

29 de mayo de 2020

Información actualizada del Director de Servicios de Alumnos

Estimados padres y miembros de la comunidad,

A medida que nos acercamos al mes de junio, todavía buscamos formas de mantener nuestro enfoque y en un ambiente positivo y productivo en el hogar. Como se indicó en mensajes anteriores, las intervenciones y apoyos conductuales positivos (PBIS) son una manera muy efectiva de desarrollar las habilidades socioemocionales de comportamiento de los niños y reducir los comportamientos desafiantes. En la casa, como en la escuela, PBIS puede ser eficaz cuando la rutina normal se ve afectada por eventos más grandes fuera de nuestro control. La siguiente información se toma de <https://www.pbis.org>, que es un centro en la Universidad de Oregón y está patrocinado por el Departamento de Educación de los Estados Unidos. La información de esta carta se toma de *Apoyo a las familias con PBIS en el Hogar* (marzo de 2020), una publicación colaborativa del Centro de PBIS y el Centro de Información y Recursos para Padres (https://assets.website-files.com/5d3725188825e071f1670246/5e83b41b7df0210d47588d12_Supporting%20Families%20with%20PBIS%20at%20Home%20FINAL.pdf). Específicamente, este mensaje revisa y amplía las estrategias familiares y se centra en nuevas recomendaciones que incluyen establecer rutinas y establecer expectativas. También se proporcionan recursos adicionales.

Establecer rutinas es importante para que la mayoría de los estudiantes tengan éxito. Las escuelas establecen rutinas para los estudiantes durante el día, y estas rutinas a menudo se escriben y publican en el salón de clases y en otras áreas dentro de la escuela. Tales rutinas y procedimientos se comunican y se establecen con los niños al comienzo del año escolar. Cuando los estudiantes no asisten a la escuela, pueden demostrar mayor ansiedad y comportamientos desafiantes debido a tener actividades menos rutinarias y predecibles en su día. Para aliviar cualquier ansiedad potencial o comportamientos desafiantes, las familias y las niñeras pueden proporcionar una estructura similar al día escolar. Un horario en la casa, publicado en una ubicación familiar y visible, puede contribuir a un comportamiento positivo y prevenir otros comportamientos desafiantes.

Los siguientes son ejemplos de rutinas domésticas para niños mayores y pequeños. Puede haber cierta flexibilidad dependiendo de la edad de su hijo, las necesidades familiares y el programa específico de aprendizaje digital en línea.

- Prepárate para aprender. Despierta, vístete, desayuna, etc.
- Revisar el horario y verificar las metas o expectativas diarias por la mañana. Las preguntas que los padres tal vez deseen hacer son: "¿Cómo estás hoy? ¿Tienes alguna pregunta?"
- Movimiento matutino. Ir a dar un breve paseo o participar en un ejercicio en un recinto cerrado.
- Tiempo de aprendizaje. Utilice este tiempo para leer, hacer matemáticas o escribir. Participar en reuniones a distancia, de aprendizaje remoto o programadas con los maestros.
- Almuerzo. Tener un almuerzo saludable y revisar el progreso con el horario.

- Aprendizaje de la tarde. Aproveche los sitios web, las excursiones virtuales o las actividades publicadas por el maestro de su hijo en el sitio web de la escuela.
- Actividad de la tarde. Considere una caminata u otra actividad al aire libre o en un recinto cerrado.
- Conexión Social. Conéctate con familiares o amigos a través del teléfono o las redes sociales. (Esto debe ser supervisado.) Su hijo puede participar en sesiones de *Google Meet* con su profesor.
- Tiempo de la familia por la noche y hora de dormir. Mantenga las rutinas habituales y participe en la cena o en la conversación después de la cena. Si lo desea, pase un tiempo leyendo juntos.

