



Recursos para guiar las conversaciones con los estudiantes sobre el conflicto en Ucrania.

Estimadas familias de PPS:

Esta comunicación es una continuación del [mensaje](#) del Superintendente Guerrero a las familias de PPS con respecto a los eventos que están sucediendo ahora en Ucrania. Mientras atravesamos por esta desafortunada situación, queremos brindar recursos adicionales para ayudar a guiar las conversaciones con sus estudiantes y buscar apoyo adicional para su familia según sea necesario.

Acceso al apoyo en la escuela:

Cada escuela en PPS cuenta con un consejero escolar profesional con licencia que está capacitado para apoyar el bienestar académico y personal/social de todos los estudiantes. Si desea hablar con alguien sobre la mejor manera de apoyar a su estudiante, comuníquese con el consejero escolar de la escuela de su estudiante llamando a la oficina de la dirección de la escuela. Ellos pueden ofrecer apoyo y ayudar a conectar a su familia con recursos adicionales de salud mental.

Como tratar el conflicto ruso/ucraniano con su estudiante?

[Consejos del Dr. Harold S. Koplewicz del Child Mind Institute.](#)

Que hacer:

- Pregunte a los niños qué han escuchado, qué sienten y qué piensan.
- Ayúdelos a expresar sus sentimientos y ofrézcales consuelo para ayudarlos a sentirse seguros.
- Procese sus propios sentimientos para poder estar disponible cuando sus hijos lo necesiten.

Que no hacer:

- No asegure lo que no pueda garantizar. Si los estudiantes tienen miedo, no les diga: “todo estará bien”. Para algunos estudiantes, los peligros que temen son muy reales. Sin embargo, puede ayudarlos a encontrar formas positivas de abordar sus miedos.
- No comparta demasiado. Para los niños pequeños, limite la exposición a las noticias a los momentos en que estén juntos. Ayude a los niños a entender lo que escuchan de una manera apropiada para su edad.

Recursos comunitarios en el área de Portland:

- [IRCO Slavic and Eastern European Center](#): El Centro Esloveno y de Europa del Este (SEEC) de IRCO celebra, une e involucra a la diversa comunidad eslava y de Europa del Este de Oregon para alcanzar su máximo potencial. Un fiel reflejo de las personas a las que sirve, SEEC está dirigido por un consejo asesor de líderes comunitarios y cuenta con un equipo multicultural y multilingüe de IRCO. Contacto: Andrii Nagorny, Coordinador SEEC y Coordinador de la Comunidad Eslovena IRCO RESJ, seec@irco.org o 971-386-3990. Para

obtener una lista de eventos comunitarios, consulte la página de Instagram de SEEC [@SEEC_IRCO](#)

- [Asociación Cultural Ucraniano-Americana de OR & SW WA - Home | Facebook](#)
- [Tabla de recursos de salud mental de la comunidad](#): Una tabla de referencia rápida para acceder a los recursos disponibles. Incluye enlaces a sitios web, información de contacto y horarios de atención.

Artículos útiles

- [How to talk with Students About the Russia-Ukraine War 5 Tips](#) Ed Week
- [How to Talk to Kids About Violence, Crime, and War](#) Common Sense Media
- [Talking to Your Kids About War](#) VeryWell Family
- [Resilience in a time of war: Tips for parents and teachers of elementary school children](#)
Asociación Estadounidense de Psicología
- [Resilience in a time of war: Tips for parents and teachers of middle school children](#)
Asociación Estadounidense de Psicología