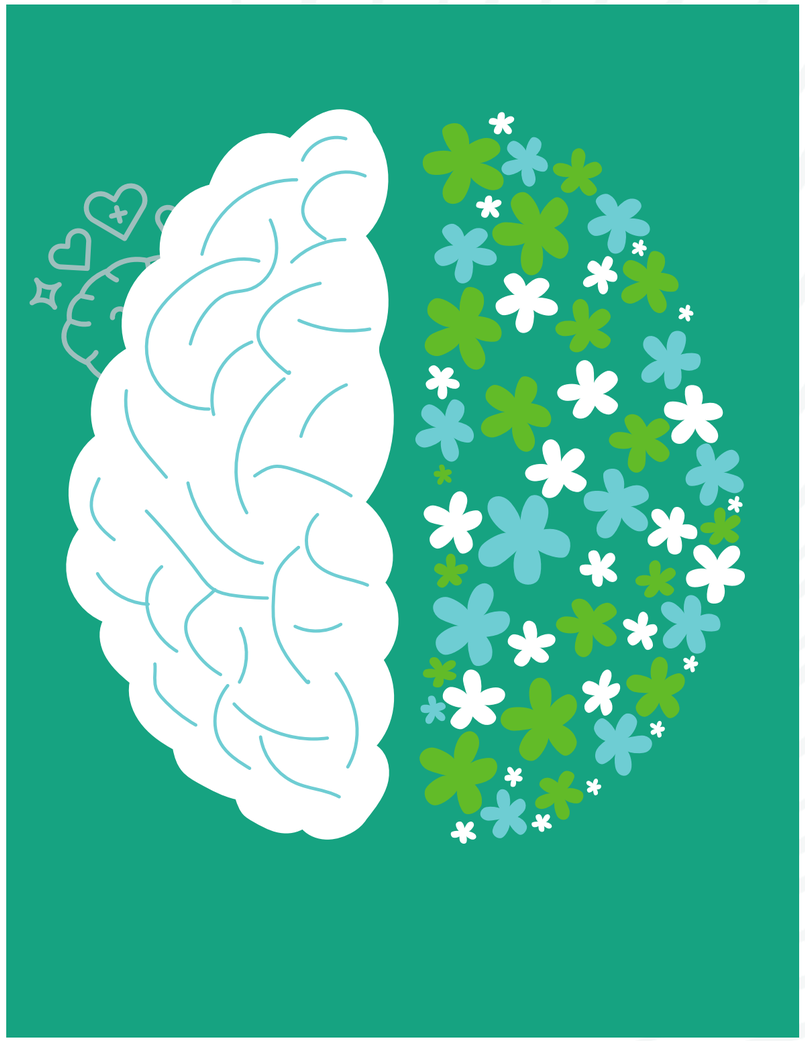


¿Qué son los servicios de salud mental escolar?

- Apoyos para el bienestar emocional y psicológico de los estudiantes
- Brindados por especialistas capacitados: consejeros, trabajadores sociales y psicólogos escolares
- Confidenciales, seguros y accesibles para todos los estudiantes

Apoyo ***Accesible*** ***Confidencial***







¿Por qué son importantes los servicios de salud mental escolar?

- La salud mental afecta el aprendizaje, la conducta y las relaciones.
- El apoyo temprano conduce a mejores resultados.
- Desarrollar la resiliencia y las habilidades de afrontamiento prepara el camino para el éxito a lo largo de la vida.

Intervención temprana

Habilidades para tener Éxito

Impacto Positivo

Preocupaciones Comunes de Salud Mental en los Adolescentes

- Estrés, preocupación, miedos
- Cambios de estado de ánimo
- Dificultades en las relaciones con los compañeros
- Duelo/pérdida
- Trauma





Cambios notables:

- Ánimo (tristeza, irritabilidad, enojo)
- Retiro de actividades sociales
- Patrones de sueño
- Dificultad para concentrarse o caída en las calificaciones
- Cambios en el apetito o quejas físicas
- Preocupación excesiva o sensación de desesperanza
- Conductas riesgosas o comentarios sobre autolesiones



Cuando buscar apoyo:

Frecuencia

Duración

Impacto

Servicios de Salud Mental que Ofrecemos:

- Colaboración con maestros y familias
- Consejería individual y grupal
- Intervención en crisis y apoyo emocional
- Actividades de conciencia socioemocional
- Referencias a recursos de salud mental comunitarios



Consejería



Actividades de bienestar



Apoyo en crisis y referencias

El proceso de referido:

- ***Quién puede solicitor el referido: padres, maestros, estudiantes***
- ***Cómo referir: contacte al consejero escolar***
- ***Qué sucede después: consulta y planificación***
- ***Contáctenos directamente para consultar o para obtener más información sobre cómo podemos apoyar a su hijo(a)***

Fuentes de referencia:

Padres, maestros, estudiantes

Equipo de consejería:

Contacta al consejero de tu hijo para compartir tus inquietudes.

Consulta y apoyo:

Juntos, estableceremos metas para el éxito.

Apoyo a la salud mental en el hogar: Comunicación

- Fomente conversaciones abiertas y honestas: modele habilidades de comunicación saludables.
- Escuche sin juzgar: ¡esto requiere práctica!
- Valide los sentimientos y experiencias: no necesitamos estar de acuerdo para mostrar apoyo...

Modele

Escuche

Valide

Apoyando la Salud Mental en Casa: Consejos Prácticos

- Mantener rutinas
- Promover un sueño, nutrición y ejercicio saludables
- Practicar juntos técnicas para reducir el estrés
- Fomentar conexiones sociales positivas

Rutinas y estructura

Sueño, Nutrición, Ejercicio

Reduzcan el estrés y conéctense con otros

Recursos para el Bienestar Mental

Estamos aquí para ayudarle a explorar las opciones que sean mejores para su estudiante.



Recursos comunitarios

Referencia a proveedores de salud mental comunitarios



Recursos de STISD

Acceso a profesionales con licencia para recibir apoyo personalizado.

¡RESERVE LA FECHA!

Seminario de Bienestar para Padres
Presentado por TCHATT
Miércoles, 24 de septiembre
5:30 p. m.
STISD Medical Professions-Olmito

Mantengase informado: www.stisd.net

La Salud Mental Importa

L

Información de contacto

Marcela Fernandez	South Texas ISD Science Academy GRADES 9-12 | MERCEDES	marcela.fernandez@stisd.net
Maricela Hinojosa	South Texas ISD Health Professions GRADES 9-12 | MERCEDES South Texas ISD World Scholars GRADES 9-12 | EDINBURG	maricela.hinojosa@stisd.net
Nancy Talavera	South Texas ISD Preparatory Academy GRADES 6-8 | EDINBURG South Texas ISD Virtual Academy GRADES 6-12	nancy.talavera@stisd.net
Aileen Carrillo	South Texas ISD Rising Scholars Academy GRADES 6-8 | SAN BENITO South Texas ISD Medical Professions GRADES 9-12 | OLMITO	aileen.carrillo@stisd.net

La Salud Mental Importa

Preguntas

Gracias por tomar el tiempo para aprender con nosostros.

Esta presentación ofrece información general sobre la salud mental estudiantil.
Si tiene preguntas específicas sobre su hijo(a), comuníquese directamente con su especialista en bienestar.

Mantengase informado: www.stisd.net

La Salud Mental Importa