Las expectativas en el hogar ayudan a minimizar las distracciones y apoyar comportamientos deseables y productivos. Durante el año escolar, puede haber una tabla o una presentación de los comportamientos deseados seguido de una descripción de la conducta en cada escenario. Además, los maestros y directores se reúnen con grupos de estudiantes para comunicarse y enseñar comportamientos y expectativas específicas. Estos comportamientos se pueden adaptar al hogar. Los siguientes son ejemplos que se pueden encontrar en cualquier escuela.

• Ejemplos de expectativas en la escuela:

- Ser respetuoso. Utilice el sistema del salón de clases para responder preguntas y tomar turnos, tire alimentos en el recipiente adecuado en la cafetería y escuche las instrucciones de los maestros y miembros del personal.
- Ser responsable. Entregue su trabajo a tiempo. Ten tu mochila lista. Usa tu agenda.
- Estar a salvo. Caminar con cuidado cuando sostenga materiales u objetos afilados. Caminar por la cafetería y los pasillos. Haga la fila que le corresponde antes de abordar el autobús.

Ejemplos de expectativas sugeridas en casa:

- Ser Respetuoso. Minimice el ruido de fondo durante el tiempo de aprendizaje. Usa palabras amables en la conversación. Guarda cosas como platos, ropa, etc. Sea cortés cuando se le recuerde la hora de acostarse.
- Ser responsable. Haga su mejor trabajo y mantenga sus horarios en línea con sus maestros. Entregue su trabajo a tiempo. Lávese las manos de forma rutinaria y practique una higiene segura. Duerma lo suficiente y vaya a la cama puntualmente.
- Estar a salvo. Mantenga los equipos electrónicos alejados de bebidas y alimentos. Juega de forma segura cuando hagas actividades en recintos cerrados. Use su casco cuando usted monte su bicicleta.

En cada oportunidad, enseñe, recuerde y apoye los comportamientos esperados con comentarios o elogios positivos. Sin embargo, cuando se necesita corrección o redirección, las correcciones rápidas o las redirecciones son más eficaces. Por ejemplo,

una niñera puede querer utilizar lo siguiente para redirigir el uso del lenguaje, "Eso no fue respetuoso." "Nos hablamos amablemente el uno al otro para mostrar respeto." "Vamos a intentarlo de nuevo." "¿Cómo podemos decirlo mejor?" "Eso fue algo amable de decir." Las redirecciones deben ser tranquilas, breves y que proporcionen una oportunidad para que el niño practique el comportamiento deseado. La investigación sugiere mantener una relación de 5 interacciones positivas o declaraciones de elogios por cada interacción negativa o declaración correctiva. Los avisos pueden ser más eficaces que las correcciones persistentes. Además, podemos intentar enseñar comportamientos diferentes y alternativos que se pueden practicar en lugar del comportamiento no deseado.

Ser creativo y modelar el bienestar emocional también es importante. Esto puede incluir aprovechar los horarios programados de Google Meet y planificar las interacciones de videoconferencia con familiares y amigos. Además, recuérdle sutilmente a su familia que tome descansos de las noticias y las redes sociales. Demostrar y enseñar comportamientos saludables como comer saludablemente, respirar profundamente, estirarse, hacer ejercicio y dormir la cantidad correcta de horas también ayuda a minimizar el estrés.

Les recordamos que es importante mantenerse en contacto con la escuela. Lo más importante es que podemos enseñarles a nuestros hijos a enfrentar y a superar los retos para trabajar a través de situaciones estresantes. Dependiendo de la situación, algunas de las estrategias anteriores pueden ser más útiles que otras. Por favor, mantenga la comunicación continua con maestros, trabajadores sociales, psicólogos y proveedores de servicios de educación especial. Esto puede incluir los horarios de enseñanza de asistencia y las sesiones de Google Meet, que se publican en las páginas de profesores del sitio web del Distrito. Además, otro recurso valioso se puede encontrar en el sitio web del *Child Mind Institute* (<https://childmind.org/>). Puede contactarme al 516-434-2620. Le devolveré su llamada. Gracias por todo su apoyo.

Cordialmente,

Jacob Russum

Director de Servicios de Alumnos