

SEPTIEMBRE 2023

## ¡Les damos la bienvenida de regreso a la escuela!

Estamos de vuelta y listos para otro año escolar. Es increíble lo rápido que pasa el verano. Este trimestre, nos ocuparemos de que todos estén listos para volver a clase. Sigamos leyendo para conocer algunos consejos para ayudar a los estudiantes a prepararse para el año que se inicia. Además, hemos proporcionado información sobre los servicios de salud mental de la escuela, los servicios SBMH. Las transiciones pueden ser difíciles tanto para los estudiantes como para los padres, en especial, cuando también se debe luchar contra la salud mental. Haga una inspiración profunda y exhale lentamente. *¡Ahora sí, todo listo!*



## Consejos para volver a la escuela

- ✓ ¡No deje de cuidarse! Estará mejor preparado para ayudar a los estudiantes si usted se siente bien.
- ✓ Comience a implementar algunas de las rutinas predecibles en el día a día de los estudiantes, como despertarlos siempre a la misma hora para ayudar a que el cuerpo y la mente se adapten a la rutina y a la estructura de la escuela.
- ✓ Díganles que los sentimientos que tengan son válidos y correctos. Es común que sientan inseguridad o temor, o alegría o tranquilidad.
- ✓ Si advierte que su estudiante parece estar estresado, en particular, a causa de la escuela, puede recordarle que usted está cerca como recurso cuando sea necesario. Pero también debe darle algo de espacio para que solucione sus problemas por sí mismo.
- ✓ Felicitenlos más de lo habitual y validen lo que dicen, o recuérdense lo bien que han manejado el cambio en el pasado.
- ✓ Si siguen las inquietudes, lean abajo y consideren los servicios de salud mental de la escuela.

### ¿Qué son los servicios SBMH?

Los servicios de salud mental de la escuela o SBMH comenzaron con una iniciativa para dar un mejor acceso a los jóvenes a los servicios de este tipo. Minnesota creó legislación para vincular la salud mental con la escuela a fin de que estas instituciones incorporen a médicos y especialistas de salud mental. La idea es reducir las barreras que existen para obtener la atención de salud mental adecuada para que los jóvenes mejoren su capacidad de estar sanos y listos para aprender. De esta manera, muchos estudiantes pueden acceder a estos servicios ahora. Varias clínicas y proveedores ofrecen servicios SBMH en Minnesota. People Incorporated es uno de los que atiende en los distritos de Robbinsdale, Intermediate District 287, Osseo y Anoka-Hennepin.

## ¿Qué produce una buena derivación?

Cualquier estudiante que tenga dificultades de salud mental y asista a una de las escuelas participantes es ideal para participar en este programa. Prestamos servicios a una amplia gama de consultas de tipo emocional y del comportamiento. Es frecuente que los estudiantes necesiten asistencia adicional cuando comienzan a enfrentarse con alguno de los diversos trastornos funcionales. Muchas veces, los trastornos se relacionan con la escuela. Estos son los tipos de estudiantes candidatos para el programa: estudiantes cuyas calificaciones cambian repentinamente, estudiantes que comienzan a tener estados de ánimo cambiantes, los que comienzan a saltarse clases o evitar ciertas materias, o los que comienzan a faltar a clases.

## ¿Cómo funciona el programa?

1. Muchos de nuestros estudiantes son identificados por el personal de la escuela, es decir, por consejeros guía, trabajadores sociales o maestros. Sin embargo, cualquier persona puede identificar y derivar a un estudiante. Si usted es padre, madre o tutor de un estudiante y tiene preguntas sobre este programa, la forma más fácil de comunicarse es hablar con el trabajador social o el consejero guía de la escuela. También puede llamarnos directamente al **(651)- 774-0011, ext. 2**, para referir a su estudiante. Lo comunicaremos con nuestro equipo de Acceso Central. Ellos le solicitarán información, programarán la admisión y le enviarán los papeles que deberá completar antes de la cita.
2. El próximo paso es que el estudiante y el padre, madre o tutor se reúnan con el terapeuta para realizar una evaluación integral y un plan de tratamiento. Durante la cita, el terapeuta conocerá al estudiante, y el estudiante, al terapeuta. Una buena relación terapéutica es vital para el éxito.
3. Una vez realizados la evaluación y el plan de tratamiento, el terapeuta fijará los horarios para ver al estudiante durante la jornada escolar. Las sesiones suelen ser una vez a la semana y duran entre 30 y 60 minutos. Sin embargo, el terapeuta trabajará con el estudiante para darle el nivel de atención más adecuado.

## Preguntas frecuentes:

- **¿Es gratuito este servicio?**
  - No. Básicamente, se trata de una clínica dentro de la escuela; por lo tanto, facturaremos los servicios al seguro del estudiante. People Incorporated ofrece una escala variable de costos para quienes no tienen un seguro y está abierto a responder las preguntas de las familias sobre los pagos.
- **¿Tendrá la escuela acceso a los expedientes de los estudiantes?**
  - No. Le pediremos que firme una autorización para que la escuela pueda sacar al estudiante de la clase para ver al terapeuta y para que la escuela pueda comunicarnos información importante. Lo que la escuela recibe de People Incorporated es lo que decida el padre, madre o tutor y deberá acordarse con alguno de ellos antes de que la información se comparta.
- **¿Es únicamente durante el año escolar?**
  - No, podemos dar este servicio de manera constante durante el verano y los días en que no hay clases. Si tiene problemas de transporte durante los días que el estudiante no asiste a la escuela, se puede organizar un transporte médico para llevar de ida y vuelta al estudiante a las citas.
- **¿Qué pasa si el estudiante está enfermo(a) y no va a la escuela?**
  - Si el estudiante no va a la escuela el día que suele ver al terapeuta, la cita puede reprogramarse para otro día y horario según la disponibilidad.
- **¿Necesito, como padre, madre o tutor, estar presente todo el tiempo?**
  - No. El apoyo del padre, madre o tutor es crucial para el éxito del estudiante, pero no es necesario que esté presente en todas las sesiones. Deberá presentarse el día de la admisión y cada 90 días por lo menos para hablar sobre los objetivos del tratamiento y recibir las actualizaciones.
- **¿Proporciona People Incorporated otros servicios?**
  - Sí. Algunos de los servicios que ofrecemos son manejo de casos específicos de niños, terapia familiar y psiquiatría, entre otros. Para conocer toda la información sobre cómo People Incorporated puede proporcionar asistencia adicional, puede hablar con uno de los integrantes del equipo de Acceso Central o visitar nuestro sitio web: <https://www.peopleincorporated.org/>.