Apoyando la SALUD MENTAL EN LOS NIÑOS

Comprender y abordar nuestra Salud Mental es tan importante como nuestra salud física

¿Cuáles son los objetivos de Salud Mental?

Apoyar a un niño en el desarrollo de su capacidad para experimentar, expresar y regular sus emociones, formar relaciones de apoyo y optimizar entornos de aprendizaje saludables.

¿Qué puede afectar la salud mental de los niños?

La salud mental de un niño puede verse afectada por experiencias traumáticas, falta de aceptación en su entorno y sentirse insuficientemente bien o aislado en sus emociones.

¿Cómo ayudar a los niños a tener una buena salud mental?

Haga que los niños se sientan cómodos

Al proporcionar una sensación de comodidad, los niños pueden crecer con un sentido de valentía y una buena interacción social.

jugar con niños

El juego puede desarrollar habilidades sociales y de comunicación.

expresar sus sentimientos

Trate de expresar sus sentimientos a la persona más cercana comunicándose bien.

La consulta de salud mental está disponible a través de los programas Headstart y Early Headstart.

jojohnson@hshn.org

La importancia de la salud mental

Promover la resiliencia y los factores protectores puede aumentar el éxito del desarrollo saludable del cerebro, el establecimiento de relaciones seguras y la garantía de patrones saludables de comportamiento positivo.

¿Qué te ofrecemos?

El consultor de salud mental está disponible para abordar inquietudes relacionadas con el niño y la familia. Los servicios pueden incluir observación, reuniones con la familia y el personal del programa, educación y recursos, y referencias.