

Enero de 2021

# Recursos para padres y tutores

Creado a partir de los resultados de la encuesta de evaluación de necesidades

## Los temas con mayor interés fueron:

- Ansiedad
- Autocontrol

## Ansiedad

- Esta [folleto](#) ayuda a explicar la diferencia entre preocupación y ansiedad, el aspecto y la sensación de la ansiedad (porque la ansiedad a menudo se parece a otras cosas), los tipos de ansiedad y cómo se puede ayudar.
- Este breve [vídeo informativo](#) ofrece una serie de preguntas que le ayudarán a pensar si su hijo tiene o no preocupación o posiblemente ansiedad, y una variedad de formas de mostrarle apoyo.

## Autocontrol

- Esta [folleto](#) contiene información sobre el autocontrol y la impulsividad, por qué algunos niños tienen dificultades y qué puedes hacer.
- Este [vídeo](#) ayuda a explicar los problemas de procesamiento sensorial, que pueden contribuir a un pobre autocontrol e impulsividad.

## Temas adicionales:






Si usted o su hijo tienen preguntas o preocupaciones sobre otros temas de la encuesta, por favor, póngase en contacto conmigo directamente, o haga que su hijo solicite una hora para reunirse conmigo a su maestro de clase.

## Motivación escolar:

Volver a la escuela después de haber estado virtualmente tanto tiempo es una tarea difícil para la mayoría de los niños. Si la motivación escolar ha mejorado desde que ha vuelto al edificio, ¡genial! Si su alumno sigue teniendo dificultades, primero déle un tiempo para que se adapte: 7 horas en el aula es mucho tiempo después de haber estado básicamente 10 meses en casa. Si su estudiante sigue siendo virtual y tiene dificultades, por favor explore los recursos en nuestro [Sitio de Servicios para Alumnos de Primaria del Distrito](#). *Si nada de esta información le ayuda, por favor, póngase en contacto conmigo directamente para discutir las preocupaciones específicas.*

### 7 CONSEJOS PARA PADRES DE FAMILIA APOYANDO EL APRENDIZAJE A DISTANCIA

Por Larry Ferlazzo  
@Larryferlazzo

-  **1 SEA EJEMPLO DE COMO AFRONTAR LA CRISIS CON COMPASION**
  - Sea ejemplo de valor y compasión.
  - Sea modelo de cuidado personal.
-  **2 AYUDE A SU HIJO(A) A MANTENER UN HORARIO**
  - Establezca un horario diario en el que los niños puedan hacer sus tareas.
-  **3 DESIGNE UN ESPACIO EN SU HOGAR PARA HACER TAREAS ESCOLARES**
  - Encuentre un lugar en casa en el que su hijo(a) pueda sentarse y hacer sus tareas escolares.
-  **4 HABLE CON SUS HIJO(S) SOBRE LO QUE ESTAN APRENDIENDO**
  - ¿Cuáles son las tres cosas más importantes que aprendiste hoy?
  - ¿Cuéntame algo que aprendiste en ciencias naturales?
-  **5 LEA CON SUS HIJO(A)S**
  - Lea un libro o un artículo.
  - Lea en español.
-  **6 COMPARTA HISTORIAS FAMILIARES**
  - Cada familia tiene historias que compartir. Esto ayuda a fortalecer la identidad y la autoestima.
-  **7 ESCRIBA SOBRE LO QUE ESTAN VIVIENDO JUNTOS**
  - Comience a escribir en un diario para compartir lo que están viendo, sintiendo y experimentando durante este momento histórico.
  - Escriba en español para procesar juntos lo que están pasando.

CREATED BY @LKHUHQ  
TRANSLATED INTO SPANISH BY @TEACHERXATLI

Richelle Rottmann, Consejero escolar de Luther

920-563-7828 ext. 6176

rottmanr@fortschools.org