



Salud Mental y Evitar ir a la Escuela: Consejos para desarrollar un plan educativo para su hijo

(Mental Health and School Avoidance: Tips to developing an educational plan for your child - Spanish translation)

Cuando el evitar ir a la escuela impacta la asistencia o la participación en el salón de clases, los padres y el personal de la escuela deben crear un plan para ayudar al niño. Los planes con más éxito considerarán cómo se siente el niño e incluirán información conocida acerca de las necesidades del niño. Esto ayudará a la escuela y a los padres a determinar qué necesitan para ayudar al niño a regresar a la escuela o a participar en el salón de clases.

Pudiera ser útil pensar en desarrollar este plan como un proceso de cuatro pasos:

1. Defina las conductas de evitar ir a la escuela

Piense acerca de cómo se ven las conductas de su hijo cuando están evitando ir a la escuela (por ejemplo, quejas físicas, llantos, rehusar subirse al autobús y frecuentes visitas a la oficina de la enfermera) y hable acerca de cualquier diagnóstico que pudiera contribuir a esa conducta. Hable acerca de cómo esa conducta ha impactado la asistencia de su hijo y su participación en la escuela:

- Cheque con la escuela en cuántos días su niño ha faltado a la escuela, si fueron días completos o si estaba en la escuela pero no donde debía estar. Si usted tiene el récord de asistencia de su hijo, llévela a la reunión.
- Averigüe si su hijo a tenido llegadas tarde a la escuela o si no se ha podido quedar en la escuela, y cuánto tiempo él típicamente pierde cuando llega tarde o se va temprano
- Pregunte si su hijo deja el salón de clases y a dónde va
- Pregunte si los maestros han observado cualquier conducta que contribuya a que su hijo no participe en las actividades del salón de clases, si ha sido removido del salón o ha dejado la escuela temprano y si hay un patrón en la conducta.

2. Discuta las metas que usted espera lograr

Mientras que la meta a largo plazo será que su hijo regrese al salón de clases de tiempo completo, esto un pudiera pasar inmediatamente. Haciendo que su niño o adolescente participe en desarrollar el plan es útil al asegurarse que los apoyos correctos están incluidos.

He aquí algunas preguntas que pudieran ayudarle a desarrollar algunos pasos para regresar a su hijo al salón de clases:

- Solicite información de su hijo para compartir con el personal de la escuela acerca de por qué él o ella batalla para ir a la escuela o para permanecer en el salón de clases. Por ejemplo ¿Está siendo blanco de bullying o existe otra necesidad insatisfecha que pudiera ser identificada?
- Considere incrementar la cantidad de tiempo que se espera que el niño esté en la escuela o en el salón de clases poco a poco. Para un niño que ha estado ausente por un largo periodo de tiempo y no entrar al edificio de la escuela ¿Qué opciones recomienda el personal para ayudarle a que regrese?
- ¿Qué nos dicen los patrones de evitar ir a la escuela acerca de por qué mi hijo batalla para ir a la escuela o permanecer en ella o en el salón de clases?

- Si su hijo no tiene un Programa Individualizado de Estudios (Individualized Education Program-IEP) o un Plan de Acomodaciones 504, considere solicitar una evaluación para ver si es elegible para uno de esos planes educativos. Si su hijo tiene un IEP o un Plan 504 ¿Qué cambios son necesarios hacer en ellos?
 - o ¿Necesita mi hijo ser evaluado o re-evaluado para educación especial o Plan 504? ¿Qué se incluirá en la evaluación o re-evaluación?
 - o Si su hijo tiene un IEP, considere si él tiene las destrezas necesarias para regresar al edificio de la escuela y permanecer en el salón de clases. Estas destrezas incluirían identificar lo que cause el evitar ir a la escuela, aprender a usar estrategias para salir adelante, creando relaciones positivas, desarrollando destrezas de auto-abogacía, o desarrollando destrezas académicas.

3. Defina las intervenciones para lograr las metas

Una vez que se han decidido las metas, discuta cómo se implementará el plan. Esto debe incluir quién es responsable en dar el apoyo o la instrucción a su hijo. Es mejor incluir a su hijo en esta parte del proceso de planeación. Las intervenciones y apoyos no serán efectivos si el estudiante no está de acuerdo con ellos.

He aquí algunas preguntas que pueden ayudarle a definir esas metas, intervenciones y apoyos:

- ¿Qué acomodaciones le ayudarán a mi hijo? Las acomodaciones pueden incluir lugares en el edificio donde su hijo puede ir a tomar descansos del salón de clases, adultos de confianza con quien su hijo pueda hablar cuando no se estén sintiendo bien, o artículos a que ellos pudieran tener acceso en el salón de clases para reducir su estrés, ansiedad o temores.
- ¿En qué miembros del personal de la escuela confía mi hijo y se sentiría cómodo buscándolos si no se están sintiendo bien?
- ¿Cómo mi hijo puede hacer relaciones positivas adicionales con el personal de la escuela?
- Si su hijo tiene un IEP o Plan 504 ¿Qué cambios se harán?
- Si su hijo tiene un IEP y va a estar trabajando en destrezas que le ayuden a regresar al salón de clases, ¿Quién estará trabajando con él en la creación de destrezas y en dónde recibirá dicha instrucción?
- ¿Cómo sabremos si esas intervenciones están funcionando?
- ¿Cuándo nos volveremos a reunir para hablar de los siguientes pasos?

4. Reúnase de nuevo y revise el plan si es necesario

Planee reunirse con el personal de la escuela después de un periodo de tiempo establecido para hablar de cómo está funcionando el plan y si se necesitan hacer cambios. Usted pudiera necesitar reunirse más de una sola vez para hablar del progreso de su hijo y si se necesitan cambios en el plan.

Durante las reuniones de seguimiento, prepárese para discutir preguntas tales como:

- ¿Qué intervenciones están funcionando bien para mi hijo? ¿Por qué son útiles?
- ¿Qué intervenciones no están funcionando? ¿Por qué no?
- ¿Es apropiado añadir más tiempo al día escolar de mi hijo o a la cantidad de tiempo que se espera que mi hijo permanezca en el salón de clases? ¿Cuánto tiempo adicional es razonable para mi hijo?
- ¿Qué tanto progreso ha hecho mi hijo en el programa general de educación?
- ¿Qué tanto progreso ha hecho mi hijo creando destrezas para permanecer en el salón de clases?

En Resumen

La asistencia regular a la escuela es la clave para tener éxito educativo. Cuando sus niños o jóvenes trabajan con su escuela para crear un plan positivo que apoya la salud mental o necesidades emocionales o de conducta de su niño o joven a es muy probable que ellos tendrán éxito en la escuela.

Para más información acerca de apoyos para su hijo con necesidades de salud mental, emocional o de conducta visite <https://www.PACER.org/cmh>.

Ver el documento *PHP-c269a-s, Salud Mental y Evitar ir a la Escuela: Lo que los Padres Deben Saber*.